

先秦儒家

的精神修养



郑淑媛 著



人民出版社

先秦儒家

的精神修养

郑淑媛 著

人 民 出 版 社

责任编辑:于宏雷

装帧设计:徐 晖

版式设计:程凤琴

图书在版编目(CIP)数据

先秦儒家的精神修养/郑淑媛 著.

—北京:人民出版社,2006.12

ISBN 7-01-006003-7

I. 先… II. 郑… III. 儒家—道德修养—研究 IV. ①B82-092 ②B222.05

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 154607 号

先秦儒家的精神修养

XIANQIN RUJIA DE JINGSHEN XIUYANG

郑 淑 媛 著

人民出版社 出版发行

(100706 北京朝阳门内大街 166 号)

北京集惠印刷有限责任公司印刷 新华书店经销

2006 年 12 月第 1 版 2006 年 12 月北京第 1 次印刷

开本:880 毫米×1230 毫米 1/32 印张:7.5

字数:210 千字 印数:0,001—3,000 册

ISBN 7-01-006003-7 定价:19.00 元

邮购地址 100706 北京朝阳门内大街 166 号

人民东方图书销售中心 电话 (010)65250042 65289539

目 录

绪 论 先秦儒家的精神追求与精神修养	(1)
一 先秦儒家的精神追求	(1)
二 先秦儒者的修养活动	(4)
三 精神修养的理论自觉	(10)
(一)人的精神特征	(10)
(二)精神概念的内涵	(11)
(三)精神修养的理论建构	(16)
四 先秦儒家精神修养学的研究状况	(19)
第一章 先秦儒家精神修养的思想来源	(33)
一 殷周的巫史文化传统	(33)
二 殷周的政治教化思想	(37)
三 殷周的礼乐教化思想	(43)
四 殷周的政治性修德活动	(45)
第二章 先秦儒家精神修养学的历史演变过程	(48)
一 孔子:先秦儒家精神修养学的创立	(48)
(一)孔子所创立的精神修养学与以前政治性修德的不同 ...	(48)
(二)孔子精神修养学创立的原因	(55)
(三)孔子精神修养学创立的理论标志	(60)

二	七十子及其后学:先秦儒家精神修养学的拓展	(62)
	(一)七十子对先秦儒家精神修养学的拓展	(62)
	(二)郭店楚简儒家简和《中庸》对先秦儒家精神修养学的拓展	(65)
三	孟子:先秦儒家精神修养学内省之向度的发展	(73)
四	荀子:先秦儒家精神修养学外求之向度的发展	(78)
五	先秦儒家精神修养学向内、向外发展的原因	(81)
	(一)先秦儒家精神修养学向内发展的原因	(81)
	(二)先秦儒家修养学向外发展的原因	(86)
第三章	先秦儒家精神修养学的逻辑结构	(89)
一	先秦儒家精神修养的指导思想:人性问题	(89)
	(一)从人和动物的区别来分析	(91)
	(二)从精神性存在和物质性存在的关系来分析	(92)
	(三)从精神的层次结构来分析	(96)
二	先秦儒家精神修养的目标	(134)
	(一)境界	(134)
	(二)人格	(156)
三	先秦儒家精神修养的途径	(168)
	(一)格物外求	(170)
	(二)反省内求	(175)
四	先秦儒家精神修养的方法	(179)
	(一)格物的方法	(179)
	(二)内省的方法	(193)
第四章	先秦儒家精神修养学和道家精神修养学的比较	(203)
第五章	先秦儒家精神修养学的历史地位和现代价值	(211)
一	先秦儒家精神修养学的历史地位	(211)

二 先秦儒家精神修养学的现代价值	(214)
------------------------	-------

附录：

主要参考文献	(223)
--------------	-------

后 记	(234)
-----------	-------

绪论 先秦儒家的精神 追求与精神修养

一 先秦儒家的精神追求

先秦儒家非常重视人的精神追求。他们认为物质性存在的人和
精神性存在的人共同构成了人本身。在物质性存在的人和精神性存
在的人之中,先秦儒家更重视人的精神性存在,认为人的精神性存在
才是人的本质性存在。只有显现出人的精神性存在,人才能成为真
正本质意义上的人。所以,对于人的精神性存在的自觉和提升成为
儒家精神修养的根本目标。

