

南 華 大 學

生死學系哲學與生命教育碩士班

碩 士 學 位 論 文

老子哲學之生命治療研究



研 究 生：鍾明易 撰

指 導 教 授：謝君直 博士

中 華 民 國 1 0 6 年 6 月 1 3 日

南 華 大 學
生死學系哲學與生命教育碩士班
碩 士 學 位 論 文

老子哲學之生命治療研究

研 究 生：鍾明易

經考試合格特此證明

口試委員：陳德和

陸政揚

謝君直

指導教授：謝君直

系主任(所長)：廖俊銘

口試日期：中華民國 106 年 5 月 18 日

謝誌

驀然回首，已在這所學校度過了八個年頭，從大學到碩士班，遇到許多的人事物，無論是知識上的增進或者是心靈上的陶冶，在哲學系（本人未改系名前就已就讀，所以對這三字，有無比的認同感及懷念）得到了許多。這一路走來不忘系上提攜我的師長的惇惇教誨，這讓我對於自己的人生還有心靈上有所提升。在大學的時候，對於道家哲學是嗤之以鼻的，這歸咎於高中的時候，中國基本教材裡面，當時的國文老師對於道家講解。當時的我沒有思考能力，只一昧的接受老師給予的知識傳遞，進而對這思想產生極大的誤會。直到了進了哲學系，聽了瑋謙老師的中國哲學史的課堂講解，這才對於道家思想產生了莫大的興趣，甚至希望以道家思想省視、反省自我心靈狀態，這一轉變可說是我人生的轉捩點也不為過。因為如此，對於道家思想懷著一份希望治癒自我心靈，也希望帶給他者一點轉換思考的方向，這就是本論產生的原初。

本論的完成，莫過於感謝我的指導教授—謝君直老師。從大學時代不成熟的學士論文至碩士論文，他都幫助我許多。這是我學生生涯裡用手指都能數得出來自己敬重的老師們之一，甚至都認為他是我生命中的貴人，他對於學生的照顧都是各學長姐所懷念跟敬重的。這份照顧，自己都覺得不好意思，因為自己都已經是成人，還讓他煩惱、著急我的未來，時時提醒我該完成論文，但同時體諒我當時因為工作的關係，時常無法給他一定的進度量，且在之中又關心我的身體狀況，這麼溫柔的老師，真的很開心能在他的指導下完成，對於老師的敬重跟敬愛，真的無法用三言兩語來表達。

其次，要感謝陳德和老師，在對於老莊思想上，給予我莫大的啟發跟滋潤，以前在課堂上，聽德和老師那生動的道家哲學，是我享受且愉快的時光，且他也很照顧每一位學生，至今忘不了有次因為忙於系上的研討會活動而精神不佳，去到課堂上，那一臉欠佳的樣子，引起老師一句的關心，讓我熱淚盈眶，這對於我來說，是非常溫暖的。還有感謝口試委員陳政揚老師，溫柔細聲的提點我論文該注意的方向，讓我於初審及口考時，不這麼緊張害怕。

再者，我要感謝我身旁的朋友，尤其文祥，在我論文遇到瓶頸跟焦慮的時候，不斷關心我跟鼓勵我，謝謝你，我的摯友，沒有你，真不敢想像要如何度過那種枯燥乏味的生活。我們那天差地別、水與火的個性，從八年前磨合到現在，也達到了平衡，這之中的風風雨雨我們一起走過，也希望我們有更多的八年，繼續持續這得來不易的友誼。

也謝謝許多的學長兄弟姐妹們，在我學習生涯裡，陪我一起度過。奕臣學長、玄山學長、君毓學長、梵韋學長、怡靜學姊、炯天學弟等，謝謝俐君姐，忍受我每個禮拜二去系辦騷擾她，且給我鼓勵跟且舒壓聊天，這真是在我每次會晤完後的心靈綠洲。太多想感謝陪伴我學生生涯的人了，還有一些朋友，遠方的鼓勵跟打氣，真的感謝。

最後感謝我的家人，在學習及工作上疲勞的時候，都在遠方替我擔心跟鼓

勵，容忍我那暴躁的脾氣，這無法用三言兩語寫出，但我感激在心裡。

回想至此，真的要細數這八年感謝的人實在太多，無法一一寫出，請見諒。無論是工作上的或者是課業上的，有些人雖是短暫的過客，但對於我的幫忙，我銘記在心，最後，望我心中感謝的人們能夠平安喜樂。

明易 謹誌

2017年6月15日 06:46AM



摘要

人生於世，面對事物的森羅萬象，不免會因為種種不同的思想跟作法，生命產生許多衝突，而這些衝突無不在生活世界呈現，所以生命的困境也就隨之而來。如何解決生命問題，本文認為道家哲學中的老子思想，具有生命治療的理論型態，有別於知識建構的哲學理路，在老子批判地運用「正言若反」的方法去闡述其思想理念，試圖藉由大道對生命智慧的啟發的思考方式，讓吾人生命能夠獲得解困，讓生命價值不被世俗與實用觀點所異化，亦即老子思想是以生命為中心的哲學智慧，可對治人生的弊病。

筆者認為，中國哲學思想中的道家，不同於其他學派的實踐方法去解決當時的時代共同問題，老子透過「無」、「守柔」、「去執」、「自然」等工夫，去消解人們的心靈問題，希望透過「回歸本我」為出發點，讓吾人找回最本真的自我，以「赤子」之心去面對世間的紛擾，這一工夫並不是「反智」或「文明退步論」，而是一種「無為」的心境去看待世間，並面對實踐問題，是一種不同於「有為」觀念的逆向思考及作法，這也是道家思想的玄妙之處。道家思想歷經了不同時代下的考驗及前人們的淬煉下，本文反省老子哲學是可以因應不同世代下的考驗，也就是價值實踐的問題，都是在人們身上不斷重複發生，所以道家思想具有一定的真理的探究性質。

本論文研究以老子《道德經》的思想為主，並輔以莊子思想，透過回歸原典，從這之中探討如何獲得對於心靈上的難題的解決之道，包括道與德、無與有、自然等價值觀念的分析與說明，並以此申論老子哲學的工夫論，包括致虛守靜、無的生命智慧與知足去執等。而且在對生命實踐有所廣度的省察下，進而探討老子哲學具有理論的現代意義，可在生命教育、情緒管理與生態哲學等議題作討論。

關鍵字：老子、生命治療、生命實踐、致虛守靜、無為智慧、知足去執、生命教育、正向心理、生態哲學

目錄

目錄.....	IV
第一章 緒論.....	1
第一節 研究動機.....	1
第二節 生命治療之義涵.....	2
第三節 文獻回顧.....	3
第四節 研究方法與論文結構.....	7
第二章 老子生命治療之基本理論.....	10
第一節 道與德.....	10
第二節 無與有.....	14
第三節 自然觀.....	21
第三章 老子生命治療之實踐工夫.....	26
第一節 致虛守靜.....	26
第二節 無為成化.....	33
第三節 知足去執.....	49
第四章 老子生命治療之現代意義.....	64
第一節 生命教育.....	64
第二節 正向心理.....	70
第三節 生態哲學.....	74
第五章 結論.....	81
參考書目.....	83

第一章 緒論

第一節 研究動機

隨著科技及醫藥的發達，人們的生活便利及物質高度需求使生命逐漸出現負面影響，但在這些便利出現許多的衝突，這是因受到各式各樣的資訊影響，從原先的基本生理需求進展到欲望，而過度的欲望造成心靈上的變動，價值觀的偏差或者是低落，進而引發生命問題。因此，筆者想藉由老子的經典，試圖反省出能夠安頓吾人心靈的思想。

人的生命之所以跟其他生物相比，更具有特殊性，來自於人們會不斷突破自身對生命的困境，而不是如禽獸般的只是順從著生理欲望。一般人遇到生命困境會想盡辦法去解決，而這些解決，往往會給予他人提升生命的意義。吾人如果遇到生命困境，依循著前人留下的一些經驗或者理論來轉換自己的觀念或者是實踐，即使這些經典已是千百年前留下，但還是可以深植於我們生命之中。能夠流傳千百年的經典思想，其中的思想必定有它奧妙之處，不管身處哪個時代，其智慧是亙古不變，此即千年前的《道德經》中，許多篇章指出人們會因為追求欲望而造成的心靈疲憊，如〈第十二章〉云：「五色令人目盲；五音令人耳聾；五味令人口爽；馳騁畋獵，令人心發狂；難得之貨，令人行妨。是以聖人為腹不為目，故去彼取此。」¹由此可見，不管過去、現在、甚至是未來，人們生命困境的本質問題都是一樣的，過度的追求習性慾望，會使人生不自在不自由，也就是欲望過度追求，讓人心陷入不「自然」的狀態，就難以回到僅需一般物質即可的生活。雖然五色、五味、五音的警示，從表面意思可以理解為是不要過度的放縱自己的生理需求，但最深層的意思是從指出人的耳目感官之欲，過度的麻木及糜爛，最後毒蝕到的是人心。所以是不執著於那些感官欲望，這對道家來說是避免讓自然生命過度紛馳在習性上。再上一層，是心理的情緒，過度的喜怒哀樂都是對自然生命一種危害。更上一層就是意念的造作，所謂的意念造作也可以是意識形態，不同的觀念及系統，提供不同的意見及觀念，但往往人們會因為理念的不同或者是立場不同而發生爭執，嚴重的話就是戰爭，所以意念的造作是最為麻煩的。²也就是說，即使心理、生理獲得最大的滿足，心靈生命卻往往是空虛的。換言之，老子思想指出吾人生命困境的根源，進而引導人們該如何反省與向上提升。

以治療的角度來看，心靈的充實圓滿會反應在生理心理上，所以心靈的不平衡或者是不健康，都會反應在身體與情感上，現代人們如有身心有問題或者生病，都會求助於醫療，但醫療的幫助只限於生理心理，更深的心靈層面鮮少有去做處理。

¹ 本文所引述《道德經》文獻以王弼《老子道德經注》為主，本自樓宇烈，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，2006年。下引王弼注文同此。

² 筆者對「感官欲望」、「心理情緒」、「意念造作」的分別，是參考：牟宗三著，《中國哲學十九講》，臺北，臺灣學生書局，2012年，92頁。

要根除心靈的病痛必須從價值觀下手，如何消除自我的外物欲望過多，需回歸自我自省，所以筆者希望透過道家經典，一方面論述老子思想的生命哲學理論，另一方面藉由此理論來替吾人生命之困頓，找出安命之路。

第二節 生命治療之義涵

「生命治療」並不是醫學上的「心理治療」的概念，醫學上的心理治療是透過實務上技術操作，將其心理生命活動恢復到原有的功能，以經驗科學而言，實際是將人的生命活動視為機器活動來看待，而非將生命視為內含有更高級的心靈價值意識來對待。「生命治療」作為哲學概念，國內早年是傅偉勳〈弗蘭克爾與意義治療法〉的介紹而開先河。³因弗朗克（Viktor E. Frankl，又譯作弗蘭克或傅朗克）的「意義治療」觀念的發展，學者先生們也開始思考儒釋道是否能有心靈治療的理論。在道家哲學研究方面，則由袁保新先生率先使用「文化治療」的概念，⁴而陳德和先生也透過弗朗克思想與老子文獻作一對話，試圖經由哲學比較，將道家哲學在生命智慧的反省，更能夠具體反映在吾人之生命省察。

透過陳德和先生〈當弗朗克遇上老子——意義的治療與作用的保存〉的研究，可以發現，哲學思想用以面對生命困境，是可以作為治療方法，而尤其是老子更具有獨特的代表性，可與西方的意義治療作一對比。陳德和先生說：「境界化老學不像政治化老學那樣，將老子全然理解為成就領導者之事功的帝王師，它是以解黎民偏執之病、救蒼生倒懸之苦的人間醫王來看待老子。」⁵由此段話可以了解到，老子在於政治上解讀似乎會有君王南面之術的理論，但是在真正從生命智慧面向來思考，卻是可以療癒人們心靈的實踐哲學。換言之，當吾人以哲理去面對人生困境，反省生命的價值依據所在，意識到「實存主體」是必須存於這個空間（世界），並且與這周遭做感通、感應且感悟，進而做出「生命實踐」的要求。自古以來，人們對於人生最大目的無非是價值實踐上的自我實現，陳德和先生說：「有意義的人生即是盡責的人生；生命的意義就在於生命能夠不斷地勇於承擔責任、完成義務，藉以進行自我的超越，最後則證成圓滿豐實的自我。」⁶而且，在實踐所謂「有意義的人生」過程中，生命的艱困難以避免。吾人於生命歷程上碰到的困苦，是自我生命中應積極對待的事情，可使自我生命更加完滿，透過不斷的超越自我，得到有意義的人生及觀念。完成不同階段的難題，到生命最終，回首自我人生，可以了無罣礙。而人生並不是完成現實面的利害就是

³ 參閱：傅偉勳，《批判的繼承與創造的發展——兼談健全的生死觀》，臺北，三民書局，頁171-179。

⁴ 參閱：袁保新著，《老子哲學之詮釋與重建》，臺北，文津出版社，1991年，頁190-199。袁先生另外提到，所謂「哲學治療學（philosophical therapy）」最精彩的在於他對生命的各種困頓、病痛的「診斷」（diagnosis）。袁保新著，〈莊子思想中的心靈治療體系—評論稿（二）〉，鄭志明主編，《生命關懷與心靈治療》，嘉義縣，南華大學宗教文化研究中心，2000年，頁86。

⁵ 陳德和著，〈當弗朗克遇上老子——意義的治療與作用的保存〉，《鵝湖月刊》32卷12期，2007年，6月，頁40。

⁶ 同上註，頁35。

完滿，還有個更高的「生命境界」必須去探究，也就是「何謂人生的終極意義」。有些人汲汲營營、庸庸碌碌過完一生，但暮然回首，卻覺得自我彷彿是沒有什麼「意義」存在，或是覺得人生是個苦難，並沒有什麼可戀之處。會產生這樣的念頭，無非是人在生命歷程中，過於追求外欲或物質欲望所致。沒有節制下的欲望，結合世間不斷的日新月異的物化，不斷追求這無限的欲求，造成身心靈上的疲乏，如同〈養生主〉所說的：「吾生也有涯，而知也無涯。以有涯隨無涯，殆已。」⁷以人有限的生命去追尋無限的欲求，隨之而來的就是困苦的泥淖，這就是人生最大的苦痛與病因。但是，陳德和先生說：「人誠然就是這樣的雖有限而可無限者，人的有限，是因為人從出生以後就注定要步步走向死亡，人的無限，則是由於我們能夠主動地去證成生命的終極目的，創造人格的永恆典範。」⁸人是有智慧的生命體，具有價值理性的實踐者，不因為有限性就無法創造出價值的無限追求，這對於生命來說即是有意義的過程。

根據弗朗克的「意義治療」觀念，是以「意義」當作其治療的主軸，而「意義」是從生命找尋，⁹再參照上述陳德和先生的論述，筆者認為「生命意義」的觀念必定與自我的生命實踐有著強烈的體悟且感同身受，是門「生命的學問」且也是「實踐的智慧」。而依弗朗克的說法，「追尋意義的意志」是最主軸的義理，弗朗克說：「生命把問題呈現給人們，人必須藉著對生命負責的態度，藉著自己的抉擇來回答生命的發問。」¹⁰此即透過對生命意義的價值肯定來完成對生命之圓滿。而老子是以「無」的工夫作為治療的主軸，並透過「無為」的工夫實踐，在面對生活世界的價值事物，可以有如牟宗三先生所述「作用的保存」¹¹的表現，讓吾人對於生命重新的審視及面對，去掉生命中的執著，重新的與世間萬物做一價值連結，對於萬物的感知、感通下，與萬物和諧共處，讓人不再是隔絕於萬物之外，而是與天地萬物有價值意義的內在聯繫，此即「生命治療」。

第三節 文獻回顧

從古至今，註老的人很多，但其中能將《道德經》的深廣意涵解釋得最為貼切老子思想的人，就數王弼最為出色，故本文所引述《道德經》以王弼《老子注》¹²的版本為主，另外在理解上，還參考《老子河上公章句》、¹³林希逸《道德

⁷ 郭慶藩著，《莊子集釋》，臺北，華正書局，2010年，頁115。

⁸ 陳德和著，〈當弗朗克遇上老子——意義的治療與作用的保存〉，《鵝湖月刊》32卷123期，2007年，6月，頁38。

⁹ 參閱：Viktor E. Frankl 著，遊恆山譯，《生存的理由》，臺北，遠流出版公司，1991年，頁43-81。

¹⁰ Viktor E. Frankl 著，遊恆山譯，《生存的理由》，臺北，遠流出版公司，1991年，頁10。

¹¹ 參閱：牟宗三著，《中國哲學十九講》，臺北，臺灣學生書局，2012年，頁87-155。

¹² 除前述註1版本，另參考（魏）王弼著，《老子注》，臺北，藝文印書館，1985年。以及王

真經》、¹⁴吳澄《道德經真註》、¹⁵憨山《老子道德經註》、¹⁶焦竑《老子翼》、¹⁷魏源《老子本義》¹⁸等的解釋。而當今學界將老子思想作詮釋的學者先生們的著作數量之龐大，汗牛充棟，故本文擇要，並及西方的心理治療中的「意義治療」的維克多·弗朗克（Viktor E. Frankl）的著作，依與本論文主題相關的著作，以下依序論述。

Viktor E. Frankl 《生存的理由》¹⁹

Frankl 有別於其他的心理學家，在於他用自身的經驗過的苦痛來找出自我療癒的方式，他以存在主義為基礎，創立出〈意義治療法〉。該書分為四篇十五章，筆者撇除醫療上的技術操作層面，專就以弗朗克的意義治療中的哲學意涵來做闡述。

首先 Frankl 說人是生存三次元的空間中，由肉體、心理、靈性，所組成，而意義治療專注於靈性層面上，而現在的心理醫療行為是專注於在第二層面——心理，使用技術操作及藥物控制去舒緩病患的心理，但靈性呢？Frankl 所創的治療法試圖解決此問題，由自身的極端環境中生存下來的經驗，他發現人必須要找到「意義」，且此意義是「個別性」、「特殊性」，在尋找的過程中，必須省思自己，如書中提到的：「生命把問題呈現給人們，人們必須藉著對生命負責的態度，藉著自己的抉擇來回答生命的發問」²⁰ 由此句可以了解他的意義不是質問生命有何「意義」，而是重新審視自我，由自我去找出「答案」。他提出了「醫療牧師」的概念，心理治療師使用各心理學派的治療概念去幫助病患重獲生活正常的機能，神職人員依靠信仰使人們的靈性上獲得安慰及休憩，他將兩者結合起來，不僅可以恢復此人的生活機能，也使得他的靈性層面受到慰藉。但是，不像是心理治療師在旁的不斷實施醫療行為，意義治療法必須讓患者獨自的尋找自我的意義，他強調的是患者的責任感、負責，而不是依靠他者賦予他。

Frankl 指出意義治療不是取代任何一家心理學派的理論，而是補足他們所不足的地方，這是值得留意的地方。

Viktor E. Frankl 《活出意義來——從集中營說到存在主義》²¹

弼著，《老子道德經註》，《新編諸子集成》，北京，中華書局，2010年。

¹³（漢）河上公，《老子河上公章句》，北京，中華書局，2009年。

¹⁴（宋）林希逸著，《道德真經》，嚴靈峰輯，《無求備齋老烈莊三子集成補編（三）》，臺北，成文出版社，1982年。

¹⁵（元）吳澄著，《道德真經註》，收入（清）永瑤等編，《文淵閣四庫全書》第1055冊：子部14，道家類，臺北，臺灣商務印書館，1986年。

¹⁶（明）憨山大師著，《老子道德經憨山註》，臺北，新文豐出版公司，1973。

¹⁷（明）焦竑著，《老子翼》，臺北，廣文書局，1977年。

¹⁸（清）魏源著，《老子本義》，臺北，漢京文化出版社，1980年。

¹⁹ Viktor E. Frankl 著，遊恆山譯，《生存的理由》，臺北，遠流出版公司，1991年。

²⁰ Viktor E. Frankl 著，遊恆山譯，《生存的理由》，臺北，遠流出版公司，1991年，頁10。

²¹ Viktor E. Frankl 著，趙可式 沈錦惠合譯《活出意義來——從集中營說到存在主義》，臺北，光啟出版社，2001年。

這是 Frankl 以自身在集中營的經歷寫出的自傳，藉由他的心路歷程帶領著讀者了解他的「意義治療」的開端，在這之中，他將集中營的俘虜心理狀態分為三階段，「驚駭」、「冷漠」、「重獲自由」，他以心理學的分析，客觀的分析周遭以及自己的狀況，或許是有這樣的背景條件，使他在發生一些心理上的困惑或者是磨難的時候，能比周遭的俘虜還要能更快的了解「狀況」，並且找出可以解套的想法，而他常引用的就是尼采的一些想法，例如：「懂得為何而活的人，幾乎『任何』痛苦都可以忍受。」²²在這之後，戰爭結束，俘虜也被釋放，心理上的問題應隨之而然的減輕才對，不過作者在書中提起，解放後的自由，心理上的苦痛還是沒有隨著解放的自由消失，在集中營的極端生活造成心理上的一些麻痺，一些「本能」的心理狀態，如「快樂」等等，也是需要去重新學習的。如同「創傷後壓力症候群」般的，心理上或生理上的失調隨之而來，不論是在當下的極端或者是極端後的生活，此治療都可以讓患者自己找到一層意義。

林安梧，《新道家與治療學》²³

林安梧先生在書中提出了儒釋道三家的治療學概念，儒家透過道德的覺醒與生命做一連結。道家他不稱「意義治療」，而是「存有治療」，不同於儒家的，他是將人的生命回歸於自然天地之中。佛家則以《金剛經》作為例子，取為「般若治療學」，林安梧先生說：「儒家是『飯』，道家是『空氣』、『水』、『陽光』，佛家是『藥』。」²⁴筆者認為這是不錯的譬喻，三者都是人的生存的必要條件，飯是必須要吃，以道家的思考來看，吾人會意識到自己的飢餓而去吃飯，這是生理條件，但筆者認為，如果「吃」變得過量，這反而就是「執著」的一種，雖然這是「必須」進食才能生存，這是人的生存本能。但，這是否與儒家在中華文化根深蒂固的狀況相同，會形成一種僵化，吾人必須「吃」（可說是遵循），才能維持吾人生命（文化），久了認為是不可或缺的模式，而道家就如同「無」跟「有」一樣，這些在吾人生活周遭，但吾人卻不會注意它們的存在，但它們存在卻是保全吾人生命的基本要素，而佛家的「藥」說，在吾人生命中多少有些病痛，不能靠吃飯或者是吸取空氣等等來復原，必須「吃藥」才能痊癒。但除了林安梧先生的譬喻，筆者認為道家也可以是「藥」，老子《道德經》裡，有著許多千百年來吾人生命不斷反覆發生的病徵，老子在書中也一一的解套，雖林先生的「空氣」譬喻很能體現道家那種無為而治的概念，但是空氣不能治癒吾人生命遇到的苦痛，所以筆者認為道家是「藥」，這個說法，是最為貼切的。

袁保新著，《從海德格、老子、孟子到當代新儒學》²⁵與《老子哲學之詮釋與重建》²⁶

²² Viktor E. Frankl 著，趙可式、沈錦惠合譯《活出意義來——從集中營說到存在主義》，臺北，光啟出版社，2001年，頁99

²³ 林安梧著，《新道家與治療學》，新北，臺灣商務印書館，2006年。

²⁴ 林安梧著，《新道家與治療學》，新北，臺灣商務印書館，2006年，頁231。

²⁵ 袁保新著，《從海德格、老子、孟子到當代新儒學》，臺北，臺灣學生書局，2008年。

²⁶ 袁保新著，《老子哲學之詮釋與重建》，臺北，文津出版社，1991年。

袁保新先生在《老子哲學之詮釋與重建》提出了「文化治療學」的概念，而在《從海德格、老子、孟子到當代新儒學》做進一步的解釋，首先是對於當代有新儒家卻沒有「新道家」而感到困惑，以袁先生書中表述來看，他認為道具有跟儒家一樣能夠撫慰人們心靈的學問，從方法論來看，是現代學者並沒有對道家作新的一層對於現代的詮釋，所以造成了道家還是停留在一種訓詁的階段，雖有智慧，但沒有被廣泛的運用，尤其是在注重古文能不能被應用性的時代。其中最大的困難是各學者先生們對於文獻上的解釋並沒有統一性的統合，有一派認為道家是君王的南面之術，一派是認為道家是對於普天下人民心靈安慰的學說，一為私人，一為群體，筆者認為，如果用在私人面也就是君王身上，過於將道家的智慧窄化，雖如用在君王治國之上，能創造人民的福祉，但與後者比較下，前者的格局過小，筆者不認為道家的智慧是只能讓君王方便統治人民而有的。而「文化治療學」，透過「存有」、「價值」去確立道具有治癒人們心靈。當中「存有」是海德格哲學的觀念，來自於十九世紀末到二十世紀初「存在主義」的興起，是當代出現了人們對於自身存在的疑惑，涉及西方思想與文化的危機，可類比為「西方思想界的周文疲弊」。而海德格的學說處理人們對於存在根源的困惑，不從傳統的形上學存有論的思考脈絡去探討存有問題，而是開展出另一種相對於當代不同的思考脈絡，從「人」開始，以往西方哲學家們注重的是對於客觀存有物的思考，鮮少對於「人」來做一對象，不同於東方哲學，東方哲學先從「人」作為出發點，而海德格的這樣思維方式，卻與東方哲學產生了相呼應，海德格式的「存有」可說是老子的「道」，透過「道」，保全了人們的「存有」，也解決了當代人們因為科技與社會變遷所帶來的心靈上的病痛。

陳德和，〈當弗朗克遇上老子——意義的治療與作用的保存〉²⁷

陳德和先生在本文中分析老子與弗朗克的學說，試圖找出兩者的共通點，透過研讀，兩者皆是在有限的生命尋求解套的「藥方」，弗朗克以意義找出生命對吾人的提問，「意義」在於個人、社會、甚至是宗教上的「負責」，而這負責不是強硬，而是一種發自內心的自發性的真誠，而在這之中尋找到自我生命的意義，老子則是用「無」的智慧，去掉執著、放下，從這之中找到生命的寧靜。筆者認為一個動，一個靜，近似儒家與道家的對比，在文本中，也提到了弗朗克的學說與三教聖人們相比，會近似孟子，這也呼應筆者說的動與靜感，如同儒家與道家的對比感。

林安梧著，〈語言的異化與存有的治療——以老子《道德經》為核心的理解與詮釋〉²⁸

林安梧先生在文中提出了「語言之異化」與《道德經》第一篇中的「道可道，

²⁷ 陳德和著，〈當弗朗克遇上老子——意義的治療與作用的保存〉，《鵝湖月刊》32卷12期，2007年，6月。

²⁸ 林安梧著，〈語言的異化與存有的治療——以老子《道德經》為核心的理解與詮釋〉，《鵝湖月刊》8期，1992年，6月。

非常道；名可名，非常名。」大同小異，敘述語言文字「真實性」與否，不論多精準的文字敘述，對於真正的涵義多少有些誤差，在加上每人的詮釋跟理解各有不同，所以了一部經典有許多不同的解釋方式。而文中也提起儒家的意義治療是由以人為主體的「體驗式的詮釋」，而道家是「整體自然的顯現」。筆者將林先生的這段文字可以理解成：儒家是以吾人生命自省體察來達成人生的圓滿，而道家是交由「道體」來達成人生的圓滿，一個是主觀（人自身）一個是客觀（由他者），但筆者認為道家也是以人自身的反省來達成人生的圓滿，如果將生命「道體」化是否將自我生命交給了他者，筆者認為不是的。儒家是一種自動自發性的去反省去體驗生命中的缺失，進而改善，成為聖人。相反的，道家也是以一種類「消極」的積極的去執，消除人們生命的病痛，筆者認為不是交由「道體」去「執行」，而是也要人們有發覺，才可以改善。

然林先生道家的「存有的治療」是在去除「語言之異化」，簡而言之就是去執，此論筆者認為是符合老子哲學的精神。而之所以舉出林安梧先生的研究，則由於他將老子思想與（哲學）治療概念作聯繫，是國內最多如此寫作的學者。²⁹

另外，本文也會就研究議題上，與老子哲學和生命治療相關的碩博士論文加以參考。³⁰

第四節 研究方法與論文結構

本論之研究，主要參考《道德經》的原文，透過王弼本及河上公本的詮釋作為參考依據，如遇文句之不同處，會以老子帛書當作主要參考，再做選取，透過不同當代學者的對於老子哲學思想的解釋，與古典作一對話，希望透過不同學者的詮釋角度，能將老子哲學思想更加的闡發，然後對生命實踐有所思考。

研究方法則是參考了牟宗三先生的〈研究中國哲學之文獻途徑〉，他於文中提到，中國哲學相比於西方哲學，是較沒有系統性及邏輯性的。所以，西方人會覺得沒有系統性跟邏輯性的情況下，是難以理解為何中國經典會被推崇，且難以理解其思想意義為何，畢竟他們所受思想訓練下，無法理解這種無系統、邏輯的「學問」，為何是「學問」。且中國哲學並無給予特定的中心思想一個定義，對於西方人來說這是難以理解的。牟宗三先生說：「我所說的文獻途徑的意思，最主要是重『理解』。」³¹也就是思想脈絡。根據牟宗三先生的觀點，可以掌握到，他並不是說因文獻版本的不同，因而產生出新的論點，就意味著以前的「理解」就是錯誤的，而是要抓住經典的骨幹，了解經典中的主要要點才是重要。每個時代因應的學術研究重點不同，所以重點著重的地方也不同，但你不可以說它忽略

²⁹ 林安梧著，〈「存有三態論」與「存有的治療」——道家思維的一個新向度〉，《鵝湖月刊》26卷6期，2000年，12月。

³⁰ 如：蘇金谷《試論老子哲學對意義治療的啟示》、柯瓊娥《試論老子療癒思想及現代意義》、林芸凡《老子復原思想之研究》，相關出版項目請見參考書目。

³¹ 牟宗三著，〈研究中國哲學之文獻途徑〉，《鵝湖月刊》11卷1期，1985年，7月，頁2。

了某些你認為重要的部分，就否定其研究，對於牟宗三先生來講，要把最主要的骨幹抓住，其學說就值得被探究。牟宗三先生說：

所以我們講文獻的途徑，第一步要通句意、通段落，然後形成一個恰當的概念，由恰當的概念再進一步，看看這一概念是屬於哪一方面的問題。這樣一步一步的往前進，便可以有恰當的了解，而不會亂。所以會亂，都是因為對文句沒有恰當的了解，而所形成的概念都是混亂不合理的概念，於是也就不能了解原文句意是屬於那方面的問題。³²

基於這論調，筆者透過閱讀不同版本的《道德經》版本，了解道家最主幹的思想，再研讀不同的專家學者理解及推論，找出經典中對於本論文有幫助的思想概念，並且站在巨人的肩膀上，再次透過自我理解，得出能夠對吾人心靈生命有幫助的論述。

論文結構部分，〈緒論〉第一節〈研究動機〉是筆者說明本論的主旨：「老子哲學之生命治療研究」的原因動機說明，第二節為說明〈生命治療〉的概念，區分與醫學上的「心理治療」的不同，第三節為本論文研究相關的專書及期刊的文獻回顧，第四節為說明本論文的結構內容。

第二章〈老子生命治療之基本理論〉，主要以老子《道德經》中的基本概念做闡發，試圖透過第一節的〈道與德〉中「道」的生成，來建立「道」的基礎概念，漸而再提出「德」的保全萬物，來完整的敘述「道」為何的概念。知曉「道」為何後，第二節提出〈無與有〉來解釋「無為」非消極義的基本概念，然透過第三節〈自然觀〉導出寡欲的基本概念。

第三章〈老子生命治療之價值實踐〉，主要以第二章的基本概念論述下，再做一層更深入的探討，也就是工夫論部分。第一節〈致虛守靜〉乃是「道」之實踐中的其中一項，透過各章節選取有關如何將紛亂的心靈狀態回歸到平靜。第二節〈無的智慧〉更進一步的論述世間所認為的「有用」認識，並非是安定心靈的依據，反而是透過「無」的闡顯，才能顯出「有」的用處，試圖改變人們對看似沒用的事物有另一番的解釋角度。第三節〈知足去執〉對應老子自然觀下的寡欲部分，希望人們能不被外在的事物給迷惑心靈，透過寡欲，能夠達到心靈的滿足。

