忧乐圆融：儒家忧乐思想的核心特质*

高志强**
（安徽大学 哲学系，合肥，230601）

摘 要 儒家肯定感性忧乐的自然合理性，但是认为感性忧乐有待于外，陷溺于感性忧乐，容易使人流于以物役心的异化状态。儒家忧乐思想的根本形态是德性忧乐，德性忧乐的根据是本心自足之德性。儒家以德性之忧作为德行修养的内在心理动力，德性之乐是在德性彰明过程中本心情感的自然涌现，可以统摄和超越感性忧乐，实现忧乐圆融。忧乐圆融是以儒家文化为主体的中国传统文化的深层情感特质，儒家围绕以下四个维度建构了其忧乐圆融的理论体系：“变易之道”、“乐天知命”、“孔颜乐处”和“乐以忘忧”。

关键词 忧乐 忧乐圆融 忧儒家

1 引言

徐复观（2014）主张忧患意识是中国文化的深层特质，李泽厚（2011）则主张乐感文化是中国文化的深层特质。拂去两种学说的表层对立，可以发现忧、乐这两种情感竟被分别提升到了中国文化深层特质的高度。中国文化的深层特质究竟是什么便成为了一个值得研讨的课题，反归作为中国传统文化主体的儒家经典，从文化心理学的视角展开探析是厘清这个问题的关键所在。忧、乐两种情感在儒学视阈中得到了系统而深刻的观照，围绕感性之忧、感性之乐、德性之忧和德性之乐的辨析及其内在转化与提升的关系，儒家构建了极具特色的忧乐思想的理论体系。

2 忧论及其内在理路

儒家怀有深沉的忧患意识。当然，儒家高扬的忧不是陷于困境时的忧愁，也不是患得患失的烦懑，而是居安思危的理性精神，是主体自觉成就道德人格的沉思以及由此涵养的坚强意志和奋发精神。《周易》字里行间处处流露着深沉的忧患意识，《周易·系辞下》载：“作《易》者，其有忧患乎？”理性的忧患意识是身安国保的必要条件，《周易·系辞下》载：“君子安而不忘危，存而不忘亡，治而不忘乱，是以身安而国家可保也。”人没有长远的忧虑，就会有近前的忧愁，子曰：“人无远虑，必有近忧”（《论语·卫灵公》）。而深自砥砺的忧患意识更是自我提升和人格完善的心理动力，孟子曰：“人之有德慧术知者，恒存乎疢疾。独孤臣孽子，其操心也危，其虑患也深，故达”（《孟子·尽心上》）。由此，孟子提出了一个对中国文化产生了深刻影响的命题“生于忧患而死于安乐”（《孟子·告子下》）。

儒家认为人禽之别的根本在于本心自足之德性，然而在物欲和智巧的障蔽下，人却常常“失其本心”，从而“失去”了类本质，成为形同禽兽的存在，故而儒家忧患意识的根本形态是德性之忧，子曰：“德之不修，学之不讲，闻义不能徙，不善不能改，是吾忧也”（《论语·述而》）。人背离了本心之德性却无德性之忧实是可悲至极，孟子曰：“仁，人心也；义，人路也。舍其路而弗由，放其心而不知求，哀哉”（《孟子·告子上》）。因为漠视人之所以为人并可以以之自贵于己的德性就会终身自溺于忧愁和屈辱之中，孟子曰：“苟不志于仁，终身忧辱”（《孟子·离娄上》）。儒家理想的人生设计是以德性之忧作为心理动力，时时提撕、涵养和扩充本心自足之德性，从而将人生安顿于无限圆满的德性自由之乐境。