首先,先秦儒家对于人的物质性存在和精神性存在的关系的看
法是人的精神性存在指导和制约着人的物质性存在。先秦儒家并不
否认人的物质性存在,甚至有重视人的物质性存在的倾向。如曾子
认为:“身体发肤受之父母,不敢毁伤”(《孝经开宗明义章第一》)。
但是,先秦儒家认为人的物质性存在应该充满精神意味。曾子保护
身体的意义在于孝敬父母。保护身体是重视人的物质性存在,而孝
敬则充满了人的精神性意义。孔子认为人的衣食住行等不仅仅是为
了维护人的物质性存在,这些衣食住行活动也充满了文化精神。
“饭疏食,饮水,曲肱而枕之,乐亦在其中矣”(《论语·述而》),孔子

可以吃粗食,喝冷水维持人的物质性存在,而追求人的精神之乐。孟子也认为人应该追求人的精神性存在,把人的精神性存在称为“大体”,把人的物质性存在称为“小体”,认为人应该“从其大体”,“从其大体为大人,从其小体为小人”(《孟子·告子上》)。荀子则认为只有精神性的礼义才是人的本质,人的物质性存在并不能把人与动物区别开来。“然则人之所以为人者,非特以二足而无毛也,以其有辨也。”正是礼义使其有辨,“故人道莫不有辨,辨莫大于分,分莫大于礼”(《荀子·非相》)。由此可以看出,荀子也主张人的本质在于精神性存在。因此,人应该有精神追求。

其次,先秦儒家的精神追求也分为几个层次。有知识、政治、道德、艺术、自由等层次。这些层次之间的关系比较复杂。从个体精神的精神自由程度来说,这些层次是渐进的关系,后面的层次包含并超越前面的层次。对于知识的追求在先秦儒家的精神追求中是最基本的精神层次。无论是以荀子为代表的格物外求的修养途径还是以孟子为代表的反省内求的修养途径,对于各种知识的追求是精神追求的最基本的层次。正是各种知识使人可以掌握和把握外在世界,初步建立了人的精神世界。这里所说的知识包括各种知识,如政治知识、道德知识、艺术和宗教知识以及其他成人所需要的各种知识。所以,从某种意义上说,对于知识的追求是先秦儒家最基本的精神追求。政治追求是建立在知识追求的基础之上的先秦儒家重要的精神追求。这包括先秦儒家的各种政治抱负和政治理想。先秦儒家的各个代表人物都怀有政治抱负,奔走天下,企图实现儒家的政治理想。虽然不被见用,但是作为一种精神上的追求永远是他们的一生所求。从某种意义上说,先秦儒家的政治追求具有一定程度的功利性,并且受制于其他的外在因素。先秦儒家对于道德的追求也是建立在知识追求之上,同时先秦儒家的道德追求在一定程度上超越了功利性,不

再受制于外在因素,是一种为己之学。如孔子所说的“不义而富且贵,于我如浮云”(《论语·述而》),富与贵,相当于功利性精神追求,但是如果不符合道德的要求也不能去追求。孟子也认为有天爵和人爵。天爵是仁义忠信,是修养主体自身通过精神修养而得到,不需要外在的给予。人爵是天子王侯所赐予的,可以随时予夺。所以天爵高于人爵,道德高于外在的政治权势,所以人应该有道德性追求。所以从修养主体的精神自由程度的意义上说,先秦儒家的道德追求包含并高于知识和政治追求。先秦儒家的艺术追求同样也建立在对知识的追求的基础之上,从精神的自由程度来看,先秦儒家的艺术追求相对于政治和道德的追求更自由一些,更少一些功利等外在因素的制约。如孔子听尽善尽美的韶乐,三个月不知肉的味道。这种艺术追求不带有外在因素的制约,精神处于比较自由的状态。先秦儒家精神追求的层次由知识进到政治,再进到道德,再进到艺术。先秦儒家最高的精神追求是对精神自由的追求。精神自由的追求统摄了知识、政治、道德和艺术等精神追求,并且把人的物质性存在和精神性存在统一起来,成为先秦儒家最高的精神追求。这精神自由的追求表现为孔颜之乐,表现为《中庸》的“极高明而道中庸”,表现为孟子的“大而化之”和荀子的“大清明”。从个体精神人格的角度来说,这些精神追求的层次从某种意义上可以说是并列的关系。对知识、政治、道德、艺术的追求可以形成不同的人格。如儒者通过对知识的追求可以形成智者人格等,对自由的追求形成圣人人格。同时,在同一个个体精神中也可以形成相对独立的人格,使个体人格有时呈现出这种人格占据主导地位,有时呈现出另一种人格占据主导地位。但是,无论从个体精神的自由程度还是从人格的角度来看,对自由的追求是先秦儒家最高的精神追求。

