

青山绿水拈花笑
鱼游蝶飞度华年

姜城 著

历史软阅读 书系

青山绿水间那一个浅浅的背影
浩渺江河中那一叶轻轻的扁舟

那一个庄子最是深情，人间知道屈原的哀怨，
却不知庄子的哀怨更甚于屈原。
那屈原的哀怨只在一国，而庄子的哀怨则广在天下；
那屈原的哀怨只在一时，而庄子的哀怨却传千万代。

在质朴与无为中逍遥的处世智慧

那个
庄子

B223.5 -
J502.1
4

历史软阅读

书系

那个庄子

在质朴与无为中逍遥的处世智慧

姜城 著

中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

那一个庄子：在质朴与无为中逍遥的处世智慧/姜城著. —北京：
中国华侨出版社，2007.7

ISBN 978-7-80222-315-8

I. 那… II. 姜… III. ①庄周（前 369～前 286）—哲学
思想—研究②庄周（前 369～前 286）—生平事迹 IV. B223.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2007）第 046022 号

ISBN 978-7-80222-315-8



9 787802 223158 >

●那一个庄子——在质朴与无为中逍遥的处世智慧

著 者/姜 城

责任编辑/崔卓力

装帧设计/奇文云海

版式制作/华 静

责任校对/兰 亭

经 销/新华书店

开 本/710×1000 毫米 1/16 开 印张/20 字数/280 千

印 刷/北京东方圣雅印刷有限公司

版 次/2007 年 9 月第 1 版 2007 年 9 月第 1 次印刷

印 数/13000 册

书 号/ISBN 978-7-80222-315-8/K·4

定 价/32.00 元

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 3 号楼 邮编：100029

法律顾问：陈鹰律师事务所 编辑部：(010) 64443056 64443979

发 行 部：(010) 64443051 传 真：(010) 64439708

网 址：www.oveaschin.com E-mail: oveaschin@sina.com

青山绿水间那一个浅浅的背影

——作者如是说

年轻的时候，曾在某位人物传记中意外地读到“孔孟入世、老庄出世”的句子，当时并没有很深刻的感受，待到许多年以后，于繁杂的工作之余，再突然想到这句话，顿时有所感悟。的确，以庄子所代表的“道法自然”思想与我们今天这个过度竞争的社会似乎是渐行渐远了，但正是因为遥远，我们才突然领悟到庄子学说的可爱，变得对庄子的哲学那么如饥似渴，正是因为庄子的人生哲学已经多年久违了，才让我们备感亲切。

翻开《庄子》一书，有一阵清幽古朴之风迎面拂来，仿佛把我们带到了一个玄妙的世界。从“子非鱼，安知鱼之乐”到“庄子梦蝶”，人生许多莫名的快乐和幸福似乎都在庄子的人生哲学中得到淋漓尽致的阐发了，似乎我们对人生的许多感悟都能在“庖丁解牛”和“运斤成风”的寓言故事中找到暗喻的影子，我们更可从庄子所说的大鹏展翅和凤凰远飞的故事中，体验到君子鲲鹏之志的崇高理想，同时我们也可以从猫头鹰和蓬间雀的喃喃自语中看到卑琐小人的阴暗心理。

庄子是一个伟大的寓言家，又是一位伟大的哲学家，他将自己在生之年中所体会到的全部人间真理的精髓在大脑中咀嚼之后反刍给广大的读者。庄子是中国古代最富有智慧和想象力及幽默感的思想家之一，他的一生清静无为、明哲保身、逍遥自在、与世无争，



他的作品或气势磅礴、或迂回婉转、或言语浅显而寓意丰富、或借物比喻、或指桑骂槐、或滔滔不绝、或戛然而止，令人拍案叫绝，给我们留下了宝贵的人生财富，他是一个最懂得人生真谛而又极富有处世智慧的“世外高人”。

庄子是中国古代最著名的隐语者，他是这个喧嚣世俗社会的逍遥隐士，他是功名利禄、富贵浮华的冷静旁观者；他是才华横溢、无拘无束的自由思想者；他是出口成章、妙语连珠的哲理传播者；他的思想像远山一样致远，他的语言像漫画般的生动，他的比喻哲理使人变得睿智，他的观点思想使人恍然顿悟，他对出世与入世看得非常透，无论对人还是对事都有一种远距离的模糊智慧。

