



活用庄子

安时处顺

江绍伦◎著



新华出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

活用庄子：安时处顺 / 江绍伦著. ——北京：新华出版社，2017.5

ISBN 978-7-5166-3225-3

I. ①活… II. ①江… III. ①庄周 (约前369-前286) - 人生哲学 - 通俗读物
IV. ①B223.5-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第098758号

著作权合同登记号：01-2016-9259

本书中文简体版通过成都天芮文化传播有限公司代理，经中华书局（香港）有限公司授予新华出版社独家出版，非经书面同意，不得以任何形式，任意重制转载。本著作限于中国大陆地区发行。

活用庄子：安时处顺

作 者：江绍伦

选题策划：王金英

责任印制：廖成华

责任编辑：王金英

封面设计：李尘工作室

出版发行：新华出版社

地 址：北京石景山区京原路8号 邮 编：100040

网 址：<http://www.xinhupub.com>

经 销：新华书店、新华出版社天猫旗舰店、京东旗舰店及各大网店

购书热线：010-63077122

中国新闻书店购书热线：010-63072012

照 排：臻美书装

印 刷：北京凯达印务有限公司

成品尺寸：130mm×185mm 1/32

印 张：8.75

字 数：180千字

版 次：2017年5月第一版

印 次：2017年5月第一次印刷

书 号：ISBN 978-7-5166-3225-3

定 价：45.00元

版权专有，侵权必究。如有质量问题，请与出版社联系调换：010-63077101

丛书总序

本丛书旨在依据作者过去半个世纪的国际经验，用现代语言书写中华智慧，兼述在后现代一个世界格局的今天，我们怎样做一个中国人，自足安泰而高贵。中华文化的起点是人，即人的天性（human nature）和人心（mind）。其终点仍是人，即人在自强不息的毕生奋斗中圆满平和，安详归宿。

我于1958年从香港去加拿大读心理学，1961年获得哲学博士学位。在以后的50年间，我一直在各大学教学，还兼任国际组织的专家，在拉丁美洲、非洲和亚洲许多国家做社会开发工作。那是人类经历巨变的时期，冷热战争、经济角斗和科技普及运用冲击着群体和个人，改变了人的状况（human condition）。我亲眼目睹许多国家的人民在无奈中挣扎求生，渴望安宁。而在发达的美国的大中小学里，几乎每天都上演暴行，必须长驻校警处理，更无安心。

今日（2016年12月27日）执笔写序，我惊悉印度成功发射一枚可携带多枚核弹头的洲际弹道导弹，俄罗斯

和美国分别宣布加强核武能力。这三件事都疾步走向人类自我灭绝的末路，威胁世界和平。

假如这些国际“大事”有点遥远，我们可以观察身边的日常“小事”，看见人们无时不在刷手机，消磨生命时光。上星期本地新闻报道，一个母亲带小儿上街，过马路时只顾看手机，孩子在不知所措中被车撞死，酿成悲剧。另外，在庆祝节日的欢宴中，一家人同坐一桌，往往每人都低头刷屏，或玩游戏或刷微信，不顾身边亲人。

互联网的面世推动人类通讯发展，却造成讯息超载和心理压力。智能手机的普及更让许多人寻找虚拟的沟通，打发无聊。这一划时代的发展将怎样影响全人类，目前可见的只是冰山一角。

“知”是人所独有的本性及权能。人们不但知天地人物，亦知万物，适应一切情景，创造生命条件和意义。现代心理学说明，每个人都需要安全感，只有在安全心境中方能进行创造，包括生产方法、哲理科技以及文艺美景和梦想。

本丛书的四本书均以“安”字呈现中华智慧，分别述说孔子的忠恕仁爱、老子的自然慈惠、禅宗的怜悯自在和庄子的逍遥通透。这些思想向人类提供做人的道理和社会秩序，教人修德从善，迈向高雅的人生境界。

