

国  
学  
大  
书  
院

三秦出版社

# 四书五经

中国古代科举人仕的必读书

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



经典  
珍藏版  
超值价  
册原图书

B2221-1-1  
乙

# 四书五经

三秦出版社



「春秋」孔丘  
「战国」孟轲  
等·著 吴如芝·编译

精 美 插 图 本

## 图书在版编目(CIP)数据

四书 / (春秋) 孔丘; 吴茹芝编译.

五经 / (战国) 孟轲等著; 吴茹芝编译.

— 西安: 三秦出版社, 2007.8

(国学大书院)

ISBN 978-7-80736-168-8

I. ①四… ②五… II. ①孔… ②吴… ③孟…

④吴… III. ①四书—通俗读物 ②五经—通俗

读物 IV. B222.1-49 Z126.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字

(2007) 第 093338 号

书 名 四书五经  
作 者 [春秋] 孔丘 [战国] 孟轲等著  
吴茹芝编译  
责 编 高峰等  
封面设计 陈 非  
内文制作 火云鹤  
策 划 以 洋 忠 平  
法律顾问 沙庆超

出版发行 三秦出版社  
地 址 西安市北大街 147 号  
电 话 (029) 87205106  
邮政编码 710003  
经 销 全国新华书店  
印 刷 万裕文化产业有限公司  
开 本 787 × 1092 1/16  
印 张 20  
插 页 4  
字 数 300 千字  
版 次 2007 年 8 月第 1 版  
印 次 2007 年 8 月第 1 次印刷  
标准书号 ISBN 978-7-80736-168-8  
定 价 19.80 元

版权所有, 侵权必究

凡有缺页、倒页、脱页, 可与工厂直接调换。

联系电话: 029-87332772



## 前言

《四书五经》是中国古代最重要、最权威的典籍，构成了中国传统文化的基本框架，是中华文明的精神基础，同时也是先秦历史、文化和思想的记录和总结。《四书五经》是九本书的合称，即《大学》《中庸》《论语》《孟子》《周易》《尚书》《诗经》《礼记》《左氏春秋》。

《大学》是儒家的代表作之一，相传为孔子的学生曾子（曾参）所著。它与《中庸》《论语》《孟子》合称“四书”，是宋代以后士人学子必读的教科书。《大学》以人的修身为核心，提出“自天子以至于庶人，壹是皆以修身为本。”格物、致知、诚意、正心为修身的方法。强调人的修身养性不只是内省的过程，更是同外物相接触，穷究物理而获得知识、培养道德品性、完善人格的过程。修身的目的在于齐家、治国、平天下。

《中庸》是儒家的重要经典，强调“诚”，认为“诚”是实现“中庸之道”的关键。《中庸》是宋以后儒者研读的重点。儒学，特别是理学中的许多概念、命题出自《中庸》，许多理学大家持守《中庸》的信条，许多儒者用《中庸》的方法论思考，从而可以看出《中庸》对中华文明的形成有着深远的影响。

《论语》是一部记录孔子及其弟子言行的书。孔子死后由其弟子或再传弟子辑录整理而成。孔子，名丘，字仲尼，春秋时鲁国陬邑（今山东曲阜）人。儒家学派的创始人，中国古代最著名的思想家、政治家、教育家。《论语》全书共20篇，493章，其内容涉及广泛，涵盖了哲学、政治、伦理、经济、文学、道德等诸多方面，是研究孔子思想及其儒家学说的主要资料。

《孟子》是儒家的主要经典，由孟子与其弟子以散文的形式合作撰写而成。其内容涵盖了孟子的政治思想、哲学理念以及人生道德修养等诸多方面。孟子名轲，战国时邹（今山东邹城市）人。孟轲是鲁国贵族孟孙氏之后，出生时家道已衰落。据说在孟轲很小的时候父亲就去世了，孟轲主要由母亲抚养成人。孟母很重视对孟子的教育，历史上广泛流传着“孟母三迁”、“孟母断机杼”的故事，足见其良苦用心。在母亲的精心教诲下，最终成为战国时期杰出的思想家和教育家，他继承并发展了孔子思想，成为战国中期儒家学派最有权威的代表人物。在封建社会中，孟子被推崇为仅次于孔子的第二位圣人，号称“亚圣”。

