

王阳明

心学的智慧

宿春礼 / 编著

/ 为天地立心 /

/ 为生民立命 /

越是艰难处，越是修心时

继承绝学，为万世开太平



吉林文史出版社
JILIN WENHUA CHUBANSHE

中国人的『救世之学』

王阳明心学的智慧

宿春礼、编著



吉林文史出版社
JILINWENSHICHUBANSHE

图书在版编目 (CIP) 数据

王阳明心学的智慧 / 宿春礼编著. -- 长春: 吉林
文史出版社, 2018.10

ISBN 978-7-5472-5441-7

I. ①王… II. ①宿… III. ①王守仁 (1472-1528)
—心学—通俗读物 IV. ①B248.2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 222635 号

王阳明心学的智慧

书 名: 王阳明心学的智慧

编 著: 宿春礼

责任编辑: 程 明

封面设计: 冬 凡

文字编辑: 辛云梅

美术编辑: 牛 坤

出版发行: 吉林文史出版社

电 话: 0431-86037509

地 址: 长春市人民大街 4646 号

邮 编: 130021

网 址: www.jlws.com.cn

印 刷: 北京海石通印刷有限公司

开 本: 880mm × 1230mm 1/32

印 张: 8 印张

字 数: 155 千字

印 次: 2018 年 10 月第 1 版 2018 年 10 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5472-5441-7

定 价: 36.00 元

前言

“为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平。”这是宋代学者张载提出的儒家最高道德理想，以此来形容王阳明的一生亦不为过。王阳明生平命运多舛，屡试未中，及第之后入朝为官，在任兵部主事时，因反对刘瑾等宦官为政，被贬谪为龙场的驿丞，后来受朝廷重用，平乱屡建世功，荣封“新建伯”，官至南京兵部尚书。在学术思想方面，他继承宋代大儒陆九渊的心学，以自己的体悟加以完善，形成了独具一格的心学体系。纵观王阳明的生命历程，虽然一路坎坷，但他世功显赫，学名昭昭，成为中国历史上在立德、立功、立言三方面都有显著作为的大家。中国著名学者郭沫若先生曾说：“王阳明是伟大的精神生活者，他是儒家精神的复活者。”哈佛大学教授杜维明甚至认为，王阳明是近五百年来儒家的源头活水。可见，王阳明在中国传统儒家文化精神的传承和立新两方面的重要地位。

王阳明的心学，大致可分为三个部分：心即是理的人生论，知行合一的认识论，致良知的修养学说。心是天地万物的主宰，心外无理、心外无物，是心学说的基本观点。王阳明认为人心是根本

的问题，是产生善与恶的源头。任何外在的行动、事物都是受思想支配的，一切统一于心。针对当时社会言行不一的弊病，王阳明提出了知行合一说，纠正了朱熹先知后行的知行观。他认为知和行是不能分离的，知是行的主意，行是知的功夫；知是行之始，行是知之成。总之，有知必有行，有行必有知。王阳明摸索的致良知的道路，用他自己的话说是“从百死千难中得来”，是“千古圣贤相传的一点儿真骨血”。良知人人都有，致良知就是让心回到“无善无恶”明洁的本真状态，是通过主体的意识达到自我道德的修养，规范自我的行为。致良知被称为王阳明心学的核心部分。从良知出发，人人皆是平等的，凡人也可以成为圣人。只要维护心为本体，做到心外无物，追求透彻的本心，便没有什么困难可言！

王阳明的心学不仅对当时的社会产生了巨大的影响，而且对现在的社会也具有深刻的意义。王阳明的心学高扬主体意识，强调内心的力量，追求透明本心、胸中洒脱，对改善现代人的精神状态有着积极的作用，可以让疲惫脆弱的现代人重新获得强大的内心，在浮躁的社会中获得内心的宁静、充实与幸福。本书从现代人立身处世的需要出发，以通俗易懂的文字深入阐释了王阳明在立志、修心、仁爱、至诚等方面修身处世的人生智慧，以期帮助读者正确地理解王阳明的言论及其心学的基本宗旨。

