

第一篇 为学之道

原文

1·1* 子^①曰：“学^②而时习^③之，不亦说^④乎？有朋^⑤自远方来，不亦乐^⑥乎？人不知^⑦，而不愠^⑧，不亦君子^⑨乎？”

注释

①子：按照周代的礼制，爵位分为公、侯、伯、子、男五等，“子”列在第四位，后来成为古代中国对有地位、有学问男子的尊称。《论语》中“子曰”的“子”，均指孔子。

②学：孔子在此处所讲的“学”，主要是指学习西周的《诗》《书》《礼》《乐》等典籍。

③时习：时，指“在一定的時候”或“在适当的时候”；习，指实习、演习和温习《诗》《书》《礼》《乐》等。

④说：音 [yuè]，同“悦”，是愉悦的意思。

⑤朋：指志同道合的人。

⑥乐：此处的“乐”与前面的“说”有所区别，悦在内心，乐则表现于外。

⑦人不知：别人不了解自己。

⑧愠：音 [yùn]，是懊恼、怨恨之意。

⑨君子：《论语》中的君子，是指“有德者”或“有位者”。此处指道德品质高尚的人。

* 本书《论语》各章所标序号（如1·1、2·11等），均依照杨伯峻《论语译注（简体字本）》篇章序号编排，便于读者对照查阅。

译文

孔子说：“将所学习的知识在适当的时候去践行和温习，不也令人心生愉悦吗？有志同道合的人从远方而来，不也很令人高兴吗？别人不了解自己，自己也不怨恨、不懊恼，不也称得上是君子吗？”

解读

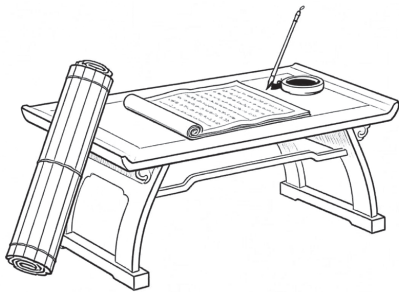


扫码收听本章音频解读

本章作为《论语》第一篇的第一章，扼要概括了孔子毕生为学与修身的体悟和心路历程，向我们展示了学习的方法与涵养君子人格的路径。

“学而时习之”既强调对知识的学习，也强调对知识的体悟和实践，有了收获，会在内心深处生出喜悦。随着自己知识和才干的不断增长，当志趣相投的友人从远方而来，能在一起交流所学所思，既能拓展自己的知识范围，又能提升自己的思考能力，岂不是一件乐事？孔子一生谦虚谨慎，好学不辍，当他进入“五十而知天命”的阶段，其学识和修养已经达到了相当高的境界，以致常出现“人不知”的情况，而孔子能以其深厚的学养和德行，做到既不怨恨也不懊恼，正如其所言“知我者其天乎！”这种圣人品格永远值得所有人学习。

AI时代的启迪



孔子将“学”“友”“德”三重境界熔于一炉，在 AI 时代，带给我们的思考和启迪是：真正的进步是技术与人性的协同进化。

1. AI 时代，我们更需要以“学而时习之”的精神来对抗知识碎片化，培养 AI 增强型认知。2. 以“远方来朋”化解数字疏离，构建技术中介的信任共同体。3. 以“不愠之德”平衡工具理性，确保 AI 发展始终指向服务于人的全面发展。正如孔子所言“君子不器”，人类在 AI 时代的核心任务或许是：善用技术而不沦为技术的器具，在算法浪潮中守护那份属于“人”的、不可被算法定义的尊严与喜悦。

原文

2·11 子曰：“温故而知新^①，可以为师矣。”

注释

①温故而知新：故，指已有的知识；新，指新的见解。

译文

孔子说：“在温习已有知识时，能有新见解、新发现，这样的人就可以当老师了。”

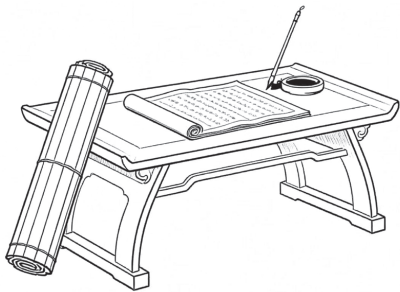
解读



扫码收听本章音频解读

“温故而知新”是闪烁着真理光辉的学习方法，也是孔子在人类教育思想领域留下的重大成果之一。通过温习已经学习过的知识，广泛联想并融会贯通，获得新的体悟和发现，从而实现创新。这样的人不再是仅仅停留在博学而识之的层面，而是上升到了创新与创造的层面，当然就可以为人师了。当下的高校，尤其是研究型大学，广大教师依然以“温故而知新”的方法教书育人。

AI 时 代 的 启 迪



在人工智能时代，“温故而知新，可以为师矣”的教诲，不仅关乎个人学习的方法，更关乎人类在技术浪潮中如何定位自身的价值。这启示我们：务必要在技术洪流中守护人类的主体性。

1. 警惕“知识惰性”。如果我们过度依赖 AI 获取“新知”，就很可能丧失独立思考能力。“温故”要求我们主动回溯原始文献、一手经验，避免被算法推荐的“信息茧房”所局限。2. 定义“新”的尺度。AI 的“新”多是数据关联的产物（如预测趋势），而人类的“新”可包含道德提升、审美革命与制度创新（如设计 AI 治理框架）。后者需扎根于对“故”的深刻理解。3. 技术谦卑与文明延续。“温故而知新”启示我们，进步是迭代而非断裂。AI 的发展应汲取文明传统的智慧（如以儒家“仁”的思想约束技术滥用），而非颠覆人类价值体系。孔子的这句话提醒我们：AI 扩展了“知新”的边界，但“温故”的责任从未如此重要——唯有坚守人类文明的深度与温度，才能在技术迭代进程中不被异化，真正成为驾驭 AI 而非被其驾驭的“师”。

原文

2·15 子曰：“学而不思则罔^①，思而不学则殆^②。”

注释

①罔[wǎng]：迷惘。

②殆：困窘、疲惫。

译文

孔子说：“只是一味读书学习而不思考，就会陷入迷惘；只是一味空想而不读书学习，就会陷入疑惑不安的窘境。”

