



大學中庸

品
读
经
典

书立方
心享悦读

存圣人之心，志圣人之志，养圣人之气，行圣人之道，而立圣人之德。这就是《大学·中庸》所阐述的儒家内圣外王的智慧心法。

《书立方》编委会 编

重庆出版社集团



重庆出版社

•书立方系列•品读经典•

大学·中庸



《书立方》编委会 编

重庆出版集团  重庆出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学·中庸 / 《书立方》编委会编. —重庆：重庆出版社，2010.3

(书立方·第1辑)

ISBN 978-7-229-01942-6

I. ①大… II. ①书… III. ①儒家②大学—通俗读物③中庸—通俗读物 IV. ①B222.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第038838号

书立方系列 品读经典



大学·中庸

 重庆出版集团
重庆出版社 出版

(重庆长江二路205号)

北京汇林印务有限公司 印刷

重庆出版集团图书发行公司 发行

制 作： (www.rzbook.com)

邮购电话：010-85869375/76/77转810

E-MAIL：tougao@alpha-books.com

全国新华书店经销

开本：890mm×1300mm 1/64

印张：120 字数：2400千字

版印次：2010年4月第1版 2010年5月第2次印刷

定价：300.00元（全30册）

如有印装质量问题，请致电023-68706683

版 权 所 有，侵 权 必 究

大学·中庸

出版人 罗小卫

责任编辑 陈建军 陈丽

特邀审校 文慧校对 慧眼文化

文图编辑 刘燕萍

文稿撰写 祝东 杨有庆

美术编辑 辰征

封面设计 夏鹏

版式设计 阮剑锋



书立方 | 系列 | 品读经典

前言

宋代以后，儒家最重要、影响最大的典籍莫过于“四书五经”，其中“四书”是《论语》、《孟子》、《大学》、《中庸》这四部著作的合称，应该说“四书”是从宋代以前的儒家经典中化出来的“经典”。《大学》、《中庸》原是《礼记》之中的篇目，被南宋朱熹抽了出来，将其与《论语》、《孟子》合编在一起并作了注解，这就是影响深远的《四书集注》。自元朝开始，科举考试一直以《四书集注》为标准，直至清末科举废弃才作罢。

《大学》提出了明明德、亲民、止于至善三纲领，还提出了格物、致知、诚意、正心、修身、齐家、治国、平天下八条目，因而具有由“内圣”而“外王”的重要意义。《中庸》强调“诚”，把“诚”视作思想体系的最高范畴，将对“诚”的追求作为“人道”的准则，同时提出了“博学之”、“审问之”、“慎思之”、“明辨之”、“笃行之”的学习过程与认知方法。

对于现代人而言，《大学》和《中庸》已经不是单纯意义上的科举考试用书，它们已经成为承载中国传统人文修养的精华。因此，偶尔读一些传统典籍，对于现代人来说意义非凡。

大学

◎成人之道	6
◎道德的自我完善	12
◎道德的力量	22
◎认识你自己	26
◎事要抓根本	30
◎为学之道：落到实处	32
◎立身之本：真诚做人	34
◎正心之道：以理驭情	38
◎齐家之道：克服偏见	44
◎以身作则	48
◎以德治国	56

中庸

◎慎独中和	72
◎相时而动	80
◎践行的意义	86
◎失“中”害道	92
◎道在人为	96
◎明辨是非，执两用中	100
◎利令智昏	106
◎于浅近中见深刻	110
◎难能才可贵	114