德性唯有最终落实于道德实践才能真正称之为德性，否则就会流于虚伪。德性向内的自觉和涵养之忧可以称之为德性之忧或内圣之忧，德性向外的

* 本研究得到安徽省高校人文社会科学研究重点项目（SK2018A0029，依托安徽大学中国哲学与安徽思想家中心）和安徽大学博士科研启动经费项目的资助。

** 通讯作者：高志强。E-mail: perfectidea@126.com

DOI:10.16719/j.cnki.1671-6981.20180537

落实和实践之忧可以称之为践道之忧或外王之忧。事亲之忧和天下之忧是践道之忧的两种主要形态。儒家认为自然而本真的孝悌亲情是仁德的本根，《论语·学而》载："君子务本，本立而道生。孝弟也者，其为仁之本与！"仁德的发露首先呈现为孝悌的德行，故而事亲之忧是践道之忧的本根，《孟子·万章上》载："人悦之、好色、富贵，无足以解忧者，惟顺于父母，可以解忧。"儒家认为孝悌亲情是道德情感的本根，如若孝悌亲情被扭曲，那么质直而美好的道德情感便无从生发。儒家主张以孝悌亲情为本根，沿着"亲亲而仁民，仁民而爱物"（《孟子·尽心上》）的路径，对道德情感进行精进不已地推扩，从而不断破除一己之小我、私我的拘囿，最终达至天地万物一体之仁的道德境界。由此，儒家提出了天下之忧的主张，天下之忧是对道之不行于天下的忧患。在文化的历史传承中，天下之忧的情怀沉淀为了中国传统文化的核心情感特质，范仲淹曰："先天下之忧而忧，后天下之乐而乐"（《岳阳楼记》）。而个人的事功之忧应融汇于天下之忧，儒家以"博施于民而能济众"（《论语·雍也》）作为个人事功的最高境界便是明证。

感性之忧源于欲望，是人对自我的生存境遇的忧患。儒家肯定感性欲求的自然合理性，但是认为感性欲求的满足有待于外，如果耽溺于感性欲求而患得患失，便会堕入以物役心的异化状态，更为甚者，为了满足一己之私欲而无所不用其极。如此，生命就会恒陷溺于忧辱而不得真乐，子曰："鄙夫！可与事君也与哉？其未得之也，患得之；既得之，患失之。苟患失之，无所不至矣"（《论语·阳货》）。《大学》在探讨"正心"时指出："有所忧患，则不得其正。"当心境为感性之忧所搅扰而不得中正平和时，正心、修身便无从谈起。儒家对于感性之忧和德性之忧的价值抉择是"忧道不忧贫"（《论语·卫灵公》），主张以德性之忧统摄和超越感性之忧。孟子曰："君子有终身之忧，无一朝之患也"（《孟子·离娄下》）。"终身之忧"系德性之忧，"一朝之患"系感性之忧。君子以德性之忧为忧，忧之以终身，以期成圣成贤；感性之忧则被统摄在了德性之忧的道德境界中，故而君子不徒以之为忧。

3 乐论及其内在理路

子曰："知之者不如好之者，好之者不如乐之者"（《论语·雍也》）。何以"乐之"是体道的最高境界呢？"知之"是对道的对象化认知，但"知之"未必"好之"；"好之"是对道的情感认同，但此时主体与道仍相待为二；"乐之"是主体在将道内化为与人格相与为一、圆融不分的存在后，所达至的道德与精神自由之乐境。这与孔子的另一主张相映成趣，子曰："兴于诗，立于礼，成于乐"（《论语·泰伯》）。"此处之乐既是音乐，又是快乐的最高层次、最高境界"（李泽厚，2008）。道德人格臻至乐的境界才能视作道德人格修养的真正完成。孟子曰："万物皆备于我矣，反身而诚，乐莫大焉"（《孟子·尽心上》）。德性为本心自足，如果切己自反，能够做到"仰不愧于天，俯不怍于人"（《孟子·尽心上》），就会有莫大的道德快乐之感受以及"为仁由己"的道德与精神自由之体验。子曰："知者不惑，仁者不忧，勇者不惧"（《论语·子罕》）。智者以理性的智慧体认本心之德性，仁者自觉将生命安顿于内在德性之中，勇者以仁智之德见义勇为。怀揣智、仁、勇之德的君子浸润于无待于外的德性之乐，在面对现实遭际时自然能够无所迷惑、忧愁和恐惧。