二 先秦儒者的修养活动

儒家学派在其形成过程中很重视儒者自身的精神修养。儒者自身的精神修养活动为先秦儒者创立和发展儒家精神修养学奠定了基础。先秦儒者的精神修养活动可以分为知识才能的修养活动、政治修养活动、道德修养活动、艺术修养活动等,这些精神修养活动体现在老师自身的修养与教导学生的修养活动之中。先秦儒者的精神修养活动的核心是精神、心性的修养活动。

知识才能的修养活动主要是指修养主体通过闻见、思虑和学习把外在世界内化到修养主体的精神之中,从而认识和把握外在世界,这是通达修养目标的共同的和最基本修养活动。先秦儒者都很重视并且做到了这一点。孔子本人就非常好学,对外在于自身精神之外的事与物很感兴趣,通过闻见等来掌握它们,内化为自身精神。如孔子入太庙,对于每件事都要问个明白。并且自认为好学,“十室之邑,必有忠信如丘者焉,不如丘之好学也”(《论语·公冶长》)。孔子教导学生学《诗》,认为从《诗》中可以学习鸟兽草木之名。孔子称赞颜回好学,自己也以好学为自豪。孟子虽然讲求反省内求,但是也重视知识才能的修养,主张“博学而详说之”(《孟子·离娄下》)。荀子做《劝学》,论述学的重要。他本身也是博学之人。“荀卿嫉浊世之政……于是推儒、墨、道德之行事,兴坏序列著数万言而卒”(《史记·孟轲荀卿列传》),荀子认为应该把儒、墨、道德家的思想化为自身的精神才能对其有较深的了解,只有如此才能进行评论。所以说,先秦儒者都重视知识才能的修养活动。

政治修养活动对于先秦儒者来说,也是基本的精神修养活动。先秦儒家的政治修养活动也是其精神修养活动的组成部分。其修养

活动形式有了解历史上的有关政治的内容、提出自己的政治见解、对现实政治进行评价,进行现实的政治实践等。无论何种形式的政治修养活动,其最终服务于“成就真正的人”这一目标。这也是后世儒家所说的“以外养内”之说。首先是了解掌握历史上有关政治的内容。先秦儒者对历史上的政治非常重视,将政治的历史上溯尧舜禹直到最近的周公。《中庸》说孔子“仲尼祖述尧舜,宪章文武。”先秦儒者把《尚书》、《春秋》作为重要典籍加以阅读,就是要把历史上有关政治的内容内化到儒者自身的精神之中。事实上,孔子、孟子、荀子都有丰富的政治历史知识,在和统治者对话时旁征博引以说服统治者。先秦儒者政治修养活动的形式还有提出自己的政治见解这一形式。孔子认为应该损益周礼以适应现实政治需要。他用自己的政治见解回答了很多人的问政。这其中有哀公问政、季康子问政以及其他人的问政。他在和弟子讨论时,也鼓励弟子提出自己的政治见解,孔子再予以教导,如侍坐篇(《论语·先进》)。孟子也多次与人谈到自己的兴王道的政治见解。荀子认为应该“王霸兼用”。政治评论是指对当时政治及其发生的政治事件有自己的看法和态度,以彰显和提高自身的政治修养,并以此促进儒者的精神修养。先秦儒者这类评论很多。《左传》昭公二十五年,鲁祭祀襄公,在公庙中跳乐舞时只有两人,其余的舞者都到季氏的私庙中去跳舞,可见季氏之无礼。昭公不能忍,君臣不和,昭公奔于齐。孔子评论季氏说:“八佾舞于庭,是可忍也,孰不可忍也”(《论语·八佾》)。另外,如果《春秋》确实为孔子所作,则充分体现了孔子的政治评价思想。荀子入秦,评论秦国的政治,认为“粹而王,驳而霸,无一焉而亡,此亦秦之所短也”(《荀子·强国》)。先秦儒者掌握了一定的政治历史知识,结合现实政治,在儒者的精神中形成了自己的政治见解,发而为政治评论。从某种意义上说,这些都是处于精神之中的政治修养活