◎君子之强：内圣才能外王	120
◎有恒才有成	124
◎道不可离	130
◎道在身边，忠恕可得	134
◎做人之道：安分守己	144
◎修道之法：循序渐进	150
◎道隐无形，无处不在	156
◎天道循环，常与善人	160
◎读书识礼，知书达理	162
◎人伦之大德：以孝为本	168
◎治国平天下的法则	174
◎生而知之与学以知之	186
◎天地之大，以诚为本	190
◎积跬步以至千里	194
◎心诚则灵	198
◎立己而立人，达己而达人	202
◎至诚之境，永无止息	208
◎大道在身，进退自如	214
◎与时俱进，顺应时势	218
◎以身作则，取信于人	224
◎以圣贤为楷模	230
◎至圣先师，功德无量	236
◎做人做事，以诚为本	240
◎德施与民，天下太平	246

成人之道

解题

所谓“大学”，朱熹解释为“大人之学”，即成人之道，或者说成人需要的教育。儒家认为人只有通过不断学习，努力提高自身修养，才能通晓人生之道，在社会上立足，通过道德表率来达到自新新民的目的，进而实现治国平天下的最高目标。朱熹认为《大学》提出的“明明德”、“亲民”、“止于至善”等三纲领和“格物”、“致知”、“诚意”、“正心”、“修身”、“齐家”、“治国”、“平天下”八条目是实现这一最高目标的必由之路。

原文

大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善。
知止而后有定，定而后能静，静而后能安，安而后能虑，虑而后能得。物有本末，事有终始。知所先后，则近道矣。

古之欲明明德于天下者，先治其国；欲治其国者，先齐其家；欲齐其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心；欲正其心者，先诚其意；欲

诚其意者，先致其知；致知在格物。物格而后知至，知至而后意诚，意诚而后心正，心正而后身修，身修而后家齐，家齐而后国治，国治而后天下平。

自天子以至于庶人，壹是皆以修身为本。其本乱而末治者否矣。其所厚者薄，而其所薄者厚，未之有也！

译文

大学的道理，在于彰显人自身所具有的美好的德行，再推己及人，使人人都能去旧革新，而且精益求精，达到最完美的境地。能够知道所要达到的完美境地，然后才有确定的志向；有了明确而远大的志向，然后才能内心宁静下来；能做到内心宁静不妄动，然后才能有泰然安稳的心态；有了安稳的心态，然后才能处事精当、思虑周详；行事思虑周详之后，才能达到“明德”、“至善”的完美境界。天地万物皆有本有末，凡事都有开始和终了，能够明白它们的主次先后、轻重缓急的次序，就能接近事物发展的规律了。

古代那些希望把自己的光明德行彰显于天下的人，都要先努力治理好自己的国家；想要治理好自己国家的人，首先要努力管理好自己的家族；想要管理好自己家族的人，首先要努力修养自己

的品德；想要修养自己品德的人，首先要端正自己的心灵；想要端正自己心灵的人，首先要让自己的愿望变得真诚；想要自己的愿望变得真诚的人，首先要增加自己的知识；想要增加自己的知识，就要通过推敲外在事物的道理来获得。通过推究事物的道理，知识就会增加，彻底了解事物；随着知识的增加，自己的意念就容易变得真诚；自己的意念变得真诚了，心灵就会端正而无杂念；心灵端正了，才能提高自身的品德修养；自身的品德修养提高了，才能整顿好家庭；家庭整顿好了，国家就容易治理；治理好自己的国家，才有可能让整个天下处于和平、公正之中。

因此，从天子到普通平民，一律都应该把修身作为根本。一个自身道德修养败坏的人，想要让他管理家庭、治理国家乃至使天下太平，这是不可能的。把应该重视的大事忽略，本来次要的小事反倒重视，如此本末倒置，而想要治国平天下，这样的事情是不会有的。