德性向内的自觉和涵养之乐可以称之为德性之乐或内圣之乐，德性向外的落实和实践之乐可以称之为践道之乐或外王之乐。《论语》以践道之乐开篇，子曰："学而时习之，不亦说乎？"（《论语·学而》）学道并时时践习所学之道，践道之乐便会油然而生。践道之乐可以区分为以下六种形态：第一，天伦之乐。孟子以"父母俱存，兄弟无故"（《孟子·尽心上》）作为"君子三乐"之首，孟子曰："仁之实，事亲是也；义之实，从兄是也。智之实，知斯二者弗去是也；礼之实，节文斯二者是也；乐之实，乐斯二者。乐则生矣，生则恶可已也，恶可已，则不知足之蹈之、手之舞之"（《孟子·离娄上》）。孟子认为仁、义、智、礼、乐等儒学的核心范畴均建基于孝悌亲情，仁义礼智的道德人格均以事亲从兄的天伦之乐为本根。第二，师友之乐。子曰："默而识之，学而不厌，诲人不倦，何有于我哉？"（《论语·述而》）。诚能以学立己，以诲立人，岂不乐哉？孟子亦以"得天下英才而教育之"（《孟子·尽心上》）作为"君子三乐"之一。孔子以"乐多贤友"（《论语·季氏》）作为有益的人生快乐，子曰："有朋自远方来，不亦乐乎？"（《论语·学而》）贤友相聚便会有共进此道、道义日新之乐，"良朋四集，道义日新，优哉游哉，天地之间宁复有乐于是者？"（王守仁，

1992）。第三，礼乐之乐。礼乐是儒家将人文制度与艺术审美融会为一的创造性建构，因而能够以理性化、社会化、道德化和艺术化的方式节文情感和言行，涵养道德人格。孔子以“乐节礼乐”（《论语•季氏》）作为有益的人生快乐。然而，如果礼仅仅停留在外在的制度规约层面，则很难说克己复礼是一种快乐。子曰：“克己复礼为仁。一日克己复礼，天下归仁焉。为仁由己，而由人乎哉？”（《论语•颜渊》）。孔子将外在的礼与内在的德性贯通了起来，将外在的礼植根于内在的德性，由此克己复礼便成为了道德自我的内在德性要求。当外在的礼与内在的德性经由主体自觉的道德体认和实践而相互贯通时，践行礼义便能够提升和超越至“从心所欲，不逾矩”（《论语•为政》）的道德自由之乐境。乐是一种能够感发快乐情感的不可或缺的艺术审美形式，“夫乐者，乐也，人情之所不能免也”（《礼记•乐记》）。当然，儒家所推崇的乐并非一般意义上的音乐，而是尽善尽美的雅颂之乐，《论语•八佾》载：“子在齐闻韶，三月不知肉味。曰：‘不图为乐之至于斯也！’”单纯的感性审美是不可能达至此乐境的，闻韶之乐是审美情感与道德情感相得益彰的精神和乐之境界。第四，与民同乐。《孟子•梁惠王下》载：“曰：‘独乐乐，与人乐乐，孰乐？’曰：‘不若与人。’曰：‘与少乐乐，与众乐乐，孰乐？’曰：‘不若与众。’”儒家不崇尚遁世者只求自我的身心解脱和自事其心的快乐，更不醉心于空灵的独与天地精神往来式的逍遥自得，而是力主以反本推扩的方式，在道德践履的过程中将一己之小我的快乐提升和超越至与民同乐之境界。第五，山水比德之乐。子曰：“知者乐水，仁者乐山”（《论语•雍也》）。在对山水自然的审美中，君子将内在德性投射于生生不息的山水自然，通过理性化的比德陶冶道德情操、涵育道德人格。第六，天人合一之乐。孟子曰：“亲亲而仁民，仁民而爱物”（《孟子•尽心上》）。“亲亲”是天伦之乐，推扩开来是“仁民”的与民同乐，再向上提升便是“爱物”的天人合一之乐。“上下与天地同流”（《孟子•尽心上》）、“民吾同胞，物吾与也”（张载，1978）的境界之乐即天人合一之乐。孔子与弟子探讨人生理想，“曾点曰：‘莫春者，春服既成。冠者五六人，童子六七人，浴乎沂，风乎舞雩，咏而归。’夫子喟然叹曰：‘吾与点也！’”（《论语•先进》）。在曾点的人生愿景中没有逐求私欲的踪迹，纯然是己与己、己与人、己与天地自然和乐共处之景象，由此生命得以诗意地栖居于安恬和合的天人合一之乐境，是故孔子是之。