第四章〈老子生命治療之現代意義〉，經由前面兩章對老子生命治療觀念的哲學研究，此章即透過前面二、三章的基本概念及工夫論下的建立的開展，達到如何能夠實踐於生命之中。第一節〈生命教育〉透過教育學習的社會現況，以一些新聞報導為輔，作為問題現象例子。第二節〈正向心理〉以吾人有可能發生對

³² 牟宗三著，〈研究中國哲學之文獻途徑〉，《鵝湖月刊》11卷1期，1985年，7月，頁6。

於生命有對峙的心理狀態作一探討，第三節〈生態哲學〉人是生存於這天地之下，可對於其環境，其態度應作一調整。

第五章是本論的研究之結論，透過前面幾章寫作達到對於人生的省察，進而讓自我生命的開放，更能敞遊在這天地之間。



第二章 老子生命治療之基本理論

老子處於「周文疲弊」¹的時代議題，道家採取的做法是「靜」、「柔」、「無為」等工夫，老子透過《道德經》闡述吾人生命之所以苦痛，是因為太多的「我執」產生，因為執著，產生許多虛假造作，所以要讓生命回歸平靜自然，靠得就是「無為」，然而其思想的脈絡，筆者將一一探討。

第一節 道與德

老子在《道德經》中，最主要討論的中心思想之一是「道」，在《道德經·第一章》：

道可道，非常道；名可名，非常名。無，名天地之始；有，名萬物之母。故常無，欲觀其妙；常有，欲觀其微。此兩者同出而異名，同謂之玄。玄之又玄，眾妙之門。

如此開宗明義的破題，讓後人明確的感受到老子思想傳遞的訊息，也更可以確定「道」就是《道德經》的中心思想，根據王弼對「道」解釋：「可道之道，可名之名，指事造形，非其常也。故不可道，不可名也。」²這指出人們一般須依靠語言文字才能進行理解，但「道」的範疇是無法用有限的名言來論述，有限的名言不能給予「道」真正的「模樣」，如果採用有限的名言，人們就只能在有限性下去掌握「道」的意思或理解「道」。因為用普通言語去闡述「道」，這中間闡述者及被闡述者，都會因為加入了個人的心知，就偏離了「道」，所以「道」再也不是「道」了，在〈十五章〉「古之善為道者，微妙玄通，深不可識。夫唯不可識，故強為之容」清楚的說出，古時善於實踐「道」的人，其通達微妙，深遠難以理解，這是因為形而上的境界不是一般生活世界的意義，所以難以用一般的語言文字來解釋，只能勉強敘述。此段文句也可看出，雖說是描寫於得道者風骨，但如同「道」的超越性非普通語言能描述，所以連道的實踐者也難以描寫。同理可證，與「道」有關的「名」本身也不是一般的名言，因為人們為了表述萬物，而加入了個人的認知心，形成有限的「名」，³這並不能真正的表述被指涉的萬事萬物的根源。筆者對於「道」的理解是，「道」本身不是「稱為」道，是因為方便傳述而使用的字詞，使用「道」一詞並不能完全詮釋「道」的玄妙之處，而吾人透過指事造形下的文字語言去認識「道」，只能說是「道」的軌跡，而不

¹ 牟宗三著，《中國哲學十九講》，臺北，臺灣學生書局，2012年，頁89。

² 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，2006年，頁1。

³ 筆者意指有些詞彙有共同普遍的準則解釋在不同人的身上，因主觀的介入，但還是會產生不同的意思。

是真正的體現「道」，而名生於義，為了要解釋思想，才有語文的出現，但這些語文並非真正能涵括「道」本身，換言之，「道」不是一般的經驗形象。

〈第十四章〉：

視之不見名曰夷，聽之不聞名曰希，搏之不得名曰微。此三者不可致詰，故混而為一。其上不皦，其下不昧，繩繩不可名，復歸於無物。是謂無狀之狀，無物之象。是謂惚恍。迎之不見其首，隨之不見其後。執古之道，以御今之有。能知古始，是謂道紀。

如前所述，「道」不能被普遍的文字語言傳達，因吾人的文字語言除了有知識性的設定外，也有可能加入自我的心知我執，所以描述的並不是完全符合，那又如掌握道家的中心思想？上引經文即提供進一步的解釋。

由於吾人的五感等等是不能感受到「道」，所以也不能說「感覺」到「道」，「道」是不可被感知的對象，五感要有一定的形體吾人才能感受到，所以再次的說明，它是沒有形體可被感官所描述，意思是「道」是形而上的對象（形而上的觀念），「其上不皦，其下不昧」文句中的其上與其下，都代表空間上的描述，但是它不會因為在上面就比較光亮，在下比較昏暗，假如這樣的話，那「道」就有所謂的空間及形體，那就可用感官感受到了。而這樣的存在模式被老子稱呼為「恍惚」，似有似無。所以總而言之，「道」是不可被用一般經驗言語或文字給規範住，是超越性的存有。

透過上引文，可以了解老子對於「道」的闡述，雖他在「道」與「名」的關係上做了一番的解釋，但是藉由所謂的可道不可道、可名不可名的分辨，除了告訴吾人一般名言對道的限制外，其用意幫助吾人更進一步的了解道，且破除對名言上的執著。牟宗三先生說：「只由『指事造行』分別可道之道與不可道之道。此只是形式的區分。」⁴了解到「道」會因為語言文字的關係，理解上會受到拘限，但吾人透過思辨還是可以獲得道的基本概念，如果無執於名言的有限性，那我們如何理解「道」對萬事萬物有什麼樣的影響，老子在經文中皆有說出。

有物混成，先天地生。寂兮寥兮，獨立而不改，周行而不殆，可以為天地母。（〈第二十五章〉）

但道家的宇宙觀不去預設一個絕對的形上實體當作所有萬物的源頭，甚至是沒有一個「神」作為最後根源，由〈第二十五章〉開頭指出生成先後順序，有一物在天地生成前就混然而存在於那，既無聲也無形，獨立存在萬物之上恆久不變，運行於宇宙間不止息，由它創造天地萬物，是謂之萬物之母。〈第三十四章〉說出：

⁴ 牟宗三著，《才性與玄理》，臺北，臺灣學生書局，2008年，頁130。

大道氾兮，其可左右。萬物恃之以生而不辭，功成而不有。

「道」廣布在天地之間，隨時與吾人同在，它又對天地萬物極其重要，雖萬物必須因他而有，但它又不居功，就因為如此，才保全了萬物。陳鼓應先生更進一步的解釋：「大道廣泛流行，無所不到。萬物依賴它生長而不推辭，有所成就而不自以為有功。……由於它不自以為偉大，所以才能成就它的偉大。」⁵由此可知「道」對萬物的重要性及其價值。

〈第四章〉：

道沖，而用之或不盈。淵兮，萬物之宗。挫其銳，解其紛；和其光，同其塵；湛兮，似或存。吾不知誰子？象帝之先。

上文指出「道」的作用，明白的說出「道」為萬物生成之宗，〈五十二章〉提到「天下有始，以為天下母。」點出「道」為萬物之母，所有的萬物生成都由「道」而來，而它為何能生成萬物，在於它的沖虛，沖虛一詞形容道體的至虛，因為道體的無限制性，看似沒有，但卻充滿著天地萬物，就是所謂的海納百川的概念，而它是取之不盡用之不竭。這也就是為什麼無法用一般的名言來形容道體。而道體是靜謐而深淵，看似不是萬物的生長之地，但是卻是萬物生長且歸依的地方。而如〈三十四章〉所述，它生成萬物卻不居功，不鋒芒畢露且曖曖蘊含光，最後老子試圖反省「道」生成的時間點，但其實也並無明確指出，或是給吾人一個準確的依據，而是它比天帝出現前就存在著，也將所謂有「神造之說」的論點打破。道不是神聖創造者，這意味著道的地位遠比宗教所說的神祇還來得亙古而偉大，這也就是道的超越性。

道常無名，樸，雖小，天下莫能臣。（〈三十二章〉）

道雖稱「道」，但如前所述，這只是吾人知道它的途徑，用一般語言文字是沒辦法概括，無法完整體會，上引〈第二十五章〉謂：「吾不知其名，字之曰道，強為之名曰大。」所以不能拘泥語言文字上，故道的意義才有「無名」之意。「無」不是否定，而是解除名言對道的限制。再者，「樸」具有未經雕琢的意思，如同原礦，未經雕琢看起來不起眼，但並不是一無是處，王邦雄先生說：「這一『什麼都不是』就是『樸』。」⁶其中的蘊涵是須要透過璞玉或璞石的存在，才能呈現「有」的出現，此意義表現出老子對生命的觀點。王弼曰：「夫智者，可以能臣也；勇者，可以武使也；巧者，可以事役也；力者，可以重任也。樸之為物，憤然不偏，近於無有，故曰『莫能臣』也。」⁷專於某項能力的人，擅長以專精

⁵ 陳鼓應註譯，《老子今註今譯及評介》，臺北，臺灣商務印書館，1997年，頁182。

⁶ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁147。

⁷ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，2006年，頁81。

讓人臣服，但只有在其領域才能服人，道做為樸即是不偏於任何某特定領域，而正因為如此，故可從「無」生出「有」。「小」一詞在王弼註是隱含之意，⁸因為隱含，不嶄露頭角，反而生成了萬物，這也是老子思想的精髓之一，因為道的「不為」成就了萬物的「為」。雖它不專職特定領域，但又是蘊含在各領域，換句話說，它雖不是某領域的強者，但它卻玉成各個領域，雖說隱含，但又是光而不照，如同王邦雄先生說的：「道最小，同時也最大。」⁹經文中常出現這樣的正言若反，需要我們的省察思考才能了解其中的意涵，這是老子想給世人的提點，勿以制式常規來看世界，或被常規給拘限住我們的思想，否則，極有可能陷入我執。

〈二十一章〉：

孔德之容，惟道是從。道之為物，惟恍惟惚。惚兮恍兮，其中有象；恍兮惚兮，其中有物。窈兮冥兮，其中有精；其精甚真，其中有信。自今及古，其名不去，以閱眾甫。吾何以知眾甫之狀哉！以此。

「道」的作用為「德」（見下文討論），「德」即是「道」的顯現，「道」因無形，其作用在萬物上展現則視為德。「德」所展現的都要依循著「道」，這是有體有用的理論關係，如同天道開展出天地萬物，使它們內含道理。而這邊提到的「道之為物」這個「物」，並不是一個物質實體的概念，「道」是無形且具有抽象性，所以若將「物」當作實踐概念來理解，則可以解釋作「道路」，¹⁰意思是道做為路可讓吾人依循。然而「道」是為恍惚且深遠，但這之中又有端倪可讓吾人知曉如何可能，「惚兮恍兮，其中有象；恍兮惚兮，其中有物」。此段文字敘述雖「道」是不可捉摸，在恍惚之下，還是有跡可循，使得吾人能依著跡象，像是循天道而行，「窈兮冥兮，其中有精；其精甚真，其中有信。」此段文字與惚兮恍兮的意思相類同，恍惚及窈冥都是形容道體，有象與有精皆表示「道」保障了萬物的存在，這另一面的指涉，即是有「德」，即是有物跟有信，所以有存在物的出現，可印證「德」的展現，而這展現因依循著「道」而來，是個體用的架構。〈五十一章〉：

道生之，德畜之，物形之，勢成之。是以萬物莫不尊道而貴德。道之尊，德之貴，夫莫之命而常自然。故道生之，德畜之；長之育之；亭之毒之；養之覆之。生而不有，為而不恃，長而不宰。是謂玄德。

如前所述，道使萬物發生，而「德」是道的顯現，則「德」滋養了萬物，而萬物雖因「德」而蓬勃發展，但又不離「道」，因為「作用」即是「道」本身，

⁸ 同上註，頁 81。

⁹ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010 年，頁 147。

¹⁰ 王邦雄先生在《老子道德經的現代解讀》頁 103 提起：「大德人格的生命動向，惟遵從道，而以道為依歸。人道要走天道的路」，故筆者將「道之為物」理解生命實踐上的「道路」。

而「物」並不是指物體，而是指陰陽二氣，因為氣體存在，所以被稱為「物」，「物」為陰陽二氣來自〈四十二章〉「道生一，一生二，二生三，三生萬物。萬物負陰而抱陽，沖氣以為和」中所云，道是所有萬物創生的源頭，道為「理」而中生「一氣」，一氣再分化為陰陽二氣，陰陽二氣不斷交合化生萬物，所以萬物都帶著陰陽二氣，而陰陽二氣互相激盪中又生化出和氣，此三氣調養萬物。河上公注：「道始所生者，一也。一生陰與陽也。陰陽生，和氣濁，三氣分為天地人也。天地人共生萬物也。天施地化，人長養也。萬物無不負陰而向陽，迴心而就日。萬物中皆有元氣，得以和柔，若胸中有藏，骨中有髓，草木中有空虛，與氣通，故得久生也。」¹¹「勢」指得是環境，王邦雄先生說：「此四者之貫串，王元澤註云：『故德者道之分，物者德之器，勢者物之理。』德是萬物得自於道的存在之理，此天真之『德』，所寄寓的形器則是『物』；『勢』就是『物』的形構之理，此說解可謂貼切。」¹²萬物不會只珍貴德的滋養而不尊崇道，而道與德的被尊崇是自然而然的，不用他者所授予，而道生德養，它們不將萬物的長成作為本身功勳，而是任萬物自己的生長，不做干預的動作，給予萬物最大的自由，而有意義深遠的實現作用。

筆者認為老子的理論脈絡都有價值思想的連續性，而且有親近感，其思想都可運用在各個人生領域內，在許多篇章內不斷的反覆提點吾人勿執著，如同第一章深層涵義點出別執著於形名之間，因為執著於形名之間，只會對親近道產生隔閡，過於執著會產生心知造作，這或許是吾人的紛擾的起源，所以老子不斷於篇章中用不同的角度來解除吾人心病，是一帖心靈藥方。如此思想特色將在下章討論。

第二節 無與有

在前面一章討論道與德，可知道與德是道家學說的主幹，接下來筆者繼續討論老子思想中常提出的「無」與「有」，藉由「無」、「有」更進一步了解老子思想。

《道德經·第二章》：

天下皆知美之為美，斯惡已；皆知善之為善，斯不善已。故有無相生，難易相成，長短相形，高下相傾，音聲相和，前後相隨。是以聖人處無為之事，行不言之教。萬物作而不辭，生而不有，為而不恃，功成而弗居。夫唯弗居，是以不去。

¹¹（宋）呂東萊重校，《音注河上公老子道德經》，臺北，廣文書局，1990年。下同此。

¹²王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁231。

此段是一種比對，就如同知道陽就知陰，有光明就有黑暗，老子透過萬物都有正反兩面的對比方式來告訴吾人，價值觀念的對立就在此產生，而文中表述：「是以聖人處無為之事，行不言之教」。「無為」是怎樣的一種概念，並不如字面上所示，什麼都無所作為，就因為「無為」一詞讓道家學說被一般人誤會為是「消極」的學說，其實並不然，道家反而是積極入世的一門學問。余培林先生解釋「無為」為：「是不恣意，不任己，一依自然而行的意思。無為並非不為事，只是如天地創生萬物，順乎萬物生生之自然而已。」¹³另外，吳怡先生解釋：「老子的無為，並不是什麼事都不做。……所以他們的雖然是『為』，但他們沒有私欲，『為』得非常簡要，等於『無為』」，¹⁴由此可知，「無為」是一種不帶任何私人欲望而有的行為，這是一種工夫上的觀念，「無」消解「為」，不帶執著等等，只是依著自然而為。而這「無」的思想所面對的，「有」又是什麼，牟宗三先生說：「有不是外在現成的拿來往裏面填放，那樣，無就成了可以填東西的框子。」¹⁵順著牟宗三先生的話推論，「有」並不是吾人在生活周遭所認識的物質「實體」事物，否則「無」只是變為一個單純的「容器」，「有」應該是從「無」中創生的觀念。經文當中還有許多有關「無」的思想。

〈第十一章〉：

三十輻共一轂，當其無，有車之用。埴埴以為器，當其無，有器之用。鑿戶牖以為室，當其無，有室之用。故有之以為利，無之以為用。

「輻」與「轂」都是車輪的構造，輻為輪子的骨架，即所謂的「輻」，轂為車輪的中心承軸，而中心點的轂因為是中空，讓軸插入，使得兩輪可以成為可以承載人或物的「車輪」。因為這中間不是實心，所以才有辦法將軸放入，「無」反而承載東西，如果是「實心」車輪不成車輪。埴當作動詞使用，有「揉捻」的意思，而「埴」是胚土，所以是陶土做成的器具，因為器物間是中空，陶器可以稱為「陶器」是因為它可以裝盛物體，如它不是中空，就只是一個土塊，甚至連「器」都稱不上。「牖」為窗戶，鑿開門與窗戶，之中是中空的，才能成為一個室，這之中可放入生活用具以及活動空間，才能成為一個室，如沒有鑿開窗戶或門，預留空間的話，只是個「雕刻品」。「有之」指的是，「有車之用」、「有器之用」、「有室之用」，所以「利」顯現在器物的實用，「無之」指的是「當其無」的中空，所以「用」在生成器物實利，¹⁶王邦雄先生說：「『有之』帶來實利，然總要『無之』的『虛用』，來做為『實利』的背後支撐，也就是以『無』的虛用，來成全『有』的實利。」¹⁷老子借現實生活常見的事物器具來做比喻，人們只能看到「有」帶來的有效性，但是卻沒看到是「無」成全了「有」的功能性，只執著於能看得見、

¹³ 余培林註譯，《新譯老子讀本》，臺北，三民書局，2013年，頁5。

¹⁴ 吳怡著，《新譯老子解義》，臺北，三民書局，1998年，頁15。

¹⁵ 牟宗三著，《中國哲學十九講》，臺北，臺灣學生書局，2012年，頁97。

¹⁶ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁64。

¹⁷ 同上註。

摸得著、聽得到……等等的「有」，卻對「無」的抽象性，而感到不知所措或者是不知其所然，卻不知是「無」成全了「有」，如同前文所討論的「功成而弗居」概念，「道」生成了萬物，卻不會時時「提醒」萬物是因它而生，而是讓萬物順著自然之理長成，是一種功成事遂不居功的工夫，印證「有生於無」的形上關係，「無之用」成全了「有之利」，老子他以日常常見的器具來說明這簡潔又重要的道理。

〈第三十七章〉：

道常無為而無不為，侯王若能守之，萬物將自化。

上文明確的說出「無」與「道」的理論關係，「道體」是恆常的，且使事物順應著自然，不造作。王弼注曰：「順自然也，萬物無不由為以治以成之也」¹⁸河上公注曰：「道以無為為常也。」¹⁹由前述註解可了解，道體運作本身是自然的，由河上公注可理解道的無為就是一種自然的常態，有些人對於「無為」多有誤解，藉此以為道家思想是種消極的思想，誠如前面所提，如真是這種反價值的思想，應是會被歷史洪流中所淘汰，但事實並非如此。比較王弼與吳先生的解釋，王弼言中順應自然是不做任何的有為造作，順著天道自然地運行下的自然行為，所以無為即是吳先生所說「並不是什麼事都不做。」無為是沒有私慾，表現地非常簡樸。所以無為是一種實踐觀念，吳怡先生說：

「無為」兩字，我們常解為沒有慾望、沒有目的的或順任自然，但這些解釋或作法都是就現象來說的。我們生活中，有時候，我們也會做到沒有欲望、沒有目的或順任自然，難道這樣就能達到「無不為」的境界嗎？答案不是肯定的，因為我們是「有時候」，譬如此刻，我凝視窗外的風景，我心中沒有欲望，沒有目的，也很自然。但這只是片段的，一會兒之後，我又回到了現實。²⁰

此段引文說得明白，「無為」是「持續」的，如果只是片段是不能稱為「無為」，但會不會讓「無為」有工夫上的困難，無法達成，只有聖人才有達成的可能。應該不是，實際是，除去了有為造作的成見與天地自然相互呼應，敞開自我接納順應，這就是無為。所以，王弼與吳怡先生的說法是不謀而合的。而吳怡先生在後繼續解釋：「『無為』和『為』並不是截然的毫不相關，事實上卻是一體的兩面」²¹由此可了解，「無為」是在「為」中體現。如前所述，無為並不是什麼事都不

¹⁸ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，2006年，頁91。

¹⁹ 王卡點校，《老子道德經河上公章句》，北京，中華書局，2009年，頁144。

²⁰ 吳怡著，《新譯老子解義》，臺北，三民書局，1993。頁288。

²¹ 同上註，頁289。

做的消極，陳德和先生說：「老子的『無為』洵非毫無作為或沒有知覺反應、沒有任何動作；……無為最後的目的，就是能夠恢復自我原有的存在與真實，也就是『自然』。」²²總和古人及前輩先生們的解釋，可印證「無為」並不是一般人從字面上所認知的意思，其義理內涵可說是深邃廣闊。

〈第三十八章〉：

上德不德，是以有德；下德不失德，是以無德。上德無為而無以為；下德無為而有以為。上仁為之而無以為；上義為之而有以為。上禮為之而莫之應，則攘臂而扔之。故失道而後德，失德而後仁，失仁而後義，失義而後禮。夫禮者，忠信之薄，而亂之首。前識者，道之華，而愚之始。是以大丈夫處其厚，不居其薄；處其實，不居其華。故去彼取此。

此章老子相當有批判性的指出當時儒家價值觀的問題，也就是儒家所提倡仁、義、禮、智等，都是須要反省及批判的。對於老子來說，儒家所提倡的觀念在經過「有為」操作下，一些良善的價值觀都已經不是當初的面目，變成了一種僵化的「體制」，老子藉由對一般所謂「德」的反思，認為人們過於追求「德」，反而將價值事物狹隘化，即在人為造作下，「德」反而變成了教條，為了展現「德」反讓它失去美好，就是「無德」（沒有了德）。老子認為最好的「德」就是順應自然，保存「德」的純真，也就是「有德」（保住了德）。這邊的「為」及「無為」必須強調老子的「無為」並不是無所作為，而是無心知執著的實踐，因為當吾人帶著功利或者私人慾望，讓許多美好的行為，都成了「有為」，如同引文的「德」，若介入了心知執著或者是功利（亦即「有為」），其本質就已經改變，不再純樸。老子要抨擊的是這些帶著扭曲矯情的思想下的觀念作為。老子接著以上下之說討論儒家的價值理想，儒家的價值思想是仁義禮智，其中「仁」更是核心思想。雖說在文獻中提出「上仁」、「上義」、「上禮」，但不是將此三種價值行為當作一個「好」的意思上去解讀，「上」在古字也可讀作「尚」，²³是一種崇尚的意思，如果將這邊的三種價值行為作為「尚」來理解，就是人們崇尚某種價值行為，這就可以導出為什麼有下德，卻沒有所謂的下仁、義、禮，卻只有「上」。前面「德」有分為上、下，筆者認為是一種價值對象上的區分，而後面的上仁、義、禮是人們崇尚行為，而這三種行為都分屬於在「下」之分。崇尚「仁」的人，雖然他的出發點是一種「無」，他作為是「有為」，換而言之，是一種終究不自然，變成了「無為而有所作為」，崇尚「義」者，是心有為，崇尚「禮」者不僅心有為且變成一種制式規矩，一種沒有內在價值的事物，如同當時的禮樂崩壞，只有「骨架」但無「內涵」。

接著，由層級高低來由上往下，因為失去了「道」才出現了「德」，以此類

²² 王邦雄，陳德和合著，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007，頁11。

²³ 王弼著，《老子道德經注》。引自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，2006年，頁104。

推接續下去的就是「仁」、「義」、「禮」，其中「禮」是亂源的開端。如前所述，所有的價值都是從「道」而來，逐漸由內往外失落，最終成為了個只有「外殼」，卻沒「內涵」的空殼，如同「金玉其外敗絮其中」，雖然「禮」讓社會架構有個規則可依循，看似美好，但可最後變成了一個毫無生命內涵的架構。所以有智慧的人，應保持自我的天生本德，捨棄華而不實的禮，以「道」的智慧，照亮自我的生命。由〈第三十八章〉可看出有心有為下的結果就是「禮崩樂壞」的社會，事事追求的是表面上的光鮮，但內在的滋潤卻是沒有的。到了春秋，其實很多人倫常道、禮法、政治道義等等已經剩空殼，各國的諸侯不顧所謂的宗室血親關係，殺了許多自己與自己有血緣關係的國家，當時雖有周天子，但其只是個名號上的尊稱，但早已失去實權。每個時代都會這種弊病產生，而鮮少有上位者會去從根本去做解決之道，追求功利已成為吾輩人生目標，而社會也就維持在恐怖平衡²⁴之下，只要稍有一傾斜必定動盪極大。

〈第四十章〉：

反者道之動；弱者道之用。天下萬物生於有，有生於無。

此章一方面是宇宙論，另一可從後段文字的「有」、「無」作討論。如同前面所提起〈第十一章〉，因為對「有」的反省，反而更能凸顯「無」的重要性，在此篇章，我們將果（有）往回推因（無），萬物的產生往後推是因為「有」，那「有」的產生就是因為「無」的成全，王弼曰：「天下之物皆以有為生。有之所始，以無為本。將欲全有，必反於無也。」²⁵而王弼將「反」解釋為「返」，²⁶一種回歸的概念，可理解為萬物的生成變化都是循環不斷的，所以「無」生成「有」而「有」又回歸於「無」，如同萬物的生滅不息。蔣錫昌先生說：「『有』即『有名』，『無』即『無名』。此言天下之物生於有名，而有名又生於無名也。」²⁷依據此解釋，可理解「無」到「有」是一生成過程，而且不可能「有」生「無」，應該從「無」來理解「有」的出現，但是一般思維拘泥於經驗表象的思考，所以大都侷限在「有」的範圍來認知，而沒有有關「無」的形上思維。不過如同前述，從本體論而言，如果沒有「無」的成全，「有」的存在是沒辦法展現的，「無」是「有」的根本依據，而且還是價值實現的根源。

〈第四十三章〉：

天下之至柔，馳騁天下之至堅。無有入於無間，吾是以知無為之有益。不言之教，無為之益，天下希及之。

²⁴ 王邦雄，陳德和合著，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007年，頁129。

²⁵ 王弼著，《老子道德經注》。引自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，2006年，頁110。

²⁶ 陳鼓應註譯，《老子今註今譯及評介》，臺北，臺灣商務印書館，1997年，頁153。

²⁷ 蔣錫昌著，《老子校詁》，臺北，東昇文化事業，1980年，頁269。

在其他章中老子提及致柔的有〈第七十八章〉「天下莫柔弱於水」及〈第十章〉「專氣致柔，能嬰兒乎？」，依這樣看來老子提出了兩種觀念當作實踐工夫——至柔「水」或者「氣」，其中以「水」當作其「至柔」解釋者居多，王邦雄先生說：「老子說：『上善若水』（八章）因為水體現了天道的生成原理。」²⁸而「氣」因從〈第十章〉提及的「氣」，依河上公注：「專守精氣，使不亂；則形體能應之而柔順」²⁹。這也是一種價值實踐上的行為，並不是單純的自然界的氣體概念或者是生理行為（呼吸），而且從王弼註：「氣無所不入，水無所不經」³⁰來看，氣也可以作為致柔之一，雖然「氣」與「水」是在不同篇章的敘述，但是可以得知，「氣」與「水」都可以用來詮釋柔弱的工夫，在此筆者主要從「水」來探討至柔。水能依不同容器而改變型態，所以幾乎是無孔不入，有如長年滴水的地面，也因為水的力量而被鑿凹一洞，更可證明「柔弱勝剛強」這句話可說是這章最佳的註解，沒有不受有形拘束的事物，可以全面透入各個角落，這可理解為如同前面〈第十一章〉所言，因為「無」成全「有」的功能性。而，柔並不是能力不足的負面觀念，陳德和先生說：

老子思想中對於「柔」或者「弱」的規定自然有其義理上的特色和精彩；老子的思想所要講的「柔」應該不是『優柔寡斷』，老子思想所要講的「弱」更不可能是「退縮懦弱」；老子思想中的「柔」或「弱」當是指身段上的柔軟、意識上的寬容和欲望上的淡薄。³¹

老子藉由批判繁文縟禮、嚴刑峻法這些人為造作的禮節，進而反省到「無為」的重要，所以老子將其思想擴展到實踐觀念，讓吾人有生命實踐上的意義。比較莊子〈逍遙遊〉其中一段故事：

惠子謂莊子曰：「吾有大樹，人謂之樗。其大本臃腫而不中繩墨，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：「子獨不見狸狌乎？卑身而伏，以候敖者；東西跳梁，不辟高下；中於機辟，死於罔罟。今夫斄牛，其大若垂天之雲。此能為大矣，而不能執鼠。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！」³²

許多人只見到事物的功能性（有），但是鮮少見到事物的存在意義是根本的，來

²⁸ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁197。

²⁹ （宋）呂東萊重校，《音注河上公老子道德經》，臺北，廣文書局，1990年。

³⁰ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，2006年，頁120.121。

³¹ 王邦雄，陳德和合著，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007年，頁65。

³² 郭慶藩著，《莊子集釋》，臺北，華正書局，2010年，頁39-40。

在「無」的包容性。與前面所提的〈第十一章〉一樣，文中的惠施以功利的角度看這樹大是無用，不能作為功能性的物品而對它棄之如敝屣，但是莊子卻看到它的存在意義是不被功利所看見的。除了這解釋外，還有隱喻著過於執著於「用」上，反而讓自己的生命陷入困苦，如同上引老子〈第三章〉所述，就是因為吾人對於功名利祿（有）的追求，造成了許多的紛爭，所以莊子提醒我們不應像一般人一樣，汲汲營營的展現自我的本事，因為這會招來禍害。無論是從老子或者是莊子的思想，都是很留意凸顯自我與強調有利的問題，對於他們來說這是有為造作，不是合於「道」的表現，換句話說，就是「有心」有為。

〈四十八章〉：

為學日益，為道日損。損之又損，以至於無為。無為而無不為。取天下常以無事，及其有事，不足以取天下。

老子當時的「學」主要是禮樂文飾之學，其結果當然是增加吾人的禮儀行為表現。而倘若將這樣的過程侷限在認知學習，這是一般人都有的經歷，像是透過不同的知識來建構自身對於外在世界的理解，但在這樣的情況，可能會引出物欲的想法，出現價值實踐的問題，也就會導致人生困苦。但這是否就會誤解老子反對知識學習或教育，但其不然，河上公曰：

學，謂政教禮樂之學也。日益者，情欲文飾，日以益多。³³

蔣錫昌先生說：

「為學者日益」，言俗主為有為之學者，以情欲日益為目的；情欲日益天下所以生事多擾也。³⁴

由此可知，有些人「為學」目的是增加自我利益，這其結果就是心靈紛擾執著多，河上公及蔣錫昌先生所解釋的，應是廣義上的「為學」下的結果，但就以老子的「為學」並不是泛指所有的學習知識活動，老子的批評是把「學」放在特定範圍，也就是政治或者是制式禮樂的活動底下，產生了情欲與文飾。這反應了有為執著下的去學習，學習到某項知識可為自己帶來獲取某些利益，如果這樣來解釋，就能解得通為什麼老子不贊同這樣的行為目標。如制式教育一般，居多都是為得是考取更好的學校或者是求得未來在職場上有更好的收入，所以許多的莘莘學子們無不在其大時代潮流下而淹沒在其中，流於欲望的追求。雖然老子說得是政教禮樂的學習，但筆者認為學子因應社會潮流，被迫學習所謂的知識與能力，也是有如「政教禮樂」下的制式活動，仍然是心知的向外追逐，形塑世俗社

