

# 志、学、思、行：先秦儒家的修身之道

于 欣

(聊城大学 马克思主义学院, 山东 聊城, 252059)

**摘 要:** 先秦儒家的修身之道明确了修身成己过程中主体能动性充分发挥的基本路径和关键环节。“志于仁”是主体修身的方向引领,强调“定”心志于“仁”及意志对“仁”的坚守。“学以致道”与“思以致圣”是对仁道的体认与内化,“躬行践履”是仁道的外化与实现,是最根本的修身之道。志、学、思最终都要向力行实践层面上落实,表现为切切实实的行动。修身成德本身就是一个不断躬行践履的过程。先秦儒家的修身之道奠定了中国古代德育自教方法的基础和雏形,对两千多年来国人品性和民族精神的形塑产生了深远历史影响,对新时代公民道德建设和个人品德修为依然具有积极的启发和借鉴意义。

**关键词:** 先秦儒家;修身;成己

**中图分类号:** G410

**文献标识码:** A

**文章编号:** 1672-1217(2025)06-0151-06

**收稿日期:** 2025-09-05

**基金项目:** 山东省高等学校青年创新团队发展计划项目(2022RW021):中华优秀传统文化融入高校思想政治教育的推进理路研究。

**作者简介:** 于 欣(1974-),女,山东莘县人,聊城大学马克思主义学院副教授,法学博士。

DOI:10.16284/j.cnki.cn37-1401/c.2025.06.011

“古之学者为己,今之学者为人。”(《论语·宪问》)以孔子、孟子、荀子为代表的先秦儒家倡导以德性人格成就为指向的、美身成己的“为己之学”,同时强调“为仁由己”“求在我者”,认为人自身的主动追求与不懈修为实现自我人格完善的首要路径,由此提出了重在发挥自身主观能动性的修身之道。从根本上看,先秦儒家的修身之道与中国哲学认识把握世界的基本理路并无二致,是一个“从体认外在之道(道的认识),经过‘化知成识’的过程转化为主体的内在之性(道的内化),再到把内在之性对象化于人的实践活动中(道的实现)”<sup>①</sup>的过程。在此过程中,志、学、思、行是必须牢牢把握的四个关键环节。

## 一、志于仁

郭店竹简《五行》篇云:“德弗志不成”<sup>②</sup>。“志”关涉主体性发挥的正确方向,是修身成己过程中必须正确把握的首要环节。先秦儒家所谓的“志”主要包含两层内涵:一是志向、意向,指主体思想行为所指向的目标方向,如朱子所释,“志者,心之所之也”<sup>③</sup>;二是相当于现代汉语的“意志”,指主体决定达成某种目的目标而产生的心理状态。“志”的这两个层面密不可分、相辅相成。志向是意志的逻辑前提,只有在明确志向与方向的基础上,才能产生为达此志向的意志和决心;意志以志向为依归,为志向的达成提供必不可少的精神保障和力量。

先秦儒家明确以“仁”为“志”之所向,强调“志于仁”对修身成己的引领与保障作用。首先,“志于仁”是指“定”心志于“仁”,即确立为仁成仁的志向目标。“心”是古代人性论中最能体现人的主体性的范畴,它“不仅是主体性的主要标志,而且是实现人的意义和价值的关键所在”。<sup>④</sup>在先秦儒家看来,“能思”之“心”具有主宰性、自主性,但其对于人性发展的作用却具有不确定性,既可成善亦可成恶。“凡人虽有性,心无

