

张子维 编著

用圣贤的大智慧
洞悉当代的繁杂人生
以先哲的真思想
洗净尘世之纷乱心灵

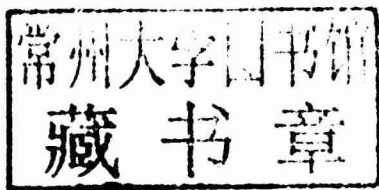
庄子的大智慧



福建人民出版社
FUJIAN PEOPLE'S PUBLISHING HOUSE

庄子的大智慧

张子维 编著



福建人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

庄子的大智慧 / 张子维编著. —福州: 福建人民出版社, 2010. 2

ISBN 978 - 7 - 211 - 06116 - 7

I. ①庄… II. ①张… III. ①道家②庄子 - 研究

IV. ①B223. 55

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 232892 号

著作权合同登记图字: 13 - 2009 - 020

本书由台湾红蚂蚁图书有限公司授权独家出版中文简体版

庄子的大智慧

ZHUANGZI DE DAZHIHUI

作 者: 张子维

责任编辑: 林 顶

出版发行: 福建人民出版社

地 址: 福州市东水路 76 号 邮政编码: 350001

网 址: <http://www.fjpph.com>

电子邮箱: 211@fjpph.com

印 刷: 山东新华印刷厂临沂厂

开 本: 720 毫米×970 毫米 1/16

印 张: 20.5

字 数: 279 千字

版 次: 2010 年 2 月第 1 版

印 次: 2010 年 2 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 211 - 06116 - 7

定 价: 24.00 元

前言

《庄子》，亦称《南华经》，与老子的《道德经》、列子的《冲虚经》并称为“道家三经”。在它存世的两千多年里，不论是它的文风还是思想，都对中国人产生了极大的影响，可以说，是中国人，就逃不开庄子的影响。

通行的《庄子》一书，今存三十三篇，分内篇（七）、外篇（十五）、杂篇（十一）三部分。内篇为庄子自著无疑，一般认为外篇除大部分为庄子手笔外，也有部分为后学所编纂，杂篇则多为门徒后学所推衍。

《庄子》文风汪洋恣肆、想像奇诡，从“不知几千里也”的鲲鹏，到蜗角上的触蛮相争，他总能够给人难以想像的独特体验，带给人无法企及的神秘世界。而他那高妙的思想、淡泊名利的个性，又给了后人无尽的启发与安慰。在中国传统文化的发展过程中，受儒家、道家和佛教三种哲学思潮影响，并且三者在相对的历史阶段内都起着特定的作用，虽然儒家哲学在整个中国传统文化中占有主导地位，但是道家哲学对中国人日常生活的影响却十分深刻，它虽没有儒家哲学影响广泛，但却走入了中国人的内心深处，与儒家哲学结合在一起，构成了中国传统文化的总体形象。

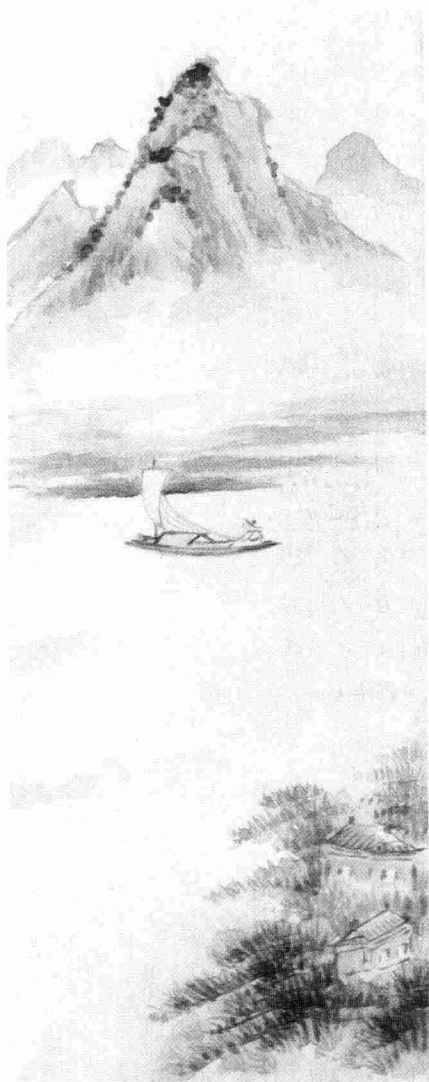
为了让广大读者更好地了解庄子，我们从庄子的内篇、外篇、杂篇中节选了最有哲理、能够点醒人们思想的文章，使读者读后有醍醐灌顶的感觉，让庄子式的智慧深入人们的心中，进而指导人们的行为。我们节选的篇章包括了内篇的《逍遥游》、《齐物论》、《养生主》、《人间世》、《大宗师》、《应帝王》，外



