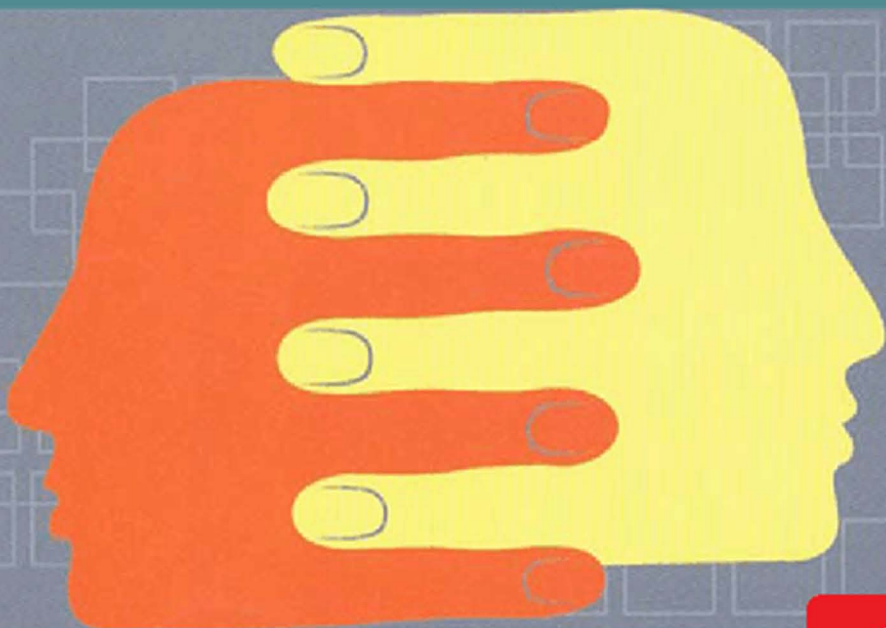


# 大学·中庸

(战国) 子思著；李颖婷编译。



陕西新华出版传媒集团  
三秦出版社



# 大学·中庸

陕西新华出版传媒集团  
三 秦 出 版 社

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

大学·中庸 / (春秋) 曾参, (战国) 子思著;  
李颖婷编译. — 西安: 三秦出版社, 2018.1

(国学经典10元本 / 支旭仲主编)

ISBN 978-7-5518-1759-2

I. ①大… II. ①曾… ②子… ③李… III. ①儒家  
IV. ①B222.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2018) 第014457号

## 大学·中庸

[春秋] 曾参 [战国] 子思 著 李颖婷 编译

---

出版发行	陕西新华出版传媒集团	三秦出版社
社 址	西安市北大街147号	
电 话	(029) 87205121	
邮政编码	710003	

---

印 刷	陕西金德佳印务有限公司	
开 本	850mm × 1168mm	1/32
印 张	5.25	
字 数	155千字	
版 次	2018年6月第1版	2018年6月第1次印刷
标准书号	ISBN 978-7-5518-1759-2	
定 价	10.00元	

---

网 址 <http://www.sqcb.cn>

## 前 言

《大学》《中庸》本是《礼记》中的两篇，《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。《大学》认为，治国、平天下应以德为本。《中庸》强调“诚”，认为“诚”是实现“中庸之道”的关键。

《大学》原为《礼记》第四十二篇，在唐以前并没引起人们的特别关注。至唐代，韩愈等引用《大学》后始为人所注目。到宋代，理学创始人程颢、程颐非常重视《大学》，称之为：“孔氏之遗书，而初学入德之门也。”南宋理学集大成者朱熹说：“天运循环，无往不复。宋德隆盛，治教休明。于是河南程氏两夫子出，而有以接乎孟氏之传。实始尊信此篇而表章之，既又为之次其简编，发其归趣，然后古者大学教人之法、圣经贤传之指，粲然复明于世。”后来朱熹又在二程的基础上，把《大学》重新编排整理，分为“经”一章，“传”十章。认为：“经一章盖孔子之言，而曾子述之；其传十章，则曾子之意而门人记之也。”就是说，“经”是孔子的话，曾子记录下来；“传”是曾子解释“经”的话，由曾子的学生记录下来。朱熹对《大学》的解释，是一种重新阐释，换言之，是从理学角度的新解，充分体现了心性之学，使《大学》升华为哲学。从此理学不仅接续道统之传，还有了自己的规模和节次。

