

邓瑞全 周美华 著

中国传统

人文

精神

ZHONGGUO CHUANTONG
RENWEN JINGSHEN



人民教育出版社

中国传统
人文精神

ZHONGGUO CHUANTONG
RENWEN JINGSHEN

邓瑞全 周美华 著



人民
出版
社

责任编辑:都基隆 宫 共

封面设计:石笑梦

责任校对:吕 飞

图书在版编目(CIP)数据

中国传统人文精神/邓瑞全,周美华 著. —北京:人民出版社,2017.2

ISBN 978-7-01-015742-9

I. ①中… II. ①邓…②周… III. ①中华民族-民族精神-研究
IV. ①C955.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 319213 号

中国传统人文精神

ZHONGGUO CHUANTONG RENWEN JINGSHEN

邓瑞全 周美华 著

人民出版社 出版发行

(100706 北京市东城区隆福寺街 99 号)

北京墨阁印刷有限公司印刷 新华书店经销

2017 年 2 月第 1 版 2017 年 2 月北京第 1 次印刷

开本:710 毫米×1000 毫米 1/16 印张:19

字数:300 千字

ISBN 978-7-01-015742-9 定价:49.00 元

邮购地址 100706 北京市东城区隆福寺街 99 号

人民东方图书销售中心 电话 (010)65250042 65289539

版权所有·侵权必究

凡购买本社图书,如有印制质量问题,我社负责调换。

服务电话:(010)65250042

目 录

第一章 中国的人文精神与民族精神	1
一、人文精神的内涵	3
二、人文精神的内容概括	35
第二章 仁者爱人——以人为本的人格理想和人道原则	39
一、以人为本	39
二、对个体的独立和差异性的尊重	55
三、人道关怀的精神展现	60
四、小 结	70
第三章 诚意正心——修己慎独的道德养成与自身陶冶	72
一、贵族子弟的人生终极目标——三纲领	73
二、贵族子弟达成三纲领的学习步骤——八条目	81
三、小 结	105
第四章 齐家、治国——人生抱负与社会责任感	106
一、修身与齐家、治国的关系	106
二、齐家、治国是社会责任	118
三、仁政为治国的基础	127
四、小 结	141
第五章 经世致用——知行合一的实践精神	142
一、经世致用是在为人，并非为己	143
二、学习和教育传统	144
三、要用教育提振人的积极面	153

四、需有超越世俗功名的安定之心	156
五、经世致用必须能带动历史前进	159
六、经世致用必须扣合着历史发展的枢纽	161
七、经世致用可引发科技发展	167
八、利益天下仍需有权衡的智慧	170
九、结 语	174
第六章 中和之道——和而不同的处世风度	176
一、“中和”源于道	177
二、“慎独”方能回归“道”	197
三、“慎独”方能具备刚强的本质	199
四、专制帝权使“慎独”修持从帝王身上移除	202
五、“致中和”的具体内涵	206
六、小 结	219
第七章 见利思义——义以为上的道义原则	221
一、孔子的见利思义	222
二、孟子的“义利之辨”	240
三、老、庄的见利思害	250
四、小 结	257
第八章 礼以和人——超越宗教情结的伦理精神	258
一、“礼”的具体精神	261
二、礼是维系天下秩序及社会得以和谐、安定的凭借	269
三、礼非是沦于一般的宗教迷信	285
四、小 结	291
参考文献	293
后 记	298

第一章

中国的人文精神与民族精神

在人类文明发展史上，人与自然、人与社会、人与神灵，以及自身的道德与欲望之间的关系等，一直是人类难以协调又不得不面对的问题，人文精神的产生和发展，为解决这些问题提供了根本性的指导原则。

人文精神的核心是对人的价值和人的尊严的充分肯定和尊重，是人类道德、理想、意义以及权利和责任的最高境界，虽然东西方对人文精神的认识和理解上存在很大差异，但“以人中心”的基本特征则是一致的。

