

中國古典名著高譯性典叢書

廣州出版社

传习录

沈顺葵 译注



图书在版编目(CIP)数据

传习录/沈顺葵译注. —广州:广州出版社,2001.5(2004.6重印)
(中国古典名著译注丛书:第3辑)
ISBN 7-80592-367-1

I. 传… II. 沈… III. ①心学—中国—明代②传习录—译文③传习录—注释 IV. B248.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第005587号

中国古典名著译注丛书——传习录

广州出版社出版发行

(地址:广州市人民中路同乐路10号 邮政编码:510121)

广东省茂名广发印刷有限公司

(地址:广东省茂名市计星路60号 邮政编码:525000)

开本:850毫米×1168毫米 1/32 总字数:182万 总印张:89.5

2004年6月第2版第1次印刷

责任编辑:戴晓莉

ISBN 7-80592-367-1/1·110

总定价(精装本):192.00元(全十二册)



前 言

《传习录》是明代哲学家王阳明论学书信的简集，为明代阳明学派的启蒙典籍。

王阳明，字伯安，名守仁，因曾筑室于会稽山阳明洞，自号阳明子，学者称为阳明先生，浙江余姚人。其祖上世代书香，父王华，字德辉，成化十七年状元，官至南京吏部尚书。王阳明生于明代中叶政治腐败、社会动荡、学术崩颓之际，时势造英雄，这样的历史环境给以天下为己任的他提供了施展才智的机遇，使他得以其辉煌的事功和杰出的学说，“文事武备”，成为“儒家第一流人物”，成为明代著名的思想家、政治家、军事家，并对中外后世产生了深远的影响。

《传习录》全书分上、中、下三卷，是其门人弟子所记录的王阳明讲学言论及其答友人弟子的论学书信的汇编。它是研究修习阳明心学的最著名的著作，包涵了王阳明全部的哲学体系及其基本主张，堪称王门之圣书，心学之经典。

在《传习录》中，王阳明先生阐述了丰富的哲学思想。关于心学，他讲道：“心外无物”、“心外无理”，“于事物物上求至善，却是义外也。至善是心之本体”，“心即理也，天下又有心外之事，心外之理乎？”“我的灵明便是天地鬼神的主宰……天地鬼神万物离却我的灵明便没有天地鬼神万物了”。认为事物的存在依赖于人的意识。

王阳明的心学主张表现在他的良知说，他认为人心的灵明就是良知，良知就是天理，天地万物就是从灵明中产生的。良知

在一時一事亦可謂之中也。然未可謂之大本。達道入性皆善中。知是人人原有的。豈可謂無？但常人之心既有所昏蔽。則其本體雖亦時時發見。終是暫時彰滅。非其全體大用矣。無所不中。然後謂之大本。無



目 录

上卷

- 心即是理——徐爱录 /3
 格物无分动静——陆澄录 /22
 “一以贯之”的功夫——门人薛侃录 /49

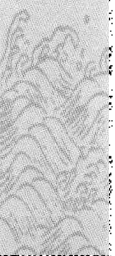
中卷

- 知行合一——答顾东桥书 /81
 磨炼于事上——启问道通书 /115
 元神·元气·元精——答陆原静书 /119
 万物皆备于我心——答欧阳崇一 /134
 正心诚意——答罗整庵少宰书 /137
 人即天地之心——答聂文蔚 /145
 启蒙之道——右南大吉录 /156

下卷

- 戒慎恐惧在心念——陈九川录 /163
 过分矜持亦弊端——黄直录 /169
 生之谓性——黄修易录 /176
 良知是造化的精灵——黄省曾录 /182
 一草一木皆有理——黄以方录 /215

第一節 王陽明先生之學
 和是人人原有的，豈可謂無？但常人之心既有所昏蔽，則其本體雖亦時
 時發見，終是暫時暫滅，非其全體大用矣。無所不中，然後謂之大本。無





上 卷

和是人人原有的，豈可謂無？但常人之心既有所昏蔽，則其本體雖亦時時發見，終是暫時暫滅，非其全體大用矣。無所不中，然後謂之大本。無



心即是理——徐爱录

徐爱(公元1488~1518年),字曰仁,号横山。明代浙江余杭人,王阳明的妹夫,也是王阳明的第一位学生。曾任南京工部郎中。

〔原文〕

爱问:“‘知止而后有定’,朱子以为‘事事物物皆有定理’^①,似与先生之说相戾^②。”

先生曰:“于事事物物上求至善,却是义外也。至善是心之本体。只是明明德到至精至一处便是。然亦未尝离却事物。本注所谓‘尽夫天理之极,而无一毫人欲之私’者,得之。”

爱问:“至善只得诸心,恐于天下事理,有不能尽。”

先生曰:“心即理也。天下又有心外之事,心外之理乎?”