<sup>①</sup>孙熙国、肖雁:《论〈尚书〉‘德’范畴的形上义蕴——兼论中国哲学认识和把握世界的三个基本环节》,《哲学研究》2006年第12期,第49页。

<sup>②</sup>李零:《郭店楚简校读记》,北京:中国人民大学出版社,2007年,第100页。

<sup>③</sup>[宋]朱熹:《四书章句集注》,北京:中华书局,2011年,第69页。

<sup>④</sup>蒙培元:《中国哲学主体思维》,北京:人民出版社,1993年,第92页。

定志，待物而后作，待悦而后行，待习而后定。”<sup>①</sup>自主能动的“心”起初并没有既定的方向，在其作用下的人性究竟走向何方，还有待于与外物相接的实践活动和教习活动。因此，要想充分发挥“心”之主体能动性在为仁成仁中的积极作用，最终达成“生德于中”<sup>②</sup>的目标，必须首先“定”心志于“仁”。“苟志于仁矣，无恶也。”（《论语·里仁》）如果立志于仁，心之主体能动性就会化为向善成善的强大主体力量，从而使人远离恶行。正是因此，孔子反复强调立志于仁道。“志于道，据于德，依于仁，游于艺。”（《论语·述而》）“士志于道，而耻恶衣恶食者，未足与议也。”（《论语·里仁》）儒家所谓之“道”，主要是指仁道，“志于道”归根结底就是“志于仁”。孟子明确提出“尚志”，并以“仁义”释之，强调以仁义为指向的高尚心志对于士人修身至关重要。“居仁由义，大人之事备矣。”（《孟子·尽心上》）

其次，“志于仁”还指意志对“仁”的坚守。“定”心志于“仁”，只是拉开了为仁成仁的序幕，此后在为仁成仁的漫长道路上，还必然面对诸如环境变迁、生活困扰及功名利禄的诱惑等诸多困境与难题，因此必须有意志对“仁”的不懈坚守。“君子无终食之间违仁，造次必于是，颠沛必于是。”（《论语·里仁》）不管遇到什么情况，都要始终坚守仁道，不能有丝毫的松懈和背离。为了对“仁”的坚守，甚至可以放弃生命。“志士仁人，无求生以害仁，有杀身以成仁。”（《论语·卫灵公》）反之，如果不能坚守仁道，就会“终身忧辱，以陷于死亡。”（《孟子·离娄上》）“是故无冥冥之志者无昭昭之明，无惛惛之事者无赫赫之功。”（《荀子·劝学》）“笃志而体，君子也。”（《荀子·修身》）如果没有专默精诚的意志，就不可能有洞察一切的聪明和智慧，更不可能达致内成德性外成事功的理想人生境界。意志坚守的重要性是由意志之心的自主性决定的。“心”作为“形之君”“神明之主”，“出令而无所受令”，能够“自禁”“自使”“自夺”“自取”“自行”“自止”。“故口可劫而使墨云，形可劫而使诘申，心不可劫而使易意。”（《荀子·解蔽》）形体嘴巴会迫于外力的驱使而屈伸开合，意志之心却能坚守自己认可的是非而不为外力胁迫所改变。意志的自主品格决定了意志对“仁”的坚守是“成人”的必备条件。“生乎由是，死乎由是，夫是之谓德操。德操然后能定，能定然后能应，能定能应，夫是之谓成人。”（《荀子·劝学》）“德操”即“有德而能操持”。不管面对何种状况，始终保持坚定的道德意志，只有这样才能从容应对万难，最终成就完美人格。

## 二、学以致道

“志于仁”旨在明确并坚守德性人格的努力方向，但仅限于此还不能保证目标的最终达成。要想落实向仁之志，还必须以实际行动努力知仁成仁。先秦儒家普遍将“学”视为落实修身之道的基本路径和关键步骤。《论语》以《学而》开篇，《荀子》以《劝学》开篇，都表达了“学以致道”的思想理路。“百工居肆以成其事，君子学以致其道。”（《论语·子张》）仁道并非人本有或生就的，即便如孟子所说，人生而具有“良知”“良能”，那也只是仁道之“端”。要想最终成其仁道，必须首先对仁道之“端”有自觉的体认和存养扩充，这都离不开“学”。