³³（宋）呂東萊重校，《音注河上公老子道德經》，臺北，廣文書局，1990年。

³⁴蔣錫昌著，《老子校詁》，臺北，東昇文化事業，1980年，頁302。

會價值觀。³⁵聖人的理想，不能停留在知識的成就，而是要開展生命的德行道路。「為道」是「無為」的道，王弼註上引〈四十八章〉曰：

務欲返虛無也。³⁶

河上公則註曰：

道謂自然之道也。³⁷

由此可知「為道」，就是透過「無為」的工夫，讓吾人回歸於自然。而「損」跟「益」皆是對「心知」而說，此段經文說得是，依照上述，因「為學」是老子所批判的「有為」活動，且是一種心知執著，而「為道日損」，減損得是「為學」所產生的執著，所以並不是有些人解釋的，道家是否定學問、學習、修德的說法。筆者認為，這當中的活動（為學）造出的「執著」是道家提醒吾人的警示。「損之又損」這工夫，必須是持續進行，才能達至無執著的無知無欲的境界，不起執著造作，就是無為。老子思想的「無為而無不為」是「有生於無」，「有」的體現是來自於「無」，所以「無為而無不為」反而更能讓「有」的作用給展現。而牟宗三先生對於「無」的工夫，有一番獨特的見解，他說：「道家講無，講境界形態上的無，甚至講有，都是從作用上講。天地萬物的物，才是真正講存在的地方。如何保住天地萬物這個物呢？就是要從作用上所顯得那個有、無、玄來保住。」³⁸這就是「作用的保存」。而「去執」不是將人生的所有事實存在給消除，通過「去執」，乃是去掉吾人心知的我執，並且保障人的存在價值。然，這邊的「取天下」，並不是用戰爭來奪取天下的意思，而是治天下，治天下從「無為」作工夫，無為而治，無為就無事端，不產生任何的紛亂，天下就平靜，如果有心有為的治理，有為就是有事，天下就紛亂了。依據老子闡述了以「不言之教」傳遞政治實踐的價值觀，行「不言之教」才是對人民最好的政治理想，不言的意思指避免政令言教，以無為之事教化人民，讓人民順無為自然生活著。

第三節 自然觀

³⁵ 值得釐清的是，孔子的「為學」是學做人之道，與道家的「為道」都是同屬生命的學問，是種超越的實踐概念，《易傳》：「形而上者謂之道，形而下者謂之器。」王邦雄先生說：「為道是形而上的生命進路，為學則是形而下的知識進路，一在為道成道，一在為學成器。」王弼著，《周易注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，2006年，頁555。

王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，台北市，2010年，頁217。

³⁶ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，2006年，頁128。

³⁷ （宋）呂東萊重校，《音注河上公老子道德經》，臺北，廣文書局，1990年。

³⁸ 牟宗三著，《中國哲學十九講》，臺北，臺灣學生書局，2012年，頁135。

前面兩節討論了老子的「道」與「德」、「有」與「無」，從此兩節可以發現老子還說到了一重要概念——「自然」。此「自然」並非吾人所理解的科學義的「自然」，陳德和先生說：

「自然」純就其字面語意而言，當是「自己而然」、「自本已然」或「固有所然」，惟「自然」若是指種種人為造作的解消，它就具有自得義或自由義，而道家學派中的老莊思想無乃是以此義理為擅長者。³⁹

對於老子來說，如何使生命恢復本來樣貌，是從人具有「自然」的價值觀而來完成，也就是「天生本然如此」。而且以「自然」為價值觀念，可以做實踐表述。

〈第十七章〉：

太上，下知有之；⁴⁰其次，親而譽之；其次，畏之；其次，侮之。信不足焉，有不信焉。悠兮其貴言。功成事遂，百姓皆謂：「我自然。」

老子除了對於宇宙人生有深入反省外，對於政治也是有獨特的見識，此章他以「自然」闡述對於政治的理念，太上有最好的君主的意思，王弼曰：「太上，謂大人也。大人在上，故曰：『太上』。」⁴¹陳鼓應先生說：「太上：最好，至上；指最好的世代。」⁴²但筆者認為最好的世代的解釋比較不符合，因為世代必須要有人治理，不會平白無故的成為一個良善的時代，所以用君王治理的情形來解釋較為貼切。

在此老子用了層級位階來高下良善的政治理念，反映階級社會的時代背景，但是更重要的是，老子以君王作為得道者來表現無心無為，行不言之教來使得人民自己能夠安居樂業，〈二十三章〉開頭曰：「希言自然。」希為「稀」⁴³，也是提倡不應多發政令來干擾人民的生活，一般治理的做法或是讓人民知道政府為自己做了什麼，甚至要人民心存感激，這是有心有為；或是嚴刑峻法來讓人民害怕，畏懼政府。而如同許多歷史記載，許多的統治者讓人民畏懼，但當到了個極致時，人民就會起來對抗，又是個改朝換代的開始。功成事遂與〈第二章〉相互呼應，不向天下人民邀功或者是大肆宣傳自己的豐功偉業，讓人民自然而然的生活著，且覺得政府如同普通存在，而會有這樣的生活環境都是因自己本然的生命活動而來。由此可再討論「我自然」是與老子「道法自然」的思想相關聯。

³⁹ 王邦雄，陳德和合著，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007，頁100。

⁴⁰ 有些註釋本寫為「不知有之」，根據王弼本、河上公本、帛書老子、郭店竹簡都皆為「下知有之」，所以筆者採用「下知有之」。「不知有之」出自於《永樂大典》及《吳澄本》，參見吳怡《新譯新譯老子解義》，臺北，三民書局，1998年。

⁴¹ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，2006年，頁40。

⁴² 陳鼓應註譯，《老子今註今譯及評介》，臺北，臺灣商務印書館，1997年，頁117。

⁴³ 蔣錫昌著，《老子校詁》，臺北，東昇文化事業，1980年，頁155。

〈第二十五章〉：

有物混成，先天地生。寂兮寥兮，獨立而不改，周行而不殆，可以為天地母。吾不知其名，強字之曰道，強為之名曰大。大曰逝，逝曰遠，遠曰返。故道大，天大，地大，人亦大。域中有四大，而人居其一焉。人法地，地法天，天法道，道法自然。

末段：「人法地，地法天，天法道，道法自然」指出由下往上往回推，解釋天地萬物最終歸回自然，並不是說「道」之上還有個自然，而是「道」之內存在著「自然」而使天地萬物運行著，所以「自然」是存在於「道體」之內的，如同人離不開大地的滋養，人依循著大地的「自然之道」（法則）生活著，而地受到天的覆載，天受到道的生成，而這一切都是由「道體」中的「自然」所賦予，王弼曰：

法，謂法則也。人不違地，乃得全安，法地也。地不違天，乃得全載，法天也。天不違道，乃得全覆，法道也。道不違自然，乃得其性。法自然者，在方而法方，在圓而法圓，於自然無所違也。自然者，無稱之言，窮極之辭也。用智不及無知，而形魄不及精象，精象不及無形，有儀不及無儀，故轉相法也。道順自然，天故資焉。天法於道，地故則焉。地法於天，人故象焉。所以為主其一之者，主也。⁴⁴

而王弼在這也說了，「自然」是窮極之辭，與「道」的「不知其名，強字之」相同。表示自然與道不是一般的名言事物，指出自然與道在天地萬物之上。如上述，自然是存在於「道體」內，而且也是「道」的作用，筆者認為要從一個窮極之辭中去解釋其中的作用，也只能窮極之辭來解釋及命名。牟宗三先生說：「『道法自然』，以自然為性，然道並不是一實有其物之獨立概念，即不是一『存有形態』之實物而以自然為其屬性。」⁴⁵說明了「道」並無所謂的「實體」，如前面章節所提，「道」是無形無色等等，牟先生所說的「存有型態」指得是所謂物理的「實體」概念，河上公註曰：

人當法地安靜柔和也，種之得五穀，掘之得甘泉，勞而不怨也，有功而不制也。天湛泊不動，施而不求報，生長萬物無所收取。道清淨不言，陰行精氣，萬物自成也。道性自然，無所法也。⁴⁶

筆者認為河上公此段將「功成事遂」註作「無為」觀念值得參考，這之中蘊含著

⁴⁴ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，1993年，頁154。

⁴⁵ 牟宗三著，《才性與玄理》，臺北，臺灣學生書局，1980年，頁317。

⁴⁶ （宋）呂東萊重校，《音注河上公老子道德經》，臺北，廣文書局，1990年。

因為「自然」（道性自然）的無為下滋養萬物解釋得淋漓盡致，正因它順應著萬物生長，一切顯得本當如此，讓人不禁反省自身對於「自然而然」的事物允取允求的態度，「自然」反而「不自然」了。

而前面一節提到〈五十一章〉：「道之尊，德之貴，夫莫之命而常自然。」⁴⁷「道」被尊崇是因為「德」的體現，而「德」被貴重是因為「德」蘊養了萬物，但「道」與「德」被尊崇並不是它們去強調自己的存在，而是以「自然」且「無為」的狀態去滋養萬物，讓萬物去恣意的去生長，給予他們最大的自由，也就是所謂的「不生之生」，牟宗三先生說：「道家深切感受到操縱把持禁其性塞其源最壞，所以一定教人讓開，這就是不生之生，開其源讓它自己生，不就等於生它了嗎？」⁴⁷此生命智慧與前面所提的「功成事遂」的價值是一樣的，陳德和先生說：

老子認為，天地之所以可長可久，固然是因為依賴「道」來實現，然而「道」之做為天地萬物的存在依據它其實不是像基督宗教裏的上帝那樣，能夠無中生有地創造出天地萬物，相對地，「道」是以尊重天地萬物的存在資格與存在價值來保住天地萬物，它大公無私地給出無限寬廣的成長空間，讓天地萬物在不受任何的威脅操控下，自由地活出自己的一片天空。像「道」這種雖不以創生、創發或創造為典要，卻又無礙於大生、廣生及護生之貢獻者，我們就說它的全體大用乃是「不生之生」者。⁴⁸

萬物的成長，不將其功勞作為自己的功績，就因為如此，「道」才顯得如此偉大，蔣錫昌先生說：「道之所以尊，德之所以貴，即在於不命令或干涉萬物而任其自化自成也。」⁴⁹如此深刻的理論，對於實踐者來說另有其困難度，尤其涉及人間事物，如何在其中依據「道」與「德」的理論作超越的工夫，筆者將在下章討論。

〈第六十四章〉：

以輔萬物之自然，而不敢為。

有關此章的工夫論，會於後面章節再做詳細闡述，本小節就以「自然」部分先行討論。末段強調聖人的實踐以「無為」為主，其用意就是讓萬物（自然之性）自然發展，所以「無為」是輔助萬物，不有主觀意識的干涉，王邦雄先生說：「『輔』是不主導不宰制，『自然』是『然』從自己來。」⁵⁰河上公曰：「教人反本實者，欲以輔助萬物，自然之性也。聖人動作因循，不敢有所造為，恐遠本也。」⁵¹聖人的作為都是依循「道」中的「無為」來實踐，所以聖人有著「功成事遂」的德行，而這樣的作為的確是讓萬物展現自然價值最好的做法，《莊子·應帝王》中

⁴⁷ 牟宗三著，《中國哲學十九講》，臺北，臺灣學生書局，2012年，108頁。

⁴⁸ 王邦雄，陳德和合著，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007年，頁207。

⁴⁹ 蔣錫昌著，《老子校詁》，臺北，東昇文化事業，1980年，頁317。

⁵⁰ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁194。

⁵¹ （宋）呂東萊重校，《音注河上公老子道德經》，臺北，廣文書局，1990年。

提起：「順物自然而無容私焉，而天下治矣。」⁵²萬物有著不同的面貌，應去尊重每個個體，不可妄自的去干預或者是改變，莊子這段話雖是有著政治思想，但政治也是人間事物的一部分，其基本價值觀還是與老子的「自然觀」相呼應，劉笑敢先生說：

道家之聖人的價值觀念與儒家聖人或其他俗人都不相同。道家的聖人所追求的是一般人所不願意追求的，對一般人所珍重的價值也視若浮雲。這是道家反傳統或反世俗的價值觀取向的反映。這種價值觀念體現在行動上就是「輔萬物之自然」，也就是因任萬物之自然。「萬物之自然」是最好的狀態，聖人只能幫助和維護這種「自然」狀態，不應該試圖改進或破壞它。⁵³

這說明了老子思想重在不要去干涉萬物的長成，尤其是不要從自我的心知執著去改變萬物的生長。

而在《莊子·德充符》中就「有人之形無人之情」解釋道：「吾所謂無情者，言人之不以好惡內傷其身，常因自然而不益生也。」⁵⁴莊子與惠施爭論，但惠施與莊子的思考卻有境界上的不同，惠施可說是世俗人的代表，而莊子有著跳脫世俗框架的思考，所以從許多文章可以看得出來，有時候兩人辯論的角度上是有所不同的，如同此篇，莊子所說的「無情」並不是惠施所認知的「無情」，惠施就單以字面上的字詞去理解，但莊子是從價值反省的意思去說明，就如同前面章節所提到的「名」的概念，惠施就是被表象的情欲好惡給局限住，而莊子的「無情」則是化除人們對情識的執著，因為吾人的情識造作，使得生命陷入困頓，莊子提倡人們應順應著自然，不人為的去增加「天生本真」，是如前所述：「為道日損」的概念，王邦雄先生說：「『自然』是『然從自身來』，此內定已完足，往外求取，反成負累，且捲入人間街頭奔競爭逐的行列，成敗得失就此成為人生的大患。」⁵⁵由此可知，莊子認為一些情識造作是會危害吾人生命，此與老子相同，不應該去增加自己的情欲文飾來使自我生命產生困頓，因消解順自然長成。綜合此節，吾人可知老子的「自然」是帶著「不生之生」的價值觀念，不斷的提醒人們，不應有心有為去干涉萬物長成，應以一種寬闊的胸襟去納下不同的事物，且其成就不該是自己的功勳，而應抱持著一種他者長成是種本來如此的視野去看待，這樣去除掉許多造作執念，也不會因他者的失敗或者是成功帶來自我內心的負擔。「自然」概念雖與「無為」概念相較之下，「自然」是老子思想中的重要概念之一。

⁵² 郭慶藩著，《莊子集釋》，臺北，華正書局，2010年，頁231。

⁵³ 劉笑敢著，《老子：年代新考與思想新詮》，臺北，東大圖書公司，2007年，頁73。

⁵⁴ 郭慶藩著，《莊子集釋》，臺北，華正書局，2010年，頁221。

⁵⁵ 王邦雄著，《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，頁277。

第三章 老子生命治療之實踐工夫

從前面一章闡述了老子於《道德經》中重要的幾個概念，但是在春秋戰國之時，偉大的思想之下必定是需要付出實踐的，不然其思想只是個紙上談兵的空談，無論是儒家或者其他名家，其思想開展時，必定是帶著實踐工夫去實踐其理想，而他們的理想不是爭奪誰是最佳的思想家，而是解決當時共同的議題「周文疲弊」，是為了讓當時的人民過得更好的生活（指得是心靈層面），而在此章節，要探討的是前面章節所提到的思想要如何落實在實踐上。

第一節 致虛守靜

首先，老子提出的「道」的實踐，其中一方式就是「致虛守靜」的實踐工夫，為得就是除去人們的心靈上的紛擾，除去我執成見，讓心靈歸為平靜，如前面章節所說過的，工夫並不是彈指間的事情，而是要持續、不斷的進行。人們遇到不順遂的事情難免會有情緒，但如何讓這情緒能夠快速得到消解或者是解答，這是人們很重要的功課，不讓情緒成為主人，而是要學著如何控制且了解「為什麼」會有這種問題，筆者認為各家的聖人，遇到不如意，也是有情緒的，但他們如何解決，這又是各家學派的學問，老子追求的並不是須臾之間的平靜，而是永遠的平靜，這永遠的平靜並不是指他不起情緒，而是能藉由修行改變想法，將一些問題解決或者是釐清，將自身的情緒回歸到不起波瀾，這是人們在現今社會非常需要學習的一個工夫。

〈第十六章〉：

致虛極，守靜篤。萬物並作，吾以觀復。夫物芸芸，各復歸其根。歸根曰靜，是曰復命。復命曰常，知常曰明。不知常，妄作凶。知常容，容乃公，公乃王，王乃天，天乃道，道乃久，沒身不殆。

此章開宗明義就提出了「致虛守靜」，「致」心「虛」，「守」心「靜」，老子所言的對象是「心」，因為心是造作的開端，所以要從「心」為觀照主要目標，將心回歸明清平靜，心本來就是在寧靜的狀態，但因為外在的干擾起了變化，所以才會起造作，然將心回歸到平靜中，就要做守住平靜的工夫，所以這兩功夫是同時進行的，「虛」與「靜」都是指內心的平靜狀態，而前面章節所提的「無」概念，所顯示的境界就是「虛」，「無」的境界就是虛一靜，這是道家的工夫，使心靈不黏著固定於任何一個特定的方向上，¹生命紛馳及情緒，都有其特定的方向，紛馳與執著都有其方向及黏住性，又可稱為徼向性，而這就是「有」，虛一靜的心是沒有任何徵兆的，無聲無臭，但徼向性就代表了端倪徵兆。牟宗三先生說：「《道德經》通過無與有了解道，這叫做道的雙重性（double character）。到

¹ 牟宗三著，《中國哲學十九講》，臺北，臺灣學生書局，2012年，94頁。

隨時能無，隨時又有微向性，這就是道性。」²而牟先生指出黏著就是佛家所說的「執著」，將其心思封限在一個特定的方向上。紛馳與執著，會使得心靈不虛，不虛就不靜，靜就是所謂的不浮動，不隨著習性或者是意念而且造作，但是「靜」並不是物理上運動和靜止的「靜」，而是一種絕對的心境「定」，是隨時將心靈從現實中超拔出來的，浮在上層的一種境界，³無、自然、虛一靜都是精神境界。

王弼曰：

言致虛，物之極篤；守靜，物之真正也。⁴

做好致虛守靜的工夫，方得見到事物的真正面貌，萬物並作有兩種解釋，一是萬物生長的原理，二是王邦雄先生所提出：「『萬物並作』，『作』不是農作生長的正面意義，而是由心知的執著所帶出的人為造作，『並作』是相互牽引，一起發作，形成街頭流行的人間病痛。」⁵，王弼注曰：「動作生長。」⁶，河上公注曰：「作，生也。萬物並生也。」⁷筆者認為此兩者解釋都可以，因後面一句：「吾以觀復」如以第一種解釋，就是從無到有，有到無的「道體」運行的規律，都能透過致虛守靜的工夫體察到，如以第二個解釋就是透過致虛守靜工夫省察到自己的缺失而進而改善，筆者認為並不衝突，透過致虛守靜的工夫，在雜沓紛亂的人世間能夠清楚明瞭。歸根，就是回歸最初、原始，即為平靜狀態；復命即為回到「道」的美好，也就是天生本真，回歸天生本真後，一切都豁然開朗；「常」就是「道」，而沒有作虛靜工夫就會起心知執著，起了造作，心靈就紛擾，紛擾之下吾人生命就會陷入泥淖之中，這不應是生命的常態。而作虛靜工夫，也就如同「道」般，能夠容下所有天地萬物，換而言之就是如同「道」般的可以包容任何事，「道」的內涵的表現是「自然」，所以不會有所偏頗，就如此不會招來禍害。

「重為輕根，靜為躁君。……輕則失本，躁則失君。」（《第二十六章》）雖是老子闡述政治思想，但這是老子將生命實踐運用在政治觀念，輕與重、動與靜都是對比，一種價值上的認知，以毬子來比喻就很明白，重的那方總是下墜，所以「重」為根本，而「靜」是動的主君，如失去其一就會不完整，因為一為根本，一為主宰，河上公曰：「人君不重則不尊，治身不重則失神。草木之華輕故零落，根重故長存也。人君不靜則失威，治身不靜則身危，龍靜故能變化，虎躁故夭虧也。……王者輕淫則失其臣，治身輕淫則失其精。王者行躁疾，則失其君位。治身躁疾，則失其精神也。」⁸說明如果將根本輕率的處理，就所謂的「本末倒置」，

² 牟宗三著，《中國哲學十九講》，臺北，臺灣學生書局，2012年，98頁

³ 牟宗三著，《中國哲學十九講》，臺北，臺灣學生書局，2012年，95頁

⁴ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》樓宇烈校釋，《王弼集校譯》，臺北，華正書局，1993年，頁35。

⁵ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁83。

⁶ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，1993年，頁35。

⁷（宋）呂東萊重校，《音注河上公老子道德經》，臺北，廣文書局，1990年。

⁸ 同上註。

例如國家應是人民為根本，但是將人民生活弄得民不聊生，可能導致亡國，所以用「守靜」，保持在平靜的心態才能不對人事物起躁動。「故常無欲，以觀其妙；常有欲，以觀其徼。」（〈第一章〉）因為「道」的有、無特性，⁹所以靜心可觀照事物的起始。「虛而不屈，動而愈出。多言數窮，不如守中。」（〈第五章〉）如果將虛作為工夫，虛也就是無掉執著，筆者認為就像是手風琴那般，吸入空氣，然後就能有動能將聲音演奏出，換言之，就因「道」是形而上的虛無，所以能將萬物容納其中，然將使萬物蓬勃發展。「多言」筆者理解成過多的行為，也可以說是過度，「守中」的「中」是「沖虛」的意思，整段文句言之：如「道」那般，有著可容納事物的胸襟，這樣無論有什麼事情發生都能接受並解決，如果過度的行為就會造成執著，禍害自我生命，如是這樣不如去執，使內心回歸平靜。「孰能濁以靜之徐清？孰能安以久動之徐生？」（〈第十五章〉）如將心比喻成水塘，那石子就是人間的紛擾，將它擲進水塘中，必定出現波紋及淤泥，水塘必定是混濁不堪，所以將心平靜下來，自然的，紛擾也就沉澱下來，心又恢復了清澈明靜，而在平靜之中，又能不紛擾的暢遊天地人間。說明了動與靜其實是一體的，而不是「動」中無「靜」，「靜」中無「動」，這是個很深實踐工夫。

〈第二十八章〉：

知其雄，守其雌，為天下谿。為天下谿，常德不離，復歸於嬰兒。知其白，守其黑，為天下式。為天下式，常德不忒，復歸於無極。知其榮，守其辱，為天下谷，常德乃足，復歸於樸。樸散則為器，聖人用之，則為官長，故大制不割。

此處的雄雌並不是指動物的特徵，而是一種譬喻，以雄雌的特質來表現動與靜的關係，「谿」有兩種解釋，一為途徑，¹⁰一為谿谷，¹¹雖兩者的解釋都各有千秋，但筆者使用第一種解釋，因為如果是途徑，意指天下人必須去跟從，而第二種解釋是一種形上意境的描述，雖老子許多篇幅都用形上的概念去描述，但不見得人人都能意會到那深遠的意思，但這兩種解釋筆都給於肯定。因為是天下人遵循的途徑，所以「德」就不會因為人為造作而消失，一旦天下匯歸於「德」，就會有回歸如嬰孩一般的天生本真。而「守其黑，為天下式。為天下式，常德不忒，復歸於無極。知其榮……」被認為是後人補增¹²，但於帛書老子甲本有著：「知其，守其黑，為天下式。為天下式，恆德不貲。恆德不貲，復歸於無極。」

⁹ 「道體」包含了恆常的「無」及「有」，兩者是一體，才是「道」。

¹⁰ 陳鼓應註譯，《老子今註今譯及評介》，臺北，臺灣商務印書館，1997年，頁161。

¹¹ 「這樣的生命意態，有如天下的谿谷一般，以其虛空自守，給出了包容萬物的空間，天下萬物在此落地生根，不必流落天涯。」王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁131。王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，1993年，頁75。

¹² 參見陳鼓應註譯，《老子今註今譯及評介》頁161，以及，王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》頁132。

¹³乙本：「守其上黑，為天下式。為天下式，恆德不賁。恆德不賁，復歸於無極。」

¹⁴由兩者對照可知，雖後世可能為了解經需要，故說此為後人的補增或是傳抄有誤，高明日：「本來過去學者對此文真偽就有懷疑，有人據《莊子》〈天下篇〉引老子作『知其白，守其辱，為天下谷』，謂今本『知其榮』當為『知其白』，自『守其黑』以下至『知其榮』二十三字，非老子之文，而為魏晉人竄入。」¹⁵如今帛書老子的出土，更可以證明並非傳抄或者補增的可能。而老子指出，雖存在著光明，但卻守在暗處，就如同山谷般，寧靜深壑，使得萬物可在此匯流，這就是為什麼第一段王邦雄先生認為「谿」為谿谷，而「谿」本來就有谷之意，所以不難理解有這樣解釋。因為山谷那般，所以萬物獲得滋長，因「德」充足，猶如回到最初的樸實的感受。王邦雄先生說：「這是修養工夫的向上回歸，化絢爛為平淡的境界朗現。」¹⁶比起前面的常德不離這又是更高一層的境界。「樸」（璞）如同「無」那般，好比黏土，如果不將它塑形，它永遠都是木材或土塊，永遠都保存著自然發展的可能性，但是一旦將它塑形，它就會限制在既成的形狀或樣態，用於政治上，老子認為聖人擔任掌管百官之首，依循著「道體」的樸質，將各司其職的狀況回歸到統一，也就是讓分裂的狀態回到統一，但不是讓所有職位混為一談，而是以「無為而無不為」的思維及工夫，如果不是由聖人來掌管，那底下百官就會因為有心有為而將其職位當作「自己的」或者是「要脅其他者」之類的想法，所以造就分裂。如聖人來掌管，他會依循「道」來消解這些有心有為，百官也就不會出現分割（指得是心境上），更能讓政府運作通暢無礙。如同前述，陶土多捏某個特定的方向，就會成為杯子或者碗盤，一旦塑形完成，它終其一生都只能是那個樣子，但是不會使用的人就是依照那形體去使用，但思考靈敏的人可以將杯子當作盆栽或其它的用途，換言之，是一種不受形體（有心有為）影響，能將既定的事物轉為能行其他用途的工夫。

對照「無名之樸，夫亦將無欲。不欲以靜，天下將自定。」（〈第三十七章〉）上文曾討論到，「道」是無形體，而不需要給予積極的稱謂，雖給出「道」這詞，是為了講述，是窮極之詞，所以〈第一章〉才說：「非常名」。「樸」使用來表述「道」的內涵，猶如是個萬物的「粗坯」，不出現對立般的有名、造作，所以「無名之樸」是以無名表去執，消解吾人不起造作執著，因為去執，所以無欲，不起執著，內心靜就會平靜，平靜後，看待任何人事物都會清楚明瞭，因這樣而使天下回歸於太平。

〈第三十九章〉：

昔之得一者，天得一以清，地得一以寧，神得一以靈，谷得一以盈，萬物得一以生，侯王得一以為天下貞。其致之，天無以清將恐裂，地無以寧將恐發，神無以靈將恐歇，谷無以盈將恐竭，萬物無以生將恐滅，侯王無以

¹³ 高明撰，《帛書老子校注》，北京，中華書局，1996年，頁371。

¹⁴ 同上註。

¹⁵ 高明撰，《帛書老子校注》，北京，中華書局，1996年，頁371。頁372。

¹⁶ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁133。

貴高將恐蹶。故貴以賤為本，高以下為基。是以侯王自稱孤、寡、不穀。此非以賤為本邪？非乎？故致數與無與。不欲琮璣如玉，珞珞如石。

「道」理解作「一」，「道」的整全（一），所以「德」為「全」，第一節至「天下貞」，都是在說明「道」保障天地萬物的價值存在的過程，可視為「德」的體現。而如果沒有「道」，那天地萬物之「德」也不會被體現，而就無所謂的萬物發展活動，而君王的權力都必須依循著「德」，而「德」又是「道」的體現，總括來說這是環環相扣的過程，所以文獻中的「得一」就是「道」，意指君王必須是以「道」來治理國家。而此段意指吾人的工夫，前段「昔之得一者，天得一以清，地得一以寧，神得一以靈，谷得一以盈，萬物得一以生，侯王得一以為天下貞。」指的是萬物皆由「道」而來，由「德」體現，是一種不變的運作，自然而然生化萬物的過程，後段指的是吾人如果無此修養工夫，如同違逆自然而行那樣，遭受許多的困境，簡而言之，就是執著妄念的後果。而在位有權者，保持著虛懷若谷的修養工夫，雖位居高位，卻以低下的胸懷去行「道」，不以自己是高位者而驕傲自滿。所以古代君王都以孤、寡、不穀來自稱自己，以表自己的謙卑，王邦雄先生說：「此即由『賤』與『下』的修養工夫，而保有『為天下貞』的存在本質，亦即由工夫論的『得』，而保住了存有論的『得』。」¹⁷藉由修養工夫的「得」（道）而保障了萬物的存在。如果有心有為的去追求讚賞、聲譽，最終只會落得身敗名裂，樸實勝過華美，正是老子要告訴吾人的重要內涵。

又〈第四十一章〉有「上德若谷」之說，如同〈第二十八章〉提起的「為天下谷，常德乃足」真正的「德」如同深谷那樣的可以包容萬物，虛且靜也廣大。「靜勝躁，寒勝熱。清靜為天下正。」（〈第四十五章〉）即〈第二十六章〉之「靜為躁君」，如前所述，靜為動的主君，吾人生命應該以靜來看待動，也就是以平穩的心境去看待變動萬千的世界，才不會起執著造念¹⁸。「塞其兌，閉其門，終身不勤。」（〈第五十二章〉）余培林先生語譯此段曰「阻絕情欲的道路，閉塞情欲的門徑，使情欲無由產生，而能保持內心的虛靜。」¹⁹筆者認為這樣理解老子經文還可再修正，因為人是有生命的，不可能因為朝向「道」行事，會將自我變成一個毫無情感的、像似不與外界有所連結、斷絕感應的人，人必定在這人世間會有情緒產生，不會因為意向生命實踐的修行，就能屏除掉這個天生的感受。筆者認為老子哲學不是主張強硬的將人天生某些感受給去除掉的理論，依實踐智慧而行的人也是會有情緒。在眾多的文獻中，老子教導的是當下如何將心境轉化為生命智慧，將紛擾轉為平靜的工夫，而不是讀懂《道德經》行「道」工夫，就會成為「無感受」的聖人，所以筆者認為余先生的語譯應該改成「避免情欲產生負面的影響的可能性」這類意思。

¹⁷ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁183。

¹⁸ 唐君毅先生表示，心境是人之得道或有德之心境，亦是人之道相，如形上道體之「玄」「妙」「微」在人者，而這是「人之積德修德工夫，以上合於道」。唐君毅著，《中國哲學原論（導論篇）》，第十一章 原道上：老子言道之六義》，臺北，臺灣學生書局，1986年，頁385。

¹⁹ 余培林註譯，《新譯老子讀本》，臺北，三民書局，2013年，頁108。

再者，陳鼓應先生翻譯上引〈第五十二章〉文獻作「塞住嗜欲的孔竅，閉起嗜欲的門徑，終身都沒有勞擾的事。」²⁰筆者認為如果用字面上「塞」、「閉」直接的意思去翻此段會有種強硬、逃避的意味，不讓情緒或者欲望來主宰吾人生命，不應是「塞起」、「閉起」其心智跟感官，因人生在世不可能有著刻意「塞起」、「閉起」的生活，如果有這樣的人生，必定是相當抑鬱，對於筆者而言這只不過是「刻意」避開，並沒有去解決，雖原文是使用「塞」、「閉」兩字，但筆者認為對於老子而言應該是順應「自然」地化掉欲望，而不是刻意的去「阻斷」。對於兩位學者的翻譯，筆者認為應該更精準些，雖情欲過多是老子所批評的，但是人豈能因為讀懂《道德經》行「道」工夫，就能將其完全屏除，它仍然會發生，但是重要的是如何轉念，將其困擾轉為不困擾。河上公曰：「兌，目也。使目不妄視也。門，口也。使口不妄言。人當塞目不妄視，閉口不妄言，則終身不勸苦。」²¹河上公的解比較符合筆者對老子的理解，相較於前面兩位學者的解釋，他仍舊是身處在人世間上，知道自己身處何處，不否定世間的紛擾，但是透過工夫，使得本身對於外在比較不起執著，並不是不去感官、感覺，這些紛擾就會消失，對於筆者來說，這只是避世。王弼曰：「聖人茂於人者神明也。同於人者五情也。神明茂，故能體沖和以通無。五情同，故不能無哀樂以應物。然則聖人之情應物而無累於物者也。今以其無累，便謂不復應物，失之多矣。」²²由此段可知道，王弼也贊同即使為聖人也是有情緒，然而，如同牟宗三先生所謂：「聖人自是不陷於情，不溺於情，亦自是應物而不累於物，自能常躍起而不滯。」²³聖人有情緒，如同常人那般，但是不同的是，他不會陷入情緒的泥淖，他回應萬物，但不執著以致不會產生負面影響，筆者認為這才是道家聖人可貴之處，而不是不食人間煙火者才稱之為聖人，為免太孤芳自賞，不貼近人世間。「故聖人云：『我無為，而民自化；我好靜，而民自正；我無事，而民自富；我無欲，而民自樸。』」（〈第五十七章〉）這一概念是所謂的上行下效的政治理念，上位者如有良好的品性，勢必能影響到臣民²⁴，此章說到皆有提到無為、自然、素樸等概念，本節討論重點則關注在「我好靜，而民自正；我無事，而民自富……」來闡述，好靜可理解為聖人內心都處於平靜的狀態，他內心平靜不被紛擾的政事紛擾而有波瀾，所以不會因為有著過度的情緒而做出錯誤的判斷，反而能從紛亂中看到事件的本

