

中国古代十大思想家

# 人生逍遥者

庄子

◆ 李朝阳主编



黄河出版传媒集团  
阳光出版社

★中国古代十大思想家

# 人生逍遥者庄子

李朝阳 主编



黄河出版传媒集团  
阳光出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

人生逍遥者庄子 / 李朝阳主编. -- 银川: 阳光出版社,  
2016.8  
(中国古代十大思想家)  
ISBN 978-7-5525-2947-0

I. ①人… II. ①李… III. ①庄周(约前369-前  
286) - 哲学思想 IV. ①B223.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第214668号

中国古代十大思想家 人生逍遥者庄子 李朝阳 主编

责任编辑 朱双云  
封面设计 民谐文化  
责任印制 岳建宁



黄河出版传媒集团  
阳光出版社 出版发行

出版人 王杨宝  
地址 宁夏银川市北京东路139号出版大厦(750001)  
网址 <http://www.yrpubm.com>  
网上书店 <http://www.hh-book.com>  
电子信箱 [yangguang@yrpubm.com](mailto:yangguang@yrpubm.com)  
邮购电话 0951-5047283  
经销 全国新华书店  
印刷装订 北京潮河印刷有限公司  
印刷委托书号 (宁)0002807

开本 710mm×1000mm 1/16  
印张 9  
字数 168千字  
版次 2016年11月第1版  
印次 2016年11月第1次印刷  
书号 ISBN 978-7-5525-2947-0/I·833  
定价 28.80元



版权所有 翻印必究

# 前 言

在中华民族长达五千年的历史长河中，勤劳勇敢的中国人凭借自身的聪明才智，创造了曾经领先于世界的古代物质文明，也创造了处于世界前列的古代精神文明。中国优秀的传统文化源远流长，深深根植于中华民族生存和发展的“土壤”中。

中华文化之所以能够屹立于世界民族之林，其原因是多方面的，其中十分重要的一点，就是智慧的中华民族，在长期的生产活动、社会活动、思维活动的过程中，逐渐创造、积累和发展了具有以生生不息的内在思想活力为核心的优秀传统文化。这些是“中华魂”的一个表现方面，是国学不可或缺的一个部分，是中华民族伟大而坚强的精神支柱，是民族凝聚力和生命力之所在，是亿万炎黄子孙引以为豪的无价之宝。

当然，我国的传统文化既有精华，又有糟粕。因此，我们持全盘肯定或全盘否定的态度是不对的。而一知半解、信口开河或以漠然的态度对待我们宝贵的传统文化同样也是不对的。

经过了一个多世纪的巨大的社会实验的验证，我们终于明白了一个道理：发展并不是一味地摒弃过去，发展的障碍往往是对过去的不屑一顾。也就是说，为了更好地走向未来，我们不能同过去的一切彻底决裂，甚至将过去彻底砸烂；而应该妥善地利用过去，在过去这块既定的地基上构筑未来大厦。如果眼睛高于头顶，只愿在白纸上构筑美好的未来，那么，所走向的绝不会是真正的未来，而只能是空中楼阁。

那么，我们该用怎样的态度去对待我们的传统文化呢？

1. **取精华，弃糟粕。**对待中国传统文化，就应该持辩证否定的态度，就像筛选谷物一样，去粗取精，去伪存真，就不会犯“要么肯定一切，要么否定一切”的形而上学错误。研究、分析中国的传统文化不是过多地探讨古人具体离奇的故事，而应有选择地学习民族精神中的独特优点和汲取精华部分。

例如儒家的“三纲五常”，如果依现代人看来，明显是糟粕，但是“三纲五常”最初的含义则是要我们对长辈、父母有一颗感激的心：比如“父为子纲”是发展到了一种极端的状况，开始的时候只是一种心灵的活动，父母养育子女，子女应该懂得感激和回报。这样，双方的心灵就会有一种互动，感受到对方的心意，这时，“情”才会出来，这就是性情的学问。如果从这个角度而言也有其可取之处的。再例如“君为臣纲”，封建社会要求臣下愚忠于皇帝，但皇帝是封建最高统治者，用皇帝的“朕即国家”来说，那也是爱国，忠君是糟粕，爱国却永远正确。

