

刘冬颖 著

庄子

東方出版社



秋水时至 百川灌河
泾流之大 两涘渚崖之间不辨牛马
于是焉河伯欣然自喜 以天下之美为尽在己
顺流而东行 至于北海 东面而视 不见水端
于是焉河伯始旋其面目 望洋向若而叹曰
野语有之曰 闻道百 以为莫己若者 我之谓也
且夫我尝闻少仲尼之闻而轻伯夷之义者 始吾弗信
今我睹子之难穷也 吾非至于子之门则殆矣 吾长见笑于大方之家
北海若曰 井蛙不可以语于海者 拘于虚也
夏虫不可以语于冰者 笃于时也
曲士不可以语于道者 束于教也
今尔出于崖涘 观于大海 乃知尔丑 尔将可与语大理矣

刘冬颖 著

序



東方出版社

责任编辑:马长虹
装帧设计:徐 晖
版式设计:东昌文化

图书在版编目(CIP)数据

庄子看人生/刘冬颖著.

-北京:东方出版社,2007.4

ISBN 978-7-5060-2751-9

I. 庄… II. 刘… III. ①道家 ②庄子—通俗读物
IV. B223.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 038822 号

庄 子 看 人 生

ZHUANGZI KAN RENSHENG

刘冬颖 著

东方出版社 出版发行

(100706 北京朝阳门内大街 166 号)

北京瑞古冠中印刷厂印刷 新华书店经销

2007 年 4 月第 1 版 2007 年 4 月北京第 1 次印刷

开本:710 毫米×1000 毫米 1/16 印张:11.25

字数:200 千字 印数:00,001-15,000 册

ISBN 978-7-5060-2751-9 定价:26.00 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



作者简介

刘冬颖教授

生于1972年12月，曾获中国古代文学硕士、中国古代史博士学位，并先后在浙江大学古籍所及黑龙江大学哲学院从事博士后研究工作，现为黑龙江大学文学院教授、硕士生导师。

已公开出版《诗经“变风变雅”考论》（中国社会科学出版社，2005）、《与圣人对话——孔孟精髓》（黑龙江人民出版社，2000）等三部专著；译著《放纵时刻》（北方文艺出版社，2000）一部。在《文艺研究》、《光明日报》（理论版）、《红楼梦学刊》等报刊公开发表学术论文30余篇，并多次被《人民大学复印资料》、《高等学校文科学报文摘》、《中国儒学年鉴》全文转载或论点摘编。

曾两次获得“中国博士后科学基金”，并获“黑龙江省博士后基金”资助；曾获多项省政府科研奖励，并承担、完成数项省部级科研项目。

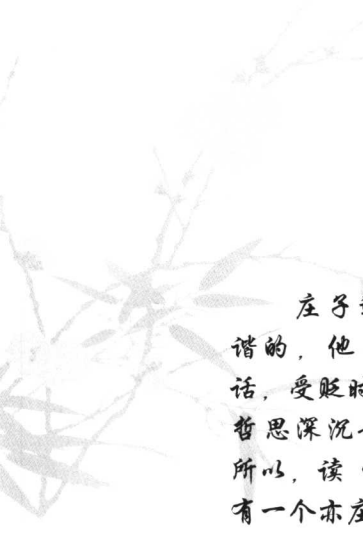
在先秦诸子的著作中，《庄子》是极难读懂的，难懂的原因在于：庄子的用语往往十分随意，又常常是意在言外。他喜欢用“平常”的话，来表达“非常”的意思。比如，“吾”和“我”是几可互换的人称代词，但在《庄子》中，却有迥然不同的含义。同时，由于后人的误会，一些今天似乎耳熟能详的成语，“井底之蛙”、“东施效颦”、“相濡以沫”、“吾生也有涯，而知也无涯”等等，在《庄子》元典中却有着不同，甚至完全相反的原意。本书就是要把一部实实在在的《庄子》告诉你。

这是一部关于《庄子》的书，但这又不仅仅是一部关于《庄子》的书，与庄子思想相通的，取材于《道德经》、《诗经》、《论语》、《孟子》、《韩非子》、《列子》、《史记》、《淮南子》、《世说新语》等书中的经典语录和故事，也被有机地融入了书中。

这是一部故事书，更是一部哲学书，它以一个经典小故事，讲述了庄子玄远的哲学。这是一部普及读物，更是一部严谨的学术作品，它所引用的每一个小故事，都以忠实元典的宗旨译出，平易近人的现代文字背后，闪烁着的是《庄子》元典的光芒。