²⁰ 陳鼓應註譯，《老子今註今譯及評介》，臺北，臺灣商務印書館，1997年，頁248。

²¹ （宋）呂東萊重校，《音注河上公老子道德經》，臺北，廣文書局，1990年。

²² 牟宗三著，《才性與玄理》，臺北，臺灣學生書局，1980年，頁125。

²³ 牟宗三著，《才性與玄理》，臺北，臺灣學生書局，1980年，頁125。

²⁴ 《韓非子·外儲說左上·第三十二》提到：「齊桓公好服紫，一國盡服紫。當是時也，五素不得一紫。桓公患之，謂仲曰：『寡人好服紫，紫貴甚，一國百姓好服紫不已，寡人奈何？』管仲曰：『君欲止之，何不試勿衣紫也？』謂左右曰：『吾甚惡紫之臭』。於是左右適有衣紫而進者，公必曰：『少却，吾惡紫臭』。公曰：『諾』。於是日，郎中莫衣紫；其明日，國中莫衣紫；三日，境中莫衣紫也。」由此段文獻可了解，上位者的一言一行都是會被下位者仿效的，雖然這只是服裝上的事，但是可以知道臣民都為了討好或者是說接近上位者，都會觀察其上位者的舉止來達到一些目的，所以如果上位者好美色或者是好稀有的珍寶，都是會被拿來當作討好的手段，從歷史以來各個昏庸的君王的末路都可見一般。（清）王先慎著，《韓非子集解》，臺北，世界書局，1991年。

質，進而解決，而因為有這樣心境所以對於一些阿諛諂媚的話語並不會心花怒放，這樣的作為感染臣民，他們就也能省視自己行為，順從自然、不智巧，因為守靜，也不會隨意的亂頒布政令，使得民生大亂，而是讓人民可以順自然之道，達到自我的豐足。

〈第六十一章〉：

大國者下流，天下之交。天下之牝，牝常以靜勝牡，以靜為下。

王弼曰：

江海居大而處下，則百川流之。大國居大而處下，則天下流之，故曰大國下流也。天下所歸會也。靜而不求，物自歸之也。以其靜故能為下也，牝，雌也。雄躁動貪欲，雌常以靜，故能勝雄也。以其靜復能為下，故物歸之也。²⁵

此章說得是一種處下的情懷，各國如何相處，是每個時代都須注意的要事，如國君沒有去注意到國與國之間的情勢及平衡，就有可能會造成一些紛爭。筆者認為，雖說是講國與國之間需要處於種虛懷若谷的意識，但也可通於生命實踐，視人生心境有如海的寬闊，可以包容下天下的河水，也可以是隱喻成人若是有這種情操，天下人都會往你匯集，所以換而言之，如果大國者有能包容的心，不隨意的挑起事端，小國者都會依附在底下。筆者認為這時候就是所有人的理想「世界大同」的產生，天下之牝以字面來看是為天下之母，但是以老子來說是「道」的意思，也就是這樣的實踐最終回歸於「道」，牝為「雌」之意，與〈第二十八章〉的「知其雄，守其雌」之雌靜雄動，以及〈第二十六章〉「靜為躁君」動與靜相對中，可以提升出「靜」來使君主統御天下之「動」，亦即如果只有「動」的話，那必然是忙亂不堪，所以君主要有「靜」的工夫來使「動」和緩，這樣才能和諧。

由此節可以了解，虛與靜，並不如一般人所想得消極退縮，由上面的文獻都可以看出老子透過虛與靜的工夫讓不只人生也讓政治方面有著積極淑世的正面意義存在。

²⁵ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，1993年，頁159。

第二節 無為成化

透過上一節可以了解致虛守靜的智慧，但是行致虛守靜的工夫時，背後最大的主幹思想是透過「無」來實現，這也是老子哲學最主要的思想之一。如前所述，「無」並不是口語所謂虛無，不是空無一物的意思，這是本論文一再反覆強調的。經由老子哲學我們理解到，因為「無」才成全了「有」的存在與功用性及其價值性，一般人都執著於「有」的功用上，而沒去注意到是「無」成就了「有」，²⁶所以造成了很多的「執著」，這在吾人生活周遭是很常看見的狀況。所以要如何讓自我不對「有」產生執著，就需要「無」來看待「有」，陳德和先生說：

不管老子還是莊子，他們同樣意識到人世間的利慾薰心、矯揉造作、違逆自然，會讓人的本性天真扭曲變形，造成心靈的創傷；因而主張無為、崇尚自然，讓人去除內心的窒礙，並進一步找到安身立命的真常價值。²⁷

換言之，無或無為是價值實踐的觀念，能夠體現無與無為的實踐者，可以化除生命障礙，復歸於素樸，具有一種回歸最初的反省自我那般，一但洞見價值根源，一切必會豁然開朗。

〈第二章〉：

是以聖人處無為之事，行不言之教；萬物作焉而不辭，生而不有，為而不恃，功成而弗居。夫唯弗居，是以不去。

在老子心目中的聖人是能將讚譽他作為的功勞不放在心上的，從前面的章節就可以知道，道家的聖人不把讚譽功勞當作功勞，對他們來說，不執著外在功名是一個很「自然」的行為，因為他們依循著「道」來行事，聖人有「無」的修為。而這樣的思維，反而能成就更多更大的作為，因為這樣的心境反而不會執著於一些功名利祿這些實質上的獎勵，表現出來的心理層面也能時常保持著一種寧靜的狀態，不會心存做了件事，他人應該感激、回報、我要有回饋等等的心態。如同上章第二章第二節所提，因為出現對立的狀況，而對事物產生不同面向的看法，因有了這些面向，人們產生的對立，這些對立造成紛爭，所以世間變得複雜。而「處無為之事」這不是說聖人不作任何的動作，而是以「無」的工夫來面對「有為」之事，當然「有為」也因為「無」的工夫而化除對立所帶來的緊張關係，進而保存事物的存在。而且聖人也不將這樣的成果當作自己的，反而因為「無」的胸懷造就世間萬物的能夠有更大的成長空間，「無」消解了「有」帶來的困擾紛爭，聖人更是心無罣礙

〈第五章〉：

²⁶ 如上章所討論「當其無有器之用」。

²⁷ 王邦雄，陳德和合著，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007，頁12。

天地不仁，以萬物為芻狗；聖人不仁，以百姓為芻狗。

引文也是常見後人對於老子有誤解的其中一章，「天地不仁，以萬物為芻狗；聖芻狗。」不了解的人會將它解釋成天地與聖人沒有仁心，將萬物及百姓當作用完即丟的不具重要性的「物品」，這樣的解釋會使得吾人生命頓時失去了依靠，生命如同草芥般。但是在老子的文章中，有些字詞使用並不如一般見解那樣，如「不」或「無」當作否定價值或實踐的意思，老子反而是透過「不」或「無」來表達一種超越性的觀念。換言之，「仁」做為價值觀念，是普羅大眾所能夠接受的思想，但是「不仁」不是否定價值的存在，而是超越「仁」的形式限制，以老子「無」的智慧來詮釋，即是不執著於仁的表象上，在此老子是肯定有價值意義存在的。²⁸吾人常因為過於執著某些美德，反而最後變成了一種詬病，亦即如果將「仁」意識型態化，過度的執著下反而會成為另種陷溺，像是現今社會有些美德反而變成了「變態」的正義心態²⁹，反而讓人感到畏懼及反感，這就是過度的執著下的後果。如透過「無」的工夫去實踐，更能將一些好的思想作更好的闡發，「不仁」不執著於仁心的作為，將它變成一個從生命內在自然地發出的作為，不會感到怪異，如同天道運行那般的順暢。王弼注〈第五章〉曰：

天地任自然，無為無造，萬物自相治理，故不仁也。仁者必造立施化，有恩有為，造立施化，則物失其真。有恩有為，則物不具存。物不具存，則不足以備載矣。地不為獸生芻，而獸食芻；不為人生狗，而人食狗。無為於萬物而萬物各適其所用，則莫不贍矣。若慧由己樹，未足任也。³⁰

從此解釋可以了解王弼對於老子這篇經文不如字面上的意思那樣，他是指天地順著自然無為造化萬物，所以是「不仁」，因為對於老子思想來說，「仁者」的作為是有心有為，這樣造化出來的事物，會變得不「真實」，並不符合「道」的生成造物。而筆者理解「道」並不是實體上存在與否的「真實」，而是一種超越

²⁸ 釋憨山曰：「此言天地之道，以無心而成物。聖人之道，以忘言而體玄也。……且天地聖人，皆有好生愛物之仁。而今言不仁者，謂天地雖是生育萬物，不是有心要生。」（明）憨山大師著，《老子道德經憨山註》，臺北，新文豐出版公司，1973，頁57。

²⁹ 例如博愛座該讓為給有需要的人（通常標語是：老人、孕婦、受傷者、高齡者），在近年來新聞媒體常報導某些人抨擊一些不讓座的年輕人士，造成熱烈探討，不過有些人身體不適或者是有著殘疾是外表上看不出的，但人們只以「外表」來做一判斷，讓博愛座變成了「道德綁架」，彷彿年輕人只要坐上了那個座位就會變成十惡不赦的壞人，從「博愛」這點來看不應該只是標語上的那些人士才能使用，更進一步來說，不應該只是設定在那個特定區域上的位置才需要讓座給有需要的人士，每個座位都是博愛座。換句話說，人們陷溺於「博愛座」這字眼，認為只有在此區域「博愛」是必須「被」展現出來，但這樣對於老子來說過於矯情，就如同「仁」被過度的展現，就會輾轉成另外一個面目，「博愛」本當就是不用標語或者是他人提醒而做出的表現，應是一個自然而然看到他者有需要就去幫助的一個舉動，不執著於「博愛座」反而更能展現「博愛」的美德。

³⁰ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，1993年，頁13。

境界上的「真實」，對於老子來說，他並不想討論「道」作為實體的真實性，而是想指出，「仁者」創立的事物能夠承載的相較於「不仁」來說不多，如同前面章節所述，就因為「無」的工夫，所以能包容天地萬物，因為有這心境，所以能夠讓事物順著自己的本真來成長，體現了「有限」的存在卻能「無限」的發展之概念，牟宗三先生說：

是以「自然」亦是沖虛境界所透顯之「自然」，非吾人今日所謂之自然世界或自然主義所說之「自然」也。「自然世界」之自然乃指客觀實物自身之存在言，而境界上之自然則是一種沖虛之意境，乃是浮在實物之上而不著於物者。³¹

又比較陳鼓應先生的說法：

天地無所偏愛。即意指天地只是個物理的、自然的存在，並不具有人類般的情感；萬物在天地間僅依循著自然的法則運行著，並不想有神論所想像的，以為天地自然法則對某物有所愛顧（或對某物有所嫌棄），其實這只是人類感情的投射作用！³²

兩位學者提出對於老子「自然」觀念的理解各有看法不同，前者明確的指出老子的「自然」是一種超越性的概念，並非所謂的客觀自然界或自然事物，後者偏就客觀面來解釋《老子》文獻，這樣就變成了一種「理所當然」的客觀角度去解釋，失去了「道」的在主觀面的價值性，變成了只是一種順著自然法則下的「存在」。如是這樣，那《道德經》就變成純粹是形上學或宇宙論的著作，因為對於實踐者來說，如果只是一個客觀面的存在，面對自然法則的規範，人就失去了主觀能動性的可能。牟宗三先生又說：

如果存在上一切皆他然之自然為指物者，為第一序者，則境界上之自然即為非指物者，乃第二序上之「非存在的」自然。存在的，有時間性與空間性。非存在的，則無時間性，亦無空間性，故只是一沖虛之意也。³³

有此可見，自然主要是價值實踐的意思。依據老子對於「道」概念的開展，「道」是沒有形體（空間）與生成（時間）的限制，它是「先天地生」「無形無名」的，所以老子所謂「自然」非「客觀自然」或自然界，而是一種境界上的超越，這更能解釋天地如何保持「自然」運作，因為這是人在心境上不去干涉的結果。陳鼓應先生的解釋筆者認為雖然是以客觀面來論述，但與牟宗三先生的論點來相比，

³¹ 牟宗三著，《才性與玄理》，臺北，臺灣學生書局，2008年，頁144。

³² 陳鼓應註譯，《老子今註今譯及評介》，臺北，臺灣商務印書館，1997年，頁59。

³³ 牟宗三著，《才性與玄理》，臺北，臺灣學生書局，2008年，頁144。

仍有著觀點的不同。然讓萬物自然的自我生長，不作干預，所以才「不仁」，所謂「仁者」也就是心存有為者，希望被施與恩惠的能夠回饋，反而失去本真，「無為」的工夫讓萬物能夠更能適的其所因為如此才被稱為「不仁」，但是這種「不仁」反而給予萬物最大的成長空間，相同的，聖人的「不仁」也是效仿天地那樣的，百姓在有限中反而無限展現自我，不扼殺任何人的成長空間，所以從主觀面更能反映出老子哲學的智慧。

〈第十一章〉：

三十輻，共一轂，當其無，有車之用。埴埴以為器，當其無，有器之用。鑿戶牖以為室，當其無，有室之用。故有之以為利，無之以為用。

引文於本文第二章第二節曾討論過，但筆者認為這是理解「無」的智慧的重要文獻，值得於此再申論。這是老子藉由日常生活可見的物品來譬喻「有」與「無」的關係，因為「有」與「無」的哲學理論在一般人的思考過於抽象，尤其是「無」的觀念。而「有」對人們來說因五感或可感官的經驗比較容易掌握，但是「無」對於人們來說則是無法捉摸的，或許因為感官無法去確認，所以就認為是不存在或者是不重要。其實不然，比如說簡單的杯子這容器，我們可感知它是「有」所以不會覺得如何，一種理所當然，但杯子不只是外型，它被稱為杯子是因它可承裝物（液）體，被當作容器使用，但今天如果杯內不存在空間，也就是變成一個圓柱體，人們就不會稱它為杯子，而是變成柱體或其他物體，可是都是一樣的模樣，只是取消內部空間，就再也不是杯子了。換言之，杯子之能成為杯子是因為它內部中空的設計，能使它成為杯子是因為挖空的空間，能使它盛裝物（液）體，所以是「無」成全了「有」。非常直接的道理，但人們卻只能眼著於「有」的存在，因為無法捉摸（感知），所以人們通常都忽略「無」的重要性，這是老子哲學思考的奧妙。

經文末段「故有之以為利，無之以為用。」這是能讓人好好深思的一句話，雖然「有」帶來的便利性是可以看到也可以使用到，但是換個角度來看，是什麼成全了「有」，當這麼一想的時候常會有創造的發現，看似「無用」的事物，是成全「有」的存在，³⁴這一概念是非常的重要。而能夠實踐「無之以為用」的得道者的樣貌如下：

古之善為士³⁵者，微妙玄通，深不可識。夫唯不可識，故強為之容：豫兮

³⁴ 吾人因為科技的進步，帶來了許多便利，但相對的也有諸多的汙染。令筆者印象深刻的是因醫療及科技的發展下，造成人口稠密度上升，而地球能夠讓人類生存的腹地漸漸減少，然而建築房屋所造成的環境汙染，更是不容小覷。然，現在響應環保，在建築的工法上也做一改變，希望透過使用循環再用的資源，作為房屋結構的材料，不失房屋的功能性且堅固性，之後如做拆遷，可減少廢料的產生，對於自然環境更是一大福音。

「環境保護署」網站，（建築廢物），http://www.epd.gov.hk/epd/misc/cdm/b5_studies2.htm（2016/9/16 檢視）

³⁵ 王弼本及郭店老子本都寫作「為士者」，但帛書老子乙本寫作「為道者」，後世學者也認為

若冬涉川，猶兮若畏四鄰，儼兮其若客，渙兮若冰之將釋，敦兮其若樸，曠兮其若谷，渾兮其若濁。孰能濁以靜之徐清？孰能安以久動之徐生？保此道者不欲盈，夫唯不盈，故能蔽不新成。（〈第十五章〉）

此章告訴吾人，有道之人的行為舉止是為何，由經文可知，其實有道之人的舉止猶如「道」那般，玄妙且深遠，恍惚似有似無，如同〈第十四章〉所提過的「道」的樣態，連有道之人的神態也是難以去敘述的，所以也是「勉強」給予敘述，他小心謹慎，嚴肅莊重等等……而因為這樣的人格特質，讓他看起來難以捉摸，但是他卻屬清明透澈的，於《莊子》的〈大宗師〉中提起：

古之真人，其狀義而不朋，若不足而不承，與乎其觚而不堅也，張乎其虛而不華也，邴邴乎其似喜乎！崔乎其不得已乎！濔乎進我色也，與乎止我德也，厲乎其似世乎！警乎其未可制也，連乎其似好閉也，悅乎忘其言也。

真人的生命體現天道，立身於世間，並不執著任何一在世間人們認為的常道的事情上，若有若無般。也不因為自己本身的不足，而去奉承跟阿諛，如同外方內圓，在外他有一定的尺度，但卻不堅持己見，胸襟開闊而不誇。「邴邴乎」是喜貌，「崔乎」是動貌，王邦雄先生說：「『喜而似喜』，化掉了『喜』的執著。」³⁶，喜是自然而然的喜悅，動也是自然，如同天地生萬物的無造作，生命如水般的光澤，閒然自得，使人德得以依止，不執著於必須怎麼做才合乎「德」。雖在世間有許多的塵囂渲染，但他卻不會被世俗給同化，心靈超脫於這之上，所以不會有這困擾，看似封閉的生命，其實是以忘言無心來化解執著，使生命可從執著泥淖中走出。人的形體是有限的，以有限的形軀作為主體，以禮制做為道路，而無分別無執著的感通自然萬物，創造生命的價值，與老子透過「無」的工夫，使他能在此混亂的世間能夠安穩的保持自我的心靜有著相同的意義，經文中「孰能濁以靜之徐清？孰能安以久動之徐生？」以「濁」對比「清」，以「靜」對比「動」，都是告訴吾人如何在這混濁且動亂不堪人世間找到能夠安身立命的工夫。

〈第十七章〉：

太上，下知有之，其次親而譽之，其次畏之，其次侮之。信不足焉，有不信焉。悠兮其貴言，功成事遂，百姓皆謂我自然。

此章最能闡述「無」在政治實踐的價值性的一章，並與〈第二章〉、〈第三章〉有著承先啟後的功能。這兩章告訴吾人「無」的概念，如何落實在生命之中，實

「為道者」比較能凸顯老子的旨意，加上有考證下的結果，所以居多都以「為道者」來書寫，不過與「為士者」不衝突，可以相互參考。高明撰，《帛書老子校注》，北京，中華書局，1996年，頁290。

³⁶ 王邦雄著，《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，298頁

踐「無」的工夫，而「無為而治」正是主政者體現「無」最好的實踐。而藉由落實到政治上，更是證明「無」不單只能落實在個人生命中，而是可以廣泛的落實在各個領域之上，並不是一個理想更不是空談。老子在此篇章用了政治實踐層次去區分各種不同的統領人民的狀態，最好的統治方式就是讓人民自然的發展，不時常的頒布政令來干擾其生活，讓人民感覺不到國家有施予給自己什麼，自己就是這樣「自然」的生活著，這與前文所述「無為」概念都是一致的，〈五十七章〉「我無為而民自化，我好靜而民自正，我無事而民自富，我無欲而民自樸」即是明證。因為「無為」所以更能自我發展，如〈第五章〉所述，「仁者」的「有心有為」使得事物變得「不真」，且有「偽」，反觀現今各個國家的統治，都是一種為了好還要更好，創出許多制度，來向他者展現自己國家的強大，但是在繁複制度之下，有著許多不合理的判別標準，反而將其中的人們弄得無所適從，最後為了制度而「制度」，許多看起來漂亮的數據，其實都有可能是造假，不是真實的，不光是國家政治，縮小到公司、學校以至於家庭教育，都是因為「有心有為」下，有著一些弊病。對於老子來說良好的政治是不會束縛人民的生命活動，或過於干涉人民的自然發展，制式的政治在老子來看，極有可能變成僵化教條，猶如〈第三十八章〉所述那樣，「夫禮者忠信之薄」，沒有內涵只有空架子的外在形式，當然更不用說那使用嚴刑峻法及欺騙人民的統領方式，最後一定是被推翻。

如上文第二章所討論，「自然」與「無為」是價值觀的一體兩面，所以無的智慧實現，也與自然的體悟有關。

〈第二十五章〉：

有物混成，先天地生。寂兮寥兮，獨立而不改，周行而不殆，可以為天下母。吾不知其名，字之曰道，強為之名，曰大。大曰逝，逝曰遠，遠曰反。故道大，天大，地大，王亦大。域中有四大，而王居其一焉。人法地，地法天，天法道，道法自然。

老子再次敘述「道」是怎麼樣的一個概念，如前所述那般，它是沒有時間性、空間性、物理性的特質，王邦雄先生說：「『有物混成』之『有物』，亦如『道之有物』(二十一章)，皆指涉『道』做為一存在而言，不可執實的說『道』就是『物』」³⁷人們常被字面的意思給混淆，「字之曰道」對於老子來說是「強為之名」的說法，我們必須強調「道」是具有超越性的真實價值。王弼曰：

寂寥，無形體也。無物之匹，故曰「獨立」也。返化終始，不失其常，故曰「不改」也。周行無所不至而免殆，能生全大形也，故可以為天下母也。名以定形，混成無形，不可得而定，故曰不知其名也。夫名以定形，字以稱可，言道取於無物而不由也。

³⁷ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁119。

然，它不依附他者，所以獨立，而「不改」是一種天生本真，這種天生本真不需改變，但也不是頑固不化，「周行」不是繞著圓圈行走，而是存在於各個角落之意，遍在的意思，前面敘述「道」的模樣，寂寥意指只有它，並無其他的存在，寂寥非字面上的寂寞或者是冷清，而是指「道」的獨特性。又「道」的無形體，因為沒有任何事物可以相比擬或者是共存，所以它是「獨立」的存在。再者，「道」的運作表現出具有規律性，所以曰「不改」，即上文所謂恆常性。王弼也指出了，「道」是無所不在，所以它不會消逝，且能生化萬物，所以老子才稱「道」為萬物之母。在老子的思想裡，「名」會給一個物體「定形」，「名」本身就帶著「執」在內，所以前面在會說到：「強之為名」，畢竟「道」是沒有形體，似有似無的存在，但是要跟吾人傳遞思想就必須要給予一個名詞，好讓這個概念可以被傳遞，然如同莊子於〈知北遊〉中所提：

東郭子問於莊子曰：「所謂道，惡乎在？」莊子曰：「無所不在。」東郭子曰：「期而後可。」莊子曰：「在螻蟻。」曰：「何其下邪？」曰：「在稊稗。」曰：「何其愈下邪？」曰：「在瓦甓。」曰：「何其愈甚邪？」曰：「在屎溺。」東郭子不應。

每況愈下的回答，更能表現「道」不是有限的存有，它是存在於各個事物之中，無所不在，如同氣化流行那般，而老子於〈第四十二章〉中提起：「道生一，一生二，二生三，三生萬物。萬物負陰而抱陽，沖氣以為和。」對於老子來說，「道」是「無」，而且「天下萬物生於有，有生於無」(〈四十章〉)，也就是說從「無」生出「有」，也就是「一」，然這生成變化中，產生了陰陽二氣，這陰陽二氣存在於萬物中，而且是和諧狀態的存在，由此可見「道」是存在於各個事物中。這可以解釋「道」的遍在，以及「道」是獨立的存在，即它存在於宇宙各個角落，而且是一「常道」。老莊解釋了「道」的存在，指出「道」使得萬物的生成得以保全，不僅如此，「道」既是生成一切，但同時也讓萬物的存在由「道」來保障，如同〈第一章〉的意思，「道」的「有」名為「萬物之母」。而老子將「道」賦予名號，除了讓人們了解它的概念，並進而體會外，如上引文所述，「道」是存在於各事物中，所以是「大」，且在這麼廣大世間之中，它也能「無遠弗屆」的保持自我天生本真，四域之中有著人的存在，所以也表示人們體現出這「道體」，意味著人們有著「無限」的發展，所以以客觀事實來說人的生命是「有限」的，但是透過對「道」的體認，可以使得生命無限的開展。

〈第二十九章〉：

將欲取天下而為之，吾見其不得已。天下神器，不可為也。³⁸為者敗之，

³⁸ 於王弼本是寫：「不可為也。」帛書甲、乙本寫為：「非可為者也。」，而余培林先生與王邦雄先生皆於句子下補「不可執也。」

余培林先生參考劉師培先生的解釋：「王注：『萬物以自然為性，故可因而不可為也，可通而不可執也。物有常性而造為之，故必敗也；物有往來而執之，故必失矣。』故據王注觀之，則本文

執者失之。故物或行或隨；或歛或吹；或強或羸；或挫或隳。是以聖人去甚，去奢，去泰。

由此可知，老子並不提倡戰爭，且隱含反對以戰爭來奪取天下，作戰暴力是不可能成功的。³⁹而如前所述，「道」分布在各個角落，王邦雄先生說：「器是有形的器物架構，神則是無形的道體虛用，此神在器中，猶如『樸散則為器』（二十八章），道體素樸散開而在於萬物之中，猶神用無方的引導天地萬物的自然走向。」⁴⁰換言之，如將天下當作一器物看待，但這「器物」存在於「道體」之中，想要奪取根本不可能，且奪取本當就是一種「有為」的表現，「有為」情況下，違反了「道」，必定招來禍患。上引文所謂執者是心知執著者，所以有為有執的情況下，想要統治天下毫無可能。「故物或行或隨；或歛或吹；或強或羸；或挫或隳。」這段文字指出有為的相對對立，而且是在庸庸碌碌之下，反而一事無成，所以聖人不過度、不奢侈、不過度享樂，如何避免〈第十二章〉「五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽」，應該順自然而生活，才是正道。

〈第三十五章〉：

執大象，天下往。往而不害，安平太。樂與餌，過客止。道之出口，淡乎其無味，視之不足見，聽之不足聞，用之不可既。

「大象」隱喻為「道」，王弼曰：「大象，天象之母也，不寒不溫不涼，故能包統萬物，無所犯傷，主若執之，則天下往也。」⁴¹〈第四十章〉云：「大象無形」，「道」的無形無象即是意味著無限而使事物自在，所以由此可知，依循著「道」人們可以回歸自我本真，天下也會自然的回歸於太平，而這太平不只是指政治的太平，也包括了人們心靈上的安穩。而「道」如前面所述，是無法用感官來感受到的，與用美妙的音樂與佳餚來短暫使過客停留相比，「道」使人可以永久得到寧靜平穩，而它是無窮盡的，這邊體現了道體上的「無」的概念，即「道之出口，淡乎其無味」，與「有為」的感官聲色及口腹相比，雖然不這麼的吸引人，但行「道」卻是能長久安穩人心的工夫，且感官上只是短暫的滿足，一旦失去，又會去找尋更多欲望，人生就陷入了這種無止境的欲求之中。因此，老子哲學從「道」

『不可為也』下，當有『不可執也』一語。《文子》引《老子》曰：『天下，大器也，不可執也，不可為也；為者敗之，執者失之。』按劉氏之說極是，今據之增補。」余培林註譯，《新譯老子讀本》，臺北，三民書局，2013年，頁63。

王邦雄先生：「此『不可為也』下疑脫漏『不可執也』四字，《王弼本》有云：『可因而不可為也，可通而不可執也』故據以增補。」王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁135。

此段可以參考，但就帛書甲乙本的原文沒有此字句，故依王注本文獻為主。

³⁹ 反觀古今中外確實沒有所謂的「統治全世界」的某個國家產生，因為「有心有為」的奪取，只會造成「有為」的政府，所以對於老子來說，軍事政府實是妄作之凶事。

⁴⁰ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁135。

⁴¹ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，1993年，頁88。

的無為啟發我們實踐工夫。

〈第三十七章〉：

道常無為而無不為。侯王若能守之，萬物將自化。化而欲作，吾將鎮之以無名之樸。無名之樸，夫亦將無欲。不欲以靜，天下將自定。

此段解釋於本文第二章曾討論過，此節順著老子「無」的智慧再作論述。引文指出「道」其實是順應著自然運行著，而且「無為」可以實現「無不為」。此「無不為」不是「有心有為」，如前所述，「道體」存在著「有」跟「無」的雙重性，這是一體兩面不可分割，所以「道常無為而無不為」意謂「道」它是自然的運行著，但它創生的萬物又是有所活動行為，可它們卻是以「無執」的狀態來活動，是個純粹的自然的動作，所以它是「無為」，不具任何的執著，「萬物恃之而生而不辭，功成不名有，衣養萬物而不為主」(〈第二章〉)，也因此可以產生最廣泛的結果。如果君主都能掌握這樣的想法，守住「道」，依循著「道」中的自然的生成作用，萬物都會自我成長。但是在道生萬物過程中，人們因為習氣欲望，造成許多的「有為」，而之所以「鎮之以無名之樸」是針對「有名」，即〈第三十二章〉的「始制有名」，「有名」意味著「執著」、「欲望」、「爭執」等，所以老子提出「無名」的「樸」化解「有名」帶來的「爭」「欲」「執」，「無」去「有」帶來的限制，所以成了「無欲」，王邦雄先生說：

老子說的「無欲」，不從物欲本身說，而是從心知執著的介入干擾說，質實的欲求有時而窮，抽象名號(空名)的追逐卻無窮無盡，故從無心無知說「無欲」，無掉心知的扭曲助長，物欲本身僅是自然的需求，不會壯大蠢動，而成為人間的災難。⁴²

因為內心沒有了我執，所以內心得到了平靜，人人內心都平靜了，天下也就不需要特別的管理也就回歸了太平。而無執無欲在老子哲學的另一實踐觀念則是柔弱不爭。

〈第四十三章〉：

天下之至柔，馳騁天下之至堅。無有入無間，吾是以知無為之有益。不言之教，無為之益，天下希及之。

說到「柔」印象第一個浮現的就是：水，在吾人眼中是個不具固定型態，施加怎麼樣的外力或者是形狀，它就會成為不同的樣態，而水的概念也被老子所使用，例如〈第八章〉的「上善若水」及〈七十八章〉的「天下莫柔弱於水。」在老子的心目中，最柔弱的就屬水，本論文第二章曾作論述，此節則是就無之柔弱

⁴² 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁172。

的意義，說明柔弱也是「無」的智慧，老子告訴吾人，柔弱的東西不是消極的，反而是有價值意義的，「柔弱」對「剛強」；「無為」對「有為」那般，再怎麼堅固的東西，都會因為自身的「堅強」給摧毀，如同颱風過後，折斷的都是強硬的大樹，但是莖幹柔軟的花草，卻能不被折損，在這汲汲營營的社會中，如果過於與潮流抵抗，只會讓自身傷痕累累，適時的將身段放軟，不予強硬的抵抗，反能保有自我，但這又不是妥協或者是放棄，而是提升生命、轉換價值觀念去面對問題。王邦雄先生說：「所謂『無有』，『無』當動詞用，無掉了『有』，就不用去捍衛撐持，不必擔心是否會出現間隙，而讓別人來趁虛而入。原來，我們執著一個『有』，就成了我們的弱點，『間』隙的弱點就由『有』的執著撐持而來。」⁴³由此可見，人們常常堅持己見，反而造成自己的內心累贅，如果放下己見，視野必定變得豁然開朗，所以行「不言之教」實踐工夫，將「無為」的益處傳播，人民也會「自然」地生活，而在「至柔」之中，老子也帶入了「不爭」的概念，「不爭」並不是什麼都不爭奪，當然也不是什麼都得爭奪，對於老子來說「不爭」是一種意識上的欲望淡薄⁴⁴，陳德和先生說：「如其所如、物各付物地將各種不必要的對立與緊張通通與以化除。」⁴⁵就因為人們想得自己不可得之事物，必定帶來紛爭及對立，所以才有「爭」的欲望，但順著「自然」而行，在意識上也就不會有「爭」可言。

