

南 華 大 學

哲學與生命教育學系

碩士論文

論莊子思想對教育的啟示  
——以親職教育為中心



指導教授：陳德和 博士

研 究 生：賴慧娟

中 華 民 國 一 零 二 年 五 月 九 日

## 摘要

本論文將系統化詮釋和探討《莊子》思想，並運用莊子思想對教育的啟示，切入親職教育。本論文寫作結構共分為四章：

第一章為緒論，主要是針對本論文作初步的介紹，第一節為研究動機和研究目的；第二節為研究材料和範圍；第三節為研究方法和架構，分此三節略作論述，期許能為此論文做基本的定位與介紹。

第二章為莊子哲學的生命教育理論，探討莊子面對俗世彼是我非的解消之道，以達到整體肯定的高遠境界，且莊子關心天地萬物的生命，以莊子的思想引領筆者，探索與認識生命的意義、尊重與珍惜生命的價值，熱愛並發展個人獨特的生命，並將自我與天地人之間搭建美好的共融共在關係。本章第一節為超越是非的整體肯定、第二節為心齋坐忘的修養工夫、第三節為逍遙無待的生命理想。

第三章為莊子哲學的親職教育思維，探討親子教養的相關問題及當遭逢困頓時該如何解消之道，牟宗三先生說：「人束縛于形式的桎梏中而不能自適其性，乃是大痛苦。故道家于人生的幸福上，首先要從外在的形式中解脫。」而親情，在莊子〈人間世〉中提到「子之愛親，命也，不可解於心。」親子關係是命也，不可逃也，面對問題不必逃，應以無執、無待的心診療親子之間的衝突，祈求達到親子關係和諧。此乃牟宗三先生所言，一逍遙則一切逍遙，一解放則一切解放。所以，第一節經由莊子思想探討如何讓親子關係和樂，讓家人之間溝通無距離，家庭成員間更有向心力、第二節經由莊學的啟發，思索如何在教育之中找回赤子之心，體現每個人的生命價值，讓孩子成為他自己、第三節為心理情緒的調節，針對品德教育與情緒管理作論述。

第四章為結論，就本論文第一章、第二章、第三章之陳述作一回顧，及此研究的限制與對未來的展望。

關鍵詞：莊子哲學、心齋坐忘、逍遙無待、親職教育、生命教育、品德教育

# 目 錄

<b>第一章 緒論</b> .....	<b>1</b>
第一節 研究的動機與目的 .....	1
一 研究動機 .....	1
二 研究目的 .....	4
第二節 研究的材料與範圍 .....	7
一 研究材料 .....	7
二 研究範圍 .....	10
第三節 研究的方法與架構 .....	12
一 研究方法 .....	12
二 研究架構 .....	14
<b>第二章 莊子哲學的生命教育理論</b> .....	<b>17</b>
第一節 超越是非的整體肯定 .....	18
一 和以天倪 .....	19
二 因是兩行 .....	23
第二節 心齋坐忘的修養工夫.....	27
一 唯道集虛 .....	29
二 離形去知.....	33
第三節 逍遙無待的生命理想.....	37
一 用而無用 .....	38
二 待而無待 .....	44

第三章 莊子哲學的親職教育思維 .....	50
第一節 親子關係的和樂 .....	51
一 以無厚入有間 .....	52
二 達人氣達人心 .....	57
第二節 赤子之心的找回 .....	61
一 因應的態度 .....	63
二 開放的心靈 .....	67
第三節 心理情緒的調節.....	73
一 品德教育 .....	74
二 情緒管理 .....	79
第四章 結論.....	85
參考書目 .....	91

# 第一章 緒論

本章緒論，先初步對論文做簡介與說明，共分為三節，第一節為研究的動機與目的；第二節為研究的材料與範圍；第三節為研究的方法與架構。藉由以上的章節，希望能將本研究的方向與目的加以定位。

## 第一節 研究的動機與目的

### 一 研究動機

隨著生育率的下降，少子化現象日趨嚴重，每個孩子都是家裡的寶貝，親職教育變成家庭，甚至是社會上很關心的一個議題。我國政府因此三讀通過首部「家庭教育法」，並於 92 年 2 月 6 日公佈實施。<sup>1</sup>而坊間也出現很多親職教養的書，企圖幫助父母親培養出優秀的孩子，因為孩子的成長是人生珍貴且不可逆轉的過程，所以現在父母親比老一輩的更願意在這方面有所著墨。在老一輩人的眼中，「養兒育女」是天經地義且簡單的事情，但是，隨著時代的轉變，父母親面臨的挑戰更多，必須重視孩子的興趣，跟孩子談民主，為了讓孩子能夠跟他人競爭、與世界接軌，還要安排孩子上各式各樣的才藝補習班。至於要如何運用有效的技巧引導孩子成長，建立親子間互信互愛的溝通默契，方法則是眾說紛紜，甚至還有些論點是互相矛盾、衝突，這樣的情況造成父母在教養上的困惑。像是開放式或權威式教養、東西方教養之爭……葉美雲先生提到：

古人云：「種瓜得瓜，種豆得豆。」養兒育女就如同培育瓜豆一般，都需要有合適的方法，什麼才是適合自己孩子的教育方法？為人父母者必須透過觀察、了解不同孩子的特性，發展出自家的獨特方法，才能激發出孩子的潛能！在這個少子化社會裏，如何教養小孩便成為父母最重要課題。<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> 「家庭教育法」於 92 年 2 月 6 日發布，並於 100 年 12 月 28 日加以修正，相關訊息可以參考「教育部主管法規查詢系統」，網址 <http://edu.law.moe.gov.tw/index.aspx>。

<sup>2</sup> 葉美雲，〈「孩子的成功 99% 靠媽媽的努力」書評〉，《家庭教育雙月刊》，第 32 期，2011 年 7 月，頁 84。

教養小孩是父母重要的課題，要找出解決這課題的解答絕不是一味的往外求、往書本求，因為每個小孩都是獨立的個體，絕不能像工廠一樣標準化製作，依樣卻不能畫出相同的葫蘆。身為父母親應該用心觀察孩子的特性，找出適合自己孩子的教育方式。筆者認為坊間琳瑯滿目的親職教養書籍，雖然教養的方法有異，但其最終目標皆希望孩子能成為一個獨立自主的個體。父母不應該執著於書，所謂盡信書不如無書，父母依照自己對孩子的觀察與了解，找到適合的方法，尊重孩子的意見，感受孩子的感受，不要總拿孩子與別人家的孩子比，這樣的競賽活動無窮無盡，永遠沒有停歇喘息的一天，那只會讓孩子活在別人的陰影之下、活在排行榜的名次中，找不著自己存在的價值。身為父母應該用你的慧眼去觀察，你就會發現每個孩子都有自己的一片天。<sup>3</sup>正如《莊子·齊物論》所言，天籟是「夫吹萬不同，而使其自己也，咸其自取，怒者其誰邪！」<sup>4</sup>每一竅的不同聲音，每一人的不同樂章，都是天籟的表現，所以一樣的真，一樣的美，一樣的善，沒有高低優劣之分。

中國的哲學向來關心我們的生命，是「生命的學問」，<sup>5</sup>陳德和先生進一步說明：

儒道思想是中國文化的共命慧。儒家以其剛毅的道德理想和真切的人文關懷，貞定了華族正德利用厚生的文化本質，道家則沒有儒者那種陽剛天行的氣象，以致不能在歷史文化的開創上扮演主導性的角色，但是，它的清虛太和卻像慈母般池涵容溫煦，讓走在人間大地的中華兒女，得到心靈的慰藉和滋潤。<sup>6</sup>

傳統的儒家和道家思想各有其精采迷人之處，儒家比較像嚴父的角色，道家則像

---

<sup>3</sup> 參閱：陳暉，《優秀的媽媽 NO.1 的小孩》，臺北，核心文化事業公司，2006 年，頁 240。

<sup>4</sup> 清·郭慶藩，《莊子集釋》，臺北，華正書局，1982 年(點校本)，頁 50。

<sup>5</sup> 參閱：牟宗三，《中國哲學十九講》，臺北，臺灣學生書局，1983 年，頁 15。文中提到：「中國哲學，從它那個通孔所發展出來的主要課題是生命，就是我們所說的生命學問。它是以生命為它的對象，主要的用心在於如何來調節我們的生命，來運轉我們的生命、安頓我們的生命。」

<sup>6</sup> 陳德和，《生活世界的哲思》，臺北，樂學書局，2001 年，頁 36。

個慈母般，能撫慰人間芸芸眾生的身心靈。<sup>7</sup>以道家的觀點來看，人生最大的病痛就是我執，所以老、莊就像是人類心靈的治療師，<sup>8</sup>所謂的治療，就是知病而治病，治病而去病，去病而無病。在佛教則說「去病而不去法」，<sup>9</sup>是要協助你治療病痛，而不是取消你的存在。莊子是要在自我的真實之外，尋求整體的和諧。<sup>10</sup>王邦雄先生認為：

莊子最大的學術性格，就是把老子的道，完全的收納到我們的生命中，整個把道家的道，道家的理想，道的無限性，完全化入我們的生命流行中，在我們的生命人格中，去開展出來，實現出來，所以他是把道吸納入生命中。……莊子講天人、聖人、神人、至人、真人，都講人，天落在人的身上，所以道家的道內在化，就是莊子。<sup>11</sup>

莊子將道家的理想、無限性，完全化入我們生命之中。吳怡先生則提到：

莊子的幽默卻是照耀古今，超越中外的，因為他是以深睿的哲理化解了我們對生死、是非、成敗、榮辱、美醜、貧富的執著，使我們得到的是一種洞徹人生的智慧。<sup>12</sup>

莊子的思想能化解各種執著、對立和緊張關係，也可以積極地提供正確的方向、智慧來解除人生的各種難關，把有限消解以開發成無限，讓自己從有限的自我開發出無限的自我，如此，人間才是可優遊的，更進一步達成「天地與我並生，萬物與我為一」的境界。

因此，筆者期待透過本論文的探討，能將莊子生命教育哲學意蘊詮釋明白，

---

<sup>7</sup> 陳德和先生在〈儒道互補論的辨析與詮定〉提到「創造性人文主義」和「解構性人文主義」，並認為儒道應該互補，此篇文章是來自於《東吳大學哲學學報》，第5期，2000年4月。

<sup>8</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7。

<sup>9</sup> 可參閱：牟宗三，《中國哲學十九講》，臺北，臺灣學生書局，1983年，頁121。牟宗三先生說：「解脫是去病，維摩詰經所謂『除病不除法』，要去的是病而不是法。」

<sup>10</sup> 參閱：王邦雄，〈莊子思想及其修養工夫〉，《鵝湖月刊》，第193期，1991年7月，頁1。

<sup>11</sup> 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，頁21。

<sup>12</sup> 吳怡，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2009年，〈前言〉頁1。

並且將之落實到親職教育方面。

## 二 研究目的

孩子的成長只有一次，那是個不爭的事實。每個家長都期待在孩子成長的道路上，扮演適當的角色，但當個好父親、好母親，絕不單單只是滿足孩子生理需求和欲望而已，王邦雄先生提到的：

本來人的生存，是簡單不過的事實問題，一加上人的尊嚴，就成了微妙複雜的價值問題。所以，如何做個好爸爸，如何帶領小孩，就不能僅落在生物本能的層次講，也不能專注在知識技術的層次探討，而應該往道德實踐與精神涵養的層次提升，我們子女，會有成長的困惑，會有感情的寂寞，會有理想的挫折，總之他們在每一階段都面對存在的壓力，所以，他們亟待父母隨時的關愛，與長期的支持。<sup>13</sup>

天下父母心，家長都想給孩子最好的一切，絞盡腦汁安排與規劃，讓孩子除了接受學校教育以外，課後時間也安排了各式各樣的才藝班、補習班，充分擠壓孩子的時間，使原本該屬於家庭成員互動、溝通的時間，幾乎被補習教育所取代，家庭教育的功能漸漸式微，其實家庭教育不應該被其他教育所取代，更正確地說，家庭教育是無法被取代的。

目前書籍市場百家爭鳴，親職教養的相關書籍總能佔有一席之地，而這些書提供父母親一些方法，例如：培養優秀的下一代、提昇孩子的競爭力，但真有一套方法可以適用所有的家庭和孩子嗎？筆者認為每個孩子都是獨立的個體，實難說哪個理論可以當絕對的公式，可以通行無阻。耶魯大學法學教授蔡美兒所創作的《虎媽的戰歌》<sup>14</sup>此書一出版，引發世界各地如排山倒海般的爭論，甚至產生東西方教養之戰。但從《莊子·齊物論》超越經驗範圍之上的生命智慧的觀點來

---

<sup>13</sup> 王邦雄，〈讓愛不累而長久——父親節獻辭〉，《鵝湖月刊》，第 110 期，1984 年 8 月，頁 1。

<sup>14</sup> 蔡美兒，錢基蓮(譯)，《虎媽的戰歌》，臺北，天下遠見出版社，2011 年。



看，<sup>15</sup>分別心所造成的爭論是沒辦法解決價值問題的。面對人世間孰是孰非論戰，王邦雄先生提出：

莊子走的第三條路，不取消，也不統一，他用超越的路超越過去，再回頭肯定，所以也不要取消，也不要統一，超越上去再回來肯定，如此雙方的「是」都出來。這莊子稱為「因是兩行」。<sup>16</sup>

人我之間有著不同的美與善，怕的是因心知執著把美善定在自身，把不同的美，看成不美；不同的善，判為不善。透過虛靜的工夫，去除成心，擴展開放的心靈，使心靈達到空明的境地，一如明鏡可以如實的觀照，<sup>17</sup>道家的理想，就是不用特定的角度、唯一的標準來衡量人、事或物有沒有用，無標準則所見皆美，所見皆善，所見皆是。

生命的旋律，生命的樂章，人人不同，連兄弟姊妹、甚至是雙胞胎也不會相同，父母應該尊重孩子的天真本性，每一個人都有其個性，每一個人都可以很精采，你天真，我天真，大家都是真的，這叫人籟。<sup>18</sup>父母親不要強迫孩子以自己的標準為目標，應該讓孩子活出他自己。正如《莊子·齊物論》「萬竅怒號」寓言中提到的「咸其自取」。

天下無不是的父母，筆者相信所有的父母親對孩子的愛絕對是無私的，但是，筆者也看到為數不少的父母親以愛之名行傷害孩子之實，依恃父母的威權強迫孩子跟著大人安排的「康莊大道」走，一旦設立標準作區隔畫分，就有好壞、對錯之別，聽從父母親安排的孩子，在父母親心目中或許乖巧可愛，但父母親你真有把握能掌握未來趨勢嗎？記住未來不是過去的延伸，若是幫孩子做了錯誤的決定，相信父母親的心也會自責；反之，遇到有主見、有想法的孩子，不願聽從

---

<sup>15</sup> 參閱：余姍倩，〈牟宗三先生對〈齊物論〉的理解——以《莊子〈齊物論〉演講錄》為範圍〉，《鵝湖學誌》，第46期，2011年6月，頁144。

<sup>16</sup> 王邦雄，〈莊子系列（二）齊物論〉，《鵝湖月刊》，第211期，1993年1月，頁20。

<sup>17</sup> 參閱：朱永欽，《莊子南華經內篇註》，彰化，光明國學出版社，2000年，頁39。

<sup>18</sup> 參閱：王邦雄，〈莊子系列（二）齊物論〉，《鵝湖月刊》，第211期，1993年1月，頁21。

擺布與安排，親子之間免不了要上演親子戰爭。愛恨只是一線之隔，愛如果未處理妥當，很容易就變成了恨。正如王邦雄先生所說：

做人要實現人的價值品格，為人父母，要擔當子女的人格成長，這一實現擔當的根源力量，來自我們愛心的發動。然而，愛心的發動一鼓作氣容易，持久卻相當困難。因為愛心是會知難而退的，一勞累，人會受不了，會逃離自己本分，會對抗自己的愛心。倘若負累擺脫不了，反而會以「恨」或「傷害」的形式表現，這就是「愛」的扭曲變質。<sup>19</sup>

父母是孩子的監護人，本來就該要監督、保護孩子，這責任無法推卸給他人，筆者非常贊同吳晟用「甜蜜的負荷」<sup>20</sup>來形容家長與孩子之間微妙的關係。但當父母親感覺所負荷的壓力大於其對孩子的愛時，便很容易因疲累而使愛變質了，這時道家便是鬆弛劑，能放鬆親子間的緊張關係；也可以是潤滑劑，能減少親子間的摩擦與糾紛，讓親子互動能夠順暢而不變質。

筆者在學校擔任教職已十多年的光景，看到形形色色的家長，因為自己的成長背景、學經歷、甚至是經濟或其他因素，而有不同的親子教養方式，更深刻地體認到親職教育對孩子身心發展的重要性。我們不可否認親職教養時間長短、家庭經濟條件、父母學經歷背景……，這些客觀條件對親子教養的品質多少有所影響，但劉啟彬先生提出：「教育孩子是父母的的人生職責，大人不能藉口貧困而免除親自教養孩子的責任……如果家長忽視了神聖的教子職責，我可以預言，他將會為他的過失而流出許多心酸之淚，並永遠也不能從哭泣中得到安慰。」<sup>21</sup>因此筆者研究的目的不去討論這些外在條件的影響，而是如王邦雄先生提到：

我怎樣開發我人性中的天命，來實現我們所堅持的，所追尋的道呢？這就涉及三面的道。第一是事實的道，第二是價值的道，第三是價值根源的道。

---

<sup>19</sup> 王邦雄，〈讓愛不累而長久——父親節獻辭〉，《鵝湖月刊》，第110期，1984年8月，頁1。

<sup>20</sup> 參閱：吳晟，《向孩子說》，臺北，洪範書店，1985年，頁3，在〈負荷〉這首詩提到：「孩子呀！阿爸也沒有任何怨言 只因這是生命中 最沉重 也是最甜蜜的負荷」。

<sup>21</sup> 劉啟彬，《世界最偉大的教育大師》，臺北，德威國際文化公司，2007年10月，頁17。

價值根源的道在哲學上叫形上學。我們都要有形而上的動源，而不要光在制度層次來反省，不要光在社會適應、心理適應討論這個問題。<sup>22</sup>

所以生命不光是事實，它還蘊含著價值，而且再進一步讓你開發實現價值的力量，哲學就是講這個道理。

筆者希望藉著研究莊子思想，以提供家長用寬容、自在、無待的態度經營親子關係，無執著無牽動，世界也解放了，人間也自由了，主體解除了，世界變大了，人間到處可遊，這就是逍遙遊。<sup>23</sup>

## 第二節 研究的材料與範圍

### 一 研究材料

在中國哲學史上，莊子無疑是一個具舉足輕重的哲學家，根據《史記》的記載：「莊子者，蒙人也，名周嘗為蒙漆園吏，與梁惠王、齊宣王同時。」<sup>24</sup>而他的作品就像個無盡的寶藏一樣，任人隨意地開發、詮釋，永遠取之不盡、用之不竭，所以，隨著不同的時間、情境，筆者會有不同的體會與想法。

《漢書·藝文志》記錄《莊子》有五十二篇，其中內篇七、外篇二十八、雜篇十四、解說三。據《經典釋文·序錄》說是由淮南王的門下客編定的。晉司馬彪及以後其他諸家都替它作注，都已經失傳了。現行我們所見到的莊書通行本，是分為內七篇、外篇十五、雜篇十一，總計為三十三篇，這是由郭象所刪定而成。

<sup>25</sup>歷代對《莊子》義理的研究頗多，除獨具新意的郭象注莊之外，<sup>26</sup>其它如：林

---

<sup>22</sup> 參閱：王邦雄，〈哲學與人生〉，《鵝湖月刊》，第 128 期，1986 年 2 月，頁 19。王邦雄先生有更進一步說明：「社會適應不好，心理適應不好，適應是順應外界，基本上是被外在所決定的……，我們只有一條路，心理要能適應它們，不要抗拒，不要逃避，只能去適應，有良好的適應，叫心理健康，就是心理衛生。」

<sup>23</sup> 參閱：王邦雄，〈莊子思想及其修養工夫〉，《鵝湖月刊》，第 193 期，1991 年 7 月，頁 5。

<sup>24</sup> 西漢·司馬遷著，南朝宋·裴駰、唐·司馬貞、唐·張守節注，《史記三家注》，北京，中華書局，2002 年，頁 2143。

<sup>25</sup> 參閱：黃錦鉉，《新譯莊子讀本》，臺北，三民書局，2011 年，〈導讀〉頁 11。

<sup>26</sup> 參閱：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》總號第 136 期，1986 年 10 月，提到：「郭象注莊等同王弼注老……，郭象注莊可以和他相提並論，所以王弼郭象幾乎可以代表整個魏晉新道家的思想」。

希逸《莊子虞齋口義校注》、<sup>27</sup>焦竑《莊子翼》、<sup>28</sup>潘基慶《南華經集注》、<sup>29</sup>釋德清《莊子內篇注》、<sup>30</sup>宣穎《莊子南華經解》、<sup>31</sup>林雲銘《莊子因》、<sup>32</sup>王先謙《莊子集解》<sup>33</sup>等，亦是本論文文獻研讀的重要對象。尤其是郭慶藩《莊子集釋》<sup>34</sup>不僅收錄了郭象注、成玄英疏和陸德明音義三書的全文，還摘引了清代漢學家如王念孫、俞樾等人的訓詁考證，並附有他自己的意見，是本論文最主要的參考來源。陳德和先生說：「儒道思想是中國文化的共命慧。」<sup>35</sup>所以本論文除了莊子思想之外，也參考了儒家思想，在古典文獻方面有：《孟子正義》、<sup>36</sup>朱熹《四書章句集注》。<sup>37</sup>

近代學者研究莊子哲理的頗多，如：牟宗三《中國哲學十九講》、方東美《中國哲學之精神及其發展》、唐君毅《中國哲學原論·原道篇》、徐復觀《中國人性論史·先秦篇》、王邦雄《莊子道》《莊子內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》、吳怡《新譯莊子內篇解義》、陳鼓應《莊子今注今譯》、張默生《莊子新釋》、陳德和《道家思想的哲學詮釋》、王邦雄和陳德和合著《老莊與人生》、葉海煙《莊子的生命哲學》、高柏園《莊子內七篇思想研究》……這些都是筆者重要的參考資料。

有關學位論文部分如：陳香錡《論莊子哲學對品格教育與友善校園的啟示》、<sup>38</sup>呂佩原《莊子生命教育思想之研究——以情緒管理為中心》、<sup>39</sup>傅瑩鈞《從莊子哲學論生命教育》、<sup>40</sup>田若屏《莊子「無待」思想之生命教育蘊義》、<sup>41</sup>黃俊峰

---

<sup>27</sup> 南宋·林希逸，《莊子虞齋口義校注》，北京，中華書局，1997年（點校本）。

<sup>28</sup> 明·焦竑，《莊子翼》，臺北，廣文書局，1979年（景本）。

<sup>29</sup> 明·潘基慶，《南華經集注》，臺北，藝文印書館，1972年（景本）。

<sup>30</sup> 明·釋德清，《莊子內篇注》，臺北，廣文書局，1991年（景本）。

<sup>31</sup> 清·宣穎，《莊子南華經解》，臺北，宏業書局，1977年（景本）。

<sup>32</sup> 清·林雲銘，《莊子因》，臺北，蘭臺書局，1975年（景本）。

<sup>33</sup> 清·王先謙，《莊子集解》，臺北，世界書局，2001年（點校本）。

<sup>34</sup> 清·郭慶藩，《莊子集釋》，臺北，華正書局，1982年（點校本），王孝魚〈點校後記〉。

<sup>35</sup> 陳德和，《生活世界的哲思》，臺北，樂學書局，2001年，頁36。

<sup>36</sup> 清·焦循，《孟子正義》，北京，中華書局，1987年（點校本）。

<sup>37</sup> 南宋·朱熹，《四書章句集注》，臺北，鵝湖出版社，1984年（點校本）。

<sup>38</sup> 南華大學哲學系碩士論文，2011年。

<sup>39</sup> 南華大學哲學系碩士論文，2010年。

<sup>40</sup> 南華大學哲學系碩士論文，2009年。

《《莊子》的功夫修養論及其教育意涵》、<sup>42</sup>陸怡蓓《莊子自然思想對國民小學品德教育啟示之研究》、<sup>43</sup>吳建明《莊子安命哲學之探究》、<sup>44</sup>姚榮華《莊子教育思想研究》<sup>45</sup>、張瑋儀《莊子「治療學」義蘊之分析與開展》、<sup>46</sup>黃源典《先秦道家之意義治療意蘊研究》<sup>47</sup>等等諸如此類，不勝枚舉均列為本論文之參考。

關於親職教育方面，專書如：何琦瑜《家庭教育：贏的起點》、汪詠黛《愛，就是慢教和等待》、陳之華《每個孩子都是第一名》、黃德祥《親職教育理論與應用》、楊俐容《提升親子 EQ 三部曲》、蔡春美、翁麗芳、洪福財《親子關係與親職教育(第二版)》和《親子關係與親職教育(第三版)》；期刊如：《諮商與輔導》、《家庭教育雙月刊》、《家庭教育與諮商學刊》所刊登的相關文章，等等諸如此類，不勝枚舉均列為本論文之參考。

雖然《莊子》的年代距今已兩千多年，但是與它的對話絕對能與我們的生活世界相感通。陳德和先生說：

老莊又可稱做生活道家或人間道家，因為他們雖然有志一同地對文明的弊病表達了強烈的不滿，但是最後的目的，卻無不希望每一個人都能夠在當下的生活世界中，具體而圓足地感通物我、和諧世情以成就長生久視的人間。職是之故，老莊他們之對於世間的關懷與期許，乃是無庸置疑的。<sup>48</sup>

正因為老莊思想是關心我們的生命，所以研究《莊子》要如張木生先生提到：

在此將《莊子》視作一哲學文本來看待，而不是將之視為一個對象物來對待和考察，否則便容易淪落入如《莊子》書中輪扁所稱的「古人之糟魄」的感嘆，在這個認知下，《莊子》之作為一部經典，它並不是與我們隔絕

---

<sup>41</sup> 國立東華大學教育研究所碩士論文，2002年。

<sup>42</sup> 國立臺灣師範大學教育學系碩士論文，2003年。

<sup>43</sup> 國立高雄師範大學國文學系碩士論文，2010年。

<sup>44</sup> 南華大學哲學研究所碩士論文，1999年。

<sup>45</sup> 國立政治大學教育研究所碩士論文，1988年。

<sup>46</sup> 淡江大學中國文學系碩士論文，2003年。

<sup>47</sup> 淡江大學中國文學系博士論文，2006年。

<sup>48</sup> 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，頁24。

的世界……同經典、傳統的每一次遭遇都是一次對話，在對話當中，意義得到展現，真理獲得揭示，這種對話是永不停止的，是永遠處於路途履行中的理解，因此真理的參與也是無休無止的。<sup>49</sup>

筆者非常認同張先生獨到的見解，將以自覺與反省的詮釋態度為目標，而非獨斷的臆測與主觀的想像，將《莊子》視作一哲學文本來看待，期許能將莊子思想確實應用在本論文探討的親職教育方面。

## 二 研究範圍

《莊子》分為內篇、外篇、雜篇，筆者對於內七篇的原典，更是一再反芻。陳德和先生對於內篇提出精闢的見解：

莊書內篇義理深邃玄奧，文字活絡玲瓏，更難得的是七篇前後交織輝映，能開闢變化，又能形成有機之統一，故舒則燦若繡錦，無處不佳，合則統宗會元，語語見道，向為哲人、文人所共喜。<sup>50</sup>

高柏園先生也提到：

基本上，掌握莊子的思想自然應以內七篇為主軸，而內七篇的精神無他，即在於一種生命的實踐，它是一種價值與實踐優先的學問。也正是基於這樣的實踐所突顯的境界，我們可以了解道的內容與實義，以及天地萬物的價值與意義所在。<sup>51</sup>

由此可知，內七篇的作品及其思想，為諸前輩學者所肯定、重視。內篇的文字汪洋浩瀚，義理宏闊，非莊子是無法寫出來的。而唐君毅先生也指出：「觀莊子之

---

<sup>49</sup> 張木生，《莊子生命境界論之研究——以內七篇為中心的考察》，南華大學哲學系碩士論文，2007年，頁8。

<sup>50</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3。

<sup>51</sup> 高柏園，《莊子內七篇思想研究》，臺北，文津出版社，1992年，〈前言〉頁1。

外雜篇，則其言明較駁雜不純，不如內七篇所言者之一貫。」<sup>52</sup>王邦雄先生對於有內篇優於外雜篇的事實也有一番扼要而中肯的描述，王先生說：「內篇是莊學之內，外篇是莊學之外，雜篇是莊學之雜……莊學之內才能代表莊子，莊學之外之雜就不能代表莊子的思想。」<sup>53</sup>因此，筆者研究莊子思想對教育的啟示——以親職教育為中心，選擇以內七篇為主要的材料，外、雜篇則為輔。而莊子哲學衍自老子，<sup>54</sup>所以筆者於論文之中，也會將老子《道德經》的義理思想列入其中參考。本論文在《道德經》原典方面，主要還是以王弼注老子通行本為藍本，老子通行本是以樓宇烈校釋之《王弼集校釋》為主要參考引用之內容。

至於親職教育方面，親子關係的類型有多種，但是最常見的仍是血緣的親子關係，蔡春美先生認為，這種血緣的、天生的親子關係具有四種特性：親子關係是無選擇的餘地、親子關係是靠親情來維繫的、親子關係是永久的、親子關係與友伴關係迥然不同。<sup>55</sup>所以本論文所談及的親職教育，是以血緣的親子關係為主要探討對象。再將研究的範圍縮小為的父母健全的雙親家庭，單親家庭、隔代教養和其他家庭型態則不再此論文的探討之中。