中国的人文精神同中国的传统文化一样，源远流长，博大精深，深刻又自成体系，有人概括为：“以佛治心，以道治身，以儒治世。”（元刘谧著《三教平心论》）这种说法虽然不完全，但中国人文精神确是以儒家文化为主体，墨、法、释、道等多家补充兼容的庞大体系。

早在上古时期，中国的人文精神就已经觉醒。《孟子·梁惠王下》引《书》曰：“天降下民，作之君，作之师。”^①“人”的独立价值，在上古时期便已经确立。百姓并非君王的奴隶，上天创生“人”后，会为苍生设立能够教化及领导他们的国君。国君必须是最好的老师，才能照顾好百姓，并带领人民走上最正确的道路，这便是由“人文”精神所引导的德治思想。

《周易·贲卦·彖辞》：“观乎天文，以察时变；观乎人文，以化成天下。”^②其中“人文”，喻指人事条理，而“化”则有教化、风化之含意。先

① 《孟子·梁惠王下》，十三经注疏本，卷2上，第32页。

② 《周易·贲卦·彖辞》，十三经注疏本，卷3，第62页。

知先觉者从人最真诚的情感中，体悟出最适宜表达良善，又能节制人的血气纵欲，使思想行为都能恰到好处，让社会得以和谐维系的生命指导，便是人文思想形成的最原始初衷。

“人”的主体意识必须先被尊重，才能活出独立性。独立性并非是为所欲为，而是要被良善的道德知识教化，使人内在异于禽兽的善端先被激活。只有如此，人才会意识到生命不是只有单靠血气和本能，还有内在进化。内在进化必须通过正确的引导和学习，使我们可从生命经验中进行反思，而更了解如何才是对生命品质提升的最重要内容。人所以为万物之灵，并不是因人最能从物质中改造物质。物质的改造不过是脑力的创意，有些动物所进行的创造，也未必不比人类更精巧。内在生命的更新和进展，才不会使人只从外在评价来看待及衡量自己。人所以可贵，是因人可以找到生命目标。凡是能安定和有益于人类世界的视野，才可使人无论处于何种环境，都可因着这股热情，而继续地往前迈进。孔子周游列国十四年，无论遭多少阻挠和讥讽，仍都坚持“鸟兽不可与同群！吾非斯人之徒与而谁与？天下有道，丘不与易也”^①的经世致用理念。原因无他，实因孔子内在的人文力量，早已强大到使他足以“乐以忘忧，不知老之将至”^②。世俗价值对他已如同浮云，随着年龄增长，内在不断涌现的超越，已使他更激昂着欲拯救天下的热情和关怀。孔子一生只有四年从政机会，他总是栖栖惶惶得如丧家之犬，在世人眼中他似乎是个失败者，但又有谁能如同孔子，竟开创了最伟大的儒学道统，使中国人文精神可以得到完整确立。孔子之乐，绝非世俗所能体会，其中的空灵和美妙，当如孟子所描述：“万物皆备于我，反身而诚，乐莫大焉。”^③由此可知，中国人文精神所要增益的是内在的价值和力量。有了这股由内而发的力量，便能活出孟子所言“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”^④的大丈夫境界。“大丈夫”不仅是中国人文精神所独创的风骨，也是中国文化所特有，由内向外散发的审美意

