- 我心光明王阳明=心底无私天地宽。这两个词是同义词。心上光明了之后，即便行为上看上去有一些狡猾，我心光明和狡猾也是不矛盾的。

- 王阳明事儿上练，通过实际的行为来说明我心光明跟做事狡猾两者并不矛盾。比如王阳明桌底下听办案人讲话这件事，以及王阳明和宁王的对决。整个对决过程当中，王阳明是“我心光明”的，因为他相信宁王这样做是不对的。当他打败了宁王之后，将他逮捕，然后宁王跟他说，当时宁王跟王阳明说：“这是我们的家事，你不必参与这么多。”王阳明没有明说，也没有直接辩解，因为宁王说的其实也并没有错。那个时候的皇帝朱厚照也确实不够厚道，所以他也活得很短，31 岁就逝世了.他的心也是不够光明的，

- 郦波讲王阳明的视频，也还是会有一些世俗上功利的层面去理解王阳明。其实王阳明就是“我心光明”，他不是为了功利而做的，他已经开悟到“我心光明”的份儿上了，我们不能理解王阳明趴在桌底下听作案人在讨论问题，说他不够光明，说他狡猾。其实这也是“我心光明”，为了办案子嘛，这个手段是可以用的，这并不代表不光明，王阳明不够光明，比如趴在桌底下听东西。其实不是，这也是“我心光明”。

下面的主要内容：

1）王阳明的心外无物，知行合一，
2）沉浸式的体验？孔子学琴“我不换、我不换、俺就是不换”，
3）古代有三个陋室：孔子的刘禹锡的王阳明的最陋，4）王阳明与唐伯虎境界比较，三个 70 后
4）王阳明与唐伯虎境界比较，三个 70 后

1. 王阳明的心外无物，知行合一

【心外无物】“心外无物”指的是心灵精神的运作，而不是物质层面的运作。“心外无物”的意义在于心的力量、心之力、心的作用力很大。从知行合一的角度，把知和行合为一，它的工具就是这个心。所以王阳明首先强调心是最重要的，然后再用这个心去做知行合一。（参考：~五百年来王阳明~郦波——5-07、龙场悟道-480P 标清-AVC，）

比如一朵花，你在看它之前，它处于一种寂静状态，存在于寂静之中这里边的“寂”，指的是《寂静之声》的那个“寂”。它是一种宇宙的存在，但跟你无关；但你在看它之后，你和它就有一种感应，你看到它有颜色这个时候主观与客观产生了相互作用。你看到这个花有了颜色，产生了一些想法，也就是五蕴“色、受、想、行、识“。所以心外无物是一种价值存在，而不是物理存在。但是花本身是没有颜色的，是因为你（你是人）才有了颜色。因为在狗的眼中，花只有两种颜色，那就是白色和黑色，加起来就是灰色，也就是一张黑白照片。所以，颜色是因为有了你才存在的，颜色本来是不存在的。

【知行合一】那么知行合一又是什么呢？知行合一 = 知+行+合+一，即 3 到 1。
多数人或是只有知，或是只有行，但是没有合，更没有一。
主要就是缺“知行合一”的“合”字。

比如：才悟出知行合一，王阳明第一时间写信，告诉最心爱的大弟子徐爱——远在浙江老家。徐爱接信，搁下科举，千里赴黔来到老师身边，**他兜头就问**。

- 第一问：已知父当孝、兄当悌，却做不到——知与行分明是两事，怎么说「合一」？
- 第二问：既然知行合一，古圣贤为何把知行分作两个？是要人用功有个分晓吗？
  世间确有两种人，一种冥行妄作，一种好说空言、不肯着实躬行。这两种人未必是别人——照照镜子，谁没有冥行妄作、不肯躬行的时候？

结论是：老师讲的不对。

王阳明大怒。下面是他的解读：

他们或是只有知，或是只有行，**但是没有合**，更没有一。

这是很多人的问题，主要就是缺"知行合一"的"合"字。「做不到，就不是真知道」，做不到就是没有合。不止「知道做到」——**合与一才是深处**。

这个知行要做到位，要做到足够的重复，还要用心地重复，否则就谈不到这个合。

这就是足够的**沉浸式的体验**。

2. 什么叫做沉浸式的体验？孔子学琴"我不换、我不换、俺就是不换"

我们就举孔老夫子，孔子学琴"我不换、我不换、俺就是不换" 。其实孔夫子真正具有知行合一的精神，他只是没有王阳明那么会说。他的知行合一里就具有这种沉浸式的体验。举他的例子最能说明问题。下边的故事讲得很有趣，是南京师范大学的郦波老师讲的。

孔子学琴"我不换、我不换、俺就是不换"

孔子虽然是万世师表，但华夏文明薪火相传，孔老师也是有老师的。他年轻的时候曾经跟师襄子学音乐（师襄子并不姓师）。先秦的时候，"师"是每个诸侯国的音乐总管，也就是每个诸侯国最伟大的音乐家，担任"师"这个位置。所以最早的老师不是教语文、教数学的，而是教音乐的。

孔子拜师襄子为师，师襄子一看仲尼同学很聪明，也很高兴，收了他为学生，教他古琴曲。师襄子教了一首曲子，也没告诉他什么名字，只教会了他，让他自己慢慢练。音乐很难的，对不对？

练了一段时间，老师过来一听，音乐是要还课的哦。老师说："不错，仲尼同学，这首曲子弹得很不错。来，我重新教你一首曲子，换一首。"

哪知道仲尼同学一摇头："我不换啊。"为什么呢？仲尼同学说："吾习其曲矣，未得其数。"这音乐的技法、指法，大概我掌握了它的节奏，但它的韵律我还没完全把握，我还得练啊，我不换啊！

