



用前贤智慧观照现代人的心灵世界  
使思考的光芒照亮智慧人生

# 百家讲坛 II

用智慧重建心灵家园

主编◎张晓杰

W 华文出版社

# 百家讲坛

用智慧重建心灵家园

II



张晓杰◎主编

■ 华文出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

用智慧重建心灵家园 / 张晓杰主编. —北京: 华文出版社, 2009.4

(百家讲坛; 2)

ISBN 978-7-5075-2684-4

I.用… II.张… III.国学—中国—文集 IV.  
Z126.27-53

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第060100号

## 百家讲坛 II ; 用智慧重建心灵家园

---

主 编: 张晓杰

责任编辑: 吴 晶

出版发行: 华文出版社

社 址: 北京市宣武区广外大街305号8区2号楼

邮政编码: 100055

网 址: <http://www.hwcbcs.com.cn>

投稿邮箱: [hwcbcs@126.com](mailto:hwcbcs@126.com)

电 话: 总编室010-58336255 责任编辑010-58336190  
发行部010-58336270

经 销: 新华书店

印 刷: 三河市南阳印刷有限公司

开 本: 787×1092 1/16

印 张: 15.5

字 数: 170千

版 次: 2009年5月第1版

印 次: 2009年5月第1次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5075-2684-4

定 价: 28.00元

---

版权所有, 侵权必究

# 目录



## 傅佩荣 □ 用智慧重建心灵家园 1

人活在世界上，生命何其短暂，又何其脆弱，这是我们必须面对的事实；但是人必须又是伟大的，因为他能够思考，但是思考绝不是本能而已，思考需要训练，思考需要充实，需要观念。

## 于 丹 □ 发现你的心灵 17

所谓圣贤，就是一路相伴的那些朴素的真理。真正的真理永远不是从外灌输给我们的，它只能从我们的内心唤醒，也就是说我们每个人“心中有、口中无”的那点道理。可能有些古圣先贤替我们说清了，而且就是那么简简单单的几句话，它让我们感觉到怦然入心、心有所感。

## 张其成 □ 周易大智慧 37

《周易》可以用来预测，同时，它不仅仅是预测学，《周易》更行为学。《周易》不仅仅告诉我们什么吉什么凶，更重要的是告诉我们如何趋利避害，趋吉避凶。

## 《老子》原著读讲(节选)

姚淦铭 □----- 49

老子说：“富贵而骄，自谴其咎。”“富贵”，是对于财产之富与地位之贵的“持盈”。老子教导人们要力戒骄傲。有钱财之富，具权势之贵，若因此而骄，那么自己给自己带来了祸害。

## 读孔子之言 行仪秦之事

谷振诣 □----- 71

道术和智谋是中性的东西，用他来治国安邦、强国富民，就是道德的；用他来间人骨肉、夺人之国，就是不道德的。做事是否合乎道德，主要看的是动机和效果。一般说来，做事情的动机和效果都是好的，就是道德的。否则，就是不道德的。

## 秦王破阵

孟宪实 □----- 95

这是英雄时代的宿命。主人公只有一个：唐太宗李世民。什么薛举、薛仁果；什么宋金刚、刘武周；什么王世充、刘黑闼……无数枭雄，最后只能成为李世民主上的台阶、前进的垫脚石。

## 鉴古知今——武则天的领导艺术

蒙曼 □----- 113

谈到武则天的领导艺术，我想总结四句话：眼界是基础、用人是关键、舆论是辅助、个人魅力是协调。

## 和坤的是非成败

纪连海 □----- 127

和坤之所以可以成功是因为他有一个强大的关系网，这些关系网当中他只要拉进一个人，别人就不可以动，就像福康安。和坤把高官都拉下水，他的圈子越来越大，彼此牵制，牵一发而动全局，所以才恃无恐。实际上这使不正之风在社会上迅速蔓延，和坤成功失败都在这里。

## 莫砺锋 □ 苏轼与人生 135

东坡就是这样的一位豪杰之士，他始终以脚踏实地的态度对待人生，他以清醒的理性精神阐释了生命与死亡的意义。一句话，东坡的精神家园始终都在人间。

## 周思源 □ 宋江受招安有功无罪 173

对《水浒传》的评价几十年来聚讼纷纭，核心问题是对梁山泊坐第一把交椅的宋江究竟怎么看。一心要朝廷招安和镇压方腊领导的农民起义成为宋江的两个主要罪状。此外还被扣上“架空晁盖”夺权，“只反贪官，不反皇帝”，杀害革命性最强的“农民起义英雄”李逵等罪名，是个不折不扣的“投降派”，真是罪莫大焉。宋江究竟是梁山义军领袖还是叛徒？他有功还是有罪？

