

“守成”与“开创”之间：

邹守益“戒惧”说对阳明心学内在张力的调适与化解

万子晗（香港大学中文学院）*

摘要：邹守益作为江右王门的代表人物及阳明的嫡传弟子，学界多因其对阳明学有守成之功，而忽视了其理论的精微与开创之处，进而将其视为谨守师说的“保守派”。这使邹守益在中国思想史上的地位未能得到准确评估。本文旨在深入分析他的理论核心——“戒惧”说，以此论证其绝非简单的思想守成，而是对阳明心学内在张力的一种极具开创性的哲学调适，亦展现出他对于阳明后学潜在流弊的敏锐洞察。他在借鉴《中庸》“戒慎恐惧”的基础上，对其进行了创造性阐发，认为“戒惧”不仅是使良知精明呈露之功夫，亦为良知之本然状态，进而将“戒惧”从一种外在压抑心体的外在规范，重新诠释为良知本体的自澄、自照的内在律动。这一诠释，既有效回应了以王畿为代表的“现成派”过分信任和高扬本体而易于滑向“认欲为理”的危险，亦避免了以聂豹为代表的“归寂派”为求本体而割裂体用及动静的偏失，更是对季本标举“警惕”所造成的心里紧张而不够圆融变通的积极修正。此外，“戒惧”说不仅是一种精妙的理论建构，更是对于当时社会大环境中所面对的政治困境与学术危机的深刻回应。因此，邹守益在阳明学谱系乃至中国思想史的地位，应从一个“保守的继承者”，重新评估为一个深刻回应学术和时代挑战的“体系性的调适者与开创者”。

关键词：邹守益；“戒惧”；阳明心学；张力；调适

* 万子晗，香港大学中文学院硕士研究生，研究方向为阳明心学、阳明后学，E-mail: 2160790367@qq.com。

I. 引言

阳明心学以其“心即理”与“致良知”的磅礴论断，打破了朱子学“格物穷理”的外在桎梏，高扬了主体的绝对权威。然而此革命性学说自诞生之初便有其内在困境与张力，即主体能动性与其在规范性之间的张力。一方面，“良知”被赋予至高无上的地位且具有不假外求的现成性和自然性，正如王阳明（1472-1529）所言：“知是心之本体，心自然会知：见父自然知孝，见孺子入井自然知恻隐，此便是良知，不假外求。”^[1]（卷1，P7）另一方面，于日常实践中，此良知本体常为私欲所遮蔽，如何能确保当下所体认为纯粹的、“昭明灵觉”^[1]（卷5，P212）的本体，而不致流于“虚玄而荡”的空疏及“认欲为理”的恣肆，这便构成了此理论体系的严峻挑战。此内在张力，正是推动阳明后学分化的根本动力。邹守益（1491-1562）不仅为江右王门的领袖，亦为阳明学忠实的继承者。黄宗羲在《明儒学案》中言：“夫子之后，源远而流分，阳明之没，不失其传者，不得不以先生为宗子也。”^[2]（卷16，P332）此论固然确立了其于阳明后学中的“宗子”形象与正统地位，但也令后世常将其归为谨守师说的守成者，而忽视了其所扮演的更为重要的角色——阳明学内在张力的调适者与创造性转化者。此外，王畿（1498-1583）、王艮（1483-1541）等阳明后学偏执一端的激进锋芒往往更引人瞩目，以致邹守益思想之开创性与独特价值，反而被长期忽视与遮蔽。因此，学界对于邹守益的关注相对较少。张卫红主要考察了邹守益“戒惧”功夫的实践历程，即从戒惧于事为，到戒惧于念虑，再到戒惧于心体^[3]。彭国翔亦有类似的阐发，揭示了戒惧功夫具有深浅不同的三个层次^[4]（P347）。王晓娣认为“主敬”与“戒慎恐惧”为邹守益致良知功夫的一体两面，并分析了“戒惧”说的主要内涵^[5]。董甲河则分析了“戒惧”说的思想渊源及其构建过程，并简要说明了其所回应的时代学术危机^[6]。然而，从思想发展的历史脉络以及邹守益与阳明学者之间的论辩中，对“戒惧”说的内涵进行更为综合而精深的剖析，以揭示其精微之所在，以上学者的研究尚显不足。与此同时，学界对于“戒惧”说的研究主要停留于哲学内涵之分析，而对于此学说与社会现实之间的互动关系，亦缺乏足够的关注。

本研究旨在通过梳理邹守益“戒惧”说的思想来源，并阐释他如何创造性转化和丰富“戒惧”的内涵，且进一步将邹守益置于与同代阳明学者王畿、聂豹（1487-1563）、季本（1485-1563）的思想辩论之中，以凸显其理论的独特性、调适性与精妙性之所在。最后，从心态史与思想史的角度，阐明了“戒惧”说在大的时代背景下对政治挑战与学术危机所做出的深刻回应，从而更全面且准确地重新评估邹守益于中国思想史上的地位。