① 《论语·微子》，十三经注疏本，卷18，第165页。

② 《论语·述而》，十三经注疏本，卷7，第62页。

③ 《孟子·尽心上》，十三经注疏本，卷13上，第229页。

④ 《孟子·滕文公下》，十三经注疏本，卷6上，第108页。

识和民族气节。

一、人文精神的内涵

(一) 人文精神所关怀的是人生命的本质

《论语·述而》：“子之所慎：齐、战、疾。”^①“齐”同“斋”，指斋戒，是祭祀前的准备，要让身心都洁净^②，以表达对祭祀的慎重和恭敬。《礼记·中庸》：“齐明盛服，以承祭祀，洋洋乎如在其上，如在其左右。”^③与“祭如在，祭神如神在”^④立意一致。均说明祭祀一定要用最敬虔的态度，否则便如同未曾祭祀，没有礼的内涵，只流于敷衍的形式。曾子曰：“慎终追远，明德归厚矣！”^⑤能够重视先祖，不忘本，民风就会走向淳厚。足见斋戒、祭祀虽皆为宗教仪式，但却不是迷信。那是对生命根源的尊重和探索，使我们能从源头，找到生命形成的基础，以对家族、氏系燃起深厚的责任，修身和齐家便可拥有坚固的思想依据。“积善之家，必有余庆；积不善之家，必有余殃”^⑥，说明个人行为不是只关乎一己，还与家族的盛衰荣辱相系，于是行善便成为生命中的极重要成分。祭祀因为具有如此重大意义，孔子对祭肉的看重，也就因此而超过了一切物品。所谓“朋友之馈，虽车马，非祭肉不拜”^⑦。可使人不失去根源，找到人生意义的祭肉，无论数量多寡，都对人文化成具有重要影响。因此，即使是再贵重的车马，在孔子心中，也仍旧抵不

① 《论语·述而》，十三经注疏本，卷7，第61页。

② 杨伯峻认为：“齐同‘斋’。古代于祭祀之前，一定先要做一些身心的整洁工作，这一工作便叫作‘斋’或者‘斋戒’。”见杨伯峻《论语译注·述而》，中华书局1980年版，第74页。

③ 《礼记·中庸》，十三经注疏本，卷52，第884页。

④ 《论语·八佾》，十三经注疏本，卷3，第28页。

⑤ 《论语·学而》，十三经注疏本，卷1，第7页。

⑥ 《周易·乾卦·文言》，十三经注疏本，卷1，第20页。

⑦ 《论语·乡党》，十三经注疏本，卷10，第91页。

上一块极小的祭肉。这便是孔子何以接受祭肉会行拜礼，受昂贵车马却不予行礼的关键。

其实，人能够出生在世，就已经是件极难得的事。除了因此可拥有身躯（孟子称为“小体”），使我们对这世界能产生感受和作用；更重要的，还是人人皆可具备一颗能思考，能反省，能立志，能创造，能决定行动，能分辨是非善恶，又能设定想活出何种生命品质的“心”。孟子将“心”称之为“大体”。“大体”是生命中最为重要的部分，因：

耳目之官，不思而蔽于物，物交物，则引之而已矣。心之官则思，思则得之，不思则不得也。此天之所与我者，先立乎其大者，则其小者不能夺也，此为大人而已矣^①。

我们的一切感官，都是接受外来刺激，以形成不同的反应和感受。但感官并不会思考，于是一切反应便只能全受外物主导。除非被“心”所牵制，否则将只会剩下血气，与动物本能便不会有多少差别。若只剩动物本能，思考、反省、立志和活出有意义的人生，就不会成为“人”生命所特有的内容。于是孟子便特别梳理出“人”所以异于禽兽的关键，乃在爱好义理的心^②，是否能被存养和扩充^③，便成了人和禽兽区别的最重要内容。因此，只要能把持住那颗悦义理之心，生命就不会沦为被感官的欲望所操控，人生才可能活出价值和意义。

孔子其次慎重的是战争。儒、道两家都反对战争，老子还明言：“善为

① 《孟子·告子上》，十三经注疏本，卷11下，第204页。

② “心之所同然者，何也？谓理也，义也。圣人先得我心之所同然耳。故理义之悦我心，犹刍豢之悦我口。”《孟子·告子上》，十三经注疏本，卷11上，第196页。

③ “由是观之，无恻隐之心，非人也；无羞恶之心，非人也；无辞让之心，非人也；无是非之心，非人也。恻隐之心，仁之端也；羞恶之心，义之端也；辞让之心，礼之端也；是非之心，智之端也。人之有是四端也，犹其有四体也。有是四端而自谓不能者，自贼者也；谓其君不能者，贼其君者也。凡有四端于我者，知皆扩而充之矣，若火之始然，泉之始达。苟能充之，足以保四海；苟不充之，不足以事父母。”《孟子·公孙丑上》，十三经注疏本，卷3下，第65页。

