

中庸



《中庸》是儒家经典之一，原为《礼记》中的一篇，相传为孔子之孙子思所作。宋代朱熹将其与《大学》《论语》《孟子》合编为“四书”，成为儒家核心典籍。

内容概述 《中庸》强调“中庸之道”，即不偏不倚、恰到...处的处世态度，主张通过自我修养实现个人与社会的和谐。核心思想包括：

1. **天命与人性**：认为人性本善，与天命相通。
2. **中庸之道**：追求平衡，避免极端。
3. **诚**：真诚是实现中庸的关键。
4. **修身**：个人修

子思

目 录

目录

第一章

第二章

第三章

第四章

第五章

第六章

第七章

第八章

第九章

第十章

第十一章

第十二章

第十三章

第十四章

第十五章

第十六章

第十七章

第十八章

第十九章

第二十章

第二十一章

第二十二章

第二十三章

第二十四章

第二十五章

第二十六章

第二十七章

第二十八章

第二十九章

第三十章

第三十一章

第三十二章

第三十三章

目录

1. 第一章
2. 第二章
3. 第三章
4. 第四章
5. 第五章
6. 第六章
7. 第七章
8. 第八章
9. 第九章
10. 第十章
11. 第十一章
12. 第十二章
13. 第十三章
14. 第十四章
15. 第十五章
16. 第十六章
17. 第十七章
18. 第十八章
19. 第十九章
20. 第二十章
21. 第二十一章
22. 第二十二章
23. 第二十三章
24. 第二十四章
25. 第二十五章
26. 第二十六章
27. 第二十七章
28. 第二十八章
29. 第二十九章
30. 第三十章
31. 第三十一章
32. 第三十二章
33. 第三十三章

第一章

天命之谓性；率性之谓道；修道之谓教。

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。

喜、怒、哀、乐之未发，谓之中。发而皆中节，谓之和。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。

解释

天命所赋予人的本性，就是“性”；遵循本性而行，就是“道”；通过修养来践行道，就是“教”。

道，是片刻都不能离开的；如果可以离开，那就不是真正的道了。因此，君子在别人看不见的地方也保持谨慎，在别人听不到的时候也心存敬畏。

没有比隐秘之处更能显现一个人的品性，也没有比细微之事更能彰显一个人的本质。所以，君子在独处时也格外谨慎。

喜、怒、哀、乐这些情感尚未表现出来时，称为“中”；表现出来且符合节度，称为“和”。“中”是天下万物的根本，“和”是天下共通的法则。

达到“中和”的境界，天地就会各安其位，万物就能顺利生长。

解释：

这段文字探讨了人性、道与修养的关系，强调了“道”的普遍性和重要性。它指出，真正的道是不可脱离的，因此君子需要在任何情况下都保持谨慎和敬畏，尤其是在独处时。情感的表达需要符合节度，未发之时是“中”，发而中节是“和”。“中”是万物的根本，“和”是通达天下的法则。最终，达到“中和”的境界，天地万物才能和谐有序地发展。

第二章

仲尼曰：“君子中庸；小人反中庸。”

“君子之中庸也，君子而时中。小人之反（有书作“小人之反中庸也”，也有书作“小人之中庸也”）中庸也，小人而无忌惮也。”

解释

仲尼说：“君子遵循中庸之道；小人违背中庸之道。”

“君子之所以能遵循中庸之道，是因为君子能够随时保持适中，不偏不倚。小人之所以违背中庸之道，是因为小人无所顾忌，肆意妄为。”

解释：

这段文字强调了君子和小人在对待中庸之道上的不同态度和行为。中庸之道指的是在处理事情时保持适中、不偏不倚的态度，既不极端也不过分。君子能够时刻保持这种适中的态度，因此能够遵循中庸之道。而小人则相反，他们无所顾忌，行事极端，因此违背了中庸之道。通过对比，说明了君子和小人在道德修养和行为准则上的根本区别。

第三章

子曰：“中庸其至矣乎！民鲜能久矣。”

解释

翻译：孔子说：“中庸之道是至高无上的啊！但人们很少能够长久地坚持它。”