解读

● 大学的人生之道

本章是《大学》的总论，阐述的是儒学三纲八目的追求。首先，阐述大学之道有三纲领，即

“明明德”、“亲民”、“止于至善”，它既是《大学》的纲领旨趣，也是儒学“垂世立教”的目标所在。“明明德”，就是人所固有的善良美好的品性彰显出来，使其发扬光大。儒家认为仁、义、礼、智、信等德行都是人本身生来具有的，足以应付万事。但这种德行常被物欲所遮蔽，昏暗不明，如镜子蒙上灰尘。但其本性的光明却并未泯灭，所以人们应该重视内心的道德修养，以使美好的德行保持纯洁。这就是大学之道的根本原则。“亲民”，则是大学之道的根本任务。朱熹认为“亲”应为“新”，就是去旧维新，“新民”就是使人民经过教化，去旧染之污，日日新、又日新地振作起来，不断提高道德修养，从而达到天下太平。“止于至善”则是大学之道的根本目的，对己而言，“明德”要止于至善，对人，“亲民”也要止于至善。可以说，由原则、任务和目的构成了大学之道的三纲领。这里也论述了达到至善的一般方法和顺序，强调通过“知”、“定”、“静”、“安”、“虑”、“得”而达到“明德”、“至善”的境地。

其次，论述了大学之道的八条目，即“格物”、“致知”、“诚意”、“正心”、“修身”、“齐家”、“治国”、“平天下”。先从平天下逆推至格物，然后又从格物顺推至平天下，反复说明为学做人应循

序渐进。张岱说：“圣贤教人如老妪教孩子数浮屠，一层层数上来，又一层层数下去。有这层，就有那层，政（这）见得有那层，先有这层，一毫参差不得。要人把全体精神，从脚跟下做起也。”

这八条目既是为达到三纲而设计的总目，也是儒学为我们所展示的人生进修阶梯，其修身为学顺序一直为中国知识分子所遵循，产生了深远的影响。三纲八目可以说是一把打开儒学之门的钥匙，因为儒家学说实际上都是依托于这三纲八目而逐步展开的。循着这进修阶梯一步一个脚印，你就会登堂入室，领略儒学经典的奥义。

另外，还论述了三纲领和八条目的关系，强调以修身为本。朱熹认为“格物”、“致知”、“诚意”、“正心”、“修身”，是明明德之事，“齐家”、“治国”、“平天下”则是新民之事。八条目实际上涵盖了内和外两个方面。“格物”、“致知”，“诚意”、“正心”、“修身”属于内修，也就是自我修养；而后面的“齐家”、“治国”、“平天下”则属于外治，是内修的效果。儒家主张君子“穷则独善其身，达则兼济天下”，这也是中国历代知识分子的追求。这两个看起来似乎相对立的方面其实说的是修身明德的两种不同效果。儒家的修身之道，具有极其浓厚的实践特征，首先要通过自我学习

提高个人品德修养，达到自新的目的，这样即使时运不济，也可以独善其身。其次，儒家讲究自新新民，意思是说不仅要自己身体力行地提高个人的道德修养，而且要以榜样的力量使周围的人受到感动，使其见贤思齐，从而实现齐家、治国、平天下的最高目标。三纲八目这一逐级递进的修身序列，时至今日，仍对我们发挥着潜移默化的作用，或隐或显地影响着我们的思想和行动。有人说中国的知识分子十人九儒，这话并不夸张，因为中国的知识分子，不管是消极还是积极，都有着极其强烈的道德使命感和政治使命感，都在内心暗藏着一份修齐治平的情结。这可以说是中国知识分子人格的一个独特方面，其所作所为总是不离格、致、诚、正、修、齐、治、平这一进修序列，并且将其贯穿在整个生命历程中。



道德的自我完善

解题

朱熹认为本章为传之首章，是解释三纲领之“明明德”。儒家认为人性本善，仁义礼智等品质都是人所固有的，但后天环境的影响会让人产生许多恶，因此，明明德的关键在于，人应该不断保持和发扬自己的美德，以完成上天所赋予的使命。

原文

《康诰》曰：“克明德。”《大甲》曰：“顾𬤊天之明命。”《帝典》曰：“克明峻德。”皆自明也。

译文

《尚书·康诰》篇说：“（周文王）能够弘扬彰明美德。”《尚书·太甲》篇说：“（成汤）经常注意上天赋予的彰明美德的使命。”《尧典》说：“能够弘扬崇高的品德。”这些都是说要使自己光明正大的品德得以弘扬。

