

安身、日用与和乐：论王艮对王阳明 “万物一体”思想的发展

冯兴梅

湖北大学哲学学院，湖北 武汉

收稿日期：2025年9月24日；录用日期：2025年10月14日；发布日期：2025年10月28日

摘要

“万物一体”思想发端于先秦，经由宋儒阐释后，这一思想在王阳明处成为兼具本体论与境界论的“万物一体之仁”。作为阳明的弟子，王艮(号心斋)承袭了其师的理念，又对该思想进行发展，构建起以“安身”为本、以“日用”为场域、以“和乐”为归旨的思想体系。心斋将“身”界定为兼具生命存在、道德主体与实践载体的统一，提倡爱身敬身，安身立本。他主张“百姓日用皆道”，认为百姓亦可于日常生活中达到万物一体之境，并以万物一体之乐作为情感归旨，使得“万物一体”思想焕发出新的生机。然而，虽然心斋的这一思想推动了心学的世俗化，却也具有局限性。

关键词

王艮，万物一体，安身，日用即道，和乐

Anshen, Daily Life, and Harmonious Joy: On Wang Gen's Development of Wang Yangming's Thought of “The Unity of All Things”

Xingmei Feng

School of Philosophy, Hubei University, Wuhan Hubei

Received: September 24, 2025; accepted: October 14, 2025; published: October 28, 2025

Abstract

The idea of “The Unity of All Things” originated in the Pre-Qin period. After being interpreted by

Confucian scholars of the Song Dynasty, this thought evolved into Wang Yangming's "benevolence as the unity of all things," which encompasses both ontology and realm theory. As a disciple of Wang Yangming, Wang Gen (styled himself Xinzhai) inherited his teacher's ideas while further developing them, constructing an ideological system that takes "securing one's own existence" as the foundation, "daily life" as the field of practice, and "Hele (harmonious joy)" as the ultimate goal. Wang Xinzhai defined the "body" as the unity of both a living entity, a moral subject, and a vehicle for practice, advocating for cherishing and respecting one's body, and establishing the foundation of life by securing one's own existence. He advocated that "the Dao exists in the daily life of the common people," and believed that ordinary people could also attain the state of "oneness with all things" in their daily lives. He took "joy from following one's innate nature" as the emotional ultimate goal. These efforts infused the idea of "the unity of all things" with new vitality. However, although Wang Xinzhai's thought promoted the secularization of the Xin Xue, it also had its limitations.

Keywords

Wang Gen, The Unity of All Things, Anshen (Securing the Self), Dao in Daily Life, Harmonious Joy

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

“万物一体”思想是儒家的重要命题，其萌芽可追溯至先秦。《孟子·尽心》篇言：“万物皆备于我”，([1], p. 236)便是指人若充分觉悟本心，可与天地万物相通，臻于仁之境界。汉唐时期，思想家们对此说多有阐发，却未形成系统的阐释。直至宋代，张载才率先将其升华为了哲学理论。张子提出“大心”说，并以此超越“见闻之心”，以“视天下无一物非我”([2], p. 203)的胸怀将天地万物视为与自身体戚与共的存在。而后，程颢明确提出了“万物一体”说，曰：“仁者，以天地万物为一体。”([3], p. 560)强调通过道德修养，打破物我界限，体认与宇宙万物的血脉相连。

及至王阳明，此说更得深化，乃至诸多学者都将“万物一体”看作是王阳明思想的“基本精神”。阳明以良知学说为基础，提出“万物一体之仁”，旨在破除人我与物己之隔，确立一种普遍的共同体意识。作为泰州学派的创始人，王心斋在其师的基础上发展出一套以“安身”为本、以“百姓日用”为场域、以“乐”为归旨的“万物一体”学说，促使中晚明的心学朝着世俗化、生活化的方向发展。