II. 邹守益对心学功夫论的创造性阐发

尽管阳明虽于讲学之中对“戒惧”之功夫已有论及，曾言：“戒惧之念，无时可息。若戒惧之

心稍有不存，不是昏聩，便已流入恶念。”^[1]（卷1，P40）又言：“虽曰常提不放，而不加戒惧克治之功，恐私欲不去”^[1]（卷2，P76）。但却较为零散，且并未进行系统之阐发以明“戒惧”为“致良知”之不二法门，加之阳明立教多方，广设方便，使得“戒惧”功夫并未得到特别强调和足够重视^[7]。邹守益面对阳明后学日益显现的理论困境，其“戒惧”说的构建虽受阳明的影响，然此思想之萌芽则可回溯至，其早年对于儒家经典《大学》与《中庸》的批评性思考。

2.1. “戒惧”说的思想渊源

邹守益早年讲学时便对《中庸》的“戒惧慎独”格外关注，如〈追赠礼部侍郎谥文庄邹东廓先生行状〉载：“一日，与诸生论及《中庸》，辄慨然曰：‘子思学与曾氏，今程、朱补《大学》，必先格致；《中庸》乃首言戒惧慎独，而不及格致，何也？’时诸生辩难良久，先生终不释然。”

^[8]（卷27，P1368）可见，邹守益早年便对于中庸仅言“戒惧慎独”，而不论格致，颇为疑惑。这也为其日后对“戒惧恐惧”予以创造性诠释埋下伏笔。

于传统儒家思想中，“戒惧”与“慎独”通常被理解为一种警惕性与约束性的修养功夫。它源于《中庸》开篇所论：“道也者，不可须臾离也，可离非道也。是故君子戒慎乎其所不睹，恐惧乎其所不闻。莫见乎隐，莫显乎微，故君子慎其独也。”^[9]（卷1，P17-18）它所强调的是君子于无人看见与听见之处更应时刻保持警惕，然而这是一种由外而内的指向，即外在的规范要求内心保持警惕。程朱继承并发展了此功夫论，其所倡的“主敬”功夫便有着浓厚的“戒惧”意味。然而，“主敬”功夫仍为由外而内的修养功夫，其根本目标是为“格物穷理”做准备。因此，这种功夫是一种时刻保持内心庄敬、警醒以防私欲的滋生侵扰的被动的修养方式。邹守益在拜师阳明之前，虽尊奉朱子，但对朱子所释《大学》中“格致”及《中庸》仅言的“慎独”之功夫不相贯通疑惑不解，这也正是其日后求教于阳明的根由所在。但是，若将传统“戒惧”功夫直接用于心学之中，便会违背、破坏阳明心学“体用一元”、“心体不二”的根本前提，因此需要对其进行心学化的重新阐释。邹守益内心疑惑的消解及其“戒惧”说的奠基正是源于阳明先生的点拨。耿定向（1524-1596）所撰的〈东廓邹先生传〉载：

王公曰：“致知者，致吾心之良知于事事物物也。致吾心之良知于事事物物，则事事物物皆得其理矣。独，即所谓良知也；慎独者，所以致其良知也；戒谨恐惧，所以慎其独也。《大学》《中庸》之旨，一也。”先生豁然悟，遂肃赞师事焉。^[8]（卷27，P1382-1383）

可见，经阳明之启发，邹守益久积之疑惑涣然冰释，并从此服膺于阳明心学。此后，邹守益将《大学》《中庸》之旨合一，认为戒惧正是致良知之功夫。他在后来给孙子的赠言中便有论及，其言“故《大学》、《中庸》论有详略，而慎独一脉，炯然无异。”^[8]（卷13，P662）于是，基于此论，其“戒惧”说得以不断丰富与完善，形成了与朱子截然不同的功夫路径。此功夫为一种由内而外的实践功

