

CCTV10

百家讲坛
LECTURE ROOM

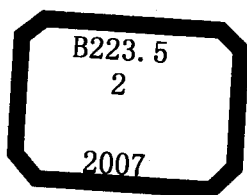
于丹

《庄子》心得

于丹 著

中国民主法制出版社





于丹
《庄子》
心得

于丹 著



中国民主法制出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

于丹《庄子》心得 / 于丹著. — 北京: 中国民主法制出版社, 2007.2 (2007.3 重印)

ISBN 978-7-80219-226-3

I. 于... II. 于... III. ①道家②庄子—研究 IV. B223.55

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 018692 号

图书出品人 杨瑞雪

全案统筹 郭林茂

责任编辑 赵卜慧

书 名 于丹《庄子》心得 YUDANZHUANGZIXINDE
作 者 于丹 著

出版·发行 中国民主法制出版社

地 址 北京市丰台区右安门外玉林里 7 号 (100069)

电 话 010-63292534 63057714 (发行部) 63053367 (总编室)

传 真 010-63056975

[Http://www.npc.gov.cn](http://www.npc.gov.cn) E-mail: MZfz@263.net

经 销 新华书店

开 本 16 开 700 毫米 × 1000 毫米

印 张 10 插页 18 幅

字 数 183 千字

印 数 1,000,001-1,200,000 册

版 本 2007 年 2 月第 1 版 2007 年 3 月第 2 次印刷

印 刷 北京画中国印刷有限公司

书 号 ISBN 978-7-80219-226-3/K·47

定 价 20.00 元

出版声明 版权所有, 侵权必究。

(如有缺页或倒装, 本社负责退换)

我们的心 可以遨游到多远

——《于丹〈庄子〉心得》自序

在《百家讲坛》录完《〈论语〉心得》的那一天，制片人万卫老师问我下一个选题讲什么？我几乎没有犹豫地回答：“《庄子》。”

2006年有首歌唱得很红，叫做《隐形的翅膀》。庄子这个名字藏在我心中很多很多年，蹁跹如蝶，每每在我滞重胶着的时候，透进天心一线亮光，给我摆脱地心引力的力量。

从很小的时候就喜欢《庄子》的一句话：“乘物以游心”，但是用了很长的时光也没有想得明白：我们的心究竟可以遨游到多远？

庄子自称写了一卷“谬悠之说，荒唐之言，无端崖之辞”，并且放言：“以为天下沉浊，不可与庄语”，所以我在床头放了好几年陈鼓应先生的《庄子今注今译》，却一直不敢以为读懂一二。天地大道，法乎自然，庄子于虚静中挥洒着他的放诞，于达观中流露出些许狡黠，我情愿用一生的体温去焐热这个智慧的名字，渐行渐远，随着他去“独与天地精神往来”。

读大三那一年，中文系浩浩荡荡去游泰山，对中国文人而言，秦皇汉武曾经封天禅地的五岳之尊就是一个成人仪式的圣殿，可以凌绝顶、小天下、见沧海、现我心。我们一群半大孩子，从凌晨三点就意气蓬勃，赶着去看泰山日出。自中路而上，两边的石刻碑文像一卷徐徐展开的大书，古圣先贤端庄肃穆，一重又一重的激励怦怦荡开我们青涩年纪上正在长成的襟怀，因为

相信“登山必自”，所以我们没有人用拐杖助力，一步步用青春躯体丈量过这条千古励志之路，真真切切体会到“士不可不弘毅，任重而道远”的况味，一路晨光熹微，从墨黑的天色里透出月白、水蓝，直到嫣红姹紫，烧出满天云蒸霞蔚……此一刻，我们刚好迎着山巅长风，感受了“海到尽头天作岸，山登绝顶我为峰”的豪迈，这条迎着生命朝阳的朝圣之路，让我忽然顿悟：这就是儒家的践行之道，千里之行，积于跬步，直至天下担当。