翻开五千年中华民族的历史，从《黄帝内经》等书中我们可以看到庄子养生学理论的影子，从《桃花源记》等书中我们可以看到古代人们对理想社会的憧憬，我们从汉代黄老无为哲学的盛行看到了庄子学说的积极作用，我们也从魏晋玄学的泛滥中看到了庄子学说的博大精深之处，是庄子继承了老子的道家学说，并将其演说得如此明白易懂，是庄子明确地提出了返璞归真的哲学，使得清静无为成为中国哲学的一大流派，给我们带来了如此重大的影响。

庄子给我们的形象是飘逸和逍遥的，就好像是一位世外高人在融入青山绿水之前给我们留下的一个浅浅的背影；庄子给我们留下的印象又是深刻和玄妙的，就好像是一幅若隐若现的仙人画轴，给我们留下了太多可以想象的空白；庄子给我们的印象是朴素和无华的，就好像是峻峭的山岩上留下的一块古朴而隽永的石刻，给我们以入木三分的震撼；庄子给我们的印象是智慧和深沉的，就好像是隔壁的一位老者，在给我们说着那遥远却又吸引人的故事。庄子对生命是通达的，身心是自由的，据《庄子·列御寇》载：庄子生命垂危时，弟子们商量如何为其厚葬。庄子得知，对弟子说：我视蓝天为自己的棺槨，把光辉的太阳和皎洁的月亮看做相连的宝玉，天上的星星是珍贵的珍珠，把天下万物当作自己的殉葬品。这还不够齐备吗？何必还搞什么厚葬？当他的弟子解释说，怕他的遗体为乌鸦啄食时，庄子说，放在地面上为乌鸦老鹰啄食，埋到地下则会被



蝼蚁所食，这就等于从老鹰嘴里夺过来，再送到蝼蚁嘴里，你们这不是偏心吗？这个故事反映了庄子把死看得很淡。人既然已经死了，就等于回归了宇宙自然之中，暴尸或深葬，为鸟啄，为蚁食，反正都一样，何必那么在意？承认生命的自然属性，当生则生，不当生则不生。生则好好生活，死则超然以对。似这等通达和潇洒，今天的人们有几个能得其遗风？

庄子是个思想家。庄子继承了老子的学说并加以深化和发展，形成了极具个性特色的思想学说，成为先秦道家学派的集大成者。他的思想具有鲜明的思辨性和相对主义色彩，提倡意志自由和避世脱俗的人生哲学。他善于运用文学语言进行思想表达，其作品具有高度的哲理性和丰富的想象力，对两千多年来中国的人文思想传统产生了重要的影响。

庄子是个政治家。他自己虽然没有从政的愿望，但他并没有离开政治、没有离开社会人生孤立地去谈玄，他也有自己鲜明的政治立场和政治态度，有自己的政治理想。他的政治理想就是所谓“至德之世”的乌托邦。想以自己对理想政治的设计去点化影响帝王。他的理想政治和乌托邦构想的精髓就是无为而治或无为政治，重建一种道法自然的秩序。

庄子是个养生家。庄子推崇和追求物与我、人与自然塞满和谐的自然境界，他提倡“顺其自然”，“常因自然而不益生”，主张“与天为徒”，而致天人合一，将人对自然界规律的适应看成是养生根本，将天人合一的浑然天成看成是养生的最佳状态。

庄子是个逍遥者。“逍遥”，指闲放不拘，怡适自得，《逍遥游》旨在提倡一种无牵无碍、绝对自由的境界，也即“无待的境界”。“无待”就是无所凭借，无所依赖，它是对“有待”的扬弃和超越。他认为只有循自然的本性，顺应天气的变化，而游于无穷的境域，才算是“无待”的境界。为达此“无待”、“逍遥”的境界，他主张虚以待物，放弃对功名、利禄、权势等等外在事物的追求，做到“无己”、“无名”。他认为真人、至人、神人、圣人就是具有此种修养而进入此境界的理想人格。在他看来，达此“无待”、“逍遥”的