2. 王阳明“万物一体之仁”的内涵

在探讨王心斋的“万物一体”思想之前，必须先厘清王阳明的“万物一体之仁”的内涵，以此作为对照。“万物一体”并非抽象的概念，而是具有不同层面的涵义。从本体论上而言，一体之仁源于良知。阳明在《答季明德》中直言：“人者天地万物之心也，心者天地万物之主也。”([4], p. 181)此句不仅赋予人以独特意义与价值，更将人与天地万物都紧密连接了起来。阳明对此曾：“人的良知，就是草木瓦石的良知。若草木瓦石无人的良知，不可以为草木瓦石矣。岂惟草木瓦石为然？天地无人的良知，亦不可为天地矣。盖天地万物与人原是一体，其发窍之最精处，是人心之一点灵明。风雨露雷，日月星辰，禽兽草木，山川土石，与人原只一体。故五谷禽兽之类，皆可以养人；药石之类，皆可以疗疾；只为同此一气，故能相通耳。”([4], p. 94)可见，人心的“一点灵明”是天地万物之“发窍最精处”，亦是万事万物得以显现自身意义的关键。在阳明眼中，良知并非个体独有的道德意识，而贯穿于天地万物当中，为一普遍

本体。五谷禽兽之所以能够滋养人，药石之所以能够疗愈人，皆只因万物与人“同此一气”。而气的贯通源于良知本体的普遍性，正因为人与万物共享这一良知本体，同此“一气”，因而才构成宏大的共同体。

在境界论上，“万物一体”则呈现为一体之仁的生命境界。对于这一点，阳明曾在《大学问》中做出了说明：“大人者，以天地万物为一体者也。其视天下犹一家，中国犹一人焉。若夫间形骸而分尔我者，小人矣。大人之能以天地万物为一体也，非意之也，其心之仁，本若是其与天地万物而为一也。岂惟大人，虽小人之心，亦莫不然。彼顾自小之耳。是故见孺子之入井，而必有怵惕惻隐之心焉，是其仁与孺子而为一体也……见草木之摧折而必有悯恤之心焉，是其仁之与草木而为一体也。”([4], p. 212) 阳明认为，大人之所以能与天地万物为一体，正是源于仁的自然发用。仁是儒家所倡导的核心理念，正因大人内心具备仁性，他才能与万物合而为一。这种仁既是一种与天地万物休戚相关、生机相通的力量，更是良知本体自然发用后呈现的结果。不但如此，阳明指出，即使是不被看好的“小人之心”也具备仁性。只是，因私欲之遮蔽，这一本性才没有显露出来。在仁的作用下，大人将此心层层递推，推人及物，以至于推向宇宙全体，最终才能够通向无穷的生命境界。

为了实现“万物一体之仁”的高远境界，阳明还指出，须加以“致良知”的功夫。虽然，阳明极为看重“亲民”和“事亲治民”之作用，但与此相比，阳明则更加注重向内发明本心，并希望以此克去私欲之弊，最终达到“廓然大公”的境界。正所谓“圣人之心如明镜，只是一个明，则随感而应，无物不照。”([4], p. 11) 在阳明看来，一旦良知澄明，便自然能够实现“视人由己，视国犹家”的一体之境。不过，主体在“致良知”的过程中，须秉持“戒慎恐惧”的敬畏之心。君子通过无时或间的戒慎恐惧之功，可使良知本体“无所亏蔽，无所牵忧，无所忧惧忧患，无所好乐愤寔，无所意必固我，无所歉馁愧怍”，([4], p. 161) 从而由“敬畏”达至“从心所欲而不踰”的“洒落”之境。虽然，主体在经过“戒慎恐惧”之后，终可获得“洒脱”之乐，但“洒落”之乐始终与“敬畏”联系在一起。因此，即便最终臻于乐境，却难以摆脱“敬畏”所带来的紧张感。