夫，其根源为内在、自足、自照的“良知”，其根本目标为发明本心，而非被动防范于外。

2.2. “戒惧”说的主要内涵

邹守益对于“戒惧”之内涵的创造性阐发，体现于其讲学及与友人的书写往来之中。欲阐发其“戒惧”之旨，必先对其常常提及的“精明”二字，作精微之辨析。《邹守益言行录》载：“日用功夫只从心体上点检，使精明呈露，勿以意必障之，如日月之照，楼台殿阁，粪秽污渠，境状万变，顺应如一。”^{[8]（卷27, P1401）}它强调功夫正是通过向内之体认与省察，使得良知本体“精明”之状态得以显露。此处之“精明”，即纯粹、光明之义，其正是良知本体所固有的特征。然而本自纯粹光明之心体为何不能正常发用，便是由于私意的遮蔽。故修养之功夫，便是去除内心之乌云，使心之光明得以自然普照。此外，良知“精明”的状态还是一种不动如山，顺应如一的境界。不论外界万物如何变化，不论善恶美丑，精明的良知都能根据不同的情状，自然发动，予以中正、恰当的回应。其次，良知“精明”为人人内心皆备之状态。邹守益有谓：“良知之精明，人人具足，然而或精明或障蔽，则存乎其人。”^{[8]（卷10, P531）}这说明了，不仅良知人人皆有，良知精明之状态亦如此。这也正是阳明心学的根本信念和出发点。它确立了所有人的尊严与修行的可能性，意味着我们无需向外求“善”，只需向内恢复本有之“精明”。再者，邹守益常将“精明”与“戒惧”并举，曾言：“敬也者，良知之精明而不杂以尘俗者也。戒慎恐惧，常精常明，则出门如宾，承事如祭。”^{[8]（卷10, P507）}他认为“敬”正是良知精明而不参杂世俗之私心杂念之状态，且只有持续保持“戒慎恐惧”，才能使良知本体常精常明，才能在日常的待人接物之中，自然而然地保持尊重和郑重。此外，邹守益在给儿子的信中有言：“学不离事，事不离学。从吾心灵明自戒自惧，日用三千三百，咸从此流行。”^{[8]（卷13, P660）}由此可见，“戒惧”不仅为致良知之功夫，亦为良知之本然、自发、自觉的状态。“戒惧”并非为致良知而做的准备工作，而恰恰是良知本身在起作用。致良知的过程，就是让良知自身的“戒惧”与“精明”充分展现的过程。如此一来，不仅阳明学“体用一源”的原则得到了完美的贯彻，亦使“本体”与“功夫”合而为一，不容分割。

若缺乏“戒慎恐惧”功夫，其危害为何？邹守益以目与尘为喻，对此进行了形象的说明：

二三子亦知尘之害乎？目之本体，至精至明，妍媸皂白，卑高大小，无能遁形者也，一尘萦之，则泰山秋毫，莫之别矣。良知之精明也，奚啻于目？而物欲之杂然前陈，投间而抵隙，皆尘也。故戒慎恐惧之功，如临深渊，如履薄冰，所以保其精明，不使纤尘之或萦之也。纤尘不萦，则无所好乐念虑，而精明之凝，定廓然大公。^{[8]（卷6, P322）}

心之本体如同眼睛，本身至精至明，若无灰尘（私欲）之遮蔽，万事万物皆可准确无误地显露其形；但若精明之目为灰尘所遮蔽，那么连宏伟的泰山与纤细的毛发都不能区分开来。由此可知，若心之本体为私欲所掩，那么便会陷入是非不明，善恶不分之境地，足见其危害之大，亦可知“戒

惧”功夫之重要性。同时，邹守益又以“如临深渊，如履薄冰”形容“戒慎恐惧”功夫，以此说明此功夫为防范于未萌之先的功夫。它并非在私欲恶念产生后才去克制，而是在“未发之中”便保持警觉。

如何才能真正做到“戒惧于良知”，使得此修养功夫发挥作用，邹守益认为还有两个基本要求。其一，不离日常实践：邹守益曾谓：“慎独正是思诚功夫。慎字从心从真，独知精明，戒惧常存，不肯以一毫私伪障吾本体，日用人伦庶物，须臾勿离，方是真心，方谓之慎独。”^{[8]（卷16, P773）}他强调真正的“戒惧”功夫并非归寂之冥想，而必须是在纷繁复杂的日常事务中进行磨练。只有在日常实践中反覆体认良知本体，才能使其常精常明；否则，便不免坠入割裂体用之流弊。其二，须持续而不能间断：邹守益有言：“学者果能戒慎恐惧，常精常明，而纵横酬酢，无一毫间断，则即此是善，又何所迁？即此非恶，更何所去？”^{[8]（卷10, P531）}这说明，不论动静，不论独处抑或与人交往，“戒慎恐惧”之功夫都不能有片刻间断。

此外，邹守益“戒惧”功夫的精妙之处，亦在于其为一种积极、主动的修养功夫，正如其所言：“定性之学，无欲之要，戒慎战兢之功，皆所以全其良知之精明真纯，而不使外诱得以病之也。”^{[8]（卷2, P64）}又言“善学者致其心体之精明，戒慎恐惧，以复其初，不使外诱之私得以投闲而病之，则仁义之性，粹然在我”^{[8]（卷7, P393）}说明此修养之功夫，积极主动之防御，而非被动对抗外在诱惑。当良知“精明纯真”时，就如同人具有强大的免疫力，外诱自然无法侵入。相较于朱子由外而内的被动防御之功夫，这正是此修养功夫的优势与高明所在。

总而言之，邹守益对“戒惧”的创造性阐发，极大地完善和丰富了阳明心学功夫论。首先，“戒惧”不仅是使良知之精明得以呈现之具体途径，亦为良知本体的本然状态，使“本体”与“功夫得以统一。其次，若无“戒惧”之功夫，则是非善恶皆不可明辨，可谓危害甚大。再者，“戒惧”之功夫还应不离日用人伦，且须持续不断地进行。最后，此修养功夫的精妙之处在于其为由内而外的主动防御之法，能防私欲妄念于未起之时。