下得山来，第二天休整，我心中却隐隐悬着一个不甘的愿望，想去看看传说中的后山。于是一个人偷跑出去，自清晨开始从后山小路独自攀援。80年代中期的这条路并没有修得太好，常常断路，需要四肢并用，一路上除了泰山挑夫，罕见游人。然而那是怎样一番山川奢华的气象啊——遍山葱笼，蓊蓊郁郁，山花肆意烂漫，怒放得不计成本，整座仲夏时节的泰山，生机盎然，充满了灵动的深情……我心中返响起“天地有大美而不言，四时有明法而不议，万物有成理而不说”这句话，又一次开悟：鲜有碑铭的后山用自然造化完成了对我生命的另一种成全，阳光中折射出庄子的微笑。

前山之路是儒，授我以使命，教我在社会人格中自我实现，以身践行；后山之路是道，假我以羽翼，教我在自然人格中自我超越，心灵遨游。如果以《三五历纪》中盘古的寓言忖度，中国文化的人格理想当为“神于天，圣于地”，天地人三才共生共长。那么，儒家给我们一方坚实大地，道家给我们一片自在天空，人在其中，是以心灵无疆。儒家教我们承担了重任，而道家让我们举重若轻。

那一年，我十九岁，庄子成为我心中隐形的翅膀。

流光一闪二十年，红了樱桃，绿了芭蕉。生命的成长一如庄子的另一句话：“外化内不化”，对外在世界越来越多宽容感恩，融合于规则，而内心的执守日益打磨得坚毅无悔，不再怀疑是否真地可以用一生把梦想刻划成真。

所以，当《百家讲坛》选择了我的时候，我愿意把心中这双翅膀放飞到所有人心的晴空之上。

在电视的讲坛上，论的不是南华真经，读的不是哲学典籍，能用来“讲”

的只是一己心得，但愿千心万心，有感有悟，性情所至，以庄子之名给自己一些华丽豪迈的梦想，让生命境界摆脱“有用”事功，化为鲲鹏，畅意一回天地遨游……

《庄子》选在春节开播，在中国人最在乎的这个大年里，人们自觉不自觉地总会停下脚步，有意无意地做一番盘点。那么，就让我们用自己的生命激活经典，用经典的力量还我们生命一副本来模样，可以天真，可以飞扬。

此刻，我乘坐的航班从香港飞回北京，一座光影斑斓的城市在机翼下舒展开它的辉煌。再一次想起少年时储藏于心的那句话：“乘物以游心”，我如同反刍一般咀嚼了二十多年，仍然感到力不从心……“虽不能及，心向往之”。