3. 王心斋对“万物一体”思想的继承与发展

作为阳明门人，王心斋自是承续老师意志，将“万物一体”作为终生追求的理想。据《年谱》载，明正德六年(1511年)，心斋夜梦天坠，独力托举而整布星宿，醒后心体洞彻，始悟“万物一体，宇宙在我”之境。拜入阳明门下后，心斋更是在讲学时制一轻车，上书“天下一个，万物一体，入山林求会隐逸，过市井启发愚蒙”，([5], p. 71) 以此彰显己志。心斋虽未对“万物一体”进行过集中且明确的说明，但纵观其遗留的文本却能发现，他对此十分重视。其《鳅鳢赋》便可谓是其“万物一体”思想的生动表达。道人在街头行走时，偶然看到一口用以养鳝鱼的大缸。在这大缸中，生活着一群奄奄一息、缺乏氧气的鳝鱼和一条灵活自如的泥鳅。道人随后发现，鳝鱼之所以能够通气、存活，皆因泥鳅在奋力游动。但是，泥鳅之所以如此，却并非为了得到鳝鱼的回报，而只是顺应自己的本心。于是，道人感而曰：“吾与同类并育于天地之间，得非若鳅鳢之同育于此缸乎？吾闻大丈夫以天地万物为一体，为天地立心，为生民立命，几不在兹乎？”([5], p. 55) 心斋借道人之口表达了自己的万物一体之志。由此可见，这种救世情怀实与其师一脉相承。不过，他并未停留在阳明所高扬的良知心体上，而为万物一体之境寻找了一个更为坚实、普适的根基。他的万物一体理想建立在对“身”的诠释上。具体而言，他对师说的发展主要体现在以下四个方面：

(一) 爱身敬身

在儒家传统中，身与心虽具有不同的概念，但二者却是互相渗透的。儒家认为，身与心浑然一体，不可分割。《大学》有言：“德润身，心广体胖”，([6], p. 113) 便表达出以德润身、身心一体的智慧。孟子也曾曰：“君子所性，仁义礼智根于心。其生色也，晬然见于面，盎于背，施于四体，四体不言而喻。”

([1], p. 210)在孟子看来,内在之德性会自然流露为身体的气质与姿态,因而呈现出身心的高度一致性。不过,值得注意的是,儒家虽重身心一体,却仍然以心为主宰。

王阳明继承了传统儒家的修身观念,但于阳明而言,心乃是实现一切的根本,“万物一体”的实现主要离不开心体的廓然与感通。相较于其师,心斋则旗帜鲜明地提出了“身之本”的主张,有别于传统的身体观。他对身的重要性深信不疑,称:“立本,安身也。安身以安家而家齐,安身以安国而国治,安身以安天下而天下平也。故曰修己以安人,修己以安百姓,修己身而天下平。不知安身,便去干天下国家事,是之为失本。”([7], p. 710)在心斋看来,身与天下国家虽为同一整体,但身为根本,天下国家却是枝末。若身体不安定,那么根本便无法确立,因此,人要懂得让自身安稳。唯有自身安稳,才能以此推之,促使人与人、家与家、国与国的安定和谐。

心斋之身具有三层含义,统合了生命存在、道德主体与实践载体三个维度。其一,身是现实存在的生命。从心斋对身的强调可以看出,万物一体之境的实现有一个前提,即个体须首先保障自身生命的存续与安宁,在实现“冻馁不侵”之后,方能为“推之”奠定基础。若个体生命难以存续,“爱人”与“安天下”也将沦为空谈。其二,身具有道德属性,是道德之身。身安不仅指个体的生命无虞,同样指向自身道德立场的中正与无偏倚。这一点,黄宗羲在《明儒学案》有言曰:“然所谓安身者,亦是安其心耳,非区区保此形骸之为安也。彼居危邦、入乱邦,见几不作者,身不安而心固不安也,不得已而杀身以成仁。文王之姜里,夷、齐之饿,心安则身亦未尝不安也。乃先生又曰:‘安其身而安其心者上也,不安其身而安其心者次之,不安其身又不安其心。斯为下矣’。”([7], p. 712)若良知不存,道德意识丧失,那么即使人之肉体完好无损,其内心同样难以安定。如此一来,万物一体之境也恐怕难以成为现实。其三,身还是实践的主体,是连接个体与天下的重要一环。心斋曾曰:“知修身是天下国家之本,则以天地万物依于己,不以己依于天地万物。”([5], p. 6)他认为,修身乃天下国家之本,正因如此,故天地万物的存在与意义之彰显皆需依赖己身。同样,身也是实现“天下平”的实践主体,只有个体身正,方能推动家正与国正,最终实现“天下平”的愿景。