目 录

序

王阳明心学的影响

01 / 心学的流传

06 / 心学对中国的影响

10 / 心学对其他国家的影响

第一章

宽心：身安不如心安，屋宽不如心宽

13 / 欲修身，先养心

16 / 看破繁华，不动于气

19 / 不忙不乱，不焦不躁

22 / 身处泥泞，遥看满山花开

24 / 心狭为祸之根，心旷为福之门

27 / 空心，才能容万物

第二章

诚心：持纯粹心，做至诚人

31 / 真心着眼，敦本尚实

34 / 保持本色，出以真情

37 / 朴实的人生态度

40 / 清水芙蓉，纯然初心

42 / 君子养心莫善于诚

45 / 至诚胜于至巧

第三章

进取心：立志由心，量力而行

48 / 志不立，天下无可成之事

51 / 心之所想，力之所及

54 / 志当存高远，路从脚下行

57 / 人贵有自知之明

第四章

道德心：小赢靠智，大赢靠德

61 / 君子如玉亦如铁

64 / 养一身浩然正气

66 / 顶天立地，刚正不阿

68 / 好德如好色

第五章

孝敬心：以孝安家，以敬持家

73 / 孝顺在当下

77 / 百善孝为先，原心不原迹

80 / 孝是一种生存品质

83 / 能养只是一半的孝

86 / 时刻念父母生养之恩

第六章

素净心：减一分人欲，得一分轻快

90 / 身外物不奢恋

94 / 心安理得，知足常乐

97 / “财”是静心的拦路虎

100 / 养心在于寡欲

103 / 淡泊以明志，宁静以致远

106 / 徒有虚名不中用

109 / 少一些机心，少一些痛苦

第七章

决心：知行合一，言行一致

112 / 慎思之，笃行之

115 / 把学问用在实处

118 / 千里之行，始于当下

121 / 成功不在难易，在于身体力行去做

124 / 大胆尝试，实践出真知

128 / 不逆不臆，言行一致

第八章

忍耐心：岁寒，然后知松柏之后凋也

132 / 苦是乐的源头，乐是苦的归结

135 / 面对成败淡定处之

139 / 耐住等待，才能苦尽甘来

141 / 苦不入心，生命自有芳华

144 / 人生需要反复磨炼

147 / 深陷逆境，其实“别有洞天”

150 / 寂寞是最大的考验

第九章

反省心：静察己过，不论他人是非

154 / 自省是涤荡心灵的清泉

- 158 / 静察已过，勿论人非
160 / 静时存养，动时省察
163 / 君子改过，人皆仰之
167 / 反观自身，不断自我提升

第十章

谨慎心：三思而后言

- 170 / 有糖衣的逆言易被接受
173 / 言辞不可太露骨
176 / 嘴巴闭关，舌头收箭
179 / 好话说过了不如不说
182 / 少妄言，多好话

第十一章

利他心：己所不欲，勿施于人

- 186 / 善待别人就是善待自己

- 189 / 自利则生，利他则久
192 / 爱出者爱返，福往者福来
194 / 与人为善，暖人暖己
197 / 爱人者人爱之
199 / 诸恶莫做，众善奉行

第十二章

谦卑心：谦受益，满招损

- 203 / 不争才是最大的争
205 / 在其位，善谋其政
208 / 低头是一种智慧
210 / 位高不自居，功高不自傲
213 / 与贪婪断交，与清风做伴
216 / 礼让功劳，不露锋芒
219 / 在低潮时前进，在高潮时退出

第十三章

彻悟心：入世心做事，出世心做人

223 / 随性生活，顺其自然

226 / 从心所欲不逾矩

229 / 以出世心境，做入世事业

232 / 同流世俗不合污，周旋尘境不流俗

235 / 三分能力，七分责任

238 / 生命不在于拥有，而在于有用

240 / 前半生不要怕，后半生不要悔

丨 序 王阳明心学的影响

心学的流传

在明朝的历史中，王阳明是一个非常重要的人物，他是著名的哲学家、教育家，是心学的重要代表人物。

王阳明自幼习文，精读史书，11岁便能作诗；12岁时立志要“读书做圣人”，而不是读书登第做状元；15岁，独自出塞练习射箭、骑马，并且考察军事；17岁，在新婚之夜不见了踪影；28岁举进士；34岁因仗义抗旨，惹怒了宦官刘瑾被关进牢狱，随后被发配

到贵州龙场做驿丞，却在此荒僻之地悟出了圣人之道；3年之后，调往江西庐陵任知县。此后，他一介书生却身历疆场指挥作战，屡战屡胜。官至南京兵部尚书，被封新建伯。这期间，还平定皇室内部的叛乱，活捉军事政变的主谋——宁王朱宸濠。