## 孔庆东 □ 儒家文化与侠义精神 233

儒家文化的核心被侠文化所吸收，跟侠文化结合起来，因此中华文明才能够既稳定，又能够及时变化，能够在不同的时代，翻出新的花样来。所以中华文明遇到过许许多多大风大浪，好像要灭亡了，但倒不了，他里面核心的东西是倒不了的。

## 傅佩荣

傅佩荣 祖籍上海，现任台湾大学哲学系教授，在教学、研究、写作、演讲、翻译各方面皆有卓越成就，被台湾《民生报》评选为“大学最热门教授”，其哲学与人生课在台大开设17年来座无虚席，被大学生社团推选为最优通识课。出版著作90多种，有声书数十套，内容涵盖哲学、宗教、神话、教育、文化、心理、励志等诸多方面。

### 用智慧重建心灵家园

各位朋友，我们人被称为万物之灵，在碰到严重天灾的时候，我们就发现自己其实非常脆弱，但是许多哲学家还是提醒我们，鼓励我们说人类毕竟还是伟大的。法国的哲学家布莱兹·帕斯卡说，人是大自然最柔弱的芦苇，芦苇非常脆弱，风一吹它恐怕就折了，人的生命恐怕跟芦苇差不多，但是人是会思想的芦苇。人在万物里面就因为他有理想，可以思考，所以就成为万物之灵，作为一个人就是要发挥他的思考能力。但是我们在平常的日子里不太想这样的问题，几年、几十年，忽然来一个天灾，这个时候我们就不得不思考：到底人生的意义何在？

我举一些大家比较熟悉的故事来说。几年前美国拍了一部电影叫《拯救大兵瑞恩》，故事讲二战的时候，一位母亲的四个儿子全部当兵，

其中三个都阵亡了，只有瑞恩失踪。美国的参谋本部一看，这位母亲三个儿子已经为国牺牲，最后一个一定要把他抢救回来，就派出一个小组深入敌后，把瑞恩救回来。为了抢救他，又死了好几个士兵。瑞恩后来说，我一个人活着，但是好多人为了我而牺牲，所以我今天活着不是只为我自己，我要为那些替我牺牲的人也活下去。

这说明，珍惜自己的生命，就是对我们逝去的亲友最好的怀念。他们去世了，也不知道什么原因我们活下来了，我们要记得他们在我们的回忆里面，我们这一生要把做人的优良的素质表现出来。

通常我们的生活只是一个量的累积，譬如你今年几岁，你就知道大概做过哪些事，但是你做我做都没有什么大的区别。当你认真地看待你的生命时，就有质的差别，也就是说，你活多久并不是很重要，你的生活品质好不好，那才重要。因此，很多人因为某种情况而去世了，我们留下来的人，就要珍惜自己的生命，好好把生命的优良素质表现出来。

1957年诺贝尔文学奖获得者、法国作家加缪，有一本小说叫做《瘟疫》，讲的是一座城里发生了瘟疫，这座城就被隔绝了，里面的人出不来，外面的人进不去，城里有几万人怎么办呢？于是两个之前老死不相往来的人——医生与牧师——开始合作。在西方社会，医生代表科学家，牧师代表宗教家，他们的想法不一样，科学家认为你干吗信宗教呢？宗教是想象的，你不信就没有了，信才有，这是因为科学家认为，神不能够证明。但是宗教家认为，人的心灵不是只有身体，还有属于灵的部分，很多人什么都有，但是他照样需要某种安慰，很多人表面上看起来很快快乐，其实不一定是真正的快乐。瑞士心理学家荣格在欧洲替很多人治疗心理疾病，后来归纳出一个结论。他说，我当心理医生三十几年，来我这里看病的很多是社会上层的人士，这些人都是“身体健康”、“心理正