解释：孔子在这里强调“中庸”作为一种道德和行为的准则，是极其崇高和完美的。中庸之道要求人们在处理事务时保持平衡，既不偏激也不过分，恰到好处。然而，孔子也指出，尽管中庸之道非常理想，但现实中人们往往难以长期坚持这种平衡和适度的生活方式。这反映了孔子对人性复杂性和现实挑战的深刻认识，同时也表达了他对中庸之道的推崇和对人们难以持之以恒的遗憾。

第四章

子曰：“道之不行也，我知之矣：知者过之；愚者不及也。道之不明也，我知之矣：贤者过之；不肖者不及也。”

“人莫不饮食也。鲜能知味也。”

解释

孔子说：“道之所以不能实行，我知道原因了：聪明的人往往做得太过，而愚笨的人又往往做不到位。道之所以不能显明，我也知道原因了：贤能的人往往做得太过，而不贤的人又往往做不到位。”

“人人都要吃喝，但很少有人能真正品味出其中的滋味。”

解释：

这段话主要讲的是“中庸之道”难以实行的原因。孔子指出，无论是聪明人还是愚笨的人，贤能的人还是不贤的人，他们在追求道的过程中，往往会出现两种极端：一种是做得太过，另一种是做不到位。这两种情况都偏离了“中庸”的原则，导致道无法真正实行和显明。

接着，孔子用“饮食”作比喻，说明虽然人人都需要吃喝，但很少有人能真正品味出其中的滋味。这暗示了人们在日常生活中，虽然都在追求道，但很少有人能真正理解和体会道的真谛。这进一步强调了“中庸之道”的难以把握和实行的困难。

第五章

子曰：“道其不行矣夫。”

解释

孔子说：“中庸之道恐怕难以实行了吧！”

这句话表达了孔子对中庸之道在当时社会难以推行的感慨。中庸之道强调不偏不倚、恰到好处的处世态度，但在现实中，人们往往容易走向极端，或过于激进，或过于保守，难以把握平衡。孔子感叹这种理想的状态在现实中难以实现，反映了他对社会现状的忧虑和对理想境界的追求。

第六章

子曰：“舜其大知也与！舜好问而好察迩言。隐恶而扬善。执其两端，用其中于民。其斯以为舜乎！”

解释

孔子说：“舜真是具有大智慧的人啊！他喜欢向别人请教，而且善于审察那些浅近的言论。他隐藏别人的缺点，宣扬别人的优点。他掌握事物正反两方面的极端，而用中庸之道来治理百姓。这就是舜之所以成为舜的原因吧！”

解释：

这一章通过舜的例子，阐述了中庸之道的实践。舜之所以被称为大智慧者，是因为他具备几个重要的品质：首先，他虚心好问，善于听取他人的意见，这体现了他对知识的渴求和对他人智慧的尊重。其次，他善于审察浅近的言论，表明他能够从日常的言语中洞察真理，不被表象所迷惑。再次，他隐恶扬善，即对别人的缺点不轻易暴露，而是宽容对待，同时积极宣扬别人的优点，这体现了他宽厚仁慈的品德。最后，他执其两端，用其中于民，说明他能够把握事物的正反两面，不偏不倚，用中庸之道来治理百姓，从而达到和谐与平衡。这些品质共同构成了舜的伟大智慧，也是他能够成为圣贤的关键所在。

第七章

子曰：“人皆曰‘予知’，驱而纳诸罟获陷阱之中，而莫之知辟也。人皆曰‘予知’，择乎中庸，而不能期月守也。”

解释

孔子说：“人们都说‘我很聪明’，可是当被驱赶到罗网、陷阱或机关中时，却不知道如何躲避。人们都说‘我很聪明’，可是选择了中庸之道，却连一个月都坚持不了。”

这段内容主要批评了人们的自以为是和缺乏真正的智慧。首先，孔子指出，许多人自认为聪明，但在面对实际的危险或困境时，却无法做出正确的判断和行动，甚至不知道如何避开陷阱。这反映了人们在日常生活中常常高估自己的能力，缺乏真正的洞察力和应对复杂情况的能力。

其次，孔子提到，虽然人们口头上说他们懂得中庸之道，但在实际行动中却难以坚持。中庸之道要求人们在生活中保持平衡、适度，既不偏激也不懈怠。然而，许多人虽然明白这个道理，却无法长期践行，往往在短时间内就放弃了。这说明真正的智慧不仅仅在于知道道理，更在于能够持之以恒地付诸实践。

