

## 第七章、修身以立本

一、大人者，正己而物正者也。（1）故立吾身以为天下国家之本（2），则位育有不袭时位者。

### ○白话翻译

所谓的“大人”，就是通过使自己合于正道，继而让别人自然而然归于正道的人。所以把我们自己确立为天下国家的根本，那么就可以让天地万物各安其位并且生生不息。这并不需要我们拥有什么位置。

### ○实践要点

子曰：“在上位，不凌下；在下位，不援上；正己而不求于人，则无怨。上不怨天，下不尤人。”（《礼记·中庸》）在上位的人，不去苛责在下位的人，在下位的人不去攀援在上位的人。无论对待领导还是下属，都之要求自己，不去期待他人，这样就不会对别人有抱怨。上不怨天，下不尤人。这是孔子对“正己”的阐释。

如果我是一个领导，一个项目做得失败。此时，我可以认为这个项目失败，是因为一个员工的重大过失。于是我便责备这个员工。（这是“正物”上用功）我同样可以认为，是我自己安排人事出了问题，才让此人承担如此重要的工作；接着，我在察觉到这个员工有出事的倾向时没有及时做防范；另外，我在此员工犯错之后，没有做好危机处理。（这是“正己”上用功）

这两种视角并不矛盾，这里不是论哪一种视角正确，而是在说我们的心力应当在用在何处。如果我们整天都把心力用在前者上，那么我们一辈子都在“凌下”和“援上”中度过。我们做任何事情都没有把握，都完全依赖他人的表现，亦即完全依靠运气（侥幸）。

而我们如果把心力放在后者上，那么我的得失，原因都在我；我家庭的得失，原因都在我。我每一次成败，原因都很明确。在这个过程中，我不断成长。我的格局会越来越大，我的“身”会从个体扩展到家国天下。家国天下的责任都由我来承担。

人的心力是有限的，要么用力于此，要么用力于彼，全在于每一个念头。如果我们能立一个大志愿，把自己作为天下国家的根本，凡事只去正己，不去责人。那么随着我们修为的增长，我们的天地会不断地改变，不断地扩大。故而，立一个“只去正己，不去责人”的志十分关键。一旦立下这个志向，我今后的一切事情，我统统承当。成也好，失败也好，唯在我。

这一点，武王是个表率。孟子引用《尚书》中讲武王一段话：“有罪无罪，惟我在，天下曷敢有越厥志？”（天下人有罪也好，没罪也好，只要有我在，天下哪个敢违背上天的意志？）孟子评价说：“一人衡行于天下，武王耻之。此武王之勇也。而武王亦一怒而安天下之民。”

（只要有一个人在天下横行霸道，武王往都会觉得自己很羞耻。这就是武王的“勇”。而武王一怒（对商纣王的暴政感到愤怒）就安顿好了天下的百姓。）武王便是把天下国家的根本放在了自己身上。这便是立吾身以为天下国家之本。我们现在能做的功夫，首先是把自己视作一家之本。

### ○字词注释

1、出自《孟子·尽心篇》：“孟子曰：‘有事君人者，事是君则为容悦者也；有安社稷臣者，以安社稷为悦者也；有天民者，达可行于天下而后行之者也；有大人者，正己而物正者也。’”

2、化用《孟子·离娄上》：“人有恒言，皆曰‘天下国家’。天下之本在国，国之本在家，家之本在身。”

二、知得身是天下国家之本，则天地万物依于己，不以己依于天地万物。

○白话翻译

知道了吾身是天下国家的根本，那么天地万物就依赖我了，而不让我自己依附于天地万物。

○实践要点

1、天地万物依于己，何以可能呢？天地万物独立于我而存在，完全可以不搭理我，怎么能说天地万物都依靠我呢？

万物独立于我而存在。别人给我一个承诺，那个承诺也可能无法兑现，因为我不知道别人可能遇到怎样的困难。如果别人给我承诺了，我就完全认为一定会实现；一旦实现不了，我就手足无措，气急败坏，这是十分不明智的。正是因为深刻地意识到他人各有其处境和难处，我们不应抱着一个“他人必须如何如何”的心（同时我们须对他人有个客观的了解，知道他作这件事情“大致可以如何如何”，“最好可能怎样”，“最坏可能怎样”），我们才能够对自己的人生更有把握。我自己的人生，由我自己把握。对于他人的帮助，对于外在的机缘，我们十分乐见并感激，但是不能有依赖。外在的金钱的帮助，权力的帮助，我们通通不去攀附，以免失去对自己人生的把握。

