

【诸子译注丛书】

列子

译注

严北溟 严捷 撰

上海古籍出版社



【诸子译注丛书】

江苏工业学院图书馆
藏书章

严北溟 严捷 撰

子

译注

上海古籍出版社

图书在版编目(CIP)数据

列子译注/严北溟,严捷撰. 上海:上海古籍出版社,2006.11

(诸子译注丛书)

ISBN 7-5325-4461-3

I. 列... II. ①严... ②严... III. ①道家②
列子-译文③列子-注释 IV. B223.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第061074号

诸子译注丛书

列子译注

严北溟 严捷 撰

上海世纪出版股份有限公司出版、发行

上海古籍出版社

(上海瑞金二路272号 邮政编码200020)

(1)网址:www.guji.com.cn

(2)E-mail:guji@guji.com.cn

(3)易文网网址:www.ewen.cc

发行所:上海发行所发行经销 上海市印刷四厂印刷
开本 850×1156 1/32 印张 8.25 插页 5 字数 190,000

2006年11月第1版 2006年11月第1次印刷

印数:1-3,300

ISBN 7-5325-4461-3

B·563 定价:20.00元

如发生质量问题,读者可向工厂调换

责任编辑 李明权

封面设计 严克勤 洪理文

前 言

(一)

唐天宝元年(公元742年),笃信道教的唐玄宗下旨置“玄学博士”,并以四部道家著作为经典,士人习之可以应试科举。其中一部被奉为《冲虚至德真经》的,就是摆在我们面前的这本相传为战国列御寇所撰的《列子》。

但是时隔不久,便有人对这部经典的真伪发生了怀疑。柳宗元率先,高似孙继起,于是考辨《列子》真伪者不绝于史,至今可说是真相大白了:原来《汉书·艺文志》所著录的《列子》八篇早已亡佚,今本《列子》八篇从内容看掺杂着大量魏晋思想;从语言使用看,出现许多先秦所不能有的词汇,其出于魏晋间人的伪托是无疑的。

由于《列子》被判为伪书,列御寇其人的存在也成了怀疑的对象。根据《庄子·天下篇》、《荀子·非十二子》论道术流变及于诸家,独不提列御寇;而司马迁撰《史记》也无一字涉及列子,宋高似孙便认为:“岂御寇者,其亦所谓鸿蒙、列缺者欤?”(《子略》)将之归入神怪杜撰一类。

但现存的史料片断,却从不同角度肯定了列子的存在。《汉书·艺文志》班固注“圉寇,先庄子,庄子称之”,而《庄子》一部书确有十多处提到列子,似无不有所据。《庄子·让王篇》谓:“子列子穷,容貌有饥色,客有言之于郑子阳者。”子阳之事可见《吕览·适威》,又见《淮南子·汜论》,这证明列子与子阳同时,据《史记·郑世家》说,“郑繻公二十五年,郑君杀其相子阳”,则其时为公元前389年。另据《战国策·韩策》:“史疾为韩使楚,楚王问曰:‘客何方所循?’曰:‘治列子圉寇之言。’曰:‘何贵?’曰:‘贵正。’”郑于前375年为韩所灭,韩徙于郑,史疾据以习闻御寇之言,似属可信。

可是此处说列子“贵正”,而《尸子·广泽篇》及《吕氏春秋·不二篇》却说“子列子贵虚”。正即正名,虚则无名,岂不自相矛盾?故清人汪继培《列子序》云:“其文或浅近卑弱,于《韩策》所称贵正,《尸子》、《吕氏春秋》所称贵虚之旨,持之不坚,故先儒多疑其伪。”其实列子倒从来没有“持之不坚”的地方,从《庄子》所描述的列子行事看,他一生正是“离形去智,泊然虚无,飘然与大化游”,故“贵虚”方为正宗。史疾游说者流,其言殊不可信。