篇的《秋水》、《达生》，以及杂篇的《外物》、《盗跖》，共十篇。这些篇章的每一节都用最经典的词语作为篇名。我们还透过解读，告诉人们如何才能达到庄子的逍遥境界；在为人处世中，如何让自己不为外物所累，做事游刃有余；列举了大量的经典事例，以起到画龙点睛的作用。

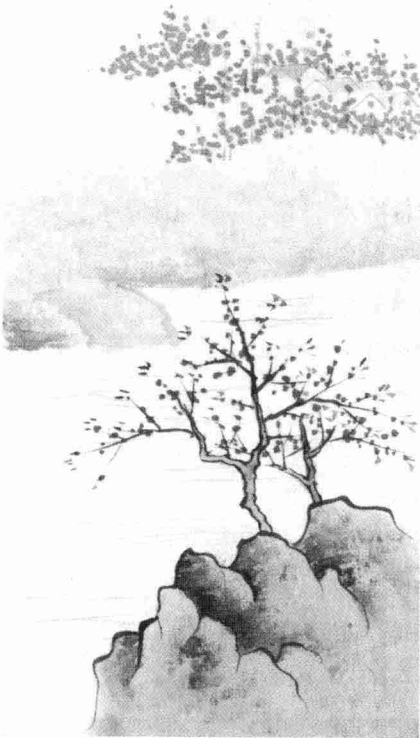
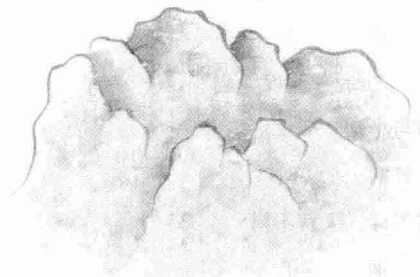
本书稿通俗易懂，道理深刻，使读者在轻松阅读的同时，从中借鉴庄子的处世思想，体会庄子的无穷智慧，在精神上得到超脱与自由，让自己生活得更加快乐、精彩。

目 录



【内篇】

- 鹏程万里 / 3
- 越俎代庖 / 9
- 宋人资章 / 13
- 不龟手之药 / 17
- 大知与小知 / 23
- 朝三暮四 / 28
- 大道不称，大言不辩 / 35
- 是非无别 / 40
- 是不是，然不然 / 44
- 庄周梦蝶 / 50
- 吾生也有涯，而知也无涯 / 53
- 庖丁解牛 / 56
- 安时而处顺 / 60
- 颜回欲仕卫 / 65
- 虚以待物 / 71
- 叶公子高将使齐 / 77
- 螳臂挡车 / 83
- 无用之用 / 87
- 不材之木 / 91
- 支离疏 / 95
- 孔子适楚 / 99
- 何谓“真人” / 102
- 相濡以沫 / 108
- 女偶得“道” / 113
- 死生一体 / 118
- 意而子求道 / 123



