

南華大學

生死學系哲學與生命教育碩士班

碩士學位論文

莊子安世思想之研究



研究生：鐘莉卿

指導教授：陳德和博士

中華民國 106 年 12 月 21 日

南 華 大 學  
生死學系哲學與生命教育碩士班  
碩 士 學 位 論 文

莊子安世思想之研究

研究生：鐘莉卿

經考試合格特此證明

口試委員：連德和

蘇子敬

陳政揚

指導教授：連德和

系主任(所長)：廖俊福

口試日期：中華民國 106 年 12 月 21 日

## 摘要

本論文將系統化詮釋和探討《莊子》思想，並運用莊子安世思想與心靈治療之意涵，破除「成心」之侷限以進入無邊遼闊之生命境域時，呈顯出個體生命由大而化、由「有待」而入「無待」的超拔歷程。再從「人」的生理機能與種種活動能力中，凸顯人所本然我屬的「所能」與「所不能」之限制義，而可以通過修養工夫以超拔之。

說明莊子是如何藉由生命精神與生存價值，達到境界的圓融，以超越提升的精神來化解生命中所面臨各項困頓，並實現生命真正的價值。進一步探討自我的肯定、適性自得、和諧自在之議題。

透過「道通為一」，將生命的視野從個體的侷限提升至「道」的層次，把有限人生種種不可解與無所逃，均交由無限的「道」加已包容與安立，而能對生死之限制及其超越。

關鍵詞：莊子、安世、治療、逍遙、無待

# 目錄

<b>第一章 緒論</b> .....	1
第一節 研究的動機與目的 .....	1
第二節 研究的材料與範圍 .....	3
第三節 研究的方法與架構 .....	7
<b>第二章 身心的安寧</b> .....	13
第一節 生存的意義 .....	13
第二節 生命的價值 .....	16
第三節 生命的精神 .....	20
<b>第三章 群己的和暢</b> .....	26
第一節 萬物的平齊 .....	26
第二節 多元的尊重 .....	29
第三節 世界的清通 .....	33
<b>第四章 境界的圓融</b> .....	38
第一節 價值的重建 .....	38
第二節 意義的豁顯 .....	43
第三節 理想的造詣 .....	48
<b>第五章 結論</b> .....	52
<b>參考書目</b> .....	62

# 第一章 緒論

先秦儒家、道家的思想，幾千年來對於華夏文化的陶冶具有決定性的影響，其所開示的道理與智慧，對歷代的炎黃子孫產生極大的啟蒙作用。而百年來西方文明快速成長，也逐漸東進，這種嶄新思維不斷衝激東方舊思想。華族文化雖然經歷無數挑戰與磨合，依然挺立於世界並展現其特色和價值。但台灣社會現存在著物質重於精神的思維，人們過於強調功利實用，導致輕忽人文理想，造成社會瀰漫著物欲的價值觀與膚淺的人生觀，世俗價值凌駕於人文精神之上，因而盲目追求金錢、名利，造成迷失生命的方向，更衍生諸多貪婪縱欲、爾虞我詐等社會亂象。莊子哲學不僅具有獨樹一幟的語言表達形式，其廣闊又超越的思想，更是中國傳統道學中不容忽視的精華。身處亂象頻出、瞬息萬變的現今環境，往往造成了生活上種種壓力；豐富的物質享受、聲色的刺激，也慢慢的消磨心志，耗損精神，甚而傷害生命。所以如何解除所面臨的挫折、困頓、憂傷、焦慮，讓生活中的各項壓力不再是無法承受的重擔，儼然已成為現代人相當迫切的課題。莊子強調生命應當放下執著，歸回於大「道」，則將能無拘無束、自由逍遙。相信可以藉由前人智慧的光照，而堅定信念方向，才不至於迷失自我。本論文企圖透過莊子生命哲學與安世思想的探討，以能啟發人們正確的人生哲學，尋求自我解放與安頓。

## 第一節 研究的動機與目的

透過諸多社會媒體報導評論，表達著每個人的認知看法，皆言之有理持之有故。其實中國的傳統哲學是一種生命的哲學，以關懷生命為中心，重視實踐生命

的工夫，而道家思想，更是蘊涵豐富的生命哲學。筆者心中有一種感悟，有些人在人生的生命旅程中逐漸失去了自我，並與自我對立，造成心靈封閉、內心空虛，所以期許每個人都能具有自覺與實踐。從存在的層面正視生命的問題，面對真實的內心、真實的世界。人人皆知，科學知識的發展與成就，是現代國家不可或缺的利用厚生工作。道家思想對我中華兒女的重要性猶如慈母，吾人正可藉由道家思想來撫慰人心，安頓生命。以莊子哲學中對生命的關懷及探討，正能使吾人明瞭病之所在，進而尋求治病之道。而在精神療癒中，它似乎可以讓人回歸自然和諧之本性，則更能突顯出生命精神以及心靈適性自然的重要性，此與莊子哲學之訴求乃有異曲同工之妙。

莊子哲學的安世思想，不是純知識性的理論，也跟實用技術無關，它不封閉在物質性、官能性的牢籠中，而是直接就生命的實踐來開展生命的境界。在追尋超越的生命價值中，莊學中的精神及其心靈療癒的啟示，讓人體現到人存在的意義和價值。就在這個價值的世界裡面，可以找到自己安身立命的精神寄託。依莊子哲學理論中的安世思想，能夠開出一個世界觀，讓所有的人找到他生命的安頓之所，定住自己的人生，不會讓自己的生命如同風雨飄搖一般。

莊子的生命哲學蘊涵有治療意義。學者袁保新先生所提出的「文化治療學」是道家治療學之主張的先驅，他是在詮釋老子思想時期，最先主張將老子思想理解成為：「具有存有學理趣的文化治療學」。<sup>1</sup>陳德和先生則將先秦道家之老莊思想形容為「去病不去法」的「生命治療學」。<sup>2</sup>所謂的治療；就是知病而治病的原理，由治病而去病，去病而無病。因此，筆者乃期待透過本論文的探討，詮釋莊子安世思想哲學的義涵，並且將之落實到生命精神思維上。

過去學者專家運用各種情境的策略與自身內在觀照，以及從對天地、四時的觀測瞭解，推及反觀「人」的本身，在不同的時空與人事物，產生不同的觀點，形成不一樣的生活型態與文化，即心靈的議題以及存在的價值，一直是許多人所

---

<sup>1</sup>袁保新，《老子哲學之詮釋與重建》，臺北，文津出版社，1991年，頁192。

<sup>2</sup>陳德和，〈試論道的雙重性〉《從老莊思想詮詁莊書外雜篇的生命哲學》，臺北，文史出版社，1993年，頁186。

關注的焦點。從不同的時空背景之下解析，社會背景與所面臨社會狀態想必有所差異，但窮究事理之萬法難離本源，筆者之所以採用莊子安世思想，作為精神療癒之依據。以一種圓融的處世態度，面對人的生存之道，在其過程中，我們不斷找尋人類存在的意義與價值，消解生命的負累，找回生命的意義及人生的方向。

正由於生命的本真，就同時帶來存在的真象，所以生與死的意義及其何去何從？將和偏執狂妄之心，共同為所有人類休戚與共的大問題。程兆熊先生說，莊子之學是生命之學，而生命之學則正是不傷之學。<sup>3</sup>筆者認為莊子安世思想能提供心靈療癒思想之方針，正是提醒世人莊子安世思想，可讓我們面對外在世界有主動性、能動性，勇敢的做自我選擇。而唯有拋開生命中的桎梏，才能回歸生命的本真。

所以本研究的目的是想從莊子哲學之安世思想，對應生命之養生觀念，再從精神的療癒和靈性追求，來探討其中所隱藏的哲學原理。藉著研究莊子療癒思想與生命的意義，和無己的工夫化除自我的束縛，以無執的態度看人我間的關係，用天地萬物齊一平等對待的心面對生死問題。期盼能從中之思考邏輯，再整理歸納出可能包含的莊子哲學安世思想，找回個人的生命意義及人生的方向。大部份的學識理論，都是以淑世的角度來看待與描述，以研究者從側面去研究，並結合典籍文獻與論文專書、期刊做為本論重要參考資料。

## 第二節 研究的材料與範圍

莊子為道家的代表人物之一，其主要著作《莊子》一書內容精深廣博。而本論文以莊子內七篇為主、外雜篇為輔。<sup>4</sup>依據多數學者研究，可知《莊子》亦名

---

<sup>3</sup>程兆熊，《道家思想——老莊大義》，臺北，明文書局，1985年，頁411。

<sup>4</sup>本論文中凡對《莊子》原文的引述原則上根據清代郭慶藩集注的《莊子集釋》，此書在大陸有王孝魚的點校本問世。臺灣有世界書局、華正書局、河洛圖書出版社、萬卷樓圖書公司都有出版。本論文是以世界書局出版為參考資料。

《南華經》。《漢書·藝文志》稱《莊子》一書為五十二篇。莊子的哲學思想，無論在道家，甚至在整個中國哲學史中，占有舉足輕重的地位，幾千年來深深影響著中國人的思維。而且擅長用寓言的方式來寫作，所謂「寓言十九」(〈寓言〉)，莊子生命哲學的主要思想幾乎皆以寓言呈現。本文還摘引清代漢學家如王念孫、俞樾等人的訓詁考證，並附有其個人的意見，作為引述《莊子》原文時的依據及最主要的參考來源。

本論文之研究內容與範圍，以《莊子》內七篇為限，詮釋的重點在於探究《莊子》原典、《莊子》義理詮釋，以及莊子生命哲學中包含的生命教育、情緒管理、和意義治療等，文本的選取除了古今注之外，同時留意重要的現代詮釋成果，計有專書、期刊，和碩博士學位論文。

《漢書·藝文》記錄《莊子》有五十二篇，其中內七篇、外篇二十八、雜篇十四、解說三。歷代有晉司馬彪等多人都曾為它作注，然皆已失傳。現今我們所見的《莊子》通行本，是分為內七篇、外篇十五、雜篇十一，總計為三十三篇，乃由郭象所刪定的版本。多數學者認為內七篇當為莊子本人思想，而黃錦鉉先生經過仔細的考證與分析後，說道：「內七篇自古以來，都以為是莊子所手著。」<sup>5</sup>主要是基於內七篇中思想見解一貫性，肯定《莊子》內七篇的完整性與可靠性。又因為內七篇文章風格與義理的表達，前後思想連貫，與外、雜篇中的內容參差駁雜而有明顯不同。故陳德和先生認為：

自明清以後整個莊學研究有重內輕外的趨勢，如明朝憨山大師注莊只及內篇，在其所著《莊子內篇注》說：「一部全書三十三篇，只內七篇已盡其意，其外篇階蔓衍之說耳。學者但精透內篇，得無窮快活，便非世上之俗人矣。」就是重內輕外雜的典型代表。……關於《莊子》外、雜篇文字，諸多學者，也有一致的意見，都認為不是出於一人的手筆。但卻是重要的莊學論文集。而現代學者在前提上大致承認內七篇是莊子的作品，外雜篇

<sup>5</sup>黃錦鉉，《新譯莊子讀本·導讀》，臺北，三民書局，2007年，頁15-20。

則是莊子後學述莊、衍莊的文字結集，所以詮釋莊子思想時，無不緊扣內七篇文獻發議論，外雜篇則僅作旁證。<sup>6</sup>

依據此論述莊子文獻的部份，乃以郭象所重編之《莊子》三十三篇為研究對象。本文有關《莊子》文獻乃以郭慶潘輯《莊子集釋》為主，進行莊子安世思想與生命關懷之理念予以統整、歸納、分析與探討。

生命中一般的不幸事件不同的是創傷事件通常威脅到生命或身體的完整，或是親密人際關係間的暴力和死亡。從創傷到復原必需清楚明白事件的本質，才能探知嚴重的肉體或情緒的傷害，可見創傷事件往往關涉嚴重的身心傷害。若「創傷」肇因於威脅生命的身心傷害，「療癒」則是從創傷症狀復原的歷程。

歷代以來針對莊子的義理注解與詮釋，出現不少之重要著作，除了獨創見解的郭象注外，其他學者如黃震、吳澄、羅勉道、姚鼐等人之作品，還有如林希逸《南華真經口義》、王夫之《莊子通·莊子解》、林雲銘《莊子因》、陳壽昌《南華真經正義》、王先謙《莊子集解》、宣穎《莊子南華經解》等，亦是重要的研讀文獻。

當代專書和參考資料，如牟宗三《才性與玄理》與《中國哲學十九講》、王邦雄《莊子內七篇·外秋水·雜天下的限代解讀》與《莊子道》、方東美《原始儒家道家哲學》、唐君毅《中國哲學原論·原道篇》、高柏園《莊子內七篇思想研究》、陳德和《道家思想的哲學詮釋》與《從老莊思想詮詁莊書外雜篇的生命哲學》、吳怡《新譯莊子內篇解義》、葉海煙《莊子的生命哲學》、程兆雄《道家思想——老莊大義》、錢穆《莊子纂箋》、劉笑敢《莊子哲學及其演變》、陳德和《淮南子的哲學》等等，皆是重要研讀資源。

在相關於意義治療研究、期刊及單篇論文部份，有陳德和〈畸人與真人——莊子大宗師的超越性與圓融性〉、<sup>7</sup>謝君直〈老莊哲學的自然觀對生命教育研究的意

<sup>6</sup>陳德和，《從老莊思想詮詁莊書外雜篇的生命哲學》，臺北，文史哲出版社，1993年，頁2.3。

<sup>7</sup>陳德和，〈畸人與真人——莊子大宗師的超越性與圓融性〉，《鵝湖學誌》，第219期，1993年9月。

義)、<sup>8</sup>陳德和和王淑姿〈莊子靈性教育的義蘊及其目的〉、<sup>9</sup>袁保新〈秩序與創新——從文化治療學的角度省思道家哲學的現代義涵〉、<sup>10</sup>陳德和〈當弗朗克遇上老子——意義治療與作用的保存〉、<sup>11</sup>高柏園〈莊子思想中的心靈治療體系〉、<sup>12</sup>林安梧〈開啟「意義治療」的當代新儒學大師——唐君毅先生〉等，<sup>13</sup>都提供了精闢的見解。學位論文有陳正揚《以「知」與「真知」的分析為核心：論莊子由「忘」達「道」的境界工夫》<sup>14</sup>與陳政揚《孟子與莊子「內聖外王」研究》、<sup>15</sup>卞吾元《莊子逍遙至樂思想之研究》、<sup>16</sup>黃振國《試論莊子生命哲學之意義及其實踐》、<sup>17</sup>陳春妙，《論莊子生命哲學的涵養工夫——以身體觀為例》、<sup>18</sup>林安梧，《新道家與治療學——老子的智慧》、<sup>19</sup>張瑋儀《莊子治療學義蘊之分析與展開》、<sup>20</sup>柯瓔娥《試論老子療癒思想及其現代意義》、<sup>21</sup>陳瓊玫《老子治療學義蘊之詮釋》、<sup>22</sup>與蘇金谷《試論老子哲學對意義治療的啟示》、<sup>23</sup>黃源典《先秦道家之意義治療意蘊研究》、<sup>24</sup>林秀玲《試論莊子哲學中的意義治療》、<sup>25</sup>等著作，均為本論文之重要參考資料。

莊書內七篇的作品及其思想，誠如諸前輩學者所肯定和重視全篇之含意與原

<sup>8</sup>謝君直，〈老莊哲學的自然觀對生命教育研究的意義〉，《人文與社會研究學報》，第44卷第2期，2010年10月。

<sup>9</sup>陳德和/等，〈莊子靈性教育的義蘊及其目的〉，《宗教哲學季刊》，第62期，2012年12月。

<sup>10</sup>袁保新，〈秩序與創新——從文化治療學的角度省思道家哲學的現代義涵〉，《鵝湖月刊》，第314期，1991年5月。

<sup>11</sup>陳德和，〈當弗朗克遇上老子——意義治療與作用的保存〉，《鵝湖月刊》，第384期，2007年6月。

<sup>12</sup>高柏園，〈莊子思想中的心靈治療體系〉，《鵝湖月刊》，第304期，2000年10月。

<sup>13</sup>林安梧，〈開啟「意義治療」的當代新儒學大師——唐君毅先生〉，《鵝湖月刊》，第235期，1995年1月。

<sup>14</sup>陳政揚，〈以「知」與「真知」的分析為核心：論莊子由「忘」達「道」的境界工夫〉，《人文與社會研究學報》，第47卷第1期，2013年4月。

<sup>15</sup>陳政揚，《孟子與莊子「內聖外王」研究》，臺中，東海大學哲學系博士論文，2003年。

<sup>16</sup>卞吾元，《莊子逍遙至樂思想之研究》，南華大學哲學系碩士論文，2009年。

<sup>17</sup>黃振國，《試論莊子生命哲學之意義及其實踐》，南華大學哲學系碩士論文，2011年。

<sup>18</sup>陳春妙，《論莊子生命哲學的涵養工夫——以身體觀為例》，南華大學哲學與生命教育學系碩士論文，2012年。

<sup>19</sup>林安梧，《新道家與治療學——老子的智慧》，臺北，臺灣商務印書館，2006年。

<sup>20</sup>張瑋儀，《莊子「治療學」義蘊之分析與展開》，淡江大學中國文學系碩士論文，2003年。

<sup>21</sup>柯瓔娥，《試論老子療癒思想及其現代意義》，南華大學哲學系碩士論文，2008年。

<sup>22</sup>陳瓊玫，《老子治療學義蘊之詮釋》，國立臺灣師範大學國文學系碩士論文，2006年。

<sup>23</sup>蘇金谷，《試論老子哲學對意義治療的啟示》，南華大學哲學系碩士論文，2009年。

<sup>24</sup>黃源典，《先秦道家之意義治療意蘊研究》，淡江大學中國文學系博士論文，2006年。

<sup>25</sup>林秀玲，《試論莊子哲學中的意義治療》，南華大學哲學系碩士論文，2009年。

理。而唐先生既明白指出，內七篇的義理，較之外篇及雜篇，更貼近人之生命觀與心知的差別。誠如程兆熊先生說，莊子之學是生命之學，而生命之學則正是不傷之學。<sup>26</sup>還有陳德和先生更誇讚它是「統宗會元，語語見道。」由此可見，內七篇思想的精彩特別就在於它對我們人生理想、人格修養的啟發，和學問的性格、實踐都存有其種種道理與生命價值。今筆者之所以研習莊子的實踐哲學，而選擇以內七篇為主要的材料，無疑地也同樣是基於肯定內篇之特色與精彩的原因。

因此，撰寫論文時，選擇的研究方法適當與否將影響研究成果的有效性，然研究方法的選擇雖會影響到研究成效，但是研究方法只是完成研究目的工具，是中立的，研究論文應該根據研究目的來選擇研究方法。於是無論是從先秦道家哲學、老子哲學或莊子哲學為中心來探究，共同點皆是透過老莊思想來消解生命的困境，尋回生命的本真，達到逍遙的生命的理境。雖已有不少類似的相關研究，然基於不一樣的關懷角度以及不一樣的思考方式，仍有不同的意見提出，筆者試圖再做一次的探討與研究。

