



中庸

国学新读大讲堂

原著：子思

编著：司马哲

导读主席

黄若瑟

导读成员

李洪 冯泽 郑树深 郑来帆 李明

黄博士赠言：大而闲，富而乐，身心健康

中庸：一部被扭曲的经典适可而止（人）vs 精益求精（事），太极，周而复始，否极泰来。

中《恪守正道不偏不倚》 庸《常见》

中庸 永远恪守中正之道

◆天命之谓性：人之初，性本善，率性之谓道，顺着本性去做叫做道

◆率性之谓道 ◆修道之谓教：教育、行为准则

如何永远恪守中正之道

◆教，通过【教育】 ◆道，遵守【行为准则】 ◆性，发扬【善】的本性

《中庸》之道 慎独

- ◆道也者，不可须臾离也，可离非道也。
- ◆是故君子戒慎乎其所不睹，恐惧乎其所不闻。
- ◆莫见乎隐，莫显乎微，故君子慎其独也。

《中庸》之道

◆喜怒哀乐之未发，谓之中；
而皆中节，谓之和

《中庸》纲领

- ◆中也者，天下之大本也
- ◆和也者，天下之达道也
- ◆致中和，天地位焉，万物育焉
- ◆中也者，天下之大本也，天地万物的本体

《中庸》人性的修养，和谐的人生

◆修身齐家治国，正心诚意，知，明

道也者

- ◆不可须臾离也，可离非道也。
- ◆是故君，戒慎乎其所不睹，恐惧乎其所不闻。
- ◆莫见乎隐，莫显乎微，故君子慎其独也

新加坡建设与发展架构

- ◆律政----奉公守法
- ◆社会----安身立命
- ◆国防----国泰民安
- ◆经济----全民就业
- ◆文教----和谐相处
- ◆人才----能量聚集

◆行动用灵、用心、用脑

《中庸》用心体会“知”

◆实行中庸之道者君子，违背中庸之者小人

◆知人

- 君子之中庸也，君子而时中 ·君子之所以中庸是因为君子随时做到适中
- 无过无不及 轻重适度，缓急适宜
- 小人之所以违背中庸，是因为小人肆无顾忌，畏惧专走极端。

◆最高德行，中庸其至矣乎，民鲜能久矣

- 中庸大概是最高的道德标准了吧！大家缺乏它已经很久了

◆知心

- 道之不行也，我知之矣，知者过之，愚者不及也。

◆中庸之道不能实行的原因

- 聪明的人自以为是，认识过头，愚蠢的人智力不及，不能理解。
- 道之不明也，我知之矣，贤者过之，不肖者不及也。

◆中庸之道不能弘扬的原因

- 贤能的人做得太过分，不贤的人根本做不到。

◆谁能食而知其味，人莫不饮食，鲜能知味也

- 就像人们每天都要吃喝，但却很少有人能够真正品尝滋味。
- 人虽都有自己的主见，但不要过于偏执，只做到恰当合适是最圆满。

◆知物：博大精微並存

- 君子之道 费而隐。
- 夫妇之愚，可以与知焉，及其至也，虽圣人亦有所不能焉
- 君子的道广大而又精微。
- 普通男女虽然愚昧，也可以知道君子的道；但它的最高深境界，即便是圣人也有弄不清楚的地方。
- 夫妇之不肖，可以能行焉，及其至也，虽圣人亦有所不知焉。
- 普通男女虽然不贤明，也可以实行君子的道，但它的最高深境界，即便是圣人也有做不到的地方。
- 天地之大也，人犹有所憾。故君子语大，天下莫能载焉；语小，天下莫能破焉。

◆博大精微並存

- 大地如此之大，但人们仍有不满足的地方。所以，君子说到“大”，就大得连整个天下都载不下；君子说到“小”，就小得连一点儿也分不开。
- 《诗》云：鸢飞戾天，鱼跃于渊。”言其上下察也。君子之道，造端乎夫妇，及其至也，察乎天地。
- 《诗经》说：“鸢鸟飞向天空，鱼儿跳跃深水。”这是说上下分明。
- 君子的道，开始于普通男女，但它的最高深境界却昭著于整个天地。

◆避免一知半解

- 再博大的东西还是有其精微之处，知道是一回事，实行是一回事，欲达高深透彻的境界又是另一回事。

◆知修：修心

- 君子素其位而行，不愿乎其外。
- 素富贵，行乎富贵；素贫贱，行乎贫贱；素夷狄，行乎夷狄；素患难，行乎患难。
- 君子安于现在所处的地位去做应做的事，不生非分之想。 ·君子无入而不自得焉。

