

论老庄哲学的生命智慧

秦晓慧

(中国人民大学 哲学院,北京 100872; 2. 河南理工大学 马克思主义学院,河南 焦作 454000)

摘要:在老庄看来,人的生命以“道”为根源,由“道”到“气”演化出人生命的自然之性,而现实中人又承受着社会的樊笼、难名的孤独、外在的诱惑、死亡的阴影等诸多痛苦,所以人们要贵生、顺生、柔弱不争、少私寡欲、逍遥无待来养护生命,故老庄关于人之生命的终极关怀,在今天社会显得尤为珍贵。

关键词:老子;庄子;道;生命

中图分类号:B223 **文献标识码:**A **文章编号:**1671-5322(2015)03-0019-05

生命是人之根本,人类代代繁衍,生命不断延续,社会发展、国家繁荣才得以可能。而随着现代社会发展日益加快,人们所受压力愈来愈大,能够坦然处之、游刃有余,此为最佳。但也有人无力承受,厌世轻生,令人扼腕痛心。于是不少学者回归经典,从老庄那里寻求生存智慧,或求得处世之方,或谋得心灵的慰藉,或寻得避世的逍遥,而本文则在解析生命痛苦之后关注生命的养护,主张以贵生、顺生、柔弱不争、逍遥无待等方法来珍惜生命,这对于人们学会生存、战胜坎坷,珍惜生命、提升生命质量有着重要意义。

一、生命根源——道

“道”是老庄哲学的核心观念,被视为万物之本、生命之源。《老子》开篇:“道可道,非常道;名可名,非常名。无名,天地之始,有名,万物之母”^{[1]53}。“道”无名,却是“天地之始”,这就确定了“道”对万物的先在性;同时,“道”被视为“万物之母”,表明“道”与万物的关系犹如母子,万物都是由“道”化生,显示了“道”对于万物的根源性。“道”所化生天地万物之中自然包含人的生命形态,所以“道”是生命之根源。

庄子继承并发挥了老子这一思想。《庄子·知北游》篇中把“道”称为“本根”^{[2]735}，“惛然若亡而存，油然不形而神，万物畜而不知，此之谓本根。”成玄英疏云：“亭毒群生，畜养万物，而玄功

潜被，自用不知，此之真力，是至道一本根也”^{[1]737}。“道”化生万物，衣养万物，使宇宙万物生生不息，永不枯竭。在庄子看来，“夫道，覆载万物者也，洋洋乎大哉”^{[2]406}，“道”是自古至今的永恒存在，可以覆载万物，是万物存在之总根源。

老庄认为“道”是化生万物的根源，并且在“道”化生有形万物的过程中引入了一个“气”的概念，这就使得“道”化生万物的过程更为明晰。“气”上达于“道”，下通于物。“道生一，一生二，二生三，三生万物。万物负阴而抱阳，冲气以为和”^{[1]232}。“一”是混然未分的统一体，从统一体中又分化出阴阳二气，阴阳二气絪縕而成和气，是谓“三”，和气聚散升降，分化出品类众多的万物，是谓“三生万物”，这样“道”通过“气”化生天地万物。

《庄子·知北游》篇：“人之生，气之聚也；聚则为生，散则为死。……故曰：‘通天下一气耳’”^{[2]733}。万物由“气”以成，气聚则物生，气散则物死，人的生死也不过是气聚散的结果。庄子通过“气”的聚散揭示人类生命的生死变化，打通了人类生命现象与宇宙万物之间的关系，是本根之道由潜在的生命力转化为现实生命力的关键。他认为人类生命同宇宙万物一样，均是一气所化之物，这就剥离了天命观加之于生命现象上的种种神秘外衣，使人更深刻把握生命的自然之性。

二、生命的痛苦

生命诞生是自然的,也是幸福的。但幸福总与痛苦相伴。生则会病,生则会老,生则会死,病、老、死是生命有机体本身的衰变。人欲健壮而不能,人欲自由而不达,人欲逍遥而不予,人欲长生而不能。人头顶上始终有一块死亡的阴影,人欲摆脱而不能,因此痛苦是不言而喻的。