动,而先秦儒者的政治实践活动则是把精神付诸实践。先秦儒者的政治实践活动比较多。从孔子到其弟子以及孟子、荀子等都有一定的政治实践活动。孔子曾经出仕为官,做过中都宰、司空、司寇等,并且有相夹谷和堕三都之行事,表现了孔子的较高的政治修养。孟子也曾经在邹国出仕,并且游历诸国,宣传自己的政治主张。荀子也做过兰陵令。我们也可以相信,先秦儒者通过政治实践活动,也提高了自身的政治修养,从而使儒者自身的精神修养更加全面,为成为真正的人提供条件。总之,先秦儒者的政治修养活动展现了先秦儒者作为精神性存在的人的一方面,使先秦儒者的精神性存在更加丰富和全面,这为先秦儒者提出做一个真正的人的修养目标提供了经验。

先秦儒者的道德修养活动是其精神修养的核心内容。先秦儒者追求人的精神性存在,他们的最高的精神追求为精神自由。道德修养作为精神修养的核心内容最大程度上体现了人的精神性存在,所以先秦儒者极其重视自身的道德修养活动。我们可以把先秦儒者的道德修养活动分为两个方面:一方面是认知和遵守外在的道德规范;另一方面是认知培养自身所蕴涵的道德性。

首先来看第一方面。作为当时社会规范的礼的大部分内容是与道德联系在一起的,所以,先秦儒者的道德修养活动首先是认知礼并且遵守礼的规定。孔子本人对礼所包含的道德规范有丰富的认知。所以,孟僖子临死时嘱其二子从师于孔子学礼(《左传·昭公七年》)。孔子虽然有丰富的礼的知识,但是仍然向别人学习。《礼记·檀弓下》记载:“延陵季子适齐,于其反也,其长子死,葬于赢博之间。孔子曰:‘延陵季子,吴之习于礼者也。’往而观其葬焉。”孔子教导弟子要遵守礼所包含的道德规范,“非礼勿视,非礼勿听,非礼勿言,非礼勿动”(《论语·颜渊》),要见利思义等。《左传》昭公二十年记载:卫齐豹杀孟縶,宗鲁死之,“琴张闻宗鲁死,将往吊之。仲

尼曰:‘齐豹之盗而孟紫之贼,女何吊焉?’”认为宗鲁引起齐豹杀孟紫,所以琴张不该去。孔子自身也是如此,虽然急于被见用,但是对于不遵守道德规范的公山弗扰、佛肸的邀请虽有动心,但是仍然考虑了道德因素而最终不去(《论语·阳货》)。孟子认为不符合道德规范的事情也不要去做。孟子弟子彭更认为孟子周游列国,后车随从众多,受到各国诸侯的轮流款待,是不是太过分了。孟子说:“非其道,则一簞食不可受于人;如其道,则舜受尧之天下,不以为泰。”(《孟子·滕文公下》)。如果不合于道德,则一筐饭也不能接受,如果合于道德,舜接受尧的天下也不为过。荀子虽然其生平事迹记载很少,但从他理论上重视礼可以看出其道德修养活动也应该不少。刘向在《孙卿新书叙录》中称:“孙卿道守礼义,行应绳墨,安贫贱。”^①