〈第四十八章〉：

為學日益，為道日損。損之又損，以至於無為。無為而無不為。取天下常以無事，及其有事，不足以取天下

本論文第二章第二節曾論述，「為學」並不是阻止人們學習，老子所要抨擊的是「政教禮樂之學」，對於老子來說，這種「學」是增加人生困頓的原因之一，因為它帶來的是一種枷鎖與不自然，所以筆者強調，老子不是文明退步論者。而在此就「無」的智慧而言，「益」跟「損」是對比，「為學」所帶來的心知執著（有心有為），必須以「為道」來「減少」它帶來的「不自然」，透過不間斷持續進行的無為工夫，達到「無為」的境界，透過「無為」而達到「無不為」，如同〈三十七章〉所言：「道常無為而無不為」，「無為」反能讓事物廣闊地實現，此由於有為（為學）的造作反而抑制萬物（人民）的成長，如果要治理好國家，須透過「無為」的工夫，沒有「有為造作」天下自然太平無事，亦即天下事物沒有不穩定活動的，這就是無所帶來的無不為。相對的，如果以「有為造作」來治理天下，天下必定紛亂不堪，陳德和先生說：

生命的自我實現不在於天下人的對你屈服與順從，也不在於為了強調自己

⁴³ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁198。

⁴⁴ 詳見本論文第二章第二節的探討。

⁴⁵ 王邦雄，陳德和合著，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007年，頁67。

的存在感而抑制他人的生存空間，從道之自然無為與水之貴柔潤物，老子教給人的是，生命之德的證成在於能虛己容物，處下不爭。⁴⁶

由陳德和先生的論述可知，對於老子來說，強硬的使人卑躬屈膝與以武力侵犯他人的生存空間，必將造成自我否定，所以他不斷在《道德經》提倡「無為」治理，讓人民回歸自然，當然透過其工夫，吾人生命也可得到寧靜，這是一門「內聖外王」⁴⁷的工夫實踐。

〈第四十九章〉：

聖人無常心，以百姓心為心。善者，吾善之；不善者，吾亦善之；德善。信者，吾信之；不信者，吾亦信之；德信。聖人在，天下歛歛焉，為天下渾其心，百姓皆注其耳目，聖人皆孩之。

聖人沒有自己的執著於堅持，就因為如此，「心」反而是廣闊，能納「百心」，百姓的心就是聖人的心，如同海納百川那般，因為如果有自己的堅持或是執著，在上位者的自我執著必定會讓天下紛亂的，因為他用自己的標準或者是價值去規範底下的一切，這樣就有所謂的好與不好，如同〈第二章〉所云：「天下皆知美之為美，斯惡已。皆知善之為善，斯不善已。」有了這種二元的分別判準，就會造成世間對立，這不只是種「執著」，也是一種「主觀的偏見」，⁴⁸人都有天生本來就有的「善」，此處的「不善」，不是「不好」的意思，而是「不同」的意思，亦即老子期許吾人可以包容與自己不同的想法跟信念，這是需要很深的工夫，如同經文所說的，必須把自己的心給空出（消除執著），才能放進更多的心，而包容「不同」的善，超越了對善的執著，讓百姓回歸自然本德中的善，「德善」就

⁴⁶ 同上註。

⁴⁷ 陳德和先生說：「『內聖外王』固為儒道兩家的共同宣示，但是彼此又自有見解。儒家義的內聖外王簡單地講是『修齊治平』的德化政治，道家義就比較曲折複雜。其實我們如果仔細分析老莊思想所講的『內聖外王』，不難發現它應該可以再區分成：『內聖即外王』以及『內聖通外王』兩種意涵，且前者是就普遍大眾而言，後者則專對國君說話。『內聖即外王』是說，人若可以澈底地消解我執、排除我固、開釋我欲、放鬆我取，那麼當下就可以拆掉天地人我之間莫須有的隔閡與藩籬，讓彼此共享天地融融之歡樂與和諧；《道德經》固曾說：『道常無為而無不為』，『內聖即外王』就是在詮釋這個意思。至於『內聖通外王』乃特以統治者為對象所做的忠告，它的意思是說，唯有領導者能夠充分懂得尊重百姓、充分體會百姓的需要、並且願意化掉自己的優越感和高貴性，而將所有的可能與機會都釋放出來、託負給全老百姓，那麼百姓將自得其哉、成就自己，國君同時也實現了政治的最高目的；《道德經》說過：『是以聖人後其身而身先，外其身而身存』像『內聖通外王』當不愧為最能呼應此一訓示者。」筆者透過研讀，了解「內聖外王」於道家來說可分為「內聖即外王」及「內聖通外王」的差異性及應對，「內聖即外王」就是從吾人的自省來作實踐，進而達到生命對於天地萬物，內心之開闊的感通。「內聖通外王」是希望在上位者，能夠消除自我對於身分地位的優越而產生的驕傲，不將所有權利掌握於手中，做一高壓統治，而是相信人民，作「無為之事」的政治管理，讓人民依「天生本真」的生命，來對於自己生命的自我管理。王邦雄、陳德和著，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007，頁115。

⁴⁸ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁222。

是本德的善。⁴⁹雖是要包容「不同」，但也不是連「壞」都包容，老子思想並非反價值，而是避免人與人之間為了不同的價值而產生緊張、衝突，換言之，善沒有分好跟不好，只有「相同」與「不相同」，真正的價值觀是保有差異，這就是使人人皆有善。同理可證，「信」與「不信」是對立的想法，老子所主張的「信」是超越「信」「不信」的對立，讓信者自信，不信者自不信。聖人成全百姓，就在為天下人渾化自己的心，這邊渾化不是渾沌不分或者是紛亂的心的意思，而是一種境界上的包容各式各樣的「心」，沒有自己的「心」才能包容所有不同的「心」，「歛歛」是憂心天下二分而內斂涵藏，⁵⁰對待百姓如同嬰孩般的，而不是將百姓當作嬰孩般的無知。意即當天下有心知執著而分裂天下時，聖人持著無心無為，引領百姓回歸如嬰孩般的那樣天真自然。

〈第五十七章〉：

以正治國，以奇用兵，以無事取天下。吾何以知其然哉？以此。天下多忌諱，而民彌貧；民多利器，國家滋昏；人多伎巧，奇物滋起；法令滋彰，盜賊多有。故聖人云：「我無為，而民自化；我好靜，而民自正；我無事，而民自富；我無欲，而民自樸。」

前三句看起來是教導君王如何治理國家，但是依前面章節論述可了解，老子是極力避免戰爭，所以應不是如字面上所述那般，「以正治國」看起來是符合普遍人們認知的理想政治，畢竟各家學派當希望君主是以「正道」來治理國家，但接下來的「以奇用兵」以至「無事取天下」，論述上似乎有些邏輯不通順，如果依照老子的理念來看，應該是無事取天下才是最佳的方式，但是用以奇用兵，這就不能理解，畢竟老子是反「奇」也就是反詭詐之術治理國家的，依照王弼解釋：

以道治國則國平，以正治國則奇正起也，以無事則能取天下也。上章云，其取天下者，常以無事，及其有事，又不足以取天下也。故以正治國則不足以取天下，而以奇用兵也夫。以道治國，崇本以息末，以正治國，立辟以攻末，本不立而末淺，民無所及，故必至於奇用兵也。⁵¹

以道治國沒錯，因為「道」治國帶起了「無為」實踐，所以能夠「無為而無不為」，讓人民自我成長，所以可「無事取天下」，但「以正治國」帶起了「以奇用兵」，換而言之，以正治國是建立在用奇兵之術之上，所以不能使天下太平，因為是「有為」之事，王邦雄先生說：「有正則有奇，治國而以正道自我標榜，會逼出其他諸侯國『以奇用兵』的奇變反應。」⁵²意味著，如國君標榜自己是以正道治理國

⁴⁹ 同上註。

⁵⁰ 同上註，頁 223。

⁵¹ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，1993 年，頁 149。

⁵² 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010 年，頁 261。

家，但對比出其他國家是「不正道」，所以他國用詭詐之術來抨擊自己，使得自己並不是「以正治國」，一來一往，只會讓天下更為混亂，所以「以正治國」在老子理想中並不是好的治理方式。如果不將這三句分開來看，就會變成：以正道治國，用兵要詭詐，最終就能無事取天下，但再怎麼看老子的思想不應該是以「有為」後再「無為」，畢竟在用兵詭詐方面，就已經足以天下大亂，怎麼能夠「無事取天下」。有關「無事取天下」的理解可再進一步參考河上公的注：

天下謂人主也。忌諱者，防禁也。令煩則奸生，禁多則下詐，相殆故貧。利器者，權也。民多權則視者眩於目，聽者惑於耳，上下不親，故國家昏亂。人謂人君，百里諸侯也。多知伎巧，謂刻畫宮觀，彫琢服章，奇物滋起。下則化上，飾金鏤玉，文綉綵色，日以滋甚。法物，好物也。珍好之物滋生彰著，則農事廢，飢寒並至，故盜賊多有也。⁵³

在位者的猜忌，會使得法令不斷頒布，為得就是牽制人民，因為如此人民被壓抑，無法發揮長才，所以貧困，無論是生活面或者是心靈。利器在此非兵器之稱，而是權謀之術，人民長期在這樣的法令壓抑下，也學得如何鑽其漏洞，例如：賄賂，因為這樣的行為，國家也變得昏庸無道。人民在這樣的環境下也變得有智巧之變，如〈第三章〉所言：「不貴難得之貨，使民不為盜。」依〈第五十七章〉的批評即是「貴難得之貨，使民為盜。」因為人們喜歡稀奇珍貴之物，使得這些技術或者追捧者增多，所以偷盜四起，所以壞事層出不窮，然因為猜忌下的過多法令頒布，使得人民無法正常農活，然後流為盜寇，所以由老子聖人觀的角度來看治國，提出了：「無為」、「好靜」、「無事」、「無欲」的工夫來對應這些問題，王邦雄先生說：「『自化』相應於『國家滋昏』而言，『自正』相應於『盜賊多有』而言，『自富』相應於『而民彌貧』而言，『自樸』相應於『奇物滋起』而言。」⁵⁴也就是說「無為」應對國家滋昏，國君行「無為」工夫，不會起「心知我執」也就沒有所謂的猜忌，所以不會亂頒布法令壓迫人民，而人民心靈也就能自我舒展開來，也就不會有權術智巧來去應對法令。行「靜」工夫，人民內心平靜不智巧權術，也就不會有盜賊偷盜之事。行「無事」工夫，前面的「無為」、「靜」使得人民生活的平穩及內心的富足。行「無欲」，人民也不會想盡辦法利用珍稀之物去討好上位者或者自己，所以回歸自然本真。

〈第六十三章〉：

為無為，事無事，味無味。大小多少，報怨以德。圖難於其易，為大於其細；天下難事必作於易，天下大事必作於細。是以聖人終不為大，故能成其大。夫輕諾必寡信，多易必多難。是以聖人猶難之，故終無難矣。

⁵³ (宋)呂東萊重校，《音注河上公老子道德經》，臺北，廣文書局，1990年。

⁵⁴ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁263。

老子開宗明義就提出聖人治理天下，就是處「無為心」作「無為事」，「無味」說得是他不追求生活上的富裕，過著知足寡欲的生活態度，王邦雄先生說：「所謂『報怨』，就是回應民怨之道；『以德』，是以無心天真來化解，無心就是不起執著，沒有大小多少的分別，無分別比較，就不會有患得患失之『患』，民間的『怨』也就可以化解於無形了。」⁵⁵聖人以「無為心」行「無為事」，一切沒有分別心的去處置，人民受到的處置都是一樣的，人民也就不會起爭執分別心，筆者理解應是無論是事件的大小，有道的統治者都不會輕忽，不因事件大小而失去謹慎的態度，王弼曰：「小怨則不足以報，大怨則天下之所欲誅，順天下之所同者，德也。」⁵⁶小怨不報、大怨欲誅，聖人與天下同道就是「德」，這樣人民久而久之也就不會起爭執。然，對於老子來說，最難的事情總是從最簡單的事開始，也就是一件事釀發為難事，是從枝微末節的小事開始的，所以做大事必須從細微處處理起，只需細心的處理任何事，也就不會出現困難之事。聖人之所以偉大，是因為他不覺得自己偉大，誠如前面所述的「功成弗居」的工夫，而聖人不輕易的給予承諾，因為隨意的給予承諾鮮少會實現，這是下文即將討論「慎終如始」的觀念，聖人將價值問題當作難事謹慎以對，所以對他來說終其一生不會遇到難事，因為在釀發為價值困難前他已經解決。

〈第六十四章〉：

其安易持，其未兆易謀。其脆易泮，其微易散。為之於未有，治之於未亂。合抱之木，生於毫末；九層之臺，起於累土；千里之行，始於足下。為者敗之，執者失之。是以聖人無為故無敗，無執故無失。民之從事，常於幾成而敗之。慎終如始，則無敗事。是以聖人欲不欲，不貴難得之貨；學不學，復眾人之所過。以輔萬物之自然，而不敢為。

世間在安定的時候，容易掌控，相對的，於有混亂徵兆出現的時候就容易被圖謀，脆弱的時候，容易被分解，細微的時候，容易消逝，王弼曰：

以其安不忘危，持之不忘亡，謀之無功之勢，故曰易也。雖失無入有，以其微脆之故，未足以興大功，故易也。此四者，皆說慎終也，不可以無之故而不持，不可以微之故而弗散也。無而弗持，則生有焉。微而不散，則生大焉。故慮終之患，如始之禍，則無敗事。⁵⁷

要說明的是，看似穩定的局面，反而要謹慎以待，不可輕忽馬虎，所有事件都必須慎始而終。如此格言式的表述，其意思在價值觀念方面，如同〈六十三章〉所述，價值事務或事情微小之時，應敬慎以待，如果以輕忽心態看待的話就有可能

⁵⁵ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁287。

⁵⁶ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，1993年，頁164。

⁵⁷ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，1993年，頁165。

將小事化為大事，這章可與〈六十三章〉視為再一延伸。然老子於此章再表示，高大的樹木，是從小苗成長，看似高闊的高台，也是靠一磚一瓦建築起來，當然走長遠的路，是靠一步一足走來，所以困難的事也是經由一些小事累積而成，告訴吾人所有的事情都是由「小」成「大」；由「少」成「多」。而「有心有為」者不懂「慎終如始」，且堅守己見，必定招來失敗；但聖人行「無為」的工夫，所以沒有「心知執著」，所以沒有任何損失。而吾人在人世間，常會因為快要成功而輕忽，招致失敗，所以老子於前文就已經提醒吾人，不可在細微之處或者是安定的時候就輕易或隨意處置，應「無為心」行「無為事」然以「慎終如始」心態看待每件事。

〈第七十章〉：

吾言甚易知，甚易行。天下莫能知，莫能行。言有宗，事有君。夫唯無知，是以不我知。知我者希，則我者貴。是以聖人被褐懷玉。

綜觀前面所述，老子有所感概，他所說的話很簡單，也很容易去實踐，但是天下人不一定能理解，也不能實踐，所謂的「知易行難」，為何如此，老子做了自我剖析。因為吾人對於世間的功名利祿這些世俗之物過於執著，所以當他要不執著，不起爭奪之心，就會受到阻礙，正如前面〈第四章〉所提「淵兮，萬物之宗」及〈第二十六章〉的「靜為躁君」，都指涉為「道」意，「道」深遠靜謐，它的意義可以啟發吾人，王邦雄先生說：「『無知』是無掉心知，解消執著，不打出自己的名號，不彰顯自己的光彩，所以天下人『不知我』。」⁵⁸因為「無心無為」且「功成弗居」，所以人民更難了解它的好，正因為老子行「道」之事，所以了解他的道理的人少，能夠取得其「道」法又更加困難，真正的聖人因為知足寡欲，所以就沒有華美的服裝，所以粗布做成的衣服也可以，就如同人民一般。但聖人的懷中藏有著美玉，卻無人知曉，這是否意謂得道者的困窘？其實不然。因為聖人不炫耀自我來遮掩他人，也就是光彩奪目可能會讓人心生厭惡及令人保持距離，反倒是和光同塵才能長久與眾人同在。

〈第七十一章〉：

知不知，上；不知知，病。夫唯病病，是以不病。聖人不病，以其病病，是以不病。

陳德和先生說：「此章之文義重點乃是：首先點出心知定執為病痛形成之所以然，繼之說明其診察、治療與痊癒之可能。」⁵⁹他將此篇章譬喻為如醫生看診般，先找出病徵，對症下藥，筆者認為《道德經》整部經文，就如同一部人生的

⁵⁸ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁320。

⁵⁹ 陳德和，〈論老子《道德經》即無即道的境界哲學〉，《鵝湖學誌》，第56期，2016年6月，頁56。

「醫藥辭典」般，所以對於陳德和先生的這種譬喻，筆者是相當認同的。人常有個通病，就是不知道的事物也稱自己知道，而文中並不是指「知識」上的理解程度，而是對於「道」的體會態度，也就是對價值依據的反省與否。依照這種理解脈絡，可以知道，了解「道」者，行「無為」工夫，除了是自我反省外，也知道不彰顯自己的光芒，這樣的態度反而是最佳的。老子不斷於文中提醒吾人，別把自己的鋒芒畢露出，必須韜光養晦那般。然而不了解「道」的人反而大肆宣揚自己知「道」，顯得愚昧，這樣的行為對於老子來說就是生病，陳德和先生說：

依道家之見地，舉凡具開放性之胸襟而不為意識型態所封閉、亦不為片面之知見所限囿者，即是真人的典範，莊子在〈大宗師〉中說：「且有真人而後有真知」，惟此真知乃是「墮肢體，黜聰明，離形去知，同於大道」者，可見真人之有知必是消解我執、開釋我識、肯定多元、容受異己者；真人因能無掉知的執著，亦即無執於一己之所知，故能有真知，是以真知亦可名之曰「無知」或「不知」也；相較之下，俗人自不同於真人之豁達，他昭昭察察的自以為有所知，甚至堅持己見並將它當做世間唯一的真理，殊不知如此獨斷的思維最容易造成不同意見間的對立和衝突，說它是小知小言亦宜也，視之為生命的大病痛更是一點也不為過。⁶⁰

由此可見，世間的紛爭都是堅持己見及不容異己等者所製造出，因為如此才被老子稱為生命的病痛，然聖人如前所述，因為無所執，所以不會有這種「病痛」，如吾人可以以「無」的工夫，消解其我執、我固，就可以使人生毫無芥蒂的自在，可人們因為心向外逐，心知我執日益增加，人生必然苦痛。

〈第八十一章〉：

信言不美，美言不信。善者不辯，辯者不善。知者不博，博者不知。聖人不積，既以為人己愈有，既以與人己愈多。天之道，利而不害；聖人之道，為而不爭。

真實的話聽起來不中聽，悅耳的話不能相信，如同「忠言逆耳」那般，赤裸的真實總是讓人難以接受，但是它卻是最真實的。對於老子來說，有著天真本德的人，不會因為我執而去跟他者辯駁，而是以寬大的胸襟包容異者，但是辯駁的人通常心知執著下，容不下與他相異者，而博者如〈七十一章〉所示，真正有「道」之人，不會誇耀自己的才華，反而韜光養晦，而自認為有「道」者，就喜愛與人炫耀反而顯得愚昧，而聖人行「無為」之工夫，看似「無」但卻是「有」給予人民，而他這樣的行為不會讓他有困頓，反而得到內心的充裕及富足，最後，老子給出了總結，「道」生化萬物，但卻不干預萬物的生化，由「無」生「有」，然這樣的行為是滋潤萬物，不是壓抑，相同的道理，聖人行「道」，孕育百姓，讓他

⁶⁰ 同上註，頁 57。

們適性成長，不與他們爭奪，讓他們行「自然」成長。

由此節可了解，「無」的智慧，並不是什麼都不做的消極義，反而是面對生命實踐問題的正面解決且積極的方法。從許多經文可看出，透過「無」的工夫，人生可免除困苦病痛，人們就因為堅持己見、排除異己，心向外追逐名利富貴，造成心靈與人生的負累。老子苦口婆心的不斷提醒人們，學著放下，回歸「道」所賦予之天生本真，才是有價值意義的人生道路。

第三節 知足去執

了解到「無」的工夫的智慧，可以知道透過此工夫可達到對於人生的良好的心靈品質，雖有「無為」來使自我的心靈得到平靜，可人世間的誘惑，不只是物質的還有心靈層面，然這些「欲求」過多，甚至是盲目追逐下，漸漸的，「欲」替代了心靈充實，人們的心變得「偽」，然進而從「欲」中獲得最快的滿足感，人們變得自私自利、冷漠，人們也被麻痺成一生目標就只為得達到某些目標，失去更多的生命品質及本真，《道德經》確切告訴吾人，過度的浸欲會使人盲目甚至是使得自我生命品質下降的主因之一也不為過，對於筆者來說，透過「無為」的工夫，促進了心靈平靜外還可「去執」，「去執」的當下也從這些「欲」中取得平衡，是個人生學問。

〈第二章〉：

天下皆知美之為美，斯惡已。皆知善之為善，斯不善已。故有無相生，難易相成，長短相較，高下相傾，音聲相和，前後相隨。

由於人們因心知執著而產生的價值觀，是造成世間的紛擾之一，⁶¹這些價值觀上的不同及對立，也是一種「欲」，人們對於自己的價值觀產生的我執，透過抨擊他人的價值觀，達到自我的確立，這種「欲」筆者粗略的分類為是：比較上的高下，透過將他人的價值觀貶低，突顯自我價值觀的高上或高遠而有的成就感，就是因為如此，人間才會對於「不同」的想法、價值觀等等產生歧異，而從經中可知，日常生活的一些「對比」中就可以知道，吾人生命都是處在一種「對比」下的「價值觀」衝突，光是有「美」就會出現「醜」，不同的時代對於美醜的價值觀都有不同，人們自身主觀的審美觀更大不同，光是這些「對立」及「不同」就可以使人們產生紛爭，劉笑敢先生說：「老子卻認為，如果普天下的人都以為某之美物為美，那麼這本身就是惡了；如果普天下的人都知道某種善行之為善，那麼這本身就是不善了。」⁶²筆者將「本身」理解為價值觀，也就是說在評判某價值觀為「好」或「不好」的判定當下，這行為就是錯誤的，而這評斷就會變成了個對立，對於老子來說這就是造成紛爭的來源。然在這些「欲」下，人間

⁶¹ 於本論第三章第二節有詳細的敘述。

⁶² 劉笑敢著，《老子：年代新考與思想新詮》，臺北，東大圖書公司，2007年，頁156。

必然是混亂不堪，透過「去執」工夫，將自我的價值觀跟我執「取消」，當然，這種「取消」並不是把自我的個性等等知識性的判准給「取消」，而是放下自我的堅持以開闊的胸襟去接納不同的聲音，當然，並非連反價值或不道德也接納，否則就變成是非不明了，這必須強調。

〈第三章〉：

不尚賢，使民不爭；不貴難得之貨，使民不為盜；不見可欲，使民心不亂。是以聖人之治，虛其心，實其腹，弱其志，強其骨。常使民無知無欲，使夫智者不敢為也。為無為，則無不治。

此章主要對於上位者的喊話，我們可以從古今中外的歷史可以得知一些君王因為浸淫在自己喜惡中，進而造成被推翻的經驗，所以老子提出了：不尚賢、不貴難得之貨、不見可欲，來提醒上位者不應該讓私心私欲來駕馭民眾，而河上公將第三章取為：「安民第三」⁶³，由此可見，先安上位者，就可達到安民的效果。不尚賢，君王不提倡需有某種特殊才能的人，就不會使賢才的人為了爭奪「被需要」而互相猜忌及傷害；不喜愛難得的東西，人民就不會想盡辦法去獲得而去竊盜；不誇顯自己喜愛的事物，人心就不會因爭奪而混亂。聖人作為實踐典範就是，實自我沖虛，心理除去我執，才能接納其他事物，削弱自我的意志，也就是不堅持己見，因為除去我執及我固，所以內心寬闊，當下的生命回歸自然本真，順「自然」而行，當然也就能夠自在的走在人生道路上，如同〈第十七章〉說的：「百姓皆謂：『我自然。』」。沒有紛爭，沒有心知執著，人民就也能安心的耕作，當然糧食充裕、體態健壯。河上公曰：「反朴守淳。思慮深，不輕言。」⁶⁴而此段經文常被不理解的人認為是老子要君王把人民當愚民控制的言論，⁶⁵而這當然是錯誤的解釋，「知」非「知識」的「知」解釋，而是所謂的「心知執著」。君王去掉「欲」行「無為」工夫，影響到人民，人民也上行下效，不心知執著，反而是從繁（煩）變為樸的轉變，是一種心靈上的提升。而「無欲」也非是取消所有「欲求」，老子抨擊的是所謂的「過度」的「欲求」。老子當然不否認人都有生理需求，但是不要在過多甚至是浸淫在其他的物質紛擾上，這才是生命實踐應有的方向。轉化到政治面向上，因為君王的不尚賢及人民的「無知無欲」下，不會產生那種汲汲營營必須闖出新名堂的有智之士，畢竟對於老子來說，這種人因為自我才幹的優越、自滿，反而心知執著深，不僅是造成紛亂也是讓自我生命陷入困頓，所以君王必須行「無為」心做「無不為」之事。

〈第七章〉：

⁶³（宋）呂東萊重校，《音注河上公老子道德經》，臺北，廣文書局，1990年。

⁶⁴同上註，頁5。

⁶⁵惟「使民無知無欲」與「使智者不敢為」之說，引來愚民思想與反智之論著質疑。王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁28。

天長地久。天地所以能長且久者，以其不自生，故能長生。是以聖人後其身而身先；外其身而身存。非以其無私邪，故能成其私。

引文指出「道」的運行是不止息的，所以能使萬物生化是長久且綿延不絕，王邦雄先生說：「所以的『以』，一者當『用』解，二者當『因』解，此非現象因果的串連，而是問天地自身能夠長久的理由何在，或根據何在，此根據是超越根據，說的是生成原理。」⁶⁶，由此可知，上引文非是表述「道」的因果關係，而是問「道」如何能夠使天地萬物長久存在的原因，因「道體」的「沖虛」，所以能夠「生化萬物」，「無」掉了自我反而「生化」萬物，這就是「道體」的超越性。而且聖人以這道理實踐在人間，王弼曰：「無私者，無為於身也。身先身存，故曰能成其私也。」⁶⁷所以他不站在人民面前，大肆宣揚自我的才能，反而退居人民身後，讓人民能有自我發展的空間，也就是「功成弗居」，而人民受到照顧及保護下就身存，然而聖人也身存，這如同「道體」那般，有「無」也有「有」那樣，一體兩面的互相共生共存，行「無為」工夫的聖人，去執去私，因為這樣的人格表現，反而更能成就自己。筆者認為此章雖看似在說明天地長久的生成關係，但實質上是在敘述聖人可以與「道」那般，有著謙讓的精神，他藉著「去我執」行「無為」事，生化黎民百姓的「有」，而不像政治有為者，只要一展長才之處就必須嶄露頭角，對於老子來說，這樣反而會使眾生生命快速的凋零。

〈第八章〉：

上善若水。水善利萬物而不爭，處眾人之所惡，故幾於道。居善地，心善淵，與善仁，言善信，正善治，事善能，動善時。夫唯不爭，故無尤。

「水」對於老子來說是非常極具重要的元素，他認為「水」的處下以及能隨順物體容器的不同而改變，且水又能滋潤、養育萬物，是一種非常符合他思想的可用元素。老子開頭就說最崇高的人格表現就如「水」那般，有著處下且利萬物的人格，那水「善」在於它的「不爭」，它滋潤且孕育萬物，卻不會回頭跟萬物索討，也就是「功成弗居」的概念，然它處在人們都討厭的低處，利用水的特性來表示聖人的人格，不會汲汲營營的往上爭求什麼，反而處在低下處，成全萬物，這樣的心態及行為反而是接近「道」的，因為「道」是以「無」的作用去生成「有」，換句話說給出了自己的空間，讓萬物生長，王邦雄先生說：

水無心，不知自己往下流，所以不會有委屈感，也不會逼出悲壯感，所以不會抗議天下人對我不公平，也不會逃離自己的水性下流。就是因為無心不知，無分別也不計較，才可能永遠的往下流，也永遠的生萬物。⁶⁸

⁶⁶ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁43。

⁶⁷ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，1993年，頁19。

⁶⁸ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁48。

雖然以自然（物理）來說，水的特性就是下流入海，但只要將它其特性轉化成一個人的人格特質，其實就是非常崇高的一個人格，當中也呈現了老子對於人們期待，當他區於卑下之處（無），反而是彰顯高處的光芒（有），換句話說如果沒有這種願意處於卑下處的人，高處人的特殊反而彰顯不出，筆者認為這是一種反向的正面思考。然，這種人，無論身處何處、心境為何，他都能以這種「無」的工夫，這當然也是「去執」，除去了對於自己必須達到什麼樣的成就，能夠無心自然的去執，這樣生命也就沒有負擔。

〈第九章〉：

持而盈之，不如其已；揣而稅之，不可長保。金玉滿堂，莫之能守；富貴而驕，自遺其咎。功成身退，天之道也。

如果把持某些事物，反而會溢滿，如同一個水杯如果一直讓它處於裝水狀態，水就會溢滿，老子想要提醒某些人，如果過分的把持，不適度的放下，反而會失敗，就像是權力，過分的把持，就會變成專制，而專制過久就會被推翻，重要的是適時的放下，而不斷的敲打鐵器，使它銳利，但是銳利之下必定會傷害自己及他人，如果把鐵器比喻為自身，過度的敲打也是會使自身消損，甚至會折斷。而「金玉滿堂，莫之能守；富貴而驕，自遺其咎。」可與「持而盈之，不如其已；揣而稅之，不可長保。」做一呼應，已經非常富裕，但是卻不自知而欲要多還要更多，反而會不能守成；然因富有而驕傲，反而招來禍害，最重要的是知足，如同過去的朝代，疆土已經很壯大，但執意的去侵略他人，因為戰事造成的國庫耗損以及失去了人民，將自身（國家）陷入了危難。這可說是老子的歷史省察⁶⁹，因為功成身退才是王道。對於筆者來說，此章節明顯的敘述人要知足，別去過度擴張自我的欲望，了解何謂「適可而止」才是重要。

〈第十二章〉：

五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽，馳騁畋獵令人心發狂，難得之貨令人行妨。是以聖人為腹不為目，故去彼取此。

在這指得是人為出來的感官享受，「五」指的是多數，意指除了自然的聽、看、嚐，還多了許多人為的部分，視覺如美色，看多淫魅的舞蹈，就會想要看更多人為出來的視覺創作等等，對於純樸的自然之色反而覺得索然無味；聽多了靡靡之音，對於自然下的聲音反而聽不進去；吃過多人為，反而對於自然且無添加的食品以為不是味道的本來面貌，⁷⁰過度的在玩樂間，讓自己的心處於在一種靜

⁶⁹ 於《漢書·藝文志》中提起：「道家者流，蓋出於史官」。基於此觀點，行文中筆者採取過去歷史的所發生的事情，來加強論述。（漢）班固撰，《漢書》，上海，商務印書館，1955年，頁28。

⁷⁰ 於《戰國策》中有提起：「齊桓公夜半不寐，易牙乃肩敖燔炙，和調五味而進之，桓公食之

不下的狀況，⁷¹過度追求稀世珍寶，反而讓自己身敗名裂。綜合以上，都是過度浸淫在某種狀態下，失去了天生本真該有的感官，「盲」、「聾」並不是真的失去這些感官的作用，而是沒辦法接受純樸，只能「好」還要「更好」，這造就了人生往物質追求，造成內心的負累，侵蝕人心。老子認為「為腹」「不為目」，「為腹」筆者認為是最純粹的生理需求，也可以代稱天生本真，不能只從表面的解釋來看，這樣就變成聖人只要求吃飽，變得非常庸俗，但粗略的解釋也是可行。「為目」可以如前面經文衍伸為是「向外追逐」之意，換而言之，聖人保持自我的天生本真，不向外追逐那些過多的欲求，知足當下的生活，屏除過度的需求。