在先秦儒家看来，“学”不仅能够开阔视野，使人免除孤陋寡闻之患，而且能够启发思维，使人免于困惑，更好地领悟仁道。孔子以自身经验力陈“学”的重要性和必要性。“吾尝终日不食，终夜不寐，以思，无益，不如学也。”（《论语·卫灵公》）只有思仁好仁之心，而不去学习，其结果往往适得其反。“好仁不好学，其蔽也愚；好知不好学，其蔽也荡；好信不好学，其蔽也贼；好直不好学，其蔽也绞；好勇不好学，其蔽也乱；好刚不好学，其蔽也狂。”（《论语·阳货》）爱好仁德而不好学习，会走向愚蠢；爱好明智而不好学习，会放荡不羁；爱好诚实而不好学习，会害人害己；爱好直率而不好学习，会尖刻伤人；爱好勇敢而不好学习，会招致祸乱；爱好刚强而不好学习，会狂妄自大。

荀子基于人非自足的人性论，强调“学”是弥补自身不足的重要举措。“吾尝终日而思矣，不如须臾之所学也。吾尝终日而望矣，不如登高之博见也。登高而招，臂非加长也，而见者远；顺风而呼，声非加疾

<sup>①</sup>李零：《郭店楚简校读记》，第136页。

<sup>②</sup>李零：《郭店楚简校读记》，第137页。

也，而闻者彰。假舆马者，非利足也，而致千里；假舟楫者，非能水也，而绝江河。君子生非异也，善假于物也。”（《荀子·劝学》）荀子认为“学”的本质就在于“假物”补己，利用外物来延伸扩展自己。这就像登高而招、顺风而呼，虽然手臂、声音本身没有改变，但却可以见者远、闻者彰。这也像自己本不善奔跑、游泳，却可以借车马而行千里，借舟楫而绝江河。只有通过学习，才能在了解外界之丰富博大的同时，深刻体认自身的局限与不足，并自觉借助外之所长实现自我提升。

具体如何学？《荀子·劝学》对此进行了比较详细的总结说明。首先，“学”要诵读经典。“学恶乎始，恶乎终？曰：其数则始乎诵经，终乎读礼”。通过诵经读礼来汲取知识、领会圣贤之言行品德。如《周易·象传》所言，“君子多识前言往行，以畜其德”。先秦儒家所提倡的经典主要是指《诗》《书》《礼》《乐》《春秋》五经。五经各有侧重、各有其用，几乎囊括了当时所有的知识和圣人的前言往行。自孔子始就提倡“兴于诗，立于礼，成于乐”（《论语·泰伯》），即便是有民人、有社稷的君主诸侯，也应该读书为学、“先进于礼乐”（《论语·先进》）。“不学诗，无以言”，“不学礼，无以立”。（《论语·季氏》）荀子更是强调了对于礼法的诵读学习，直言“学也者，礼法也”。（《荀子·修身》）“学至乎礼而止也”。（《荀子·劝学》）其次，“学”要接近贤师。“学莫便乎近其人。《礼》《乐》法而不说，《诗》《书》故而不切，《春秋》约而不速。方其人之习君子之说，则尊以遍矣，周于世矣。”文字化的经典作为先贤智慧经验的记录总结，难免僵化和片面，所以不能仅局限于此，必须将其与活生生的人格形象结合起来，必须在与贤德之人的直接接触中感受体认其为人师表的德性人格，这是一种更加切近有效的为学之方。此方也正是孔子所提倡的“就有道而正焉”。（《论语·学而》）再次，“学”要专心致志、锲而不舍。“学不可以已”，“学也者，固学一之也。”“真积力久则入，学至乎没而后止也”。学习不是轻而易举、一蹴而就的，而是一个不懈积累、没有止境的过程。要想学有所成，必须确立持久学习、终生学习的理念，集中精力，持之以恒，久久为功。反之，如果心浮气躁、三心二意，就会如蟹之虽有“六跪而二螯”，却无可寄托、一无所得。