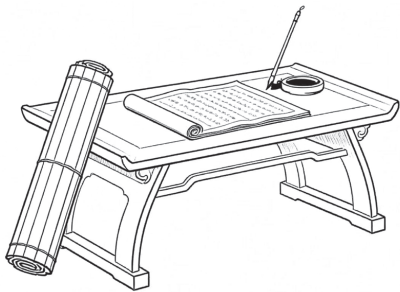
解读



扫码收听本章音频解读

孔子在本章中十分辩证地提出了学与思的关系，二者对人的学习和成长都是十分必要的。如果只知道一味读书，将大量的知识装填进自己的头脑而不去思考，则如《孟子·尽心下》中所讲的“尽信书，则不如无书。”这本书这样说，那本书又那样说，到底该相信谁？有时，由于各种复杂的原因，完全相信书本的内容还可能受骗。相反，如果不读书，只是不停地空想，由于可供判断的知识太少，又会陷入无法判断很多知识真伪的窘境。所以，学思并用，学而思，思而学，才能真正掌握知识和增长才干。孔子对学和思的这种教诲同样闪烁着真理的光辉，对我们今天的学习和教育仍有巨大的指导价值。

AI 时 代 的 启 迪



“学而不思则罔，思而不学则殆。”这一章，在人工智能时代，仍以其深邃的智慧为我们提供了关键的生存指南，它启迪我们：在人与 AI 协作的新范式下，人类必须坚守的独特价值与认知方式。

1. 分工与融合。AI 以其高效处理、检索、整合海量信息，体现出擅长“学”的特质，而人类则以提出有价值的问题、进行批判性判断、赋予信息以意义和价值等，体现出擅长“思”的优势。二者应在分工的基础上实现有效融合，即人类用思考指引 AI 学习的方向，AI 用广博的学习成果滋养人类的思考，这才是最理想的状态。

2. 重塑教育的核心。AI 时代的教育必将从“知识传授”彻底转向“思维训练”。我们更需要培养批判性思维和整合能力，以及基于 AI 的持续学习和创造性思考习惯，而非单纯记忆或孤立学习。

3. 守护人的主体性。“学而不思则罔”警告我们，绝不能将思考和决策权也交给 AI；“思而不学则殆”则提醒我们，绝不能傲慢地忽视 AI 带来的巨量新知。其核心启迪在于：人必须是认知活动的主体和中心，AI 永远只能是强大的客体和工具。

原文

2·17 子曰：“由^①！诲女^②知之乎！知之为知之，不知为不知，是知也。”

注释

①由：姓仲名由，字子路。孔子的学生，生于公元前 542 年。

②女：同“汝”，你。

译文

孔子说：“仲由啊，让为师教导你对待知与不知的态度吧！知道的就是知道，不知道的就是不知道，这才算得上明智啊！”

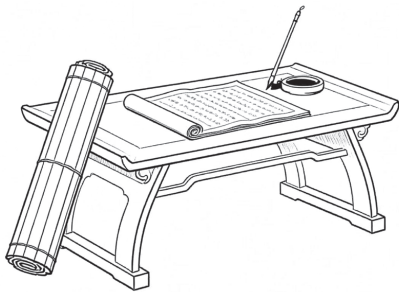
解读

孔子给子路讲的对待知与不知的态度具有广泛指导意义。由于人们对自身知识掌握的认知出现偏差，很多时候以为自己懂了，事实上并没有真的懂。出于分享或表现的需要，很多时候人们会将自己没有真正理解的东西传播出去，就可能误导别人，也会给自己的名誉造成负面影响。孔子主张的这种实事求是的态度对于治学和做人都有非常重要的指导意义，值得我们每一个人警醒。



扫码收听本章音频解读

AI时代的启迪



我们认为，“知之为知之，不知为不知，是知也”，是人工智能时代一种至关重要的认知态度和生存智慧。它直指人类在AI面前如何自处、如何与技术共生的核心问题。真正的“知”（智慧）不再是知识的堆砌，而是清晰地洞察“已知”与“未知”的边界，并有勇气和智慧在二者之间架设桥梁。在这个过程中，AI是我们强大的工具和伙伴，但驾驶舱的舵轮和道德的罗盘必须永远牢牢掌握在诚实而谦逊的人类手中。在AI时代，孔子“知之为知之，不知为不知”的教诲，其终极启迪在于帮助我们重新定位人类的角色——从一个试图掌控所有知识的“全能者”，转变为一个智慧的提问者、审慎的批判者、负责任的决策者和谦逊的学习者。

原文

3·9 子曰：“夏礼吾能言之，杞^①不足征^②也；殷礼，吾能言之，宋^③不足征也。文献^④不足故也。足，则吾能征之矣。”

注释

①杞：春秋时的国名，位于现在河南杞县一带。

②征：音 [zhēng]，证明。

③宋：春秋时的国名，位于现在河南商丘一带。

④文献：文，指文字典籍；献，指贤达之人。

译文

孔子说：“夏朝的礼，我能说出来，（但其后裔聚居的）杞国不足以证明我的话；殷朝的礼，我能说出来，（但其后裔之国）宋国不足以证明我的话。这都是因为文字典籍和熟悉夏礼与殷礼的人不多了。如果文献足够的话，我说的就可以得到证明了。”

解读

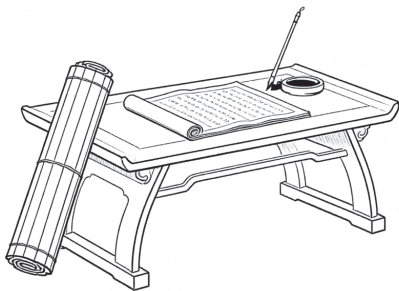
这一章表明孔子不仅对周礼有深厚的研究，对之前夏商时期的礼也有研究，在违礼乱礼现象越来越多的情况下，孔子希望人



扫码收听本章音频解读

们能够遵从有深厚传统的礼；在说明夏商之礼的时候，孔子又强调了要依靠文字典籍的记载和贤达之人的表述来证明，反映了孔子严谨的治学精神。

AI时代的启迪



孔子在本章中关于夏礼、殷礼的论述，在人工智能时代如同一面穿越千年的明镜，映照出技术狂飙中人类最易丢失的两种品质：对知识的审慎（“不足征”）与对证据的敬畏（“文献足”）。这为 AI 时代带来了以下思考和启迪：1. 对技术，要求其透明、可验证（“足则征之”）。2. 对文明，人类守护解释权，避免文化肤浅化。3. 对自我，保持理性谦逊，拒绝对技术的非批判依赖（“不足征”则存疑）。我们始终应该保持清醒的头脑：AI 可以扩展“能言”的边界，但“是否足征”的责任永远在人——唯有如此，技术才能真正助力文明传承与知识创新，而非制造新的迷雾。

