

平常心 大智慧 自在生命最精彩 庄子是世人的眼 也是人世的心

庄周的欢乐生活禅

人间庄子

吴建雄·著



人間 莊子

吴建雄·著

庄周的欢乐生活禅

图书在版编目(CIP)数据

人间庄子 / 吴建雄著. —南京: 江苏文艺出版社,
2007.3

ISBN 978-7-5399-2497-7

I. 人... II. 吴... III. ①道家②庄子—研究 IV. B223.55

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 028201 号

人间庄子

著 者: 吴建雄

责任编辑: 于奎潮

文字编辑: 程军川 曹红凯

责任监制: 胡小河 张莘莘

版式设计: 何 月

出版发行: 凤凰出版传媒集团

江苏文艺出版社

集团网址: 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>

经 销: 江苏省新华发行集团有限公司

印 刷: 北京瑞达方舟印务有限公司

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

字 数: 182 千字

印 张: 16.5

印 次: 2007 年 3 月第 1 版, 2007 年 3 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5399-2497-7

定 价: 20.00 元

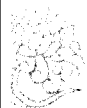
(江苏文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换)

背负青天朝下看（自序）

庄子是中国古代一个极特别的思想家，其著述洋洋洒洒，很吸引人，却很难完全被吸收。我依据自己的一些粗浅理解，斗胆对《庄子》进行了一番全新的论述，希望能对大家认识庄子、理解庄子有益。

在此，我说说自己的解读思路。《内篇》是庄子思想最实在、最内核的地方，是庄子亲手写的文字，我主要从其思想境界的深处进行阐发。到了《外篇》，内容变得活泼了，我就试着从小说叙述角度上去分析那些文本的价值，对各篇文字进行了重新解构和组织创作，所以大家看到的是一个个重写的却又不脱离《庄子》的故事。故事本身也可以分娩出故事，我把这个称为“文本的繁衍”。到了《杂篇》，我的解读之路又变得坎坷，这里的很多文字是庄子学派的后辈们写的，往往在逻辑及叙论间存在着阅读障碍。因此我在解读的时候特意把翻译保留，并加以修改和调整。

过去很多人对《庄子》的解读是一种利用，他们借用《庄子》里



的一句话作为一个切入点，然后就扯上现实生活中的杂七杂八。当然，这样的解读可发挥的空间必定很大，却脱离了原著本意。而我在解读中则力求尽可能更正一些缺乏想象力的学者们所坚持的观点，去除一些停留在文字表面的生搬硬套。

真正读懂《庄子》，首先要读懂庄子这个人。越是天才越不被人理解，庄子就是这样的天才。他很感性，也很理性。他的感性体现在他的想象力，体现在他所叙述的那些无人可及的故事；而他的理性体现在他的思辨能力与逻辑力量。我读《庄子》的时候是忧伤的，因为大家对这位天才的误解太多，庄子是孤独的。也许，正是因为这样的孤独才造就了非凡的庄子。

“背负青天朝下看，都是人间城郭。”这是毛泽东《念奴娇·鸟儿问答》中的名句，也是我解读庄子的出发点。在一般人眼里，庄子是出世的，是高高在上、不食人间烟火的；在我看来，他却是平凡而质朴的，因为他有心、有情、有趣且博爱，跟我们身边众多善良的人们一样，只是比常人多了几分天真和天良，多了几分睿智和达观。

我宁愿相信，庄子是凡人，有颗不变的凡心。他始终立足于现实的世界，着眼于人间万象，以一颗悲悯的心，深深眷爱着我们脚下的土地、山川、草木、虫蚁和风物。所以，在解读的过程中，我不忍心看着庄子无端地寂寞下去，就把他从天上拉了下来，像变法术一般，给了他全新的人格。这才是真正的庄子、亲切而鲜活。每一场针锋相对的辩驳，无论化作蝴蝶还是成为鲤鱼，都有爱意弥漫其中。没错，庄子是人，是有血有肉的人、正常的人。