〔注释〕

①定理:指事物发展的一定规律。

②相戾(lì):相违背。戾,即乖张,违背。

〔译文〕

徐爱问:“《大学》中‘知止而后有定’,朱子认为是指事事物物皆有定理,这好像与您的见解相违背。”

先生答道:“在具体事物中求至善,是把意义看成外在的了。至善是心的本体,只需‘明明德’达到至精至一的程度,就是至善了。当然,至善也并非脱离具体事物。《大学章句》中所谓‘尽夫天理之极,而无一毫人欲之私’,就是这个意思。”

徐爱又问:“至善只从心中求,恐怕不能穷尽天下的事理吧。”

先生说:“心就是理。天下还有心外之事和心外之理吗?”

在一時一箇亦可謂之中也。然未可謂之大本。達道入體皆善中。和是人人原有的。豈可謂無?但常人之心既有所昏蔽。則其本體雖亦時發見。終是暫時暫滅。非其全體大用矣。無所不中。然後謂之大本。無



〔原文〕

爱曰：“如事父之孝，事君之忠，交友之信，治民之仁，其间有许多理在。恐亦不可不察。”

先生叹曰：“此说之蔽久^①矣。岂一语所能悟？今姑就所问者言之。且如事父，不成去父上求个孝的理；事君，不成去君上求个忠的理；交友、治民，不成去友上、民上求个信与仁的理。都只在此心。心即理也。此心无私欲之蔽，即是天理，不须外面添一分。以此纯乎天理之心，发之事父便是孝，发之事君便是忠，发之交友治民便是信与仁。只在此心去人欲、存天理上用功便是。”

〔注释〕

①蔽久：指蒙蔽很长的时间。

〔译文〕

徐爱说：“比如侍父的孝，事君的忠，交友的信，治理百姓的仁爱，其中有许多道理，恐怕也不能不考察吧？”

先生感慨地说：“这种说法蒙蔽世人很久了，岂能用一句话就让人们醒悟？现在姑且就你提出的问题谈一下。比如侍父，不是从父亲那里求得孝的道理；事君，不是从君那里求得忠的道理；交友、治理百姓，不是从朋友和百姓那里求得信和仁的道理。孝、忠、信、仁都在自己的心中。心即是理。心没有让私欲蒙蔽，就是天理，不必在心外加一丝一毫。用这纯正的天理，表现在侍父上就是孝，表现在事君上就是忠，表现在交友和治理百姓上就是信和仁。只要在自己心中下功夫去掉私欲、存养天理就可以了。”

〔原文〕

爱曰：“闻先生如此说，爱已觉有省悟处。但旧说缠于胸中，尚有未脱然者。如事父一事，其间温清定省^①之类，有许多节目^②，不亦须讲求否？”

先生曰：“如何不讲求？只是有个头脑，只是就此心去人欲、存天理上讲求。就如讲求冬温，也只是要尽此心之孝，恐怕有一



毫人欲间杂。讲求夏清,也只是要尽此心之孝,恐怕有一毫人欲间杂。只是讲求得此心。此心若无人欲,纯是天理,是个诚于孝亲的心,冬时自然思量父母的寒,便自要求个温的道理;夏时自然思量父母的热,便自要求个清的道理。这都是那诚孝的心发出来的条件。却是须有这诚孝的心,然后有这条件发出来。譬之树木,这诚孝的心便是根,许多条件便是枝叶。须先有根,然后有枝叶。不是先寻了枝叶,然后去种根。《礼记》言:‘孝子之有深爱者,必有和气。有和气者,必有愉色^③。有愉色者,必有婉容。’^④须是有个深爱做根,便自然如此。”