要之,列子是战国时身居郑国圃田的一位隐者。他有自己的老师、同学以及弟子,崇尚清虚无为,顺性体道。所学的那一套本事如“心凝形释,内外尽矣”以及壶丘子向神巫季咸所显示的“杜德机”、“衡气机”、“太冲莫朕”等相,很有点像后人的辟谷、导引、入定等气功术,而他思想特点的形成又同这很有关系。庄子“心斋”、“坐忘”等修身方法受其影响也未可知。也像庄子一样,列子虽然穷得“容貌有饥色”,却不肯出仕而“为有国者所羁”。他当然不会想到,千年之后竟会被捧上“冲虚真人”的宝座,也不会想到居然有人会代为立言,而且伪造得如此言之凿凿,乃至酿成千古公案。那么,谁是伪造《列子》的作者呢?

历代考辨家大多把怀疑的眼光盯住《列子》注者张湛。据《世

说新语·任诞篇》注引《晋东宫·官名》，张湛字处度，高平人，仕至中书侍郎、光禄勋。他作《列子注》，序中自称，其祖父曾于永嘉之乱渡江，根据从王宏、王弼家所得而仅存三篇的《列子》，加上从刘正舆和王弼女婿赵季子家得到的残编九卷，然后“参校有无，始得其备”。因张湛叙述得书源流，辗转不离王氏，而且西晋玄风正盛，却不见诸家引称《列子》者，后人就认为张湛此说实在是欲盖弥彰，逃不脱作伪的嫌疑。但是，如果肯定是张湛伪造《列子》，就无法解释以下两点：

一、张湛于正文常有不解之处，如《仲尼篇》“孤犊未尝有母”句下注道“未详此义”；甚或有注释错误之处，如“不生者疑独”之“疑”应训为“定”，张注却训为“疑惑”；时亦有纠正原文之处，如《力命篇》说子产杀邓析，张注便据《左传》给予纠正。既然自撰自注，怎会有不通不解之处？

二、张湛注谓《列子》之旨“往往与佛经相参”，“群有以至虚为宗，万品以终灭为验”。其实《列子》虽然受了些佛教“幻化生灭”等说影响，但仍肯定“道”亦即世界物质本体及规律的客观存在，而当时流行中土的大乘般若学则以万物空无自性而否认世界的真实本质，两说大相径庭，怎能“相参”？更从张注表现的思想看，主要是调和当时“贵无”和“崇有”两种相反的学说，这同《列子》主旨亦不尽相同。另外张注还有批评正文处，如《杨朱篇》讥讽伯夷和展禽，张湛便说“此诬贤负实之言”。既然自撰自注，怎会与正文有如此的思想差距？

因之，我们不能同意张湛作伪说，尽管《列子》有今日之貌，全赖他的保存整理，但这与伪造毕竟是两码事。另有近人马叙伦以张湛之祖得书于王氏，怀疑是王弼之徒所伪造，也只能算是臆测。我们倒倾向于他在《列子伪书考》中说的：“盖《列子》书出晚而亡早，故不甚称于作者。魏晋以来，好事之徒，聚斂《管子》、《晏子》、

《论语》、《山海经》、《墨子》、《庄子》、《尸佼》、《韩非》、《吕氏春秋》、《韩诗外传》、《淮南》、《说苑》、《新序》、《新语》之言，附益晚说，成此八篇，假为向《序》以见重。”但此说尚须纠正的是，从《列子》文气简劲宏妙、内容首尾呼应自成一体的特点看，似乎不可能在这样一个长时期内经过多人多次的增窜而成，而只能出于一家之手笔。倘此说成立，便可将成书时间缩到一个小的范围。根据《周穆王篇》本自《穆天子传》，而后者系西晋太康二年与《竹书纪年》等册简同出于魏襄王或魏安釐王冢，可定其成书最早不会超过公元 281 年，至迟不晚于永嘉南渡（公元 315 年）前后。至于伪作者谁，在没有可靠资料证明之前，最好不要捕风捉影。

以往学者辨明某书为伪，无不像对待文物赝品一样，以弃之为快，如梁启超的《古书真伪及其年代》便举《列子》为例狠狠说道：“有一种书完全是假的，其毛病更大，学术源流都给弄乱了。”其实，这种态度未必真科学。就《列子》而言：