常”、“但是并不快乐”。这三句话说得真好，我们现代人不是这样吗？身体健康、心理正常、可以跟人来往，但是并不快乐。那么，什么叫做快乐呢？通常很多人的快乐都是因为别人的苦难而反映出来的，平常觉得不快乐，看到别人有灾难，忽然发现我还是蛮幸运的，如果没有这些参照的话，恐怕快乐的机会不多，如此一来快乐变得太被动了。荣格的观念，给我很多的启发，通过这两个方面（一个是身体健康，今年大概几岁，这个可以通过外表来进行判断；另外一个会不会念书，工作情况怎么样，心理是不是正常）来判断快乐与否，是非常冒险的。因为人的生命注定要结束。据统计，从古到今，地球上生活过的人有九百多亿人，但是最后都是尘归尘、土归土，将来不知道多少年之后，我们也跟他们一样，我们的祖先是如此，我们是如此，我们的子孙后代也一样是如此。所以我们不能靠身体，身体总是会衰老的，总是会病，总是会结束。那能不能靠心理、靠理智、靠心智能力呢？也不行。现在社会最大的问题之一，就是很多人年纪还不大，就已经开始慢慢地健忘了，患了失忆症。我有一个同事年纪和我差不多，还不到六十岁，就已经有这个问题了。他想到客厅拿一样东西，到了客厅却忘了自己为什么来客厅，他又返回书房，回到书房之后，他又忘了为什么要回到书房。这就叫健忘症。所以你不能只靠身跟心，因为人的生命还有属于“灵”的层次。用一个例子来说，譬如，我们中国人有一个传统，叫做祖先崇拜，我们的祖先继续存在，怎么存在呢？他有灵的存在，没有什么迷信的问题。

人是很复杂的，平常会斤斤计较，等到出现重大的灾难，人性的光辉面会表现出来，完全无私，完全忘我，这是我们常会看到的事实。所以人的生命非常神奇，充满了奥妙。他卑鄙的时候可以跟动物一样，他高尚的时候可以跟天使一样，每个人都是如此。关键问题是：你要往哪

里走？为什么不能每一个人都成为天使呢？因为要做到不容易，要达到这种境界需要某种修炼。

回到加缪的小说。医生跟牧师携手合作，他们说了一句话：不管有没有上帝存在，现在谁都不能把我们分开，因为我们要合作来帮助所有的百姓。大多数的人在碰到灾难的时候，都会携手连心来设法化解。为什么呢？通常我们的命运都是被自己的性格所困住的，性格不改，命中注定就往一个方向走。另外，大灾，也是一种命运。没有人知道为什么灾难会发生在四川，也不能找任何理由解释，哪些人可以活下来，哪些人就命该如此，因为有很多是天真无辜的孩子。

我们可以参考一下古希腊悲剧，虽然是不一样的文化传统，也可以参考一下。古希腊悲剧对西方人有这么大的启发，在于所谓悲剧的主角就是命运：不管怎么样，就算你知道了，你也避不开，这就是命运的危害。为什么需要有悲剧呢？我们都知道在雅典有几个露天的大剧场，周围的观众可以多达五千人，底下是一个舞台，整个剧场顺着山坡往上盖，然后就看着底下一些人在表演。大家知道演的是悲剧，都知道事情会怎么发生，所以人们都在内心里呼喊“不要发生，不要发生”，但是命运是不受你操纵的。所有人都说“不要发生，不要发生”，但是该发生的还是来了。为什么希腊人要演这样的悲剧呢？它要人引发两种情感，第一种叫做怜悯，第二种叫做恐惧。

我们面对悲剧的时候，为什么要怜悯呢？因为今天不幸死亡的同胞，他们是无辜的，所以你看的时候就觉得真可怜，这是怜悯，“物伤其类”啊！同类有了灾难，我们自己当然会不忍心了，这就是同情心，就是我和素不相识的他一起产生同样的情感：他痛苦，我也痛苦；他欢乐，我也欢乐。这就是怜悯的心。平常我们很少有怜悯心，都互相竞争比较。

有时候很多学生跟我抱怨，他说他们家住的那栋楼，只要有一个小孩考上最好的大学，所有的人都不太快乐了，为什么啊？因为总觉得每天都会见面，他考上了北大，那我们就有压力了。这说明我们平常在社会上不太注意到我们共同的部分，而是特别去注意到我们不同的部分。人和人就是比来比去，于此，很多宗教界说的话很有智慧。台湾证严法师，办了一个“慈济功德会”，他本身是出家人，经常给信徒做演讲。有一次讲完，他问信徒各位有什么问题。这些信徒大部分都是妈妈，妈妈很关心孩子的功课。所以第一位妈妈举手说，师父，我的小孩子书念不好怎么办？说实在的，法师又不是开补习班的，你书念不好，他有什么办法呢？那法师很聪明，说书念不好没关系，乖就好了。他刚刚讲完毕，那边又有妈妈举手：师父，我们的小孩不乖怎么办？法师还是很厉害，不乖，没关系，有就好了。这叫做什么？退一步海阔天空。人活在世界上要知足，我们的父母有孩子以后，就希望他光宗耀祖，其实太勉强他了。很多学生跟我诉苦，说他书念不好，父母常常抱怨。我说，你回家跟父母说，根据心理专家的研究，小孩书念不好有一半是遗传的问题。父母听了之后，就不好意思了。我女儿念中学的时候，数学考不好，我从来都不怪她，因为我数学不好，她如果数学很好，我反而很奇怪了，她怎么数学这么好？