可以看到,在阳明那里,“万物一体”更加偏重于精神层面,但到了心斋这里,“万物一体”则兼具肉体、精神与实践维度。不过,值得注意的是,心斋虽然以“身之本”取代了阳明的“心之本”,但他也并非完全否定“良知本体”。在心斋这里,心的明觉需要依靠身的显现与作用。因此,心斋虽较儒家传统而言更重身的地位,但他同样并未否定心。应该说,心斋对身的重视,使得“万物一体”也具有了新的指向。

(二) 安身立本

由于重视身,心斋也就十分强调“安身”的重要性,并将“安身”视为“立本”。这一点,从他对《大学》中“止于至善”的解释中可以看出。心斋称:“《大学》说个‘止至善’,便只在‘止至善’上发挥:‘知止’,知‘安身’也,‘定、静、安、虑、得’,‘安身’而‘止至善’也。”([5], p. 102)他认为,身是一切道德实践的根本,只有当个体之身安定之后,后面的步骤才可依次展开。因此,知止就是知“安身”,只有在身体安定后,人才能兼善天下,达到更高的境界。

心斋对“安身”的强调同样体现在“淮南格物”中:“吾身是个矩,天下国家是个方,絜矩,则知方之不正,由矩之不正也。是以只去正矩,却不在方上求,矩正则方正矣,方正则成格矣。故曰格物。吾身对上下前后左右是物,絜矩是格也,其本乱而末治者否矣,便见絜度格字之义。格物,知本也。”([5], p. 94)心斋将“身”喻为“矩”,将“方”喻为“天下国家”,而将“格物”定义为“正矩”。这就表明,人应先修正自身,方能安定邦国,最终实现万物一体之境。因身具有难以代替的重要意义,所以,“安身”即为立本,本立之后,天下才能太平。于是,道德实践便不再偏重内在体悟的心,而转向了兼具形神、扎根于现实世界的身。这就使得万物一体的实现更加具体切实,成为一条基于自身、由近及远的路径。

不过,虽然相较于心而言,心斋更为重视身,但他同样承认了心之意义。他曾言:“大丈夫存不忍人之心,而以天地万物依于己,故出则必为帝者师,处则必为天下万世师。”([5],p.13)在他看来,正是因大丈夫怀“不忍人之心”,因而才将天地万物作为自身之责任与使命,推动了万物一体之境的实现。

(三) 日用即道

在阳明以前,儒学多为书斋士大夫所接受,而与平民相隔甚远。但直到阳明宣称:“心之良知是谓圣,圣人之学,惟是致此良知而已……愚不肖者虽其蔽昧之极,良知又未尝不存也。苟能致之,即与圣人无异矣。”([4],p.563)圣学才得以成为平民皆可实现的理想,从书斋走向大众视野。阳明虽从一定程度上促进了心学的世俗化发展。但到了心斋这里,心学的世俗化、平民化趋向才得以全面推进。与许多理学家不同的是,心斋并不认为平民无须胸怀天下,“思不出其位”。相反,他则认为匹夫亦可有成圣之心,并主张将理学从士大夫的学问转为普通百姓的日用之道。心斋的这一理念带有世俗化、平民化的色彩,表现出他对一般人的重视。

心斋将“道”与普通百姓的日常生活画上等号,云:“圣人之道,无异于‘百姓日用’。凡有异者,皆是‘异端’。”([5],p.10)又曰:“百姓日用条理处,即是圣人之条理处。”([5],p.10)这便意味着,“道”不再是高悬的、虚无的本体,而蕴藏在平民百姓的日常生活之中,是日常生活的活动与条理。基于此设定,农夫耕田、工匠做工和商贾贸易等活动也皆成为“道”的显现,成为天性自然流露的活泼泼之境。心斋曾言:“愚夫愚妇与知能行便是道,与鸢飞鱼跃同一活泼泼地,则知性矣。”([5],p.90)他坚信,道体并非高悬于日常生活之上,童仆往来、饮食起居等寻常事也皆能彰显天理,与圣人之道本质一致。于是,经过心斋的改进,圣学不再是只针对士大夫的学问,万物一体之境和万物一体之乐也成了平民百姓能够企及的境界。