颜回“坐忘” / 129

子桑问贫 / 132

心智为患 / 136

圣人之治 / 139

顺物自然 / 142

明王之治 / 145

郑有神巫 / 148

胜物而不伤 / 154

人有七窍 / 157

【外篇】

望洋兴叹 / 163

没有小大 / 168

道人不闻，至德不得，大人无己 / 172

贵贱、小大之分 / 176

固将自化 / 180

贵道何为 / 183

返璞归真 / 186

众小不胜为大胜 / 189

时势造英雄 / 193

井底之蛙 / 196

庄子钓于濮水 / 201

权贵如鼠 / 204

子非鱼，安知鱼之乐 / 208

弃世遗生 / 211

纯气之守 / 215

用志不分，乃凝于神 / 219



外重者内拙 / 222

养生之论 / 225

所谋为何 / 229

桓公见鬼 / 232

呆若木鸡 / 236

习以性成 / 239

鬼斧神工 / 242

东野稷遇败 / 245

不内变，不外从 / 248

孙休求教 / 251

【杂篇】

外物无定准 / 257

庄周借粟 / 260

任公子东海垂钓 / 263

无伤口中珠 / 267

老莱子训孔丘 / 270

神龟被杀 / 274

惠子笑庄子无用 / 278

神者不胜 / 281

得意忘言 / 285

孔子劝盗跖 / 289

盗跖驳孔子 / 295

名与利之争 / 302

无足与知和之辩 / 309



【内篇】

逍遥游

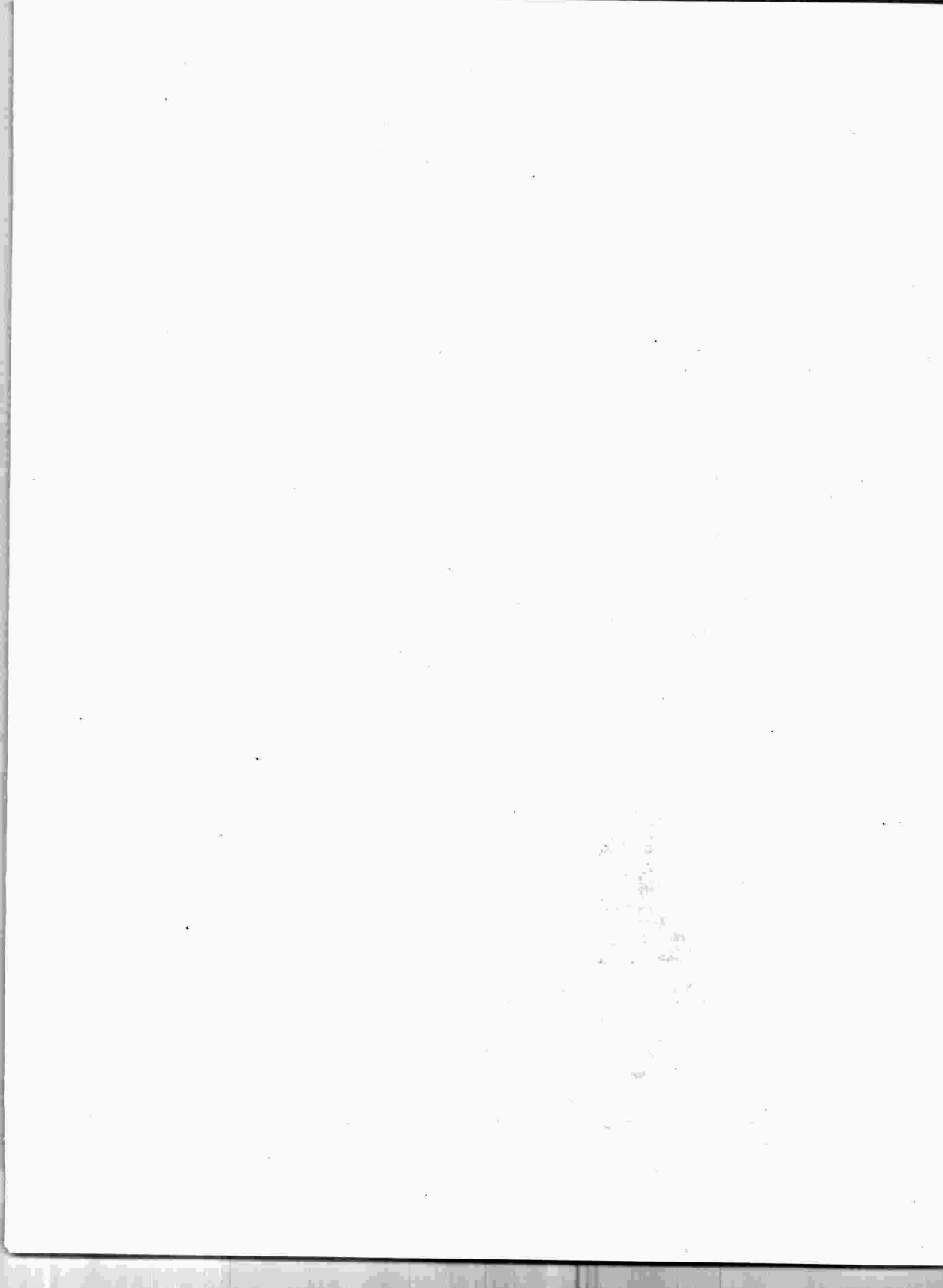
齐物论

养生主

人间世

大宗师

应帝王



鹏程万里

【原文】

北冥^①有鱼，其名曰鲲^②。鲲之大，不知其几千里也；化而为鸟，其名为鹏^③。鹏之背，不知其几千里也；怒而飞，其翼若垂^④天之云。是鸟也，海运则将徙于南冥。南冥者，天池也。