境界，人的精神就能获得大提升、大解放、大自由，就能“与天地精神往来，而不敖倪于万物。”庄子虽然贫穷，却很快活。他不肯用学问换荣华富贵，一生自甘淡泊，安贫乐道。

庄子是个继承者。他是老子学说的继承者，是道家学派的集大成者。《庄子·大宗师》的“宗”，即是老子所说的“万物之宗”的“宗”，也即万物之本原、宗主的意思；“大宗师”的“师”，即是师法或效法于道，这含有遵循规律的意思。庄子继承老子的道论，却有着自己的新的发挥和发展。庄子死之后，留下了一部不朽的浪漫主义巨著——《庄子》。庄子以其艺术家的想象力和哲学家的洞察力，根据自己的人生体验和感受，对社会、人生、道德、知识、政治、艺术、哲学等各个方面的问题，进行了全面的考察和精辟透彻的剖析，提出了许许多多独到而深刻的见解。在这些见解中，既夹杂着糟粕和谬误，又闪烁着真理的火花和智慧的光芒。这就要求我们必须站在时代的高度，运用马克思主义的理论方法，尽我们的心智，去做好去粗取精、去伪存真的工作，任何断章取义、简单否定的做法都是不可取的。

庄子是个哲学家。庄子的人生哲学，是庄子思想中最富魅力和最具特色的部分。如果说儒家看重的是人的社会价值或群体价值的话，那么道家庄子注重的则是人的个体价值或自我价值。他认为人生的哲学在自然本身之中，离生活越近，那么其离答案越近。因此，庄子在回答东郭子“所谓道，恶乎在”之问时，会回答道“无所不在”，“在蝼蚁”，“在稊稗”，“在瓦甕”，“在屎溺”（《知北游》）。谓越超的道就蕴藏在蝼蚁、稊稗、瓦甕、屎溺等诸多低贱的事物之中，颇有些禅道的风格，但其内容显然是有深刻寓意的。

庄子是个寓言家。庄子反对宣言说道，因而常借用隐喻和寓言来表达。《庄子·秋水》记有这样一个故事：“惠子相梁，庄子往见之。或谓惠子曰：‘庄子来，欲代子相。’于是惠子恐，搜于国中三日三夜。庄子往见之，曰：‘南方有鸟，其名为鹓雏，子知之乎？夫鹓雏，发于南海，而飞于北海，非梧桐不止，非练实不食，非醴泉不饮。于是鸱得腐鼠，鹓雏过之，仰视之曰：‘吓！’今子欲以子之



梁国而吓我邪？”惠施在梁国为相，庄子以朋友的身份去看他，却使他感到恐惧，担心庄子将取而代之。鸩雏就是所谓凤凰。庄子以高洁的凤凰自喻，把梁国的相位看成是一只腐鼠，把担心失去梁国相位的惠施看成是一只渺小可厌的鸱鸟，表现出他对惠施的蔑视。

庄子是个雄辩家。与老子相比，庄子是一个相对感性的辩论家，他的所有辩论都是为了表达自我的意志。他对当时的国王和大臣等辩论对手都看不上眼，但他却有一个真心的好朋友惠施，《庄子》一书中随处可见二人辩论斗嘴的场面。辩论归辩论，二人私交极好，后来惠施死了，当庄子经过他的坟墓时，还伤感地对随行人员讲了一个“运斤（斧头）成风”的寓言，说自从惠子一死，自己再也找不到辩论的对手了，很寂寞。当梁惠王召见他的时候，他穿着打补丁的粗布衣服，用麻绳当鞋带，就这样去见梁惠王。梁惠王很同情他的贫困，庄子对他说：“人有道而不能施行，那才是潦倒。衣服破了，鞋带掉了，谈不上潦倒，只是穷罢了。何况我生在乱世，国君昏乱，相国乱搞，那又有什么办法呢？”可见庄子的逻辑是独特的，也是为我的。他从不按世俗的逻辑去辩论，这也是他所以能够雄辩无敌的原因。