〔注释〕

①温清定省:此处指嘘寒问暖的生活琐事。

②节目:此处指事情的细节。

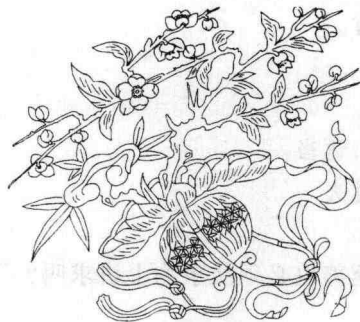
③愉色:愉快的脸色。

④孝子……必有婉容:见《礼记·祭义》。

〔译文〕

徐爱说:“听先生这样说,我觉得有所省悟。但旧说还缠绕在心头,未能摆脱。比如侍父,那些冬夏侍候、早晚问安的事,有很多细节,不也要讲求吗?”

先生说:“怎么不讲求呢?只是要有头脑,要在自己心中去私欲、存天理的情况下去讲求。就如冬天讲求保暖,也只是要尽了这颗心的孝,不夹杂一丝私欲;夏天避暑,也只是要尽这颗心的



在一時一事固亦可謂之中和 然未可謂之大本達道 入性法善中
知是人人原有的 豈可謂無? 但常人之心 既有所昏蔽 則其本體亦時
時發見 終是暫時暫滅 非其全體大用矣 無所不中 然后謂之大本 無



孝，不夹杂一丝私欲。只是讲求这颗心。这颗心如果没有私欲，纯粹是天理，是真诚孝敬父母的心，冬天自然会想到父母寒冷，便主动去掌握保暖的方法；夏天自然会想到父母暑热，会主动去掌握消暑的技巧。这都是诚恳孝敬的心表现的条件。但必须有诚敬的心，才有条件表现。好像一棵树，根就是诚恳孝敬的心，枝叶就是尽孝的许多细节。必须先有根，然后才有枝叶。并非先找枝叶，然后去种根的。《礼记》上说：‘孝子之有深爱者，必有和气。有和气者，必有愉色。有愉色者，必有婉容。’必须有深爱之心作根本，便自然会这样了。”

〔原文〕

郑朝朔问：“至善亦须有从事物上求者？”

先生曰：“至善只是此心纯乎天理之极便是。更于事物上怎生求？且试说几件看。”

朝朔曰：“且如事亲，如何而为温清之节，如何而为奉养^①之宜，须求个是当^②，方是至善。所以有学问思辨之功。”

先生曰：“若只是温清之节，奉养之宜，可一日二日讲之而尽，用得甚学问思辨？惟于温清时，也只要此心纯乎天理之极。奉养时，也只要此心纯乎天理之极。此则非有学问思辨之功，将不免于毫厘千里之缪^③。所以虽在圣人，犹加‘精一’之训。若只是那些仪节求得是当，便谓至善，即如今扮戏子扮得许多温清奉养得仪节是当，亦可谓之至善矣。”

爰于是日有省。

〔注释〕

①奉养：侍养。

②是当：恰当，适当。

③缪：错误，过失。

〔译文〕

郑朝朔问：“至善也必须从事物上讲求吗？”



先生说：“这颗心纯为天理便是至善。在事物上怎么求取？你且举几个例子。”

郑朝朔说：“就比如孝敬父母，怎样才能保暖避暑，怎样才能奉养适宜，须讲求恰当才是至善。正因为如此，才有了学问思辨的功夫。”

先生说：“假若孝敬父母只讲求保暖避暑、奉养适宜，一天两日便可以讲详尽，还需要什么学问思辨呢？为父母保暖避暑时只要这颗心纯为天理，奉养父母时也只要这颗心纯为天理，这样如果没有学问思辨的功夫，就会失之毫厘而差之千里。所以，就算是圣人，还要再加以惟精惟一的训诫。假如认为把那些礼节讲求恰当就是至善，那么如今演员在戏中恰当地表演了许多侍奉父母的礼节，也可以说他们是至善的了。”

徐爱这天又有所省悟。

（原文）

爱因未会先生知行合一之训，与宗贤^①、惟贤^②往复辩论，未能决。以问于先生。

先生曰：“试举看。”

爱曰：“如今人尽有知得父当孝^③、兄当弟者，却不能孝，却不能弟，便是知与行分明是两件。”