《中庸》是儒家的重要经典，它同《易经》一样，都是儒家的理论渊藪。不过《易经》比《中庸》影响大，涵盖面广，而《中庸》是宋以后儒者研读的重点。儒学，特别是理学中许多概念、命题出自于《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。由此可以看出，《中庸》对中华文明的形成有着深远的影响。

此外，本次出版我们还把《论语》中的部分经典语句附于书后，以使读者能从多个方面了解儒家学说。

编者

2018年1月

# 目 录

## 大 学

经 文	1
传 文	6
第一章 释“明明德”	6
第二章 释“新民”	8
第三章 释“止于至善”	10
第四章 释“本末”	14
第五章 释“格物致知”	15
第六章 释“诚意”	18
第七章 释“正心修身”	21
第八章 释“修身齐家”	23
第九章 释“齐家治国”	25
第十章 释“治国平天下”	29

## 中 庸

第一章 纲领	40
第二章 知人	44
第三章 正心	46
第四章 正心	47
第五章 修身	49

第六章 审问·····	50
第七章 明道·····	51
第八章 正心·····	53
第九章 正心·····	54
第十章 明道·····	56
第十一章 正心·····	58
第十二章 知物·····	60
第十三章 笃行·····	62
第十四章 修身·····	65
第十五章 齐家·····	67
第十六章 齐家·····	69
第十七章 知天·····	71
第十八章 齐家·····	73
第十九章 齐家·····	75
第二十章 治国·····	78
第二十一章 知性·····	87
第二十二章 诚意·····	88
第二十三章 诚意·····	90
第二十四章 治国·····	92
第二十五章 诚意·····	93
第二十六章 博学·····	95
第二十七章 修身·····	98
第二十八章 明道·····	100
第二十九章 明辨·····	103
第三十章 知法·····	106
第三十一章 修身·····	107
第三十二章 诚意·····	109
第三十三章 正心·····	111
附：论语名句·····	116

# 大 学

## 经文

### 【原文】

大学之道<sup>[1]</sup>，在明明德<sup>[2]</sup>，在亲民<sup>[3]</sup>，在止于至善<sup>[4]</sup>。

### 【注释】

[1] 大学之道：大学，大人之学。古人八岁入小学，识文及学洒扫应对之事。十五岁入大学，学做人及治国、平天下的大道理。大学之道，即大学的原则、教育方针。

[2] 明明德：前一“明”是动词，意使彰明、显明。后一“明”是形容词，即光明的、美好的。明明德，是说人应将生来具有的光明之德发扬光大。

[3] 亲民：亲，古时有两种解说。朱熹沿袭程子的说法解“亲”为“新”，即革其旧之谓。“新民”是说人已自明其德，又当推以及人，使之去其旧污，做一个新民。今从朱熹之说。

[4] 止于至善：达到最完美的境界。止，就是达到之意。至善，就是最善。“止于至善”是说对己应发扬光大光明之德，对人则应亲民，人能做到这两方面，就达到了至善的境界。“明明德”“亲民”“止于至善”被称为“大学”的三纲领。



孔子

### 【译文】

大学里所讲的圣王之道是：发扬先天固有的光明的德性，革新人们旧思想和习气，以求使人们达到最完美的道德境界。

### 【原文】

知止而后有定<sup>[1]</sup>，定而后能静，静而后能安，安而后能虑，虑而后能得<sup>[2]</sup>。物有本末<sup>[3]</sup>，事有终始，知所先后<sup>[4]</sup>，则近道矣。

### 【注释】

[1] 知止：能够知道所当止的地步。指上文所说的“止于至善”。

[2] 得：指有所收获，得到至善。《孟子·告子上》：“心之官则思，思则得之，不思则不得也。”

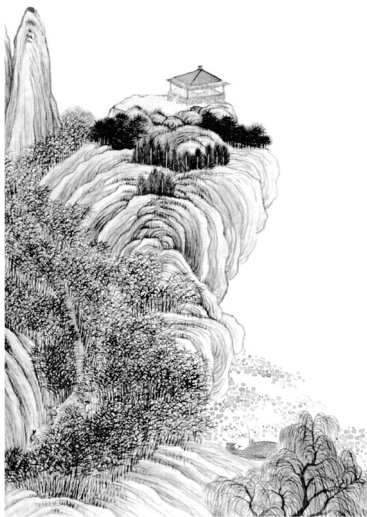
[3] 本末：指树的根部与树梢。引申为事物的根本与枝节之间的关系。

[4] 知所先后：意指能够知道和把握道德修养的先后次序。

### 【译文】

知道所应达到的理想境界是“至善”，而后才能有确定的志向；有了确定的志向，而后才能内心宁静；内心宁静而后才能泰然安稳；泰然安稳而后才能行事思虑周详；行事思虑周详而后才能达到理想境界。