《孟子》全书包括《梁惠王》《公孙丑》等七篇，既吸收了《论语》中的精华，也接受了《大学》《中庸》的特点。它详实地记载了孟子的思想、言论和事迹，保存了丰富的史料，是研究孟子思想和先秦文学、历史、经济与哲学的重要著作。全书35000字，说理精辟，文字流畅，语言形象，不仅是儒家的代表作，也是一部优秀的古代散文集。与《论语》一样，《孟子》在中国思想史和文化史上的地位无可替代，对于中国人的思想和道德观念的形成与稳定发展具有决定性的作用，因此，在中国先秦以后孔、孟并举，他们的学说统称为“孔孟之道”。

《周易》也叫《易经》，至少从战国时代起，就被看作中国古代儒家学派的经典著作之

一，后来被列为儒家经典之首。《周易》的“周”指周代，“易”是变化的意思，按照古书记载，易有“三易”，即《连山》《归藏》《周易》。春秋时代，《周易》作为占筮书流行，不断有人对它进行解释和研究，其中也包括孔子。到战国时，便出现了《易传》七种十篇，称为“十翼”。后来《易传》被编入《易经》，就成了我们今天所见到的《周易》。《周易》包括两部分：第一部分称为易经，即易的本身，包括六十四卦、卦形、卦名、卦辞、爻题、及爻辞。第二部分称为易传，包括彖、象、系辞、文言、说卦、序卦、杂卦七个题目十篇文章。

《尚书》是我国最早的政事史料汇编。根据《汉书·艺文志》的记载，《尚书》是孔子整理的，共一百篇，其基本内容是虞、夏、商、周君王的文告和君臣的谈话记录，按时间顺序可分为《虞书》《夏书》《商书》《周书》四个部分。《尚书》最早只叫做《书》，汉代称《尚书》，意为“上古之书”。后来，儒家把《尚书》尊奉为经，所以又称《书经》。

《尚书》是古代的重要文献，西汉武帝时被列为儒家五经之一，是士子科举进身的必读之书。其内容涉及我国远古至周这段漫长历史时期的天文、地理、政治、军事、法律等方面知识，是一部记言体史书。

《诗经》是我国第一部诗歌总集。先秦时代称为“诗”或“诗三百”，孔子对其作过整理。汉武帝时采纳董仲舒“罢黜百家，独尊儒术”的建议，“诗”被尊为经典，定名为《诗经》。现存的《诗经》共收录诗歌305篇，包括西周初年到春秋中叶共500余年的民歌和朝庙乐章，传统分为风、雅、颂三类。风包括周南、召南、邶、鄘、卫、王、郑、齐、魏、唐、秦、陈、桧、曹、豳十五国风，大部分为东周时期的作品，小部分为西周后期的作品，以民歌为主。雅包括大雅和小雅，共105篇，是周王朝直接统治地区——王畿地区的作品，均为周代朝廷上的乐歌，多为朝廷官吏所作。颂包括周颂、鲁颂和商颂，共40篇。

《诗经》作为一部经典对我国的历史文化产生着极其广泛而深远的影响，是中华民族宝贵的精神文化财富。《诗经》以其丰富的内涵和深刻的思想性为我们描绘了一幅无比生动的社会历史画卷，为我们研究周代政治、经济、文化、历史、社会提供了珍贵的史料。

《礼记》为秦汉以前各种礼仪论著的选集，相传系西汉戴圣编撰，共49篇，多为孔门弟子所记，是研究中国古代社会历史、政治制度、儒家学说的重要参考书。《礼记》是中华文化的元典之一，数千年来，它以其深厚的哲学底蕴塑造了我们民族的品格，为我们提供了具有普遍意义的价值观、伦理观、道德观、人生观。

《左传》原名《左氏春秋》，后人将它配合《春秋》作为解经之书，称《春秋左氏传》，简称《左传》。是我国现存最早的编年体史书，起自鲁隐公元年（前722），迄于鲁哀公二十七年（前468），是学习、研究先秦历史、文学、哲学和语言必读的典籍。

《四书五经》翔实地记载了中华民族思想文化发展史上最活跃时期的政治、军事、外交、文化等方面的史实资料以及影响中国文化几千年的孔孟重要哲学思想。它不仅是中国古代统治者几千年来钦定的教科书，而且还被西方学者誉为世界四大思想宝库之一。时至今日，《四书五经》所记载的内容及哲学思想仍对我们现代人具有积极的意义和重要的参考价值。

本书编排严谨，校点精当，并配以精美的插图，以达到图文并茂、生动形象的效果。此外本书版式新颖，设计考究，双色印刷，装帧精美，除供广大读者阅读欣赏外，更具有极高的研究、收藏价值。