1. 社会的樊笼

生命的诞生是自然的,但天地之间的世界并非一个自然的世界。人与人的共处组成了一个复杂的社会共同体,而老庄看到更多的是社会对自然的破坏,这不单纯是生态环境的破坏,而是人本真性情的破坏,久而久之,社会影响了自然的和谐,使人失去了自由和平静。

《庄子·马蹄》:“蹄可以践霜雪,毛可以御风寒,吃草饮水,翘足而陆,此马之真性也”^{[2]737}。马在草原上自由自在,这是马的本性,就是自然,没有人为了的痕迹。但世间自从有了伯乐,灾难就来了,骏马若被伯乐看中,马就陷入了终身不救的苦难之中。从草原牵到训练场上,马的天性被破坏,没有自由,成为被人乘骑的对象。即“牛马四足,是谓天。络马首,穿牛鼻,是谓人”^{[2]590},用人的规范对自然性情进行压抑和摧残,则痛苦不堪。

庄子谈泽雉:“泽雉十步一啄,百步一饮,不蕲畜乎樊中。”“蕲,求也。樊,所以笼雉也”^{[1]126}。山泽中的野鸡,十步可啄草虫,百步可饮,欲食则食,欲饮则饮,自由自在,放旷逍遥。如果被喂养在笼子里,即使钟鸣鼎食,那也是不快乐的。

庄子以马、雉比喻现实中人,社会如樊笼。人生活社会中,必然受到时代的约束,受到各种道德、法律和社会规范的制约,人的生活、精神都不自由,不自由就是痛苦。人欲脱离社会而不得,故痛苦无处不在。

2. 难名的孤独

老子曰:“从人熙熙……我独泊兮……;众人皆有余,而我独若遗。……俗人昭昭,我独昏昏。俗人察察,我独闷闷。……我独异於人,而贵食母”^{[1]140}。在此,老子把大众与“我”做了一个鲜明对比。熙熙,纵情奔放,兴高采烈,河上公注:“熙熙,淫放多情欲也”^[3]。众人都兴高采烈,好像参加丰盛的宴席,又好像春天登台眺望景色。而我却独个儿淡泊宁静,没有行迹,好像不知嘻笑的婴儿。落落不群,好像无家可归。世人都光耀

自炫,唯独我暗暗昧昧的样子。世人都精明灵巧,唯独我无所识别的样子。众人都有所施展,唯我愚顽而拙讷。众人“熙熙”、“昭昭”、“察察”,而我却“昏昏”、“闷闷”、“顽且鄙”,显示了自己的不合流俗。老子的“独异於人”暗含着自己现实的孤独。

庄子在送葬,过惠子之墓时也有类似的孤独。一个是“运斤成风”、“尽垔而鼻不伤”技艺高超的匠石,一个是“立不失容”、镇定自若的郢人,二人相互信任、心灵相通。庄子以此比喻他与惠子之交。但自从惠子死后,庄子再也找不到可以论辩的对手而满脸忧伤。

我们可以感受到庄子痛失挚友的旷世凄凉,在一个喧嚣的社会,人与人的心灵沟通极其困难。人总是渴望交流,但或由于清高,或由于口讷,总与周围之人很难有共同语言。从高朋满座、众声喧哗到曲终人散,独对孤灯,我们就会有寂寞。当瑶琴已破,鼓声尽敲,易水人未还,对手不再有时,我们真真切切触摸到心灵的孤独。