士者不武，善战者不怒，善胜敌者不与。”^①一个真正了不起的将领，绝不会崇尚武力，也不会被情绪影响而轻易发动战争，甚至还未与敌人交战，便已经克敌制胜。因为制胜并不是靠与人争夺，而是心能持守在整体的“道”中，体悟到万事万物的差异，皆是由相对的认知所产生，便不会被这相对的认知搅乱心志。心志没被搅乱，不仅不会主动出击，纵使别人出招了，也打不了自己。因为不与人争胜，就不会非得把自己张扬成世俗所认可的完美价值。若一切都已完美了，人生还会有转圜和延伸的空间吗？故老子又强调，“夫唯不争，故天下莫能与之争。”^②不和人争强，身心可舒展的空间就会最大。心量愈大，便能持守愈久；持守愈久，便愈无人可以与之抗衡。人生只需与整体的“道”合一，视野和胸襟便会扩展，一切相对及主观的偏执就会被去掉，而不再有束缚。没束缚了，就能体悟出安身立命的智慧，便不会老困在争强好胜的迷津里，生命才不会耗损。由此可见，要免于争战，就得先征服自己，让自己能成为敢于不争，才可迈向“不以好恶内伤其身”^③的逍遥。

儒家虽赞同汤放桀、武王伐纣的义战，但仍是希望战争能尽量止息，才不会妨碍“使民养生丧死而无憾”^④的仁政落实。管仲佐齐桓公“九合诸侯，不以兵车”，让春秋乱世的诸侯能相互停止争战，便是推行仁政的极重要典范，故孔子才会一再赞扬，说管仲“如其仁！如其仁！”^⑤对战争慎重，便是对生命的看重，这已不是只限于对一己的偏私，还能推己及人，生命才能发挥出境界。

最后是对疾病的重视，这仍是落实到生命上。生命是可贵的，没有生命，一切理想和抱负都会成为妄想。孔子能精力旺盛地周游天下，回国后又还可孜孜不倦地整理经典，便是得力于健康的体魄。要健康就必须重视养

①（魏）王弼注，楼宇烈校释：《老子道德经注校释·第六十八章》，中华书局2008年版，第171—172页。

②（魏）王弼注，楼宇烈校释：《老子道德经注校释·第二十二章》，第56页。

③（清）郭庆藩集释，王孝鱼点校：《庄子集释·德充符》，中华书局1961年版，第221页。

④《孟子·梁惠王上》，十三经注疏本，卷1上，第9页。

⑤《论语·宪问》，十三经注疏本，卷14，第126页。

生，孔子“食不厌精，脍不厌细。食饐而餲，鱼馁而肉败，不食。色恶，不食。臭恶，不食。失饪，不食。不时，不食。割不正，不食。不得其酱，不食。肉虽多，不使胜食气。惟酒无量，不及乱。沽酒市脯不食。不撤姜食。不多食。祭于公，不宿肉。祭肉不出三日。出三日，不食之矣。食不语，寝不言。”^①即是他在养生上所作出的最具体归纳。孔子除了归纳出哪些食物有害身体，绝对不食，还特别强调“食不语，寝不言”。吃饭时绝不和人讨论事情^②，一则会难以真正享受食物的滋味^③，其次也会影响消化。睡在床上也绝不和人说话，免得脑筋太活络，反而不容易入眠。

由孔子的三大谨慎，知人文思想必须要先回到对生命的关怀。不仅要让自己身心都健康，还要重视生命的源头，使自我能先肩负起传承与接续生命的重责，才会更看重自己的生命意义，也才可能因此而发挥出有益于人群的作用和价值。