编者  
2007年7月

## 目 录

## 大 学

大 学 / 2

## 中 庸

中 庸 / 12

## 论 语

学而篇第一	/30	先进篇第十一	/ 64
为政篇第二	/32	颜渊篇第十二	/ 69
八佾篇第三	/35	子路篇第十三	/ 73
里仁篇第四	/39	宪问篇第十四	/ 78
公冶长篇第五	/42	卫灵公篇第十五	/ 84
雍也篇第六	/46	季氏篇第十六	/ 89
述而篇第七	/49	阳货篇第十七	/ 92
泰伯篇第八	/54	微子篇第十八	/ 96
子罕篇第九	/57	子张篇第十九	/ 98
乡党篇第十	/61	尧曰篇第二十	/102

孟 子

梁惠王章句 上	/105	离娄章句 下	/125
梁惠王章句 下	/112	万章章句 上	/127
公孙丑章句 上	/115	万章章句 下	/130
公孙丑章句 下	/117	告子章句 上	/134
滕文公章句 上	/118	告子章句 下	/137
滕文公章句 下	/120	尽心章句 上	/137
离娄章句 上	/122	尽心章句 下	/138

周 易

乾卦第一	/140	噬嗑卦第二十一	/155
坤卦第二	/141	贲卦第二十二	/156
屯卦第三	/142	剥卦第二十三	/156
蒙卦第四	/142	复卦第二十四	/157
需卦第五	/143	无妄卦第二十五	/158
讼卦第六	/144	大畜卦第二十六	/159
师卦第七	/145	颐卦第二十七	/159
比卦第八	/145	大过卦第二十八	/160
小畜卦第九	/146	坎卦第二十九	/161
履卦第十	/147	离卦第三十	/161
泰卦第十一	/148	咸卦第三十一	/162
否卦第十二	/148	恒卦第三十二	/163
同人卦第十三	/149	遁卦第三十三	/163
大有卦第十四	/150	大壮卦第三十四	/164
谦卦第十五	/150	晋卦第三十五	/165
豫卦第十六	/151	明夷卦第三十六	/166
随卦第十七	/152	家人卦第三十七	/166
蛊卦第十八	/153	睽卦第三十八	/167
临卦第十九	/153	蹇卦第三十九	/168
观卦第二十	/154	解卦第四十	/168

损卦第四十一	/169	渐卦第五十三	/178
益卦第四十二	/170	归妹卦第五十四	/179
夬卦第四十三	/171	丰卦第五十五	/180
姤卦第四十四	/171	旅卦第五十六	/181
萃卦第四十五	/172	巽卦第五十七	/181
升卦第四十六	/173	兑卦第五十八	/182
困卦第四十七	/173	涣卦第五十九	/183
井卦第四十八	/175	节卦第六十	/184
革卦第四十九	/175	中孚卦第六十一	/184
鼎卦第五十	/176	小过卦第六十二	/185
震卦第五十一	/177	既济卦第六十三	/186
艮卦第五十二	/178	未济卦第六十四	/187

## 尚 书

皋陶谟(虞书)	/189	微子(商书)	/199
益稷(虞书)	/190	牧誓(周书)	/200
甘誓(夏书)	/193	洪范(周书)	/201
汤誓(商书)	/193	酒诰(周书)	/204
盘庚(商书)	/194	多士(周书)	/207
高宗彤日(商书)	/198	无逸(周书)	/209
西伯戡黎(商书)	/199		

## 诗 经

关雎(周南)	/212	殷其雷(召南)	/216
卷耳(周南)	/212	摽有梅(召南)	/217
桃夭(周南)	/213	小星(召南)	/217
芣苢(周南)	/213	野有死麕(召南)	/217
汉广(周南)	/214	柏舟(邶风)	/218
汝坟(周南)	/215	击鼓(邶风)	/219
鹊巢(召南)	/215	谷风(邶风)	/219
草虫(召南)	/215	式微(邶风)	/220
行露(召南)	/216	北门(邶风)	/220