如果这样做了，我所面对的世界，便以我为核心。我自己就是天下国家的枢纽。天地万物能否成就，全在我自己，不在他人。

所以，一个人真正把自己看作天地万物的根本，他一定极为宽和。别人一定更好和他相处，孔子所谓“易事而难说（通“悦”）”（讨好取悦他难，而和他共事却很容易）。

2、把吾身作为天下国家的根本，会不会很累呢？

恰恰是把吾身作为天下国家的根本，才不会对我无法把握的事情有过分的执着，才能把人生都安顿在我可以把握的范围内。这是极为轻松快乐的。在把整个世界都安顿在我可以把握的范围内之后，我就依着我的良知来把握这个世界。不凌下，不援上，不怨天，不尤人。由此我们的人生，亦即我们所面对的世界，可以“不费蛮力”地达到最大程度的圆满。

三、学也者，学为人师也。学不足以为人师，皆苟道也。故必修身为本，然后师道立而善人多矣（1）。如身在一家，必修身立本，以为一家之法，是为一家之师矣。身在一国，必修身立本，以为一国之法，是为一国之师矣。身在天下，必修身立本，以为天下之法，是为天下之师矣。

○白话翻译

所谓的“学”，就是要学着成为别人的老师。学不到足以为人师的程度，都是苟且之道（打了折扣的为学之道）。所以一定要把修身修好以作为根本。然后师道就能树立，善人就会增多。

譬如我们身处一个家庭之中，一定要修身立本，使得自己成为一家人的楷模，这就是成为一家人的老师。我们身处一个国家之中，一定要修身立本，使得自己成为一国人的楷模，这就是一国人的老师。我们身处天下之中，一定要修身立本，使得自己成天下人的楷模，这就是天下人的老师。

○实践要点

1、苟道，即苟且之道。如果真要修身，最为忌讳的就是苟道。孟子讲过一个例子，有人每天都偷邻居家的鸡。有人告诉他，这么做不对。于是他决定每个月偷一只鸡，等过一年再彻底改正（月攘一鸡，以待来年然后已。）孟子说，如果知道不合于道义，那就尽速改正，怎么还要等到来年呢？（如知其非义，斯速已矣，何待来年？）

我们修身的时候，常常选择自己愿意接受的事情去改动，自己不愿意接受的事情就放一放，打个折扣，折中一下。这样修身，不会真正变化自己的气质。

2、修身，绝不是以利己为目的。修身最终追求的是世界能够更好，人类能够更幸福。而为了这个目的，首先要让自己修为更好，人生更圆满。这么看来，我们学习就是要学着如何感染别人，让别人也能幸福圆满。这是“善與人同”的学问。我们追求的只是善，不论这个善是我的善，还是他的善。有时候，别人变好了，我们真是比自己变好了还要高兴，打心底里高兴。这样学习，路子不会偏。

有些学友修身，事事只想着自己德行变好，家人犯了错误，只是姑息过去，而不汲汲于让家人和自己一同好，这样修身是比较自私的。还有人，为了个人的修身，抛家棄子去出家，丝毫不考虑到家人今后将面临更为艰困的处境。这样的情况，追求德行也成了一种私欲了。明确师道，在学习的一开始就有个希望身边人都能好的心，就会防止自己不断地苟且，不断的把修身变成“怎么舒服怎么来”的一种业余爱好，最终只是耗费光阴而已。

3、《礼记·表记》说：“仁者，天下之表也，义者，天下之制也。”我们教导别人，怎么做好，这个影响力很小。而当一个仁者，他的一言一行都出自仁爱心，这样一个人出现在众人面前，众人便情不自禁视之为表率。同样的，一个一言一行合于道义的人，他的所作所为，就是最有分量的“制度”。

所谓立本安身，立吾身为本，就是要有一个大的愿力，力求我们的一言一行都成为别人的表率，成为别人效法的标准。也就是孔子所说的，“今世行之，后世以为楷”。所谓学为人师，就是要学成这样。

#### ○字词注释

1、出自周濂溪先生《通书》：“师道立则善人多，善人多则朝廷正而天下治矣。”

四、徐子直问曰：“何哉，夫子之所谓尊身也？”

曰：“身与道原是一件，至尊者此道，至尊者此身。尊身不尊道，不谓之尊身，尊道不尊身，不谓之尊道。须道尊身尊，才是至善。故曰：天下有道，以道殉身；天下无道，以身殉道。必不以道殉乎人。（1）有王者作，必来取法，（2）学焉而后臣之，然后不劳而王。（3）如或不可则去。仕、止、久、速（4），精义入神（5），见机而作，避世、避地、避言、避色（6），如神龙变化，莫之能测。若以道从人，妾妇之道也。（7）己不能尊信，又岂能使别人尊信哉！”

#### ○白话翻译

心斋的弟子徐子直（徐樾，字子直，号波石）问老师：“老师呀，您说的‘尊身’是什么意思呢？”

