

《阳明心学》
整体教学设计
(2022~ 2022 学年第 2 学期)

课程名称： 阳明心学

所属院部： 公共教学部

制定人： 吕玲

制定时间： 2022 年 3 月

日照职业技术学院

课程整体教学设计

一、课程基本信息

课程名称：阳明心学		
课程代码：	学分：2	学时：32
授课时间：每学期	授课对象：全校学生	
课程类型：（打钩，可多选） 人文类课程 <input checked="" type="checkbox"/> ，理工类课程 <input type="checkbox"/> 其它分类：_____.		

二、课程的性质

阳明学，又称王学、心学，本课程基于王阳明心学体系之结构的全面把握，比较全面而系统地讲解、阐述王阳明的心学思想，对其思想体系中的一些主要观点或命题，并结合宋明理学发展的整体脉络而予以细致讲解。

阳明心学是明朝哲学家、军事家王阳明先生上承孔门，下继陆九渊，同时吸收佛道而集大成的一门学说，俗称“阳明心学”，其思想内涵丰富，纯粹而直接，是中国古代思想领域中非常富有活力的思想学说，因为其思想的逻辑起点在本心，因此不管是什么领域，什么人都可以从中学汲取丰富的思想智慧。心学包含了佛道直指本心和儒家齐家治国平天下的事功特点，它不是方法论，不是技术工具，而是由内

而外紧贴行动与实践的人生哲学，看起来简单，但内涵非常丰富，正如阳明弟子徐爱所说：“先生之道，即之若易，而仰之愈高。见之若粗，而探之愈精。就之若近，而造之愈益无穷。十余年来，竟未能窥其藩篱”。让学生了解阳明心学，学习阳明心学，发扬阳明心学。

通过《阳明心学》课内、课外的学习，帮助学生进一步深入了解王阳明心学思想的精髓。感悟千古圣贤点滴骨血从百死千难中而来……为天地立心，为生民立命。为往圣继绝学，为万世开太平。让传统文化的精髓进一步走近大众、走近当下中国人的精神世界。帮助学生重温中国传统文学和古典哲学的精髓所在，感悟自在人生，从而传承国学智慧，助力文化强国。

学生应该在以下五个方面得到感悟。

• 坚持自我

王阳明曾对弟子说：“人胸中各有个圣人，只自信不及，都自埋倒了。”强调以高度自信的姿态屹立于世间。良知人人都有，是一种不假外力的内在力量，怎样做，最可靠的还是听从自己的内心。

王阳明的一生，也是意志坚定、坚持自我、特立独行的一生。

在朱子学一统天下的时代，王阳明提出“知行合一”说，给当时的人们带来了巨大的冲击。人们不能理解其本意，惊讶者有之，非难和指责者层出不穷。王阳明曾经这样形容自己的处境：“危栈断我前，

猛虎尾我后，倒崖落我左，绝壑临我右。我足复荆榛，雨雪更纷骤……”

“举世困酣睡，而谁偶独醒？疾呼未能起，瞪目相怪惊。反谓醒者狂，群起环门争……”到了嘉靖元年（1522年），王阳明已经是平定藩王之乱的大功臣，却依然遭受其他官员的攻击。当年进士考试由礼部负责出题，问题中涉及心学，出题人暗中希望考生指责王阳明。可见王阳明的处境之艰难。

尽管如此，王阳明在压抑自我、反省己过之后，坚信自己的学说精确、明澈。“吾自南京已前，尚有‘乡愿’（《论语·阳货》）意思。在今只信良知真是真非处，更无掩藏回护，做得‘狂者’（《论语·子路》）。使天下尽说我行不掩言，吾亦只依良知行。”

• 关注内心

无论身处何种时代、何种体制，没有人能替你看顾你的内心。王阳明临终有一句名言：“此心光明，亦复何言！”又有诗：“吾心自有光明月，千古团圆永无缺。”此心光明了，世界便一同光明起来。

直面当下，商品经济的冲击使得人的欲望日渐膨胀。许多人竭尽全力攫取财富，却不清楚自己的生活何以越来越迷惘纠结，日甚一日地充满挫折与焦虑，没有安全感和存在感。正用心学爱好者白立新所言：“华夏又逢盛世，满心却是迷茫。曾经外向求索，反生无奈乱象。”最好的救赎之道是把习惯向外追逐的目光收回来，关注放逐已久的心灵。