静 女(邶风)	/221	汾沮洳(魏风)	/237
新 台(邶风)	/221	园有桃(魏风)	/238
柏 舟(邶风)	/222	陟 岵(魏风)	/238
墙有茨(邶风)	/222	十亩之间(魏风)	/239
桑 中(邶风)	/222	伐 檀(魏风)	/239
相 鼠(邶风)	/223	硕 鼠(魏风)	/240
载 驰(邶风)	/223	蟋 蟀(唐风)	/241
硕 人(卫风)	/224	山有枢(唐风)	/241
氓(卫风)	/224	椒 聊(唐风)	/242
伯 兮(卫风)	/225	绸 缪(唐风)	/242
木 瓜(卫风)	/226	鸛 羽(唐风)	/243
黍 离(王风)	/226	无 衣(唐风)	/243
君子于役(王风)	/227	有杕之杜(唐风)	/243
采 葛(王风)	/227	葛 生(唐风)	/244
大 车(王风)	/228	采 芩(唐风)	/244
将 仲 子(郑风)	/228	车 邻(秦风)	/245
女曰鸡鸣(郑风)	/228	驷 骮(秦风)	/245
有女同车(郑风)	/229	小 戎(秦风)	/245
蔣 兮(郑风)	/229	蒹 葭(秦风)	/246
狡 童(郑风)	/229	黄 鸟(秦风)	/247
褰 裳(郑风)	/230	无 衣(秦风)	/247
风 雨(郑风)	/230	渭 阳(秦风)	/248
子 衿(郑风)	/231	宛 丘(陈风)	/248
扬之水(郑风)	/231	东门之枌(陈风)	/248
出其东门(郑风)	/231	衡 门(陈风)	/249
野有蔓草(郑风)	/232	东门之池(陈风)	/249
溱 洧(郑风)	/232	东门之杨(陈风)	/249
鸡 鸣(齐风)	/233	墓 门(陈风)	/250
著(齐风)	/233	防有鹊巢(陈风)	/250
东方之日(齐风)	/234	月 出(陈风)	/250
东方未明(齐风)	/234	株 林(陈风)	/251
南 山(齐风)	/234	泽 陂(陈风)	/251
甫 田(齐风)	/235	羔 裘(桧风)	/251
卢 令(齐风)	/236	隰有萋楚(桧风)	/252
敝 笱(齐风)	/236	蜉 蝣(曹风)	/252
猗 嗟(齐风)	/237	候 人(曹风)	/253
葛 屨(魏风)	/237	七 月(豳风)	/253

鸱 鸢 (豳风)	/255	青 蝇 (小雅)	/264
东 山 (豳风)	/255	宾之初筵 (小雅)	/264
鹿 鸣 (小雅)	/256	苕之华 (小雅)	/265
采 薇 (小雅)	/257	何草不黄 (小雅)	/266
鸿 雁 (小雅)	/258	绵 (大雅)	/266
鹤 鸣 (小雅)	/258	生 民 (大雅)	/267
斯 干 (小雅)	/259	板 (大雅)	/269
无 羊 (小雅)	/260	载 芟 (周颂)	/270
巧 言 (小雅)	/261	良 耜 (周颂)	/271
巷 伯 (小雅)	/262	有 駉 (鲁颂)	/271
大 东 (小雅)	/262	玄 鸟 (商颂)	/272
北 山 (小雅)	/263		

## 礼 记

晋献公杀世子申生	/274	苛政猛于虎	/278
曾子易箦	/274	晋献文子成室	/279
有子之言似夫子	/275	礼 运	/279
公子重耳对秦客	/276	学 记	/280
杜蕢扬觶	/277		

## 左 氏 春 秋

郑伯克段于鄢 (隐公元年)	/286	烛之武退秦师 (僖公三十年)	/299
周郑交质 (隐公三年)	/288	蹇叔哭师 (僖公三十二年)	/301
臧僖伯谏观鱼 (隐公五年)	/289	晋灵公不君 (宣公二年)	/302
臧哀伯谏纳郟鼎 (桓公二年)	/290	楚归晋知罃 (成公三年)	/304
季梁谏追楚师 (桓公六年)	/292	祁奚请免叔向 (襄公二十一年)	/305
曹刿论战 (庄公十年)	/293	子产告范宣子轻币 (襄公二十四年)	/307
宫之奇谏假道 (僖公五年)	/295	晏子不死君难 (襄公二十五年)	/308
齐桓公下拜受胙 (僖公九年)	/296	伍员奔吴 (昭公二十年)	/309
子鱼论战 (僖公二十二年)	/297	吴许越成 (哀公元年)	/311
展喜犒师 (僖公二十六年)	/298		