### 第三節 研究的方法與架構

研究學問理論不外乎必需具有其方法與原則，以目前的情形來看，關於研究方法方面的論述成果不可不謂十分豐碩，而常常被提及的研究方法不再少數，當然這些方法能夠常常被提及，即明白它的有效性是被留意和肯定。筆者亦深知研究方法對於研究成果的重大影響，所以對它不敢有絲毫的疏失，在本節中就試著說明本篇論文在進行時所採取的研究方法以及隨時該注意的重要事項。而詮釋學是當中一個基本的認知和理念，換句話說，詮釋學當中所含的方法學概念及操作

---

<sup>26</sup>參閱：王邦雄、陳德和，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007年，頁112。

模式，是筆者最屬意的選擇對象。<sup>27</sup>

詮釋學的研究，從最早的《聖經》詮釋研究到存有論的詮釋學等，林林總總的內容，可以說是包羅萬象。而王玉玫先生曾對詮釋學的發展做過簡要的敘述，他說：「近幾十年來，詮釋學研究法對於當代學界之影響十分深遠。詮釋學最早原只關注於如何釋放出《聖經》中所隱含的旨義，所以等同於解經學，後來卻廣泛地為人文學界所運用。」<sup>28</sup>但是在詮釋學中有兩種對立的觀點：第一種由狄爾泰提出，他把詮釋看作人文科學和歷史的方法；而第二種由海德格（Martin Heidegger，1889-1976）提出，他把詮釋學視為「現象學」，一種詮釋者與作為被理解的歷史之一部分的文體之間的相互作用。至於當代詮釋學的發展中，德國哲學家漢·喬治·高達美（Hans-Georg Gadamer，1900-2002）是不可忽略的人物，他把詮釋循環這一概念推向了極端化，即把它視為一切知識和活動的特徵。詮釋學不只是人文科學的方法，也具有「普遍性」，詮釋也就成了人類認知有限而特徵的一部分。<sup>29</sup>筆者對於詮釋學這麼豐富龐大的學術成果並不熟悉，只是在方法上受到它的提世而已，這主要的原因，則是受到被譽為國內生死學大師的傅偉勳先生的影響。

傅先生是一位鑽研中西哲學的學者，晚年因為對於死亡學和死亡教育的熱衷和供獻，因而獲得「生死大師」的封號，至於他在研究方法上最引人注意的，則是他所倡議的「創造性詮釋學的方法」。傅先生曾經對他所倡議的「創造性詮釋學方法」做了以下的描述：

**作為一般方法論模型的創造的詮釋學、分成五個辯證的層次：「實謂」、「意謂」、「蘊謂」、「當謂」、與「創謂」（原作「必謂」）。在「實謂」層次，我們探問：「原作者（或原典）實際上說了什麼？」，基本上**

<sup>27</sup>關於中國哲學的研究方法，先賢前輩已有許多精彩的主張和設計，例如：勞思光先生的「基源問題考察法」、劉笑敢先生的「窮舉對比法」、佐藤將之的「概念重疊結構分析法」等等，都是鮮明的例子。

<sup>28</sup>王玉玫，《孟子思想的生死學議題》，臺北，文史哲出版社，2006年，頁25。

<sup>29</sup>王玉玫，《孟子思想的生死學議題》，臺北，文史哲出版社，2006年，頁25。

關涉到原典校勘、版本考證與比較等等校讎學課題。在「意謂」層次，我們改問：「原作者（或原典）想要表達什麼，他的真正意思是什麼？」我們於此層次，通過語意澄清、脈絡考察、邏輯分析、傳記研究等，設法盡量如實客觀地理解詮釋原典的內在意義或原作者所意向著原原本本的意思。……在「蘊謂」層次，我們進一步探問：「原作者可能想說什麼？」或「原典可能蘊涵那些意思意義？」這就涉及種種思想史的理路線索、語言表達的歷史積澱累積、已出現過種種（較為重要的）原典詮釋、原思想家與後代繼承者之間的前後思維聯貫性的多面探討等等。……在「當謂」層次，我們還得更深一層地發問：「原作者（本來）應該指謂什麼，意謂什麼？」（或不如說「我們詮釋者應該為原作者說出什麼？」）於此第四層次，我們必須設法在原作者教義的表面結構底下探查掘發深層結構，據此批判地考察在「蘊謂」層次所找到的種種可能義蘊或根本義理出來。……到了最高的「創謂」層次，創造的詮釋者必須發問：「為了救活原有思想，或為了突破性的理路創新，我必須踐行什麼，創造地表達什麼？」第四層次與第五層次的基本分辨是在，前者只要「講活」原典或原有意思，停留在「批判的繼承」（繼往）階段；後者則要「救活」原典或原有意思，批判地超克原思想家的教義侷限性或內在難題，而為原思想家解決他所留下未能完成的思想課題，亦即「創造的發展」開來。<sup>30</sup>

筆者在本篇論文中，既然是以傅先生所倡議的「創造性詮釋學的方法」做為工具操作上的依據，那麼如何面對莊子內七篇的文本並且有效達成實謂、意謂、蘊謂、當謂和創謂五個層次的要求，就理所當然成了筆者在本篇論文中所需努力及所需展現的重點。依筆者的想法，在實謂和意謂這兩個層次上頗為依賴文獻學的本事，而凡屬於文獻學方面的考察，因它涉及到原典校勘、版本考證與比較等，

---

<sup>30</sup>傅先生如是的敘述，在他很多的著作曾提及，內容亦大致相同，本文以上所述的，則見於：傅偉勳，〈現代儒學的詮釋學暨思維方法論建立課題—從當代德法詮釋學爭論談起〉，江日新主編，《中西哲學會面與對話》，臺北，文津出版社，1984年，頁134-135。

諸校讎學課題洵非哲學性的專門領域，所以無論就能力或效率做考量，應當可以藉助於這方面專家的研究成果而毋需自己來過，因此像是清朝時代的考證名家所做的著述，就是筆者不可或缺的選擇參考，然而當代學者當中，頗不乏這一類型的承先啟後作品，像王叔岷先生的《莊子校釋》、《莊子校詮》二書即為其中的原典代表之一。<sup>31</sup>

這對於詮釋工作上的實調、意調甚至蘊調等層次的要求及問題的澄清，當然也有其助力，所以筆者也必須重世，至於這方面的參考，則當可依據史實之記載來進行。此外袁保新先生也非常認同傅先生所提的「創造性詮釋學的方法」，不過袁先生特別提醒我們說：

**「創造性詮釋」為區別「輕率任意」的詮釋行為，其詮釋方法與假定建立，首先必須尊重各種學術史上具有客觀性資料與研究成果，並且經由這些詮釋成果的反省批判，慎重地加以選擇，務必使自己的方法與假定要為周延有效。也就是說，「創造性的詮釋」必須透過已建立詮釋系統的批判反省，將其方法與假定提昇到歷史的客觀性層次，以有別於純粹主觀的臆測。<sup>32</sup>**

袁先生的耽心是怕有人誤解了「創造詮釋」的真正含意，更怕有人因此而以「創造的詮釋」為名，隨便的加入一些「主觀臆測」，而以此沾沾自喜，以為這樣即可算是研究的成果。袁先生並因此而為「創造的詮釋」提出一些建議，他認為創造性詮釋研究必須滿足下列條件：（1）一項合理的詮釋，其詮釋本身必須在邏輯上是一致的；（2）一項合理的詮釋必須能夠還原到經典中，取得文獻的印證與支持，而其詮釋觀點籠罩的觀點愈廣，則詮釋就愈成功；（3）一項合理的詮釋應該儘可能運用經典本身無疑的章句，用清楚的概念來解釋不清楚的概念；（4）一項合理的詮釋應該將經典本身視為思想上一致和諧的整體，避免將詮釋對象導

<sup>31</sup>王叔岷，《莊子校釋》，臺北，台聯國風出版社，1972年重刊；王叔岷，《莊子校詮》，臺北，中央研究院歷史語言研究所，1988年。

<sup>32</sup>袁保新，《老子哲學之詮釋與重建》，臺北，文津出版社，1991年，頁62。

入自相矛盾的立場；（5）一項合理的詮釋，必須一方面將詮釋主題置於他們隸屬的特定時代與文化背景來瞭解，但一方面也要能夠詮釋出他不受時空侷限的思想的觀念，而且盡可能的用現代語言與哲學經驗傳遞給讀者；（6）一項合理的詮釋，對其詮釋方法與原則應該有充分的意識，並願意透過其他詮釋系統的比對，調整修正其詮釋方法與原則。<sup>33</sup>袁先生的這些建議，無疑使得我們在使用「創造性詮釋學的方法」做研究時，更加懂得規矩也更為謹慎，這對後學者來說的確提供了不少的方便和借鏡。

關於先賢前輩的經驗和主張，已有許多舉證，且以上幾位先生的寶貴意見則是筆者所念茲在茲者。筆者非常相信，任何一個理想的研究結果最後所呈現出來的樣子，除了在形式上必須合乎條理性、清晰性、組織性、系統性和結構性等等的要求外，在內容上更應該是既能忠於文本的文字敘述及表面意義，同時又能開啟新視窗以釋放出文本之不同舊往的另番風貌。

綜合以上的意思，本論文的研究進路乃採取三步驟：（一）從宏觀視野有效定位莊子思想的開放性格，以之做為微觀〈內七篇〉核心旨義依據。（二）爬梳註釋〈內七篇〉的篇章，安時處順的死生懸解之關連發展，特予應有之確認與抉發。（三）藉由莊子安世思想之掌握，進而落實於當下之情境，試圖展現其在具體生命個體中的意義與實踐。

本篇論文希望透過外雜篇的輔助以有解讀〈內七篇〉的義理，首先在方法上固不能忽略文獻學的要求，亦不能違反文獻學的基礎，單就此意說，凡〈內七篇〉中具關鍵性的名言概念都必須先做字詞義的釐清，然而〈內七篇〉的有效理解更當是在內七篇的一貫脈絡中被貞定，否則不但會有見樹不見林的敝病和遺憾，同時更無法切入莊子的中心思想，有效掘發莊子殊勝的哲學思維及其嚮往的安世理想境界。

本論文在架構方面當分為四章。〈第一章〉為緒論或導言，此章中暫不對莊子思想或內七篇的內容做實質的探討及敘述，只先從形式上說明本論文的研究動

<sup>33</sup>參見：袁保新，《老子哲學之詮釋與重建》，臺北，文津出版社，1991年，頁77。

機與目的、研究範圍與材料和研究的進路與架構；在研究的動機與目的方面，主要是從既有成果的掌握與架構；在研究的動機與目的方面，主要是從既有成果的掌握與對比上，證明本論文研究的合理性及可行性，在研究的範圍與材料方面，除了設定探索的幅度以避免流於寬泛外，同時也提醒自己不要過於自信而大量引伸反招來無以抵擋的質疑，至於在材料的顯示上，當對前輩學人的論述成就有所了解外，更需對於相關的既有成績做出必要的回顧；在研究的進路與架構方面，首先必須對於方法的採取及其步驟的操作有了明確的立場，並且做出必要的陳述，而在架構方面則應完整呈現該有的思維，並盡可能交代章節的內容以展露前後之間的組織性、邏輯和一貫性。

本論文〈第二章〉是對莊子之安世思想的義旨以及身心的安寧做出合理的探討與論述，大體上是將〈內七篇〉放在「安時處順的死生懸解」的天平上做完整的考察，許多觀念的來源出自安時處順的義涵，當然對於生死懸疑的底蘊亦不敢漠視，全章既分三節，分別是第一節生存意義；第二節生命價值；第三節生命精神。

本論文〈第三章〉主要是將前一章已然提煉出來的核心思想，落實到具體的情境中，以之證明產生於兩千多年前莊子思想如今亦有其不朽的意義及價值，敘述的重點則集中在現代心靈療癒和生命精神。如前章之例全部概分三節，分別是第一節萬物的平齊；第二節多原的尊重；第三節世界的清通，就生命之困頓釋義，為生活美感及其釋放做探討。

本論文〈第四章〉順延第三章的生命精神與價值能有更深入的論述，達到境界的圓融。第一節價值的重建，以超越提升的精神來化解生命中所面臨各項困頓，並實現生命真正的價值。第二節意義的豁然，主要探討自我的肯定、適性自得、和諧自在之議題。第三節理想的造詣，落實生命教育的實踐，啟發對生死之限制及其超越。

本論文〈第五章〉為結論，總結前面各章的論述

## 第二章 身心的安寧

生命是有條件、相對的是受到限制，但從有限性顯露出人生的獨特與可貴。莊子生命哲學中蘊含豐富的人生智慧，用以解決生命的困苦，治療心靈的沉痛。生而為人，就需活在人世間面對人生的無常，生命的不確定。而莊子卻有一套獨到的安世哲學，讓生命的本身自由的顯發它自己，而且把「道」重新落實在人的生命人格理面。從來沒有孤離的、概念式的去講一個「道」；他只講天人、至人、神人、真人，所有的道，內在於人的生命本身，做一種全幅整體的展現。本章即以身心安寧為顯，說明其意義及道理。

### 第一節 生存的意義

莊子哲學的安世思想和生命精神，所探討的問題，不是知識性的，也跟實用技術有所差異，更不是形體和生理官能的層次而已，莊學以「逍遙」、「無待」、「心齋」等修養功夫，治療眾生的心靈痼疾。人必須瞭解生命的有限，而試著做安命的工夫，往內心修養追尋，在生命之中，確立應對的方式，這才是真正的智慧，也唯有如此深沈智慧，才能夠善用有限生命，轉化成就無限的生命。

王邦雄先生認為善惡的執著與分別都是「名」；而善惡的執著與分別所拖帶出的壓力與傷痛，也都是「刑」。從不知善不知惡，到無為善無為惡，善惡之念頭能一起解消放下，無名也就無刑了。<sup>1</sup>除了因善惡帶來實質上名利或懲罰之外，王邦雄先生於〈養生主〉曾說：

---

<sup>1</sup>王邦雄，《莊子內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》，臺北，遠流出版社，2013年，頁154。

「不善也」，是自我的解消。陳壽昌云：「言澤雉惟未歷樊中束縛之苦，故以澤中之飲為常，神氣雖旺，初不覺其善，忘適之適如此。此「不善也」是不自以為善的「無名」，「神王」則是生命完足的「無刑」。

王邦雄先生認為，處身於草澤之間的野雉，飲食皆需尋覓方得溫飽，看似辛苦，實則是自由自在地徜徉於天地之間。又高柏園先生提及，如顏回「守心齋之教而能未使有回者，……以無必善之心，是能得神王之自然，養生之妙者，無所加矣。」<sup>2</sup>澤雉安於樸實甘於恬淡，所以能自由自在而神清氣爽，即使是錦衣玉食也不為所動，由此可知，能順應自然，善惡兩忘，就能享受自得自在的人生。

〈養生主〉又說「順中以為常」或「循虛而行」的處世智慧，可以扭轉「殆而已矣」的存在困局，而回歸天生本真的自然美好。因此可以保身，可以全生，可以養親，可以盡年。陳德和先生認為，人苟能以虛靜無執的心面對生活世界的一切，則無論是善是惡皆能兩行而不受拖累，所以人生乃無可無不可者，亦唯此無可而無不可，故有保身、全生、養親、盡年等等如是成就與豐實。<sup>3</sup>

莊子能夠深刻地體驗到人的生命處境，若就〈養生主〉中的「生」字之意義應屬「生命的全貌及本質」，如同黃錦鉉先生在〈達生〉篇中註解提到：「達生，謂通達本性的情實。這篇論養生應神完而與自然化合為一，和〈養生主〉相發萌。」<sup>4</sup>意即〈達生〉中的「生」字解讀為本性、本質。而陳鼓應先生言：「莊子學派在〈達生〉中發揮了『形全精復』的思想，認為『養形必先之以物』，『有生必先無離形』，可見莊子學派重視『物』和形，並強調一個當在『物』、『形』基礎上發展其內在生命。」<sup>5</sup>由此可知生之有限性，雖然黃錦鉉先生與陳鼓應先生並非針對〈養生主〉中的「生」字直接提出說明，但〈達生〉做為《莊子》的外篇，一方面是〈養生主〉的推衍，另一方面也可知〈養生主〉的「生」乃是由「形」

<sup>2</sup>高柏園，《莊子內七篇思想研究》，臺北，文津出版社，2000年，頁123。

<sup>3</sup>參閱：陳德和，〈從《莊子·養生主》論心靈的突破與生命的安頓〉，《鵝湖雜誌》，第44期，2010年6月，頁161。

<sup>4</sup>黃錦鉉，《新譯莊子讀本》，臺北，三民書局，2007年，頁251。

<sup>5</sup>陳鼓應，《老莊新論》，臺北，五南圖書公司，2006年，頁163。

和「神」所共同合成，即生命之全可無限，不受「形」之限制。

莊子在〈逍遙遊〉中，認為生命即無牽引無負累，而人間道行要在心知上每天求其減損，當下過，也當下忘，方能解消心知的執著，生命得到釋放，即能高蹈遠隱，隨處可遊。針對莊子將人活在這個世間遇到吉凶禍福、與生存之事委之於「命」，陳德和先生進一步說：

**人生的確有著諸般讓我們覺得不可奈的實然之「命」，但如果我們願意以無執、無著、無計較、無分別的淡然態度去面對它，則將不但不為其所侷限和動搖，而且進一步能夠藉由它的必然不缺乏，反而可以積極證明，人其實是能夠擺脫制約、獲取自由，並以此圓滿實現生命、生活當有之意義和品質的。<sup>6</sup>**

由此我們熟悉對事物本身的瞭解和這一層面的意義外，尚有人、事之間的互動狀況的意涵，而這第二層的意義就與人的存在認知有關聯。每個人都曾有許多想追尋的目標與理想，然卻因人生中的諸多不確定因素，加上生命的有限性，以及個別差異，時空環境等侷限性，讓許多人徒呼人生苦短，感嘆生命的無奈，甚至因此而茫然失落，或陷入追逐名利的殺戮戰場而無法自拔。莊子洞悉人性，一針見血點出人之困局。

這是至人無己、神人無功、聖人無名的寫照，在〈逍遙遊〉中王先謙先生就己、功、名說：「三字吃緊，非遊物外者，不能凝於神。」蓋莊子認為唯賴無執的工夫與境界，才能夠圓滿的實現自我，如此說至人、神人、聖人的生命人格，即沒有物累會成為他的負擔和傷害，此不但護持了自己，也成全了天地萬物，包括堯舜的志業和功蹟都包括在內。

莊子是求全其永在的生命，所謂永在的生命者，即超出形骸以外的生命，亦即是天地與我並生，萬物與我為一的生命。亦不以智慧自炫，故能盡其天年，以

---

<sup>6</sup>陳德和，〈從《莊子·養生主》論心靈的突破與生命的安頓〉，《鵝湖學誌》，第44期，2010年6月，頁154。

全其生。但在逍遙之意義上，仍然不逍遙，因其有待，所以只得一端的相對小逍遙而已，因此仍然有局，至於「**至人無己，神人無功，聖人無名。**」陳冠學先生指出三個字：己、功、名，這三個字並不周延，不能盡述眾生相、世間局。人世的美依實際即是一個局，局局相成而成一世局。脫不出實際，便破不出世局，人能像大鵬一樣超然高舉，不離一切但又在一一切之上。就一般人而言，一切局限歸於二：生存本能、炫耀本能，以及二累：生存累、炫耀累，破得此累此局，自我方才呈出，才有逍遙可言。<sup>7</sup>譬如至人、神人、聖人脫得二累破出二局，呈出自我，由生命的本體經由自我解消，而達逍遙境界。再將自我投進這一至至大的化蘊，這才是人類的健康生命、健康生活，是人還入於天，與造化者俱所獲得的至一至大的生命與生活的究竟逍遙。