第一，如果杂纂诸家之言，最多只能弄出一个大拼盘，怎会造出《列子》这样有整个思想体系的重要著作？妥当的解释是，其一，伪作者自有其一贯之道，他据此来剪裁诸家之说；其二，伪作者当有所本，亦即不能排斥这种可能性，今本《列子》中有部分章节正是先秦《列子》的佚卷，在伪造时作为线索被补缀进去，因此它并非全盘伪造，而是伪中杂真。这一点，宋人黄震、明人宋濂至清人姚际恒、姚鼐都有觉察，是比较客观的。试以《天瑞篇》为例。其首章“有生不生，有化不化……不生者疑独，不化者往复”一段，不见于先秦两汉群籍。“疑独”之“疑”，张注为：“疑其冥一而无始终”，亦即训“疑惑”，作动词用。译成白话，即“不生者怀疑是独立的”。而后一句“往复”二字则全作形容词用，译成白话是“不化者是往复无穷的”。两句虽骈联而出，辞气却极不相称。其实张注全是误解。《诗经·桑柔》有“靡所止疑”，传曰“疑，定也”。《说文》

段注认为此“疑”应是“𡗗”之误，“𡗗”训“定”，“疑𡗗相似，学者识疑不识𡗗，于是经典无𡗗”。“疑独”之“疑”显系“𡗗”的传抄之误，应训做“定”，译成白话即“不生者是独立不改的”，便与后句辞气连贯。看来张湛不识“𡗗”，而传《诗经》的毛亨也不识此字。《毛传》出于西汉，可见“𡗗”字在当时已鲜为人知，由此似可判断上面一章应为先秦佚文，此章之下“谷神不死”一段，抄自《老子》六章；再下“有太易，有太初”一段，抄自《易纬·乾凿度》；“清轻者上为天”一段，抄自《淮南子·泰族训》；后面“种有几，若蛙为鹑”则抄自《庄子·至乐篇》，皆有所出，可是它们一旦缀合，便自成体系，表达了《列子》独特的自然天道观。这里似可显出伪造《列子》者以《列子》佚书为纲，兼采众家以从事再创作的高明手法。

第二，《列子》还保存了不少先秦佚书的片断，如鬻子之言四段，不见于今本伪《鬻子》书，有人认为可能是古《鬻子》的残遗；另如《杨朱篇》，古来就有人因其辞气不类，而怀疑其中有先秦杨朱的佚文。至于书中许多富有价值的寓言故事，如《愚公移山》、《鲍氏之子》等，皆为他书所无，全赖《列子》得以保存至今。

第三，说《列子》是伪作，只是说它不能代表先秦的思想，但既已查明它成书于魏晋时期，它便可代表当时的某种哲学思潮，这非但不会将学术源流弄乱，反而使我们发现了魏晋哲学的逻辑发展中一个不可或缺的一环，这便是下面将重点讨论的内容。

(二)

魏晋玄风煽起，标志着哲学思维的大深化。《列子》因是杂纂诸家，代先人言，自然不好直接使用当时流行的许多新范畴，但就全书思想倾向看，它并没有回避有关本末、有无、名教、自然等问题的激烈论争。看得出，《列子》赞同王弼等贵无派对两汉神学目

的论和谶纬迷信的批判,却又反对他们“以无为本”的精神实体;它赞同裴頠等崇有派“无不能生有”的观点,却又断然毁弃他们所推崇的礼教纲常。更突出的是,它不满于两汉元气论用特殊物质去说明万物生成,进而将眼光探到世界的背后。它的宇宙观包括三个层次。