平常我们对人较少同情怜悯，较多于计较争夺，但是碰到灾难的时候，就像希腊悲剧所演的内容，就有一种同情心。我们都是同类啊，都有怜悯的心，关怀别人的心，这是第一种：怜悯。

第二种是恐惧。什么是恐惧？发生在别人身上的事情，也会发生在我身上。很多灾难，不可能选择发生在哪里；并且没有人知道，命运的手会在什么时候伸过来。当你觉得自己最平安、最健康的时候，或许命

运就过来，跟你说：时候到了，你毫无办法。地震就是最明显的一种，还有什么？还有各种细菌，有时候疾病来的时候，医生护士也不知道该怎么办。人活在世界上随时都会有危险，所以重要的不是避开危险，而是懂得如何面对危险。人不可能避开生命中所有的困难，所以碰到困难的时候，不要害怕，最好思考：从这里我可以得到什么启发？人最可贵的就是，遇到事情可以理性思考，事后能够觉悟生命的智慧。

希腊悲剧的怜悯、恐惧使我们恢复到人性原来的状态。地球只有一个，我们有幸活在这个世界上，属于同一个时代，呼吸一样的空气，感受一样的生活气氛，这是多么大的缘分啊！当然要珍惜，当然要互相合作，要有怜悯，要有恐惧，如此才能够收敛自己，才能过真实像人的生活，能够谦卑、敬畏、安分守己。

老子说“天地不仁，以万物为刍狗”，很多人不爱听。刍狗就是古代的人在祭拜祖先的时候，用草扎成一些狗的样子放在祭桌上。祭拜的时候，刍狗在上面，人们要对它祭拜，但是一旦祭拜完，刍狗就被丢在地上，任人踩踏，甚至还有人拿回家当柴烧。这话是说明万物有兴盛有衰亡。老子很有智慧，我们平常都希望能够永远保持成就感，这是不可能的。到时候就要下台，就要轮班。老子的思想启示人们不要用人想法去左右大自然。幻想通过一起祷告，来改变一种自然，太主观。与其如此，还不如去观察、了解自然界。我自己年轻时的座右铭是“我即使不能改变我的命运，但是我至少可以改变我对命运的态度”。我们能做的就是这个，我不能改变我的命运，在什么地方出生，什么地方长大，我不能改变；但是我可以改变我对命运的态度，命运再怎么对我不好，我了解了之后，不要跟它计较，逆来顺受，我可以照样活得快乐。

在灾难发生之后，很多人都觉得：为什么命运这样对我呢？好像命

运把我当敌人看？英国作家王尔德说：如果你有敌人的话，请你记得，活得快乐就是最好的报复。我建议大家体味一下这句话。今天遇到灾难，好像命运要对付你，它就要让你低头，让你求饶，让你永远不得翻身。但是人类之所以伟大，在于可以因为理解而接受，因为接受而超越！改变对命运的态度，把它当作“本来就是如此”，我毫不抱怨。譬如，命运把我生下来就是男生，我不要羡慕女生；我的父母是上海人，把我生在台湾，我接受，我不需要抱怨，接受之后努力做我能做的事。所以人遇到命运压力的考验，如果有正确的态度，就可以转过来使压迫人的命运变成自己修养的动力。

今天非常侥幸，我们还活着，我们就让自己喘一口气，思考人生是怎么一回事？当你心里面悲痛，想哭的时候，你就哭吧。当你痛哭的时候，你就知道哭完了之后，更加珍惜自己现在的生命，以及自己的亲情、友情、爱情，更珍惜人与人之间的情感。哭比笑更加有深度，笑只是表面上听到有趣的话、幽默的话反应一下，一下就忘了。哭就不一样了，有一句话说得很好：“不曾终夜痛哭者，不足以论人生。”一个人没有整夜痛哭的话，你没有办法跟他谈人生的问题。因为人生的问题说简单很简单，说复杂很复杂，说单纯很单纯，说麻烦也是麻烦的不得了，所以这时候你要让自己喘一口气，不要太急，人生的路要慢慢走，但是你方向要正确。你一定要把握正确的方向，一定要学习、学习、学习，就是每天念念书，不要多，每天半小时翻开书本，心就会静下来。