先生曰：“此已被私欲隔断，不是知行的本体了。未有知而不行者。知而不行，只是未知。圣贤教人知行，正是要复那本体，不是着你只恁的便罢。故《大学》指个真知行与人看，说‘如好好色’，‘如恶恶臭’。见好色属知，好好色属行。只见那好色时已自好了，不是见了后又立个心去好。闻恶臭属知，恶恶臭属行。只闻那恶臭时，已自恶了。不是闻了后，别立个心去恶。如鼻塞人虽见恶臭在前，鼻中不曾闻得，便亦不甚恶。亦只是不曾知臭。就如称某人知孝、某人知弟，必是其人已曾行孝行弟，方可称他知孝知弟。不成只是晓得说些孝弟^④的话，便可称知孝弟。又如知痛，必

在一時一事固亦可謂之中，然未可謂之大本達道。人雖世居其中，和是人人原有的，豈可謂無？但常人之心既有所昏蔽，則其本體雖亦時時發見，終是暫時暫滅，非其全體大用矣。無所不中，然後謂之大本。



已自痛了，方知痛。知寒，必已自寒了。知饥，必已自饥了。知行如何分得开？此便是知行的本体，不曾有私意隔断的。圣人教人，必要是如此，方可谓之知。不然，只是不曾知。此却是何等紧切着实的工夫。如今苦苦定要说明知行做两个，是甚么意？某要说做一个，是什么意思？若不知立言宗旨，只管说一个两个，亦有甚用？”

〔注释〕

①宗贤：黄绾，字宗贤，号文庵。王阳明的弟子。

②惟贤：顾应祥，字惟贤，号箬溪。王阳明的弟子。

③孝：孝敬、孝顺父母及长辈。

④孝弟：即孝悌。儒家的重要思想。

〔译文〕

徐爱因为没有领会先生知行合一的训诫，就与宗贤、惟贤两人反复辩论，没有结果，于是向先生请教。

先生说：“试举例。”

徐爱说：“如今人们都知道对父母应孝，对兄长应敬，却不能孝，不能敬，可见知行分明是两回事。”

先生说：“这是被私欲迷惑了，已非知行的本体。事实上是没有知而不行的。知而不行，只是没有真知。圣贤教人知与行，正是要恢复原本的知与行，并非随便地告诉如何去知与行就了事。所以《大学》用‘如好好色’、‘如恶恶臭’来告诉人们什么是要恢复真正的知与行。见好色是知，喜好色是行。在见好色时就已经喜好了，不是在见了好色以后又起一个心去喜好的。闻恶臭是知，





厌恶恶臭是行。闻到恶臭时就已经厌恶了，不是在闻到恶臭以后又起一个心去厌恶的。如果一个人鼻塞，即使发现恶臭在前面，鼻子没有闻到也不会特别厌恶。这也只是他不曾知臭。比如说某人知孝、某人知悌，必定是那入已经做到了孝、悌。不是他只知道些孝、悌之类的话，就可以说他懂得孝、悌了。又比如知痛，必定是他自己痛了，才知痛的。知寒，必定是自己感到寒冷了。知饥，必定是自己饥饿了。知与行怎能分得开？这就是知行的本体，不曾被人的私欲迷惑。圣人教人，必定是如此才可以叫做知，否则只是不曾知。这是何其紧要实在的工夫啊！如今人们一定要把知和行说成两回事，是什么用意？假若不知道我立言的宗旨，只愿说一回事两回事，那又有什么用呢？”

（原文）

爱曰：“古人说知行做两个，亦是要人见分晓。一行做知的功夫，一行做行的功夫，即功夫始有下落。”

先生曰：“此却失了古人宗旨也。某尝说知是行的主意，行是知的功夫。知是行之始，行是知之成。若会得时，只说一个知，已自有行在；只说一个行，已自有知在。古人所以要既说一个知，又说一个行者，只为世间有一种人，懵懵懂懂的任意去做，全不思惟省察^①，也只是个冥行妄作^②。所以必说个知，方才行得是。又有一种人，茫茫荡荡，^③悬空去思索。全不肯着实躬行，也只是个揣摸影响。所以必说一个行，方才知得真。此是古人不得已补偏救弊的说话。若见得这个意时，即一言而足。今人却就将知行分作两件去做，以为必先知了，然后能行。我如今且去讲习讨论做知的工夫。待知得真了，方去做行的工夫。故遂终身不行，亦遂终身不知。此不是小病痛，其来已非一日矣。某今说个知行合一，正是对病的药，又不是某凿空杜撰。知行本体，原是如此。今若得知得宗旨时，即说两个亦不妨，亦只是一个。若不会宗旨，便说一个，亦济得甚事？只是闲说话。”