〈第十三章〉：

寵辱若驚，貴大患若身。何謂寵辱若驚？寵為下，得之若驚，失之若驚，是謂寵辱若驚。何謂貴大患若身？吾所以有大患者，為吾有身，及吾無身，吾有何患？故貴以身為天下，若可寄天下；愛以身為天下，若可托天下。

對於老子來說「恩寵」與「屈辱」都是「驚嚇」的感受，因這些感受都是他者所給予，所以心情上的起伏是由外在所給的刺激，對於心境來說是很大的負擔，然他進一步的解釋「寵辱若驚」，「寵為下」，為何恩寵是低下，是因為得到恩寵的人，他會戰戰兢兢的想維持這份恩寵，在這戰戰兢兢中反而失去了自我的人格，為了維持這份恩寵，他或許要去趨炎附勢權貴或者是給予者，所以變得亦步亦趨不敢再展現自我，所以顯得卑下，相對的，因為害怕屈辱，對於自身的作為不敢再進一步的展現，深怕被他人所批評，成了作繭自縛。而無論是「被恩寵者」或「被屈辱者」都是以種得患失的心情過生活，所以對於老子來說是「寵辱受驚」。河上公曰：「問何為寵，何為辱？寵者尊榮，辱者恥辱及身。還自問者，以曉人也。辱為下賤。⁷²得寵榮驚者，處高位如臨深危也。貴不敢驕，富不敢奢。失者，失寵處辱也。驚者，恐禍重來也。解上得之若驚，失之若驚。」⁷³這邊河上公解釋成「屈辱」是低下的，似乎與原文不同，但是解釋上是可通的，無論是

而飽，至且不覺，曰：『後世必有以味亡其國者。』」，因為要討好國君而烹煮自己的兒子，國君反而不覺得此人殘酷，反而認為此人是個忠臣，為了自己的口腹之慾，連自己的兒子都肯宰殺烹煮給自己食用，筆者認為，這是一種人為的五味，先不談口味如何，這是一種泯滅人性的作為，但國君卻不覺，所以這算是一種「口爽」之下的蠱毒。（西漢）劉向集錄，《戰國策（下）》，臺北，九思出版公司，1978年，頁847。

⁷¹ 「馳騁畋獵令人心發狂」王邦雄先生的解釋是：「此不是獵殺飛禽走獸，而是獵殺人頭，『令人妨礙』是妨礙人生的日常之行。」讓筆者想起，有些變態殺人魔，從小都有虐殺動物的喜好，等到成人對於宰殺動物已經不能滿足，就開始殺人，所以筆者認為王邦雄先生這樣的解釋也是可以，或許在宰殺動物的時候已經是泯滅自己對於生靈的憐憫心，對於生命的價值觀已經產生了扭曲，所以老子說：「心發狂」也可以說是性情的瘋狂，當然這些狀態都造就了人生的負累，也就是妨礙。王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁68。

⁷² 王弼本為：「寵為下」，河上公本為「辱為下」，於帛書老子中，甲本為：「寵（寵）之為下。」乙本為：「弄（寵）之為下。」筆者猜測河上公，為了讓注解通順易理解，所以改寫經文，如將寵辱視為對比式的表述，此解並不妨礙老子的意思。高明撰，《帛書老子校注》，北京，中華書局，1996年，頁276。

⁷³ （宋）呂東萊重校，《音注河上公老子道德經》，臺北，廣文書局，1990年。

「恩寵」與「屈辱」都是由外界所給予，所以兩者都是過著戰戰兢兢的心情，筆者將河上公的註解理解為是「寵辱」合併下的解釋。接下來他又更進一步解釋為何這是一種大患，陳德和先生說：

「有其身」並非單純指稱自我身體的擁有而已，或至少不以自我身體的擁有做為文義章句中的解釋重點……「有身」或「有其身」理當是指「有執於身」、「有執於我」，總之就是太過刻意的在乎自己、太過刻意的維護自己，更明白的講那就是「我執」、「我著」之甚。⁷⁴

從上可以了解，並不是單指形軀的意思，而是自身過於執著，是一種心境上的行為，順著陳德和先生的「為吾有身」解釋，對於「及無吾身」這句解，可解出是以除去「我執」之意，也就是「貴身」，換而言之，老子要表達的就是，如果自身過於執著那些寵辱，反而造成了生命的負累，也就是「患」，但是「消解我執」之下，大患不是大患了，而「貴身」有兩種解釋，一種誠如陳德和先生說的，不執著於自我，消解自我，不以身為身的概念。一種是養生上的「貴身」（貴生），是只從重視身體上的保養，可這樣就變成聖人重視身體，但不符合後經文的文脈，因為如以養生上的「貴身」來解，變成了聖人只重視自己身體，對於天下人似乎是沒有幫助的。然，依陳德和先生的理論來看，因貴身才能將天下寄託於他，意指因為他「去執」猶如「道」那般，消解了自己而成就了萬物。這可參考莊子〈德充符〉中所云：

魯有兀者叔山無趾，踵見仲尼。仲尼曰：「子不謹，前既犯患若是矣。雖今來，何及矣！」無趾曰：「吾唯不知務而輕用吾身，吾是以亡足。今吾來也，猶有尊足者存，吾是以務全之也。夫天無不覆，地無不載，吾以夫子為天地，安知夫子之猶若是也！」孔子曰：「丘則陋矣！夫子胡不入乎，請講以所聞！」無趾出。孔子曰：「弟子勉之！夫無趾，兀者也，猶務學以復補前之惡，而況全德之人乎！」無趾語老聃曰：「孔丘之於至人，其未邪？彼何賓賓以學子為？彼且蘄以詭詭幻怪之名聞，不知至人之以是為己桎梏邪？」老聃曰：「胡不直使彼以死生為一條，以可不可為一貫者，解其桎梏，其可乎？」無趾曰：「天刑之，安可解！」

雖明白的表示那些人是身體殘缺，但是筆者認為在此如果將老子的「貴身」概念代入，那些人（形軀殘缺者）其實就是「去執」，正因為「去執」他們比形軀完整之人（有著我執）反而更得人民愛戴，執著帶來的造作是人們痛苦的源頭，也因為我執而看不清楚真正的生命本真，只憑藉著外在給予的一切來當作一價值觀與實踐的依據，是不適當的，無論老子或者是莊子，在經典中都不斷的重複強調

⁷⁴ 陳德和，〈論老子《道德經》即無即道的境界哲學〉，《鵝湖學誌》，第 56 期，2016 年 6 月，頁 54。

這方面的反省。

〈第十九章〉：

絕聖棄智，民利百倍；絕仁棄義，民復孝慈；絕巧棄利，盜賊無有。此三者以為文不足，故令有所屬：見素抱樸，少私寡欲。

此篇文章後人有多有誤會，如同〈第五章〉相同一樣，會被誤會成個反社會、反文明的篇章，對於老子當時的年代來說，禮制已經疲乏，是個空有框架毫無內容的制度，而他要反對的是所謂的心知造作，王弼曰：「聖智，才之善也；仁義，人之善也；巧利，用之善也。」⁷⁵，聖者並非聖人解，對於老子來說，聖人已是行「無為」工夫者，不會有所執，否則是自相矛盾。根據蔣錫昌先生解：「聖者創制立法，智者舞巧弄詐。」⁷⁶以及王邦雄先生說：「依道家的省思，仁義有心，而聖者有為，有心是心知的執著，有為則是人為的造作，此即儒家『其次，親而譽之』的有為治道。」⁷⁷，綜合兩者，由此可知老子指得「聖者」並非道家義，而是儒家義，也可以說是世俗的執政者。對於他來說，儒家聖人所崇尚的理念，經過禮崩樂壞，變為是束縛人心的主因，而「智者」如同〈第三章〉所提的：「使夫智者不敢為也。」指得是有才能但卻汲汲營營想要嶄露頭角的人，而絕棄如〈第五章〉的「不」一樣，並不是本質上的否決，否決的是那有心有為下的造作，所以絕棄可說是「去執」工夫，執政者行「無為」工夫，人民就有空間生存。而絕仁棄義也與上述相同解法，聖者如果有心提倡仁義，反而會使這價值墮落，變為虛偽的價值，如同〈第三章〉那樣，給予個價值的標準，反而落入了人心向外追逐的困境，內心永無安寧，所以應該去除對於價值標準的建構，讓人民回歸本真的價值。去除了巧智與利益，人民回歸安寧的生活不會淪落為盜賊。雖提出了這聖智、仁義、巧利，但對於他來說不足以將天下亂象說盡，要如何解決這些亂象使人有歸屬，老子提出了「見素抱樸，少私寡欲。」王弼曰：「屬之於素樸寡欲。」⁷⁸意指不追求外表的華麗，內心保持樸質，除去過多的欲望，不過度的浸淫在欲望中。

〈第二十章〉：

絕學無憂，唯之與阿，相去幾何？善之與惡，相去若何？人之所畏，不可不畏。荒兮其未央哉！眾人熙熙，如享太牢，如春登台。我獨泊兮，其未央，如嬰兒之未孩；儻儻兮，若無所歸。眾人皆有餘，而我獨若遺。我愚人之心也哉！沌沌兮，俗人昭昭，我獨若昏。俗人察察，我獨悶悶。澹兮其若海，颺兮若無止。眾人皆有以，而我獨頑似鄙。我獨異於人，而貴

⁷⁵ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，1993年，頁45。

⁷⁶ 蔣錫昌著，《老子校詁》，臺北，東昇文化事業，1980年，頁118。

⁷⁷ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁95。

⁷⁸ 與15註相同。

食母。

「絕學無憂」與〈第四十八章〉一樣，並不是反智之說，老子其實是反對心知造作下的「政教禮樂之學」，應諾的回應與喝斥的回應，或是善與惡的相對，只不過是價值上的不同，不同的人來看待這些，必定有不同的解釋。對於老子來說只是主觀上的不同及執著，人們畏懼的，也就是價值觀與多數者不同。對於老子來說這是不需畏懼，因為「去執」就不會對價值上的分別有所執著，無所執也當然就不會有畏懼。然接下來，他使用了許多對比，眾人喜悅熱鬧對比自身的恬淡靜謐；眾人求事事有餘對比自身毫無所剩，說得是眾人斤斤計較事情須要有餘力或者是有奢的有為造作，與自己的無造作的無為之心。眾人的昭昭察察，自身的昏昏悶悶，用來說明人們的對於價值的對立小心翼翼，但是卻已陷入了我執的泥淖中，只有自己像是昏庸的人似的，反而是心境上的超越。心理無所計較的人已無所執，所以表現得似乎不精明的模樣，但其實是脫離了那泥淖，心境如大海那般廣闊且深遠，如風般的不會滯留在某地，這也可以說是他的心境不會執於某個點上。眾人求事事皆須有用，對於他們來說我卻像愚笨之人，這可說是「無為」以為工夫的寫照。人們通常不能理解這樣的心境超脫，都視之為愚笨且沒有效用，如同莊子於〈人間世〉中所說：「人皆知有用之用，而莫知無用之用也。」⁷⁹「無」以為用的人其實是無所求的生命表現，這樣的「去執」工夫實踐，反而如同回歸嬰孩吮吸母親乳汁那般，是回歸了天真本德。

〈第二十二章〉：

曲則全，枉則直，窪則盈，敝則新，少則得，多則惑。是以聖人抱一為天下式。不自見，故明；不自是，故彰；不自伐，故有功；不自矜，故長。夫唯不爭，故天下莫能與之爭。古之所謂曲則全者，豈虛言哉！誠全而歸之。

上引文藉由相對性的表述，可能造成對於不理解老子的「正言若反」的精神的人，會認為老子是個消極主義者。⁸⁰但如果了解老子思想的生命智慧，就可以知道老子其實是要人們消解心中的執著造作，化除了對於對立面的執著，也就能「無為而無不為」了，否則以一般的解釋可能會對此章有極大的誤解，以為老子主張用操作對立的陰謀的方式來看待人間事物。其實從「少」與「多」的理論關係，就可知道老子不是陰謀論者，因為「少」與「多」不以實有層上的「次數」來解釋，而是以作用層上的修養來看待，王邦雄先生說：「『少』是『為道日損』，『多』是『為學日益』，心知減損的『少』是體現道的工夫修養，心知增益的『多』，對道行而言，反陷困惑。」⁸¹心知執著下，反讓人更陷入手足無措，所以聖人要

⁷⁹ 郭慶藩著，《莊子集釋》，臺北，華正書局，2010年，頁186。

⁸⁰ 關鋒著，《莊子內篇譯解和批判》，北京，中華書局，1961年，頁32。

⁸¹ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁108。

治理天下，就要行「道」的「無為」的工夫，就是經文的「抱一」，此處的「一」為「道」義，實踐道乃是天下的依歸。接下來，老子用「不……」而「故……」的敘述，以「正言若反」的思維表示聖人因行「無為」工夫，不凸顯自我的才幹，反而看得清楚世間的是非過錯，如同「無能生有」那樣，無掉了自我，去掉了「我執」，給予了萬物成長的空間，在這過程中反而保障事事物物的存在。而聖人也不跟天下人爭，當然天下人也不會跟他爭，人間事物也就不存在著緊張衝突。對於老子來說，「曲則全」這不是消極且矛盾的，而是一種從反省而來思考人生的積極思想。

〈第二十三章〉：

希言自然。故飄風不終朝，驟雨不終日。孰為此者？天地。天地尚不能久，而況於人乎？故從事於道者，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。信不足焉，有不信焉。

引文提起的「自然」，並非物理界的「自然」義，而「希」如本論前面章節所述，是稀少的意思，直譯就是稀少的言語，才是自然，但是人們的交流大多都是透過言談來進行，如果解作為言語，這樣就變成人們「無言」的狀況，所以「言」⁸²應是聲教法令，對於老子來說，就是希望執政者少頒布政令，不干擾人民的生活才是順應「自然」。狂風與暴雨都無法維持一天，而造成這狀況的是天地，後文的「天地尚不能久，而況於人乎？」的反問，天地這樣的狂風暴雨都無法維持一整天，更何況是人，換言之，天地「有為」的狀況下都不會維持得長久，人們的有心有為更是不會長久，老子提出這樣的比喻，用意是告訴吾人「有為」並不會長久，必須以「無為心」來實踐人生道才是正解。走在「道」上的人，生命自然就會有「道」，相同的，修德之人，生命自然就會有「德」，然兩者都沒有的人，生命當然也就什麼都沒有。得「道」者與修德者，他們的因為一生都做其工夫（道與德），所以展現在他們的生命體現上，當然的失去這兩者的人，也是如此，這表示了人們如果沒有此體認，生命可能就索然無味，所以最後與前文相呼應，如果為政者誠信不足，怎麼可能人民會相信他，最重要的是除去心知執著上的造作，如同開頭所說：「希言自然」那般。

〈第二十四章〉：

企者不立，跨者不行，自見者不明，自是者不彰，自伐者無功，自矜者不長。其在道也，曰：「餘食贅行」。物或惡之，故有道者不處。

「企」也就是踮起腳尖者，河上公曰：「跂，進也，謂貪權慕名，進取功榮也，則不可久立身行道也。自以為貴而跨於人，眾共蔽之使不得行。」⁸³，以這

⁸² 可從〈第二章〉的：「行不言之教」中得出。

⁸³ （宋）呂東萊重校，《音注河上公老子道德經》，臺北，廣文書局，1990年。

姿勢不論是行走或者是站立，都不可能持續，反而會摔倒，而跨者，是邁開步伐弧度，想要比他人行走更快，反而不能走得長遠。「見」通「現」，也就是自誇者，因為誇耀自身，反而見不到他者的優點；自以為是者，反而彰顯不出自己的優點；炫耀自我功業者，反而無功⁸⁴；自大者，因為認為自己是最好的，但這種心態卻已經扼殺自己還有可能成長的空間，這四種人與跛者、跨者相同，都想要高人一等，這樣的心態已是執著，因為這樣的執著，使得自身陷入失敗。以「道」來看，這些心態（心知執著）都是多餘的，所以要去執，因為這些心態，對人生是無益的，反而會使人生陷入泥淖，得道者，反而是不會有這些問題。

在〈第二十六章〉提起「重為輕根，靜為躁君。是以聖人終日行不離輜重。」花草樹木因根的扎深（重），所以是花葉的根本，王弼曰：「凡物輕不能載重，小不能鎮大。不行者使行，不動者制動，是以重必為輕根，靜必為躁君也。」⁸⁵由王弼的註解可以知道，凡事都有其根本，如果逆著根本行，是違反道之自然的。

「雖有榮觀，燕處超然。奈何萬乘之主，而以身輕天下？輕則失本，躁則失君。」過於躁進行事，反而會帶來許多的危難，所以，穩重自我，以靜觀動，可免去許多禍事。而聖人依「道」行走在人世間，「終日」可看成一生⁸⁶，不離輜重⁸⁷，意味著，聖人不離根本。雖有榮華富貴，但心態必須淡薄以待。由此可知老子希望上位者不因自己的權位高重享有其華貴，而失了自己的精神心靈⁸⁸，所以出了「奈何萬乘之主」的感嘆，就是因為許多上位者，有著其華貴然沉溺於其中，而造成輕率不自重的決策，失去了國家，也失去自身的性命，這是老子對於上位者的警示。所以這之中重要的是以「寡欲」的心態，免除一切過多的「執念」，以「虛靜」觀照其心，一切必定豁然開朗。

〈第二十七章〉：

善行無轍跡，善言無瑕謫；善數不用籌策；善閉無關鍵而不可開，善結無繩約而不可解。是以聖人常善救人，故無棄人；常善救物，故無棄物，是謂襲明。故善人者，不善人之師；不善人者，善人之資。不貴其師，不愛其資，雖智大迷，是謂要妙。

對於老子而言，「善」是自然的行為，所以他要指責的是利用「善」的行為，換言之，就是有心知造作下的「善」，以「善」為出發點的行動，是不會有任何痕跡，正所謂「為善不欲人知」，且對於老子來說，如果你「認為」你做了件善事，反倒是沒有做，因為已起「執著」，失去了自然本真的「善」，應是不把自己

⁸⁴ 以老子的「功成弗居」的思想來看，這種誇耀自己的人反而是最沒有功勞的。

⁸⁵ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，1993年，頁69。

⁸⁶ 余培林先生與陳鼓應先生都將終日註解成「整天」之意，筆者認為此註釋過於的粗淺，以字面來說是整天之意，但可以理解為「一生」之解會更好。

⁸⁷（宋）呂東萊重校，《音注河上公老子道德經》，臺北，廣文書局，1990年。

⁸⁸ 據〈第十二章〉「馳騁畋獵令人心發狂」的反省，人們容易沉迷於這些外在事物，而有失去精神或心靈生命的危險。

的行為當作一「善」，就如同呼吸般的自然的面對，而這概念於「功成弗居」中可知。王弼曰：「順物之性，不別不析，故無瑕譴可得其門也。」⁸⁹，對於「善言」來說，就是順性而為，不矯柔做作的言談。而善數者，河上公曰：「善以道計事者，則守一不移，所計不多則不用籌策而可知也。」⁹⁰計事是指以「道」來使計畫行事，所以是依「道」而行，也就是無智巧下的作為，因為不心機算計，所以計策也不用多。然，如果執著於「善」上，反而像是門窗的栓，繩結上的結，反而變得難以自我解套。而聖人救百姓，並不會拋棄任何人事物，就因為他有著無執的心，去消解每個人們的執著心，而聖人如如同一面明鏡那般，以自身天生本真的姿態來照現人們，人們見到他的同時也能找回自己的天生本真。而「善」與「不善」如同〈第二章〉所提，都是本質上的不同罷了，此處的「不善」並不是壞、惡的意思，這必須強調，善者是不善者的導師，而不善者也是善者的明鏡，意味著，兩者都是以對方為師，並無高下之分。不執著於對方成就自我的事業，以「無為」心面對，這樣就不會被迷惑了。

〈第二十九章〉：

故物或行或隨；或歛或吹；或強或贏；或挫或隳。是以聖人去甚，去奢，去泰。

因為心知執著下，造成價值上的二分，人心隨著這種二分法而隨之蕩漾，所以老子提出除甚、奢、泰，甚、奢、泰都有著過多的意思，去除甚、奢、泰也意味著沒有這些過多的執念，也就不會有那些想要強出頭或者是高人一等的心態，這是一種生命實踐的智慧。

〈第三十三章〉：

知人者智，自知者明。勝人者有力，自勝者強。知足者富。強行者有志。不失其所者久。死而不亡者壽。

河上公曰：「能知人好惡是為智。」⁹¹所以這邊的「智」指得是那些智巧者，有心有為的去探究他者的優劣，進而算計，而自知自己者，反而虛靜清明，能看清一切世間道理。而勝人者，由前面的脈絡也可知，是有心有為的打造強者模樣，自我戰勝反而比這些戰勝他者人還更是強大，王邦雄先生說：「故所謂『自勝』，從消極言，要克制我心的狂野；從積極言，要不斷自我超越。」⁹²知道自己所缺失，然後克服改進甚至不畏懼，對於很多人來說是非常困難之事，但如果克服，是生命的一躍進。然，知足的人可謂是真正的富有，於《道德經》中，老子不斷

⁸⁹ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，1993年，頁71。

⁹⁰（宋）呂東萊重校，《音注河上公老子道德經》，臺北，廣文書局，1990年。

⁹¹ 同上註，頁41。

⁹² 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁152。

的強調，人們必須要有著「知足去執」的工夫，人生才會陷溺於某些情識中，「強行者有志」依照老子的語言脈絡可知，它是與「知人」、「勝人」者們是同樣，都是有心有為下的作為，王邦雄先生曰：「從『有智』『有力』與『有志』一貫而下的語文脈絡來看，『強行者有志』不可能做正面的解釋。」⁹³且「強行」有堅持、勉強之意，依老子的理念來看，應是負面之意。從「自知」、「自勝」、「知足」來看，可謂是人生的完滿，不僅內心上了解自身優、缺點，進而超越自我，且知足一切，心境上也不會有患得患失的恐懼，對於老子來說，重要的是「心」，王邦雄先生說：「實則，老子認為『死』是『身』的事，『亡』是『心』的事；死亡會成為傷痛，根本不在『身』死不死問題，而是在『心』亡不亡的問題。」⁹⁴有些人身未死，可心已亡，以他之見，人們應著重於內心上的工夫，而不是向外追逐逐名利。如同〈第三十五章〉「樂與餌，過客止。道之出口，淡乎其無味，視之不足見，聽之不足聞，用之不可既。」以及上引〈第五章〉所述，於有為的造作下的聲、色、口腹令人著迷，但它卻會讓人迷失自我，所以此處老子提出「寡欲」，期許吾人別被眼前的美好（物質）給迷惑，而失去人生的天生本德。

〈第四十四章〉：

名與身孰親？身與貨孰多？得與亡孰病？是故甚愛必大費，多藏必厚亡，知足不辱，知止不殆，可以長久。

開頭老子提問，這三提問尖銳的提醒著吾人「什麼才是重要的」，名利與生命哪個親切，反觀有些人的生命中，會因為重視名利，而導致眾叛親離。相對的，生命與貴重的財物哪個重要，因為貪戀財物，而失去生命的例子比比皆是。然，最後個提問，是前兩者的綜合，得到名利及眾多的財物，但失去了內心的平靜，失去天真本德，哪個才是真正的傷痛，這些問題雖看似淺顯易懂，但實質上吾人真有那毅力去貫徹的能有幾人，老子真切的迫問，吾人應停下腳步，好好省身自我。過於的執著於名利上，心思一直不斷與人角力或追逐智巧，弄得自我心神消損過大，反而精神耗弱。過於的貪戀貴重的財物，但有得必有失，財富不可能滿足，畢竟世人都希望錢財能有多少是多少，不可能有個滿足的界限，然於這種心態下，一方面希望財富能夠增加，一方面又擔心財富一夕間消失，就在這種患得患失的心情下，內心也變得疲乏。所以「知足」、「知止」是解決這種心態的方法，知足的人，不會因為財富的多寡而有心情上的變化。知止的人，知道何為界線，不會汲汲營營的去獲取，王邦雄先生說：「依語言脈絡來看，可以斷定是足於『身』，且止於『身』。此生命本身不指涉形而下形氣物欲，而指形而上的天真本德；且所謂的『足』，不是尋求物欲的滿足，而是保有天真的值得。」⁹⁵可以知道老子指出形而下形氣物欲的限制，希望吾人不要心向外追逐那些虛幻，進而保

⁹³ 同上註，頁 153。

⁹⁴ 同上註，頁 154。

⁹⁵ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁 202。

障道所賦予之天真本德的美好，因為如此，生命才能長久且不受迫害。

〈第四十六章〉：

天下有道，卻走馬以糞。天下無道，戎馬生於郊。罪莫大於可欲⁹⁶，禍莫大於不知足；咎莫大於欲得。故知足之足，常足矣。

如果上位者走得是「道」，那會是天下太平，老子以馬的生活樣態來反應和平及生靈塗炭的樣貌，上位者無依循著「道」，則會造成國家紛亂，雖用「戎馬生於郊」表示戰事，但其實是意指黎民百姓的樣貌。對於老子來說，最大的罪過莫過於「可欲」之心，因為「可欲」心靈上的不知足，轉而向外追求物欲的滿足，久而久之變成了生命的病痛。對於他來說「可欲」、「不知足」、「欲得」這三種有心造作，是人間的生命痛痛的病灶，最終遏止的良藥就是「知足」，如前面所述，內心知足的人，不會陷溺於那些情識之中，這才是人生最大的快樂。

〈第六十七章〉：

我有三寶，持而保之。一曰慈，二曰儉，三曰不敢為天下先。慈故能勇；儉故能廣；不敢為天下先，故能成器長。今舍慈且勇，舍儉且廣，舍後且先，死矣！夫慈以戰則勝，以守則固。天將救之，以慈衛之。

對於老子來說，「道」有具體的實踐作用，就是「慈」、「儉」、「不敢為天下先」。且這三種「法寶」是人人都有的，不因為出身高低或者是學識淵淺就有差異，「慈」是無為心上的「慈」，「慈」通常是以母當作代表，以〈第二十章〉的「而貴食母」，〈第二十五章〉「可以為天下母」，〈第五十二章〉「以為天下母」，對於老子來說，「道」就是母，依照前述所有對「道」的論述，都可以了解「道」是不干預萬物的生成為「生成」，也就是「無為而無不為」，所以這樣推論下來可以得知，老子的「慈」是無為心的實踐，這「慈」是超越的作用層上的意思，對於他來說，〈第十八章〉所述「六親不和，有孝慈」，孝慈本來就存在於每個人的心中，不用教導也自然的做出其行為，其文句中是老子的「正言若反」，如果過於彰顯孝慈的存在，反而凸顯它的不足，這是要我們反思，並且警示吾人，應該避免建立制式而缺乏價值內涵的事物。「道」因為它的退讓，讓「有」生成萬物，它不做干預，反而讓萬物自我成長，給予了萬物最大的成長空間。「儉」從心神上的儉約來說，也就是「寡欲」，王邦雄先生說：「儉乃儉約之一，亦即『治人事天莫若嗇』的嗇。嗇是心神內斂涵藏，生命不外逐不耗散，亦即『知足不辱，知止不殆，可以長久』之意。」⁹⁷對於老子來說，心神如向外追逐，如〈第十二章〉那樣，心神都奔馳在這些外在事物上，無法使心靈得到安寧，且會陷入逐外的泥

⁹⁶ 於王弼本並無此句，但於帛書甲本：「罪莫大於可欲」以及，乙本：「罪莫大可欲」，而河上公本中也有此句，故此採用帛書中的字句。高明撰，《帛書老子校注》，北京，中華書局，1996年，頁48。

⁹⁷ 王邦雄著，《老子的哲學》，臺北，東大圖書公司，1993年，頁152。

淖之中。「不敢為天下先」，如同〈第七章〉所云「後其身而身先」，因為退守於名利場外，以守護者的姿態守護著人民，不作干預，也不嶄露頭角，讓天下百姓能夠自我成長。換言之，有「不敢為天下先」的生命智慧，這生命智慧是由「儉」而來，因為「儉」的知足寡欲，才能使「不敢為天下先」的生命實踐開展，但這最終的概念是由「慈」所發出，因為有「慈」的「無為而無不為」才能實踐。「慈」的無為心，讓人有勇氣去承擔，對於他來說真正的勇敢並不是展現一些行為才是勇敢，那太過勉強且人為造作，「儉」將內心的空間更加寬闊，「不敢為天下先」的「功成弗居」，這三寶，能為上位者成為所有人的領導。於〈第二十八章〉提起「樸散則為器」可知，有此三寶者，就可成為「器長」。然，許多人都本末倒置、捨本逐末，捨棄「慈」追「勇」，反而成了莽夫。捨「儉」求「廣」，反而讓欲望充斥心靈，變為欲望無限。捨「後天下」搶「先天下」，事事都想強出頭，讓他人看見自己的鋒芒。這些捨本逐末的行為反而招致禍害。

〈第七十二章〉：

是以聖人自知不自見；自愛不自貴。故去彼取此。

聖人有自覺，所以不現自己的才幹，〈第二十四章〉云：「自見者不明」，過度炫耀自己的才能反而會招致禍害，如同〈第九章〉提起的「揣而稅之，不可長保」那般，所以聖人自愛，河上公曰：「自愛其身以保精氣也。不自貴高，榮名於世。」⁹⁸由此可知，自愛指得不是形軀上的保護，而是精神上的保養，不讓精神向外奔逐，使心靈保持虛靜，而因為自愛也就不自貴。去掉「自現」、「自貴」的執著，則取「自知」、「自愛」，上位者不自傲，天下也就回歸了太平。

〈第八十章〉：

小國寡民。使有什伯之器而不用，使民重死而不遠徙。雖有舟輿，無所乘之；雖有甲兵，無所陳之。使民復結繩而用之。甘其食，美其服，安其居，樂其俗。鄰國相望，雞犬之聲相聞，民至老死不相往來。

此章被後人認為是老子希望回到上古的部落生活，可謂是「反文明」之說，⁹⁹但其實不然，讓人產生誤解的是「小」及「寡」，這種單位用詞並非指得是數量上而言，而是就以價值觀上，王邦雄先生說：「凡此之說『小』言『寡』，皆就聖人之主體心境說，並非客觀存在之大小多寡的具體衡量。」¹⁰⁰對於老子來說，是回到樸質的環境及人心，沒有人為造作，順應自然的天生本真。即使有兵器，但也不會使用它，因為國與國、人與人之間都有著其「無為」生命工夫實踐，最後老子為理想的國家治理畫出藍圖，人民順應著自然生活著，對一切都感到知

⁹⁸（宋）呂東萊重校，《音注河上公老子道德經》，臺北，廣文書局，1990年。

⁹⁹王邦雄先生說：「吾人以為，此中之國小民寡，並非意在返回古之部落社會」。王邦雄著，《老子的哲學》，臺北，東大圖書公司，1993年，頁174。

¹⁰⁰同上註，頁175。

足。而「民至老死不相往來」也不是被誤解成負面，對於老子來說，人們還是有互動，但是他們的互動並不影響他者生活。此章可謂是所有老子概念的集大成精華，無論是「無為」、「知足」、「去執」、「虛靜」、「自然」……都於此章一一體現出來。「無為」可由經中的「使有什伯之器而不用」、「無所乘之」、「無所陳之」、「使民復結繩而用之」等中可看出，雖有其器具可使用，但是因為行「無為」事，所以這些器具也可不用，回歸最簡樸的生活模式。「知足」從「使民復結繩而用之」、「甘其食，美其服，安其居，樂其俗」中最为明顯，都是由奢入儉，不需要過多的物欲，便可滿足生活品質。「去執」表現作「雞犬之聲相聞，民至老死不相往來」因「去執」所以不執著於人與人必須形式地互動，雖是互相並鄰而居，然因天下已經太平，人們互動也不是變得冷漠，而是維持著自然下的互動，不會汲汲營營的去干涉他人的生活空間。「虛靜」可從「甘其食，美其服，安其居，樂其俗」中可以看出寧靜的心靈樣貌，至於「自然」則是「鄰國相望，雞犬之聲相聞，民至老死不相往來」中可以體會，一切歸回自然狀態下的生活型態。筆者認為每段文句皆可因工夫實踐而指向心境，換言之，每一段的經文都可用互通工夫來造境，所以可說是老子思想的集大成。雖有許多人會誤解老莊思想，從文獻中可得知，吾人生命有太多的病痛是因為心向外追逐而來，但吾人身陷其中卻不自知，如果說前面的「無」的智慧是藥方，那「知足」、「去執」就是服藥，先由「無」的智慧告訴吾人生命的苦痛來自於哪些執著，然後確切體會如何去除我執以虛靜心觀照人生，這是身為實踐者必須去省視自身的功課。最終，人們的生命必定會如〈第八十章〉那樣的美好，當然這也是老子的理想願景。