中华智慧的另一面是汉文字的特有魅力。试看，“安”字由两个部首组成：一是象征家庭的宝盖，二是代表孕育

深柔的女人。女人不但生育，而且维持家庭的生息和创造力量。没有任何其他文字能像汉字一样，同时包含形、声、意、美的特点。

“中道”是中华智慧的修养和行为指标。中字由一直线贯穿口字，讲求正直。《尚书》用黄帝的音乐审美标准说：“直而温，宽而栗，刚而无虐，简而无傲……八音克谐，无相夺伦，神人以和。”它说明音乐有极，重在两极之中，以达中和之美。

心理学认为，每个人都有两个基础心理需要。一是坚信自己有能力 and 价值，二是获得他人的认可。现代人每天照镜子，查看自己的样子，同时用他人做镜子，确定自己在他人眼中的样子。中华民族原本信心十足，自古以“自强不息、厚德载物”的信念做人。不幸，我们于近代受到西方列强的炮火侵害，失去信心。我们的精英分子仰慕外国的物质进步，对传统文化妄自菲薄，甚至任意否定。他们推动全盘西化，或洋为中用，废除学习传统文化，抛荒祖宗荫德，长达百年。

如今，多数中国人醒觉过来，相信必须进行文化复兴，积极寻找足以应对时代挑战的智慧，奋力向前。为此，本丛书用浓墨叙写中华智知，并说明它对人类的重要影响，千年没有间断。作者以史为证，希望鼓励大家用外国人为镜子，照见自己文化的庞大力量，爱惜之，学习之，巩固自己的信

心，排除文化自卑感，做一个堂皇又知书识礼的中国人。

四本小书不足述说中华文化的皮毛。然而，读者可以凭着顿见，认识通往传统文化宝藏之路。下面简陈二例，作为第三者的镜子，供读者自照。

1. 日本人原用汉文作日文基础，字数约半。直至今日，日本人的名姓皆用汉字。日本于公元 285 年初见《论语》，立时接受忠孝之道作为立国基石。他们又于 6 世纪获知禅智，把它注入武士道精神，以怜悯和义规范行为。此外，调养性情和人生态度的音乐和美学亦源于古时中国。如是，日本人今天享受经济强国之福以及满足人生之乐，应是他们紧守传统的结果。

2. 回顾近日香港，有青年发动独立浪潮，反抗传统和现实。为寻求外人支持，更有前高官邀请“末代港督”彭定康到香港大学演讲，希望鼓吹任我行式的民主价值。但是，出人意料，彭定康当天一改常态，用谦和的态度分享他最近所得之宝贵精神食粮，因为他读完孔子的《论语》，后悔没有早些发现这本伟大经典。这面第三者文化镜子，何其发人深省。

即此完序，好让余音回荡。

江绍伦

2017 年元旦于香港

序

作者登上“庄子号”列车，飞越太虚与大地，不计时空，静观窗外景物，时而闭目冥思，时而在车间走动，与同游人聊天，畅谈古今中外人事，梦幻奇影，全在逍遥游中。

本书所有文章就是旅中所见、所闻、所想、所悟、所感的语丝花絮，邀读者分享，以博共鸣。

约300年前，儒、道、释智慧传到欧洲，配合当时西方人渴求自主、自足、自由、平等及和谐生息而进步的意愿，启发了划时代的思想转变和创造，以及政治和社会革命，把人类历史推向现代。

近70年，人们从大战的残虐狂澜中发现自己的兽性表现，在悲伤中不知所措、迷失所归。原子弹杀害了数十万日本平民，好战者不反思自己为何失去人性，反而本着疯狂的好胜心理，掀起更大更狠的经济和权力战争，陷全人类于长期的不安、矛盾和分裂之中，方便他们实施无止境的掠夺和暴行。同时他们更肆意破坏地球生态，使人类唯