2. **淡形式，重内容。**形式和内容的关系是复杂的：同一内容，由于条件不同，可以有多种形式；同一形式也可以表现不同的内容；新内容可以利用旧形式，旧内容也可以利用新形式。内容与形式的关系并不是并列的、没有主从之分的，在两者之间，内容起着主导的、决定的作用。内容决定形式，形式为内容服务，这是文学作品内容 and 形式的一般关系。

我们学习传统文化也是如此，“师古不泥古，师古不复古”，并不是穿汉服、行官礼才是传统文化。学习传统文化要重在领会传统文化的精神和思想理念，其目的是为了滋养人格，领悟思想，改善行为。

3. **既传承，又创新。**创新，是传承基础上的创新，继承也是创新基础上的继承。继承传统的目的并不是固守传统，而在于推陈出新。创新是继承中的变革，渐进中的变革。传统文化要“古为今用”，弘扬传统文化时要注意传承，更要创新。

4. **先要学，后要用。**孔子说：“学而不思则罔”。学习重在学用结合。只有学用结合，才能取得良好的学习成果。与纯粹的历史学不一样，弘扬中国传统文化有追求现实进步的含义，是“扬善”和“留美”，既要学，更在用，不是“坐而论道”，这是传统文化在新时期的价值归宿。即使是提倡“清静无为”的道学，老子



在《道德经》中也是倡导“以正治国、以奇用兵、以无事取天下”，而不是一味在书房朗诵“道可道，非常道”。

如儒家的“上善若水，厚德载物”思想，完全“古为今用”。其大致意思是：人的善心应该像水一样。水善于滋润万物而不与万物相争，停留在众人都不喜欢的地方，因此最接近于“道”。最善的人，最善于选择地方，心胸善于保持沉静而深不可测，待人善于真诚、友爱和无私，说话善于恪守信用，从政善于精简处理，能把国家治理好，做事能够善于发挥所长，行动善于把握时机。最善的人所作所为正因为有不争的美德，因此没有什么过失，也就没有咎怨。

“上善若水，厚德载物”也是现代很多企业价值观的核心。结合现代企业而言，企业所提供的产品或者服务本身就是服务于民众，解决社会的一些供求矛盾，而不是单纯的利润追求，这本身就是为善。当他们在为社会和民众服务得到一定的利润后，继而考虑把利润中的一部分拿出来继续投入到社会的发展中去，当然这也包含企业投入成本提高服务的品质或者产品的科研开发等等，而更重要的是很多企业也把很多的利润拿出来为社会的公益事业服务。

纵观我国古代思想史，最有成就和影响最大的十位思想家是：老子、孔子、孟子、庄子、荀子、董仲舒、朱熹、王阳明、黄宗羲、王夫之。他们的思想反映了中国古代思想发展的主要线索。

在物质欲望极度膨胀、科技文化高度发达的现代社会，许多人陷入了超重的生活而不自知。所以，现代人寻找精神家园、追寻生命的本真、探索思想的原始呼声就越来越高。

在本套丛书中，我们深入浅出地分析了中国古代对后世影响最深远的十大思想家的思想观念，力图呈现他们的思想特质。我们萃取他们的人生智慧，以期对现代人有所启迪。有人在怀疑古代思想家的智慧是否已经过时了，我们要说的是：古代十大思想家的智慧不会过时，历史的风雨不会使他们的智慧褪色。他们的智慧是人类的大智慧，既然是人类的大智慧应当属于所有的时代。他们的很多思想精髓能够滋养我们的精神，他们的很多人生智慧都能帮助我们解决现实的人生

问题。

十大思想家似人世间的棋艺高手，以人世间的**大智大慧**将**做人原则**和**治世理念**，**生存体验与生活智慧**，**精神境界和价格修养**等等摆在一张棋盘上，不断变幻出深奥的棋局。他们以人性的目光关注纷繁复杂的社会人情，他们看重道德修养，他们的思想影响着中国封建社会几千年的礼乐文化、政治文化、制度文化、伦理道德、思维方式、价值观念、风俗习惯甚至治国安邦的总体思路。这些都是我们中华民族宝贵的精神财富。