## 第二節 生命的價值

生命的自覺原本是欲求，生命的安頓之道，正是生命之根本問題所在，則自覺與本能之緊張，以及由此緊張而引發之種種困頓，應該就是心靈治療的主要對象。至於〈大宗師〉說：「**知天之所為者，天而生也；知人之所為者，以其知之所知，以養其知之所不知，終其天年而不中道夭者，是知之盛也。**」又〈養生主〉言：「**生也有涯，而知也無涯。以有涯隨無涯，殆已；已而為知者，殆而已矣。**」就從「天之所為」來知天，而「知人之所為者，以其知之所知，以養其知之所不知」。（〈養生主〉）以「**生也有涯，而知也無涯**」，此生之有涯與知之無涯之相隨相傷，亦是保身、全生、養親、盡年之義，而為之盛，而為生命之至境。所謂生命之至境，不外乎兼知天與知人，而知天與知人又不在於知一外在對象，而在其心之反照、反之其至心，以觀照一切，呈現一切。由「**終其天年而不中道夭者**」來界定「知之盛」，此即為一實踐型態，只要心不執著物，心回歸心的虛靜，

<sup>7</sup>陳冠學，《莊子新注》，臺北，東大圖書公司，1989年，頁73。

由此而使其所知與不知交相養而不傷，也就是人能從心知定執的解消與超離而證成道心。

對解決人心偏執所產生的困局，莊子提出了「忘生」來突顯人的生命價值。因生而需面對的生死大事、生命的意義等問題，以及其解決之道。吳怡先生則指出：「忘生是不執著軀體生命的長短，一切順其自然；化其生是使生命化於大道，與自然共化。」<sup>8</sup>莊子思想中的忘生，並非忘記自我，而應是忘掉自己心中的偏執，只有去除我執，才能順任自然，找回自我；而化其生，讓人格向上昇華，超脫形體的束縛，生命融於大道，則能與自然同化。故人間世的精神出路，惟在「至德之人玄同彼我者之逍遙也」人物活在人間的現實存在，總是在相互依存中，而不免有待；唯有以無待的理境超拔精神與生命之境界。

人乃群居的動物，因此在社會中與人的相處之道，以及自處之道，就成了人人皆需面對，且極其重要的課題。從主體無待說「遊於無窮」指謂的不是物理的時空，而是精神的時空，不是天地自然的無限寬廣，而是生命主體的無待自在。由於什麼都有了，什麼都不必等了，人間無不可遊，世事也無非遊也。聖人形相已深植人心，且較有親切的感受，即是無待，不僅遠離人世間患得患失的大患，乃是擴展為生命主體的工夫與境界說，是有道人第一境界也。程兆熊先生說：

**人有其「存在」，即有其人與人之間。有其人與人之間，即有其人與人間之世。因此，有人之存在，即有其人間之存在。有人間之存在，亦即有其人間世之存在。<sup>9</sup>**

人的存在既然是社會性的存有，因此就需有一套應世的哲學來面對生活中現實層面的問題。然在人際關係日益複雜的社會中，為了一己之私而爭名奪利者不知凡幾。然而追求的過程中如果摻雜了想因此獲得「有德之人」的名聲，就會失去本心初衷，使對真知的追求變成心知執著，為的只是能博得好名聲；而對德行的追

<sup>8</sup>吳怡，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2009年，頁126。

<sup>9</sup>程兆熊，《道家思想——老莊大義》，臺北，明文書局，1985年，頁231。

求，原本心中純淨的德也蕩然無存，變成只是用來獲取名聲的工具。

人與人的接觸從一開始單存的互助互動，到因心知執著而產生的分別比較，最後彼此傷害，人間世終成殺戮戰場。莊子以「桀殺關龍逢，紂殺王子比干。」的例子說明因關龍逢和比干都是修養自身，並以臣下身分去愛護人民，批評君主的無德，而分別遭桀與紂的殺害，正是因其好名而招來殺身之禍。我們如果心神專一凝聚，不以耳目之官、心知之明來感知萬物，而以虛靜的氣來符應萬物，就能使道自然依止於虛上。而所謂的虛，正是心齋工夫。高柏園先生則點出：

**莊子在聽之以耳、聽之以心、聽之以氣三者之間的層次區別，是落在工夫論上。從工夫修養的層次上說，吾人是由耳、心、氣，而層層上達、虛寂；然就境界說，則心能齋而虛，則聽自止於耳，心自止於符。就工夫論而言，吾人是剝落耳與心之執以顯一虛靈不昧的心齋境界。<sup>10</sup>**

莊子先透過耳、心、氣三個層次帶出心齋修養的工夫是層層提升；再點出耳目感官易受外界所影響判斷，心知之明則易被我執所干擾妨害。不論是感覺或認識，仍然免不了在主、客二元的對立中進行，所以能感、能知的我還是有待、相待中的我，而被感、被知的物則純然獨立於我們的精神氣象之外，成為與我不相連屬者，那麼我們就只有再昇揚到「聽之以氣」的謙虛包容，才算達到依止於道之無待的最終境界。

人類從透過耳目之官的感覺這個世界，到藉由心來感知這個世界，最後提昇以無待虛靜的氣來包容這個世界，當心靈經過耳、心、氣三個層次的進展，才能達到「天地與我並生，萬物與我為一」的境界，再從「生命」的認識推演至道是無始無終的一大生命，萬物的生命，亦即道的生命。萬物的生命，也是「始卒若環，莫得其倫」，同樣是無始無終。認識生命的大道，是解放了謂軀殼所限的小我，而成為與變化同體的大我。不可以空間論，故〈大宗師〉說：「在太極之先

---

<sup>10</sup>高柏園，《莊子內七篇思想研究》，臺北，文津出版社，2000年，頁133-134。

而不為高，在六極之下而不為深。」所以道是無時不有，無所不在，命即是自然的流行，並不是有誰命令其如此，極凡事當順其自然，不雜已絲毫的人為，便是與道同體，與天同性，與命同化了。

〈大宗師〉言：「古之真人，不知說生，不知惡死；其出不訢，其入不距；儻然而往，儻然而來而已矣。」生死個如其所是而已，是本然之知，無所增損。即人不去理會出生的事，既不理會何所自來的出生問題，就不會刻意去尋求何所於往的死亡問題嗎？出生的事實既然是事實，便好好地全部承受下來。換言之，接受了生命與世界，當不以人的成分摻雜自然的成分。而天之外莫非人，不管人是什麼，它畢竟是「天」，是自然之外的存在，一摻入，則天不再是純粹的天，真人真知便不復存在。人的生命人格在莊子內篇，重要的修養理論是通過孔子跟顏回講出來的。他強調生命人格的修養，把「道」內在於人這一點落在生命人格的修養中。

莊子曾說：「知者，接也；知者，謀也。」（〈庚桑楚〉）「接」是心識與外物的相接。<sup>11</sup>「知」不應僅是知識、才智，而更應是指那無窮盡想獲得知識的欲望，如宋林希逸言：「知，思也，心思卻無窮盡，以有盡之身隨無盡之思，紛紛擾擾，何時而止。」<sup>12</sup>清代宣穎言：「心思逐物無邊。」<sup>13</sup>釋德清又說：「人生如隙駒耳，有限光陰；知者妄想思慮，日夜相代而無涯；以有限之身命，隨無窮之妄想，勞心悴形，危之甚也。」<sup>14</sup>此「知」乃是指思慮妄想、機心、權謀等。另外王邦雄先生則認為：「知就是心知，心知是指心知的執著，它跟今天講的客觀意義的知識學問是完全不一樣的。」<sup>15</sup>莊子從自身出發，關心基本的生存條件且積極尋得解套的方法。表面看似消極的放棄與表示無奈，但事實上卻是極為熱切與重視。人生既然有許多困頓與無奈常常出自於欲求，故莊子主張應當去除這樣的執著，不過度地尋求，以免陷入迷障之中，而無法自拔。

<sup>11</sup>吳怡，《新釋莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2004年，頁124。

<sup>12</sup>林希逸，《南華真經口義》，北京，中華書局，1997年，頁48。

<sup>13</sup>宣穎，《莊子南華經解》，臺北，宏業書局，1977年，頁36。

<sup>14</sup>釋德清，《莊子內篇注·卷二養生主》，臺北，廣文書局，1991年，頁2。

<sup>15</sup>王邦雄，《走在莊子逍遙的路上》，臺北，臺灣商務印書館，2006年，頁2。

人有太多的執著，我們在自困自苦，把自己困在一個小的世界裡面，然後說生命是失落的，生命是一種壓迫的。所以莊子通過「大鵬怒飛」的寓言：「北冥有魚，其名為鯤，鯤之大，不知其幾千里也。」<sup>16</sup>以北海指出人的生命的孕育之場，是神祕不可知的，但一切的歷史文化在這邊展現，一切的天才、一切的思想家在這邊展現。而鯤是魚子，魚子是小的，把一個至小的鯤說成幾千里的大，以至小為至大，說明生命是由小而大的成長，生命也有它多種的層次在飛越，人在某個階段我們會不僅在成長，而且在蛻變，生命的蛻變，往更高的層次飛昇，所以偉大的生命、精神是相通。就生命的形質來說，我們誠然是小，這叫做「可欲之謂善」；從物欲來說，人是小的，人有生理官能欲求，人的有限性，但是人可以在這有限性裡面彰顯道得生命的莊嚴。

### 第三節 生命的精神

生命存在有很多非理性的無明，有這樣一個非理性的無明存在，所以人為什麼快樂不起來呢？因為我們有太多負擔了：社會的責任、家庭的責任，還有歷史文化的責任，「父邪！母邪！天乎！人乎！」<sup>17</sup>人來到這個世界，既不可能是天地生成，也不可能只靠父母生養，那「至此即者」的唯一理由，就只剩下命了。而命是沒有理由的理由，是沒有原因的原因是沒有答案的答案，這是氣命，與天命不相干，命是傷心的終站，緣是再生的起點，故「命」或許是文化根土救命的另一處方，一切都可以放下了，不用苦苦背負「至此極者」的理由。

人間世經常因遭遇無法掌控的狀況而自責或茫然失措；抑或面對強大外力無法抵抗或改變，而委曲求全，心生怨懟，在面對失敗只能一味怨天尤人，陷溺於不斷自怨自艾中而無法重新振作者，莊子認為應從心靈的修養來做工夫。當我們

<sup>16</sup>王邦雄，〈莊子哲學的生命精神〉，《鵝湖月刊》，第79期，1982年1月，頁21。

<sup>17</sup>王邦雄，《莊子·內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》，臺北，遠流出版社，2013年，頁353。

順應萬物的變化，讓心超然於萬物之外，才能使此心與萬物合一。吳怡先生在《新譯莊子內篇解義》說：

「乘物」本是順任萬物變化的意思，但用「乘物」的「乘」字，還有另一深意，因「乘」有駕馭的意思。〈山木〉：「浮遊乎萬物之祖，物物而不物於物，責胡可得而累邪？」所以「乘物」是意味著能駕馭萬物，而不為萬物所左右。<sup>18</sup>

莊子從每一層次的修鍊所需的時間逐漸增加，透露出越高層次的心靈修養，需花更多的時間、精神才能達成。一般人容易對「順應萬物」產生疑慮，一切「順應」是否會成了一味屈從，附和或被控制而失去自我？事實上，莊子所欲傳達的思想應是對於萬物的自然變化，我們應採尊重接納的態度來因應，也正因為保持心靈的虛靜，沒有成心定見，所以敞開心胸包容萬物的差異或變化時，就不會造成心中的負擔或改變，更無所謂委屈求全或失去自我。王邦雄先生在〈齊物論〉中進一步的說明：

「喜怒為用」是完全以猴子的感受，做為決策的根據，而不認為這是眾猴子對管理者權威的挑釁。既是「因是也」，又是「寓諸庸」，此從「知通為一」的體悟，而有「復通為一」的修養，再完全朗現「道通為一」的形上理境。<sup>19</sup>

依〈人間世〉孔子說顏回未達人心，未達人氣來看，猴公則跟眾猴子的心同在，跟眾猴子的氣同行，「喜怒為用」是玩權以猴子的感受，做為決策的根據，而不認為這是眾猴子對管理者權威的挑釁。從實質來看，則完全等同，喜怒之間只是猴子的習性感受。而猴公世達者，不堅持自己的理念想法，完全順應眾猴子的情

<sup>18</sup>吳怡，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2009年，頁173。

<sup>19</sup>參閱：王邦雄，《莊子內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》，臺北，遠流出版社，2013年，頁97-98。

緒反應，而給出尊重。

簡言之，聖人的道行在消融人我相對的是非，而歸於一體的和諧，由和解走向和諧，經由解消而後融和，而歸於一體。人的理解體悟，說「有所至」，又問「惡乎至」。此自問自答，理解體悟之最高層次在「未始有物者」，是窮其高，是盡其理，是即生命存在的終極原理，更是生命的大用。而將生命寄託在自家本身的大用，通過生命主體的虛靜明照，這才能存全了生命的天真本德，和解消人的心知執著的意識。莊子在〈人間世〉中言：

**吾食也執粗而不臧，爨無欲清之人。今吾朝受命而夕飲冰，我其內熱與！  
吾未至乎事之情，而既有陰陽之患矣；事若不成，必有人道之患。是兩也，  
為人臣者不足以任之，子其有以語我來！**

莊子對葉公子高因將出使齊國而產生莫大壓力時的形容，雖葉公子高是個淡薄名利的人，又不急於建功。然在面對任務時，既使事情未執行，卻已因擔憂致使內心產生極大的不安的痛苦，萬一任務失敗，還要受懲處，即是所謂兩患同時臨身的苦。而一般人對於任務成敗更多了期待，期待能因成功而得到名聲或利益，所以因得失心過重所產生的壓力必定更大，痛苦自然更深了。

也就是說，面對萬物的變化，修道者應順乎自然，要解消一切心執，無計較無分別，甚至在自身形體的毀滅或與萬物共乘共榮時，都應遺忘自身形軀，隨順萬物自然的變化，保持內心的安寧。那莊子最重要的生命精神就是無限性，將道或天落實在每一個生命中去展現。一個人要知天之所為，同時知人之所為，才是到達生命最高的理境。荀子謂「唯聖人為不求知天」，又說「明於天人之分，則可謂至人矣」真君是無形的，是在形軀之上，懂得跟別人的生命深處去做一種契會溝通，實際去體現天道，順著天而生的生命就知天，他認為凡是自然都不可靠，必須經過人為才有價值。<sup>20</sup>莊子說明修養聖人之道的工夫層次。個體可藉由聖人

<sup>20</sup>王邦雄，〈莊子哲學的生命精神〉，《鵝湖月刊》，第79期，1982年，1月。

入道的工夫，學習自身修養心靈的工夫，莊子在〈大宗師〉中言：

**吾猶守而告之，參日而後能外天下；已外天下矣，吾又守之，七日而後能外物；已外物矣，吾又守之，九日而後能外生；已外生矣，而後能朝徹；朝徹，而後能見獨；見獨，而後能無古今；無古今，而後能入於不生不死。**

莊子從離我們較遠的「外天下」作為第一階段的修鍊，其次是較接近我們的「外生」，由遠而近，由外而內，逐步排除外界帶來的負累，最後連形體都解消後，就能逐一開顯出入聖的境界，從點亮心中的「朝徹」開始，進而朗現真我的「見獨」，再者世超越時空的「無古今」，最後是體現道的「不生不死」。故工夫次第，是由外而內，由遠而近，由易而難的逐步將塵囂俗染洗滌清除。

人是順天而生的生命；通過人，才能夠知天。就如同論語所講的：「天和言哉？四時行焉，百物生焉。天何言哉？」天是無言的，但是有四時百物，通過四時百物的生生不息，你就知道天。把「知天之所為」，化為「知人之所為」，人只能過一生，我總要抓住什麼，所以心才從天上下到人間，一下到人間的話，就抓住物象。在執著物象的生命中，我們看不到真實的生命，因為那個生命已經沉落，已經與物糾結在一起，所以顯發不出真實的生命。所以非要離形去知，好好修養不可。在道家來說，不知才是真正的知，因為不知是自由無限心，沒有任何成心偏見，可以觀照一切，可以從最高的領域往下觀照，眾生平等，這個才是真正自由無限的精神生命的領域。通過逍遙遊超拔提昇，讓生命不斷的往上昇揚；通過齊物論，排除一切的是非，一切的生命存在都是莊嚴，都是有價值的，也有其精神含意在裏面。

我們只能努力提昇自身心靈修養，期能做到不受喜、怒、哀、樂等情緒變化的影響而感到痛苦煎熬，就算因為失敗而必須受到懲罰，也能明瞭這是莫可奈何的結果，即使無法避開外在的懲罰，然透過心靈的修養，至少能讓自己坦然接受結果，免除內心煎熬之苦。莊子將生命中無法改變或避免的全都歸之為「命」，

因為是命定，所以決定權不在我，既知無力改變又何必再執著或痛苦，顯然唯有放下與接受才是解決之道，也只有安於所命才能免除將心力浪費在徒勞無功的掙扎上。

人的行為如果不合以名與智為依據；換句話說，名與智不足為一切人行為的準則。〈人間世〉言：「且若亦知夫德之所蕩，而知之所為出乎哉」要使自己知名度高，那就是爭名聞；反之，則是名聞不爭。宣穎云：「名起則相傾壓，爭起則以知為具。」<sup>21</sup>名號是用來相互傾軋的，而心知是爭逐的利器。你原先是德厚信確，名聞不爭，正處的是德未蕩失於名的不相軋境界，若直接以你這整個具體的人格與人相處，原不至軋人，但你與人初回相接，人卻不知，而你又以仁義繩墨這一套名去說人，這分明是德蕩乎名的失德專名境界，難怪別人所感到的是你以名軋人。<sup>22</sup>要使「非所以盡行也」，宣穎又云：「非所以盡乎行世之道也。因為二者對生命而言，都極具殺傷力，不能用以活出生命的自然美好。

所謂聖人入道的工夫何以有遠近、內外的次第之分，乃以其與自身關係的密切性來決定，權勢名利、切身器物這些距離自身較遠，屬於自身之外的事物，對自身之重要性自然不如自身的形體生命，所以修鍊自己遺忘、拋開所需的時間較短，也較容易達成。王邦雄先生說：

宣穎云：「自外天下至外生，有工夫次第；自朝徹至無古今，無工夫次第。蓋學至乎外生已了悟矣，至入於不生不死已道成矣。」由是而言，朝徹、見獨、無古今，入於不生不死，是一體併現的理境開顯，故未有三日、七日與九日的工夫次第。<sup>23</sup>

王邦雄先生認為生命的負累完全解除，人格的盲昧澈底消化，是之謂「朝徹」，所以朝徹是人生理想完全體現，這當然是開放心靈的圓融理境。而入道工夫的修

<sup>21</sup>王邦雄，《莊子·內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》，臺北，遠流出版社，2013年，頁178。

<sup>22</sup>陳冠學，《莊子新注（內篇）》，臺北，東大圖書公司，1989年，頁191。

<sup>23</sup>王邦雄，《莊子內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》，臺北，遠流出版社，2013年，頁318。