一、它首先提出“有生不生,有化不化;不生者能生生,不化者能化化”。所谓“生者”、“化者”,指生死代谢的具体事物;所谓“不生者”,“不化者”,便是比具体事物更为根本的东西,亦即“道”。“道”的特性是“往复,其际不可终;疑独,其道不可穷”,即是说,“道”在永恒的循环运动中化生万物,而本身则无增无减,独立不改。显然,具有这种无限特性的,除了客观世界本身,别无他物。因此,《列子》的“道”便是对世界总体的称谓。具体的、特殊的物质如精气或元气,不能说明世界无限多样性的统一,因为世界统一性即是世界的本质,本质是普遍的、无形式的。用某种特殊物质当做世界的本质,势必陷入既是具体而感性的,又是普遍而无形式的两难推理。只有普遍而无形式的“道”,才好拿去做普遍而无形式的世界本质。《列子》的抽象思维水平显然高出前人一筹。

但仅止于此,还无法判断此“道”的实质究属物质还是精神。因为这时候说的“道”并非存在本身,还只是对世界本体的一种抽象概括,一种“纯思”或曰主观映象。早在《列子》之前,就有不少哲学家已经达到了这种抽象,如扬雄的“玄”、王弼的“无”或“至道”同样是对独立于人意识之外的世界本质的抽象。问题的关键,在于用“道”去作为世界本体时,究竟怎样解释它与万物的关系?因为“道”的属性只有在这种关系中方能显现出来。偏偏在这一步,许多人纷纷失足。他们不懂本质与现象割裂不得,只能是道在物中,物自体道。“道”脱离了物,即便刚才还是对世界物

质本质的正确抽象,也会立刻变成一种虚构的精神实体。因而,一旦他们把这种“道”以“崇本息末”的方式凌驾于万物之上,便是将纯思辨的产物充做了世界的本质,于是这种“道”实质上便离“上帝”相去不远了。不仅扬雄、王弼,就连先秦道家巨擘老、庄,只要谁试图对世界本质作更高的抽象,就会在这个问题上堕入迷雾。可见,要克服“道”的精神实体化,就必得从本质与现象、普遍与特殊、主观思维与客观存在的矛盾统一上,去正确解决“道”与“物”的关系。

二、幸运的是,《列子》在此未曾失足,大概是王弼首创的“体用不二”命题淬砺了它的辩证思维能力。王弼用“体用不二”的辩证方法来强调“用以无为本”的唯心观点,而《列子》则用它来剖析“道”“气”关系,以此揭开道的第二层次——宇宙万物的生成过程。

它指出:“夫有形生于无形,则天地安从生?故曰:有太易,有太初,有太始,有太素。太易者,未见气也;太初者,气之始也,太始者,形之始也;太素者,质之始也。”这个生成运动一直发展到“天地含精,万物化生”。说“太易者未见气”,岂不是认为世界有一个绝对虚无的本体么?说“太初者气之始”,岂不是说世界有一个发展的开端么?不对。首先,《列子》否认“无能生有”,而是认为“有形生于无形”,“无形”非“虚无”之谓,而是无形体之谓。其次,《列子》所说“太易者未见气”,是指太易时不见有形之气。究其实,“太易”很像庄子的“芒芴”。《庄子·至乐篇》云:“察其始而本无生,非徒无生也而本无形,非徒无形也而本无气。杂乎芒芴之间,变而有气,气变而有形。”这里说“芒芴”无气,同样是说无有形之气。“芒芴”同“浑沦”同“忽恍”,皆一声之转,而“忽恍”据《老子》十四章说即是“其上不皦,其下不昧,绳绳不可名,复归于无物,是谓无状之状,无物之象,是谓忽恍”。可见“太易”指的是一种比有形之气更为原始

的物质。《列子》形容它“视之不见，听之不闻，循之不得，故曰易也”，此句源自《老子》十四章“视之不见名曰夷，听之不闻名曰希，搏之不得名曰微”，故张湛注道：“易亦‘希’简之别称也。太易之义如此而已，故能为万化宗主，冥一而不变者也。”这说明，《列子》的太易便是气之本体，万象世界都是这气本体聚散变化的结果。其后有一段“舜问乎烝”的故事，说明“道不可得而有”是因为“天地强阳，气也，又胡可得而有”。这里用“太易”把“道”与“气”统一起来，对“道”作了第一个物质性的规定。