感性之乐系于欲求对象，必待有所得而后乐。儒家并不全然否定感性之乐，但是认为如果人耽溺于感性之乐，生命便会流于人为物役的异化状态。子曰：“乐骄乐，乐佚游，乐宴乐，损矣”（《论语•季氏》）。当人以纵情享受的心态追求感性之乐时，拘囿于各种主客观因素，必然会时常遭受欲而不得之苦。纵然偶有欲望一时得逞之乐，但这短暂的快感又终将为难填之欲壑所湮没，由此主体之人生情态将陷溺于无尽的烦懑、躁动之中。荀子曰：“外重物而不内忧者，无之有也”（《荀子•正名》）。并认为“逐乐”势必导致人们“将以为乐，乃得忧焉”（《荀子•王霸》）。《大学》在探讨“正心”时指出：“有所好乐，则不得其正。”对感性之乐的逐求时时搅扰着心境，自然无从正心、修身。儒家对于感性之乐的基本立场是“乐而不淫”（《论语•八佾》），认为感性之乐需要接受礼乐的节文与范导，《礼记•乐记》载：“君子乐得其道，小人乐得其欲。以道制欲，则乐而不乱；以欲忘道，则惑而不乐。”子曰：“不仁者不可以久处约，不可以长处乐”（《论语•里仁》）。不能择仁而处、以道制欲的人，心境为外境所系缚，无论是身处穷约还是置身逸乐皆无法安详自得，久居穷约之境就会为非作歹，久处逸乐之所就会骄奢淫逸。子曰：“君子坦荡荡，小人长戚戚”（《论语•述而》）。君子致力于彰明本心之德性，故而可以超越现实的困顿，拥有坦荡而无所羁绊之人生情态；小人舍己从欲，故而会为得失所累，陷溺于患得患失、戚戚惶惶之人生情态。孟子曰：“体有贵贱，有小大。无以小害大，无以贱害贵”（《孟子•告子上》）。“大体”是人之所以异于禽兽的德性，“小体”是人禽共有的耳目口体等感官。孟子主张以操存在己的“大体”统摄得之有命的“小体”，反对以“小体”戕害“大体”。孟子曰：“广土众民，君子欲之，所乐不存焉。中天下而立，定四海之民，君子乐之，所性不存焉。君子所性，虽大行不加焉，虽穷居不损焉，分定故也。君子所性，仁义礼智根于心”（《孟子•尽心上》）。“所性”、“所乐”、“所欲”在孟子学说的人生设计中处于不同的价值层次。“所性”是“大行不加”、“穷居不损”的德性，君子籍由深潜自反的方式反归本心便可以浸润于内在超越的德性之乐；“中天下而立，定四海之民”的“所乐”是践道之乐，虽

然德性具有内在超越性，但是德性落实为现实的道德实践却必然会受到诸多客观条件的制约，故君子对践道之乐并不做绝对化的强求；“广土众民”的“所欲”是感性欲求，沉湎于感性欲求容易引发人性的异化，故君子并不沉迷于逐求感性之乐。总之，儒家将德性之乐视作践道之乐的内在超越性根据，将践道之乐视作德性之乐在现实道德实践中的落实，以德性之乐统摄和超越感性之乐。