第四章 老子生命治療之現代意義

第一節 生命教育

自民國 87 年起，教育部門開始對於「生命」的教育的重視，並不是說我國教育不重視「生命」，而是在當年的聯考制度下，升學主義與考試領導教學，學生們獲得許多課業上的成就及滿足，回過頭來發現，自我生命及心靈方面卻是荒蕪一物。雖然這是制度所造成的問題，但是學生在學習與獲得知識的過程中，教育實踐是否內含結構性的問題，甚至教育本身作為價值觀念來看待，是否也比需思考其中是否存在著哲學問題，這是本節經由上述老子哲學的研究而進行問題探討與提出解決之道。

謝君直先生說：

生命教育的概念與活動原是為了防範孩童吸毒並促進孩童身心健康。而在國內的研究取向上，根據國家圖書館「中文期刊篇目索引系統」所提供的資料，從 1998 年迄今，生命教育的研究題目以包含哲學、宗教、生死學、心理、社會學、文學、教育政策、課程與教學、教師內涵、學生素質、校園與班級經營、自然科學、環保、幼兒教育、護理、身心健康、法律、性別議題、社區營造、科技、音樂、電影、網際網路等領域，由此可見，生命教育的發展已推廣為凡與人類生命表現及其相關活動，皆可視為生命教育的研究對象，這也表示生命教育已從單一概念成為多元的觀念。¹

依謝君直先生所言，其實有關於人類活動的人文關懷放在教育中都可說是「生命教育」，而且在多元的價值觀中，吾人所面對的不單只是人類這生命體，可說是以人類為主開展出去的有關聯的事物都可以是「生命教育」的關心議題。而參照上文強調中國哲學是以「生命」為中心來反省價值問題，所以無論是道家或者儒家或是其他學派，都是在以「生命」、也就是關懷「人」本身做為出發點，開展出眾多的思想。雖然當時古代學者面對的是「周文疲弊」共同時代議題，但是以「生命」為出發點的理路思想與理論，其實很貼近吾人的生活文化及心靈，不會讓人感到陌生及疏離。換言之，如果將教育作為價值哲學實踐，中國哲學思想本身就是個「生命教育」。本節即根據本文對老子《道德經》思想的探討，來申論前述議題，探究道家哲學如何可能落實教育實踐中。

筆者認為，在人生道路上，最首先面對的是價值觀如何面對物欲的執著與追逐，老子在經文中常使用「赤子」的概念，或是以「復歸於嬰兒」來形容「復歸於樸」。對於他來說，剛出生的嬰孩保有最初的天生本真，但隨著年齡的增長，

¹ 謝君直，〈老莊哲學的自然觀與生命教育〉，《人文與社會研究學報》，第 44 期第 2 卷，2010 年 10 月，頁 27。

受到人際及社會關係與教育環境的負面影響下，這天生本真有消失的危機，亦即由「道」而來的自然本性被「遮蔽」了。對於老子來說，生命的天生本真是道體存有的一部分，如「道」那般，是存在的價值依據，換言之，縱使有人生經歷影響，我們也不應該令生命主體消失。於〈第十二章〉所云：「五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽」。老子提醒我們，人們因為後天的環境影響，而轉向外追逐，所以造成身心上的疲乏與生命的迷失，乃至社會的紛亂，所以老子期待生命實踐能夠「無為」、「去執」、「虛靜」、「知足」、「自然」等這些工夫，試圖解除吾人生命之困頓。

人在成長過程中，雖必定是會面對物欲的外在因素的影響，接受教育的過程也是如此，我國從聯考教育體制下改為「大學多元入學方案」，依教育專家、學者的理想遠見，希望可破除聯考制度下的「一試定江山」的詬病，既希望讓教育回歸本質，也希望學子能夠減輕學習上的負擔，但卻因為某些校系，希望能夠收得更優秀的學生，將一些標準總額比例給提高（放寬），導致學子為得搶奪這些名額，反而更是壓力倍增，當初制度的美意也就消失²。〈第二章〉所述「天下皆知美之為美，斯惡已。皆知善之為善，斯不善已。故有無相生，難易相成，長短相形，高下相傾，音聲相和，前後相隨。」價值觀上的「比較」出現時，不是主流價值觀下的價值就會被視為「惡」或「不好」，而我們要反思的是，升學領導教學下的背後是什麼價值，其中一項應是所謂的「未來的就業」，從歷年的熱門學系就可以得知當年的就業價值觀為何，然，筆者認為縱使存在著生活工作的取向，而有實務的想法，然而，人生命存在的意義並非僅是生活中的身心滿足，倘若偏向實際且現實的考量，就失去了教育的本質，反而又墮入了教育者們極度想避免的窘境——價值觀的偏差。為了改善以考試領導教學的價值走向，這十幾年來的不斷教改，試圖改變教育所遇到到困境，但是從這些政策的改變中，也見不到學子對於生命價值有所提升，甚至教改出來的制度，更是讓學子及家長更加陷入了「考試領導教學」的問題，不斷推陳出新的政策，課綱的多元開放、大學的多元申請，考試的多元化，雖在「多元」的口號下，有諸多的選擇，但是見不著學子有對於生命議題或價值的提升，³反而更增加了教育及學習上的困難。

學子常因為要符合社會主流價值觀下，而強迫或是被迫讀自己不甚了解的學問，即使它是不是自己所喜好的領域，即便是自己喜歡的領域，在每天的測驗、考試下，他們的學習熱誠早被這些填鴨教育給抹滅，人文教育下的實踐道理，也

² 參閱：陳德和，《臺灣教育哲學論》，臺北，文史哲出版社，2002年，103~113頁。

³ 在各國的歷史上，因為自身的信念及歧視，而有的大屠殺事件比比皆是。然，雖然慘絕人寰的屠殺事件在近年已有減少趨勢（但還是有，例如：I S I S），不過距離吾人已經遙遠的年代，甚至是上個世紀發生的屠殺事件，但還是存在於該國該人民心中，是一道無法抹滅的傷痕，甚至說是該國國殤也不為過。特殊的裝扮或言語、舉止，在該國或特定區域甚至是犯罪。然，在許多圖書中雖有詳盡的來龍去脈，但是於本國教材上，只是略微簡述。因為如此，綜合上述幾點：「不是本國歷史」、「年代遙遠」、「教材或教學上的簡略敘述」下，學生缺乏對於事件的同理心。鑑於這事件及發展，是否該反省本國人民對於他國生命及歷史的不注重，筆者認為這應該是現在教育最嚴重的問題「缺乏同理心」。

《自由時報》，2016/12/25，A1版，「光復高中學生扮納粹，總統府道歉、究責」。

《自由時報》，2016/12/27，A11版，「『光復中華民族』光復中學另演霧社事件」。

已變成了試卷上的題目，而不是人生必須去貫徹實踐的目標，「仁」、「義」、「禮」、「智」、「信」的美德，對於一些人來說，不能做為人生實踐之目標，但去除掉人文文化，只剩下數理學問，造成人生失去價值意識。筆者認為在這時代下崇尚數據、科學化的時代，談起人文或藝術，是讓人感到不安的，以就業市場來說少有空間能使這些才華能夠發揚，但人文卻是不可被取消的，取消了必定大亂，人文可說是人類文化社會下的基礎。就以教育體制下的填鴨教育為例，〈養生主〉云：

吾生也有涯，而知也無涯。以有涯隨無涯，殆已。

每人都會面臨死亡，但如何面對無涯的「知」，這邊的「知」並不是一般字面上的「知識」的「知」，而是心知對人間萬象的執著⁴，這一文字很容易被誤解成道家教人不要去追求知識，這會落入到道家是消極的局面，這是錯誤的。解作心知執著才解得通，人有限的生命面對著無限的執著，容易因為「欲」而淹沒其中，以生命的「真」換取那些人世間的虛假，精神容易消殞。王邦雄先生說：「心有知的作用，而知的本質是執著。而心之所執著的就在善惡美醜的價值二分。」⁵如果將教育當作一種未來就業的走向而去選擇，可說是一種執著，一種對於未來不安定的「執著」。於這樣的走向下，可以了解到，在那種教育下的學子都是拿「心知執著」去追逐「無窮的欲望」，造成觀念的限制，而這種有限的教育並不符合人性自然，只是將人為造作的觀念強加於學生身上，學生雖然為學日益，但生命也離大道越來越遠。再者，每位學生的才性都有不同，有些人領悟力可以舉一反三，但有些人則否，〈第三章〉曰：「不尚賢，使民不爭」，如果社會上用標榜主流的方式，就會造成學科制式化或形式化的凸顯，有如「尚賢，所以民爭」的現象，教育反而造成價值觀的混淆⁶，在這種弊病的教育結構下，出現了〈第三十三章〉的「死而不亡者壽」一心追逐其主流，反倒變成心靈「死亡」的人，而於〈第三十八章〉「上德不德，是以有德；下德不失德，是以無德。……」中可以衍伸，教育或者學習，原本是順本性而有的實踐，但如果加入了人為設定而產生偏執，就會失去其生命的美好，如同經文中所述，加入了人為造作，升學主義、就業導向成了價值主流，學習變為數據上的顯示，結果就是學生在框架內學習，發展受到了限制，看似寬闊，卻是狹隘。一方面是因為資本主義、功利主義的盛行，一方面是缺乏人文文化的思維導向，各個學校都為了評鑑而大費周章，浪

⁴ 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，149頁。

⁵ 同上註，154頁。

⁶ 若以單純的企業主提倡需要怎樣的人才來說，這就變為了社會就業取向的主因，某些學識是必須要專業領域下的知識才能勝任，那無話可說。可反過來思考，是所謂「主流價值」導致吾人選擇其學系，還是吾人因有興趣才去選擇其學系，而常有是其主流下熱門的專業學系出身的人，卻最後在就業時選了與自己專業不符的工作，這也是時有耳聞。這又要問，為何既是主流，卻無法入其相關產業發揮其專業，也有可能是就業市場出現了飽和狀態，亦或者是只是應付當下主流市場所抉擇，有興趣與否則是其次。可見意識形態下的主流並非真正且有意義的價值觀。

費人力資源，為了滿足教育部所規定的評鑑指標或量化數據，⁷學生的升學率與就業率成為了績效結果的指標，變成了「功成而居」的狀況，而無法量化或者是有著實務成果的學系，反而在這樣的體制下漸漸沒落。〈第十九章〉云：「絕聖棄智，民利百倍；絕仁棄義，民復孝慈；絕巧棄利，盜賊無有。」去掉對於未來可能富裕的執著，除去既有框架，才能使學生真正的「學習」，提倡升學主義反而墮入了填鴨教育，使得學習變得痛苦，教育也就變了質。〈二十五章〉提起：「人法地，地法天，天法道，道法自然。」對於老子來說，世間的萬事萬物都自然地依循著「道」而生存，而《道德經》全經主要的論述著眼點都在於由「道」開展出來的生命實踐工夫，此段經文，可以說是貫串「道」在於宇宙乃至人世間的理論的重要依據。從前面的討論都可以了解，從「道」開展出來的「無為」、「自然」、「虛靜」、「去執」、「知足」……都是由「道體」而來，當然也包括了萬物的生成，這生成之中也包括了各種事物的表現，如同《莊子·知北遊》中所提到的：「『所謂道，惡乎在？』莊子曰：『無所不在。』」。所以萬事萬物中都有著「道」存在，如前所述，吾人歷經一些世俗的紛擾，它就會有「消失」的問題，但對於老子來說，這整個世間應該是由「道體」所保障，由道體而來的價值存在，應該不會出現「消失」的危機。然而，既然不會有絕對消失的狀況，那吾人為何還是陷入情識的泥淖的這問題，前面提起了類似「遮蔽」的概念，人世間的人為造作、有心有為，就是「遮蔽」的主因，從許多經文都能了解到，老子就是要告誡人們，自身已經陷入困頓，不應該再繼續固執己見，所以提出了這些工夫，希望人們可以透過其反思，來對自己生命價值有所提升，以〈五十一章〉為例：

道生之，德畜之，物形之，勢成之。是以萬物莫不尊道而貴德。道之尊，德之貴，夫莫之命而常自然。故道生之，德畜之；長之育之；亭之毒之；養之覆之。生而不有，為而不恃，長而不宰。是謂玄德。

此經文指出事物應有的存在狀態莫不是一種「自然」狀態，因為天地萬物皆由「道」而生，以「德」滋潤，王弼曰：「物生而後畜，畜而後形，形而後成，何由而生？道也。何得而畜？德也。何由而形？物也。何使而成？勢也。唯因也，故能無物而不形。唯勢也，故能無物而不成。」⁸照王弼的註解，可以知道這是一個環環相扣的生成過程，這種生成過程是沒有人為造作的，是所謂的「自然」過程。如果將生命教育作為「道」的理念的認識，教育（學習）是讓受教者具有「德」的內涵，學生為「得道者」，制度為「自然順勢」，這樣轉換來看，其實生命教育即是「道法自然」的實踐，它就存在於每個人心中，因著「道」與「德」來實現，所以教育活動中的事物才得以自我成長，不受制式人為與過度的形式所拘束。綜合上文來推論，既然「道體」無所不在，且萬物的運作都是「道法自然」，

⁷ 「新新聞」網站，（【特別企畫】鄭瑞城：評鑑有必要，指標應檢討），
<http://www.new7.com.tw/NewsView.aspx?t=&i=TEXT201303201621388P9>（2017/02/20 檢視）

⁸ 王弼，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，2006年，頁137。

出現「遮蔽」的狀態即是「恃」(執著)，更進一步的說法，人心出現了「有為」心，也就是固執，此心態即是壓抑萬物能夠自然表現的主因之一，反應在學習上即是制度上的壓迫或是教育者的私心，被教育者受到許多不同的宰制，結果就是揠苗助長或者是人為目的性的控制，學子變成了受宰制者，他們沒有真正屬於自己(自然)的選擇權，所以在教育的過程也就變為「不自然」，且失去了(價值)學習的真諦。「生而不有，為而不恃，長而不宰。是謂玄德。」此句話不管是用在人生、家庭、國家乃至學習，都可以將此句話視為金玉良言。人們對於功名利祿常會視為人生標的之一，但是，人常深陷於此情識之中，無法自拔。以教育來說，有許多學校為得招收更多的學生，常將學生的未來的學校或者是工作場所當作一標的，為得就是告訴其他人，他們的學生在他們的教育之下，有不錯的結果，這就是「恃」，依恃其成就，達到學校或者是教師的名聲利祿，筆者認為教育機構不應該是這種「比較」方式的經營，並隱含營利目的，這不僅變成了教育不平等、資源分配不均的情況，也變成教育機構間的競爭，學子變成其「成果」或「利益」的展示，教育也就失去了價值意義。依陳德和先生說：

教育的本義就是人文教育，教育的理想就是在充極實現全人的境界與理想。至於全人之可敬可貴並不在於技藝和知識的無所不能、無所不精，而是他的生命人格的無限暢通能自在地協和萬物。⁹

依此言，教育不該是變成學校與學校、老師與老師，甚至是官員之間利用學生來較勁的工具，教育應該實現人人之自然而應有的價值存在，使人際之間，乃至物我之間都可以和諧存在。在現今教育中，人文教育可說是被忽視的，由於本國積極向西方教育學習，引進許多他國的教育體制，但忽略了我國傳統的人文精神及人文背景，導致人間、制度跟社會風氣有所衝突，雖然西方的科學進步，不由得會讓人們崇向西方的學科制度。但筆者認為學習他國優勢的知識不是不對，但是如果是變成失衡或失去人可以自然而有價值存在的意義，那就必須做出反省。拋棄自我的文化，崇向他者，這並不是好現象。工業革命以來因為西方的強勢成長，所以不難讓人理解為何各國都想向西方學習，但是因為如此，失去了自我的人文色彩，筆者是認為非常可惜，自身文化都一知半解，更遑論要學習他者的好。然，反觀學子缺乏人與人之間的同理心的詬病，依前面的推論來看，因是教育制度上出了問題，依照中國哲學的特性，是先從「人」出發點，不同於西方哲學是以「宇宙」，所以中國經典，都是以「人」為主軸去闡述，¹⁰所以中國經典讀起來多一分的人與人互相交流的味道，換而言之，也就是能讓人感受人文精神。如〈二十四章〉所提：「企者不立，跨者不行，自見者不明，自是者不彰，自伐者無功，自矜者不長。其在道也，曰：『餘食贅行』。物或惡之，故有道者不處。」依上面的敘述用在於此，每個人都想比他國或他者還要更加傑出，所以積

⁹ 陳德和著，《臺灣教育哲學論》，臺北，文史哲出版社，2002年，143頁。

¹⁰ 參閱：牟宗三著，《中國哲學十九講》，臺北，臺灣學生書局，2012年，頁15~16。

極的向他國學習其制度與知識，每人都踮起了腳尖，就是想讓自己能在人群（各國）中更加的顯眼，不過因為如此，引進了不適當的一些制度，亦即外來的制度是可能難以適用於我國的教育（並非他國的教育制度是較差的），無法與我國的教育體制相銜接亦融和，或許因為如此，所以我國教育制度變得讓學子、家長亦或者教師無所適從。參考《莊子·逍遙遊》曰：

莊子曰：「夫子固拙於用大矣，宋人有善為不龜手之藥者，世世以泔澠洗為事。客聞之，請買其方百金。聚族而謀曰：『我世世為泔澠洗，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，裂地而封之。能不龜手一也，或以封，或不免於泔澠洗，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！」

引文意指一般認為沒用或者無效果的事物，卻可以在不同的地方，發揮最大的功效。依此反思現在的教育，如當初的「建構式數學」¹¹引進我國教育時，就引起觀念上的反思，此教學方式捨棄了原本的傳統數學的教法，雖然一步一步的方式能讓學生了解解題始末，但是方法過於冗長，且沒有效率，造成教育實務的敗筆。筆者認為任何的教育制度，應該去了解此制度是否符合教育者與受教者在對獲得知識過程的不自然，雖然建構式數學它的用意是希望學生在解題過程，可以換個方式去解題，注重的是「過程」，這美意或許可以讓學生在這過程發現不同的方式，嘗試不同的解題模式，不過在沒有適當教育方法的引領下，這個教學只能被當作教育建構的再建構。而筆者認為，以莊子的經文來闡釋，某些制度或許是在西方世界是有用的，但是捨棄了自己原本長處，去習得不適合我國教育制度，反而是將自身的教育給弄得本末倒置或反其道而行，教育實踐若是有價值意義，應該是要了解天生自然的長處所在，然後發展，而不是一味的依恃制度就是有作用。雖然老莊思想並不反對教育制度的存在，但筆者認為老莊其實是在提供反向的思考，指出教育的存在意義不應違反教育活動的參與者的自然本性，這就是教育實踐的價值所在。因此，筆者認為生命教育應該可以加入老子哲學的教育觀念才是。

¹¹ 參閱：陳昇飛，〈理論與實務的對話——建構主義在數學教育上的再思〉，《臺中師院學報》第2期第18卷，2004年12月，頁83。

參閱：石厚高，〈建構數學的迷思〉，《數學傳播》第4期第26卷，1988年10月。

第二節 正向心理

從古至今，吾人因為外在環境的影響下，產生許多的有為造作，在這些有為造作下，心靈對於某些世事變得執著，甚至是浸淫在其中，無法自拔，進而產生更多生命上的困境，而在這些困境之下，吾人心境變得煩亂不堪。最後，甚至會對自己與他人產生危害。而對於這些心理與情緒上的問題，依據第貳、參章的討論，筆者認為老子哲學可以「生命治癒」的思想來對治，亦即老子的哲學思想具有真理的永恆性，歷經了千百年，還是可以觀念療癒的方式，讓現代人獲益無窮。對於老子而言，得道之人，心如赤子般的純真無邪，而吾人隨著經歷的增長，接觸的知識，倘如偏離「大道」，就會漸漸地讓自身心靈狀態變得「不自然」，所以老莊有許多篇章，提醒人們返璞歸真，回到「最初」也是最真實的自我，也就是「赤子」，對於他們來說這才是吾人天生自然的樣態。但是因為對於文獻的不理解，或者是意識形態的作祟，將一些良善的篇章解釋成反智、反社會、反傳統等等的見解，使得道家思想演變最後成了個消極的學派，這是非常可惜的事情。

〈第十章〉：

載營魄抱一，能無離乎？專氣致柔，能嬰兒乎？滌除玄覽，能無疵乎？愛國治民，能無知乎？天門開闔，能無雌乎？明白四達，能無爲乎？生之，畜之。生而不有，爲而不恃，長而不宰，是謂玄德。

所謂得道之人能夠返璞如嬰孩心靈那樣的純淨，這並不是個將心智狀態歸零的意思，是嬰孩不會對事物做出好壞不同的認知判別，所以對於嬰孩來說不存在著形式分別的意識。而因為吾人還是要與這世界接觸，真人也是如此。老子意在指出，在與人為主觀建構的世界接觸下，必定會出現「有為造作」、「我執」、「不自然」的狀況，而老子的論證是，修道之人能回歸像嬰孩那不爭，修練出無執著造作的心境，也就是生命可達「無為」的境界，這是一種返回大道自然的概念。換言之，萬物既然皆由「道」所產生，人人即具有體悟「道」的能力，透過思想的轉換，吾人可以虛靜心面對生活世界。老子透過理論不斷的省察，促使吾人思考，在生命執著的狀態下，其實還有個更好的「解套」方式。而世間的紛亂皆是從人們的「有為造作」下產生，無論是立場的對立、情識的陷溺、自我主義等等，人們產生的心靈困頓是非常繁複的，也因為這樣的意識形態作祟，人們互相的傷害，小從兩人爭執大到戰爭，皆是因為無法容忍異己而產生。這樣的生命形態變得極端及封閉，如人人都是如此，也難怪世界無法和諧共存。〈第二章〉云：

天下皆知美之為美，斯惡已；皆知善之為善，斯不善已。故有無相生，難易相成，長短相形，高下相傾，音聲相和，前後相隨。是以聖人處無為之事，行不言之教。萬物作而不辭，生而不有，為而不恃，功成而弗居。夫唯弗居，是以不去。

上文指出世間的亂象來自立場的對立，即一般所謂價值有所界定，必定出現「標準」，緊接而來的就是「對立」與「差異」、「比較」，以美醜來說，不同時空背景下對於美醜的價值就有所不同，唐朝的美女定義與現代的美女就天差地別，一旦人們這種「標準化」深植於心中，對立也就產生了，男女為了符合大眾審美觀下「標準」，不惜透過過度的方式以及外力的介入去改變，反而傷害身體，只為了達到「標準」，達不到的人，就被貼上了「刻板標籤」，進而變成另種型態的「暴力」，而使當事人情緒波動，亦即無論是否有達到大眾所認同的「標準」，這種早已對身心靈造成莫大的危害，更別提後續造成的價值觀錯亂下的社會紛亂，且這才是眾多的紛爭其中一項。對於老子來說，不應該出現「標準化、制式化的價值觀」，對於不同的審美及差異，都應該抱持著包容及開放心態去看待欣賞，少點標準多點包容，這個世界才能更加的美好。而這種標準化的價值觀的紛爭，其實就是「我執」。人類的心靈狀態是一種極其複雜，有著不同原因產生，不能光以某種特定的狀態去解釋，如同這種「標準化價值觀」也參著「執著」，而「我執」又是更加的讓人們走向極端。走向極端的人們，對於標準判准上也有所的堅持（執著），對於異於自己的人、事、物展開強烈的批判，過分甚多就會造成許多的衝突，如納粹的屠殺猶太人，就是對於人種上的價值判准上只能有日耳曼民族的存在，其他的民族是劣於他們的，甚至是他們民族的毒瘤。這背後的原因有一部分是德國當時因為在歷史上的戰爭處於弱勢，國家及民族情識上的被各國壓榨，漸而產生許多不滿，無論是過往帝國的榮耀或者是生活上的不滿足。藉由這點為出發點，當有人在那低迷的國情上提出了能建立他們民族自信心及強勢的時候，「標準化價值觀」就出現了，當這樣的極端價值觀出現時，爭端也就隨之而現。於〈第十二章〉明確的點出：

五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽，馳騁畋獵令人心發狂，難得之貨令人行妨。是以聖人為腹不為目，故去彼取此。

無法自我滿足的心靈狀態，將人們生命又帶入另種陷溺，不知足的生命狀態，在心靈無法找到一個平衡點，所以向外追逐，但短暫的物欲滿足並不能填滿內心的空虛，只能不斷的渴求，卻弄得生命的疲乏及消殞，在追逐的過程中，因得不到或者是其他的因素，再也無法藉由外物來滿足心靈的情況下，造成心靈上的低潮，出現了情緒問題，這是以得不到滿足來說，但不只是負面的，即使獲得想要的事物，也會因為過於的喜悅造成心靈上的負擔，因為喜悅過後隨之而來的未必是相同的情緒，或許是低潮的負面情緒也說不定，人們就會過著這種患得患失的情緒，面對日常生活。而因為「心知造作」，人與人的互動變得更加的困難跟對立，是個惡性的循環。所以老子提出了「見素抱樸」、「少私寡欲」的思想，唯有停止向外追逐的心，知足於當下，才能減少這種渴求，老子於〈四十六章〉曰：「罪莫大於可欲，禍莫大於不知足；咎莫大於欲得。故知足之足，常足矣。」

就是這些可欲之心，讓生命造成莫大的負累，所以要有著知足的心，才能避這些禍害，然，對於他來說，人們的心靈狀態原本就是虛靜清明的，如同〈第十六章〉曰：「致虛極，守靜篤。萬物並作，吾以觀復。」因為這些欲念，將心靈給蒙蔽，所以再也不虛靜了，但行了「少私寡欲」、「不現可欲」的實踐工夫，就可見到萬事萬物的真實狀態，陳德和先生說：

道家如此之偏於解構與消融之思想傾向，自與其特別的心靈以及所處時代之困境直接相關聯，老子《道德經·第三十八章》說：「故失道而後德，失德而後仁，失仁而後義，失義而後禮。夫禮者，忠信之薄，而亂之首。」他所以有此非議禮文禮制的激越言論，除了充分表示對周文疲弊的不良後果有著莫與倫比的切膚之痛外，也顯示出道家之不同於儒家之主張日新其德，其所以恒言「絕學無憂」、「為道日損」即意在超克人間人心之茫昧以重建世界及生命原有之美好，當代學人對於道家思想的研究當中，多有主張其乃具有治療學之意涵者……又，當道家之做為醫治人生、救回人間的藥石之時，它當然必須明白展現出「知病而治病，治病而去病，去病而無病」的療癒性思維。¹²

筆者對於陳德和先生的「知病而治病，治病而去病，去病而無病」的思想感到認同，就如他所述，道家是人生的藥石，有著治癒人心的功能，老子於《道德經》中，就是洞見了人們生命病痛，開出了藥方，希望藉此減少人們在世間的苦痛。然而人們的「有為造作」勢必是與社會、人的接觸，才會產生，那吾人回歸源頭，反問「為何人會出現情緒上的造作」，試想，如前所述，嬰孩只會對於外在環境或者生理機制上刺激產生反應，是一種無造作的反應，但是進入了學習階段，開始對於外在環境所給予的刺激產生不同的情緒執著，當然這之中，也是仰賴家庭教育所給予的，簡而言之，就是認知上的教導，告訴孩子是非對錯，這裡就出現了心知（智）。這邊老子對於「智」也有另一番見解，但這個「智」並非知識，而是「巧智」，於〈第十九章〉提起：「絕聖棄智，民利百倍。」對於他來說，巧智之人善於賣弄自身才識，甚至是急於展現自己，將他者打壓，例如某些較為沒有職業道德的律師，透過自身的知識，來替自己或者是一些大企業逃漏稅等，造成社會公義上的不公平。老子並非反智者，而是反對那些有為造作的「政教禮樂之學」，於前文篇章有敘述，老子身處的年代是個群雄割據紛亂的時代，當時的制度僅是框架，並無真正的價值內涵在其中，但是這種狀況並非在當時才有，袁保新先生說：

名教的建立，在文明發展的過程中，是有其必要性的。但是，「聖智、仁義、巧利」畢竟是「為文不足」的，如果我們不能「見素抱樸、少私寡欲」，

¹² 陳德和著，〈論老子《道德經》即無即道的境界哲學〉，《鵝湖學誌》第56期，2016年6月，頁50-52。

亦即「知止」「守母」的話，則「失道而後德」的每況愈下，就是「攘臂而扔之」的禮崩樂壞。因此，老子置身周文解體的時代，如何再造人間的秩序，一方面必須破除人心對於世俗相對的價值系統的執著，另一方面則須重返價值之源，以貞定一切價值的實現不致淪為自我否定的地步。¹³

如上所是，畢竟人類社會還是必須進步，但是依恃著其「巧智」，反而讓社會更加的混亂，這也是老子要告誡吾人的。依〈五十五章〉所述：

含德之厚，比於赤子。蜂蠆虺蛇不螫，猛獸不據，攫鳥不搏¹⁴。骨弱筋柔而握固，未知牝牡之合而全作，精之至也。終日號而不嘎，和之至也。知和曰常，知常曰明，益生曰祥，心使氣曰強。物壯則老，謂之不道，不道早已。

更可以了解，其實人在嬰孩時期的時候，是非常自然的樣態去面對世間萬物，但是隨著人為造作的加入，「偽」事接踵而來，天生本德就也被隱蔽甚至遺失，會造成這樣的原因除了上述提到的「心知造作」外，就是還帶著人的想「強」的意思，面對自然、人、事物，如有不順心或者阻擾，就想要強硬的對峙，這樣不僅是傷害自身也是傷害天地萬物，這也就是人生為何有這麼多苦難的原因之一。而回過頭來，老子意指人雖然不可逆自己的自然界的生長狀態，但是可藉由其心境的「無為」達到與嬰孩那般的天生本真去面對世間萬物的變化無常。〈五十九章〉曰：

治人事天，莫若嗇。夫唯嗇，是謂早服。早服謂之重積德。重積德則無不克，無不克則莫知其極，莫知其極，可以有國，有國之母，可以長久，是謂深根固柢，長生久視之道。

此章雖是在敘述政治思想，不過其中的思想依然是老子的生命哲學智慧。依上文所述，人常會有想「戰勝」天（自然）的想法及作為，所以造成了許多的衝突，對於老子來說，用不著去想對抗自然，順著「道」而行，必定是有福無患，「道」生「德」，「德」孕育萬物，而人就是萬物之一，要如何逆天而行去對抗「道」，無非是螳臂擋車，人類就是想要搶盡世間萬物的任何資源來壯大自己，但是往往這樣的作為都會被反撲，面對無法以強硬或者是其他手段獲得下，人們必定產生憤怒、厭惡等等的低落情緒，他想告訴吾人，適可而止且韜光養晦的理念，王邦

¹³ 袁保新著，《老子哲學之詮釋與重建》，臺北，文津出版社，1991年，頁194.195。

¹⁴ 於王弼本寫作：「蜂蠆虺蛇不螫，猛獸不據，攫鳥不搏。」帛書老子甲本：「逢（蜂）彳刺（蠆）虺（虺）地（蛇）弗螫，擢（攫）鳥獸弗搏。」乙本：「蠡癘（蠆）虫（虺）蛇下弗赫（螫），據（攫）鳥孟（猛）獸弗捕（搏）。」而河上公本解作：「毒蟲不螫，猛獸不據，攫鳥不搏。」以及其他讀本寫作此句，但其實意思都相同，故依王注本文獻為主。高明撰，《帛書老子校注》，北京，中華書局，1996年，頁90。

