

南 華 大 學

哲學系碩士論文

《莊子·人間世》療癒思想研究

The study of healing thought from “Jen Chien Shih(Human World)” of Zhuangzi



研 究 生：江培詩 撰

指 導 教 授：陳章錫 博士

中 華 民 國 一 百 年 六 月 十 五 日

南 華 大 學

(哲學系碩士班)

碩 士 學 位 論 文

《莊子·人間世》療癒思想研究

研究生：江培詩

經考試合格特此證明

口試委員：劉錦賢

陳章錫

謝君直

指導教授：陳章錫

系主任(所長)：尤惠貞

口試日期：中華民國 100 年 6 月 15 日

## 誌 謝

論文終於完成，從一開始進入研究所直到論文的產生，體會了作品的完成，須經由不斷的醞釀，沉澱，深思，才能開始著手以致最後的完成，也須有督促者不斷的提醒自己。

生命之中存在著不同階段的任務，教學一段時日常覺得有些觀念無法獲得答案，期間詢問工作夥伴卻不得要領，於是興起再進修的念頭，但是工作、讀書，期間又有家累，曾數度想放棄，也慶幸自己放棄的念頭只是在腦海中盤桓。一面工作，一面完成論文，論文的主題有關療癒，在收集資料與寫作的同時，自己也身受其益。

完成論文要感謝的人很多，首先須感謝在父親彌留之際，仍念念不忘我須將論文完成，家中許多事需煩勞另一半的協助—劉嘉文，再來家中有位見我常三心二意，以言語鞭策我的小管家婆—劉宛昕，在父親去世後日漸衰老的母親也常常鼓勵我。

在學術領域方面特別感謝指導教授，陳章錫老師的指導與包容，陳老師在治學方面是嚴謹的，不吝於指導我使我在論文寫作有所突破，也順利完成論文。

## 論文摘要

繁忙的社會有許多問題產生，而身體之所以有病痛，有部分的見解根源於心理的不滿足，於此筆者欲以心靈療癒為出發，試圖以中國思想摻雜其他思想為此困頓的想法尋求一出口。畢竟人不僅靠醫藥治療生理的病痛，也需為自己的心神找到治療的良方。不僅以醫學的角度切入病痛點，世人也可嘗試為自己撫平不足的心靈。

莊子思想源乃應運於政治社會動亂時代而生，自是對社會現象有所體會，也提出因應之道。本論文係基於此觀點探討《莊子》的療癒思想，除了試圖探究其源起，也針對其思想釐清世俗的迷思，跳脫世俗的判斷，期能開闢審視內心的自由境遇。首章為論文方向及論點，為蒐集前人研究成果，及中、西方療癒思想的內容做介紹；第二章為莊子思想的理論基礎探求其根源，探討莊子生存的年代及其思想淵源，莊子思想的基本觀念從生存意識與養生思想著眼，莊子思想的實踐觀念則分成語言的超越及莊子寫作方式；第三章為莊子療癒思想之建立，針對〈人間世〉一文作世俗關係之探討及莊子所提之方法的深究；第四章為莊子療癒思想之實踐，分為安命無憂、生死安頓、人際關係及自我修為，針對《莊子》內七篇探討莊子對人際關係及因應之道；第五章為結論，期能從中得到心理療癒。

關鍵詞：莊子；療癒；禪學；虛靜；弗朗克

# 目 次

第一章 緒論	
第一節 研究動機與目的	1
第二節 療癒思想、研究材料與文獻回顧	2
一、療癒思想	2
二、研究材料	9
三、文獻回顧	10
第三節 研究方法及論文結構	14
一、研究方法	14
二、論文結構	16
第二章 莊子療癒思想的理論基礎	
第一節 莊子的時代及其思想淵源	17
一、時代面貌	17
二、莊子思想淵源	21
第二節 莊子思想的基本觀點	30
一、生存意識	30
二、養生思想	33
第三節 莊子思想的實踐觀念	37
一、語言的超越	37
二、莊子寫作方式	40
第三章 莊子療癒思想之建立	
第一節 出仕之難——「心齋」的提出	44
一、諫君	44
二、端而虛，勉而一	47
三、心齋	49

第二節 使命之難——「義」「命」的法則·····	51
一、使者之難為·····	51
二、事實的人際關係·····	52
三、言說之難·····	54
四、乘物以遊心·····	55
第三節 輔君之難——「心莫若和」的提出·····	57
一、德之和·····	57
二、意有所至愛有所亡·····	58
三、形就心和·····	59
第四節 無用以爲大用——「材與不材」的人生抉擇·····	60
一、拙於用大·····	60
二、材與不材之間·····	62
三、形殘者·····	63
第四章 莊子療癒思想之實踐	
第一節 安命無憂·····	69
一、孔子對命與義的見解·····	69
二、孟子對命與義的見解·····	70
三、莊子對命與義的見解·····	71
第二節 生死安頓·····	72
一、生死的意涵·····	72
二、安寧照顧的意涵及課題·····	73
三、殯葬處理方式·····	74
四、面對死亡的態度·····	75
第三節 人際關係·····	77
一、人間世的人際關係·····	77
二、內七篇的人際關係·····	78

第四節 自我修爲.....	81
一、虛室生白.....	81
二、轉化心境.....	83
三、遊於無何有之鄉.....	85
第五章 結論.....	87
參考書目 .....	89

# 第一章 緒 論

生理上的病痛有醫生可加以診治，而心、靈有了毛病，卻常常隱而不顯，心理的傷口常由自身慢慢舔舐，自我撫慰心靈的創傷，而由中國思想發現老莊思想具有道家式的關懷，因此本論文由莊子思想著手。

## 第一節 研究動機及目的

中國歷史上，莊子思想之產生源自於當時政治、社會混亂致使人民生活失依，而莊子以人間道家提出了心靈療癒的主張。人世間的怪現象在在需要診治，莊子適時扮演了心靈治療的角色。

社會進步，經濟繁榮，心欲追求更舒適之生活，於是爾虞我詐之現象越顯頻繁，於是相對之下逐漸失去自我，自然與自我的對立，造成心靈封閉、內心空虛。過度的尋求名利，人與人之間防衛之心漸增，人際關係逐漸淡薄，爲了競逐物質欲望的享樂，而不知人生所爲何來。

現今許多社會案件層出不窮，最近報章媒體也陸續刊出影藝人員吸毒的案件；保姆虐童造成嬰幼兒的身體及心理的創傷，更甚者爲死亡；也有父母因經濟狀況、感情事件，尋求生命解脫之際，不忍自己的離去致使小孩受苦，而舉家自殺的不幸事件產生；父母的負面情緒引發許多情緒問題，產生許多家庭、社會事件；甚且以爲失去愛，彷彿失去全世界般的情侶，採取彼此傷害的手段。在校園中霸凌事件也屢屢出現，不論是言語強欺弱、或行爲方面欺凌時有所聞，如上司對下屬、老師對學生，學生彼此之間均曾發生；學生過度追求智育表現，使其身心產生偏差，校園逐漸產生失控的情形。

人生的負累在當時的桎梏下，導致身心未能平衡，社會也受其害。療癒思想提供身、心、靈獲得安適，身體的病痛因現代醫學可獲得治癒，心理的不平衡、精神的空虛就需得到寄託。有諸多宗教信仰，也有從歷代宣揚之思想獲得精神支持的方式，而老莊思想雖是因應春秋戰國混亂局勢的產生，但其思想有與日俱進的時代感，確實能爲現代人注入一股新思潮。

在中國哲學之中，筆者認爲老莊思想能提供心靈療癒思想。在現代社會追名求利的成心作祟之下，已經不知所爲何來，需有一股安定人心的力量，能讓人們以泰然的心境面對。社會出現吸毒、虐童、霸凌、上司對下屬的不合理要求等問題，在在提醒世人老莊思想可讓我們面對外在世界有主動性、能動性，勇敢的做自我選擇。

經查閱已完成的論文一提及治療學，無一不採用意義治療學，意義治療學強調存在的意義層面，問題獲得解決才是正途。雖已經過許多年依然如此，但在筆

者認為可增加中國傳統儒家的治療觀念，也可增加禪學思想、以及近來正盛行的哲學診治等。本論文可提供的貢獻分為莊子療癒思想的理論基礎、莊子療癒思想的建立、莊子療癒思想之實踐，及結論。

## 第二節 療癒思想、研究材料與文獻回顧

### 一、療癒思想

#### (一) 中國療癒思想

東方哲學與中國思想產生連結者，主要為佛教而在中國已產生了許多流派，其中以禪學融入中國思想為代表。以下即依據中國思想影響中國人思維之儒道思想及禪學思想論述。

##### 1. 儒道互補

「就真正儒家而言，人不單是人倫性的存在，更是道德主體的存在。」<sup>1</sup>人不僅滿足客觀道德規範之要求，也要提升自己的生命成為道德生命主體。因此需自我察覺，要由存在意義轉向超越意義，道德實踐方能徹底的完成。它呈現的一種療癒的思想。

陳德和先生在《老莊與人生》提出中國人的弊病在於人的私心，其中包括奢誇、馳蕩、心計、偏執狂妄之心，未能客觀看待事物、對人產生偏見，蒙蔽自己的視野，為自己帶來追求知識的限制、立場對立、價值判斷不同、陷溺情欲。<sup>2</sup>「《詩》可以興，可以觀，可以群，可以怨。」（《論語·陽貨》）藝術家幻想能夠通過文字、媒材等物化手段轉化，為人欣賞、閱讀，能和不同的時間、空間的讀者進行交流。而文學讓人類的欲望的象徵性得到滿足、也是表達慾望的語言、更是文化壓抑的徵兆和象徵性的療癒、同時是幻想的產物。<sup>3</sup>它可以抒發情緒，對人的智慧有所開啓、可以察看世人的反應，可以與人、與萬物合而為一，可以使內心的不平得到發洩的管道。「興於《詩》，立於禮，成於樂。」（《論語·泰伯》）日常生活裡人往往會因精神上的緊張壓抑而使體質上產生許多的異常與病變，此時可藉由文學、禮樂將心中的壓抑情緒釋放，而獲得心理平衡。不僅對一般人可得到宣洩、排遣作用，而且對於公眾人物更能顯示其廣闊的一面。而達到「知者不惑，仁者不憂，勇者不懼。」（《論語·子罕》）這在在說明孔子的思想也可以具有療

<sup>1</sup> 尉遲塗，〈論儒家意義治療的兩重意義〉，應用倫理研究通訊第七期，1998年7月，頁21。

<sup>2</sup> 王邦雄、陳德和合著，《老莊與人生》，臺北：空中大學，2007年，頁123-131。

<sup>3</sup> 戶曉暉，〈唐宋詩詞與夢〉，轉引自葉舒憲編，《文學與治療》，北京：社會科學文獻出版社，1999年，頁210-211。

癒的功用。

北宮黜培養勇氣的方式，是他人向他捅一刀，他連皮膚都不抽搐；孟施舍的方式，打仗時只管勇往直前，不計較勝負。孟施舍的做法類似曾子的反求諸己，北宮黜的作法則近似子夏的篤守聖道，孟子認為孟施舍掌握了培養勇氣的要領。<sup>4</sup>孟子知道曾子曾告訴他的學生子襄所謂的「大勇」：

吾嘗聞大勇於夫子矣：自反而不縮，雖褐寬博，吾不慄焉；自反而縮，雖千萬人吾往矣。（《孟子·公孫丑上》）

「縮」，直也。<sup>5</sup>雖有外在的挫折，但個人憑藉自己的意志力不屈服，使此心與任何可能誘惑或強迫的力量隔絕，而成惟義是從的心，可以達到不動心的境地。這是道德性的生命，它是與自己接觸的外界流通，順理而行，而不以眼前的利害得失為考量。孟子的不動心功夫乃在於培養浩然的正氣「其為氣也，至大至剛，以直養而無害，則塞於天地之間。其為氣也，配義與道；無是，餒也。是集義所生者，非義襲而取之也。」（《孟子·公孫丑》）而浩然正氣由內心自發的，而非由外強求。須時時進行，不可有須臾與忘記的可能性。也不能像揠苗助長刻意地讓它迅速成長、茁壯。「萬物皆備於我矣，反身而誠，樂莫大焉，強恕而行，求仁莫近焉。」（《孟子·盡心上》）人在反求諸己時，竭盡所能實踐，越能看見自己的真實生命，越能充分實現自己的仁義禮智之心，也就是「反照其自己，印證其自己」，<sup>6</sup>心與性實則為一，並無差別。

孟子認為人皆有四端之心，人皆可為堯舜，是由心善而推至性善。而中庸則是「天命之謂性，率性之謂道，修道之謂教。」（《中庸·第一章》）天是指使一切存在能成為存在的天道。天是形而上的實體、創造原理和生化原理。<sup>7</sup>所以能不停地創造活動。因此

誠者，自成也；而道，自道也。誠者，物之終始；不誠，無物。是故君子誠之為貴。誠者，非自成己而已也，所以成物也。成己，仁也；成物，

<sup>4</sup> 「北宮黜之養勇也，不膚撻，不目逃；思以一毫挫於人，若撻之於市朝。不受於褐寬博，亦不受於萬乘之君；視刺萬乘之君，若刺褐夫，無嚴諸侯；惡聲至，必反之。」「孟施舍之養勇也，曰：『視不勝猶勝也；量敵而後進，慮勝而後會，是畏三軍也。舍豈能為必勝哉？能無懼而已矣。』孟施舍似曾子，北宮黜似子夏。夫二子之勇，未知其孰賢；然而孟施舍守約也。」語見《孟子·公孫丑上》。

<sup>5</sup> 朱熹，《四書章句集註》，臺北：鵝湖出版社，1984年，頁230。

<sup>6</sup> 楊祖漢，《中庸義理疏解》，臺北：鵝湖出版社，2007年，頁29。

<sup>7</sup> 楊祖漢，《中庸義理疏解》，臺北：鵝湖出版社，2007年，頁98。

知也；性之德也，合外內之道也，故時措之宜也。（《中庸·二十五章》）

「誠」是自己完成自己，也是成就自己。<sup>8</sup>是天命之性，它不是由外鑠而成的。從此觀看人是自由的，也顯示人的主體性。「人可自由立意，但他所立的意，卻同時亦是普遍的法則的存有。在此，自由即是自律。」<sup>9</sup>誠是物之源起與結束的生生之道。如尊親敬長需發自內心的「誠」，否則單憑外顯的行為不足表示有孝敬之意涵。「成己」就是成就自己，是以仁德去成就自己。「成物」是成就萬物，是以智慧去成就萬物。人的本性展現為仁，人便是真實的存在。人是由內向外顯，也是良知的表現，及於物時便是化的作用。這就是物我一體之表現。

《大學》八目為「格物，致知，誠意、正心、修身、齊家、治國、平天下。」「格物」，朱熹：「窮至事物之理，欲其極處無不到也。」<sup>10</sup>也就像我們今天從各方面去解析、辨證事理。「致知」，朱熹：「推極吾之知識，欲其所知無不盡也。」<sup>11</sup>「在易經裡常以陽的『貞』是誠，以誠為正道；陰的『貞』為謙，以謙為正道。」<sup>12</sup>謙與誠是一體兩面，無謙無以顯誠，誠之令人動容乃是由於謙遜之故。「所謂誠其意者，無自欺也，如惡惡臭，如好好色，此之謂自謙，故君子必慎其獨。」（《大學》）謙者，慊也。即滿足之意。「如惡惡臭，如好好色」像討厭不好的氣味、喜愛美好的顏色般，自我滿足，毫無造作。君子獨處時，一定要謹慎，不可隨便。要真實的了解自己，面對自己，勿過度膨脹自己。唯有通過了誠，謙才有正面顯性的力量，才能感化萬物。

事實上，內在的真與妄常混雜，需要加以辨識。所以我們要求心靈的虛名靈覺，則私慾無從牽引我們的意志。但事實為常被形軀所左右，使心靈之虛明被蒙蔽，要求事理之極致，而可豁然貫通，在自覺之中，體悟到心靈本具萬物之理，是呈現在行事中。

在道家中老子主張虛寂靜篤，可以觀照萬物的變化，調和事物之間的矛盾，可使內心平靜。因此

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，是謂復命。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。（《老子·十六章》）

道是「常」，能包容萬物而無偏私於一方，透明無具體形體而可看見，體現

<sup>8</sup> 楊祖漢，《中庸義理疏解》，臺北：鵝湖出版社，2007年，頁217。

<sup>9</sup> 楊祖漢，《中庸義理疏解》，臺北：鵝湖出版社，2007年，頁218。

<sup>10</sup> 朱熹，《四書章句集註》，臺北：鵝湖出版社，1984年，頁4。

<sup>11</sup> 朱熹，《四書章句集註》，臺北：鵝湖出版社，1984年，頁4。

<sup>12</sup> 吳怡，《生命的轉化》，臺北：東大圖書公司，1996年，頁147。

道則包容萬事萬物，心無所思慮，無所欲求，不為外界影響、不為外界所傷，才能無危殆發生。

莊子認為人之所以有種種的不平、與名、利、毀、譽種種牽掛，乃有外逐的心所致，於是探求人的本真相對地重要。

一若志。无聽之以耳而聽之以心，无聽之以心而聽之以氣。聽止於耳，心止於符。氣也者，虛而待物者也，唯道集虛，虛者，心齋也。（《莊子·人間世》）

外在的誘因多，勿縱容物慾而無窮盡地向外追求。也勿聽任內心隨意向外競逐物質、聲譽、名利、是非的呼喊，畢竟這些都是外在，不是本來就在內心的物慾，將使自己迷失本心，須內心沖虛，這與「墮肢體，黜聰明，離形去知，同於大通，此之謂坐忘。」之意，「肢體」一切外在的事物均屬之，「聰明」則是巧言智慮，凡是勾心鬥角無所不用其極皆屬之，所以須從外在的「肢體」轉而為內心的「聰明」忘掉，先是忘掉形體的我，接著忘掉意識的我，方能與萬物一體，達到大通。

俱為由本心發出，求其虛明寧靜，道家偏重求其本真，儒家則重包容萬物。其理雖不同而有相通之處。

## 2. 禪學

### (1) 禪學的緣起

禪宗是中國化的佛教宗派，由於傳統文化乃由眾多要素所組成，佛教也是非常龐雜，它不僅有宗教信仰，且又有作為理論論證的思辯哲學，為了讓中國人更了解佛教，須得到上層的知識份子的支持，將把佛教經典和中國的古典文獻相較。加上它傳入之際正值方術迷信在中國盛行。中國化的佛教融入道教思想及方術之說。印度的佛教要為中國社會所接受，就須翻譯與教義研究的專門化，而在「習禪」、「神異」方面與印度本土佛教不同，而這也是日後禪宗獨立發展的原因。而中國化的佛教特別是禪宗，強調的是當下解脫，頓悟成佛。<sup>13</sup>

### (2) 禪學的義理

禪是要覺照心靈的真正本性，據以訓練心靈本身，做自心的主人。直指自心或即靈魂的真相，是禪宗的基本目標。<sup>14</sup>禪是在日常生活包括食衣住行各方面去體會而不把生命視為形上學的練習題，因此將是非、得失全置諸腦後。鈴木大拙

<sup>13</sup> 洪修平，《禪宗思想的形成與發展》，高雄：佛光出版社，1991年，頁10。

<sup>14</sup> 林宏濤譯，《鈴木大拙 禪學入門》，臺北：商周出版社，2009年5月，頁61。

認為我們之所以無法洞澈真理正是由於我們不合理地執著於「邏輯」的詮釋，<sup>15</sup>東方思想不能以框架侷限在「邏輯」中，不合理的事物也有其邏輯性。它對於事物的省察在於「悟」，而不被規則限制，也不為人為造作所困惑。突破是與非的對立，才能真正自在地生活。

慧能沒有接受過佛學方面的系統訓練。<sup>16</sup>他能夠自由地解釋並發揮禪學義理，提倡不立文字，將中國的佛學發展推進另一方向。不必憑藉修持即能頓悟成爲人們企盼超脫現實苦難的迫切願望。

尋求自我本真在佛教中以「緣起性空」爲起點，到禪宗的「見性」說達到極點。<sup>17</sup>「緣起」是憑藉許多因素所組合而成，「空」並非一切都不存在，而是一切皆因緣而生、而滅，「性空」也就是無獨立的實在性。依照禪宗的說法，世上無任何這樣的實體物。因而「自性」無法從眾因緣中產生，它是可獨立存在，不需依賴他物。因此「緣起」與「性空」是一體兩面。

佛教中談到心識有八，即眼耳鼻舌身意加上末那識、阿賴耶識。心識可轉出自我與世界。識有「種子」與「現行」兩種狀態，種子是識的潛行狀態，現行是識的表現狀態。<sup>18</sup>人在日常生活中無論善或惡的表現都會形成種子，不會消失不見。而解脫之道乃是在於將已遭受污染的行爲，洗滌乾淨後重新出發。世親菩薩，晚年作《唯識三十論》，唯識理論益加完密。《唯識三十論》，是五言四句頌文，爲數共三十頌，全文六百言。言簡意賅，而「含萬教於一字，約千訓於一言。」演述萬法唯識的妙義。<sup>19</sup>唯識三分爲相、性、位。所謂唯識相者，即依他起性。凡夫外道，不知唯識無境之妙旨，執著心外別有實境，而起我執法執，要依他起法，以破遣我人的二執，是所有起因皆有因緣起；所謂唯識性者，即圓成實性，是所有的因緣所生的狂妄偏執能遠離，而達到平等真如；所謂唯識位者，即遍計所執性，就是有各種狂妄、執著。

### (3)禪學落實於中國

胡適先生曾說：「中國禪並不來自於印度的瑜珈或禪那，相反的，卻是對瑜珈或禪那的一種革命。」<sup>20</sup>甚至湯姆士默燈也主張唐代的禪師是繼承莊子思想從而產生影響的人。「禪師的最明顯特質是在於強調內心的自證。」<sup>21</sup>但是禪學與老莊思想有不同，老莊思想是在於自身的體悟，而禪是一種開導體悟的訓練。

<sup>15</sup> 林宏濤譯，《鈴木大拙 禪學入門》，臺北：商周出版社，2009年5月，頁90。

<sup>16</sup> 洪修平，《禪宗思想的形成與發展》，臺北：佛光書局，1991年，頁326。

<sup>17</sup> 李日章，《莊子逍遙境的裡與外》，臺北：麗文文化，2000年，頁11。

<sup>18</sup> 王邦雄等，《中國哲學史》，臺北：里仁書局，2005年，頁346。

<sup>19</sup> 于凌波，《唯識三論今註》，臺北：東大圖書公司，1994年，頁184。

<sup>20</sup> 吳經熊，《禪學的黃金時代》，臺北：台灣商務印書館，1982年十一版，頁2。

<sup>21</sup> 吳經熊，《禪學的黃金時代》，臺北：台灣商務印書館，1982年十一版，頁3。

## (二).西方療癒思想

葉舒憲在〈導論：文學治療的原理及實踐〉一文曾指出尼采認為蘇格拉底時期希臘的哲學具有維護健康的功用，但是柏拉圖之後哲學已喪失醫療保健的作用。<sup>22</sup> 尼采試圖恢復哲學的醫療功能，而在 1912 年舍勒爾用「文化病理學」(Pathologie der Kultur)這樣的語詞用於文化的疾患。而佛洛伊德所開創的精神分析學則將患者從他的心理挫折找出病根，用催眠疏導等方式加以診治。其後則分為個人診療與社會文化診療兩個方向，前者屬醫療行為，而海德格即是從事後者的方式。

### 1.海德格

海德格之哲學源於存在主義，「存在主義之詞來自丹麥之齊克果所論之存在的思索。」<sup>23</sup> 海德格的用意和分析人生之存在性，用的方法是胡塞爾的現象學方法，不用假設或預設，而是直接探求「自明的本質」。將所觀察到的事物全部包括進入。海德格認為世界是存在自我之中，並非我存在於世界之中。世界原來是被『無』涵蓋了一切的「有」。海德格之人生存在之三大特徵為：

- (1)我被放置到世界上，即會立刻擔負其責任、計畫、命運，而不選擇逃避。
- (2)人生既被拋擲於世界，而亦同時自覺有一具體的生命之遠景呈現在眼前。
- (3)言說以文字與聲音，顯示其所了解之世界之存有，同時表達其所瞭解之一切意義。<sup>24</sup>

### 2.弗蘭克的意義治療

意義治療學派是存在分析的一種，而其倡導者弗蘭克先生歷經集中營生活，雙親、哥哥、妻子均已死亡，只剩他與妹妹存活。在飽受飢寒凌虐，隨時有死亡之虞的情況，決定使自己苦得有價值，證實人有超越「外在命運」的能力。<sup>25</sup> 如尼采說：「懂得『為何』而活的人，差不多任何『痛苦』都忍受得住。」意義治療重視生命真實存在的意義，及為何存在的意義。

意義治療的重心不能放在心理層面或社會層面，而必須放在存在的意義層面。唯有個人存在的意義問題得到真正的解決，人才有真正正常健康活著的可能。所以，意義治療學是徹底化解人存在意義問題的治療學。<sup>26</sup>

<sup>22</sup> 葉舒憲編，《文學與治療》，北京：社會科學文獻出版社，1999年，頁3。

<sup>23</sup> 「齊克果之哲學，乃其個人之內心生活的反省。」陳鼓應，《存在主義》，臺北：台灣商務印書館，2009年二版，頁118。

<sup>24</sup> 陳鼓應，《存在主義》，臺北：台灣商務印書館，2009年二版，頁134-138。

<sup>25</sup> 趙可式、沈錦惠合譯，《活出意義來》，臺北：光啓文化出版社，1995年，頁7-10。

<sup>26</sup> 尉遲淦，〈論儒家意義治療的兩重意義〉，《應用倫理研究通訊》第7期，1998年7月，頁1。

「意義治療」的任務，在於協助病人找到他生命中的意義，<sup>27</sup>在分析的過程理解隱藏生命存在內的意義。以「意志自由」、「意義意志」及「生命意義」為三項基本理論。試圖為病人放寬、開闊其視野，以期他能意識到事件對他產生的意義與價值。意義治療較少回顧過去與較少內心省思，將重點放在病人未來要完成的工作與意義上。在治療過程中，只是專心的聆聽，讓病人任意地開展自己的能力，以通達他人。人的意志具有多元向度，因此弗蘭克引領我們一條新的思維方向。

只有弗蘭克的意義分析才是首次從心理學意義上由對自我的存在分析而切入心理治療，同時意義分析也是第一次在存在主義治療與人本主義心理學之間鋪架一座橋樑。<sup>28</sup>

意義治療學牢記生命存在的短暫性，非但不悲觀，反而非常積極。積極的人將生命歷程按序歸檔，無論喜、怒、悲、哀，使自我生命豐盈。

### 3. 哲學診治

將哲學應用於諮商是心理治療和心理諮商的另類途徑。<sup>29</sup>它是導向身心健康的非醫療途徑，哈佛的哲學家 Stanley Cavell 說：「孩童是哲學家，因為我們乃是向童年中的事件來學習的……這是種哲學的方法途徑以告別童年……擺脫幼稚的事情以成就智性。」<sup>30</sup>哲學諮商的目的學習如孩童般的好奇轉變為生活記憶的哲學探討。哲學診治援用了許多心理治療的觀點，但它卻與治療對立。與心理分析學派 Masson 的看法一致，而 Masson 所持的理由是心理治療無法由內部自身獲得改善，認識它的作法中謊言假象、誇大之言、矯飾之辭，就了解它必走向末路。哲學診治有四個實務特色：

- (1) 真誠的溝通，建立在自由、自發性發展的對話上。
- (2) 對話的重要性是使其有活力，並且是從存有流出的。
- (3) 闡釋(尋求解釋)在其中實務者與問題合而唯一，不是藉由將他對問題的了解傳給別人，而是藉由給予訪客一種新鮮的刺激來解釋自己。
- (4) 對話創新的元素－哲學實務裡重要驚奇的元素－不允許固著的觀點、標準態度或不變的解答。<sup>31</sup>

<sup>27</sup> 趙可式、沈錦惠合譯，《活出意義來》，臺北：光啓文化出版社，1995年，頁117。

<sup>28</sup> 劉翔平，《尋找生命的意義－弗蘭克的意義治療學說》，臺北：貓頭鷹出版社，2001年，頁62。

<sup>29</sup> 張紹乾譯，《哲學診治》，臺北：五南書局，2006年，頁3。

<sup>30</sup> 張紹乾譯，《哲學診治》，臺北：五南書局，2006年，頁5。

<sup>31</sup> 張紹乾譯，《哲學診治》，臺北：五南書局，2006年，頁102-106。

中西療癒思想，各有形成之背景。現代資訊傳達的快速，也有其相通，皆是從心靈著手，期能為心靈找到出口。中國的療癒建立在心靈層次的轉化，而弗蘭克的意義治療是從尋求人的生存意義出發，哲學診治則偏重在以對話的方式期使被諮商者自己尋找到問題的癥結。各個方式不同卻著重在心靈層次，寄望個人能為自己療癒。

## 二、研究材料

本論文的研究範圍在於《莊子》思想中的療癒部份與西方思想中存在主義、弗蘭克意義治療法、與中國的孔、孟、《中庸》、《大學》及佛教思想的禪宗等之會通，以《莊子》的原典為主，參照各學者義理詮釋，以及相關的心理治療、輔導教育、意義治療等專書為寫作材料，也參考學者於期刊上所發表的論文，作為參考依據。

莊子其書，依據《莊子及其文學》中黃錦鉉先生所敘述的看法為：

漢書藝文志紀錄有五十二篇，其中內篇七，外篇廿八，雜篇十四，解說三。據經典釋文序錄說是由淮南王的門客編定的。晉司馬彪及孟氏都替它作注，就是那個本子。以後其他諸家，像崔譔注是十卷二十七篇，內篇八，外篇二十。向秀注是二十六篇，都沒有雜篇，這許多本子，都已經失傳了。不能夠了解其中篇章的次第，現在所傳的，只有郭象的本子，共十卷三十三篇，其中內篇七，外篇十五，雜篇十一，日本高山寺卷子本有郭象的後序，說是經過刪節，合併篇章，因此比藝文志所著錄的，少了十九篇。<sup>32</sup>

《莊子》五十二篇本在漢代可能是通行本，和晉代郭象《莊子注》相同。後漢高誘注《呂氏春秋·必已》說：「莊子名周，宋之蒙人，輕天下，細萬物，其述尚虛無，著書五十二篇，名之曰《莊子》。」崔譔，晉書無傳，唯《隋書·經籍志》稱其為「東晉議郎」，但《世說新語·文學》注引《向秀別傳》說：「秀游托數賢，蕭屑卒歲，都無所述，唯好《莊子》，聊應崔譔所注，以備遺忘。」崔譔的《莊子》注文在《經典釋文》中有存留，所以他是目前留存魏晉注《莊子》諸家中最早的。<sup>33</sup>

許多學者主張內七篇是莊子本人的思想，其思想前後一致，故推斷為莊子本人所做。其外雜篇則是莊子後學述莊、衍莊集結而成的作品，因此本論文主要以《莊子》內七篇為主，另有外雜篇作為佐證引述的材料。

<sup>32</sup> 轉引自黃錦鉉，《莊子及其文學》，臺北：東大圖書公司，1984年，頁11。

<sup>33</sup> 轉引自崔大華，〈第二章 莊子考論〉，《莊學研究》，臺北：文史哲出版社，1999年，

本論文採用莊子的原典以通行本郭慶藩的《莊子集釋》為主，<sup>34</sup>另參考晉代郭象《莊子注》、<sup>35</sup>明代釋德清的《莊子內篇注》、<sup>36</sup>清代王先謙《莊子集解》。<sup>37</sup>老子原典方面，以晉代王弼所注的《老子道德經》、<sup>38</sup>樓宇烈校釋的《老子周易王弼注校釋》為主。郭慶藩的《莊子集釋》採用郭象《莊子注》、唐代成玄英《疏》及唐陸德明的《經典釋文》三書的全文及俞樾、王念孫等的訓詁考證，是一本研究莊子思想不可少的參考書；明代釋德清的《莊子內篇注》偏向佛學觀點所注的《莊子》，將莊子思想與佛教的義理結合，使《莊子》更可窺知其具有療癒思想；清代王先謙《莊子集解》其註解詳盡精闢，用字簡明練達，是研究《莊子》頗具參考價值的注本。

### 三、文獻回顧

本文研究內容主要是《莊子·人間世》中所述的人間社會狀況與療癒思想的探究。嘗試以莊子思想與中西療癒思想作連結。本論文的論述重點在探討莊子哲學對療癒思想的基本概念得到啓發與應用。