鍊是漸進而有次第性的，然一旦體悟道之後，悟道境界的開顯則是一體朗現，昭然於心。當我們完全拋開生命的負累，體悟了道，心中一片虛靜，此時的心境是清明透徹，就如莊子所言之「虛室生白」，這就達到朝徹的境界。而見獨指的是人見道之後的精神境界，所以可將二者合而為一，即為悟道後的心靈境界。而此境界已然超越時空當下即是永恆，正如莊子所言已達無古今、不生不死的境界了。陳德和先生說：

莊子之笑狷狷，是牠們自恃其才，結果反而常羅世網以致不能終其天年，可見以逞能貪進為有用是莊子所為然不以為的，至於因為不必迎合世俗之用卻得以全生者，雖拙而無用，卻已證其有大用矣，這才是莊子所津津樂道的。<sup>24</sup>

世人眼中的無用之物，並不代表此物完全沒有價值，事實上有時候物因其有用反而招來災禍，因此人應學會肯定自我存在的價值，不必以世俗的價值觀點來評價自己，並因此而自我貶抑，甚至自慚形穢。如果懂得肯定自我存在的價值，就能接納自己，如此才能不因世人眼中無用的標準來困住自己，進而達到自在逍遙的生命理境。陳政揚先生進一步說明「是非之彰也，道之所以虧也。道之所以虧，愛之所以成」這是由於人在覺知活動中，不僅已然接受物、我之別是一種明確而難以跨越的界限，更在物、我的差異上，生起依我之主觀認定判別萬有之是非、貴賤的偏見。<sup>25</sup>換言之，「道之所以虧」是指當人在與萬物共處的生活歷程中，逐漸浮顯以一己之是非、好惡看待所處的世界，判別萬物之價值時，則人已然背離物我為一之道，而遮蔽了原本時對吾人敞開的道境。

<sup>24</sup>王邦雄、陳德和，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2011年，頁142。

<sup>25</sup>陳政揚，〈論生命的有待與超拔以莊子「形」概念為中心〉，《揭諦》，第16期，2009年2月，頁113-114。

### 第三章 群己的和暢

我們經常因為面對問題時心中存有成心，而以自己的角度、觀點來揣測判斷他人的動機，而認為對方是故意找碴或蓄意挑釁。莊子透過「朝三暮四」的寓言，點出如果我們不以自身觀點或價值來看待世物，能以對方的感受做為決策的依據，自然就能做到「喜怒為用」。在調和是非時，則回歸到自然的均平之道，如此就能皆大歡喜。

#### 第一節 萬物的平齊

從外表說，少了心思的執取即顯現出淡泊寧靜的特色，與人相處也常謙卑禮讓，內斂含蓄，俗人卻每每看以形如槁木視之。莊子說：「女聞人籟而未聞地籟，女聞地籟而未聞天籟夫」<sup>1</sup>（〈齊物論〉），意謂著你聽到了人間的聲音，但你不一定聽得到大地的聲音，再進一步說，或許也聽到了大地的聲音，但你終究聽不到天上的聲音！你或許聽到了有聲之聲，就好像你看得到有形的我，但你畢竟不能理解其高妙的德性境界。

莊子所啟發世人的是「吾喪我」之修養工夫所開顯的生命理境，那可不是魂不附體或心不在焉的衰敗氣象，而是無為無執、虛靜自然的體現真常大道的高重意義。再者，那人間的言語，跟吹萬不同的天籟，是大有不同的，因為言者要有所言，以自己的立場與觀點，建構自家的理論系統，卻可能落於主觀，而是非不定，包容一切存在與可能的天籟則異於是；天籟就是「道」。然而「道」又有真假之別，真道才是道，假道只虛有其表。

---

<sup>1</sup>王邦雄，《莊子內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》，臺北，遠流出版社，2013年，頁62。

人間的道怎麼會有真假之分呢？「惡乎存」是存於何，人間的言怎麼會有是非之別？對存在現況的描述在道有真假之分，言有是非之別；反思在那意味著大道隱退不見了，真言也退藏流失。何謂真人？《莊子·大宗師》說：「古之真人，不逆寡，不雄成，不謀士。」莊子認為即不對毫無徵兆的事情妄下推斷，古代的真人虛懷若谷，從不妄自尊大。「不謀士」更能體現出真人的出世形象。他們不會因為諸事順利就自鳴得意，更不會因為錯過機會而沮喪不已。正因為有了這樣的胸懷與氣度，才能將自己化入自然之中、大道之中，並取得別人的信賴而實現人際的和諧。

〈齊物論〉又言：「地籟則眾竅是已，人籟則比竹是已，敢問天籟？」「夫吹萬不同，而使其自己也；咸其自取，怒者其誰邪？」天籟是自然的本體，任何事物不能離它，離開它則事物便不成為事物，但它又是自然如此，並非有心去作為。就聲音而言，天籟是卻是無聲；雖是無聲，而又為眾聲之所自出；所以地籟人籟的自性，即不可違反了自然之理。所以我見既除，自無物我的對立了；物我既無對立，即可說是「天地與我並生，而萬物與我為一」的大融合。其如何可能？這就必須先「喪我」；按軀殼說，「形若槁木」；按心智說，就是「心若死灰」，但這並非了無生意，毫無生機，而是無的工夫與境界可顯示的素樸與淡泊。

莊子的另一種說法；把「形若槁木」說為「墮肢體」；把「心若死灰」，說為「黜聰明」；更把「喪我」，說為「坐忘」。世人皆嚮往獨立追求自主，但人是群體的動物，然卻難以離群索居，因此想要超越提升自我，逍遙遊於人間，就需仰賴物「我」平等的齊物修養來實踐。正如王邦雄先生所說：「在〈齊物論〉的世界裡面，才能夠真正的逍遙遊，在沒有分別的世界裡面，我們才得以真正的自由解放。」<sup>2</sup>此沒有分別的世界其實就是和平共存，互補共生的世界。高柏園先生也說：

莊子之〈齊物論〉乃是為回應當時多變不安之世局以求安身立命，也因此

<sup>2</sup>王邦雄，《莊子道》，臺北，里仁書局，2011年，頁317。

而反省時局所造成之是非成見之弊病，由是而使吾人能逕自超拔予是非之上，而得生命之大自在。<sup>3</sup>

人身處混亂的時局中人我關係複雜多變，加上心中經常因成見產生諸多的是非、分別、計較等弊病，甚至導致身心的問題，吾人應努力超越於是非之上，方能得到生命之大自在。莊子所關心的不僅是個人的困頓，更關懷天下的問題。因此，王邦雄先生更進一步點出：「假定『逍遙遊』是讓大家都得救，從『逍遙遊』到『齊物論』，就是從自我的提升到天下的平等，即眾生平等。」<sup>4</sup>也就是說，齊就是齊一、平等。所以從〈逍遙遊〉到〈齊物論〉，是從自我提升後能逍遙遊於人間世到以平等的對待幫助眾生擺脫束縛，從自救到救人，期能達到眾生平等的目標。

莊子的生命觀是以虛靜心為核心，而展開生命的情調，從虛靜心出發，試圖實現萬物可期的最終理想。他認為即使萬物有所差異，但可保有多元互補，形成和諧狀態。和諧狀態不像儒家經由道德性提出的和，乃是指生命的虛靜無止，以及我與天地萬物之間的和諧而言。吳怡先生曾經提到莊子對生命的省思；吳先生針對莊子所云之「**死生亦大矣，而不得與之變，雖天地覆墜，亦將不以之遺，審乎無假，而不與物遷，命物之化而守其宗也。**」說明此乃是以無執的道心，看待人生死問題。亦即莊子是從虛靜心或無偏無執的開放心靈面對生與死，若生死不偏執則可解放生死。<sup>5</sup>

從此再次說明，致虛所靜的開放心靈，是見證永恆的智慧與境界。而主體觀念對莊子而言並無任何內容意義，而只是以作用為性，亦是以化解偏執為主要功能，因而表現出隨時應物而不滯於物的作用。陳德和先生更進一步說明：聖人能夠超越是非、善惡、美醜等的計較對立而所遇皆適處之泰然，亦即不落兩邊、不執一端，並且由於如此而可以來去自如、出入無礙。道樞、兩行即是渾忘兩極而

<sup>3</sup>高柏園，《莊子內七篇思想研究》，臺北，文津出版社，2000年，頁71。

<sup>4</sup>王邦雄，《莊子道》，臺北，里仁書局，2011年，頁71。

<sup>5</sup>吳怡，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2011年，頁183。

行其所不得不行，當然兩忘的最高境界，還在連此兩忘、兩行亦全部忘卻而歸於平平。<sup>6</sup>所以當我敞開心胸，放棄堅持己見以及差別心時，方能尊重天地萬物的差異性，並以道心平等對待天地萬物，如此自然不執著亦無分別，苦痛也隨之消解，更令閉塞的心靈得到適切的疏導和解放。

## 第二節 多元的尊重

我們可以看到古代的真人，「其狀義而不明，若不足而不承；與乎其觚而不堅也，張乎其虛而不華也。」（〈大宗師〉）人能夠做到品行正義不結朋黨，生活上好似有所不足卻不願接受別人的接濟，有獨立的見識卻從不固執己見，虛懷若谷卻一點都不浮躁。表面看上去好似很高興，而一舉一動又好似不得已而為之。因為他們能把持住自己情緒的尺度，無論悲喜都能夠限制在一個適度的範圍之內。而人與自然的關係也不是對立的，所謂「天與人不相勝也，是之謂真人。」這也正體現出道家「天人合一」的思想。

莊子以「唯達者通為一」的體悟，解消「是其所非而非其所是」的是非紛擾，「吾」，是做為生命主體的「心」，此心靈的我可以擺脫形軀我的拘限，也可執著形軀我而成為生命的負累。林希逸《莊子口義》云：「至道至言，本無彼此，因人心之私有箇『是』字，故生出許多疆界。」就因為有了勝負與是非的執著分別，也就帶動了並逐與對辯的造作對抗，即人心之執著自家以為定常，而與他家畫清界限。依據價值標準做出價值判斷，是為有分有辯，就生命說，是有不可辯解之分辨。並逐勝負與對辯是非的分判辯解，反而失落了大道的全體大用，所以說：「道隱於小成，言隱於榮華。」（〈齊物論〉）並逐勝負是小成，對辯是非是榮華。

人生境界的層次，因每個人的修為不同進程。莊子將生命的進程，分成四種

<sup>6</sup>參閱：王邦雄、陳德和，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007年，頁149。

的境界，在〈逍遙遊〉中云：「故夫知效一官，行此一鄉，德合一君，而徵一國者，其自視也亦若此矣。」莊子首先將被世俗認定成功的人物，歸類為第一類型的人。成玄英〈疏〉云：

**自有智數功效，堪蒞一官；自有名譽著聞，比周鄉黨；自有道德弘博，可使南面，徵成邦國，安育黎元。此三者，稟分不同，優劣斯異，其於各足，未始不齊，視己所能，亦猶鳥之自得於一方。<sup>7</sup>**

從世人的觀點來看，這類型的人有一定的社會地位，是成功並受世人敬佩及稱羨的，但此類事功人物雖有功有名，卻有求於外，其自我期許就如同小麻雀般小。在有功有名的官場人物，為固守住自我而將自我以外的天下，從生命中排除。雖固守於內，無功無名，卻未有價值內涵的樹立。以宋榮子為代表，此類人物心中有一套標準，能不受世俗的毀譽榮辱所影響，故其不屑如世人一般，窮其一生追逐名利，然僅止於固守自我，卻未能進一步樹立自身生命價值的內涵。

成玄英〈疏〉云：「榮子雖能忘有，未能遺無，故笑。」又云：「榮子捨有證無，溺在偏滯，故於無待之心，未立逍遙之趣，智尚虧也。」<sup>8</sup>這一類型的人雖重視內在，但只是一味的堅持自己在他人眼中應是何種形象而勉強為之，卻未真正從心上去做工夫，因此只是做到形式上的無待，而非心中真正無待。故莊子批評他們「猶有未樹」，僅能做到不役於物，雖不受外物的影響，卻無法達到無己的境界。人必須透過自己的修鍊，能放開心中所執著的「我」，隨風四處悠遊，在他人眼中是逍遙自在，令人欣羨的。

王邦雄先生指出：「與天地萬物一體的至人、神人、聖人，順天地自然的性，遊六氣變化之塗，無功無名，抑且無己。此無己是生命精神的超越解放，已入無待的境界。」<sup>9</sup>說明人如果是至人、神人、聖人，這一境界的神人，不受天下事

<sup>7</sup>郭慶藩，《莊子集釋》，臺北，世界書局，2013年，頁9。

<sup>8</sup>郭慶藩，《莊子集釋》，臺北，世界書局，2013年，頁10。

<sup>9</sup>王邦雄等，《中國哲學史（上）》，臺北，里仁書局，2005年，頁133。

務煩心，也無法用世俗功名來形容，他超越解放心中的執著，因應隨順自然的變化，悠遊自在徜徉於天地之間。故郭象〈注〉云：

**天地以萬物為體，而萬物必以自然為正，自然者，不為而自然也。不為而自能，所以為正也。……如斯以往，則何往而有窮哉！所遇斯乘，又將惡乎待哉！此乃至德之人玄同彼我者之逍遙也。**<sup>10</sup>

天地間之萬物，有其自然運行變化的規則，至人、神人、聖人這一境界之人早已明白自然大化之道，所以順其自然運行之道，而逍遙遊於天地之間。因此，葉海煙先生說：

**莊子不強調生命個體與天地之間的對立性，而注重生命體與天地的一體性。由此一體性，莊子設法成就其理想的人生，而體現此一體性的人，乃理想之人，即所謂「至人」、「神人」、「聖人」。**<sup>11</sup>

莊子明白點出天地間所有的生命，都不應與自然對立，人若想成就生命人格的完美理境，只有順應自然，才能與自然萬物合為一體。放下心中的價值判斷對立關係後，眼中所看到的世界就不再是有是非對錯之分，不需依賴外物、無論身處何處都能怡然自得。陳德和先生更進一步指出：

**莊子這種心靈的解放，不外乎無執的功夫和境界，一言以蔽之就是「無」的修養。不過這種修養絕非虛無主義式的消極或頹廢，而是不將不迎、毋意毋必的對一切敞開以包容一切、尊重一切，所以既能夠成全萬有，也可以讓自己無障無隔的悠遊於天上人間。**<sup>12</sup>

人常因人之有限性來束縛自己，徒生困擾。莊子的思想提供我們解脫之道，所開

<sup>10</sup>郭慶藩，《莊子集釋》，臺北，世界書局，2013年，頁10。

<sup>11</sup>葉海煙，《莊子的生命哲學》，臺北，東大圖書公司，1990年，頁3。

<sup>12</sup>陳德和，《道家思想的哲學詮釋》，臺北，里仁書局，2004年，頁172。

出的藥方就是「任其自然、隨遇而化」的無待境界。因此放下我執，安時處順，就能讓心境豁然開朗。透過放下及解套的修養工夫，讓生命超脫困頓，提昇為追求精神的自由，達到無己無待的逍遙境界。當能放下成心與心執，不依賴不期待，無計較無分別，自然能夠尊重包容天地萬物，開顯出逍遙無待的生命理境。

世人常以世俗的觀點來衡量事物的價值，而忽略生命本身的價值，其實只要放下心中的偏執與造作，以開放的心靈看待萬物生命，則萬物都有其存在的意義，**齧缺問乎王倪曰：「子知物之所同是乎？」曰：「吾惡乎知之！」「子知子之所不知邪？」**<sup>13</sup>（〈齊物論〉）齧缺問王倪是否知曉凡物皆是而無非之理。其實萬物之間的「是」與「非」，絕不是在「物之所同是」，而是在於「是非之塗，樊然殺亂」，以明問語本身便是問題。是非原是對待的產物，故是非本身是無窮的、翻覆的，因此要從相對上去認知。豈知認知問題自是行為問題，行為問題亦自是認知問題，得道的至人，因道之妙用，既無是非，自無利害，外形看來雖有似乎燕齊神仙家者說，卻是莊學體全哲學必然可推到的至當之結果。

莊子未必重視知性的追求，不是因為它不可能，而是因為它另有所思，別有所重！就莊子來說，吾生本來是無限的，這個無限是就每一個當下來說，我生命虛靜，我超然物外，沒有任何負累，沒有任何執著。人生道上有我就有你，不僅有我有你，還有千古，整個歷史文化在我生命裡面，世界上的每一個人活在我的生命裡面，人何嘗孤獨？何嘗渺小？「吾生也無涯」是生命沈落之後的結果，更具體的講就是人自我封閉之後的結果。而「知也無涯」是呈顯人間世人跟人構成的關係世界，生命處於健康狀況下，一定存在著可以解開的空間。其關鍵在生命主體這把刀，能夠無己無功無名，能夠喪我物化的自我消解嗎？

王邦雄先生認為「無厚」是解消心知的執著與無形的障隔，也就可以解消自我，而融於天下。<sup>14</sup>當我們放下心中的執著，面對並接受這無法逃避的必然，才能讓生命回復平靜。也唯有人將被心知執著所困放下，才能重新在生命之中找到

<sup>13</sup>王邦雄，《莊子內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》，臺北，遠流出版社，2013年，頁122。

<sup>14</sup>王邦雄，《莊子內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》，臺北，遠流出版社，2013年，頁162。

新的目標，為生命找到新的方向。莊子在〈養生主〉又說：「指窮於為薪，火傳也，不知其盡也。」而吳怡先生更進一步說：

「指」是象徵大化的「指」，「取薪」就是生物，物有了生，便有死，死了又轉化另一種生，生命的轉化不止就像火傳也，不知其盡。大化之指，給予我們生命，我們的生命，燃出了光和熱，個人的生命縱有燃儘，但這大化的流行，卻是無盡的。<sup>15</sup>

吳怡先生將「指窮」解之為象徵大化之指忙於不斷讓生命轉化，生物有了生，便有死，死後又轉化成另一種生，就像薪火之燃燒，當薪化為火焰，就再取另一薪來燃。只要人能體認生死的轉化是自然的大化，有生就有死，死後又轉化成另一形式的生，現實的生命固然終將走向死亡的盡頭，但自然的大化是無窮盡。

### 第三節 世界的清通

就生命而言，天真本德是惟一的真實，此意謂著人的德性實踐就在於自我提醒，千萬不要為了求取虛假名號而失落生命的真實。〈人間世〉有云：「德蕩乎名。」追逐外在的名號。反而失去內在本有的天真，從莊子思想言；亦如「至德不得」，唯不求得於外，才能存全生命的至德。且要無心無為的守住天生本真的德，不要在人為造作中失落生命的真實美好。

〈秋水〉言：「知窮之有命，知通之有時」儘管人間多塵垢污染，有謂：「天刑之，安可解！」人與人共處方之內的人文世界，即是解不開，又何須解！唯有留在人間世作為人道關懷與社會責任之依據。而知識分子有無行道人間的機遇，此與天命不相干「我忌於窮困，而不獲免者，豈非天命也；求通亦久，而不能得

---

<sup>15</sup>吳怡，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2009年，頁136。

者，不遇明時也。」<sup>16</sup>（〈秋水〉）此為普徧性的共命，而不是殊異性的殊命，而是時勢的偶然決定。有了困於「窮」或通於「達」皆離不開時運氣命的體認，面臨重大危難而能不心生恐懼，那是聖人所要面對承擔的「勇」。能直道而行，把生命置之度外，是慈故能勇，而勇於不敢，在人間行走隨時可能發生的意外事件，我們就面對承擔吧！能本於母慈無心，守柔居弱，而以包容生成為德。〈秋水〉寓言：