庄子是世人的眼，也是世俗的心。



● ① 背负青天朝下看	1
-------------	---

上 篇 大块载我以形

● ①② 无挂无碍，自在而精彩	2
——《庄子·内篇·逍遥游》解读	

● ③④ 蝶舞翩跹幻亦真	9
——《庄子·内篇·齐物论》解读	

● ⑤⑥ 安时处顺，不为哀乐所困	16
——《庄子·内篇·养生主》解读	

● ⑦⑧ 行器物之用必遭损杀	21
——《庄子·内篇·人间世》解读	

● ⑨⑩ 平常心是大智慧	29
——《庄子·内篇·德充符》解读	

● ⑪⑫ 精神充盈，即可坐忘名利生死	38
——《庄子·内篇·大宗师》解读	

● ⑬⑭ 不强加于人，便是善待自己	48
——《庄子·内篇·应帝王》解读	



中 篇 天地有大美而不言

- 八 ● 修剪矫作易伤身害命 ····· 58
——《庄子·外篇·骈拇》解读
- 九 ● 管教而不能施暴 ····· 64
——《庄子·外篇·马蹄》解读
- 十 ● 智慧在纣即为虐 ····· 69
——《庄子·外篇·胠篋》解读
- 十一 ● 拥有比占有长久 ····· 74
——《庄子·外篇·在宥》解读
- 十二 ● 机心当去，真朴长存 ····· 79
——《庄子·外篇·天地》解读
- 十三 ● 天书无字，智者有心 ····· 86
——《庄子·外篇·天道》解读
- 十四 ● 相濡以沫，不如相忘于江湖 ····· 91
——《庄子·外篇·天运》解读
- 十五 ● 倦怠总在激情后 ····· 98
——《庄子·外篇·刻意》解读
- 十六 ● 隐身不如隐心 ····· 101
——《庄子·外篇·缮性》解读



●●●●●	他人甘泉，我之毒药 ·····	104
	——《庄子·外篇·秋水》解读	
●●●●●	珍重眼前的爱 ·····	112
	——《庄子·外篇·至乐》解读	
●●●●●	心理暗示有积极面和消极面 ·····	117
	——《庄子·外篇·达生》解读	
●●●●●	出头鸟尤需低调 ·····	124
	——《庄子·外篇·山木》解读	
●●●●●	立得定，才不致因怂恿而妄信 ·····	132
	——《庄子·外篇·田子方》解读	
●●●●●	言语是沟通工具，也是达意的障碍 ·····	137
	——《庄子·外篇·知北游》解读	

下 篇 唯至人乃能游于世而不僻

●●●●●	勉强自己就是庸人自扰 ·····	144
	——《庄子·杂篇·庚桑楚》解读	
●●●●●	走出贪欲的迷宫 ·····	156
	——《庄子·杂篇·徐无鬼》解读	

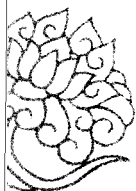


- 庄稼会报复种田人 ····· 172
——《庄子·杂篇·则阳》解读
- 聪明总被聪明误 ····· 182
——《庄子·杂篇·外物》解读
- 不受评价是至高的评价 ····· 188
——《庄子·杂篇·寓言》解读
- 取舍有道，内心安详 ····· 195
——《庄子·杂篇·让王》解读
- 成王败寇与仁义的功利 ····· 209
——《庄子·杂篇·盗跖》解读
- 利己最大化与博弈圈套 ····· 225
——《庄子·杂篇·说剑》解读
- 闲事终究管不住 ····· 232
——《庄子·杂篇·渔父》解读
- 人心比山川更险恶 ····· 237
——《庄子·杂篇·列御寇》解读
- 任凭百家争鸣，看我一枝独秀 ····· 244
——《庄子·杂篇·天下》解读