#### (一) 現代莊子注釋本

##### 1. 張默生的《莊子新釋》<sup>39</sup>

張默生的《莊子新釋》是以內七篇為內容，在注釋莊子內七篇前，先有莊子研究問答，針對研究莊子一書應有的體認，以問答的方式，提供閱讀前做心理建設。對莊子生平及其學說做梗概介紹，在每篇開頭先有一段引言有助於對該篇章作重點式的了解，再加上篇章中講述各大段重點，以期對讀者做詳實的解說，發揮其著書之功效。

##### 2. 陳鼓應的《莊子今註今譯》<sup>40</sup>

陳鼓應《莊子今註今譯》係以莊子內、外、雜各篇章為主，在各篇開始之際，針對此篇作主旨介紹，又分段落，有益於了解各段意旨的理解。在各注釋之後詳

---

<sup>34</sup> 清·郭慶藩輯，《莊子集釋》，臺北：華正書局，2004年。

<sup>35</sup> 晉·郭象，《莊子》，臺北：藝文印書館，2007年。

<sup>36</sup> 明·釋德清，《莊子內篇注》，臺北：廣文書局，1991年再版。

<sup>37</sup> 清·王先謙，《莊子集解》，臺北：東大圖書，2008年。

<sup>38</sup> 晉·王弼(注)，《老子道德經注》，臺北：文史哲出版社，1990年景本。

<sup>39</sup> 張默生，《莊子新釋》，臺北：漢京文化出版社，2004年。

<sup>40</sup> 陳鼓應，《莊子今註今釋修訂本》，臺北：台灣商務印書館，2008年。

加介紹其他學者對其字辭的考據解說。

### 3. 吳怡的《莊子內篇解義》<sup>41</sup>

吳怡以內七篇作解義理解析，在原文之後緊接著全文的翻譯，而後的注釋，依據各篇章作篇名的說明，其次鑄鑄眾家解說擇善而從，本書敘述清楚、淺顯以期為讀者所明瞭。

另外尚有注譯通行本：歐陽景賢及歐陽超的《莊子釋譯》、<sup>42</sup>王叔岷的《莊子校詮》、<sup>43</sup>黃錦鉉的《新譯莊子讀本》。<sup>44</sup>以上各家具其特色，為閱讀莊子原典必要的輔助工具書。

## (二)義理詮釋方面

### 1. 唐君毅的《中國哲學原論(導論篇)》<sup>45</sup>

本書於各篇章設定主題，再依各家思想進行探討，以期讀者更明瞭其中之差異。作者為中國哲學之現代化賦以新的解說，使以其更具現代感。第四章〈原心下：莊子之靈臺心荀子之統類心與大學中庸之德性功夫論〉、第八章〈原辯與默：墨莊孟荀之論辯〉、第十六章〈原命上：先秦天命思想之發展〉均是探討莊子本心之主張。

### 2. 牟宗三之《中國哲學十九講》、<sup>46</sup>《才性與玄理》<sup>47</sup>

《中國哲學十九講》作者以其卓見及嚴謹的思辨，對儒、道、佛等中國哲學史的各家學派思想作有系統的詮釋，其中在第五講「道家玄理之性格」，主要論述道家的「無」是將自然生命的紛馳、心理的情緒、意念的造作等人為造作一層一層地往上化掉；第六講「玄理系統之性格—縱貫橫講」以為客觀的、形式的了解是縱線，對功夫的了解是橫線；第七講「道之『作用的表象』」分別依據道家的理論特色加以闡述。

《才性與玄理》中第六章「向郭之注莊」分別申述郭象的注，並與比較老莊之在風格、表達之方法、義理之形態之異同，及內七篇之主要意涵及其與佛學之相通處，有其精闢的見解，讓讀者更能深入探究其意蘊。

---

<sup>41</sup> 吳怡，《新編莊子內篇解義》，臺北：三民書局，2008年。

<sup>42</sup> 歐陽景賢、歐陽超，《莊子釋譯》，臺北：里仁書局，2001年。

<sup>43</sup> 王叔岷，《莊子校詮》，北京：中華書局，2007年。

<sup>44</sup> 黃錦鉉，《新譯莊子讀本》，臺北：三民書局，2008年。

<sup>45</sup> 唐君毅，《中國哲學原論(導論篇)》，臺北：台灣學生書局，2004年校訂版。

<sup>46</sup> 牟宗三，《中國哲學十九講》，臺北：台灣學生書局，1983年。

<sup>47</sup> 牟宗三，《才性與玄理》，臺北：台灣學生書局，2002年修定版。

3. 徐復觀的《中國人性論史(先秦篇)》、<sup>48</sup>《中國藝術精神》<sup>49</sup>

《中國人性論史》論及的人性論是以命、性、心、情、才等名詞所代表的觀念、思想為其內容，方便讀者對其思想史之中心思想有明確的認識。

《中國藝術精神》之〈第二章中國藝術精神主體之呈現——莊子的再發現〉，在人的心、性中發掘藝術的根源，把握其精神自由解放的特點，而在此產生許多偉大的作品。於各節設定主題再依各家思想進行探討讀者更明瞭其中之差異。作者為中國哲學之現代化賦以新的解說，以其更具現代感。

4. 王邦雄的《莊子道》<sup>50</sup>

作者以一位受儒家洗禮，跨入老莊領域內的學者，其自我領悟的其特色有如作者所說被經典困住，被工夫套牢即會被牽累，跳脫歷程，擺脫經典，境界當下開顯。作者以淺白文句詮釋內七篇之精要，分別為內七篇設定一主題，且以目前社會現象做為解說，讓讀者能迅速進入莊子原典的用意，不失為一重要參考書籍。

5. 高柏園的《莊子內七篇思想研究》<sup>51</sup>

分別根據莊子內七篇依章節比較各家學派不同的詮釋系統，提供讀者較有系統性、理論性的詮釋並扣緊文獻，能直探其中的精義。

此外加上錢穆的《莊子纂箋》、<sup>52</sup>《莊子通辨》、<sup>53</sup>王邦雄另有《老子的哲學》、<sup>54</sup>《莊子道》、<sup>55</sup>吳汝鈞的《老莊哲學的現代析論》<sup>56</sup>均是本論文研究的重要文獻。

### (三) 與本論文相關的研究和著作

1. 張紹乾的《哲學診治》<sup>57</sup>

哲學的診治不限於特定的哲學學派、思想應用或研究方法，哲學診治是自由的對話，理論的著墨較少，主要在於舉實際的案例。因此仍有待後人繼續發揚。

---

<sup>48</sup> 徐復觀，《中國人性論史(先秦篇)》，臺北：台灣商務印書館，2007年。

<sup>49</sup> 徐復觀，《中國藝術精神》，臺北：台灣學生書局，1966年。

<sup>50</sup> 王邦雄，《莊子道》，臺北：漢藝色研，1993年初版二刷。

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

<sup>52</sup> 錢穆，《莊子纂箋》，臺北：東大圖書公司，2003年修定版。

<sup>53</sup> 錢穆，《莊老通辨》，臺北：東大圖書公司，1991年。

<sup>54</sup> 王邦雄，《老子的哲學》，臺北：東大圖書公司，1980年。

<sup>55</sup> 王邦雄，《老子道》，臺北：漢藝色研文化公司，2005年。

<sup>56</sup> 吳汝鈞，《老莊哲學的現代析論》，臺北：文津出版社，1998年。

<sup>57</sup> 張紹乾譯，《哲學診治》，臺北：五南書局，2006年。

## 2. 林安梧的《新道家與治療——老子的智慧》<sup>58</sup>

林先生提出了對儒、道的看法，儒家重在「主體的覺醒與參贊」，道家則是「場域的調節與生發」，分別敘述作者的看法，在各章節中提到存有治療的功能何在。

另外、《中國宗教與意義治療》、<sup>59</sup>黃源典的《先秦道家之意義治療研究》<sup>60</sup>等著作。他們或從老莊思想探討治療思想，或從現代療癒心理對治心中無限的慾望，皆能開闊心胸、達到身心和諧，找到心中的本真，回到真正的自由與逍遙。

### (四) 期刊論文

#### 1. 高柏園的〈莊子思想中的心靈治療體系〉<sup>61</sup>

中國哲學以生命為中心，重在通過實踐或完成此生命之種種內容與意義，心靈治療為其重點，文中指出現代人心靈困惑之所在，再以身體觀、語言觀及心靈開放展示，以莊子心靈治療之意義作為我們今日心靈治療之依據。

#### 2. 袁保新的〈秩序與創新—從文化治療學的角度省思道家哲學的現代義涵〉<sup>62</sup>

以詮釋學的方法針對當代道家研究之分歧，逐一釐清觀念，再經由文獻還原的程序，診斷出道家思想為「文化治療學」，再與海德格思想作比較，指出當代文明的危機主要為科技。此文為研究道家治療學的參考依據之一。

#### 3. 陳德和的〈當弗朗克遇上老子〉<sup>63</sup>

意義治療是以生命意義的探索作為心靈重建的重要依據。而意義治療對治的是心靈的精神官能症，與老子思想中的生命負累恢復生命的本然為德行的依據，其理相通。為研究道家心靈治療之依據。

另外，尉遲金的〈論儒家意義治療的兩重意義〉<sup>64</sup>認為儒家的義理與弗朗克的意義治療有其相近之處，及吳建明的〈論莊子對「命」的思考及其「安命」之

---

<sup>58</sup> 林安梧，《新道家與治療學—老子的智慧》，臺北：台灣商務印書館，2006年。

<sup>59</sup> 林安梧，《中國宗教與意義治療》，臺北：明文書局，1996年。

<sup>60</sup> 黃源典，《先秦道家之意義治療義蘊研究》，淡江大學中國文學系博士論文，2006年。

<sup>61</sup> 高柏園，〈莊子思想中的心靈治療體系〉，《鵝湖月刊》第26卷第4期，2000年10月。

<sup>62</sup> 袁保新，〈秩序與創新—從文化治療學的角度省思道家哲學的現代義涵〉，《鵝湖月刊》第314期，1991年5月。

<sup>63</sup> 陳德和，〈當弗朗克遇上老子〉，《鵝湖月刊》第32卷第12期，2007年6月。

<sup>64</sup> 尉遲淦，〈論儒家意義治療的兩重意義〉，《應用倫理研究通訊》第7期，1998年7月。

可能)<sup>65</sup>等著作，在中國哲學思想與西方療癒思想中，他們或從儒家的思想肯定其療癒思維，或從老莊思想的正言若反、歸根復命、心齋與坐忘等的思考方式，解釋說明無論處於春秋戰國的戰火不斷、政治混亂時代；近代的戰爭中或現代文明各種心理疾病之診治，均期使心靈轉化回歸到自然純樸之境。從古迄今，人在癡迷中漸近於冷漠，在困苦勞累中選擇了逃避，身心失去了依據，無法有安頓之所。於是西方與東方的思想家遂有了療癒思想的產生。

### 第三節 研究方法與論文結構

#### 一、研究方法

本論文係以《莊子·人間世》為主要依據，旁及內七篇其他各篇為輔，再以外雜篇為佐例，以中西方古今療癒思想相印證。而一篇論文的好壞決定於研究方法的選擇，因此本文依勞思光的《中國哲學史》序論中所敘及的系統研究法、解析研究法、基源問題分析法，另外還參考傅偉勳的創造性詮釋法。

##### (一) 系統研究法

依勞思光先生之說，此是將敘述的思想作系統地陳述的方法。<sup>66</sup>在本論文第二章「莊子療癒思想的理論基礎」，其中根據文獻記載作為解讀了莊子的思想淵源，又加上中西方療癒思想的發展將希臘三哲思想發展到海德格至現代意義治療、哲學診治等思想概念加以整理、分析，以釐清其主要內涵，作為鋪陳本研究問題的脈絡。

在《莊子》哲學方面，自古以來，歷代思想家的詮釋和註解，各具特色而自成一學派。為了不受各家立論的影響而回歸到莊子的文本。再擇要閱讀為莊子思想做解說的相關著作。及各有關療癒思想的期刊、論文、書籍等，以歸納莊子的治療觀。

##### (二) 解析研究法

其作法是解析以往哲學家所用的詞語及論證的確切意義。<sup>67</sup>在第二章「莊子療癒思想的理論基礎」及第三章「莊子療癒思想之建立」，在引述的文本中因年代久遠有必要對文本作較詳盡分析，以各思想家之解說為參考依據。

<sup>65</sup> 吳建明，〈論莊子對「命」的思考及其「安命」之可能〉，《鵝湖月刊》，第311期，2001年2月。

<sup>66</sup> 勞思光，《新編中國哲學史(一)》，臺北：三民書局，1995年，頁6。

<sup>67</sup> 勞思光，《新編中國哲學史(一)》，臺北：三民書局，1995年，頁10。

### (三) 基源問題分析法

其方法是以邏輯意義的理論還原為始點，而以史學考證工作為助力，以統攝個別哲學活動於一定設準之下為歸宿。勞思光在《新編中國哲學史(一)》第四章道家學說以心理學觀點提出了形軀我、德性我、認知我、情意我之區別。<sup>68</sup>筆者在第三章「莊子療癒思想之建立」參考了其觀點。

莊子思想已成為能知能行的生命哲學，內化於一般人之內心，而用詮釋學的方式作為佐證。依據神學家史萊爾瑪的看法，他認為詮釋學是一門言說和理解有關的方法。言說可以分享思想的沉思，同時也是修辭學和詮釋學分享辯證法一般關係的結果。<sup>69</sup>

高柏園於《中庸形上思想》說：所謂詮釋，其基本意義就是根據自我的生命歷史，透過客觀的方法操作，面對詮釋對象認識與瞭解，並進而對詮釋對象的意義加以抉發與建構。<sup>70</sup>理想的詮釋如傅偉勳所提的「創造性的詮釋法」。

- (一)實謂層：「原思想家(或原典)實際上說了什麼？」，指的是莊子的文本文獻、版本考證等，筆者參考了歷代大師所注釋的觀點運用在本論文的第二章及第三章。
- (二)意謂層：「原思想家想要表達什麼？」通過文本分析以了解莊子思想的原意。此是筆者在此論文常採用的方法之一。
- (三)蘊謂層：「原思想家可能要說什麼？」或「原思想家所說的可能蘊含是什麼？」經過原點的詮釋後，以了解莊子思想內涵的深層意義。
- (四)當謂層：「原思想家(本來)應當說出什麼？」或「創造的詮釋者應當為原思想家說出什麼？」自莊子的原點中尋找原本應當說的話。
- (五)創謂層：「原思想家現在必須說什麼？」或「為了解決原思想家未能完成的思想課題，創造的詮釋者現在必須踐行什麼？」，對於莊子尚未完成的思想作創新的實踐功夫。<sup>71</sup>

筆者在參閱文獻或闡述莊子原典，將把握傅偉勳的這五種方式，也參考了前述勞思光所提之方法，避免有斷章取義之疑慮。還以歷代對《莊子》的注疏對莊書的思想、哲理、定義進行探討，以期掌握莊書中的治療思想的重要意涵。

<sup>68</sup> 勞思光，《新編中國哲學史(一)》，臺北：三民書局，1995年，頁249。

<sup>69</sup> 中正大學教育研究所編，《質的研究方法》，高雄：麗文文化公司，2005年，頁224。

<sup>70</sup> 高柏園，《中庸形上思想》，臺北：東大圖書公司，1991年，頁50。

<sup>71</sup> 傅偉勳，《學問的生命與生命的學問》，臺北：正中書局，1994年，頁228-229。

## 二、論文結構

第一章為緒論。先說明本論文的研究動機與目的、研究材料與文獻回顧、研究方法與論文結構。無論是現代專書、期刊論文對於研究老莊歷代大家及前輩們的研究成果作概略的說明，以了解莊子思想及其意涵。

第二章為「莊子療癒思想的理論基礎」。首先探討莊子及其時代思想，以了解其所處時代之背景及莊子思想產生之淵源。再者，陳述莊子思想的內涵，就其生存意識、言說及養生思想分別探討。最後針對中西方療癒思想探究其思想中的療癒部份，中國思想除了本土文化外，再加上從東方引進的佛教落地生根為中國的禪宗及藏教；西方思想除了希臘三哲外，再加上現代正夯的意義治療及最近運用哲學觀念為其心理診治提供心靈療法的哲學診治。

第三章為莊子療癒思想之建構。分別為諫君之難—心齋的提出、使命之難—義命的法則、輔君之難—形就心和、無用以為大用—「材與不材」的人生抉擇。莊子以為這是人間難為之事，為此逐一分析其難解之處，探究莊子主張的療癒方向，希望為我們提供心靈的醫療方法。

第四章為莊子療癒思想之實踐。係由第二章所提療癒思想與第三章莊子思想之建立作會通。分別就面臨生死的安頓、人與人之間相處的心理安適、遭逢困頓之際自我內心的修為。從以上的幾個面向以現代人遇到的難題，摻雜西方療癒及禪學思想的主張，論述其療癒的可能。

第五章為結論。主要係針對本論文所闡述的思想作一回顧，及尚有不足處提出建言。

## 第二章 莊子療癒思想的理論基礎

莊子思想之所以與時俱進，有其時代性。無論當時或現今的社會產生許多問題，除了身體上的病痛外由醫生診治外，心靈方面，莊子思想具有其療癒作用，本章依由莊子及其時代背景、莊子及其思想及中西療癒思想分別探討。

### 第一節 莊子的時代及其思想淵源

莊子是謎樣的人物，依《史記》所載僅知其為戰國時代的人，與梁惠王、齊宣王同時。從王邦雄先生所分析戰國時代的背景，我們可得知其大環境下的概略面貌。

#### 一、時代面貌

莊子的時代面貌從外在政治、社會談起，因對外戰爭頻繁、對內國君爭權無心於施政，乃至暴虐無道之事常有聽聞；再則各國需才孔急，於是有各方人士的不同主張；此時社會經濟日益活躍；而人心與以前不同，也有極大的改變。

#### (一) 戰爭頻仍及刑罰肆虐

西元前四世紀至三世紀時，各諸侯爲了自己的利益攻伐不斷，大規模的戰爭連連，加上各國的嚴刑峻法，致使人民不是因戰爭而死亡，就是成了形殘之人。在《人間世》提到衛國國君專斷獨爲，僅憑一己喜好致使國境內人民橫屍遍野，弄得人心惶惶。莊子是宋國人，其在生存的時代裡，國君暴虐，加以內部爭權奪利，爲政者無心思於經營國政。司馬遷曰：

當是之時，秦用商君，富國強兵；楚魏用吳起，戰勝弱敵；齊威王、宣王用孫子、田忌之徒，而諸侯東面朝齊。天下方務於合從連衡，以攻伐為賢。<sup>1</sup>

戰爭頻仍是這時代的特色。國與國之間侵城掠地和諸侯國內部奪權爭位的情形常見。於《莊子》一書中提及「韓魏相與爭侵地」<sup>2</sup>(〈讓王〉)、「田成子一旦

<sup>1</sup> 司馬遷，《史記·孟荀列傳》，臺北：大甲書局，1979年，頁2343。

<sup>2</sup> 「公元前三五七年，韓派使者把突入到魏國境內的平丘、戶牖、首桓送給魏國，要求交換土地。等到魏以土地與韓交換時，位又從韓取得了通過太行山的交通要道軹道和鄭鹿。這是在魏的壓力下，三晉之間調整交換了土地，使得魏在中原的大片土地連成一塊，造成十分有利的形勢。」見於楊寬，《戰國史》，臺北：台灣商務印書館，1977年，頁299。

殺齊君而盜其國」<sup>3</sup>( ( 胙篋 ) )、「越有難，吳王使之將，冬與越人水戰，大敗越人。」( ( 逍遙遊 ) )等等都是描述征戰甚至在國內奪權導致人心惶惶。

不僅有征伐事件頻傳，甚至也可看到國君暴虐無道的描述。

夫楚王之為人也，形尊而嚴；其於罪也，無赦如虎；非夫佞人正德，其孰能撓焉！（〈則陽〉）

衛君，其年壯，其行獨，輕用其國，而不見其過；輕用民死，死者以國量乎澤若蕉，民其無如矣。（〈人間世〉）

國君對於犯錯之人，不容寬赦，再加上國君未親民愛民，視民如草芥，未能體恤人民，只爲了個人的喜好、需要，任意指使、未尊重人民。而莊子以嘲諷、抨擊政治之能事，以寓言反應當時社會狀況，顯示他以批判的態度對當時統治者的反應。

正因國君如此的態度，以致在《養生主》中提到右師僅剩一隻腳時，公文軒驚訝得發出「是何人也？惡乎介也？天與，其人與？」一般而言天生的殘疾者較少見，僅餘一腳不是受傷，即爲刑罰所致。無論公文軒爲何如此的因素何在，皆堪稱先天所爲。「爲善無近名，爲惡無近刑」外在的功名利祿受到人的師心作用，競相競逐，遂使人心遠離本真。

## （二）各國求才若渴，百家爭鳴

戰國時代社會生活形態的改變，以突破西周時期以「禮」爲規範的倫理範圍，各個學術思想的派別增多。

依楊寬的《戰國史》所提及：各國進行改革，急需人才，因而在戰國初期，出現布衣卿相和禮賢下士之風。魏文侯從事改革之際，翟璜推薦樂羊、吳起、李克等人，均受到重用；趙烈侯啓用番吾君推薦給相國公仲連的牛畜、徐越等人；周威公會選拔中牟農民的寧越爲「師」。

在戰國時代，各個學派的代表人物站在不同的立場，爲其君主政權發聲，提出了不同的建國方略及其哲學理論，形成了「百家爭鳴」的學術思潮。

《天下篇》中提到「天下大亂，賢聖不明，道德不一，天下多得一察焉以自好。」依崔大華在《莊學研究》中的分法可爲：

### 1. 《莊子》出現各種學術思想派別

<sup>3</sup> 「齊簡公任用監止爲右相，『使爲政』，而讓田成子(即田恒)爲左相，企圖削弱田氏的權力。田成子繼續用小斗進，大斗出的辦法爭取平民支持，……。同時，田成子還提拔人才，……。公元前四八一年，……。齊簡公逃到舒州，也被田成子捉住殺死。從此由田成子爲相，『專齊之政』，取得了齊國的政權。」見於楊寬，《戰國史》，臺北：台灣商務印書館，1977年，頁170。

道隱於小成，言隱於榮華，故有儒墨之是非。(《齊物論》)

駢於辯者，累瓦結繩，竄句遊心於堅白同異之間，而敝跬譽無用之言乎，而楊墨是已。(《駢拇》)

言論的真偽藏於論辯之中且其論辯之輸贏非代表真理，所以才有儒墨兩家論點之不同。墨家主張兼愛非攻，儒家思想以孔子為主，主張「行仁」，強調「克己復禮為仁」要由「克己」節制自己的私慾，而以外在的禮約束自己。其主張不同產生了論辯。

## 2. 技術對立思想或道家人物的對話或爭辯

接輿告誡孔子「已乎已乎，臨人以德；殆乎殆乎劃地而趨！」(《人間世》)、莊子對惠子解釋「無人之情」<sup>4</sup>的涵義(《德充符》)、莊子批評惠子「拙於用大」(《逍遙遊》)。

## 3. 各思想派別的觀點

各國爲了富國強兵，求才若渴，而爲了施展才能的各地人士，也紛紛提出各自的主張。

據《莊子·天下》記載，例如宋鈞、尹文。「作爲華山之冠以自表，接萬物以別有爲始；語心之容，命之曰心之行，以眴合驩，以調海內，請欲置之以爲主。見侮不辱，救民之鬪，禁攻寢兵，救世之戰。」<sup>5</sup>這派著眼於天下大亂之際要「以禁攻寢兵爲外，以情欲寡淺爲內」，其目的在於對上不苛求，對下不違逆眾情，與人和平相處。

彭蒙、田駢、慎到。「公而不黨，易而無私，決然無主，趣物而不兩，不顧於慮，不謀於知，於物無擇，與之俱往。」這派是超然物外而趨向於道，有「齊萬物爲首」的特點。

關尹、老聃。「以本爲精，以物爲粗，以有積爲不足，澹然獨與神明居。」物有其時空的限制，所以關尹、老聃「澹然獨與神明居」而「神明」即「道」，方能「不離于宗」、「不離于精」、「不離于真」。

莊周。「芴漠無形，變化無常，死與生與，天地並與，神明往與！芒乎何之，忽乎何適，萬物畢羅，莫足以歸。」莊子認爲體道主要是克服爲「物蔽」、「物累」

<sup>4</sup> 莊子之「無情」指的是「人不以好惡損害自己的本性，經常順任自然而不用人爲去增益。」鑑於陳鼓應，《莊子今註今譯修訂本》，臺北：台灣商務印書館，1999年，頁176。

<sup>5</sup> 張岱年說：「『語心之容』。『容』是寬容的意思。韓非說宋榮子的一個特點，就是寬容。」章炳麟說：「『眴』借爲『而』。訓『而』爲『黏』，其本字則當作『暱』。」徐復觀先生說：「按『置之』的『之』指上述『心之行』而言。『置』，安也。要求安於心的容受萬物之行，以爲自己行爲之主。」陳鼓應，《莊子今註今譯(修訂本)》，臺北：台灣商務印書館，1999年，頁890-891。

的異化，而追求人能進入「道通爲一」的境界。

### （三）經濟方面

春秋戰國時，由於生產力的提高，農業和手工業生產的發展，商業漸漸發達。當時商業和手工業的經營者，一般可取得十分之二的利潤。<sup>6</sup>農業社會型態已然形成，約與莊子同時代的孟子曾說：「五畝之宅，樹牆下以桑，匹婦蠶之，則老者足以衣帛矣。五母雞，二母彘，無失其時，老者足以無失肉矣。百畝之田，匹夫耕之，八口之家足以無飢矣。」（〈孟子·盡心上〉）地主、官吏爲滿足私慾，於是將手中的貨物置於商業市場，手工業者也將所製造農具、陶器、木器、車輛、皮革器投入商業市場裡，而社會上已有漸漸活耀的經濟生活。

「今大冶鑄金，金踴躍曰：『我且必爲鏌琊』，大冶必以爲不祥之金。」（〈大宗師〉）

「漆可用，故割之。」（〈人間世〉）

「宋人有善爲不龜手之藥者，是以泝澠統爲事。」（〈逍遙遊〉）

「支離疏者，……挫鍼治繼，足以餬口。」（〈人間世〉）

當時的社會不僅在農業，甚至在手工藝方面均有發展。人在基本生理需求滿足之餘，更有自我主張，欲尋求更好的生活，因此社會上更繁榮可期。

### （四）人生的困頓

昔時以君爲天的思想漸漸淡薄，師心自用的想法日漸增多，爲了自身的利益，「與接爲構，日與心鬥」，甚至爲官的惠施得知莊子將前往拜訪，惴惴不安的，令人不禁發笑。「鷦鷯巢于深林，不過一枝；偃鼠飲河，不過滿腹。」（〈逍遙遊〉）終日汲汲於名利爲的不過飽腹、衣暖，何以爭一口氣而絞盡腦汁傷神呢？「墮肢體，黜聰明，離形去知，同於大通，此謂坐忘。」（〈大宗師〉）莊子大有勸人勿在乎外在的欲望、追求名利，唯爲消解過多欲念與昧於心知，方能「道通爲一」。

〈莊子·外物〉記錄了莊子生活窘迫之際曾想向監河侯借糧食，但是卻被拒絕了，莊子即以寓言的方式告知對方遠水救不了近火，既不損傷自己的顏面，也能以迂迴地告知只要施點小惠解除人的窮困。當時的社會之中，平民與官吏生活的差距之大可見一斑。

各個思想家分別以自我的主張周遊列國之中，國君只要其思想能立即見效，紛紛採用，使得各家學派爲了爭一時名利，不絕於旅，穿梭於各諸侯國。

<sup>6</sup> 楊寬，《戰國史》，臺北：台灣商務印書館，1997年，頁117。

## 二、莊子思想淵源

### (一) 莊子生平

在春秋戰國時代，戰爭頻仍，於是老子面對周文疲弊、人民生活困頓，乃有「無為」的提出，而作為老子思想的承繼者，更是貼近人民為人民提出解套的方法。有關莊子的生卒年代在學者之中並無一致的推論，但可確信的是他生於一個戰爭頻繁、生活困頓的時代。《史記·老莊申韓列傳》記載他的生平：

莊子者，蒙人也，名周。周嘗為蒙漆園吏，與梁惠王、齊宣王同時。其學無所不闢，然其本歸於老子之言。故其著書十餘萬言，大抵率寓言也。作漁父、盜跖、夾篋，以詆訾孔子之徒，以明老子之術。畏累虛亢桑子之屬，皆空語無事實。然善屬書離辭，指事類情，用剝剝儒墨，雖當世宿學，不能自解免也。其言洸洋自恣以適己，故自王公大人不能器之。

除了知道生於戰國時期，《史記》一書也透露《莊子》其書，不僅為莊周本人完成，甚至還有其他人假莊子一書闡揚其義理。其書以寓言方式寫就，不僅告訴世人當時政治社會情況，甚且可以看出其與人辯論之情況。

在《史記·老莊申韓列傳》曾記載：

楚威王聞莊周賢，使使厚幣迎之，許以為相，莊周笑謂楚使曰：千金，重利；卿相，尊位也。子獨不見郊祀之犧牛乎？養食之數歲，衣以文繡，以入太廟。當是之時，雖欲為孤豚，豈可得乎？子亟去，無汙我。我寧遊戲汙瀆之中以自快，無為有國者所羈，終身不仕，以快吾意焉！

又在《莊子·秋水》提及楚王曾派遣大夫拜見莊子：

莊子持竿不顧，曰：「吾聞楚有神龜死已三千歲矣，王巾司而藏之廟堂之上。此龜者，寧其死為留骨而貴乎？寧其生而曳尾於塗中乎？」

在史上莊子曾為蒙漆園吏，居於為官者之下層，對人存在的感受自有一番體會，而且當時莊子已為世人所知曉，方有楚威王遣使者邀莊子入朝為官之舉。因莊子見到為政者的百態，又感受為政之無奈，故以嬉謔之口吻回絕了入朝之可能性。甚且莊子在生活困頓之際，以「衣大布而補之，正絜係履而過魏王」《莊子·山水》見諸侯依然不改其心靈之超然之姿態，「士有道德不能行，憊也；衣敝履

穿，貧也，非憊也；此所謂非遭時也。」《莊子·山水》縱然生活不順遂，只是「過魏王」，臨時性的見面，並非刻意造訪諸侯，由此見得莊子是享受生活，且不求於人。

## (二) 淵源於老子

老莊思想的產生乃源於當時政治、社會因素所致，因此探討人性之根源成了老莊思想的主題。人性論不僅是一種嚴格意義上的哲學思想，而且是中國哲學思想的主題或核心。老莊思想的核心也是人性論。殷周的人文精神的萌發在於以憂患意識為其基本動力，因此先秦道家欲在憂患之中求得生命的安頓。

道家的代表人物為老子與莊子，面對社會混亂、民生困苦，老子認為有為的造作所致，因此主張以下以老莊思想之比較「少私寡欲」、「處下不爭」、「致虛守靜」、知的觀點、水的觀點、善惡的執著，顯現療癒之方。

### 1. 少私寡欲

老子認為「少私寡欲」能讓人心的轉變要有無執的心，去除有為，無限慾望及惡鬥才能停止。因為「五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽。馳騁田獵，令人心發狂；難得之貨，令人行妨。」（〈第十二章〉）人的耳、目、口、心等感官原各司其能，但過度縱欲，導致「發狂」與「行妨」，迷失原來素樸的本性，戕害了感官與心靈。這「五色」、「五音」、「五味」不僅讓人有追求更大的欲望，且讓人的目盲、耳聾、口爽，致使感官遲緩、麻木。唯有「少私寡欲」，才能擺脫它們牽扯。

老子並非反對口腹之溫飽，因物慾被無限撐大，心理極度飢渴，終至無限的掠奪。因此聖人當為腹不為目，但求寡欲，以尋求內在的素樸。為求身心能自在、安定。

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。（〈第三章〉）

老子的哲學是解套的哲學，<sup>7</sup>因此他以為「無知」、「無欲」可以消解巧偽的心智、消解貪慾的擴張，從細微之處「不貴難得之貨」、「不見可欲」做起，能使人民不爭奪、不去盜取非份的妄想，民心不妄恣意為，獲致心靈的儉樸自在。林安梧先生曾表示：「生命不是積極地要去成就什麼，相反地是消極地把不需要的東西取消掉。」<sup>8</sup>「去甚」、「去奢」、「去泰」將多餘捨棄，達至質樸的方式。