井蛙對東海之鼈曰：「吾樂與！吾跳梁乎井幹之上，入休乎缺甃之崖；赴水則接掖持頤，蹶泥則沒足滅跗；還虯蟹與科斗，莫吾能若也。且夫擅一壑之水，而跨時埴井之樂，此亦至矣，夫子奚不時來入觀乎！」<sup>17</sup>

井蛙對海鼈的自喜誇耀說；自身專擅獨享此一方之水，而橫跨據有此一井之樂，先生何不不時來參訪觀賞呢？在盛情邀約之下，東海之鼈乘興而來，左腳猶未踏入，而右腳已被絆住。當然不是徘徊在進不了又退不出的兩難之中，反而是落在進也不是退也不是的困境。如果你釋放了自己，也釋放了天下。人生的迷失就在自困自苦，人生的覺悟就在自在自得。以老解莊，老子以「不德」的化解作用，來保存「有德」的自然美好；莊子則以「德不形於外」的工夫修養，而內斂涵藏以保有「德充於內」的本德天真。道家性格，本在虛靜觀復，虛靜心像一面明鏡，鏡子沒有自己而照現萬物，讓萬物回歸它自己的天真本德，在虛靜觀照下，而找回在人間街頭失落的自己。<sup>18</sup>唐君毅先生針對莊子的養生之道說：

養生主所論，則要在環觀吾人美一人之生命與心知之關係，而自求加以調理之道，以使之得不自相反對，而相催損。此調理之道，即所以養為吾心

<sup>16</sup>王邦雄，《莊子內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》，臺北，遠流出版社，2013年，頁442。

<sup>17</sup>王邦雄，《莊子內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》，臺北，遠流出版社，2013年，頁445。

<sup>18</sup>王邦雄，《莊子寓言說解》，臺北，遠流出版社，2015年，頁104-109。

知之原之生命主體，亦即所以養此心知。<sup>19</sup>

唐先生認為，〈養生主〉中主要探討人的生命與心知間的關係，並期找出調理的方法，以避免因自相摧損之弊，所以養生就是要養心知。有別於唐先生肯定心知，王邦雄先生認為「官覺接物，而心起執著」的觀點來看「知」，他認為知之所以無涯，起因於心知對萬物、萬事的執著，如此會造成生命的負累，形成心靈的枷鎖。但此生命、生活中大事的充其極實現，亦自有其重要的方法或根本的原則，像「緣督以為經」就是原則，像「技進於道」就是方法。

如果是因為幫助需要的人而產生為善的念頭，那份純粹的助人之心自然值得鼓勵，然如果為善的目的是以贏得名聲為出發點，就成了沽名釣譽。而當心中產生為惡的念頭時，更應自我提醒，才不會受到刑的懲罰。更盡一步地說明；因心對善惡產生的執著與分別，很容易讓人產生壓力甚至造成苦痛，所以真正的解決之道就在忘掉善惡，放下執著，自然能夠避開刑名。高柏園先生指出：

**「為善無近名，為惡無近刑」，意在去善惡之執，而達兩忘之境，此即以當下之當分適性，破執去妄而現。此當分適性，正足以消解有涯無涯之對反，心與知之對反，是能無傷，而得養生之妙。<sup>20</sup>**

這也正是莊子思想中的「忘生」，莊子明白指出，無論是為善或為惡的念頭皆源自於人心，唯有保持心的平靜，不受外界的誘惑干擾，才能讓自己免除因為善為惡所產生的負累。由此進一步說明；所謂緣督以為經就是將順著自然之道，當成處事的原則，成為常態。張默生先生說：「『督』既有中空之義，則『緣督以為經』，即是凡事當處之以處，做為養生之常法。」<sup>21</sup>這就是說，處事順虛而行，就能不受外物所累。莊子明白指出，我們應拋開往外追逐的念頭，惟有摒棄心知執著，方能讓自己成為無厚的生命主體。當我們成為無厚的生命主體時，我們就

<sup>19</sup>唐君毅，《中國哲學原論·原道篇（卷一）》，臺北，台灣書局，1978年，頁356。

<sup>20</sup>高柏園，《莊子內七篇思想研究》，臺北，文津出版社，2000年，頁126。

<sup>21</sup>張默生，《莊子新譯》，新北，漢京文化事業公司，1983年，頁89。

能悠遊自在，沒有拘束的徜徉在寬廣的天地間，不受外物的羈絆，不被欲念所牽制，順乎天理而行，就能逍遙於人世間。莊子以寓言來說明心知化解作用：

**蛇謂風曰「予動吾脊脅而行，則有似也。今子蓬蓬然起於北海，蓬蓬然入於南海，而似無有，何也？」風曰：「然。予蓬蓬然起於北海，而入於南海也，然而指我則勝我，鱗我亦勝我。雖然，夫折大木，蜚大屋者，唯我能也，故以眾小不勝為大勝也。為大勝者，唯勝人能之。」〈秋水〉**

誠如螭對蛇說，我起動萬足並行，卻趕不上你無足而行的快速，請問理由何在？蛇答道，此天機起動，純認自然，怎能用萬足或無足的有形因素來衡量呢？我承認天機又何需用腳來取代前行呢？而這只是有形而的可見。而風之聲勢浩大的從北海飛起，又聲勢浩大的衝入南海，看似無形，不過只要有人用手指向我，就可以穿透風中。雖然如此，可以折斷大樹，颳走大屋的，卻只有風做得到。所以風是用諸多小處的不求勝，而生成我不求勝所給出來之大勝的空間。

宣穎《南華經解》又云：「**夔有用足之勢，螭無用足之勢，螭所以勝也；螭有足之用，蛇無足之用，蛇所以勝也；蛇有體之運，風無體之運，風所以勝也。惟無體，故似為小勝，而實成大勝。蓋至於風，而形迹盡矣，目與心之運，雖更神，然當身可自喻之。**」此說道出，風形迹已盡，「目」已無形迹可運，卻可直接看到，眼神閃，天地盡在其中，惟「心」的本身一如道體，每一當下以自身的「虛」，包容萬物，也照現萬物。自然的世界，其神奇完美到不可思議，早為古來有智慧的人所驚歎，時至今日科技發達，益發見它的周密深奧與偉大。

一般地講，人間世不論有多險惡，只要不涉足是非的爭端，不踏進利害的衝突，再險再惡也不及我。故自莊學的立場，人們既然另行建立了一個世界，而我亦必然身處其中，但只要能夠守住心靈的虛靜與自然，如此我與人間的糾葛，互不相干，以此態度自處，庶幾得方。心靈自體是虛而無待的。若耳目之官，是具體的感性存在，其賴於心靈的活動以賦予其價值，是顯而易見的。唯此心炙的純

化與靜空，方使人之具體生命得以圓應無窮，故虛而無具，正是〈齊物論〉所謂「得其環中，以應無窮。」由此當足以說明莊子心靈治療雖是以去執去病為主要精神，而不必將此心靈之無執定置在某種特殊之對象或意義上。若進一步落實到較為具體的次級概念，即是有關身體、語言、溝通及心靈開放等諸多問題上。對此一切最後之反省，其動力與依據便是心靈之自覺與開放，而進入生命層次中的最終層次的絕對性。

莊子思想中，正由於人和萬物的隔閡與摩擦並非世間的本然狀態，而是當人陷溺於成心之中，開始對所處世界產生種種高低貴賤之分判，與是非計較之斷定時，才產生的虛妄封限。陳政揚先生深入引述莊子的思想，人之難以體證大道之妙，源自人受限於生命中的有待。然而，人的生命中的有待又以兩種方式呈現：一者，就人稟受自然所成的形軀生命而言。由於人本然的以「人之形」所具有的感官機能與思辨能力，作為領略所處的世界（及其與自身的關係）的依據。基於人之形軀生命的獨特性可知，以「人之形」為依據的認識活動，所能瞭解的就僅僅只是由人所覺察的世界。二者，就人依成心所起的虛妄隔閡而言。人往往並非僅自限在稟受於天的感官形軀之人形中，而只能見到萬物與「我」的差別。更有甚者，人還會以「我」的好惡為判別萬有存在價值的標準，由此建立起一套「順我為是、逆我為非」的世界觀。<sup>22</sup>

對此，莊子以通過三籟之喻指出，人是可以超拔於自然所受與人為所成的種種侷限，復歸於「以為未始有物」的體道境界。〈齊物論〉言：由「形固可使如槁木，而心固可使如死灰乎？」的提問，以及其後所引導出「吾喪我」之功夫和「三籟」之喻可知；莊子一方面藉由層層消解的功夫，指出人如何由自然所受與人為所成的侷限中超拔。另一方面，則指出當人消融「形」之侷限後，所見之大道原貌，吾人則可通過「我」形之消融，達到超越有待以契入無待的體道境界。

---

<sup>22</sup> 陳政揚，〈論生命的有待與超拔以莊子「形」概念為中心〉，《揭諦》，第 16 期，2009 年 2 月，頁 115-120。

## 第四章 境界的圓融

天地萬物的存在與變化是由其自己自然形成，也不是靠人們的意識觀念所產生，莊子要破的是相對的是非、善惡、美醜這種價值上相對待中的二分法。我們對待萬物時應先放下自己，虛以待物方能以平等心來看待眾生，這樣才能將個體種種相對的價值差異，以及非本質產生不存在的分別去除，進一步就萬物本體來肯定其存在的意義。莊子希望可以往內在尋求，儘管外界紛紛擾攘，充滿動盪不安，可世只要能夠心安，萬事即皆可順。人的生死來去都是造化創作的循環，如果安於這樣的變化順著而行，所有的哀傷快樂都不會入於心，擺脫情感的作用，心就不受綑綁了。

### 第一節 價值的重建

人的心知執著與分別則會為人世間帶來紛擾與對立，莊子為解決心知執著與分別造成的苦痛，所開出的藥方是「道通為一、休乎天鈞」。莊子在〈齊物論〉中言：「**為達者知通為一，為是不用而寓知庸。庸也者，用也；用也者，通也；通也者，得也；適得而幾矣。因是已。已而不知其然，謂之道。**」<sup>1</sup>王邦雄先生認為生命中的困頓排除障礙，多源自於心知執著產生的分別心，要想解決困頓、排除障礙，唯有解消心知執著產生的對立，方能讓萬物回歸其真實的本有。所以吳怡先生說：「道之所以能通為一，並非道有何神力，而是道和萬物一體。道之能通為一，是由於萬物能通為一。萬物之能通為一，並非萬物的殊相使然，而是殊相所本的共能通為一。」<sup>2</sup>莊子在〈齊物論〉中說：

<sup>1</sup>王邦雄，《莊子內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》，臺北，遠流出版社，2013年，頁90。

<sup>2</sup>吳怡，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2009年，頁89。

何謂朝三？曰：「狙公賦芋，曰：『朝三暮四。』眾狙皆怒。曰：『然則朝四而暮三。』眾狙皆悅。」名實未虧而喜怒為用，亦因也。是以聖人和之以是非，而休乎天鈞，是之謂兩行。

當處事情時遇到反對的聲浪時，管理者胸襟氣度，往往關係其領導能力的好壞，當反對聲四起時，好的領導者能從被管理者的角度來同理其感受，並協調出雙方都能接受的方法來應對。而領導者之道行在消融人我相對的是非，讓一切因是非而起的事物歸於一體的和諧。故天道無心自然的均平之下，完全解消對自家物論的執著與堅持，而給出物論可以平齊的精神空間。

依據「物論」對物的存在做出「然」與「不然」的價值論定，「物」的然與不然，由「道」的可與不可而來，有道行的工夫，才能獲致物然的評價，你的一生怎麼行，人家就怎麼說你，你「行之」而有成，人家就會「謂之」而得然了。從天道內在於萬物的存有真實來看，萬物本來就有它自己的「然」，沒有那一物的存在是不然。也有它自己的「可」，沒有那一物的存在是不可，萬籟的有聲之聲皆從無生之聲的天籟而來，故萬竅發出的生命樂章，大有不同，卻都有天籟在人間的彰顯，而找回生命的本德天真。如同老子所說的「復歸於嬰兒」與「復歸於樸」《道德經·二十八章》，嬰兒的天真，鄉土的素樸，皆是道在人間的表徵，復歸於道，因生命的體悟覺醒而通達於道。

首先是我們面對病痛時，是不是並不在乎自身形體之改變，而形體只是順時間的變化而改變，如果能夠接受改變，順應其變化，那麼就不會被哀樂的情緒所限制。自古以來，放下心執就是解消倒懸之苦的方法，而物無法勝過自然天道也是亙古不變的道理。此外，遭逢「生、老、病、死」所帶來的苦痛，是不分貧富貴賤，無人能夠避免，人人皆須面對的人生課題。為實踐「生死如一」的人生智慧，莊子再開出「安時處順」的藥方。在〈大宗師〉中言：「且夫得者，時也。失者，順也。安時而處順，哀樂不能入也。此古之所謂懸解也，而不能自解者，

物有結之，且夫物不勝天久矣，吾又何惡焉！」<sup>3</sup>莊子指自然生命，在現實生活中，命從何而來，並非是重要課題。人生常有許多不從人願的事物，面對命；當下該如何安然過關，達到「安時處順，則哀樂不能入」，唯有以虛靜心的作用，才足以化掉對外物的束縛和感情的沾滯，以及生死的執著。就命而言，其呈顯於現實層面中。在人而言，經由與生俱來人的才性氣質和肢體全缺的主觀面，以及客觀面的個體落在現實環境中，所要面對是種種客觀限制。

儒家從正面看生命，會有良知、良能，本心善性，道德主體的觀念存在。因此種存在，所以能超越氣根的命限而極於無窮的境界。道家莊子是從知命去解消人性氣質之清濁，使得人人知病、去病、解病，得到心靈有效治療，恢復生命正常與美好，從負面治病原理中作有效的治療。順著自我本心虛而待物，自然能自由揮灑沒有阻礙。王邦雄先生說：

莊子從忙碌說不亦悲乎，從茫然說不亦哀乎，從盲昧說不亦大哀乎，此身心靈三層次的痛切感，對人生之廣大而深入的同情，才是一個大思想家的生命特質。<sup>4</sup>

一般人常因為心靈的盲昧，使生命主體失去精神的出路，盲目的追求權勢名利讓人役使身體競逐比較，忙碌的生活卻令身體不堪負荷進而產生失眠、憂鬱等身心症狀，身心靈的痛苦讓人茫然失依，生命失去目標與重心。莊子明白點出人生的盲昧及生命的痛苦，皆來自於人心中因成心所造成的計較分別。何謂「成心」？根據牟宗三先生的說法：

「成心」是習慣心，從習慣累積而成的。每一個人都有一個習慣的心，你依據你的生活習慣、經驗習慣、家庭教育、種種教育，訓練成你的心態，以你自己的想法作標準。每一個人都有一個是非標準，故云：「誰獨且無

<sup>3</sup>王邦雄，《莊子內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》，臺北，遠流出版社，2013年，頁323。

<sup>4</sup>王邦雄，《莊子內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》，臺北，遠流出版社，2013年，頁80。

師乎？」<sup>5</sup>

在現實生活裡，人人因其生活經驗不同而有各自的成心，也就是各自都有一套判斷是非的標準。因此人與人之間的爭執計較皆來自成心。而成心也正是使我們的生命陷於困頓痛苦的根源。莊子為解決成心造成的苦痛，所開出的藥方是「莫若以明、眾生平等」。因為每一個人的價值觀不同，所以莊子藉由當時儒墨兩家之間的爭執辯論，來說明是非。馮友蘭先生說：

各方面的言，都可以說是真理的一方面。各方面的言，都不必互相是非。是非之起，由於人各就其有限的觀點，以看事物，而不知其觀點是有限的觀點，因此各有其偏見。有限是所謂小成。不知有限是有限，以為可以涵蓋一切。如此則道為有限所蔽，此所謂「道隱於小成」。<sup>6</sup>

人往往都是從自己的觀點來談，來看待事物，所以都說自己「是」，但也都只是偏見。唐君毅先生說：「莊子之所以論辯，而歸於忘言忘辯，蓋亦正有鑑於墨者之持其與儒者相辯無已，終不能決而發，齊物論所謂儒墨之是非也。」<sup>7</sup>唐先生認為莊子從忘言忘辯來談儒墨之間的辯論。人間的是非、善惡、美醜的標準都是主觀的價值判斷，莊子認為這些都是引發爭議的源頭，因此提出「明」來解決問題。牟宗三先生又說：

莊子以「以明」的態度來平齊禮俗中一套一套的是非、善惡、美醜。……禮俗的是非、善惡、美醜都是根據成心的標準而來的，跟歷史背景、社會條件、地理環境都有關係。……要能化除一套一套約定俗成的是非、善惡、美醜，能化除就是平齊。<sup>8</sup>

<sup>5</sup>牟宗三，〈莊子〈齊物論〉演講錄（二）〉，《鵝湖月刊》，第320期，2002年2月，頁3。

<sup>6</sup>馮友蘭，《人生的哲理》，臺北，生智文化事業公司，1997年，頁141。

<sup>7</sup>唐君毅，《中國哲學原理·導論篇》，臺北，臺灣學生書局，1984年，頁233。

<sup>8</sup>牟宗三，〈莊子（齊物論）講演錄（三）〉，《鵝湖月刊》，第321期，2002年3月，頁5。

無論是非、生死、大小、美醜、成虧等相對的觀念，都只是人為主觀意識下的產物，所以唯有化除成心，才能不主觀不固執。莊子進一步說明如何從「明」的層次來平齊是非，由事物的存在說起，我們對事物的觀念各有不同，如何捨棄觀念的不同，方能還萬物本來的面貌。莊子在〈齊物論〉中說「物無非彼，物無非是。自彼則不見，自知則知之說也。故曰：彼出於事，是亦因彼。彼是方生之說也。」牟宗三先生進一步說：

**莊子的立場是無是無非，……莊子說「物無非彼，物無非是」就是要衝破二分法，衝破二分法就是說：是非兩端相對，沒有一端能站得住而成其為一端。……這個「照之於天」也是「因是」，意思是：是通通是，非通通非。「因是」就是因順。<sup>9</sup>**

是非的產生多起源於人多以自身的觀點來思考問題，而未能設身處地站在對方的立場來看待事物。許多事情在事實上存在著相對的是非、對錯，如同炎夏飲冰水卻清涼暢快的道理一樣，但冰水的溫度雖然相同，然飲水的時機、飲水的人不同都可能有不一樣的感受。其實物的本身是平等的，沒有是與非的，是非的產生乃出自於「我」為凸顯自我而把自己和物或他人分開，因而有了自是的觀念，這種是非就不是真正的是非。所以我們應從更高的高度來看事物，自然更能接受萬事萬物存在的差異，而以萬物生成的自然面貌來接納萬物真實的存有。在〈德充符〉中言：

**惠子謂莊子曰：「人故無情乎？」莊子曰：「然。」惠子曰：「人而無情，何以謂之人？」……惠子曰：「不益生，何以有其身？」莊子曰：「道與之貌，天與之形，無以好惡內傷其身。今子外乎子之神，勞乎子之精，倚樹而吟，據槁梧而瞑。天選之形，子以堅白鳴！」**