◆安份守己

- 处于富贵的地位，就做富贵人应做的事；处于贫贱的状况，就做贫贱人应做的事；
- 处于边远地区，就做在边远地区应做的事；处于患难之中，就做在患难之中应做的事。
- 君子无论处于什么情况下都是安然自得的安己之所处，尽己之本份
- 在上位，不陵下；在下位，不援上。正己而不求于人则无怨。上不怨天，下不尤人。

◆在其位，谋其政

- 处于上位，不欺侮在下位的人；处于下位，不攀援在上位的人。
- 子曰：“射有似乎君子，失诸正鹄，反求诸其身。”所以，君子安居现状来等待天命，小人却铤而走险妄图获得非分的东西
- 端正自己而不苛求别人，这样就不会有什么抱怨了。
- 上不抱怨天，下不抱怨人。 ·故君子居易以俟命，小人行险以侥幸。
- 在其位，谋其政，行其权，尽其责。

◆知天

- “舜其大孝也与？故天之生物，必因其材而笃焉。故栽者培之，倾者覆之。孔子说：“舜该是个最孝顺的人了吧？德行方面是圣人，地位上是尊贵的天子，财富拥有整个天下，宗庙里祭祀他，子子孙孙都保持他的功业。德为圣人，尊为天子，富有四海之内。宗庙飨之，子孙保之。故大德必得其位，必得其禄，必得其名，必得其寿

◆天生我材

- 所以，有大德的人必定得到他应得的地位，必定得到他应得的财富，必定得到他应得的名声，必定得到他应得的长寿。
- 上天生养万物，必定根据它们的资质而厚待它们。能成材的得到培育，不能成材的就遭到淘汰。
- 《诗》曰：嘉乐君子，宪宪令德。宜民宜人，受禄于天。保佑命之，自天申之。故大德者必受命。
- 《诗经》说：高尚优雅的君子，有光明美好的德行，让人民安居乐业，享受上天赐予的福禄。上天保佑他，任用他，给他以重大的使命。

◆知性

- 自诚明，谓之性；自明诚，谓之教；诚则明矣，明则诚矣。
- 由真诚而自然明白道理，这叫做天性；由明白道理后做到真诚，这叫做人为的教育。
- 真诚也就会自然明白道理，明白道理后？也就会做到真诚。

◆知法

- 仲尼祖述尧舜，宪章文武，上律天时，下袭水土。
- 辟如大地之无不承载，无不覆帙，辟如四时之错行，如日月之代明”。
- 万物并育而不相害，道并行而不相悖。

◆效法榜样

- 孔子继承尧舜，以文王、武王为典范，上遵循天时，下符合地理。就像天地那样没有什么不承载，没有什么不覆盖。又好像四季的交错运行，日月的交替光明。
- 刀物一起生长而互不妨害，道路同时并行而互不冲突。小德川流，大德敦化。此天地之所以为大也！小的德行如河水一样长流不息，大的德行使万物敦厚纯朴。
- (以身作则) 举出具体榜样，再落实于实体，人们才可效法或有所依据去实行。

什么才是真正的强？强的真谛

- ◆真正的强者是不以武力取胜，而是通过高尚的品德，无论是在顺境或逆境中都能坦然相对，坚守自己职责与信仰的人。
- ◆故至诚无息，不息则久，久则征，征则悠远，悠远则博厚，博厚则高明。博厚，所以载物也；高明，所以覆物也，悠久，所以成物也。博厚配地，高明配天，悠久无疆。
- 如此者，不见而章，不动而变，无为而成。
- 天地之道，可一言而尽也：其为物不贰，则其生物不测。天地之道。博也，厚也，高也，明也，悠也，久也。今夫天，斯昭昭之多，及其无穷也，日月星辰系焉，万物覆焉。今夫地，一撮土之多，及其广厚，载华岳而不重，振河海而不泄，万物载焉。今夫山，一卷石之多，及其广大，草木生之，禽兽居之，宝藏兴焉。今夫水，一约之多，及其不测，鼋，鼉，蛟，龙，鱼，鳖生焉，货财殖焉。
- ◆《诗》云：维天之命，於穆不已！盖曰天之所以为天也。於乎不显，文王之德之纯！盖曰文王之所以为文也，纯亦不已。
- ◆真诚是一种发自内心最纯净的真挚情感，它不掺杂任何有关利益的东西。只要时刻保持一颗真诚的心，真诚的待人处事，终会获得成功。