### 三、思以致圣

先秦儒家一方面注重“学”，另一方面也强调“思”，体现出了学思并重的思想特征。先秦儒家对“思”的强调始于孔子。孔子经常学思并举，“学而不思则罔，思而不学则殆”。（《论语·为政》）只读书学习而不去思考，就会迷惑不解；一味空想而不去读书学习，就会精神疲惫。学与思相辅相成、不可或缺。《论语·卫灵公》记载了孔子和子贡的一组对话。“赐也！女以予为多学而识之者与？”“然，非与？”“非也。予一以贯之。”孔子在此通过澄清别人对自己的误解来提醒学生决不能学而不思。在很多人看来，孔子是博学多识之人。孔子对此却不以为然，认为自己是能够一以贯之的，也就是能够将所学的各种知识融会贯通于仁道的成就中。儒家之“学”不是知识之学，而是“为己之学”“成己”之学，这意味着修习者必须将所学知识转化为自己的智慧与德性。这种转化的实现显然离不开主动而深入的思考。不思则不可能明辨是非善恶、悟得仁义之道。所以，君子修身必须重“思”，“视思明，听思聪，色思温，貌思恭，言思忠，事思敬，疑思问，忿思难，见得思义。”（《论语·季氏》）

孔子还将“思”指向人自身，开启了“思”的自反内省路径。“见贤思齐焉，见不贤而内自省也。”（《论语·里仁》）“见其过而内自讼。”（《论语·公冶长》）“自省”是通过观察他人的过失进行自我省察，“自讼”是针对自己的过失进行自我批评。二者都是基于对未来“成己”生命进程的展望规划而展开的“对人生的反省式回溯”和“当下生命状况的调整改变”。<sup>①</sup>曾参言：“吾日三省吾身，为人谋而不忠乎？与朋友交而不信乎？传不习乎？”（《论语·学而》）不管是为人谋事、与人交往，还是所学知识的修习践行，每天都要多次进行自我反省，有则改之，无则加勉，如此才能日新其德。

孔子之后的子思学派，进一步凸显了心之“思”。郭店竹简《五行》将仁、义、礼、智、圣五行与“心”连接起来，强调德是“形于内”、落实扎根于人的内心，德的基本特征是内植于心灵根基的自觉性。要想实现“形于

<sup>①</sup>陈立胜：《儒家修身传统中的四种反省类型》，《社会科学》2020年第8期，第121页。

内”的德之自觉，必须经由心之“思”。“君子无中心之忧则无中心之智，无中心之智则无中心之悦，无中心之悦则不安，不安则不乐，不乐则无德”。<sup>①</sup>没有内心之忧思安乐，就不可能具备“形于内”之德。“思不精不察，思不长不得，思不轻不形。不形不安，不安不乐，不乐无德。”<sup>②</sup>心之“思”只有达到“精”（精微细腻）、“长”（扩展延伸）、“轻”（提升升华）的状态，才能将仁义礼智圣之德“形于内”。通过对“思”前所未有的分疏，《五行》将求仁而仁至的成人之道凸显为“有节奏、合秩序的心之思”，“思”成为了“德行内在化的必由之路”。<sup>③</sup>

孟子上承子思学派，将自反内省之“思”视为德性成就的根本路径。“心之官则思。思则得之，不思则不得也。”（《孟子·告子上》）“思”是心官所特有的功能。这一功能的发挥对于“良心”“本心”的自觉呈显和德性的最终成就至关重要。“仁义礼智，非由外烁我也，我固有之也。弗思耳矣。”（《孟子·告子上》）恻隐之心、羞恶之心、辞让之心、是非之心作为仁义礼智之端是人心所固有的“良心”“本心”，德性成就的关键就在于对“良心”“本心”的自觉和扩充，而能否实现“良心”“本心”的自觉呈显又取决于心官之“思”的充分发挥。孟子尝以“山径之蹊”喻之。“山径之蹊，间然用之而成路；为间不用，则茅塞之矣。”（《孟子·尽心下》）“山径之蹊”经常走就是路，不经常走就会被杂草堵塞。心之“思”也是如此，只有经常运用心之“思”，才能够良心呈显、滋生长养；反之，就会被外物所牵引蒙蔽而“放心”，丧失“本心”。一旦“放心”，也必须通过“思”的工夫“求放心”。所谓“求放心”就是反求诸己、反省内求。“爱人不亲，反其仁；治人不治，反其智；礼人不答，反其敬——行有不得者皆反求诸己。”（《孟子·离娄上》）凡是没有达到预期效果的情况，都要反过来省察自己的言行，这样被遮蔽的良心本心也就得以呈显了。故“操则存，舍则亡”，“学问之道无他，求其放心而已矣”。（《孟子·告子上》）“思”与“不思”是良心存亡的关键。“学问之道”的实质是通过自反之“思”，发现扩充德性之端，最终确立道德生命。