世上万物都有根柢和树梢，天下万事都有结局和发端。能够明白它们的先后次序，那么，就能够接近大学的原理了。



## 【原文】

古之欲明明德于天下者，先治其国<sup>[1]</sup>；欲治其国者，先齐其家<sup>[2]</sup>；欲齐其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心<sup>[3]</sup>；欲正其心者，先诚其意<sup>[4]</sup>；欲诚其意者，先致其知<sup>[5]</sup>；致知在格物<sup>[6]</sup>。

## 【注释】

[1] 国：指古代诸侯的封地。

[2] 齐：整顿、治理。家：指大夫之家族。

[3] 正：端正。心：朱熹言：“心者，身之所主也。”

[4] 诚：诚实。意：心之所发为意。诚其意，谓心意诚实不自欺。

[5] 致：推极。知：即识。致其知，达到明确的认识。

[6] 格：至，到达。物：事。格物，朱熹言：“穷至事物之理，欲其极处无不到也。”指与事物相接触，能够穷究物理。

## 【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，先要达到明确的认知；要达到明确的认知，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<sup>[1]</sup>。

## 【注释】

[1] 格物、致知、诚意、正心、修身、齐家、治国、平天下，此八项，被称为“大学”的八条目。

【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】

自天下以至于庶人<sup>[1]</sup>，壹是皆以修身为本<sup>[2]</sup>。其本乱而未治者，否矣<sup>[3]</sup>；其所厚者薄，而其所薄者厚，未之有也<sup>[4]</sup>。

【注释】

[1] 庶人：百姓，平民。《荀子·王制》言：“君者，舟也。庶人者，水也。水则载舟，水则覆舟。”

[2] 壹：都，一概。

[3] 否矣：未有之事。

[4] 所厚：朱熹言：“谓家也。”人的处事做人，不能无亲疏厚薄，对父应孝，对兄应悌；不孝父而孝他人之父，不敬兄而敬他人之兄，这应该是厚的反薄，薄的反厚，是决不会有的。

【译文】

从天子到平民，都要把修养自身道德作为根本。一个人自身的道德败坏，却要整治家族、治理国家、使天下太平，那是不可能的。他所尊重的人轻视他，他所轻视的人却尊重他，这样要达到整治家族、治理国家、使天下太平，那是从来也没有过的。

【朱熹提示】

右经一章<sup>[1]</sup>。盖孔子之言<sup>[2]</sup>，而曾子述之<sup>[3]</sup>。其传十章<sup>[4]</sup>，则曾子之意，而门人记之也。旧本颇有错简<sup>[5]</sup>，今因程子所定<sup>[6]</sup>，而更考经文，别为序次如左。

## 【注释】

[1] 右：指前面。经：经典。汉代开始将被尊崇为典范的著作称为经或经典。本章据传是“孔氏之遗书”，儒家的典范著作，故称为经。

[2] 盖：大概。

[3] 曾子：即曾参（前505—前436），字子舆，山东武城（今山东枣庄附近）人，孔子的学生。

[4] 传（zhuàn）：解释经书的文字。

[5] 错简：古代的书是写在竹简上按次序串联编成的，竹简前后次序错乱叫错简。后来古书文字颠倒错乱也叫错简。

[6] 因：依照。

## 【译文】

以上是“经”一章。大概是孔子的言论，由曾参口述的。十章“传”文，则是曾参的见解，又由他的学生记录下来的。旧的版本文字多有错乱颠倒，现在依照程颐的校正，再考证经文，特确定分出章节次序如下。

## 【赏析】

本章是全书之总论，朱本称“经一章”。其开宗明义，提出了儒家学说重要的“三纲领”，即明明德、亲民和止于至善。这三者反映了儒家学派教育的宗旨和目标：修身、治国、平天下。修养德行是教育的根本，以修身为基础，在道德上达到“贤人”“圣人”的境界或最高理想，在政治上实现“治国、平天下”的“至善”目标或最高理想；为实现这一理想，又提出了“八条目”，即“格物、致知、诚意、正心、修身、齐家、治国、平天下”。“八条目”是实现“三纲领”的方法和步骤，只有按照这个方法和步骤去做，才能达到或实现“三纲领”的宗旨和目标。它们互为表里，互相统一。