<sup>7</sup> 陳德和，《生活世界的哲思》，臺北：樂學書局，2001年，頁79。

<sup>8</sup> 林安梧，《新道家與治療學—老子的智慧》，臺北：台灣商務印書館，2006年，頁228。

老子的取消概念下，方能使生活得自在，所以能知足常樂。

名與身孰親？身與貨孰多？德與亡孰病？是故甚愛必大費，多藏必厚亡。  
知足不辱，知止不殆，可以長久。（〈第四十四章〉）

向外求的人生思想，難免將自我寄託於外物，爲了爭取、維護權益，極盡心思，巧奪豪取，過度的追求名利，人們追逐名利之時日已久，產生迷惑已久，因而必須返回源頭，尋求對人生正確的觀點。所以「吾所以有大患者，爲吾有身」（〈第十三章〉）而且所遭致之禍害乃根源於「禍莫大於不知足，咎莫大於欲得。」（〈第四十六章〉）其源頭乃在不知足，而最大的錯誤在於欲望的渴求。因此「少私寡欲」心中自會自足於現狀，老子說：「知足者富」。（〈第三十三章〉）滿於現狀，不爲外界影響，不向外追求，心靈自有富足，是最富足的人。

莊子認爲「死生存亡，窮達富貴，賢與不肖毀譽，飢渴寒暑」（〈德充符〉）是外在的，「德蕩乎名，知出乎爭。名也者，相軋也。知也者，爭之器也。二者凶器，非所以盡行也。」是事之變，命之行也。外在慾望的屏棄，回歸素樸，少私寡欲，不爲外在的貪求而影響，而要追求內在的富足。

## 2. 處下不爭與相忘於江湖

老子的生命哲學以爲放下「爭」，生命也會很精采。老子並非強調「不爭」就是放棄人生，而是不以各種非分的手段去爭取。「上善若水，水善利萬物而不爭，處眾人之所惡，故幾於道。」（〈第八章〉）水能滋養萬物，又不跟萬物相爭，而且居處眾人之下，能廣博的施予大眾而不妄求回報，正因他不與人相爭，「故無尤」。在相互競爭之中，才能體會無爭的美好，這是正言若反的例證。

水是趨下，老子因此特性以喻人須有謙卑的胸懷，以人民的利益爲優先的考量，如此則自身處於低下而視人民的福祉爲優先，老子因而主張：

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。非以其無私耶？故能成其私。（〈第七章〉）

天地的運行，因自身無私，<sup>9</sup>所以萬物能生生不息，聖人要仿效天地，將自身放置最後，處處謙讓、事事不計較，反而得到眾人的愛戴、反而自身得到益處。把自己的身、生命置於最後面，才能夠在最前面；把自己的生命放在最外面，自

<sup>9</sup> 王弼曰：「自生則與物事，不自生則物歸也。」余培林先生以爲「不自生」意爲不自營其生，亦即「無私」的意思。見於余培林，《新譯老子讀本》，臺北：三民書局，2007年，頁15。

身才能夠存在。外其身是把自身忘掉、放開的意思。<sup>10</sup>聖人凡事以眾人的利益為依歸，以至於最後因而能成就自己。

「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。」（〈第四十三章〉）

水是天下至柔，可以馳騁於天下至堅之物，水是無處不在。可以遇方為方，遇圓則圓。曾昭旭先生表示凡是強弱、貴賤、大小等等相反詞對舉時，都是以正方（強、貴、大……）代表現象界的萬事萬物，而以反方（弱、賤、小……）象徵形而上的道。人們在從事種種事物的時候，一定要順道而行，才能成功；逆道而逞強，一定失敗。<sup>11</sup>處事剛強絕對是優勢，柔弱者是處在下位嗎？不是一味壓抑心理的反應，或是強調城府深沉，而是換個角度坦然面對勝負的結果。

善為士者不武，善戰者不怒，善勝敵者不與，善用人者為之下。是謂不爭之德，是謂用人之力，是謂配天古之極。（〈第六十八章〉）

善為將帥者，不逞能勇武；善於作戰者，不隨意動怒；善於制服敵人者，不輕易與敵人爭鋒。「不武」、「不怒」、「不與」是不爭之德，善於禮賢下士者，是處下的作法。「不爭」與「處下」具是合於天道，這是自古以來最高的準則。聖人懂得「處下」與「不爭」，因而合於天道。萬事萬物俱為道體之一，能順應天道，百姓聖人皆能體道，各得其所。

老、莊雖同為道家思想，莊子則以水喻為廣大，善函容萬物。「魚相造乎水，人相造乎道」去除障礙之後，則一切美醜、善惡等皆是忘掉，則性分各具，不互相比較。大鵬與小鳥各具其本性，毋庸欣羨彼此，以觀化解除有待之心。「魚相忘乎江湖，人相忘乎道術。」（〈大宗師〉）水之於魚，如同道之於人，不僅「相煦以濕，相濡以沫」，且要相忘於江湖，悠遊於江湖。「人莫鑑於流水而鑑於止水，唯止能止眾止。」（〈德充符〉）又莊子認為水是靜止時能映照出自己的心境，唯有使自己的心境靜止，始能使萬物靜止。「不將不迎，應而不藏」，則萬物能「勝物而不傷」，而有平等自由的觀照思想。也就是天下篇「備天地之美，稱神明之容」。<sup>12</sup>

老子以江海趨下的特性，要人效法水的卑下、不爭，以下為高、處下居後，掌握道體，破除世間名相對立，行道體的「處下」「不爭」之德。莊子則以為函容一切，以觀化的態度消融彼此的差異，是至柔的表現，此為老、莊思想之差異。

<sup>10</sup> 王邦雄，《老子道》，臺北：漢藝色研文化事業有限公司，2005年，頁104。

<sup>11</sup> 曾昭旭，《老子的生命智慧》，臺北：健行文化出版社，2002年，頁114。

<sup>12</sup> 此為牟宗三先生的融化說。牟宗三，《才性與玄理》，臺北：台灣學生書局，2002年修定版，頁184。

### 3.致虛守靜與心齋

生命的自覺和精神煥發無一不是由於老子「致虛守靜」的主張，而要達到「靜」的境界，就是要化掉過度追求的繁雜。牟宗三先生說：

當生命的紛馳、心理的情緒、意念的造作……，將我們的心靈粘著在特定方向上，則心境生命即為此一方向所塞滿佔有，就不虛，不虛則不靈。一就是純一無雜……，當我們把雜多通通化掉，就純一無雜，如水通流，把這些化掉也就不浮動……，就靜下來了。<sup>13</sup>

靜是心靈從現實超拔而出，是內斂、沉穩的精神修養。這是道家特有的概念，因此虛靜須由無限妙用來理解。「三十輻，共一轂，當其無，有車之用。埴埴以爲器，當其無，有器之用。鑿戶牖以爲室，當其無，有室之用。故有之以爲利，無之以爲用。」（〈第十一章〉）車輪能轉動、器皿能盛物、房屋能住人，在在都顯示：有中空的地方，才得以表現其作用。因此「有之以爲利，無之以爲用」。「利」就是固定、被限定的作用，「用」則是無限的妙用。牟宗三先生認爲道家並未首先以緣生觀萬物。病都在主觀方面的造作，造作底根源在心，故一切工夫都在心上作。<sup>14</sup>這就是「致虛極，守靜篤」（〈第十六章〉），常保持內心的安靜，才能認識事物的真相。<sup>15</sup>老子要我們能「滌除玄覽」（〈第十章〉），清除雜念而進入靜觀，求得生命的本真。

莊子以「心齋」「若一志，無聽之以耳，而聽之以心。無聽之以心，而聽之以氣。」認爲外在世界有種種誘惑，擾亂心智，勿用感官感受，而以心去聽背後的存在，心卻依然有所依存的對象，需順氣之流行，無欲無念，「通天下一氣耳」（〈知北遊〉），而與自然合一。「墮肢體，黜聰明，離形去知，同於大通，是謂坐忘。」（〈大宗師〉）擺脫分別、計較的心，而仁、義、禮、樂俱爲「知」，禁錮人的心靈，「離形去知」，打破成心，而「常心」即顯現，透露虛靜的特性，方能「同於大通」。

### 4.知之認識不同

知是對外在事物的摸索與探求，《老子·四十八章》云：「爲學日益，爲道日損，損之又損，以至於無爲。」個人慾望追求無限擴大，其因乃是個人生命向外追逐所引起的。老子思想的緣起在於周文疲弊，又內在生命的造作所致，藉由「滌除玄覽」而將「五色令人目盲；五音令人耳聾；五味令人口爽；馳騁田獵，令人

<sup>13</sup> 牟宗三，《中國哲學十九講》，臺北：臺灣學生書局，2002年，頁95。

<sup>14</sup> 牟宗三，《現象與物自身》，臺北：臺灣學生書局，1990年，頁430。

<sup>15</sup> 馮友蘭，《中國哲學史新編》第二冊，臺北：藍燈文化事業公司，1991年，頁57。

心發狂；難得之貨，令人行妨。」過多的聲色、縱情逸樂、讓自己迷失，故老子「是以聖人爲腹不爲目，故去彼取此。」(《老子·十二章》)<sup>16</sup>「爲腹」是基本生活需求的生活；「爲目」正如莊子所言「成心」是過多的想望。老子強調爲聖需「去甚、去奢、去泰」，達到心靈療癒。「知者不言，言者不知。塞其兌，閉其門，挫其銳，解其分，和其光，同其塵，是謂玄同。」(《老子·五十六章》)真正的「知」不是終日炫耀自我，收起鋒芒，不顯光耀，而與世俗相處，也是心靈治療。

莊子之學在於透顯真我，而知識無法顯露本真，<sup>17</sup>他提出自我無法透過認知活動表達，「這可分成兩部份，一爲『泯是非』，一爲『薄辯議』。」<sup>18</sup>「道隱於小成」，<sup>19</sup>勞思光先生表示「成」就是局限，凡是可事後加以修正或補充的知識，並非絕對的真理；「言隱於榮華」，言論被浮誇之詞掩蓋。言論不僅有其限制，也易被誇飾的言語所掩蓋或美化。在「薄辯議」方面，「既使我與若辯矣，若勝我，我不若勝。」在爭辯中的輸贏，並無絕對的對錯。孰勝孰敗並非與「真」有關。論辯之結果不足以定是非，因此莊子之意乃破除執著。「墮肢體，黜聰明，離形去知，同於大通，此謂坐忘。」(《莊子·大宗師》)莊子主張能遠離過多的外在欲望，不以智巧對待他人，不用鎮日惶惶深怕成就、富貴在他人之下，則能通向大道。

老子的「知」是欲望無限的增大造成人生的困頓，因此主張回歸只求基本欲求之滿足；莊子則勿物執著於認知活動中論辯之結果，它並非代表永恆不變真理，也不確定其真實性。

## 5.水之觀點不同

《易經》：「坎，險陷之名也。」象曰：「水洊至也。習坎。」「重險懸絕，故水洊至也。不以坎爲隔絕，相仍而至，習乎坎也。」「洊」，說文：「水至也。」水在易經裡是凶險的，不因地勢之低下而阻絕之流向，因此須避開。但老子卻說：「上善若水。水利萬物而不爭，處眾人之所惡，故幾於道。」「夫唯不爭，故無尤。」(《老子·十二章》)張松如說：「亦即通過水的形象來表現『聖人』乃指道的體現者。」<sup>20</sup>水性就下，如同不居功的人。

北海若曰：「井鼃不可以與于海者，拘於虛也；夏蟲不可以語於冰者，篤於

<sup>16</sup> 嚴靈峯先生說：「腹易饜足，目好無窮。此舉『目』爲例，以概其餘：耳、口、心、身四者。言只求果腹，無令目盲、耳聾、口爽、行妨。」轉引自陳鼓應，《老子今註今譯》，臺北：台灣商務印書館，2000年，頁94。

<sup>17</sup> 勞思光將老莊「自我」區分爲「形軀我」、「認知我」、「德性我」與「情意我」。見於勞思光，《新編中國哲學史(一)》，臺北：三民書局，1995年增訂本，頁249。

<sup>18</sup> 勞思光，《新編中國哲學史(一)》，臺北：三民書局，1995年增訂本，頁274。

<sup>19</sup> 成玄英曰：「小道而有所成得者，謂之小成也。」郭慶藩，《莊子集釋》，臺北：華正書局，2004年，頁134。

<sup>20</sup> 轉引自陳鼓應，《老子今註今譯》，臺北：台灣商務印書館，2000年，頁76。

時也；曲士不可以與于道者，束於教也。」(〈秋水〉)井底之蛙未見過大海，所以未知大海之廣闊，必得親身經歷後才體會。「吾始乎故，長乎性，成乎命。與齊俱入，與汨偕出，從水之道而不為私焉。」(〈達生〉)「吾始乎故，長乎性，成乎命。」就是「生于陵而安于陵，長于水而安于水，不知吾所以然而然。」游水之人，從識於水、安於水、順於水，始能成「故」、「性」、「命」。生於斯、長於斯，順應自然，不因私欲而妄為，才能無為而無不為。「水靜則明燭鬚眉，平中準，大匠取法焉。水靜猶明，而況精神，聖人之心靜乎！」(〈天道〉)

## 6. 善惡的執著

《老子·二十一章》說：「俗人昭昭，我獨昏昏。俗人察察，我獨悶悶。」以正言若反的方式提醒一般人善與惡之區別，「天下皆知美之為美，斯惡已；皆知善之為善，斯不善已。」(《老子·第二章》)

人在環境中的表現揭露人之險惡、人在道德上的淪陷，莊子在〈人間世〉中談到「顏回將之衛」、「葉公子高將使于齊」、「顏闔將傳衛靈公子」，故事中描寫了人際險惡之關係及根源於此關係的惡毒方法。「為善無近名，為惡無近刑。緣督以為經，可以保身，可以全生，可以養親，可以盡年。」(《莊子·養生主》)莊子在養生主中提到「為善」與「為惡」「無近名，無近刑」勿執著於聲譽，沖虛為道，順中道而行，自是可擺脫名利之負累。如叔山無趾往見孔子後說「天刑之」若自己無法超脫世俗的成見，就如同天給予的枷鎖無法解除個人身上的包袱。

現代的社會外在誘惑多，想得到的太多，因而要少一點貪慾，正如老子所言「少私寡欲」。道家以為做到心靈意識本身的透明空無，是回到沒有造作的、本然的，沒有執著的那個狀況。也就是無為的、無的那個狀態，是個充滿生長可能性的狀態。<sup>21</sup>所謂的「無為」，並非無所作為，放任一切而不作為，而是不妄為，不刻意去干擾人之本性的作為。若能如此，則是無不為。沒有辦不好的事，一切是會妥當做好。<sup>22</sup>所謂「無為」是針對有為而發。去除有為的種種弊端，而保留有為及一切內容的正面價值與意義，也成就了一切就是所謂「無不為」。<sup>23</sup>老子從反面的說法來看待事物，藉由無掉人為的造作，去掉生命中的渣滓，達到虛靜清明的境域。老子「無」的生命功夫可以展現出多元的面貌，包括無為、無智、無欲、無事、無執，而這樣的功夫無非就是持續進行著，對意識形態的純化和淨空。<sup>24</sup>筆者對上述說法極表認同，現代人之所以困擾極多，煩憂不斷，乃是無法超脫自我私慾的迷惑，適時地放下，除去困惑，即能為自己解脫煩擾。

<sup>21</sup> 林安梧，《新道家與治療學－老子的智慧》，臺北：台灣商務印書館，2006年，頁194。

<sup>22</sup> 此為吳汝鈞先生在《老莊哲學的現代析論》一書的話，作者的理解之意。臺北：文津出版社，1998年，頁41。

<sup>23</sup> 顏世安，《莊子評傳》，南京：大學出版社，1999年，頁5。

<sup>24</sup> 陳德和，〈超曠境界的圓足風實－《莊子·養生主》的智慧人生〉，「2006道文化國際學術研討會」，臺北：中國文化大學，2006年5月。

老子認為人爲的造作易使自己迷失，而主張需要「致虛極，守靜篤」，有以無爲爲出發而認爲無不爲是積極，無掉人生中的渣滓，而達清靜虛明的境地。

老子之學側重聖人，而莊子從生活面向提出其哲學思考，讓人就其生活歷程層層抽離表象，探究亂源的根本。人對想望起了執著的心而無法放下自我，方東美先生說：「夫偏見者，深入人心，執去而後悟生，精神上乃得真正之超脫解放，……故倡『喪我』、『復真』，以對治之。」<sup>25</sup>人與人產生對立、起爭執。老莊思想是以治療師的角色出現在人間，它爲了紓解人心的禁閉、清除人性的淤塞，而提出了以生命的自然與無爲爲診治處方。<sup>26</sup>

道家要消解的不是這個形體的存在，他要消解的是生命存在被干擾扭曲的形氣物欲。……物欲的上頭是情累，情累的上頭是心知或心結。心打結帶來情累，情負累引來物欲的束縛，這才是生命存在落在「知也無涯」的人爲造作，所帶來的困苦。<sup>27</sup>

對於生命存在的困境依王邦雄先生的看法：

一在「成形」而「待盡」的有涯，一在「形化」而「心然」的無涯。「成形」即定形，封閉在自我的氣命定限中；「形化」在老化，卻走向生老病死的氣化無常間，「是」之最大在「生」，「非」之最大在「死」，是非的糾葛，與死生的恐慌，就成了生命自我的沉重負累。<sup>28</sup>

對於人爲造作的執著，莊子乃採取解消之方式，唯有拋棄執著與私心、主觀與成心，無掉私與執，方能展現安頓生命的智慧。現代社會人們汲汲營營於物質生活的追求，忽略了精神層次的安定，顯露迷惘焦慮，徬徨無措，因而向外尋求。

「老子的哲學是解套的哲學，莊子的智慧是放下的智慧」，<sup>29</sup>他們的反向思想爲人們帶來了對目前競逐生活的反省，能爲人們以清新的性靈面對這世界

### (三) 莊子哲學對其他思想的評論

1. 莊子對宋鈞、尹文的評論。「不累於俗，不適于物，不苟于人，不忤于眾。願天下人之安寧以活民命，人我之養畢足而止，以此白心。」(《莊子·天下篇》)

<sup>25</sup> 方東美著，孫智燊譯，《中國哲學之精神及其發展》，臺北：聯經出版社，1981年，頁193。

<sup>26</sup> 王邦雄、陳德和，《老莊與人生》，臺北：國立空中大學印行，2009年，頁88。

<sup>27</sup> 王邦雄，〈大鵬怒飛的主體境界〉，《走在逍遙的路上》，臺北：台灣商務印書館，2004年，頁205。

<sup>28</sup> 王邦雄，《21世紀的儒道》，臺北：立緒文化事業有限公司，1996年，頁241。

<sup>29</sup> 陳德和，《道家思想的哲學詮釋》，臺北：里仁書局，2005年，頁160-161。

這派的特色是清心寡欲與世無爭，外則反對戰爭，內則情慾寡淺，只求溫飽即可，反對貪婪無厭，主張平等。

莊子認為宋鈞、尹文還未進入真正的「無待」境地，宋鈞即宋榮子。在〈逍遙遊〉云：

故夫知效一官，行比一鄉，德合一君而徵一國者，其自視也亦若此矣。而宋榮子猶然笑之。且舉世而譽之而不加勸，舉世而非之而不加沮，定乎內外之分，辯乎榮辱之竟，斯已矣。彼其於世未數數然也。雖然，猶有未樹也。

雖然宋榮子已超越世俗名利之追求，仍然有「定」、「辯」，尙未進入「無待」的境界。牟宗三在《才性與玄理》提到「各歸其至分，各任其定極，則性足分當，一切皆齊」<sup>30</sup>方是真正的逍遙、真正的無待。「語心之容，命之曰心之行，以聊合驩，以調海內，請欲置之以爲主。」（《莊子·天下篇》）宋鈞、尹文採取上說下教的方式，縱然受到侮辱、飢餓，不平之待遇，依然故我，維持原先的作法。只爲了平息戰亂的精神，是受到質疑的，因爲要面對處於戰亂的諸侯和生活困苦的人民。

2.莊子對彭蒙、田駢、慎到的評論。「公而不黨，易而无私，決然无主。去物而不兩，不願于慮，不謀于知，于物无澤，與之俱往。」（《莊子·天下篇》）這派的特色是消極無爲，去知謀，放棄人的主觀能動性，把人等同于物。慎到的「棄知去己而緣不得已」中，「棄知」、「去己」均爲不得已，這是道外的超然，而非「道通爲一」的超越。彭蒙、田駢、慎到是隨波逐流的求道態度，「不師知慮，不知前後，魏然而已矣。推而後行，曳而後往，若飄風之還，若羽之旋，若磨石之隧，全而无非，動靜无過，未嘗有過。」（《莊子·天下篇》）隨遇而安的思想與莊子的「朝徹」、<sup>31</sup>「見獨」<sup>32</sup>積極能動思想自是不同。

3.莊子對關尹、老子的評論。「以本爲精，以物爲粗，以有積爲不足，澹然獨與神明居。」（《莊子·天下篇》）在天下篇筆調充滿讚嘆而富有詩情，關尹的思想詮釋只有論述一小部分，其中大概因關尹是開道家風氣之先或關尹著述大半已亡佚，而老子與莊子思想契合之處很多，其中有「人皆取先，己獨取後，曰受天下之垢。」說的是《老子·六十六章》的「欲先民，以其身後之」也就「處下而不爭」之意；「人皆取實，己獨取虛，無藏也故有餘，歸然而有餘。其行身也，徐而不費，無爲也而笑巧。」與《老子·七十八章》的「受國之垢，是謂社稷王。」

<sup>30</sup> 牟宗三，《才性與玄理》，臺北：學生書局，2002年，頁185-186。

<sup>31</sup> 成玄英《疏》：「死生一觀，物我兼忘，惠照豁然，如朝陽初啓，故謂之朝徹也。」見於郭慶藩，《莊子集釋》，臺北：華正書局，頁254。

<sup>32</sup> 成玄英《疏》：「夫至道凝然，妙絕言象，非無非有，不古不今，獨往獨來，絕待絕對。觀斯勝境，謂之見獨。」見於郭慶藩，《莊子集釋》，臺北：華正書局，頁254。

是為「柔弱勝剛強」；「人皆求實，己獨曲全，曰苟免於咎。以深為根，以約為紀，曰堅則毀矣，銳則挫矣。常寬容於物，不削於人。」與《老子·五十八章》的「禍兮福之所依，福兮禍之所伏」其意相同，禍福同時存在須戒慎恐懼，謹慎地面對事物；「己獨曲全」則避免做事走鋼絲上，常有從上而下摔落之危機，對於人、物要常懷寬容，不被物所累、所束，而享精神上自由。

4.莊子對惠施的評論。莊子讚揚「惠施多方、其書五車」。惠施卻未能致力於「道」的追尋，而顯「其道舛駁」用心於駁雜的方術，終不免「與物相刃相靡」的境地。惠施引發當世辯者爭辯「卵有毛，雞三足，郢有天下，犬可以為羊。」（《莊子·天下篇》）等諸多例子。「至大无外，謂之大一；至小无內，謂之小一。无厚，不可積也，其大千里。天與地卑，山與澤平，日方中方睨，物方生方死。大同而與小同異，此之謂小同異；萬物畢同畢異，此之謂大同異。南方無窮而有窮，今日適越而昔來。」（《莊子·天下篇》）「至大无外」、「至小无內」，為名家提出和爭辯的議題。而「無厚」與「千里」相對，呈現道家正言若反的論述。現代邏輯學家汪奠基先生提出「惠施是從『小一』的概念存在來肯定宇宙有『無厚』的存在。」「因此『無厚』的東西，對於這種絕對無限的小一而言，當然是其大幾千里。」<sup>33</sup>「小一」無限，它在宇宙裡是無窮盡的。<sup>34</sup>因此「小一」與「大一」可歸為「道通為一」。以至大無窮的大一視之，天與地，山與澤俱為同一的高度，之所以產生隔閡是拘泥於概念思維的名詞概念，在莊子內七篇中深受影響。

## 第二節 莊子思想的基本觀念

在亂世之中避禍以求自保是一般人所尋求，而莊子更是追求建立個人生活的新意義。莊子認為人生存於世上，不可免於外在的黑暗及痛苦及內心慾望的競逐。

### 一、生存意識

人生之境遇，常是在個人意料之外，生活的不如意使我們怨天尤人，莊子認為人無法改變外在現狀，須從內在了解自我，調整自己的想法，方能安時處順。

<sup>33</sup> 王樹人、李明珠，《感悟莊子》，江蘇：人民出版社，2006年，頁459。

<sup>34</sup> 高亨說：「面者，在地地面，在海海面。地面非地，故地有厚而地面無厚。海面非海，故海有厚而海面無厚，無厚不可積之大，往往不可限量，故曰其天千里。」歐陽景賢、歐陽超，《莊子釋譯》，臺北：里仁書局，2001年，頁1394。

## (一) 人心之不古

「喪己於物，失性於俗者，謂之倒置之民。」(《繕性》)在「小人則以身殉利，士則以身殉名，大夫則以身殉家，聖人則以身殉天下。」(《駢拇》)的時代爲了追逐身外之物，人性的貪婪、沉淪已陷於「人爲物役」、「喪己于物」的可歎境域。莊子不免感嘆「人之生也，固若是芒乎？其我獨芒，而人亦有不芒者乎？」(《齊物論》)自我的茫然、困惑，豈獨厚於己？人心之險惡勝於山川景物的險峻，「僨驕而不可係者，其唯人心乎？」(《在宥》)人出現各種情緒變化，乃由於人心出了問題。莊子因此主張人回到原本的本然狀態。

莊子的寓言無一不指向當時的政治、社會，而揭發現實世界弊病的思想根源之所在，闡述最高理想境界是「無待」的自由思想，以解構和消解世俗的「物累」、「物役」。因而在《逍遙遊》裡宋榮子是個：

故夫知效一官，行比一鄉，德合一君，而征一國者，其自視也亦若此矣。而宋榮子猶然笑之。且舉世而譽之而不加勸，舉世而非之而不加沮，定乎內外之分，辯乎榮辱之境，斯已矣。<sup>35</sup>(《逍遙遊》)

宋榮子之所以笑，是因能忘名。不外求毀譽，人給予的毀譽皆能不動心，只求內在之德。然而世人「寂沒世而名不稱焉」終無成就，愛名且執著名，未能看透事實真相。所以

勞神明爲一，而不知其同也，謂之朝三。何謂朝三？曰：「狙公賦芋，曰：『朝三而暮四。』眾狙皆怒。曰：『然則朝四而暮三。』眾狙皆悅。名實未虧而喜怒爲用，亦因是也。」<sup>36</sup>(《齊物論》)

執著於名利，卻未究其實情，外在的聲名愈盛，則內在之實德則愈缺乏。「德蕩乎名，知出乎爭。名也者，相軋也；知也者，爭之器也。二者凶器，非所以盡形也。」(《人間世》)而「名」與「知」是凶器，莊子已明確指出，由於功名之累，則事業成就高低產生了憂慮。

在《山木篇》記錄了莊子在老友作客時的一段對話。主人招待莊子，極盡誠意準備膳食，「豎子請曰：『其一能鳴，其一不能鳴，請奚殺？』主人曰：『殺不能鳴者。』」在此對話中與平日一般認知不同，常言道保持沉默方爲保命之道，

<sup>35</sup> 憨山注曰：「宋榮子所以笑彼汲汲於浮名者，其自處以能忘名，故舉世而譽之而不加勸，舉世而非之而不加沮，此但定其內之實德在己，外之毀譽由人，故不以毀譽少動其心，以知榮譽於己無預，如此而已矣。」見於釋德清，《莊子內篇注》卷一《逍遙遊》，頁 171。

<sup>36</sup> 憨山注曰：「三四之名同，而實數亦同，但狙之所執己見，以朝四爲必是，故不核其實，而但喜其名耳。」見於釋德清，《莊子內篇注》卷二《齊物論》，頁 228。

莊子卻提醒世人不是一味委曲求全，即能全身而退。適時的表現自身才華，方為自保之道。

## (二) 不可解與不可逃—「命」與「義」

莊子曰：「物得以生謂之德，未形者有分，且然無間謂之命。」(〈天地〉) 儒家認為的命是指富貴生死，是道德性的天命。莊子認為「命」，指的是人秉生之初。而將「死生存亡窮達貧富賢與不肖」歸為命，且無先天之命或後天之命的差別，是「事之變，命之行」。「父母豈欲吾貧哉？天無私覆，地無私覆，天地豈私貧我哉？求其為之者而不得也；然而至此極者，命也夫。」(〈大宗師〉) 父母與子女之間的倫理親情都是自然流露的，非有絲毫造作。而現實已成定局的，是上天所安排而非來自於父母造成的。

日本金谷治說：「『義』，一種應然的社會生活的存在規範。」<sup>37</sup>是道德規範，是行事的準則。對上司需盡心、對平輩須盡力、對晚輩須照顧。既生活於社會則人際關係的經營就不免於俗，耗費精神周旋於各種人之間。

人存在於世間，有許許多多不可避免的也無法排除在外的事，也就是無可奈何的事。雖然莊子一再強調不要有心中負累，但「命」與「義」是人生無法逃脫的。

## (三) 善惡的困惑

人追求名利地位，常常扭曲其本真，攀附權貴，也為了鞏固自我勢力，建立自我的人際面。經營這些人際關係耗損過多精神，莊子體察人生存有深刻悲哀的存在感，對此有著諸多的憐憫。

喜、怒、哀、樂、慮、嘆、變、熱、姚、佚、啟、態，樂出虛，蒸成菌。  
(〈齊物論〉)

主觀的心境隨外境轉變，有成心者，外在的條件一改變，自然牽動自己內心的變化。喜怒哀樂、慮嘆變熱、姚佚啟態，都是情緒的反應。變是猶豫不決，熱是驚恐，姚是輕浮，佚是放縱，啟是外顯不收斂，態是矯揉作態，所以不論喜、怒、哀、樂時臉部表情的轉換，憂慮、悲嘆、反覆、驚恐時內心的變化，輕佻、放縱、醜態畢露、矯揉造作時外顯行為的表現，如樂聲出於孔穴，菌由水汽蒸發而成，都是自然形成的。受到外在條件影響個人情緒的改變，窺看別人的錯誤，喜形於色，得意卻忘形；若自己不如意，內心憂慮不已。過於在意名利得失，終

<sup>37</sup> 轉引自陳鼓應，《莊子今註今譯》，臺北：台灣商務印書館，2008年修訂版，頁134。

將消失殆盡。而這些就像樂聲由孔穴發出，濕潤的土地形成的朝菌，自然生成。

日夜相待乎前，而莫之其所萌。已乎，已乎！旦暮得此，其所由以生乎！  
(〈齊物論〉)

自然現象日夜不停地交替，無法停滯，卻不知其萌發的源頭。所以老子《道德經》說：「迎之不見其首，隨之而不見其後。」(〈十四章〉)人之成心是自然形成，無法探究其起始。「一受其成形，不亡以待盡，與物相刃相靡，其行盡如馳而莫之能止。」隨所處環境的順遂或橫逆，於是心思產生是非的執著，人之生命有窮盡之時，但是人的「成心」卻是「終身役役而不見其成功，荼然疲役而不知其所歸」。莊子於是勸勉大家放下這些執著，人當從痛苦之中超越本能的生命樣態返回自由逍遙之境。

## 二、養生思想

「養生」是善於養生命之主。而養生之道在於游世，莊子認為與其避世，不如遊世，非隱居，而是生活於人群中，調整其心態，乘浮游於世上。

### (一) 去刑

古代有肉刑，遭受處罰即不能有健全的身體，而養生之道不蹈法網，是當務之急。〈德充符〉曰：「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，吾是以無足。今吾來也，猶有尊足者存，吾是以務全之也。」受刑是傷害，在當時更是恥辱。仲尼嘲諷他，叔山無趾因而說：「吾唯不知務而輕用吾身，吾是以無足。」雖是犯錯而遭到刑罰，但是他有「尊吾足者存」，後來仍在心靈上有補救之法。「為善無近名，為惡無近刑」(〈養生主〉)善事可以做，但勿執著，行善而好名利，易有負擔。至於惡事，則須避免。

### (二) 去二患

人的憂患以陰陽之患與人道之患為鉅，此二者為傷害生命之極。在〈人間世〉一篇葉公子高將使於齊即談到此二患，文本詳見第三章。「陰陽之患」，郭象說：「喜懼戰於胷中，故已結冰於五臟矣。」成玄英說：「事既遂成，中情允愜，變昔日之憂為今時之喜。喜懼交集於一心，陰陽勃戰於五藏，冰炭聚結，非患如何？」

<sup>38</sup>是指由喜懼交結而形成的陰陽氣血的變化和傷害。「人道之患」，成玄英說：「情若乖阻，事不成遂，則有人倫之道，刑罰之憂。」<sup>39</sup>為使臣，若沒辦成，重則抄家滅族，輕則遭到刑罰，這些是人道之患。此兩者對生命而言都是嚴重的傷害，務須去之。