●弘扬人性中的美德

朱熹认为《礼记》中的《大学》原文颇多错简，因此在《大学章句》中调整次序，重新编排，分为“经”和“传”两部分。其中“经”是孔子原话，由曾子记录，“传”则是曾子解释孔子之言，由曾子弟子记录。大学之道章为“经”，其余十章皆为“传”。

《大学》“传”文阐释“经”文多以引用古书上的句子来完成。本章通过引用《尚书》，深入阐明“明明德”的道理，教育人们应该不断保持和发扬自己的美德，以完成上天所赋予的使命。孔颖达认为，《尚书》中的原文其意在于用德，而引文则意在“自明其明德”，也就是人该如何保持和弘扬自己的美德，以完成上天赋予的“明命”。

这三条引文都是说自明其明德，但在次序深浅上仍有些区别。宋人黄榦说：“本文三引书，乃断章取义，以明经文明明德之意。其言之序自浅而深，最为有味。克明德者，泛言之；言顾𬤊，则言明之至功；曰明命，则言明德之故。次之曰峻德，加一峻字，则又见明德之极，乃所谓止于至善者也。”也就是说，这三条引文由浅入深地阐述了明明德的道理，由于上天赋予的使命，所



书·立·方·系·列
品读经典

大学·中庸

以人要保持和弘扬自己的美德，最后达到完美的境地。

中国古代的儿童启蒙读物《三字经》开篇就说：“人之初，性本善；性相近，习相远；苟不教，性乃迁。”儒家自孟子以来就强调“性善说”，认为人与生俱来的本性都是善良的，只是由于后天生活环境的影响和教育才导致了人性的变化，使得与生俱来的善受到了遮蔽，并且从中生出了许多恶的品行。朱熹认为本章的宗旨是解释“明明德”，所谓“明明德”其实就是通过个人修养来弘扬人性中光明正大的品德，儒家强调通过教育的作用来提高个人修养，使其达到最完善的道德境界。

其实所谓“明明德”，在今天看来就是道德的自我完善，也就是人要通过学习来提高个人修养和道德品质，以挖掘自己本性中的善念。人性本善，但由于外在环境的影响，本性中的善往往被遮蔽，所以人应该以不断保持和发扬自己本性中光明正大的品德为目的，来

使自己达
到完美
的道德
境界。



● 苏武牧羊

苏武（前 140 ~ 前 60），字子卿，杜陵（今陕西西安西南）人，他的父亲是代郡太守苏建。苏武年轻的时候因为父亲的关系做过皇帝的侍从，后来被提升为中厩监，也就是专门为皇帝管理鞍马鹰犬等射猎工具的官员。当时汉朝和匈奴之间的关系时好时坏，战争不断，经常互相派出人暗中侦查对方的情况。汉匈双方关系紧张的时候就会扣押对方派来的使者，如果匈奴扣押汉使，汉朝廷也往往扣押匈奴使者以相抵。

公元前 100 年，匈奴新单于且鞮即位。新成立的匈奴政权为了表示友好，全部送还了以前所扣押的汉朝使者。对于这种行为，汉武帝十分赞许，于是封苏武为中郎将，派他同副中郎将张胜带领一百多人的使团，带着大量财物出使匈奴。

苏武到了匈奴以后，顺利地完成了出使任务。就在他准备返回汉朝的时候，匈奴内部发生了动乱。匈奴贵族缑王和汉人虞常等人暗中策划绑架单于的母亲，然后一齐投向汉朝。虞常正好认识苏武的副使张胜，于是就偷偷联系张胜，将这个消息告诉了张胜，希望得到他的支持。张胜同意

书立方系
品读经典

大学·中庸

15