（二）人文精神是教导如何当“人”的一贯之道

子曰：“吾道一以贯之。”^④曾子听完老师的话，可惜并没如同其他弟子，继续追问老师“一以贯之”的道为何，却替老师诠释：“夫子之道，忠恕而已矣！”忠是尽心尽力地完成自己的责任；恕是“己所不欲，勿施于人”^⑤，是设身处地替人着想的爱人行为。能够尽应尽的本分，还能“克己复礼”^⑥地尊重他人，当然便是个极完美的人生准则。但人一生要走的路是何等漫长，如何能将这一贯之道发挥得恰到好处，才更是成为人的最重要意义。孔子是中国人文精神的莫立者，对人在每一阶段，该用如何的态度去生活，便成了他“一以贯之”的最重要精华。为了能将“一以贯之”的内容梳理清楚，孔子便积极地从传统文献中去找寻养料，使他悟出：“性相近也，习相远也。”^⑦

① 《论语·乡党》，十三经注疏本，卷10，第89页。

② “直言曰言；论难曰语。”《诗经·大雅·公刘》，十三经注疏本，卷17，第618页。

③ “人莫不饮食也，鲜能知味。”《礼记·中庸》，十三经注疏本，卷52，第880页。

④ 《论语·里仁》，十三经注疏本，卷4，第37页。

⑤ 《论语·卫灵公》，十三经注疏本，卷15，第140页。

⑥ 《论语·颜渊》，十三经注疏本，卷12，第106页。

⑦ 《论语·阳货》，十三经注疏本，卷17，第154页。

原来人的本质尽管相近，但后天的习染却会让人产生不同的生命素质。若要改变，就得透过礼乐教化，使人的内在真诚既能被唤醒，还可被继续保存，并用最合宜的方式展现，人我之间才会拥有最美好的相处。故孔子教导冉求，治理国家要先“富之”，让百姓能安居乐业。但这仍然不够，还得“教之”^①，把精神文明带给百姓，使人人能活出内在涌现的力量，才可以成为一“文质彬彬”^②的君子。君子、小人其实只有一线之隔，愿持守忠信良善的，即是君子；一转为骄奢自大，行为便放荡，就会成为小人^③。可见君子、小人之别，只是生命志向的差别。教育便是要将百姓带向有志向的眼界，才不会只用本能，决定一切的行为和生命品质。

但眼界再正确、志向再高远，环境能否配合，也是影响人是否愿持守于正道的极重要原因。为了解决这问题，孔子终于“五十而知天命”^④。“天命”是由天道所赋予的人性^⑤。天道究竟赋予人何种人性？乃是喜、怒、哀、乐发而皆中节的“致中和”境界^⑥。人的情感和行为皆无过与不及，一切都维持在最合宜的状态，便绝对不会被环境的顺逆与否而击倒。但如何才能活出“致中和”的完整内涵？首先就得明白，实现天道所赋予的良善品质，才是符合人性所固有的生命^⑦。身为人就有责任，得护守住这个本性。至于外在的荣辱和成败，也是“天命”的一环，非人力所能掌控，我们的眼界便不能只落在成败上，否则不是丧失斗志，便是激昂得血脉偾张，总会在两极端里错估自己，便忽略生命价值是得先活得像人。这便是孔子所以要提醒世人“不知命，无以为君子也”^⑧的原因。

