

陈广忠 评注

列子

珍藏本

中国少年儿童出版社

中华古典名著文库少年版

珍藏本
列子

陈广忠 评注



中国少年儿童出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

列子/陈广忠评注. —北京: 中国少年儿童出版社, 2004

(中华古典名著文库少年版·珍藏本)

ISBN 7-5007-6950-4

I. 列… II. 陈… III. ①列子-注释-青少年读物②列子-译文-青少年读物

IV. B223.2-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第009800号

LIE ZI



出版发行: 中国少年儿童新闻出版总社

中国少年儿童出版社

出版人: 海飞

执行出版人: 赵恒峰

责任编辑: 姬忠勋 插图: 赵成伟 装帧设计: 周建明
责任校对: 刘 鸿 美术编辑: 周建明
责任印务: 宋世祁

社 址: 北京市东四十二条21号 邮政编码: 100708
总 编 室: 010-64035735 传 真: 010-64012262
发 行 部: 010-84037667 010-64032266-8269
h t t p : //www.ccpgg.com.cn
E - mail : zbs@ccpgg.com.cn

印刷: 河北新华印刷一厂 经销: 新华书店

开本: 850×1168 1/32 印张: 13.25 插页: 7
2004年3月第1版 2004年3月河北第1次印刷
字数: 255千字 印数: 11000册

ISBN 7-5007-6950-4/B·23 定价: 22.00元

图书若有印装问题, 请随时向印务部退换。

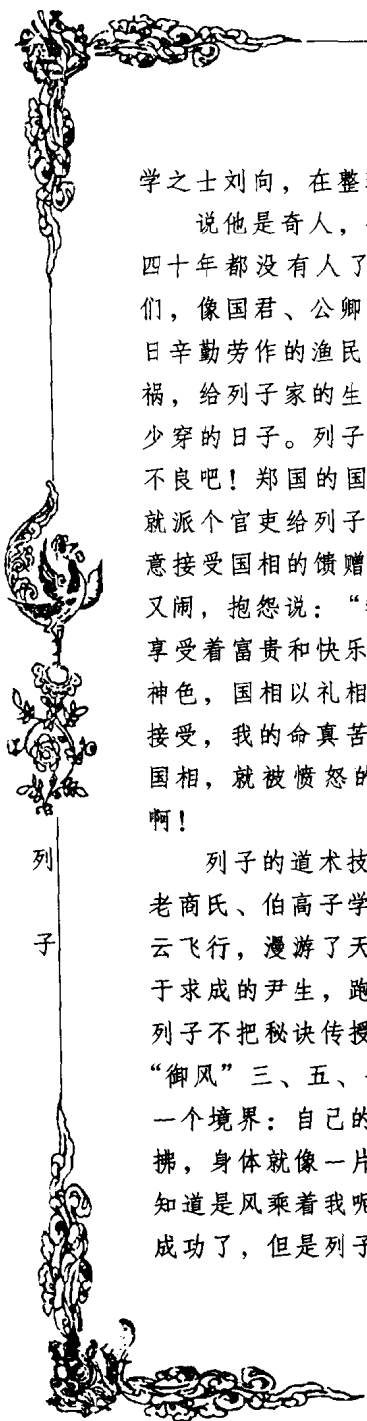
序

在距今二千四百多年前的春秋、战国时代，波涛滚滚的黄河一泻千里，一直奔向浩瀚的渤海。在今郑州和开封之间，安详地躺着一个巨大的湖泊，当时人们叫它圃田泽。四季分明的气候，给这里带来了五彩缤纷的美景：展翅翱翔的飞鸟，奔腾嬉戏的野兽；水中有鱼虾莲藕，岸畔有花草果蔬，展现了一幅天地和谐的美丽画卷。

然而在人世间，秦、楚、齐、燕、韩、赵、魏这些列强们正在进行疯狂地拼杀，攻城略地，遍地燃起了战火。百姓哀号，天下久无宁日。为了人间的安宁，解救苦难的百姓，一大批知识分子殚精竭虑，思索着治理天下的良策。儒家、道家、墨家、法家、兵家、阴阳家、名家、纵横家等诸子百家便应运而生。在圃田泽的芦苇荡中，搭着几间简陋的草屋，隐居着一个奇人，他有个怪名字：列御寇。弟子们尊称他叫“子列子”。这个列子学派居然留下了一部传世奇书，大约是西汉的饱