让我们一起来聆听圣哲教诲，汲取人文给养吧！

# 目 录

第一章 庄子一生轨迹 .....	1
庄子出生 .....	1
漆园为吏 .....	2
辞职归家 .....	3
迷而不茫 .....	5
教授弟子 .....	5
藐视权贵 .....	15
濠水之辩 .....	15
自由之龟 .....	16
穷非潦倒 .....	17
巧论三剑 .....	17
送妻升遐 .....	20
穷通自乐 .....	21
第二章 庄子的向往 .....	23
庄生梦蝶 .....	23
坐井观天 .....	25
大竿钓鱼 .....	27
斑鸠之乐 .....	28
朝三暮四 .....	31
美要自然 .....	33
邯郸学步 .....	35
海鸟之死 .....	37



抱瓮灌畦 .....	38
<b>第三章 庄子的“无为之为”思想 .....</b>	<b>40</b>
以天合天 .....	40
甘于退隐 .....	42
子桑唱穷 .....	43
顺应天性 .....	44
水的不争 .....	46
君子之交 .....	48
<b>第四章 庄子的逍遥论 .....</b>	<b>52</b>
俯视人间 .....	53
谦虚做人 .....	55
鼓盆而歌 .....	56
相忘江湖 .....	60
顺从造化 .....	62
生死变化 .....	63
<b>第五章 庄子心中的真“道” .....</b>	<b>65</b>
一生无言 .....	65
道不可言 .....	67
得鱼忘筌 .....	69
惠子感悟 .....	71
<b>第六章 庄子的幸福观 .....</b>	<b>74</b>
幸福根源 .....	74
弱水三千 .....	78
无为而治 .....	80
戒骄破满 .....	85
小国寡民 .....	86
淡看名利 .....	88
贪欲是祸 .....	90

轻松生活 .....	92
<b>第七章 庄子的平常心</b> .....	97
善看逆境 .....	98
正确的爱 .....	99
相濡以沫 .....	101
不拘私情 .....	103
自然之美 .....	104
惠施之死 .....	106
<b>第八章 庄子的养生之道</b> .....	110
游刃有余 .....	111
贵在养心 .....	113
薪火相传 .....	114
养生误区 .....	115
<b>第九章 庄子补漏拾遗</b> .....	119
出生年代 .....	119
庄子故里 .....	120
庄子为人 .....	122
儒道之争 .....	124
人生追求 .....	128
<b>附录:庄子年谱</b> .....	131

# 第一章 庄子一生轨迹

庄子（约前 369 年—前 286 年），名周，字子休（一说子沐），战国时代宋国蒙人，著名思想家、哲学家、文学家，是道家学派的代表人物，老子哲学思想的继承者和发展者，先秦庄子学派的创始人。

庄子看上去是个愤世嫉俗的人。他生活在战国时期，约比孟轲的年龄略小，曾做过漆园小吏，生活很穷困，却不接受楚威王的重金聘请，在道德上其实是一位非常廉洁、正直，有相当棱角和锋芒的人。庄子虽然一生淡泊名利，主张修身养性、清静无为，在他的内心深处则充满着对当时世态的悲愤与绝望，庄子虽然是一个不争、率性的隐者，但庄子却是一个对现实世界有着强烈爱恨的人。

正因为世道污浊，所以他才退隐；正因为对“螳螂捕蝉，黄雀在后”现象的深刻思索，所以他才与世无争；正因为人生有太多不自由，所以他才强调率性。庄子是以率性凸显其独特的人格魅力的。正因为爱的热烈，所以他才恨的彻底，他认为做官会戕害人的自然本性，不如在贫贱生活中自得其乐，其实就是对现实情形过于黑暗污浊的一种强烈的觉醒与反抗。

庄子主张精神上的逍遥自在，所以在形体上，他也试图达到一种不需要依赖外力而能成就的一种逍遥自在境界。他认为宇宙中的万事万物都平等的，他提倡要顺从自然的法则。他重视内在德性的修养，他认为如果德性充足的话，生命自然会流出一种神奇的精神力量。