<sup>9</sup>參閱：牟宗三，〈莊子〈齊物論〉演說錄（四）〉，《鵝湖月刊》，第322期，2003年4月，頁3-4。

人生而為人，怎能無情，納憑什麼說他是人，豈非木頭一個。人主觀的心理情感並非人天生而有，其實質並不決定人要怎樣做為一個人，決定了人怎樣做為一個人的，卻是本來不在人生命中，亦即本來不是人的實質，卻是人從心的虛空中與外物相引而發的心理情感，這些莫須有的「幻實質」卻是代替了人真正的實質，使人發展成了這麼一個樣子，一個不幸而自戕自災的樣子。人的實質發展出來與否，是另一個問題，起碼這「幻實質」應該予以消除，乃是人刻不容緩的自家急務。為什麼呢？因它在自然之外益生，益生即所以損生啊！<sup>10</sup>何以能保有這一條命呢？莊子已說過「常因自然」，生命原本是自然的生命的道路，益生，則破壞生命的道路，生命何能活？簡單的說，天供給了你一個完全的人形與生命。也給了你過人的才氣，沒有想到你以「離堅白」的藉口，蹉跎了一生的美妙時光。

〈養生主〉說：「吾生也有涯而知也無涯，以有涯隨無涯，殆已。」其意亦可與〈德充符〉「無情」之說相互發萌。我們把本來的無限的生命定著在有限上，這是第一度的沈落；又把這個有限的生命投入在無窮盡的計較分別中，這無論對人的天真本德或具體生命而言都是傷害，所以說「殆已」這是第二度的沈淪。把本來可以互相感通，互相結合的生命，孤立起來，通過形驅把它孤立起來；然後把莫須有的心知定執無限制的推廣，以致將可大可久的生命有限化了，唯此病並非無藥可救，重點就在於「無」的處方良藥而已。

## 第二節 意義的豁顯

人應該心淡可遊而氣漠能合，心與天下人同在，氣與天下人同行，這不就是順應天下的自然天真，而不給出私心己出的空間，那不就是心無何有，而可以閒處遨遊在壙垠之野的桃花源。造物主並不是一個神，也不是獨立存在的客體。更具體一點說；萬物都是造物主，就是大化本身，視同與人一樣交遊，而沒有人與

<sup>10</sup>陳冠學，《莊子新注（內篇）》，臺北，東大圖書公司，1989年，頁281-282。

物的差別之相。莊子於〈應帝王〉中說：

陽子居見老聃，曰：「有人於此，嚮疾彊梁，物徹疏明，學道不勌。如是者，可彼明王乎？」老聃曰：「是於聖人也……如是者，可比明王乎？」陽子居蹴然曰：「敢問明王之治，功蓋天下，而似不自己，化貸萬物而民弗恃；有莫舉名，使物自喜；立乎不測，而遊於無有者也。」<sup>11</sup>

莊子藉由老聃與陽子的對話，說明一個體魄智慧雙全的人，可以比喻為聖人嗎？

《道得經·四十章》云：「為學日益，為道日損。損之又損，以至於無為，無為而不為。」<sup>12</sup>學道不倦，僅是為學日益的執著。對道的體悟來說，修道工夫在每日求其減損，所減損的正是心知所日益的執著。但又被自己的專技所綁住，既勞累形體，又擔憂煩心，怎能是虛靜明照的聖人呢？老聃給究竟解答，如果在賦予萬物中化成萬物，卻沒有可以依靠的空間；唯有讓生命的美好還歸每一個人的自身，才是實質道之體。

〈德充符〉又說：「物視其所一而不見其所喪，視喪其足猶遺土也。」從萬物的觀點來看，而不以成心來區隔萬物的人，達到「且不耳目之所宜，而遊心乎德之和」之境。具有無執著無分別的心，就能解消了心知而釋放了生命，體現了物我兩忘、情景交融的一體和諧之境，「游心於德之和」有如〈齊物論〉中「萬竅怒号」，既活出人籟之真，又共成地賴之和。道家從無心、無知、無為說「遊」，而無心是無道德的理想負擔，無知是無知識的研發壓力，無為是無實用的利害考量，以德性心、認知心，呈顯實用心，照現生命本身的美感心靈。萬物沒有隱藏，也不必壓抑，更無須偽裝作假，人人以真實的面貌出現，也就是美感的姿態朗現在天下人的眼前，此之謂「遊心乎德之和」。從萬物的本具有一體看，而不從萬物的形體殊看，即使看自身少了一隻腳，就像塵土飄落大地一樣的不放在心上。牟宗三先生說：

<sup>11</sup>王邦雄，《莊子內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》，臺北，遠流出版社，2013年，頁368。

<sup>12</sup>參閱：樓宇烈，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，2006年，頁127。

「是亦一無窮，非亦一無窮」就是依而復即，這樣一來，是非沒了。那麼二者如何合起來，而結果無是無非呢？就是要衝破二分法，這就是道樞。樞就是一個圓圈較中心點，無論如何變化，到這裡來，我一眼看到，你通通對，通通不對，這就是「明」，就是智慧。這就是莊子提供的「天」、「明」。這樣一來就不要爭吵了。<sup>13</sup>

莊子認為化除「是」和「彼」的對立，要藉由「明」的智慧，來使之產生道的作用，即以天道之明來轉化「是」和「彼」間的是非對立。道樞就像在圓環的虛空處，不逐是非，所以能以不變應萬變。高柏園先生說：莊子之〈齊物論〉首在轉化彼此主觀之心境，去其相待之成心，以自是其是，各非其非。此即不用心於客觀問題之解析與論證之辯難，而著力於超拔於彼此是非之上而予一相通之觀照，由此而安立彼此的方法。<sup>14</sup>王邦雄先生在〈齊物論〉中進一步指出：

心知執著無窮無盡，人為造作也就沒完沒了。惟有解消執著與造作，超離在無窮是非之上，以天道的高度來順任萬物的流轉，順任萬物之所是而是之，人人皆是，物物皆然，人生頓時從自困自苦中，轉向自在自得了。<sup>15</sup>

既然是非的產生都起因於觀念的執著，那唯有打破觀念的執著，方能得見事物的真。也就是不要以自我的角度來看待萬物，也不用是非的觀點來判斷萬物，放棄是非之爭而以天道之明來照物，方能順應萬物本體的真實存有。從天道內在於萬物的存有真實來看，萬物本來就有它自己的「然」，它自己的「可」，「然」是存在的合理，「可」是實踐的合理。由此可知，萬物皆有其存在的價值，人應超越或捨棄以自己的觀點來判斷萬物的價值，則萬物都各有它們存在的意義。吳怡先生也說：

<sup>13</sup>參閱：牟宗三，〈莊子〈齊物論〉講演錄（四）〉，《鵝湖月刊》，第322期，2002年4月，頁5。

<sup>14</sup>高柏園，《莊子內七篇思想研究》，臺北，文津出版社，2000年，頁89。

<sup>15</sup>王邦雄，《莊子內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》，臺北，遠流出版社，2013年，頁89。

莊子對於是非、成毀、貴賤、禍福等相對的觀念，不是完全用一個「無」字去加以抹煞，而是照之以明，拿一個庸字做衡量，也就是以實用性也就是以實用性、普遍性、適中性去打消這些差別的現象。<sup>16</sup>

莊子透過萬物的實用性、普遍性、適中性來解消心知執著產生的差別對立，亦即順任萬物之自然，尊重萬物之自然，尊重萬物之本性，就能使萬物各自成就其特性與功能，沒有了差別紛爭就能合乎道，能通自然而為一。也就是說萬物的表相雖有差異，然就生命的本質卻是一致，藉由化解心中對萬物表相的價值判斷，以平等心來看待萬物時，就能接納包容萬物的本來面貌，來達到齊物的目標，因此就整體自然而言是道與萬物是相通為一。成玄英〈疏〉說：

乘風輕舉，雖免步行，非風不進，猶有須待。自宰官已下及末榮、禦寇，歷舉智德優劣不同，既未洞忘，咸歸有待。惟當順萬物之性，遊變化之塗，而能無所不成者，方盡逍遙之妙致者也。<sup>17</sup>

成玄英先生認為這一類的人已然開放我執，隨順自然，然雖能達到無己的境界，卻仍有待於風，等於是生命的方向是由風來決定。一個生命方向由風來決定之人，事實上等同是喪失了生命主導權，豈是真正的逍遙？莊子以「無用之用」來談自我肯定的人生態度。首先從「無執於用」的觀點談無用之用。而陳德和先生進一步說：

惠子採世俗的觀點，以物之可用與不可用而決定取捨，如五石之瓠不能盛水漿，剖之以為瓢又太占空間，只好將他丟棄。莊子不如此，他以為可用與不可用是主觀的，也是相對的，如果我們不拘泥於世俗的習慣，則任何一物都是可用的。換言之，天生我材必有用，所以任何一物也不能被取消

<sup>16</sup>吳怡，《逍遙的莊子》，臺北，三民書局，2009年，頁75。

<sup>17</sup>郭慶藩，《莊子集釋》，臺北，世界書局，2013年，頁10。

它的存在。<sup>18</sup>

莊子覺得惠子視容量五石之大的大瓠為無用之物，實則是惠子自己「拙於用大」。天地萬物的存在必有其價值，應以無執開放的心靈來看待萬物萬事，如能不拘泥於世俗的價值與判斷，則天地萬物皆有可用之處。因此莊子的見解是從「無執於用」來說無用之用，而且天地萬物本身的存在就是目的，都有其存在的價值，應該受到珍惜與尊重。因此應透過莊子的無執於用，來培養自我肯定的人生態度，找到自我存在的價值。

惠子又以樗木的大而無用來譏諷莊子，而莊子則巧妙的藉樗木的大而無用來說明正因不符合世俗的價值標準，所以不被刀斧所砍傷，因此無用的妙用就在能因其不合於用而得以全生，逍遙自得又哪有什麼煩惱呢？王邦雄先生說：「**惠子譏諷莊子有如一棵山樗大樹，大而無用，因為大本盤錯而不合繩墨的標準，小枝拳曲而不合規矩的衡定，所以種在路邊木匠走過也不回頭看。**」<sup>19</sup>惠子以大而無用譏嘲莊子，然莊子巧妙的以世俗的無用卻有逍遙的妙用來回答之。莊子不隨世俗價值起舞，以自我肯定的人生態度，為自己找出生命的定位。

面對世人對自我存在價值的質疑，莊子進一步開出的藥方就是「自我肯定、無心無為」的人生態度。符於世俗價值的有用之用只能算是用來應付狀況時的小技巧，而無用之用才是身處人間世時應世的大智慧。因為擁有「無用」的智慧，並非成為無用之人，而是能夠擁有「**有才不爭功，有知不執著，有德不以人惡育其美**」的智慧，才是真正處世之大用。因此，以「無用之用乃大用」之心來看待自己，方能以自我肯定的態度尋回真實的自我。

<sup>18</sup>王邦雄、陳德和，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2011年，頁142。

<sup>19</sup>王邦雄/等，《中國哲學史》，臺北，里仁書局，2005年，頁145。

### 第三節 理想的造詣

我們應拋開往外追逐的念頭，惟有摒棄心知執著，方能讓自己成為無厚的生命主體。當我們成為無厚的生命主體時，我們就能悠遊自在，沒有拘束的徜徉在寬廣的天地間。能自在遊於期間沒有阻礙，來詮釋當我們摒棄心中執著，擺脫外物的負累，轉而向內探尋自我。所以不受外悟羈絆，不被欲念所牽制，順乎天理而行，就能逍遙於人世間。

〈德充符〉說：「彼為己，以其知，得其心；得其常心，物何為最之哉？」孔子詮釋王骀的用心，「不知」的化解工夫，而開顯遊心乎德之和的境界。此即常季體認的「彼為己」，也就是一切從心知執著所帶動的人為造作，皆歸於止息。王船山《莊子解》所言：「知生於心，還以亂心。」故工夫在心上做。「以其心，得其常心」，因為「心」有「知」的作用，故「不知」端在無心，此無掉心知的執著，就回歸心中本來的虛靜，此之謂常心。

莊子在〈大宗師〉又說：「且彼有駭形而無損心，有旦宅而無情死。孟孫氏特覺，人哭亦哭，是自其所以乃。……造適不及笑，獻笑不及排，安排而去化，乃入於寥天一。」形驅本來就會變化，但心有何必有損失；形驅不過是一處居所，消逝了也不代表真正的死亡。孟孫氏有自我特有的覺悟，也體貼世俗禮俗，便「人哭亦哭」，卻不過度表現。當所有人都執著於外在形軀的表現，又有誰可以覺察真實的自我？其實世事是不受安排的，唯一想替世事安排架構的生死兩端及過程執著。如郭象〈注〉：「安於推排，而與化俱去」，假如生命沒有死亡，只有化的自然，即「安排而去化，乃入於寥天一」，依循「道」而順其自然，執著在流轉中，即不見其根。〈大宗師〉說：

**知天之所為者，天而生也；知人之所為者，以其知之所知，以養其知之所**

不知，終其天年而不中道夭者，是知之盛也。<sup>20</sup>

莊子從心知的執著，養到心知的解消，由人的無心天真，以知天道的自然。心不執著於物，心回歸心的虛靜，氣回歸氣的自畫，這樣的人可以享有天生的年歲，不會人生路走一半，而折損了自己。所謂「知之盛」的知，指謂的是從「知」養到「不知」的不知之知，故所謂「有患」，不在心知的患累，而在修養工夫的不確定。唯當境知兩忘，能所雙絕者，方能無可無不可，而有待於主體心靈從「知」養到「不知」的工夫上。「不知」是解消執著而歸於虛靜，不執著物，也無待於物，〈逍遙遊〉從無待說逍遙，逍遙理境的開顯，完全靠工夫來保證，而工夫是沒完沒了，無窮無盡。所以「不知」是解消執著而放開物，也解消了人生命中的物，而朗現了人生命中的「天」。人體現了天道，活出天生本真，這樣的人就是真人，通過真人的生命，就可以知天。吳怡先生進一步指出：

草澤旁的野雞十步一啄，百步一飲，精神自得，不求養在籠中。「養在籠中」乃暗喻高官厚祿，唯名利所困。所以「不善也」，陳壽昌《注》：「不自以為善」，即為善無近名的意思。<sup>21</sup>

吳怡先生認為，莊子乃以澤雉甘於自然的平淡生活，而不願意被關在籠中的寓言故事，來說明惟有不受名利的誘惑，才能得到精神的自由。那澤雉的生活猶如隱士，安於自然是為提升精神層次的個人修為而非以此博得清譽的美名，所以對他而言早已忘卻「善」。當我們甘於平淡樸實的精神生活，不再陷溺於物慾之海，載浮載沉無法自拔時，生命的層次就能向上提升。

莊子在〈養生主〉說：「彼節者有間，而刀刃者無厚；以無厚入有間，恢恢乎其於遊刃必有餘地矣。」莊子以「遊刃」來形容刀刃插入牛體空隙處自在運行，正呼應了〈逍遙遊〉中生命主體的自在遊於人間。因此，這正告訴我們，處事唯

<sup>20</sup>王邦雄，《莊子內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》，臺北，遠流出版社，2013年，頁283。

<sup>21</sup>吳怡，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2009年，頁134。

有順著自然天理，方能不耗損自身精神，並回歸天生自然的本真。莊子再以「保身」、「全生」、「養親」、「盡年」證成以盡其天年和註定的天賦壽命，來面對死亡時的態度。〈大宗師〉說：**彼近吾死而我不聽，我則悍矣，彼何罪焉！夫大塊載我以形，勞我以生，佚我以老，息我以死。故善吾生者，乃所以善吾死也。**生死之事乃上天註定，有生必有死，這是必然且無法改變的現象，想要獲得心靈上的安定，惟有放下，能放下才能不執著、無分別。我們應明白人生在世不免經歷「生、老、病、死」的歷程，然生老病死乃自然現象，應以「安時處順」的態度來面對，視死生一如，方能不為哀樂的情緒所困。〈大宗師〉又說：「**死生，命也，其有夜旦之常，天也。人之有所不得與，皆物之情也。**」莊子把人的生死，看得像日夜交替一般，是一種自然循環變化，人是無法去改變或干預這種自然的天道。

陳德和先生更進一步以「安於所命」來說明，莊子如何因應面對生死所帶來的痛苦，人因有實然之命限，所已難免將有隨之而來的困境與痛苦，然亦由於如此而人必將知解除此困境與痛苦的迫切性，是則乃相待當有應然之意義行為付諸出現，若依莊子義，安於所命顯然就是他最佳的選擇，他相信惟此安於所命，才能擺脫莫須有的困結並證成生命的無限意義。<sup>22</sup>

簡言之，人生中有兩種關係是解不開也逃不掉的，分別是父子關係與君臣關係。人皆父母所生，因此子女對父母的愛、對父母的孝是天生命定的；君臣之間則是依循義理而行的。在面對這不可逃也解不開的關係時，我們唯一能做的就是認命與安命。所謂的認命，就是明知這層關係非人力所能決定，是無法逃避的，所已應該永敢面對。而安命，則是既然選擇了，就要勇敢面對，則不論事情的成敗或好壞，都要坦然接受，安於結果。莊子在〈人間世〉說：「殺生者不死，生生者不生。」更進一步以「殺生者不死，生生者不生。」來解釋「不生不死」。吳怡先生說：

---

<sup>22</sup>參閱：陳德和，〈《莊子·養生主》論心靈的突破與生命的安頓〉，《鵝湖學誌》，第44期，2010年6月，頁155。

「殺生」並非殺掉生命，而是去掉對形骸生命的執著。……「不生」有兩義，一是不以自生為生，即《老子》所謂「天之所以能長且久者，以其不自生，故能長生。」（〈第七章〉）。一是指不為所生，也就是不受物所限。這是說大化的生生不已，不以某一物，或某一片段的存在為生。這兩句正是前面「不生不死」的注解，也即是道的生死一體的境界。<sup>23</sup>

這即是所謂，不執著於生的人，才能長久的生成天地萬物；順應天地萬物生成的人才能不受物所限。對道家而言，「不死之道」就在不生，而殺生是無，生生是有，通過無的化解作用，而作用的保存天生本真的有。亦即藉由殺生的「無」之化解，來保存生生的「有」，這正是天地萬物自然生成的道理。

莊子在〈人間世〉中又言：「其為物，無不將也，無不迎也；無不毀也，無不成也。其名為撻寧也者，撻而成者也。」即是說「道」在現象界中與物相應相變的作用，也是寫修道者如何來應付萬物。對萬物變化之降臨，修道者應順應萬物之自然，而無分別揀擇之心，順任形體與萬物同毀，而不必求形體之獨存，把握自己真實的存在，便能在宇宙的變化中，與萬物共存共成。進而在心知上無成與毀，態度上也無將與迎，儘管人間紛擾，仍保有生命的寧靜。

世人常計較於事物之價值和執著於生命的形體，並因此產生分別心，然若真正能做到隨順萬物時，就不在乎送往迎來，更無所謂成功失敗。在心中一旦無計較，態度就不再執著於結果的成或毀。就算時局混亂，人心不古，一樣能不受干擾，保持心靈的澄澈寧靜。如陳德和先生所言：「此體道證德之境界，是無待無執地處乎萬象之中卻不被萬物所牽引擾動的境界，所以莊子又稱為『撻寧』。」<sup>24</sup>簡言之，即面對萬物變化時的擾動，依然能保持心中的寧靜，這才是體證道的圓融理境。