① 《论语·子路》，十三经注疏本，卷13，第116页。

② 《论语·雍也》，十三经注疏本，卷6，第54页。

③ “君子有大道，必忠信以得之，骄泰以失之。”《礼记·大学》，十三经注疏本，卷60，第988页。

④ 《论语·为政》，十三经注疏本，卷2，第16页。

⑤ “天命之谓性。”《礼记·中庸》，十三经注疏本，卷52，第879页。

⑥ 《礼记·中庸》，十三经注疏本，卷52，第879页。

⑦ “天命之谓性，率性之谓道，修道之谓教。”《礼记·中庸》，十三经注疏本，卷52，第879页。

⑧ 《论语·尧曰》，十三经注疏本，卷20，第180页。

要保持生命有真诚、有志向，还能知天命的局限，而不被荣辱得失的遭遇击倒，最好的做法，就是得不断地学习。孔子说他“发愤忘食，乐以忘忧，不知老之将至云尔”^①。就是因好学，才使他的生命能始终拥有超越的体会。知道要如何落实所学，并在不同的阶段，该做如何的准备。因此，他的人生才会只有“乐”，而没有“忧”。但究竟“乐”到何种程度？也仍是在“发而皆中节”的范围，可以“从心所欲”却“不逾矩”，因真理已在他心中顺势而为，故可“不知老之将至”，使生命能始终焕发着如年少般的热情，宛如从未遭遇过任何困境。

（三）人文精神是向内在而发展

孔子所强调的“文质彬彬”，是人文思想的最高境界。但“文”与“质”之间，仍有先后次序。这于子夏的问学中，即可彰显：

子夏问曰：“‘巧笑倩兮，美目盼兮，素以为绚兮。’何为也？”子曰：“绘事后素。”

曰：“礼后乎？”子曰：“起予者商也！始可与言《诗》已矣。”^②

子夏读《诗经》，不知“巧笑倩兮，美目盼兮”与“素以为绚兮”有何关联。孔子回答，绘画最后上的是白色。此即《周易·杂卦》所说的“贲，无色也”^③。美好的图画，完成后并不需要再添任何装饰，只有用无色才能最凸显所绘之美（将其余不纯白的纸张，涂上白色）。同理，美丽的姑娘，不是只有外表的巧笑和美目，更重要的是内在有无良善本质。良善本质可以更彰显她的巧笑、美目，即使穿着最素色的衣服，也能将丽质天生表露无遗。子夏极有慧根，一听便明白孔子所说的人文教化，是需先找到“质”，才能进行文化教导。“礼后乎”说明少掉真诚的本质，纵然再周到的礼仪，也是

① 《论语·述而》，十三经注疏本，卷7，第62页。

② 《论语·八佾》，十三经注疏本，卷3，第26页。

③ 《周易·杂卦》，十三经注疏本，卷9，第189页。

无用。这便是孔子一再说明的“人而不仁，如礼何？人而不仁，如乐何？”^①最美好的主体是人，不是徒靠外物装饰。人文精神是要引导人从内在提炼自我价值，内在丰富了，外在的礼仪，才可使内在美能始终充满着永不褪色的清新和朝气。

由此可见，“质”与“文”虽是一内一外，但外在的“文”也绝不能和内在的“质”脱节。“文”必须用于成就“质”，才可达成“文质彬彬”。“文质彬彬”是由内向外散发的精神之美，是内在的“质”被“文”调节后，所展现的淬炼结果。

然“文质彬彬”究竟如何淬炼，由孔子对学《诗》的探讨，极能道尽其中含义：

诗：可以兴，可以观，可以群，可以怨；迩之事父，远之事君；多识于鸟、兽、草、木之名^②。

《诗经》最大的特点为“诗无邪”^③。其所有情感都是最真切的，绝无为制造效果，便特意捏造不实的内容和情感。《诗经》既可以是文学作品，也可以是史料，故章学诚才会言“六经皆史”^④。《诗经》既为最真切情感，读之便易于与生命经历发生触动，这即是“兴”。有了“兴”，才会对人生进行反思，使学习能悟出心得，视野被更扩大，而观测出造就历史发展的一切必然。视野被扩大了，才能自发地进德修业和自我约束，与人相处将可明白分际，言行也会从传统中汲取必要养料，以展现出人文化成的儒雅，这即是“群”。“兴”和“观”均是内在本质被触动和培植后，所展现的生命进化。有了这层进化，除了可在人群中与人和谐共处，内在的良善也能被激起，而产生出“善”的可欲。“善”的可欲，可让人对现实和历史激起浓厚的抱负和热情，内在便可兴起不带一丝功利的最真诚批判，这便是“怨”。