原文

5·9 子谓子贡曰：“女与回也孰愈^①？”对曰：“赐也何敢望回？回也闻一以知十，赐也闻一以知二。”子曰：“弗如也；吾与^②女弗如也。”

注释

①愈：更好、更出色。

②与：有两种解释，一种认为是赞同或同意的意思；另一种认为是连词，“和”的意思。

译文

孔子对子贡说：“你觉得你和颜回相比，谁更出色呢？”子贡回答说：“我怎么敢和颜回相比？颜回他通晓一个道理就可以触类旁通，弄明白十个道理；而我，通晓一个道理，只能再据此去弄懂两个道理。”孔子说：“是不如他呀，我同意你说的，是不如他。”

解读

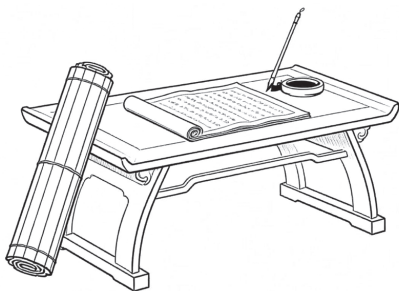


扫码收听本章音频解读

本章通过孔子和子贡的对话，侧面展示了颜回勤于思考，善于融会贯通，能做到闻一知十的特点。同时也显示出子贡在孔子的教诲下，不仅知人，而且对自己也有比较清醒的认识。孔子希

望其他弟子也都能像颜回那样，善于学习和思考，能举一反三，由此及彼，在学业上取得事半功倍的持续进步。

AI时代的启迪



孔子与子贡的这段对话，在人工智能时代如同一面深邃的镜子，映照出人类智能的本质与边界。它超越了简单的谦逊美德，揭示了在AI面前人类需重新认知和培育的核心能力，其启示在于：1. 不以“知二”为足，拒绝沦为AI的附庸，而追求“知十”的突破；2. 以“弗如”为起点，清醒认知AI之长，更坚守人类之贵——那份联结经验、直觉与价值的悟性智慧；3. 走向“师生共学”，如孔子与子贡般，人机之间应是教学相长的共生关系，而非取代关系。我们认为，人类的价值不在于比AI“知道更多”，而在于能从“一”中生出“十”的意义——这种创造性与整体性思维，才是文明延续的真正内核。

原文

5·14 子路有闻，未之能行，唯恐有闻。

译文

子路在听懂某个道理后，如果还没来得及实践，就唯恐再听到新的道理。

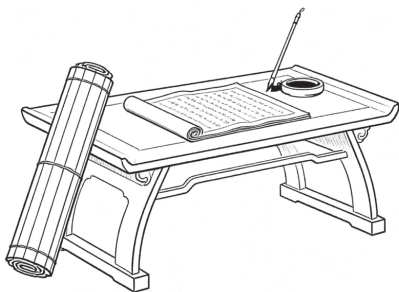
解读



扫码收听本章音频解读

在孔门弟子中，子路不仅是年长的大师兄，个性也十分鲜明。本章中，子路的好学令人感动，他特别重视在实践中的体悟，希望经过实践巩固之后，再去学习新的义理。这种踏实笃定的学习作风是很值得我们学习的。

AI时代的启迪



本章描述了子路可贵的学习精神，展现了一种极致的行动主义哲学和对知识负责的态度。在人工智能时代，当信息如洪流般涌来，而人的注意力和执行力成为稀缺资源时，子路的这种品格显得尤为珍贵，为我们提供了深刻的启迪。1. 对知识：保持敬畏，力求精通而非贪多；2. 对技术：主动驾驭，用以强化行动，而非消磨时间；3. 对自我：勇于实践，将执行力塑造为核心优势。AI时代，似乎人人都可以闻一知十，但最终的成功却往往属于那些能够“闻一而行一”、脚踏实地地将每一个想法变为现实的“现代子路”，他们才是这个时代真正的智者与行动英雄。

原文

5·15 子贡问曰：“孔文子^①何以谓之‘文’也？”子曰：“敏^②而好学，不耻下问，是以谓之‘文’也。”

注释

①孔文子：卫国大夫孔圉[yǔ]，“文”是其死后获得的谥号，“子”是尊称。

②敏：敏捷、机敏。

译文

子贡问道：“为什么孔文子获得了‘文’的谥号呢？”孔子说：“他聪敏勤勉而又好学，不以向比他地位低下或年轻的人请教为耻，所以给他谥号叫‘文’。”

解读

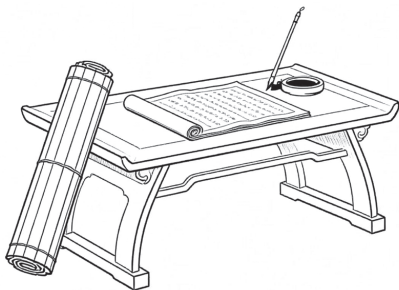
本章中，孔子在回答子贡的问题时，用了“不耻下问”的说法，这既是对孔文子学习特点的概括，也是孔子十分认可的一种学习态度。学习知识，不仅需要向师长及强于自己的人学习，还要向社会地位不如自己和年轻于自己的人学习，正所谓“尺有所短，寸有所长”“三人行，必有我师焉”。《论语》中多处记述



扫码收听本章音频解读

了孔子向自己的学生学习，向普通百姓学习的事迹。孔子“不耻下问”的学习主张对中国古代的知识分子产生了深远的影响，对我们当今的学习和工作也有非常积极的指导价值。

AI时代的启迪



孔子在本章中对孔文子“敏而好学，不耻下问”的评价，为身处人与AI协同进化新范式的我们，指明了必须秉持的核心学习态度与协作精神。具体而言，AI时代，我们应该努力成为具备如下特质的学习者：1. “敏”锐的信号捕捉者，意味着能迅速从海量信息中识别出关键趋势和问题；2. “好学”不倦的终身进化者，将学习内化为一种生活习惯，持续更新自己的认知操作系统；3. “不耻下问”的求教者，能放下身段，向一切人、一切机器高效学习与求教，以解决问题为最终目的。能做到这三点，我们就不再是知识的单纯持有者，而是永恒提问者、敏捷学习者和智慧运用者。孔文子因“文”而得谥，未来的我们，或许将因秉持这种“文”的精神，而在智能时代立于不败之地。

原文

5·28 子曰：“十室之邑，必有忠信如丘者焉，不如丘之好学也。”

译文

孔子说：“即使在只有十户人家的小邑，也一定有像我这样讲忠信的人，只是不像我这样好学罢了。”