<sup>23</sup>吳怡，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2009年，頁256。

<sup>24</sup>王邦雄、陳德和，《老莊與人生》，國立空中大學，2011年，頁138。

## 第五章 結論

一、中國的傳統哲學是一種生命的哲學，以關懷生命為中心，重視實踐生命的工夫，而道家思想，更是蘊涵豐富的生命哲學。筆者心中有一種感悟，有些人在人生的生命旅程中逐漸失去了自我，並與自我對立，造成心靈封閉、內心空虛。以莊子哲學中對生命的關懷及探討，正能使吾人讓自己明瞭病之所在，進而尋求治病之道。正由於生命的本真，就同時帶來存在的真象，所以生與死的意義及其何去何從？將和偏執狂妄之心，共同為所有人類休戚與共的大問題。程兆雄先生說，莊子之學是生命之學，而生命之學則正是不傷之學。而唯有拋開生命中的桎梏，才能回歸生命的本真。

本論文〈第一章〉為緒論或導言，此章中暫不對莊子思想或內七篇的內容做實質的探討及敘述，只先從形式上說明本論文的研究動機與目的、研究範圍與材料和研究的進入與架構；在研究的動機與目的方面，主要是從既有成果的掌握與架構；證明本論文研究的合理性及可行性，在研究的範圍與材料方面，除了設定探索的幅度以避免流於寬泛外，同時也提醒自己不要過於自信而大量引申反招來無以抵擋的質疑。〈第二章〉是對莊子之安世思想的義旨以及身心的安寧做出合理的探討與論述，大體上是將〈內七篇〉放在「安時處順的生死懸解」的天平上做完整的考察，許多觀念的來源出自安時處順的義涵，當然對於生死懸疑的底蘊亦不敢漠視。〈第三章〉主要是將前一章已然提煉出來的核心思想，落實到具體的情境中，以之證明產生於兩千多年前莊子思想如今亦有其不朽的意義及價值，敘述的重點則集中在現代心靈療癒和生命精神。〈第四章〉順延〈第三章〉的生命精神與價值能有更深入的論述，達到境界的圓融。例如〈第一節價值的重建〉，以超越提升的精神來化解生命中所面臨各項困頓，並實現生命真正的價值。〈第二節意義的豁然〉，主要探討自我的肯定、適性自得、和諧自在之議題。〈第三節理想的造詣〉，落實生命教育的實踐，期望對生死之限制及其超越。

生命是有條件、相對的也是受到限制，但從有限性顯露出人生的獨特與可

貴。莊子生命哲學中蘊含豐富的人生智慧，用以解決生命的困苦，治療心靈的沉痛。生而為人，就需活在人世間面對人生的無常，生命的不確定。人必須瞭解生命的有限，而試著做安命的工夫，往內心修養追尋，在生命之中，確立應對的方式，這才是真正的智慧，也唯有如此深沈智慧，才能夠善用有限生命，轉化成就無限的生命。王邦雄先生認為善惡的執著與分別都是「名」；而善惡的執著與分別所拖帶出的壓力與傷痛，也都是「刑」。除了因善惡帶來實質上名利或懲罰之外，王邦雄先生於〈養生主〉曾說：「不善也」，是自我的解消。陳壽昌云：「言澤雉惟未歷樊中束縛之苦，故以澤中之飲為常，神氣雖旺，初不覺其善，忘適之適如此。王邦雄先生認為，處身於草澤之間的野雉，飲食皆需尋覓方得溫飽，看似辛苦，實則是自由自在地徜徉於天地之間。所以能自由自在而神清氣爽，即使是錦衣玉食也不為所動，由此可知，能順應自然，善惡兩忘，就能享受自得自在的人生。

〈養生主〉又說「順中以為常」或「循虛而行」的處世智慧，可以扭轉「殆而已矣」的存在困局，而回歸天生本真的自然美好。因此可以保身，可以全生，可以養親，可以盡年。莊子在〈逍遙遊〉中，認為生命即無牽引無負累，而人間道行要在心知上每天求其減損，當下過，也當下忘，忘了才過，忘不了等同過不去。能解消心知的執著，生命得到釋放，就可以高蹈遠隱，隨處可遊。每個人都曾有許多想追尋的目標與理想，然卻因人生中的諸多不確定因素，加上生命的有限性，以及個別差異，時空環境等侷限性，讓許多人徒呼人生苦短，感嘆生命的無奈，甚至因此而茫然失落，或陷入追逐名利的殺戮戰場而無法自拔。

莊子所引寓之神人的生命人格與德行涵養，將廣被萬物，以為一世的人求天下得以平治，有那一個人會為了治理天下，而勞神而累形呢？由此可知，那失去視覺的人，無從看到文章的華麗，失去聽覺的人，無從聽聞音樂的美妙，那裡只是人的形體官能會有聾盲，心智也一樣會有的。此意謂著心智的聾盲，正是像以上所引述的人。此說神人的生命人格，沒有物會成為他的負累，也沒有任何物可以傷害他。

二、莊子的思想是求全其永在的生命，所謂永在的生命者，即超出形骸以外的生命，亦即是天地與我並生，萬物與我為一的生命。但在逍遙之意義上，仍然不逍遙，因其有待，所以只得一端的相對小逍遙而已，因此仍然有局，譬如列子一流高人逸士，脫得二累破出二局，呈出自我，由生命的本體經由自我解消，而達逍遙境界。再將自我投進這至一至大的化蘊，這才是人類的健康生命、健康生活，是人還入於天，與造化者俱所獲得的至一至大的生命與生活的究竟逍遙。故人間世的精神出路，惟在「至德之人玄同彼我者之逍遙也。」人活在人間的現實存在，總是在相互依存中，而不免有待；無待的理境僅在精神的超拔與生命的飛越中開顯。

人與人的接觸從一開始單存的互助互動，到因心知執著而產生的分別比較，最後彼此的傷害。莊子以「桀殺關龍逢，紂殺王子比干。」的例子說明因關龍逢和比干都是修養自身，並以臣下身分去愛護人民，批評君主的無德，而分別遭桀與紂的殺害，正是因其好名而招來殺身之禍。我們如果心神專一凝聚，不以耳目之官、心知之明來感知萬物，而以虛靜的氣來符應萬物，就能使道自然依止於虛上。而所謂的虛，正是心齋工夫。人類從透過耳目之官的感覺這個世界，到藉由心來感知這個世界，最後提昇以無待虛靜的氣來包容這個世界，當心靈經過耳、心、氣三個層次的進展，才能達到「天地與我並生，萬物與我為一」的境界，再從「生命」的認識推演至道是無始無終的一大生命。

人有太多的執著，我們在自困自苦，把自己困在一個小的世界裡面，然後說生命是失落的，生命是一種壓迫的。所以莊子通過「大鵬怒飛」的寓言：「北冥有魚，其名為鯤，鯤之大，不知其幾千里也。」以北海指出人的生命的孕育之場，是神祕不可知的，但一切的歷史文化在這邊展現，一切的天才、一切的思想家在這邊展現。而鯤是魚子，魚子是小的，把一個至小的鯤說成幾千里的大，以至小為至大，說明生命是由小而大的成長，生命也有它多種的層次在飛越，人在某個階段會不僅在成長，而且在蛻變，生命的蛻變，往更高的層次飛昇，所以偉大的生命、精神是相通的。任處於人間世，經常因遭遇無法掌控的狀況而自責或茫然

失措；抑或面對強大外力無法抵抗或改變，而委曲求全，心生怨懟，在面對失敗只能一味怨天尤人，陷溺於不斷自怨自艾中而無法重新振作者，莊子認為應從心靈的修養來做工夫。

莊子從每一層次的修鍊所需的時間逐漸增加，透露出越高層次的心靈修養，需花更多的時間、精神才能達成。所以敞開心胸包容萬物的差異或變化時，就不會造成心中的負擔或改變，更無所謂委屈求全或失去自我。簡言之，聖人的道行在消融人我相對的是非，而歸於一體的和諧，由和解走向和諧，經由解消而後融和，而歸於一體。人的理解體悟，說「有所至」，又問「惡乎至」。此自問自答，理解體悟之最高層次在「未始有物者」，是窮其高，是盡其理，是即生命存在的終極原理，更是生命的大用。

人是順天而生的生命；通過人，才能夠知天。就如同論語所講的：「天和言哉？四時行焉，百物生焉。天何言哉？」天是無言的，但是有四時百物，通過四時百物的生生不息，你就知道天。把「知天之所為」，化為「知人之所為」，人只能過一生，我總要抓住什麼，所以心才從天上下到人間，一下到人間的話，就抓住物象。在道家來說，不知才是真正的知，因為不知是自由無限心，沒有任何成心偏見，可以觀照一切，可以從最高的領域往下觀照，眾生平等，這個才是真正自由無限的精神生命的領域。我們只能努力提昇自身心靈修養，期能做到不受喜、怒、哀、樂等情緒變化的影響而感到痛苦煎熬，就算因為失敗而必須受到懲罰，也能明瞭這是莫可奈何的結果，即使無法避開外在的懲罰，然透過心靈的修養，至少能讓自己坦然接受結果，免除內心煎熬之苦。

人的行為如果不合以名與智為依據；換句話說，名與智不足為一切人行為的準則。〈人間世〉言：「且若亦知夫德之所蕩，而知之所為出乎哉」要使自己知名度高，那就是爭名聞；反之，則是名聞不爭。宣穎云：「名起則相傾壓，爭起則以知為具。」名號是用來相互傾軋的，而心知是爭逐的利器。你原先是德厚信確，名聞不爭，正處的是德未蕩失於名的不相軋境界，若直接以你這整個具體的人格與人相處，原不至軋人，但你與人初回相接，人卻不知，而你又以仁義繩墨這一

套名去說人，這分明是德蕩乎名的失德專名境界，難怪別人所感到的是你以名軋人而已。要使「非所以盡行也」，宣穎又云：「非所以盡乎行世之道也」。因為二者對生命而言，都極具殺傷力，不能用以活出生命的自然美好。

生命的負累完全解除，人格的盲昧澈底消化，是之謂「朝徹」，所以朝徹是人生理想完全體現，這當然是開放心靈的圓融理境。而入道工夫的修鍊是漸進而有次第性的，然一旦體悟道之後，悟道境界的開顯則是一體朗現，昭然於心。當我們完全拋開生命的負累，體悟了道，心中一片虛靜，此時的心境是清明透徹，就如莊子所言之「虛室生白」，這就達到朝徹的境界。而見獨指的是人見道之後的精神境界，所以可將二者合而為一，即為悟道後的心靈境界。我們經常因為面對問題時心中存有成心，而以自己的角度、觀點來揣測判斷他人的動機，而認為對方是故意找碴或蓄意挑釁。莊子透過「朝三暮四」的寓言，點出如果我們不以自身觀點或價值來看待世物，而能以對方的感受做為決策的依據，自然就能做到「喜怒為用」。在調和是非時，則回歸到自然的均平之道，如此就能皆大歡喜。

三、莊子所啟發世人的是「吾喪我」之修養工夫所開顯的生命理境，那可不是魂不附體或心不在焉的衰敗氣象，而是無為無執、虛靜自然的體現真常大道的重高意義。再者，那人間的言語，跟吹萬不同的天籟，是大有不同的，因為言者要有所言，以自己的立場與觀點，建構自家的理論系統，卻可能落於主觀，而是非不定，包容一切存在與可能的天籟則異於是；天籟就是「道」，然而「道」又有真假之別，真道才是道，假道只虛有其表。

人間的道怎麼會有真假之分呢？「惡乎存」是存於何，人間的言怎麼會有是非之別？對存在現況的描述在道有真假之分，言有是非之別；反思在那意味著大道隱退不見了，真言也退藏流失。何謂真人？《莊子·大宗師》說：「古之真人，不逆寡，不雄成，不謨士。」莊子認為即不對毫無徵兆的事情妄下推斷，古代的真人虛懷若谷，從不妄自尊大。「不謨士」更能體現出真人的出世形象。他們不會因為諸事順利就自鳴得意，更不會因為錯過機會而沮喪不已。

世人皆嚮往獨立追求自主，但人是群體的動物，然卻難以離群索居，因此想

要超越提升自我，逍遙遊於人間，就需仰賴「物」、「我」平等的齊物修養來實踐。正如王邦雄先生所說：「在〈齊物論〉的世界裡面，才能夠真正的逍遙遊，在沒有分別的世界裡面，我們才得以真正的自由解放。」此沒有分別的世界其實就是和平共存，互補共生的世界。人身處混亂的時局中人我關係複雜多變，加上心中經常因成見產生諸多的是非、分別、計較等弊病，甚至導致身心的問題，吾人應努力超越於是非之上，方能得到生命之大自在。莊子所關心的不僅是個人的困頓，更關懷天下的問題。因此，王邦雄先生更進一步點出：「假定『逍遙遊』是讓大家都得救，從『逍遙遊』到『齊物論』，就是從自我的提升到天下的平等，即眾生平等。」也就是說，齊就是齊一、平等。所以從（逍遙遊）到（齊物論），是從自我提升後能逍遙遊於人間世到以平等的對待幫助眾生擺脫束縛，從自救到救人，期能達到眾生平等的目標。

從此再次說明，致虛所靜的開放心靈，是見證永恆的智慧與境界。而主體觀念對莊子而言並無任何內容意義，而只是以作用為性，亦是以化解偏執為主要功能，因而表現出隨時應物而不滯於物的作用。陳德和先生更進一步說明：聖人能夠超越是非、善惡、美醜等的計較對立而所遇皆適處之泰然，亦即不落兩邊、不執一端，並且由於如此而可以來去自如、出入無礙。人生境界的層次，因每個人的修為不同進程。莊子將生命的進程，分成四種的境界，在〈逍遙遊〉中云：「故夫知效一官，行此一鄉，德合一君，而徵一國者，其自視也亦若此矣。」莊子首先將被世俗認定成功的人物，歸類為第一類型的人。從世人的觀點來看，這類型的人有一定的社會地位，是成功並受世人敬佩及稱羨的，但此類事功人物雖有功有名，卻有求於外，其自我期許就如同小麻雀般小。

人如果一味的堅持自己在他人眼中應是何種形象而勉強為之，卻未真正從心上去做工夫，因此只是做到形式上的無待，而非心中真正無待。故莊子批評他們「猶有未樹」，僅能做到不役於物，雖不受外物的影響，卻無法達到無己的境界。天地間之萬物，有其自然運行變化的規則，至人、神人、聖人這一境界之人早已明白自然大化之道，所以順其自然運行之道，而逍遙遊於天地之間。因此，葉海

煙先生說：莊子不強調生命個體與天地之間的對立性，而注重生命體與天地的一體性。由此一體性，莊子設法成就其理想的人生，而體現此一體性的人，乃理想之人，即所謂「至人」、「神人」、「聖人」。人若想成就生命人格的完美理境，只有順應自然，才能與自然萬物合為一體。放下心中的價值判斷對立關係後，眼中所看到的世界就不再有是非對錯之分，不需依賴外物、無論身處何處都能怡然自得。

莊子這種心靈的解放，不外乎無執的功夫和境界，一言以蔽之就是「無」的修養。不過這種修養絕非虛無主義式的消極或頹廢，而是不將不迎、毋意毋必的對一切敞開以包容一切、尊重一切，所以既能夠成全萬有，也可以讓自己無障無隔的悠遊於天上人間。世人常以世俗的觀點來衡量事物的價值，而忽略生命本身的價值，其實只要放下心中的偏執與造作，以開放的心靈看待萬物生命，則萬物都有其存在的意義。其實萬物之間的「是」與「非」，絕不是在「物之所同是」，而是在於「是非之塗，樊然殺亂」，以明問語本身便是問題。是非原是對待的產物，故是非本身是無窮的、翻覆的，因此要從相對上去認知。就莊子來說，吾生本來是無限的，這個無限是就每一個當下來說，我生命虛靜，我超然物外，沒有任何負累，沒有任何執著。人生道上有我就有你，不僅有我有你，還有千古，和整個歷史文化在我生命裡面。

當我們放下心中的執著，面對並接受這無法逃避的必然，才能讓生命回復平靜。也唯有人將被心知執著所困放下，才能重新在生命之中找到新的目標，為生命找到新的方向。人生的迷失就在自困自苦，人生的覺悟就在自在自得。以老解莊，老子以「不德」的化解作用，來保存「有德」的自然美好；莊子則以「德不形於外」的工夫修養，而內斂涵藏以保有「德充於內」的本德天真。道家性格，本在虛靜觀復，虛靜心像一面明鏡，鏡子沒有自己而照現萬物，讓萬物回歸它自己的天真本德，在虛靜觀照下，而找回在人間街頭失落的自己。

四、王邦雄先生認為「官覺接物，而心起執著」的觀點來看「知」，他認為知之所以無涯，起因於心知對萬物、萬事的執著，如此會造成生命的負累，形成

心靈的枷鎖。如果是因為幫助需要的人而產生為善的念頭，那份純粹的助人之心自然值得鼓勵，然如果為善的目的是以贏得名聲為出發點，就成了沽名釣譽。而當心中產生為惡的念頭時，更應自我提醒，才不會受到刑的懲罰。莊子明白指出，無論是為善或為惡的念頭皆源自於人心，唯有保持心的平靜，不受外界的誘惑干擾，才能讓自己免除因為善為惡所產生的負累。由此進一步說明；所謂緣督以為經就是將順著自然之道，當成處事的原則，成為常態。我們應拋開往外追逐的念頭，惟有摒棄心知執著，方能讓自己成為無厚的生命主體。當我們成為無厚的生命主體時，我們就能悠遊自在，沒有拘束的徜徉在寬廣的天地間，不受外物的羈絆，不被欲念所牽制，順乎天理而行，就能逍遙於人世間。

自然的世界，其神奇完美到不可思議，早為古來有智慧的人所驚歎，時至今日科技發達，益發見它的周密深奧與偉大。然而人類搬出了它，人類自己陷入愚蠢的繭縛。對此一切最後之反省，其動力與依據便是心靈之自覺與開放，而進入生命層次中的最終層次的絕對性。此心靈治療之病痛，是以治療當完全在心上做工夫，蓋病執皆是心之病執的源頭。人的心知執著與分別則會為人世間帶來紛擾與對立，莊子為解決心知執著與分別造成的苦痛，所開出的藥方是「道通為一、休乎天鈞」。莊子在〈齊物論〉中言：「為達者知通為一，為是不用而寓知庸。庸也者，用也；用也者，通也；通也者，得也；適得而幾矣。因是已。已而不知其然，謂之道。」王邦雄先生認為生命中的困頓排除障礙，多源自於心知執著產生的分別心，要想解決困頓、排除障礙，唯有解消心知執著產生的對立，方能讓萬物回歸其真實的本有。

如同老子所說的「復歸於嬰兒」與「復歸於樸」（《道德經·二十八章》），嬰兒的天真，鄉土的素樸，皆是道在人間的表徵，復歸於道，因生命的體悟覺醒而通達於道。如果能夠接受改變，順應其變化，那麼就不會被哀樂的情緒所限制。自古以來，放下心執就是解消倒懸之苦的方法，而物無法勝過自然天道也是亙古不變的道理。此外，遭逢「生、老、病、死」所帶來的苦痛，是不分貧富貴賤，無人能夠避免，人人皆須面對的人生課題。為實踐「生死如一」的人生智慧，莊