**当你读过本书之后，应该
会有自己的《庄子》心得！**

插图绘画 张立华
责任编辑 马长虹
装帧设计 徐 晖



庄子这个人是亦庄亦谐的，他困窘时也能讲笑话，受贬时也会反唇相讥，哲思深沉却寄之于寓言。所以，读《庄子》，也应该有一个亦庄亦谐的心态。千万不要板着儒家传人的面孔去读《庄子》，也不要隔着经典膜拜的面纱去崇拜庄子，更不必较真，想从《庄子》的每句话都分析出微言大义来。心有所悟就读下去，累了就放下，有趣了就笑，打动你就就沉思。这样才能走入《庄子》的丰富宇宙。

——作者手记

前言

从
《庄子》
中化蝶

我一直自诩为儒家，把“天行健，君子以自强不息”当做座右铭，不断地读书上进，努力，再努力。庄子，是我心中不敢触碰的那一点柔软。

对庄子最初的倾心是在十年前，我还在读硕士研究生的时候。我的研究方向是先秦文学，先秦的所有经典都要字字句句细读。那时，每天伴着朝阳，梳洗得清清爽爽，夹着厚厚的书走向图书馆，就像走在朝圣的道路上，心中充满了庄严感。图书馆里的君子兰陪我度过了无数个朝圣的日子。还记得当时的感觉，读《论语》，就像春日里攀上台阶去拜会庄严的天坛；读老子的



《史记·老子韩非列传》称庄子：“其学无所不窥，然其要本归于老子之言。故其著书十余万言，大抵率寓言也。作《渔父》、《盗跖》、《胠箧》，以诋訾孔子之徒，以明老子之术。”

《道德经》，则像走进了兴安岭的原始森林，里面铺着厚厚的落叶，静穆无声；而读《庄子》，则像陷入了一场爱情，那华美的辞章令我一见钟情，那深邃超拔的思想令我迷恋，那看破生死的潇洒又令我钦佩不已。我读一段，就抄写下来，再写下自己的感受，有时想不通，就盯着君子兰默默地思索，看着阳光中细微的灰尘飞舞，体会着白驹过隙的沧桑。庄子没有孔夫子那种谦谦君子风度，也没有老子那种虚涵的长者胸怀，他的魅力来自于漫画人生、得意自在、不为物质所缚、不为诱惑所迷。细读庄子的那一段时间，我常常若有所失，君子兰由开到落的每一个细节我都了如指掌。我的一位师兄看见我这茫然的表情，曾问另一个同学：“冬颖是不是失恋了？”不能明白庄子的心，的确就像是失恋了，而且不能自拔，难以疗伤。

我用了很长时间才从《庄子》中走出来，年轻的我不想接受“失恋”的失败，想把握更踏实的东西。于是拿起了《论语》、拿起了《孟子》、拿起了《诗经》，儒家的坚强、积极、信心等等对人世的热爱，给我的求学之路点起了一盏盏充满希望的、温暖的灯。我不断刻苦再刻苦，从硕士到博士，再经历了两次博士后流动站的工作，生活紧凑又忙碌，我几乎把庄子忘得干干净净了。直到十年后的今天，为了给学生开设的《先秦诸子与中国文学》课程，我再一次拿起了《庄子》，这时，我已经从一个学生变成了被学生信任的教授了。那些更年轻的岁月随着这本书，如珍珠项链般，轻轻地一抬手，又系在了我颈间，我这才发现，自己其实从未离开过庄子！

儒与道，是中国人的两件心灵外衣，常常替换着穿，当你奋斗进取时，穿的就是儒家外衣；当你休憩、自省时，穿的就是道家外衣。我不断地自励自强，又不断地站在时间的坐标上审视自己、警醒自己，就是儒、道兼备啊！中国古代文化犹如一艘双桅船，行进在历史长河中。这“双桅”，便是儒家的伦理道德和道



前言：

从《庄子》

中化蝶

家的率性自然。每一个学习古代文化的人，都会不自觉地同时受到这两种哲思的熏染，因为，儒、道的思想早已艺术化地融合在了中国古代许许多多的作品中。古今华人共同景仰的孔老师就曾对老子大加推崇，赞美老子是神龙见首不见尾；而《庄子》一书中也常常见到孔子的形象，庄子笔下的孔子尽管是虚拟的，但毕竟看到了庄子心中儒家思想的分量。庄子的很多思想就是为反对儒家而阐发的，其实，反对与驳难正是一种最大的重视和认可。秦汉以后，儒、道更是中国文人双重性格的精神源泉。我们在学习、研究中国古代的作品时，自然难免不受到两家思想的共同浸濡。所以，我想拒绝庄子而不能啊！