最近很多朋友跟我说，发生这么可怕的事情实在不能理解，为什么发生这种事情呢？学校一半的人不幸遇难，为什么是那一半而不是我们这一半呢？谁能解释？没有人。它就是这样发生了。但是你既然活着，就要跟自己说，我既然活着，我就要了解，了解的方法就是阅读，读书

给你观念。人最怕没有观念，西方有一句话说得很好：一个人有什么样的观念，就会带来什么样的行为；有什么样的行为，就养成什么样的习惯；有什么样的习惯，就塑造什么样的性格；有什么样的性格，就决定什么样的命运。从观念到行为到性格到命运，你希望有好的命吗？那你要从观念开始，每年增加一些观念，不断地吸收新的观念，吸收我们古老的观念。国学里面就有很多很好的观念，你一旦了解的话，人生碰到任何问题都不要担心，因为你可以理解。人最怕的就是不能理解。不能理解，给心理造成的压力是很可怕的。这就是我要告诉大家的，人的理性要善加运用，第一个就是让自己喘一口气，好好规划一下以后的生活，增加一些阅读学习思考的分量，

遭遇灾难，要记得“凡事有因必有果”。有一次我在台北上课的时候，一位女士跟我抱怨说，傅老师你看我这么胖，其实我以前很瘦。她给我看照片，确实很瘦，我问她怎么回事，她说因为她之前被卡车撞了一下，需要服用内固醇，把命保住了，但人胖了一倍。我跟她说，事情已经发生了，那怎么办呢？你至少学会一个教训，以后走马路靠哪一边。任何事情都可以让人学一些教训，在错误中不断学会经验，慢慢积累起来，到了中年以后就能很少犯错，这就是“凡事有因有果”。我们今天发生这个事情，就要问为什么发生？哪些是可以避免的？我们对于周围所发生的灾难有这样的了解的话，心情就比较容易恢复正常。

面对灾难，要学会“从局外人看自己”。为什么我要提到局外人呢？假如今天在非洲看到了地震，你看到觉得很难过，你捐点钱，但是很快你就想：非洲隔那么远，也帮不上忙。我记得我以前也很有同情心，看到非洲有灾民的报道，妈妈抱着孩子都那么瘦，就把钱捐给她，一个月之后发现还是这个画面，便没再捐钱了。命运已经让人无奈了，人的同

情心是有限的，而当你发现自己无能为力，就变成没有同情心了。到最后我连这个画面也不想看了，为什么？人的生命是有限制的。所以必须记得，不要自怨自艾。通常我们的心态、我们的能力、我们的能量会因为自怜而慢慢减弱，所以我们要把自怜的心态慢慢化解掉，要从局外人看自己。有句话说：“对自己要尽量客观，对别人要尽量主观。”为什么对别人主观？就是把别人当成自己，看到别人有难，好像是我自己有难一样；但是我自己有难的时候，要从客观的眼光看自己，立刻跳出自怜的心态。如果你不能振作，生命也一样过去了，再隔一段时间，所有的灾民还是要自立，因为能帮你的人都有自己的工作、自己的事业，没有能力再帮你了，怎么办？就要靠自己。事实上，天下所有重要的事情发生的时候，你自己本身的成长才是你唯一可以依靠的。

面对灾难，你要了解“一切复归于平淡”，所有的一切到最后都会归于平淡，就好像人到最后终究要离开一样。所以很多哲学或宗教都要告诉我们不要执著，人间所有的一切，最好放下，你放下之后就会发现，心更宽大了，反而可以更自在从容了。所以这个地方我们就要思考一下：什么叫做死亡？古希腊哲学家苏格拉底被冤枉判了死刑，他的学生们把钱都凑好了，让他买通狱卒逃狱，他不愿意，学生们就每天去看他，每天哭。苏格拉底从来没有哭过，反而劝学生不要哭。他们问，老师你难道不怕死吗？苏格拉底说，死亡就是两种情况，第一个是“无梦的安眠”，第二个是“心灵可以翱翔，去你想去的人那里”。具体来说，“无梦的安眠”，让人羡慕，我们有时候睡觉一夜无梦的时候，醒来就很愉快，因为我们最怕一睡觉就做梦，那真是压力很大。以苏格拉底的说法，死亡就是永远睡下去，不再做梦，那怎么会不好呢？第二种情况就是，死了之后，我们的心灵可以自由翱翔，去你喜欢去的地方，找你喜欢的人。