列御寇御风而行，犹有待也，我们的一己人生，要酝酿多少智慧和勇敢，才可以终至于“彼且恶乎待哉”的骄傲境界？

穿越千古尘埃，用庄子的名义问自己一个问题：今生今世，我们的心到底可以遨游到多远……



2007年2月12日
于香港至北京航班上

目 录

我们的心可以遨游到多远

——《于丹〈庄子〉心得》自序..... 于 丹 I

庄子何其人 1

庄子是诸子百家中一个重要的代表人物。人们把孔子称为“圣人”，却把庄子称为“神人”。如果说孔子是儒家的代表，那么庄子就是道家的化身。

境界有大小 11

境界的大小决定了对事物的判断，站在大境界上，就会看到天生我材必有用，而站在小境界上，只能一生碌碌无为。

感悟与超越 21

庄子的人生哲学是淡泊为大。只有超越了所有的功名利禄之心，才能感悟到人生的最高境界。那就是庄子所说的“逍遥游”。

认识你自己 31

只有真正清醒地认知了自己，才可能获得成功的人生。而认识自己，却是一件非常难做到的事。

总有路可走 41

善于讲寓言的庄子，借用了一个个外表丑陋近乎狰狞的怪人表达自己的观点：无论人生遇到什么情况，世界上总有路可走。

谈笑论生死 49

庄子之所以能够笑谈生死，是因为他悟出了生死的真谛，那就是：生和死，不过是一个形态的变化。

坚持与顺应 59

庄子认为，在人的内心应该坚持自己的秉性而不要随波逐流，而面对外在的世界，则应该通达和顺应。

本性与悟性 67

人的本性是无羁无绊的，但由于太多的物质利益使我们迷失了人的本性，才会被功名利禄所累，丧失了快乐的人生。

心态与状态 77

庄子用他的许多寓言故事告诉我们：一个人做事时，如果患得患失，如果心有所虑，那他所有的经验和技巧，都不可能得到最好的发挥。

大道与自然 87

《庄子》中讲了许多寓言故事，这些寓言故事无论是尖酸刻薄，还是讽刺挖苦，其中的奥秘只有一个，那就是“大道合乎自然”。

《庄子》原文 97

庄子是诸子百家中一个重要的代表人物。他的文章气势磅礴，纵横恣肆；他的思想深邃宏阔，笼盖古今；他的寓言想像奇特，寓意深远；他的风格嘻笑怒骂，了无拘囿。

他看破功名，不屑利禄，甚至对于死亡，他也有着自己独到的见解。庄子到底是一个什么样的人呢？

今天我们来说一个人：庄子。

庄子这个名字历代传诵。大家都知道庄子是一个“乘物以游心”，可以“独与天地精神往来”的人。他上穷碧落下黄泉，嬉笑怒骂，说尽天下英雄，但其实他的内心并不激烈。

在《庄子》这本书中，都是一些“谬悠之说，荒唐之言，无端崖之辞”。看起来漫无边际，但其实其中蕴含有大智慧。

我们关于庄子的生平能够知道的很少很少，最早有确切记载的就是司马迁的《史记》。庄子是战国时候的宋这个国家的蒙地（今河南商丘东北）的人。他曾经做过漆园小吏，相当于现在在一个保管员。他一辈子就生活在一个战国纷争、战乱频仍，而到处求贤若渴的一个时代里。他隐居不仕，终老天年，没有什么社会的名分。

据大概的推测，庄子生活的时间大概在公元前369年到公元前286年之间，当然也有一说到公元前275年。他具体的生卒年月更是无从知道了。

《庄子》这本书，历代被奉为经典。但是在所有的先秦经典中，它也许是最不带有经典意味的，它带给我们的是一种无边无际的奇思异想。

根据《汉书·艺文志》上的记载，《庄子》传世作品应该有五十多篇，但是到今天我们可以见到的，就只有三十三篇了。这就是晋代郭象整理出来、流传至今的《庄子》。其中“内篇”是

七篇，有“外篇”是十五篇，还有十一篇是“杂篇”。

现在我们能够确定的是，七篇内篇一定是庄子所做，而外篇和杂篇有可能是他的门人、学生、朋友以及后世得到庄子思想真传的人写的一些文章。

所谓“天下熙熙皆为利来；天下攘攘皆为利往。”

人生在世，从古至今，很难看破的就是名与利这两个字。应该说，大家首先面临的的就是利益的纷扰和诱惑，因为在这个世界上，人人都会面临着经济的问题，生存的困窘。庄子也不例外。

庄子的生活是什么样呢？从《庄子》里的故事，我们可见一斑，他的生活一直是相当贫困的。

《外物》篇里有这么一个故事：

天地与我并
生，而万物与我
为一。

——《齐物论》

庄周家里很贫困。有一天，家里穷得实在是揭不开锅了，等米下锅。他就去找监河侯借米。监河侯是当时专门管水利的一个小官，看河的，生活比他要好一点。

这个监河侯对他非常热情，说：“好啊，我马上要去采地收税金，你等着我，一旦把税金全收上来，我一下就借给你三百金。”这个话说得很漂亮，三百金，这是多大的一笔钱啊！

庄子一听，“忿然作色”，气忿得脸色都变了，但他却给这个监河侯讲了一个故事：昨天我也从这个地方过，路上忽然听到有人叫我的名字。我四下看了一下，发现在路上大车压出来的车辙里面，有一条小鲫鱼，在那儿跳呢。

我就问鲫鱼，在那里干什么呢？小鲫鱼说：“我是东海的水官，现在你要有一斗一升的水，就能救了我的命。”

我说：“好啊，我这就要去吴越那个地方，引来西江的水来救你。”

这小鲫鱼说：“你要这么说，不如早一点去卖鱼干的铺子里找我吧！”