既是生命中不可回避的存在，那何不正视呢？用一颗成熟又充满活力的心去面对庄子，从青春的青涩畏惧和茫然“失恋”中彻底解脱出来，用庄子巧解人生的智慧重新装扮自己的心灵，以宁静敦厚又美丽的心情来面对今后的多变人生，岂不很妙？！基于这种认识，我在十年前的读书心得和今天备课笔记的基础上，写作了《庄子看人生》这本书。为方便每一个普通的中国人贴近庄子，我萃取了《庄子》元典的精华，抛却晦涩沉重的古文，而用现代散文的写法来彰显其精神。在行文中通过解读一个个精彩的寓言故事，勾勒出庄子的心路历程，展示庄子思想的独特魅力，发掘庄子对当代人生活的价值、意义。希图以漫游谈心的笔调、讲故事的形式，与读者一起走近庄子，亲近他的浪漫诗情、旷达幽默、妙解生死，让《庄子》不只是属于少数学者，而走向更广阔的大众。

在物质欲望极度膨胀、科技文化高度发达的现代社会，许多人陷入超重的生活而不自知。就像海德格尔形容的那样，现代人是“脚下没有大地，头顶没有天空，心中没有灵魂”。生活在其中的人和井底之蛙又有什么区别呢？所以，寻找精神家园、追求自在本真就成了现代人心底的呼声。此时，庄子的反璞归真、自

当代哲人金岳霖十分推崇庄子的思想，他写道：“也许应该把庄子看成大诗人甚于大哲学家。他的哲学用诗意盎然的散文写出，充满赏心悦目的寓言，颂扬一种崇高的人生理想，与任何西方哲学不相上下。其异想天开烘托出豪放，一语道破却不是武断，生机勃勃而又顺理成章，使人读起来既要用感情，又要用理智。”（《中国哲学》）



鲁迅曾评
庄子之文：
“汪洋辟阖，
仪态万方。晚
周诸子之作，
莫能先也。”
(《汉文学史纲
要》)

然洒脱为人类的心灵和谐吹来了一缕清新的风，受到了越来越多的关注。可是，现在有很多人读《庄子》，只是想把它当做心灵母鸡汤或心灵老鸭汤，来滋补精神。其实，除此之外，庄子的许多人生智慧都能帮助我们更好地解决现实人生问题。那么，我们该怎样读《庄子》才能有所得呢？

首先，用对话的姿态走近庄子。

“走近庄子”，并不是说必须穿越时空隧道，回到战国去接近庄子的生活。而是要放下两千多年的时间阻隔，直接与庄子进行心灵与心灵的沟通。其实，几千年来，尽管物质和技术不断丰富、进步，但人类生活的主题并没有发生重大变化。庄子与我们一样，也是面对生活、面对生存、面对发展来提出自己的理想主张的。所以，我们没有必要把他神化，匍匐于他的脚下唯唯诺诺，而应与庄子进行一种朋友式的平易亲切的交流与对话，从他身上学到面对人生的智慧。

金圣叹所选的六部才子书中，《庄子》被定为第一才子书。鲁迅先生曾称赞《庄子》一书：“汪洋辟阖，仪态万方。”与“汪洋辟阖”的才子对话，定会明白那是多维度的愉快。你正在惊异那思想的高超、语言的华美，在那儿陶醉的时候，再定神一看，那语言和思想的背后还有庄子对感情的体悟，而且常常一语中的。这样与庄子一次次精神对话后，会使你心里酣畅、愉悦，甚至乐不可支，表情却是淡淡的，波澜不惊，是通透后的宁静！

其次，用亦庄亦谐的心态读《庄子》。

《论语》、《孟子》的话语方式是实在的、沉甸甸的感觉，那些人生道理是要端肃地去领会的。读孔、孟书，如同和一个深沉、儒雅又宽厚的长者对话，会让你受益匪浅。《庄子》一书则常常寄深邃于悠闲，看起来很是嬉皮，但本质上却是深沉的。他讲的一个个寓言故事，比如朝三暮四，比如东施效颦，再比如井底之蛙，都给我们带来了许多快乐，但是千万别简单地把这快乐



前言：

从《庄子》

中化蝶

当成庄子思想的全部，笑过之后，还要想想我们为什么笑了。读《庄子》，就像遇到了一个忘年交，他困窘时也能讲笑话，受贬时也会反唇相讥，哲思深沉却寄之于寓言。他看见草丛中的骷髅头拿过来就枕，梦里还跟骷髅头对话，充满了莎士比亚式的智慧与谐趣，这也许就是真实的庄子吧？

庄子这个人亦是庄亦谐的，所以，读《庄子》，也应该有一个亦庄亦谐的心态。千万不要板着儒家传人的面孔去读《庄子》，也不要隔着经典崇拜的面纱去崇拜庄子，更不必较真，想从《庄子》的每句话都分析出微言大义来。心有所悟就读下去，累了就放下，有趣了就笑，打动你就就沉思。这样才能走入《庄子》的丰富宇宙。