三、在第三层次中，《列子》通过一段有关生物进化的描述，突出强调了“种有幾”和“万物皆出于机，入于机”的观点。“幾”，即“幾微”，《易·系辞下传》谓“幾者，动之微”，义指极细微的质素。“机”，即自然，如《庄子·至乐篇》成玄英疏：“机者发动，所谓造化也。”造化乃自然之谓。这里说明，万物皆种，以不同形相禅，幾微入水，则为续断，为青苔；登陆，则为草，为虫，为鸟，为兽，乃至为人；人死又化成幾微，返回自然界无穷的循环变化中。这里的进化程序用现代生物学眼光看固然有点可笑，但在当时能够出现这种进化论思想，又是十分可贵的。更加可贵的还在于，它以此来肯定非生命物与生命物在物质基础上的统一，使“道”在此又获得第二次物质性的规定。

通过这三个层次，《列子》分别从世界本体的角度，从万物生成的角度，从物种进化的角度，论证了世界的物质统一性。这三大段如果分开看，什么都不是，但一经结合成整体，便相互联系，相互统摄，形成由抽象到理性具体，由微观到宏观，由局部到总体的层次，使“道”、“太易”、“机”三个相等价的范畴构成一个整体，从不同侧面表示出“道”与“物”的有机统一，合而言之，“道”即是“气”，即是“幾”；分而言之，“道”是体，“气”和“幾”是具体运动状态。

推其原,《列子》以“道”“易”“机”三结合来解决道、物关系的做法,直接是对东汉张衡、王符的继承。张衡已经开始把他的宇宙形成论同本体论结合起来,将天地的起源分成“溟滓”、“庞鸿”、“天元”三个阶段,分别作为“道之根,道之干,道之实”(《灵宪》)。王符则以“道”作为“气之根”,将“气”作为“道之使”,“必有其根,其气乃生,必有其使,变化乃成”(《潜夫论·本训》),亦即道气一体,体用一原,道即气之体,气即道之用。《列子》则进一步发展了他们的观点,出现了元气本体论的萌芽。

今人已经发现张载是通过中唐柳宗元“太虚元气说”这一中介,把东汉王充的元气自然论转化为他的元气本体论的;而从现有资料看,柳宗元在自然观上的成就又同王弼有很大关系。柳宗元时即从父学王弼的易学,常说未读韩康伯的《周易注》和孔颖达的《周易正义》就不能知所谓《易》,而韩、孔易学只是对王弼易学的诠释补充。我们则认为,柳、王之间还应有一个过渡环节——《列子》书。从上述看出,《列子》正是抛弃了王弼以无为本的精神实体,但同时又吸取了他关于体用、本末、动静等范畴中的辩证法因素,才得提出接近元气本体论的“道、气、幾”实体。这条思想路线同柳宗元是一致的。柳宗元当悉心揣摩过《列子》,并深受其影响,这从他对《列子》的过分奖誉,乃至置《列》于《庄》之上,可以窥见。他在《辨列子》一文中谓《列子》“虽不概孔子之道,然而虚泊寥阔,居乱世远于利,祸不得逮于身,而其心不穷,《易》之遁世无闷者,其近是与?余故取焉。其文辞类《庄子》,而尤质厚,少伪作,好文者可废耶?”因《列子》杂纂一篇常由数家之言合成,故自己的观点多不直抒,而是隐藏在篇章段落的关系之中。不了解《列子》的特点,就可能见仁见智,相差很远。倒是柳宗元独具只眼,只因后人不解柳文深义,反讥其不识货。如清人姚际恒便说:“柳子厚曰:《列》较《庄》尤质厚……如此之类,代代相仍,依声学