### (三) 去知

世人生命有限，而人的欲望無限，莊子反對心知無限競逐，爭強好勝會帶給人生命的傷害。

吾生也有涯，而知也无涯。以有涯隨无涯殆已；已而為知者，殆而已矣。為善無近名，為惡無近刑。緣督以為經，可以保身，可以全生，可以養親，可以盡年。（〈養生主〉）

「涯」，為邊際，疆界。吾人生命之活力有限，因「喜、怒、哀、樂、憂、嘆、變、熱」等各種情緒影響，而有了「左、右、倫、義、分、辯、競、爭」等八種自以為是的觀念，幾近於危殆。「『知』」是表示離其自在具足之性分而陷於無限的追逐中。亦即生命之紛馳，意念之造作，意見之繳繞，與知識之葛藤。」<sup>40</sup>以人之有限性，追逐無限的欲求，身心之耗損大矣，因此危殆。「刑」為刑名，非議或批評。「為善無近名，為惡無近刑」<sup>41</sup>成玄英《疏》：「夫有為俗學，抑乃多徒，要切而言，莫先善惡。故為善也無不近乎名譽，為惡也無不鄰乎刑戮。是知俗智俗學，未足以救前知，是有疲役心靈，更增危殆。」外在的功名、利祿、權勢、尊位，雖然為我們贏得好名聲，卻也帶來須「日與心鬥」，終日競逐外在的欲望，致使身心未能得修養。「吾喪我」唯有超脫「我」的形軀、成見，也需養生之主通過「冥極」的功夫，「致虛守靜」的功夫，善養吾生命之主。順應督脈的運行，虛其心，生命開放，方能保全生命，養護精神，可不受威脅善養天年。是一逍遙之遊，「忘己、忘功、忘名」，超然於物外以養生之主。

### (四) 用之意涵

惠子謂莊子曰：「魏王貽我大瓠之種，我樹之成，而實五石；以盛水漿，

<sup>38</sup> 郭慶藩，《莊子集釋》，臺北：華正書局，2004年，頁154。

<sup>39</sup> 郭慶藩，《莊子集釋》，臺北：華正書局，2004年，頁154。

<sup>40</sup> 牟宗三，《才性與玄理》，臺北：台灣學生書局，1993年，頁206。

<sup>41</sup> 吳怡先生認為「為善無近名，為惡無近刑」中的「為善」、「為惡」是不要起執著的心念，「刑」在莊子一書指的是天刑、外刑、內刑。天刑是自然的生死，外刑是法律上的刑罰，內刑是心中的憂慮。而此處的刑指的是心中有慾念產生有了過錯，而遭受內心的譴責或是患得患失。吳怡，《新編莊子內篇解義》，臺北：三民書局，2008年，頁128。

其堅不能自舉也。剖之以為瓢，則瓠落無所容。非不呶然大也，吾謂其無用而掇之。」

夫子固拙於用大矣。

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。（〈逍遙遊〉）

此段是惠子與莊子因物之功用產生爭議，惠子著重在物的實用方面，人生在世，也不例外，得要功成名就方為有用。莊子則以為物之用非僅限於表面的，蓬，是蓬草，遇風則拔起，像柳絮、亂絲飛起。所以「有蓬之心」是雜亂之心。物的用途絕非僅限實用，推而擴之，仍不失為用。因此莊子在〈秋水〉提到「以功觀之，固其所有而有之，則萬物莫不有，因其所無而無之，則萬物莫不無；知東西之反而知不可以相無，則功分定矣。」以「所有」與「所無」存其功分，則是莫若以明，而世間無物不為大用。因不限定存在的方式，各物有自己的生存空間，就能有無限的妙用。

〈逍遙游〉中「不夭斤斧，物無害者，無所可用，安所困苦哉」難道真的是「無用」就能乘心所欲，優游世上？〈山木〉提到兩隻鵝：一為能鳴，另一為不能鳴，最後是不能叫的鵝被殺。莊子的看法為：「無譽無訾，一龍一蛇，與時俱化，而無肯專為；一上一下，以和為量，浮游乎萬物之祖；物物而不物於物，則胡可得而累邪？」所謂的「有用」與「無用」無一定的準則，牟宗三先生認為莊子的思想是要衝破相對價值的對偶性，以達到絕對。因此波瀾壯闊且活潑透脫。<sup>42</sup>所以莊子才能「獨與天地精神往來，而不敖倪於萬物」〈天下〉。

人的精神是主，而形體為賓，〈養生主〉從精神層面著手，最後歸為體道。因是養生命之主，釋德清在《莊子·內篇注》以為莊子以庖丁解牛之寓言，譬喻人生處世之則。將庖丁喻為聖人；所解之牛體指的是人間大小事物，大至國家社會，小至日常生活行事均屬之；解牛之技，乃是治理國家、平常事物之術智；刀是人之本性，也是生命之主。「依乎天理，批大郤，導大窾，因其固然。」順應自然，事理的脈絡，於其中空處解其肢體，不執著於事物之必然而順於物之理路，方能游刃運用自如。

## (五) 安時處順

在亂世保全生命是重要課題，生命的卑微在戰國時代格外的凸顯。所以免禍自保成了重要議題，莊子認為人多師心自用，以致無法為個人找到出路，因此：

老聃死，秦失弔之，三號而出。弟子曰：「非夫子之友邪？」曰：「然。」

<sup>42</sup> 牟宗三，《中國哲學十九講》，臺北：台灣學生書局，1983年，頁259。

「然則吊焉若此，可乎？」曰：「適來，夫子時也，適去，夫子順也。安時而處順，哀樂不能入也，古者謂是帝之懸解。」（〈養生主〉）

莊子於生死認為乃適時、合乎天理的運行，勘破生死，則生命的終始，以「安時而處順」，不抗拒自然運行，自是哀樂等情緒變化個體生命不受影響，所以莊子稱它為「懸解」。

《莊子》文中常出現人的存在是卑微，安於現狀，使人的生命得以保全。正如造物者對子輿提出了考驗：

予何惡！浸假而化予之左臂以為雞，予因以求時夜；浸假而化予之右臂以為彈，予因以求鴉炙；浸假而化予之尻以為輪，以神為馬，予因以乘之，豈更駕哉！（〈大宗師〉）

《莊子》文中有因發病而長相怪異之人，爲了殘喘延續生命地苟活，是何等的無奈？毫無形象的生活著，透露對於如此的生活狀態是莊子故意貶低人的形象，用以揭發社會黑暗的一面。表面是放棄抗爭，但實際上卻不肯妥協。不停地否定，而且將「成心」放逐於虛無之中。

## （六）心齋坐忘

莊子哲學思想歸結於心齋坐忘的實踐工夫。〈大宗師〉說：

曰：何謂也？曰：回坐忘矣！仲尼蹴然曰：何謂坐忘？顏回曰：墮肢體，黜聰明，離形去知，同於大通，此謂坐忘。仲尼曰：同則無好也，化則無常也。而其賢乎！丘也請從爾後也。

郭象曰：「夫坐忘者，奚所不忘哉？既忘其迹，又忘所以迹者。內不覺其一身，外不識有天地，然後曠然與變化爲體而無不通也。」<sup>43</sup>停止感官與心知的追逐，〈齊物論〉中的「吾喪我」有其實證「形固可使如槁木，心固可使如死灰」的實踐工夫。擺脫一切物外欲望而超越了生理我—「形固可使如槁木」，消化一切偏見，保持心靈的虛空明淨而超越了心知情緒的我—「心固可使如死灰」，忽然忘卻自我身心的存在，而到達精神主體的呈現—「吾喪我」。〈人間世〉中的「唯道集虛，虛者，心齋也。」都是提醒世人感官與成心的外求使自己陷於「與接爲構，日與心鬥」的泥沼中而不可自拔。唯有心齋與坐忘的修養工夫，能破執，「入遊其樊而無感其名」。心齋、吾喪我、坐忘都是莊子一再提醒世人達到虛明境地。

<sup>43</sup> 郭慶藩，《莊子集釋》，臺北：華正書局，2004年，頁285。

### 第三節 莊子思想的實踐觀念

莊子思想在實踐方面的觀念，筆者將分為語言的超越及莊子寫作方式兩類。

#### 一、語言的超越

「言」是人類表達的方式，而言說涉及名實之辯，而且言說牽涉言意之辯。則又有辯論之說。

##### (一) 語言的限制

「果有言邪？其未嘗有言邪？其以為異於穀音亦有辯乎？其无辯乎？」（《齊物論》）「穀音」指的是幼鳥的鳴叫聲，凡是動物均能發出聲，是毫無意義的。有含義的語言於是成為人類文明的重要溝通工具。但語言的內容有其範圍，如《秋水》篇中「可以言論者，物之粗也；可以意致者，物之精也。」語言有其特定的功用，透過言語表達的是感性所能把握的具體事物，語言所傳達的功用，是在事實判斷上。如需傳達情感、評斷價值等問題時，則不是單靠語言所能達成的。語言雖有正反面的作用，唯有在實踐過程中逐漸減少其負面的作用，卻不能阻斷語言與事物的聯繫。

##### (二) 名止於實

名是語言的形式，實是語言所指的內容。「名者，實之賓也」（《逍遙遊》）所以名實要一致，名也要符合實。「无其實而得其名」（《大宗師》）莊子借顏回之口論述「名」與「實」的關係，外在的聲譽與實際不相一致，實際上「名」與「實」之間脫節了。「名止於實，義設於適」（《至樂》）則是「名」限定在「實」的範圍內，勿過度誇大或偏離「實」。莊子進一步論述「言之所盡，知之所至，極物而已。」（《則陽》）意味「言」與「名」用於特定的物，經驗的知無法超越具體的事物。

墨子主張「以名舉實」<sup>44</sup>（《墨子·小取》），荀子主張「制名以指實，上以名貴賤，下以辨同異。貴賤明，同異別，如是則志无不喻之患，是無困廢之禍，此所為有名也。」<sup>45</sup>（《荀子·正名》）在在說明了「名」雖重要，但須與「實」

<sup>44</sup> 《諸子集成》，臺北：中華書局，頁 379。

<sup>45</sup> 《諸子集成》，臺北：中華書局，頁 276。

相符，「名」的任何指稱都須與「實」一致。

### (三) 得意忘言

名與言所指為言與存在的關係，而言與意則祇是言的形式與其意念或意識的內容。《莊子·天道》篇記載了輪扁與桓公的對話：「桓公讀書於堂上，輪扁斲輪於堂下，釋椎齒而上，問桓公曰：『敢問公之所讀為何言邪？』公曰：『聖人之言也。』曰：『聖人在乎？』公曰：『已死矣。』曰：『然則君之所讀者，古人之糟粕已夫。』」古聖人已死，其言說的意義已不復存在，「言」與「意」的關係不存在。

《莊子·外物》篇曰：「筌者所以在魚，得魚而忘筌；蹄者所以在兔，得兔而忘蹄；言者所以在意，得意而忘言；吾安得忘言之人而與之言哉！」不要拘泥於語言，要突破形式化的語言得到背後的真意。得到言語背後之意後，即可忘記語言這項工具。只是能體會言外之意，言說的方式並非重要。語言有其限制，也有其執著，而忘言就是要去除執著。自古以來重直覺、重感悟的思想，認識了言外之意的重要性，正如「如人飲水，冷暖自知」。

### (四) 辯無勝負

爲了好強爭勝，使我們無法安於生活，終日惶惶不安，深怕一不留意，即失去自己的優勢。因此必要先瞭解其心態，希望從中解決根本問題。

大知閑閑，小知間間；大言炎炎，小言詹詹。<sup>46</sup>其寐也魂交，其覺也形開，與接為構，日以心鬪。（〈齊物論〉）

「閑閑」、「間間」，成玄英疏：「夫智慧寬之人，率性虛淡，無是無非；小知狹劣之人，性靈褊促，有取有捨。」<sup>47</sup>智慧高超之人胸襟開闊，閑淡恬適，依恃自我的知識廣博，不肯就教於人，囿於自知；而有小聰明之人，見識褊狹，陋於心知，滔滔不絕地論辯。人好爭勝，喜愛名利的追求，無論是大型的論辯在聲勢上先聲奪人，或是小型的論辯喜歡巧言爭辯，因成心偏執，惟恐別人超越自己，惟恐失去自己的利益，以至於在寤與寐之間，無法讓精神安穩，隨時提防他人，每日勾心鬥角，算計著他人。〈齊物論〉云：

<sup>46</sup> 成玄英疏：「炎炎，猛烈也。詹詹，辭費也。夫詮理大言，猶猛火燎原野，清蕩無遺。儒墨小言，滯於競辯，徒有詞費，無益教方。」郭慶藩，《莊子集釋》，臺北：華正書局，2004年，頁52。

<sup>47</sup> 郭慶藩，《莊子集釋》，臺北：華正書局，2004年，頁51。

齧缺問乎王倪曰：「子知物之所同是乎？」曰：「吾惡乎知之！」「子知子之所不知邪？」曰：「吾惡乎知之！」「然則物無知邪？」曰：「吾惡乎知之？」雖然，嘗試言之。庸詎知吾所謂知之非不知邪？庸詎知吾所謂不知之非知邪？

齧缺認為世間有一體式的本源，但王倪以「吾惡乎知之！」表達這是有「成心」。雖是經齧缺再三的追問，但是以王倪的角度判別，那僅是成心，並不是真知。物之所同是成心的差別，也就是「此一是非，彼一是非」。知易讓人陷於競逐，而迷失本真，茫然無知。人不應一味追求知識，為自己設下知的標準，彰顯自己的智慧高於他人，但是以小知看待、判斷事物，為自己設下框架。唯有去掉成心的執著，才是睿智之知。因此王倪不斷提醒齧缺「吾惡乎知之！」以否定的方式保存心靈之完整性。

縵者、窳者、密者。小恐惴惴，大恐縵縵。其發若機括，其司是非之謂也；其留如詛盟，其守勝之謂也；其殺若秋冬，以言其日消也；其溺之所為，之不可使復之也；其厭也如緘，以言其老洩也；近死之心，莫使復陽也。（〈齊物論〉）

每日勾心鬥角之下，產生了善於偽裝、心思深沉、無法與人坦承相見的心態。爲了爭勝，精神處於緊繃，終日茫然昏亂，習於對外界訊息的觀察如同射箭般快速以求佔上風，將自我的心思深藏不顯於外，以求把握先機。心機過度耗損，精神逐漸消退，生命如同秋冬般肅殺，長期以往，最終將無法回復生命的本真；內心貪婪，如接近老死般的狀況。

民溼寢則腰疾偏死，歛然乎哉？木處則惴慄恂懼，猿猴然乎哉？三者孰知正處？民食芻豢，麋鹿食薦，螂蛆甘帶，鴟鴞耆鼠，四者孰知正味？猿獼狙以為雌，麋與鹿交，鯁與魚游。毛嬙麗姬，人之所美也，魚見之深入，鳥見之高飛，麋鹿見之決驟。四者孰知天下之正色哉？自我觀之，仁義之端，是非之塗，樊然殽亂，吾惡能知其辯！（〈齊物論〉）

王倪藉由經驗例子，顯示物各有其性質，任由其特性，偏好也各不同。若我們的知沒有依循的標準，單就以經驗所得，勢必造成知識判斷的混淆。在經驗世界中無絕對的價值標準，而好惡乃是價值判斷，而其取向乃隨機、隨緣的方式取得。「樊然殽亂」，林希逸說：「樊然，紛然也。殽，雜也。」<sup>48</sup>世上的道德標準、

<sup>48</sup> 歐陽景賢、歐陽超，《莊子釋譯》，臺北：里仁書局，2001年，頁85。

是非得失皆是因對比，而無絕對性。不應起執著，爭辯知為何物，王倪的不知實則自知，也就是真知。我們有時礙於面子，而爭論是非曲直，最後落得兩敗俱傷。終將難以回復生機盎然。

## 二、莊子寫作方式

司馬遷於《史記本傳》說莊子是：「其學無所不窺，雖王公大人不能器之。」莊子的文學性正是具有豐富的學識及藝術的配合上。

《莊子·天下篇》提到莊子：「以謬悠之說，荒唐之言，無端崖之辭，時恣縱而不儻，不以觭見之也。以天下為沉濁，不可與莊語，以卮言為蔓衍，以重言為真，以寓言為廣，獨與天地精神往來而不敖倪於萬物，不譴是非，以與世俗處。」從中可窺探莊子有學識豐富的文學素養，一般而言需有科學推理為佐，而莊子的文學既非根據具體的形象的思索，也非藉由舊經驗的融合，而是憑藉他的學識與其智慧的結合。他的表現方式透過「卮言、重言、寓言」等方式表現。<sup>49</sup>

寓言是假借人物通常是為人熟悉或以人物個性可經由其名稱得知來論道，是虛構的故事，常運用比喻和傳說，而莊子的寓言特色包括動物、植物、夢幻體創作和人物寓言；重言也是寓言，是借用當代一般人認為的先人或當代聖賢的言論以壓抑時論，重言中的人物包括哲學人物、神話及傳說歷史人物、還有當時政治人物；卮言，就是漏斗式的話，是空而無底的言論，意謂是無成見之言，以自然的是非為是非，順著大化流行而代為言論，常有新的見解和新的事物產生，人常在感動之餘會有新的體會。因此張默生先生以為莊子全書都為卮言，寓言與重言也是卮言。<sup>50</sup>

莊子的人物寓言中在〈人間世〉提到了歷史人物如顏回與孔子、葉公子高與仲尼的對話，楚狂接輿、也有長相奇醜的人、還包括商丘大木等。莊子的散文是運用散文來溝通與交流。散文是溝通的橋樑，它將文字當作工具來表達意義。

凡莊子書中的十之九皆為寓言，莊子透過說故事的方式以表達其在仕君、當外交使臣甚或為太子傅的看法。三則故事是在戰國時代國君為求自身利益而產生亂象莊子所提供的方式。文學並非說情談景而已，有時為了提出建言，而不得不以譬喻的故事讓人聽之入迷，從而改變其想法。如同天方夜譚的說故事者是為保全生命，而不斷的說故事，最後免於死亡。以仕君為例，面對殘暴的國君，保全自身生命是不得不然的作法。

寓言十九，重言十七，卮言日出，和以天倪。藉外論之。親父不為其子媒。

<sup>49</sup> 郭慶藩，《莊子集釋》，臺北：華正書局，2004年，頁1098。

<sup>50</sup> 參照張默生，〈莊子研究問答〉，《莊子新釋》，臺北：漢京文化，2004年，頁15-16。趙衛民，《莊子的風神》，臺北：聯經出版社，2010年，頁1。

親父譽之，不若其非父者也；非吾罪也，人之罪也。與己同則應，不與己同則反；同於己則是之，異於己則非之。重言十七，所以己言也，是為耆艾。年先矣，而無經緯本末以期年耆者，是非先也。人而無以先人，無人道也。人而無人道，是之謂陳人。卮言日出，因以曼衍，所以窮年。不言則齊，齊與言不齊，言與齊不齊也。故曰無言。（〈寓言〉）

趙衛民於《莊子的風神》提到「親父不為其子媒」乃是自己不替自己的作品與讀者之間作媒介、作橋樑，亦即不做為中間的介紹人，否則有敝帚自珍之嫌疑。自己的作品，由他人肯定更有說服力。以寓言中的主人翁來顯示自己的美好，以眾人的說法為參照不但可免去自己成為目標，而且是眾人的過錯。莊子的寓言表現特點避免自己陳述哲學理論，而假借寓言的主人翁以說理。

### （一）重言式的寓言

在〈人間世〉七則寓言中，有五則是屬於重言，可見得莊子對世人的用心之深，他一再提醒世人人間之險惡，也無法逃避，假託孔子苦口婆心訴諸孔子與顏回皆是儒家思想的代表人物，莊子以他們的師生對話表達自己對當時政治的不滿，不僅將自己對政治的不平的心理表露無遺，也提出對當時環境無可逃的狀況的因應之道。

葉公問仲尼論處世一則。為弱國的使臣前往當時的強國一齊，心中的無奈俱在人生的大戒中成為不可逃的命運。不論其談判的成效均不可免有陰陽之患或人道之患，都會傷及自己的生命。莊子以故事呈現避免流於說教，也避免自己成為眾人質疑的目標，而將自己「乘物以遊世」的理念，傳達於世人知曉。

螳螂擋車是多麼自不量力之舉。當「其德天殺」太子的老師，其所扮演的角色有多艱巨，為了國家著想勢必糾正太子之缺失，卻唯恐降禍予己，但自己的力量與螳螂之力相仿，無法改變什麼，反而惹來殺身之禍。因此莊子才要提醒世人以「心莫若和、形莫若就」面對。

商丘大木與宋荆氏楸柏桑比較，因其無用故可享天年。且其汁液有毒性使無用之木更使一般人不願去理會。莊子在此安排了楸、柏、桑為對照組以凸顯商丘大木的無用處。也正由於商丘大木的無用，方能得全生。

楚狂接輿之歌。藉由接輿之歌仿論語的作法，提醒世人需趨吉避凶，山木自寇，膏火自焚，食桂可伐，漆樹可割，人為財死，名利足以喪身，皆是咎由自取。成玄英云：「夫視聽知能，若有涯分。止於分內，可以全生；求其分外，必遭夭折，全生所以為福，夭折所以為禍。」<sup>51</sup>分內之福輕如鴻毛，易為世人所輕

<sup>51</sup> 轉引自葉程義，《莊子寓言研究》，臺北：文史哲出版社，2004年，頁105。

忽，分外之禍，能使世人迷惑，而遭致災禍，以此提醒世人。

## (二)純寓言

櫟樹長於社廟旁，枝葉繁茂，生命力旺盛，卻不見有人對它多看幾眼，只是任其發展，它雖是散木，為無用之木，卻也因長於社廟旁，得到庇護，方能發揮其無用之用的功能。以此言寓人須韜光養晦，勿樹大以招風，以遭橫禍。

支離疏以形貌醜陋，肢體扭曲變形而無法從軍，僅能靠微薄收入勉強度日，卻因如此方能保全性命得以終其天年，頗有塞翁失馬焉知非福之意。世間的事物不可以外表論定好壞。

### 〈齊物論〉中天地人三竅

夫大塊噫氣，其名為風。是唯無作，作則萬竅怒呿。而獨不聞之蓁蓁乎？山林之畏佳，大木百圍之竅穴，似鼻，似口，似耳，似枅，似圈，似臼，似洼者，似污者；激者，謫者，叱者，吸者，叫者，譟者，突者，咬者，前者唱于而隨者唱喁。泠風則小和，飄風則大和，厲風濟則眾竅為虛。而獨不見之調調、之刀刀乎？（〈齊物論〉）

風是難以言狀之物，在於它無具體的樣貌，但是莊子用了許多譬喻的方式彷彿讀者能身歷其境的真實呈現。一如萬馬奔騰般的狂風，也如深秋時節入山林之寂靜。

### 〈秋水〉之神龜

莊子釣於濮水，楚王使大夫二人往先焉，曰：「願以竟內累矣！」庄子持竿不顧，曰：「吾聞楚有神龜，死以三千歲矣，王巾笥而藏之廟堂之上。此龜者，寧其死為留骨而貴乎？寧其生而曳尾於塗中。」莊子曰：「往矣！吾將曳尾於塗中。」（〈秋水〉）

莊子以寓言的方式，拒絕了楚威王的聘請為相之舉，莊子明白權勢、利益為傾軋爭奪的名器，足以傷生害命而拒絕。莊子以寓言故事說出自身對權位的看法。

### 第三章 莊子療癒思想之建立

莊子生於政治、社會動盪不安的時代，天子地位式微，諸侯爭霸的局面也越演越劇之下，黎民百姓的生活越加困頓。生命存在的處境與困局，是通過生命的存在感而來的，爲了替人民找尋出路，莊子從對生命真實的認識及對生命問題的解決著手，以對抗外在的傷害。亦即道家的處世養生之道，張瑋儀先生認爲透過自我探索去解決創傷，旨在減除精神的過度反應，找到心理危機的出路。<sup>1</sup>

《禮記·禮運篇》提到「何謂人情？喜怒哀懼愛惡欲七者，弗學而能。」<sup>2</sup>喜怒哀樂愛惡欲俱爲人的自然反應，〈莊子·齊物論〉亦提到「喜怒哀樂，慮嘆變熱，姚佚啓態」以上所談爲人的情緒。自己情緒的變化，連帶影響到週遭關係的和諧與否。在「寐」與「覺」之間情緒常交錯一塊。只要與人相處難免有比較，「縵者、窳者、密者」<sup>3</sup>要與世爭鬥，又要防範他人。一則爲才華未能顯於世，一則畏懼鋒芒過度彰顯，鎮日惴惴不安，莊子認爲人生有限生命中汲汲於計較、爭取，非善於養生之道，如澤雉十步一啄食，百步方一飲，恬淡生活不過度追求名利，做事爲官只是盡其在我，不虛矯富貴，自能「保身、全生、養親，且可盡年」。

在我們生活的這個世界，不僅個人，而且整個社會可能是君臣、父子、夫婦、兄弟或朋友的關係。在莊子而言，它們的存在是「命」與「義」，是人生無法逃離或拒絕的關係，讓人產生焦慮、沮喪、沒有安全感甚且壓力。不僅存在的關係之難解，亦有形貌怪異肢體奇特之人須忍受自身不便、世俗眼光，俗世以爲他們無用，但莊子卻告訴我們順天知命、安時處順，依然能自在生活。莊子認爲與其對抗環境，倒不如適應環境與世無爭鬥，並且韜光養晦，居於無用之地，體認萬化的美，使束縛等自我執著的觀念之苦消失。

在人世間爲人臣從一開始滿懷抱負欲施展長才，經過了歲月的歷練，只能不安地揣摩上意，因他決定自己未來的發展。爲了苟延生活不得不低頭，因此莊子藉顏回與孔子的師生對話，外表的順服不能達成貢獻所長，而外王之學轉爲內聖之學方爲至理。

身負重任爲使臣，明知弱國無外交，落在自身的責任卻無法推卸，這是不易達到的任務，在上位者的要求下，不得不爲外交使臣，正如莊子認爲這是「命」，也是「義」，是生存於人間無法逃脫的，要能安時處順，順應自然。

身爲儲君之師，角色的扮演尷尬，如同飼養猛獸之主人，「戒之，慎之」常

<sup>1</sup> 張瑋儀，《莊子治療學義蘊之分析與展開》，淡江大學中國文學系碩士論文，2003年，頁73。

<sup>2</sup> 清·阮元校勘，《十三經注疏》，新文豐出版社，1977年，頁431。

<sup>3</sup> 釋德清說：「皆形容心境交構之心機也。」釋德清，《莊子內篇注》，臺北：廣文書局，1991年，頁12—13。「縵者、窳者、密者」俱是善於掩飾自我，而陷害人的心思。歐陽景賢、歐陽超釋譯，《莊子釋譯》，臺北：里仁書局，2001年，頁48。

需小心呵護，深怕一不留意會有意料以外的事情發生，而處處需察言觀色。

在〈人間世〉以重言的方式列出將仕於衛君、為使者、為太子傅等三種情況，未必真有史實存在，但能完善地處理這樣的情況，則人世間再也無更難的狀況了。以下根據諫君之難、使命之難、輔世之難、無用以為用探討莊子入世之難的思想，莊子分別提出因應之道如心齋、乘物以遊心、形就心和。更提出了以無用之用作為應世之理。

## 第一節 出仕之難－「心齋」的提出

在人世間有著君臣的接觸關係，人在他人屋簷下不得不然的苦痛，是莊子體會而得，因此以規勸的方式告知世人，不應只是外表屈服於國君，要有內聖之心。

### 一、諫君

莊子在〈人間世〉中塑造的顏回有著儒家救世思想，因衛國國君暴虐，他欲施展抱負，因而來向他的老師孔子請益。

顏回見仲尼請行，曰：「奚之？」曰：「將之衛。」曰：「奚為焉？」曰：「回聞衛君，其年壯，其行獨，輕用其國，而不見其過。輕用民死，死者以國量乎澤若蕉，民其無如矣。回嘗聞之夫子曰：『治國去之，亂國就之，醫門多疾。』願以所聞思其則，庶幾其國有瘳乎？」（〈人間世〉）

在〈人間世〉中莊子的用意並非在政治，而是強調內心的修養。在莊子的寓言中，仲尼及其鍾愛的弟子顏回是最能代表儒家思想的，尤其顏回在陋室「一簞食一瓢飲」極為簡略的生活條件都能自在生活。因此在莊子寓言中，乃以孔子與顏回為代表，對照儒家的思想「邦有道則仕，邦無道則隱」與莊子「治國去之，亂國就之，醫門多疾。」似乎透露儒家思想隱含道家思想，而莊子思想中也含有儒家思想。顏回年輕氣盛，懷抱治國理想，欲有一番作為。認為衛國君主正值壯年，行事專斷，無充足智慧只憑衝勁，卻輕忽人民生命以至死亡眾多，亟需旁人的提醒、輔助。顏回有種捨我其誰的慷慨之情。對於曾聽孔子說過：「國家若已上軌道需離開；政治社會混亂的國家須前往；該國良醫在之地必有眾多病患求治。」顏回向孔子請益，面對如此的國君有何治理良方，可使該國人民免於困苦之法？

#### （一）先存諸己後存諸人

夫道不欲雜，雜則多，多則擾，擾則憂，憂而不救。古之至人，先存諸己而後存諸人。所存於己者未定，何暇至於暴人之所行！

學道需專心一志，融會貫通，若內心紛擾不安，則憂慮不已，終究一事無成。因此文中的孔子提出了「古之至人，先存諸己而後存諸人。」要能先安於內，確立自己的人生觀，人生自然有自我生存的價值，否則哪能顧及他人？王博先生在《無為與逍遙》認為儒家的「己立立人，推己及人」，把有限的生命投入為他人無限服務的事業，為了施展的抱負不惜將自身投入，是外推的作法；而莊子製造的孔子以修養的方式由外而內—從人推到己的進入思路，<sup>4</sup>立基於外在的環境不易改變，唯有改變自己的想法，對自己生命要加以重視。雖非排斥推己及人，但自我生命能夠延續，而後才有救世的作為。自己的生命未能安，則一切理想抱負均為空想。況且人對「名」、「知」的競逐常使自我迷失。

## (二) 名知之競

且若亦知夫德之所蕩而知之所為出乎哉？德蕩乎名，知出乎爭。名也者，相軋也。知也者，爭之器也。二者凶器，非所以盡行也。

「德」字在人間世出現十一次，在內七篇已是次數多者，老子曾說：「道生之，德畜之」莊子說：「吾生也有涯，而知也無涯，以有涯隨無涯，殆已！」德有分際、有範圍的，過於執著則產生分別心、比較心，進而起競逐的行為。<sup>5</sup>平常人之所以好德，乃是好德之聲名，以它為求取好名氣之手段，凸顯自己而貶抑他人。「名」與「知」非是壞事，但為好勝，一味地想讓他人得知自己美德，而破壞自己的生命，非是真正懂得人生生命。身負此兩種凶器，不但未能使自己施展抱負，卻如同以火救火的方式，使情況更加惡劣。

## (三) 人惡有其美

且德厚信砭，未達人氣，名聞不爭，未達人心。而彊以仁義繩墨之言術暴人之前者，是以人惡有其美也，命之曰蓄人。蓄人者，人必反蓄之，若殆為人蓄夫！

「德厚信砭，未達人氣，名聞不爭，未達人心。」成玄英疏：「假且道德淳

<sup>4</sup> 王博，《無為與逍遙》，北京：華夏出版社，2007年，頁77。

<sup>5</sup> 「纔有用知之私，則爭競所由起矣」。林希逸，《莊子口義補注》，台北：藝文印書館，頁122。依據此所說則與莊子一書中「心知」為欲對治的問題之觀點吻合。

厚，信行確實，芳名令聞，不與物爭，而衛君素性頑愚，凶悖少鑒，既未達顏回之意氣，豈識匡扶之心乎！」<sup>6</sup>雖然顏回有德有信，世俗未必了解他，而未通達君主的性氣、人心。「責求天下符合自家心知執著的價值標準」，<sup>7</sup>只是凸顯自己的優越，被認定沽名釣譽，尙未達到規勸的目的，即被設定為不賢不肖之輩。因此要勸諫國君之前，需先考量自己在別人眼中是怎樣的人，如果標榜自己以世俗的道德規範等枷鎖強制於人，又怎能達到勸諫的用意？達人氣就是彼此有默契，能讓彼此的生命相應，孔子是借「知」與「名」來點醒顏回勸衛君的動機，千萬不可為自己顯名，以為自己有知，這樣心中便有了雜念，便不能去擔當勸說暴君的任務。<sup>8</sup>尤其對方是擁有絕對權利的人，必會讓對方起爭鬥的心。亦如王邦雄先生於《莊子道》認為要能「一氣之化」，且要「同體流行」<sup>9</sup>方能達規勸之目的。