---

<sup>52</sup> 參閱：唐君毅，《中國哲學原論·原道篇》卷一，臺北，臺灣學生書局，1986年，頁404。

<sup>53</sup> 參閱：王邦雄／等，《中國哲學史》，臺北，國立空中大學，1995年，頁148。

<sup>54</sup> 參閱：陳德和，〈瀛海玄風自在心——台灣五十年的老莊哲學〉（待刊稿），陳先生認為，在歷史中所出現的道家至少有六種型態：薩蠻道家、生活道家（或曰人間道家）、黃老道家、玄學道家（或曰清談道家）、道教道家和當代新道家。「其中之生活道家或人間道家即相當於一般所謂的老莊，換句話說老莊固然是道家之一，但若以道家為一總名的話，老莊畢竟不等同於道家，且老莊亦不能做為道家的代表。」並解釋了生活道家的意涵，「生活道家又因特顯其『在世以安世』的人道精神而當可做為一種另類的人文主義者，所以筆者又常稱呼它是『人間道家』，並說『人間道家』它固然不同於儒家之創造性的人文主義，但的確可以是一種以批判、診治為其所長的『解構性的人文主義』或『消融性的人文主義』」。

<sup>55</sup> 參閱：蔡春美、翁麗芳、洪福財，《親子關係與親職教育（第二版）》，臺北，心理出版社，2005年，頁19-21。蔡春美先生認為，血緣的、天生的親子關係具有四種特性：一、親子關係無選擇的餘地：子女無選擇父母的機會，父母也不可能選擇自己的子女，親子關係是無法選擇的。二、親子關係是靠親情來維繫的：父母的教導與指引，滿足子女自我控制、智力發展及道德發展的需要。相對地，養育子女的過程中，父母可再體驗童年時期的經驗，看著子女的成長，滿足了父母的被需要感。三、親子關係是永久的；四、親子關係與友伴關係迥然不同：親子之間有成熟者對未成熟者的關係，雖然有些父母對待子女如朋友般，但仍有許多場合須以父母角色來指導孩子或勸告孩子，或替子女解決問題。

### 第三節 研究的方法與架構

#### 一 研究方法

中、西方哲學的特質有所不同，中國哲學的特質是以生命為中心，與西方哲學以自然為根本關懷之態度不同，<sup>56</sup>吳怡先生認為：

中國哲學自堯舜禹湯開始，便是和政治、社會、人生結合在一起。所以哲學的生命，是人的精神的生命，以及由此精神的生命，透過智慧、理智，改善環境，移風易俗，以創造更能提升生命精神的文化。這整個的發展就是整體的生命哲學。<sup>57</sup>

也因此這種學問並不是生物學式以「自然生命之機制功能」為研討對象的系統知識，而是從價值理想企求人格、人品挺立昂揚的反省與實踐之學。<sup>58</sup>所以中國哲學的研究方法和西洋哲學的研究方法便有所不同。<sup>59</sup>

撰選研究論文，首先要設立一個研究主題，而所有論文之陳述需在此主題之下，以避免全文的進行，偏離主題或雜亂無章。而研究方法的選用，將影響研究成果的有效性。不同的研究方法將提供不同視角來理解、詮釋文本，像是歸納演繹法、語義學方法、解析研究法，或是基源問題研究法，都提出了一套程序嚴謹的觀察視角，為所要面對的文本或研究主題建立切入的方式，以避免隨感式的閱讀，或是對文本的閱讀任意的斷章取義。論文所作之推論證明不能踰越證據本身的效力。依此目的之下，本論文研究方法主要是參考傅偉勳先生倡導的「創造的詮釋學」<sup>60</sup>而提出的「創造的詮釋研究法」，傅先生認為這是一套適用於詮釋中

---

<sup>56</sup> 參閱：王邦雄/等，《中國哲學史（上）》，臺北，里仁書局，2006年，頁7。

<sup>57</sup> 吳怡，《生命的轉化》，臺北，東大圖書公司，1996年，頁27。

<sup>58</sup> 參閱：陳德和，《生活世界的哲思》，臺北，樂學書局，2001年，頁175。

<sup>59</sup> 參閱：王邦雄說：「所謂方法，乃是指吾人為達到某一相應之目的或要求而有的一組操作程序。」因為中國哲學關心的是整個生命，不同於西方哲學強調自然，所以，研究方法當然有所不同。王邦雄/等，《中國哲學史（上）》，臺北，里仁書局，2006年，頁11-12。

<sup>60</sup> 參閱：傅偉勳，《學問的生命與生命的學問》，臺北，正中書局，1998年，頁223-224，提到他在1974年12月初旬，哥倫比亞大學研討會首次公開「創造的詮釋學」（creative hermeneutics）主張，不久講稿也在英文《中國哲學雜誌》刊載，1984年在臺灣大學文學院演講，算是正式對此題正式中文學術演講，後又以中文發表了一系列相關論文。



國哲學與思想典籍的方法論，是專為缺乏高層次方法論反思的中國思想傳統而設法建構的。「創造的詮釋學」一大特色是，應用「層面分析法」分辨「實謂」、「意謂」、「蘊謂」、「當謂」、以及「創謂」等五大辯證層次，茲分述如下：

一、在「實謂」層次，就是「原作者（或原典）實際上說了甚麼？」基本上關涉到原典校勘、版本考證與比較等校讎學課題。

二、在「意謂」層次，原典本文的詮釋者必須假定原典本文具有原作者真正「意謂」著的「客觀意思」存在，詮釋者於此層次的學術責任即在發理解所謂「客觀意思」或「真正意思」，且以「依文解義」方式表達詮釋者的「客觀」的理解。

三、在「蘊謂」層次，詮釋者必須探問：「原思想家（或原典）可能表達甚麼？」或「可能蘊涵甚麼意義？」我們即在通過思想史上已經有過的原典詮釋進路探討，歸納幾個較有詮釋學份量的進路或觀點出來，俾能發現原典思想所表達的深層義理以及依此義理可能重新安排高低出來的多層詮釋學的蘊涵。

四、在「當謂」層次，我們須在種種詮釋進路所個別發現的義理蘊涵之中進行批判性的比較考察，設法掘發其思想體系的深層結構，發現其義理根基，藉以重新安排他思想體系之中的多層義理及其蘊涵。

五、「創謂」層次，此層次不但講活了原有思想，還能徹底解消原有思想的任何內在難題或實質性矛盾，剋就思想的突破與創新，特為原思想家完成他所未能完成的創造性思維課題。<sup>61</sup>

換言之，以當代關心的課題來重新詮釋原典，使原典傳統的思想以時下的風貌來呈現自己，由此證明它的合理性，這是詮釋者面對文本時所應有的責任和選擇。而牟宗三先生亦曾於《中國哲學十九講》中提出一個好的哲學詮釋須具備三個條

---

<sup>61</sup> 參閱：傅偉勳，《學問的生命與生命的學問》，臺北，正中書局，1998年，頁228-240。

件：一個是文字，一個是邏輯，還有一個是「見」（insight）。<sup>62</sup>而這三個標準說開了不外乎是：要能合乎文獻的要求、要能一以貫之地系統論述以及要能做原創性的發現，這和傅先生相對照，可以說是不謀而合。<sup>63</sup>

「創造性詮釋學」的研究方法已被廣泛使用，但需避免過度濫用，將隨意的主觀臆測都當作「創造的詮釋」，而沾沾自喜。袁保新先生針對此提別提醒：

「創造性詮釋」為了區別「輕率任意」的詮釋行為，其詮釋方法與假定的建立，首先必須尊重各種學術史上具有客觀性的資料與研究成果，並且經由這些註釋成果的反省批判，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」必須透過已建立的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>64</sup>

關於研究方法尚有許多真知灼見，筆者會謹遵各位先賢前輩的經驗和主張，力求能扣緊文獻以發議論，避免虛蹈浮泛之誤，本文以創造性的詮釋，將莊子思想對教育的啟示作一整理爬梳，期望以親職教育為中心予以一番理論性、系統性之展示，希望能在本研究論文中有一適當合宜的說明。

## 二 研究架構

本論文將系統化詮釋和探討《莊子》思想，並運用莊子思想對教育的啟示，

---

<sup>62</sup> 參閱：牟宗三，《中國哲學十九講》，臺北，臺灣學生書局，1983年，頁77。牟先生認為講學問有三個標準，第一個是文字，第二個是邏輯，第三個是「見」（insight）。

<sup>63</sup> 參閱：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，頁14。

<sup>64</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。袁先生在第77頁更進一步提出「創造的詮釋」須滿足六大條件：1.其詮釋本身必須在邏輯上是一致的。2.必須能夠還原到經典中，取得文獻的印證與支持，而其籠罩的文獻越廣，則詮釋就愈成功。3.應該儘可能運用經典本身無疑義的文獻來解釋有疑義的章句，用清楚的觀念來解釋不清楚的觀念。4.應該將經典本身視為一致和諧的整體，避免將詮釋對象導入自相矛盾的立場。5.必須一方面將詮釋主題置於它們隸屬的特定時代與文化背景來了解，但另一方面也要能夠抽繹出它不受時空拘限的思想觀念，而且儘可能用現代語言與哲學經驗傳遞給讀者。6.對其詮釋方法與原則應有充分的意識，並願意透過與其他詮釋系統的對比，調整修正其方法與原則。筆者研究方法也謹遵這六大條件，免誤入過度主觀臆測之中。

切入親職教育。本論文寫作結構共分為四章：

第一章為緒論，主要是針對本論文作初步的介紹，第一節為研究動機和研究目的；第二節為研究材料和範圍；第三節為研究方法和架構，分此三節略作論述，期許能為此論文做基本的定位與介紹。

第二章為莊子哲學的生命教育理論，探討莊子面對俗世彼是我非的解消之道，以達到整體肯定的高遠境界，<sup>65</sup>且莊子關心天地萬物的生命，以莊子的思想引領筆者，探索與認識生命的意義、尊重與珍惜生命的價值，熱愛並發展個人獨特的生命，並將自我與天地人之間搭建美好的共融共在關係。本章第一節為超越是非的整體肯定、第二節為心齋坐忘的修養工夫、第三節為逍遙無待的生命理想作論述。

第三章為莊子哲學的親職教育思維，探討親子教養的相關問題及當遭逢困頓時該如何解消之道，牟宗三先生說：「人束縛于形式的桎梏中而不能自適其性，乃是大痛苦。故道家于人生的幸福上，首先要從外在的形式中解脫。」<sup>66</sup>而親情，在莊子〈人間世〉中提到「子之愛親，命也，不可解於心。」親子關係是命也，不可逃也，面對問題不必逃，應以無執、無待的心診療親子之間的衝突，祈求達到親子關係和諧。此乃牟宗三先生所言，一逍遙則一切逍遙，一解放則一切解放。<sup>67</sup>所以，第一節經由莊子思想探討如何讓親子關係和樂，讓家人之間溝通無距離，家庭成員間更有向心力、第二節經由莊學的啟發，思索如何在教育之中找回赤子之心，體現每個人的生命價值，讓孩子成為他自己、第三節為心理情緒的調節，針對品德教育與情緒管理作論述。

---

<sup>65</sup> 參閱：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，頁 61，在第三章第三節以和諧共濟為目的，提到莊子理想是達到「整體肯定的理想境界」。

<sup>66</sup> 牟宗三《政道與治道》，臺北，臺灣學生書局，1996年，頁 32-33。

<sup>67</sup> 參閱：牟宗三，《才性與玄理》，臺北，臺灣學生書局，1974年，頁 182。

第四章為結論，就本論文第一章、第二章、第三章之陳述作一回顧，及此研究的限制與對未來的展望。

## 第二章 莊子哲學的生命教育理論

現今「生命教育」的醞釀成形以及正式出現，是出自於西方的歐美世界。在一九七九年時澳大利亞首先成立全球第一個「生命教育中心」(life education center, LEC)，該中心後來逐漸發展成為國際性的機構，當西方世界的「生命教育」蔚為風氣之際，臺灣也不遑多讓。國內「生命教育」的具體發軔應該是在一九九七年前後，從教育廳到教育部一路走來，對「生命教育」的重視和開展，可以說是殫精竭慮。面對生命教育的發生背景，陳德和先生指出，任何的「教育」原本就是以人或人的能力開發為對象的教育，並說：「所謂『生命教育』其實就等同於自古至今人類世界中所已然存在並持續進行著的『教育』。」<sup>1</sup>所以凡是「教育」都可以稱為「生命教育」。

莊子哲學衍自老子，他繼承老子天道自然和無為的思想，進而提出自然之道渾同一體，無所分別的齊物思想，與逍遙無待的自由精神。莊子哲學自然無為的思想對現代「生命教育」有所建言，謝君直先生認為：

「自然」一詞是老子哲學的創見，而《道德經·二十五章》的「道法自然」乃老子自然觀的基礎，亦是老子哲學的道論。<sup>2</sup>

王弼《注》云：「法自然者，在方而法方，在圓而法圓，於自然無所違也」<sup>3</sup>老子所說的「自然」不是自然世界或自然主義所說之「自然」，是不著於物者，不是經驗意義之自然，即就於萬物之不執而顯示之。<sup>4</sup>陳德和先生則說：

---

<sup>1</sup> 陳德和，〈儒家思想的生命教育理論(上)——對諍於全人教育論、多元知能論和層次進步論〉，《鵝湖月刊》，第367期，2006年1月，頁24。陳先生提出：「『生命教育』……它當然是以人為施教的對象，但所可能觸及的議題卻並非只局限在自我的生命本身，乃必須牽聯到社會性、文化性、自然性和超自然性的種種互動，而呈現天地人我之間多元的關懷。由此看來，所謂『生命教育』其實就等同於自古至今人類世界中所已然存在並持續進行著的『教育』」。

<sup>2</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，頁29。

<sup>3</sup> 樓宇烈(校釋)，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，2006年，頁65。

<sup>4</sup> 參閱：牟宗三，《才性與玄理》，臺北，臺灣學生書局，1974年，頁154-155。牟先生提到：「『道法自然』，以自然為性，然道並不是一實有其物之獨立概念……此是浮上來之自然。若用專門

莊子的理念顯然就在遮撥一切人為的意計造作，以凸顯一無適無莫、灑脫自在的意境與生活，……灑脫自在之身心如依老莊思想的見解，其實就是本然面目的完整呈現，此乃謂之「自然」、同時即是「無待」、也就是「自由」。惟此「自然無待」或「自由自得」若既是價值證成同時也是存在的真實，正足以證明它亦就是道或是道的境界。<sup>5</sup>

可見「自然」雖為老子的創見，但莊子思想中也不乏自然的思想，莊子以為「人性本為素樸天真」，是由於心知定執使人競求、計較而墮入生命的困頓，所以莊子希望天下人都能從人為的意計造作中解脫，願天下的人都能從束縛中解套，重返自由自在、海闊天空的人間世界。因為道的自然無為，是成就萬物自生自化和諧發展的主要條件。<sup>6</sup>筆者於此章欲探討莊子思想如何透過「心知」的消融、超越與無待，以回到天、地、人、我的同體肯定、自然和諧，生命展現開闊的精神空間，世界變得又大又美，人間到處可遊，處處是淨土。

## 第一節 超越是非的整體肯定

老莊思想之為圓融完滿的實踐智慧，除了具足整全性的思維而將天地人我的關係當成有機性、和諧性的聯結外，更將此天地人我的共同存在，當成生活世界的全部，讓生活世界頓而成為豐實美善的真正世界。<sup>7</sup>在整個浩瀚的宇宙中，若世界單單只有一樣人、一種言論，那麼生活世界是多麼孤單死寂的；唯有多元化<sup>8</sup>言論、形形色色的人物和諧並存，才能展現生機蓬勃、多采多姿的生活世界。

---

術語言之，則是超越之自然。不是著於物之自然，不是經驗意義之自然。」

<sup>5</sup> 王邦雄、陳德和，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007年，頁101。陳德和先生更進一步提出：「一般的解釋亦大致同意老子的意思是『道即自然』，如今莊子是以『自由』來理解自然，並賦予了它存在原理和價值原理的雙重地位，相對於老子《道德經》中『自然』的用法，我們認為莊子做出如此的解讀，應當是持之有故、言之成理而沒有過度詮釋的疑慮才對。」

<sup>6</sup> 參閱：謝惠敏，《試論老子哲學的基本理論及其應用——以幼兒教育為例》，南華大學哲學系碩士論文，2008年，頁60。

<sup>7</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173。

<sup>8</sup> 陳德和先生在《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，頁129，提出：「立場的分立與對決乃是『標準主義』的慣犯所招惹出來的糾葛……，『標準主義』者已然是以主觀的意見為裁判的依據，並將天底下的事物做出一刀兩斷的切割，所有二元的對立立即跟著接踵而至，卻不知如此

## 一 和以天倪

人雖為一獨立之個體生命，但卻無法離群索居、孑然一生，一定要在人間可遊，所以莊子提出「逍遙遊」，「逍遙遊」是講自我的超拔提昇，是自己得救；「齊物論」則是大家都得救。<sup>9</sup>你得救、我得救、他得救，大家都得救，眾生在這個世界上能夠和諧共處。

至於「齊物論」三字，歷來講莊子的人，解說不一。大體說來，約有兩種解釋：（一）將「齊物」兩字連讀，「論」字是文章的題裁，其意義是說萬物的形色性質雖至不同，但在莊子看去，卻是齊一的。（二）將「物論」二字連讀，「物論」成了一個名詞。<sup>10</sup>不管是「齊物」之論，或是齊「物論」的解法都可，正如王邦雄先生所提出：「萬物存在的理論基礎指的是哲學和宗教，因此你要平齊萬物，一定要平齊『物論』」。<sup>11</sup>「物論」是解釋萬物是什麼，人若沒有「物論」，只能稱為「生物」，即「生物學」的生物，只剩下生理官能欲求，所以做一個人、一個人物，一定要找到「物論」。<sup>12</sup>王先生進一步又將「物論」分成兩種：

一是俗諦，指涉的是「此亦一是非，彼亦一是非」的儒墨是非，各成一套論斷萬物是非的價值體系；二是真諦，指涉的是給出萬物存在之理的存有論。<sup>13</sup>

俗諦在莊子時代，有儒墨之是非，在今天知識快速流通的年代裡，有更多自成一言之「物論」，物論之間壁壘分明、尤有甚者還互相對峙，造成彼此的緊張

---

一來宇宙萬有的原來和諧就被破損毀壞了。」因此筆者認為莊子的價值思想在於去標準化，而能與多元文化和諧並存。

<sup>9</sup> 參閱：王邦雄，〈莊子系列（二）齊物論〉，《鵝湖月刊》，第 211 期，1993 年 1 月，頁 15。

<sup>10</sup> 參閱：張默生，《莊子新釋》，臺北，天工書局，1993 年，〈齊物論第二〉，頁 33。王邦雄先生在其〈莊子系列（二）齊物論〉，頁 15，也提出有兩種解法，一個是齊物，平齊萬物，萬物平等；另外一個解法是，平齊天下的是非，平齊宗教理論、平齊哲學思想，所齊的是「物論」。

<sup>11</sup> 王邦雄，〈莊子系列（二）齊物論〉，《鵝湖月刊》，第 211 期，1993 年 1 月，頁 16。關於莊子〈齊物論〉之篇名，歷代以來眾說紛紜，林妙貞先生在其〈莊子〈齊物論〉——解消言語論辯與物我對立的平等觀〉，《鵝湖月刊》，第 314 期，2001 年 8 月，頁 55-57，加以整理分類。最後採用王邦雄先生的見解，認為吾人根本不必強為本篇〈齊物論〉之名區分讀作「齊物」論，抑或讀若齊「物論」。

<sup>12</sup> 參閱：王邦雄，〈莊子系列（二）齊物論〉，《鵝湖月刊》，第 211 期，1993 年 1 月，頁 16。

<sup>13</sup> 參閱：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，頁 53。

與糾葛，這不是莊子所樂見的。事實上，思想中的物論本身並不足以害人，物論思想之所以成為危害，是因為對物論抱持僵化執著的態度與作為所致。所以，跳脫用你自己的價值標準評斷對錯、裁定是非，則每一個物論都可以是真諦，反之則淪為俗諦。莊子在〈齊物論〉曰：

夫言非吹也，言者有言，其所言者特未定也。果有言邪？其未嘗有言邪？其以為異於穀音，亦有辯乎，其無辯乎？道惡乎隱而有真偽？言惡乎隱而有是非？道惡乎往而不存？言惡乎存而不可？道隱於小成，言隱於榮華。故有儒墨之是非，以是其所非而非其所是。欲是其所非而非其所是，則莫若以明。

語言是群體溝通的重要媒介，但必須留意言語表達和風吹自然不同，風吹只因洞孔大小及造型異同，所以發出不同的聲音，其所發出的聲音皆屬自然，沒有優、劣之分。言語則為人的心知感覺、意識情感的流露，所言、所表達就有內容，也就具有人的主觀意識及價值意義的指涉，因方式與內容各異，即會有是非、紛爭的對立，<sup>14</sup>使得語言成為群體間不和與紛爭的根源之一。倪麗菁先生針對「其所言者特未定也」提出：

每一個命名、分類或描述僅為事物的一個面向，因此便無是非可言，若使用者依於語言所表達者而下判準，並以此攻訐他人的判斷，如此人我間的是非、衝突、紛爭便起，而群體間的共性便遭受破壞，使得人際關係呈現緊張、不安的狀態。<sup>15</sup>

既然「其所言者特未定也」，所以雖然整天都在說話，都在高談闊論，但莊子投下一連串的問題，要我們捫心自問一下，我們是否真的有說？這和小鳥發出的啾啾聲有沒有不同？我們應該反思自己是否濫用了語言這樣的溝通工具，行傷害、

<sup>14</sup> 參閱：張木生，《莊子生命境界論之研究——以內七篇為中心的考察》，南華大學哲學系碩士論文，2007年，頁60。

<sup>15</sup> 倪麗菁，〈從〈養生主〉、〈人間世〉看《莊子》哲學的生命本質〉，《哲學與文化》，第390期，2006年11月，頁166。



評擊他人之實呢？以語言作為互相爭鬥的工具，但雙方各堅持己見，就算你在辯論中獲得勝利，但對方未必會心服口服。《莊子·天下》也云：「能勝人之口，不能服人之心，辯者之囿也。」

在莊子的思想中認為道是無往而不存、言是無存而不可，道是大道，言是真言。而今道竟有真偽之非，言竟有是非之別，意謂大道已在人間隱退，真言已在世上失落。此中癥結，就在道求其小成，因而失落其無往不存的「大」，言求其榮華，因而失落其無存而不可的「真」。<sup>16</sup>小成與榮華，都由心知的分別與構成而來，所以莊子〈齊物論〉中提到：「其分也，成也；其成有，毀也。」<sup>17</sup>〈天下〉指出：「多得一察焉以自好。」<sup>18</sup>天下的人，多半執取一偏之見而自以為是，分別心肯定了自己，卻抹殺了別人，我是彼非，就由此而來。陳德和先生提出：

莊子不滿於成心的作梗以及對偶性原則所造成的二元性對立，喝斥這是「道隱於小成，言隱於榮華」(〈齊物論〉)，所以極力反對像儒家、墨家那樣地自是其是、自非其非，認為無論在言辨立場和意見的取捨上，應該體認「彼是莫得其偶」(〈齊物論〉)的道理，兩不掛礙地「化聲之相待，若其不相待，和之以天倪，因之以曼衍。」<sup>19</sup>

成心的作梗及對偶性造成的二元對立，使人鎮日「與接為搆，日以心鬪」，情緒上也陷入「小恐惴惴，大恐縵縵」，彼此之間處於一觸即發的不安定狀態中。黃錦鉉先生說：「什麼叫用『天倪』平息辯論呢？這就是『是』也可以叫做『不是』，『然』也可以叫做『不然』。」<sup>20</sup>莊子〈天下〉言：「獨與天地精神往來，而不敖倪於萬物，不譴是非以與世俗處。」是以王先謙云：「以精神與天地往來寄於至高之境，……未嘗鄙棄萬物，存驕亢之見，不責人之是非以與世俗混處。」<sup>21</sup>吳

<sup>16</sup> 參閱：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，頁53。

<sup>17</sup> 參閱：王邦雄，〈從修養工夫論莊子「道」的性格〉，《鵝湖月刊》，第246期，1995年12月，頁8。

<sup>18</sup> 參閱：清·郭慶藩，《莊子集釋》，臺北，華正書局，1982年（點校本），頁1069-1070。

<sup>19</sup> 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，頁25。

<sup>20</sup> 黃錦鉉，《新譯莊子讀本》，臺北，三民書局，2007年，頁39。

<sup>21</sup> 清·王先謙，《莊子集解》，臺北，世界書局，2001年（點校本），頁318。

怡先生針對「和之以天倪」也有詳細的說明：

是也好，不是也好；然也好，不然也好，都任它們去。於是，不是也是它們自己的「是」，不然也是它們自己的「然」。因為只有兩物交相批評時，才有是非；交相比較時，才有然與不然，如果各各平行發展、互不相斥，則都是「是」，也都是「然」了。<sup>22</sup>

彼此用言語交相批評、比較時，才會產生是非之爭。所以高柏園先生說：

莊子之用心顯然不在以辯止辯，而根本在消解辯之所以起之成心，由此一除而一切除也。易言之，莊子不再是通過論辯以辯此明彼，而在於徹底反省辯論之所自起之人性基礎，由此人性基礎下手，乃能在根本義上取消辯之可能，而不是通過特有之辯論與標準，以判別彼此之高下。<sup>23</sup>

〈齊物論〉之齊物乃是不齊之齊，乃是就主體之境界上著力，志在去我破執，各是其是而已，此其為一境界型態無疑，只是主觀心境上之轉化，而不是真實扣緊物論本身予以分解。<sup>24</sup>所以，欲齊物論，原不在物論本身之齊，而在去此物論之「執」。

「夫道未始有封，言未始有常，為是而有畛也。」（〈齊物論〉）吳怡先生指出，一切的問題便出在這個「為是」上。「為是」就是自以為是，本來道是萬物生生不已的境界，在這境界中，萬物各依其性分而生，這個「生」的本質是一體的，絕沒有不同的分別。至於「言」發乎人觀念意識，隨生隨滅，因是因非，根本沒有一定的標準。用這個沒有定常的「言」，去勾畫自以為是的「道」，才會有後面的「八德」出現。<sup>25</sup>聖人明白這個道理，所以，「聖人懷之」，六合之外的事存而不論，六合之內的事，聖人也只是加以論述，而不評議，因為所有的道都是

<sup>22</sup> 吳怡，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2008年，頁116-117。

<sup>23</sup> 高柏園，《莊子內七篇思想研究》，臺北，文津出版社，1992年，頁68-69。

<sup>24</sup> 參閱：高柏園，《莊子內七篇思想研究》，臺北，文津出版社，1992年，頁87-88。

<sup>25</sup> 參閱：吳怡，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2008年，頁105。「請言其畛：有左，有右，有倫，有義，有分，有辯，有競，有爭，此之謂八德。」這裡的「八德」並非指八種德性，而是指八種分界。

大道，所有的言都是真言，應該要超越是非而整體肯定。

## 二 因是兩行

就〈齊物論〉全篇思想脈絡之通盤解析，乃為解消言語之是非論辯以破除彼我之相互對待，進而達到萬物平齊——同體肯定之化境。<sup>26</sup>萬物本就有「形」之差異，如何達到同體肯定的化境呢？在〈齊物論〉中，莊子通過「三籟」之喻，首先浮顯出「形」之差異與侷限，正是使「風」產生千差萬別之聲音的主因。莊子藉由「形」之轉化，一方面呈現個體超越生命之有待的歷程與境界；另一方面則是點出千差萬別的人與萬物，何以能通而為一的理據。<sup>27</sup>陳政揚先生認為：

在莊子思想中，「形」概念所呈現出的第一種限制義，是個體透過形貌所顯露出的本然差異。舉凡《莊子》書中對於各種物類的描述，或是藉由不同物種之差異與對比(例如，在〈逍遙遊〉中，莊子藉由蜩與學鳩，和大鵬鳥的對比，所展開的「小大之辯」)，所揭露出的哲理，多是以這種限制義作為前提。<sup>28</sup>

站在事實觀點，萬物確實多樣化，不必有萬物當該相同的思考，如果每一個人都整形成名模的模樣，那麼所謂美就單調化，其實就如〈齊物論〉所云：「舉莛與楹，厲與西施，恢詭儻怪，道通為一」，萬物雖有外在形貌之不同，然而若探究其本源，則萬物皆是由道而出。若以道觀之，則萬物皆有其本然的存在價值，所以問人間是否平等，顯然不站在事實觀點，而是出於價值觀點。<sup>29</sup>王邦雄先生說：

此生有限，一在「成形」，二在「形化」。「一受其形，不亡以待盡」(《莊

<sup>26</sup> 參閱：林妙貞，〈莊子〈齊物論〉——解消言語論辯與物我對立的平等觀〉，《鵝湖月刊》，第314期，2001年8月，頁57。

<sup>27</sup> 參閱：陳政揚，〈論生命的有與超拔——以莊子「形」概念為中心〉，《揭諦》，第16期，2009年2月，頁102。

<sup>28</sup> 陳政揚，〈論生命的有與超拔——以莊子「形」概念為中心〉，《揭諦》，第16期，2009年2月，頁105。

<sup>29</sup> 參閱：王邦雄，〈莊子思想及其修養工夫〉，《鵝湖月刊》，第193期，1991年7月，頁5。

子》〈齊物論〉)，成形是你我他的不同形身，形化是少中老的不同年歲。<sup>30</sup>

本來，「成形」僅有「彼是」的區分，我就是我，我不可能是你，我也不可能是他，當然你和他也不能變成我，而「形化」是我們的形軀都會隨著歲月產生變化，不可能永遠青春可愛，但因為心知介入而起執著，「彼是」轉成「是非」，「年老色衰」轉成「醜」，把「是」定在自身的「此」，而把異於是的「彼」，貶為「非」了。<sup>31</sup>如何將這種二元對立加以解套，王邦雄先生提出：