相对于孟子基于性善论的自反内向之“思”，荀子更强调外向之“学”，这固然体现了孟荀“学思两途”的分歧，但这种分歧并不是绝对的。重“思”的孟子并未否定“学”，“上无礼，下无学，贼民兴，丧无日矣”。（《孟子·离娄上》）重“学”的荀子也肯定了内省之思的必要性，“君子博学而日参省乎己，则知明而行无过矣”。（《荀子·劝学》）

概言之，先秦儒家所言之“思”主要包括两个层面：一是在学的过程中针对所学内容的思考体悟，唯有勤“思”才能实现对所学内容的真正理解、认同和内化。二是在生活实践中，针对自己或他人思想行为的反思省察，一方面通过反思自己的思想言行，发现感悟人已相近的欲望情感，从而能够在深入理解他人的基础上推爱于人；另一方面通过观察体认他人言行，进行自我总结自我反省，从而更好地修正自身不足，扬长避短、扬善弃恶。不管是哪个层面的“思”都不是仅局限于自身内部的纯粹的“思己”，而是由己思人、由人思己、推己及人，体现了内与外、己与人之间的积极互动。

#### 四、躬行践履

躬行践履即身体力行、亲身实践。“儒家论及仁义道德向来不耽于抽象思辨的纯粹理性，而是适用于实际伦理情景的实践智慧。”<sup>④</sup>先秦儒家更是充分彰显了重行的实践理性精神，将躬行践履视为最根本的修身之道，强调必须在亲身实践中体认道德、成就道德。

修身成仁之所以要躬行践履，是由“德”的实践本性决定的。在先秦儒家看来，仁、义、礼等各种德目德性都是落实于行、与行合一的。孔子授徒，置“德行”“言语”“政事”“文学”四科，“以德行为首，文学为

<sup>①</sup> 李零：《郭店楚简校读记》，第100页。

<sup>②</sup> 李零：《郭店楚简校读记》，第100-101页。

<sup>③</sup> 王博：《中国儒学史》（先秦卷），北京：北京大学出版社，2011年，第530-531页。

<sup>④</sup> 冯昊青：《“君子之学”何以“美其身”——兼论儒家即身化的德性修养观》，《伦理学研究》2025年第1期，第128页。

末”。<sup>①</sup>所谓“德行”，“内外之称。在心为德，施之为行。”<sup>②</sup>“德”“行”分而言之，“德”强调内在德性，“行”强调外在践履。“德”“行”合而言之，则更强调外在践履。<sup>③</sup>孔子言“德”始终与“行”相统一。竹简《五行》也强调“五行皆形于内而时行之，谓之君子”，“行之而时，德也”。<sup>④</sup>作为有德之真君子，只是涵纳仁、义、礼、智、圣“五行”于内心是不够的，必须要“时行之”，把内化于心的道德进一步外化表现于人伦日用的社会实践中。故修德的过程即“时行”的过程。