朱熹

“三纲八目”本身又分为两大方面，即“修己”和“安人”。“修己”是内向的“明明德”的功夫，其途径包括格物、致知、诚意、正心、修身五级，相当于“内圣”之学；“安人”是向外“新民”的事业，包括齐家、治国、平天下三级，相当于所谓“外王”之学；而其中“修身”又是两大方面的枢纽。其总体目标则在于达到道德和功业即“内圣”和“外王”高度统一的“至善”境界。

## 传文

### 第一章 释“明明德”

#### 【原文】

《康诰》曰<sup>[1]</sup>：“克明德<sup>[2]</sup>。”《大甲》曰<sup>[3]</sup>：“顾谟天之明命<sup>[4]</sup>。”《帝典》曰<sup>[5]</sup>：“克明峻德<sup>[6]</sup>。”皆自明也<sup>[7]</sup>。

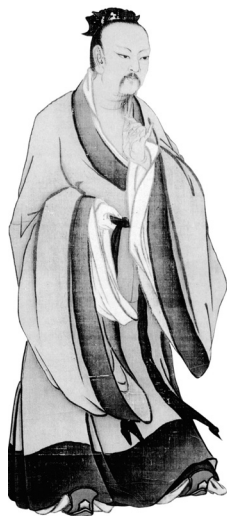
#### 【注释】

[1] 《康诰》：《尚书·周书》的一篇。《尚书》也叫《书经》，原称《书》，是上古文献汇编。分《虞书》《夏书》《商书》《周书》四部分。《康诰》是周公封康叔时作的文告。

[2] 克明德：原句是：“惟乃丕显考文王，克明德惧罚。”是周公赞扬文王的话，意在勉励康叔以先考文王为榜样。克，能够。

[3] 《大甲》：即《大甲》，《尚书·商书》中之一篇。

[4] 顾谟天之明命：顾，时常考虑之意。谟，古“是”字，犹此之意。天之明命，即天所以兴



我，我之所以为德之意。《太甲》篇原句为：“伊尹作书曰，先王顾谟天之明命，以承上下神祇。”此是伊尹告诫太甲的话。意为要顾及到上天赋予我的明德使命。

[5]《帝典》：《尧典》，《尚书·虞书》中的一篇。

[6]克明峻德：峻，作“大”字解。意为人能明德，必能光大而普照。原句为：“曰若稽古帝尧……克明峻德，以亲九族。”

[7]皆自明也：皆，指上引几段文字。皆言自明己德意。

### 【译文】

《康诰》说：“能够彰明德性。”《大甲》说：“经常顾念上天赋予的德性。”《尧典》说：“能彰明伟大德性。”都是要彰明自己内心的美德。

### 【朱熹提示】

右传之首章，释“明明德”。

### 【译文】

前面一段是传文的第一章，解释“明明德”的。

### 【赏析】

明，使动用法，意思是“使……彰明”；明德，就是善良的德行。明明德，就是弘扬光明的品德。朱熹认为这一章的中心意思就是“明明德”，因为“明明德”在经文之首，所以传文也安排在首章。

儒家认为，人生来就具有善良的品德，即明德。但另一方面也承认，人人都有七情六欲，难免要受到物质利益的诱惑，如果个人被褊狭气质所拘束，那么明德就会受到压抑，所以人人都有修养的必要，只要经过教育才能使自己的明德显露出来。本章引用了《康诰》《大甲》《帝典》这些古代圣贤的教训、旨在论证“明明德”的重要性、必然性和现实性，以期提高人们进行品德修养，追求至善的主体自觉性。“明明德”是为人的本分，更是为政的基础，是非常重要的。那么，《大学》开始就强调“大学之道在明明德”，正是继承了古圣先贤的教导。

人之明德是天赋的，人人都有，所以人人都有“明明德”的可能。但

是想“明明德”，关键在于自己，不能靠外力。德之不明与明，只在己之不克与克，所以我们应该做到“君子日三省乎己”，即经常反省自己。本章用“皆自明也”作结语，正表示人的德行进步当以自作主宰为基础，从而使自身保有那清澈明净的本真。