《莊子》〈齊物論〉一者分析儒墨之是非，由心知執著的成心架構而成，……故惟有走出自家的「是」，才能朗現另一家派的「是」，這就是「莫若以明」或「照之於天」的「因是」，雙方的「是」並行，是謂「兩行」。二者儒墨因是兩行的理論根據，就在天籟齊物之論的建構，莊子平齊萬物的理念，當為價值觀點，因為事實觀點，則「物之不齊，物之情也」（《孟子》〈滕文公上〉），不必有平齊的省思。<sup>32</sup>

又說：

萬竅怒呿就是莊子齊物論的理論基礎，都是「天」，從天往下看一切皆平等。……從天籟看地籟，人籟皆平等。<sup>33</sup>

正如王先生提到的，世界萬物「因是兩行」的理論根據，就在天籟齊物之論的建構。看待他人是要從天看，不是從你的角度看，也不是從我的角度看，因為心知定執，所以你看我有錯，我看你也不對，唯有跳開雙方的立場，用一種包容、尊重、欣賞和互相肯定的態度，然後產生一個整體的和諧，這才是我們希望的。「萬竅怒呿」的寓言出現在《莊子·齊物論》：

<sup>30</sup> 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，頁48。

<sup>31</sup> 參閱：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，頁49。

<sup>32</sup> 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，頁52-53。

<sup>33</sup> 王邦雄，〈莊子系列（二）齊物論〉，《鵝湖月刊》，第211期，1993年1月，頁23。

子游曰：「敢問其方。」子綦曰：「夫大塊噫氣，其名為風。是唯无作，作則萬竅怒呿。而獨不聞之蓼蓼乎？山林之畏佳，大木百圍之竅穴，似鼻，似口，似耳，似枅，似圈，似臼，似洼者，似污者；激者，謔者，叱者，吸者，叫者，譟者，突者，咬者，前者唱于而隨者唱喁。泠風則小和，飄風則大和，厲風濟則眾竅為虛。而獨不見之調調、之刁刁乎？」子游曰：「地籟則眾竅是已，人籟則比竹是已。敢問天籟。」子綦曰：「夫吹萬不同，而使其自己也，咸其自取，怒者其誰邪！」

關於「大塊」，成玄英的解釋是：「大塊者，造物之名，亦自然之稱也。言自然之理通生萬物，不知所以然而然。大塊之中，噫兒出氣，仍名此氣而為風也。」<sup>34</sup>大自然吹起一陣風，通過不同的通孔，世界頓時萬竅怒呿，有「激者，謔者，叱者，吸者，叫者，譟者，突者，咬者，前者唱于而隨者唱喁。泠風則小和，飄風則大和」，呈現一片生動活潑的景象。陳政揚先生進一步解析天籟之喻的行文結構，發現此段論述是由以下幾項要素所構成：

其一，「風」（大塊噫氣）。其二，「風聲」。「人籟」、「地籟」、「天籟」均是相應於「風」之流動所起的「聲音」。其三，形成不同風聲的要件：「形」。

35

因此有風的存在，沒有各式各樣的通孔，是不能發出風聲；有形成不同風聲的「形」，沒有風的加入，也無法呈現「萬竅怒呿」的景緻。整個大千世界，要活潑潑、生氣盎然，「風」和「形」是缺一不可的，各式各樣的風和通孔，共譜出大自然和諧的交響樂曲。

陳德和先生針對天籟、地籟、人籟的三者之間的關係，提出了獨到且精闢的論點，他認為：

然而天籟之做為地籟和人籟的所以然，究其實是不即不離的，因為固然是

<sup>34</sup> 清·郭慶藩，《莊子集釋》，臺北，華正書局，1982年（點校本），頁46。

<sup>35</sup> 陳政揚，〈論生命的有與超拔——以莊子「形」概念為中心〉，《揭諦》，第16期，2009年2月，頁117-118。

大塊噫氣以成風才帶動了眾竅的怒號，但離開眾竅怒號亦將不能感受到冷風、飄風、厲風等的不同和有無。天籟在義理上和地籟及人籟確實形成存有論的區分（ontological difference），但儘管相信有此區分，卻不等於承認它們之間是建立在決定物和被決定物互不相入的兩端關係上。<sup>36</sup>

陳先生又更進一步解釋：

蓋天籟是實存，地籟、人籟也是實存；天籟從沒有自外於地籟和人籟甚至其它一切的存在物而獨居。做為地籟、人籟之依據的天籟，它對地籟和人籟的決定作用，最正確的意思應該是指「本然的呈現」；設若地籟能如其所如而為地籟，則地籟即是天籟，人籟能如其所如而為人籟，則人籟亦是天籟，其它之天地萬物莫不皆然；如其所如就是讓本來面目恰如其分地展露，亦即是「然其所自然」，既展露了真實性，則不論是能或是所其實無非都是道。大凡莊子立教的圓滿義，約有如此者。<sup>37</sup>

筆者非常認同陳德和先生精湛的論點，因為在生活世界中的芸芸眾生，若能「如其所如」，那麼每一個人發出的聲音雖然不同，但都是天籟。在〈人間世〉、〈德充符〉中，莊子舉了形軀不全的人，這些人在一般俗人眼中，只看到形軀的不全，甚至不屑與他們同進退，<sup>38</sup>但在莊子筆下這些「才全而德不形」的人，有如老子《道德經·二十五章》云：「道大，天大，地大，人亦大。」，道生成的天地人，一體皆大。「萬竅怒呿」的寓言最後提到：「夫吹萬不同，而使其自己也，咸其自取，怒者其誰邪！」<sup>39</sup>莊子所要表達的就是：你要發出什麼聲音，是你自己決定，但你的取必須是取自天地之氣，這就是自然。王邦雄先生說：

<sup>36</sup> 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，頁29。

<sup>37</sup> 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，頁30。

<sup>38</sup> 申徒嘉和鄭子產同師於伯昏無人，子產對申徒嘉說：「我先出則子止，子先出則我止。」子產看不起申徒嘉的殘缺，不願意與他同進退。

<sup>39</sup> 王邦雄，〈從「物論」平齊到「天下」一家〉，《鵝湖月刊》，第432期，2011年6月，頁10。王邦雄先生提出：「此『怒者齊誰』底下，當同時有『歎號』與『問號』，『歎號』說的是天道的『有』，『問號』說的是天到的『無』，莊子肯定有一發動者，而發動者又自我消解，給出萬竅『自取』的空間。此直承《老子》「天下萬物生於有，有生於無」（〈第四十章〉）的形上智慧。

老子說：「天下萬物生於有，有生於無。」天下萬物生於有，我們都只了解有，而道家的精采跟智慧，是要你體會到無，莊子是把老子那個無變成無聲之聲，所以你知道怒者其誰，都是天。要如此才平等，也因此而平等呀！平等理論的基礎（即「齊物」的基礎）就是都從天來的。<sup>40</sup>

從天往下看，萬物都是平等的，都是天籟。〈齊物論〉云：「物固有所然，物固有所可。无物不然，无物不可。」物固有所然所可，是人籟之真，無物不然不可，是地籟之全與地籟之和。只有跳開彼是相對與自以為是的心知格局，站在道的樞紐，以天的清明，來觀照萬竅眾形的地籟人籟，就可以照現大道真言的全貌真象。<sup>41</sup>以天的角度往下看，各物論都精采，你我都是真、善、美，彼此互相肯定，互相欣賞，彼此尊重，彼此包容，萬物皆進入同體肯定的化境。

萬物皆進入同體肯定的化境，就不會出現〈逍遙遊〉中，蝸與學鳩笑大鵬鳥的事情，朱永欽先生解釋說：「這如同老子所云『上士聞道勤行之，下士聞道而大笑』。世俗中多如蝸與鸞鳩這樣的庸俗淺陋之輩，真是可憐可嘆啊！」<sup>42</sup>生命是可以轉化的，是可以提昇到更高的境界，成長就是由小而大，不光是由小而大，還有超拔提昇，就是進入化境，這就是莊子第一篇所講的逍遙遊，是人修到天的境界。<sup>43</sup>

## 第二節 心齋坐忘的修養工夫

人的生命從出生那一刻開始，便開始走向死亡，然而我們活在這個世界上，終究不是為了死亡而已，生命該是「向死」與「向道」的二重奏，這是儒釋道三家之「生命的學問」所共同的關懷和一致的訴求。<sup>44</sup>陳德和先生針對老/莊「生命的學問」提出：

---

<sup>40</sup> 王邦雄，〈莊子系列（二）齊物論〉，《鵝湖月刊》，第 211 期，1993 年 1 月，頁 22。

<sup>41</sup> 參閱：王邦雄，〈從修養工夫論莊子「道」的性格〉，《鵝湖月刊》，第 246 期，1995 年 12 月，頁 9。

<sup>42</sup> 參閱：朱永欽，《莊子南華經內篇註》，彰化，光明國學出版社，2000 年，頁 5。

<sup>43</sup> 參閱：王邦雄，〈莊子系列（六）大宗師〉，《鵝湖月刊》，第 215 期，1993 年 5 月，頁 3。

<sup>44</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 55。陳先生指出：「我們人的一生不將只是由生到死的自然現象罷了，更重要的是它同時亦為體道、證道和弘道的活水流長。我們亦願將這種生命之『雖有限而可無限』或『即有限以證無限』的辯證發展，稱之為：生命之『向死』與『向道』的二重奏。」

一般所謂生命主體，應該都會有著意識的實有與堅持……然而偏偏老/莊最害怕的，就是實有意識的堅持所將帶來的執著和造作，以及勢必鋪陳衍生之觀念的災難，所以他們要不斷地強調，若要生命境界的突破進展，就必須持續進行著意識型態的純化和淨空，因此莊子才有「心齋」、「坐忘」的再再提示。<sup>45</sup>

所以，莊子藉由「心齋」、「坐忘」的工夫，無掉生命中的各種執著與造作，進而讓生命有所突破與進展。

《莊子·齊物論》云：「道行之而成，物謂之而然。」王邦雄先生解釋說：

「道」成於「行之」的工夫，「物」然於「謂之」的肯定。人物在道的物論中，找到自己存在的分位，通過「行之」的實踐工夫，而有「謂之」的價值肯定，如是，道成而物然，「然」就是存在價值的實現。若無工夫做保證，道僅成空的形式，而未有實質的內涵。莊子的工夫論，一在心齋，二在坐忘。<sup>46</sup>

正如王先生所提出，莊子的「心齋」、「坐忘」工夫論，能使道成而物然，使道絕非只是空的形式。而徐復觀先生也提出：「莊子主要的思想，將老子的客觀的道，內在化而為人生之境界，於是把客觀的精神，也內在化而為心靈活動的性格。」<sup>47</sup>所以，「坐忘」與「心齋」的工夫能將老子客觀的道內在化在人生命之中。

因此，莊子之「心齋」、「坐忘」，乃是個人的修養工夫，其主旨正是要我們一一化解掉心知的定執，及解消掉對名利、是非、權勢，情欲的過度追逐，能虛以待己去面對自然的天地萬物，重返生命本來素樸無為的狀態，以整全的生命投入在生活審美境界的開創，修養自己以達於道的境界。其實「心齋」是出自於《莊子·人間世》：「氣也者，虛而待物者也。唯道集虛。虛者，心齋也。」而

<sup>45</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148。

<sup>46</sup> 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，頁58。

<sup>47</sup> 參閱：徐復觀，《中國人性論史·先秦篇》，臺北，臺灣商務印書館，1979年，頁387。



「坐忘」是出自於《莊子·大宗師》：「墮肢體，黜聰明，離形去知，同於大通，此謂坐忘。」所以本論文之論「心齋」、「坐忘」則分別以「唯道集虛」、「離形去知」為標題。

## 一 唯道集虛

「心齋」出現於《莊子·人間世》：

顏回曰：「吾无以進矣，敢問其方。」仲尼曰：「齋，吾將語若！有心而為之，其易邪？易之者，暎天不宜。」顏回曰：「回之家貧，唯不飲酒不茹葷者數月矣。如此，則可以為齋乎？」曰：「是祭祀之齋，非心齋也。」回曰：「敢問心齋。」仲尼曰：「若一志，无聽之以耳而聽之以心，无聽之以心而聽之以氣！聽止於耳，心止於符。氣也者，虛而待物者也。唯道集虛。虛者，心齋也。」

關於「齋」，韋政通先生提出的看法是：

齋是內省工夫，主要是對貪知和智巧做洗淨的工夫，透過這一層的工夫，可使心不致被貪欲所蒙蔽，亦使心不致使智巧所歪導，積極的意義可使心之功能靈妙而發揮創造功用。<sup>48</sup>

齋既然是內省功夫，所以，「心齋」乃是在心上反省，陳德和先生認為：「事實上，莊子書中對於人心的種種迷失與誤用，比起老子的《道德經》有著更多的觀察與批露。」<sup>49</sup>陳先生進一步將人心的汨濫與誤用，逐一區分為：夸奢慕外之心、跌宕馳放之心、機巧識辨之心、偏執固取之心。<sup>50</sup>人類心靈是無限的寶藏，心靈如果閉塞不通，如果生病了，則一切可能的發展將成為空談。至於為何會出現生病的心，王邦雄先生認為：

<sup>48</sup> 韋政通，《中國哲學辭典》，臺北，水牛出版社，1999年，頁153。

<sup>49</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123。

<sup>50</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124-127。

人在萬物之上，在天之下，人的一半是天，一半是物，人的心是天，人的物是物。要從人身上去知道天，但是人身上有兩部份，到底從人身上的心知道天，還是從人身上的物知道天？如從人身上的物去知天，人就是萬物，天馬上就掉下來，所以我們要通過心去知天，因為人之下是物，人的物那邊，我們跟萬物是一樣，是官能欲求……，所以通過物不能知天。<sup>51</sup>

唯有通過真心、<sup>52</sup>健康的心，才能夠知天。若通過一顆生病的心看世界，則你所看到的世界就是扭曲、病態的。要讓我們的心，回到原本天真本然的樣貌，王邦雄先生認為：

問題出在心，所以心要做齋的功夫，你就把心清了，所以叫「清心」。清心了以後，老子叫虛靜——「致虛極，守靜篤」；你的心讓他虛，這個虛有兩大功能，第一個功能是你可以把一些執著的東西消化掉，虛可以消化，所以能把你的執著痴迷化掉，這個佛門叫「觀空」。第二個功能是它可以包容，可以存藏很多東西，因為你的心空靈以後，萬物都可以進來。你做了心齋的功夫，一者可以將心裡面累積的垃圾清除掉，二者可以包容天下萬物。這樣的心就恢復觀的功能，觀是觀照（「致虛極，守靜篤，萬物並作，吾以觀復」的「觀」），也是觀自在、觀世音的那個觀。……讓世界的真相出來，讓人間的真情出來，有真相、有真情，一體並現就叫真理，而人物就變成「真人」了。<sup>53</sup>

所以，當我們做了「心齋」的工夫，你就能放開我執，化解成心，看見並包容萬物千姿百態的美，讓世界一切都回到原本「真」的樣子。在《道德經·二十八章》則云：「復歸於嬰兒」，這都是期待天地萬物能回到原本健健康康、自自然然，沒有任何一點病痛的最初。正如陳德和先生所說：「老莊思想對於人生的最大貢獻，莫過於它之能夠治療過敏之症、消除偏執之痛、超克小我之過，而讓每一個生命從此充份擁有悠遊開放的行動空間。」<sup>54</sup>所以，人生在世不怕患病，只怕找不出自己的病痛在哪裡，唯有知道生命的病痛之後對症下藥，那麼行走人間才能優遊

<sup>51</sup> 王邦雄，〈莊子系列（六）大宗師〉，《鵝湖月刊》，第 215 期，1993 年 5 月，頁 7。

<sup>52</sup> 筆者認為真心就是無心，無掉成心，無掉成規成矩的心，讓心回歸到原本自自然然，無拘無束的本然面貌。關於「無心」，筆者將於此篇論文後面有更詳盡的說明。

<sup>53</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 79。

<sup>54</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 12。

自得。

根據莊子「心齋」的內容，可以從教育學習方法來講，分成一以耳，一以心，一以氣等三種模式。「心齋」並非要將耳、心從本質上全盤否定，高柏園先生針對此，有詳細的說明：

從工夫修養的層次上說，吾人是由耳、心、氣，而層層上達、虛寂；然另就境界說，則心能齋能虛，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。然而此中對耳、心之剝落又僅只是「作用的保存」而非「本質的否定」。莊子並非是要取消耳目感官與心知之明，而僅是要在心齋的境界中真實地呈現出感官與心知的意義。<sup>55</sup>

高先生認為要在「心齋」的境界中，耳才能真實止於聽，不被感官牽引而去；心才能如實止於符，不會自我責求也不會壓迫他人符合心知的標準，<sup>56</sup>就像一面鏡子這樣照現天下萬物，而且「盡物而不傷」，可以把萬物充盡的實現，而不會壓抑他的某一部分，不會掩蓋他的某一部分，就是看到他的整體。大家一起看到真相實情，叫「唯道集虛」，而對每一物來說，全部被看到，叫「勝物而不傷」。<sup>57</sup>

而耳是耳目感官，心是心知，那莊子的「氣」該如何來解呢？王邦雄先生整理《莊子·內篇》所說的氣，指涉修養工夫的論述，如下：

汝遊心於淡，合氣於漠。（〈應帝王〉）

吾鄉示之以太沖莫勝，是殆見吾衡氣機也。（〈應帝王〉）

且德厚信矜，未達人氣，名聞不爭，未達人心。（〈人間世〉）

<sup>55</sup> 高柏園，《莊子內七篇思想研究》，臺北，文津出版社，1992年，頁133-134。

<sup>56</sup> 參閱：王邦雄，〈從修養工夫論莊子「道」的性格〉，《鵝湖月刊》，第246期，1995年12月，頁12，王先生說：「耳止於聽，耳聽的功能在聽到外來的聲音，心止於符，心知的功能在執取物象而構成是非。前者被牽引而去，生命流落於外，後者執著於內，會自我責求也壓迫他人符合心知的標準，是所謂的『執而不化』與『胡所以及化』，『化』才能『達』。」

<sup>57</sup> 參閱：王邦雄，《走在莊子逍遙的路上》，臺北，臺灣商務印書館，2006年，頁201-202。

無聽之以耳，而聽之以心；無聽之以心，而聽之以氣。耳止於聽，心止於符，氣也者，虛而待物者也。唯道集虛，虛者心齋也。（〈人間世〉）<sup>58</sup>

陳德和先生也說：

對「氣」的形容是：「氣也者，虛而待物者也。唯道集虛，虛者心齋也。」可見「氣」不能被當成實體或能量看，它理當是「虛」、是「心齋」，總之就是從「有心」幡然來歸之「無心」，「無心」當然不可能是沒有心，它是不可被規定、不可被制約、不可被限制之「無執的心境」，所以重點依然還原到「無」。<sup>59</sup>

心齋是從「有心」歸為「無心」，但是「無心」，並不是斷絕了心的作用，而是空了、無了心中的執著、欲念，讓心能反應萬事萬物的真實。陳德和先生提出：

在常人的想法中，心會有知的功能，那是天經地義的，而心知的功能也未必全部都是負面的，莊子在這裡也不例外，他在〈大宗師〉中就提到「真知」，可見他畢竟不反對心當會有知，他只反對那些只知執取自我、競於計營求的妄知，是者莊子之所謂「心齋」，正是淨除心知定執的修養工夫，此一工夫是要解放「心」的桎梏，昇華「心」的靈動，而不是要消滅心知的一切作用，讓心變成土石一般。<sup>60</sup>

心齋，是要昇華心的靈動，它並非要把心變成無知無覺、無感無應的心，吳怡先生認為：「這種心齋的工夫相當於佛家禪定的境界。禪定也是使心中沒有欲念。等到沒有欲念之後，心中定而生慧。」<sup>61</sup>反之，一顆心時時為外事所困擾、羈絆，豈不是莊子所說的「坐馳」<sup>62</sup>嗎？所以說，「無聽之以耳而聽之以心，無聽之以心

<sup>58</sup> 參閱：王邦雄，〈《莊子》心齋「氣」觀念的詮釋問題〉，《淡江中文學報》，第14期，2006年6月，頁18-19。

<sup>59</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151。

<sup>60</sup> 參閱：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26-27。

<sup>61</sup> 吳怡，《逍遙的莊子》，臺北，東大圖書公司，1991年，頁165-166。

<sup>62</sup> 「坐馳」出現於《莊子·人間世》，參閱：清·郭慶藩，《莊子集釋》，頁151，郭象《注》：「若夫不止於當，不會於極，此為以應坐之日而馳驚不息也。故外敵未至而內已困矣，豈能化物哉！」

而聽之以氣」，只有用空虛的心境直觀，才能把握無限的「道」。<sup>63</sup>

## 二 離形去知

欲得逍遙境界，養成坐忘的修養工夫有其必要性。劉光義先生說：「累於形名者，繫於物慾，於人間世，不能坐忘行忘，為萬境所染，欲求逍遙也胡可得！」

<sup>64</sup>「坐忘」出現在《莊子·大宗師》：

顏回曰：「回益矣。」仲尼曰：「何謂也？」曰：「回忘仁義矣。」曰：「可矣，猶未也。」他日復見，曰：「回益矣。」曰：「何謂也？」曰：「回忘禮樂矣。」曰：「可矣，猶未也。」他日復見，曰：「回益矣。」曰：「何謂也？」曰：「回坐忘矣。」仲尼蹙然曰：「何謂坐忘？」顏回曰：「墮肢體，黜聰明，離形去知，同於大通，此謂坐忘。」

陳德和先生說：「超克我執的工夫，老子說是『無』或『損』，在莊子則除此之外，又常用『忘』來形容。」<sup>65</sup>這段就是借著顏回與孔子的對話而討論坐忘的工夫。首先是顏回的忘仁義，接著又忘了禮樂，最後才達到坐忘的境界。<sup>66</sup>「墮肢體」就是「離形」，「黜聰明」就「去知」，最後「同於大通」是最重要的了。「大通」指的就是大道，但不言大道而言大通者。吳怡先生是認為：

此處特別工夫在一個「通」字，因為離形去知之後，我們的心才不受形累，不為知困，而能由內向外，通暢無阻。就大化來說，道通為一，萬物本是相通的。而「坐忘」之後，擺脫了形知這個我，才能與萬物為一，所以這種境界就是大通。<sup>67</sup>

「離形」、「去知」後，與萬物為一、暢通無阻，並非是要呈現一片死寂、毫無

<sup>63</sup> 葉朗，《中國美學史大綱》，臺北，滄浪出版社，1986年，頁114。

<sup>64</sup> 劉光義，《莊子蠹測》，臺北，臺灣學生書局，1986年，頁41。

<sup>65</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69。

<sup>66</sup> 是先忘仁義或是先忘禮樂，在學界引起廣泛的討論，例如：劉文典《莊子補正》、王叔岷《莊子校釋》都認為『仁義』與『禮樂』二字互錯。在本論文暫不處理這個問題。

<sup>67</sup> 吳怡，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2008年，頁274。

生氣的狀態。〈齊物論〉對「形如槁木，心如死灰」，有一段說明如下：

南郭子綦隱机而坐，仰天而噓，荅焉似喪其耦。顏成子游立侍乎前，曰：「何居乎？形固可使如槁木，而心固可使如死灰乎？今之隱机者，非昔之隱机者也。」子綦曰：「偃，不亦善乎而問之也！今者吾喪我，汝知之乎？」

在以上這段文指出，南郭子綦靠著几案而坐，顏成子游驚覺其師父形體如乾枯的樹木，心靈似如熄滅的灰燼，今天靠几而坐的樣子者和以前不一樣，便詢問其師父，其師父子綦回答的「今者吾喪我」，也就是把自己忘掉，這裡並不是得了失憶症的忘掉自己，所以我們要先分辨「吾」和「我」有什麼異同？牟宗三先生說，吾是主動詞，相當於英文的 I，我是被動詞，相當於 me，此處點出〈齊物論〉的基礎點：放下對比差別，泯除我相。「我」可以指生理自我，心理自我，乃至道德自我；所以吾喪我，即表示「吾」已經忘失了自我，灑脫自在，而與真實的自然映和。<sup>68</sup>所以，吾喪我的目的即是呈現「真我」，<sup>69</sup>透過虛靜心的真我才可洞察道。一切都喪掉了，沒有牽累，無己後，顯現出超越的風範，提升精神境界而上達於道。喪我的外在表徵是形如槁木，而內在是埋藏著靈台心的明覺，可觀宇宙與人生的深秘處而與之吻合為一。<sup>70</sup>外在形軀雖然如槁木般死寂，心靈卻可以超越死灰而生意盎然。在一片虛靜之中，而與大道相契合。所以，「離形」、「去知」，絕非像行屍走肉般行走人間，而是用虛靜心的真我遊走人間，超越死灰、展現無限生機才是。

「吾喪我」誠如〈大宗師〉所描寫「坐忘」<sup>71</sup>的「墮肢體、黜聰明，離形去知」，離形是忘形體的我，去知是忘心知的我，人世間的種種災難、紛爭，不外

<sup>68</sup> 參閱：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，頁15-16。

<sup>69</sup> 洪嘉琳先生指出《莊子》書中並無真我一詞，不過，我們亦不能因此忽視《莊子》處處強調人應以真來自處、處世的真實。〈論《莊子》之自我觀——以「吾喪我」為探討中心〉，《哲學與文化》，第396期，2007年5月，頁167。

<sup>70</sup> 參閱：吳汝鈞，《老莊哲學的現代析論》，臺北，文津出版社，1998年，頁106。

<sup>71</sup> 參閱：唐君毅，《中國哲學原論·原道篇》卷一，臺北，臺灣學生書局，1986年，頁356。唐先生說：「吾喪我而忘我，是同于大宗師所謂坐忘。」

乎是堅持自我所引起的，而莊子哲學如果有一個現代意義，那麼莊子「吾喪我」之自我拋出的虛化，是一種「治療精神」。<sup>72</sup>因此只有忘我、喪我才能救回最初的自己，也同時才有可能救了別人，讓彼此回復原來應有的和諧，讓生活世界中的每一個成員能和平共處。

莊子要我們「離形去知」，才能「同於大通」，王邦雄先生認為，人生的有限性就是我們把自己落在我形裡面，你的心就失去自由，你的「知」是從形來的，所以要「離形去知」，要離開你自己，不要老是用自己的知去看世界。<sup>73</sup>陳德和先生再針對「離形」「去知」的先後問題提出精闢的說明，他說：

原來莊子認為形軀是人所不能或免的……，但麻煩的是，心有知的作用，一落在形骸，難免要和官能知覺互相推波助瀾，結果是形因知的介入而佚蕩，知也因形的鼓動而迷失，「勞形」和「怵心」就互為因果，它們如兩束草相依不倒一樣，一起把人帶入「蕭然疲役而不知其所歸」的悲慘困境，莊子說：「其形化，其心與之然，可不謂大哀乎」，指的就是此等情況，其之所以會一起提離形和去知，原因亦在於此，而究其實，離形是在去知中離形，去知是在離形中去知，兩者是無法以時間或步驟的前後來畫分的。<sup>74</sup>

所以，陳先生認為離形去知是要一同解決的問題。而徐復觀先生對此則認為：

「墮肢體」、「離形」，實指的是擺脫自生理而來的欲望。「黜聰明」、「去知」、實指的是擺脫普通所謂的知識活動。……莊子的「離形」，並不是根本否定欲望，而是不讓欲望得到知識的推波助瀾，以致溢出于各自性分之外。在性分之內的欲望，莊子即視為性分之自身，同樣加以承認的。所以在坐忘的意境中，以「忘知」最為樞要。忘知，是忘掉分解性的，概念性的知識活動。<sup>75</sup>

---

<sup>72</sup> 參閱：張瑋儀，《莊子「治療學」義蘊之分析與開展》，淡江大學中國文學系碩士論文，2003年，頁55。

<sup>73</sup> 參閱：王邦雄，〈莊子系列（二）齊物論〉，《鵝湖月刊》，第211期，1993年1月，頁27。

<sup>74</sup> 陳德和，《從老莊思想詮註莊書外雜篇的生命哲學》，臺北，文史哲出版社，1993年，頁29。

<sup>75</sup> 徐復觀，《中國藝術精神》，臺北，臺灣學生書局，1981年，頁72-73。

暫且不論「離形」「去知」是該一起處理，還是以「去知」為首要。要達到莊子「坐忘」的境界，「離形」「去知」的工夫是缺一不可，兩者皆具，最後才能「道通為一」。

關於「去知」的工夫，杜保瑞先生覺得連自我意識的自覺也是一種障礙，必須加以掃除，所以他說：

而我們的學道，是一個根本的回歸活動，要回歸到自然本根的道妙作用中，因此這個自我意識的自覺仍是一個障礙，「坐忘」的境界就是將這一步也給化除掉，除掉以後，這個拘拘之自我頓時開顯了活動的範域，原來天地自然無處不與我相通，原來我本就在於造化的安置之內，我與世界齊一，在觀念的領會與道妙的流動中，這一切都是一體相通的。<sup>76</sup>

所以，莊子之忘的最高境界，倒是連忘的本身和忘的目的也都忘了，大宗師乃形容之為「魚相忘於江湖，人相忘於道術。」<sup>77</sup>，《莊子》書中使用「忘」字達 80 餘次之多，可見「忘」是莊子主體精神修養的重要方法。<sup>78</sup>

無論是「心齋」或「坐忘」，都是生命主體的修養功夫，牟鍾鑒先生認為：

莊學可以簡潔地稱為心靈哲學，它所要解決的主要問題是作為主體的個人如何消除種種傷害、困擾和束縛，獲得完全的精神自由和獨立的人格。其關鍵在於養神，養神之方在於去常知去情欲，保持內心虛靜凝斂明覺的狀態，是非得失生死無動於衷，這便是「心齋」和「坐忘」的功夫。<sup>79</sup>