4 忧乐圆融论及其内在理路

庞朴（2014）指出：“忧乐圆融是包括儒家思想在内的中国文化的深层特质”。显然，单纯的感性层面的忧与乐是相互对立的，那么，儒家的忧乐圆融又何以可能呢？

第一，变易之道：以变易的理性贯通忧乐。天道运行日月相推、寒暑交替，宇宙万物皆处于生生不息的变易之中，《周易·系辞上》载：“一阴一阳之谓道”，“一阖一辟谓之变，往来不穷谓之通”。明天道以弘人道，在变易之道的理性观照下，人可以体认并臻至忧乐圆融的人生情态：其一，顺境可以转化为逆境。《周易·丰》载：“日中则昃，月盈则食。天地盈虚，与时消息，而况于人乎。”朱熹释“亢龙有悔”（《周易·乾》）曰：“当极盛之时，便须虑其亢”（黎靖德，1986）。故而在顺境中，人应以理性的忧患意识居安思危，乐而不失其忧，切不可迷失于顺境而志骄意满、逸游自恣。其二，逆境可以转化为顺境。《周易·系辞下》载：“穷则变，变则通，通则久。”故而在逆境中，人应以理性的乐观精神砥砺前行，坚信否极泰来，忧而不失其乐，切不可沉沦于逆境而一蹶不振、怨天尤人。总之，儒家以“变易之道”的理性贯通忧乐，在秉持忧患意识的同时又兼具乐观精神，可谓即忧即乐，亦忧亦乐，忧乐圆融。

第二，乐天知命：以天、命和天命的智慧化忧为乐。《周易·系辞上》载：“乐天知命，故不忧。”乐天知命可以从两个维度展开诠释：其一，天、命的维度，孟子曰：“莫之为而为者，天也；莫之致而至者，命也”（《孟子·万章上》）。天是不与人同忧的客观存在；命是超出人力的一切因素所积累得总和力量对于人为的裁断。既然天、命乃人力所不可为者，故而忧之无益。天、命“虽然是人力所无可奈何者，今如用力不尽，焉知其必为人力所无可奈何？焉知其非人力所可及而因致力未到所以未成？所以必尽人事而后可以言天命”（张岱年，2010）。孔子知命，故而在“道之不行，已知之矣”（《论语·微子》）时，依然勉力用世，知其不可而为之。乐天知命，即力主人以积极乐观的精神直面现实困顿，而不应陷入庸人自扰般的烦畏和听天由命式的悲观之中。其二，天命的维度，天命是主体在“下学而上达”的道德践履过程中，通过体认而积累沉淀的立命担当精神（高志强，2016）。子曰：“不知命，无以为君子也”（《论语·尧曰》）。诚能乐天知命便会自觉将现实磨难视作天降大任的砥砺，从而在困境中“动心忍性，曾益其所不能”（《孟子·告子下》），转念于此，便可转忧为乐。

第三，孔颜乐处：以德性之乐超越感性忧乐。子曰：“贫而乐”（《论语·学而》），这不是说以贫为乐，而是说德性为本心自足，至诚至善、无限圆满，故而德性之乐无待于外，现实境遇之贫富穷通均不足以扰乱之。儒家主张以德性之乐统摄感性忧乐，反对以感性忧乐湮没德性之乐，子曰：“饭疏食，饮水，曲肱而枕之，乐亦在其中矣。不义而富且贵，于我如浮云”（《论语·述而》）。子曰：“贤哉，回也！一箪食，一瓢饮，在陋巷。人不堪其忧，回也不改其乐。贤哉，回也！”（《论语·雍也》）。箪食瓢饮、穷居陋巷乃感性之忧，世人大都不堪其忧，但倘若能够以德性之乐超越感性忧乐，感性忧乐便不足为忧了。反之，由外境主宰心境，心随境迁，以物役心，势必会常忧而不得真乐，程颢曰：“凡不在己，逐物在外，皆忧也”（程颢，程颐，1981）。因为感性之乐乃“有所倚而后乐者”（黄宗羲，1985），德性之乐乃“无所倚而自乐者”（黄宗羲，1985）。“鲜于侁问伊川曰：‘颜子何以能不改其乐？’正叔曰：‘颜子所乐者何事？’侁对曰：‘乐道而已。’伊川曰：‘使颜子而乐道，不为颜子矣’”（程颢，程颐，1981）。程颐反对以“乐道”诠释“孔颜乐处”，是反对对乐（即便是道德快乐）作目的性地追求，“若把精神的和乐愉悦当作人生全部精神发展的唯一目的，就仍然预设了一种自佚的动机，与追求感性快乐的快乐主义在终极取向上仍不能完全划清界线”（陈来，2004）。曹端曰：“孔颜之乐者，仁也。非是乐这仁，仁中自有其乐耳”（黄宗羲，1985）。儒家反对预设外在的、对象化的快乐来让人进行目的性的追求，认为德性为本心自足，切己自反，彰明德性，乐自在其中。