先秦儒者的道德修养活动的另一方面是认知和培养自身所蕴涵的道德性。孔子认为“仁者,人也”(《中庸》),“我欲仁,斯仁至矣”(《论语·述而》),“仁”内在于自身,道德性内在于自身。当孔子离开曹到宋时,宋司马桓魋想要杀孔子,孔子并不惧怕,说:“天生德于予,桓魋其如予何?”(《论语·述而》),认为自身怀有天生之德。孔子弟子宰我问三年之丧,认为三年之丧太长了,一年就可以了。孔子回答说:“女安则为之”(《论语·阳货》),孔子这个回答可以看作孔子认为道德出自内心。在孔子的弟子中,颜渊列德行科。他的道德修养活动比较重视自身道德性的培养。身居陋巷,一簞食,一瓢饮,仍然不改其乐。“不迁怒,不贰过”,日日培养自身德行,在内心深处下工夫,所以能达到“其心三月不违仁,其余则日月至焉而已矣”(《论语·雍也》)。当孔子和学生厄于陈蔡,孔子知道弟子有愠心,召子路问到,我们为什么会落到如此境地?子路认为可能是我们没

^① 转引自惠吉星:《荀子与中国文化》,贵州人民出版社,1996年,第36页。

有达到仁和智,所以得不到人们的信任。孔子认为不妥。孔子又问子贡。子贡认为孔子的学说太广大了,天下不能容下,要求孔子降低标准。孔子也认为不妥。孔子又问颜渊。颜渊回答说:“夫子之道至大,故天下莫能容。虽然,夫子推而行之,不容何病,不容然后见君子!夫道之不修也,是吾丑也。夫道既已大修而不用,是有国者之丑也。”孔子很满意(《史记·孔子世家》)。由此可见颜渊重视的是自身道德的修养,而不需要外人知道或者曲阿从世。这是真正的内心发出的道德,为了自身的成长而不是功名的需要。孟子也是非常重视自身道德修养活动。在游历各个国家,受到各国诸侯的轮流款待时,也注意自身的道德的修养,不畏权势,坚持自己的道德理想。淳于髡向孟子提出嫂子溺水去不去救的问题,提醒孟子变通自己的想法来救天下,而孟子则坚持以道援天下(《孟子·离娄上》)。

总之,先秦儒者的道德修养活动是先秦儒者精神修养活动的重要内容。正是道德修养活动使先秦儒者认识到人的本质,继而扩大到整个人的精神,而道德精神在先秦儒者看来一直是人的精神性存在的核心。这为先秦儒家精神修养学的创立和发展提供了条件,为先秦儒家精神修养学确定了理论核心。

先秦儒者的艺术修养活动也是其精神修养活动的内容。先秦儒者的艺术修养活动有人认为包括孔门的诗教和乐教。“孔子的诗教,亦是孔子的乐教。”^①诗教是先秦儒者艺术修养活动的重要内容。首先,先秦儒者重视对诗的学习。孔子重视学习诗,“子曰:‘小子何莫学夫诗?诗可以兴,可以观,可以群,可以怨,迩之事父,远之事君,多识于鸟兽草木之名。’”,“子谓伯鱼曰:‘女为周南、召南矣乎?人

① 徐复观:《中国艺术精神》,春风文艺出版社,1987年,第6页。

而不为周南、召南，其犹正墙面而立也与？’”（《论语·阳货》）。郭店楚简儒家简和《孟子》中也引用了一些诗，这从某种程度上说明了先秦儒者比较重视对诗的学习。其次，先秦儒者用诗作为精神修养的手段，用诗来陶冶儒者的精神。从上海博物馆所藏的战国楚简《诗论》来看，先秦儒者认为诗可以修养儒者的精神。如第六章“孔子曰：《宛丘》吾善之，《猗嗟》吾喜之，《鸛》吾信之，《文王》吾美之，《清庙》吾敬之，《列文》吾悦之，《昊天有成命》吾之。”^①孔子认为诗可以观一国之政，可以与人相处，也可以抒发情感。通过对于一些诗美之，善之，喜之，敬之，悦之，抒发情怀，同时也陶冶提升自己的精神。诗与人的精神相互呼应，使儒者的精神得到修养。