“百姓日用”是“万物一体”的实践场域。因此,要实践“万物一体”,便无须要求人离开日常生活去追求超越之境。在当下具体的日常生活中,人亦可通过“明哲保身”、“推己及人”的方式来体认并实现这一境界,享受其中的乐趣。当然,除了表述思想之外,心斋还通过自身行动践行着这一理念。他曾在市井讲学,其听众甚多,涵盖农夫、工匠与商贾等人。据《明儒学案》载,心斋弟子韩贞虽为一陶匠,但也致力于传播其师思想。“觉有所得,遂以化俗为任,随机指点农工商贾,从之游者千余。秋成农隙,则聚徒谈学,一村既毕,又之一村,前歌后答,絃诵之声洋洋然也。”([7],p.1217)在心斋及其弟子看来,讲学教化并不是为了灌输高深的理论知识,而是为了使人皆知晓懂得安身保身之法,再由自身之乐通向无穷的乐。如此一来,阳明的心学也彻底转向了世俗民间。

(四) 万物一体之乐

心斋对阳明学的发展,不仅体现在他对“安身”和“百姓日用”的重视,更表现于他对乐的重视。阳明虽然也讲“乐是心之本体”,将乐作为至高至上之本体,但他所倡导的乐却是在“致良知”工夫中达到的境界,因而常常伴随“省察克治”和“戒慎恐惧”的紧张感。与其师不同的是,心斋极大地发展了心学中乐的一面,并将其作为万物一体之境的情感体验。需要明确指出的是,这种乐并非声色犬马、囿于物质之乐,而更倾向于当下直承、自然率性,是在领悟到天人一体、本性自足后的洒脱、自在、活泼泼的本真生命体验。

心斋所言之乐是一种基于身心安定后的愉悦。由于身之重要性,因此,乐首先建立在身安的基础之上。若人之基本生存都难以满足,那么他亦不会快乐。同样,即便人的生存得以满足,但他若是缺少良知,他亦不会感到快乐。所以,只有人之身心皆安定之后,愉悦才成为可能。

乐也是一种德性之乐。他在《乐学歌》中言:“人心本是乐,自将私欲缚。私欲一萌时,良知还自觉。一觉便消除,人心依旧乐。乐是乐此学,学是学此乐。不乐不是学,不学不是乐。”([5],p.54)当私欲萌动时,人心会陷入紧张焦虑当中。而后,良知有所察觉,随即便将私欲消除。此时,人心才会恢复到

乐的状态。这种乐，便是克服私欲后的德性之乐。心斋之“乐学”其实是基于万物一体之学。他曾曰：“须见得自家一个真乐，直与天地万物为一体，然后能宰万物而主经纶，所谓‘乐则天，天则神’。” ([5], p. 19) 这便意味着，实现万物一体的过程并非完全因克己而充满痛苦，而是一个快乐的、个体享受的过程。如此，便消解了道德实践过程中的沉重感，使其变得亲切可感而更加富有吸引力了。

乐还是境界达成后的本真状态，是一种本然之乐。心斋曾曰：“良知之体，与鸢飞鱼跃同一活泼泼地……要之自然天则，不著人力安排。” ([5], p. 11) 心斋认为，宇宙万物生机盎然，而人性亦是如此，因此，这种生命的自然流行便是最大的乐。他又说：“天下之学，惟有圣人之学好学，不费些子气力，有无边快乐。若费些子气力，便不是圣人之学，便不乐。” ([5], p. 5) 由于圣人既不向外求利，也不囿于支离之格物，因此在心斋看来，圣人之学可谓是与本真的乐相联系的自然之乐。当个体通过“安身立本”之方真正体会到与万物血脉相连，物我之间的隔阂不复存在后，其所获之感便不再是理性的认知或道德的义务，而是一种趋于圆融自足、充盈丰沛的万物一体之乐。