III. 邹守益对阳明后学流弊的针砭与匡正

邹守益的戒惧说，其理论之精微性与开创性，不仅体现在其对于儒家传统概念的创造性转化上，更彰显于他与当时其他王门学者的思想交锋与对话之中。在阳明心学本身潜在张力的推动下，王门后学往往各执一端，各学派之间亦产生了诸多分歧。邹守益凭借其敏锐的洞察力及传扬心学的深切使命感，对以王畿、聂豹、季本为代表的王门学者可能产生之流弊，进行了深刻的批判及补偏救蔽的努力。通过思想之比较，我们可以更为清晰地把握，其作为“体系性的调适者”的独特贡献。

3.1. 与王畿的论辩：认欲为理，去道愈远

浙中学派的代表人物王畿，高扬良知的“现成”与“自然”，并将良知的“现成性”推向极致，提出了惊世震俗的“四无论”。王畿多次于讲论中阐发其重“自然”之思想，曾云：“夫学当以自然为宗”^[10]（附录2，P785），又言：“是非本明，不须假借，随感而应，莫非自然。”^[10]（卷4，P82）阳明之学，固然以“良知”之现成且不假外求为根本，然只重顿悟以体认本体，而将现实修养之功夫悬置，则难免会流于“认欲为理”之弊。邹守益对此深感忧虑，在写给王畿的信中说：

所谕“学问惟是自信本心，终日变化云焉，以直而动，乃见天则。种种意解闻见，皆是闲图度虚凑泊，与本心原不相干。”旨哉，其言之也！青原再会，同志四集，磨偏去蔽，甚有警发。始悟从前比拟想象，自以为功，而反生一层障矣。然须实见本心，乃知此味。若以闲图度虚凑泊认作本心，则去道愈远。此正吾兄师教绎者所宜精察而明辨也。^[8]（卷12，P167-168）

他先引述的王畿之言正是“现成良知”与“顿悟之学”的鲜明体现。邹守益虽肯定了此境界之高妙与深刻之处，也认可良知具有超越性，但却对如何确保所“信”即为“本心”，以及如何防止“以直而动”变成“恣情妄动”颇为质疑。随后，邹守益通过自己的亲身验证与反思，悟到自己从前对“良知本体”的种种“比拟想象”，自以为是在用功，实则在本体真正的本体过程中又设了一层障碍。他以此说明脱离切实之修养功夫，而去空想一个玄妙之本体，或许并非真正的良知本体。唯有真正做到“实见本心”，才能真正体会到那种境界。对于悟性极高之人，或许可以通过顿悟以见良知本体；而对于绝大多数未能“实见本心”的普通人，则易误将自己凭空想象的自由、洒脱之状态当作本心所在，从而陷入“虚玄而荡”之弊。邹守益可谓一针见血指出了王畿“自信本心”可能导致的弊病。他认为，做到“实见本心”，并不能依靠一蹴而就的顿悟，而应通过“戒慎恐惧”的扎实功夫，于事上磨练，逐渐除却私欲，使本心真切笃实精明地呈现出来。

此外，邹守益以为：“盖有得于浑然一片者，而日用伦物之间，条理脉络，不能分明矣。粗而不精，此学者所当论也。”^[2]（卷16，P332）他又指出王畿虽在本体上悟得颇高，但一旦落到现实生活的具体实践中，对于如何恰当地处理纷繁复杂的事务，如何分辨是非善恶的细微差别，就显得模糊不清、无能为力了。可见，即使通过顿悟见得本心，若仅停留于谈论虚空玄远之本体，而不去落实到日常生活实践之中，则并非真功夫，并非真正见得本心。真正的功夫必须于发用中方能见本体。综上所述，王畿的“良知现成”说，其弊有二：首先，不能真正体认本心，而误将空想之状态当作良知本体，即“认欲为理”；其次，以顿悟实见本心，却不去于日用人伦中体认，流于“虚玄而荡”。

3.2. 与聂豹的论辩：寂感为一，体用不二

与王畿相对，江右王学的代表人物聂豹则走向了另一极端。他认为，功夫必须从静处入手，进而体认并回归至“寂然不动”的良知本体，而后才可以在此基础上发而为用，即“立体以达用”，正如《明儒学案》所载：“其时双江以寂处、体处用功夫，以感应、运用处为效验。”^[2]（卷16，P332）邹

守益虽同为江右学派的代表，但对聂豹的“归寂”说却并不认同，认为这是“倚于内，是裂心体而二之也”^[2]（卷 16，P332）。由于邹守益与聂豹同属江右王门学派，故二人的交流与论辩更为频繁，常有书信往来。邹守益在回复聂豹的信中，对其理论之弊有着详尽且一针见血之批评：

吾兄悯学者格物之误陷于义袭，却提出良知头脑，使就集义上用功，可谓良工苦心矣。而遂谓格物无所用其功，则矫枉过直，其于「致知在格物」五字，终有未莹。先师之旨，亦曰致吾心之良知于事事物物之间，寂感内外，通一无二，故庸德之行，庸言之谨，便是圣门致知格物样子，即此是集义，即此是致中和。寂然不动者，未发之中；感而遂通者，发而中节之和。今日“感而遂通者，神也，未之或知也”，则寂然者，独非神乎？独可用其知乎？又曰“发而后充，离道远矣”，则感通者，又乌可以爲神乎？凡此皆鄙心之所未安者，不敢不竭其愚以求正。^[8]（卷 11，P540-541）