齐谐者，志怪者也。谐之言曰：“鹏之徙于南冥也，水击三千里，抟^⑤扶摇而上者九万里，去以六月息者也。”

野马也，尘埃也，生物之以息相吹也。天之苍苍，其正色邪？其远而无所至极邪？其视下也，亦若是则已矣。

且夫水之积也不厚，则其负大舟也无力。覆杯水于坳^⑥堂之上，则芥^⑦为之舟；置杯焉则胶，水浅而舟大也。风之积也不厚，则其负大翼也无力，故九万里则风斯在下矣。而后乃今培^⑧风，背负青天而莫之夭阏^⑨者，而后乃今将图南。

蜩与学鸠^⑩笑之曰：“我决^⑪起而飞，抢^⑫榆枋而止，时则不至，而控于地而已矣；奚以^⑬之九万里而南为？”

适莽苍者，三飡^⑭而反，腹犹果然；适百里者，宿舂粮；适千里者，三月聚粮。之二虫又何知？

小知不及大知，小年不及大年。奚以知其然也？朝菌不知晦朔^⑮，蟪蛄^⑯不



知春秋，此小年也。楚之南有冥灵^①者，以五百岁为春，五百岁为秋；上古有大椿者，以八千岁为春，八千岁为秋，此大年也。而彭祖乃今以久特闻，众人匹之，不亦悲乎？

汤之问棘^②也是已。汤问棘曰：“上下四方有极乎？”棘曰：“无极之外，复无极也。穷发^③之北有冥海者，天池也。有鱼焉，其广数千里，未有知其修者，其名为鲲。有鸟焉，其名为鹏，背若太山，翼若垂天之云；抟扶摇羊角而上者九万里，绝^④云气，负青天，然后图南，且适南冥也。斥鴳^⑤笑之曰：‘彼且奚适也？我腾跃而上，不过数仞^⑥而下，翱翔蓬蒿之间，此亦飞之至也。而彼且奚适也？’”此小大之辩也。

故夫知效一官、行^⑦比一乡、德合一君、而征^⑧一国者，其自视也亦若此矣。而宋荣子^⑨犹然笑之。且举世而誉之而不加劝，举世而非之而不加沮，定乎内外之分，辩乎荣辱之境，斯已矣。彼其于世，未数数然也。虽然，犹有未树也。

夫列子^⑩御风而行，泠然^⑪善也，旬有五日而后反。彼于致^⑫福者，未数数然也。此虽免乎行，犹有所待者也。若夫乘天地之正，而御^⑬六气之辩，以游无穷者，彼且恶^⑭乎待哉？故曰：至人无己，神人无功，圣人无名。