你看，庄子虽然幽默而有涵养，但并不是一个衣食无忧、生活富足的人。他还要处处求人，等米下锅。

大家可能就奇怪了：这样一个人有什么资格逍遥游呢？一个人，当他衣食不足、难保温饱的时候，他怎么还能有更高的追求呢？

庄子是怎么看待自己的贫困的呢？在《山木》篇他又讲了一个故事：有一天庄子去见魏王。他穿着补丁擦补丁的破衣裳，鞋子也没有鞋带，随便拿根草绳绑着，一副邋遢相。

魏王说：先生，你怎么这般困顿啊？

庄子回答说：这是贫穷而不是困顿啊。读书人有道德理想而不能实行，这才是困顿啊。大王你没看见过跳跃的猿猴吗？它们在楠树、梓树和樟树这样的大树上攀援跳跃，惟我独尊，自得其乐，连善于射箭的后羿和蓬蒙对它们也没有什么办法；但让它们身处荆棘丛中，就只能小心翼翼，胆战心惊，不敢乱跑乱跳了。这不是它们身体不灵便，而是处在不利的情势下，施展自己的才能啊。我现在就是生不逢时，要想不困顿，怎么可能呢？

可见，庄子对自己身处的环境是有清醒认识的。真正的仁人志士不怕生活上的贫困，怕的是精神上的潦倒。

一个人可以困窘于贫困，但是他的内心是不是真正在乎这种贫困，对一个“利”字看得有多重，会决定他面对贫困的态度。

庄子自己对这个“利”字看重吗？他周围有的是有钱人啊！他在《列御寇》篇又讲了一个故事：

就在他们宋国，有一个叫曹商的人。有一次他很荣幸地为宋王出使秦国。那个时候秦国是西部最强大的国家。

他走的时候，宋国只给他配备了几乘车马。曹商到了秦国，不辱使命，特别得到秦王的欢心，回来的时候，秦王浩浩荡荡送了他上百乘的车马。

曹商回国以后，趾高气扬，对庄子说：我这样一个人啊，要让我住在陋巷的破房子里，窘困地每天织草鞋度日，人也饿得面黄肌瘦的样子，要我这样生活，我估计我没有那能力。我的能力是什么呢？见到大国强国的国君，讨得他的欢心，换来百乘车马这样的财富，这是我的长处啊！

他夸耀完以后，庄子是什么态度呢？他淡淡地对曹商说：我听说这个秦王有病，遍求天下名医给他治病。能够治好他的脓疮的人，就可以赏他一乘车马；能为他舔痔疮的，就可以赏他五乘车马。给他治的病越卑下，得到的车就越多。曹商啊，你去秦国给秦王治痔疮了吧？要不然你怎么能带回这么多车马啊？

真正的仁人志士不怕生活上的贫困，怕的是精神上的潦倒。

——于丹心语

庄子的话，可谓极尽辛辣讽刺之能事。同时也说明，“利”这个字是困不住庄子的心的。庄子的追求，已经远远超越了“利”，尽管他很贫穷。

说到我们今天，一个只拥有10块钱的人，他的快乐未必不如一个拥有亿万身价的人。手中有多少金钱，并不能决定它在你心里的分量。

在我们这个社会上，最快乐的人，既不是穷得叮当响的，也不是家财万贯、富比连城的，往往是那些由温饱到小康的这一批人。因为他们的生活还不至于过分窘迫，同时，他们也还不至于被财富束缚，为财富担忧。这些人是这个社会上的大多数，都属于有资格幸福的人。但是，幸福不幸福都在你的心里。

我有一个朋友，是做媒体出身的，后来开始从事房地产业，资产越大，事业越来越成功。他离开媒体的时候非常痛苦，因为媒体是他最喜欢的事业。但是为什么要去做房地产呢？他说：因为我要为我的家庭和将有的孩子负责，要给他们幸福的生活。所以，我违背我的心，我必须要有更多的金钱。