施老师一听："哎，不错！别的小孩都什么呀，喜新厌旧，贪多嚼不烂，这孩子有长进啊。对吧，不错，那你接着练，我看好你哦。"

又过了一段时间，施老师来一听："哦，进步神速，这孩子水平真高啊！行的话，不能让他这么练啊，可以换曲子了。仲尼啊，换首曲子。"

仲尼同学又一摇头："吾习其术矣，未得其志。"这音乐的技法、节奏我完全把握了，但它的思想情感我还没把握呢，我还得接着练。

施老师一皱眉头："这孩子有点犟。音乐是很难的啊，小心走火入魔啊。"

又过了一段时间，施老师来一听：“不行不行，孩子太聪明啊！行的话让他这么练下去，将来我的位置是不是岌岌可危啊？仲尼啊，可以了，别练了，换首曲子，换首曲子！”

仲尼又一摇头：“我不换。”施老师又过了一段时间，一来一听，说：“实话实说，仲尼啊，求你了，别练了！真的啊，你再练我实在没法教你了，对不对？”

仲尼同学又一摇头：“吾知其志，未知其人。思想情感我已经把握了，但什么人创造了这首音乐，我还没琢磨出来，我还得接着练。”

施老师又过了一段时间，一来一听：“不行不行，孩子太聪明啊！行的话让他这么练下去，将来我的位置是不是岌岌可危啊？仲尼啊，可以了，别练了，换首曲子，换首曲子！”

仲尼又一摇头：“我不换。”

施老师又过了一段时间，一来一听，说：“实话实说，仲尼啊，求你了，别练了！真的啊，你再练我实在没法教你了，对不对？”

仲尼同学又一摇头：“吾知其人，未知其类。就是这个人我大概明白了，但是他体现的是哪一类人的思想和情感啊？是无产阶级还是工人阶级,还是先锋队啊？还是少先队啊？是不是？我得接着琢磨。”

后来，施老师听仲尼弹这首曲子，弹得酣畅淋漓啊，施老师听得失魂落魄啊，自己都没弹到这个境界。仲尼弹完之后长身而立，感慨道：“洋洋乎汤汤乎啊！这音乐博大气象，是不是求得其为人了？我仲尼嘛，孔丘孔仲尼嘛，求得其为人！我终于看到了这个人，这个音乐作者就在我的眼前，我终于看到他长什么样了。这个人黯然而黑，箕然而长。”

哎，这个家伙说实话，长得不咋地，黑漆麻乌的，是不是啊？胳膊长长的，手长过膝啊，不是刘备是吧？但这个人的气势不得了啊！眼如汪洋，望四国，岂吞诸侯，非文王其谁能为此也？难道这个音乐的作者就是传说中的周文王吗？

施老师一听，大惊失色啊，不得了啊，这孩子！为什么呢？他教仲尼的这首曲子，并没有告诉他叫什么名字。这首曲子叫什么名字呢？哎，这首音乐的名字叫《文王操周文王》，也就是第八套广播体操伴奏曲（可能现在是第九套对吧）。仲尼同学就靠自己琢磨，师傅领进门，修行靠个人啊。

什么叫修行啊？我经常给学生讲孔子学琴这段事情。学习一样东西，你要成家成腕是吧，必经三种境界，我总结为“三磨境界”：
第一，你得琢磨，反复琢磨，放在脑海里琢磨。
第二，要揣摩，揣摩就揣在心口窝里。
第三，你得着魔，全身心地着魔。

这叫什么？这叫沉浸式的体验。只有沉浸进去，取消个体独立性，两个合在一起产生一个新的整体，那叫“一”。并不是知道、做到那就叫“合”了，那只是知行。你要沉浸进，一才能出来。

3. 古代有三个陋室：孔子的刘禹锡的王阳明的最陋

古代文学当中有三个陋室：第一个是孔子的。第二个是刘禹锡的。第三个是王阳明的。第三个陋室是最陋的。

但是共性只有一个：房子简陋不假，但是因为有了俺，所以就不陋了。是我让它不陋的，而不是房子本身。

何 陋 轩 （谁说我的屋子陋）

昔孔子欲居九夷，人以为陋。孔子曰：“君子居之，何陋之有？”
守仁以罪谪龙场，龙场古夷蔡之外，人皆以予自上国往，将陋其地，弗能居也。
而予处之旬月，安而乐之，求其所谓甚陋者而莫得。
独其结题鸟言，山栖瓦服，无轩裳宫室之观，文仪揖让之缛，则有然矣，不得以为陋也。

附：《陋室铭》，唐·刘禹锡

- 山不在高，有仙则名。水不在深，有龙则灵。斯是陋室，惟吾德馨。
- 苔痕上阶绿，草色入帘青。谈笑有鸿儒，往来无白丁。可以调素琴，阅金经。
- 无丝竹之乱耳，无案牍之劳形。
- 南阳诸葛庐，西蜀子云亭。
- 孔子云：“何陋之有？”

4. 王阳明与唐伯虎境界比较，三个 70 后

一个是玩家，一个是有用的人，类似泽东诗与李白诗，李白诗，诗不言志，和唐伯虎一个德性。

1），王阳明 1470
《泛海》
明代王守仁“下天风”
险夷原不滞胸中(1)，何异浮云过太空。
夜静海涛三万里，月明飞锡下天风(2)。

一切安危与福祸都不应该滞留心胸，这些艰难险阻何异于浮云飘过空中。
夜深人静中，海涛翻涌三万里远，明月、天上飞锡杖、打下天风。

2）唐伯虎 1472

再比较一下唐寅的境界，**差多了。**

《言志》

不炼金丹不坐禅①，不为商贾不耕田②。

闲来写就青山卖③，**不使人间造孽钱④**！

诗评：啥也不干爱谁谁