# 王阳明心学——生而不凡

2018-11-20

王阳明出身于浙江余姚一个显赫的家庭,天生有特殊的气质。他的母亲怀孕超过十个月才分娩,在他诞生之前,他的祖母梦见天神衣绯玉,云中鼓吹,抱一赤子,从天而降,祖父遂为他取名为"云",并给他居住的地方起名为"瑞云楼"。出生后,5岁仍不会说话,但已默记祖父所读过的书。有一高僧过其家,摸着他的头说"好个孩儿,可惜道破。"祖父根据《论语·卫灵公》所云"知及之,仁不能守之,虽得之,必失之",为他改名为"守仁",随后他就开口说话了。他的父亲王华喜爱绍兴的山水,才举家离开余姚,移居绍兴。幼年的王阳明,有着良好的家世,也因此拥有一个非常优越的学习环境。

## 理念:知行合一

王阳明说,人为了生存,难免要追求一些能使自己感到安全的东西,诸如金钱、名利、地位。不过,有的人是在"良知"的指导下追寻这些,有的人却只是一门心思地追求外物。如果我们的内心永远盯着那些外物,必然会累得死去活来。

而心学的最大妙处在于:我们可以在身心幸福的情况下追逐外物,只要能以良知为指引,追求什么都是可以的。因此,王阳明心学不仅是我们身心修行的法宝,还是我们人生问题的灵丹妙药。尤其,是下面这10种直接关系现实生活的真切智慧。

## 最靠谱的修炼是做事

人须在事上磨,方立得住,方能"静亦定,动亦定"。

人应该通过经历各种事情磨练自己,才能立足沉稳,才能达到"无论动还是静,都能保持心中沉定"的境界。王阳明告诉我们,入世做事才是人生修行的最好法门。因为如果心不静而躁动,这些躁动就会在做事时被充分地激发出来。而要把事情做完、做好,就势必要尽量调伏自己的心、耐住自己的性。而这,正是对心性的最好磨砺。

## 一点私心都不能留

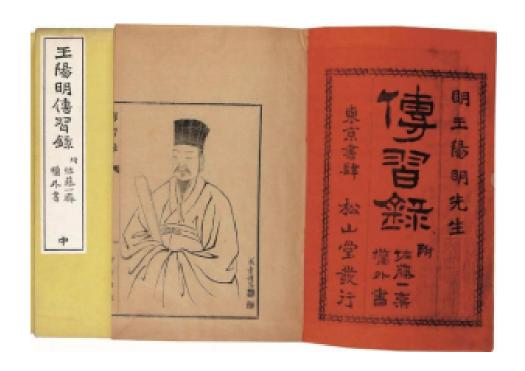
克己须要扫除廓清,一毫不存,方是。有一毫在,则众恶相引而来。

克制自己务必要将私心彻底扫除干净,一点私欲没有才算可以。有一点私欲存在,众多的恶念就会接踵而至。如果留存一点私欲,就如同在堤坝上豁开了一道口子,很容易就造成大坝的决堤。所以克己修身,是来不得半点妥协的。

# 工作生活忙乱,皆因得失之心

凡处得有善有未善,及有困顿失次之患者,皆是牵于毁誉得丧,不能实致其良知耳。

处理事情出现有时好有时不好的情况,并伴有困顿失序的弊端,这都是由于被毁誉得失的心所连累,不能 实际地获得他的良知。得失之心太重,只想要好的结果,恐惧得到坏的结果,会蒙蔽自己那颗本来能泰然 处之、平和应对的心。起伏得失本是常态,尽力而为、顺其自然才是合理的态度。



## 只知逃避永远没出息

人须在事上磨练做功夫乃有益。若只好静,遇事便乱,终无长进。那静时功夫亦差似收敛,而实放溺也。

人必须在事上磨练,在事上用功才会有帮助。若只爱静,遇事就会慌乱,始终不会有进步。那静时的功夫,表面看是收敛,实际上却是放纵沉沦。事情是要面对的,人是要在事上磨的,逃避是永远没有出息的。

## 这蒙蔽心灵的,是物欲

若无有物欲牵弊,但循著良知发用流行将去,即无不是道。但在常人多为物欲牵蔽,不能循得良知。

如果没有物欲牵累蒙蔽,只靠良知去发挥作用,那么就无时无处不是道。然而,平常人大多被物欲牵累蒙蔽,不能遵从良知。被蒙蔽的心,如蒙蔽二字的含义,是阴暗而糊涂的,就算得到再多,又有什么用?唯有本心呈现,才能清明、放松和自在。

# 要善恶分明,更要爱恨分明

人但得好善如好好色,恶恶如恶恶臭,便是圣人。

人只要喜好善行如同喜爱美色,憎恶恶行如同讨厌恶臭,他就是圣人了。王阳明告诉我们,圣人其实很简单、很平常,就是知道善恶,并能从善如流、嫉恶如仇。这就是大道至简。

## 心正就是少发怒

凡人忿懥,着了一分意思,便怒得过当,非廓然大公之体了。故有所忿懥,便不得其正也。

一个人在忿怒时,较容易感情用事,有时会怒得过分,就失去廓然大公的本体了。因此,有所忿怒,心就 不能中正。易怒、爱怒、暴怒,那都是修养不足的表现。注意和克制自己的怒气,则正是矫正涵养之路。

## 这个世界没有对不起你

汝若以厌外物之心去求之静,是反养成一个骄惰之气了。如若不厌外物,复于静处涵养,却好。

你如果是以厌弃外物的心去静中寻求,相反只会养成骄横怠惰的恶习。你若不厌弃外物,再到静处去涵养, 这样就是可以了。一切都是你心的问题,你以为你是被辜负,其实不过是你的私心私欲没被满足、顺从和 将就罢了。所以,摆正心态是第一步。

## 遇到恶人,最好的办法是别理他

凡文过掩慝,此是恶人常态。若要指谪他是非,反去激他恶性。

文过饰非,这是恶人的常态。如果去责备他的过失,反倒会激起他的恶性。遇到那些不地道的人,讲理是没有用的,最好的办法是别理他。

## 好好吃饭也是修行

今人于吃饭时,虽然一事在前,其心常役役不宁,只缘此心忙惯了,所以收摄不住。

现在有些人在吃饭时,即使无事,他的心也经常忙乱而不安定,只因他这颗心忙惯了,所以收摄不住。从 安安静静做好和享受当下开始,吃饭的时候就好好吃饭,走路的时候就好好走路,睡觉的时候就好好睡觉。 这些,正是收摄心思,正是修行炼心。

## 阳明先师主张:致良知、知行合一

意即靠实践与自省为善去恶,修炼内心强大的自己,从而开启与生俱来的正能量。

在日益喧嚣的浮躁世界,这种智慧的哲思如同茫茫大海中的灯塔一般,照亮着人生的航程。

心学智慧的光芒能够练就我们认识自己、造就自己,认识世界、改变世界的正能量。