四书五经



藏書

大 学

四 书 五 经

大

学

◆ 0 0 1 ◆

## 大 学



## 【原文】

大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善。

## 【译文】

大学的宗旨是：发扬先天固有的德性，使人民受到感化，成为新人，以求达到最完善的境界。

## 【原文】

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。

## 【译文】

了解要达到的境界，然后才有确定的志向。有确定的志向，然后才能心静。心静然后才能安稳，安稳然后才能深思熟虑，深思熟虑然后才能达到善的最高境界。世上的事物都有本末始终，明确它们的先后次序，那就接近事物发展的规律了。

## 【原文】

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。

## 【译文】

古时候想要把彰明的天赋从个人推广到天下人，先要治理好自己的国家；要治理好自己的国家，先要整治好自己的家族；要整治好自己的家族，先要提高自身道德修养；要提高自身道德修养，先要端正自己的内心；要端正自己的内心，先要使自己意念真诚；要使自己意念真诚，先要招致自己的良知；要招致自己的良知，先要摒除物欲的蒙蔽。

## 【原文】

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。

### 【译文】

摒除物欲的蒙蔽而后良知苏觉，良知苏觉而后意念真诚，意念真诚而后内心端正，内心端正而后才能修养自身道德，修养自身道德而后才能整治自己的家族，整治自己的家族而后才能治理好自己的国家，自己的国家治理好才能天下太平。

### 【原文】

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】

从天子到平民，都要把提高自身品德作为根本。这一根本败坏了，却要治理枝末，那是不可能的；好比你尊重别人，别人却蔑视你，你轻蔑别人，那人却尊重你，这是不可能的。

### 【原文】

此谓知本，此谓知之至也。所谓诚其意者，毋自欺也。如恶恶臭，如好好色，此之谓自谦，故君子必慎其独也。

### 【译文】

这叫做知道根本。这就是认识的最高境界。所谓“诚意”，就是去恶就善，不要自己欺骗自己。譬如，对于坏的要像讨厌脏臭的东西一样，务求去掉，对于好的要像爱好美色一样，务求得到，这样才能称得起内心快活，所以君子务必要谨慎地对待自己独处的时候。

### 【原文】

小人闲居为不善，无所不至，见君子而后厌然，揜其不善，而著其善。人之视己，如见其肺肝然，则何益矣。此谓诚于中，形于外，故君子必慎其独也。

### 【译文】

小人闲居独处时，无恶不做。一见君子，他就觉得自己的行为不好，遮遮掩掩，企图把不好的方面掩藏起来，而将好的方面显露出来。但在别人看来，总好像看见他的肺肝一般，明白他是坏人而不是好人，这样的遮掩又有什么好处呢？这就叫心有诚意，自然会流露出来，所以，君子在独处时应该谨守道德才是。

### 【原文】

曾子曰：“十目所视，十手所指，其严乎！”富润屋，德润身，心广体胖，故君子必诚其意。

### 【译文】

曾子说：“众人的眼睛都在盯着他，众人的手都在指责他，这难道不恐怖吗？”有

钱人，房间装饰得很华丽；有道德的人，心广体胖，气宇不凡，所以君子务必要诚实其心意。

### 【原文】

《诗》云：“瞻彼淇澳，萋竹猗猗；有斐君子，如切如磋，如琢如磨；瑟兮侗兮，赫兮喧兮；有斐君子，终不可谖兮。”如切如磋者，道学也；如琢如磨者，自修也；瑟兮侗兮者，恂慤也；赫兮喧兮者，威仪也；有斐君子，终不可谖兮者，道盛德至善，民之不能忘也。

### 【译文】

《诗经》上说：“看那淇水弯曲处，绿竹茂盛；有个文雅的君子，好像切磋过的骨器、琢磨过的玉石一样；仪表庄重威严，品德光明显扬；这样富有文采的君子，永远不要忘记啊。”如切如磋，是说他治学精心；如琢如磨，是说他良好的修养；庄严、刚毅是说他有严肃谨慎的态度；盛大、光明是说他威严的仪表；这样文雅的君子永远不能忘记，是说他美好品德达到了至善的境界，百姓是不能忘记他的。

### 【原文】

《诗》云：“於戏前王不忘。”君子贤其贤而亲其亲，小人乐其乐而利其利，此以没世不忘也。

### 【译文】

《诗经》上说：“永远不要忘记先王啊。”君子崇敬先王所崇敬的贤德，热爱先王所热爱的人，平民也享受到前王所留下的安乐，获得先王所遗留下的利益，所以，这就是先王名垂千古，被人铭记的原因。