## 庄子出生

大约公元前 369 年，一个叫庄周的孩子在宋国蒙城出生了，父亲为他取名为

周，可能是向往文质彬彬的西周盛世吧。

“周”是个蕴涵丰富而深邃的语词，《易经》就被名为《周易》。春秋战国时，人们起名字都很随意，比如孔子的名叫“丘”，就是因为他的脑袋长得像曲阜城外的尼丘山；孔子的儿子出生时，国君送来了大鲤鱼祝贺，孔子就给儿子起名孔鲤；而郑庄公因“寤生”（难产），竟被起名叫做“寤生”，可笑之极。

庄子的家庭环境和父母的身份虽然不得而知，但从他文雅的名字“周”，从他那丰厚的文化素养和后来的窘迫生活来看，他可能出生于没落贵族家庭。他的少年时代在历史上也是模糊的，我们从史书上认识的庄周，已经是一个有着独立思考的成年人了。

### 漆园为吏

庄周曾经做过管理漆园的小官。漆园是个种植漆树的大园子，作为一个漆园小吏，庄周都能按宫廷规定的数额上缴漆。有时候，宫廷里声称财政紧张，不能按时发放庄周的俸禄，便发给他一些漆，让他自己到市场上去出售。庄周是个不计名利的人，对于身外之物，他一向认为只要够用就行了。因此，他有时也将宫廷里发给的漆赠送给其他因公务而认识的向他婉言求漆的蒙邑官吏。

虽然这只是个级别很低、待遇很差的官职，但就连这个差事他大概也没干多久。因此，庄周长期生活在贫困之中。据《庄子》书中的描写，他住在穷街陋巷，靠打草鞋维持生活，饿得面黄肌瘦；他身穿打着补丁的衣服，鞋子磨出了洞，用绳子绑在脚上。有人讽刺他，说他脖子很细长，像干枯的树枝一样，脸是黄黄的，这估计是营养不良造成的。

某年春荒庄周家里无米下锅了，他去向一个朋友借粮食，那是个管理黄河的一个河段的小官，人称监河侯。监河侯说很好，没有问题，等到年底领地的百姓给我交了租子以后，我可以借三百金给你。庄周很生气，因为庄周家里已经揭不开锅了，哪里还能等到年底呢？但庄周很幽默，他不直接点破，而是讲了一个故事，他说：“我在来的路上听到一阵呼喊声，一看，原来有一条鱼在路边车轮碾成

的小水坑中跳着喊救命，我就过去问是怎么回事。鱼说：请你弄一盆水来救救我吧。我告诉鱼说，没有问题，我到前面去引西江水来救你。鱼说，等你把西江水引过来，恐怕要到干鱼店去找我了。你引来的水很多，但我已经等不及了。

这个饿着肚子、生着气也能讲笑话的庄周，真是个很特别的人！

## 辞职归家

宋国的国君偃继位不到一年，便开始了荒淫无耻的生活，将仁义的招牌扔到了血泊之中。宋君偃为了满足他奢侈的欲望，便向全国百姓增加赋税，搞得本来就贫困不堪的宋国人民更加无以为生。宋君偃命令各地的漆园将产量增大到原来的二倍。如果不能如数交纳漆，漆园吏的脑袋就会作为他的酒壶。

庄子的弟子蔺且将宫廷送来的关于增加漆数的文件让庄周看了。庄周一句话也没有说，便独自一人走出漆园的大门。他的心情极为沉重。要增加漆的产量是不可能的，要向宫廷交差的唯一办法便是以君主的名义侵占附近的私人漆林。但是，这样的事庄周怎么能做得出来呢？

他一个人在山间的灌木丛中漫无目的地散步，这是他多年来养成的一习惯。每当心情烦恼的时候，他便喜欢到僻静的地方独自走一会，理一理自己的思绪。这样，他的心情就会逐渐平静下来。可是，这一天却不同往常，散步不但没有消除烦恼，反而使烦恼更加沉重了。