一的美好家园伤痕累累，进入无可挽救的极限。

先进国家在节节“胜利”中，陷自己的人民于无可奈何的烦恼和困惑之境。长期以来，统治势力动用大量人力和资源，进行两项最大的研究和教育活动：第一是制造杀伤力更强的各种武器，第二是培养日益增多的临床心理学家和精神病医生，外加心理辅导员和社会工作者。这两股动力一物一人，一杀一救，皆与增进人类福祉背道而驰。

西方有知族群，在无奈与懊丧中苦求自救救人之道，近30年来，再次挖掘出东方“秘术”中的庄子智慧，热心研习，殷切希望获得心灵安泰、社区和谐、回归大自然生生不息的规范，为自己和后代开辟生路。今天，在各著名大学，在跨学科的尖端学者群中，大家都以不同的方法，搭上“庄子号”列车，企图翻越杀机四伏的“一个地球”境域，驰向不定的未来。

在中国，人们走出惊心动魄的洞穴，在历史转折中求知求达，梦想蔚成风气。大家奋力复兴古老辉煌文化的福祥秩序，打造平和充足而圆满的人生。

中国人今天的梦，不该参照在历史中破灭的“美国之梦”。该梦为了兴物和征服天地，结果给四五代美国人造成了违反祥和福祉的“进步”和“胜利”。先是家庭普遍破碎、变形，陷老者于孤独，令幼者不知如何成长，在失爱、失意中自虐和暴力互对。近年，不少青年在无聊中走

上“尼特行列”（NEET, not employed, in education or training），成为当前“先进”社会的严重包袱。

庄子有大梦——蝴蝶梦。他秉承五千年中华文化“梦想成真”的经验，参照历来的诗、画和民间故事，展现充满智慧的寓言。他不言梦境，任由读者填入自己的志愿和奋斗，在臣服大自然的规律中开花结果。中国民间流传的“梁祝”故事就是一个例子。中国人爱梦、敢梦、勇于圆梦的特性，写在每个人的DNA上。

本书不同于一般谈庄子的作品，有以下特点：

（一）把庄子智慧放在今天世界的平台上，阐释它启发心灵、情感和意向的价值与应用。

（二）用白话散文体裁讲述《庄子》原文，辅以英文对现代专有名词的对照，使合义更为丰厚。

（三）庄子和老子的思想影响西方思想和社会至深。本书多数文章在记述这些事迹的同时，也讲解西方人士怎样吸收庄子之言，善加应用。

（四）本书不是学术书或教科书，而是“文化读本”。作者不是国学专家，而是“兴趣读者”，80年的人生历程，一大半时间在外国大学教学和生活，历尽世界变化，经验宽广深入。

（五）庄子论说宇宙人生的“心”和“心游”，而作者的专长是心理学，所以行文以心理学作基础，阐述人性

和心智潜能，以及怎样在心游中知达生命的幸福圆满。

（六）在组织上，本书各篇是独立的，无逻辑次序。就是说，读者可以任意选读一篇，随意搭上“庄子号”列车。

（七）作者相信，不论读者是“半路下车”，或者到了终点又“多乘数回”，都一定能得到收获，充实自己的文化素养，或者认识自我和完成自我，满怀信心地“与天地同游”。

最后提醒一句，我们在自觉中熟悉和了解《庄子》，负起传承中华文化不可推卸的责任，不但是为了提高自我修养，更是为了教育子孙后代。

江绍伦

2014 年秋于香港

目 录

CONTENTS

世界透视	喜见庄子 / 3
	恕心存异同 / 14
	真知化落后为进步 / 24
	蓦然回首见庄子 / 41
认知透视	认知与通达 / 61
	寓言新读法 / 73
	物理学家与庄子 / 80
	陶醉于《庄子》 / 94