## 第二章 释“新民”

### 【原文】

汤之《盘铭》曰<sup>[1]</sup>：“苟日新，日日新，又日新<sup>[2]</sup>。”《康诰》曰：“作新民<sup>[3]</sup>。”《诗》曰：“周虽旧邦，其命惟新<sup>[4]</sup>。”是故，君子无所不用其极<sup>[5]</sup>。

### 【注释】

[1] 汤：指成汤，商朝的开国君主。盘：沐浴用的器皿。铭：刻在器皿上的文辞。

[2] “苟日新”句：苟，假如，果真。新，除去旧染之意。此句意为：诚能一日有以洗涤污垢而自新，当因其已新，而又日日新之，不可间断。

[3] 作新民：作，朱熹言：“鼓之舞之之谓作。”意振奋精神做一个新的人。原句为：“已，汝惟小子，乃服惟弘，王应保殷民。亦惟助王宅天命，作新民。”是周公告诫其弟康叔之辞，意在指示康叔受封后应弘扬王业，保护殷民，以助王安定天下，引导人民自新。

[4] 《诗》：指《诗经》，我国最早的诗歌总集。原称《诗》，汉武帝时定为“五经”之一，始称《诗经》，反映西周初年到春秋中期的社会风貌。分“风”“雅”“颂”三部分。周虽



商汤

旧邦，其命惟新：出自《诗经·大雅·文王》篇，是赞美周文王的句子。意为，周虽为古老的国家，但文王，则能更新法度，使人民个个自新，这正是文王王天下的缘故。

[5] 君子无所不用其极：其极，尽力，竭力。此句意为：君子无论在什么地方，无不尽心竭力去自我更新。

### 【译文】

商汤的《盘铭》说：“如果有一日能够洗涤自己身心的污垢，焕然一新，就要日日焕然一新，每日都焕然一新。”《康诰》说：“鼓舞人们自新。”《诗》说：“周国虽然是一个古老的诸侯国，但它秉承天命自我更新。”因此君子每时每刻都应尽一切努力自我革新。

### 【朱熹提示】

右传之二章，释“新民”。

### 【译文】

前面一段是传文的第二章，解释“新民”的。

### 【赏析】

本章集中阐述了纲领中“新民”的思想。新民，就是革新民心，使广大百姓弃旧图新，弃恶从善；只有广大人民群众的基本素质提高了，才能使社会得到长足的发展。这样，不仅可以使国家长治久安、祥和太平、百姓生活幸福，而且，圣人的道德也得到了进一步的升华。

文中，作者引述汤之《盘铭》，勉励人们应当时时警惕，时时省察，自新其德，并且一刻都不能间断。在自身不断省察的过程中，给众人树立榜样，



庶民自然会受其感化，鼓舞奋发，群体仿效而自新不已。这正是儒家的政治主张，要求统治者以身作则，用自己的美德去感化群众。

本章集中阐述了“新民”的思想。这里的“民”不仅指平民百姓，也指国家的统治者。“新民”是要焕发君主和民众的道德精神，就是要用儒家的伦理道德观念来更新、统一人们的思想，并以此为人们的言行标准，使得人人都能求得自新，达到完善。

### 第三章 释“止于至善”

#### 【原文】

《诗》云：“邦畿千里，惟民所止<sup>[1]</sup>。”《诗》云：“缙蛮黄鸟，止于丘隅<sup>[2]</sup>。”子曰：“于止，知其所止，可以人而不如鸟乎<sup>[3]</sup>！”

《诗》云：“穆穆文王，於缉熙敬止<sup>[4]</sup>。”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。

#### 【注释】

[1] 邦畿千里，惟民所止：此句出自《诗经·商颂·玄鸟》篇。邦畿，古时天子之国称为邦畿。止，郑玄言：“止，犹居也。”此句意为：国都千里，都为人民所居之处。

[2] 缙蛮黄鸟，止于丘隅：此句出自《诗经·小雅·绵蛮》篇。缙蛮，即绵(mián)蛮，黄鸟叫声。丘隅，山的一角。止，栖息。此句意为：咕咕呱呱叫的小黄鸟，不到别的地方去做巢，偏偏栖止于山的一角。

[3] “子曰”句：子，指孔丘，字仲尼，鲁国陬邑（今山东曲阜东南）人，春秋末期思想家、教育家，儒家学派创始人。

[4] 穆穆文王，於缉熙敬止：此句出自《诗经·大雅·文王》篇。於，表示赞叹的语气词，相当于“啊”。穆穆，深远之意。缉，继续。