#### (四) 爭名實之例證

且昔者殺關龍逢，紂殺王子比干，是皆修其身以下偃拊人之民，以下拂其上者也，故其君因其修以擠之，是好名者也。且昔者堯攻叢枝、胥敖，禹攻有扈，國為虛厲，身為刑戮，其用兵不止，其求實無已。是皆求名實者也，而獨不聞之乎？名實者，聖人之所不能勝也，而況若乎！

關龍逢與比干皆為脩其身愛其民拂逆上位者，而惹來殺身之禍。成玄英疏：「此二子，並古昔良佐，修飾其身，仗行忠節，以臣下之位，憂君上之民，臣有德而君無道，拂戾其君，咸遭戮辱，援古證今，足為龜鏡。是知顏回化術，理未可行也。」<sup>10</sup>而在〈逍遙遊〉中堯讓天下於許由，許由說：「庖人雖不治庖，尸祝不越樽俎而代之矣！」許由看淡名實而推卸。堯、禹為世人所推崇之聖王，卻仍不免征戰，他們已有了「名」，為能做到平天下的「實」，尙需開啓戰端，有殺戮的禍患，免不了破壞和諧，這是莊子所不願見到。<sup>11</sup>唐君毅先生亦言：「自處其『內德與外彰之名』之不易。」「言有時得而能免於以名臨人之禍，聖人猶難為也。」<sup>12</sup>所以莊子筆下的孔子才說連聖人都無法超脫名實之累，更何況是顏回呢？

<sup>6</sup> 郭慶藩輯，《莊子集釋》，臺北：華正書局，2004年，頁136。又吳怡主張「名聞不爭」解為「已有名聞，而又謙遜不爭。」見於吳怡，《新譯莊子內篇解義》，台北：三民出版社，2008年，頁158。

<sup>7</sup> 王邦雄，〈莊子心齋「氣」觀念的詮釋問題〉，《淡江中文學報》第14期，2006年6月，頁19。

<sup>8</sup> 吳怡，《新譯莊子內篇解義》，台北：三民出版社，2008年，頁157-158。

<sup>9</sup> 「一氣之化」、「同體流行」均為王邦雄先生用語。王邦雄，《莊子道》，臺北：漢藝色研出版社，1994年，頁127。

<sup>10</sup> 郭慶藩輯，《莊子集釋》，臺北：華正書局，2004年，頁140。

<sup>11</sup> 吳怡，《新譯莊子內篇解義》，台北：三民出版社，2008年，頁160-161。

<sup>12</sup> 唐君毅，《中國哲學原論·原道篇》卷一，臺北：台灣學生書局，2004年校訂版，頁368。

因求名，而有知出；因知出，而有我是彼非之辯。<sup>13</sup>有尊卑貴賤之別，才會有名實之爭。生活在人間產生的困境乃在於有曲解的價值觀，所以〈齊物論〉齊是非、破是非以消弭無止盡的爭論，所以孔子要顏回戒慎恐懼，勿強行勸諫、過度重視名實、切勿執意妄為。以下師生答辯之過程以解答因應之道。

## 二、端而虛，勉而一

因聽了孔子認為世人為名、為利的勸說，極欲有作為的顏回乃積極向孔子求教。

顏回曰：「端而虛，勉而一，則可乎？」

曰：「惡！惡可！夫以陽為充孔揚，采色不定，常人之所不違，因案人之所感，以求容與其心。名之曰日漸之德不成，而況大德乎！將執而不化，外合而內不訾，其庸詎可乎！」

在《莊子·人間世》的顏回先提出了「端而虛，勉而一」，<sup>14</sup>既能保持勸諫者的角色，又能顧慮君主的心態。王叔岷云：「謂端形而虛心，勉力而一志。虛與一，為得道應變之要。端與勉是存有待之心，尚未通達。」<sup>15</sup>雖是外表言行一致，猶是有待的心，最終不免屈服於君主的權力之下。「端」與「勉」皆是有待之心，非發自內心，亦即非自然。

衛君的性情驕橫跋扈、喜怒無常，孔子認為平常人震懾於國君的權勢，壓制別人對他的勸諫使得不敢違背他，不敢妄加作為，更何況要用大德來感化，更是对他是起不了作用。南懷瑾先生表示：

但是你這個正念不能柔和下來，陽剛之氣不能轉為陰柔，身體沒有軟化，...  
...，這就是孔陽愈來愈大，太過於陽剛了，這不是道，這只是過程。<sup>16</sup>

雖是「端而虛，勉而一」，卻未能使衛君的內心打動，使其從內自覺錯誤，徹底做改變。因無發自內心的工夫，無法使仲尼認同其作法，仲尼未具體回答可行之道，因而顏回乃再提出「內直、外曲，成而上比」。

<sup>13</sup> 廖秀惠，《虛己以遊世---《莊子·人間世》文本結構的詮釋與分析》，華梵大學哲學系碩士論文，2008年。

<sup>14</sup> 成玄英疏：「『端而虛』端正其形，盡人臣之敬；虛豁心慮，竭匡諫之誠，既承高命，敢述所以耳；『勉而一』勉厲身心，盡誠奉國，言行忠謹，纔無差二。」見於郭慶藩輯，《莊子集釋》，臺北：華正書局，2004年，頁141。

<sup>15</sup> 王叔岷，《莊子校詮》，北京：中華書局，2007年，頁127。

<sup>16</sup> 南懷瑾，《莊子諳講》，臺北：老古文化，2006年，頁394。

內直者，與天為徒，與天為徒者，知天子之與己皆天之所子，而獨以己言  
蘄乎而人善之，蘄乎而人不善邪？若然者，人謂之童子，是之謂與天為徒。  
外曲者，與人為徒也。擊跽曲拳，人臣之禮也，人皆為之，吾敢不為邪！  
為人之所為者，人亦無疵焉，是之謂與人為徒。  
成而上比者，與古為徒。其言雖教，謫之實也，古之有也，非吾有也。若  
然者，雖直而不病，是之為與古為徒。

顏回進一步提出以內心正直外表卻以迂迴的方式打動對方，「內直者，與天  
為徒」，這方法是為補「端而虛」的缺失，與天為徒，是將天和自己看成自然之  
子，這樣人皆說我有赤子之心，而看作與天為徒，如此與天為伍而忘卻毀譽。但  
是萬物之性不同，不可將一偏之見強加於萬物。「直」者是社會的道德標準與萬  
物的天性不同，因此這僅是顏回之一己成見。

接著是外在的行為。「外曲」就是「與人為徒」，執笏、長跪、鞠躬等等，均  
是人臣應做的禮節，卻隱含其對外在環境之屈服及為人臣之無奈，他人這麼  
做，我敢不這麼做嗎？做大家都會做的，人就不會指摘自己，多言必有失，韜光  
養晦隱藏自身鋒芒，「塞其兌，閉其門，挫其銳，解其紛，和其光，同其塵。」（《老  
子·五十六章》）不以自身為榮、也不以自身為恥，以委順與人為伍，可避免他  
人對自己的讒語。

再描寫對談間的言論。「成而上比」<sup>17</sup>就是「與古為徒」，對於君上，以古聖  
先賢的言論為依據規勸，因古時候就有的，並非自己所造的。為了避免降罪於自  
我，而這樣無法以真誠的心打動君主，不能成事。在《中庸》上亦提到：「生乎  
今之世，反古之道，如此者，災及其身者也。」時代與日俱新，要有新的觀點，  
面對新的時代而非往後看，為了自身的存活，而以古為例勸誡，未必能保全自身。

仲尼曰：「惡！惡可？太多政法而不諫，雖固亦無罪，雖然，止是耳矣，  
夫胡可以及化？猶師心者也。」

信守專一的做法對衛君無效後，再以表面順從，甚至以古人的例子來做範例  
勸諫這樣費盡心思的作法，僅能勉強做到全身而退，卻不能達到諫君的目的。尚  
且老子《道德經·五十七章》提到：「法令滋章，而盜賊多有」。法規再詳盡，漏  
洞越大，難免使更多人無從遵循。因此孔子不認為這是為人臣應有的作法，為  
了保全自身而產生的權宜之計，是有「師心」的。在顏回與孔子的答辯過程中，似

<sup>17</sup> 「『成』是指成就，即言論有成。」見於吳怡，《新譯莊子內篇解義》，三民書局，2008年，頁163。

乎是漸使顏回領悟由「外用之學」轉而為「內養之學」，<sup>18</sup>從而省思內在的態度。

### 三、心齋

「齋」在〈禮記·祭義〉：「齊齊乎其敬也。」是指祭祀時的一種誠敬的心境。《漢書郊祀志》：「齊肅聰明」。注：「齊肅，莊敬也」。人能用心專注，則顯出聰明也。「而『心齋』就是心不會與之然，使這個跟成形、形化共舞的心，從形體的執著中跳開。」<sup>19</sup>這個心也就是靈台，能夠「致虛極守靜篤」。而〈人間世〉提出「心齋」。

#### (一) 唯道集虛

仲尼曰：「若一志，無聽之以耳而聽之以心，無聽之以心而聽之以氣！聽止於耳，心止於符。氣也者，虛而待物者也。唯道集虛。虛者，心齋也。」

「心齋」有三個境界分別為聽之以耳、聽之以心、及聽之以氣。耳指的是外在的形體，如百骸、九竅、六臟般。「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。」五色、五音、五味在心知的執著與人為的造作，致使形體受了過度的刺激，為了名利權勢而馳騁畋獵，於是產生了是非之心。是非之起因乃是心知的造作，聽之以心受到心知欲望所左右，為主觀的思慮活動，難以免除偏見。禪宗慧能說：「何期自性本自清淨，何期自性本不生滅，何其自性本自具足，何期自性本無動搖，何期自性能生萬法。」弘忍說：「不識本心，學法何益！」<sup>20</sup>未能內觀自我內心的體悟，一味追逐外在的滿足，亦是同樣的解說。

齧缺問乎王倪曰：「子知物之所同是乎？」曰：「吾惡乎知之！」「子知子之所不知邪？」曰：「吾惡乎知之！」「然則物無知邪？」曰：「吾惡乎知之！」

王倪連續兩次「吾惡乎知之」，希望使齧缺從中體會這才是真能得道。因耳目所得或由思考、思慮所得的想法並非是真知，而是要由心靈直接的體會體驗產生。由心靈直接體驗，須是心靈呈現虛靜的狀態。

<sup>18</sup> 「外用之學」、「內養之學」俱是南懷瑾先生之用語。南懷瑾，《莊子講義》，臺北：老古文化，2006年，頁407。

<sup>19</sup> 王邦雄，《走在莊子逍遙的路上》，臺北：台灣商務印書館，2004年，頁77。

<sup>20</sup> 劉光義，《莊學中的禪趣》，臺北：台灣商務印書館，1989年，頁67。

## (二) 心齋的境界

「聽之以心」則是須用心去體會，但是心仍有偏執，莊子認為是感官的領域，因此主張需聽之以氣。

莊子提到了三種層次耳、心、氣。莊子要求無聽之以耳、無聽之以心、要聽之以氣。「聽之以氣，就是無心」<sup>21</sup>無心就能拋棄固有的執著，氣是虛而待物，在聽之以耳與聽之以心的時期，會有執著、衝突。而聽之以氣，是處於虛無恬淡，放空自己的思維、執著，這是心齋。「氣也者，虛而待物者也。」虛則能無入而不自得，如同庖丁解牛般，牛猶如這人間世，自己的心已無執著，也就無厚度，而牛體的結構總有空隙，可以解開牛的結。聽之以氣還是要回到人的心上，顏回領會「墮肢體，黜聰明，離形去知，同於大通，此謂坐忘」。莊子認為人消解外在的欲求，進而內在過度的心知也消除。所以徐復觀先生認為「氣」<sup>22</sup>即是「讓外物客觀地進來，客觀地出去」<sup>23</sup>心無執著，心與外界相符合，而不摻入主觀的意識。這種精神生活，不能落在人的氣上，要落在人的心上。故唐君毅先生說：

則心之虛，至於只以氣待物，即謂只此由心齋所見得之平常心，以待物也，人不以一般耳目之知與一般之心聽，而只以此虛而待物之氣或平常心聽，即足以盡聽人之言，而攝入之。是即不同於「聽之以耳」，止於知其聲，亦不同於一般「聽之以心」者，只求其心之意念，足與所聽者相符合；而是由心之虛，至於若無心，使所聽之言與其義，皆全部攝入於心氣之事也。此時一己之心氣，唯是一虛，以容他人之言與其義，通過之、透過之。今以此為待人接物之道，即道集於此虛之中，故能達於真正之無人無己、忘人忘己之境。<sup>24</sup>

老子亦談到「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，是謂復命。復命曰常，知常曰明，不知常，妄作，凶。」（〈老子·第十六章〉）心境一切平靜，即不受外物、欲望等等干擾，如同一片明境般清澈，莊子亦認為無為無執回歸本性，就能得到生命中原本的美好。因此「至人之用心若鏡，不將不迎，應而不藏，故能勝物而不傷。」（〈應帝王〉）能以開闊的胸襟看待萬物，與萬物和平共處。萬物無論「成與毀，復通為一」唯有如此看待，才能拋棄成見。

由「聽之以耳」到「聽之以心」到「聽之以氣」，是循序漸進的體道歷程，

<sup>21</sup> 王邦雄，《莊子道》，台北：漢藝色研出版社，1994年，頁135。

<sup>22</sup> 徐復觀先生說：「氣，實際只是心的某種狀態的比擬之詞，與老子所說的純生理之氣不同。」《中國人性論史·先秦篇》，台北：台灣商務印書館，2007年，頁382。

<sup>23</sup> 徐復觀，《中國人性論史·先秦篇》，台北：台灣商務印書館，2007年，頁381。

<sup>24</sup> 唐君毅，《中國哲學原論·原道篇卷一》，臺北：台灣學生書局，1992年，頁367-358。

才能「莫若以明」，正如吳建明先生所說：「『心齋』正是要消除種種生命的負累與病症，並以此為功夫修練的起始；使心靈能保持一潔淨的狀態。」<sup>25</sup>能以清明的心感應萬事萬物，這就是一種心靈自我療癒。

在社會做事，難免遇上類似的長官，如果一昧「僅免刑焉」，則是矯揉造作之士，而莊子提供另一思考方式，如能「心齋」處之必能自在。

## 第二節 使命之難—「義」「命」的法則

外交使臣的角色，決定於我方是否為強國或弱國，弱國無邦交，況且為外交官，既要不損我方利益，又須達成使命，也難怪乎葉公子高有「吾食也執羸而不臧，爨無欲清之人。今吾朝受而夕飲冰，我其內熱與！」之慨嘆。

### 一、使者之難為

作為傳話者本是難事，又加上國與國之間的傳言者更是難，尤其不是在同一天平下的兩國，處於弱勢一方要能不辱使命，其處境可想而知。莊子以其基礎塑造了葉公子高。

葉公子高將使於齊，問於仲尼曰：「王使諸梁也甚重，齊之待使者，蓋將甚敬而不急。匹夫猶未可動，而況諸侯乎！吾甚慄之。」

達生篇：「達生之情者，不務生之所無以為；達命之情者，不務知之所無奈何。」葉公子高認為自身無計較名利，也謹守本分，不做非分之要求，奈何此等吃力又不討好的工作怎麼會落在自己身上呢？葉公子高將出使齊國，內心憂慮焦急，害怕傳話的不當，遭致災害。使者承擔的是話語傳達的任務，對常人而言或許不是一件相當困難的事。若是處在國與國之間呢？

凡事若小若大，寡不成以懽成。事若不成，則必有人道之患；事若成，則必有陰陽之患。若成若不成而後無患者，為有德者能之。

面對強國時，「事君不成，則必有人道之患；事君成，則必有陰陽之患。」不能完成國君賦予的任務，免不了一番懲處。然而「陰陽之患」〈淮南子·原道訓〉曾如此解：「人大怒破陰，大喜墜陽；薄氣發閭，驚怖為狂；憂愁多恙，病乃成積；好憎繁多，禍乃相隨。」萬一僥倖完成了，喜、怒、擔心、受怕等陰陽兩氣失調致使身體傷害也是難免的。無論成功與否，會因受罪而影響自己的健

<sup>25</sup> 吳建明，《莊子安命哲學之探究》，南華管理學院哲學研究所碩士論文，1999年，頁90。

康，所以唯有德者能堪破名利之得失。

「唯有德者能之」，對於孟子而言「德」是發自內在惻隱、羞惡、辭讓、是非之情，是仁義禮智信的德性所在的心，見幼童溺井從衷發出的憐憫之心，此種心是直接感應外在的反應。莊子則認為道是「自本自根，未有天地，自古以固存。」（〈大宗師〉）又「物得之以生謂之德」（〈天地篇〉），德乃來自物得道而來，所以德乃存於萬物之內。所以「故德有所長而形有所忘。人不忘其所忘，而忘其所不忘，此謂誠忘。」〈德充符〉人不應忘記內德，德涵養於內在，自然能避免禍害。

雖葉公子高以為自己是清心寡慾之人，但是面對強大的齊國之待使者的態度——「甚敬而不急」，惟恐惹來人道及陰陽之禍，孔子要他認清事實：人生有兩大戒。

## 二、事實的人際關係

在人際網絡中有兩種「不可解於心」的關係，其一父母與子女的親情，這是無從逃脫也無法選擇的；另一則是除了親情之外的人際關係，最直接展現的是君臣關係，前者是「命」，後者為「義」，這兩者都是無可奈何而且無可逃的天下大戒。

天下有大戒二：其一，命也；其一，義也。子之愛親，命也，不可解於心；臣之事君，義也，無適而非君也，無所逃於天地之間，是之謂大戒。是以夫事其親者，不擇地而安之，孝之至也。夫事其君者，不擇事而安之，忠之盛也。自事其心者，哀樂不易施乎前。知其不可奈何，而安之若命，德之至也。為人臣子者，固有所不得已。行事之情而忘其身，何暇至於悅生而惡死！夫子其行可矣。

鍾泰先生在《莊子發微》中談到「命之自天，故不可解於心。義存乎人，故亦無所逃也。」<sup>26</sup>孩子愛父母是天性，是無法解開的牽絆；無論到哪裡君臣的關係依然存在。一是先天之命，一是後天之義，無法逃脫，而且與自身相連的存在，「是何人也？惡乎介也？天與？其人與？」〈養生主〉右師造成自己變成一隻腳是天生使之然，雖是後天形成，但這是先天的個性使然，所以歸諸於天性。事君雖為「義」，卻也是天生之命使之然，所以「並無運命與天命的分別」。<sup>27</sup>凡為命，「不可解於心」。

在〈至樂篇〉敘述莊子之妻死後，莊子由一開始無法置信而哀嘆，到經由

<sup>26</sup> 鍾泰，《莊子發微》，上海：古籍出版社，2002年，頁92。

<sup>27</sup> 徐復觀，《中國人性論史(先秦篇)》，臺北：台灣商務印書館，2007年，頁376。

體認其妻本是「無生、無形、無氣」，在芒忽之間而成爲人，再轉變爲死。如同日夜春夏秋冬四季輪替自然之變，一如日夜之不可分割。正是「死生，命也，其有夜旦之常，天也。人之有所不得與，皆物之情也。」（〈大宗師〉）劉笑敢先生說：「死生有命，正如天有晝夜，是無可奈何的，萬物之情也都是人所不能干預的」。<sup>28</sup>生與死的轉變爲，人力所無法介入，人無法強求。

在〈大宗師〉記載一段因下十日大雨，子桑面臨斷糧之危而發出「吾思夫使我至此極者而弗得也。父母豈欲吾貧哉？天無私覆，地無私載，天地豈私貧我哉？求其爲之者而不得也。然而至此極者，命也夫！」之感歎，乍見子桑在此似乎有怨懟之情，從「父母豈欲吾貧哉？」一句中不難發現，他不認爲父母欲使自己遭受困頓，而將它歸之於天命。「死生存亡，窮達富貴」（〈德充符〉）皆爲命之自然形成，而非外在力量所造成。由此而見得，莊子的安命思想，「即是人之無條件的承擔人所遇之一切。」<sup>29</sup>現在社會上報章常批露，爲人父母爲了自己，以種種理由而傷害甚且殺害子女，將置其子女於何地呢？

「安時而處順，哀樂不能入也，此古之所謂懸解也」（〈大宗師〉），「知其不可奈何而安之若命，德之至也」在面對順境與橫逆時，均是順從而無怨懟，了解天道的大公無私，因此處於逆境也不怨天。「『愛親』的能力在起始處(即親子關係成立時即有)是與生俱來的」，「則所謂的難關應是指達至效果的困難、實踐的困難」。<sup>30</sup>莊子反對的是造作之「愛親」，認爲是造成倫理價值判斷的扭曲，「愛親」是人們必須面對、負擔的。將「愛親」內化爲生命中的必然，如同聖人無己般的自然。再則談及「事君」，王邦雄先生提出：「人間正義，是君上主宰，臣下僅能依據義度行事。不論臣下是何等身份，在何處落腳，總有君上的義等在那裡，反正都改變不了臣事君的格局。」<sup>31</sup>現代的社會不應存有君主般擁有一切權利，而對下屬予取予求，而是在客觀原則，下屬有其固有的職務聽命於長官，協助長官，依其職份盡力完成。

在「不得已」的情況下，將「命」與「義」轉化爲順其自然，不加任何主觀作用，上面給你的命令要照辦，爲人臣子、下屬雖知政治、職場的詭譎多變仍須承擔自己所擔負的職責，縱使自己置身於重重困境與艱難，仍不得不爲的莫可奈何，亦即知其不可而安之若命。「乘物以遊心，託不得已以養中」是莊子透過修養的功夫而使心靈達於空明靈靜的境界，讓精神從名利爭奪的桎梏提升，讓心靈在自在的狀況下觀照事物。而解決之道則是在心態上不要想改變所受的使命，不要強求事情非得成功不可。只要順應自然心理悠遊自適，寄託於不得已而蓄養心

<sup>28</sup> 劉笑敢，《莊子哲學及其演變》，北京：中國社會科學出版社，1988年，頁130。

<sup>29</sup> 唐君毅，《中國哲學原論 導論篇》，臺北：台灣學生書局，1992年，頁550。

<sup>30</sup> 許明珠，《莊子人間世之研究》，中正大學中文研究所碩士論文，2000年6月，頁30。

<sup>31</sup> 王邦雄，《21世紀的儒道：儒道兩家思想的現代出路》，臺北：立緒文化出版社，1999年，頁220。

中的精氣，何必刻意達成使命呢？

莊子全書皆以忠孝為要名譽，喪失天真之不可尚者。讀人間世一篇則極盡忠孝之實一字不可易者，誰言其人不達世故，而恣肆其志耶。且借重孔子之言者，曷嘗侮聖人哉。蓋學有方內方外之分。在方外，必以放曠為高特要歸大道也；若方內，則於君臣父子之分。一毫不敢假借者。以世之大經大法不可犯也，此所謂世出世間之道無不包羅，無不盡理。豈可以一既目之哉。<sup>32</sup>

牟宗三先生認為「冥在迹中，迹在冥中，是『世出世』也。是謂雙遣二邊不離二邊之圓極中道也」。<sup>33</sup>無論入世或出世，不偏於一邊，方能「遊刃有餘」，「乘物以遊心」，逍遙又自在。

### 三、言說之難

高柏園曾提過道家是療癒的思想，認為語言是不可或缺的因素。<sup>34</sup>語言是為了解滿足人性需求的媒介。人性追求真、善、美，即是知識、價值及情意。這三者皆可由語言作用表達，因而產生偏執、對抗，造成對心靈的傷害。「道惡乎隱而有真偽？言惡乎隱而有是非？」〈齊物論〉言語是有意義的聲音或語言，它可以有多種詮釋的可能。倪麗菁提到「語言無法直接陳述某一事物，其所言者可能僅限於事物的某一特性、某一價值或某一時空下的專有名稱，甚至只是該種語言所欲指稱者而有別於他種語言」。<sup>35</sup>這是是非的問題以「辯」的方式將個人的價值觀要求對方的認可，而個人的價值觀並非是唯一的。而要消解無謂的爭辯，便需做到「莫若以明」。

夫傳兩喜兩怒之言，天下之難者也。夫兩喜多溢美之言，兩怒必多溢惡之言。

在說話上，最難的在於傳達雙方適切的表達言語，互相喜愛、厭惡的言語，均易滿溢。超出實情的話易虛妄，沒人信你，無法取信於人，則傳話者就遭殃，所以法言：「傳其常情，無傳其溢言，則幾乎全。」「言者，風波也。行者，實喪也。夫風波易以動，實喪易以危。」

<sup>32</sup> 釋德清，《莊子內篇注》，臺北：廣文書局，1991年再版，頁25。

<sup>33</sup> 牟宗三，《才性與玄理》，臺北：台灣學生書局，2002年，頁192。

<sup>34</sup> 高柏園，〈莊子思想中的心靈治療體系〉，《鵝湖月刊》第26卷第4期，2000年10月，頁10。

<sup>35</sup> 倪麗菁，〈從〈養生主〉、〈人間世〉看《莊子》哲學的生命本質〉，《哲學與文化》第33卷第11期，2006年11月，頁165。

程兆熊在《道家思想·老莊大義》提到：「人世之間最不可測者是言語，最關得失者是行爲。而喜怒之言，更不可測；傳言之行，尤關得失」。<sup>36</sup>言語的表達尺度難以拿捏恰當，所以人在做事上易失去準則，人的喜怒等情緒表現，往往成了對方對事情的釐清之準則，而人在此時猶如困獸置身桎梏之中，做垂死前的掙扎，準備拼死一搏。

人於說話時須有空白，轉圜的餘地，方東美先生以爲個人的看法是「邊見」<sup>37</sup>爲某個觀點爲出發點，未能窺見全貌，不能下定論某觀點即是錯誤，「因爲每一特定觀點都只能看到生命的某一個側面。」<sup>38</sup>將「邊見」匯聚成一個圓，而圓之中有一核心，而此「邊見」站有某一位置，雖不是事物的全貌，但也不能否定它的存在。所以「是亦一無窮，非亦一無窮也，故曰：莫若以明」，縱然全面看過也未能通盤了解真相，因此需保留解釋的餘地。不偏執己見，凡事有迴轉的可能，才能窺見事物的全貌。

#### 四、乘物以遊心

且夫乘物以遊心，託不得已以養中，至矣！

徐復觀先生於《中國藝術精神》中指出「莊子的出發點及其歸宿點是由老子想求得精神的安定，發展而爲要求得到精神的自由解放，以建立精神自由的王國。」<sup>39</sup>因此遇有挫折時，則求心靈的自由解放。爲了自我心靈的解放，以「遊」爲特點。

周將處夫材與不材之間。材與不材之間，似之而非也，故未見乎累。

若夫乘道德而浮游則不然。无譽无訾，一龍一蛇，與時俱化，而无肯專爲；一上一下，以和爲量，浮游乎萬物之祖，物物而不物於物，則胡可得而累耶！（《莊子·山木》）

莊子與其弟子在山中行走，碰見大木因無用而存活，但是不會叫的鵝卻惹來殺生之禍。此乃是「材」與「不材」的認定不在兩者的中間點，而是在於兩者之間，順應自然，遊心於萬物，而不被外物所左右。「浮游乎萬物之祖，物物而不物於物，則胡可得而累邪？」〈山木篇〉能在萬物之上而駕馭萬物，不爲萬物所左右，即能「乘物」。

<sup>36</sup> 程兆熊，《道家思想 老莊大義》，臺北：明文書局，1985年，頁275。

<sup>37</sup> 方東美，《原始儒家道家哲學》，臺北：黎明文化，2005年，頁336。

<sup>38</sup> 曾昭旭，《充實與虛靈—中國美學初論》，台北：漢光文化出版社，1993年，頁126。

<sup>39</sup> 徐復觀，《中國藝術精神》，臺北：台灣學生書局，1966年，頁61。

緣督以為經，可以保身，可以全生，可以養親，可以盡年。

成玄英《疏》：「緣，順也。督，中也。經，常也。」王夫之：「督者，居靜而不倚於左右，有脈之位而無形質。」<sup>40</sup>督是中空，能虛其心，回歸純真的常心，在身體內通行無阻，不偏於為善或為惡，因而求物在其自己，物我皆然，方能與物感通。以通權達變的方式觀照，而使其不得已的作為，乃是沖虛妙用，此是極至之道。不強求完成使命，要能安於無可奈何的命運之中，才是困難的所在。<sup>41</sup>

仲尼曰：「自其異者識之，肝膽楚越也；自其同者視之，萬物皆一也。」（〈德充符〉）從不同的角度看事物，其結果也就不同。若持相反的見解猶肝膽般的距離也會像楚越般遙遠；從相同的地方看，則萬物都是相同。人之看待事物儘管見解未必相同，但應以開放的心靈，包容且多元的角度觀照事物，以不齊之齊的態度看待事物的不同、對立。應以同理心看待現實的事物，不只是要求物在其自己的順適，而且自身也是物在其自己而顯本真。

牟宗三先生在《圓善論》提到：

莊子「無憚化」即是想把這一切不能掌握的遭遇盡歸之於自然之化而只「循斯須」以乘之而轉，轉而無轉，即是「獨化」，此時「命」之義即被化掉。但這是一個「如如」的境界，儒家亦可有此境界，但到此境界，一切都無可說，不但「命」被越過，即正面一切東西亦被忘掉。<sup>42</sup>

「循斯須」是莊子安命思想中的最高理境，認為符應於道的「命」，其本身並無所謂相應或不相應的問題，也無所謂的順境或逆境的問題。所謂的順境或逆境在於人為的判斷或認定，也就是人心的造作。而莊子思想正是對人存在生命實情作一番省思，要我們以平常心面對生命終無可奈何的情境，要我們能「安之若命」。不但無法掌握的遭遇、生活中的苦樂，最終被化掉、消融，甚且昇華，更能體現「天地與我並生，萬物與我為一」的境界。

在〈應帝王〉曾提起南海之帝—儵與北海之帝—忽為了感謝中央之帝—混沌的熱情款待，於是一天鑿一竅，經過七日混沌卻死了。混沌之所以能善待儵與忽，乃在於無私無偏，對於外來一切只是順乎自然，無怨對。但是儵與忽處於南和北，難免對立，混沌乃是懵懂，超越感官知能，何必有七竅？人的可悲正如有不知如何回報的儵忽，不知樸質天真才是最好的，而想以有心造作改變純樸本心。「乘物以遊心，託不得已以養中」正是如此體悟。

<sup>40</sup> 郭慶藩，《莊子集釋》，臺北：華正書局，2004年，頁254。

<sup>41</sup> 「且夫乘物以遊心，託不得已以養中，至矣。何作為報也！莫若為致命。此其難者。」（〈人間世〉）

<sup>42</sup> 牟宗三，《圓善論》，臺北：台灣學生書局，1966年，頁144。

老聃死，秦失弔之，三號而出。老聃的弟子因此而發出疑問，秦失回答：「適來，夫子時也；適去，夫子順也。安時而處順，哀樂不能入也，古者謂是帝之懸解。」（《莊子·養生主》）秦失對於死亡一事認為只是天地間自然現象，原本什麼都不是，偶而為物，甚且為人，生死具是宇宙自然的演化過程，本是塵土，復為塵土，毋庸有過多的情緒起伏。

臣之事君，子之事親同樣是天下兩大法，而莊子也同樣強調言說的重要，在此節中強調的是因應隨順，非一味地接受成為愚忠愚孝之徒。

### 第三節 輔君之難－「心莫若和」的提出

葉公子高出使齊國，傳言只要無溢善或溢惡，即能保自身的生命。但遇到儲君，自身責任重大一方面需善導之，惟恐有辱出使之責；一方面則面對「其德天殺」的儲君，唯恐自身性命之難保，此人生之兩難問題，莊子以循序漸進的方式提供良方。