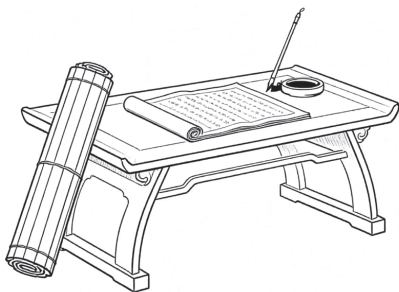
解读



扫码收听本章音频解读

孔子是一个十分真诚的人，在他看来，自己能够做到的忠诚守信并没有什么了不起，在一个很小的社区里，也不乏像他一样忠诚守信的人，但他们往往不如自己好学。这让我们从侧面了解到孔子的才能和德行并非与生俱来，而是通过后天的不断学习才获得的。

AI 时 代 的 启 迪



本章引发我们思考这样一个问题，即人类在技术洪流中最核心的竞争优势与存在价值在哪里？通过对本章内容的学习和领悟，我们获得的深刻启迪就在于：1. 人类的尊严，不在于比 AI “知道更多”，而在于“永远渴望知道为什么”；2. 人类的优势，不只在于静态的“忠信”品德，更在于动态的“好学”能力；3. 人类的使命，是成为技术时代的“永恒提问者”与“意义赋予者”，用学习引领 AI 向善。

原文

6·12 冉求曰：“非不说^①子之道，力不足也。”子曰：“力不足者，中道而废。今女画^②。”

注释

①说：读 [yuè]，同“悦”，喜欢。

②画：自我设限，止步不前。

译文

冉求说：“我不是不喜欢老师您所讲的道，而是我的能力不够呀。”孔子说：“能力不足的人，是走到半路，走不动了才停下来。可现在，你是画地自限，不求向前。”

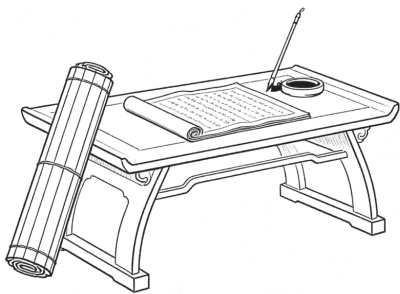
解读



扫码收听本章音频解读

本章中，弟子冉求认为自己能力不够，以至于无法继续学习孔子的道，其实是冉求的畏难情绪在作祟。孔子告诉他，不是他能力不够，而是他自我设限，不愿意再往前迈进了。孔子的认识无疑是十分深刻的。当我们在学习的过程中遇到瓶颈期，十分费力而又收获很小时，这往往也是能取得重要突破的时候，是开发自身潜能，超越自我的时候。所以，不要自我设限，暂时遇到困难，可以先短暂停止，总结分析原因，然后继续奋力前行。

AI 时 代 的 启 迪



本章内容精准刺中了当代人面对技术变革时最普遍的精神症候——自我设限（“今女画”）。它揭示了在 AI 赋能的时代，真正的障碍往往并非能力不足，而是受限于意志与认知的边界。其深刻启迪可从以下维度展开。1. 最大的边界不在技术，而在心智：AI 的极限由人类设定，而人类的极限往往由自己设定；2. 真正的力量是“不画”的勇气：主动探索 AI 与自身结合的无限可能，即使中途失败，也比固守原地更有价值；3. 人机未来的辩证法：AI 负责扩展“力”的边界，人类负责坚守“道”的方向与“行”的意志——唯有如此，技术才能真正为人类所用，从而避免人类的退化。我们能否在 AI 时代成就一番事业，不取决于 AI 是否万能，而取决于我们是否敢于对自己说：“今女画，而非力不足也”，并亲手擦掉面前那条根本不存在的界限。

原文

6·20 子曰：“知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”

译文

孔子说：“懂得某事的人，不如爱好某事的人；爱好某事的人，又不如以某事为乐的人。”

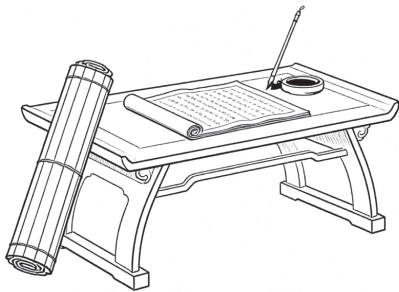
解读

从本章的表述看，孔子似乎是泛指，但以黄克剑教授为代表的学者们则认为文中的“之”应该是指某种义理。这一章的内容用我们现在的话说就是：兴趣是最好的老师。



扫码收听本章音频解读

AI 时 代 的 启 迪



这段语录带给我们最深刻的启迪在于：AI 正在加速淘汰“知之者”，但空前地需要并赋能“好之者”与“乐之者”。1. 教育的根本任务不再是传授基础知识，因为基础知识的获取已近乎免费（AI 即可提供），教育的核心使命必须转向激发“好”和培育“乐”；2. 个人的核心竞争力源于“乐”，当 AI 能处理越来越多程式化、重复性的“知”和“好”层面的工作时，那些能从创造性劳动本身获得“乐”的人，将具备无可替代的优势；3. “乐之者”的工作状态是沉浸式的、充满激情的，这种内在驱动力能催生最高水平的创造，这是任何外部指令（或 AI 的优化目标）无法驱动的。孔子的智慧穿越时空告诉我们：在 AI 时代，知识本身（知之）不再是力量，对知识的热爱（好之）和在实践中获得乐趣的创造性运用（乐之）才是力量。

原文

7·2 子曰：“默而识^①之，学而不厌，诲^②人不倦，何有于我哉^③？”

注释

①识：音 [zhì]，记住。

②诲：教诲。

③何有于我哉：这些事情我做到了哪些呢？

译文

孔子说：“将所学的知识默默地记住，总是学习而不觉得厌烦，教导他人而不知道疲倦，这些事情我做到了哪些呢？”

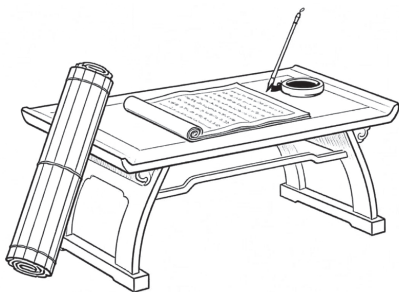
解读

本章所讲的“学而不厌，诲人不倦”是中国人非常熟悉的一句箴言。在学习的时候，能不辞辛苦、不厌其烦地持续学习，这种学习态度古今中外都备受推崇；在教导他人、帮助别人理解知识时，能不知疲倦，不把对方教会就不罢手，则是非常值得称赞的教学精神。孔子在两千五百多年前的这些主张，时至今日，仍是学生和老师们都应秉持的精神。