他首先肯定了聂豹之初衷，但亦指明了其问题所在，即“矫枉过直”且对“致知在格物”的理解不够透彻。随后，他回归师说，阐明正统：真正致良知之过程是寂然不动的本体（未发之中）与感而遂通的发用（发而中节之和）贯通一体，毫无割裂的，以此说明寂感为一、体用不二的师门宗旨。最后，邹守益用连续的反问敏锐地揭示了聂豹理论的内在矛盾：既然你认为“感通”的发用神妙，那么同样是形而上的、超越感官的“寂然”的本体难道就不神妙吗？难道“寂然”的本体就能被知吗？既然只能在寂然的本体上用功，而不能在“感通”的发用上用功，“感通”又为何能被称为是神妙的呢？从而使其理论的内在矛盾与局限性昭然可见。此论在逻辑上打破了聂豹对“寂体”和“感用”的等级划分，指出二者在神妙性上是同质同效而无高下之分，故只在本体用功而不在发用处用功存在的逻辑上的断裂。他强调“寂”与“感”、“未发”与“已发”为良知的两个方面（一体两面），而不能裂心体为二，更不能仅用功于一处。

邹守益的“戒惧”说恰恰巧妙地解决了“归寂”说内在的矛盾。因为，他认为“戒惧”是精明良知的本然与自发状态，而“戒惧”又是使良知常精常明的过程，此过程正是于事事物物中磨练的过程，故“戒惧”贯穿于“已发”与“未发”、“静”与“动”之中。可见，功夫之关键，并不在于由动返静，而在于无论动静，都无时无刻不保持“戒惧”以使良知之精明得以呈露。这也将功夫的重心拉回到日常生活实践之中，对“归寂”说可能导致的僵化与割裂体用之弊予以匡正，维护了阳明心学“体用一源”与“动静一体”的原则。

3.3. 与季本的论辩：警惕与自然合一

面对王畿片面强调良知“现成”与“自然”流行而可能导致的弊病，王门学者季本提出了“警惕”说以纠其偏，即《明儒学案》所载：“彭山恶自然而标警惕”^[2]（卷 16，P332）。其救弊之心可谓与邹守益一致，良功苦心亦尤为可贵，但又陷入了另一种偏执。邹守益批判季本：“滞而不化，非行所无事也。”^[2]（卷 16，P332）邹守益认为真正成熟的功夫是“行无所事”的。其看似无所作为，实则功夫已

在其中，本体自然流行，本体与功夫可谓融合为一。而季本所标举的“警惕”功夫则显得板滞、僵硬，是“有所事”而刻意而为之的功夫，不符合“行无所事”之化境。因此，邹守益认为季本的“警惕”功夫过于刻意、执滞，使得心体处于一直持续紧张焦虑而不自然的状态，反而阻碍了心体的自然流行，而无法达到圆融活泼之境界。

于〈心龙说赠彭山季侯〉一文中，邹守益对于警惕与自然合一之功夫境界有着颇为精当之阐发：

彭山季侯从事阳明先师之教，精思力践，恍然而悟曰：“心之本体，其犹龙乎！戒慎恐惧，天命靡宁；主宰常惺，矩则常定。故潜见飞跃，随所寓而应之。是以警惕，主变化者也。彼以自然为宗旨，譬诸水与镜然，自妍自丑，自去自来，而无所经纶裁制，则习懒偷安，皆缘此起。……”东廓子曰：“兹天德也，不显亦临，无射亦保，非文王之警惕乎？不识不知，顺帝之则，非文王之自然乎？故不已之功，与于穆同运。自然而不警惕，其失也荡；警惕而不自然，其失也滞。荡与滞皆有适有莫，不可与语此义之变化矣。是故果行育德，非以奋发也；向晦宴息，非以因循也；容民蓄众，非以兼爱也；俭德避难，非以为我；明罚勅法，非以立威也；议狱缓死，非以售恩也。夫是之谓龙德。”^[8]（卷8，P457）

季本以龙喻心，其象甚为精妙。二人之辩围绕此框架，阐述了侧重点不同的修养路径。季本承认心之本体如龙一般，神妙莫测，变化无穷。他强调面对神妙之本体，不能放任自流，必须依靠“警惕”之功夫，才能使如龙之心遵循矩则轨范。同时，季本严厉批判了王畿单纯以“自然为宗”之学说，认为其缺乏“经纶裁制”之功夫，是导致“习懒偷安”之根源所在。季本的“警惕”说看似已趋完满，但邹守益仍觉其尤有不足之处。于是，邹守益在肯定季本的基础上，作出了关键性的辩证融会，将修养之功夫提升到了一个更高明、更圆融的层次。他强调修养功夫应是警惕与自然的圆融统一。邹守益所倡之“戒慎恐惧”正是二者之圆融统一：“戒惧”既是本体自然之状态，亦为致良知之功夫。随后，邹守益又精准地指出了非此即彼、偏执一端的危害：若仅强调自然而不警惕，便会导致放荡无羁；若过于强调警惕而不自然，便会导致板滞僵化，使心体失去生机与活力。最后，邹守益列举良知本体发用的诸多具体行为，形象阐明并展现了警惕与自然合一与偏执一端的根本区别。通过对比可知，邹守益的“戒惧”说显然比季本的“警惕”说更为高明与精微。