在一時一事固亦可謂之中和，然未可謂之大本達道。人皆欲盡心，和是人人原有的，豈可謂無？但常人之心既有所昏蔽，則其本體雖亦時時發見，終是暫時暫滅，非其全體大用矣。無所不中，然後謂之大本。無



〔注释〕

- ①思惟省察：思考琢磨。
- ②冥行妄作：愚昧妄为之意。
- ③茫茫荡荡：形容海阔天空，漫无边际。

〔译文〕

徐爱说：“古人把知与行分开讲，也是让人有个区别，一方面做知的功夫，一方面做行的功夫，这样功夫才能落实。”

先生说：“这样就丢弃古人的宗旨了。我曾说过知是行的主意，行是知的功夫。知是行的开始，行是知的成果。如果领会了知行的道理，只说一个知，已经有行在其中了；只说一个行，已经有知在其中了。古人之所以既说知又说行，只是因为世界上有一种人，只管懵懵懂懂地任意去做，全然不思考省察，只是愚昧妄为，因此必须说一个知，他才能行得端正。还有一种人，海阔天空漫无边际地思考，根本不愿踏实实行，所以说一个行，他才能知得真切。这是古人为补偏救弊不得已的说法。如果明白这点，一句话就够了。现在的人们却把知行分作两件事去做，认为是先知然后行。因此，我就先去讲习讨论，做知的功夫，等知的真切了，才去做行的功夫。所以，终生不能行，也终生不能知。这并非小问题，这种错误认识由来已久了。我现在说知行合一，正是对症下药，并不是我凭空捏造。知行本体原来就是如此。现在如果知道我立论的宗旨，即使是把知行分开说也无关紧要，其实仍是一体的。但如果不知道我立论的宗旨，即使说知行合一，又有什么用呢？不过是聊聊天罢了。”

〔原文〕

爱问：“‘尽心知性’^①，何以为‘生知安行’^②？”

先生曰：“性是心之体，天是性之原。尽心即是尽性。‘惟天下至诚为能尽其性，知天地之化育。’‘存心’者，心有未尽也。‘知天’如知州、知县之‘知’，是自己分上事，己与天为一。‘事天’如



子之事父、臣之事君，须是恭敬奉承，然后能无失。尚与天为二，此便是圣贤之别。至于‘夭寿不贰’其心，乃是教学者一心为善，不可以穷通夭寿^①之故，便把为善的心变动了。只去修身以俟命，见得穷通寿夭，有个命在。我亦不必以此动心。‘事天’，虽与天为二，已自见得个天在面前。‘俟命’，便是未曾见面，在此等候相似。此便是初学立心之始，有个困勉的意在。今却倒做了，所以使学者无下手处。”

〔注释〕

①尽心知性：孟子的哲学命题。意谓人们只要尽量发挥自己所具有的四种善心（恻隐、羞恶、辞让、是非之心），就能认识自己的本性。

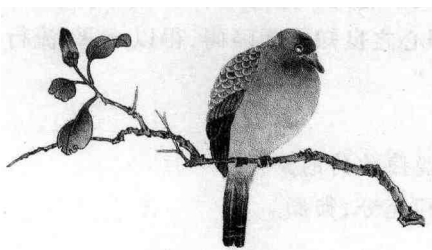
②生知安行：是阳明先生对“心本论”的自我诠释。

③穷通夭寿：指贫穷、通达、短命、长寿。这里指环境的好坏与生命的长短。

〔译文〕

徐爱问：“‘尽心知性’为什么就是‘生知安行’呢？”

先生说：“性是心的本体，天是性的本源。尽心就是尽性。《中庸》说：‘惟天下至诚为能尽其性，知天地之化育。’‘存心’就是没有尽心。‘知天’的‘知’如同知州、知县的‘知’，是自己分内的事，是自己与天合而为一。‘事天’犹如子侍父、臣事君一样，必须恭敬侍奉，才能没有过失。这时，还是与天相对为二，这就是圣与贤的区别。至于‘夭寿不二’的意思，是教导学习的人一心为善，不能因为环境好坏或寿命长短而让为善的心改变了。