① 《论语·八佾》，十三经注疏本，卷3，第26页。

② 《论语·阳货》，十三经注疏本，卷17，第156页。

③ 《论语·为政》，十三经注疏本，卷2，第16页。

④ （清）章学诚：《文史通义·易教上》卷1，上海书店1988年版，第1页。

完整的人格必须是内在被扩充后，所产生的智慧和力量。有了这层涵养，无论事父、事君，便皆可既有充分真诚，还能合于节度，无过与不及的迷失及缺憾。

（四）人文精神是让人的生命能始终洋溢着热情

我们所以会丧失热情，实是因对人生价值早已产生了错误的认知。儒、道两家皆已发现，天下混乱的关键，便在人不知如何肯定自己，因此才会用各种向外求取的手段，以填补内在的空虚和匮乏。孔子“发愤忘食，乐以忘忧，不知老之将至”^①，便是从学习的历程中，体验到精神可以不断向上提升的惊喜和乐趣。在不同的年龄层，孔子能拥有“十有五而志于学，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳顺，七十而从心所欲不逾矩”^②的灵性增长。这比世上任何珍宝都可贵，只有从心田所涌现的快乐，才是生命能始终洋溢热情的源头。颜回即使只能“一簞食，一瓢饮，在陋巷”，他人已“不堪其忧”，颜回却仍终身“不改其乐”^③，原因便在“所学夫子之道者足以自乐也”^④。夫子之道就是要先找回人活在这世上，所以可拥有独立人格的关键。这关键便是《中庸》所言：“天命之谓性，率性之谓道，修道之谓教。”^⑤人必须活出与禽兽有别的差异，只有这股差异，人的身上才可能看到足以振奋人心的精神和力量，这便是孟子所说的浩然之气。人和禽兽固然皆有“食、色性也”的生物本能，但人人也皆能发现，内在原来是具有真诚和良善。只要肯将能自觉又能反思的心灵好好运用^⑥，谁都能活出那股“至大至刚，以直养而无害，则塞于天地之间”“配义与道”“是集义所生”^⑦的浩然之气。这股浩然之气，不仅能令人“不失其赤

① 《论语·述而》，十三经注疏本，卷7，第62页。

② 《论语·为政》，十三经注疏本，卷2，第16页。

③ 《论语·雍也》，十三经注疏本，卷6，第537页。

④ （清）郭庆藩集释，王孝鱼点校：《庄子集释·让王》，第978页。

⑤ 《礼记·中庸》，十三经注疏本，卷52，第879页。

⑥ “心之官则思，思则得之，不思则不得也。此天之所与我者，先立乎其大者，则其小者弗能夺也，此为大人而已矣。”《孟子·告子上》，十三经注疏本，卷11下，第204页。

⑦ 《孟子·公孙丑上》，十三经注疏本，卷3上，第55页。

子之心”^①，还能“穷亦乐，通亦乐”^②。因心中已抱“仁义之道”，便足以活出“万物皆备于我矣，反身而诚，乐莫大焉”^③的丰足生命。

儒家更重视的是人群关系，于是知识分子所要活出的生命价值，便不能只如长沮、桀溺，为躲避现实遂隐居深山老林。知识分子必得舍我其谁地深入社会，找出乱象的根源，才能解救深陷于危机的百姓。此即“鸟兽不可与同群，吾非斯人之徒与而谁与！天下有道，丘不与易也”^④。《礼记·大学》：“大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善。”^⑤也是志于道的君子，必当终身努力肩负起的人生终极目标。眼界和志向若能立在群体的利益上，做到“得志，与民由之；不得志，独行其道”^⑥，“国有道，不变塞焉”“国无道，至死不变”^⑦，就足以问心无愧，“虽千万人，吾往矣！”^⑧