他结了婚，有了一个非常可爱的儿子，钱挣得也很多了，生活也应该挺好的。忽然，他告诉我，他要移民了，去一个很远很远的国家，而且是先让他的妻子带着孩子去，而他自己还要留在国内挣钱。我问他：你那么喜欢你的妻子、儿子，为什么要搞得这么妻离子散的啊？

他的回答大家可能想不到。他说：以我们家现在的家产，这个孩子如果在国内上学的话，我每天都会担心孩子被绑架。所以，我要把他们送走。

这就是我们身边的故事。“利”，真的是越大越好吗？

庄子把这些东西看得很淡了。“利”束缚不了他。为“利”辛苦，为“利”奔波，却丧失了自己很多的自由、很多的快乐，“心为形役”，太不值得了。

俗话说：“雁过留声，人过留名”，破利不容易，破名就更难了，有多少人可能不为利所惑，却为名所累。即使一个高洁之士，也希望名垂青史。

那么，庄子是不是在乎名分呢？在高官美誉面前，庄子会采取一种什么样的态度呢？

名利名利，破名比破利还要难。很多人可以不为金钱所动，但是，却难过名这一关。

古往今来，有多少文臣武将一生追求的，就是死后追封的一个谥号，君王封他忠，封他孝，封他文，封他武，等等，等等。当这个谥号刻上墓志铭，大概生前的一切失落都在这一个永恒的墓碑上得到了补偿。

辛弃疾说：“……了却君王天下事，赢得生前身后名。可怜白发生！”一生就这么过去了。

庄子在乎名吗？我们知道，庄子这个人好学深思，富有雄才大略，但是他不爱说。

庄子说：“天地有大美而不言，四时有明法而不议，万物有成理而不说。”所以他不爱说什么。

《秋水》篇里记载了这么一个故事：

庄子有个好朋友，名叫惠施，人称惠子。惠施当时就是个天下有名的雄辩家。

惠子在梁国做宰相，庄子就去梁国看望他。当时就有人跑去跟惠子说：庄子这个人来这里，是要代替你做梁国宰相。

那惠子一听，心里就害怕了。于是，就发动他手底下的人到全国去找庄子，一连找了三天三夜。他一定要找到庄子，千万不能让他直接见梁王，万一梁王真的把相位给他，自己怎么办呢？

庄子听说这个事，就自己直接去找惠子，说：“南方有一只鸟，名叫鹓雏。这鹓雏从南海飞到北海，不是梧桐树它不停下来休息，不是竹子的果实它不吃，不是甜美的泉水它不喝。它是这样一只圣洁的鸟。有一只猫头鹰找到一只腐烂的老鼠，抬头看见鹓雏刚刚飞过，就仰头看着，大喊一声：‘吓！’惠子啊，你现在这么兴师动众地找我，是用你的梁国来吓唬我吗？”

其实，这就是庄子眼中的名。梁国相位，在他看来，就是一个腐烂的老鼠。

也许有人说，梁国这么一个小国的相位，庄子可能也不在乎。其实，还有更大的相位送上门来的。

《秋水》篇里讲了这么一个故事：

大家知道，战国时期，楚国是个大国。那天，庄子正逍遥游在濮水上钓鱼呢。楚王派了两个大夫去到庄子那里，毕恭毕敬地说：“想要用我们国家的事劳烦先生您啊！”话说得很客气，就是想要请他出山为相，希望把楚国的相位授给他。

庄子手拿鱼竿，头也不回，说：“我听说楚国有一只神龟，死了都三千年了，楚王还把它包上，藏在盒子里，放在庙堂之上。你们说，这只龟是愿意死了留下骨头被人尊贵呢？还是愿意活着拖着尾巴在泥地里爬呢？”

两个大夫回答：“当然是愿意活着在泥地里爬啊！”

庄子说：“那好吧，你们请便吧，让我拖着尾巴在泥地里活着吧！”

这就是庄子对送上门来的名的态度。

人心为什么有自由？因为人可以不在乎。人的一生只能被你真正在乎的事情拘束住。如果你不在乎，那么，还有什么可以束缚你？

在很多时候，人生的劳顿要先问一问目的是什么。也许有一个很高尚的回答，为了家人的幸福，为了单位的成功，为了贡献社会，等等。但是，背后潜在的动机是什么？我们每个人都问问内心：我们是不是给名和利在找一个堂而皇之的托辞？人生的很多时候，我们就是因为被名利一步一步吸引着，陷进一种无事忙的人生循环。