综上所述，对王畿之流弊，邹守益虽承认良知的不假外求，但真正见得本心，不能仅靠一时之顿悟，还应于待人接物中反覆体认；否则便会“认欲为理，去道愈远”。同时，他敏锐觉察聂豹仅用功于本体而致体用及动静的割裂，并用“戒惧”功夫破除体用之界限，以实现“体用为一，寂感不二”。此外，相较于季本“警惕”功夫的刻意，其“戒惧”功夫则实现了警惕与自然的统一，达到了一种“从容中道”且“圆融活泼”之境界。正是在与王畿、聂豹和季本等王门学者的思想交锋中，邹守益“戒惧”功夫的精微与高妙之处得以卓然显明。

IV. 邹守益的现实关怀：“戒惧”说对时代问题的回应

邹守益所倡的“戒惧”说不仅调适与化解了阳明心学内部之张力，极大地丰富了心学功夫论的内涵，亦是对于当时社会现实问题的深刻回应。因而，本节主要结合大的时代背景对其所回应的政治困境与学术危机予以阐发。

4.1. 以“戒惧”破解政治困境

邹守益身处的嘉靖（1522-1566）一朝是明代政治由盛转衰的一个重要时期。“大礼议”事件中，明世宗（朱厚熜，1507-1566，1521-1526 在位）经过与群臣的长期斗争，最终取得了胜利。此事件深刻影响了世宗的性格特征：一是强烈的专权欲望，二是对于个性突出的臣子都颇为忌恨与反感。此后，世宗在道与势的反覆较量中日益占据优势并最终获得以势凌道之胜利，这也意味着多数士人逐渐陷入被动地位并最终拜倒于帝王之威势下，而放弃了守道的责任与独立人格^{[11] (P224)}。直言进谏者往往遭贬入狱，迎合上意者反而升官获利，可谓是非溷错，政治环境尤为恶劣。于进退失据的政治境遇中，非但政治理想难以实现，而且还会饱受身心之折磨，最终成为党政或君主专制的牺牲品。面对这一政治困境，或选择狂放处世却郁郁而终，或选择归隐山林却陷入另一世俗之泥淖，而邹守益则给出其面对政治困境的不同应对之策，并身体力行。

邹守益于嘉靖三年（1524）因“大礼议”事件被贬，先后居乡四十余年，无一日不讲学。在“得君行道”走不通的情况下，他并未放弃己之政治理想，转而通过与当地官员之密切往来推行其政治理念。“邹守益是阳明后学中 with 地方官员交往人数最多、并对其影响最大的学者。”^[12] 邹守益在与当地官员的书信往来中，常以“戒惧”思想劝勉官员，进而影响到官员的政治实践，从而间接地实现自己的政治理想。他在给知府陈龙岳的信中说：“道千乘之国，圣门发之矣。临深履薄，忠信笃敬，而慝淫罔即，命之曰敬事；参前倚衡，出门使民，而须臾罔离，命之曰信。……故修己以安百姓，戒惧以位天地，育万物，异词而同功。”^{[8] (卷4, P223)} 他认为无论修身、治国还是平天下，其最根本的功夫就是“戒慎恐惧”。为政之道，不必外求复杂方略，而只需回归内心，时刻保持“戒惧”，使“精明”之良知本体贯彻于为政实践之中，自然能“安百姓”和“育万物”。此外，他在写给知府李景山的文章中亦言：“古之论政，孰为要？曰：其修己以安百姓乎！曷位修己？曰：戒惧以中和。曷谓安百姓？曰：中和以位育。”^{[8] (卷4, P195)} 可见，邹守益独创性地将心学的“戒惧”功夫，填充到传统儒家概念“修己”和“安百姓”之中。他认为，官员若能以“戒惧”功夫使心体达到“中和”之状态，其所作所为自然能合乎天理，使百姓安乐。

与此同时，“戒惧”功夫还是使得士人能在“出仕”抑或“归隐”之中泰然应对之良方。邹守益有谓：

戒惧中和，中和位育，此是圣门相传秘率，若律吕历数，所谓有司存者。曾氏既得其宗，岂以道器为二？观倚仁游艺，缓急自别。何如何如？近会舜渠司成，互言所病，仆谓初入朝市，恒惧纷华挠素志，而渠谓久住山林无良友，生意不免萧索。因相顾以叹古今两项症候耽阁了多少豪俊！安得出门如宾，使民如祭祀，繁剧而常定、岑寂而常充乎？^[8]（卷10，P526）