扫码收听本章音频解读

AI时代的启迪



孔子的这段话，使我们在脑海里勾画出一个在智能技术环绕下依然保持内在定力与人文温度的“现代君子”形象。1. 他是“沉静的内化者”：能在信息风暴中“默而识之”，进行深度思考，形成独立见解；2. 他是“快乐的终身学习者”：以“学而不厌”为乐，善用AI却永不停止自我进化；3. 他是“温暖的赋能者”：以“诲人不倦”的精神，利用技术去启迪、联结和提升他人。技术会不断迭代，但人类最高级的修养——专注、好奇与仁爱——却永恒不变。AI时代的成败，不在于我们能否制造出更聪明的机器，而在于我们能否秉持孔子的教诲，培育出更多这样的“君子”，让他们为技术赋予方向和灵魂。

原文

7·20 子曰：“我非生而知之者，好古，敏以求之者也。”

译文

孔子说：“我不是生来就明白各种义理的人，而是喜爱古代文化，勤奋敏捷地去探求各种义理的人。”

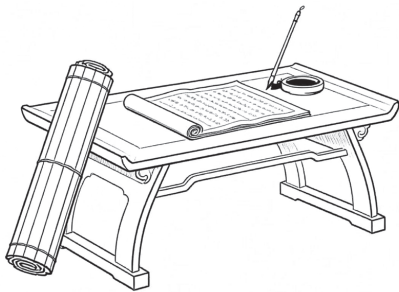
解读

本章中，孔子很客观地认为自己并不是“生而知之者”，他的学识源于对古代文献及典章制度的热爱和探求，通过勤奋刻苦地学习，才成为知识渊博的人。孔子强调了后天学习和努力的重要性，鼓励学生们要发奋努力，成为德才兼备的有用之人。



扫码收听本章音频解读

AI时代的启迪



孔子的这段话彻底否定了“静态天赋论”，肯定了后天学习与主动追求的价值。在 AI 时代，它启示我们：1. 人类的尊严不在于比 AI “知道更多”，而在于“永远渴望知道为什么”并“主动去求”；2. 人类的使命是以“好古”的敬畏之心传承文明，以“敏以求之”的活力创造未来；3. 人类的独特价值是成为技术的“提问者”“诠释者”与“引导者”，而非其被动消费者。我们每个人似乎都需要回答：当 AI 能瞬间学完人类千年的知识积累时，我们自身是否还能保有“敏以求之”的冲动、能力和乐趣？这才是智能时代真正的竞争力。

原文

7·22 子曰：“三人行，必有我师焉：择其善者而从之，其不善者而改之。”

译文

孔子说：“与几个人一路同行，他们当中一定会有值得我学习的人。我选择他善的品行向他学习，看到他不善的地方则作为借鉴，改掉自己类似的缺点。”

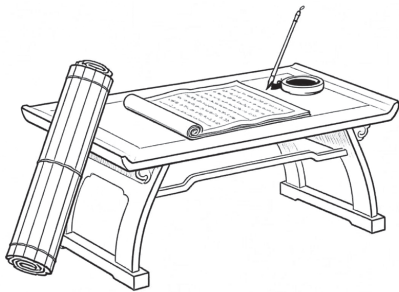
解读



扫码收听本章音频解读

“三人行，必有我师焉”这句话在中国广为流传、家喻户晓，这种谦虚的学习态度和反省精神是非常有价值的。在社会生活中，我们会与各种各样的人打交道，几乎所有的人身上都有值得我们学习和借鉴的地方，问题的关键是我们是否能够经常反省自身和观察他人，而不是故步自封、自以为是。孔子这番话的深刻之处还在于，不仅要以别人的善为学习的目标，还要以别人的不善为反躬自省的对照，因为别人的不善往往也可能在自己身上存在，只不过自己不知道而已。看到别人的不善，反思自己是否也有同样的问题，然后改过自新。时间久了，自己的善就会越来越多，不善就会越来越少，知识和德行都会有持续的进步。

AI时代的启迪



孔子此言的核心是一种极度开放、谦逊且主动的学习心态。在 AI 时代，带给我们的思考和启迪是：1. 学习态度上，永葆“人人皆可师、万物皆可学”的谦逊与好奇；2. 学习方法上，练就“择善而从、见不善则改”的批判力与行动力；3. 哲学层面上，确立“人以驭技，而非技驭人”的主体地位。AI 的强大，源于人类过往经验与智慧的积累；人类的未来，取决于能否成为“择善改不善”的智慧之师——既能从 AI 中汲取养分，又能引导其向善发展。这或许是人类在智能时代最崇高的使命之一。

原文

8·5 曾子曰：“以能问于不能，以多问于寡；有若无，实若虚；犯而不校^①——昔者吾友^②尝从事于斯矣。”

注释

①校：音[jiào]，同“较”，计较。

②吾友：很可能是指颜渊。

译文

曾子说：“自己有才能，却向才能不如自己的人请教；自己学识广博，却向学识不如自己的人请教；有学问却好像没学问；知识很充实却显得很虚乏；被人触犯也不与他计较——从前我的朋友就是这样践行的。”

解读

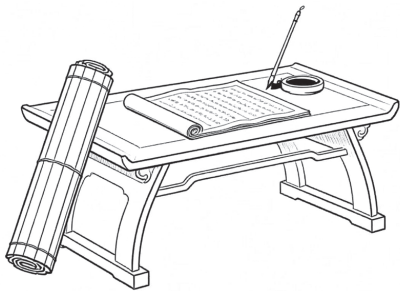


扫码收听本章音频解读

本章中所讲的“问于不能”“问于寡”，体现的是谦逊的学习态度。每个人的知识结构和才能往往不相同，从整体上看，似乎自己的知识比他人更多、才能更高，但具体到某些方面就不一定了，正所谓尺有所短，寸有所长。多看别人的优点和长处，对照反省自身、择其善者而从之，就会使自己不断进步。文中“有若

无，实若虚”的学习态度，强调的是不自满，要始终保持谦虚谨慎的学习态度。这都反映了曾子在学习态度方面的主张。文中所讲的“犯而不校”则是君子人格的修养问题，君子对待他人的触犯，能泰然处之，不与之计较，彰显出的是胸怀广大与为人大气。这三个方面对我们今天的学习和成长依然有重要的借鉴价值。