王阳明说：“身之主宰便是心，心之所发便是意，意之本体便是知，意之所在便是物”。心是身体和万物的主宰，当心灵安定下来，不为外物所动时，本身所具备的巨大智慧便会显露出来。

• 至善圆满

“天地虽大，但有一念向善，心存良知，虽凡夫俗子，皆可为圣贤。”王阳明认为：“无善无恶是心之体，有善有恶是意之动，知善知恶是良知，为善去恶是格物。”既然知道了善恶，就应该在事上磨练，“格物致知”，不断为善去恶，“于发动处有不善，就将这不善的念克倒了，须要彻根彻底，不使那一念不善潜伏在胸中”，格除各种浮思闲虑的干扰，让心从偏颇失控的不正常的状态，回归到不偏不倚的“中和境界”。

这是一个奇怪的时代，谈论“善”似乎很老土。但事实上，道德不是虚假的框架，而是真实清澈的洞见。

对个人来说，“破除心中贼”，破除心中的贪念、邪恶、嫉妒等，变得饱满圆融、至善至诚，既是个人更高层次的需求，又能让心灵更安定，心情更快乐。

对于团体如企业来说，将善恶放在得失之上，将长远利益、社会和谐和员工幸福放在短期利润、破坏环境和血汗工厂之上，才能彻底摆脱投机市侩的阴影，成为真正改变世界的巨人。

正如一位心学爱好者所言：“未来，不是穷人的天下，也不是富人的天下，而是一群正直、正念、正能量的人的天下。”别人愿意将自己的财富交由你来打理，是出于对你能力和人品的信任，而不是你拥有财富的多少。

• 勇者无惧

屡立功劳却屡遭构陷，是王阳明一生的真实写照。正德十四年（1519年），王阳明在短短一个半月之内，运用神速果敢的军略，平定了差点颠覆大明王朝的宸濠之乱，立下赫赫战功，却无功无赏，反受中伤。武宗身边的佞臣许泰、江彬、张忠对王阳明心怀妒恨，认为倘若平定宸濠之乱的功劳不能算到武宗的账上，就无法保持自己的地位，想出一条愚蠢的奸计，他们打算在鄱阳湖上放走朱宸濠，然后由武宗亲自率兵督战，生擒朱宸濠，凯旋返京。而王阳明已经押解着俘虏出发，所以许泰等人不断派人告知王阳明，朝廷将于广信府（隶属江西省）接收俘虏。

• 知行合一

人人都有良知，这是人之根本，应以慎独自律，去除私欲，使得心如明镜，关照外物。静坐是自省的好办法，而真正的功夫还是在行动中，在具体的事上磨练。在事上磨练，绝不是心有良知，一切都能办好，还是要学习、总结。

现代社会，人的价值观越来越多元化。心学秉承儒家的价值观和政治理想，渴望天下一体皆仁。在这个只求成功，不在乎善恶的时代，有着重要的意义。于个人修炼而言，立诚志、致良知、知行合一指出了一条清晰的修炼道路。人的一生应当将全部意念放到实现自己的志向上去，心学的修炼能够达成一个无比强大的体，再加上事上磨练提升用的能力，就能把这一体两面一起提升，从而达到心圣事成的理想境界。

三、课程的知识 and 理论内容

阳明心学的内在结构是良知和致良知经由知行合一而构成的。在这一结构中，王守仁以心(良知)立言，又以良知释心，心(良知)就构成了王学的基石。在王守仁看来，心是无所不包的。物、事、理、义、善，学等都不在“吾心”之外，亦即是“心即理”。但他又认为，“良知”是心之本体，是人人生而俱来的，先验的，普遍的“知”。这种“知”是不待虑而知，不待学而能的本然，是“致良知”、为圣的内在可能性。同时，他又强调“良知”是外在的社会伦理道德与内在的个体心理欲求的统一(“天理之在人心”)，是与天地万物同体的。正是这个充塞天地的“良知”(灵明)，才使“我”与万物(包括社会)无间隔地一气流通，互不内外远近地融为一体。也正是这种天地间活泼泼的、“个个心中有仲尼”的“良知”，才感召人们去追求那种具有“凤凰翔于千仞”，“淳德凝道，和于阴阳，调于四时，去世离俗，积精全神，游行于天地之间，视听八远之外”^②的“狂者”或圣人境界。这就极大地强调了主体意识的能动性，高扬了人格精神的伟大，