先秦儒者十分重视音乐在人的精神修养活动中的重要地位。首先，先秦儒者重视对音乐的学习。孔子本人向师襄学琴，与鲁太师谈论音乐，与齐太师谈论音乐，欣赏并学习韶乐，三月而不知肉味（《史记·孔子世家》）。孔子自卫返鲁，“然后乐正，雅颂各得其所”（《论语·子罕》）。孔子每天音乐不离身。即使在父母去世后的两周年的忌日里也不离音乐，“孔子既祥五日，弹琴而不成声，十日而成笙歌”（《礼记·檀弓》）。其次，先秦儒者把音乐作为精神修养的手段，用音乐来修养儒者自身的精神。孔子向师襄学琴，弹奏《文王操》，开始时“习其曲”，接着“得其数”，后来“得其志”。孔子仍然不满足，直至“得其为人”（《史记·孔子世家》）。也就是说通过音乐，孔子的精神与文王的精神融而为一，使孔子的精神修养更精进一步。音乐也是孔子教导学生的课程之一。如侍坐篇中曾点正在弹琴，可见音乐是孔子弟子的日常学习内容，以音乐来陶冶人的精神。所以

① 李零：《〈上海博物馆藏战国楚竹书〉（一）释文校订》，《经学今论三编》，《中国哲学》第二十四辑。

说,先秦儒者的艺术修养活动是精神修养的手段。荀子更加重视音乐对人的精神的修养,作《乐论》,涉及了很多音乐知识与理论,由此可以推断荀子对音乐有较高的造诣,这应该离不开荀子的日常音乐修养活动。

综上所述,先秦儒者的修养活动有知识才能的修养活动、政治修养活动、道德修养活动、艺术修养活动等,正是这些修养活动展现了人的丰富的精神性本质,为先秦儒家精神修养学的提出奠定了实践基础。

三 精神修养的理论自觉

先秦儒者在自身精神修养活动的基础上对精神修养有了理论上的自觉。这些理论上的自觉包括对人的精神特征的认识,对于精神概念内涵的理解以及对精神修养学的理论建构等方面。下面我们分别加以阐述。

(一) 人的精神特征

先秦儒者的理论自觉首先是对人的本质特征的自觉。先秦儒者通过对自身精神追求的反思,得出了人的本质特征应该是精神的结论。孟子认为“仁也者,人也”,朱熹解释为“仁者,人之所以为人之理也。”(《孟子集注·尽心下》)。仁最初是一种礼节,表示相互问候。郑玄注为“以人意相存问”(《中庸》郑氏注)。这已经有了精神的含义。后来仁用来指称一种美德,与其他众多的德行,如义、信等相并列。仁作为人的德行的一种已经是精神的范畴了。孔子把仁提升出来统摄其他各种德行,把仁理解为爱人,这爱人本身就是一种情感。同时仁也是一种自觉意识,如“克己复礼为仁”(《论语·颜

洲》)等,所以仁是一种人的精神。孔子把仁作为人之所以为人的根据,这就从理论上确立了人的精神特征。孟子认为“人之所以异于禽兽者几希”(《孟子·离娄下》),这“几希”的东西就是人的不忍人之心。孟子把不忍人之心具体化为恻隐之心、羞恶之心、恭敬之心和是非之心。这四心也可以认为是仁义礼智,是人所具有的。如果没有,则是非人。“无恻隐之心,非人也;无羞恶之心,非人也;无辞让之心,非人也;无是非之心,非人也。”(《孟子·公孙丑上》)人之所以为人就是人有这些精神特征。荀子更加明确地提出人的特征是人的精神。认为水火有气,草木有生,禽兽有知而无义,人有气,有生,有知,亦有义,所以人之所以称为人。人不是因为有两足而无毛就称为人,而是人有辨,有辨则有礼。人之所以为人的特征就在于有辨,有礼义,而辨和礼义应该属于人的精神,所以人的本质特征在于人的精神。

由上述我们可以看出,先秦儒家在理论上概括出了人的本质性特征是人的精神,这是先秦儒家精神修养学的理论基础。

(二)精神概念的内涵

在先秦,精神二字的连用在庄子和韩非的著作中才大量使用。但是,相当于精神概念的词语还有魂魄、精、神、心等。所以我们考察先秦儒家的精神概念的内涵,不拘于精神二字。先秦儒家的精神概念的内涵,可以从以下几个方面加以理解。

首先,精神不离物质,也就是钱穆先生所说的言心不离身。^①先秦儒家所说的心是和耳目等同样是人的一个器官。“心之官则思”(《孟子·告子上》),它所具有的精神功能不离开心这个器官。这和

^① 钱穆:《庄老通辨》,三联书店,2002年,第227页。