3. 外物的诱惑

凡人皆好名利,“夫天下之所尊者,富贵寿善也;所乐者,身安厚味美服好色音声也;所下者,贫贱夭恶也;所苦者,身不得安逸,口不得厚味,形不得美服,目不得好色,耳不得音声;若不得者,则大忧以惧。其为形也亦愚哉”^{[2]609}。世人推崇富贵寿善,追求身安厚味美服好色音声,厌恶贫贱夭恶,以身不得安逸,口不得厚味,形不得美服,目不得好色,耳不得音声等为苦,在庄子看来,这种耽溺于外物的做法实在是太愚蠢了。在《达生》篇中颜渊与仲尼对话中也提到,声名权钱色,乃身外之物,却在不断诱惑人类。“以瓦注者巧,以钩注者惮,以黄金注者湣”^{[2]642}。射手心中无利无欲,连发连中。后以银钩为注,由于利益作祟而心生紧张,连射不中。最后以黄金为注,射手弓弦未拉而晕倒。射手利欲熏心,不能自控。从瓦片到银钩再到黄金,射手受到外物的诱惑越来越大,直至最后的晕倒,这种诱惑注定了射手的悲剧。

《庄子·外物》篇庄子讲到任公子以“大钩巨缁,五十犗以为饵”来钓鱼的寓言,“旦旦而钓,期年不得鱼”,终于有大鱼食之,此鱼昂头扬尾摆动髻背,激起的白色波涛就像山一样,整个海为之震荡,最终被“离而腊之”,从制河以东,到苍梧以北的人们,没有不饱食这条鱼的。通过诡谲夸张的想象表现庄子高广深远之人生之境,但转换角度

来思考:鱼在大海里静静生活本来无欲无求,但是任公子的鱼饵打破了它的平静,鱼和鱼饵相持了一年,但终究经不起鱼饵的诱惑,一年后把鱼饵吞下去,就在那一霎间,悲剧酿成了。

老子和庄子一心想清静无为,但是社会纷繁事物,诸如“富、贵、显、严、名、利六者,勃志也”^{[2]810}。对人的诱惑无时无刻不存在着,而人的欲望强烈而无止境,所以痛苦不言而喻。

4. 死亡的阴影

生与死,是人必须面对的一种现实存在的生命困境,是无法逃避的^[4]。生命的美好与死亡的可怕形成了鲜明的对比。生无法选择,死亦不可避免。生命每成长一天,就是对死亡的临近一步。所以人生在世,头顶总有一片死亡的阴影。

庄子说:“死生,命也。其有夜旦之常,天也。人之有所不得也,皆物之情也”^{[2]241}。就是说,生命的死亡与出生是由命决定的,就像白天与黑夜往复变化的常规是天决定的一样。在庄子那里,“命”是一种非人力所能干预的客观必然性,“只是不知所以然而然的抽象必然性”^[5]。它起作用的范围很广泛,人在社会生活中的贫富穷达之际遇,个体生命中的生死存亡之大限,都是由它决定的,人们的智慧无法洞察。故而,对于死亡,人们无法认识它、把握它,也无力改变它,所以在人的头顶上一直悬挂着死亡的阴影。

《知北游》:“人生天地之间,若白驹过隙,忽然而已”^{[2]746}。人生天地之间,像骏马过隙,飞速而去。作为个体生命的人,只是“号物之数谓之万,人处一焉”^{[2]564},因此,死亡是必然的。万物生命盎然,但总有枯萎衰退直至死亡。

三、生命的养护

痛苦的生命是可以养护的,人少些欲望、少些痛苦,就少些人世间的烦恼、操劳,无欲无为获得内心的平静,生命的养护就在其中了。

1. 贵生顺生,游刃有余

老子曾曰:“道大,天大,地大,人亦大。域中有四大,而人居其一焉”^{[1]163}。把人居这“四大”之中,表明了老子对人的存在寄予高度肯定,高扬人类生命存在的价值。在《老子》书中,关于“身”字共出现23处,且老子皆持肯定态度,主张要观之、修之、保之、贵之、爱之。“名与身孰亲?身与货孰多?”^{[1]239}老子以外在的名誉与财富和人的生命相比,教人不要贪图虚荣、名利和财富,要珍惜