总的来说，这段内容强调了真正的智慧不仅仅是口头上的夸耀，而是要在面对实际挑战时能够做出正确的判断，并且能够在日常生活中坚持不懈地践行中庸之道。

第八章

子曰：“回之为人也：择乎中庸，得一善，则拳拳服膺而弗失之矣。”

解释

孔子说：“颜回这个人，他选择了中庸之道，一旦领悟到一种善的道理，就会牢牢地记在心里，并且坚定不移地实践，永不丢失。”

解释：这段文字强调了颜回对中庸之道的坚定追求和实践。中庸之道是一种不偏不倚、恰到好处的处世哲学，颜回一旦领悟到其中的善，就会全身心地去践行，并且始终不渝地坚持。这体现了颜回对道德修养的执着和对中庸之道的深刻理解。通过颜回的榜样，孔子希望人们能够像他一样，认真对待道德修养，坚定不移地实践中庸之道。

第九章

子曰：“天下国家，可均也；爵禄，可辞也；白刃，可蹈也；中庸不可能也。”

解释

孔子说：“天下国家可以治理得公平合理，爵位俸禄可以推辞不受，锋利的刀刃可以勇敢地踏过，但中庸之道却难以完全做到。”

这段文字强调了中庸之道的难能可贵。治理国家、拒绝名利、面对危险，这些都是可以做到的，但要做到中庸——即在各种情况下保持平衡、不偏不倚、恰到好处——却极为困难。中庸不仅仅是一种行为准则，更是一种内在的修养和境界，需要极高的智慧和自我控制能力。孔子通过对比，突出了中庸之道的深奥与不易实现。

第十章

子路问强。

子曰：“南方之强与，北方之强与，抑而强与？”

宽柔以教，不报无道，南方之强也。君子居之。

衽金革，死而不厌，北方之强也。而强者居之。

故君子和而不流；强哉矫。中立而不倚；强哉矫。国有道，不变塞焉；强哉矫。国无道，至死不变；强哉矫。”

解释

子路问孔子什么是真正的强。孔子回答说：“你问的是南方的强，还是北方的强，或者是你自己所认为的强呢？以宽厚柔和的方式教导别人，即使面对无理的行为也不报复，这是南方的强，君子具备这种品质。而披甲持兵，战斗至死也不厌倦，这是北方的强，那些勇武的人具备这种品质。所以，君子能够和谐相处而不随波逐流，这才是真正的强！保持中立而不偏不倚，这才是真正的强！国家政治清明时，不改变自己的操守，这才是真正的强！国家政治混乱时，至死也不改变自己的信念，这才是真正的强！”

解释：孔子在这里区分了两种不同的“强”：一种是南方的强，表现为宽厚柔和、以德服人，即使面对无理也不报复，这是君子所具备的品质；另一种是北方的强，表现为勇武刚烈，战斗至死也不屈服，这是勇者所具备的品质。孔子认为，真正的强不是外在的勇武，而是内在的坚定和独立。君子能够在和谐中保持自己的原则，不随波逐流；能够在复杂的环境中保持中立，不偏不倚；无论国家政治清明还是混乱，都能坚守自己的信念，这才是真正的强。孔子强调的是内在的坚韧和道德的坚定，而不是外在的武力或强势。

第十一章

子曰：“素隐行怪，后世有述焉：吾弗为之矣。

君子遵道而行，半途而废：吾弗能已矣。

君子依乎中庸，遁世不见知，而不悔。唯圣者能之。”

解释

孔子说：“有些人喜欢追求隐僻的道理，做些怪异的行为，即使后世有人传述，我也不会这样做。君子遵循正道而行，如果半途而废，我也不能停止。君子依循中庸之道，即使隐居避世而不被人所知，也不会感到后悔。只有圣人才能做到这一点。”

解释：

这一章主要讨论了君子应如何行事，强调了遵循正道和中庸之道的重要性。孔子首先批评了那些追求隐僻道理、行为怪异的人，认为即使他们的行为在后世被人传述，自己也不会效仿。这表明孔子不赞同标新立异、哗众取宠的行为，而是主张遵循正道。