### 【原文】

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

## 【译文】

《康诰》上说：“能够发扬明德。”《大甲》上说：“经常思念上天所赋予的明德。”《帝典》上说：“要能发扬大德。”这都是说要使自己弘扬固有的明德。



## 【原文】

汤之《盘铭》曰：“苟日新，日日新，又日新。”《康诰》曰：“作新民。”《诗》曰：“周虽旧邦，其命惟新。”是故君子无所不用其极。

## 【译文】

商汤《盘铭》上说：“如果有一天能够弃旧自新，就要不断自新，每每坚持如此。”《康诰》上说：“使民众振作自新。”《诗经》上说：“周朝虽然是个古老的國家。但它秉承天命，弃旧图新。”所以，君子要想尽一切办法去追求完美，求得自新。

## 【原文】

《诗》云：“邦畿千里，惟民所止。”《诗》云：“缙蛮黄鸟，止于丘隅。”子曰：“于止，知其所止，可以人而不如鸟乎？”《诗》云：“穆穆文王，於缉熙敬止。”为人君，止于仁；为人臣，止于敬；为人子，止于孝；为人父，止于慈；与国人交，止于信。

## 【译文】

《诗经》说：“天子管辖的地区幅员广阔，是许多民众居住的地方。”《诗经》上说：“鸣叫的黄鸟，栖息在山边。”孔子说：“黄鸟起居时，都知道它应该栖息在哪，难道人还不如鸟吗？”《诗经》上说：“仪表堂堂的文王啊，他光明正大，人们无不崇敬。”做君主的要坚守仁；做臣子的要坚守敬；做子女的要坚守孝；做父亲的要坚守慈；和国人交往要坚守信。

## 【原文】

子曰：“听讼，吾犹人也，必也使无讼乎！”无情者，不得尽其辞，大畏民志。此谓知本。

## 【译文】

孔子说：“审判公案，我的能力与别人一样；但我力求使人不再发生诉讼！”让隐瞒实情、阴险狡诈的人，不敢花言巧语，并且引导民众敬服盛德。这就叫做认识根本的道理。



## 【原文】

所谓修身在正其心者：身有所忿懣，则不得其正；有所恐惧，则不得其正；有所好乐，则不得其正；有所忧患，则不得其正。心不在焉，视而不见，听而不闻，食而不知其味。此谓修身在正其心。

## 【译文】

所谓修养自身品德，在于端正自己的内心。心怀愤怒，内心就不能端正；自身有所畏惧，内心就不能端正；自身有所逸乐，内心就不能端正；自身有所忧患，内心就不能端正。不能集中心思，看东西就像看不见，听声音就像听不见，吃东西也不知道滋味。这就是说：修养自身品德在于端正自己的内心。

## 【原文】

所谓齐其家在修其身者：人之其所亲爱而辟焉，之其所贱恶而辟焉，之其所畏敬而辟焉，之其所哀矜而辟焉，之其所敖惰而辟焉。故好而知其恶，恶而知其美者，天下鲜矣。故谚有之曰：“人莫知其子之恶，莫知其苗之硕。”此谓身不修不可以齐其家。



## 【译文】

所谓整治自己的家族在于修养自身品德，是因为人们往往偏爱自己喜欢的人，人们对于自己所厌恶的人往往会偏恶，人们习惯于偏敬自己所敬畏的人，人们往往会偏护自己所同情的人，人们往往会偏轻自己所轻视的人。因此喜欢一个人

而知道他的缺点，讨厌一个人而了解他的长处，这样的人天下少有。所以有句俗话这么说：“人们没有知道自己孩子的缺点的，没有知道自己的禾苗茁壮的。”这就是说不修养自身品德，就不能够整治好家族。

## 【原文】

所谓治国必先齐其家者，其家不可教而能教人者，无之。故君子不出家而成教于国。孝者，所以事君也；弟者，所以事长也；慈者，所以使众也。《康诰》曰：“如保赤子。”心诚求之，虽不中，不远矣。未有学养子而后嫁者也。

## 【译文】

所以治理国家必先整治自己的家族，自己的家族不能教育好，而能教育好别人，那是没有的事。所以君子不出家族也能成功地教化邦国。家族中讲求的孝道可以用来侍奉国君，悌道可以用来侍奉长辈，慈道可以用来指挥民众。《康诰》说：“爱护