——《庄子·内篇 逍遥游》

【注释】

①冥：亦作溟，海之意。

②鲲(kūn)：本指鱼卵，这里借表大鱼之名。

③鹏：本为古“凤”字，这里用表大鸟之名。

④垂：通“陲”，边际。

⑤抟(tuán)：借拍。

⑥坳(ào)：坑凹处。“坳堂”指厅堂地面上的坑凹处。

⑦芥：小草。

- ⑧培：通作“凭”，凭借。
- ⑨夭阏（è）：又写作“夭遏”，意思是遏阻、阻拦。
- ⑩蜩（tiáo）：蝉。学鸠：一种小灰雀，这里泛指小鸟。
- ⑪决：通作“翅”，迅疾的样子。
- ⑫抢：突过。
- ⑬奚以：何以。
- ⑭飧（cān）：同“餐”。
- ⑮晦朔：一个月的最后一天和最初一天。一说“晦”指黑夜，“朔”指清晨。
- ⑯蟋蟀（huì gū）：即寒蝉，春生夏死或夏生秋死。
- ⑰冥灵：传说中的大龟，一说树名。
- ⑱汤：商汤。棘：汤时的贤大夫。
- ⑲穷发：不长草木的地方。
- ⑳绝：穿过。
- ㉑斥鴳（yàn）：一种小鸟。
- ㉒仞：古代长度单位，周制为七尺。
- ㉓行：行为。
- ㉔而：通作“能”，能力。征：取信。
- ㉕宋荣子：一名宋钲，宋国人，战国时期的思想家。
- ㉖列子：郑国人，名叫列御寇，战国时代思想家。
- ㉗泠（líng）然：轻盈美好的样子。
- ㉘致：罗致，这里有寻求的意思。
- ㉙御：含有因循、顺着的意思。六气：指阴、阳、风、雨、晦、明。
- ㉚恶（wū）：何，什么。

【译文】

北海里有一条鱼，它的名字叫鲲。鲲的身体，不知大到几千里；它变化成



鸟，名字叫鹏。鹏的脊背，不知道长到几千里；当它奋起而飞时，那展开的双翅好似天边的云。这只鹏鸟，随着海上汹涌的波涛迁徙到南海。南海是个天然形成的大池。

《齐谐》是一部专门记载怪异之事的书。这本书上记载着：“鹏鸟迁往南海，翅膀拍击水面激起的波涛达三千里；它乘风盘旋而上直冲九万里高空，它是乘着六月的大风而去的。”

奔马似的雾气，沸沸扬扬的尘埃，都是大自然里各种生物的气息互相吹拂的结果。天空湛蓝，难道这就是它真正的颜色吗？或者是因为高旷辽远，进而无法看到它的尽头的缘故呢？鹏鸟从高空往下看，也不过像这个样子而已。

再说积水不深，它就没有力量浮载大船。倒杯水在厅堂的低洼处，就只能放株小草当船；如果把杯子搁上就会粘住不动，因为水太浅而杯子太大了。风聚积的力量不雄厚，它便没有足够的力量托负巨大的翅膀。因此，鹏鸟高飞九万里，那风就在它的下面，才能乘着风力飞行，背负青天而无阻碍，然后像现在这样飞到南海去。

寒蝉与小灰雀看到鹏鸟高飞，讥笑它说：“我们从地面上一纵身就飞起来，碰到榆树和檀树就会歇息下来，有时飞不上去，落在地上就是了，又何必到九万里的高空向南飞去呢？”到近处的郊野去，只要带上三餐就可以往返，肚子还是饱饱的；到百里之外的地方去，就要带上过夜的食物；前往千里之外的地方，就要准备三个月的粮食。寒蝉和灰雀这两个小东西又懂什么呢？

小聪明不能了解大智慧，寿命短的不能了解寿命长的。如何知道是这样的呢？朝生暮死的虫子不知道什么是一个月的时光，寒蝉也不知道什么是一年的时光，这就是短寿。楚国南边的冥灵大龟，以五百年为一个春季，五百年为一个秋季；上古有棵大椿古树，以八千年为一个春季，八千年为一个秋季，这便是长寿。彭祖以长寿而闻名于世，人们与他相比，难道不是很悲哀么？

商汤问棘也有这样的话。商汤问棘：“上下四方有极限吗？”棘说：“无极之外，又是无限。在那草木不生长的北方，有一片广漠无际的大海，那就是

天然的大池。那里有一条鱼，脊背宽几千里，没有人知道鱼身有多长，它的名字叫做鲲。有一只鸟，名字叫做鹏，它的脊背有如泰山，展开的双翅就像那天边的云。鹏鸟展翅奋起而飞时，盘旋直冲九万里高空，穿过云气，背负青天，然后飞向南方，是要飞到南海去的。斥鴳讥笑它说：‘它要飞到哪里去呢？我用力而飞，也不过几丈高就落了下来，在蓬蒿丛中盘旋，这已经是我飞翔的最高限度了。而它要飞到哪里呢？’”这就是小与大的区别。