自己的生命与尊严,不可自贱其身。否则,追求的名利越多,人付出的代价越大;积敛的财富越多,人失去的也会更多。即所谓的“甚爱必大费,多藏必厚亡”^{[1]239}。

庄子继承老子思想,同样“以确认个体存在价值为前提,将生命价值提到了重要地位”^[6]。认为人的生命高于一切名声、利禄、珠宝,乃至天下。“夫天下至重也,而不以害其身,又况他物乎!”^{[2]907}生命应以自身为目的,任何外物都不值得生命为之付出牺牲,哪怕是天下之大位,也不及身之贵重。所以真正尊重生命的人不会因富贵而“以养伤身”,不会因贫贱而“以利累形”,即所谓的“能尊生者,虽富贵不以养伤身;虽贫贱不以利累形”^{[2]967}。

庄子不仅主张贵生,而且要“顺生”。如何理解“顺生”呢?我们依循的就是著名的“庖丁解牛”。庖丁宰牛的肢体动作有如表演一出舞蹈,宰牛所发出的声音无异于演奏一曲乐章。将解牛这门技术提升为艺术,梁惠王悟出了养生之道。这是庄子的高超之处。名为解牛,实为养生之论。之所以“恢恢乎其于游刃必有馀地矣”,是因为庖丁“依乎天理”、“因其固然”^{[2]117},掌握了“以无厚入有间”的技巧,用无厚之刃,入有间之牛,以刀入牛筋骨间隙,顺应了牛筋骨的自然。

而养生之妙就在于“缘督以为经”。“缘,顺也”^{[2]117}。乃顺循、顺应之义;“督,中也。”即中空、虚空之意。“缘督”就是依据虚空的地方。“经,常也”^{[2]117},平常之法则。即秉承事物中虚之道,顺应自然的变化与发展。依照生命的自然理路而行就能自如地对待各种繁难复杂的关系,从而获得生命的自由,反之则会劳心伤神,疲于应付。庄子认为,养生之道重在因顺自然之性,不为外物所滞,在现实纷繁复杂的社会关系中,只有掌握了“无厚”的刀刃,才可顺生社会,游刃有余。只有“缘督以为经”,就可以保身,可以全生,可以养亲,可以尽年^{[2]115}。让生命安顿于每一个当下,活在当下,应该放下过去的烦恼,舍弃未来的忧思,顺其自然。

2. 少私寡欲,知足知止

老子主张“见素抱朴,少私寡欲”^{[1]136}。“素”,没有染色的丝,“朴”,没有雕琢的木,即事物的本来状态或原初之性。对人而言,老子就是要让人保持质朴纯真,清心寡欲。欲望能遮蔽人心灵、损害人自然本性。而人的欲望总是无止境

的,即所谓欲壑难填。当人们不断膨胀自己的欲望,无休止地追逐声色名利,不仅危害社会,也损害了自己质朴的自然之性。

老子曰:“出生入死。生之徒,十有三;死之徒,十有三;人之生,动之于死地,亦十有三。夫何故?以其生生之厚”^{[1]257}。人出世为生、入地为死。世上之人,能长命者约十分之三;短命夭折者约十分之三;还有十分之三的人属于本应该长命但却自戕伤生,为什么呢?因为奉养太过。即“生生之厚者,逞欲于声色等,是自伤其生而动之死地矣”^{[1]257}。奉养过度,是不善于养护生命的表现。只有极少数,也就是所剩的十分之一者,善于养护自己的生命,能做到少私寡欲,过着清静质朴、纯任自然的生活。一个人越是投入缤纷炫彩的外在世界,则越是流连忘返,从而自我疏离,心灵日益空虚。

“鸛鵲巢于深林,不过一枝;偃鼠饮河,不过满腹。”^{[2]24}正如庄子所说,鸟住在密林之中,它所筑的巢,不过占用一根树枝罢了;鼯鼠在河中饮水,不过求得饱腹而已。密林幽深,河流宽广,但多者于我何益?我只求“一枝”、“满腹”而已。纵情于外在的声色之娱,只会使人自戕,根本达不到养生的目的,所以摒除外部物欲的诱惑,务于内而不逐于外。“今世俗之君子,多危身弃生以殉物,岂不悲哉!”^{[2]971}