除了建立事功之外，王阳明还精通儒、释、道三家之说，最后成为心学的集大成者，把中国古代的哲学推上了一个新的高度。他提出“致良知”“知行合一”等思想，广收门徒，传道讲学，其影响深远而广泛，不仅被后世人称为达到“立德”“立功”“立言”的“真三不朽”之人，还被日本、东南亚一些国家和地区推崇。如，日本大将东乡平八郎在击败俄国海军后亮出一个腰牌：“一生俯首拜阳明”，“阳明”就是王阳明。后世研究王阳明形成了一种专门的学问——心学。

王阳明被世人称为“百世之师”，心学主张包含了哲学、经济、政治、教育、文化等各方面的内容，学术思想精深，内容极其丰富。

在明代学界，王阳明的心学掀起了轩然大波，成为波澜壮阔的主流思想之一。“龙场悟道”是王阳明心学的起点，这为心学的发展奠定了基础。

之后心学构建起了“心即理”“知行合一”“致良知”的基本理论框架。心学在继承了孔孟学派的“良知”“尽心”，以及陆九渊的“心即理”等学说的基础上，批判地吸收了朱熹先验范畴的“理”

为本体学说。

从思想史的发展轨迹看，心学可以说是儒学的自我革新，也是儒学的最后一个高峰。在世界观上，王阳明坚持“理”主宰主体“心”的理念论，建立起了以“心”为本，以“心即理”为第一原理的心性主体论。他提出“知行合一”，认为知与行不仅是一种言说，而且应是言说的当下行为现身。心学对良知所做的先验道德本体的构想，发展了孔孟的学说。王阳明说：“致良知是学问大头脑，是圣人教人第一义”，致了“良知”便是“尽心知性”，就成了圣人。此外，王阳明提倡圣凡平等观，认为圣人与凡人一样，并不是什么都知道并能做到的，只是他们能够发现自己的良知。因此，在他看来，圣人和凡人只有一点差别，在于能不能发现自己内心的良知。

心学的流传使得很多人都远道来求学。因此有人说：“守仁弟子盈天下，其有传者不复载。”王学流传后世主要是泰州和龙溪两个学派。泰州指的是王银（后改名王艮）及其学派，龙溪指的是王畿及其学派。

王艮是心学最重要的代表人物，也是泰州学派的创始人。王艮的思想以阳明心学为源，却又不囿于此。他的学识博大精深、包含很广，在哲学、伦理、社会政治以及教育、文化等方面，都有丰富翔实的论述，构成了泰州学派的基本思想和基本特色。王艮的“百姓日用是学”“百姓日用之道”，是他思想的闪光点和泰州学派思想的主旨。他把“天理”称作“天然自有之理”，事实上是等于“认

欲为理”，把人的生理需求和物质欲望看作是“天理”的一部分。王艮把“天然自有之理”称作“天理良知”。他所提倡的“格物说”，构成他讲学传道的思想基础。王艮说道，“身是本，天下国家是末”，“格物”必先“正己”，“本治而末治，正己而物正”。王艮的这些话，明白地指出“正人必先正己”。

独领一代思想的领袖风骚、占中国哲学史一席之地的王艮和他所创建的泰州学派，从形成起就受到人们的许多好评。黄宗羲曾在他的巨著《明儒学案》中说道：“阳明先生之学，有泰州、龙溪而风行天下……泰州以后，其人多能赤手以搏龙蛇……遂复非名教之所能羁络矣……诸公掀翻天地，前不见有古人，后不见有来者。”从中可以看到黄宗羲对王艮的肯定。

王龙溪是明朝中晚期心学的代表人物，对心学的发展有着重大的贡献，且对日本阳明学的形成与发展有深远影响。龙溪学派进一步吸纳了佛家、道家的思想方法与成果。“念”是王龙溪思想中特别重要的观念，一念功夫不仅在他的思想系统内统合了用力于良知心体的先天正心功夫和用力于经验意识的后天诚意功夫，而且也让王阳明以诚意为中心的致良知功夫论得到了进一步的深化。

王龙溪比较关切的是王阳明对于无之精神境界的追求。他对于佛教的人生境界的吸收和融合也比王阳明彻底，这是龙溪所做的最有价值的学说。此外，龙溪对于王阳明的良知说也提出了自己的见解。在王阳明以“知是知非论良知”的基础上，他提出“四无”的