AI时代的启迪



曾子描绘的，是一种极其高级的人格修养和认知模式。在 AI 时代，这种人格非但没有过时，反而成为驾驭技术，而非被技术异化的关键。1. 在认知上，他是“虚空”的，永远准备接纳新知，甚至向看似不如自己的人学习；2. 在能力上，他是“丰实”的，但绝不炫耀，将 AI 视为强大而沉默的辅助；3. 在心态上，他是“坚韧”的，不因外界的冲击或技术的瑕疵而动摇初心。我们认为，这种人将成为 AI 时代真正的“王者”：他们以“无”的心境，运用“有”的工具；以“虚”的姿态，容纳“实”的知识；以“不校”的豁达，化解“犯”的冲击。他们不与 AI 竞争知识的多寡，而是在智慧、格局和修养上，展现出真正的人类高度。这或许是智能时代最深邃的生存智慧。

原文

8·17 子曰：“学如不及，犹恐失之。”

译文

孔子说：“探求知识就好像追赶什么似的，唯恐赶不上；赶上了，又生怕再丢掉。”

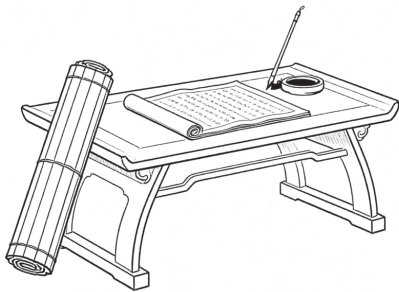
解读



扫码收听本章音频解读

孔子曾在《论语·述而》中反思自己是否真正做到了“学而不厌”，本章更具体地讲述了孔子“学如不及，犹恐失之”的学习态度。在探求知识的过程中，孔子笃定而执着，像海绵一样吸收各种他认为应该学习的知识，学到了，就想牢牢掌握住，唯恐像丢掉宝贝一样再失去。这也是“学而不厌”精神的重要组成部分。孔子自己是这样做的，也教诲弟子们要有这种学习态度。时至今日，“学如不及，犹恐失之”仍是我们应该努力拥有的学习精神。

AI时代的启迪



“学如不及，犹恐失之”在 AI 时代启示我们：1. 以“不及”为引擎，利用 AI 加速学习，但永不满足，始终保持对未知的急切好奇；2. 以“失之”为警钟，善用外部工具，但绝不外包思考，牢牢守护知识内化的能力；3. 以“学”为生命状态，在技术洪流中，人的价值不再由“知道什么”定义，而由“多快多深地学习与内化”定义。

原文

9·4 子绝四——毋意^①，毋必^②，毋固^③，毋我^④。

注释

①意：同“臆”，凭空猜测。

②必：绝对肯定。

③固：固执己见。

④我：自我膨胀。

译文

孔子杜绝了四种毛病：不凭空猜测，不绝对肯定，不固执己见，不自我膨胀。

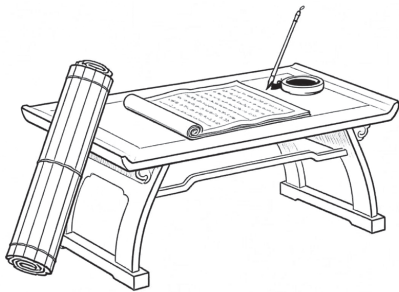
解读

本章中，孔子经过长期修养，能够做到不凭空猜测，不绝对肯定，不固执己见，不自我膨胀。意、必、固、我，这人性中的四种弱点，是古往今来几乎所有人都部分或全部存在的问题，人们在这四个方面的区别只是严重程度不同而已。孔子经过努力学习和修炼，奉中庸为至德，克服了人性中的这四种弱点，这是非常了不起的。时至今日，孔子“绝四”这一做法仍是值得我们所有人敬佩和学习的。



扫码收听本章音频解读

AI时代的启迪



孔子的“绝四”为我们描绘了一个在智能时代理想的心智模式。1. 我们应该是“清醒的批判者”（毋意）：能穿透技术的迷雾，洞察本质；2. 我们应该是“谨慎的决策者”（毋必）：能在不确定性中做出负责任的判断；3. 我们应该是“灵活的进化者”（毋固）：能持续学习，与时俱进；4. 我们应该是“谦逊的协作者”（毋我）：能与他人和机器有效合作，共创未来。我们认为，AI的强大，源于其处理“意、必、固、我”的某些方面（如固化的模式）的能力；而人类的伟大，在于能主动地、有意识地“绝”这一切，展现出一种超越算法的、充满智慧与德性的自由。这或许是我们AI时代最根本的立足点。

原文

9·20 子曰：“语之而不惰者，其回也与！”

译文

孔子说：“听我讲授而不觉倦怠的人，大概只有颜回了吧！”

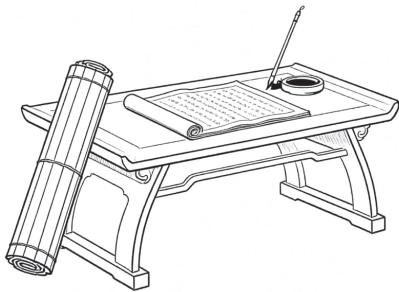
解读



扫码收听本章音频解读

颜回（颜渊）是孔门弟子中天赋甚高而又最好学的学生，本章中的“语之”显然是孔子因颜回有疑问而对他进行的开导。对常人而言，如果老师给出的解释不能很快解开心中的困惑，可能就会倦怠，但颜回却总是以其执着和好学不断深思、不放弃、不懈怠，因此孔子对他作出了上述评价。颜回的这种钻研与执着使其成为数千年来读书人的榜样。

AI时代的启迪



孔子对颜回“语之而不惰”的赞叹，在人工智能时代可以被解读为对专注力、执行力和内在驱动力的极高评价。在 AI 极易导致注意力分散和认知懒惰的今天，颜回的这种精神显得尤为珍贵。带给我们的思考和启迪是：1. 我们要努力成为“深度专注者”，能在外界干扰中保持内心的宁静与投入；2. 我们要努力成为“积极实践者”，能将从 AI 或他处所学毫不犹豫地付诸行动；3. 我们要努力成为“内在驱动者”，我们的“不惰”源于对真理和成长的内在渴望，而非外部奖赏。我们认为，AI 可以成为有史以来最强大的“语之者”（知识传授者），但能否成为一个“语之而不惰”的践行者，主动权永远在人类自己手中。技术的最终目的，应是赋能每个人更高效地成为像颜回那样的学习者与实践者，从而更充分地实现人的潜能。

原文

13·5 子曰：“诵《诗》三百，授之以政，不达^①；使于四方，不能专对^②；虽多，亦奚以^③为？”