大家知道，人有时候会有一股无名火。你心里不痛快，可又不能跟别人说，于是一个小小的事情就可以点燃导火索，让这无名火轰然燃烧起来。

比如有一家公司，地位最高的是老板。老板因为某件事情不顺利，就随意指责呵斥下属：这个工作你为什么做不好？你的执行力为什么这么差？回去自己反省！赶紧写一份检查！明天你要加班，把这个事情做好！

下属无话可讲，只能唯唯诺诺，点头称是。回家以后，这股无名火怎么办呢？就开始跟老婆喊：我辛辛苦苦在外挣钱，撑着这个家，让你能过这么好的日子。你呢？家没管好，孩子也没管好。你就让我过这样的生活吗？把老婆臭骂一顿。

老婆只好点头哈腰，因为每个月要从丈夫手里拿钱。但是，心里又委屈，不平衡，无名火无处发泄，见到孩子进门，就去训孩子：我为你这么辛苦，我这一生都付出了，如此操劳，你学习还不努力！你现在这个成绩，对

得起我吗？

孩子没头没脑挨一顿骂，心里愤怒，又不敢跟妈妈吵，回头就骂家里的小狗，一生气又把小狗给打一顿。

狗得听主人的，它也有无名火，等一出门，无名火就撒在野猫的身上，追着野猫要咬。

猫知道打不过狗，也只好忍气吞声，就拼命地到处去找耗子。只有在耗子的身上，猫的愤怒才能得到宣泄。

一个老板的愤怒跟一个耗子的委屈之间，到底有多少个环节呢？愤怒把他们连接在一起。

其实，我们每一个人心里都可能有无名火，我们真的想让自己平息吗？

是别人给我们这么多委屈呢，还是我们自己看不破名与利呢？

天下人为了名和利，熙熙攘攘，来来往往，其实都是心有拘囿。只要我们自己打破这个边界，我们才有可能达到一种自由和逍遥。

庄子生活贫穷，但他不在乎利；庄子思精才富，但他不在乎名。那么，他面对生死，又是什么态度呢？

很多人活着的时候，对名与利两个字看得最重。到了最后终极大限，名利可能不再重要了，还可以看得透，但是，生死那可就难以看透了。

红尘在世，庄子曾说过，“宁其生而曳尾于涂中”，活在泥塘里也比死了好啊。那么，庄子能看破生死吗？

庄子在《至乐》篇有这么一个著名的故事：

庄子自己的结发妻子先他而走了，他的好朋友惠子去吊唁。到了他家一看，庄子正坐在地上“鼓盆而歌”，敲着盆在那儿唱歌呢。

惠子质问庄子：你妻子为你生儿育女，现在老而亡故了，你不哭也就算了，却敲着盆在那儿唱歌，你也太过分啦！

庄子就淡淡地对惠子说：不是这样的啊！她刚走的时候，我心里怎么能不难受呢？但是我追本溯源，去观察最初的开始，人不都没有生命吗？没有生命就没有形体，没有形体就没有气息。生命又是怎么形成的呢？天

地之间，若有若无之际，聚起来一股气息，气息逐渐变成形体，形体又孕育出了生命，人就是这样来的，现在生命又走向了死亡。这生老病死不就是跟春夏秋冬四季变化一样吗？现在我妻子又循着这条路回去了，此时此刻她在天地之间安安静静、踏踏实实地睡了，我却要在这里哭哭啼啼，不是太不懂生命的真谛了吗？

看，这是亲人的死亡！庄子能够有这样一种坦然的欣慰，因为他参透了生命的真谛。

这种坦然的欣慰，在中国民间也能够看到。比如，民间讲究办喜事有两种，叫做红白喜事。嫁娶和生子，是红喜事，这是生命繁衍的开始，自然是一桩喜；寿终天年，为老人送行，是白喜事，也是一桩喜。