列

子



学之士刘向，在整理古籍的时候，给它取名叫《列子》。

说他是奇人，并不是虚言。列子居住在圃田，竟然四十年都没有人了解他的才学。当时郑国的一帮权贵们，像国君、公卿、大夫之类，他们眼中的列子，与终日辛勤劳作的渔民、农夫们并没有什么不同。天灾、人祸，给列子家的生活带来了很大的困难，经常过着缺吃少穿的日子。列子的脸色黄巴巴的，可能是长期的营养不良吧！郑国的国相叫子阳，从门人嘴里听到这件事，就派个官吏给列子家送来了粮食。列子推辞多次，不愿意接受国相的馈赠。他的妻子看到这个情况，急得又吵又闹，抱怨说：“我听说有道术人士的妻子儿女，都能享受着富贵和快乐。我们一家人穷得脸上都露出饥饿的神色，国相以礼相待，给我们送来了粮食，而你却硬不接受，我的命真苦啊！”而时隔不久，这个飞扬跋扈的国相，就被愤怒的老百姓杀死了。列子真是见微知著啊！

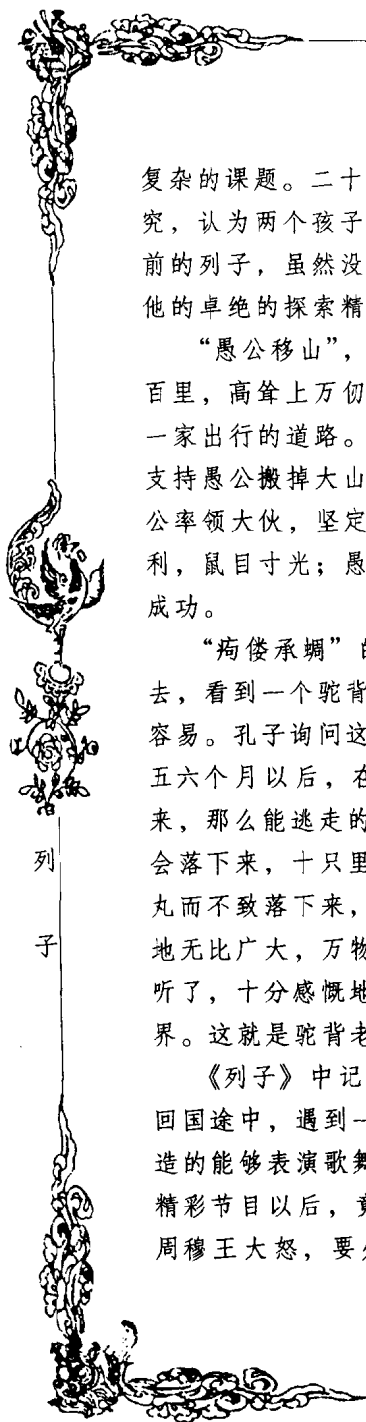
列子的道术技艺也让后人惊奇不已。其中一件是向老商氏、伯高子学得了“御风”之术。列子能够驾着风云飞行，漫游了天下，过了十五天才回到家。有一个急于求成的尹生，跑了十趟，向列子学习道术，嘴里抱怨列子不把秘诀传授给他。列子便详细地叙述了自己学习“御风”三、五、七、九年的经历，最后才达到了这样一个境界：自己的形体完全与大自然融为一体，随风吹拂，身体就像一片树叶一样，在蓝天白云之间飞翔。不知道是风乘着我呢，还是我驾着风呢。列子“御风”是成功了，但是列子的“射术”还不免留下一些遗憾：列

子给自己的老师伯昏无人表演射技。在握弓的那只手臂上，还放了一只水杯。发箭以后，一支支利箭首尾相接，直中靶心，而列子的身体和手臂纹丝不动，就像一个木偶人一样。然而伯昏老师并不满意。老师带他攀上悬崖，面临万丈深渊，伯昏老师背朝着深渊，半只脚踩在悬崖边上，让列子上来表演射技。列子吓得趴在地上，冷汗一直流到脚后跟。