#### 一、德之和

欲為太子傅，一則以喜，一則以懼。喜其為人重視其才華，但也甚為憂慮因其太子的天性殘酷，不知如何自處，方能免於有性命之憂。

顏闔將傅衛靈公太子，而問於蘧伯玉，曰：「有人於此，其德天殺。與之為無方，則危吾國；與之為有方，則危吾身。其知適足以知人之過，而不知其所以過。若然者，吾奈之何？」

莊子認為德是內在之得，此處的德即是人之本性。「天殺」，《釋文》說：「如天殺物也。」<sup>43</sup>《錢穆纂箋》引劉辰翁曰：「如言天生刻薄人。」<sup>44</sup>面對「其德天殺」的儲君，而處於進退維難的狀況。以自身處境的尷尬，正凸顯出全世界的危險。須與儲君保持一定的分際，此時師傅的身分不能過於彰顯，保持自己的原則，自己的外表最好是隨順的，內心最好是和平，隨順則同流合汙；與之興風作浪。所以要「形就心和」，如果他如嬰孩般爛漫，你也隨嬰孩般爛漫；他若是無拘束，你也要無拘束。如此便於溝通，一旦對方戒心去除，就容易引導他到正途上。

「戒之，慎之」一再告誡顏闔，不可輕忽，不要輕易冒犯衛靈公太子。「正汝身」，憨山注：「當正己而後事之。」<sup>45</sup>如同顏回見仲尼一節中，仲尼答曰「先

<sup>43</sup> 歐陽景賢、歐陽超，《莊子釋譯》，臺北：里仁書局，2001年，頁150。

<sup>44</sup> 轉引自王叔岷，《莊子校詮》，中華書局，2007年，頁146。

<sup>45</sup> 釋德清，《莊子內篇注》，台北，廣文書局，1991年，頁32。

心存諸己」其意相同。要以道德存乎己，方能施於他人。「形莫若就，心莫若和」，憨山注曰：「其人狠戾不可逆之，宜將順其美，而後救其惡。心不可以不善而逆之。」<sup>46</sup>表面順服是一種生存技巧，而非弄假成真，雖然如此，依然還是「有患」，要做到「就不欲入，和不欲出」，因為這是我們的生存方式，但不能讓我們的生命陷入不可自拔的地步。

莊子在此提醒若為太子傅，未免被波及，該如何自處：

彼且嬰兒，亦與之為嬰兒；彼且為無町畦，亦與之為無町畦；彼且為無崖，亦與之為無崖。達之，入於無疵。

說文：「嬰，頸飾也，从二貝。」嬰幼兒環抱母親而啜乳，如同連串的貝殼做成繫於頸部飾品。嬰兒接受哺乳，是自然而且必然的行為，無絲毫造作之舉。與之相處時，需放下身段，如同無界線般親密。

「達之，入於無疵」一切舉動不可有絲毫違逆其意，須等到他信任而且不會有懷疑的心，方能以漸進的方式引導他進入無過失的境地，才能順其美、匡救其惡。採取隨順的作法，非類似同流合污般進入，而是將對方感到不安的東西先處理掉，否則對方也將他處理掉。要先使人信服才有方法推展自己的想法或理念，正如老師在輔導學生時，要先取得學生的信任。

## 二、意有所至愛有所亡

莊子在此告誡世人，除了表面順服其性，而無他方。誤以為「匹夫當先，萬夫莫敵」是可敬的行為，殊不知內心要有一把尺衡量，失了準則，自不量力，依然會惹禍。

汝不知夫螳螂乎？怒其臂以當車轍，不知其不勝任也。是其才之美者也。戒之慎之，積伐而美者以犯之，幾矣。

螳螂為阻止巨大的車輪，伸出手臂，卻連同生命也失去，若自恃自己擁有高超道德及才能，展現自己的才華，挺身而出甘冒犯上之危，終究像攘臂螳螂般自不量力落得一樣的命運。所以只能慢慢地教育他，改正他。「積伐」是認為自己有才能且功勞卓越；像這樣的人須多多鼓勵、獎勵，再適時提出建言，方能達成效果。

汝不知夫養虎者乎？不敢以生物與之，為其殺之之怒也；不敢以全物與

<sup>46</sup> 釋德清，《莊子內篇注》，台北，廣文書局，1991年，頁33。

之，為其決之之怒也。時其飢飽，達其怒心，虎之與人異類。而媚養己者，順也。故其殺者，逆也。夫愛馬者，以筐盛矢，以蜃盛溺。適有蚤虻僕緣，而拊之不時，則缺銜毀首碎臂。意有所至而愛有所亡，可不慎邪！

程兆熊認為「養虎是對生命之養，愛馬是對生命之愛。凡屬生命，固無不可養，亦無不可愛，只是養有養之理，愛有愛之節。」<sup>47</sup>養虎人為了怕激怒老虎的獸性，不敢活物給牠，怕牠撲殺活物激起牠殘殺的本性；不敢以完整的食物給牠，怕牠撕裂食物激怒牠殘殺的天性。老虎和人不是同類，之所以會對養他的人和善，是因為養虎的人了解老虎的心性與脾氣，知道如何做才能避免觸怒老虎。養馬的人，侍候他的馬無微不至，一不留神，使馬受到驚嚇，最後可能連養馬人都會被踢死。本意出於愛而結果適得其反，如此能不小心嗎？需通權達變，戒慎恐懼，不可輕忽其危險性。「愛有所亡」之「愛」在此指的是小我的私愛，小格局的愛是有其私心如同平時小心呵護，一旦對方遭逢挫折茫然失措，其照護者卻無法有效引導，因此常有茫然的迷思存在。

### 三、形就心和

「形莫若就，心莫若和」意謂形體是遷就太子，心是平和，可以保有自身而不致遭致禍害，但是這樣還不是最好的方式。因「形莫若就」，會導致「形就而入」；「心莫若和」，會導致「心和而出」，形成凸顯自己的優越。因形就而入，遷就於他人，就會產生增益他人之氣焰，也就是「益多」；而心和而出，自己則將成爲「蓄人」。益多是「以水救水、以火救火」，非但未達自己的目的而且火上添油，越想撲滅火勢越燒得旺盛。

古之人，其知有所至矣。惡乎至？有以爲未始有物者，至矣、盡矣，不可以加矣；其次以爲有物矣，而未始有封也；其次以爲有封焉，而未始有是非也。〈齊物論〉

這是遊心於萬物之中的三種境界，「知有所至」是知識的最高境界，「未始有物」即是無的境界；「其次以爲有物矣，而未始有封也」雖是有物的境界，卻是無範圍、疆界；「其次以爲有封焉，而未始有是非也」雖然是有區別、差異，卻未有主觀的是非判斷。莊子之學乃是藝術境界，在此唯有「致虛極，守靜篤」將自我放於「無何有之鄉，廣漠之野」。

因此需要虛靜觀照以達人心，同體流行以獲致人氣，也就是「游心於淡，合氣於漠」（〈應帝王〉）。

<sup>47</sup> 程兆熊，《道家思想 老莊大義》，台北：明文書局，1985年，頁356。

## 第四節 無用以爲用

一般世俗的「有用」是要能達到預期目標或要求，獲得的成效相形之下益顯重要，因而講求實際能得到的「用」。凡是無用的皆如敝屣般視爲廢物，然而世人的「有用」皆是一般人價值的評斷，但是這些判斷的標準卻受到世俗的評判、外在的束縛，而無法獲得心靈上的自由，必須汲汲營營尋求外界的認同。〈齊物論〉提到：「一受其成形，不亡以待盡。與物相刃相靡，其行盡如馳，而莫之能止，不亦悲乎！」<sup>48</sup>「死生、存亡、窮達、貧富、賢與不肖、毀譽、飢渴、寒暑是事之變，命之行也」，終日在名利富貴世俗的利弊得失中生活。而莊子的思想是「逍遙無待」的精神，這種逍遙精神與「無用」<sup>48</sup>的哲學關係密切，此節想要表達「無用」的人生觀點。茲就拙於大用、材與不材之間及形殘者分別論述。

### 一、拙於用大

世人皆以爲大而無當，實則工具價值觀念的影響，常人以世俗的觀點有其固定的想法，框限自己習以爲常的習慣，因此莊子以大瓠爲寓，欲以告訴世人何爲「用」的真實意涵。

惠子謂莊子曰：「魏王貽我大瓠之種，我樹之成而實五石，以盛水漿，其堅不能自舉也。剖之以爲瓢，則瓠落無所容。非不呶然大也，無爲其無用而剖之。」莊子曰：「夫子固拙於用大矣。宋人有善爲不龜手之藥者，世世以泝澼絖爲事。客聞之，請買其方百金。聚族而謀曰：『我也世世爲泝澼絖，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，以大樽而浮乎江湖，而憂其瓠落無所容？則夫子猶有蓬之心也夫！」<sup>49</sup>（《逍遙遊》）

惠子以大瓠雖大而無用，容量大卻無法使用，底部平淺、容量有限而認爲一無是處。莊子以反面思考事物的價值，又以泝澼絖爲對照，認爲所謂的有用應因人、事、地、物之不同而放在該當的位置。所謂的用處不應被框限，應可順其本性悠游江湖之上，而得到逍遙之樂，卻因個人囿於己見，導致心思淤滯不通。不要從表面判斷，不必迎合世俗之看法卻得以全生者，雖然外表爲無用，實則有其

<sup>48</sup>陳鼓應先生認爲「『無用』，即不被當道者所役用。不淪於工具價值，乃可保全自己，進而發展自己」。見於陳鼓應，《莊子今註今釋(修訂本)》，台北：台灣商務印書館，2008年，頁116。

<sup>49</sup>郭慶藩輯，《莊子集釋》，台北：華正書局，2004年，頁36-37。

大用。

莊子的思想其要旨在於顯現「情意我」之境界。<sup>50</sup>所以世俗社會所追求的名利，並非莊子所想要。因此在〈人間世〉他安排了櫟社樹：

匠石之齊，至乎曲轅，見櫟社樹，其大蔽牛，絜之百圍。其高，臨山十仞而後有枝。其可以為舟者，旁十數。觀者如市，匠伯不顧，遂行不輟。弟子厭觀之，走及匠石曰：「自吾執斧斤以隨夫子，未嘗見材如此其美也。先生不肯視，行不輟，何邪？」曰：「已矣，勿言之矣！散木也，以為舟則沉，以為棺槨則速腐，以為器則速毀，以為門戶則液槁，以為柱則蠹。是不材之木，無所可用，故能若是之壽。」

櫟社樹樹高可遮蔽牛群，樹幹有百圍粗，卻因毫無用處而能存活，物存活非得有世俗之用，而性命的存活在於個人的想法。生命不應為任何意義的工具。櫟社木的無用即無法作為工具，且在此文櫟社樹見夢「且予求無所用可用久矣；幾死，乃今得之，為予大用；使予也而有用，且得有此大也邪？」於此窺知無用之中以顯其大用。

南伯子綦遊乎商之丘，見大木焉有異。結駟千乘，隱將芘其所賴。子綦曰：「此何木也哉？此必有異材夫！」仰而視其細枝，則拳曲而不可以為棟樑；俯而視其大根，則軸解而不可以為棺槨；舐其葉，則口爛而為傷；嗅之，則使人狂醒三日而不已。

商丘之木不僅對人無用處，甚至還可以說是有害的，在莊子的思想裡漸進地表達出商丘之木與曲轅之木，同中之異。無用是兩者的共同特點，而有害則是商丘之木異於曲轅之木的新特點。南伯子綦在仔細察看後說「此果不材之木也」，因為他認為：大木必定不材。在自然界許多動植物的存在是善於保護自己，莊子以此為基礎塑造了商丘之木的形象。蓋「有用」必被用，被用則會喪失自我。由大木以喻人，知其不必為工具方能突顯真實的自我。所以世俗的眼中，工具價值才是有價值，卻會為自己帶來災禍，因為「有用」，必然被用而喪失自我。

有用之用是工具性價值，而無用之用，卻可得以保全自身。「人皆知有用之用，而莫如無用之用也」（〈人間世〉）。「至人之用心若鏡，不將不迎，應而不藏，故能勝物而不傷」（〈應帝王〉）。所謂「勝物」，消極而言不為外物所支配，

<sup>50</sup> 勞思光先生認為「蓋自我觀賞流變之世界，既無所求，亦無所執；形軀故不為累，知識是非亦不繫於心，不唯覺時『無憂』，寢時亦不夢矣。如此，則莊子之自我，並不求理分之完成，亦不作捨離之超越。不求事事如理，不覺一切法空，只是順物自然，觀賞自得。此所以為『情意我』之自由境界，而非『德性我』所顯現之主體自由。」見於勞思光，《新編中國哲學史（一）》，台北：三民書局，1994年，頁279。

積極方面則是成爲生命主體。「不傷」亦是指自我無所拘繫。而生命主體乃是「能使自己願意主動而認真地投入於具體生活世界中的內在原因或主觀原因」，這就是「德性主體」。包括了主動及內在，還有實踐性，與道德性的認知不同。陳德和先生在《老莊與人生》一書提到「老莊思想中的德與儒家以道德爲中心不大相同，認爲儒家是窄化的想法。老莊以生命主體中的『無所定執』以顯示其開放性，同時更有效地掌握『以用爲體的生命主體』」。<sup>51</sup>道家對儒家的批判不在於本質的否定，是希望儒家能夠藉此檢討與省思。正如《道德經》：「正言若反。」藉由「反」以導「正」，這種「反」是「超越的成全」。

## 二、材與不材之間

莊子主張的無用是爲了全生，而不是讓世人追求實際利益，爲了追求精神生活的自由逍遙，需要得到終養天年，正如《養生主》「緣督以爲經，可以保身，可以全生，可以養親，可以盡年」。郭象注：「養生非求過分，蓋全理盡年而已矣」，但是爲了保住自身，是否能以無用爲其一生的作爲？在〈山木〉提到：

莊子行於山中，見大木枝葉茂盛，伐木者止其旁而不取也。問其故，曰：無所可用。莊子曰：此木以不材得終其天年。夫子出於山，舍於故人之家。故人喜，命豎子殺雁而烹之。豎子請曰：其一能鳴，其一不能鳴，請奚殺？主人曰：殺不能鳴者。明日，弟子問於莊子曰：昨日山中之木以不才得終其天年；今主人之雁以不材死。先生將何處？莊子笑曰：周將處乎材與不材之間。材與不材之間似之而非也，故未免乎累。若夫乘道德而浮游則不然。<sup>52</sup>

莊子思想以全生爲基本主張，終歸於融通道。他主張的並非一味的退縮以求自身的保全，正如在〈山木〉中大木以其不材而得以享天年，但同樣的情形在「不鳴之雁」與「鳴之雁」之間，境遇卻是相反。莊子的答案卻頗令人深思，正如人世間採取退縮的心態，未能適時表現自身的才能，外人是無法察覺自身內在，反而認爲那是無才幹。正如社櫟樹見夢於匠石所言「且予求無所可用久矣，幾死，乃今得之，爲予大用」，因它在社廟旁才得以獲得全生，因爲「無所可用」，方能顯示其「大用」。人並非韜光養晦即能保住性命，尙須適時展露才華，才有生存的價值，爲人重視。莊子的主要用意是「在有用無用之間作超越性轉換」。<sup>53</sup>人生不再是與不是、爲與不爲的兩者對立思慮方式，尙需視情況而定，隨事物的變

<sup>51</sup> 陳德和，《老莊與人生》，臺北：空中大學，2007年，頁142。

<sup>52</sup> 郭慶藩輯，《莊子集釋》，台北：華正書局，2004年，頁667-668。

<sup>53</sup> 王德有，《以道觀之一莊子哲學的視角》，北京：人民出版社，1998年，頁280。

化而變化，莊子以這個思維角度來看世界，也就是「以自然和諧為準繩，安時處順隨機而變」<sup>54</sup>

在〈外物〉篇惠施與莊子有一番關於用的對談，莊子說：「知無用而始可與言用矣。天地非不廣且大也，人知所用容足耳。然則廁足而墊之致黃泉，人尙有用乎？」惠子曰：「無用。」莊子曰：「然則無用之為用也亦明矣。」人僅用容足之地，但是不等同於大地的全部，有用性是以無用之用為依歸。老子曰：「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。」老子認為車輪、居室、器皿之終能發揮有用的功能，乃在於車輪、居室、器皿之中空處，「無」雖藉由「有」產生作用，但「有」之利若無適得其當的「無」也發揮不了作用，老子認為無才是用的根源和構成。正如一切的用被涵蓋在道體的裡面，象徵聚集了物的本質和意義，無用之大用與物相浮沉，保持物的豐富性與無限性。

### 三、形殘者

物用即是世俗所謂立即有用者，莊子認為萬物存在有其生存之道，哪怕他是不被一般人認定的用，那也是它存活於世上的原因，因此在《莊子》內篇提到天生形殘肢人與後天形殘之人。天生形殘者有：支離疏、哀駘它、闔跂支離無脤、甕盎大癩；後天形殘者有：右師、王骀、申徒嘉、叔山無趾、子輿。

#### (一) 天生形殘者

##### 1. 右師

公文軒見右師而驚曰：「是何人也？惡乎介也？」曰：「天與，其人與？」曰：「天也，非人也。天之生是使獨也，人之貌有與也。以是知其天也，非人也。」

（〈莊子·養生主〉）

右師是天生缺了一條腿的人，莊子特意顯現形殘者有天生與後天的不同，應以「無以人滅天，無以故滅命」〈秋水篇〉反對人為的造作傷害天生本來的模樣，強調凡是順其自然。

##### 2. 支離疏

<sup>54</sup> 王志樞，《莊子生命情調的哲學詮釋》，台北：里仁書局，2008年，頁242。

<sup>55</sup> 林雲銘說：「『介』，特也。特足故謂之『介』。」陳鼓應，《莊子今註今譯(修訂本)》，台北：台灣商務印書館，2008年，頁110。

支離疏者，頤隱於臍，肩高於頂，會撮指天，五管在上，兩髀為脅。挫箴治癰，足以餬口；鼓篋播精，足以食十人。上徵武士，則支離攘臂於其間；上有大役，則支離以有常疾不受功；上與病者粟，則受三鍾與十束薪。夫支離其形者，猶足以養其身，終其天年，又況支離其德者乎！<sup>56</sup>

支離疏是莊子塑造出來的人物，異於常人的長相。所謂「支離」，是指形體支離不全的樣貌。他的外表非常的特別，臉隱藏於肚臍下，肩高過了頭頂，髮髻朝向天而豎立，五臟向上長著，兩隻腿骨連著肋骨，多奇異的長相。他專門替人縫洗衣物，簸米篩糠來過生活，他的收入足夠養活十人，政府徵兵打仗時，因他形殘而免於被徵召，政府徵召勞役做工時，因他形殘而免去勞役。政府救濟貧病時，他得以領到三鍾米及十捆材。支離疏因為天生形殘之緣故，而能在亂世逍遙自在安享天年。

「支離其形者」尚能「終其天年」，何況「支離其德者」。支離疏除天生形殘而能終其天年，更重要是他能順其自然的稟賦而遨遊於天地之間。我們以常人的眼光認為支離疏是形殘之人，對他自己而言，只是順應自然而與時俱化。成《疏》：「支離其形，猶忘形也；支離其德，猶忘德也。」支離其德忘德，忘德即是不德，不德即是有德。<sup>57</sup>莊子所要離者，乃是形於外的德，在某種限度裡，會有變化，這是徒具虛文的外在之德，才能真正保存內在的德，而內在的德，是不變的。唯有像支離疏般忘形忘德，求得自身心靈的安適，方能超越人世間規範，而達到「無待」的境界，真能體會無用之用的深意。

### 3. 哀駘它

哀駘它是一個有著「惡駭天下」的容貌、且「和而不唱」、甚至「知不出四域」的人。卻讓與他相處過後的人，因想念他而捨不得離開他；加上有好幾個女子寧為他的妾而不為他人之妻，而魯哀公聽聞而召見他之後，就信任甚至將國事委由他處理，他卻未表示任何意見，過了不久就離開魯哀公，讓魯哀公悵然若失。孔子認為哀駘它「未言而信，無功而親，使人受己國，唯恐其不受也」，必定是「才全而德不形者」。<sup>58</sup>因此陳鼓應先生認為：

<sup>56</sup> 郭慶藩輯，《莊子集釋》，台北：華正書局，2004年，頁180。

<sup>57</sup> 歐陽景賢、歐陽超，《莊子釋譯》，台北：里仁書局，2001年，頁167。

<sup>58</sup> 《莊子·德充符》中「『何謂才全？』仲尼曰：『死生、存亡、窮達、貧富、賢與不肖、毀譽、飢渴、寒暑、是事之變，命之行也；日夜相代乎前，而知不能規乎其始者也。故不足以滑和，不可入於靈府。使之和豫，通而不失於兌。使日夜無卻，而與物為春，是接而生時於心者也。是之為才全。』」「才」是指自然具備的功能，能使萬物順其自然得到充分發展。「才全」則是指使萬物順其自然得到充分發展的自然真實狀態。「德不形」是指「德」很完整而又深藏不露，而這就是所謂「支離其德」。高君和，〈論《莊子》書中有關身體障礙者之論述〉，《哲學與文化》第35卷第9期，2008年9月，頁162。

寫形體醜，是為了強調心靈的美。內在生命充實圓滿的人，外形如何是無關緊要的，哪怕「惡駭天下」，也不會妨害其德行之美。<sup>59</sup>

#### 4. 闔跂支離無脤、甕盎大慶：

闔跂支離無脤是跛腳、駝背、加上兔唇的人；甕盎大慶則是脖子長個大瘤的人，他們同樣受到國君喜愛，甚且讓國君認為正常長相的人反而是非正常呢。這是因「德有所長而形有所忘」，「形」是與生俱來的形體。這(形)是人無法掌握，也無法改變的。唯有以安於命、順乎天的態度面對，如是則能「德充於內者形忘於外，忘形然後能應化」。<sup>60</sup>

### (二)後天形殘者

#### 1. 王駘

魯有兀者王駘，從之遊者與仲尼相若。常季問于仲尼曰：「王駘，兀者也，從之遊者與夫子中分夫魯，立不教，坐不議，虛而往，實而歸。固有不言之教，無形而心成者邪？是何人也？」仲尼曰：「夫子，聖人也，丘也直後而未往耳！丘將以為師，而況不若丘者乎！奚假魯國，丘將引天下而與從之。」(《德充符》)

王駘雖被砍去一條腿，但在他門下學習的與孔子的學生數差不多。他「立不教，坐不議」，而學生卻「虛而往，實而歸」。他以潛移默化的方式讓學生在無形當中感化，這是因為「審乎無假而不與物遷，命物之化而守其宗」的緣故。

#### 2. 申徒嘉

申徒嘉，兀者也，而與鄭子產同師於伯昏無人。子產謂申徒嘉曰：「我先出則子止，子先出則我止。」其明日，又與合堂同席而坐。子產謂申徒嘉曰：「我先出則子止，子先出則我止。今我將出，子可以止乎，其未邪？且子見執政而不違，子齊執政乎？」(《德充符》)

當時的執政者，姿態高傲，擁有權勢利祿，認為遭受刑罰之人必定矮人一截，從此無法與他人平起平坐，而用一般世俗的的德限制、約束他人，而申徒嘉認為自己在伯昏無人門下從學十九年，早已是形骸之內的人，追求的是內在生命充實

<sup>59</sup> 陳鼓應，《老莊新論》，台北：五南書局，2005年，頁175。

<sup>60</sup> 王叔岷，《莊子校詮》，北京：中華書局，2007年，頁171。

完整，而不應為世俗之見所限制。

### 3. 叔山無趾

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：「吾雖不知務而輕用吾身，吾是以亡足。今吾來也，猶有尊足者存焉，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！」

……

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！」（〈德充符〉）

在一般人認為儒家是明知不可為而為之的勇往直前的實踐者，仍然不可抹滅的世俗觀點，更何況一般大眾的心態更是無法扭轉。老子曾說「天下皆知美之為美斯惡矣，皆知善之為善斯不善矣」，莊子強調的並非「形骸之外」的形，卻是在「形骸之內」的德，外形的殘缺無損於追求德性之美好。而世俗的觀點何庸過於在意呢？

莊子強調在追求內在的德時，不應為外在的枷鎖所牽絆，要遊於「方之外」而非在「方之內」。忘記外在即能「遊心乎德之和」。

### 3. 子輿

俄而子輿有病，子祀往問之。曰：「偉哉夫造物者，將以予為此拘拘也！曲僂發背，上有五管，頤隱於齊，肩高於頂，句贅指天。」陰陽之氣有沴，其心閒而無事，跣鮮而鑑於井，曰：「嗟乎！夫造物者又將以予為此拘拘也！」（〈大宗師〉）

浸假而化予之左臂以為雞，予因以求時夜；浸假而化予之右臂以為彈，予因以求鴉炙；浸假而化予之尻以為輪，以神為馬，予因以乘之，豈更駕哉！且夫得者，時也，失者，順也；安時而處順，哀樂不能入也。此古之所謂懸解也，而不能自解者，物有結之。且夫物不勝天久矣，吾又何惡焉！（〈大宗師〉）

此則以子輿生病導致形殘，成為駝背，頭彎到肚臍下，他卻能泰然面對，不因外在形體的不適而自怨自艾，超脫死生觀點，「安時而處順，哀樂不能入也」。

無論形體的殘缺是否為天生，正如牟宗三先生所言「創造真正的意義要由道德上見」<sup>61</sup>，而道德乃是發自意志，取決於內在。這就是所謂的「才全」。

莊子對於感官形軀的障礙與限制，感到無奈與悲傷。〈齊物論〉提到：「一受其成形，不亡以待盡。與物相刃相靡，其行盡如馳，而莫之能止，不亦悲乎！」莊子所說的乃是以感官形軀接物，如同物接物般卑賤，卻未察覺內在真實的自我，甚且「終身役役而不見其成功，荼然疲役而不知其所歸」，外在形體變化至於毀滅，心也隨之變化毀滅。莊子有鑑於人心如此，主張人除形體之外，尚有精神的一面，要能「知止」，<sup>62</sup>藉以返璞葆真，達到「勝物而不傷」，要人們保持物我兩忘之間距，才不被物累物傷。

爲了避免張顯才學宣揚自我以致招惹禍害，而將「窮達、貧富、賢與不肖、毀譽」從心上掃除殆盡，莊子認爲這是甩掉了人生累贅。所以人要像無載物的虛舟般，忘我虛己消融於社會。這就是莊子所描繪的無小用而有大有用的境界。若採取相反的作法呢？在〈徐無鬼〉提到有一隻猴子在其他猴群都驚慌逃跑後，仍在吳王面前賣弄靈巧的身手，導致被亂箭射死。人生在世若恃才傲物，目空一切，小則不見容於世，潦倒一輩子；大則招致禍患，喪身亡命。「方向、心態不同，所體悟的境界也不同。用能進於道，在於對自然狀態有所體認，進而實現自然，亦意味要屏棄一切非自然，就是所謂去人存天，以天合天。」<sup>63</sup>

莊子首先提出了拙於用大，惠施代表世人的見解，而莊子則以相反的思考方式來駁斥惠施的看法；中間以人間世所提出的大木形象，櫟社樹及商丘之木所表現的方式不同，一則入匠石之夢，櫟社樹所以能不被斤斧砍伐之理；一則商丘之木，其枝蜷曲不可爲棟樑，且汁液有毒性藉以保全自生，此則對世俗的見解提出反證的有利說明。莊子思想觸及問題的起源，蘊含人類生存的意義，期望生命由實踐中獲得真正的解脫與自由。莊子的思想彌補了向來所欠缺的層面，並且不斷尋思安然的生活態度，在現今的社會益顯珍貴與受用。

莊子在〈人間世〉提到面對年輕力壯、視民如草芥的國君；出任至大國的使者；作爲太子的師傅因應之道，所遇見的種種難題，無非先求自身的安危之保全。莊子談論到面對人世間的種種提出了因應之道如心齋、遊物以乘心、形就心和，無非告訴世人面臨無法逃避的狀況，須調整心態，如櫟社樹爲求生存，生長於社廟之旁，況且人有天生形殘、也有後天形殘，都可生存於世上，也不必卑微的存活。

孔子適楚，楚狂接輿遊其門曰：「鳳兮鳳兮，何如德之衰也！來世不可待，往事不可追也。天下有道，聖人成焉；天下無道，聖人生焉。方今之時，

<sup>61</sup> 牟宗三，《中國哲學十九講》，臺北：學生書局，1983年，頁118。

<sup>62</sup> 〈庚桑楚〉：「知止乎其所不知，至矣。若有不即是者，天鈞敗之。」

<sup>63</sup> 王志楫，《莊子生命情調的哲學詮釋》，台北：里仁書局，2008年，頁253-254。

僅免刑焉。福輕乎羽，莫之知載；禍重乎地，莫之知避。已乎已乎，臨人以德！殆乎殆乎，畫地而趨！迷陽迷陽，無傷吾行！郤曲郤曲，無傷我足！」山木自寇也，膏火自煎也。桂可食，故伐之；漆可用，故割之。人皆知有用之用，而莫知無用之用也。

孔子說：「鳥獸不可與群，吾非私人之徒與而誰與」（《論語·微子》）他是有積極入世的觀念，但是他的生活橫遭困頓，未能施展志業，在「僅免於刑」的社會，突遭禍害，別無選擇。在〈山木〉一文中提到「直木先伐，甘井先竭」透露了莊子有著悲涼淒苦的智慧。但是苦難、困境，在《莊子》中是可以被克服，可以超脫的。

「福輕乎羽，莫之知載」郭象注：「恣其性內，而無纖介於分外，此無爲之至易也。」<sup>64</sup>無心之造作，故能減輕其外物所加諸我的重量，幾近於無之境界。因此外物無傷於我。因福輕如鴻毛般不易察覺，常人忽略了它的在。桂樹、漆樹都是可用之物慘遭砍伐之命運，世人是否須深思何者爲有用之用，又無用之用的哲理何在？

如同羽毛上的細毛，一般人易忽略自身所擁有的美好，而好與他人相比較，追逐外在的名與利，逐漸喪失自我的本真，鎮日爲聲名、利益奔走，而莊子的〈人間世〉大有勸人擁抱現有的，不論自身的條件如何，凡鋒芒露遭嫉妒卻未必是好現象。

---

<sup>64</sup> 郭象注，《莊子》，臺北：藝文印書館，2007年，頁106。

## 第四章 莊子療癒思想之實踐

人世間有許多困厄不平之事產生，而莊子思想能對其心靈療癒作用，本章分四節分別是與莊子思想之延續為安命無憂、生死安頓、人際關係、自我修為。

### 第一節 安命無憂

在〈人間世〉提到人世間有兩大戒：「命」與「義」，是無法逃脫、也無法避免。而以下針對孔子、孟子與莊子的見解，期能更深入了解各個思想家對「命」與「義」的看法。

#### 一、孔子對命與義的見解

在《論語》提到冉伯牛罹患重病，孔子於探病時，扼腕不已，認為冉伯牛德性好，不應染上重症而生命岌岌可危。

伯牛有疾，子問之。自牖執其手曰：「亡之，命矣夫！斯人也，而有斯疾也！斯人也，而有斯疾也。」（〈雍也〉）

認為冉伯牛是有德行的人，上天捉弄人而讓他有染上重病而性命垂危的境遇，孔子感慨不已，但天命是不容改變的，無法違抗。這「是『命』與義分立，命是客觀的限制，義表自覺之主宰」<sup>1</sup>。

對於孔子周遊列國尋求施展抱負的做法，有人不解，如荷蓀丈人有「知其不可而為」（〈憲問〉）嗟嘆。

子路從而後，遇丈人，以杖荷蓀。子路問曰：「子見夫子乎？」丈人曰：「四體不勤，五穀不分，孰為夫子？」植其杖而芸。子路拱而立。止子路宿，殺雞為黍而食之，見其二子焉。明日，子路行以告。子曰：「隱者也。」使子路反見之。至則行矣。子路曰：「不仕無義。長幼之節，不可廢也；君臣之義，如之何其廢之？欲潔其身，而亂大倫。君子之仕也，行其義也。道之不行，已知之矣。」（〈微子〉）

當時一般人無法施展抱負時，不是選擇歸隱山林之間，就是遷就現實，正如荷蓀丈人見到我不為世所用，採取明哲保身，認為自食其力，方為實用，但是孔

<sup>1</sup> 勞思光，《新編中國哲學史(一)》，臺北：三民出版社，1995年，頁136。

子仍堅持周遊列國宣揚其理念，他人難免產生質疑，孔子卻認為凡事只講求當為與不當為，「君子之仕也，行其義也；道之不行，已知之矣」，這是因為他堅持「是非觀念，而非成敗問題」，<sup>2</sup>替國家做事是責任、是義務，是無可逃避、不可推卸，而非世俗認為身心會受傷害而不願付出。被國家、單位主管委以重責而承受，是基於「義」，而身處在何種狀況下是「命」，孔子到了五十歲後方才體認天命之不可違，甚至還主張「不知命，無以為君子也」，在知道天命之不可違中仍能盡自己的職責、本分。也就是在受限於「命」之中，方能表現出「義」。