第四，乐以忘忧：以德性之忧成就德性之乐，

以德性之乐超越感性忧乐。“乐以忘忧”可谓儒家忧乐圆融思想的结晶，“忘”字凸显了忧的逻辑先在性，如果忧并不先在，那么又何谈“忘忧”呢。此逻辑先在的忧为德性之忧，是忧德性之不彰；以德性之忧作为心理动力，可以促使主体不断彰明德性；伴随着德性的彰明，德性自尊、自由之乐便会充溢胸次；如此，德性之忧便升华为了德性之乐，而感性忧乐之于主体生命的价值便被统摄在了德性之乐的超越境界中。对此，明儒王襞曰：“君子终身忧之也，是其忧也，乃所以为乐其乐也，则自无庸於忧耳”（黄宗羲，1985）。《五行》载：“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”（李零，2007）。“中心”即本心。没有德性之忧就没有德性之智，没有德性之智就没有德性之悦，没有德性之悦就不能心安，不能心安就不会有真乐（即德性之乐），没有真乐就不会有真正的德行。

5 小结与展望

儒家视域中的忧可以离析为感性之忧与德性之忧，德性之忧又可以区分为内圣之忧与外王之忧，而外王之忧又可以进一步细分为事亲之忧与天下之忧；儒家视域中的乐可以离析为感性之乐与德性之乐，德性之乐又可以区分为内圣之乐与外王之乐，而外王之乐又可以进一步细分为：天伦之乐、师友之乐、礼乐之乐、与民同乐、山水比德之乐以及天人合一之乐。忧乐圆融是以儒家文化为主体的中国传统文化的深层情感特质，儒家围绕以下四个维度建构了其忧乐圆融的理论体系：“变易之道”、“乐天知命”、“孔颜乐处”和“乐以忘忧”。

长期以来，心理学界对忧、乐研究的热点主要集中在感性忧乐层面，而对于德性忧乐及其忧乐之间的圆融贯通问题却缺乏应有的关注。对儒家忧乐思想的理论探讨可以拓展当代心理学在忧、乐研究方面的理论视野，并为该领域的科学研究提供本土文化心理学的理论根据。未来研究应实现研究方法上的革新与整合，将文化心理学和神经心理学结合起来，通过行为实验，利用脑电和脑成像等技术，探索个体不同形态的忧、乐之情以及忧乐圆融的心理机制以及包括脑在内的相关生理指标激活模式。在此基础上，开发具有实操性的情绪管理和情感转化与提升的程序，并检验其现实效果，从而为当代人的情绪管理、情感转化与提升提供理论支撑和实践指导。

参考文献

陈来 . (2004). *宋明理学* . 上海 : 华东师范大学出版社 .

程颢 , 程颐 . (1981). *二程集* . 北京 : 中华书局 .

高志强 . (2016).《论语》中的归因思想探析 . *心理学探新 , 36(1)*, 3–7.