基于对“德”之实践本性的体认，先秦儒家对作为修身之道的躬行践履尤其重视。“行”是孔子思想的实质、核心和最终归宿。孔子言“仁”、言“礼”、言“性与天道”，皆落脚于“行”。<sup>⑤</sup>在孔子看来，修身成己的过程始终是一个“行”的过程。“弟子入则孝，出则弟，谨而信，泛爱众而亲仁。行有余力，则以学文”。（《论语·学而》）在“学”之前，孝悌等人伦日用之行就已开启了成仁之旅。“学而时习之，不亦说乎？”（《论语·学而》）“学”的过程中必须经常践行实习。判断一个人的德性修为，必须“听其言而观其行”（《论语·公冶长》），看其是否力行德言。孔子教导弟子们要努力做一个“躬行君子”，“讷于言而敏于行”（《论语·里仁》）。“巧言令色，鲜矣仁”。（《论语·学而》）“力行近乎仁”。（《中庸》）花言巧语的伪善之人不可能有什么仁德，躬行而不轻言者更容易达成仁德。

孟子虽然凸显自反之“思”，但也认为“思”最终必须落实为“行”。所谓“人皆可以为尧舜。……为之而已矣。”每个人都有其善端本心，“思”意味着对善端本心的自觉，但此后还必须顺乎本心努力而为、以扩充之。“服尧之服，诵尧之言，行尧之行，是尧而已矣。”有些人之所以没有成为尧舜那样的人，并不是因为他没有这个能力，而是因为他没有努力去做，“岂人所不能哉？所不为也”。（《孟子·告子下》）荀子力倡“化性成伪”，“伪”即人为、力行。“道虽迩，不行，不至；事虽小，不为，不成。”（《荀子·修身》）事在人为，君子圣人的成就别无它途，只有努力而为，“行”其所学。“圣人者，本仁义，当是非，齐言行，不失毫厘，无它道焉，已乎行之焉。……知之而不行，虽敦必困。”（《荀子·儒效》）通过“学”，固然可以“知之”，但知道的再多而不去“行”，不仅没有任何意义，反而会为其所困。

具体如何“行”？先秦儒家提出了“近取譬”的“忠恕”之道。《论语·雍也》载孔子言：“能近取譬，可谓仁之方也已。”作为达“仁”之方，“近取譬”即从自己的真情实感入手，遵循“忠恕”的原则路径由近及远、由己及人。“忠”是从积极方面“近取譬”而行，强调“己欲立而立人，己欲达而达人”，在体察自己的积极情感和需要的基础上推己及人，尽己所能帮助支持对方；“恕”是从消极方面“近取譬”而行，强调“己所不欲，勿施于人”（《论语·卫灵公》），在体察自己的消极情感和需要的基础上推己及人，不去做有损于对方的事情。“忠”与“恕”的过程均可分为两步：首先是推己及人，将己之欲或不欲推度于他人；其次是由人反己，由他人之欲或不欲再返回自身，调整完善自己的思想言行。“忠恕”的着手处是己——己之情感需要，落脚点也是己——己之思想言行，最终达成人己和谐的仁德之境。这充分体现了“仁的实现乃由推己及人的个性拓展和内心自觉达成，立足于己、情、质，而非外在强制的结果”。<sup>⑥</sup>

根据“近取譬”的“忠恕”之道，可以把先秦儒家提倡的“行”具体化为两个层级：第一是在贴近个体的血缘人伦关系中的“行”，即“齐家”的人伦践履，具体表现为父慈、子孝、兄友、弟恭、夫和、妻柔等；第二是在距离个体较远的宗法政治关系中的“行”，即“治国”“平天下”的社会政治实践，具体表现为君仁臣忠、勤政爱民，以仁道治国理政。人伦践履是仁爱仁德得以形成的起点和基础。“君子务本，本立而道生。孝弟也者，其为仁之本与！”（《论语·学而》）孝悌作为建立在血缘关系和共同家庭生活基础上的道德情感，是“近取譬”最切近的着手之处。在人伦践履的过程中，既要善于“克己复礼”，深刻体认和认真履行自己的人伦角色以及社会要求，又要善于发现并扩充自己的善端本心，推己及人，“老吾老，以及人之老；幼吾幼，以及人之