《列子》这部书，有海外奇谈，有妙思奇想，有光怪陆离的梦幻世界，有人世间奇闻轶事，林林总总，都离不开一个“奇”字。

“杞人忧天”，涉及的是宇宙形成和构造的大问题，这也是当今自然科学家们孜孜求索的艰深的课题。杞国有人担心上天会塌下来，大地会陷落下去，自己将无处容身，整天忧心忡忡。经过一位先生的反复开导，杞人的忧虑总算打消了。一位叫长庐子的先生发表了这样的高见：虹霓呀，云雾呀，风雨呀，四时呀，这些都是在天空中积聚的气体。山岳呀，河海呀，金石呀，火木呀，这些都是在地球上形成的积聚的形体。天地既是无限空间中的一个微小的物体，又是万物中最大的东西。《列子》宇宙论中“积气”的观点，宇宙无限的观点，你得承认，这是中国古代最早的近乎科学的宇宙论。

“两小儿辩日”，这个题目真是太奇妙了。一个孩子说，太阳早晨离人远，中午离人近；一个孩子认为太阳早上离人近，中午离人远。这可难坏了博学多才的孔夫子，也只好交了份白卷。当代科学家们说，这个问题涉及天文学、气象学、光热现象、视觉误差等一系列相当



复杂的课题。二十世纪五十年代，科学家们经过详细研究，认为两个孩子的说法都是站不住脚的。二千四百年前的列子，虽然没有办法得到准确的答案，你能不佩服他的卓绝的探索精神吗？

“愚公移山”，这是中国人妇孺皆知的寓言。方圆七百里，高耸上万仞的大行、王屋二座大山，阻挡了愚公一家出行的道路。愚公的子孙和京城氏寡妇的孩子，都支持愚公搬掉大山，妻子表示怀疑，智叟加以嘲笑。愚公率领大伙，坚定不移地搬走了大山。世俗之人急功近利，鼠目寸光；愚公持之以恒，目光远大，终于取得了成功。

“痾偻承蜩”的故事，最能发人深省。孔子到楚国去，看到一个驼背老人在粘知了，就像顺手拾东西一样容易。孔子询问这里有什么窍门。驼背老人说，我练了五六个月以后，在竹竿头上叠放两颗弹丸而不会落下来，那么能逃走的蝉就很少了。练到摞放三颗弹丸而不会落下来，十只里面只能逃走一只。等练到叠放五颗弹丸而不致落下来，捕蝉就像拾东西一样容易了。虽然天地无比广大，万物无比众多，我只看到蝉的翅膀。孔子听了，十分感慨地说：“专心致志，就能达到神奇的境界。这就是驼背老人所讲的道理啊！”

《列子》中记载了两则古代科技奇闻。周穆王西巡回国途中，遇到一个奉献技艺的工人偃师，他把自己制造的能够表演歌舞的机器人献给周天子。在表演完一些精彩节目以后，竟然斜着眼睛向穆王的宠妃盛姬调情。周穆王大怒，要处死偃师。偃师赶紧拆散了这个机器

人，都是用皮革、木片、胶漆以及各种颜色制成的，里面有肝、胆、心、肺、脾、肾、肠、胃，外面有筋骨、四肢、皮毛、牙齿、头发，各种器件无不齐备。周穆王赞叹不已。鲁国的公扈、越国的齐婴，请求神医扁鹊为他们治病。扁鹊告诉他们，两个人都有先天遗留下来的疾病，随同身体一起长大，只要把两个人的心脏互相对换一下，两个人的病就都好啦！于是，扁鹊让两人喝下毒酒，昏迷了三天三夜，然后剖开胸膛，换了心脏。又让他们服了神药，醒来以后，跟没有开刀一样。换心脏，成功了。

“九方皋相马”的故事，也为后人所乐道。相马专家伯乐推荐自己挑担拾柴的朋友九方皋，为秦穆公挑选千里马。三个月后，九方皋回来报告说，已经挑选好了。秦穆公问是什么颜色，九方皋回答说是黄色母马。牵回来后，却是一匹黑色公马。秦穆公一肚子不高兴。伯乐说，九方皋的相马技术，真是超过我千万倍啊！九方皋看到的是马的内在精髓，而忘记它的表面现象；洞察它的实质，而忘却它的外表。考察他应该考察的东西，而不看他不必看的东西。只注意他所应注意的内容，而忽略他不必注意的东西。九方皋这样的相马技术，比千里马还要珍贵啊！