首先，他极具洞察力地指出如今士人所处的现实困境：若混迹官场之中，却很难保持独立之人格，纷乱浮华的环境会扰乱原本清素之志向；若长期隐居山林而无良师益友切磋，则内心不免变得萧索枯槁而了无生机。他接着指出了理想的境界是：若出仕为官则能恭敬谨慎地处理政事，造福百姓而保持人格之独立；若归隐山林亦可于清冷孤寂的环境中保持精神充实。其开头所论之“戒惧”即为达此境界之具体路径，是针对当时现实（出仕与归隐）等政治困境提出的解决方式。

由此可见，邹守益的“戒惧”说不仅是地方官员“安百姓”的良方，也为天下士人应对政治困境及实现政治理想提供了不同的路径。

4.2. 以“戒惧”涤除讲学流弊

政治生态的恶化与士风的堕落，恰恰强化了王学对正直士人、特别是失意文人群体的内在感召力。故而嘉靖朝虽多次明令禁止王学，然其非但未能禁绝，反而信者愈来愈多，讲学之规模亦愈来愈大^[11]（P224）。邹守益曾言：“而春秋胜日，复合九邑及赣、抚之士会于青原”^[8]（卷10，P504），又谓：“嘉靖甲午闰己卯，同志再会御青原，二百余人。”^[8]（卷8，P444）《明儒言行录》亦载：“先生归里，与其乡人刘邦采、刘文敏、刘阳、欧阳瑜等，建复古、连山、复真诸书院，为四时之会。春秋二季，合五郡，山青原山，为大会。凡乡贤士大夫偕与，远者年聚，近者月会。小会人百，大会人千。”^[8]（卷27，P1397）可见，当时的讲学活动规模之大，频率之高。但是在讲学繁荣兴盛的背后，却潜藏着危机。江右学派代表人物罗洪先（1504-1564）对于讲会活动中虚伪、形式化的弊病曾有论述：

当下相对坐，还是体当自家心下有念、无念乎？还是倚靠别人言语过一日乎？还是装饰过一日乎？还是把作第一事，不容不来会乎？还是应典故来会乎？若真切自体当，即嘿坐一日亦好。不然，恐人以讲学为虚假者，亦难以解于人人矣。^[13]（卷9，P378）

可见，当时讲学虽表面繁荣，而参会者多非单纯为了求学问道，或人云亦云，或追名逐利，或盲目跟风，或应付差事，其实质上却潜藏着虚伪、形式主义的深刻危机。罗洪先通过强调内在的体验与印证之重要性，以反对虚伪与装饰，反对空谈。这与邹守益所倡的“戒惧”说有异曲同工之处。此外，欧阳德（1496-1554）在写给邹守益的信中也说：“此中诸生，虽日进讲，终是势力场中，真切切磋者寡。”^[14]（卷2，P43）此亦说明了当时讲学风气虽盛，前来听讲论学之人多为追名逐利，与讲学之初衷去向甚远。

邹守益作为江右王门的领军人物，自然对此流弊有所察觉，并提出了应对之策。他在回复同门陈九川（1494-1562）信中言：“讲学之风，大患在空言。”^{[8]（卷10, P510）}此论直指阳明后学乃至整个晚明讲学活动的根本流弊，体现出邹对于当时看似如日中天的讲学活动的深切忧虑。学者门可畅言“无善无恶心之体”，但于现实生活中却是非不分，善恶不明。邹守益又言：“近来同志讲学，亦觉得话头太高，莫若从事亲从兄、和族睦乡句句步步着实做功夫，方得无病。”^{[8]（卷13, P663）}他认为欲使讲学不流于空虚之弊，就应在平常生活中多下功夫。而真正的“戒惧”功夫也只能在纷繁复杂的日常事务中持续磨练。因此，“戒惧”以致良知的功夫深刻回应了当时讲学空谈之流弊。由此可见，讲学活动之兴盛固然有助于推动阳明心学之传扬，但其中虚伪、空谈和形式主义等问题亦日渐显露。邹守益的“戒惧”说，正是针对当时学术困境所提出的笃实而富有创见的解决方案。

V. 结语

综上所述，通过对于邹守益“戒惧”说思想渊源的梳理，以及对其主要内涵的精微剖析，并结合时代背景探究了其所回应的现实问题，我们对于“戒惧”说的精微性与独创性有了更为深刻的认识，也对邹守益在中国思想史的地位有了更准确的评估。其“戒惧”说的贡献在于：首先，在借鉴《中庸》中“戒惧”思想的基础上，对其进行了心学化且极具创造性的诠释，从而有效地化解了阳明心学的内在张力。其次，他以敏锐的洞察力，察觉到阳明后学中偏执一端的潜在问题，并在与同门的论辩中予以匡正。在与王畿、聂豹和季本的论辩中，其“戒惧”说的精妙与高明之处亦得以凸显。邹守益这一精微的哲学建构，产生了三重理论效果：其一，在肯定良知的现成性与超越性的基础上，为良知提供了恒常的内在规范性，有效避免了“认欲为理”及“虚玄而荡”的风险。其二，不仅将“戒惧”功夫视为致良知的不二法门，亦将“戒惧”视为良知的本然状态与自发作用，在“本体”与“功夫”之间建立了不可分割的动态联结，积极维护了阳明心学“体用一源”的原则。其三，将“警惕”与“自然”圆融合一，既为良知设立了内在省察维度，又避免心体因持续紧张而趋于僵化，从而在动态平衡中永葆良知的生机与活力。最后，邹守益的“戒惧”说为那些既想实现政治理想又不愿摧折独立人格的士人，提供了笃实可行的具体路径，亦为矫正讲学中空谈、虚伪、形式主义等学术问题提供了一剂良方。由此可知，邹守益的哲学理论并非缺乏创造力的“守成”，而是在直面学派分裂危机时，进行的一种更具综合性与调适性的“开创”。因此，邹守益在思想史的地位不应被低估，亦不应简单地将其视为阳明学之“宗子”。他实际上是一位能敏锐把握心学的内在困境，并以极大的智慧与深切的现实关怀，对其进行完善与发展的“体系性的调适者与开创者”。