筆者認為做好「心齋」和「坐忘」的修養工夫，使欲望止息而處於寧靜之中，這樣的寧靜境界，不是靠離群索居、退隱山林的方式獲得，還是要回到我們生活的

<sup>76</sup> 杜保瑞，《莊周夢蝶》，臺北，書泉出版社，1995年，頁259。

<sup>77</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70。

<sup>78</sup> 參閱：顏崑陽，《莊子藝術精神析論》，臺北，華正書局，1985年，頁230。陳德和先生也在〈老莊思想與實踐哲學〉，《鵝湖月刊》，第406期，2009年4月，頁31，提到：「莊子的『忘』其實就是將所有的得失計較通通置之度外，而非腦袋空空、喪失記憶；莊子告訴我們必須不落兩端而能忘毀譽、忘是非、忘生死、忘人我、忘古今、忘功過，當然是一種體道證德的工夫實踐。」

<sup>79</sup> 牟鍾鑒，〈道家學說與流派述要〉，《道家文化研究》第1輯，1992年，頁19。



人間世中修養而得。莊子生活中的實踐是由「無」切入，無掉人為之造作，無掉自我中心主義而不與人爭，恢復每個人自有的素樸天真，實現人際間的和諧。「心齋」和「坐忘」的修養工夫，能使外在的紛紛擾擾不再牽動你，陳德和先生說：

人間依樣是人間，萬物依樣是萬物，只因我人生命之大翻轉，於是「天地變化草木蕃」，到此之際，人間已然是「綠楊煙外曉雲輕，紅杏枝頭春意鬧」，那就不必再強分此岸和彼岸了！<sup>80</sup>

當下、當處都是清淨。天池並非世外的桃源，宇宙自然之氣，本就瀰漫流布在我們生活的週遭，只要人改變自己，從形軀官能的制限與心知情識的困結中脫拔出來，得一精神的大解放大自由，心胸開闊了，視野也擴大了，路也寬廣了，當下北冥就是南冥，紛擾狹隘的人間世，頓成「無何有之鄉，廣莫之野」的美麗新世界。<sup>81</sup>正如王夫之的注提到：「『虛室生白』莫非天光；坐馳，端坐而神遊於六虛；耳目聽於虛氣，不以心之閔亂之。」<sup>82</sup>端賴於無執寂虛的心靈，才能產生無我的真知。在生活的實踐上如能時時保持虛靈之心，生命即能自放光明與智慧。生命的無限性就在於生命主體性的全面解放，而宇宙的整全性亦唯有在此開放性主體的如如觀照下，方可得到充分的見證和護持。<sup>83</sup>

### 第三節 逍遙無待的生命理想

莊子內七篇第一篇是〈逍遙遊〉，王邦雄先生針對逍遙遊這三個字，提出他精闢的看法，他認為：「『逍』就是把那個『他』消掉。什麼叫『遙』，就是把『自』活出來。我們要消掉外面決定的東西，然後才會給出自己在自己得的情境：他在他得是靠不住的，是別人決定的。」<sup>84</sup>由上可知，莊子不會執著於一己之標準，

<sup>80</sup> 陳德和，〈論莊子哲學的道心理境〉，《鵝湖學誌》，第24期，2000年6月，頁66。

<sup>81</sup> 參閱：王邦雄，〈莊子哲學的生命精神（上）〉，《鵝湖月刊》，第1期，1975年8月，頁15。

<sup>82</sup> 清·王夫之，《莊子通·莊子解》，臺北，里仁書局（點校本），1984年，頁39。

<sup>83</sup> 參閱：陳德和，〈老莊思想與實踐哲學〉，《鵝湖月刊》，第406期，2009年4月，頁32。

<sup>84</sup> 參閱：王邦雄，〈莊子系列（一）逍遙遊〉，《鵝湖月刊》，第210期，1992年12月，頁14。

將天地萬物分成好惡美醜的二元對立，也不會落在比賽較勁的競逐中，而是轉化自己的德行境界，這樣的轉化活動才有意義。<sup>85</sup>

要活得自在自得，自己的心態很重要，要將自己的心態調適到〈養生主〉中提到「為善無近名，為惡無近刑」。關於此，陳德和先生有一精闢獨到的見解，他提出：

「為善無近名，為惡無近刑」中的「為善」解成：「為人之所善。」亦即「我之所為者，乃人之所愛好。」「為惡」解成：「為人之所惡。」亦即「我之所為者，乃人之所厭惡。」全部兩句連讀就是：「我的行為表現或許是別人所喜歡的，但我並不因為大家的喜歡、讚美而得意自滿；又假如我的行為表現是別人所不喜歡的，我也不會因為大家的厭惡、批評而覺得受到委屈傷害。」<sup>86</sup>

不因他人的讚美而自得意滿，也不會因為他人的批評而受傷害，這可不只是「自我感覺良好」而已，而是清楚自己所要的人生方向和目標。在朝目標邁進的過程中，絕不會因為他人的喜好和鄙視而舉棋不定。努力活出自己的精彩，只有自在自得，我們才是自由的，我們才是不受限的，假定我們是他在他得，靠著別人的掌聲，靠著別人的意見，靠著排行榜的名次，我們就失去自己生命的主控權，失去自我的存在價值，所以莊子要講自在自得的教育理想，並肯定萬物皆當如其所如的存在著。

## 一 用而無用

世間萬物，彼此之間無可否認是具有差異性，但是具有差異性不表示彼此之間就要劍拔弩張的對立，站在〈齊物論〉的觀點，應該要超越孰是孰非，進入同

---

<sup>85</sup> 筆者認為自我轉化就是「由小而大，由大而化」，自己要不斷的超越與提昇。王邦雄先生在〈莊子哲學的生命精神（上）〉，《鵝湖月刊》，第1期，1975年8月，頁15，提到是「由小而大，由大而化」就是生命的超拔提昇，雖然就行軀而言，人一如魚子般的小，然透過人之自覺的精神修養，是可以成就其生命人格之大。

<sup>86</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163-164。

體肯定之化境。不齊之齊就必須無掉心的執著與造作，用開放的心靈觀照萬物，那萬事萬物都是真的、都是美的，都有其存在的獨特意義內涵，若強將人或物區分成「有用」與「無用」，只是徒增彼此緊張與對立關係。「有用」與「無用」的差別，絕不是在人或物本身所具備的特質、功能上，是在你用什麼視角或心態去看待它。程兆熊先生針對「有用之用」和「無用之用」的區分提出極佳的論點，他說：

此所謂有待，實無非是有待於用。唯有「有用」之用，便即有「無用」之用。有待於用之用，乃有用之用。無待於用之用，乃無用之用。然無用之用，終是無窮之用。此則絕非如有用之用，只為有限之用。如此而能不待於有限之用，則即歸於無窮之用。<sup>87</sup>

程先生認為「有用之用」就是「有待於用」，等於是「有限的用」；反之「無用之用」就是「無待於用」，等於是「無限的用」。人不該目光如豆，只著眼於「有用之用」，在《莊子·逍遙遊》中有一段文字提到人常固拙於「有限的用」：

惠子謂莊子曰：「魏王貽我大瓠之種，我樹之成而實五石，以盛水漿，其堅不能自舉也。剖之以為瓢，則瓠落無所容。非不呶然大也，吾為其無用而掇之。」莊子曰：「夫子固拙於用大矣。」

莊子覺得惠子把容量五石之大的大瓠擊碎了，不是那個大瓠不好，是惠子自己「拙於用大」。正所謂天生我材必有用，任何一物都有其存在的價值，懂得用開放、無執的心靈對待萬事萬物、不拘泥於世俗的習慣與標準，則任何一物都是可用的。故事到這裡並未劃下句號，莊子繼續說：

宋人有善為不龜手之藥者，世世以泝澠絛為事。客聞之，請買其方百金。聚族而謀曰：「我世世為泝澠絛，不過數金；今一朝而鬻技百金，請與之。」客得之，以說吳王。越有難，吳王使之將。冬與越人水戰，大敗越人，裂

<sup>87</sup> 程兆熊，《道家思想——老莊大義》，臺北，明文書局，1985年，頁176。

地而封之。能不龜手，一也；或以封，或不免於泝澣統，則所用之異也。今子有五石之瓠，何不慮以為大樽而浮乎江湖，而憂其瓠落無所容？則夫子猶有蓬之心也夫！

宋國有位善於製造使手不龜裂藥物的人，其家族世代代以漂絲絮為業。有人出百金購買他的藥方，卻獲得土地封賞，使手不龜裂的藥方都一樣，獲致的結果卻不同，這只是因為使用的方法不同而已。宋人將不龜手藥方的用途設限，不但綁住了藥方的用，也綁住了自己的發展，這都是因為宋人「有待於用」，使不龜手藥方成為「有限的用」。

從莊子以上兩段故事看來，「有用」或「無用」重點不應擺在人或物本身所具備的能力、功用，也不是大環境的因素，林鈞桓先生在其論文中提出：

故當人言「用」皆是指物為我所用、為我服務，以此「用」便就己心而言。用物，是先將物置放於自心是非之判準與利用的考量中。如若能符合使用者之是非利用，便稱為「有用」，或稱之為「材」、「祥」。而有用之物，必為使用者所利用貪求，以此則得有「有用」之患。<sup>88</sup>

世俗之人，判別「有用」或「無用」依據的是使用者的心，使用者的己心如茅塞一般沒有開通，那就不懂「無限的用」，就像莊子形容惠子的心是「有蓬之心」一樣。陳德和先生說：

莊子譏笑惠施的心是被蓬草所阻隔以致不能清虛通暢，所以會對五石之大瓠做出有用無用之計較分別，若是無蓬之心，則必不因物有一用就限制乎此一用，也不因物無一般習慣認定之用途就限制乎彼一無可用，凡無執之心靈必能使物物皆不限於一用而無不可用，是即「無用之用乃為大用」。

<sup>89</sup>

<sup>88</sup> 林鈞桓，《《莊子》的逍遙真人——走向天到的心靈轉換》，華梵大學中國文學系碩士論文，2010年，頁70。

<sup>89</sup> 參閱：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71。

人要勇敢跳脫用世俗的價值觀看待事物，站在世俗的立場來看，也許是無用的東西，但以無執的心靈來看待天下萬物，它則具備無所限的功用。所以任意妄為地將萬物區分為有用或無用，只不過是微不足道的自作聰明而已。莊子以開放、無執的觀點來發現無一物不可用，每個事物都應該予以包容和尊重。

張瑋儀先生整理〈逍遙遊〉篇末莊子和惠施的大瓠之論、〈人間世〉的匠石之齊、〈山木〉篇等在談「無用之用，是謂大用」，他提出：

認為理想人格之「用」首先就要建立在「無」中。意念的牽滯，就是由於心理有所定執，才會產生各種不安的情緒。面對現象的紛亂，老子以「虛一而靜」的態度來解決，莊子則引申發揮，以不執的態度、和無限妙用的心境，對治吾人之患得患失，旨在化除膠著的對象，朗現出暢達的溝通，以進入於「無」。<sup>90</sup>

意念的牽滯，會使人產生各種不安的情緒，唯有「無」掉「有用」與「無用」的心知與執著，人才不會墮入自尋煩惱的深淵中，譚宇權先生認為這是一種超越的人生態度，他提出：

為什麼莊子認為：世上的美與醜、是與非，以及仁義都沒有客觀的標準呢？依我看，這是一種超越的人生態度。及上述將一切看開的處事態度；因為真正能將人生看得開的人，才能將人生的一切苦惱自我化解。所以，他主張人們不要太計較世上的一切是非利害。甚至知識，他也認為是沒有客觀的標準的。<sup>91</sup>

譚先生認為大小、美醜、是非沒有客觀的標準。我們應用超越的人生態度來面對，不要錙銖必較。正如《莊子·逍遙遊》所提到：「宋人資章甫而適諸越，越人斷髮文身，無所用之。」宋人以自己的喜好為標準，認為越人也必同樣的喜悅它，殊不知對越人來說一頂堂皇的帽子對他們而言是無任何價值的，張默生先生認

---

<sup>90</sup> 張瑋儀，《莊子「治療學」義蘊之分析與開展》，淡江大學中國文學系碩士論文，2003年，頁126。

<sup>91</sup> 譚宇權，《莊子哲學評論》，臺北，文津出版社，1998年，頁51。

為，像這販賣章甫的宋人，完全是以自己的好尚去推度他人，這就是不能「忘己」。<sup>92</sup>譚宇權先生也說：「過去的人總是以自己的環境評斷一切，但如果能在不同的時空背景中分析道理，便能有新的發現。所以我們不要總是以自己的方法去思考問題。同時不要總自以為是，而別人都是不對的。」<sup>93</sup>無掉成心，採用凌虛的智慧的態度，<sup>94</sup>則天地萬物都是道的表現，「以道觀之，物無貴賤。」（〈秋水〉）從道的觀點而言，萬物無貴賤之分，無美醜之別，在生命的過程中應該打破分別心，去除「我執」，以開放無執的精神優遊於天地之間，反歸自然樸素如其所如地存在，如此生命境界與生命存在的價值，方能於生活世界中而展現無遺。

用世俗的價值觀裁定「有用」或「無用」，有人因此夜郎自大，有人則妄自菲薄，認為自己一無是處，而灰心喪志，這樣的人生態度都是生病的。當別人都認定你沒用，而瞧不起你時，我們絕不能因此而自我放棄。在《莊子·逍遙遊》有一則關於眾人都認為大而無用的樗樹如何自處的寓言：

惠子謂莊子曰：「吾有大樹，人謂之樗。其大本擁腫而不中繩墨，其小枝卷曲而不中規矩，立之塗，匠者不顧。今子之言，大而無用，眾所同去也。」莊子曰：「……今子有大樹，患其無用，何不樹之於無何有之鄉，廣莫之野，彷徨乎無為其側，逍遙乎寢臥其下？不夭斤斧，物無害者，無所可用，安所困苦哉！」

王叔岷《莊學管闕》注之曰：

惠施以樗木之不中繩墨規矩為喻，以譏莊周之言，大而無用。不知莊周之言，空靈超脫，不可端倪，正由不為繩墨規矩所限也。莊周巧妙，但就樗之無用作答，樗無用於世塗，而有妙用於無何有之鄉，廣莫之野。莊周蓋以此喻其言雖無用於世，而可以逍遙自得乎？<sup>95</sup>

<sup>92</sup> 參閱：張默生，《莊子新釋》，臺北，天工書局，1993年，〈逍遙遊第一〉，頁25。

<sup>93</sup> 譚宇權，《莊子哲學評論》，臺北，文津出版社，1998年，頁51。

<sup>94</sup> 參閱：牟宗三，〈莊子〈齊物論〉講演錄（一）〉，《鵝湖月刊》第319期，2002年1月，頁1。牟先生認為，莊子採用凌虛的智慧立場平其是非、善惡，這種態度高一層，而且是智慧的，不是一套一套的概念系統。概念系統是知識。莊子採取的是一種凌虛的智慧的態度。

<sup>95</sup> 王叔岷，《莊學管闕》，臺北，藝文印書館，1978年，頁36。

惠施以大而無用來譏莊子之言，但莊子巧妙回答說，雖然被世間認定無用，而被木匠所遺棄，但可以讓吾人及萬物徘徊悠遊其側無所事事，逍遙適意在它的下面或坐臥、或行躺休息，皆無不可，此乃「以無用為用」。<sup>96</sup>唐君毅先生就說：「人能任無用者之無用而不求用，即所以成人之逍遙自得之生活。」<sup>97</sup>人生在世，若不以現實利益為要，取消有心有為，回到無心無為，<sup>98</sup>不強求自己成為大環境中「有用」之徒，做你自己，就能逍遙行走人間，而不為人間所傷，所以說，無用之用，是為大用。

〈逍遙遊〉關乎「有用」與「無用」的故事，從莊重的禮帽對短髮的越民是沒有用的——所謂的「有用」的東西有時會變成沒用。反之，五石大的葫蘆可當大樽浮游江湖，庸俗的膏藥可助大打勝役——所謂的「無用」之物也可變通成為有用。完全「無用」的樗樹，能有用於生存和具有「有用」性能的狸狌，卻陷落死於網罟。吳光明先生認為，看似不首尾一致，逍遙遊卻自歸一致地以無用之用結束。吳先生認為無用，就是我們不必時刻憂慮如何成為有用。無用，我們就釋放進入悠然憩息的曠野。在這無何有之鄉，我們可自適自如，「大如垂天之雲」，這種無用是對人生大有其用。<sup>99</sup>

所以，尊重個體的存在價值，讓每個個體都能順性自然發展，無掉人為對「有用」與「無用」的執著計較，將一切看開，則人生的一切苦惱將自我化解，所有的生命自生自長，這真「己」彷徨於無為之中，沒有孰優孰劣的價值判斷來壓抑或抹煞個體的發展，人人走出自己的路，而活出自己生命的精采，正如〈齊物論〉所云：「无物不然，无物不可。」

<sup>96</sup> 參閱：張默生，《莊子新釋》，臺北，天工書局，1993年，〈逍遙遊第一〉，頁32。

<sup>97</sup> 唐君毅，《中國哲學原論·原道篇》卷一，臺北，臺灣學生書局，1986年，頁354。

<sup>98</sup> 參閱：王邦雄，〈莊子思想及其修養工夫〉，《鵝湖月刊》，第193期，1991年7月，頁12。王先生提到，有用之用是人為的用，無用之用是自然的用，人為的用是自困自苦，自然的用才自在自得了。取消有心有為，回到無心無為，就由「用」的層次，提升至「庸」的層次，「用」是有用之用，「庸」是無用之用。所以回到「庸」的層次，即是每一個人回到自己本身的用，因此，無用之用，是為大用。

<sup>99</sup> 參閱：吳光明，《莊子》，臺北，東大圖書公司，1988年，頁137-150。

## 二 待而無待

無待是從萬物存在的依待關係中超拔出來，一切匯歸自己，以「物之在其自己」的姿態出現，不對認知主體而顯，不在主客相對中，而是主客一體，「天地與我並生，萬物與我為一」（〈齊物論〉），天地不必乘，六氣不必御，無條件無依存，不依靠功，不等待名，我在我就得，這就是所謂的自在自得，<sup>100</sup>才能進入逍遙無待的境界。

陳德和先生針對「有待」與「無待」提出他的看法：

「待」是依賴的意思，凡有依賴必不能說獨立自主，故有待與無待之別，亦即或被條件制約與或兀然自主自存之不同，當然所謂逍遙指的是無待，……而這種無待的境界乃是無掉功、名、己之執著後才會達到的，然既說逍遙可遊，又曰帝王可應，則「逍遙」當不是從具體生活抽離的頑空孤冥，而是無入而不自得的快樂自在，依此，「至人無己，神人無功，聖人無名」並非表示他們乃超絕人間之純靈、類如西方宗教之上帝或天使者，而是說他們的真正本領惟能以豁達之態度自處，可超拔乎一切有待者，故「無待」之諦義乃「雖有待而可無待」，而非徒然與有待相對之無待也，「雖有待而可無待」正顯一辨證之融合義。<sup>101</sup>

誠如陳先生所認為的，我們要做的事情，並非將人世間的種種區分成「有待」與「無待」二元對立的關係，而是要以豁達之態度自處，便能超拔乎一切有待者，進入「雖有待而可無待」的境界。人一到這個世間，太多世俗的人會拿約定俗成的標準來探測我們、評量我們，儘管我們處在這樣「有待」的氛圍中，我們卻可以用「無待」的心境來應世，王邦雄先生說：

儘管我們的生命一定是不完美的，卻未必就要受這種不完美的苦，這就是老莊思想「安之若命」的大智慧……他不計較於成敗得失，一切只順其在

<sup>100</sup> 參閱：王邦雄，《21世紀的儒道——儒道兩家思想的現代出路》，臺北，立緒文化公司，1999年，頁127-128。

<sup>101</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70-71。



我而全憑造化。<sup>102</sup>

活在人世間，免不了會被打分數，你無法控制別人怎麼做，但你可以掌控自己用怎樣的態度自處，程兆熊先生說：「一逍遙，即歸無涯；一逍遙，即為無待；一逍遙，即不拙於用；一逍遙，即歸無為。」<sup>103</sup>心中無執著無所待，將不會被名與利、對與錯、有用與無用的枷鎖困住，人生的路將更寬廣。

〈逍遙遊〉其中一段文章，談無待修養工夫的各種不同的層次，<sup>104</sup>其云：

故夫知效一官，行比一鄉，德合一君，而徵一國者，其自視也亦若此矣，而宋榮子猶然笑之，且舉世而譽之而不加勸，舉世而非之而不加沮，定乎內外之分，辯乎榮辱之境，斯已矣。彼其於世，未數數然也。雖然，猶有未樹也。夫列子御風而行，泠然善也，旬有五日而後反，彼於致福者，未數數然也。此雖免乎行，猶有所待者也。若夫乘天地之正，而御六氣之辯，以遊无窮者，彼且惡乎待哉！故曰：至人无己，神人无功，聖人无名。

這段文章雖具層次性的比較，卻不見對立的緊張與衝突，而是彰顯出生命層層提昇的修養工夫。首先「夫知效一官，行比一鄉，德合一君，而徵一國者，其自視也亦若此」，這是世俗社會上，擁有成就的人，可是在莊子修養的境界上卻是最低的，林鈞桓先生提出：「人求見用於世，雖有名利權勢等物質的得獲，但有『得』即有『失』，且所失者往往大於所得者。我轉為物，是失卻自我，失卻自我，即謂失去生命之根本。」<sup>105</sup>失去生命的根本，是件極嚴重的問題，但這一類的人，卻不以為意，吳怡先生認為這一類的人之所以是修養最低層的關鍵即在於「自視也亦若此」，此正寫出他們的自以為大，<sup>106</sup>只以外在的名利、權勢、富貴為滿足，而不知護持生命的根本。

<sup>102</sup> 參閱：王邦雄，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007年，頁168。

<sup>103</sup> 程兆熊，《道家思想——老莊大義》，臺北，明文書局，1985年，頁178。

<sup>104</sup> 參閱：吳怡，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2008年，頁29。

<sup>105</sup> 林鈞桓，《《莊子》的逍遙真人——走向天到的心靈轉換》，華梵大學中國文學系碩士論文，2010年，頁72。

<sup>106</sup> 參閱：吳怡，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2008年，頁30。

第二階段以宋榮子為代表，「舉世而譽之而不加勸，舉世而非之而不加沮，定乎內外之分，辯乎榮辱之境，斯已矣。彼其於世，未數數然也。雖然，猶有未樹也。」<sup>107</sup>「定乎內外之分，辯乎榮辱之境。」因為他認為「內」才是榮耀，人活在自己才是榮耀；人有求於外就是辱，人希望得到天下的恩寵，這對人本身就是一個很大的屈辱，就會失去人格自主權。<sup>107</sup>而吳怡先生認為，「猶有未樹也」才是這小段話的重點，是指還沒有真正有所建樹。因為宋榮子只做到內外隔絕，使外界的毀譽不入於心。但尚沒有在心上做工夫，達到自然而化的境界，<sup>108</sup>心著於一物、心中盟了意見便不逍遙，所以，宋榮子「定乎內外之分，辯乎榮辱之境。」便無法逍遙。

第三階段是列子，莊子認為其「猶有所待者也」，郭象注：「非風則不得行，斯必有待也，唯無所不乘者無待耳。」<sup>109</sup>即列子待風而行，若失其所依待的風，則寸步難行，且必以旬有五日為限，無法長住於此逍遙無窮之域，<sup>110</sup>所以列子雖能遺世獨立，卻因未能忘己而難以入於無待之境。王邦雄先生認為，列子跟莊子理想人物的無己有點不同，理想人物的無己是指精神的無己，不是形軀無己，不是大風吹，隨著風起飛，然後風又把他送回來，完全失去自主權。<sup>111</sup>主控權在風，而不是在列子。

莊子最理想的人物是第四層「至人无己，神人无功，聖人无名」，<sup>112</sup>其做為終

---

<sup>107</sup> 參閱：王邦雄，《莊子道》，臺北，漢藝色研出版社，1993年，頁21。

<sup>108</sup> 參閱：吳怡，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2008年，頁31。王邦雄，〈莊子思想及其修養工夫〉，《鵝湖月刊》，第193期，1991年7月，頁4，王先生提出，宋榮子他把自我之外的天下，從生命中排除。他固守於內，無功無名，然苦苦守住的己，卻未有價值內涵的樹立。

<sup>109</sup> 清·郭慶藩，《莊子集釋》，臺北，華正書局，1982年（點校本），頁20。

<sup>110</sup> 參閱：明·釋德清，《莊子內篇注》，臺北，廣文書局，1991年（景本），〈逍遙遊〉頁20。憨山大山云：「列子雖能忘禍福，未能忘死生以形骸未脫，故不能與造物遊於無窮，故待風而舉，亦不過旬五日而即返，非長住也。」筆者認為非長住即不能永遠處「乘天地之正，而御六氣之辯」之逍遙無窮之域，只能依憑風起而起。

<sup>111</sup> 參閱：王邦雄，〈莊子系列（一）逍遙遊〉，《鵝湖月刊》，第210期，1992年12月，頁17。

<sup>112</sup> 參閱：吳怡，《逍遙的莊子》，臺北，東大圖書公司，1991年，頁47，吳怡先生認為，就「有待」的尺度來衡量，無論是列子、宋榮子、或祇求何一官、一鄉、一君的一般人，都是一種「小」，都不能逍遙而遊，只有「若乎乘天地之正，而御六氣之辯，以遊無窮者，彼且惡乎待哉？故曰：『至人无己，神人无功，聖人无名。』」才是無待，才能逍遙。所以認為莊子最理想的人物是「至人无己，神人无功，聖人无名」。

極的境界，全面來談是理想性的目標，<sup>113</sup>而宋榮培先生提出：

「至人」、「神人」、「聖人」，都是理想人格之別稱而已。他們不羈束於自己的存在（「無己」）；自然而然沒有積極想要達成的功果（「無功」）；並且不追求別人的稱讚與聲望（「無名」），以達到精神上的自由。<sup>114</sup>

宋先生認為「至人」、「神人」、「聖人」是理想人格的別稱，<sup>115</sup>都是精神上達到自由者，王邦雄先生針對精神自由，也有詳盡的說明，他說：

「至人無己，神人無功，聖人無名」，則是精神的自在，不是形軀的修練。不是形軀的隨風起飛，是自己精神的絕對自由，精神的大自在。<sup>116</sup>

「至人」、「神人」、「聖人」，是精神上的自由，是無待的逍遙者，並非一定要依靠「乘天地之正、御六氣之辯」才能達成。王邦雄先生說：「莊子認為理想的修養就是修到我不乘，不御，我就逍遙……即『天地與我並生，萬物與我合一。』」<sup>117</sup>要修養到此境界，就要透過無己無功無名的修養工夫，才能開顯出至人神人聖

---

<sup>113</sup> 參閱：張瑋儀，《莊子「治療學」義蘊之分析與開展》，淡江大學中國文學系碩士論文，2003年，頁123。

<sup>114</sup> 參閱：宋榮培，〈關於莊子的社會危機意識和自由意識的問題〉，《哲學雜誌》，第20期，1997年5月，頁181。

<sup>115</sup> 宋先生認為，「至人」、「神人」、「聖人」，都是理想人格之別稱而已。明朝·釋德清，《莊子內篇注》，臺北，廣文書局（景本），1991年，〈逍遙遊〉頁20，提到：「至人神人聖人，只是一箇聖人，不必作三樣看，此說能逍遙之聖人也，以聖人忘形絕待，超然生死，而出於萬化之上，廣大自在，以道自樂，不為物累，故獨得逍遙，非世之小知之人可知也。」此皆描述「至人」、「神人」、「聖人」都是莊子口中理想的人物表現，只是稱乎不同而已。關於理想人格間之關聯，可參閱：林瑞龍，《《莊子》真人觀及其理想社會之研究》，臺北，師範大學國文學所碩士論文，2007年，頁138。他整理「至人」、「神人」、「聖人」大抵有三種說法：一、各理想人格所指者為一，其主張大抵以為理想人格雖有不同之異稱，然僅是所述之面向不同，其境界並無高下之別。二、各理想人格間有高低層次之別，持此說者綜合比較各種理想人格，找出各種理想人格之虛欠處，以此排列其境界之高下。三、兼有第一種及第二種之說法。筆者此論文是依據第一種說法來立論。

<sup>116</sup> 參閱：王邦雄，〈莊子系列（一）逍遙遊〉，《鵝湖月刊》，第210期，1992年12月，頁17。

<sup>117</sup> 參閱：王邦雄，〈莊子系列（一）逍遙遊〉，《鵝湖月刊》，第210期，1992年12月，頁17-18。王先生在〈莊子思想及其修養工夫〉，《鵝湖月刊》，第193期，1991年7月，頁5。他提到：「所謂乘天地之正，意謂天地自有其正，故天地不可乘，今日乘，實則不必乘；御六氣之變，意謂六氣自有其變，故六氣不可御，今日御，實則不必御。不必乘不必御，也就是所在皆乘，所在皆御。所在皆是，隨處可遊是無窮；當下即是，無入而不自得則是無待。」

人的超越境界。<sup>118</sup>陳德和先生針對「無」的修養，提出他精湛的說明：

老莊所謂之心靈的解放，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、毋意毋必地對一切敞開以包容一切、尊重一切，所以既能夠成就萬有，也可以讓自己無障無隔地優由於天上人間。<sup>119</sup>

「無」的修養工夫，絕非只是消極、頹廢的應世，吳怡先生說：「無己就是不要執著自己的有用，而把生命浪費在這種自以為是的小用上。所以必須無己，無用，才能保全生命的至真。」<sup>120</sup>無掉你自己、放下你自己，才能成就最高的自己；無掉對功業的貪求，才能成就最大的功業；無掉對名的依戀，才能成就最大的名。莊子的思想乃可名之為「放下的智慧」，唯有放鬆自我、解放心靈，不再競逐於紅塵的聲華，不再迷戀於世俗的功過，這樣才有辦法重新找回人生本有自在，也才能夠有效開啟生命的天真美好，<sup>121</sup>進入無處不可遊的逍遙無待之境界，進入道的境界。

