**《中庸》精选二十句：得此一卷书，终身用不尽**

《中庸》是一篇论述儒家人性修养的散文，原是《礼记》第三十一篇，相传为子思所作，经北宋程颢、程颐极力尊崇，至南宋朱熹作《中庸集注》，最终正式和《大学》、《论语》、《孟子》并称为“四书”。宋、元以后，《中庸》成为学校官定的教科书和科举考试的必读书。

1. 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。

**【释义】** 所以，品德高尚的人在没有人看见的地方也是谨慎的，在没有人听见的地方也是有所戒惧的。越隐蔽的地方就越容易显露，越细微的事情就越容易彰显。所以品德高尚的人在一个人独处独知之时，更要谨慎。

2. 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。

**【释义】** 喜怒哀乐些感情没有表露出来的时候，叫做“中”；表露出来能够做到适度而不过分，叫做“和”。“中”是人人都有的本性；“和”是天下要普遍遵循的原则，极尽“中和”之道，天地便各在其位，万物便生长繁育。

3. 君子中庸，小人反中庸，君子之中庸也，君子而时中；小人之中庸也，小人而无忌惮也。

**【释义】** 君子的言行符合中庸之道，小人的言行违背中庸之道，君子之所以符合中庸，是因为君子能在变动不居中做得适度；小人之所以违背中庸，是因为小人肆无忌惮，专走极端。

4. 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！

**【释义】** 所以，品德高尚的人和顺而不随波逐流，这才是真强啊！保持中立而不偏不倚，这才是真强啊！国家政治清平时不改变困窘时的操守，这才是真强啊！国家政治黑暗时坚持操守，宁死不变，这才是真强啊！

**5. 忠恕违道不远，施诸己而不愿，亦勿施于人。**

**【释义】** 一个人做到忠恕，那就离中庸之道不远了，如果自己不愿意做的事，也不要强加给别人。

6. 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。

**【释义】** 端正自身而不苛求别人，这样就不会有什么有抱怨了。对上不怨恨苍天，对下不责怪他人。所以君子安分守己，等待命运的安排，而小人 却专做冒险的事情，想侥幸获得非分的好处。

**7. 射有似乎君子，失诸正鹄，反求诸其身。**

**【释义】** 君子立身处世就像射箭一样，箭没有射中靶心，不怪靶子不正，只怪自己箭术不行，用心不正。

**8. 君子之道，辟如行远必自迩，辟如登高必自卑。**

**【释义】** 君子实行中庸之道，就像走远路一样，必然从近处开始，就像登高山一样，必然从低处起步。

9. 天下之达道五，所以行之者三，曰：君臣也，父子也，夫妇也，昆弟也， 朋友之交也，五者天下之达道也。知，仁，勇，三者天下之达德也，所以行之者一也。

**【释义】** 天下人应共同遵循的伦理常道有五条，用来实行这道理的德行有三种。就是说，君臣之道、父子之道、夫妇之道、兄弟之道和朋友间的交往之道，这五条是古今天下通行的道理。智、仁、勇这三者是古今天下通行的美德，实施起来都靠一个“诚”字。

**10. 好学近乎知，力行近乎仁， 知耻近乎勇。**

**【释义】**喜欢学习就接近了智慧，努力实行就接近了仁爱，知道羞耻就接近了勇敢。

11. 诚者，天之道也；诚之者，人之道也。诚者不勉而中，不思而得，从容中道，圣人也，诚之者，择善而固执之者也。

**【释义】**真实无妄是天生万物的道理，追求真诚是做人的原则。天生真诚的人，不用勉强就能符合于中，不用思虑就有所得，从从容容就会符合中庸之道，达到这种境界的人是圣人，努力求得真诚的人，就是选择善道而执着坚守的人。

**12. 博学之，审问之，慎思之，明辨之，笃行之。**

**【释义】**博学，学习要广泛涉猎；审问，有针对性地提问请教；慎思，学会周全地思考；明辨，形成清晰的判断力；笃行，用学习得来的知识和思想指导实践。

13. 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。

**【释义】** 只有天下至诚的人，才能充分发挥其自身的天赋本性；能充分发挥其天赋本性，就能充分发挥众人的本性；能充分发挥众人的本性，就能充分发挥万物的本性；能充分发挥万物的本性，就可以帮助天地化育生命；能帮助天地化育生命，就可以与天地并列为三了。

**14. 诚者，物之终始；不诚，无物，是故君子诚之为贵。**

**【释义】** 诚，是世间万事万物的发端和归宿；如果没有诚，就没有了万事万物，因此君子把真诚奉为最宝贵的东西。

15. 愚而好自用，贱而好自专，生乎今之世，反古之道，如此者，灾及其身者也。

**【释义】** 愚蠢却喜欢自以为是，卑贱却喜欢独断专行，生活于现在的时代却一心想恢复古代的制度，这样做的人，灾祸一定会降临到他身上。

**16. 言顾行，行顾言，君子胡不慥慥尔。**

**【释义】** 言论要符合自己的行为，行为要符合自己的言论，这样的君子怎么会不忠厚诚实呢。

**17. 仁者，人也，亲亲为大；义者，宜也，尊贤为大。**

**【释义】** 任就是爱人，亲爱亲人就是最大的仁；义就是做事适宜，尊重贤人就是最大的义举。

18. 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。

**【释义】** 别人用一分努力就能做到的，自己就用百分的努力去做；别人用十分的努力就能做到的，自己就用千分的努力去做，如果真能这样做，即使是愚笨的人也能变得聪明起来，即使是柔弱的人也能变得刚强起来。

19. 凡事豫则立，不豫则废；言前定，则不跲；事前定，则不困；行前定，则不疚；道前定，则不穷。

**【释义】**任何事情，事前有准备就可以成功，没有准备就会失败；说话前先有准备，就不会词穷理屈站不住脚；做事前先有准备，就不会遇到困难挫折；行事前先计划有定夺，就不会发生错误后悔的事；做人的道理能够事先决定妥当，就不会行不通了。

20. 君子内省不疚，无恶于志，君子之所不可及者，其唯人之所不见乎！

**【释义】**君子经常自我反省，就没有内疚，也就无愧于心。君子的德行之所以高于一般人，大概就是在不被人看见的时候也能严格要求自己吧。