诚者无敌

- ◆对于那些虚伪狡诈的人，就采取“以其人之道还治其人之身”的方法对之。

明辨

- ◆王天下有三重焉，其寡过矣乎！上焉者，虽善无征，无征不信，不信，民弗从；
- 下焉者，虽善不尊，不尊不信，不信，民弗从故君子之道，本诸身，征诸庶民，考诸三
- 王而不缪，建诸天地而不悖，质诸鬼神而无疑，百世以俟圣人而不惑。
- 质诸鬼神而无疑，知天也；
- 百世以俟圣人而不惑，知人也。是故君子动而世为天下道，行而世为天下法，言而世为天下则。远之则有望，近之则不厌。
- ◆《诗》曰：“在彼无恶，在此无射。庶几夙夜，以永终誉。”君子未有不如此而蚤有誉于天下者也。言出必行，言而有信

日常生活里实践(中庸之道)的四项建议：

- ◆做事不要太苦，享欲不要太乐，待人不要太苛，用物不要太荣，凡事“适可而止，不偏不倚”

21世纪的竞争靠什么？

◆效率、能量、技术、创新，如何用灵来正心、诚意

何谓正心诚意？

- ◆《礼记·大学》：欲修其身者，先正其心。
- ◆欲正心者先诚其意，意念真诚而不自欺欺人（意念：起心动念/动机/出发点/心态）用一颗真诚的心去驾驭、控制我们的意念。
端正自己的内心而不存邪念，邪念：私欲——贪、嗔、痴、慢、疑）做到：适可而止，中和节制；不偏不倚、恰当好处。

为何用灵来正心、诚意？

- ◆人有三心，孟子曰：良心：良知、良能 良知：不虑而知 良能：不学而知
- ◆血心——心脏作用魄（小人 物欲）纯恶无善，奸盗邪淫身
- ◆人心——脑作用魂、善、恶、人心惟危，喜怒哀乐心
- ◆道心——良心作用性（君子精神）纯善无恶道心惟微，仁义礼智灵
- ◆喜怒哀乐之未发，谓之中；发而皆中节，谓之和。
- ◆喜：喜而不忘形；怒：怒而不迁移；哀：哀而不伤身；乐：乐而不邪淫

道心/本性

- ◆信：忠恕之心，称为心。仁：恻隐之心，称为仁。义：羞恶之心，称为义。
礼：辞让之心，称为礼。智：是非之心，称为智。

诚意

- ◆原文：“唯天下至诚，为能尽其性；能尽其性，则能尽人之性；能尽人之性，则能尽物之性；能尽物之性，则可以赞天地之化育；可以赞天地之化育，则可以与天地参矣。”
“诚者自成也，而道自道也。诚者物之终始，不诚无物。是故君子诚之为贵。诚者，非自成己而已也，所以成物也。成己，仁也；成物，知也。性之德也，合外内之道也。故时措之宜也。”

正心（如何实施）

- ◆诗云：“潜虽伏矣，亦孔之昭！”故君子内省不疚，无恶于志。君子之所不可及者，其惟人之所不见乎？
诗云：“相在尔室，尚不愧於屋漏。”故君子不动而敬，不言而信。慎独自修，至诚，至仁，至善，至圣，齐家，治国。

中庸之道是教育人们

◆自我修炼，自我监督，自我教育，自我完善

倍养理想人物：内圣外王

◆至善，至仁，至诚，至德，至圣

修身的原则

◆故好而知其恶，恶而知其美者，天下鲜矣——《大学传八》

治国：真诚、五伦、三德、九经

精益求精的精神

- ◆除非不学，要学就要学到会；除非不问，要问就要问清楚；除非不想，要想就要想到通；除非不分辨，要分辨就要明白；除非不实行，要实行就要做出成绩；人一能之，己百之人十能之，己千之。果能此道矣，虽愚必明，虽柔必强。

真正的刚强

- ◆君子和而不流 ◆中立而不倚 ◆国有道，不便塞焉 ◆国无道，至死不变

待人处事之道

- ◆行动用灵、用心用脑、以身作则、感同身受、诚意正心、明辨是非、平衡平均适可而止、精益求精