道家讲究养生之术，列子“贵虚”，重视清静虚无；“贵正”，重视正直无私；“持后而处先”，认为保持谦退，才能处在前面。由普通布衣而当上楚庄王令尹的孙叔敖，上任之前，狐丘老人直接向他提出了三个问题：“爵高者，人妬之；官大者，主恶之；禄厚者，怨速

之。”你将如何处理呢？孙叔敖回答说：“吾爵益高，吾志益下；吾官益大，吾心益小；吾禄益厚，吾施益博。”意思是用这三种办法来避免上下的嫉妒、厌恶和怨恨。孙叔敖帮助楚庄王成就了霸业，但是身染重病。他对儿子说，我死之后，楚王一定要封给你土地。在楚国和越国交界的地方，有个寝丘，是个荒凉的地方，而且名声不好听，可以接受下来。孙叔敖的儿子拒绝了楚王封给的富饶、肥沃的土地，而请求封给他寝丘之地。隔了好多代，这块土地仍然是孙家的，没有任何人来争夺，楚王也无意把它收回来。可以知道，中国历史上的道家学派，对自身的地位、价值的认识和处理，应该说是具有独到之处的，给后代留下了很多宝贵的精神财富。

《列子》中的博物知识，真是千奇百怪。列姑射山上的“神人”，呼吸的是元气，饮用的是露水，不吃五谷杂粮，心境像沉静的深渊，形体像柔弱的处女。吕梁的飞泉瀑布，激流漩涡，冲出几十里。一个汉子在水中时隐时现，出入自如。遥远的西极之南“古莽之国”，人们五十天睡一觉。东极之北的“阜落之国”，经常醒着而不睡觉。女娲氏炼五色彩石，来补缀苍天的窟窿。共工氏用头触在不周之山上，撞断了撑天的柱子。夸父去追赶太阳，渴死了。有种清香甜美的“神湍”，喝了它，力量倍增；用它沐浴，皮肤光滑洁白。终年赤身裸体，剃掉头发的南国之人。父母死了焚烧尸体的“仪渠之国”。“余音绕梁，三日不绝”的歌手。西域的“火浣之布”，切玉的“钺铍之剑”。身長一尺五寸的“焦侥国”。凡此种种，不一而足，真是让人大开眼界。

列子的老师有道术高深的壶丘子林、老商氏，他还经常向另一个得道的“真人”关尹子求教。这位关尹子，得到了老子真传，并且应邀为他写下了流传千古的“五千言”。列子虽然没有跟道家祖师老子见过面，但是常同关尹子切磋道术，也是平生大幸了。唐代皇帝李隆基推崇道教，让天下读书人学习《道德经》、《庄子》、《列子》、《文子》，并且给列子上了一个尊号“冲虚真人”，《列子》称为《冲虚真经》，这是隐居荒野的列子不会想到的，也是根本不合列子心意的。一个奇人，一部奇书，留给后人无尽的遐想和思索。我想，这就是它的魅力所在吧！

陈广忠

二〇〇三年四月十五日

列
子

目 录

第一	天瑞篇	(1)
第二	黄帝篇	(47)
第三	周穆王篇	(119)
第四	仲尼篇	(154)
第五	汤问篇	(196)
第六	力命篇	(259)
第七	杨朱篇	(296)
第八	说符篇	(348)

第一 天瑞篇

“天瑞”是什么意思？天，指的是自然。瑞，《说文》：“以玉为信也。”指古代玉制的信物。天瑞，即自然的信物。这里的自然的信物，指的是“道”的规律。依循“道”的规律，就能得到成功，就像得到瑞信一样。

本篇共有十四节，表达了列子对天地自然万物的认识是顺应自然，对人类自身及生死问题的看法是快乐人生。

人类从出生到死亡，会很自然地思考这些问题：自然万物是怎样产生的？人类同天地万物的关系怎样？人类又将怎样度过自己的一生？这一切都与自然规律即“道”的法则密切相关。

《列子》中的“道”，具有两个含义。其一，“道”是宇宙万物产生的根源。“道”能够产生自然万物，而本身却不被万物所产生。“道”能够使万物发生变化，而本身却不为万物变化所支配。这就是所说的产生天地万物的根源。这个根源是什么？是物质状态的“气”。“气”经过太易、太初、太始、太素等发展变化过程，清轻之气变为天，重浊之气形成大地。也可以说，自然万物和人类，都是由极其细微的物质“几”（机）转化