上篇

大块载我以形





①①① 无挂无碍，自在而精彩

——《庄子·内篇·逍遥游》解读

我始终觉得庄子是孤独的，是一个寂寞的游吟诗人，他笔下的那些生物也是孤独的。

无敌最是寂寞，亦最痛苦。试想一下，在遥远的北海之湾，有条叫鲲的大鱼，鲲体形之大，足足有几千里，恐怕寰宇之内都难以找到匹配的对手。然而，在那个漆黑而深邃的洞里，鲲却是不快乐的，面对黑暗，它的心早就被挖空了。于是，为寻找更好的风景，它化身为鹏。鲲的骤变，无论是因为被迫还是自省，都是伟大的，而这只不过是它的第一次解脱。接着，鹏飞往南海，激起千层浪，这便是第二次解脱了。

鹏在高空飞行，乘风借云，俯视苍天之下的芸芸众生，没人听到它笑，没人看到它哭，它在沉默中越飞越高，离我们越来越远。你有没有试过一个人的旅行？整个过程中表演是你，观众是你，你唯一的敌人也是你。



鹏的这个寂寞旅程是复杂的，在庄子笔下更是充满了隐喻，鹏所要面对的水气、阻力、云层无疑暗示着世间的复杂纷扰：人际关系、等级观念、繁文缛节等等。显然，鹏是庄子的人格意象，庄子是要“出世”的，他始终以“出世”的态度去生活，于是，从鹏奋起的一刻开始，它就承载着庄子的理想。潇洒的庄子，只用寥寥几笔，鹏就已经跃然纸上，拍翅飞行；有心人只要稍微斟酌一下鲲的所有变化以及鹏的前进步骤，就不难发现其中包括了几个过程，而每个过程都蕴涵了丰富而深厚的道理。

在鲲变为鹏之前，它需要耐心等待。万事俱备只欠东风，孤独的鲲在忍耐中煎熬着，一直到六月，时值盛夏，此刻天地都晴朗了，热气环旋，大鱼把头探出了水面，它要启动了。接着，鲲感觉到了扑面而来的风，只需等风稍微大一点，它就能乘风了。

顺着风的趋势，鲲一次又一次跃出水面。鲲很明白自己要做什么，它不是鲤鱼跳龙门，乍起便落，一条鱼要想飞，并且要飞得更远、更持久，就必须先要飞得高一点、再高一点，而要想上升，就必须最大限度地利用风。鲲是冷静的，经历了漫长的等待，它没有自乱阵脚。风来了，绝不能见风就上，要进行精确的判断分析。鲲测试了很多次，终于找到最理想的大风了，于是它拼命一搏，双鳍一展，宽大的翅膀就出现了，鲲终于成为了鹏。

虽然鲲变身成功，但此时它的羽翼还不够强壮，还需要一步一步熟悉飞行。慢慢地，它发现自己在飞的过程中长大了，羽毛丰满了，身体也有力量了，于是它一个侧身，飞到了风之上，驾御着天地之气，试图控制风。从这一点看，鹏是聪明的。虽然一开始是风解放了



鲲，让这只死守在黑海里的巨兽飞起，但鹏不可能永远被风牵着鼻子走，所以它跃到了风之上。我们可以这么说，寄托着庄子理想的鹏，它极端、决绝地以个人对抗全世界的孤独方式完成了自身的超越，并以一个人肩负全世界的压抑方式完成了心灵的解放。当它发现自己离南海越来越近、身后风景人是物非、再也无法回头时，它也自由了。

于是，进行到最后一个过程，鹏丢弃了风，不再依恋外物，而只凭自己，它甚至听不到风声了。这也正是最成功的飞行、独自的飞行。

乍一看，庄子对“鲲化鹏”的过程中鹏的描写是收敛的，惜墨如金，却给我们展现了极为辽远博大的眼界。放眼望去，一切生命的过程都孕育在鲲变鹏的进化中，一切生命的精彩都蕴涵在从鲲到鹏视角的转变里——鲲在水里游，是人看天的视角，而鹏在天上飞，则是天看人的视角了。何谓逍遥？对于这个诗意化的命题，答案不言而喻。世间收揽于心，孤独又何妨！