当人身心皆处于安定，又能通过良知克除私欲，便最终可通向本然的万物一体之乐。在情感维度上，心斋的万物一体思想将阳明所重视的“敬畏戒惧”转向了率性本真的乐，将一种充满敬畏感的、向上的超越性追求转化为了一种平实的且充满欢欣的生命体验。

4. 王心斋“万物一体”思想的贡献与局限

通过梳理心斋的“万物一体”思想可以发现，心斋并非简单地传习师说，而是在阳明的基础上进行了创造性发展。心斋将阳明的心转变身为身，构建了一个基于身、关怀个体生存和平民日用的安身立本的实践体系。

从积极的方面来讲，心斋这一思想的提出与中晚明商品经济发展和贫民阶层崛起有关，他的这一转变极大地加速了阳明心学的世俗化发展。通过安身立本思想的确立，心斋将个体的生命存在拔高到了极点。他以“安身”来解“止至善”，并强调“百姓日用即道”，这两个命题将时人的目光拉回现实生活，推动了心学的世俗化发展。在心斋思想横空出世之后，人们开始将目光转向自身与现实生活，阳明心学也得以从学子的书斋走向更为宽阔的田野街市。心斋长期致力于在民间讲学，在其所收的 487 个弟子门人当中，亦不乏如朱恕那般的樵夫和韩贞一样的陶匠。除讲学外，心斋及其弟子还致力于乡村建设活动，使得良知学的价值观念在民间广泛流传。“觉民行道”在心斋及其弟子身上体现得淋漓尽致，经由心斋与其弟子的传播，阳明学一时风行天下。而心斋所倡之乐，也为这实践过程注入了积极的情感动力。当人在感知到万物一体之乐后，其道德修行也经由严肃的律令而转变为一种生动活泼的自然生命体验。

然而，心斋的“万物一体”思想也存在局限性。心斋过于看重身之作用与功能，这虽使得他的思想极具现实基础，却也弱化了阳明所谓的心之超越性和批判性维度。进一步看，其思想内部也蕴含张力。一方面，心斋十分强调“安身”、“保身”、“爱身”。但另一方面，他所追求的万物一体之境又由有限的个体生命指向了无限的责任感，个体生命的安放与无限责任之间似乎也构成了较大的张力。面对这一问题，心斋又强调“安身”与“安心”相协调。《安身篇》载：“先生以安身而安心者为上，身不安而心安者为次。所谓安身，即《中庸》‘君子无入而不自得’也。其以舍生杀身为背于保身之道，亦合儒行爱死有待养身有为之义。且其所谓保身，要在道尊而身不辱。” ([5], p. 103) 但可以看到，这种协调本身也凸显了其思想的复杂性。

心斋对“万物一体”思想的发展是对阳明心学的一次创造性发展。他以安身立本为枢纽，赋予“万物一体”新的思想内涵与实践路径。经由心斋的发展，万物一体之境不再是遥不可及的精神世界，而成为一般人皆可通达之境。虽然，这一思想仍存在一定的矛盾与局限，但矛盾的存在同样使得这一思想更富理论张力。通过心斋圣凡合一的诠释，我们可以看出他试图弥合高远理想与世俗生活之间鸿沟的努力。

心斋对阳明“万物一体”思想的发展不仅促成了泰州学派独特的思想风貌，更为后人理解中晚明时期的心学思想提供了多元的视角。

参考文献

- [1] 金良年. 孟子译注[M]. 上海: 上海古籍出版社, 2012.
- [2] 张载. 张载集[M]. 北京: 中华书局, 2012.
- [3] 程颢, 程颐. 二程集[M]. 王孝鱼, 校. 北京: 中华书局, 2004.
- [4] 王守仁. 王阳明全集[M]. 吴光, 钱明, 姚延福, 校. 上海: 上海古籍出版社, 2012.
- [5] 王艮. 王心斋全集[M]. 陈祝生, 校. 南京: 江苏教育出版社, 2001.
- [6] 王国轩. 大学中庸[M]. 北京: 中华书局, 2006.
- [7] 黄宗羲. 明儒学案[M]. 沈芝盈, 校. 北京: 中华书局, 1985: 710.