因为这样，你就不受时代的限制了。你活着只能看到这个时代的人，你过世以后，打破时代的限制，跟古圣先贤在一起。我喜欢国学，我死了以后可以跟孔子说话，可以跟孟子讲话，多么愉快，当然很多人不喜欢孔孟，说那多有压力，又要考试。孔孟是不会考试的，其实是很快乐的人。这样死亡之后，有什么好害怕的呢？

每个人的生命都像一滴水，怎么才能让这滴水不干枯呢？只有一个办法——把它丢到海里去，永远不会干枯。海就是“道”，水就是我们的生命。活在世界上，再有本事，就是得到了全世界，最后还是要放下。但如果是跟“道”在一起，永远不觉得困乏，永远不觉得生命有什么样的压力。我昨天到北川中学的临时学校，他们的校长告诉我，说他在这一次的灾难中，家人都不幸丧生了，他就是看到我的一本书（《解读庄子》）里写到“庄子的太太过世”和“庄子自己快过世了”那两段，他就想开了。所以我们今天碰到这样的灾难，我们如果用道家的思想去思考，就特别容易觉悟。

庄子认为，宇宙万物都是气的变化，气有两种，阳气和阴气。阳代表主动力，阴代表受动力。宇宙不断在变化，气不断在组合、分散，人能够组合生存就是气的聚合，人死了就是气分散了，这是庄子的想法。

庄子的太太过世了，他的朋友惠施去他家里吊丧，一进门吓一跳，看到庄子正在敲着脸盆唱歌，惠施就很生气，你太过分了吧，你太太跟着你苦了一辈子。确实，庄子的太太是很苦的，有多苦呢？庄子有一次没米下厨了，找一个朋友去借米，这个朋友是做官的，管一条河的，庄子去的时候衣服都是补丁，非常狼狈。他跟他的朋友说，能不能借点米给我啊。那个人说我下个月收税，收了以后借给你三百金。庄子一听，脸色就变了，马上说了一个寓言。他说我刚才来找你的时候，听到后边



有人叫我，我回头一看，看到地上被车轮压凹的地方躺着一条鲫鱼。我就问它说，鲫鱼啊，你叫我吗？鲫鱼说，是啊，我快渴死了。我说，我去叫吴国、越国的国君开条运河来接你。鲫鱼立刻变了脸色说，你还不如去鱼干店找我算了。庄子这样的天才我们没有见过，他跟别人借米，别人稍微推托，他脸色马上变，而且加个寓言，寓言里面的鱼脸色也会变，我们不知鱼怎么会变脸。这就是绝世天才，苦得不得了。听到惠施责怪，庄子说，你不要怪我，我当然会难过，我开始也是哭，哭过之后觉悟了，发现不应该哭。他接着说，很久很久以前，我太太还没有出生时是一股气，现在她又变成了一股气，以天地为家，死亡就是回家，她已经回家了，很快乐，我替她高兴，所以敲盆子唱歌替她助兴。

后来过了几年，庄子自己也老了，也走到生命的终点。他有很多学生都不忍心，老师你这么有学问，一辈子太苦了，你过世以后我们无论如何借钱也要给你办一个风光大葬。庄子说，你们千万不要这么麻烦，我就以天地作为我的棺材，日月作为我的帘壁，万物替我送葬，我一点也不缺乏，把我丢在荒野就可以了。学生说，不行啊，丢在荒野的话，老鹰和乌鸦会来吃你的身体。庄子说，那你把我从老鹰、乌鸦口中夺回来，埋在地底下给蚂蚁吃，你们为什么对蚂蚁这么好呢？对自己的身体看成这样子，对死亡看得如此之豁达，可见庄子非常有智慧。所以道家思想的智慧在于，一个人活在世界上，除了有身有心之外还要修炼，让你的精神可以出现。道家的思想，道家讲逍遥游，不是胡思乱想，不是白日梦，也不是说我真的是可去炼丹，然后到最后可以变成仙人飞升。他的逍遥游是你修炼之后不再有人间的本能冲动欲望，我的精神展现在任何地方都非常自在。