所谓红白只是生命的两端，红是生命来临之前的迎接，白是生命寂灭之后的相送。生与死之间，不过是一种生命形态的转化。

如果我们真的具有庄子这样的心态，也许我们会少了很多的牵绊和苦楚。但是，生老病死，人生极多忧苦坎坷，一旦自己骤然面临生死，我们能坦然面对吗？

那么庄子是怎么看待自己的死亡呢？庄子在《列御寇》篇中讲了这么一个小故事：

庄子快死了的时候，他的很多学生就商量，老师如果真的死了，我们一定要厚葬他。就是要好好安葬他，礼仪用品一定要豪华。

庄子听了，跟他的学生们说，我死了以后，要“以天地为棺槨，以日月为连璧，星辰为珠玕，万物为赍送”。这广大天地就是我的棺材，日月星辰就是我陪葬的珠宝，天下万物就是送我的礼物。

这是多么奢侈的葬礼啊！这是多么宏大的气魄啊！

实际上，庄子的意思就是，你们不要搞什么厚葬啦。我不要棺材，不要陪葬，不要礼物，你们就直接把我扔在旷野里，交给天地自然就行了。

学生们显然很为难。他们大概以为老师快死了说胡话吧。想来想去，还是要劝劝老师，就说：老师啊，要这样，我们怕乌鸦、老鹰把你吃了。还是做个棺材埋在地下吧。

庄子说：把我放旷野里，乌鸦、老鹰要吃我，把我埋在地下，那些蚂

蚁也要吃我。你抢下乌鸦、老鹰的口粮，喂给地下的蚂蚁吃，干嘛这么偏心呢？

这个回答是那么豁达和幽默。形体归于天地，生死归于自然。这就是庄子对自己的形体和生死的看法。

我们社会上现在有很多抗癌俱乐部，有很多的抗癌明星。过去一听说人得了癌症，那几乎就是判死刑的同义词。可是现在很多癌症患者还能活很多年，为什么？就是因为他的内心乐观豁达，不惧怕死亡，所以才可能战胜死亡。

其实庄子从来就是一个不惧怕死亡的人。他不惧怕的方式就是“乐生”这两个字，也就是说，活得好比怕死要强得多。

这个观点跟儒家的思想不谋而合。孔夫子回答他学生关于死亡的问题时，回答了六个字：“未知生，焉知死？”人活还没有活明白呢，干嘛去想死亡的事呢？在这一点上可以说儒道相通。

孔子给我们揭示的都是一种温暖的情怀和一种朴素的价值，就是“活在当下”。人活在当下，在当下看破了名，穿透了利，不惧生死，那么，我们的心灵将拥有一个多大的空间、一份多大的境界啊！

可以说，庄子在他的这本书里，留下了很多隐约的生活的影子。这里面有很多判断跟儒家彼此呼应。只不过儒家所看重的永远是地球上圣贤的道德，永远是人此生中建功立业的信念；而道家看重的永远是更高旷的苍天之上的精神自由，永远是人最终成全以后的超越。

中国的儒家思想在社会这个尺度上，要求人担当；但道家思想在生命层面上，要求人超越。担当是我们的一份社会职责，超越是我们的一个生命境界。所以，从这个意义上讲，看过《庄子》中的很多故事，会通达他的一套生命哲学，这不是简单地积极或消极，而是在我们生命的不同体系上给我们建立起来的一套参照系统。

以庄子的话说，人生至高的境界就是完成天地之间一番逍遥游，也就是看破内心重重的樊篱障碍，得到宇宙静观天地辽阔之中人生的定位。

人活在当下，
在当下看破了名，
穿透了利，不惧生
死，那么，我们的
心灵将拥有一个多
大的空间、一份多
大的境界啊。

——于丹心语

在这样一个浩瀚的坐标系上，让人真正成为人，让我们的内心无所拘囿，让我们风发扬励，成为理想中的自己。

让现实中种种的窘困只在当下，可以看破，而在永恒生命的引领上，有这样一番逍遥游的境界，值得我们每一个人永远去追寻。