品德透视

- 透脱自适的人格 / 105
- 真人生命圆满 / 116
- 和谐共相生息的修养 / 125
- 生死创造与成化 / 133
- 自足自成的修为 / 146

关爱人生

- 爱己及大自然 / 155
- 友谊高情远趣 / 172
- 情心可感鱼乐 / 181
- 治理与领导风范 / 193

审美人生

- 美的真与善 / 205
- 知觉与蝴蝶梦 / 216
- 庖丁技艺成道 / 226
- 拟自然为艺术 / 236
- 庄子的文字魅力 / 249

后记 / 266

世界透视



喜见庄子

无求无待

庄子（约公元前 369—公元前 286 年）名周，生活在战国前期的宋国（今河南东北地区），当过地方小官，其他就记载不详了。当时中国诸侯纷争，社会动荡不安，民不聊生。生活在那种环境中，庄子憎恶昏君奸相，对人民寄予无限关爱及同情。

我们今天所见的《庄子》一书，大部分源于晋代郭象（约 252—312 年）的注本，不是原著。

《庄子》最早的著录见于《汉书》，据说有五十二篇。郭象的注本有三十二篇，分内篇七，外篇十五，杂篇十一。一般学者认为，内篇是庄子亲著，外篇是他和后学的作品，杂篇的作者则有多种说法。

今天，《庄子》流传遍及全世界，因为内容丰富，所以读者皆有独特的得益和感悟。

大体上，庄子贯通儒、道两家智慧，他说老子“空虚以不毁万物为实”，一方面接受现实中的万物，同时又于空虚中超越万物的干扰，让精神与道冥合，逍遥自在。他视人为宇宙主体，而且肯定每个人的价值，认为个人不由人类集体确定他的贵或贱。人的“真我”可以超脱一切有形或无形的拘束，不论身处何种环境或者人事状况中，都可以达到与道齐合的妙乐境界，因为只要无“求”便无所“待”，自然自在。

偶遇庄生

到外国读大学研究院前，我常听到庄子的名字，却止于听过，没有机会深入。与许多中国青年一样，这反映我们教育的缺失。

我第一次见到的《庄子》（英文版）是属于美国同学宾尼·斯帕尔（Benne Spahr）的。我们一起上“高级统计学”的课，这是心理学博士生的必修科。班里有 11 人，由戴贺教授（Prof. Dayhow）教我们，上课时间是下午 6 点到 9 点，中间有 15 分钟休息。

开学 3 个星期后，我感到有点失落，感觉与同学格格不入。10 位同学有 7 人来自美国，其中 4 人是神父和修女，50 多岁，都是大学教授或教区的主管；3 人 30 多岁，是

从朝鲜战争归家的退伍军人，享受着“军人教育津贴”（G. I. Bill）的无限量升学补贴。他们都是虔诚的天主教徒，所以置身以心理学闻名的渥太华大学读书。另外3位加拿大人有1位修女、2位教育行政人员。我年龄最小，不是天主教徒，而且是华人。

有一天，我在课间休息时看见坐在后排的一位同学默默坐着绘画，桌上放着一本英文版的《庄子》，而且书页给翻旧了。当时骤见中华古籍，我心中掀起一种“他乡遇故知”的奇异感觉。

休息后，经自我介绍，我坐在他身旁，与他一同听课。我发现他没有听课，只是在绘线条画，而且画得十分传神。他绘一只猫在追捕一只老鼠，两者都是跛脚的，都有一只脚用绷带缠着。室内的桌椅亦一样，尽是跛脚的，都扎着绷带。

我们迅速成了朋友。他是一个很有才华的人，诗画都不错，钢琴也弹得飘逸。当时，他尤其喜欢随身带着细小的尤克里里琴（ukulele），因为它“小而声大、声美”，他说，反映出他对道家“大音希声”和“冷风小和、飘风大和”的体悟。的确，我听他用小琴弹奏古典乐曲，悠扬圆转，音韵与地籁人籁和鸣，美极了。

宾尼生长在纽约长岛的一个小康之家，父亲来自意大利，在旺市中经营一家著名餐馆，育有5个子女，他