## 二、孟子對命與義的見解

孟子繼承孔子儒學，孔子點明仁心自覺，孟子證成人性本善，由人心以說仁性，心與性是一，是良知良能，且盡心知性知天。心是主觀作用，性是客觀作用。

孟子曰：「盡其心者，知其性也。知其性，則知天矣。存其心，養其性，所以事天也。夭壽不貳，修身以俟之，所以立命也。」（〈盡心上〉）

孟子之人性境界由心而性而天逐漸往上追求，人能盡其本心即是惻隱之心、羞惡之心、辭讓之心、是非之心，而惻隱之心是仁之端；羞惡之心是義之端；辭讓之心是禮之端；是非之心是智之端。人能盡仁義禮智發端的本心，就能有人的道德本性之實踐，因是自動自發而且是自律，而後天道才能呈現。

「存其心，養其性，所以事天也」因時時戒慎恐懼，不敢稍加違背。隨時提醒勿忘本心，節制感性欲望，察覺本心之失放，不做違背本心的事，日久便有浩然的正氣，如子之事親臣之事君，以無忝於所生無愧於天。一個人有許多限制，如生死、病老、窮富之情形，常左右我們的思緒及行為。有時經過努力依然無法做到，這就是所謂的「命」。雖是如此，人可感受有一超越人之上要人去敬畏者，而後經過自我努力將人為造作洗滌淨盡，從而展現積極修身的一面，經由不斷的修身顯現命之所為的真正意涵是為「立命」。

告子與孟子有一段仁內義外或仁義具為內之爭，以下即其內容：

告子曰：「食色，性也。仁，內也，非外也。義，外也，非內也。」孟子曰：「何以謂仁內義外也？」曰：「彼長而我長之，非有長於我也。猶彼白而我白之，從其白於外也，故謂之外也。」曰：「異於白馬之白也，無以異於白人之白也！不識長馬之長也，無以異於長人之長歟？且謂長者義乎？長之者義乎？」曰：「吾弟則愛之，秦人之弟則不愛也，是以我為悅者也，故謂之內。長楚人之長，亦長吾之長，是以長為悅者也，故謂之外

<sup>2</sup> 勞思光，《新編中國哲學史(一)》，臺北：三民出版社，1995年，頁138。

也。」曰：「嗜秦人之炙，無以異於嗜吾炙。夫物則亦有然者也。然則嗜炙亦有外歟？」（〈告子上〉）

告子認為仁是感性的愛，並不是道德心，而亦是由外而內，是外鑠的，並非由內自我規定，但是孟子卻主張義是在尊敬長上的心中，是由內心所自我決定。不只是仁是內，連同義也是內，是表現於外的行為，因此仁與義俱是由內而向外表現。仁義是普遍的實行，而敬長行義是理性的。

「君子所性，仁義禮智根於心。」人的一身縱使窮困潦倒，理想抱負無法實現，卻絲毫於無損人格價值，因性是本來具有，受之於天，是人的義務。「居惡在？仁是也。路惡在？義是也。居仁由義，大人之事備矣。」（〈盡心上〉）「仁之於父子也，義之於君臣也，禮之於賓主也，智之於賢者也，聖人之於天道也；命也，有性焉，君子不謂命也。」（〈盡心下〉）雖然仁、義、禮、智、信在父子、君臣、賓主、賢者的表現有期限，因相對的雙方不一定會以相等待之，常會無可奈何，但是有德者不因其親上、君主的態度如何，一定會盡自己的本分。縱使君子知道有其限制，但是仁義禮智信為人之本性，若自覺必定求其實現。這是「性命對揚」以彰顯德行之本具及人生的意義所在。

### 三、莊子對命與義的見解

「若能入遊其樊而無感其名，入則鳴，不入則止，無門無毒，一宅而寓於不得已，則幾矣。」（〈人間世〉）進入工作場域而不為名與利左右自己心境，國君、上司善察納雅言，就竭盡心力提供自己的意見；否則保持沉默。不要因為提供意見，讓主管、同事認為自己是麻煩人物，以使自己成為主管、同事攻擊目標，〈人間世〉中孔子與顏回師生對話，莊子筆下的孔子認為凡事盡其在我，絲毫不得勉強。莊子在此提出對儒家的批判。

做為使者最重要的是兩方的意見互相的傳達，法言曰：「傳其常情，無傳其溢言，則幾乎全。」要能如實傳達，應避免過猶不及，自是能保全性命。又曰：「無遷令，無勸成，過度無益也。」將自己的角色恰如其份扮演好，勿自己更改意見或勸雙方作任何改變，這都是危險的，易惹禍上身。

作為「其德天殺」者的老師，「形就而入，且為顛為滅，為崩為蹶。心和而出，且為聲為名，為妖為孽。」（〈人間世〉）勿過於遷就，也勿表現過度和善，遷就與和善表現過當，易使對方認為你是意圖爭奪名位，對你使用計謀；或易被同化，使自己墮落，均非恰當。如同養虎之人須順著它的性子，務使其獸性顯露；也如同養馬的人，出其不意地拍打它，則會嚇著它。

「命」與「義」是「不可解於心」、「無所逃於天地之間」，「父子有親，君臣有義」雖是儒家的觀念卻是人倫之基本，是「天刑之，安可解」（〈德充符〉），

既是天性使然，安能逃於天地之外，唯有具內心修養的人，才能未被外在喜怒哀樂情緒的負累影響，「知其不可奈何而安之若命」(〈人間世〉)。因此孔子的「知命」、孟子的「立命」、莊子的「安命」所談論的想法未衝突。

## 第二節 生死安頓

國人強調生的重要，儒家也主張「未知生，焉知死」而避免談論死亡，甚且對於死亡諸多忌諱。而在莊子思想以「死生爲一條」，主張是人對於生死應視爲一氣。與近來國人主張的尊重患者、殯葬處理有諸多相似之處，以下以生死的意涵、安寧照顧、殯葬處理、及面對死亡問題爲論述要點分別探討。

### 一、生死的意涵

「死生，命也，其有夜旦之常，天也」(〈大宗師〉)有生必有死，生死乃是人必經之路。而生的字義，《說文》：「生，進也，象草木生出土。」死是人成殘骨。死的字義，《釋名·釋喪制》：「人始氣絕曰死，死，澌也，精神澌盡也。」《禮記·曲禮》：「死之言澌也。」生死是生存與死亡，以人而言爲有意識的存在與無意識的存在。生、死與我們的人生觀念息息相關，一般人無法超脫生命存在與否，認爲有形的存在是生，無形的存在即是死亡，常沉溺其中，情緒因此受影響而無法自拔。

「予惡乎知說生之非惑邪！予惡乎知惡死之非弱喪而不知歸者邪！」「死生無變於己，而況利害之端乎！」(《齊物論》)莊子以爲人之生死在於執著形軀，追求功名利祿，因此憨山大師於《莊子內篇注》提出「汲汲求功求名，苦了一生，曾無一息快活，且只執著形態，此外更無別事，何曾知有大道哉？」<sup>3</sup>人之所以不得逍遙，即因人心在「成形」與「形化」，「成形」乃人的是非觀念偏執所致；而「形化」則是人的形體變化演至最後爲死生問題。莊子在自己妻子死後，參悟到人的生命原由氣所化，如同四季變化，一年復一年，景色的改變不同。子祀子輿、子犁、子來四人相與語，曰：「孰能以無爲首，以生爲脊，以死爲尻，孰知死生存亡之一體者，吾與之友矣」(〈大宗師〉)四人皆爲方外之人勘破生死，認爲生死的源頭本是無，化解世人對生死的執著。「胡不直使彼以死生爲一條，以可不可爲一貫者，解其桎梏，其可乎？」(〈德充符〉)人的生與死是同樣的，生與死只是一線之間，雖生死操之於天，是自然現象，但面對自身或親友的生死，往往情緒深陷，無法自己。

而以下以目前社會熱門話題安寧照顧、殯喪問題及我們面臨死亡的態度爲問

<sup>3</sup> 釋德清，《莊子內篇注》卷一，〈逍遙遊〉，頁 21。

題分述看法。

## 二、安寧照顧的意涵及課題

現代人生活繁忙，面對家人生病會有徬徨無措的情形，萬一家人罹患重病，自己內心更是慌亂，而安寧照顧乃應運而生。安寧照顧不僅對病患做最後的陪伴照顧，也為病患的家屬作心靈療癒的心理建設。

### (一)安寧照顧的意涵

安寧照護源自於英國桑德斯(Dame Cicely Saunders)醫生提出的醫療服務—Hospice。Hospice 原意為「困難、危險旅行者的避難所」，在中世紀歐洲，Hospice 是朝聖、旅行者休息的驛站，桑德斯醫生把它延伸為臨終患者的護理醫療。<sup>4</sup>安寧照護不僅是對臨終<sup>5</sup>對象、也對其家屬，加上醫療人員照護、不同的專業人員也需投入，須全程參與直到病人的離開及對家屬的悲傷輔導均包括在內。<sup>6</sup>不僅病患對死亡的畏懼，家屬也是。生命的盡頭不是無望，而是對生命的禮讚，讓每一個人能尊嚴地向世界告別，所以讓病患有尊嚴的死是最基本的要求，讓其家屬能坦然接受親人的死去。

### (二)安寧照顧的重要性

1. 「大多數人不了解一個垂死的病人，其實希望被視為一個獨立的個人，而不是病魔的的奴隸。」<sup>7</sup>因此在安寧照顧上需以尊重的態度照顧病患，而不是為他安排一切。

2. 醫療專家卡文(John Craven)和華德(Florence Wald)曾說：「悲傷的情感從死亡前就開始，它會一直延續到病人死亡之後。所有親身接觸、付出關懷的，不論是病人本身或是家屬、朋友，都必然感受到某種程度的悲哀，而需要安慰。死別的創痛比任何一種身體疾病都難治癒，所以，如何給予生存者適當的安慰與照顧，乃

---

<sup>4</sup> 慧慶採訪，〈用愛陪她走完全程〉，《普門雜誌》175期，1994年4月，頁102。作者為保護被採訪者，僅以僅列姓氏，因此筆者在此隱而不寫。

<sup>5</sup> 臨終的意義：「個體及將達到死亡的過程，這種過程無論在形式上是漸進的或立即的，在時間上是較長的或短暫的，在原因上是自然的、意外的或疾病的，最終都會使個體從社會功能的終止，進入生理機能、心理活動與精神意識的終止。」見於尉遲涂編：《生死學概論》，臺北：五南圖書，2003年，頁94。

<sup>6</sup> 「四全包括全人、全家、全隊、全程」。林綺雲、張盈堃主編，《生死教育與輔導》，臺北：洪葉出版社，2002年，頁112。

<sup>7</sup> 王風眠，〈臨終關懷的真義〉，《普門雜誌》175期，1994年4月，頁89。

是醫療健康中心的專業人員事先應有的心理準備。」<sup>8</sup>這項工作應在病患死亡前即進行，在其能獨立面對一切為止，且不只是醫療人員介入，連同心理諮商師、牧師、社區健康中心人員都能適時銜接給予幫助才是暫時告一段落。

### 三、殯葬處理問題

#### (一)殯葬的意涵

殯喪活動是人類有意識地處理同類遺體的式樣、格式和儀式。<sup>9</sup>它受到當時社會的生產力及環境所左右。中國歷史悠久，其殯葬習俗與宗教信仰不無關係。

殯葬問題一直是國人所重視，為此被人稱道或指責相對也為後人所在意。中國歷代的思想家也謂此著墨不少。儒家提倡的孝道包括「生，事之以禮；死，葬之以禮，祭之以禮」（《論語·為政》），事死如事生。強調喪禮及祭祀的重要。

#### (二)喪葬處理方式

儒家似乎對生死不大重視，卻極重視喪葬及祭祀之禮。「生，事之以禮；死，葬之以禮，祭之以禮。」（《論語·為政》）儒家強調孝道的重要，侍奉父母不論生前死後均不得敷衍。殯葬活動隨人類歷史的演進，思想觀念的發展，而越顯繁複在葬禮、葬俗和葬法上反應。舉凡喪禮的一切服裝、送喪隊伍，無一不講究，執行喪葬禮儀要如死者在世般恭敬；葬俗是在特定的社會所形成的喪葬禮俗；葬法主要是指人類處理同類遺體的方式，包括土葬、火葬、水葬等不同的形式。

中國受儒家影響已久，而儒家一向重視孝道，強調要對父母長輩盡孝道。要「慎終」、要「追遠」。而土葬能使慎終追遠的敬思活動具體化，而由孝擴大至忠。土葬傳統葬法與儒家文化的影響、薰陶有關。

莊子將死，弟子欲厚葬之。莊子曰：「吾以天地為棺槨，以日月為連璧，星辰為珠璣，萬物為齎送。吾葬具豈不備邪？何以加此！」弟子曰：「吾恐烏鳶之食夫子也。」莊子曰：「在上為烏鳶食，在下為螻蟻食，奪彼與此，何其偏也。」（〈列御寇〉）

一般人認為殯葬等身後事需隆重辦理，要備極哀榮。莊子卻人為死後不過是大自然的一部分，與其厚葬不如讓自然界共同享有。不偏頗的態度足以顯示莊子

<sup>8</sup> 王風眠，〈臨終關懷的真義〉，《普門雜誌》175期，1994年4月，頁89。

<sup>9</sup> 來建礎，〈中國傳統信仰與中國人的殯葬活動芻議—以儒家文化為視角〉，《宗教哲學》四十九講，2009年9月，頁137。

看淡身後事。近來活著的人與已死的人爭地，喪葬用地逐漸減少，因此樹葬、海葬等漸形成，但國人仍有入土為安的想法，在莊子生存年代即有不重視喪葬儀式及入葬的情形，莊子可說是提倡者。

#### 四、面對死亡的態度

因中國人受儒家影響頗多，因此以下即就儒家的觀點談論面對死亡的態度。生與死為人生大事，但儒家少有談論。生活孔子不談死亡，論鬼神將陷世人於執迷中，為了愛護生者，啓導世人為出發點。<sup>10</sup>儒家喪葬、祭祀，是從「鬼神」的事務反向思考「人」的定位。

除了對生命的「生、老、病、死」感無可奈何，也對生命的壽夭及際遇的富貧、貴賤的無法掌握，因此要能隨遇而安。而主張人生的責任之重大，「無終食之間違仁，造次必於是，顛沛必於是。」(《論語·里仁》)負擔之大不敢須臾間改變。

儒家強調生命為本，重視道德實踐。「人所以異於禽獸者，幾希！庶民去之，君子存之。舜明於庶物，察於人倫，由仁義行，非行仁義也。」(《孟子·離婁下》)人之所以為萬物之靈，在於人有仁義道德。而仁義禮智是我本有，非外鑠的。<sup>11</sup>

「志士仁人，無求生以害仁，有殺身以成仁。」(《論語·衛靈公》)「生，亦我所欲也；義，亦我所欲也。二者不可得兼，舍生而取義者也。」(《孟子·告子上》)儒家由於重視道德價值高於生命價值，若兩者無法並存，乃選擇犧牲性命以成就道德，並非輕忽性命的可貴，這是使自我生命脫離形軀，以成就更高層次的自我價值，而能成就自我與道德同在。

##### (一) 生死教育之意涵

海德格有「剛一降生，人就立刻老得足以去死。」之名言。<sup>12</sup>因此生死教育的發展應在生命降臨之時展開，而近年來教育決策單位以及關心教育人士提倡「生命教育」，期望開啓學校教育體系對生命教育的落實。

張淑美教授指出，生命教育的意涵在於：「探討死亡的本質以及各種瀕死喪慟之主題與現象，促使吾人深切省思自己與他人、社會、自然乃至於宇宙的關係，從而能夠省察生命的終極意義與價值，是面對死亡、克服死亡恐懼與焦慮、超越

<sup>10</sup> 黃瑩暖，〈儒家的生死觀〉，《中國學術年刊》第22期，2001年5月，頁196。

<sup>11</sup> 《孟子·告子上》：「仁義禮智，非由外鑠我也，我固有之也。」

<sup>12</sup> 轉引自吳建明，〈海德格與莊子之生死觀比較研究〉，《人文研究期刊》第3期，2007年12月，頁75。

死亡、省思生命，使吾人能體會謙卑與珍愛，展現人性光輝，活出生命意義的教育。」<sup>13</sup>筆者以為生死教育是導引學生對生命了解存在意義從而體會個體與週遭人、事、物，甚至包括與自然環境相處的互動，從而熱愛生命、珍視生命，在面對死亡之時，能克服對死亡的恐懼，使自我生命活出更美好的未來。

## （二）莊子與禪學治療學之運用於死亡教育

「適來，夫子時也；適去，夫子順也。安時而處順，哀樂不能入也，古者謂是帝之懸解」。<sup>14</sup>戳破死生方能有體認生命是適時，而生命的消逝是順應自然界的變化，生老病死乃是人之常情，不然病痛與死亡的哀慟是無法釋懷的。「魂神固不滅矣，但身自朽耳，身譬如五穀之根葉，根葉生必當死，種時豈有終亡？」<sup>15</sup>(《理惑論》)禪學裡的生死如同五穀般死了又生，生了又死，只是生命不同形態的轉換。正如在〈養生主〉：「指窮於為薪，火傳也，不知其盡也。」只要不斷為火苗送柴火，則此薪火將不斷的燃燒而不會止熄。

莊子認為人的生命是「雜乎芒忽之間，變而有氣，氣變而有形，形變而有生，今又變而之死，是相與為春秋東夏四時行也。」(〈至樂〉)生命是由氣而變化，偶然間形成生命，面對死亡何需悲悽？在「知北遊」描述氣的變化：「夫昭昭生於冥冥，有倫生於無形，精神生於道，形本生於精，而萬物以形相生。」「生非汝有，是天地之委和也。性命非汝有，是天地之委順也。孫子非汝有，是天地之委蛻也。」其實人的生命是天地所造化，而人世間的親情也是天所賦予，毋庸為生命之降臨或失去而有過度悲悽的反應。「古之真人，不知悅生，不知惡死，其出不訢，其入不距，翛然而往，翛然而來。」(〈大宗師〉)悟道的人了知生死，因此面對死亡，表現如此之瀟灑。

〈列御寇〉提到：莊子臨死前說「吾以天地為棺槨，以日月為連璧，星辰為珠璣，萬物為齎送。吾葬具豈不備邪？何以加此！」以大自然的日、月、星辰、萬物為莊子送喪，莊子以為如此已足，繁文縟節的儀式只是徒增困擾。同樣禪宗六祖慧能也有類似的觀念「吾(慧能)滅度後，莫作世情悲泣雨淚，受人弔問，身著孝服，非吾弟子。」(〈法寶壇經付囑品第十〉)慧能要後人勿為自己的去世而悲傷，也勿重視喪葬儀式。

〈莊子〉一書提到孟孫才體會「彼有駭形而無損心，有且宅而無情死。」(〈大宗師〉)形體的變化與心神的變化不同，而死亡只是身體的運作停止，只是轉換另一種方式的存在，由此觀看生死問題似乎禪宗較莊子更為灑脫。

<sup>13</sup> 轉引自吳依琮，〈「臨終關懷」意涵對國小生死教育之啟示〉，《教師之友》第49卷第5期，2008年9月，頁94。

<sup>14</sup> 郭慶藩輯，〈養生主〉，《莊子集釋》，台北：華正書局，2004年，頁128。

<sup>15</sup> 轉引自劉光義，《莊學中的禪趣》，臺北：台灣商務印書館，1989年，頁124。

### 第三節 人際關係

社會上人際關係可有不同的存在方式，如上司與下屬、平輩之間的相處，而相處模式隨著社會日益功利化，問題也漸漸形成。莊子遠在戰國時代窺見問題的存在，不能不說莊子具有遠見。

#### 一、〈人間世〉的人際關係

人際存在三種模式，有上司與下屬、朋友之間、親子之間三種關係，在莊子兩大戒：命與義，明白揭示上司與下屬、親子是「不可解於心」的存在，再加上朋友相處為本節論述重點。

##### (一)師生

顏回欲至衛國，而向孔子請益。學生有高就，為人師理應高興地獻上祝福，但身為老師也須再三提醒其學生趨吉避凶之法。《柏拉圖靈丹》提及「如同哲學諮商以開放性的問答方式呈現問題所在，而其夥伴可以為親子、朋友、甚或師生，能讓當事者了解其困境所在，讓當事者以更開闊胸襟面對問題，而且能獲得解決的過程。」<sup>16</sup>在〈人間世〉中顏回一再提出問題，而孔子以其所可能遭遇的困境破除顏回的迷惘，要求顏回以因應隨順的心態面對。

仲尼與顏回之間的對話如同「傳道、授業、解惑」的老師循循善誘學生找到自己問題的癥結，現今的老師對待學生亦師亦友，也不復過去權威式的教導，降低老師的高度與學生一般，未來師生的關係必定更加和諧。

##### (二)君臣

與之為無方，則危吾國；與之為有方，則危吾身。其知適足以之人之過，而不知其所以過。（〈人間世〉）

顏闔將傅衛靈公太子，而太子德性惡劣，作為老師須扛起教育儲君的重任，但是儲君之作為看得見他人的過失，卻昧於自己的過失，換言之，缺乏內省以自我為中心的人，行事必無所顧忌。從旁協助這樣的人，其言行須戒慎恐懼，莊子一再提醒世人，勿過份遷就，也無須過於和善。

君臣之禮度須有其限制，過猶不及，均不是最佳的表現，與上司相處毋庸拘

<sup>16</sup> 吳四明譯，《柏拉圖靈丹》，台北：方智出版社，2001年，頁19。

謹，但也勿過度隨和，君子之交淡如水，其關係才能細水長流，而用於君臣之間，亦復如此。稱兄道弟固然有助於維繫彼此的友好，但狎暱易惹禍。

### (三)使臣

臣之事君，義也，無適而非君也，無所逃於天地之間。  
夫事其君者，不擇事而安之，忠之盛也。(《人間世》)

在《人間世》葉公子高爲了被任命爲使臣，而哀歎不已，認爲自己平素儉樸，卻橫遭此意外。使命之艱鉅在國君委以重任時，身負國家的重責大任，其過程受到恐懼、憂慮等陰陽之患；而責任未完成則有可能來自強國之威脅或自己國家的迫害，而遭人道之患，俱是損傷自身性命的傷害。臣事君，是義務，盡忠職守，勿推諉塞責，乃是「忠之盛」。

被委派於外，以小要搏大，本身有多少籌碼可作爲談判桌上的資本，加上本身爲使臣，身上背負的任務不能使自身蒙受損害，但人在對方勢力範圍端看對方之意而任人宰制。雖是代表公司、國家，要竭力爭取最大利益，也要爲自己的性命擔憂，避免觸怒對方。況且有時上司交代事情時，須聽懂言外之意，否則像岳飛被十二金牌請回，終致性命不保，豈不是得不償失呢？

## 二、內七篇之人際關係

### (一)人各有志

鷦鷯巢於深林，不過一枝；偃鼠飲河，不過滿腹。歸休乎君，予無所用天下爲！庖人雖不治庖，尸祝不越樽俎而代之矣。(《逍遙遊》)

堯治理天下，其時天下太平，接任的國君不需多花心思就能使天下昇平，許由卻拒絕堯的讓位，認爲名位與實質不同，而人各有志。人追求的目標不同，所獲得的滿足也不同。不是自己努力的成果，也不要強求。而且「不在其位，不謀其政」。不是自己能力所及的職務，勉強得之，也未必是福。自己給予職務未必是對方希望得到，只會使雙方尷尬。

### (二)體驗方有得

麗之姬，艾封人之子也。晉國之始得之也，涕泣沾襟；及至王所，與王同筐床，食芻豢，而後悔其泣也。(《齊物論》)

未經歷過的事物，人往往心生恐懼，深怕一不留意，就會遭遇不測。但萬物有許多的面貌，人身歷其境方能斷定好壞優劣。過早下斷語，是無法體驗人生美好。筆者從事國小教育多年，期間遇過同學因為不了解而產生誤會，而拒絕認識新朋友，甚或排斥同學。使自己少了新的體驗、新的感受。人與人相處後才會更深刻了解對方的為人，是否為借鏡或成為好友。

### (三)人須自由

澤雉十步一啄，百步一飲，不蕪畜乎樊中。神雖王，不善也。(〈養生主〉)

在田野生存的雉雞其羽毛色則光亮，覓食雖要自己找尋，但卻擁有廣大自由的空間，不受約束，可以有自我的意志，而在藩籬裡雖然能錦衣玉食，不愁吃穿，但有束縛，無法展現自己、表現自我。

為人父母常將子女視為所有物，以為替他安排一切，為他鋪路，能減少子女在將來摸索的辛苦，但保護過當，往往讓他們失去學習嘗試錯誤的機會，且過度維護子女將讓他們失去展現才華的機會。

### (四)子產與申徒嘉

子產謂申徒嘉曰：「我先出則子止，子先出則我止。今我將出，子可以止乎！其未邪？且子見執政而不違，子齊執政乎？」

子產曰：「子既若是矣，猶與堯爭善，計子之德不足以自反邪？」

知不可奈何而安之若命，唯有德者能之。遊於羿之彀中。中央者，中地也；然而不中者，命也。(〈德充符〉)

人生樣貌百態，系出同門的同學，自我成就高於他人，像子產以為當官足以傲視眾人，對於遭到刑罰成了兀者之申徒嘉自是鄙視，恥於與之為伍。而兀者已得到該有懲罰，縱然是法官也不能因曾犯了過失而接受處罰，依然認定人無法正常過生活。今日社會也諸多這樣的人物，以為自己一旦擁有財富、權勢，理應與他人不同，應認識更多與自己相同地位甚或更高的人物。對待低於自己成就的人，自視地位比其人高，對方需對自己謙卑恭敬。同樣生存於同一時間、同一空間，面臨的事物儘管不同，卻也難以確信自身不會有過失，只是自己較幸運吧！

自己較他人成就高，深怕對方有求於己，而避之唯恐不及。對於他人的錯誤耿耿於懷，深怕對方會帶給自己困擾。卻不知人生發達與否，全是在上天的安排下。而有德者才能對無可奈何的現象安於現狀。

人生存的意義須由他自己去尋求，否則過度強調自身優於他人也是一種病

症。

#### (五)死亡—友誼的展現

或編曲，或鼓琴，相和而歌曰：「嗟來桑戶乎！嗟來桑戶乎！而已反其真，而我猶為人猗！」

假於異物，託於同體；忘其肝膽，遺其耳目；反覆終始，不知端倪；芒然彷徨乎塵垢之外，逍遙乎無為之業。（〈大宗師〉）

人際間送往迎來之禮不可免，至親好友之去世心中的悲痛難以平復，於是世人認為哀痛之情表現於外方是人之常情，一旦像孟子反、子琴張以唱歌、彈奏樂器祝賀好友的離去，這是有違常理。

人表現面對死亡有許多方式，哀慟至極也會有異於常人的作法，況且得道之人已超越一般生死看法，形體只是精神的暫時寓所，所以形體的運作停止，只是另一種存在方式的轉換。

真正的友誼，不在於讓世人知曉好友去世，自己內心的哀痛有多大。撫平傷痛的缺口需自己舔舐，外人無法從他們肉眼得知。過分在意他人的看法，並無法解決心中的傷痛。悲傷情緒的轉化，可為自己帶來心靈的安慰。「除非痛苦是絕對必須，否則它就沒有意義。」<sup>17</sup>就是體驗了好友的離去之苦，也了解生命的存在是精神轉化的不同，藉以開闊了世人視野，對人生命存再的意義有了另一番體驗。

#### (六)渾沌之死

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

儵、忽和渾沌皆為好友，儵與忽受到渾沌熱情款待，欲以回饋，於是幫渾沌每日開一竅，但終導致渾沌的死亡。我們常以世俗的觀點，自認為最好的給人，對方也能感受其誠意，是最好的方式。每個人所感受的不一定相同，有時「愛之，適足以害之」，有人以食用山珍海味為滿足，有人卻以粗茶淡飯為滿足，端看個人的需求。

於政治亦復如此，渾沌指的是一般人民，今日頒發一法令，明日又實施一法規施於社會，人民不勝其煩，也無所適從。法規的制定原是保護人民，使其在國

<sup>17</sup> 弗蘭克著，趙可式、沈錦惠合譯，《活出意義來》，臺北：光啓文化，1995年，頁140。

家正常運作下，得以安居樂業。繁瑣的規定弄得人民動輒得咎，並非人民之福啊！

## 第四節 自我修為

在人世間需超脫現實的約束，莊子不採取逃避的心態，而是坦然面對，進而轉化心境，此節採用虛室生白讓內呈現虛空的狀態，而忘掉對外在肢體及是非執著，再進一步藉由自化、物化、安化等心境的轉化，到達「乘物以遊心」的境界。雖非積極的入世，道家式的無為而為確可讓內心得到療癒，以抵禦社會的紛擾對內在修為的影響。

### 一、虛室生白

絕跡易，無行地難。為人使易以偽，為天使難以偽。聞以有翼飛者矣，未聞以無翼飛者也；聞以有知知者矣，未聞以無知知者也。瞻彼闕者，虛室生白，吉祥止止。夫且不止，是之謂坐馳。夫徇耳目內通而外於心知，鬼神將來舍，而況人乎！是萬物之化也，禹、舜之所紐也，伏羲几蘧之所行終，而況散焉者乎！（〈人間世〉）

凡是走過必留痕跡，走過而不留下足跡是困難的，「哀、慮、嘆、懣、姚、佚、啓、態」在在讓我們為偏執產生虛偽，而順其自然凡事不堅持己見，則不須造作，有用心智去獲取知識，卻未聽過不須用心智的，因此〈齊物論〉中的南郭子綦以「吾喪我」<sup>18</sup>領悟，能「形固可使如槁木，而心固如死灰」，所以超然於物我之上有一個「真君」，它是「可行已信，而不見其形，有情而無形」，內心無畛域的偏見，忘掉形體的我。

不僅能忘掉形體的我，連同是非之爭也能忘掉，是非之爭並非理智，好勝爭鬥，「剋核太至，則必有不肖之心應之」（〈人間世〉），逼人太甚，對方易生反擊之心，不論對方當初的心意如何，凡是在當下，因此「是亦彼也，彼亦是也。彼亦一是非，此亦一是非。」<sup>19</sup>（〈齊物論〉）莊子指出當時儒墨之爭在於囿於成見。是非之辯原非真理，只是在限定狀況呈顯的「是」與「非」。

以虛靜的心靈觀照，透顯存有的真相，這發用不是藉由論辯而生，是由內心自覺產生，看見世界事物的原本面貌，也就是「道樞」，所以能「莫若以明」，

<sup>18</sup> 成玄英：「喪，猶忘也。」見於郭慶藩，《莊子集釋》，頁45。

<sup>19</sup> 勞思光先生認為：「是是非『形與影競走』，倘心靈超越此種執著，而一體平看，則一切理論系統皆為一概念下之封閉系統，彼此實無價值之分別。」見於勞思光，《新篇中國哲學史(一)》，頁270。

就能使「耳目內通而外於心知」。

在〈逍遙遊〉中惠施與莊子針對五石的瓠瓜各提出不同的見解，惠施本著實用性認為如此巨大的瓠瓜無所用處，莊子卻從另一角度切入，破除世人對事物特定的認知，瓠瓜無法做水瓢，也可作舟楫乘浮游於河海之上，也是可行之道。

而在〈人間世〉裡，蜷曲的大木對於工匠而言無所用處，甚至為了自保，而流出有毒的汁液，甚至遭逢世人的質疑時做了反擊，工匠認為無法實用之木是散木，但它卻認為只會從事木工也是散人，無法了解無用之用的真理。

〈人間世〉與〈德充符〉都提到形殘者，〈人間世〉裡支離疏形貌醜陋，長相怪異，因他的外型，不必服勞役，也無法打仗，而又接受政府發放救濟物資，活到該有的年歲；而〈德充符〉中以反諷的手法認為因「形有所忘而德有所長」，只有應當忘記的形體，而不應當忘記的德性，若未能如此，才是真正的忘。人要有自信，忘記形體、是非的執著，才能同於大通，也才是「坐忘」。

使臣之解牛之時，所見無非牛者。三年之後，未嘗見全牛也。方今之時，臣以神遇而不以目視。官知止而神欲行。依乎天理，……動刀甚微，騞然已解，如土委地。提刀而立，為之四顧，為之躊躇滿志。善刀而藏之。（〈養生主〉）

初時常在意世間人、事、物，注視於自己手中刀刃的力道，其尺度拿捏、準則何在常掛於心中，破除心中執著後方能配合社會節奏「莫不中音，合於桑林之舞，乃中經首之會」，由此而得藝術性的效用。運用技藝時配合解牛節奏專心致志乃能「提刀而立，為之四顧，為之躊躇滿志」，解牛後得到精神上的享受，是藝術性的享受。一段時間過後面對人間事物即能「未嘗見全牛」，無心與物之對立；繼之「以神遇而不以目視。官知止而神欲行」，手與心的對立也解消。最後他的解牛技藝不是束縛，而是悠遊於其中。