王邦雄先生有一段關於有真人而後有真知的精闢看法，他認為：

逍遙無待之遊，是主體的超拔飛越，天籟齊物之論，是物我的同體肯定，前者，是由下而上的飛越，後者是由上而下的肯定。主體的超拔飛越是真人，物我的同體肯定是真知，真人有待工夫修養，真知則是修養證成的境界。<sup>122</sup>

王先生的這一段說明，筆者認為非常適合當本論文第二章的總結。「自然是自己而然」、「無為是無心而為」，<sup>123</sup>莊子自然無為的哲學思想運用在教育上，就是要讓天地萬物回到原本的素樸天真，人人皆能藉由心齋、坐忘的修養工夫，使主體

<sup>118</sup> 參閱：王邦雄，〈莊子哲學的生命精神（上）〉，《鵝湖月刊》，第1期，1975年8月，頁15。

<sup>119</sup> 陳德和，〈莊子寓言中的逍遙思想〉，《鵝湖月刊》，第316期，2001年10月，頁41。

<sup>120</sup> 吳怡，〈新譯莊子內篇解義〉，臺北，三民書局，2008年，頁41。

<sup>121</sup> 參閱：陳德和，〈莊子寓言中的逍遙思想〉，《鵝湖月刊》，第316期，2001年10月，頁41。

<sup>122</sup> 王邦雄，〈莊子思想及其修養工夫〉，《鵝湖月刊》，第193期，1991年7月，頁7。

<sup>123</sup> 王邦雄、陳德和，〈老莊與人生〉，臺北，國立空中大學，2007年，頁99-105。

能超越飛拔，使物我能同體肯定，並進入人人皆真人、事事皆真知的道通為一、逍遙無待境界。

### 第三章 莊子哲學的親職教育思維

家庭是親子關係最基本的溫床，家庭應有親密的親子關係，讓子女認同家庭，對家庭有向心力。而青少年問題常「醞釀於家庭、萌芽於學校、惡化於社會」，可知家庭教育對個人的影響既深且早，而家庭教育之實施又掌握在父母手中，因此父母親需要學習「親職教育」——如何為人父母，以促進和諧的親子關係。「親職教育」這個名詞是從「家庭教育」衍生演變而來。「親職教育(parent education)」，就其英文字面意義來看，顧名思義就是如何做好父母親的教育，藉由各式教育的功能，使為人父母或欲為人父母者明瞭如何善盡父母之職責，乃是協助父母親瞭解子女身心發展的需要，以及教養子女之知能，以表現適當職分的教育與學習過程。<sup>1</sup>一般認為工業社會和農業社會，父母親的教養方法是有些不同的。<sup>2</sup>雖然隨著時代的推衍，教養會有些許轉變，但中國儒釋道是「生命的學問」，是以整個人生為關心的對象，所以也適用於今時今日親職教育的探討。儒釋道生命學問各擅勝場，王邦雄先生加以分析儒道兩家，他認為：

儒家開出人文以化成自然，道家解消人文以回歸自然，前者人文化成，後者道法自然，前者貞定了「該當如何」的生命實理，後者開發了「如何可能」的虛用智慧。儒家的實理與道家的虛用，一體並行，形成了統貫幾千年歷史傳統的文化心靈。<sup>3</sup>

<sup>1</sup> 參閱：魏渭堂，《親職教育(第二版)》，臺北，新文京開發出版公司，2007年，頁6-7。家庭教育就廣義而言，是指一個人自生到死，受到家庭環境、成員、氣氛的直接薰陶或間接影響，在情感生活學習上、倫理觀念的養成上和道德行為的建立上，獲得身心健全發展的指導效益。就狹義的觀點來看，係指一個人一生的思想行為和觀念態度，取決於其早年家庭所養成的最初習慣，所以在兒童期所接受父母管教的活動或生活訓練，能藉以滋長其日後為人處事的良好態度與人品，即稱為「家庭教育」。

<sup>2</sup> 參閱：趙蕙鈴，〈以「子女為中心」和擔心子女輸在起跑點的父母教養心態與親子處境之探究〉，《家庭教育與諮商學刊》，第10期，2011年6月，頁35-36。趙先生認為，在工業社會裡，父母教養孩子的內涵偏重獨立、尚異、自表、競爭與成就。農業社會則是以相互依賴、謙讓順同、忍耐自抑為主。至於教養方法，工業社會較重獎勵，以子女為中心；農業社會則重懲罰，並以父母為中心。但不論其間的差異為何，現代化理論的觀點假定並預測父母教養觀念會逐漸往民主、尊重、以兒童為本位等方向發展。當代許多親職教育書籍不斷地調如何當個稱職的「現代」父母，也是以建立民主、平等的親子關係為前提。

<sup>3</sup> 王邦雄，〈從「物論」平齊到「天下」一家〉，《鵝湖月刊》，第432期，2011年6月，頁9。

正如王先生所提的儒道兩家應一體並行。而老子莊子主要是對生命本身做一種關懷，他不談人生的責任，只關懷生命本身，這一點讓我們在人生的勞累中得到一點解放，一點支持。<sup>4</sup>處在一個資訊時代，變遷之快速可謂一日千里，隨著社會整體結構與價值觀的劇烈變遷，自然也衝擊著大環境下的個人與家庭，造成父母親心理恐慌與壓力，不知該如何有效扮演好父母親的角色。<sup>5</sup>陳玉賢先生在其〈親職教育是心靈改造的良藥〉中整理國內、外相關研究，他提出：親職教育方案對於父母改善其教養方式、態度及親子關係上均有明顯的幫助。<sup>6</sup>所以，筆者欲將莊子思想應用在親職教育上，期許能讓因有為有執而帶出負累與病痛的父母親，找到療傷止痛的藥方，協助其擺脫各種物質條件和現實環境的約束，放大精神空間，自由馳騁遨遊於「無待」境界。

## 第一節 親子關係的和樂

《莊子·人間世》云：「天下有大戒二：其一，命也；其一，義也。子之愛親，命也，不可解於心；臣之事君，義也，無適而非君也，無所逃於天地之間。是之謂大戒。」在莊子的思想中人生有兩大關卡，第一關卡是：「子之愛親，命也，不可解於心！」命是父母給的，所以人生下來的第一個身分就是做子女。孩子無法挑選父母親，相同的父母親也無法選擇孩子，父子親情都是命中註定，既然是命中註定，在莊子的思想裡，就是要安之若命。王邦雄先生針對人間此第一關卡，提出：

依傳統倫理，父子之親與兄弟之情，說是天倫，即父子兄弟的親情，由老

---

<sup>4</sup> 參閱王邦雄，〈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，頁19。

<sup>5</sup> 參閱：魏渭堂，《親職教育(第二版)》，臺北，新文京開發出版公司，2007年，頁4-5。「家庭」是孩子的第一個學校，「父母」是子女最初的老師。為人父母如能了解孩子的特質與需求，對於子女健全人格的發展具有決定性的影響。因此，現代的父母要能體認到親職教育的重要，除了對子女負起「養」的責任，更要重視「教」的天職。所以，父母親的角色除了「養」的角色，還必須包含「教」的角色。

<sup>6</sup> 參閱：陳玉賢，〈親職教育是心靈改造的良藥〉，《諮商與輔導》，第211期，2003年7月，頁11。

天爺站出來保證永遠做成一家人。……弔詭的是，交給天當然可靠，卻不一定可愛。天倫是常道，有如善本經典束諸高閣，不碰觸也就不會破碎，似乎很安全，問題在，常道是形式，若未有當下交感的靈動呼應，親情倫常頓呈僵化狀態，避開了衝突也取消了成長。<sup>7</sup>

父子之親與兄弟之情，是天倫，是天讓彼此有緣成為一家人，但每一個成員卻是獨立的個體，「一受其成形」便有「彼是」的區分，我不可能是你，你也不會是我，雖然同為一家人，但因有「彼」「此」之分，所以想法未必相同，家家有本難念的經，當彼此意見相左時，如果親子之間不願意溝通，雖然避開了衝突，但家卻可能成為空殼，只是冷冰冰的代名詞，取消了彼此成長的機會；如果親子溝通不良，或許家人間因此爭論不休，彼此劍拔弩張，彷彿身處於戰場中。親子之間增進了解的最好方式之一就是透過彼此有效地溝通，沒有良好的溝通，就不可能有親密的關係，因此與孩子建立良好的溝通絕對是父母的必修課之一。

## 一 以無厚入有間

「無厚入有間」出自《莊子·養生主》庖丁為文惠君解牛的寓言故事，如下：

庖丁為文惠君解牛，手之所觸，肩之所倚，足之所履，膝之所踣，砉然嚮然，奏刀騞然，莫不中音。合於桑林之舞，乃中經首之會。文惠君曰：「善，善哉！技蓋至此乎？」庖丁釋刀對曰：「臣之所好者道也，進乎技矣。始臣之解牛之時，所見無非牛者。三年之後，未嘗見全牛也。方今之時，臣以神遇而不以目視，官知止而神欲行。依乎天理，批大郤，導大窾，因其固然。技經肯綮之未嘗，而況大軀乎！良庖歲更刀，割也；族庖月更刀，折也。今臣之刀十九年矣，所解數千牛矣，而刀刃若新發於硎。彼節者有間，而刀刃者無厚，以無厚入有間，恢恢乎其於游刃必有餘地矣，是以十九年而刀刃若新發於硎。雖然，每至於族，吾見其難為，怵然為戒，視為止，行為遲。動刀甚微，謦然已解，如土委地。提刀而立，為之四顧，為之躊躇滿志，善刀而藏之。」

庖丁解牛的過程，已經進入藝術的境界，文惠君大為讚嘆其技術高超，庖丁則澄

<sup>7</sup> 王邦雄，〈老天爺能保證嗎？〉，《鵝湖月刊》，第202期，1992年4月，頁2。



清其解牛的過程是道的體現，早已超越技藝的層次。庖丁認為關鍵就在於「以無厚入有間」，要達到「刀無厚」的境界，是經過一段體道證德<sup>8</sup>的修行過程。庖丁承認自己原先也是如世俗大眾一般，只見到外物的表象，無法了解其內部，<sup>9</sup>而找不到下刀之處，「良庖歲更刀，割也；族庖月更刀，折也」，這對刀來說是一種壽命的耗損。解牛到了最高階段只以心神去和牛身遇合，已經不須用眼去看，依順著牛身上天然的組織結構，劈那筋骨の間隙，利用牛體本來的空隙，所以那把即使已使用了十九年的刀，刀口還能像剛從磨刀石上磨出來一樣新。王邦雄先生認為：

此段寓言，以解牛的刀刃，來比喻人物的精神自我，而牛體的障隔，比喻的是人間街頭的紛擾。人生就是人物走上人間，牛體龐大且結構複雜，刀刃去切割會受損，去砍斫會斷折，這正是人生路上承受挫折，且帶來傷痛的癥結所在。……只要刀刃沒有厚度，總可以穿過且解開看似糾結，實則仍有空隙的骨節與筋肉交結之處，牛體如塵土飄落大地般解開了，有如人間名利與天下權勢的纏結困局，也可以在無掉心知執著的自我解消中被解開一般。<sup>10</sup>

王先生認為要通過人生，必須無掉心知執著，必須解消自我中心主義，才能在人間大道上逍遙自在而不受傷。刀無厚，就能通過牛體結構的空隙而無傷；人無我，<sup>11</sup>就能在人際互動的網絡中，優遊自得。人間大道上，不可能只有我一人獨行，如果大家都是一把有厚度的刀，就會覺得人世間非常擁擠，走到哪裡都會與人「刀」鋒相對，或許就在這不經意中，砍斫了別人，也使自己傷痕累累。張瑋儀

---

<sup>8</sup> 參閱：陳德和，〈老莊思想與實踐哲學〉，《鵝湖月刊》，第 406 期，2009 年 4 月，頁 33。陳先生認為，依據老莊思想的觀點，擁有開放的心靈，當下就可以證成自在的人生，然而這種境界，終究須經由鍛鍊修行的歷程，才能夠充分實現，這個歷程也就是所謂的體道證德。

<sup>9</sup> 參閱：譚宇權，《莊子哲學評論》，臺北，文津出版社，1998 年，頁 235，譚先生認為，「始臣之解牛之時，所見无非牛者」——這可以說是人類對萬物外表的第一階段的感言。即祇見萬物的外表現象。而無法深入其內部加以分析（但此「深入」或「分析」並非指知識性或科學性的）。

<sup>10</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 162。

<sup>11</sup> 參閱：王邦雄，〈莊子系列（三）養生主〉，《鵝湖月刊》，第 212 期，1993 年 2 月，頁 35。王邦雄先生認為：「解牛是解開人間世界的結構，解開是人間世界的衝突，解開人際關係的矛盾，你把自己看得很重要，把自己看得像天一樣的大，唯我獨尊，每個人都能齊物論，虛無就是無厚。」因此，筆者把無厚認為無我，無掉唯我獨尊，無掉自我中心主義，就像庖丁那把無厚的刀一樣。

先生說：

庖丁之所以能夠「目無全牛」，就是以「處物不傷」的原則，在「虛己」的態度上，自我虛化的去掉主觀性、消泯私欲，其中「緣督以為經」的順應、相承，即在迎接另一個相對而言的客體，從而對他物之性有洞澈的瞭解。<sup>12</sup>

面對萬事萬物，要能處物而不傷，要能洞徹他物之性，必須無掉主觀性、消泯私欲，化掉一切人為造作而證成之「沖虛的玄德」或「無執的心境」，這就是「緣督以為經」的順應。<sup>13</sup>人一旦被賦予生命，第一個接觸到的組織便是家庭，在親子溝通上，父母親應該先無掉自己的是非標準、先無掉自己父母親的角色，以一個無厚無我的傾聽者角色出現，才能讓孩子願意與你對談，「想讓他聽話，要先讓他說話。」父母親可先拋出一些孩子樂於回答的問題，等孩子說夠了，再從談話過程中，漸進式地導入父母親要與孩子溝通的事項，千萬不要一開始就長篇大論地說教，孩子心裡一旦產生抗拒，所有的談話內容就如對牛彈琴般起不了作用。孩子肯說、肯談，父母親才有機會進入孩子的世界，親子間的意見、情感、態度、喜好才可以獲得交流。當然仔細聆聽，並不表示你需要完全認同孩子的說法，卻可以表示你關心、在乎孩子的想法。當孩子感覺到自己受尊重，父母親才有機會知道事實的真相，也才能進一步讓孩子聽進父母親的建議。

《莊子·齊物論》有一段關於「朝三暮四」的寓言故事，如下：

勞神明為一而不知其同也，謂之朝三。何謂朝三？曰狙公賦茅，曰：「朝三而暮四。」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，亦因是也。是以聖人和之以是非而休乎天鈞，是之謂兩行。

<sup>12</sup> 張瑋儀，《莊子「治療學」義蘊之分析與開展》，淡江大學中國文學系碩士論文，2003年，頁103。

<sup>13</sup> 參閱：陳德和，〈從《莊子·養生主》論心靈的突破與生命的安頓〉，《鵝湖學誌》，第44期，2010年6月，頁147，陳先生認為，「督」所象徵的意思是「虛」是「靜」，但它不是不存在，也不是靜止中的「方所物」(entity)，「虛靜」是老子和莊子書中常見的用語，它和無為、自然可以相遇，若相應於老/莊的哲學來講，「虛靜」就是化掉一切人為造作而證成之「沖虛的玄德」或「無執的心境」。

擅長養猴子的狙公，餵養猴子的方式原本是要早上給三升，晚上給四升，那群猴子竟大怒。狙公則改為早上給四升，晚上給三升，那群猴子聽了則高興起來。其實「朝三而暮四」與「朝四而暮三」，對猴子與狙公雙方來說，名相與實質並沒有虧損。而狙公是一個養猴子的高手，他沒有讓憤怒的情緒當帥，懂得因應猴子的情緒去調整，所以無須勞神焦思去求對方一定要配合我們的標準，因此順利地解決了問題，避免了紛爭。戴傑瑞（Jerry R. Day, Ed.D.）先生說：

根據我的統計，當我們仔細聆聽時，大約有 15% 的內容會被遺漏，因為我們的腦子無法照單全收，如果我們在氣頭上，那大概就只能聽進去 15%……也當然也無法做出判斷。<sup>14</sup>

所以，狙公無掉自己的是非標準，不讓情緒掛帥，才能做出正確的判斷。聖人不會去批評是與非，只是加以調和，這就叫做「兩行」。張木生先生提出：「『兩行』是來去自如，沒有對立、爭執，而能夠融入對方的意見，任何建議都可以接納和包容。無可而無不可，無為而無不為。」<sup>15</sup>正因為「因是兩行」的處理態度，所以，大家各取所需，事情也就迎刃而解了。讓彼此雙方都滿意最後的結果，就是溝通的最高原則。最怕的是以自己的主觀意見為標準，強壓對方妥協，權威專制型的父母親常會認為自己的話像聖旨一樣，<sup>16</sup>孩子只能遵從，不能有異議，無感於孩子的需求，這樣的親子關係是會產生距離感。蔡春美先生提出：

---

<sup>14</sup> 參閱：戴傑瑞（Jerry R. Day, Ed.D.），蕭麗鳳（譯），《教出好孩子——終結壞習慣完全手冊》，臺北，大好書屋，2008 年，頁 59。

<sup>15</sup> 張木生，《莊子生命境界論之研究——以內七篇為中心的考察》，南華大學哲學系碩士論文，2007 年，頁 63。

<sup>16</sup> 參閱：蔡春美、翁麗芳、洪福財，《親子關係與親職教育(第三版)》，臺北，心理出版社，2011 年，頁 59-60，蔡春美先生綜合各家有關父母教養態度的研究文獻，將父母的教養態度分為三種類型：權威專制型、自由放任型、民主權威型。關於權威專制型（authoritarian），蔡先生認為這類型的父母常以絕對標準來衡量子女的行為，非常重視父母的權威，強調父母是至高無上，子女須絕對服從，與子女溝通不佳，常忽略子女的心理需求，較會以懲罰來糾正孩子的錯誤行為。

權威專制型教養者常用的溝通方式，只單向溝通，是父母下命令要孩子順服，就像臺灣有句俗話「囡仔有耳無嘴」，意指孩子只有聽命的份，沒有說話的餘地，更沒有申訴理由的可能，這種溝通是由上向下壓制，孩子怨氣無處發洩，也無法上達，只有以畏縮、消沈或反社會行為來表示抗議，當然會有不良行為出現。<sup>17</sup>

權威專制型的父母親，就是掌控太多，不願讓孩子擁有獨立作主的機會，王邦雄先生認為放手的智慧很重要，他提出：

如何在最恰當的時候退出，是人生最重大的智慧；不是什麼時候投進去，而是什麼時候退出。我這樣的感受從老莊來，所以怎麼樣改善人際關係、怎麼樣才會有善緣？就在懂得放開他，懂得給他自由，不是任何事情都是你對，都是你幫他決定，都是你來帶動，你來鼓舞，你來督促；所以有時候我們會一廂情願的認為怎麼改善跟他的關係，讓自己更好，卻常常剛好讓關係更惡劣。<sup>18</sup>

道家是放下的智慧和解套的哲學，唯放下才能自在，惟解套才有自由，<sup>19</sup>想要擁有自由自在的人生，就必須懂得放下。親子溝通也是這樣，「入則鳴，不入則止」，當孩子肯聽你說話就說，時機不對就先不要說，否則多說無益，不過是被當成耳邊風罷了。所以，父母親要懂得在正確的時間點放手，給孩子機會讓他們學習為自己負責。牟宗三先生說：

我們平常那個心靈都是拘禁的，不解脫，不放鬆。就是說，心靈為一個固定的形式所拘束。心靈從固定的形式中解放，這就是灑脫。我們說一個人灑脫，就是他的心靈不拘束於某些成規成矩、風俗習慣的俗套裡面。<sup>20</sup>

要擁有解脫、放鬆、健康的心靈，就必須從成規成矩的俗套中跳脫出來，道家要

---

<sup>17</sup> 蔡春美、翁麗芳、洪福財，《親子關係與親職教育(第三版)》，臺北，心理出版社，2011年，頁62。

<sup>18</sup> 王邦雄，《人間道》，臺北，漢藝色研出版社，1991年，頁135。

<sup>19</sup> 參閱：陳德和，〈人文的創構與護持——儒道淑世主義的對比〉，《揭諦》，第4期，2004年4月，頁159。

<sup>20</sup> 牟宗三，〈莊子〈齊物論〉演講錄（一）〉，《鵝湖月刊》，第319期，2002年1月，頁5。

做的是「致虛守靜」與「心齋坐忘」的工夫，無掉執著，避開陷溺，心虛靜空靈，感受性的成心轉化而為觀照性的道心，身已離形，心已去知，不僅不會身心纏結而同歸困苦，反而生發觀照的妙用，讓身心的真相真心，在觀照中朗現，在釋放解套中，從自困自苦走向自在自得。<sup>21</sup>心門敞開，萬事萬物就能住進你的心，父母親就能聽懂孩子要傳達的內容，有誰比小孩更了解自己呢？如果給小孩說清楚的空間，又有什麼天大問題不能解決呢？<sup>22</sup>大人與孩子可以雙向溝通，誰有理就聽誰的；誰有怨氣，另一方傾聽，大家皆可用理性態度充分表達自己的感覺和想法，互相接納尊重。<sup>23</sup>要達到父母親與孩子充分的雙向溝通，就必須做到像莊子「庖丁解牛」寓言中所說的以無厚入有間。

## 二 達人氣達人心

《莊子·人間世》云：「且德厚信矜，未達人氣；名聞不爭，未達人心。」這句話是孔子送給顏回的話，因為顏回將到魏國勸魏王，而孔子認為顏回雖然自身是德厚誠實，卻不能取信於人；雖然自身是名聞不爭，卻不能使人諒解。<sup>24</sup>人與人的溝通就是這麼有趣的一件事，說者雖然出自好意，若聽者無法接收到善意，那麼只是一個無效的溝通，張瑋儀先生認為：

莊子藉由顏回的救難，來談人間的種種紛爭，以「未達」來衡量人我交流的程度和境界，有別於儒家「己欲立而立人，己欲達而達人」的看法，莊子的「達」乃是一種生命的對談，不僅要以此面對自家生命，也要用這樣的精神展開與他人的溝通，用同形同在的精神，產生彼此視野與心境的交融。<sup>25</sup>

<sup>21</sup> 參閱：王邦雄，《用什麼眼看人生》，臺北，三民書局，2004年，頁21。

<sup>22</sup> 參閱：吳維寧，《孩子，我要你做自己：台灣媽媽x以色列爸爸x愛的教育》，臺北市，旺旺出版社，2012年，頁33。

<sup>23</sup> 參閱：蔡春美、翁麗芳、洪福財，《親子關係與親職教育（第三版）》，臺北，心理出版社，2011年，頁62，蔡春美先生把這樣的雙向親子溝通，定義為「和諧式親子溝通」，認為它是民主式管教的親權教養者常用的溝通方式。

<sup>24</sup> 參閱：張默生，《莊子新釋》，臺北，天工書局，1993年，頁109。

<sup>25</sup> 張瑋儀，《莊子「治療學」義蘊之分析與開展》，淡江大學中國文學系碩士論文，2003年，頁51。

張先生認為要與他人溝通，就要能與他人「同形同在」，筆者認為那就是「同理心」，<sup>26</sup>你在他之外，他當然無法感覺到你的善意，就像顏回此次去衛國，未能通達衛君的心意，還勉強以仁義道德等繩墨規矩的言論加諸於國君身上，這不正是以國君的不好來凸顯自己的美好，恐會為自己遭來災禍。父母親與孩子對談時，需善用同理心的技巧，要能與孩子站在同一陣線，從孩子的立場來瞭解其所言所行、所思所感。<sup>27</sup>先接納孩子的感覺，再提出建議。兩個人的心貼成一個，所有的問題一起面對、一起找出解決之道，父母不是在孩子之外，就不會變成災人。

人生的有限性，就是我們把自己落在我形裡面。約翰·奇薩姆（John S. Cheetham）先生要我們別再當父母，他提出：

身為一個成人，一旦當我們接受了「父母」這個標籤之後，它就開始改變了我們看待世界的方式與行為模式。「父母」這個詞，帶來了強烈的責任感、挑戰、以及壓力。但要是沒有人提出質疑，這些感受可能會形成帶來反作用力的思維以及習慣。<sup>28</sup>

父母親和孩子只是角色的差異，但是差異並不表示對立。當父母親落在「父母親」的角色裡，從「心知」角度去看，自「是」「非」他，對立才會產生，父母的眼光看兒女都錯，覺得孩子不懂事；兒女來看，都是父母不對，覺得父母壓迫我。每一個人都有一套是非，你一套，他一套，天下無數套，天下都分裂。所以，莊子要我們「離形去知，同於大通」。<sup>29</sup>王邦雄先生認為待人處事，要能心相知、氣相應，他提出：

---

<sup>26</sup> 參閱：張瑋儀，《莊子「治療學」義蘊之分析與開展》，淡江大學中國文學系碩士論文，2003年，頁54，張先生認為，莊子自我虛化的拋置方式，即是治療技巧中「同理心」的運用，以無我的精神掌握隱而不顯、或顯而未覺的情感特質，深究出內在俱存的意識訊息。筆者認為與對方「同形同在」，就是把自我虛化，也就是「同理心」的運用。

<sup>27</sup> 參閱：何怡穎，〈結構派家族治療理論在親職教育上的應用〉，《諮商與輔導》，第274期，2008年10月，頁34。

<sup>28</sup> 約翰·奇薩姆（John S. Cheetham），吳宗璘（譯），《家長學：從5歲到成年的教養之道》，臺北，城邦文化事業公司，2011年，頁20。

<sup>29</sup> 參閱：王邦雄，〈莊子系列（二）齊物論〉，《鵝湖月刊》，第211期，1993年1月，頁27。

談到人怎麼應物，一個是心對心，心跟心能夠相知，另一個是氣對氣能夠感應，這叫達人心、達人氣兩方面。……但是心要相知是通過無心來說，無心才相知，無心的話氣就會專一，這樣就會相應。所以莊子講「淡」、講「漠」，但是一定要加個無，才會「合」，才會「游」。我們的心要游，我們的氣要合。但是要無才行，要「無心」心才會游，即逍遙遊，無了以後才能逍遙遊，「淡」、「漠」都是「無」，「無」了以後氣才會柔和。<sup>30</sup>

心要相知是要通過無心來說，無心的話就氣就會專一，正如孔子告訴顏回要心齋一樣，「若一志，无聽之以耳而聽之以心，无聽之以心而聽之以氣！聽止於耳，心止於符。氣也者，虛而待物者也。唯道集虛。虛者，心齋也。」莊子的意思是：你必須摒除雜念，專一心思。不單單只用耳聽，還要用心去想，不單單只用心去想，還要用氣去應！因為耳的功用僅在於聆聽聲音，心的功用僅只在於查證外在事物，氣則是凝寂虛靜地順應著宇宙萬物。凡能凝寂虛靜者就是對道的體貼認同，<sup>31</sup>所以心齋就是從「有心」幡然來歸之「無心」，「無心」當然不可能是沒有心，它是不可被規定、不可被制約、不可被限制之「無執的心境」所以重點依然還原到「無」。<sup>32</sup>

陳德和先生認為 Kitty 貓旋風，能從東洋刮起，且能風瀾全球，這是因為它與世共諧、無執無礙的特質，他提到：

這個貓行圖騰的偉大之處，是它能夠任其自然、隨遇而化。……Kitty 成功地讓「喜者見之謂之喜，悲者見之謂之悲」，也就是如此的「好惡與人同心」，所以它能夠博得大家的好感。老子在《道德經·第二十三章說：「道者同於道，德者同於德，失者同於失。同於道者，道亦樂得之；同於德者，德亦樂得之；同於失者，失亦樂得之。」這原本是在形容道家理想人物所

---

<sup>30</sup> 王邦雄，〈莊子系列（七）應帝王〉，《鵝湖月刊》，第 216 期，1993 年 6 月，頁 24。「達人心」、「達人氣」出自〈人間世〉：「且德厚信訖，未達人氣，名聞不爭，未達人心。」張默生先生解釋為，大凡初與人接，自身雖是德厚誠實，卻不就能取信於人；自身雖是名聞不爭，卻不就能使人諒解。王先生認為要能取信於人、要能使人諒解，就必須通過「無心」。

<sup>31</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 135。

<sup>32</sup> 參閱：陳德和，〈從《莊子·養生主》論心靈的突破與生命的安頓〉，《鵝湖學誌》，第 44 期，2010 年 6 月，頁 151。

體現之與世共諧、無執無礙的人格特質，如今 Kitty 在無意中也讓人真切感受到這種境界的可愛。<sup>33</sup>

筆者認為陳先生所說的「好惡與人同心」，就是「同理心」。人常常換個位置就換顆腦袋思考，在我們身為孩子時，也曾抱怨父母，不懂我們的心；但當我們身為父母時，不禁也抱怨起孩子都不懂父母的心和期望。為什麼我們經歷過為人子、為人女的階段，但等我們當了父母親時，卻也不能讀懂我們孩子在想些什麼？說穿了，就是我們只用父母親的視角看孩子、看世界，不能好惡與孩子同心，正是「彊以仁義繩墨之言，術暴人之前者」（〈人間世〉）。若將心比心，以孩子的眼光來看待個世界，將會發現孩子的世界裡面充斥了一直了「向」他們說話的大人，像是：師長、老師……他們生活中的時時刻刻，都會有大人要求他們乖乖聽話，<sup>34</sup>何時可以換大人聽孩子說說話呢？父母親的善在孩子的心之外，則父母親的愛孩子行動，皆成了以愛之名，行傷害之實。在親子溝通方面，父母親雖然與孩子是不同的角色和立場，若能通達孩子的心，順著孩子的思考邏輯去思考，使用兒童能理解的語句，與兒童溝通時，應該讓自己的思考層次放在與兒童相等的天秤上，<sup>35</sup>這樣就能通達孩子的世界，與孩子建立良善的溝通橋樑，進而讓孩子願意接受父母的管教。