注释

①达：通晓为官从政之道。

②专对：独自应答。

③以：用。

译文

孔子说：“把《诗经》三百篇诵读得十分熟练，交给他政务，让他去处理，却不通晓为官从政之道；派他去做出使四方的使节，他又不能随机应变地独立应答。这样的人，虽然读了很多书，又有什么用呢？”

解读

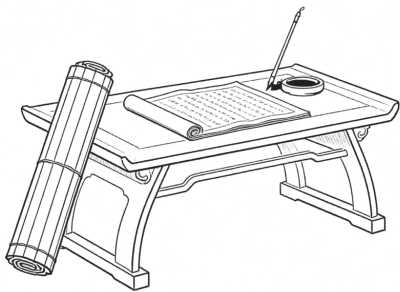
《诗经》是孔子教学内容的重要组成部分。诗不仅能够表达情感，还是孔子那个时代治理百姓、开展外交往来时，常被引用来表达某种意思的重要工具。本章中，孔子强调的是学以致用问题。一个人读了很多诗，却未能领会其含义、不会具体运用。既



扫码收听本章音频解读

不能对为官从政有所帮助，也不能在出使四方时随机应对外交活动，诵读的诗就没有实现学以致用目的。孔子的这种学习主张是非常有意义的，时至今日，仍然是需要我们高度重视的。知识一定要最大限度地应用于实践，才能真正实现其价值。

AI时代的启迪



孔子的智慧穿越时空告诉我们：在 AI 时代，知识的价值不在于占有，而在于贯通和应用。真正的学者，不再是“诵诗三百”的活字典，而是能“授之以政而达，使于四方而能专对”的智者——他们能精准地驾驭 AI（“授政”），深刻地理解并转化其输出（“达”），并灵活地将其应用于复杂多变的世界（“专对”）。我们每个人都应以此为标准反躬自省：我是在简单地堆砌 AI 生成的内容，还是在用它通达地创造真实世界的价值？答案决定了我们在智能时代的真正地位。

原文

14·24 子曰：“古之学者为己，今之学者为人。”

译文

孔子说：“古代的学者，学习是为了提升自己的学问和道德，而今天的学者，学习却是为了给别人看。”

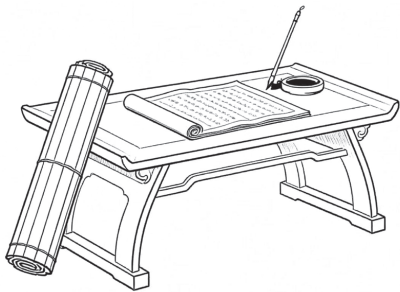
解读



扫码收听本章音频解读

理解本章的关键在于“为己”和“为人”。孔子所讲的“为己”应是指通过学习，修养自己的德行，使自己不断得到提升；“为人”则是指通过学习，能够在言语、政事和文学等方面展现给别人的状态。二者目的不同，“为己”是向内求，而“为人”则是向外求。

AI时代的启迪



本章中，孔子赞赏为完善自我而学的“为己之学”，批判为炫耀于人而学的“为人之学”，这一区分在 AI 时代具有空前深刻的现实意义。技术越强大，越需强调学习的“为己”属性——否则，外部的技术赋能反而可能导致内部的空虚与异化。真正的未来竞争力，不在于你能否用 AI 生成令人惊叹的“为人之作”，而在于你能否秉持“为己之心”，运用 AI 成为一个更智慧、更自由、更充盈的自己。这是人类在技术浪潮中保持主体性的最后堡垒，也是智能时代真正的学习革命。

原文

15·3 子曰：“赐也！女以予为多学而识之者与？”对曰：“然，非与？”曰：“非也，予以贯之。”

译文

孔子说：“赐啊！你认为我是那种广博学习而又能努力记住的人吗？”子贡回答说：“是的，您难道不是这样吗？”孔子说：“不是，我是用一个根本性的观念将它们贯穿起来的。”

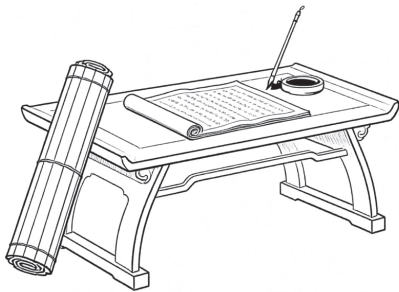
解读

在本章中，孔子纠正了学生子贡对自己的误解。孔子认为自己的学习和思考始终有一个根本性的观念贯穿于其中，这正是他学识渊博的原因所在。



扫码收听本章音频解读

AI时代的启迪



孔子所讲的“一以贯之”超越了单纯的知识积累，直指思维体系的构建与价值中心的坚守，为我们提供了至关重要的启迪：

1. 真正的强者，不是“知道最多”的人，而是“想得最明白”的人。
2. 真正的智慧，不在于信息的堆砌，而在于体系的构建和价值的引领。
3. 真正的学习，是找到那个可以“一以贯之”的“道”，并用它来驾驭技术，而非被技术所驾驭。因此，我们每个人都应问自己：我的“一”是什么？是某种坚定的信念？是一种强大的思维方法？还是一个为之奋斗的目标？唯有找到这个“一”，我们才能在AI的“多学”面前，保持人的清醒、自主与尊严，成为这个复杂时代的领航者。

原文

15·31 子曰：“吾尝终日不食，终夜不寝，以思，无益，不如学也。”

译文

孔子说：“我曾经整天不吃饭，整夜不睡觉，一味地思考，没有什么好处，不如去学习。”

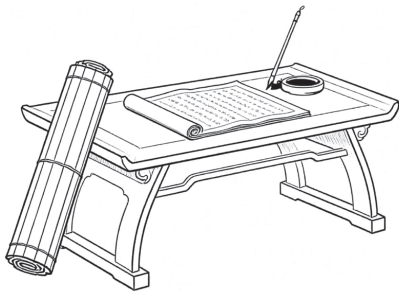
解读



扫码收听本章音频解读

关于学与思的关系问题，孔子曾说：“学而不思则罔，思而不学则殆”，强调了二者相辅相成的关系。本章中，孔子通过自己的切身体会，强调了只是一味思考，即使投入了大量的时间和精力，也往往没什么好处，不如继续学习。