参考文献

- [1] 王守仁. (2014). 王阳明全集. 吴光, 钱明, 董平等编校. 上海: 上海古籍出版社.
- [2] 黄宗羲. (2008). 明儒学案. 沈芝盈点校. 北京: 中华书局.
- [3] 张卫红. (2019). 邹守益戒惧以致良知的工夫实践历程. 中山大学学报(社会科学版), (4), 61-70.
- [4] 彭国翔. (2005). 良知学的展开——王龙溪与中晚明的阳明学. 北京: 生活·读书·新知三联书店.
- [5] 王晓娣. (2023). “主敬”与“戒惧恐惧”: 邹守益心性工夫的一体两面. 中国哲学史, (4), 92-98.
- [6] 董甲河. (2016). 论邹守益的慎独说建构. 南昌大学学报(人文社会科学版), 47(5), 46-50.
- [7] 陈瑞新. (2014). “戒惧”与“独知”——邹守益工夫论的核心观念. 浙江学刊, (5), 12-17.
- [8] 邹守益. (2007). 邹守益集. 董平编校. 南京: 凤凰出版社.
- [9] 朱熹. (2010). 四书章句集注. 北京: 中华书局.
- [10] 王畿. (2007). 王畿集. 吴震编校. 南京: 凤凰出版社.
- [11] 左东岭. (2014). 王学与中晚明士人心态. 北京: 商务印书馆.
- [12] 张卫红. (2019). 为政与良知——阳明学者邹守益的为政理念及其对江西地方官员的影响. 中山大学学报(社会科学版), (1), 128-136.
- [13] 罗洪先. (2007). 罗洪先集. 徐儒宗编校. 南京: 凤凰出版社.
- [14] 欧阳德. (2007). 欧阳德集. 陈永革编校. 南京: 凤凰出版社.

Between “Preservation” and “Innovation”: Mediation and Resolution of the Inner Tensions in Yangming’s Philosophy of Mind by Zou Shouyi’s Doctrine of “JieJu”

Wan Zihan (School of Chinese, The University of Hong Kong, China)

Abstract: As a representative of the Jiangyou Wang School and a direct disciple of Yangming, Zou Shouyi has often been credited by scholars with preserving Yangming’s teachings, yet the subtlety and originality of his theory have been largely overlooked. Consequently, he has been characterized as a “conservative” who rigidly adhered to Yangming’s doctrines. This has prevented an accurate assessment of his position in the history of Chinese thought. This paper aims to conduct an in-depth analysis of the core of his theory, the doctrine of “jieju”, to demonstrate that it is by no means a simple preservation of existing thought. Rather, it represents a highly innovative philosophical mediation of the inner tensions within Yangming’s Philosophy of Mind, also revealing his sharp insight into the potential drawbacks of Wang Yangming’s followers. Building upon the concept of “caution and fear” (jieshen kongju) in the Doctrine of the Mean, Zou reinterprets it creatively. He argues that “jieju” is not only the gongfu through which the pure luminosity of liangzhi is manifested, but also the original state of liangzhi itself. Thus, he reconfigures “jieju” from an external norm that suppresses the mind’s original substance into an intrinsic dynamic of liangzhi’s self-clarity and self-illumination. This interpretation effectively responds to the danger, represented by Wang Ji’s “the xiancheng school” of over-trusting and elevating the original substance, which could easily slide into “mistaking desires for principle”. At the same time, it avoids the bias, represented by Nie Bao’s “the guiji school” of severing substance from function and activity from stillness in the pursuit of the original substance. Furthermore, it actively revises the psychological tension and inflexibility arising from Ji Ben’s advocacy of “jingti”. Moreover, the theory of “jieju” is not only a sophisticated theoretical construction but also a profound response to the political dilemmas and academic crises of the broader social environment at the time. Therefore, Zou Shouyi’s status in the genealogy of Yangming studies and in the history of Chinese thought should be re-evaluated, from a “conservative inheritor” to a “systematic mediator and innovator” who profoundly responded to the academic and contemporary challenges.

Key words: Zou Shouyi; “Jieju”; Yangming’s Philosophy of Mind; Tensions; Resolution

Copyright ©2026 by Author(s). This article is open accessed under the CC-BY License
(<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