列

子

演变而成的：“人久入于机。万物皆出于机，皆入于机。”可以知道，列子在全书开篇，就在着力探索天地自然万物形成的奥秘。

其二，“道”是万物运动的总规律，它永远处于运动变化之中，是没有穷尽的。“道”本来就没有开始，也就没有终结；“道”本来就没有形体，所以也就没有穷尽。阴阳、四时、万物，自然生长，自然消失。所以粥熊说：“万物运行没有停止的时候，天地也在暗暗地移动，谁能够觉察得到呢？”

人类作为自然之道的产物，面对不可抗拒的自然规律，怎么办？只有顺应自然规律，才能与自然和谐相处。列子认为，人的身体是天地赋予的形体；人的生存是天地赋予的和气；人的生命是天地赋予的顺化。东郭先生风趣地说，人类偷取阴阳的和气来形成自己的生命，造就自己的形体。因此，对于人生和死亡这个问题，表达了道家超然物外、豁达快乐的人生态度。这里有四十年没有人知道他的才学的列子；有“鹿裘带索，鼓琴而歌”的荣启期；有“底春被裘，拾遗穗于故畦，并歌并进”的百岁老人林类，皆离不开一个“乐”字。晏子对死亡是这样表述的：“真好啊！古时人们对死亡的态度！仁德的人在那里安息，不仁的人在那里寝伏。死亡，就是人生得到回归。”既然是人生的回归，又有什么值得哀痛的呢？

“道”的本质在于虚静无为，所以列子“贵虚”，保持“静”、“虚”，就能掌握“道”的所在。保持“静”、“虚”，才能正确处理人生及生死等一系列问题。

本篇中《列子》关于宇宙生成论“天地强阳，气也”；宇宙构造论中的“天地，空中之一细物，有中之最巨者”等，在中国科技发展史上，有着重要的影响。《列子》中“盗天”思想，“夫禾稼、土木、禽兽、鱼鳖，皆天之所生，岂吾之所有？然吾盗天而亡殃。”强调人类要依循自然规律，更好地利用自然，具有一定的价值。



子列子居郑圃^①，四十年人无识者。国君卿大夫眎之^②，犹众庶也^③。国不足^④，将嫁于卫^⑤。弟子曰：“先生往无反期^⑥，弟子敢有所谒^⑦，先生将何以教？先生不闻壶丘子林之言乎^⑧？”子列子笑曰：“壶子何言哉？虽然^⑨，夫子尝语伯昏瞀人^⑩，吾侧闻之^⑪，试以告女^⑫。其言曰：有生不生^⑬，有化不化^⑭。不生者能生生^⑮，不化者能化化^⑯。生者不能不生^⑰，化者不能不化^⑱，故常生常化^⑲。常生常化者，无时不生，无时不化，阴阳尔^⑳，四时尔^㉑。不生者疑独^㉒，不化者往复^㉓。往复，其际不可终^㉔；疑独，其道不可穷^㉕。《黄帝书》曰^㉖：‘谷神不死^㉗，是谓玄牝^㉘。玄牝之门^㉙，是谓天地之根。绵绵若存^㉚，用之不勤^㉛。’故生物者不生，化物者不化。自生自化，自形自色^㉜，自智自力，自消自息^㉝。谓之生化、形色、智力、消息者，非也。”