親子溝通技巧中，談天式（phatic）親子溝通是為人父母者最常應用的，也是最容易使用的溝通技巧。它基本上不受時間、空間、事情和話題的限制，不過，有些父母由於忙、茫（例如不知如何進行親子溝通）或盲（例如不知道親子談天

---

<sup>33</sup> 陳德和，〈解讀人間——我愛 Kitty〉，《鵝湖月刊》，第 306 期，2000 年 12 月，頁 55。陳先生認為：「這完全要歸功於它所獨有的外形。……當我們面對著 Kitty 時，彷彿就感覺到，它高高的耳朵是在仔細聆聽你的呼喚，它大大的眼睛是在關懷你的處境，明顯的鬚鬚則是在意著你的出現，它非常用心的分享著你的心思和情緒，但它又一往只是接受著你、依順著你，從來不表達它自己主觀的意見，更不會亂出主意、亂找藉口，就是因為這樣，所以它根本不需要嘴巴。」

<sup>34</sup> 參閱：約翰·奇薩姆（John S. Cheetham），吳宗璘（譯），《家長學：從 5 歲到成年的教養之道》，臺北，城邦文化事業公司，2011 年，頁 127。

<sup>35</sup> 參閱：黃德祥，《親職教育理論與應用》，臺北，偉華書局，2006 年，頁 195，黃先生列出 12 項親子溝通的技巧，前 1、2 項就是與兒童溝通時，應該讓自己的思考層次放在與兒童相等的天秤上、使用兒童能理解的語句。



的重要性)，而未能確實做好談天式的親子溝通，<sup>36</sup>家人的關係可以用「同住一個屋簷下的陌生人」來形容，保羅·克羅培（Paolo Crepet）認為，這是集體建立一種互惠的自閉形式：父母與子女對彼此一無所知，只是關係很表面、有共同習慣性關係的同居者，所有的一切，都是為了讓人以為他們是好家庭。<sup>37</sup>社會新聞中，不也看過父母親因孩子犯了錯被通知前往警局，臉上那不可置信的表情。父母親本該是孩子最親密的人，竟然是事情最後知道者。所以，透過有效的親子溝通，父母親才能真正了解孩子。

親子關係和其他人際關係相比，更有著一份血濃於水，誰也無法取代的情感。為人父母者莫不希望從小扶養長大的孩子，在情感上與家人互動親密且和諧。但是有效能的父母並非天生，年齡、文化、心理狀態……都會影響父母是否適任，稱職的父母是需要學習，<sup>38</sup>父母親需學習親子溝通，透過良好的親子溝通，家庭成員間分享彼此喜好、情感、需求……，對家庭凝聚力是有助益的。

## 第二節 赤子之心的找回

現在資訊互動頻繁，整個世界儼然形成「世界村」，而且世界歷經了全球化經濟的衝擊，網路革命、知識革命、創意革命……等，一波波變革，讓這一代的父母深陷於無形而巨大的全球化競爭壓力之下，<sup>39</sup>對於這樣的教養觀念，陳德和先生提出他的看法，他說：

事實上現在的主流思想的確是太過於強調開創與突破，它們把超越和進步

---

<sup>36</sup> 參閱：蔡春美、翁麗芳、洪福財，《親子關係與親職教育（第三版）》，臺北，心理出版社，2011年，頁 62-64，蔡春美先生整理 Stell 的親子溝通金字塔論，將親子溝通的理論與技術，分成四種類型：談天式、談心式、資訊提供式和說服式的親子溝通，並加以說明，這四種類型須有層次漸進的概念，大部分家長能做到談天式的親子溝通，依此類推，能做到說服式親子溝通的家長就比較少，其實子女本應有子女自己的想法，做家長的不一定非要說服孩子不可。

<sup>37</sup> 參閱：保羅·克羅培（Paolo Crepet），張凱甯（譯），《聽孩子說他們希望如何被教育》，臺北市，奧林文化公司，2009年，頁 163-164。

<sup>38</sup> 參閱：黃素妹，〈親子溝通及其介入策略〉，《家庭教育雙月刊》，第 21 期，2009 年 9 月，頁 60。

<sup>39</sup> 參閱：許芳菊，《關鍵能力——你的孩子到底該學什麼？》，臺北，天下雜誌公司，2007 年，頁 4。

當做最重要的價值觀念……，大家就不免常把別人當成假想敵，並且以能夠超群凌駕於對方為自我的最大滿足，這種奮發有為的人生態度，自有積健為雄、革故鼎新的貢獻，可是如果一味地只凸顯自己的話，就難免為了爭強逞能而與接為構、日以心鬥了，其相互之間最後就只剩下輸贏關係而已。<sup>40</sup>

如果活著的目的只是為了戰勝他人，那就會像《莊子·齊物論》所云：「與物相刃相靡，其行盡如馳，而莫之能止，不亦悲乎！終身役役而不見其成功，荼然疲役而不知其所歸，可不哀邪！」活著每一天都忙著和他人較量、摩擦，終身為此勞苦忙碌，渾渾噩噩卻不見成功之日的到來，雖然辛苦疲憊，卻不知道自己的歸宿何在，不知道自己為何而忙碌？豈不是很可悲嗎？把人世間生活的精采，簡單的二分為不是贏就是輸，在乎的只是結果，而不是過程，認為利用一切可行的手段去達到贏的目的也是很合理的。在這種觀念下，已沒有什麼倫理道德規範可言，連應有的成績評估也變成了只是輸贏的比賽，而成為令人疲累的學習阻礙。<sup>41</sup>父母親捨得讓孩子困在這樣的枷鎖中嗎？父母親應該根據小孩本身的能力和特質加以培養，尊重孩子的「個別差異」。簡楚瑛先生對於教養孩子，有一個很棒的比喻：

一個愛花、養花、懂花的人，在養花蒔草之際，一定懂得要花草生長得茂盛，必須依據花草的習性給予不同的栽培方式，譬如蘭花就須放在暖房裡呵護著，蕨類須生長在陰濕之處；仙人掌類不可天天澆水……。培育花草都應「因材施教」，更何況「教育」人了！<sup>42</sup>

父母親教育孩子依其材質施教，跳開有用無用、才與不才之條框，讓孩子能依順自身之用為用，便不再受人生兩難局面的為難，而得以存全自身。<sup>43</sup>正如莊子在

---

<sup>40</sup> 陳德和，〈解讀人間——我愛 Kitty〉，《鵝湖月刊》，第 306 期，2000 年 12 月，頁 55。

<sup>41</sup> 參閱：保羅·克羅培（Paolo Crepet），張凱甯（譯），《聽孩子說他們希望如何被教育》，臺北市，奧林文化公司，2009 年，頁 31。

<sup>42</sup> 簡楚瑛，《幼兒·親職·教育》，臺北，文景出版社，1988 年，頁 110。

<sup>43</sup> 參閱：林鈞桓，《《莊子》的逍遙真人——走向天道的心靈轉換》，華梵大學中國文學系碩士論文，2010 年，頁 74。

〈應帝王〉中說過：「順物之自然而無容私焉。」這句話的意思是說：「我們應當尊重任何事物的自有本色，千萬不可妄加干預或強制對方服從自己。」<sup>44</sup>身為父母親雖然給了孩子生命，但我們要學習《道德經·二章》所云：「生而不有，為而不恃，功成而弗居。」讓孩子能做他自己，而非要全盤掌控孩子未來的人生。

## 一 因應的態度

《莊子·應帝王》云：「汝遊心於淡，合氣於漠，順物自然而無容私焉，而天下治矣。」意思是指：你讓心遊於淡泊，讓氣息入於虛默，順應物象變化的自然，不要用自己的私心，天下就太平了。<sup>45</sup>「順物自然」<sup>46</sup>的概念應用在孩子的教育上也是如此，萬物就該以自己本來的面貌存在，不要妄加干預或是加以強迫對方服從自己或是企圖改變對方，因應隨順孩子的自然本色，讓他們能無障無礙地成長發展、完成自己。<sup>47</sup>每個生命都是獨特的存在，父母親應當引導孩子了解自己生命的獨特性與特殊意義，順應自我的優、劣勢，不必妄自菲薄或一味的欽羨他人，找出適性發展的方向，展現屬於自我的生命價值。<sup>48</sup>在《莊子·秋水》提到：

梁麗可以衝城，而不可以窒穴，言殊器也；騏驥騶，一日而馳千里，捕鼠不如狸狌，言殊技也；鷗鶩夜撮蚤，察毫末，晝出瞋目而不見丘山，言殊性也。

---

<sup>44</sup> 王邦雄、陳德和，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007年，頁211。

<sup>45</sup> 參閱：吳怡，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2008年，頁289，吳怡先生認為：「『淡』是恬淡，是指心的無欲。『漠』是廣漠，是指精神與大化的氣息相通。『無容私』，是指不容有私心，即沒有自我的意思。」

<sup>46</sup> 清·郭慶藩，《莊子集釋》，臺北，華正書局，1982年（點校本），頁295。針對「順物自然而無容私焉，而天下治矣。」郭象《注》：「任性自生，公也；心欲益之，私也；容私果不足以生生，而順公乃全也。」成玄英《疏》：「隨造化之物情，順自然之本性，無容私作法術，措意治之。放而任之，則物我全之矣。」明朝·釋德清，《莊子內篇注》，臺北，廣文書局，1991年（景本），〈應帝王〉頁8，解釋說：「不可有心，恃知妄為。」

<sup>47</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211。

<sup>48</sup> 參閱：陳淑君，〈莊子寓言運用在生命教育之探討——以人我關係為例〉，《教師之友》，第50期第3卷，2009年6月，頁94。

莊子舉此例子來說明殊器、殊技、殊性的觀念，所以每個人都有其存在的價值，不用妄自菲薄，也無須夜郎自大，一切的差別只是器具不同、技藝不同、性能不同罷了，沒有優劣之分，誰說當醫生、律師……生命的價值一定優於其他呢？這不過是職業內容不同罷了。正如陳鼓應先生所提出的，事物的命名只是為了我們日常生活的方便，然而由於人的主觀成見滲入，「名以指實」的作用就變質了，變成許多對立的判斷，產生無窮的價值糾結。而人們就在種種的價值糾結中，沉溺於好惡愛憎的情緒漩渦裡。<sup>49</sup>行行出狀元，各種職業之名，只是為了日常生活分別之方便，並無孰優孰劣之分，所以父母親不應該執著、沉溺於單一的價值標準，應該要用開放多元的價值標準，順著孩子才質因材施教，而非都要孩子去擠所謂的高薪、熱門行業，協助孩子活出自己才是父母親的工作。

一般人聽到因材施教就會先想到儒家，<sup>50</sup>道家則常被當成反智論者，牟宗三先生對此提出解釋：

一般人認為道家有反知的態度，譬如說莊子的齊物論反對相對範圍之內的知識，其實莊子是要超越相對以達到絕對，才衝破知識；目的是要上達，並不一定要否定知識。當然他也沒有正面仔細地把知識展現開來，所以是消極的態度，而容易令人產生誤會。<sup>51</sup>

道家是反智論者絕對是誤解，莊子不但沒反智，還重視因材施教，陳立言和郭正宜先生提出：

在中國傳統思想中，莊子的思想最重視個體的殊異性，並強調個體須能順著個體本身的殊異性來適性適才適能來發展，這樣子才能說是自我生命的自我完成。而這個觀點與多元智慧論的觀點是不謀而合的。在多元智慧論中，認為人類的智慧不僅僅局限在某些偏狹的智力定義之中，而忽略人類

---

<sup>49</sup> 參閱：陳鼓應，《老莊新論》，臺北，五南圖書公司，1993年，頁159。

<sup>50</sup> 參閱：陳德和，〈有教無類與因材施教〉，《鵝湖月刊》，第209期，1992年11月，頁2。陳先生認為，要教無類是孔子最根源性的教育主張，它出現在《論語·衛靈公篇》，至於因材施教這句話則在四書中找不到，但是〈先進篇〉有「求也退，故進之；由也兼人，故退之」的告白，所以任誰也不能否認孔子也是認同因材施教的。

<sup>51</sup> 參閱：牟宗三，《中國哲學十九講》，臺北，臺灣學生書局，1983年，頁124。

其他的重要智慧。<sup>52</sup>

莊子認為就因為有殊器、殊技、殊性，所以要適性、適才、適能來發展。父母親該反思是否因為自己的成心，做了以愛之名，行傷害之實的事情呢？在《莊子·應帝王》渾沌日鑿七竅的寓言故事中，有云：

南海之帝為儵，北海之帝為忽，中央之帝為渾沌。儵與忽時相與遇於渾沌之地，渾沌待之甚善。儵與忽謀報渾沌之德，曰：「人皆有七竅以視聽食息，此獨無有，嘗試鑿之。」日鑿一竅，七日而渾沌死。

儵與忽受到渾沌的好處想報答他，就為他的身體鑿孔道，想不到七日之後，渾沌非但沒有更好，反而因此死掉，原本是出於一片好意，結果卻害了他。父母親該自省是否漠視了孩子的需要，而以自己的「期望」來教育小孩，非根據小孩本身的能力和特質來加以培養。<sup>53</sup>陶森 (Dr. F. Dodson)先生認為：

如果你干擾孩子自己自然的生命型態，硬要將他納入你所期望的生命型態中，就像給他套上猴子頸環一樣，使他成為被拘束、受壓制的諷刺性人物。如果你放棄照著自己理想的形象去塑造孩子，肩上的重擔將減輕很多，就給孩子自然發展的自由吧！<sup>54</sup>

約翰·奇薩姆 (John S. Cheetham) 先生說：「你握有大權、能夠改變的唯一對象，只有自己。」<sup>55</sup>父母親把自己解消，把自己放下來，因應孩子的個別差異，放手讓孩子順性發展吧！很多家長關心教育，但是所關心的大多是智育，相對很少關心孩子在學校跟同學相處怎樣？有沒有幫助別人？有沒有運動？……社會總體的價值觀、家長的價值觀、狹隘到這個地步，大家所關心的教育問題愈來愈狹窄。

<sup>52</sup> 陳立言、郭正宜，〈飛魚與游魚——從莊子觀點淺談生命教育中的多元智慧〉，《哲學雜誌》季刊，第35期，2001年5月，頁103。

<sup>53</sup> 參閱：簡楚瑛，《幼兒·親職·教育》，臺北市，文景書局，1988年，頁110-111。

<sup>54</sup> 陶森 (Dr. F. Dodson)，陳竹華(譯)，《怎樣做父母(上)》，臺北，遠流出版公司，頁59-60。

<sup>55</sup> 約翰·奇薩姆 (John S. Cheetham)，吳宗璘(譯)，《家長學：從5歲到成年的教養之道》，臺北，城邦文化事業公司，2011年，頁57-59。

<sup>56</sup>難道會讀書的孩子，才是好孩子、好學生嗎？簡楚瑛先生提出：

許多父母對子女的期望卻仍受傳統觀念所左右，因此對子女的要求完全忽略其個別差異性的存在，而以一般傳統的價值觀來要求子女的表現，結果教育出來的孩子就如同罐頭一樣，同一種內容、同一種做法、同一種味道，彼此之間毫無差異性可言。像這樣孩子，長大後如何在多元化型態下的社會求生存、求發展？……所以，做父母的應該針對自己孩子的特性來加以教育、發揮，使他成為一個獨特的個體，這樣才能在多元化的社會下屹立不搖。<sup>57</sup>

從天生的自然而言，萬物本來沒有美不美、善不善的分別，然人生有心，心有認知的作用，會執著美善的標準，產生美醜、善惡的判斷，且引發美與善的追求。<sup>58</sup>但「毛嬙麗姬，人之所美也；魚見之深入，鳥見之高飛，麋鹿見之決驟。」（〈齊物論〉）<sup>59</sup>告知我們善惡美醜並沒有客觀的標準，許添盛醫師於《在孩子心裡飛翔》也談到：「要『正常』，要『標準』，多少天才因此成庸才」。<sup>60</sup>父母將自己的標準，套在孩子身上，若其合於標準之內，親子之間或許相安無事，但若孩子在您標準之外呢？父母親您的選擇是放棄孩子嗎？還是將其裁切成符應您的標準呢？在莊子看來，凡事都要能適其性，不要揠苗助長，「鳧脛雖短，續之則憂；鶴脛雖長，斷之則悲。故性長非所斷，性短非所續，無所去憂也。」（〈駢拇〉）<sup>61</sup>鳧與鶴的腳雖有長短不同的形貌，但此並不意味著二者在生命價值上有高低的差別，若是單以形貌來決定生命的價值，而將鳧脛增長或鶴脛削短，這對鳧

---

<sup>56</sup> 參閱：何琦瑜，〈杜正勝：改革教育就是改革社會〉，《家庭教育，贏的起點》，臺北，天下雜誌公司，2006年，頁135。

<sup>57</sup> 簡楚瑛，《幼兒·親職·教育》，臺北，文景書局，1988年，頁87。

<sup>58</sup> 參閱：王邦雄，《生命的實現與心靈的虛用》，臺北，立緒文化公司，1999年，頁91。

<sup>59</sup> 《莊子·齊物論》云：「毛嬙麗姬，人之所美也；魚見之深入，鳥見之高飛，麋鹿見之決驟。」毛嬙、麗姬是人們公認的美女，可是魚兒看到她們，便會深潛水底；鳥兒看見她們，便會高飛；麋鹿看見她們，便拔腿快跑。吳怡先生認為：「各有偏知偏好，而沒有標準的地位、標準的食物和標準的顏色。如果不知道我們的知沒有標準，而以自己的觀點為尺度，便會造成知識判斷的混亂。」參閱：吳怡，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2008年，頁111。

<sup>60</sup> 許添盛，《在孩童心裡飛翔》，臺北，遠流出版公司，2006年，頁110。

<sup>61</sup> 關於「鳧脛雖短，續之則憂；鶴脛雖長，斷之則悲。故性長非所斷，性短非所續，無所去憂也。」出自《莊子·駢拇》，郭象的解釋是：「各自有正，不可以此正彼而損益之。」清朝·郭慶藩，《莊子集釋》，臺北，華正書局，1982年（點校本），頁318。

或鶴而言，都只是一種傷害生命與本性的任意妄為而已。陳之華先生說：「教育，其實只有一個最簡單的考慮點，就是盡力幫助每個孩子找到自己人生最適當的位置。以孩子為中心，才不會迷失教育的方向。」<sup>62</sup>父母親應時時提醒自己，勿成為傷害孩子的劊子手。

## 二 開放的心靈

活在人間世界，要怎麼養生呢？養生就是希望消解掉生命中的刑罰，而回到我們原來生命的天真美好。大家流落到人間社會，受到是非、死生、成敗、利害、禍福、榮辱的煎熬，執著於這些東西會帶給我們很大的痛苦壓力，所以，我們將這些執著無掉。<sup>63</sup>「吾生也有涯，而知也無涯。」（《莊子·養生主》）當人想要的太多叫作「知也無涯」，無涯無限量，以有限的生命來說總要做出抉擇，有捨才有得，什麼都要，到頭來統統落空。別人的世界再美好那是別人的，我一定要找尋到屬於自己的路，用自己的速度來走。<sup>64</sup>王邦雄先生認為：

什麼叫獨立的人？能夠割捨外面的條件，不要靠掌聲，不要靠人家的喝采，這樣的人才叫獨立的人。不然當你看到掌聲沒有了，你會趕快改；你發覺對方的讚美停止了，你就改變你自己。所以真正獨立的人才可以「不改」，而且獨立的人才能夠「周行」，為什麼呢？如果你不獨立，你「周行」一定會變成他人，這叫「隨俗浮沈」。<sup>65</sup>

隨俗浮沈是很辛苦的，人世間紛紛擾擾，如果不能活出自己，而讓自己成為追隨他人的有所待之人，正如《莊子·齊物論》云：

罔兩問景曰：「曩子行，今子止；曩子坐，今子起；何其无特操與？」景曰：「吾有待而然者邪？吾所待又有待而然者邪？吾待蛇蚺蝮翼邪？惡識所以然！惡識所以不然！」

<sup>62</sup> 陳之華，《每個孩子都是第一名》，臺北市，天下遠見出版社，2009年，頁93。

<sup>63</sup> 參閱：王邦雄，〈莊子系列（三）養生主〉，《鵝湖月刊》，第212期，1993年2月，頁33。

<sup>64</sup> 參閱：王邦雄，《人生的智慧》，臺北，幼獅文化公司，1999年，頁192-193。

<sup>65</sup> 王邦雄，《人間道》，臺北，漢藝色研出版社，1991年，頁64。

郭象解釋：「罔兩，景外之微陰也。」<sup>66</sup>田若屏先生認為，罔兩是影子的影子，它跟著影子而動，影子則是跟著身體而動，身體又跟著人意而動；影子、餘影、身體都是有待，因而受制不能自主；一切的有待，彷彿夢一般，因為念頭起伏不定的緣故。如同欲念永不停止，則我們將永遠受制於外物，而獲得的只有空虛；如果想脫離這不幸之輪迴，只有「無待」，才能真正的逍遙。<sup>67</sup>關於「無待」，牟宗三先生講述，陶國璋先生整構的《莊子《齊物論》義理演析》提到：

無待就是逍遙，是大自由的境界。若心靈着念於追求，即不滿於現實，而希望逃離其當下的不自由，此亦一種偏執，是浪漫情調的理想主義似的冀望。……真正的自由，既不是憑空的想像，以為憑主觀的熱情即一蹴而至，也不是浪漫的理念。東方哲人，共同體會一共慧，即是不即不離的修持。不即，是不與俗同流；不離，則是不捨眾生，道家如是，佛家如是，儒家更如是。<sup>68</sup>

「無待」即是逍遙，逍遙是不與俗同流，但若執著於逃避人世間種種，亦何嘗不是墮入另一種執著相。所以，活在人間世，真正能夠逍遙，即是做到待而無待的境界。吳怡先生認為，只做到無己、無功、無名，並不等於是至人、神人、聖人，否則社會上那些渾渾噩噩的人，他們迷失了自己，他們一樣不求功，也不求名，豈非都成了至人、神人、聖人了嗎？莊子〈逍遙遊〉中提到鯤化為鵬的歷程，正說明了成為至人、神人或聖人之前需一段修鍊工夫，大鵬最後能在天池中逍遙，絕不是一蹴可幾的，是經過長時間的默默耕耘。逍遙的境界，固然是無待的，但達到逍遙境界的工夫，卻必須從有待做起。只是有待而不拘限於有待，最後能把有待化為無待。<sup>69</sup>所以逍遙是一種擺脫種種條件性與限制，不必依待外在因素，

<sup>66</sup> 清朝·郭慶藩，《莊子集釋》，臺北，華正書局，1982年（點校本），頁110。

<sup>67</sup> 參閱：田若屏，《莊子「無待」思想之生命教育蘊義》，國立東華大學教育研究所碩士論文，2003年，頁102。

<sup>68</sup> 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，頁212。

<sup>69</sup> 參閱：吳怡，《逍遙的莊子》，臺北，東大圖書公司，1991年，頁51-54。其在頁56，又將「至



能自己決定自己，支配自己，而達致的一種自由自在的精神境界。<sup>70</sup>父母親希望孩子能幸福，那首先要讓自己活得幸福，不該將自己幸福與否依待在孩子的成就上，其實「失敗的是孩子，不是父母」，孩子失敗了，父母常常比他們更緊張，而把自己的焦慮投射在孩子身上。孩子平時都在觀察父母的情緒，父母情緒不穩定，將會影響孩子控制情緒的學習，以及未來人際接觸與情緒接觸的能力發展。

<sup>71</sup>當好爸媽不見得要賺很多錢，但一定要讓孩子有安全感。

父母親「望子成龍、望女成鳳」，對於孩子是有所期待的，畢竟孩子是未來的主人翁，但我們必須待而無待。<sup>72</sup>爸媽可以「放輕鬆」：放鬆去做爸媽、放鬆讓孩子去做小孩，孩子壓力越少，越可以發揮自己的潛能及才華。<sup>73</sup>李偉文先生在〈教養是「耍心機」的藝術〉中提到：

教養孩子最高的目標應該是：孩子以為他是自由自在、海闊天空任翱翔；可是不管他怎麼選擇，都逃不出父母如來佛的手掌心。教養孩子是一種「用心而不要太用力」的藝術，我們要用「心機」去思考後，才知道力氣該花在什麼地方，那麼我們就能享受與孩子互動的過程，甚至能夠興高采烈的與他們一起學習與成長。<sup>74</sup>

父母親照顧孩子要用心，而非當個事事監控的過頭父母，別忘了孩子的成長只有一次，所以好好享受與孩子的互動過程吧！汪詠黛先生說，「放心、放下，但絕

---

人無己、神人無功、聖人無名」三句話，作一公式：有己而後可以無己、無己而後見真己；有功而後可以無功、無功而後成大功；有名而後可以無名、無名而後見實名。

<sup>70</sup> 參閱：吳汝鈞，《老莊哲學的現代析論》，臺北，文津出版社，1998年，頁77。

<sup>71</sup> 參閱：劉世南(口述)，石飛益(整理)，〈他不笨，他是我孩子〉，《讓孩子成為他自己》，臺北，小暢書房，1991年，頁62。盧桂櫻，《做溫暖的父母》，臺北，張老師出版社，1994年，頁102，也提到，父母不是代背十字架萬能的神，所以就不必把孩子的困難與犯錯的後果一肩挑起來，只需聽聽孩子的心情，接納孩子犯錯後的不安，給予「在旁作伴，隨時可以協助」的溫暖就好，剩下的就留給孩子機會，讓他設法去尋求解決的辦法並承擔可能的後果吧！。

<sup>72</sup> 參閱：成墨初，《不打不罵，如何教好孩子》，新北市，人類智庫文化，2011年，頁158-159。陳先生提出，適度的期望是孩子進步的動力，父母的期望是積極的態度，對孩子來說是一種讓他努力向上的精神動力。但是如果期望遠超過孩子的負荷，不但達不到積極的功用，反而讓孩子變消極。所以，筆者認為父母親必須待而無待，才不會苦了自己，也累了孩子。

<sup>73</sup> 兒福聯盟基金會，《傾聽童心：如何教出、優秀、快樂的下一代》，臺北，商周出版社，2005年，頁173。

<sup>74</sup> 李偉文，〈教養是「耍心機」的藝術〉，《親子天下》，第30期，2011年12月，頁34。

不放棄」，當我們都盡心盡力了，孩子的表現、親子關係卻還不如我們所願，我們只能堅持正向的信念、持續用對的而且是適合他的方法，慢慢教、靜靜等，只要大人不放棄他，每個孩子都會找到一片屬於自己的亮麗天空。<sup>75</sup>正所謂「天生我材必有用」，每個人都有他存在的價值，何必強將天下萬物區分成「有用」「無用」的二元對立，莊鎮宇先生對此提出他的看法：

莊子「無用」的觀念，也是針對世人在「工具價值」的作用下，事物與個人本身的特質卻被遺忘了，因此，吾人若能以「無用」的觀點，猶如牟宗三所言之「智的直觀」來看待事物與人，方能使萬物各適其所用，達到「無用而無所不用」的境界。<sup>76</sup>

用「智的直觀」去看待天下萬物，不受外在事物的干擾與阻礙，讓萬物能各適其所。在親子教養方面，父母親要能有開放的心靈，接納孩子的各種特質，明白天生氣質沒有「好」「壞」之分，氣質只是生理特徵與智力個別差異之外，另一種人與人之間的差異而已。<sup>77</sup>陳鼓應先生認為：「開放的心靈，如同『天府』，涵攝萬有，莊子稱這心靈狀態為『葆光』。『葆光』即含藏光明；培養空明靈覺之心，使它凝聚內在的涵量。」<sup>78</sup>而開放心靈的態度，即是標準不定於一處，不自我中心，從不同的角度作面面的透視。<sup>79</sup>如果孩子在課業上表現不佳，就不要逼他非

<sup>75</sup> 參閱：汪詠黛，《愛，就是慢教和等待》，臺北，時報文化出版公司，2010年，頁29-31。

<sup>76</sup> 莊鎮宇，《人生的困境及其解決之道——以莊子哲學為中心的考察》，南華大學生死學碩士論文，2000年，頁15。

<sup>77</sup> 參閱：陳瑀凡、劉永毅，《以天生氣質取勝：讓孩子活得更精彩》，臺北，開啟文化公司，2009年，頁29。關於天生氣質，在該書頁23-28提出，行為科學家、兒童心理學家與教育學家很早以前就發展出一門有系統的學問。他們對於一個孩子的天生氣質，列出了九個項目：1.活動量 2.規律性 3.趨避性 4.適應度 5.反應強度 6.反應閾 7.情緒本質 8.注意力分散度 9.堅持度。這九大氣質會相互影響、交錯，呈現出每個孩子的特質，因此每個孩子都是獨特的個案。

<sup>78</sup> 陳鼓應，《老莊新論》，臺北，五南圖書公司，1993年，頁164。葆光出自於《莊子·齊物論》，其云：「注焉而不滿，酌焉而不竭，而不知其所由來，此之謂葆光。」

<sup>79</sup> 參閱：陳鼓應，《老莊新論》，臺北，五南圖書公司，1993年，頁165。陳先生舉《莊子·齊物論》王倪之口說的：「民溼寢則腰疾偏死，鱗然乎哉？木處則惴慄恟懼，猿猴然乎哉？三者孰知正處？民食芻豢，麋鹿食薦，蚍蜉甘帶，鴟鴞耆鼠，四者孰知正味？猿獼狙以為雌，麋與鹿交，鱗與魚游。毛嬙麗姬，人之所美也；魚見之深入，鳥見之高飛，麋鹿見之決驟。四者孰知天下之正色哉？自我觀之，仁義之端，是非之塗，樊然殽亂，吾惡能知其辯！」來說明開放心靈的態度，然而常人所採取的觀點，大則以人類為本位，小則以個我為中心，這便是封閉心靈的態度。