突然，他看见一只奇异的鸟从南方飞来。这个鸟的翅膀很长，但是却飞得很低、很慢，眼睛的直径约有一寸，但是却好像没有看见庄周，它竟直向庄周飞来，翅膀从他的额头上一擦而过。庄周觉得十分惊奇，从来没有见过这样的鸟，便尾随着它而来。他远远地看见那只鸟落在了漆园旁边的栗林之中，便顺手拾了一颗石子轻手轻脚地来到它的旁边，企图击落它。

但是，庄周却被一个触目惊心的场面惊呆了：

他看见一只蝉，正在一片树叶下面乘凉，它完全没有察觉到有一只螳螂正在不远的树枝上，准备扑过去抓住它。而这只准备扑蝉的螳螂，完全沉浸于即将得

来的快乐之中，丝毫也没有注意到刚才落在栗树上的那只异鸟正在盯住它。而那只异鸟又全神贯注于快要到口的螳螂，根本没有发现它的身后还有庄周。

庄周猛然之间好像觉醒了。他自言自语地说：“物因相累，二类相召也！”扔掉石子，回头便走。

看守栗林的虞人看见庄周从栗林中出来，以为庄周是一个偷栗的盗贼，便在后面追着叫骂。庄周加快脚步，一气跑过两座小山，那虞人才回去了。庄周在回漆园吏所的路上，边走边想：蝉得美荫，螳螂在后；螳螂扑蝉，异鸟在后；异鸟图谋螳螂，而庄周在后；庄周图谋异鸟，而虞人在后……

任何图谋他物的物，又被他物所图谋。任何贪图利益的人，又被别人作为利益贪图。蝉、螳螂、异鸟、庄周，四者之间有什么区别呢？他们都自以为是对方的主宰，实际上他们又都被别人主宰。他们都不是自己的主人，他们都是随时可供猎人攫取的猎物。

庄周回到漆园，将自己关在一个小屋里，三天三夜不出门、不说话、不吃饭。急得弟子蔺且在外面团团转。任凭他们怎么叫喊，庄周屋子里，没有一点动静。三天之后，庄周出来了。他整个人瘦了一圈，眼窝深陷，嘴唇干裂，就像大病了一场。蔺且将庄周搀扶到椅子上坐下，然后问道：

“先生，您为什么这样？”

庄周回答说：“我为了一点小小的利益而忘记自己的生命安全，我整天在浑浊的水中游泳，而自以为找到了清澈的渊源。老子曾经说过：‘入其俗，从其俗。’我任漆园吏，自以为是符合老聃的遗训，没想到差点将性命也丢掉。”

蔺且说：“先生，您的意思是，这漆园吏不当了？”

庄周露出了一丝微笑，说：“你真是我的徒弟啊，了解我的心思。收拾行李，准备回家。”

蔺且当即准备好墨汁、毛笔和绢帛，庄周写好辞职书，蔺且连夜送往朝廷去了。

过了几天，蔺且用一把独轮车推着庄周的妻儿，一行四人直奔老家而来。



### 迷而不茫

一天，庄子靠椅而坐，仰天而叹，沮丧得如失魂落魄一样。弟子侍立在旁，说：“先生为何嘘叹？人的形体真可以像槁木，而人的心真的可以如死灰一样吗？今天靠着椅子坐着的人，不是昨天靠椅坐着的人吗？”庄子道：“问得好。而今我丧失了自我，你可明白？”弟子道：“自我是什么？弟子愚钝，实不明白。”庄子道：

“天下万物，都是彼此相对。故没有彼就没有此，没有你就没有我，这就是相反相成，可不知是谁使成这样的？是冥冥之中的道吗？道又是什么样子？骨骼、五脏六腑，遍存于一身，自我究竟是什么？我与谁亲近些呢？都喜欢它们，还是有所偏爱？如此，则百骨九窍、五脏六腑彼此有臣妾关系吗？如果皆是臣妾，这些臣妾之间到底是相互制约呢？或是轮流为君臣呢？难道其中真有主宰者吗？唉，人生一旦接受精气，成就形体，不知不觉中精力就耗尽了。天天与外物争斗摩擦，精神耗尽象马飞奔一样，而自己却不能制止，不亦太可悲了？终身忙碌而不见成功，颓然疲役而不知归宿，可不哀邪！虽说身体不死，有何益处？心神也随身体消亡，可不谓大哀乎！人之生时，本来就这样茫然吗？抑或只我独觉迷茫而别人都不迷茫吗？”