南伯子葵問乎女偶曰：「子之年長矣，而色若孺子，何也？」曰：「吾聞道矣。」南伯子葵曰：「道可得學邪？」曰：「惡！惡可！子非其人也。夫卜梁倚有聖人之才而無聖人之道，我有聖人之道而無聖人之才，吾欲以教之，庶幾其果為聖人乎！不然，以聖人之道告聖人之才，亦易矣。吾猶守而告之，參日而後能外天下，已外天下矣，吾又守之，九日而後能外生。已外生矣，而後能朝徹，朝徹而後能見獨。」（〈大宗師〉）

聖人之才易學，而聖人之道難至。女偶的為道境地較卜梁倚高，因女偶尚可教人學道。學道須逐次由外至內修心，因外物離自身較遠無任何牽絆，所以易忘；而越接近自身之物，則難以捨棄。始能由「外天下」向內推進「外生」，再經由

「朝徹」<sup>20</sup>而達到「見獨」<sup>21</sup>的境界。這與禪學「頓悟」<sup>22</sup>中的「自性清靜」相去不遠。「道」的尋求是以對話的方式逐漸讓發問者解開心中的疑惑。

人須經由「致虛極，守敬篤」，讓內心無所偏執，放眼所處環境周圍，如高柏園先生指出：「人乃是自覺地透過種種功夫修養，而謀求生命意義之充分實現，此無疑是一價值之自覺。」<sup>23</sup>更廣闊的胸襟看待事物，世間萬物皆有用，不僅有實用性，也有其大用。而心境的超拔乃是由「為道集虛」，坐忘，堪破外物之誘惑，向心內推終致「朝徹」。

## 二、轉化心境

「志於道，據於德，依於仁，遊於藝。」(《論語·述而》)的「德」字是良善的本性，儒家用以規定禮樂人文要走的方向；道家卻強調人要保有自然本性，其自然本性在於「致虛守靜」，乃能歸其本根，「歸根曰靜，是謂復命，復命曰常，知常曰明」。(《老子·十六章》)達到「靜」的境界才能解脫束縛的限制，再由心的「虛」與「靜」，回復人的自然本性。莊子思想是「放下的智慧」。藉由「化」的思想，達至心境上「萬物與我為一」。

莊子曰：「物之生也，若驟若馳，無動而不變，無時而不移。何為乎？何不為乎？夫固將自化。」(《秋水》)萬物的生長，不停地變化，若執意於人為的價值觀念，必會產生怨懟，而無法逃脫。「天無私覆，地無私載，天地豈私貧我哉？」(《大宗師》)一切的變化既是不得不然，只要我們了解自身的命運之改變與天地變化是相同的道理，必能坦然面對、隨遇而安。

莊子妻死，惠子前往弔喪，卻見莊子箕踞鼓盆而歌，詫異之至。莊子卻認為生命之存在無關乎生死而是本來不存在，只是偶而成形聚為人，「雜乎芒忽之間，變而有氣，氣變而有形，形變而有生，今又變而之死，是相與為春秋東夏四時行也。人且儼然寢於巨室，而我嗷嗷然隨而哭之，自以為不通乎命，故止也。」(《至樂》)莊子將生死視為如四季變化更迭，週而復始，而能超脫榮辱、禍福之不定，

<sup>20</sup> 成玄英《疏》：「死生一觀，物我兼忘，惠照豁然，如朝陽初啓，故謂之朝徹。」郭慶藩輯，《莊子集釋》，臺北：華正書局，2004年7月，頁254。又憨山大師註：「朝，平旦也。徹，朗徹也。謂已外生，則忽然朗悟，如睡夢覺，故曰朝徹。」釋德清，《莊子內篇註》卷四，臺北：廣文書局，1991年再版，頁31。

<sup>21</sup> 成玄英《疏》：「夫至道凝然，妙絕言象，非無非有，不古不今，獨往獨來，絕待絕對。睹斯勝境，謂之見獨。」郭慶藩輯，《莊子集釋》，臺北：華正書局，2004年7月，頁254。又憨山大師註：「獨，謂悟一真之性，不屬形骸，故曰見獨。」釋德清，《莊子內篇注》卷四，臺北：廣文書局，1991年再版，頁31。

<sup>22</sup> 神會〈敦煌出土之神會語錄〉曾有一段關於頓悟的描述：「事須理智兼釋，謂之頓悟。並不由階漸，自然是頓悟義。自心從本以來空寂者，是頓悟。即心無所得者為頓悟。即心是道為頓悟，即心無所住為頓悟。存法悟心，心無所得，是頓悟。知一切法是一切法，為頓悟。聞說空不著空，即不取不空，是頓悟。聞說我，不落(我)，即不取無我，是頓悟。不捨生死而入涅槃，是頓悟。」轉引自吳怡，《禪與老莊》，臺北：三民書局，1971年，頁171。

<sup>23</sup> 高柏園，《莊子內七篇思想研究》，臺北：文津出版社，頁71。

這是自化所帶來的影響。「在禪宗的眼裡，整個宇宙都是生命的流露。」<sup>24</sup>「三十年來尋劍客，幾回落葉又抽枝，自從一見桃花後，直到如今更不疑。」<sup>24</sup>靈雲志勤見到桃花而有此領悟，而此種自然的流露，就是自化的態度。此與莊子的自化想法相近。

物化較自化更一步達到萬物與我合而為一。莊子以為天地之間存在「萬物皆化」(〈人間世〉)的現象，亦即天地萬物皆無法逃脫於「化」字。

昔者莊周夢為胡蝶，栩栩然胡蝶也，自喻適志與！不知周也。俄然覺，則蘧蘧然周也。不知周之夢為胡蝶與，胡蝶之夢為周與？周與胡蝶，則必有分矣。此之謂物化。(〈齊物論〉)

「物化」是自己化成什麼，便安於什麼，而不固執某一生活環境或某一目的。<sup>25</sup>如莊子夢蝶，不知夢裡或醒時，哪個方是真實？物與我的界限一旦去除，而與萬物同化，化就是其過程。

莊子觀察萬物的運動包括人的生死均是一氣之所為，「人之生，氣之聚也；聚則為生，散則為恐。……故曰：『通天下—氣耳。』聖人故貴一。」(〈知北遊〉)

「審乎無假而不與物遷，命物之化而守其宗也。」(〈德充符〉)唯有觀察到萬物的變化而了然於心，不隨外在變化而內心被牽動，才能真正掌握萬物的根本。

「知其不可奈何而安之若命」(〈人間世〉)意味著人生的際遇是定數而無法改變，縱然自己欲突破現有困境，也無力改變，而唯有安於現狀，聽任命運的安排。因其不可變，也唯有順承之。莊子認為恃才傲物、螳臂擋車等均自不量力，「所以在安命的思維中表現出超越方式是對自然及社會的超越，也對自我生命的主觀性超越。」<sup>26</sup>在「天籟、地籟、人籟」(〈齊物論〉)中眾竅出聲是「咸其自取」有其自然與社會因素在，而在「死生，命也，其有夜旦之常，天也」(〈大宗師〉)是自然所形成，雖是如此，「安時而處順，哀樂不能入也」(〈大宗師〉)，人的生、死，不可抗拒，能不執著，能「安時處順」即是隨萬物的變化而處之泰然，通過精神修為，解脫對死亡的恐懼、世事的紛擾，而至「逍遙無待」「何有之鄉」的境界。

忙碌而積極的生活，其目的在於使人有機會了解創造性工作的價值；悠閒而退隱的生活，則使人有機會體驗美、藝術，或大自然，並引為一種成就。至於既乏創意、又不悠閒的生活，也有其目的；它使人有機會提升其

<sup>24</sup> 吳怡，《禪與老莊》，臺北：三民書局，1971年，頁164。

<sup>25</sup> 徐復觀，《中國人性論史—先秦篇》，臺北：臺灣商務印書館，2007年，頁392。

<sup>26</sup> 刁生虎，〈莊子「物化」三論及其相互關係〉，《中國文化月刊》第302期，2002年2月，頁7。

人格情操，並在備受外力侷限的情境下選擇其生活態度。<sup>27</sup>

人生順遂固然能帶來生活的充實、美好，正如弗蘭克所說忙碌、悠閒，都能讓人感到存在的意義，但不如意事十之八九，枯燥、繁瑣的生活也是在所難免，「人一旦發覺受苦即他的命運，就不能不把受苦當作他的使命—他獨特而孤單的使命。沒有人可替他承受負擔，他唯一的作法，就在於他賴以承受痛苦的態度。」<sup>28</sup>內在心靈能轉換心境清明虛靜，方能順承外在的一切。

### 三、遊於無何有之鄉

且夫乘物以遊心，託不得已養中，至矣。何作為報也！莫若為致命。此其難者。（〈人間世〉）

若夫乘天地之正，而御六氣之辯，以遊無窮者，彼且惡乎待哉！（〈逍遙遊〉）

故聖人有所遊，而知為孽，約為膠，德為接，工為商。聖人不謀，惡用知？不斲，惡用膠？無喪，惡用德？不貨，惡用商？四者，天鬻也。天鬻者，天食也。既受食於天，又惡用人！有人之形，無人之情。有人之形，故群於人，無人之情，故是非不得於身。（〈德充符〉）

惠子曰：「既謂之人，惡得無情？」莊子曰：「是非吾所謂情也。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。」（〈德充符〉）

莊子思想中的「遊」，是精神上的遊，是掙脫形體的束縛，而在心靈上的遊，若大鵬之鳥，其翼如垂天之雲，搏扶搖而上則有九萬里之遠，寄寓於天際。又當惠施認為瓠瓜大而無當，莊子卻說瓠瓜可放在河海之上，乘浮游於江河之上，悠遊人世。所謂的用，並非現實社會中功利式的用。善於養自己的精神，而為養「生之主」，應世時「緣督以為經」，既可以保身，又可以全生，也可以養親，更可以盡年。

人以自我為中心，「知為孽，約為膠，德為接，工為商」，以自己為衡量萬物的標準，常會感受外物窒礙，為自己設了界線，才有了我與物的對立。無掉了自我的偏執，沒有個人好惡的情緒，沒有了自我的優越感，才能到達「至人無己，神人無功，聖人無名」，也能悠遊於天地之間。

尤其現代社會諸多問題由於無法養生之主致使身、心、靈無法安頓，從自身到家庭甚且社會出現了吸毒、虐童、家暴等諸多困擾，皆須尋求心靈的慰藉。而我們須體認「每個人的命運都是獨一無二且各有不同，無法同別人互做比較。」

<sup>27</sup> 弗蘭克著，趙可式、沈錦惠合譯，《活出意義來》，臺北：光啓文化，1995年，頁89。

<sup>28</sup> 弗蘭克著，趙可式、沈錦惠合譯，《活出意義來》，臺北：光啓文化，1995年，頁101。

<sup>29</sup>唯有學會放下執著，才能於「廣漠之野，無何有之鄉」任我遨遊。

---

<sup>29</sup> 弗蘭克著，趙可式、沈錦惠合譯，《活出意義來》，臺北：光啓文化，1995年，頁100。

## 第五章 結 論

莊子處於政治混亂、社會不安的時代，其思想著眼於世人，為人民發聲。與目前社會狀況相仿，人性的貪婪、堅持己見，層出不窮的社會事件，家暴、虐童、霸凌，甚且吸毒，使我們疲於應付。在在顯露社會上人們生活的徬徨，人性的執著，名利的追求，需有所依靠，而莊子雖是生活戰國時代，其思想為中國經典，為歷代人研讀的經典，與時俱進，能因應時代所需，提供現代人作為心靈療癒的依據。

莊子一書非僅談論涵養內在修為，在〈人間世〉中喬丘大木其能不受斤斧，不在於其為無用之木，況且它會產生有毒的汁液，而使其他動物甚至人類不想接近它。莊子在此欲透顯要有自我保護的功用，否則不鳴的鵝為何被殺乃憑主人心情的好壞；無論是鳴或不鳴，並非決定是否為餐桌上的佳餚。在此筆者試圖從莊子書中窺探莊子認為的人心為何，及莊子善養生之道。

在中國的哲學思想，不僅老莊有療癒思想，論語、孟子等儒家書中也談到讀詩可以興，可以觀，可以群，甚至可以怨，而作為情緒的發洩。孟子思想以不動心，是發自內心不為外界影響，也不可如揠苗般刻意地拉拔使之成長。中庸也強調「誠」是天命之性，不是由外界強求。大學中君子「慎其獨」強內心反省的功夫，在在顯示中國思想具有自我省察的觀念，而可以療癒。

而從佛教進入中國，禪學更能貼近中國人心，而與中國思想結合。禪學強調要做自心的主人，強調「悟」的重要性，因此頓悟的南派禪學盛行，也與老莊思想互為影響。

意義治療思想以「意志自由」、「意義意志」及「生命意義」為三項基本理論，試圖強調人存在的價值意義何在，放寬、開闊視野位人的存在尋找其價值。而人的喜怒哀樂是使人的生命更豐盈。

哲學診治試圖用許多心理學的方式，而且當事者易以謊言假象、誇大言辭、被修飾的言論來偽裝自己，而不以任何言詞左右當事者的說法。

在〈莊子療癒思想的理論基礎〉除了莊子所處的背景外，也對莊子的思想淵源略為敘述，嘗試以莊子與老子思想的異同做比較，也探討莊子的生存意識及其養生之道。生存意識除了探訪人心，也有不解於心的義與命，甚至善惡的困惑均有涉及，另外養生思想包括了刑、二患、知、用、安時處順、心齋坐忘。也有莊子思想的實踐觀念，語言的超越先對語言的觀念釐清，名與實的不同，得意忘言須得到言語背後的真實意涵，辯無勝負在爭論當中的是非曲直未必是真理，不具有絕對性因此不要執著。

在〈療癒思想的建立〉嘗試以人間世一篇得其莊子對政治、社會的態度，他所設想的層面涵蓋為仕君在目前社會則可能為在公司行號上班，面對的上司是陰

晴不定；為外交使臣，則如同目前的行銷人員或外務員，在不對等的關係中如何創造使自己免於受陰陽(身體內部及外部不平衡)及人道之禍的因應之道；面對越來越多的小霸王或以消費者為主的生活型態，使自己能順其意且自己免於被波及，遭受魚池之殃，莊子於此強調要如靜止的水映照物體般虛明清靜，乘心以遊物。

在第一節中筆者試圖以莊子寫作方式的脈絡整理有條理的師徒兩人對話，雖顏回陸續提出「端而虛，勉而一」、「內直而外曲」、「成而上比」而莊子描述的孔子循序漸進告訴顏回不能只有外表容顏之改變，而需要「心齋」，要「為道集虛」，「虛室生白，吉祥止止」，從內心改變起，勿為外物左右，能「聽止於耳，心止於符」，內心虛靜。第二節作為使臣，當了弱國的外交使者，要不負使命又要能保全自身的性命，「無遷令，無勸成」只做傳話的使臣，溢美溢惡之詞毋庸傳達，保持內心平靜，自會「乘物以遊心」。第三節為太子傅，作為「其德天殺」的老師，心中有百般不肯，是無可奈何的事，需要「形莫若就，心莫若和」，做到「彼且為嬰兒，亦與之為嬰兒；彼且為町畦，亦與之為町畦」，表面隨順，但內心依然有其準則。第四節為無用之用，以櫟社樹、喬丘大樹、支離疏，都是世俗眼光下的無用之物及人，卻能永久保存，形成的反諷，藉以寓世人，什麼為真正的用。

在療癒思想方面，以禪學思想—緣起性空，「緣起」是憑藉許多因素所組合而成，「性空」是無獨立的實在性，但世上無這種的實體物，「緣起」與「性空」是一體的兩面；意義治療—不是在心理層面，也不在社會層面，而是在其存在的意義層面，唯有個人的存在意義問題解決才能真實有意義的生存；哲學診治(診治者站在輔助的立場幫助被診治者發覺自己的問題所在而不直接給予指導縱使被診治者自己陳述事情時有掩飾或誇大其辭時診治者也未下斷語)等方面，試圖與莊子思想作連結，不僅可從中產生聯繫，使莊子療癒思想更具有現代感。

在莊子內七篇中談論許多人性思想，與現代社會問題可以做結合，孔子的知命說、孟子的立命說、莊子的安命說，雖有所不同但歸探其底則可以互通。在生死安頓中除了探討生死的意涵外也對目前安寧照護及殯葬問題做一番敘述，在一人際關係面針對莊子內七篇內容分為〈人間世〉及其他六篇分別探討，再次為探討內心的自我修為，由內在虛室生白中，談到心境的轉化，再到遊心於廣漠之野，進入無何有之鄉，游刃於人世間難解的人際關係。

以上為筆者所提初淺的見解，但是中西療癒思想還有許多可供探討及當前社會因追求物質生活已逐漸產生許多弊病，過度重視升學主義，使得小孩在學校原有天真一面漸被抹煞，社會頻仍出現虐童、吸毒事件常見甚且製毒情況也會出現在街坊鄰居之中，這些已非身體醫療可為根治，而需藉由心靈療癒使世人精神有寄託，也能從心靈處的根源找出其弊病。期能有更深入研究療癒思想，以供世人參考運用。

## 參考書目

### 古典文獻

- 漢·司馬遷，《史記》，臺北：大甲書局，1979年。
- 晉·王弼(注)，《老子道德經》，臺北：文史哲出版社，1990年景本。
- 晉·郭象，《莊子》，臺北：藝文印書館，2007年。
- 宋·朱熹，《四書章句集註》，臺北：鵝湖出版社，1984年點校本。
- 宋·林希逸，《莊子口義補注》校刊本，臺北：藝文印書館，1965年。
- 明·釋德清，《莊子內篇注》，臺北：廣文書局，1991年再版。
- 明·王夫之，《莊子通·莊子解》，臺北：里仁書局，1984年點校本。
- 清·郭慶藩輯，《莊子集釋》，臺北：華正書局，2004年。
- 清·王先謙，《莊子集解》，臺北：東大圖書，2008年。
- 清·阮元校勘，《十三經注疏》，新文豐出版社，1977年。

### 現代專書(按姓氏筆劃順序排列)

- 于凌波，《唯識三論今註》，臺北：東大圖書公司，1994年。
- 中正大學教育研究所編，《質的研究方法》，高雄：麗文文化公司，2005年。
- 尤卓慧等編，《探索敘事治療實踐》，臺北：心理出版社，2008年。
- 方東美，《原始儒家道家哲學》，臺北：黎明文化出版社，2005年修定版。
- 王志楣，《莊子生命情調的哲學詮釋》，臺北：里仁書局，2008年。
- 王邦雄，《老子的哲學》，臺北：東大圖書公司，1980年。
- 王邦雄，《莊子道》，臺北：漢藝色研出版社，1994年。
- 王邦雄，《21世紀的儒道》，臺北：立緒文化出版社，1999年。
- 王邦雄，《中國哲學論集》，臺北：台灣學生書局，2004年。
- 王邦雄，《孟子義理疏解》，臺北：鵝湖出版社，2004年修訂版。
- 王邦雄，《老子道》，臺北：漢藝色研文化公司，2005年。
- 王邦雄，《走在莊子逍遙的路上》，臺北：台灣商務印書館，2006年。
- 王邦雄，《向儒道思想學情緒管理》，臺北：健行文化出版社，2010年。
- 王邦雄、陳德和合著，《老莊與人生》，臺北：空中大學，2007年。
- 王叔岷，《莊子校註》，北京：中華書局，2007年。
- 王昱，《老莊思想論集》，臺北：聯經出版社，1979年。
- 王博，《無奈與逍遙－莊子的心靈世界》，北京：華夏出版社，2007年。
- 王德有，《莊子神游》，上海：東方出版中心，1984年修訂版。
- 王德有，《以道觀之一莊子哲學的視角》，北京：人民出版社，1998年。
- 王樹人、李明珠，《感悟莊子》，江蘇：人民出版社，2006年。
- 弗洛姆著、張燕譯，《在幻想鎖鍊的彼岸》，湖南：人民出版社，頁1986年。

弗蘭克著，趙可式、沈錦惠合譯，《活出意義來》，臺北：光啓文化，1995年。

成雲雷，《莊子逍遙的寓言》，上海：古籍出版社，2009年。

朱榮智，《改變一生的莊子名言》，臺北：德威出版社，2008年。

朱橋轍次，《裝子平話》，臺北：專心出版社，1977年。

牟宗三，《圓善論》，臺北：台灣學生書局，1966年。

牟宗三，《中國哲學十九講》，臺北：台灣學生書局，1983年。

牟宗三，《現象與物自身》，臺北：台灣學生書局，1990年。

牟宗三，《四因說演講錄》，臺北：鵝湖出版社，1997年。

牟宗三，《莊子齊物論義理演析》，臺北：書林出版社，1999年。

牟宗三，《才性與玄理》，臺北：台灣學生書局，2002年修定版。

牟宗三，《生命的學問》，臺北：三民書局，2007年。

何國詮，《中國禪學思想研究》，臺北：文津出版社，1987年。

余培林，《新譯老子讀本》，臺北：三民書局，2007年。

吳光明，《莊子》，臺北：東大圖書公司，1992年。

吳汝鈞，《老莊哲學的現代析論》，臺北：文津出版社，1998年。

吳怡，《生命的轉化》，臺北：東大圖書公司，1996年。

吳怡，《禪與老莊》，臺北：三民書局，1971年。

吳怡，《逍遙的莊子》，臺北：東大圖書公司，2001年。

吳怡，《新編莊子內篇解義》，臺北：三民書局，2008年。

吳康，《老莊哲學》，臺北：台灣商務印書館，1955年。

吳經熊，《禪學的黃金時代》，臺北：台灣商務印書館，1982年。

吳四明譯，《柏拉圖靈丹》，台北：方智出版社，2001年。

岑溢成，《大學義理疏解》，臺北：鵝湖出版社，2000年七版。

李日章，《莊子逍遙境的裡與外》，臺北：麗文文化公司，2000年。

杜保瑞，《莊周夢蝶》，臺北：五南書局，2007年。

沙少海、徐子宏等譯注，《老子》，臺北：台灣古籍出版公司，2001年。

汪岷安譯，《尼采的幽靈》，北京：社會科學文獻社，2001年。

東杜仁波切，《無盡的療癒》，臺北：心靈工坊，2001年。

林安梧，《中國宗教與意義治療》，臺北：明文書局，1996年。

林安梧，《新道家與治療學－老子的智慧》，臺北：台灣商務印書館，2006年。

林安梧，《中國人文詮釋學》，臺北：台灣學生書局，2009年。

林宏濤譯，《鈴木大拙－禪學入門》，臺北：商周出版社，2009年。

林綺雲、張盈堃主編，《生死教育與輔導》，臺北：洪葉出版社，2002年。

阿步正雄著，王雷泉、張汝倫譯，《禪與西方思想》，臺北：桂冠書局，1992年。

南懷瑾，《莊子講義》，臺北：老古文化，2006年。

星雲法師，《星雲法師說禪》，臺北：台視文化，1999年。

洪修平，《禪宗思想的形成與發展》，臺北：佛光書局，1991年。

唐君毅，《中國哲學原論導論篇》，臺北：台灣學生書局，2004年校訂版。

唐君毅，《中國哲學原論原道篇卷一》，臺北：台灣學生書局，2004年校訂版。

徐復觀，《中國藝術精神》，臺北：台灣學生書局，1966年。

徐復觀，《中國人性論史(先秦篇)》，臺北：台灣商務印書館，2007年。

徐憑譯，《關係療癒》，臺北：張老師文化，2010年。

高柏園，《中庸形上思想》，臺北：東大圖書公司，1991年。

高柏園，《莊子內七篇思想研究》，臺北：文津出版社，1992年。

尉遲塗編：《生死學概論》，臺北：五南圖書，2003年。

崔大華，《莊學研究》，臺北：文史哲出版社，1999年。

張松輝，《莊子研究》，北京：人民出版社，2009年。

張紹乾譯，《哲學診治》，臺北：五南書局，2007年。

張默生，《莊子新釋》，臺北：漢京文化出版社，2004年。

陳冠學，《莊子新注》，臺北：東大圖書公司，1989年。

陳冠學譯，《莊子：古代中國的存在主義》，臺北：三民書局，1988年。

陳德和，《從老莊思想詮莊書外雜篇的生命哲學》，臺北：文史哲出版社，1993年。

陳鼓應，《莊子哲學》，臺北：台灣商務印書館，1992年。

陳德和，《生活世界的哲思》，臺北：樂學書局，2001年。

陳德和，《儒家思想的哲學詮釋》，臺北：洪葉書局，2002年。

陳德和，《道家思想的哲學詮釋》，臺北：里仁書局，2005年。

陳鼓應，《存在主義》，臺北：台灣商務印書館，2009年。

陳鼓應，《莊子今註今釋修訂本》，臺北：台灣商務印書館，2008年。

麥克·懷特，《說故事的魔力(兒童與敘事治療)》，臺北：心靈工坊，2008年。

傅佩榮，《傅佩榮解讀莊子》，臺北：立緒出版社，2005年。

傅偉勳，《西洋哲學史》，臺北：三民書局，2007年二版。

傑洛爾·布蘭岱爾，《兒童故事治療》，臺北：張老師文化，2002年。

勞思光，《新編中國哲學史(一)》，臺北：三民書局，1994年。

曾昭旭，《充實與虛靈－中國美學初論》，臺北：漢光文化出版社，1993年。

曾昭旭，《老子的生命智慧》，臺北：健行文化出版社，2002年。

湯用彤，《漢魏兩晉南北朝佛教史》，臺北：中華書局，1963年。

程兆熊，《道家思想 老莊大義》，臺北：明文書局，1985年。

馮友蘭，《中國哲學史新編》第二冊，臺北：藍燈文化事業公司，1991年。

黃錦鉉，《莊子及其文學》，臺北：東大圖書公司，1977年。

黃錦鉉，《新譯莊子讀本》，臺北：三民書局，2008年。

愛蓮心，《嚮往心靈轉化的莊子》，江蘇：人民出版社，2004年。

楊祖漢，《中庸義理疏解》，臺北：鵝湖出版社，1984年。

楊寬，《戰國史》，臺北：台灣商務印書館，1997年。

葉海煙，《莊子的生命哲學》，臺北：文津出版社，2004年。

葉海煙，《莊子的處世智慧》，臺北：健行文化出版社，2006年。

葉舒憲編，《文學與治療》，北京：社會科學文獻出版社，1999年。

趙衛民，《莊子的道》，臺北：文史哲出版社，1997年。

劉冬穎，《莊子看人生》，北京：東方出版社，2007年。

劉光義，《莊學中的禪趣》，臺北：台灣商務印書館，1989年。

劉光毅，《莊學蠡測》，臺北：台灣學生書局，1986年。

劉笑敢，《莊子哲學及其演變》，北京：中國社會科學出版社，1988年。

劉翔平，《尋找生命的意義－弗蘭克的意義治療學說》，臺北：貓頭鷹出版社，2001年。

歐文·亞薩，《存在心理治療》，臺北：張老師文化出版社，2003年。

歐陽景賢、歐陽超，《莊子釋譯》，臺北：里仁書局，2001年。

蔡仁厚，《孔孟荀哲學》臺北：台灣學生書局，1984年。

鄭世根，《莊子氣化論》，臺北：台灣學生書局，1993年。

蕭登福，《列子探微》，臺北：文津出版社，1990年。

錢穆，《莊老通辨》，臺北：東大圖書公司，1991年。

錢穆，《莊子纂箋》，臺北：東大圖書公司，2003年修定版。

鍾泰，《莊子發微》，上海：古籍出版社，2002年。

顏世安，《莊子評傳》，南京：南京大學出版社，1999年。

顏昆陽，《莊子的寓言世界》，臺北：漢藝色研出版社，2005年。

#### 期刊及會議論文

王小滕，〈莊子「安命」思想探析〉，《東華漢學》第6期，2007年12月。

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

王風眠，〈臨終關懷的真義〉，《普門雜誌》175期，1994年4月。

王鍾陵，〈《莊子》中的大木形象與意象思維〉，《中國文哲研究集刊》第13期，2003年9月。

石壘，〈老莊的道與文學藝術論〉(上)，《鵝湖月刊》第19卷第4期，1993年10月。

吳依琮，〈「臨終關懷」意涵對國小生死教育之啓示〉，《教師之友》第49卷第5

- 期，2008年9月。
- 吳建明，〈海德格與莊子之生死觀比較研究〉，《人文研究期刊》第3期，2007年12月。
- 吳建明，〈莊子「命」論之生死觀解析〉，《揭諦》第12期，2007年3月。
- 吳建明，〈論莊子對「命」的思考及其「安命」之可能〉，《鵝湖月刊》第311期，2001年2月
- 呂欣怡，〈莊子內七篇所述殘疾者象徵意義初探〉，《孔孟月刊》第38卷第4期，1999年12月。
- 李霖生，〈支離其形，以養天年—論「莊子」內篇在生死兩端打通的妙道〉，《哲學雜誌》第8期，1994年4月。
- 來建礎，〈中國傳統信仰與中國人的殯葬活動芻議—以儒家文化為視角〉，《宗教哲學》49講，2009年9月。
- 林安梧，〈開啓意義治療的當代新儒學大師—唐君毅先生〉，《鵝湖月刊》第7期，1994年10月。
- 林明照，〈《莊子》論處事的兩難困境與因應之道〉，《東華大學人文學報》第6期，2007年12月。
- 倪麗菁，〈從〈養生主〉、〈人間世〉看《莊子》哲學的生命本質〉，《哲學與文化》第33卷第11期，2006年11月。
- 袁保新，〈秩序與創新—從文化治療學的角度省思道家哲學的現代義涵〉，《鵝湖月刊》第314期，1991年5月。
- 高君和，〈論《莊子》書中有關身體障礙者之論述〉，《哲學與文化》第三十五卷第九期，2008年09月。
- 高柏園，〈莊子思想中的心靈治療體系〉，《鵝湖月刊》第26卷第4期，1990年10月。
- 高柏園，〈無為而無不為〉，《鵝湖月刊》第279期，1998年9月。
- 尉遲金，〈論儒家意義治療的兩重意義〉，《應用倫理研究通訊》第7期，1998年7月。
- 崔光宙，〈先秦儒道兩家的藝術精神〉，《國立編譯館刊》第12卷第2期，1983年12月。
- 陳玉芳，〈從人本心理學到超個人心理學的思索—中西方心理治療之融合〉，《應用倫理研究通訊》第7期，1998年7月。
- 陳德和，〈超曠境界的圓足風實—《莊子·養生主》的智慧人生〉，「2006道文化國際學術研討會」，主辦單位：中國文化大學，2006年5月。
- 陳德和，〈當弗朗克遇上老子〉，《鵝湖》第32卷第12期，2007年6月。
- 曾錦坤，〈莊子的養生思想〉，《中國學術年刊》第24期，2003年6月。

黃漢青，〈莊子離形說研析〉，《鵝湖月刊》第 17 卷第 6 期，1991 年 12 月。  
黃瑩暖，〈儒家的生死觀〉，《中國學術年刊》第 22 期，2001 年 5 月。  
楊祖漢，〈論莊子的知與無知〉，《鵝湖月刊》第 32 卷第 1 期，2006 年 7 月。  
慧慶採訪，〈用愛陪她走完全程〉，《普門雜誌》175 期，1994 年 4 月。  
鄭琳，〈莊子生命哲學的境界〉，中央大學人文學報第 10 卷第 10 期，1992 年 6 月。  
聶雅婷，〈莊子的「觀照」思想研究〉，《哲學與文化》第 30 卷第 10 期，2003 年 10 月。

#### 學位論文

毛忠民，《莊子氣論思想研究》，輔仁大學哲學研究所博士論文，1997 年。  
黃源典，《先秦道家之意義治療義蘊研究》，淡江大學中國文學系博士論文，2006 年。  
吳肇嘉，《莊子應世思想研究》，中央大學中國文學博士論文，2008 年。  
許明珠，《莊子人間世之研究》，中正大學中文研究所碩士論文，2000 年 6 月。  
沈亦元，《弗蘭克(Victor E. Frankl)意義治療理論及其於生命教育之蘊義》，國立政治大學教育研究所碩士論文，2004 年。  
陳瓊玫，《老子治療學義蘊之詮釋》，台灣師範大學國文研究所碩士論文，2007 年。  
廖秀惠，《虛己以遊世---《莊子·人間世》文本結構的詮釋與分析》，華梵大學哲學系碩士論文，2008 年。  
林秀玲，《試論莊子哲學中的意義治療》，南華大學哲學系碩士論文，2009 年。