其次《老子》曰:“知足不辱,知止不殆,可以长久。”^{[1]239}知道满足就不会受到屈辱,知道适可而止,就不会带来危险,这样才可以保持长久。老子的“少私寡欲”并不是要灭绝人的私欲,而是主张淡泊虚静为上,把私欲限定在一定范围之内,凡事都要适可而止,这便是“知足”。“知足者富”^{[1]198}。知道满足节制的人,性灵圆融富足,一个能“自知”、“自胜”、“自足”的人,就能醒视自己,坚定自己,克胜自己。“咎莫大於欲得;祸莫大於不知足。故知足之足,常足矣。”^{[1]244}最大的祸害就是不知足,最大的错误就是贪得无厌,懂得满足的这种满足,将是永远的满足。知足并非没有追求,而是在人已所力之下而行之,非强力而求之。知足是要淡于物欲,疏于得失,不因名利得失劳心伤神,从而达到心灵自由。

3. 上善若水,柔弱不争

水,浮天载地,生命之源。汨汨涌出,自然而然循道而流。水,柔弱不争,却能消磨坚石。老子曰:“水善利万物而不争,处众人之所恶,故几于

是道”^{[1]89}。水,柔弱清静,默默奉献,日夜不息地滋养着万物,又不与万物争功邀名;且甘居险恶、卑下之地,居卑忍辱,尽其所能去帮助别人,但不与人争功夺利。故老子曰:“上善若水”^{[1]89},成为“道”可以言说的形象喻体。

老子坦言:“我有三宝”,“一曰慈,二曰俭,三曰不敢为天下先”^{[1]318}。就是希望人像水一样,不与人争功好名,保持谦卑、静默的姿态,并以此作为生命要遵守的金科玉律。正是由于其不争,才是不可战胜的,才会有所成就。“夫唯不争,故天下莫能与之争。”^{[1]154}“知其雄,守其雌,为天下溪……知其荣,守其辱,为天下谷。”^{[1]178}“雄”譬喻刚动、躁进;“雌”譬喻柔静、谦下。深知雄强,却安于雌柔;深知明亮,却安于暗昧,以此作为天下人所遵循的守则。“守雌”含持静、处后、守弱之意,同时也含有内收、凝敛、含藏之意。人要知雄守雌、知白守黑、知荣守辱,为自己的行动准则,谦虚谨慎、和光同尘,人的德行才会圆满充足,回归本初朴素之性。

“天下莫柔弱于水,而攻坚强者莫之能胜,以其无以易之。弱之胜强,柔之胜刚,天下莫不知,莫能行”^{[1]212}。水为天下之至柔,却能滴穿坚硬之磐石,凭借的就是那股柔韧之力。柔弱不是软弱无力,而是柔和、柔韧之意,蕴涵了坚忍不拔的生命力量。“柔”体现在人性上就是一种韧性的抗争以及谦虚容物、包容万象、能屈能伸、胸襟博大的人格魅力。“故坚强者死之徒,柔弱者生之徒。是以兵强则减,木强则折;强大处下,柔弱处上”^{[1]342}。在自然界,狂风吹刮,高大的树木往往被摧折,小草由于它的柔软,反而迎风招展。人生亦是如此,个性太强者往往会因锋芒毕露、棱角过明而易遭挫折,恰恰是那些外柔内刚、富有韧性者更具忍耐力,生命更强盛长久。

4. 随风逍遥,尽享快乐

“柔弱不争”,老子言及颇多,而逍遥无待则是庄子最显著特色。“庄子思想发源于对人的精神自由(逍遥)的追求”^[7]。对自由的向往和追求构成了人类活动的最强大、最持久的动力。庄子生命哲学的根本宗旨就是实现对构成生命痛苦的超越,达到个体生命心灵的自由。

庄子开篇《逍遥游》开宗明义,所谓“逍遥”,郭象注:“夫大小虽殊,而放于自得之物,则物任其性,事称其能,各当其分,逍遥一也,岂容胜负于其间哉!”^{[2]1}物各任其性,物各称其能,就是逍遥,