古。噫！以诸公号能文者而于文字尚不能尽知，况识别古书乎？”（《古今伪书考》）其实倒是他“不能尽知”，不知柳宗元对王弼贵无本体论的借鉴原是承着《列子》的一脉。

（三）

《列子》能在元气理论上达到如此高度，同它有着较丰富的辩证法思想分不开。书中有关物质与运动不可分，时空无限与有限统一等精彩论述在在可见。

它借鬻熊的话说：“运转亡已，天地密移，畴觉之哉？”（《天瑞篇》）即运动瞬息不停，天地暗暗移动，不靠理性思维的把握，谁能感觉到呢？当然，早在先秦两汉，就已经有不少人发现，不但天在运动，地也在运动，如汉代《尚书纬·考灵曜》指出：“地恒动不止而人不知，譬如人在大舟中，闭牖而坐，舟行不觉也。”（《太平御览·地部》引）但《列子》则进一步从哲学的高度，指出运动乃是事物的普遍规律。张湛有一段注文比较正确地阐发了此文旨义：“夫万物与化为体，体随化而迁。化不暂停，物岂守故？”这便是说，物质与运动同为一体，不可分割，物质在运动中发展。“化不暂停”，因而一物向他物的转化是绝对的；“物岂守故”，于是任何事物的常住性只是相对的。

那么，物质又如何运动呢？夏革回答殷汤道：“物之始终，初无极已，始或为终，终或为始，恶知其纪？”（《汤问篇》）这句话包含三层意思。其一，具体事物有终有始，但世界总体的运动转化则无始无终，“初无极已”。其二，每一事物都是总体长链上的一环节，此一物的终结，即彼一物的开始，间不可分。其三，由于始终相续，互为因果，因而任何事物决无孤立之理，世界万物的普遍联系，就表现在物之始终相续的运动转化中。

它说：“故物损于彼者盈于此，成于此者亏于彼。损盈成亏，随世(生)随死”(《天瑞篇》)，“自短非所损，自长非所增”(《力命篇》)，更表明，物质和运动可以从一种形态(如损亏)转化为另一种形态(如盈成)，但宇宙总体则既无损亦不增。这是老子“道兼变常”观点的发展，并直接为王船山所谓“(气)聚散变化，而其本体不为之损益”(《正蒙注·太和篇》)的质量守恒思想奠定了基础。至于“一气不顿进(尽)，一形不顿亏”(《天瑞篇》)的观点乃是承认事物的渐变，而“间不可觉，俟然后知”(同上)则包含着突变的意味。“积于柔则刚，积于弱则强，观其所积，以知祸福之乡(向)”(《黄帝篇》)说明任何相对待的事物可以转化，柔由于积(量变)可达到自身的否定——刚(质变)。这里不同于传统的“物极则反”。物极必反，指不极不反，忽视了量变之中的局部质变。王夫之就反对物极方反的观点，认为对立实相蕴涵，一事物正在发展中，其中所蕴涵的相反即渐成长而出现，因而“方动即静，方静旋动，静即含动，动不舍静”，“岂皆极其至而后反哉”？(《思问录·外篇》)《列子》所谓“观其所积，以知祸福之乡”，指在事物量的积累中，便可知其质变，就已经包含了这一可贵的思想。

但更为可贵的是，《列子》已经初步意识到物质运动转化的无限性，就在于其本身结构层次的无限性。《汤问篇》中，夏革说了“古初无物，今恶得物”以肯定物质只能产生于物质，而物质是无限的以后，又进一步提出“无则无极，有则无尽”的命题。(“无尽”原文应为“有尽”，据陶鸿庆《读列子札记》说，有尽为无尽之误。)第一个“无”字是“虚空”的别称，故“无则无极”指的是宏观世界的无限；所谓“有则无尽”，则指微观世界的无限。(如陶鸿庆谓，“有则无尽”者，即公孙龙所谓“有物不尽”，惠施所谓“一尺之棰，日取其半，万世不竭”。)为了说明宏观世界的无限，它指出了“四海、四荒、四极”乃至“含万物者”、“含天地者”等递相包含的层次；为了