坐在教室裡或書桌前唸書，只要順著毛摸，協助他適性發展。陳鼓應先生提出，聖人之治是不以己意定法度，莊子以生動的的比喻說明強制性的方式是人民永遠不可能接受的，「且鳥高飛以避矰弋之害，鼯鼠深穴乎神丘之下，以避熏鑿之患」（〈應帝王〉），難道人還不如這些蟲子嗎？罔顧民意的統治，失敗是其必然結果。必須以人民的意願為準則，必須以人民的意見為依歸，<sup>80</sup>親子教養上也是如此，父母親也必須尊重孩子，否則只是把你的孩子往外推而已。陳政揚先生說，

面對個體生命的種種本然限制，莊子既不採取怨天尤人的方式回應，也不傾向阿Q式的自我逃避態度。莊子是通過生命的反省，將生命的視野從個體的侷限提升至「道」的層次，把有限人生的種種不可解與無所逃，均交由無限的「道」加以包容與安立。<sup>81</sup>

父母親對待孩子的方式正該如此，每個孩子都是獨特的個體，如果不可解與無所逃，就應該加以包容與安立，例如：特殊教育的孩子，父母親如果不顧孩子先天上的特殊性，堅持用一般的教養方式，不但父母親會倍感挫敗感，孩子的未來也將受壓迫。其實孩子的人生就好比一場足球賽，家長不應做挑剔的裁判，盯著犯規不放，而應做熱情的啦啦隊員，「加油，加油」，為孩子鼓掌歡呼，給孩子無窮的信心和力量。<sup>82</sup>孩子往往是根據父母的評價來了解自己是什麼樣的人，或是能成為什麼樣的人，所以，父母給孩子的信心和信賴非常重要。<sup>83</sup>每個孩子都有自己的優點，請用開放的心靈協助孩子找出自己的長處。王邦雄先生提出：

人生一定要有道，一定要有名，道是人生的道路，名是生命的內涵，一定要有。問題是你要通過人為去規定，還是把它開放出來，交給每一個人獨特的性向才情、每一個人獨特的成長歷程，讓每一個人活出他自己的風格來，走出他自己的路來這叫常道常名。不然我們會把天下的小朋友、天下

---

<sup>80</sup> 參閱：陳鼓應，《老莊新論》，臺北，五南圖書公司，1993年，頁207。

<sup>81</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109。

<sup>82</sup> 參閱：周弘，《賞識你的孩子》，臺北，上游出版社，2001年，頁158。

<sup>83</sup> 參閱：成墨初，《不打不罵，如何教好孩子》，新北市，人類智庫文化，2011年，頁183。

的青年學生都塑造成同一個模型，都是「標準的」學生，這叫可道可名。如果我們不那麼急著規定，把它放開出來，這叫常道常名。<sup>84</sup>

身為父母親不要規定孩子該走的路，應該用開放的心靈讓孩子走出自己的路。英國政府統計，現在還在中小學念書的孩子，未來可能從事的工作，有六成都還沒有「被發明」。現在成人們幫孩子準備的工作能力，等到他們二十五歲時，工作可能已經消失了。<sup>85</sup>既然未來不是過去的延伸，父母親還是順著孩子的自然之性，讓孩子成為他自己吧！陳香錡先生提出：

道家思想的主要特色是它自然無為的精神。自然當是指尊重每一個存在體的特色而不妄加介入或操控，無為則是指包容每一個存在體的意見而不橫加干預或支配，可見道家有著多元主義的精神。<sup>86</sup>

道家思想以開放的心靈，尊重、包容每一個存在體，讓每一個存在體都能活出自己生命的精彩。《莊子·齊物論》有則莊周夢蝶的故事：

昔者莊周夢為胡蝶，栩栩然胡蝶也，自喻適志與！不知周也。俄然覺，則蓬蓬然周也。不知周之夢為胡蝶與，胡蝶之夢為周與？周與胡蝶，則必有分矣。此之謂物化。

「人生如夢」這句話是創始於莊子，可是時至今日，這句話的含意，已經和莊子的原義完全變了質，當我們說「人生如夢」時，不免有悲涼之意。但在莊子心中，卻絲毫沒有悲涼的感覺。宇宙如一大花園，人生歡欣於一片美景之中——如蝶兒之飛舞於花叢間。因此，要說「人生如夢」的話，在莊子心中所浮現的，便是個美夢。蝶兒栩栩然飛舞於花叢間，亦象徵著人性的天真爛漫，顯示出一為健康活

---

<sup>84</sup> 王邦雄，《人間道》，臺北，漢藝色研出版社，1991年，頁51。王先生在其後說：「老子肯定常道常名，他認為可道可名是一個限制，不一定能夠涵概全體，甚至它不一定能夠發揮每一個人獨特的品質、獨特的風格。」

<sup>85</sup> 陳雅慧，〈真正的學習〉，《親子天下》，第31期，2012年1-2月合刊，頁66。

<sup>86</sup> 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，頁60。

潑的精神。<sup>87</sup>所以，人來到人世間，因無掉執著與造作，而能「至人無己，神人無功，聖人無名」，則一逍遙一切逍遙。<sup>88</sup>親子教養上也該如此，父母親無掉您的執著與強烈的控制欲，讓您的心房敞開，則您自己逍遙，孩子也可以逍遙自在地開創屬於自己的一方天地。

### 第三節 心理情緒的調節

品川孝子認為，現代的母親們，往往忘記負起身為父母親應做的教育工作，反而一心一意做不需由父母親去做的教育工作。<sup>89</sup>所謂不需由父母親用心用力去做的教育工作，像是校內、外課業學習，他們卻常常為此付出很多心力，反而忽略了教導孩子人際互動上的品德教育、感情教育。<sup>90</sup>其實品德教育和感情教育對孩子的一生是非常重要的，很多父母親只懂得鼓勵孩子努力考取證照以獲得工作，卻不知這種看似無用之用的學問影響是一輩子的。人生的成就絕對不是單一取決於 IQ 的高低，再聰明、再具天份的人，如果常讓激情淹沒理智，很可能他就會做出：智者的愚行，高學歷、高 IQ 智商的人，照樣會做些莫名其妙的蠢事，<sup>91</sup>可見情緒管理的重要性。而品德教育的重要性也不容忽視，洪蘭先生說：

中國人說「龍生龍，鳳生鳳，老鼠生的兒子會打洞」，它所指的不只是基因上的關係，還包括家庭生活中潛移默化的影響。我們身上多少都有父母的影子，平日做事以為是依自己的方式在做，細想起來其實都有父母親做

---

<sup>87</sup> 參閱：陳鼓應，《莊子哲學》，臺北，臺灣商務印書館，1992年，頁25-28。陳先生認為，莊子借蝴蝶的夢覺，以引發其思想。從這短短的寓言中，可導出四個重要的意涵：1.莊周蝶化的含意，2.蝴蝶本身所代表的意義，3.人生如夢的說法，4.物化的觀念。其中第2點提出莊子將自我、個人變形而為蝴蝶，以喻人性的天真爛漫，無拘無束。藉蝴蝶來比喻人類「自適其志」：不受空間的限制，不受時間的催促；翩然而飛，沒有陳規的制約，也無戒律的重壓。第3點提出要說「人生如夢」的話，在莊子心中所浮現的，便是個美夢。

<sup>88</sup> 牟宗三，《才性與玄理》，臺北，臺灣學生書局，1974年，頁182。

<sup>89</sup> 參閱：品川孝子，《如何做好親子教育》，臺北，小暢書房，1989年，前言。

<sup>90</sup> 參閱：簡楚瑛，《幼兒·親職·教育》，臺北，文景書局，1988年，頁90。簡先生認為，令人感到憂心的是許多父母視金錢為萬能，認為只要能滿足幼兒物質上的需求就算盡到其為人父母的責任了，殊不知滿足幼兒精神上對親情的需求也是為人父母應盡的義務。

<sup>91</sup> 參閱：陳美儒，〈高EQ父母，不必對孩子打或罵〉，《不打不罵，如何教好孩子》，新北市，人類智庫文化，2011年，頁2。EQ是指情緒智商。

事的影子。<sup>92</sup>

孩子在不經意中學習、模仿了父母親為人處事的應對、進退、價值觀等等，在她認為：「父母親最大的影響是教我們做人的道理與我們的人生觀。」<sup>93</sup>所以身為父母親必須要用心經營孩子的品德教育。

## 一 品德教育

品德教育的重要性不可輕忽，周慧菁先生指出，1989年聯合國教科文組織召開「面向二十一世紀研討會」中特別指出：道德倫理和價值觀會是21世紀人類面臨的首要挑戰。<sup>94</sup>而道德倫理是品格教育中的一部分。<sup>95</sup>臺灣教育部於2004年推出「品德教育促進方案」，已完成第一個實施期程（自民國93年1月1日起至97年12月31日止），而現今已將邁入第二期的尾聲（自民國98年1月1日起至102年12月31日止）。<sup>96</sup>蕭美齡先生說：「將國內外品德教育的實施方案相互對照，可看出台灣在品德教育的方法和內容上幾乎與國外如出一轍，大致取經於國外。」<sup>97</sup>但其實重視品德教育在中國哲學中，早可見到端倪。關於此，陳德和先生提出精闢的說明，他認為，

我國傳統的儒釋道思想都是一種啟發世人遷善向上的實踐智慧，它們莫不強調人之應當重視、肯定自己的「主體性」，……，這乃意味著我們都得回到自己、省思自己、釐清自己、貞定自己，並且負責任地從自己的德性

---

<sup>92</sup> 洪蘭，〈爸媽留給我一生最大的福氣〉，《家庭教育，贏的起點》，臺北，天下雜誌公司，2006年，頁300。

<sup>93</sup> 洪蘭，〈爸媽留給我一生最大的福氣〉，《家庭教育，贏的起點》，臺北，天下雜誌公司，2006年，頁302。

<sup>94</sup> 轉引：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，頁53。

<sup>95</sup> 〈教育部品德教育促進方案〉，「教育部品德教育資源網」，網址 <http://ce.naer.edu.tw>。在此方案中提出教育部推動品德教育，是指品格與道德教育（Character and moral education）。張春興，《教育心理學》，臺北，東華書局，1989年，頁197。張先生提到，道德教育的目的在培養健全人格，所以「道德教育」也稱「品格教育」。

<sup>96</sup> 參閱：〈教育部品德教育促進方案〉，「教育部品德教育資源網」，網址 <http://ce.naer.edu.tw>。

<sup>97</sup> 參閱：蕭美齡，〈品德是可以教的嗎？——從《莊子》的觀點看當今品德教育的走向和出路〉，《通識論叢》，第10期，2010年12月，頁118。

出發，以求能充分盡到自己對天地萬物所不可推諉的使命。<sup>98</sup>

可見，中國傳統的儒釋道思想都希望人擁有良好的品德教育。然而道家的思想容易被誤認為反道德，吳怡先生加以解釋說：

再看道家，老子雖然有「絕聖棄智」、「絕仁棄義」之談，但他所絕棄的乃是外在的道德教條，僵硬的禮樂制度。事實上，他要我們「見素抱樸，少私寡欲」（《老子·第十九章》），使「民復孝慈」（《第十九章》），仍然是在心性上下功夫，以發揮人性的至善。他的「我無為而民自化」（《第五十七章》）就已承認了人性的自然樸素的一面。至於莊子雖然嘲笑世俗的禮法、有為的政治，但他歌頌自然、強調真心、主張由人的自化去與萬物同化，所以也是從人的修養而達到大化的境界。<sup>99</sup>

反對外在的道德教條，僵硬的禮樂制度，並非就是反道德，道家是用「正言若反」（《道德經·七十八章》）的方法來傳達價值觀。所謂的「正言若反」是說用對反的、不以為然的方式，來表達它對該項事物之正面的承認和肯定。它是一種辯證式的命題主張，也是在具體的實踐中所體會出來的一種曲線型的人生智慧。<sup>100</sup>所以，老莊絕對不是反道德主義論者，而是希望達到「絕聖而後聖功全，棄仁而後仁德厚。」（王弼〈老子指略〉）。陳德和先生在《老莊與人生》書中提到：

老莊思想不但是關於德行教育及人格教養的學問，它可以興發我們生命的價值感，啟動我們生活的創造性，使我們的一生從此充滿著意義，而不再只是逐步走向死亡的無奈而已。老莊思想對於人格教養中所必須面對的三大主題，例如：實踐的依據、實踐的工夫以及實踐的最終目的等等，皆有精闢的見解，並且一以貫之地用「無」做為他們的共同基調。<sup>101</sup>

依陳先生所言，老莊思想是關於德行教育及人格教養的學問，對於人格教養的三

<sup>98</sup> 王邦雄、陳德和，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007年，頁4。

<sup>99</sup> 吳怡，《生命的轉化》，臺北，東大圖書公司，1996年，頁91。

<sup>100</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59。

<sup>101</sup> 王邦雄、陳德和，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007年，頁54。

大主題皆有精闢的見解，所以老莊思想絕不是反道德主義論者，而是以「無」一以貫之。袁長瑞先生認為：「面對天下無道的亂世，莊子走的並非是一條改革外在環境的政治之路，而是一條提昇內在精神的超越途徑。」<sup>102</sup>改革外在環境的政治之路是「有」，莊子不走「有」的路，莊子認為，無論外面的世界如何演變，我們唯有提昇自我內在的精神，才能夠應世。「庖丁解牛」是一種出神入化、爐火純青的藝術化境界，是莊子的處世之道。<sup>103</sup>王邦雄先生解釋說：

庖丁解牛，看似解牛，實則解自己，刀刀無厚，牛節有間，人生自能遊刃有餘，給別人空間，就是給自己留下餘地，人我之間是一起放下，而同時得到釋放。<sup>104</sup>

處理人際關係，應當學習「庖丁解牛」，解開自己的成心我執，以無執的心應對人間、虛心忘淡、順應自然，如此一來，人際空間將是無限寬廣。<sup>105</sup>像莊子惠施之間，二者的生命進路，大有不同，莊子是道家，而惠子是名家，難得的是朋友之情深厚，彼此相知涵容，可以說真話，而不傷感情，故論學對辯，有相激相盪之功。<sup>106</sup>這樣的「包容力」是建構道德智商的七項基本美德之一，具有「包容力」，才能欣賞人們身上各異的特質，對於他人的見解與信念保持開放的態度，一律以尊重待之。<sup>107</sup>莊子與惠施彼此之間就是具有這樣的包容力，才能相交叉相知。所以培養孩子的包容力，無掉成見、刻板印象，讓孩子懂得尊重異己，甚至能彼此和睦相處。包容力的基礎建立於家庭，父母親要在孩子年齡尚幼時，為孩子示範

---

<sup>102</sup> 袁長瑞，〈莊子〈人間世〉研究〉，《莊學與文化》，第309期，2000年2月，頁172。

<sup>103</sup> 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，頁66。

<sup>104</sup> 王邦雄，〈21世紀的儒道——儒道兩家思想的現代出路〉，臺北，立緒文化公司，1999年，頁16。

<sup>105</sup> 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，頁67。

<sup>106</sup> 王邦雄，〈莊子與惠施的論學相知〉，《鵝湖月刊》，第90期，1982年12月，27頁。

<sup>107</sup> 參閱：蜜雪兒·玻芭（Michele Borba），安艾（譯），《MQ百分百：開發道德智商完全手冊》，臺北，光啟文化事業，2004年，頁22-24。在此書中提出，道德智商由七項基本美德建構而成——同理心、良知、自制力、尊重、仁慈、包容力以及公正感，這些美德能協助孩子，順利巡航於不可避免的倫理挑戰及壓力的汪洋中。



並培養這項美德。<sup>108</sup>教育部於「品德教育促進方案」提出的具體方針以作為實踐方向中，提及需強化家庭品格教育功能，<sup>109</sup>可見家庭中推動品格教育有其必要性。

父母親教育孩子品格教育，除了言教之外，也得留意身教，《莊子·德充符》中提到：

魯有兀者王骀，從之遊者與仲尼相若。常季問於仲尼曰：「王骀，兀者也，從之遊者與夫子中分魯。立不教，坐不議，虛而往，實而歸。固有不言之教，無形而心成者邪？是何人也？」仲尼曰：「夫子，聖人也，丘也，直後而未往耳。丘將以為師，而況不如丘者乎！奚假魯國！丘將引天下而與從之。」

常季口中的王骀，雖然他立不言教，坐不議論，但是去看他的人，回來時，都能價值充滿。常季好奇，難到這就是不言的教化，無形中使對方心有所成嗎？〈德充符〉中的哀骀它也是「未言而信」，<sup>110</sup>這些都是沒有用言語的規勸說教，卻能讓人有所感悟的例子，其實品格教育最核心的是「不能用說的」，用生命能量展現出的，才是品格教育核心。<sup>111</sup>洪淑娟先生說：

一個人的品格，追根究柢還是要從家庭教育開始，不能把責任全部推給教育體制。我深知自己怎麼做、孩子怎麼看的道理。關於教養，很多事情其實可以不用教，身教比言教重要，至於書本裡的教條，那就不必了。<sup>112</sup>

---

<sup>108</sup> 參閱：蜜雪兒·玻芭（Michele Borba），安艾（譯），《MQ 百分百：開發道德智商完全手冊》，臺北，光啟文化事業，2004年，頁282。

<sup>109</sup> 參閱：「教育部品德教育促進方案」實施原則四：統整融合，其提及：「品德教育的實施，可在學校既有基礎與特色之上，融合學校正式課程、非正式課程，以及校園文化或校風之中；並可結合政府各機關及民間團體資源，經由一定機程序共同參與。此外，亦可融入現行教育政策、課程教學或相關活動之推動，結合現有青少年輔導、親職教育、媒體素養教育、社會或終身教育等政策的推動，以強化家庭與社會品德教育之功能。」所以教育部期許能強化家庭與社會品德教育之功能。

<sup>110</sup> 哀骀它的「未言而信」來自《莊子·德充符》云：「今哀骀它未言而信，无功而親，使人授己國，唯恐其不受也，是必才全而德不形者也。」

<sup>111</sup> 鄭一青，〈品格時代的私房秘方〉，《品格決勝負：未來人才的祕密》，臺北，天下雜誌公司，2004年，頁146。

<sup>112</sup> 洪淑娟，《母愛的權限：家有三個資優生的教養筆記》，臺北，圓神出版社，2011年，頁109。

表率，一向是最佳的導師，典範角色的式微這正是許多許多專家憂心的原因。許多的研究證實，如果我們希望孩子長大後能公平正義地處事待人，最基本的是，為人父母者都必須示範那些特質。<sup>113</sup>千萬不要「說一套做一套」，這樣會讓孩子陷入價值觀混淆。《莊子·應帝王》中提到：

肩吾見狂接輿。狂接輿曰：「日中始何以語女？」肩吾曰：「告我君人者以己出經式義度，人孰敢不聽而化諸！」狂接輿曰：「是欺德也；其於治天下也，猶涉海鑿河而使蚩負山也。夫聖人之治也，治外乎？正而後行，確乎能其事者而已矣……」

日中始教導肩吾，做君主的人，如能從自己去建立規矩義法，就能使百姓受到感化。但在狂接輿看來，這是欺德，聖人的治道，是著重於外在訂定的規矩義法嗎？聖人之治應該先端正自己才去實行，是能真真實實的順著事物的自然去行的。<sup>114</sup>高柏園先生說：

聖人之治世，重點不在外在之形式，而重在主體虛靜之修養，此即不治乎外，而唯求其生命之無為自然，以是而使萬物得其自己，此所謂「不正之正」也。<sup>115</sup>

身為父母，我們不可只是訂立規矩坐著等待孩子成為有愛心、正直的人，研究報告也一致證實開發道德智商是經由學習而來的，而我們可以教育他們。<sup>116</sup>但實施品德教育，要注意非只通過言語教條或道德規約來進行，正如莊子在〈人間世〉云：「而強以仁義繩墨之言術暴人之前者，是以人惡有其美也，命之曰菑人。」

---

<sup>113</sup> 參閱：蜜雪兒·玻芭 (Michele Borba)，安艾(譯)，《MQ 百分百：開發道德智商完全手冊》，臺北，光啟文化事業，2004 年，頁 322。

<sup>114</sup> 清·郭慶藩，《莊子集釋》，臺北，華正書局，1982 年（點校本），頁 291，關於「確乎能其事者而已矣」此句，郭慶藩《注》曰：「不為其所不能。」成玄英《疏》曰：「順其實性，於事有能者，因而任之，止於分內，不論於外者也。」

<sup>115</sup> 高柏園，《莊子內七篇思想研究》，臺北，文津出版社，1992 年，頁 213。

<sup>116</sup> 參閱：蜜雪兒·玻芭 (Michele Borba)，安艾(譯)，《MQ 百分百：開發道德智商完全手冊》，臺北，光啟文化事業，2004 年，頁 28-29。

而身教、榜樣表現出來的生命氣象能自然感化周遭的受教者。培養孩子具有良好的品格絕對是父母親重要的工作之一。

## 二 情緒管理

科技文明一日千里，但幸福感卻沒有隨之上升。藥物的發明與心理治療，卻也無法遏止愈來愈多的精神疾病發生。不同於過去著重在負面情緒的研究，心理學界興起一股重視「正向心理學」的呼聲，這些相關研究逐漸讓我們看出累積孩子的正向情緒經驗，正是厚植孩子將來面對挫折的本錢，以及將危機化為轉機的能力。<sup>117</sup>活在人間世，都希望能「一帆風順」，但有句話說「人生不如意事十之八九」，王邦雄先生也說：

《莊子》第一篇叫〈逍遙遊〉，但很多人以為逍遙遊是從天上掉下來的，而不曉得逍遙遊是從人間的困苦悲愁開始，從病痛開始，從執著、負累、傷感開始，但是我們要把它消掉，如此才能遠離人生的有限性，而給出無限的精神空間，可以做個散人到處散步，這就叫自在自得。<sup>118</sup>

我們不能要求上天事事順己意，人生旅程起起伏伏，若遭遇不順遂，不要讓自己在執著、負累、傷感中受困太久，應做好情緒管理，學習當個自由自在的散人。陳德和先生認為：

情欲是指人所與生俱來的感性存在，仔細地說它包括：生物的本能、生理的欲望以及心理的情緒等三個面向。從老莊思想的觀點看，人的生命最初是素樸無華的，人的情欲原來也非常容易得到滿足，但是由於後天人為的不斷操弄，以及外在事物的在在誘引，人的生命就逐漸變得複雜麻煩，人的情欲也猶如江河潰堤般，一發不可收拾。凡此即老莊思想所耿耿於懷者，所以如何化解人為的造作以恢復生命的天真美好，如何扼阻情性欲望繼續狂飆以重建生命的虛靜自然，就成了老莊思想最重要的課題之一。<sup>119</sup>

---

<sup>117</sup> 參閱：連韻文，推薦序〈親子E、2、3，創造好未來！〉，《提升親子EQ三部曲》，臺北，臺視文化公司，2006年。

<sup>118</sup> 王邦雄，《莊子道》，臺北，漢藝色研文化公司，1993年，頁15-16。

<sup>119</sup> 王邦雄、陳德和，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007年，頁131。

「需要」和「想要」是不同的，不斷的情性欲望擴張，想要的太多，正如《道德經·十二章》所云：「五色令人目盲；五音令人耳聾；五味令人口爽；馳騁田獵，令人心發狂；難得之貨，令人行妨。」唯有對生命，昇起強烈的主體自覺，始能朗現天地人我之如如的生命自在體。現代從人腦發展的最新研究知道，增進孩子的情緒智慧要比增進孩子的智商，更能使他生活得幸福成功。<sup>120</sup>在《莊子·齊物論》中提到人的心理情緒，有「喜怒哀樂，慮嘆變熱，姚佚啟態。」喜怒哀樂較為一般人所明瞭，至於其他的情緒反應，牟宗三先生有段說明如下：

情緒既隨境遷流，必受外在條件所對比反射；機心算盡，不斷窺伺別人的錯漏，一旦着着佔先，自然喜形於色，得意則忘形，此即姚佚啟態；但有得則有失，一旦為對方所壓倒，內心則憂慮不安，慮歎變熱。魂形莫得安穩合一，終於真性消亡殆盡，……不能恢復生命的性情。<sup>121</sup>

各種情緒狀態，的確易受所處環境的影響，無論是在順境中或逆境中，都要好好管理自己的情緒，父母親要當自己情緒的主人，也必須教育孩子如此，而且不要讓自己過於執著各種情緒之中。當你正處於滿腔怒火時，不妨暫時離開現場一下，試著讓自己的情緒平靜下來。《莊子·大宗師》云：「墮肢體，黜聰明，離形去知，同於大通，此謂坐忘。」「坐忘」的修養工夫，要人不受形累，不為知困，像「魚相忘乎江湖，人相忘乎道術」(《大宗師》)「忘」的智慧應用在親子糾紛時，父母親要放下、拋卻執著，以孩子的觀點來重新看事情，投入時間與精神去傾聽孩子的感受。父母親應該有經驗過，責備孩子很容易越罵越生氣、越打越失控，事後回想事情其實沒有那麼嚴重，試著讓自己暫離當下的情境吧！傷人的話語出口，或許言者無心，但聽者卻受傷了。做好情緒管理，避免不當的情緒抒發，造成親子間的隔閡。

<sup>120</sup> 瑪麗·西蒂·科辛卡 (Mary Sheedy Kurcinka)，黃美基 (譯)，《聽！情緒在說話——教孩子做自己的主人》，臺北，光啟文化事業，2004年，頁18。

<sup>121</sup> 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，頁30-31。

與人互動，若單以自己的標準為標準，容易陷入盲點中，甚或造成人際互動的障隔，《莊子·逍遙遊》有一段蝸取笑學鳩的寓言故事，如下：

齊諧者，志怪者也。諧之言曰：「鵬之徙於南冥也，水擊三千里，搏扶搖而上者九萬里，去以六月息者也。」野馬也，塵埃也，生物之以息相吹也。天之蒼蒼，其正色邪？其遠而無所至極邪？其視下也，亦若是則已矣。且夫水之積也不厚，則其負大舟也無力。覆杯水於坳堂之上，則芥為之舟；置杯焉則膠，水淺而舟大也。風之積也不厚，則其負大翼也無力。故九萬里，則風斯在下矣，而後乃今培風；背負青天而莫之夭闕者，而後乃今將圖南。蝸與學鳩笑之曰：「我決起而飛，搶榆枋，時則不至而控於地而已矣，奚以之九萬里而南為？」適莽蒼者，三飡而反，腹猶果然；適百里者，宿舂糧；適千里者，三月聚糧。之二蟲又何知！

大鵬鳥的展翅高飛，需水擊三千里，接著順著扶搖的風向上直飛入九萬里的高空，然後乘著六月的氣息而去，這樣的行為，缺遭到蝸與學鳩訕笑。蝸與學鳩會取笑大鵬鳥，就是用自己的標準來評估他人，陳德和先生說：

小麻雀與大鵬鳥，所謂的大小之分，不在形體，而在心境，有執著有所等待，生命格局的自困自苦是小，無執著無所等待，心胸氣度的自在自得是大。莊子的生命大智慧，就在呼喚天底下每一個人，要從小麻雀的生命牢籠中掙脫而出，而走向大鵬鳥之成長飛越的路。<sup>122</sup>

小麻雀的心胸氣度狹小，單用自己的標準去衡量他人，若換個角度去看、去想，你的世界將會不一樣。因此在和別人互動時，如果能夠多一點了解和同理，很多事情能夠化干戈為玉帛，人緣也會更好。做好情緒管理，並不是指用壓抑的方式處理情緒，楊俐容先生說：

情緒管理指的並不是讓情緒不再發生，或者是消滅負面情緒，高EQ的人也絕非對生活冷感之人……在日常生活裡，所有的思考、行為以及人際互動，都或多或少受到情緒的激發，也因為這些情緒，使得生活經驗更加生

<sup>122</sup> 王邦雄、陳德和，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007年，頁166。

「理性」並非指割捨所有情緒，人都有情緒，情緒本身沒有對、錯，對待負面情緒也非如遇洪水猛獸般避之唯恐不及，不要否定情緒，而是試著化解情緒。首先要接受自己當下的情緒反應，並找出引發情緒的原因，學習用老莊的智慧來化解，陳德和先生認為：

老莊思想認為，任何人都可以用無、外、忘、虛等的工夫，做生命的超越和突破，其所證成之開放的心靈，可以解構人事間的種種對立，也可以掙脫利害得失的牽絆，甚至連生死的到來亦不被其所恐動，且就在此如水之心、如鏡之智的觀照下，不僅南海北冥可以來去自如，方內方外更是出入方便，即使彼非此是之兩難，亦可兩行而兩不礙。<sup>124</sup>

善用老莊無、外、忘、虛的工夫，將能乘物以遊心，連生死之大關亦能安然過關。情緒管理是愈早教育愈好，但這是要終生追求的方向，孔子是「七十而從心所欲，不逾矩」，所以，行為的改造必須持之以恆。父母親教育孩子情緒管理，最主要的目的並不非只是方便管教，而是如笛飛兒先生所說的：

情緒管理絕對不只是「情緒好」就夠了，而是孩子對自我有更通透的認識、對情緒有更流通的感受、與人交往有更多元的快樂，甚至對自己有更高遠的期待……情緒反應出來的，通常不只是情緒，更多是反應出對自己的不滿和掙扎，只是孩子有意識或沒意識到罷了。<sup>125</sup>

依此而言，情緒管理是讓你更認識自己，從每一次經驗中，找到引發自己情緒的原因。陳鼓應先生在《老莊新論》中提到：

受情緒所左右的假我，背後還有沒有真我呢？有的，雖然看不見它的形迹，卻是真實存在著的（「有情而無形」）。於是，由情緒的我點出一個

<sup>123</sup> 楊俐容，《提升親子EQ三部曲》，臺北，臺視文化公司2006年，頁94。

<sup>124</sup> 王邦雄、陳德和，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007年，頁145。

<sup>125</sup> 笛飛兒，《親子雙贏高EQ，我家的管教好舒服：11種典型棘手孩子的成長引導》，臺北，遠流出版公司，2011年，頁202。

「真宰」——生命真正的主宰——用現代語來說就是「真正的自我」。接著，再由「六骸、四肢、九竅」的形骸之我，點出一個「真君」。「真君」和「真宰」同義，都是指真實的自我。<sup>126</sup>