接着，孔子指出君子应坚定不移地遵循正道，即使遇到困难也不能半途而废。这体现了孔子对君子品格的严格要求，强调了坚持和毅力的重要性。

最后，孔子提到君子应依循中庸之道，即使隐居避世而不被人所知，也不会感到后悔。这表明中庸之道不仅是行为准则，也是一种心态和境界。只有圣人才能真正做到这一点，体现了中庸之道的至高境界。

第十二章

君子之道，费而隐。

夫妇之愚，可以与知焉，及其至也，虽圣人亦有所不知焉。夫妇之不肖，可以能行焉，及其至也，虽圣人亦有所不能焉。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。

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。

解释

君子之道，既广大又精微。普通夫妇虽然愚昧，也可以了解一些浅显的道理；但到了深奥之处，即使是圣人也有未能完全理解的地方。普通夫妇虽然不贤，也可以做一些简单的事情；但到了极高的境界，即使是圣人也有无法做到的事情。天地如此广大，人仍会感到有所缺憾。所以，君子谈论大道时，说到它的宏大，天下没有任何东西能够承载；说到它的细微，天下没有任何东西能够将其剖析。

《诗经》中说：“老鹰高飞至天际，鱼儿跃入深渊。”这是说君子之道既上达天穹，又下及深渊，无所不察。

君子之道，始于普通夫妇的日常生活；而到了极致，便能洞察天地万物。

解释：

这一章主要阐述君子之道的广博与精微。它既存在于普通人的日常生活中，又深奥到连圣人也难以完全掌握。君子之道既宏大无边，又细致入微，涵盖天地万物。它的起点是平凡的夫妇关系，而它的极致则是对宇宙的深刻洞察。这强调了道的普遍性与深邃性，既贴近生活，又超越世俗，体现了儒家对道的全面理解。

第十三章

子曰：“道不远人。人之为道而远人，不可以为道。”

诗云：‘伐柯伐柯，其则不远。’执柯以伐柯，睨而视之，犹以为远。故君子以人治人，改而止。忠恕违道不远。施诸己而不愿，亦勿施于人。

君子之道四，丘未能一焉：所求乎子，以事父，未能也；所求乎臣，以事君，未能也；所求乎弟，以事兄，未能也；所求乎朋友，先施之，未能也。庸德之行，庸言之谨；有所不足，不敢不勉；有余，不敢尽。言顾行，行顾言。君子胡不慥慥尔。”

解释

孔子说：“道并不远离人，如果人为了追求道而远离人，那就不算是真正的道了。《诗经》中说：‘砍伐树木做斧柄，斧柄的样式就在手中。’拿着斧柄去砍伐树木，斜眼一看，还以为很远。所以君子以人的本性来治理人，只要他们改正错误就可以了。忠恕之道离道不远。自己不愿意的事情，也不要强加给别人。”

君子的道有四个方面，我孔丘一个也没能做到：要求儿子做到的，我自己在侍奉父亲时没能做到；要求臣子做到的，我自己在侍奉君主时没能做到；要求弟弟做到的，我自己在侍奉兄长时没能做到；要求朋友做到的，我自己在对待朋友时也没能做到。平常的道德行为，平常的言语谨慎，如果有不足之处，不敢不努力弥补；如果有余力，也不敢全部用尽。说话要顾及行动，行动要顾及言语。君子怎能不诚实谨慎呢？”

这段文字强调了“道”与人的关系，认为道并不远离人，反而是贴近人性的。孔子通过举例说明，君子应该以人的本性来治理人，而不是用远离人性的方式。忠恕之道是离道不远的，要求人们以己度人，自己不愿意的事情也不要强加给别人。孔子还谦虚地表示，君子的道有四个方面，他自己一个也没能做到，强调了自我反省和不断努力的重要性。最后，孔子提醒君子要言行一致，诚实谨慎。

第十四章

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。君子无入而不自得焉。

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。

故君子居易以俟命，小人行险以徼幸。

子曰：“射有似乎君子。失诸正鹄，反求诸其身。”

解释

君子根据自己所处的地位行事，不羡慕地位之外的事物。处于富贵时，就以富贵的方式行事；处于贫贱时，就以贫贱的方式行事；处于夷狄之地，就以夷狄的方式行事；处于患难之中，就以患难的方式行事。君子无论处于什么境地，都能安然自得。