心斋说：“我们自身和道原本是一件东西。最尊贵的就是这个道，最尊贵的就是这个身。如果尊身偏离了尊道，那就称不上是尊身。（以违背道义的方式尊身，实际上是辱身。）如果尊道偏离了尊身，那就称不上是尊道。（以伤身的方式去尊道，那就是误解了道。道是不会伤身的。）必须是道也尊贵，身也尊贵，才是至善。所以孟子说：‘在天下有道的时候，道就随着吾身的一言一行得以呈现；在天下失道的时候，吾身就随道而去（以生命捍卫道义），一定不让道跟随于（屈从于）人的意愿。’这样，有王者兴起，一定到我这里来取法，跟我请教之后，再招纳我做臣子，然后他不用费力就可以行王道了。如果我做臣子之后，发现不能行道，那我就离开。可以做官就做官，可以不做就不做，可以做得长就做得长，可以做得短就做得短。完全由良知做决定，根据时机而动。恰当地躲避俗世、躲避某些地方、躲避某些言论、躲避某些脸色，犹如神龙变化一般，不能用固定的标准去测度。（这就是身和道相合的状态）如果让道屈从于人，这就是孟子说的‘妾妇之道’了。自己都不能尊信己身，又怎么能让别人尊信你自己，并且尊信有你的身所呈现出的道呢？”

#### ○实践要点

1、孔子说：“君子不重则不威，学则不固。”如果我们不看重自己，对自己轻视，那么要变化气质几乎是不可能的。人一旦看重自己，很多事情都会慢慢变化。

以前和朋友相处，朋友在面前说一些低级的玩笑，我满不在意。而一旦看重自己，在别人再说同样的话时，自己便不舒服。这个不舒服的感觉总会不知不觉在我的语言和神色中体现出来。以后，别人在我面前说话的时候便有所忌惮。人一旦看重自己，便不会过得很低级，不会堕落。《论语》说：“君子恶居下流。”我们须常常以此自警。

2、子曰：“君子不失足于人，不失色于人，不失口于人，是故君子貌足畏也，色足惮也，言足信也。”（孔子说：“君子在别人面前的步履不失态，神色不失态，言语不失态，这样，君子的容貌足以使人敬畏，神色足以使人忌惮，言语足以使人尊信。”）所以尊身，并不是“好名之心”，并不是执着别人对自己的看法，而是令别人敬重自己，从而有感化别人的余地。这是“树立师道”。

3、如果我们真的尊信道义，把道义看得比一切都重要，那么我们念念所期，必然纯是道义。但凡是道义，我们就去伸张，勇于伸张，而不过度计较个人的得失荣辱。而道的载体是什么呢？道的载体不是文字，不是我们的思辨，而是我们最真实的生命，是古往今来一切奉行道义者活生生的生命。道就是通过我们的一言一行，一举一动，出处进退来呈现的。所以我们的身很尊贵，所谓“至尊者身”。

《孟子·滕文公篇》讲过一个故事。阳货想要见孔子。因为孔子在当世是了不起的人物，所以阳货应当去拜见，去求教孔子，而不应该召见孔子，否则就是失礼。但是阳货又不愿意亲自去一趟孔子家，于是他想了一个办法：专门挑孔子不在家的时候派手下人去送礼。依照当时的礼仪，孔子是士，他发现大夫阳货给他送礼，他不在家，就应该亲自去阳货家接受赠予。孔子知道阳货实际是想要召见自己，于是孔子也专门挑了阳货不在家的时候，去阳货府上接受赠予。这样既守了礼，又维护了师道尊严。这就是因为孔子的身是道的载体，身与道便尊，怎可以呼之即来？

#### ○字词注释

1、《孟子·尽心篇》：“孟子曰：‘天下有道，以道殉身；天下无道，以身殉道。未闻以道殉乎人者也。’”

2、《孟子·滕文公篇》：“设为庠序学校以教之；庠者养也，校者教也，序者射也；夏曰校，殷曰序，周曰庠，学则三代共之：皆所以明人伦也。人伦明于上，小民亲于下。有王者起，必来取法，是为王者师也。”

3、《孟子·公孙丑篇》：“故将大有为之君，必有所不召之臣；欲有谋焉，则就之。其尊德乐道不如是，不足与有为也。故汤之于伊尹，学焉而后臣之，故不劳而王；桓公之于管仲，学焉而后臣之，故不劳而霸。”

4、《孟子·公孙丑篇》：“可以仕则仕，可以止则止，可以久则久，可以速则速，孔子也。”

5、《周易·系辞传》：“尺蠖之屈，以求信也；龙蛇之蛰，以存身也；精义入神，以致用也；利用安身，以崇德也。”

6、《论语·宪问篇》：“子曰：‘贤者辟世，其次辟地，其次辟色，其次辟言。’”

7、《孟子·滕文公篇》：“以顺为正者，妾妇之道也。”