道家是从整体来论道，以为人只要回归到“道”里，便可做自己的主人，而不是为了任何微不足道的利诱，便把自主权交托出去，任凭他人摆布。其具备办法，首先就得要找出造成乱象和任人摆布的根源。于是道家便致力于打破与“道”相违的世俗判断，倡导：“不尚贤，使民不争；不贵难得之货，使民不为盗；不见可欲，使民心不乱。”^⑨在上位者一旦特意标举所认可的杰出人才，重视着稀罕之物，或特意展现对某些事物的偏好，都会引发社会产生恶性竞争，或沦为偷盗，或民心跟着浮躁不安。因为“上有好者，下必有甚焉者矣”^⑩，上位者喜好什么，下层的臣属和百姓，就会跟着受影响，甚至还会追求得更过头。因此，人若想活出独立价值，首先就得将一切不合于“道”的人为造作去除，认知人既是从“道”而来，就该在“道”

① 《孟子·离娄下》，十三经注疏本，卷8上，第144页。

② （清）郭庆藩集释，王孝鱼点校：《庄子集释·让王》，第982—983页。

③ 《孟子·尽心上》，十三经注疏本，卷13上，第229页。

④ 《论语·微子》，十三经注疏本，卷18，第165页。

⑤ 《礼记·大学》，十三经注疏本，卷60，第992页。

⑥ 《孟子·滕文公下》，十三经注疏本，卷6上，第108页。

⑦ 《礼记·中庸》，十三经注疏本，卷52，第881页。

⑧ 《孟子·公孙丑上》，十三经注疏本，卷3上，第54页。

⑨ （魏）王弼注，楼宇烈校释：《老子道德经注校释·第二十八章》，中华书局2008年版，第8页。

⑩ 《孟子·滕文公上》，十三经注疏本，卷5上，第89页。

中生活^①，才会找到生命的平衡。其中最基本的做法，就是要先放下对荣辱的患得患失。《老子·第十三章》：

宠辱若惊，贵大患若身。何谓宠辱若惊？宠，为下得之若惊，失之若惊，是谓宠辱若惊。何谓贵大患若身？吾所以有大患者，为吾有身，及吾无身，吾有何患？故贵以身为天下，若可寄天下；爱以身为天下，若可托天下^②。

为何宠、辱都会让人产生惊吓？傅佩荣先生对此有极切中要领的诠释，以为：

（宠）是别人让自己得宠，自己并没有自主性……得宠与受辱看似相反，但都是经由别人发动而让“我”来接受。……宠辱由外而来，使“我”失去自主性，无法维持人格尊严，所以说“若惊”^③。

原来人必先去掉由外界赋予的宠辱得失，才会“不以好恶内伤其身”^④，身心才能得到真正的自由和解放。外界的荣辱不过皆一时，不能成为永恒。况标准多是由世俗的认知来决定，只要时空转变，认知便会跟着移转。若每天都随着这些不定性的标准而追逐，岂能不累死？然而若要放掉得失，首先还得先放下对身体的执着。所谓对身体的执着，乃指外界对属于这身躯的我会用何种眼光看待。别人瞧得起或瞧不起，都不能决定和代表我的价值，我

① “绝学无忧。唯之与阿，相去几何？善之与恶，相去何若？人之所畏，不可不畏。荒兮其未央哉！众人熙熙，如享太牢，如登春台。我独泊兮其未兆，如婴儿之未孩，累累兮若无所归。众人皆有余，而我独若遗。我愚人之心也哉！沌沌兮！俗人昭昭，我独昏昏；俗人察察，我独闷闷。澹兮其若海，飏兮若无止。众人皆有以，而我独顽似鄙。我独异于人，而贵食母。”（魏）王弼注，楼宇烈校释：《老子道德经注校释·第二十章》，第46—47页。

② （魏）王弼注，楼宇烈校释：《老子道德经注校释·第十三章》，第28—29页。

③ 傅佩荣：《傅佩荣细说老子·第十三章》，上海三联书店2009年版，第22页。

④ （清）郭庆藩集释，王孝鱼点校：《庄子集释·德充符》，第221页。