第三，用亲人的眼光看庄子。

真正深邃的思想从来不是艰深孤高的，而是面对生活、透视人生产生的思考。尤其是庄子，他的哲学主题就是对生命和生活方式的解释。解读庄子，不要把他当做一个高不可攀的哲学家，而要把他当做身边的亲人。想象一下，一个清贫但快乐、淡视功名却看重生命的智者，就是你身边的亲人，便更能体会出他思想的可贵，也更能感受那思想的可亲。庄子的胸襟是博大的，如天地未开之前的混沌宇宙，自然地包容着世间万物；庄子又是细腻的，他对生命的高度敏感和对世界的冷眼旁观，使得他笔下奇思妙想不断，总是洋溢着对人本身的关注与热爱。读的时候，用我们的心去贴近庄子的心，尽管我们没有庄子那样的深沉思想，但是，我们生命中的某一部分一定会跟庄子有所共鸣。

假如为庄子设计一个徽章的话，这徽章应该是蝴蝶！尽管庄子书中有无数的经典意象，千古闻名。比如北冥里的那条大鱼，一跃变成了在九万里高空翱翔的大鹏鸟，曾引领无数中国人高飞。但我觉得，《庄子》的标志就是那只蝴蝶，那只庄子在梦中化身的蝴蝶。尽管在《庄子》书中，她仅仅一闪而过。但她优

苏轼记述
苏轼的读书过程是：初好贾谊、陆贽书，论古今治乱，不为空言。既而读《庄子》，喟然叹息曰：“吾昔有见于中，口未能言。今见《庄子》，得吾心矣！”（《亡兄子瞻端明墓志铭》）



庄子看人生

宋代思想家叶适评价庄子道：“自周之书出，世之悦而好之者有四焉：好文者资其辞，求道者意其妙，汨俗者遣其累，奸邪者济其欲。”（《水心别集》）

前言

游自在地款款而飞，自得其乐，正是庄子的精神写照。今天我们读《庄子》，不应该只局限于对其一字一句的烦琐解释，而要领会其精神，凡于时代人生有益的，我们就吸取；而庄子身处战国乱世所发出的过于消极的感慨则不如视之不见。这就是从《庄子》这部才子书的“茧”中化蝶！

把《庄子》放在你的枕边吧，因为人在快睡着的时候，身心往往处于最放松最自在的状态。这个时候读《庄子》是再合适不过了。倦了，就合上书，放下日间的种种纷扰，做个好梦。在梦中，你也会变成一只逍遥于花间的蝴蝶，与庄子一起，手拉手，快乐地扇动翅膀，飞翔，飞翔……

刘冬颖

2007年2月于哈尔滨的大雪中



目 录

前言：从《庄子》中化蝶·····	1
第一章 漆园中的『真人』：庄周的故事·····	1
漆园小吏的生活·····	2
优游自在的『真人』·····	3
庄周的身边人·····	5
亦庄亦谐写人生·····	8
第二章 破茧成蝶：自我超越的向往·····	11
井蛙问海：读读相对论，认识你自己·····	13
世界是相对的·····	13
井底之蛙的悲哀·····	15
小斑鸠的快乐·····	18



顺水而为	47
无为之境	45
子桑悲贫	42
山林中的野鸡	40
无为之为：顺水而为，游刃人生	39
「道」在屎溺中	37
抱瓮老人善待自然	35
混沌之死	33
自然之美	30
千里马的痛苦	28
伯乐之罪：顺应自然，保持本色	28
认识你自己	25
有用和无用	22
警惕「朝三暮四」！	20



庄子一辈子没说过话	72
得意忘言：妙处不可言说	71
生死如昼夜	69
自然的造化	66
骷髅自得其乐	64
丽姬的哭泣	62
鼓盆而歌：解开生死的绳结	62
任公子钓大鱼	59
巧论三剑说人生	57
沧海一粟的清醒	55
大鹏展翅的气魄	53
北冥有鱼：跳出三界看人生	53
第三章 逍遥游：走出心灵的樊笼	51



王子搜尊重生命	98
列子无功不受禄	96
多余的六指：功名利禄也淡然	95
庄子把自己丢了	93
逞能的猴子死了	91
忘记聪明才幸福	89
活得很累的聪明人	87
弱水三千：放得下的快乐	86
第四章 大智若愚：简单幸福的生活	85
得鱼忘筌的境界	81
不辩论的快乐	79
所谓『经典』是糟粕	77
著名辩士公孙龙逃跑了	73



人是「无情」的吗？	124
常存抱柱信	122
相濡以沫	120
鲁侯养鸟的失败	118
聪明的养虎人	117
爱的减法	115
爱马的人：「爱」要顺其自然	114
第五章 相忘于江湖——平常心看世事	113
许由拒绝了天下	108
表扬毁了车夫	106
蜗角之争太可笑	103
蜗角之争：走出超重的生活	103
偃鼠饮河的自足	100