AI时代的启迪



孔子的这段话，在 AI 时代给我们的启迪是：1. 技术解放了我们的“学”，AI 承担了大量机械性、检索性的“学”的工作，让我们能从辛苦中解脱。2. 技术提升了我们的“思”，让我们能更专注于高价值的、战略性的、创造性的思考。所以，我们不应是“终日不食不寝以思”的空想家，也不应是只会命令 AI 学习的工具人，而应成为一个善于用 AI 赋能“学”、从而让自己的“思”变得更深邃、更富有创造力的智者。这才是智能时代最理想的学习与思考状态。

原文

16·9 孔子曰：“生而知之者上也，学而知之者次也；困而学之，又其次也；困而不学，民斯为下矣。”

译文

孔子说：“生来就懂得各种道理的人，属于上等之人；经过学习才明白各种道理的人，属于次一等的人；遇到困难后才去学习的人，属于又次一等的人；遇到困难也不去学习的人，就属于最下等的人了。”

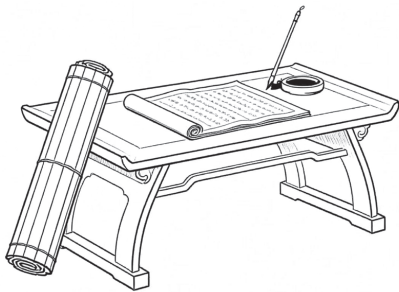
解读

在这一章中，孔子将人对天地人生之理的态度分为四等，强调了后天学习的重要性。他虽然认为有“生而知之者”，但他并不认为自己属于这种人，他曾说：“我非生而知之者”，也从未见过这种人。他自己掌握的各种有关世界和人生的道理都是经过学习之后才获得的。他强调的是学习的态度：积极主动学习是很好的态度，而实践中已经遇到了困难还不积极学习的人就是很糟糕的了。



扫码收听本章音频解读

AI时代的启迪



孔子将“学”的地位提升到关乎人的层次。在 AI 时代，这一论断带给我们的启示是：1. “学”不再是手段，而是目的本身，学习能力定义了人的价值和在新时代的定位。2. “学”的质量决定了人的层次，是主动前瞻地学，还是被动补救地学，或是彻底拒绝学，将把人分流到不同的发展轨道上。孔子的这段教诲提醒我们：AI 没有改变学习的终极重要性，它只是极大地提高了“学”的回报，同时也前所未有地加大了“不学”的代价。在 AI 时代，成为一个“学而知之”者，是每个人最可靠的护身符和进步的阶梯。

原文

17·9 子曰：“小子何莫学夫诗？诗，可以兴^①，可以观^②，可以群^③，可以怨^④。迩^⑤之事父，远之事君；多识于鸟兽草木之名。”

注释

①兴：情感升腾。

②观：可使人了解社会生活、政治风俗的盛衰，考见得失。

③群：合群或会合，“可以群”的意思是通过诗与他人感情共通。

④怨：是指可以通过诗讽谏时政，实现怨而不怒。

⑤迩：音 [ěr]，是指近处。

译文

孔子说：“学生们为什么不研读《诗经》呢？学《诗经》可以激发人的情感，可使人了解社会生活、政治风俗的盛衰，考见得失，可以通过诗歌与他人感情共通，可以懂得讽谏时政、化解心中的怨愤。学好了《诗经》，就近来看，可以用来侍奉父母；从远处看，可以用来侍奉君主。还可以多知道一些鸟兽草木的名字。”

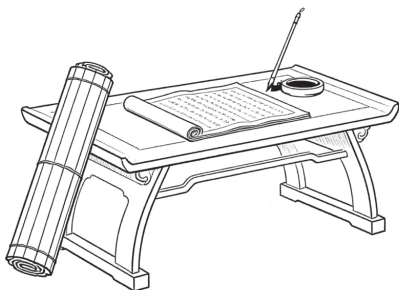
解读



扫码收听本章音频解读

孔子在本章中较为详细地阐释了学习《诗经》的好处，显示出孔子对诗教的重视。诗能够很好地激发和涵养人的生命情感，通过对诗的学习，能有效提升人文素养。孔子的发问，也适用于我们今天的时代，年轻人为什么不多去读读《诗经》呢？

AI时代的启迪



孔子的这段话在 AI 时代的重要启迪是：越是技术发达，越需要深厚的人文素养来平衡和引导。AI 擅长“术”（效率、计算、优化）；人类必须掌握“道”（价值、意义、情感、伦理）。因此未来的教育绝不能只培养“码农”和“工程师”，必须大力投资于看似“无用”的人文教育——文学、历史、哲学、艺术。因为这些领域培养的正是“兴、观、群、怨”的能力，它们决定了我们能否成为一个完整的、温暖的、有判断力的、负责任的人，而不仅仅是 AI 的高效使用者。

原文

19·5 子夏曰：“日知其所亡^①，月无忘其所能^②，可谓好学也已矣。”

注释

①日知其所亡：“亡”通“无”，音[wú]。每天搞清楚自己还不知道的知识。

②月无忘其所能：每月复习已经学过的知识，不使其被遗忘。

译文

子夏说：“每天都去搞清楚一些自己所不知道的东西，每月都不忘记已经学会的东西，这就可以算作好学了。”

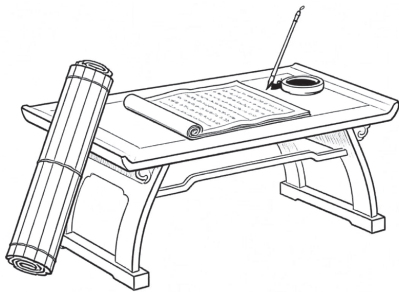
解读



扫码收听本章音频解读

知识的掌握是一个不断学习和积累的过程，本章强调了两个方面：一是“为学日益”，即每天都要学会一些新的知识，不断积累、拓展知识储备；二是要在一个时间段里，对已经学习过的知识进行反思和总结，避免遗忘。一方面是新知识的不断增长，另一方面是已有知识的不断巩固。日积月累，必然使自己的知识不断增长。现代研究表明，重复是增强记忆最有效的方法。孔门践行的这种学习精神与方法，值得我们现代人学习和应用。

AI时代的启迪



《论语》中子夏的这句话启示我们，完整的学习包含两个不可或缺的环节：积极的对外探索与主动的对内巩固（防止遗忘和退化）。AI极大地增强了前一个环节（“日知”）的能力，但也空前地加剧了后一个环节（“月无忘”）的危机。因此，真正的“好学”已不再是单纯的勤奋，更是一种战略性的认知自律：既要有拥抱技术、无限拓展的开放性，也要有定期回归自身、夯实基础的定力。那些既能驾驭AI实现“日知其所亡”，又能坚持“月无忘其所能”的人，将成为AI时代最不可替代的学以致用者。