子再開出「安時處順」的藥方。在人而言，經由與生俱來人的才性氣質和肢體全缺的主觀面，以及客觀面的個體落在現實環境中，所要面對是種種客觀限制。道家莊子是從負面去解消人性氣質之清濁，使得人人知病、去病、解病，得到心靈有效治療，恢復生命正常與美好，從負面治病原理中作有效的治療。順著自我本心虛而待物，自然能自由揮灑沒有阻礙。一般人常因為心靈的盲昧，使生命主體失去精神的出路，盲目的追求權勢名利讓人役使身體競逐比較，忙碌的生活卻令身體不堪負荷進而產生失眠、憂鬱等身心症狀，身心靈的痛苦讓人茫然失依，生命失去目標與重心。人往往都是從自己的觀點來談，來看待事物，所以都說自己「是」，但也都只是偏見。唐君毅先生說：「莊子之所以論辯，而歸於忘言忘辯，蓋亦正有鑑於墨者之持其與儒者相辯無已，終不能決而發，齊物論所謂儒墨之是非也。」人間的是非、善惡、美醜的標準都是主觀的價值判斷，莊子認為這些都是引發爭議的源頭，因此提出「明」來解決問題。

莊子從「明」的層次來平齊是非，由事物的存在說起，我們對事物的觀念各有不同，如何捨棄觀念的不同，方能還萬物本來的面貌。其實物的本身是平等的，沒有是與非的，是非的產生乃出自於「我」為凸顯自我而把自己和物或他人分開，因而有了自是的觀念，這種是非就不是真正的是非。人生而為人，怎能無情，那憑什麼說他是人，豈非木頭一個。人主觀的心理情感並非人天生而有，其實質並不決定人要怎樣做為一個人，決定了人怎樣做為一個人的，卻是本來不在人生命中，亦即本來不是人的實質，卻是人從心的虛空中與外物相引而發的心理情感，這些莫須有的「幻實質」卻是代替了人真正的實質，使人發展成了這麼一個樣子，一個不幸而自戕自災的樣子。

生命原本是自然的生命的道路，益生，則破壞生命的道路，生命何能活？簡單的說，天供給了你一個完全的人形與生命。也給了你過人的才氣，沒有想到你以「離堅白」的藉口，蹉跎了一生的美妙時光。所以說「殆已」這是第二度的沈淪。把本來可以互相感通，互相結合的生命，孤立起來，通過形驅把它孤立起來；然後把莫須有的心知定執無限制的推廣，以致將可大可久的生命有限化了，唯此

病並非無藥可救，重點就在於「無」的智方良藥而已。從萬物的觀點來看，而不以成心來區隔萬物的人，達到「且不耳目之所宜，而遊心乎德之和」之境。具有無執著無分別的心，就能解消了心知而釋放了生命，體現了物我兩忘、情景交融的一體和諧之境。

莊子認為化除「是」和「彼」的對立，要藉由「明」的智慧，來使之產生道的作用，即以天道之明來轉化「是」和「彼」間的是非對立。高柏園先生說：莊子之〈齊物論〉首在轉化彼此主觀之心境，去其相待之成心，以自是其是，各非其非。此即不用心於客觀問題之解析與論證之辯別，而著力於超拔於彼此是非之上而予一相通之觀照，由此而安立彼此的方法。也就是不要以自我的角度來看待萬物，也不用是非的觀點來判斷萬物，放棄是非之爭而以天道之明來照物，方能順應萬物本體的真實存有。透過萬物的實用性、普遍性、適中性來解消心知執著產生的差別對立，亦即順任萬物之自然，尊重萬物之自然，尊重萬物之本性，使萬物各自成就其特性與功能，沒有了差別紛爭就能合乎道，能通自然而為一。

因此莊子的見解是從「無執於用」來說無用之用，而且天地萬物本身的存在就是目的，都有其存在的價值，應該受到珍惜與尊重。因此應透過莊子的無執於用，來培養自我肯定的人生態度，找到自我存在的價值。面對世人對自我存在價值的質疑，莊子進一步開出的藥方就是「自我肯定、無心無為」的人生態度。符於世俗價值的有用之用只能算是用來應付狀況時的小技巧，而無用之用才是身處人間世時應世的大智慧。

莊子更把人的生死，看得像日夜交替一般，是一種自然循環變化，人是無法去改變或干預這種自然的天道。以「安於所命」來說明，莊子如何因應面對生死所帶來的痛苦，人因有實然之命限，所以難免將有隨之而來的困境與痛苦，然亦由於如此而人必將知解除此困境與痛苦的迫切性，是則乃相待當有應然之意義行為付諸出現，若依莊子義，安於所命顯然就是他最佳的選擇，他相信惟此安於所命，才能擺脫莫須有的困結並證成生命的無限意義。

## 參考書目

### 一、古典文獻（略依作者年代順序排列）

先秦·老子，《老子》

先秦·莊子，《莊子》

西漢·司馬遷著，南朝宋·裴駟、唐·司馬貞、唐·張守節注，《史記三家注》，北京，中華書局，2002年。

南宋·朱熹，《四書章句集註》，臺北，鵝湖出版社，1984年（點校本）。

南宋·林希逸，《莊子虞齋口義校注》，北京，中華書局，1997年（點校本）。

明·潘基慶，《南華經集注》，臺北，藝文印書館，1972年（景本）。

明·釋德清，《莊子內篇註》，臺北，新文豐出版公司，1973年（景本）。

清·王夫之，《莊子通·莊子解》，臺北，里仁書局，1984年（點校本）。

清·林雲銘，《莊子因》，臺北，蘭臺書局，1975年（景本）。

清·宣穎，《南華經解》，臺北，藝文印書館，1974年（景本）。

清·郭慶藩，《莊子集釋》，臺北，世界書局，2013年。

清·陳壽昌，《南華真經正義》，臺北，新天地書局，1977年（景本）。

清·王先謙，《莊子集解》，臺北，東大圖書公司，2004年（新印本）。

### 二、當代專書（依姓氏筆劃為序）

方東美，《中國人生哲學》，臺北，黎明文化事業公司，1993年。

方東美，《中國哲學之精神及其發展》，臺北，黎明文化事業公司，2005年。

方東美，《生生之德》，臺北，黎明文化事業公司，1982年。

方東美，《原始儒家道家哲學》，臺北，黎明文化事業公司，1985年。

王邦雄，《人間道》，臺北，漢藝色研文化事業公司，2005年。

王邦雄，《生死道》，臺北，漢藝色研文化事業公司，2005年。

- 王邦雄，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版社，2010年。
- 王邦雄，《走在逍遙的路上》，臺北，臺灣商務印書館，2006年。
- 王邦雄，《莊子內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》，臺北，遠流出版社，2013年。
- 王邦雄，《莊子道》，臺北，里仁書局，2011年。
- 王邦雄、陳德和，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2011年。
- 王邦雄／等，《中國哲學史（上）》，臺北，里仁書局，2006年。
- 王叔岷，《莊學管闡》，臺北，藝文印書館，1978年。
- 王淑俐，《情緒管理——祝你健康快樂》，臺北，全華科技圖書公司，2005年。
- 朱榮智，《改變一生的莊子名言》，臺北，德威國際文化公司，2008年。
- 牟宗三，《才性與玄理》，臺北，臺灣學生書局，2002年。
- 牟宗三，《中國哲學十九講》，臺北，臺灣學生書局，1999年。
- 牟宗三，《生命的學問》，臺北，三民書局，2003年。
- 牟宗三，《圓善論》，臺北，臺灣學生書局，1996年。
- 牟宗三講述、陶國璋整構，《莊子齊物論義理演析》，臺北，書林出版社，1999年。
- 吳 怡，《生命的轉化》，臺北，東大圖書公司，1996年。
- 吳 怡，《逍遙的莊子》，臺北，東大圖書公司，1991年。
- 吳 怡，《新譯老子解義》，臺北，三民書局，2003年。
- 吳 怡，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2009年。
- 吳汝鈞，《老莊哲學的現代析論》，臺北，文津出版社，1998年。
- 杜保瑞，《莊周夢蝶》，臺北，書泉出版社，1997年。
- 林安梧，《中國宗教與意義治療》，臺北，明文書局，2001年。
- 林安梧，《新道家與治療學——老子的智慧》，臺北，臺灣商務印書館，2006年。

- 唐君毅，《中國哲學原論·原道篇》卷一，臺北，臺灣學生書局，1978年。
- 唐璽惠／等，《情緒管理與壓力調適》，臺北，心理出版社，2005年。
- 徐復觀，《中國人性論史·先秦篇》，臺北，臺灣商務印書館，1999年。
- 袁保新，《老子哲學之詮釋與重建》，臺北，文津出版社，1991年。
- 高柏園，《中庸形上思想》，臺北，東大圖書公司，1991年。
- 高柏園，《莊子內七篇思想研究》，臺北，文津出版社，2000年。
- 張春興，《張氏心理學辭典》，臺北，臺灣東華書局，1992年。
- 張默生，《莊子新釋》，新北，漢京文化事業公司，1983年。
- 梁瑞明，《莊子調適生命之學——《莊子》釋義》，香港，志蓮淨苑，2008年。
- 莊耀輝，《情緒管理》，臺北，新文京開發公司，2006年。
- 陳正榮，《情緒管理72——歷史人物的情緒語言奧祕》，臺北，遠流出版公司，1998年。
- 陳鼓應，《老莊新論》，臺北，五南圖書公司，1993年。
- 陳鼓應，《莊子今註今譯》（增訂版），臺北，臺灣商務印書館，2013年。
- 陳鼓應，《莊子哲學》，臺北，臺灣商務印書館，2011年。
- 陳鼓應，《莊子哲學探究》，臺北，日盛印製廠，1975年。
- 陳德和，《台灣教育哲學論》，臺北，文史哲出版社，2002年。
- 陳德和，《生活世界的哲思》，臺北，樂學書局，2001年。
- 陳德和，《從老莊思想詮詁莊書外雜篇的生命哲學》，臺北，文史哲出版社，1993年。
- 陳德和，《道家思想的哲學詮釋》，臺北，里仁書局，2005年。
- 陳德和，《儒家思想的哲學詮釋》，臺北，洪葉文化事業公司，2003年。
- 傅偉勳，《從創造詮釋學到大乘佛學》，臺北，東大圖書公司，1990年。
- 傅偉勳，《學問的生命與生命的學問》，臺北，正中書局，1998年。
- 勞思光，《思想方法五講新編》，香港，香港中文大學，2000年。

- 勞思光，《新編中國哲學史（一）》，臺北，三民書局，1987年。
- 程兆熊，《道家思想——老莊大義》，臺北，明文書局，1985年。
- 馮友蘭，《人生的哲理》，臺北，生智文化事業公司，1997年。
- 黃惠惠，《情緒與壓力管理》，臺北，張老師文化事業，2002年。
- 黃錦鉉，《莊子及其文學》，臺北，東大圖書公司，1984年。
- 黃錦鉉，《新譯莊子讀本》，臺北，三民書局，2007年。
- 葉海煙，《老莊哲學新論》，臺北，文津出版社，1997年。
- 葉海煙，《莊子的生命哲學》，臺北，東大圖書公司，1990年。
- 鄔昆如，《西洋哲學史》，臺北，正中書局，2000年。
- 劉笑敢，《莊子哲學及其演變》，北京，中國社會科學出版社，1988年。
- 樓宇烈，《王弼集校釋》，北京，中華書局，1980年。
- 蔡仁厚，《中國哲學史大綱》，臺北，臺灣學生書局，1988年。
- 蔡秀玲等，《情緒管理》，臺北，揚智文化事業公司，2002年。
- 鄭峰明，《莊子思想及其藝術精神之研究》，臺北，文史哲出版社，1987年。
- 錢 穆，《莊子纂箋》，臺北，東大圖書公司，1998年。
- 羅 光，《生命哲學續篇》，臺北，臺灣學生書局，1992年。

### 三、期刊及單篇論文（依姓氏筆劃為序）

- 王邦雄，〈老莊道家論齊物兩行之道〉，《鵝湖學誌》，第30期，2003年6月。
- 王邦雄，〈走進莊子之學的門徑——鵝湖文化講座「莊子」導論〉，《鵝湖月刊》，第136期，1986年10月。
- 王邦雄，〈從「物論」平齊到「天下」一家〉，《鵝湖月刊》，第432期，2011年6月。
- 王邦雄，〈從修養功夫論莊子「道」的性格〉，《鵝湖月刊》，第246期，1995年12月。
- 王麗斐／等，〈生態合作取向的學校三級輔導體制：WISER模式介紹〉，《輔導97季刊》，第49卷第2期，2013年6月。

- 牟宗三，〈莊子〈齊物論〉講演錄（一）〉，《鵝湖月刊》，第 319 期，2002 年 1 月。
- 牟宗三，〈莊子〈齊物論〉講演錄（二）〉，《鵝湖月刊》，第 320 期，2002 年 2 月。
- 牟宗三，〈莊子〈齊物論〉講演錄（三）〉，《鵝湖月刊》，第 321 期，2002 年 3 月。
- 牟宗三，〈莊子〈齊物論〉講演錄（五）〉，《鵝湖月刊》，第 323 期，2002 年 5 月。
- 牟宗三，〈莊子〈齊物論〉講演錄（四）〉，《鵝湖月刊》，第 322 期，2002 年 4 月。
- 李玉嬋，〈悲傷輔導的理論基礎與康復之路〉，《諮商與輔導》，第 212 期，2003 年 8 月。
- 林安梧，〈開啟「意義治療」的當代新儒學大師——唐君毅先生〉，《鵝湖月刊》，第 235 期，1995 年 1 月。
- 林明照，〈無我而無物非我：呂惠卿《莊子義》中的無我論〉，《中國學術年刊》，第 35 期，2013 年 9 月。
- 林娟芬，〈悲傷輔導與社會工作〉，《神學與教會》，第 22 卷第 1 期，1996 年 12 月。
- 袁保新，〈秩序與創新——從文化治療學的角度省思道家哲學的現代義涵〉，《鵝湖月刊》，第 314 期，1991 年 5 月。
- 高柏園，〈莊子思想中的心靈治療體系〉，《鵝湖月刊》，第 304 期，2000 年 10 月。
- 高國書／等，〈悲傷輔導之進行——以喪母之成年已婚女性為例〉，《安寧療護雜誌》，第 4 期，2004 年 11 月。
- 曹中璋，〈情緒的認識與掌控〉，《學生輔導》，第 51 期，1997 年 10 月。
- 許鶴齡，〈廿一世紀逍遙遊：莊子之哲學諮商方法〉，《哲學與文化》，第 356

期，2004年1月。

陳宗仁，〈悲傷輔導的原則〉，《神學與教會》，第25卷第1期，1999年12月。

陳政揚，〈「人籟、地籟、天籟」與「吾喪我」之內在相似性的另類詮釋〉，《鵝湖月刊》，第290期，1999年8月。

陳政揚，〈以「知」與「真知」的分析為核心：論莊子由「忘」達「道」的境界工夫〉，《人文與社會研究學報》，第47卷第1期，2013年4月。

陳政揚，〈孟子與莊子「命」論研究〉，《揭諦》，第8期，2005年4月。

陳政揚，〈論「白馬非馬」在先秦哲學中的發展以儒、道、名、墨四家思想為例〉，《揭諦》，第6期，2004年4月。

陳政揚，〈論生命的有待與超拔以莊子「形」概念為中心〉，《揭諦》，第16期，2009年2月。

陳德和，〈《莊子·齊物論》的終極義諦及其奇詭書寫〉，《文學新鑰》，第3期，2005年7月。

陳德和，〈老莊的教育思想及其實踐〉，《鵝湖月刊》，第314期，2001年8月。

陳德和，〈從《莊子·養生主》論心靈的突破與生命的安頓〉，《鵝湖學誌》，第44期，2010年6月。

陳德和，〈當弗朗克遇上老子——意義的治療與作用的保存〉，《鵝湖月刊》，第384期，2007年6月。

陳德和，〈畸人與真人——莊子大宗師的超越性與圓融性〉，《鵝湖月刊》，第219期，1993年9月。

陳德和，〈試論道的雙重性——道德經中的「無」與「有」初探〉，《鵝湖月刊》，第189期，1991年3月。

陳德和，〈論牟宗三對人間道家的哲學建構——以老子思想的詮釋為例〉，《揭

諦》，第3期，2001年5月。

馮朝霖，〈盡人間情性參天地化育——論EQ與生命實踐〉，《哲學雜誌》，第19期，1997年11月。

劉麗惠，〈喪親兒童的生死教育與悲傷輔導〉，《諮商與輔導》，第262期，2007年10月。

賴明亮，〈意義治療法簡介〉，《安寧療護雜誌》，第2期，2003年5月。

賴柔君，〈生死教育——從幫助國小兒童面對死亡事件與悲傷輔導出發〉，《諮商與輔導》，第262期，2007年10月。

謝君直，〈老莊哲學的自然觀對生命教育研究的意義〉，《人文與社會研究學報》，第44卷第2期，2010年10月。

謝君直，〈郭店楚簡〈窮達以時〉所蘊含的義命問題〉，《東吳哲學學報》，第15期，2007年2月。

謝君直，〈郭店儒簡〈六德〉「仁義內外」的實踐原則及其規範〉，《揭諦》第18期，2010年1月。

#### 四、碩博士論文（依姓氏筆劃為序）

卞吾元，《莊子逍遙至樂思想之研究》，南華大學哲學系碩士論文，2009年。

王敘安，《莊子實踐哲學初探——以內七篇為中心》，南華大學哲學系碩士論文，2009年。

丘靜，《莊子哲學之生命教育意蘊》，東海大學哲學系碩士論文，2009年。

吳建明，《莊子安命哲學之研究》，南華管理學院哲學碩士論文，1999年。

李嘉哲，《經理人情緒智力測量之研究——以自我察覺為衡量標準》，國立中央大學人力資源管理研究所碩士論文，2009年。

林秀玲，《試論莊子哲學中的意義治療》，南華大學哲學系碩士論文，2009年。

林淑文，《莊子美學原理初探》，東吳大學哲學系碩士論文，2002年。

柯瓊娥，《試論老子療癒思想及其現代意義》，南華大學哲學系碩士論文，2008

年。

孫中峰，《莊學美學義蘊新詮》，國立東華大學中國語文學系博士論文，2005年。

張瑋儀，《莊子「治療學」義蘊之分析與展開》，淡江大學中國文學系碩士論文，2003年。

陳政揚，《孟子與莊子「內聖外王」研究》，東海大學哲學系博士論文，2003年。

陳春妙，《論莊子生命哲學的涵養工夫——以身體觀為例》，南華大學哲學與生命教育學系碩士論文，2012年。

陳香錡，《論莊子哲學對品格教育與友善校園的啟示》，南華大學哲學系碩士論文，2011年。

陳瓊玫，《老子治療學義蘊之詮釋》，國立台灣師範大學國文學系碩士論文，2006年。

傅瑩鈞，《從莊子哲學論生命教育》，南華大學哲學系碩士論文，2009年。

黃振國，《試論莊子生命哲學之意義及其實踐》，南華大學哲學系碩士論文，2011年。

黃朝和，《莊子遊心應世之人間道行析探》，南華大學哲學與生命教育學系碩士論文，2013年。

黃雅岑，《論莊子哲學對樂活觀念的啟示》，南華大學哲學系碩士論文，2012年。

黃源典，《先秦道家之意義治療意蘊研究》，淡江大學中國文學系博士論文，2006年。

蘇閔微，《莊子思想對生命教育的啟發》，國立中山大學中國文學系碩士論文，2005年。

蘇金谷，《試論老子哲學對意義治療的啟示》，南華大學哲學系碩士論文，2009年。