写完鹏的单程旅途后，庄子又写到那些与鹏相类似的孤独者，例如尧帝。这个曾经功绩显赫的君王，在暮年之际看着片片江山，他疑惑了。根据当时的制度，王位应该是世袭的。史书记载，尧帝有一子，名丹朱，可惜的是，这个孩子不争气、没出息，所以，尧帝犯难了，看着百年基业，惟恐找错了接班人。不得已，他向许由吐露心声，要把帝位让给许由。为了说服许由，尧帝还特意把许由夸作日月，把自己贬为残烛。

然而，面对功名，听着尧帝的甜言蜜语，许由却拒绝了。在他看来，尧帝此举实在多余了。天下已获大治，此时自己若贸然取代尧帝之位，从情理上颇有私窃胜利果实之嫌，于是，他双手一摆，说了一



个不字。

许由也是孤独的，宫廷小人的猜疑不用多说，就连他最好的朋友巢父都取笑他。

许由第一次拒绝尧帝后，跑到箕山脚下种田去了。尧帝不愿失去一个好大臣，于是又邀请许由出任九州长。许由听完尧帝的话，马上跑到颍水河边洗耳朵。正洗着，只见巢父拉着牛走过河边，他问许由：“你为什么要洗耳朵？”在许由自以为很有道理地说明原委之后，巢父鄙视他了，冷笑道：“如果你住在高山老林中，世人连路都没有，怎么会找到你呢？现在你自以为很清高，其实还是为了沽名钓誉。赶紧起来吧，洗什么耳朵呀，我还怕你洗耳朵的水弄脏我家牛的嘴呢！”巢父说完，拉着牛到上游去了。

许由当场哭了。我不知你能否想象被好友取笑的滋味：有些人，他们对我们恶言相向，即使其中有一千、一万个误会，都是可以原谅的，因为他们不是我们的朋友，不理解我们；而对于有些人来说，一旦连他们都取笑我们，就真的会让我们痛心绝望，因为他们是我们的朋友。巢父的话太毒、太绝，许由被伤得差点回不过神来，所以他会落泪。

不知是世界先抛弃了庄子，还是庄子先放弃了世界。庄子又提出了“至人无己、神人无功、圣人无名”的标准。在这“三无”的名义下，出现了那些孤独旅途中的志同道合者。

从不以物喜、不以己悲的宋荣子，到飘然乘风、五十天环游世界的列子（列御寇），都是孤独路上的同行者，他们的目的跟大鹏飞往南海一样，希望通过顺合自然达到心中的完美状态，得以把握六



气之变，遨游宇宙之无极。只有我们和周围环境浑然一体，才会不那么孤独。

庄子的笔下有一个住在遥远的姑射山中的神人，他的皮肤洁白如雪，他的姿态婀娜柔美，如同处女；他不吃五谷粮食，只靠呼吸几下清风、喝几口露水过日子；他乘坐五彩祥云，驾御飞龙，在四海之外遨游。他的精神凝聚在一起，随着他所到之处散布世间，他的德行保护着万物，让它们不受到伤害，年年都五谷丰收、六畜兴旺。

依我看来，庄子不惜花大量笔墨来修饰这个神人，无非是想给自己找点慰藉。神人其实不神，他的外表与我们一样，很平凡，他和我们唯一不同的是他对待事物的态度。神人擅长包容世界。

很多人对庄子所说的神人表示怀疑，他们同样也对鹏怀疑，对鲲怀疑：那都是庄子虚构的吧？以当时的交通状况，真正到过北海的人恐怕屈指可数，庄子的话又怎么可信呢？这就和《山海经》里记录的那些长了两个头的野人一样，纯粹是危言耸听。有鉴于此，庄子提出了“心智的聋瞎”这一概念，给那些怀疑者当头一棒！