处于上位时，不欺凌下属；处于下位时，不攀附上级。端正自己而不苛求他人，就不会有怨恨。对上不抱怨天命，对下不责怪他人。

所以，君子安于平易的处境，等待天命的安排；小人则铤而走险，妄图侥幸得到非分的东西。

孔子说：“射箭的道理与君子之道相似。如果没有射中靶心，应该反思自己，而不是责怪外在因素。”

解释：

这一章主要阐述了君子应有的处世态度。君子无论处于何种境地，都能安于本分，坦然面对，既不羡慕外在的荣华富贵，也不因处境艰难而怨天尤人。君子注重自我修养，端正自己的行为，不依赖或苛求他人，因此能够做到内心平和，无所怨尤。同时，君子以平和的心态面对命运，不妄图通过不正当的手段获取利益，而是顺其自然，等待时机。

孔子以射箭为喻，强调君子应时刻反省自身，遇到问题时先从自己身上找原因，而不是推卸责任或责怪他人。这种自我反省和自律的精神，是君子修身的重要原则。

总的来说，这一章强调了君子应具备的安分守己、自我反省、不怨天尤人的品德，以及面对命运时的坦然与从容。

第十五章

君子之道，辟如行远必自迩，辟如登高必自卑。

诗曰：“妻子好合，如鼓瑟琴。兄弟既翕，和乐且耽。宜尔室家，乐尔妻帑。”

子曰：“父母其顺矣乎。”

解释

君子之道，就像远行一样，必须从近处开始；就像登高一样，必须从低处起步。

《诗经》中说：“夫妻和睦，就像琴瑟和谐。兄弟和睦，欢乐融洽。家庭和睦，妻子儿女快乐。”

孔子说：“父母也因此感到顺心如意。”

解释：

这一章主要讲的是君子修身齐家的道理。君子要追求远大的目标，必须从身边的小事做起，循序渐进。无论是个人修养还是家庭关系，都需要从基础开始，逐步提升。

《诗经》中的诗句强调了家庭和睦的重要性。夫妻之间如琴瑟和谐，兄弟之间和睦相处，整个家庭才能其乐融融。家庭是社会的细胞，家庭和睦是社会和谐的基础。

孔子的话则进一步指出，家庭和睦不仅能让夫妻、兄弟、子女感到快乐，也能让父母感到顺心如意。孝顺父母不仅仅是物质上的供养，更重要的是让父母在精神上感到满足和安宁。

总的来说，这一章强调了君子修身齐家的重要性，指出要从身边的小事做起，逐步提升自己，同时也要注意家庭和睦，让父母、妻子、兄弟、子女都感到快乐和满足。

第十六章

子曰：“鬼神之为德，其盛矣乎。”

视之而弗见；听之而弗闻；体物而不可遗。

使天下之人，齐明盛服，以承祭祀。洋洋乎，在其上，在其左右。

诗曰：‘神之格思，不可度思，矧可射思？’

夫微之显。诚之不可揜，如此夫。”

解释

孔子说：“鬼神的德行，真是盛大无比啊！”

虽然我们看不见它，听不到它，但它却体现在万物之中，无所遗漏。它让天下的人都穿着整洁庄重的衣服，恭敬地参与祭祀。鬼神的灵性仿佛弥漫在空气中，仿佛就在我们头顶，又像在我们左右。

《诗经》中说：“神灵的到来，无法揣测，何况去轻视它呢？”

那些看似微小的事物，却往往能显现出巨大的力量。真诚的力量是无法掩盖的，就像鬼神的存在一样。

解释：

这一章主要讨论了鬼神的德行及其在世间的的影响。孔子强调，鬼神虽然无形无相，无法被直接感知，但它们的存在和作用却无处不在，贯穿于万物之中。通过祭祀仪式，人们表达对鬼神的敬畏和虔诚，而鬼神的灵性也仿佛时刻伴随在人们身边。

《诗经》中的诗句进一步强调了鬼神的不可揣测性和神圣性，提醒人们不可轻视它们。最后，孔子指出，真诚的力量是无法掩盖的，就像鬼神的存在一样，虽然看不见，却真实而强大。

这一章的核心思想是强调敬畏、真诚与信仰的重要性，提醒人们要以虔诚的态度对待无形的力量，同时也要认识到微小事物中蕴含的巨大能量。