父母親要教育孩子做好情緒管理，就是要協助他找出引發情緒的原因，加以認識自我，吳怡先生說：

正如王弼注老子所說的「智慧自備，為則偽也」、「慧由己樹、未足任也」。就是說智慧是每個人都具有的，不能完全以你自己的智慧為標準。所以中國的哲學家提出一個見解，並不是強迫對方跟著他走。而是要點醒對方，讓他們從自心中去悟入。因為這個見解是智慧的話，那麼每個人心中都有此智慧，因此都可由自己的體驗而悟入。<sup>127</sup>

父母親在孩子的情緒教養上，教育的方式並不是直截了當的跟孩子說，這樣做不好，那樣做才對，而是讓孩子自己去體驗，父母只要從旁加以提點，協助孩子發現「真宰」。

親子教養在品德教育和情緒管理方面，正如莊子云：「且有真人而後有真知」（〈大宗師〉），吳怡先生提出一個很棒的說明：

如果只談「真知」，便始終侷限在知性上，犯了上面所謂「有患」的毛病，所以此處詞峰一轉，把「真知」轉為「真人」。我們必須先修養而為真人，自然而然的真人的知即是真知，否則不從修養處著手，而在知字上苦求，永遠無法證真知，成真人。<sup>128</sup>

父母親教育孩子為人處事的大道理，絕不是從「知識」層面下手，而是要孩子落實在生命修養上，只懂說得一口仁義道德，對自我生命的提昇是無助益的。品德教育和情緒管理就像是「無用之用」，雖然在應徵工作時，無法像其他專業可以用證照加分，但是它的重要性卻不容小覷，很多父母親也都留意到，但現代父母

---

<sup>126</sup> 陳鼓應，《老莊新論》，臺北，五南圖書公司，1993年，頁153-154。

<sup>127</sup> 吳怡，《中國哲學的生命和方法》，臺北，東大圖書公司，1984年，頁34。

<sup>128</sup> 吳怡，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2008年，頁234。

親投入最多時間處理的仍舊是孩子課業升學等競爭力，遠遠超過「應當」關照的品格、人際關係等能力。<sup>129</sup>父母親不得忽略此相關能力的培養。

---

<sup>129</sup> 參閱：何琦瑜，〈新挑戰：家庭生活體檢大調查 台灣父母做得好嗎？〉，《家庭教育，贏的起點》，臺北，天下雜誌公司，2006年，頁93。依據《天下雜誌》的「家庭教育大調查」顯示家長認為，家庭教育最該培養孩子的前三項能力，分別是：養成生活自理的能力、品格與價值觀、與人相處的能力，但是家長投入最多時間處理的，仍舊是課業升學等競爭力。



## 第四章 結論

彭明輝先生說：「每一個社會都通過家庭教育、學校教育與社會教育來發展學生追求幸福人生的能力，但是台灣的家庭教育幾乎完全缺席。」<sup>1</sup>在家庭教育方面，父母親千萬不能缺席，正所謂「一分耕耘，一分收穫」，身為父母親在親子教養上付出多少心力將影響孩子健全發展的程度，至於投資資源的分配比例如何，則端視每位家長的人生價值觀而定了。父母親照顧、教育孩子要能「為而不為」，<sup>2</sup>懂得「生而不有，為而不恃，長而不宰」（《道德經·二章》）的智慧，《莊子·應帝王》亦云：「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，而遊於无有者也。」王邦雄先生說：

人生很弔詭的是，當你不執著愛，放下愛的時候，人間的真愛真情，於焉生有長成，不以愛為特權的人，不以愛為投靠的人，才真正享有人間愛的美好與潤澤。不必等待他人的愛，就能獨立自存的人，他才有能力去愛別人，也才有權利去愛別人。<sup>3</sup>

父母親雖然給予孩子生命，提供孩子良好的學習環境、協助孩子建立正確的價值觀，為了孩子付出許多心力，但千萬別自居功德，自揚名聲，當無心任化，以盡其「無為而為，為而不為」的妙道，<sup>4</sup>去除我執，使孩子能夠翱翔於自己的一方天地。正如《莊子·齊物論》云：「物固有所然，物固有所可。无物不然，无物不可。故為是舉莛與楹，厲與西施，恢恠憭怪，道通為一。」莊子重視生命，宇宙中凡是有生命的東西，都有其存在的價值！面對孩子的教養，父母親勿用樣版式、權威式的教育，應以開放、無執的心靈接受孩子的天生材質，並尊重他們對未來發展的規劃。

<sup>1</sup> 彭明輝，〈請給孩子追求幸福的能力〉，《親子天下》，第37期，2012年8月，頁133。

<sup>2</sup> 陳鼓應，《莊子今註今譯》，臺北，臺灣商務印書館，1985年，頁319。「物而不物」，即「為而不為」，意指雖居其位、統管其事，然而要能不侵占，任物自為。

<sup>3</sup> 王邦雄，《緣與命》，臺北，漢光文化事業公司，1985年，頁141。

<sup>4</sup> 參閱：張默生，《莊子新釋》，臺北，天工書局，1993年，頁217。

莊子思想是關懷生命的，朱榮智先生說：

莊子最關懷的是生命的本體，雖然莊子的筆調是詼諧的，語中常帶嘲諷譏刺，而且設詞立論多屬「謬悠之說」、「荒唐之言」、「無端崖之辭」，但是他的精神是嚴肅的，他的內心充滿悲憫的情懷，他不只是追求個人的逍遙自得，更是為廣大的痛苦人生，指點生命的迷津，在他的揶揄聲中，也隱含深邃的寓意，對執迷的人心，實有啟發、警惕、鼓舞的作用。<sup>5</sup>

莊子的思想確實能為執迷的人心指點迷津。程兆熊先生說：「人在變亂之中，其最不可缺者是內心之均衡與灑脫，同時，其最不可奪者，亦正為內心之自由與自在。而道家之可取，亦正在此。」<sup>6</sup>處在資訊流通快速的時代，整個世界儼然是個地球村互動非常快速且頻繁，許多父母親不禁陷入焦慮、緊張的情緒之中，擔心自己的孩子如何立足於國際，與世界上各路菁英相競賽，其實人生的痛苦，多半來自於一個「爭」字，爭名利、爭得失、爭是非，人生的歲月虛擲於無窮無盡的競逐中值得嗎？《莊子·山木》云：

莊周遊乎雕陵之樊，覩一異鵠自南方來者，翼廣七尺，目大運寸，感周之穎而集於栗林。莊周曰：「此何鳥哉，翼殷不逝，目大不覩？」蹇裳躩步，執彈而留之。覩一蟬，方得美蔭而忘其身；螳螂執翳而搏之，見得而忘其形；異鵠從而利之，見利而忘其真。

顏崑陽先生認為，這正是人類社會「利害之鍊」的縮影，不管自己是莊子故事中那一個角色，都一樣地「見利而忘自身」，卻不知已招來禍害了。私利之欲最大的毒處，便是讓一個人的眼睛只看到目標物，不但看不到自己，也看不到周圍的其它人或物。<sup>7</sup>要懂得細細品味人生，教導孩子用慢一點的哲學去擴展人生的寬度與深度。父母親要懂得慢養的智慧，黑幼龍先生說：

<sup>5</sup> 朱榮智，《改變一生的莊子名言》，臺北，德威國際文化公司，2008年，頁6-7。

<sup>6</sup> 程兆熊，《道家思想——老莊大義》，臺北，明文書局，1985年，頁19。

<sup>7</sup> 參閱：顏崑陽，《人生因夢而真實：我讀莊子》，臺北，漢藝色研出版社，1992年，頁46-47。

我一直想提倡「慢養」的觀念。在成長過程中，孩子是一直在變化的，父母應該要學會「等待」—等待他們「開竅」、等待他們摸索；要向園丁一樣，等待這些種子們慢慢從青澀變得成熟，然後開花、結果。<sup>8</sup>

給孩子適度的時間、空間，讓他們能自由地探索與成長，千萬不要在孩子的學習路上，填滿過多的學習，因為這就像一個人被不斷餵食，卻沒有時間和機會好好消化反芻一樣，這樣對成長是一點幫助也沒有。李日章先生說：「事物既然都是自然之物，則對待它們的最好方法，實無過於任其自然，不妄加干預。」<sup>9</sup>千萬不要揠苗助長，讓孩子贏在起跑點，卻輸在終點。根據許多研究，學歷、財富、權位與能否成為好父母沒有絕對的關係，能否成為好父母重點在於是否能在孩子成長的過程中，給孩子最需要的養分，<sup>10</sup>以幫助孩子成長為獨立的個體，給孩子機會讓他為自己的將來負責。

本論文〈第二章〉是探討莊子哲學的生命教育理論。莊子對待天地萬物，是超越是非的整體肯定，陳德和先生說：

〈齊物論〉絕沒有取消多元、建立標準的意思……。〈齊物論〉最終訴求是在提醒我們，理當化解自我的偏執與封閉，而以無限寬廣的胸襟氣度，面對千差萬別的事事物物而皆能平等看待之、一致肯定之、共同包容之，並進一步藉此純粹的心靈和行動，昭告世人理想不離現實、天道就在人間、生活世界即是真正世界的道理。<sup>11</sup>

人間世有形形色色的人、事、物，要懂得欣賞自己以外的真、善、美並包容接納之，莊子認為可以藉著培養「心齋」、「坐忘」的修養工夫來化解自我的偏執

---

<sup>8</sup> 李翠卿，〈不做虎爸，慢養教出好孩子〉，《親子天下》，第 25 期，2011 年 7 月，頁 46。

<sup>9</sup> 李日章，《莊子逍遙境的裡與外》，高雄，麗文文化公司，2000 年，頁 6。

<sup>10</sup> 參閱：許芳菊，〈從「心」學做好父母〉，《家庭教育，贏的起點》，臺北，天下雜誌公司，2006 年，頁 150-155，許芳菊先生認為，孩子最需要得六種養分，分別是：安全感、親密的家庭氣氛、給孩子一個好榜樣、發現孩子的特長，引導出孩子最好的一面、培養孩子健康的習慣、當孩子情感的啟蒙者。

<sup>11</sup> 陳德和，〈《莊子·齊物論》的終極義諦及其奇詭書寫〉，《文學新論》，第 3 期，2005 年 7 月，頁 27-28。

與封閉。化解自我，並不是要將自我完全取消掉，陳鼓應先生提到：

為了打破唯我獨尊的態度，為了消除自私的我見，莊子提出「喪我」的名詞。「喪我」並不是要消失我，而是要去掉個人自己的執著，並以同情的態度認識他人與他物；這乃意味著：一方面為站在他人與他物的立場照見自己的偏狹，另一方面為自我的覺悟與內省，再進一步去除自我的偏執。如是才能「通道為『一』，莫若以『明』」。「明」為無所偏的去觀照，「一」即圓融和諧(Comprehensive harmony)的境界。<sup>12</sup>

無所偏執的觀照，心胸開闊了，視野變大了，彼我之間能夠圓融合諧共處。高柏園先生提出：

我們是在完成自己的同時，也完成萬物的意義。而一位聖者，更是要關懷、成就一切的存在……聖者的生命乃是依無限的關懷與成就，他如同天地一般，無不覆、無不載，是無限的偉大的生命。<sup>13</sup>

我們在「心齋」、「坐忘」的自我修養工夫後，望能像聖者的生命般關懷、成就一切的存在。黃俊峰先生說：「莊子『忘』的智慧，強調去除執著（去執），排除自我中心（無我），以及『融合於天地萬物之中，無人而不自得』（融適）」<sup>14</sup>而活在人間世，除了能與他人和諧共處外，也希冀自我能達逍遙無待的生命理想，懂得用而無用、待而無待的智慧，便不會被世俗價值困住。

本論文〈第三章〉是探討莊子哲學的親職教育思維。道家是無為自然的智慧，幫助人們從種種執著想像中解脫出來，父母親應學習對孩子適當地放手，不加干預，讓孩子能適性、自由自在的發展。吳汝鈞先生說：

放手不同放任，放任是不關心的；放手則是暗地裏關心，對萬物加以養育調護。雖然養育調護萬物，但對它們不加以宰制，不視為己有，而任私意

<sup>12</sup> 陳鼓應，《莊子哲學》，臺北，臺灣商務印書館，1992年，頁134-135。

<sup>13</sup> 王邦雄／等，《中國哲學史》，臺北，國立空中大學，1995年，頁12。

<sup>14</sup> 黃俊峰，《《莊子》的功夫修養論及其教育意涵》，國立臺灣師範大學教育學系碩士論文，2003年，頁101。

莊子思想絕不是頹廢主義，放手也不是要父母親當個失職、失能的家長。親子教養就像放風箏一樣，該適度地放心讓孩子自由自在的翱翔於天際，而你只需要待在地輕輕溫柔地拉著線的另一端，握得太緊，風箏飛不高；拿得太鬆，風箏就離你而去，其中拿捏的分寸，誰也無法明白的告訴你，需要和家人溝通以達成共識，而溝通就是要以無厚入有間，又要能達人氣達人心。

父母親總是「望子成龍、望女成鳳」，但是教育工作不能只專注於學業成就的表現，還得留意孩子品德教育與情緒管理。在品德教育方面，雖然《莊子》有許多批評仁義理智的言論，但他的用意並不在否定道德，而是在反省道德的形式化。《莊子·德充符》提到：「固有不言之教，無形而心成者邪？」可見「不言之教」對品德教育的推行也是很重要，蕭美齡先生說：

「不言之教」的意義不僅在於品格教育工作者示範良好的德性給受教者，而是施教者通過其生命的不斷修養，展現通透外顯的生命氣質，以強大的力量感化周遭的受教者，使學生在深刻的人格薰陶下，亦致力於自我品格的塑造。<sup>16</sup>

運用「不言之教」推行品德教育，是如實地在修養、提昇自我的生命，避免將道德流於形式化、工具化。

筆者期盼能繼續對莊子思想作更深入的探討及研究，將研究觸角延伸至更深、更廣的領域，方東美先生說：

中國人的才能，不是寄託在科學的理性思想裏，也不在宗教情緒的熱誠上，而是在一種超脫解放的藝術精神。所以才能夠把形象上面有阻礙的東西統統剷除，然後而展開一種開放的自由精神境界，可以把有限的境界點

<sup>15</sup> 吳汝鈞，《老莊哲學的現代析論》，臺北，文津出版社，1998年，頁206。原本是在講道與德之所以尊貴的原因，主要在於它們對萬物的放手，不加干預，讓萬物自由自在地發展。

<sup>16</sup> 蕭美齡，〈品德是可以教的嗎？——從《莊子》的觀點看當今品德教育的走向和出路〉，《通識論叢》，第10期，2010年12月，頁124-125。

化了成為無窮。尤其是道家，特別富有這一種精神。他處在有限的境界裡面，能夠破除有限，而通達到無窮的前頭。所以道家在出發的時候，就是破有限，入無窮；然後在無窮空靈的境界裡面縱橫馳騁。<sup>17</sup>

中國哲學中，道家特別富有開放的、自由的境界，筆者期盼有朝一日，能將莊子教育思想與親職教育作更棒的連結，為各式各樣親子教養的難題，找到鬆綁、解脫之道。



---

<sup>17</sup> 方東美，《原始儒家道家哲學》，臺北，黎明文化公司，1983年，頁184-185。

## 參考書目

### 一 古典文獻（略依作者年代順序排列）

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（點校本）。

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·焦竑，《莊子翼》，臺北，廣文書局，1979年（景本）。

明·潘基慶，《南華經集注》，臺北，藝文印書館，1972年（景本）。

明·釋德清，《莊子內篇注》，臺北，廣文書局，1991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·宣穎，《莊子南華經解》，臺北，宏業書局，1977年（景本）。

清·林雲銘，《莊子因》，臺北，蘭臺書局，1975年（景本）。

清·焦循，《孟子正義》，北京，中華書局，1987年（點校本）。

清·王先謙，《莊子集解》，臺北，世界書局，2001年（點校本）。

清·郭慶藩，《莊子集釋》，臺北，華正書局，1982年（點校本）。

### 二 當代專書、著作（依姓氏筆畫順序，合著則列於後）

方東美，《原始儒家道家哲學》，臺北，黎明文化公司，1983年。

王邦雄，《莊子內七篇·外秋水·雜天下的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2013年。

王邦雄，《21世紀的儒道——儒道兩家思想的現代出路》，臺北，立緒文化公司，1999年。

王邦雄，《人間道》，臺北，漢藝色研出版社，1991年。

王邦雄，《生命的實現與心靈的虛用》，臺北，立緒文化公司，1999年。

王邦雄，《用什麼眼看人生》，臺北，三民書局，2004年。

- 王邦雄，《走在莊子逍遙的路上》，臺北，臺灣商務印書館，2006年。
- 王邦雄，《莊子道》，臺北，漢藝色研出版社，1993年。
- 王邦雄，《緣與命》，臺北，漢光文化事業公司，1985年。
- 王邦雄，《人生的智慧》，臺北，幼獅文化公司，1999年。
- 王邦雄、陳德和，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007年。
- 王邦雄／等，《中國哲學史（上）》，臺北，里仁書局，2006年。
- 王邦雄／等，《中國哲學史》，臺北，國立空中大學，1995年。
- 王叔岷，《莊學管闡》，臺北，藝文印書館，1978年。
- 史英／等著，《讓孩子成為他自己》，臺北，小暢書房，1991年。
- 成墨初，《不打不罵，如何教好孩子》，新北市，人類智庫文化，2011年。
- 朱永欽，《莊子南華經內篇註》，彰化，光明國學出版社，2000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（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。
- 牟宗三，《才性與玄理》，臺北，臺灣學生書局，1974年。
- 牟宗三，《中國哲學十九講》，臺北，臺灣學生書局，1983年。
- 牟宗三，《政道與治道》，臺北，臺灣學生書局，1996年。
- 何琦瑜，《家庭教育：贏的起點》，臺北，天下雜誌公司，2006年。
- 何琦瑜、鄭一青，《品格決勝負：未來人才的祕密》，臺北，天下雜誌公司，2004年。
- 吳怡，《中國哲學的生命和方法》，臺北，東大圖書公司，1984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，《新譯莊子內篇解義》，臺北，三民書局，2008年。
- 吳晟，《向孩子說》，臺北，洪範書店，1985年。
- 吳光明，《莊子》，臺北，東大圖書公司，1988年。



- 吳汝鈞，《老莊哲學的現代析論》，臺北，文津出版社，1998年。
- 李日章，《莊子逍遙境的裡與外》，高雄，麗文文化公司，2000年。
- 杜保瑞，《莊周夢蝶》，臺北，書泉出版社，1995年。
- 汪詠黛，《愛，就是慢教和等待》，臺北，時報文化出版公司，2010年。
- 周弘，《賞識你的孩子》，臺北，上游出版社，2001年。
- 品川孝子，《如何做好親子教育》，臺北，小暢書房，1989年。
- 韋政通，《中國哲學辭典》，臺北，水牛出版社，1999年。
- 唐君毅，《中國哲學原論·原道篇》卷一，臺北，臺灣學生書局，1986年。
- 徐復觀，《中國人性論史·先秦篇》，臺北，臺灣商務印書館，1979年。
- 徐復觀，《中國藝術精神》，臺北，臺灣學生書局，1981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，《莊子內七篇思想研究》，臺北，文津出版社，1992年。
- 張春興，《教育心理學》，臺北，東華書局，1989年。
- 張默生，《莊子新釋》，臺北，天工書局，1993年。
- 笛飛兒，《親子雙贏高EQ，我家的管教好舒服：11種典型棘手孩子的成長引導》，  
臺北，遠流出版公司，2011年。
- 許芳菊，《關鍵能力——你的孩子到底該學什麼？》，臺北，天下雜誌公司，2007  
年。
- 許添盛，《在孩童心裡飛翔》，臺北，遠流出版公司，2006年。
- 陳暉，《優秀的媽媽NO.1的小孩》，臺北，核心文化事業公司，2006年。
- 陳之華，《每個孩子都是第一名》，臺北，天下遠見出版社，2009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》，臺北，臺灣商務印書館，1985年。
- 陳鼓應，《莊子哲學》，臺北，臺灣商務印書館，1992年。
- 陳瑀凡、劉永毅，《以天生氣質取勝：讓孩子活得更精彩》，臺北，開啟文化公司，  
2009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。
- 傅偉勳，《學問的生命與生命的學問》，臺北，正中書局，1998年。
- 程兆熊，《道家思想——老莊大義》，臺北，明文書局，1985年。
- 黃德祥，《親職教育理論與應用》，臺北，偉華書局，2006年。
- 黃錦鉉，《新譯莊子讀本》，臺北，三民書局，2007年。
- 楊俐容，《提升親子EQ三部曲》，臺北，臺視文化公司，2006年。
- 葉朗，《中國美學史大綱》，臺北，滄浪出版社，1986年。
- 劉光義，《莊子蠡測》，臺北，臺灣學生書局，1986年。
- 劉啟彬，《世界最偉大的教育大師》，臺北，德威國際文化公司，2007年。
- 樓宇烈（校釋），《王弼集校釋》，臺北，華正書局，2006年。
- 蔡春美、翁麗芳、洪福財，《親子關係與親職教育(第二版)》，臺北，心理出版社，2005年。
- 蔡春美、翁麗芳、洪福財，《親子關係與親職教育(第三版)》，臺北，心理出版社，2011年。
- 簡楚瑛，《幼兒·親職·教育》，臺北，文景出版社，1988年。
- 魏涓堂，《親職教育(第二版)》，臺北，新文京開發出版公司，2007年。
- 譚宇權，《莊子哲學評論》，臺北，文津出版社，1998年。
- 保羅·克羅培（Paolo Crepet），張凱甯（譯），《聽孩子說他們希望如何被教育》，臺北，奧林文化公司，2009年。
- 約翰·奇薩姆（John S. Cheetham），吳宗璘（譯），《家長學：從5歲到成年的教養之道》，臺北，城邦文化事業公司，2011年。
- 陶森（Dr. F. Dodson），陳竹華（譯），《怎樣做父母（上）》，臺北，遠流出版公司。
- 瑪麗·西蒂·科辛卡（Mary Sheedy Kurcinka），黃美基（譯），《聽！情緒在說話——教孩子做自己的主人》，臺北，光啟文化事業，2004年。

蜜雪兒·玻芭 (Michele Borba), 安艾 (譯), 《MQ 百分百：開發道德智商完全手冊》, 臺北, 光啟文化事業, 2004 年。

戴傑瑞 (Jerry R. Day, Ed.D.), 蕭麗鳳 (譯), 《教出好孩子——終結壞習慣完全手冊》, 臺北, 大好書屋, 2008 年。

千代文教基金會, 《品格教育的蝴蝶效應》, 臺北, 千代文教基金會, 2006 年。

兒福聯盟基金會, 《傾聽童心：如何教出、優秀、快樂的下一代》, 臺北, 商周出版社, 2005 年。

### 三 期刊及單篇論文 (依姓氏筆畫順序)

王邦雄, 〈《莊子》心齋「氣」觀念的詮釋問題〉, 《淡江中文學報》, 第 14 期, 2006 年 6 月。

王邦雄, 〈老天爺能保證嗎?〉, 《鵝湖月刊》, 第 202 期, 1992 年 4 月。

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, 〈哲學與人生〉, 《鵝湖月刊》, 第 128 期, 1986 年 2 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, 〈從修養工夫論莊子「道」的性格〉, 《鵝湖月刊》, 第 246 期, 1995 年 12 月。

王邦雄, 〈莊子系列 (一) 逍遙遊〉, 《鵝湖月刊》, 第 210 期, 1992 年 12 月。

王邦雄, 〈莊子系列 (二) 齊物論〉, 《鵝湖月刊》, 第 211 期, 1993 年 1 月。

王邦雄, 〈莊子系列 (三) 養生主〉, 《鵝湖月刊》, 第 212 期, 1993 年 2 月。

王邦雄, 〈莊子系列 (四) 人間世〉, 《鵝湖月刊》, 第 213 期, 1993 年 3 月。

王邦雄, 〈莊子系列 (五) 德充符〉, 《鵝湖月刊》, 第 214 期, 1993 年 4 月。

王邦雄, 〈莊子系列 (六) 大宗師〉, 《鵝湖月刊》, 第 215 期, 1993 年 5 月。

- 王邦雄，〈莊子系列（七）應帝王〉，《鵝湖月刊》，第 216 期，1993 年 6 月。
- 王邦雄，〈莊子思想及其修養工夫〉，《鵝湖月刊》，第 193 期，1991 年 7 月。
- 王邦雄，〈莊子哲學的生命精神（上）〉，《鵝湖月刊》，第 1 期，1975 年 8 月。
- 王邦雄，〈莊子與惠施的論學相知〉，《鵝湖月刊》，第 90 期，1982 年 12 月。
- 王邦雄，〈讓愛不累而長久——父親節獻辭〉，《鵝湖月刊》，第 110 期，1984 年 8 月。
- 牟宗三，〈莊子〈齊物論〉演講錄（一）〉，《鵝湖月刊》，第 319 期，2002 年 1 月。
- 牟鍾鑒，〈道家學說與流派述要〉，《道家文化研究》，第 1 輯，1992 年。
- 何怡穎，〈結構派家族治療理論在親職教育上的應用〉，《諮商與輔導》，第 274 期，2008 年 10 月。
- 余妘倩，〈牟宗三先生對〈齊物論〉的理解——以《莊子〈齊物論〉演講錄》為範圍〉，《鵝湖學誌》，第 46 期，2011 年 6 月。
- 林妙貞，〈莊子〈齊物論〉——解消言語論辯與物我對立的平等觀〉，《鵝湖月刊》，第 314 期，2001 年 8 月。
- 洪嘉琳，〈論《莊子》之自我觀——以「吾喪我」為探討中心〉，《哲學與文化》，第 396 期，2007 年 5 月。
- 倪麗菁，〈從〈養生主〉、〈人間世〉看《莊子》哲學的生命本質〉，《哲學與文化》，第 390 期，2006 年 11 月。
- 袁長瑞，〈莊子〈人間世〉研究〉，《莊學與文化》，第 309 期，2000 年 2 月。
- 陳玉賢，〈親職教育是心靈改造的良藥〉，《諮商與輔導》，第 211 期，2003 年 7 月。
- 陳立言、郭正宜，〈飛魚與游魚——從莊子觀點淺談生命教育中的多元智慧〉，《哲學雜誌》，第 35 期，2001 年 5 月。
- 陳政揚，〈論生命的有與超拔——以莊子「形」概念為中心〉，《揭諦》，第 16 期，2009 年 2 月。
- 陳淑君，〈莊子寓言運用在生命教育之探討——以人我關係為例〉，《教師之友》，

第3卷第50期，2009年6月。

陳雅慧，〈真正的學習〉，《親子天下》，第31期，2012年1-2月合刊。

陳德和，〈有教無類與因材施教〉，《鵝湖月刊》，第209期，1992年11月。

陳德和，〈儒道互補論的辨析與詮定〉，《東吳大學哲學學報》，第5期，2000年4月。

陳德和，〈論莊子哲學的道心理境〉，《鵝湖學誌》，第24期，2000年6月。

陳德和，〈解讀人間——我愛Kitty〉，《鵝湖月刊》，第306期，2000年12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，〈人文的創構與護持——儒道淑世主義的對比〉，《揭諦》，第4期，2004年4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，〈儒家思想的生命教育理論（上）——對諍於全人教育論、多元知能論和層次進步論〉，《鵝湖月刊》，第367期，2006年1月。

陳德和，〈老莊思想與實踐哲學〉，《鵝湖月刊》，第406期，2009年4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。

彭明輝，〈請給孩子追求幸福的能力〉，《親子天下》，第37期，2012年8月。

黃素妹，〈親子溝通及其介入策略〉，《家庭教育雙月刊》，第21期，2009年9月。

葉美雲，〈「孩子的成功99%靠媽媽的努力」書評〉，《家庭教育雙月刊》，第32期，2011年7月。

趙蕙鈴，〈以「子女為中心」和擔心子女輸在起跑點的父母教養心態與親子處境之探究〉，《家庭教育與諮商學刊》，第10期，2011年6月。

蕭美齡，〈品德是可以教的嗎？——從《莊子》的觀點看當今品德教育的走向和出路〉，《通識論叢》，第10期，2010年12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。

#### 四 碩博士論文（依姓氏筆畫順序）

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。

田若屏，《莊子「無待」思想之生命教育蘊義》，國立東華大學教育研究所碩士論文，2003 年。

吳松坡，《試論莊子哲學的承繼及其理論特性》，南華大學哲學系碩士論文，2008 年。

吳建明，《莊子安命哲學之探究》，南華大學哲學研究所碩士論文，1999 年。

呂佩原，《莊子生命教育思想之研究——以情緒管理為中心》，南華大學哲學系碩士論文，2010 年。

林鈞桓，《《莊子》的逍遙真人——走向天道的心靈轉換》，華梵大學中國文學系碩士論文，2010 年。

姚榮華，《莊子教育思想研究》，國立政治大學教育研究所碩士論文，1988 年。

張木生，《莊子生命境界論之研究——以內七篇為中心的考察》，南華大學哲學系碩士論文，2007 年。

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

莊鎮宇，《人生的困境及其解決之道——以莊子哲學為中心的考察》，南華大學生死系碩士論文，2000 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。

陸怡蓓，《莊子自然思想對國民小學品德教育啟示之研究》，國立高雄師範大學國文學系碩士論文，2010 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。

黃俊峰，《《莊子》的功夫修養論及其教育意涵》，國立臺灣師範大學教育學系碩士論文，2003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。

謝惠敏，《試論老子哲學的基本理論及其應用——以幼兒教育為例》，南華大學哲學系碩士論文，2008年。

## 五 網路資料

〈教育部品德教育促進方案〉，「教育部品德教育資源網」，<http://ce.naer.edu.tw>。