说明微观世界的无限,它用了“含万物也故不穷”的警句,最后又把宏观、微观统一起来,提出“大小相含,无穷极也”的宝贵命题。这显然继承了先秦名家惠施“至大无外,谓之大一;至小无内,谓之小一”的命题,但《列子》的辩证思维要比惠施那种单纯的概念分析要科学得多。它意味着物质层次结构是无穷尽的,而每一层次结构又都包含有限与无限的相互对待。比如它在“杞人忧天”的故事中指出“天地不得不坏”,即作为一个特定层次结构的“天地”,在时空中的存在是有限的;而这里又说天地因为“含万物也故不穷”,乃指天地自身包含着无限的结构层次,各层次结构之间的运动和转化又是无限的。因而“天地”既不得不坏,又无穷无尽。无限存在于有限,有限包含无限,物质作为特定结构是有限的,但对于物质运动转化的无穷序列来说又是无限的。应该说,《列子》这种朴素辩证法思想达到了相当高的程度;在它之前,还很少有人如此透彻而明确地提到这个问题。

《列子》丰富的辩证法思想同它善于吸收当时自然科学的成果又是分不开的。在《天瑞篇》中它用古人对生物进化的猜测来论证物质的统一性,《周穆王篇》中采取秦汉时重要医学文献《灵枢经》的文字,解释成梦的原因,以正确说明形神关系。特别是“杞人忧天”故事中所提出的宇宙理论,当直接来源于后汉郅萌所传述的“宣夜说”,比“盖天说”、“浑天说”更为科学。两汉魏晋的哲学家一般都从元气论的立场去探讨宇宙天文,但在辩证思维水平上却有高下之分。王充认为“夫天者,体也,与地同”(《论衡·谈天》),把天看成与地同为固体,并不正确;而《列子》不仅认为天是“积气”,同时认为日月星辰是“积气中之有光耀者”,这同杨泉说的“夫天,元气也”,“星者,元气之英”当有直接关系。但杨泉却又认为“日月之精为星辰,星辰生于地”(《物理论》),而《列子》则避免了这一缺陷,指出日月星辰云雾虹蜺,都是“积气之成乎天者

也”。至于“天地不得不坏，则会归于坏”的见解，也显然比王充“天地不生，故不死”（《论衡·道虚篇》）的看法要高明。尤其《列子》认识到，天地虽然是肉眼所能见到的有形物中之最巨者，但却不过是广漠无垠宇宙空间中的一个“细物”，其中不仅包含着可贵的辩证思想，而且在它所描绘的这一幅宇宙图景中，可以看出“地载气而浮”的认识萌芽。《列子》以前的哲学家即便已经用“天乘气而立”来解决“天”的问题，但对“地”的运动论述却十分落后，就连比较正确的杨泉也认为地“载水而浮”，直到北宋张载明确指出“地在气中”（《正蒙·参两》），才算解决了地球浮于气中的问题。于是，《列子》所谓“天地者，空中之一细物”的见解，便有抹煞不了的理论价值。

同先秦道家一样，《列子》也用较多篇幅论述了“养生”与“体道”的关系，亦即如何修养身心以把握世界本质及其规律。认识到“至道不可以情求”（《黄帝篇》），则偏执于名言概念或感性具体的方法无法认识世界本质，必得依靠理性思维，这无疑是正确的；认识到耳目感官造成的错觉谬见会妨害认识的正确性，因而提出“在己无居，形物其筭，其动若水，其静若镜，其应若响”（《仲尼篇》），即像水一样顺从自然规律，像镜子、回声一样如实反映客观世界，这无疑也包含有唯物反映论的合理因素，但过分强调名言概念和耳目感官的局限，不知它们乃是联接主客体的桥梁，因此认为“善若道者，亦不用耳，亦不用目，亦不用力，亦不用心”（《仲尼篇》），就不免使人对世界总体的把握变成一种“默而得之，性而成之”的神秘直觉。

但是，同前期道家片面强调“涤除玄览”（《老子》十章），“不出户，知天下；不窥牖，见天道”（《老子》四十七章）有所不同，《列子》并非提倡坐而体道，而认为只有通过长期实践，才能达到对至道的直觉体验。《黄帝篇》、《仲尼篇》中包含二十多个寓言故事，为