①程树德：《论语集释》，北京：中华书局，1990年，第3册，第745页。

②郑玄、贾公彦：《周礼注疏》，北京：北京大学出版社，1999年，上册，第348页。

③孙熙国：《先秦哲学的意蕴：中国哲学早期重要概念研究》，北京：华夏出版社，2006年，第125页。

④李零：《郭店楚简校读记》，第100页，第102页。

⑤孙熙国：《先秦哲学的意蕴：中国哲学早期重要概念研究》，北京：华夏出版社，2006年，第142页。

⑥李景林：《教养的本原：哲学突破期的儒家心性论》，北京：北京师范大学出版社，2009年，第85页。

幼。”(《孟子·梁惠王上》)社会政治实践的理想形式是入仕为官、直接从政,但其现实的具体形式是多种多样的。“穷则独善其身,达则兼善天下。”(《孟子·尽心上》)能够入仕从政、实施治国安民的政治理想固然更好,不能如愿也可以退而求其次,守仁行义、独善其身。先秦儒家的独善其身不是与世隔绝、空言心性,而是尽己所能、以自己的方式践行仁义。可以如孔孟荀那样“得天下英才而教育之”,收徒讲学,著书立说,宣传自己的思想主张,也可以行孝悌于宗族乡党,通过“美俗”间接地“美政”。不管采取何种实践形式,不管是在家还是在国,只要“近取譬”,立足于最基本的社会人伦关系,从切己的点滴做起,踏踏实实地向外推广,就能够实现人格境界的不断提升。

综上所述,在先秦儒家志、学、思、行的修身之道中,“志于仁”是主体修身的方向引领,“学以致用”与“思以致圣”是对仁道的体认与内化,“躬行践履”是仁道的外化与实现。其中,“躬行践履”是最根本的,其他各个环节最终都要向力行实践的层面上落实,表现为切切实实的行动。修身成德本身就是一个不断躬行践履的过程。从年少时的“志于仁”“志于学”,博学诗书礼乐春秋,勤思自反,到在人伦日用之中行孝悌于宗族乡党,再到入仕为政或从事其他事业,始终是一个不懈力行、躬行不已的过程。荀子以“积”字形象说明了这个过程的持续性。“为之而后成,积之而后高,尽之而后圣。故圣人也者,人之所积也。”(《荀子·儒效》)总之,先秦儒家的修身之道明确了修身成己过程中主体能动性充分发挥的基本路径和关键环节,奠定了中国古代德育自教方法的基础和雏形,对两千多年来国人品性和民族精神的形塑产生了深远历史影响,对新时代公民道德建设和个人品德修为依然具有积极而重要的启发和借鉴意义。

## **Aspiration, Learning, Reflection and Practice: the Self-Cultivation Approach of Pre-Qin Confucianism**

YU Xin

(School of Marxism, Liaocheng University, Liaocheng 252059, China)

**Abstract:** The self-cultivation approach of Pre-Qin Confucianism delineates the fundamental path and key components for fully exerting subjective agency in the process of self-cultivation. “Setting the mind on benevolence” serves as the directional guide for self-cultivation, emphasizing the steadfast commitment of the will to “benevolence” and its unwavering adherence. “Learning to attain Dao” and “reflecting to achieve sageliness” represent the recognition and internalization of benevolence. “Practical action and personal experience” embodies the externalization and realization of benevolence, constituting the most essential method of self-cultivation. Aspiration, learning, and reflection must ultimately be translated into practical action. The process of self-cultivation is inherently one of continuous practice and experiential engagement. The self-cultivation approach of Pre-Qin Confucianism laid the foundation and prototype for ancient Chinese moral education through self-guided methods, exerting a profound historical influence on the shaping of the national character and spirit of the Chinese people over the past two millennia. Moreover, they continue to offer valuable insights and reference for civic moral construction and individual self-improvement in the new era.

**Keyword:** Pre-Qin Confucianism; self-cultivation; self-fulfillment

[责任编辑 唐音]