①子：门人对老师的尊称。 列子：战国郑人，叫列御寇，又称圉寇、圉寇。信奉道家学说，《汉书·艺文志》“道家”有

《列子》八篇。 郑圃：古大泽名，又叫甫田、圃田泽。今郑州圃田乡圃田村东南有列子墓冢，村北有列子祠。

②卿：周代及诸侯高官名。 大夫：官职等级名。

眎 (shì)：古“视”字。

③众庶：平民大众。

④不足：指遇到灾荒。

⑤嫁：离家出行。 卫：西周至战国古国名，先后在今河南淇县、滑县、濮阳、沁阳等地建都。

⑥反：同“返”。返回。

⑦敢：冒昧；请。 谒：禀告，请教。

⑧壶丘子林：郑人，名林。列子之师。

⑨虽然：虽然这样。

⑩夫子：古代对男子的尊称。 语 (yù)：告诉。 伯昏瞢 (mò) 人：列子之友，壶子弟子。伯昏，复姓。

⑪侧：旁边。

⑫女：通“汝”。你。

⑬生：指事物的形体。 不生：产生万物而不被他物派生。这里指宇宙万物本原的“道”。

⑭化：指有存亡变化的具体事物。 不化：能使万物变化而自身不被外物所化。

⑮生生：产生万物。后“生”，指万物。

⑯化化：使事物变化。后“化”，指事物。

⑰生者：被产生的事物。

⑱化者：被变化的事物。

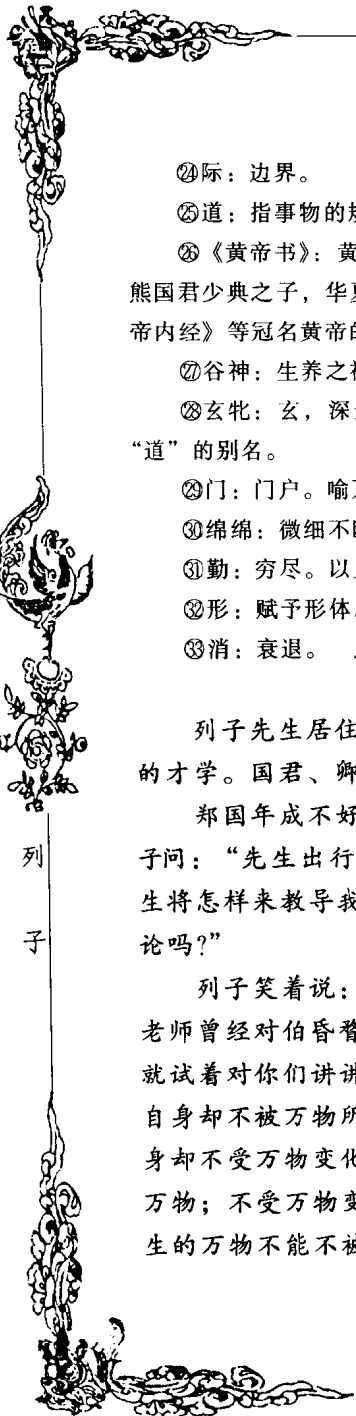
⑲常：经常。

⑳阴：指阴气。 阳：指阳气。 尔：这样。

㉑四时：春夏秋冬四季。

㉒疑独：疑，止息。独，独立。疑独，即独立永存之义。

㉓往复：指万物周而复始，生生不息。



⑭际：边界。

⑮道：指事物的规律。 穷：穷尽。

⑯《黄帝书》：黄帝，据《史记》载，姓公孙，名轩辕，有熊国君少典之子，华夏始祖。《汉志》中载有《黄帝四经》、《黄帝内经》等冠名黄帝的著作。

⑰谷神：生养之神。又清虚之神。喻“道”。

⑱玄牝：玄，深远。牝，雌性。指衍生万物的本原。也是“道”的别名。

⑲门：门户。喻万物之母。

⑳绵绵：微细不断的样子。

㉑勤：穷尽。以上数句见《老子》六章。

㉒形：赋予形体。 色：种类。

㉓消：衰退。 息：生长。

列子先生居住在郑国的甫田，四十年没有人知道他的才学。国君、卿、大夫看待他，就像普通百姓一样。

郑国年成不好，列子准备离开家到卫国去。他的弟子问：“先生出行没有返回的期限，学生冒昧请教，先生将怎样来教导我们呢？先生没有听说过壶丘子林的言论吗？”

列子笑着说：“壶子先生说了些什么呢？虽然这样，老师曾经对伯昏瞢人讲过的话，我在一旁听说过，现在就试着对你们讲讲吧。他说：有能够产生自然万物，而自身却不被万物所产生；有能够使万物发生变化，而本身却不受万物变化所支配。不被万物所产生，却能产生万物；不受万物变化制约，却能使万物发生变化。被产生的万物不能不被产生，受到变化的万物不能不发生变