只去修身等待命运的安排，认识到人的困厄通达长寿短命是命中注定的，我也不因此而动心。‘事天’，虽与天相对为二，但已看到天在前面。‘俟命’，就是未曾见面，在这里等待。这就是初学的人确立志向的开端，有一种在困境中努力的精神。而朱子却与此相背，因此使学习的人无从着手。”

（原文）

爱曰：“昨闻先生之教，亦影影^①见得功夫须是如此。今闻此说，益无可疑。爱昨晓思，‘格物’的‘物’字，即是‘事’字，皆从心上说。”

先生曰：“然。身之主宰便是心，心之所发便是意，意之本体便是知，意之所在便是物。如意在于事亲，即事亲便是一物；意在于事君，即事君便是一物；意在于仁民爱物，即仁民爱物便是一物；意在于视听言动，即视听言动便是一物。所以某说无心外之理，无心外之物。《中庸》言‘不诚无物’，《大学》‘明明德’之功，只是个诚意，诚意之功，只是个格物。”

先生又曰：“‘格物’如孟子‘大人格君心’之‘格’。是去其心之不正，以全其本体之正。但意念所在，即要去其不正，以全其正，即无时无处不是存天理，即是穷理。‘天理’即是‘明德’，‘穷理’即是‘明明德’。”

又曰：“知是心之本体，心自然会知。见父自然知孝，见兄自然知弟，见孺子入井，自然知恻隐。此便是良知，不假外求。若良知之发，更无私意障碍，即所谓‘充其恻隐之心，而仁不可胜用矣’。然在常人不能无私意障碍，所以须用‘致知’、‘格物’之功，胜私复理。即心之良知更无障碍，得以充塞^②流行，便是致其知。知致则意诚。”

（注释）

①影影：隐隐约约的意思。

②充塞：即充分，彻底。



〔译文〕

徐爱说：“昨天听了先生的教诲，也隐约觉得功夫应当如此。现在听了先生这些解释，我疑虑全消。我昨天清晨想，‘格物’的‘物’，就是‘事’，都是就心而论的。”

先生说：“对。身的主宰就是心，心之所发就是意，意的本体就是知，意之所在就是物。比如，意在侍亲上，侍亲就是一物；意在事君上，事君就是一物；意在仁民、爱物上，仁民、爱物就是一物；意在视、听、言、动上，视、听、言、动就是一物。因此我认为无心外之理，无心外之物。《中庸》讲‘不诚无物’，《大学》的‘明明德’的功夫只是一个诚意，诚意的功夫，只是一个格物。”

先生又说：“‘格物’的‘格’，有如孟子所说的‘大人格君心’的‘格’，意思是去掉人心的不正，以保全本体的平正。而且在意念上就要去除歪邪以保全平正，亦即无时无刻不是存天理，也就是穷理。‘天理’即‘明德’，‘穷理’即‘明明德’。”

先生接着说：“知是心的本体，心自然能知。看见父亲自然知道孝顺，看见兄长自然知道恭敬，看见小孩落井自然有同情之心。这就是良知，不用向外求取。如果良知显出，又没有私欲迷惑，这就是《孟子·尽心上》所说的‘充其侧隐之心，而仁不可胜用矣’。然而对于一般人来说，不可能没有私欲迷惑，所以必须用‘致知’、‘格物’的功夫，战胜私欲恢复天理。这样，人心的良知就再也无障碍，就能够充分显示，这就是致其知。知致就能意诚。”

〔原文〕

爱问：“先生以‘博文’为‘约礼’功夫。深思之，未能得，略请开示。”

先生曰：“‘礼’字即是‘理’字。理之发见^④可见者谓之‘文’。‘文’之隐微不可见者谓之‘理’，只是一物。‘约礼’只是要此心纯是一个天理。要此心纯是天理，须就‘理’之发见处用功。如发见于事亲时，就在事亲上学存此天理；发见于事君时，就在事君上

在一時一事固亦可謂之中也 然未可謂之大本達道 人皆皆善 中
和是人人原有的 豈可謂無？但常人之心既有所昏蔽 則其本體雖亦時
時發見 終是暫時暫減 非其全體大用矣 蓋所不中 然后謂之大本 無