成了“致良知”的主体后天努力的内在要求。在这里，王守仁突破了朱熹那种“天理”的绝对性，从而肯定了人欲的合理性。

王阳明心学是明朝中晚期的主流学说之一，后传于日本，对日本及东亚都有较大影响。在知与行的关系上，强调要知，更要行，知中有行，行中有知，所谓“知行合一”，二者互为表里，不可分离。知必然要表现为行，不行则不能算真知。

王守仁明代著名的思想家、文学家、哲学家和军事家，陆王心学之集大成者，精通儒家、道家、佛家。

阳明心学集儒、释、道三家之大成，是500年来中国人最精妙的神奇智慧。王阳明创立阳明心学，参透世事人心，终成一代圣哲；曾国藩研习阳明心学，编练湘军进攻太平天国，历时十二年克尽全功，再造乾坤；稻盛和夫将阳明心学应用于现代企业管理，缔造了两家“世界500强”企业，成为日本“经营之圣”……

阳明心学内容心即理也、格物致知、知行合一、致良知的核心理念，构筑了阳明心学的基石是王阳明概括的四句话，即：无善无恶心之体，有善有恶意之动，知善知恶是良知，为善去恶是格物。这四句话后来人们称之为阳明心学“四句教”，也是阳明心学的核心，旨在让学生轻松领悟阳明心学的神奇智慧精髓，修炼内心强大的自己，开启与生俱来的正能量，获得幸福完美的人生。

阳明心学内容

序号	模块名称	主要内容	课时
1	项目一： 王阳明平生	1. 生而不凡 ； 2. 年少有为 3. 娶妻诸氏 ； 4. 步入仕途 5. 被贬悟道 ； 6. 平定江西 7. 平定叛乱 ； 8. 立院讲学 9. 总督两广 ； 10. 病逝归途 11. 个人功绩 ； 12. 个人作品	4
2	项目二： 圣人之道	1. 王阳明何许人也？ 2. 阳明心学是什么？ 3. 阳明四句教？ 4. 何为圣人？ 5. 圣人之道？ 6. 科学及儒释道的解释？ 7. 王阳明的思想？	2
3	项目三： 心即理也	1. 心即理也 2. 一心三藏 3. 平行宇宙 4. 无善无恶 5. 有善有恶 6. 能所双亡 7. 三位一体 8. 何其自性 9. 奇迹世界	10
4	项目四： 四大主题	皆度百岁 天国之恋 随才成就 蒙以养正	4
5	项目五 格物致知	惟精惟一 格物致知 为善去恶 观法无我	4
6	项目六：	知行合一	4

	知行合一	知善知恶 强恕而行	
7	项目六: 总结	吾性自足 励志勤学	2
8	讨论、考核		2
	共计		32

四、课程进度表

“单元”是指一次课。每次课都要结构完整，都要进行“单元设计”。

第× 单元	周 次	学 时	单 元 标 题	目 标	师 生 活 动	其 它 (含 考 核 内 容 、 方 法)
1	1.2	4	王阳明平生	了解	讨论、体会、感想	过程考核
2	3	2	圣人之道	理解、感悟	讨论、体会、感想	过程考核
3	4.5.6 7.8	10	心即理也	理解、感悟	讨论、体会、感想	过程考核
4	9.10	4	四大主题	理解、感悟	讨论、体会、感想	过程考核
5	11.12	4	格物致知	功课	讨论、体会、感想	过程考核
6	13.14	4	知行合一	功课	讨论、体会、感想	过程考核
7	15	2	总结	理解、感悟	讨论、体会、感想	过程考核
8	16	2	讨论、考核		讨论、体会、感想	过程考核
合计	16	32	7大模块			

五、考核方案

过程考核、结果（期末）考核或采用灵活多样的考核方式。

分数=平时考勤和作业 30%+总结感想 70%

六、教学资源（指教材或讲义、参考资料、所需仪器、设备、网络学习资源等）

《传习录》 江苏凤凰文艺出版社出版

《论语》 人民出版社出版

《中庸》 海潮出版社出版

收集网络资料

七、需要说明的其他问题

没有教材，需要安排多媒体教室。