黄宗羲 . (1985). *明儒学案* . 北京 : 中华书局 .

黎靖德 . (1986). *朱子语类* . 北京 : 中华书局 .

李零 . (2007). *郭店楚简校读记 (增订本)*. 北京 : 中国人民大学出版社 .

李泽厚 . (2008). *论语今读* . 北京 : 生活 • 读书 • 新知三联书店 .

李泽厚 . (2011). *哲学纲要* . 北京 : 北京大学出版社 .

庞朴 . (2014). *儒家精神 : 听庞朴讲传统文化* . 北京 : 中国华侨出版社 .

王守仁 . (1992). *王阳明全集* . 上海 : 上海古籍出版社年版 .

徐复观 . (2014). *中国人性论史 • 先秦篇* . 北京 : 九州出版社 .

张岱年 . (2010). *中国哲学大纲* . 北京 : 昆仑出版社 .

张载 . (1978). *张载集* . 北京 : 中华书局 .

Harmonious Combination of Anxiety and Pleasure: The Core Characteristic of the Thought of Anxiety and Pleasure in Confucianism

Gao Zhiqiang
(Department of philosophy, Anhui University, Hefei, 230601)

Abstract Xu Fuguan (2014) claimed that the core characteristic of Chinese culture is "the awareness of anxiety", while Li Zehou (2011) contended that it is "the culture of pleasure". Ignoring the apparent antagonism of these two theories, it can be found that anxiety and pleasure, as two of the main forms of human emotion existence, have been promoted to the height of the core characteristic of Chinese culture. Therefore, to figure out whether the core characteristic of Chinese culture is anxiety, pleasure or even harmonious combination of both, it has become a topic worthy of further and systematic study.

From the perspective of Confucianism, anxiety can be categorized into perceptual anxiety and moral anxiety; Moral anxiety can be divided into anxiety of inner sagelihood and anxiety of external kingliness; In addition, anxiety of external kingliness can be further subdivided into anxiety for serving parents and anxiety about the world. Similar to the classification of anxiety, pleasure can also be categorized into perpetual pleasure and moral pleasure while moral pleasure can be divided into pleasure of inner sagelihood and pleasure of external kingliness. In addition, pleasure of external kingliness can be further subdivided into the following six types: pleasure of family and kinship, pleasure of mentorship and friendship, pleasure of rites and music, pleasure of sharing with people, pleasure of landscape Bi-de, pleasure of harmony between man and nature. The distinction between the forms of anxiety and pleasure is an important and helpful perspective to study on the thought of anxiety and pleasure in Confucianism. The fundamental form of the anxiety and pleasure of Confucianism is the form of moral anxiety and pleasure, which based on the inner morality of human. Confucianism affirms the natural rationality of perpetual anxiety and pleasure while it insists that they depend on external existence. When drowning in perpetual anxiety and pleasure, people will easily be controlled by environment, and enslaved by material, which tends to cause spiritual alienation. Confucianism takes moral anxiety as the internal motivation of virtual cultivation. Moral pleasure springs up naturally in the process of moral cultivation, which can govern and transcend perpetual anxiety and pleasure, and finally achieve the harmonious combination of anxiety and pleasure. Shaped by Confucianism, harmonious combination of anxiety and pleasure is the core characteristic of Chinese cultural psychological structure. The inherent logic, achieving the state of harmonious combination of anxiety and pleasure that constructed by Confucianism can be concluded as the following four dimensions: "the way of variation", "submitting to the will of Heaven and being content with one's lot", "pleasure of Confucius and his disciple Yan Hui", and "being too elated to worry".

The study on the thought of anxiety and pleasure in Confucianism is a significant approach to explore the ideological roots of Chinese emotional life style and cultural psychological structure. It is also a valuable approach to launch the studies of psychology of emotion and mental health from cultural perspectives, and can contribute Chinese traditional culture wisdom to the studies of contemporary psychology of emotion and mental health.

Key words anxiety, pleasure, harmonious combination of anxiety and pleasure, confucianism