知道你为什么孤独吗？因为你永远只知道自己观点，而不接纳别人的观点。这就是典型的“心智的聋瞎”啊！只要有心去学习，获取知识，就算真的聋了瞎了，又有什么关系呢？外在的缺陷是可以克服的，怕的就是心理上的聋子和瞎子，内心的闭塞是无药可治的。不要戴着有色眼镜去看别人，试着和别人一起讨论问题、感悟世界，一旦大家有了共同语言，你还会孤独吗？

对于那些实在恐惧孤独却依然找不到出口的自闭者，庄子也开出了灵丹妙药。害怕孤独，就忘记自己吧！孤独是自己的主观感觉，



忘掉了自己，就跟打了麻药一样，不会再为孤独痛苦了。可是怎么才能忘掉自己呢？

庄子呼吁大家不要过分守旧，不要死死坚持自己的判断，不要过分在意自身的感觉。人生活在世界上，不要被客观的事物禁锢住，眼睛要明亮点，视角要开阔点，要灵活看待世界，包括环境提供的工具，因为有用的东西在特殊环境下可能是没有用途的。宋国的商人拿着鞋子去越国卖，结果越国人全是光脚的，鞋子对他们一点用处也没有。同样，无用的东西有时也可能是有用的。宋国有一家人有个预防皴手的药方，世代洗衣服作防护品用，觉得没什么大用，就很便宜就卖给了商人，结果，经过精明商人的转手，这个不起眼的药方竟帮助吴王战胜了越国。所以说，只要能真正发挥好思考力，可以事半功倍。

看过《逍遥游》，我们发现，任何一个有上进心的人都会孤独。因为自身孤独，所以奋发突破现状；因为突破过程荆棘满地，伤痕累累，所以更加孤独悲凉。这看起来似乎是个恶性循环，而在庄子辽阔的思维里，孤独的过程却成了脱胎换骨的必经之路。没有任何人能拒绝孤独。

我们在人生旅途当中难免会迷失方向，我们的事业会有遇到瓶颈的时候，此刻成与败就只看你自己的抉择了。当身边没有一个能真正帮得上忙的朋友的时候，你会孤独吗？此时的你一定要明白，孤独并不可耻，只有耐得住寂寞，苦心修炼，不时突破自己，才有可能成功；当你重新找到方向，突破了事业的瓶颈，那么你就拥有幸福，不再孤独了。如果不能改变环境，就试着改变一下自己。好事或坏事，换个角度，如同乾坤相互转换，就会大不一样。或喜或悲，是福是祸，



全看你自己了。

想想看，一旦你突破成功，到那个时候，宇宙中的大气、风、火、泥土、水、生灵都成为你身体的一部分，呼之即来，挥之即去，人际关系、等级制度、繁文缛节都已经不是阻碍了。鹏拍打翅膀，一般人看来它只是在利用风，其实换个角度来看它也是在“养风”，培育更强的风。这是很多人读《逍遥游》时忽略了的地方。逍遥，除了自己的进步，还包括了对环境的尽可能利用，就像鹏弃风之前首先要利用风一样。只有不断在前进中磨炼自己，又在前进中用大自然的资源补充自己的体力，我们才能永远地逍遥。

我们可以把鲲鹏化鹏、鹏飞南海的故事当成是孤独者对周边环境的一次自觉挑战。然而，又有多少人能像鹏一样身体力行、“自找苦吃”地去挑战世界呢？所以，如果实在没有那么多力气去突破什么的话，不妨让客观世界在我们的认识中发生改变吧，退一步海阔天空。

与鹏相比，我们对未来的定位可以稍微低一点、更实际一点；每天进步一小点，只要坚持下去，绝对会有意想不到的收获。没有人能怀疑你的实力。别忘了，在我们坚强的小宇宙里，住着惊艳的凤凰，她在孤独的烈火中骤然泯灭，却又迅速逍遥重生。