因此，那些才智足够胜任官职，行事可以造福乡里，德行可使国君满意，能力足以取信一国之人的人，他们看自己也像小麻雀一样，可是宋荣子却讥笑他们。对宋荣子来说，即使世上的人都称赞他，他也不会因此而奋发努力；即使世上的人都责备他，他也不会因此而越来越沮丧。他清楚地划分自身与外物，辨别荣誉与耻辱的界限，不过如此而已。宋荣子对世间的成就，从来不会汲汲的追求。虽然如此，他还是未能达到最高境界。

列子能驾风行走，姿态的确轻盈美妙，而且十五天后才回来。然而列子对幸福并没有汲汲寻求。他这样做虽然免除了行走的劳苦，但是还要依靠风力的配合呀。

至于有人遵循宇宙万物的规律，把握自然界的變化，遨游于无穷无尽的境域，那他就完全不需要依靠什么了。因此说，道德修养高尚的“至人”，能够达到忘我的境界；精神世界完全超脱物外的“神人”，心中不存在功名和事业；思想修养臻于完美的“圣人”，是从不去追求名誉和地位的。

【庄子智慧】

大鹏有高飞九万里的能力，这对只能飞几丈高的小鸟来说，是永远都无法做到的，因此小鸟会嘲笑大鹏。大鹏刚开始是靠风力而飞，后来凭借自己的胆识独立飞翔到南海，为自己开辟了一片新的天地。在现实生活中，有的人为了自己心中的理想，一味去追求功名利禄，甚至不择手段，最后使自己身心疲惫，



被生活所累。也有着像大鹏这样的人，这就需要在生活中要勇敢面对自己，从挫折中总结经验教训，化解压力，消除忧愁，使自己快速成长起来，进而达到自己所期望的人生高度，以便让自己生活在一个更轻松的空间。

【经典故事】

乘风破浪

南北朝时期，在刘宋南阳郡涅阳出了一位名将，这个人叫做宗悫。

宗悫从小就很有胆量，少年时练就了一身武艺，不仅有见识而且还很勇敢，心中早有鹏程万里的志向。

一次，他的叔叔宗少文问他：“宗悫，你长大后打算做什么呀？说说你的志愿。”宗悫大声说道：“愿乘长风破万里浪！”

一向甘于淡泊的宗少文听了这句极有气魄的话后，叹息着说：“即使你不富贵，也一定能打破我们家的门户。”

元嘉二十二年（公元445年），刘宋文帝攻打林邑（在今越南境内），宗悫主动应战，官拜振武将军。

林邑国王范阳迈举全国之兵在象浦与宋军决战，摆成令人惧怕的大象阵，披铁甲于象背之上，气势十分凶猛。这是宋军士兵从来都没有见过的阵势，个个惊惶失措。宗悫便命令士兵制作许多狮子模型，和大象阵抵抗。大象果然受惊逃跑，宋军趁机攻破林邑国，缴获了不计其数的珍奇异宝，而宗悫自己却一无所取，文帝知道后非常欣赏他的为人。

后来，宗悫被历封为镇武将军、左卫将军，官至豫州刺史，封洮阳侯。

这个故事告诉我们，应该志存高远，方能乘风破浪，鹏程万里。

越俎代庖

【原文】

尧让天下于许由^①，曰：“日月出矣，而燭火^②不息；其于光也，不亦难乎？时雨降矣，而犹浸灌^③；其于泽也，不亦劳乎？夫子立而天下治，而我犹尸^④之；吾自视缺然^⑤，请致天下。”

许由曰：“子治天下，天下既已治也；而我犹代子，吾将为名乎？名者，实之宾^⑥也；吾将为宾乎？鷦鷯^⑦巢于深林，不过一枝；偃鼠^⑧饮河，不过满腹。归休乎君，予无所用天下为！庖人^⑨虽不治庖，尸祝不越樽俎^⑩而代之矣。”

——《庄子·内篇 逍遥游》

【注释】

①许由：古代传说中的隐士，字仲武。

②燭（jué）火：小火把，木材蘸上油脂燃起的火把。

③灌：浇灌。

④尸：庙中的神像，这里是主持，主其事。

⑤缺然：不足的样子。

⑥宾：从属、派生的东西。