就是自由,是超越时空局限、无所依待、无拘无束的人格独立和人性自由,也是“解其桎梏”的一种心灵的自由。正如刘笑敢先生所言:“逍遥游的实质即思想在心灵上的无穷寰宇中遨游飞翔”^[5]¹⁵⁵。

在《逍遥游》篇中,大鹏虽能从北海遨游到南海,但它需凭借六月的海风;宋荣子对世俗名利无待,精神独来独往,自由自在,但需依恃大地;列子更上一层,对世俗无待,但“御风而行”,还有待于风。这些都是有待,有待不能逍遥,无待才得逍遥。真正的“无待”,是“乘天地之正,而御六气之辨,以游无穷。”顺应自然规律,抛弃成见和执着,不建功,不求名,与时俯仰,与物委蛇,方可得逍遥。“至人无己,神人无功,圣人无名”^[2]¹⁷,做人不为名誉、金钱和地位所累,则人间自有逍遥在。庄子是一个追求自由、乐得逍遥的名士,即使楚威王对他很赏识,要拜他为相,但他仍不为所动,宁愿做一条自由自在的小鱼,也不愿沾染世俗的名利。

在物欲横流的今天,摆在每个人面前的诱惑很多,我们要保持清醒的头脑。如果放纵自己的

欲求,甚至贪得无厌,就会带来无尽的压力、痛苦,甚至毁灭自己。所以庄子提出:“知其无可奈何而安之若命,德之至也”^[2]¹⁵⁵。明知世事艰难,无可奈何,却又能做到安于处境,顺应自然,实在是道德修养的至高境界。聪慧的人不会强于自己难以完成之事,而是舍得放下,寻觅新径。古语云:“宠辱不惊,看庭前花开花落;去留无意,望天上云卷云舒。”我们也要学会放下,给自己增加点心理弹性,就会在生活中少一份烦恼,多一份快乐。庄周梦蝶中的蝴蝶,承受雨露阳光,在天空自由飞翔,无拘无束。也喻指庄子渴望心灵自由、无拘无束、汪洋恣肆,快意人生。人活着,就要享受濠梁鱼儿的快乐,就要享受“至乐无乐”的生活,顺其自然,心意自得,寻觅快乐悠闲,乐得逍遥。

老庄这种独特的生命智慧让我们珍惜、热爱、养护生命,保持乐观、逍遥、少私寡欲、知足则止的良好心态,掌握上善若水、柔弱不争的处世艺术,不仅为当下开展生命教育提供了可贵的文化资源,而且有利于我们更自觉的安顿自己的生命,促进身心和谐及与社会的和谐。

参考文献:

[1] 陈鼓应. 老子今注今译[M]. 北京:商务印书馆,2003.
[2] 郭庆藩撰,王孝鱼点校. 庄子集释[M]. 北京:中华书局,1961.
[3] 王弼. 老子道德经注[M]. 北京:中华书局,2011:52.
[4] 李振纲. 大生命视域下的庄子哲学[M]. 北京:人民出版社,2013:222.
[5] 刘笑敢. 庄子哲学及其演变[M]. 北京:中国社会科学出版社,1988:132.
[6] 杨国荣. 庄子的思想世界[M]. 北京:北京大学出版社,2006:202.
[7] 崔大华. 庄学研究[M]. 北京:人民出版社,1992:104.

On the Taoist Philosophy of Life Wisdom

QIN Xiaohui

(1. School of philosophy, Renmin university of China, Beijing 100872, China;
2. School of Marxism, Henan Polytechnic University, Jiaozuo Henan 454000, China)

Abstract: In Laozi and Zhuangzi's view, human life in the "Tao" as the root, from "Tao" to "gas" the evolution of human life in nature, The reality of human society has to bear the confinement, difficult name alone, external temptations, and many other painful shadow of death, So people should Cherish life, Weakness, less private desires, Freedom Without to conserve life, Therefore Laozi and Zhuangzi ultimate concern about human life, it is particularly valuable in today's society.

Keywords: Laozi; Zhuangzi Tao; Pain; conservation

(责任编辑:沈建新)