### 教授弟子

《庄子》和《老子》的教育宗旨是一样的，都是以实现“道”作为总的教育目的。但庄子认为“道”是不能分割和没有界限的，拿庄子的话说就是：“道未始有封”，封指范围、界限。庄子笔下的理想人物不去追求左、右、伦、义、对立、竞争等各种差别，要求对于宇宙之外的事物根本就不要去谈论它；对宇宙内现实生

活中的各种差别，如对立和竞争等，也都应采取不理睬、不评论的态度，以保持内心的宁静。



庄子画像

《庄子》将这种理想人物，有时称为“圣人”，有时称为“至人”“真人”，其最高的品德，是只求心灵遨游于德的和谐的境地，把万物视为一体，保持不辨差别的思想境界。拿庄子的话说就是：“天地与我并生而万物与我为一。”他以寓言形式描绘所希望的典型人物“泰氏”，睡时安闲舒缓，醒时逍遥自适，像是一无所知的样子。任人把自己称为马，任人把自己称为牛，他都不在乎。

《老子》认为“道”的本质是“无为”，而《庄子》则强调“道”的本质是“天放”，即“自然放任”，放肆自乐于自然之中，使人们完全从社会生活中超脱出来，当然，按照现代的教育实践来看，这完全是一种不切实际的教育空想。《庄子》这种出世主义教育思想，并不依托于上帝，而是寄托于虚无缥缈的“道”的追求。

《庄子》为培养无差别境界的理想人物，提出了具体的内容。

1. 齐是非、齐善恶、齐美丑。《庄子》从相对主义思想出发，认为是与非是相对的，“道”的核心就是不将彼与此对立，把“齐是非”观念看作是进入“道”的最高精神境界的枢要。这就要求人们领悟宇宙间的精髓和奥妙，在日常彼此相处中，“不谴是非，以与世俗处。”把是与非混同起来，听其自然并行，均衡发展。这就是说，要教育人们在日常生活中，对是非不置可否，抱超然、模棱两可的态度，以至随波逐流。《庄子》认为这样，天下的纷争就可以熄灭了。

《庄子》还认为，善与恶也是相对的，没有绝对的界限。譬如尧和桀都可以说自己是善的，也都可以说对方是恶的。尧和桀的品行的善恶是因时因人而异的，并没有“常”，即固定的界限。《庄子》比喻说：泉水干了，鱼就一同困在陆地上，用湿气互相嘘吸，用口沫互相湿润，互相救助，倒不如在江湖里彼此相忘。与其赞美尧而非议桀，不如把两者的是是非非都忘掉而融化于大道之中。《庄子》认为，仁义的论点，是非的途径，纷然杂乱，是没有办法加以区别的。

《庄子》又认为，美和丑也是相对的，并没有根本的区别。指出人们习惯于以自我为中心，这就导致了对万物的价值标准并不一致。举例说：毛嫱和西施是世人所认为最美的；但是，鱼认为不美，见了就深入海底；鸟也认为不美，见了就飞向高空；麋鹿也认为不美，见了就急速飞跑。这四者谁真正知道天下什么最美丽？由此，认为世界上是没有绝对的美与丑的。

《庄子》把是非、善恶、美丑观念完全看作是个人的主观成见，希望把这些统统忘掉而融化于大道之中，达到逍遥自得、顺应世俗、随遇而安的境界，这就倒向了相对主义和宿命论。当然，《庄子》承认一切事物都是相对的，可以转化的，是包含着朴素的辩证法的。

2. 无己、无功、无名、无情。《庄子》从破除以自我为中心，而从探索天地精神的思想境界出发，在培养人的道德品质方面，提出了“至人无己，神人无功，圣人无名”的思想。在《逍遥游》中生动地描述了“无己”的精神境界：他肌肤犹如冰雪一样洁白，容貌犹如美女一般柔美，不吃五谷，吸清风，饮露水；乘着云气，驾御飞龙，游于四海之外。他与万物混同为一体，丝毫不考虑自己：洪水