雄先生說：「『嗇』字從來從囧，上半部是麥，下半部象徵倉之形，亦即秋收冬藏之意。」如將人生過程比喻四季，在風光之後，應該回歸內斂的心態，又說：「服常及服道，服道及行道，『早服道』如同『貴食母』（二十章），早日依道而行，由『嗇』之內斂涵藏，回歸『道法自然』（二十五章）之生成原理。」意味著，吾人顯耀於外之時，應適時的回歸天生本真，保全自我生命的健全。

第三節 生態哲學

老子於《道德經》常提起「自然」，但這並非是說物理上的「自然」，而指的是心境上的「自然而然」，是個順應天生本真的意思。陳德和先生說：

現在一般人只要說到「自然」，第一個直接想到的通常是有山有水、有花有草的「大自然」或「自然世界」，然而這顯然不是老子書中「自然」的本意，因為這種外在之物理世界的自然，在老子書中是用「天下」、「天地」或「萬物」等等來稱呼的，由此乃可以推知，老子關於「自然」的學說，絕對不類於研究「自然界」方面的知識，尤其是科學知識。除了外在的自然世界，另一個會被我們想到的「自然」則是生命之本然，它是專就個人生命之種種與生俱來的實然現象而說者，包括本能、慾望或情緒等等。惟此「自然生命」亦不足以和老子所講的「自然」相提並論，蓋老子之言「自然」固不能不重視生命之與生俱來的種種存在元素，但也不僅僅是以此生命的實然現象為以足者；它更具有存在論上的根源義以及價值論上之決定義的兩個可能地位。¹⁵

雖老子表達的「自然」是表示著吾人的「天生本真」的生命樣態，但要如何與所謂的「自然世界」作一面對面探討，意即近代有許多專家學者試圖以老莊思想來討論吾人所處的生態環境的問題，他們認為，老莊思想可以試圖替人們及環境的衝突關係找出不同的對待心態以及轉機。莊慶信先生說：「我們可以把老莊自然觀裡的環境倫理，歸納為五個原則，亦即，尊重大自然、順物自然、基本需要、整全關心、天人一體等環境倫理原則」¹⁶依照此言可推論出，可由老子對於生命樣態的「天生本真」的生命觀，進而面對天地萬物。〈第五十一章〉曰：「道生之，德畜之，物形之，勢成之。」由「道」生成萬物，依此這點可以導出「萬物」中是蘊含著「道」，才具有存在價值意義，那意指萬物有著「天生本真」的內涵，也可以包含「自然世界的生命樣態」。

〈第六章〉：

¹⁵ 王邦雄，陳德和合著，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007，頁100。

¹⁶ 莊慶信著，《中西環境哲學——一個整合的進路》，臺北，五南圖書出版公司，2002年，頁49。

谷神不死，是謂玄牝。玄牝之門，是謂天地根。緜緜若存，用之不勤。

王弼曰：「谷神，谷中央無。」¹⁷ 由此可知，與〈第二十八章〉所說的「為天下谷」是一樣的意思，是個寧靜且中間有個深壑，有著天下江流都匯集於此的意境。但這邊不是指谿谷之意，而是意謂存在著生長空間，能夠涵養花草樹木的地方。重點聚焦於「谷壑」的「無」給出了萬物的「有」，河上公註：「谷，養也。」¹⁸，表示萬物依此而養、都養於此。牝有著雌之意，於〈第六十一章〉云：「天下之牝」，也就是〈第一章〉所說的「萬物之母」，玄牝也是這個意思。因為「萬物之母」的「不生之生」，提供了萬物的生成空間。因為玄牝的「無」生成了萬物的「有」，因為它的功成事遂，所以提供了萬物存有，因為這樣，所以萬物得以綿延不絕。

〈第七章〉：

天長地久。天地所以能長且久者，以其不自生，故能長生。是以聖人後其身而身先；外其身而身存。非以其無私邪，故能成其私。

在「道」的活動下，天地的生成是不會停息的，如前章節所述，道體的運行是無始終，因為如此，它保障了萬物的存有價值根源。老子的哲學思想，實踐意義在於「成全者」都帶著「無」的概念，去成全「有」，且都是「功成身退」，不居功的退居於幕後，許多的經文都有著其思想。這種不以自我的標準為標準，尊重他者，反而是種處下謙讓，紛爭自然也少。〈第五章〉曰：「天地之間，其猶橐籥乎！虛而不屈，動而愈出。多言數窮，不如守中。」根據〈第六章〉與〈第二十八章〉「谷」的概念，可以推論谷是個天地的模樣，壑則是萬物存有的地方，「橐」與「籥」都是中空的器具，王弼曰：「橐，排橐也。籥，樂籥也。橐籥之中，空洞無情無為，故虛而不得窮，屈動而不可竭盡也。」¹⁹所以，因中空反而讓器具能產生作用，如同〈第十一章〉「故有之以為利，無之以為用。」所云那般，因為「無」的成全，產生「有」的作用。又，「多言」表示著「有心有為」，在這些有為造作之下，必定產生紛亂，所以老子希望從「有心有為」轉為「守中」狀態，如同谷出現了壑的空間，使得萬物得以滋長，換言之，希望吾人從這心知執著之中，轉為「無為」，守住自體的「沖虛」，讓心中常保持虛靜清寧，才能接納其他事物。學習「玄牝」，去「有」化「無」，這樣萬物的存有才能夠無窮盡的，因為「道體」的保存作用，保證了天地萬物的存在，才能讓事事物物得以成長。反觀因為一般人沒有這樣的工夫，反而用著「人類中心主義」²⁰去主宰他人，甚至是

¹⁷ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，1993年，頁17。

¹⁸（宋）呂東萊重校，《音注河上公老子道德經》，臺北，廣文書局，1990年。

¹⁹ 王弼著，《老子道德經注》。本自樓宇烈校釋，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，1993年，頁14。

²⁰ 參閱：莊慶信著，《中西環境哲學——一個整合的進路》，臺北，五南圖書出版公司，2002年，

世間萬物，這是不可取的。倘若以老子哲學來化除「人類中心」的執著，面對生態環境，我們是可以表現更高級的價值觀念來善待萬物的生存環境，有如聖人去私去自我反而能成全萬物個別的存在。如同〈第三十七章〉所云：「道常無為而無不為。侯王若能守之，萬物將自化。化而欲作，吾將鎮之以無名之樸。無名之樸，夫亦將無欲。不欲以靜，天下將自定。」當人能夠秉持著「無」的工夫，面對萬物，順應著萬物自然去發展，不去做壓迫，無論是世間萬物都能獲得平靜。由於現代人毫無節制的對於生態界開發使用，造成生態上的疲憊、耗損，產生自然環境的問題。倘若具有老子的工夫概念與實踐，其實可以對環保的價值觀產生啟發。

〈第八章〉：

上善若水。水善利萬物而不爭，處眾人之所惡，故幾於道。居善地，心善淵，與善仁，言善信，正善治，事善能，動善時。夫唯不爭，故無尤。

由引文可知，「道體」有如水那般的「處下」、「不爭」，這樣的活動姿態讓萬物能自然地長成，前文引〈第五章〉云：「天地不仁，以萬物為芻狗；聖人不仁，以百姓為芻狗。」與〈第九章〉的「功成身退，天之道。」及〈八十一章〉「天之道，利而不害；聖人之道，為而不爭。」可看出「道體」的活動對萬物的存在都是不干涉的，老子思想用「功成身退」、「為而不爭」來表述「道」對於萬物的無私態度，且這是「天道」或使萬物得以運行的「道」所啟發的境界。由此啟發吾人對生態環境應該有著「不爭」、「身退」等生命實踐，有如聖人的「為而不爭」的工夫，面對萬物的生成過程，不過度的去使用，應有著「見素抱樸」的「內斂」概念去面對資源的匱乏，與尊敬由道所演化的自然界。

〈第二十五章〉：

人法地，地法天，天法道，道法自然。

老子的自然觀是生命保持自然的價值心境，實踐上就是不去干預生命的本真，而這樣的概念轉為價值觀，更進一步的就是，不去干涉萬物、順任萬物自性生長，也就是讓萬物的「天生本真」能夠不受到限制的自由長成。換言之，這樣的價值觀，如果實踐於現實生活的自然界，就是盡量不去破壞自然萬物的生成。但一般人都會帶著一種「人定勝天」的想法，去掠奪的資源，不管是自然世界還是人這個族群本身。從古自今，人類的歷史演進，都需要靠周旁的自然環境來作為文明推進的資源，不能否定的是，人類的文明發展都必須依靠著其他事物來輔佐，才有可能促進，但是這往往會落入到環境開發過度或使用氾濫的問題，造成環境上的汙染或者是間接的造成物種的消失。雖現代國際間或各國國內都會簽訂一些條約或立法，讓自然資源回復、休息，但是人類的貪婪，卻難以因為條約的

簽訂而有所得自制。從哲學反省而言，環境保護的問題不僅是法律的約束，更重要的是價值觀念的喚醒。莊慶信先生說：

達爾文主義前的時期，西方主流的環境思想可以說均認為大地生產豐富的萬物「不僅為人類需要，而且為人類的歡樂服務。」至達爾文主義時期，達爾文（Darwin 1809—1882）的《物種原始》提供了「大自然為服務人類而存在」的論據。這些都是古來西方的人類中心主義的存在形式。²¹

由此可知，人類中心主義的思想只以自己的利益、自我的舒適為出發點，並沒有替其他物種著想的問題。現今雖已經有作保育、保護的工作，但是還是可以從一些開發中的國家或者是未開發的國家上看到這些心態。大部分已開發國家雖有環保意識，只是他們已完成高度經濟發展，所以回過頭想要做環保的工作來保存自己；但是對於尚在開發中國家來說，它們的自我經濟發展還沒達到一定水準，要它們為環保而暫緩經濟發展，這反而是損己利人。所以筆者認為，無論環保或經濟發展，都應避免落入人類中心主義。尤其在環保方面，這近一世紀的氣候上變遷，其實已經對於人類的生活圈已經造成一些影響，因為臭氧層被工業及科技上的汙染，對南北極冰層溶化所造成海平面上升，²²造成一些島嶼會被淹沒、消失的窘境，²³還有許許多多一些時節不符的氣候變化，儼然已造成吾人居住環境的危害，這是地球圈上的人們應該正視的。所以過去經濟發展、環境開發的「人定勝天」，這點筆者認為是思想過於自信及危害自然環境的想法。

〈第七十四章〉：

民不畏死，奈何以死懼之？若使民常畏死，而為奇者，吾得執而殺之，孰敢？常有司殺者殺，夫代司殺者殺，是謂代大匠斲。夫代大匠斲者，希有不傷其手矣。

如果人民都不怕死，那所謂的「亂世用重典」其實未必有效。呼應上段的內容，如果人們覺得這種環境的變化，不足為懼，其實再多的法令條文規制，只能對治某部分人。所以應是人們都要有相同的共識，才有辦法有識一同。如果天下民眾都自私地自顧自己的生命，那其實法令也就只是一個規範，未必是必須執行的項目。但是如果讓自我保存如同天道運行那般自然，不需要法令作為枷鎖來強迫。亦即自然物，包括人之間，都是按著「道體」運行，有著生滅，這是必然且自然的。換言之，人們認為自己是主宰著天地萬物，但是人還是有生老病死的規

²¹ 莊慶信著，《中西環境哲學——個整合的進路》，臺北，五南圖書出版公司，2002年，頁188-189。

²² 參閱：Jonathan.Shanklin，雜誌編輯群譯，〈回頭看臭氧層的破洞〉，《知識通訊評論》，第92期，2010年6月，頁26~29。

²³ 參閱：林廷輝，〈論海平面上升對島國海洋權利之影響〉，《臺灣國際法季刊》，第9卷2期，2012年6月，頁98.99。

律且不可逆的過程。所以如果過於的對於環境上的開發不節制，最後只會加速人類們的滅亡，這反而是不自然的。所以說，自以為可以主宰天地萬物的想法，筆者是存否定且認為這種心態並不可取。人與萬物都是平等的處於道所創造的世界，甚至是息息相關，是一種牽一髮動全身的概念，人類不可能取代其他生物的存在。如參考〈第二十五章〉，老子將人排在域中有四大中，其實是指出人應順「道」之自然而活動，而非人可以在天地萬物之上。由此可知，人們處於道之中，而且由道所規範。這樣推論下來，人想要勝天勝自然，無非是違反邏輯。然而積極的是，吾人雖位處於道之中，但如前所述，道生德，德又蘊育萬物，萬物之中的人，也是具有「道」的內涵，換言之，順應著「天生本真」的生命本質去行事，吾人是可以「法道」，使得生命更具有意義，如吾人順應著自然，其實就間接的與其他萬物獲得和諧自然的平衡。

〈五十四章〉：

故以身觀身，以家觀家，以鄉觀鄉，以國觀國，以天下觀天下。

王邦雄先生說：「『觀』是觀照，觀照是虛靜心的作用。」²⁴透過從自身乃至於天下的觀照，一種由從小到大的全方面觀照，了解自身並且反省自身，回歸生命的「天生本真」。藉由這樣的虛靜工夫，也可避免了生態上過度開發的問題，因為當見著生態問題包含萬物生命的存在問題，人們如果能時時反省自身，甚至以天下事物的問題觀照自身與萬物的價值關係，許多可能會惡化的生態問題，都有可能獲得緩解。這樣的實踐工夫，用於生態環境議題上更是能夠發揮，透過觀照了解到自然的生生造化，在資源上的取得會更加的控制。

〈第六十七章〉：

我有三寶，持而保之。一曰慈，二曰儉，三曰不敢為天下先。

老子以這樣的價值觀面對人世間，相對的也可用這樣的觀念面對生態。面對萬事萬物以「慈」態度，也就是將萬事萬物當作自己孩子那般的照顧，但是這種照顧是順應著「自然」而行。而以「儉」來減少生命上的耗損，王邦雄先生說：「『儉』不是生活財用上的節儉，而是生命智慧的儉約。」²⁵對於生態資源的取用上，更能的儉約，不過度的去耗損，最後就是以「無為」工夫，去與生態環境相處。

〈第十六章〉：

致虛極，守靜篤。萬物並作，吾以觀復。夫物芸芸，各復歸其根。歸根曰靜，是曰復命。復命曰常，知常曰明。不知常，妄作凶。知常容，容乃公，

²⁴ 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年，頁247。

²⁵ 同上註，頁306。

公乃全，全乃天，天乃道，道乃久，沒身不殆。

而〈五十七章〉提起「觀照」的工夫，老子提出了透過虛靜的觀照，透過此章可了解到萬物最終還是要回歸於其根源，也就是「道」。「復命歸根」乃是老子重要的思想其一，告訴吾人，如果過度妄作，就會招來凶禍。反觀現在一些生態上的浩劫，就是因為人們過度的耗損，所以造成了反撲。人們如依循著「道」的「自然」而行，有著和諧的心境，人們就能與生態環境應是和平共處。但由於人們的過度放蕩，如同向皮球施壓多少壓力，反彈回來的力道就是多少。失去了「常」，所以再也「不常」，最後老子才說了行「道」工夫「沒身不殆」的概念，人能夠依道而行，生命自然地生生相續，也可說是呼應生態環境上的「永續發展」的意思。唯有不過度的開發跟獲得資源，將生態環境維持在一定的生態平衡上，才能有辦法將萬事萬物獲得平穩的發展空間。

〈第五十七章〉：

故聖人云：「我無為，而民自化；我好靜，而民自正；我無事，而民自富；我無欲，而民自樸。」

有著前面「道法自然」的生命實踐工夫下，吾人在生命中也就實踐「無」的工夫，順應著自然下，不用過多的政令就可以達到人民的自治，且一切並不會覺得是有種「外力」上的禁錮，而是一種從生命中自然而出的一種互動。而老子於〈第十七章〉提出：

太上，下知有之，其次親而譽之，其次畏之，其次侮之。信不足焉，有不信焉。悠兮其貴言，功成事遂，百姓皆謂我自然。

上位者去私去執來治理天下，會產生潛移默化的效果，如同上文說的，這不用過多的政令去頒布，這反而是擾民，且會讓「智巧」、「有為」四起，這是應該避免的。老子也以「譽之」、「畏之」、「侮之」層級來表示人民對於上位者的態度。而上位者應以「無」的工夫去統治，讓人民自性生長，而在這樣的「不爭」觀念的影響下，人民自然的也不會四處與自然做過多的掠奪，與生態環境產生美好的平衡。

〈第十九章〉：

見素抱樸，少私寡欲。

而除了「無」的工夫下，「知足」與「寡欲」也是對於生態共存上的重要實踐。有許多的掠奪就是因為人們的不知足及縱欲，生活物資已不匱乏，但是欲望造成不知自我滿足，在這樣的「不知足」及「淫欲」下，就產生許多的爭奪，所

以老子說：「不貴難得之貨，使民不為盜」（〈第三章〉）。換言之，沒有過多的欲望，就不會產生對於生態上的過度開發，只須拿取適量且能夠維持自身的生理需求上的物資即可，那其實並不會讓資源快速的消耗，甚至耗竭殆盡。老子此哲學思想，不僅是可以作為身心靈上的富足外，相對的也可用於對於生態環境的創造，保護生態環境的生生發展。畢竟人們並不會拿取過多的資源，相對的生態消耗也會減緩許多，自然的也會使萬物會到應有的生機。所以，「知足」、「寡欲」也是善待自然生態的重要工夫之一。

〈第八十章〉：

小國寡民。使有什伯之器而不用，使民重死而不遠徙。雖有舟輿，無所乘之；雖有甲兵，無所陳之。使民復結繩而用之。甘其食，美其服，安其居，樂其俗。鄰國相望，雞犬之聲相聞，民至老死不相往來。

〈第八十章〉可說是老子思想集大成的理想，小至吾人的生命及政治上管理，乃至於整個萬物存在的世界，從此都可以觀見。無論是人們的心靈生命上、生活品質、政治實踐上的安穩，都可以見到這種美好的情境。人們不做過多的開發及掠奪，當下就與生態環境達成了和平共存，莊慶信先生說：「老莊思想邀請我們對待大自然的態度是：『尊重大自然』，關注大自然中的『基本需要』，順著生態律則（或自然律）『整全』地對待大自然，最後臻於『天人合一』的境界，而這些就相當於西方所謂的環境倫理原則。」²⁶這可謂是萬物暢遊於天地之間的美景，透過工夫的實踐，吾人能夠學習到尊重萬物，善待萬物，進而自然就促成了生態上的平衡，筆者認為這是人不只是對於自我生命上對於其他萬物的感通，也是促使自我生命上對於其他事物的重視且一視同仁。

²⁶ 莊慶信著，《中西環境哲學——一個整合的進路》，臺北，五南圖書出版公司，2002年，頁70。

第五章 結論

無論是古代或是現代的人們，都會遇到心靈上的困境，更進一步的說，只要身為人，都會有心靈的問題。面對廣大的人世間，自身只是那滄海之一粟，不免感到人生的茫然，在這茫然之間又得依靠什麼來穩定自身，這是每個人的人生課題。在心靈未受到滿足時，就只能藉著外在事物來滿足，但是這樣的作法已經將自身的陷入泥沼之中，無法自拔，漸而產生許多的問題，不光是自身，也包括了整個社會問題。可見人們的問題，在古今中外都是不斷發生且重複的，並不會因為年代久遠就有著不同的改變，改變的只是時空背景，但人類社會互動下產生的心靈困境，並不會因為時空背景的改變就有所變化，問題表象大同小異，然而問題本質不變。這也更能凸顯老莊思想的普遍實在性。

本論文研究依序由〈第一章 緒論〉、〈第二章 老子生命治療之基本理論〉、〈第三章 老子生命治療之價值實踐〉、〈第四章 老子生命治療之現代意義〉說明與探討。〈第一章〉的緒論裡，交代本論的目的與動機，起緣來自於，筆者反省社會因為人們追求華而不實的外在事物，造成心靈上的空虛，以至無論是對自我生命身心靈上的傷害，亦造成社會上的動盪不安。如果藉由老子的生命智慧，來替吾人生命上的泥淖狀態找到出路，再與西方心理治療家弗朗克（Viktor E. Frankl）的「意義治療」與老子生命哲學作一比較。從老子的生命哲學「無」的工夫，進而對至於吾人的身心靈上的自我反省，省察得知生命安寧之所在。筆者認為這種生命智慧，若人人都能實踐及體悟，會減少生命實踐上的心靈苦痛。因為國內除了陳德和先生的研究外，較少見到弗朗克與老子哲學兩者探討的研究，因此筆者認為生命治療這方面的議題是非常值得做進一步的研究，希望透過東、西方的對於生命苦痛有所體悟及實踐，來替自我生命找到一盞明燈，這方面是受陳德和先生的〈當弗朗克遇上老子—意義的治療與作用的保存〉及牟宗三先生對於「作用的保存」的啟發，希望探索老子生命智慧如何能療癒吾人生命。

〈第二章〉從老子的基本思想上，來釐清老子生命智慧的重要之處為何，藉由一開始的「道」開展出「無」的工夫中，演繹出的「守柔」、「虛靜」、「知足」、「去執」、「自然」等的工夫實踐，透過這些實踐，可以了解到「道」的無窮妙用。如〈第五章〉所言：「天地不仁，以萬物為芻狗；聖人不仁，以百姓為芻狗。天地之間，其猶橐籥乎！虛而不屈，動而愈出。多言數窮，不如守中。」天地順應著道體的運作，所以並無賞善罰惡的意味，且老子於文獻中時常運用「正言若反」的表述，因為如此，才被稱為「不仁」，這是由於以「無」的工夫去體現「不生之生」的道體運作。因吾人的「執心」過重，所以讓生命產生了過多的追求，對於老子來說，不如用「致虛守靜」工夫，來使紛亂的心靈，回歸於平靜，這些都具有哲學式「治療」人們心靈的作用。從老子《道德經》〈第二章〉「天下皆知美之為美，斯惡已。皆知善之為善，斯不善已。故有無相生，難易相成，長短相形，高下相傾，音聲相和，前後相隨。」一段文字道出人們常因為二元對立而有偏執

跟對立，人們早都體會有了對立就會有紛爭，但是還是不自覺會陷入這樣的泥淖之中，其深層意義都具有療癒及反省的作用。根據對「道」的經文作一論述層層開展，透過基本的概念論述下，建立之後章節所需基石，以《道德經》經文為主，《莊子》為輔，論證老子哲學思想，還可以有莊子哲學的輔證，然後，透過其他專家學者對於經文上的解說、註解，將有可能會造成一般大眾誤會的詞彙，作一闡述及提醒，進而了解到，老子的「正言若反」的智慧。筆者希望透過基本的概念論述，能掌握對老子哲學深入的瞭解，能夠建立起基本的概念，然後從其基本概念中，瞭解對老子是如何能有生命治癒的啟發。

〈第三章〉以上章的基本論述，再做更一步的觀念上的加深討論，根據老子哲學中的重要概念能夠符合且結合本論文的議題，與上一章的論述，作一相關討論。從「致虛守靜」的對心靈上的平靜，擴及生命上對於紛亂世間的應對態度。然，再回頭對於「致虛守靜」工夫的主要思想「無」的智慧，作為說明老子開展出這些實踐工夫的回推了解。先以「無」所開展出的「致虛守靜」工夫，告訴吾人，老子有這一工夫，是由「道」所出，漸進的了解，「無」的工夫的妙用。「無」的思想可說是整個道家哲學的主幹，透過經文的鋪陳，達到讓吾人更進一步的加深、了解。然後，再以「知足去執」作一思想理路的推論，從本章的「致虛守靜」讓人了解，老子思想可用於療癒心靈困境，再以「無」之妙用，讓人理解，原來能夠開展出這些工夫實踐都是來自於此，再根據「知足去執」深入討論學者對於老子生命智慧的瞭解。

〈第四章〉乃是對於前面兩章節所建立的論述下的實踐工夫，透過現實人世間所產生的生命問題，對應老子生命智慧，來做一解決之道的探討。當中使用一些時事的素材，來表示，其實不論是古今中外，吾人的生命都遇到相同的狀況，無非是追求外欲所造成的內心空虛，或者是，因為執著下所造成的生命泥淖，乃至於因為不知足，所造成的情緒上的問題，這些皆可由老子的生命智慧達到自我療癒且解開人生那錯綜複雜的結。這三節涉及解決生命的困境，面對的是與自己息息相關的萬事萬物，甚至可說是擴展於自然世界，吾人反省自身後，必定以自身再向外做一觀照，理解到人與天地萬物的是無法分割的連結，透過這樣的觀照，希望讓吾人能夠善待、尊敬、和平的與其他物種相處的理想狀況。

筆者由基本概念到深入理解，再到能夠實踐於生命所處的生活世界中，希望能讓吾人能夠面對這生命所遭遇到的困苦時，作一與自我的對話及反省，甚至是實踐，進而感染他人。而讓吾人能夠了解，其實人們所會遇到的遭遇都是不斷的反覆發生，既使歷史不斷提醒前人的問題所在，但吾人似乎察覺不出自己正在犯前人的過錯，所以造成歷史相同或者是雷同的事件，不斷重演。小至於生命上的困苦、不順遂，大至可讓社會不安動盪，政治的推翻等，希望透過老子生命智慧，在能夠發生憾事之前，就能對於自身做一自省的工作，避免不必要的生命耗損，進而希冀每個人能夠開展出對於自己生命的圓滿，作為本論研究的研究展望。

參考書目

一、 古典文獻（依年代排序）

1. （東周）老 子著，《老子》，王弼著，《老子道德經注》，《新編諸子集成》，北京，中華書局，2010年。
2. （東周）莊 子著，《莊子》，王先謙著，《莊子集解》，《新編諸子集成》，北京，中華書局，2010年。
3. （西漢）劉 向集錄，《戰國策（下）》，臺北，九思出版有限公司，1978年。
4. （東漢）班 固撰，《漢書》，上海，商務印書館，1955年。
5. （東漢）河上公，《老子道德經河上公章句》，王卡點校，北京，中華書局，2009年。
6. （曹魏）王 弼著，《老子注》，臺北，藝文印書館，1985年。
7. （曹魏）王 弼著，《老子道德經注》，收錄於樓宇烈，《王弼集校釋》，臺北，華正書局，2006年。
8. （宋）林希逸著，《道德真經》，嚴靈峰輯，《無求備齋老烈莊三子集成補編（三）》，臺北，成文出版社，1982年。
9. （宋）呂東萊重校，《音注河上公老子道德經》，臺北，廣文書局，1990年。
10. （元）吳 澄著，《道德真經註》，收入（清）永瑢等編，《文淵閣四庫全書》第1055冊：子部14，道家類，臺北，臺灣商務印書館，1986年。
11. （明）憨山大師著，《老子道德經憨山註》，臺北，新文豐出版公司，1973年。
12. （明）焦 竑著，《老子翼》，臺北，廣文書局，1977年。
13. （清）王先慎著，《韓非子集解》，臺北，世界書局，1991年。
14. （清）郭慶藩著，《莊子集釋》，臺北，華正書局，2010年。

二、 專書部分（依姓氏筆畫排序）

1. 王邦雄著，《老子的哲學》，臺北，東大圖書公司，1993年。
2. 王邦雄，陳德和合著，《老莊與人生》，臺北，國立空中大學，2007年。
3. 王邦雄著，《老子道德經的現代解讀》，臺北，遠流出版公司，2010年。
4. 王邦雄著，《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。

5. 牟宗三著，《才性與玄理》，臺北，臺灣學生書局，2008年。
6. 牟宗三著，《中國哲學十九講》，臺北，臺灣學生書局，2012年。
7. 余培林註譯，《新譯老子讀本》，臺北，三民書局，2013年。
8. 吳怡著，《新譯老子解義》，臺北，三民書局，1998年。
9. 李宗侗，《春秋左傳今註今譯》，臺北，臺灣商務印書館，1993。
10. 林安梧著，《新道家與治療學》，新北，臺灣商務印書館，2006年。
11. 高明撰，《帛書老子校注》，北京，中華書局，1996年。
12. 袁保新著，《老子哲學之詮釋與重建》，臺北，文津出版社，1991年。
13. 唐君毅著，《中國哲學原論（導論篇）》，臺北，臺灣學生書局，1986年。
14. 莊慶信著，《中西環境哲學——一個整合的進路》，臺北，五南圖書出版公司，2002年。
15. 袁保新著，《從海德格、老子、孟子到當代新儒學》，臺北，臺灣學生書局，2008年。
16. 陳德和，《臺灣教育哲學論》，臺北，文史哲出版社，2002年。
17. 陳鼓應註譯，《老子今註今譯及評介》，臺北，臺灣商務印書館，1997年。
18. 黃錦鉉註譯，《新譯莊子讀本》，臺北，三民書局，2009年。
19. 蔣錫昌著，《老子校詁》，臺北，東昇文化事業，1980年。
20. 劉笑敢著，《老子：年代新考與思想新詮》，臺北，東大圖書公司，2007年。
21. 樓宇烈校釋，《王弼集校譯》，臺北，華正書局，2006年。
22. 關鋒著，《莊子內篇譯解和批判》，北京，中華書局，1961年。
23. 鄭志明主編，《生命關懷與心靈治療》，嘉義縣，南華大學宗教文化研究中心，2000年。
24. Viktor E. Frankl 著，遊恆山譯，《生存的理由》，臺北，遠流出版公司，1991年。
25. Viktor E. Frankl 著，趙可式，沈錦惠合譯《活出意義來——從集中營說到存在主義》，臺北，光啟出版社，2001年。

參、期刊與單篇論文（依姓氏筆畫排序）

1. 石厚高著，〈建構數學的迷思〉，《數學傳播》第4期第26卷，1988年10月。
2. 林安梧著，〈「存有」三態論與「存有的治療」——道家思維的一個新向度〉，《鵝湖月刊》26卷6期12月。
3. 林廷輝著，〈論海平面上升對島國海洋權利之影響〉，《臺灣國際法季刊》，第9卷2期，2012年6月1日。
4. 袁保新著，〈莊子思想中的心靈治療體系－評論稿（二）〉，鄭志明主編，《生命關懷與心靈治療》，嘉義縣，南華大學宗教文化研究中心，2000年。

5. 陳德和著，〈當弗朗克遇上老子——意義的治療與作用的保存〉，《鵝湖月刊》32卷123期6月。
6. 陳德和著，〈論老子《道德經》即無即道的境界哲學〉，臺北，《鵝湖學誌》，第56期，2016年6月。
7. 陳昇飛著，〈理論與實務的對話——建構主義在數學教育上的再思〉，《臺中師院學報》第2期第18卷，2004年12月。
8. 謝君直著，〈老莊哲學的自然觀與生命教育〉，《人文與社會研究學報》，第44期第2卷，2010年10月。
9. Jonathan.Shanklin 著，雜誌編輯群譯，〈回頭看臭氧層的破洞〉，《知識通訊評論》，第92期，2010年6月。

肆、學位論文（依照姓氏筆畫排序）

1. 林芸凡，《老子復原思想之研究》，南華大學哲學與生命教育系，2013年。
2. 沈亦元，《弗蘭克（Viktor E.Frankl）意義治療理論及其於生命教育之蘊義》，政治大學教育系碩士論文，2004年。
3. 柯瓊娥，《試論老子療癒思想及現代意義》，南華大學哲學系碩士論文，2008年。
4. 陳奕臣，《老子自然與無為思想之生命哲學》，南華大學哲學與生命教育系，2012年。
5. 陳貴美，《老子無為思想之研究》，臺灣大學哲學研究所碩士論文，1980年。
6. 蘇金谷，《試論老子哲學對意義治療的啟示》，南華大學哲學系碩士論文，2009年。
7. 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，2005年。
8. 張瑋儀，《莊子「治療學」義蘊之分析與展開》，淡江大學中國文學系碩士論文，2002年。

伍、報章雜誌及網路媒體資訊

1. 《自由時報》，2016/12/25，A1版，「光復高中學生扮納粹，總統府道歉、究責」。
2. 《自由時報》，2016/12/27，A11版，「『光復中華民族』光復中學另演霧社事件」。
3. 「新新聞」網站，（【特別企畫】鄭瑞城：評鑑有必要，指標應檢討），<http://www.new7.com.tw/NewsView.aspx?t=&i=TXT201303201621388P9>（2017/02/20 檢視）