庄子是个批判家。他以惊世骇俗的观点评点一切，他认为只有无为政治才是合乎人的本性、合乎道的本性的。按照无为政治的要求，他提倡“在宥”天下，任性而为，以百姓的意志为意志，反对以私意妄为去治理天下。有为政治的特点表现为以德治国、以智治国、以法治国、以力治国。他认为这几者不但不足以治天下，反是使天下陷入混乱不可收拾的根源。因此，站在无为政治的立场，他给予有为政治以强烈的抨击和批判。他是中国历史上最伟大深邃的批判思想家，开了中国古代批判政治的先河。

庄子是个智慧者。庄子的智慧完全以自我为中心，完全抛弃世俗的愚智标准，而以超越生死时空的宏观辩证法为标准，他不但坚持“道法自然”的自然法则，而且坚持“无为质朴”的人为法则，更坚持“无己顺己”的个人法则。庄子的“无己”、“顺人”之说，表面看，是对人的自我价值的轻视和忽略。其实，在庄子这里，“无



己”、“顺人”绝不等同于随波逐流，而是要通过“无己”、“顺人”的人生修养去体现人的自我价值，他担心人们不理解他的寓意，故又特别强调“不失己”，强调“自喻适志”。

庄子是个隐逸者。表面看来，庄子确已看破红尘，是个绝不近情的人。但他也不是要完全地离开社会，抛弃人伦，相反，他对社会人生、对人类的前途和未来表现出极大的关注和深切的忧患。透过这种强烈而深沉的忧患意识，我们有理由认为他又是一个最近情的人。不近情是他性格中“眼冷”的一面，近情是他性格中“心热”的一面。胡文英《庄子独见》谓庄子“眼冷，故是非不管；心肠热，故感慨无端。虽知无用，而未能忘情，到底是热肠挂肚；虽不能忘情，而终不下手，到底是冷眼看穿”。这是十分准确而有见地的。

这是一本向大众介绍庄子并试图解读庄子的小书，我将试图通过对庄子一生及其著作的评说与思考，挖掘出其对今天的人们在人生中有积极指导和鼓舞意义的思想和精神，以帮助人们在今天商品社会的复杂的环境中，学习淡泊世间名利、追求自然理性的人生，客观看待“出世”、“入世”的世界观的人生态度，以一种超然脱俗的处世智慧来面对生活，相信必将给人们带来大的益处。

——作者 2007 年 7 月于京郊西山



目 录

第一章 心态自由的逍遥者 (1)

庄子穷了一生，却也快活地过了一生。他看到人间无法避免的痛苦、无休止的劳形费神，人生在世上便有着与生俱来的无法挣脱的痛苦，只能向心灵内逃避，在心灵王国铸造一座躲避人间风雨的象牙之塔。因此，庄子的《逍遥游》旨在提倡一种无牵无碍、绝对自由的境界。“逍遥”，指闲放不拘，怡然自得，“游”即“无待的境界”，它不是肉体的遐举、羽化，只是心灵的逍遥，精神的优容。庄子主张虚以待物，放弃对功名、利禄、权势等外在事物的追求，通过渐次达到真人、至人、神人、圣人的境界，而做到“无己”、“无名”，并由此进入理想世界。

得而不喜，一切皆为过眼烟云	(1)
从容自得，君子面无忧郁	(3)
逍遥自游，别为外物劳心神	(7)
己独守虚，知足者方能常乐	(10)
心静则安，莫醉心世间浮华	(12)
志大心远，君子志在千里外	(15)
无用寂寞，是人的一种选择	(18)
勿为心累，心里无碍乐逍遥	(21)



放下一切，是人生快乐开始 (24)

第二章 恬淡虚无的养生家 (28)

恬淡虚无是一种内心无欲的清静状态。庄子推崇和追求物与我、人与自然塞满和谐的自然境界，提倡“顺其自然”，“常因自然而不益生”，主张“与天为徒”，而致天人合一。那么，怎样才是我们养生的最高境界呢？庄子指出，古时候具有很深厚的道德修养的人，忧患不能入其内心，邪气不能侵其身体，所以就没有什么东西可以伤害他。人如果能避开世事，达到虚无的境界，又有什么东西能伤害他呢？《庄子·至乐》中也说：富有的人辛苦身体，紧张劳作，聚积财富而不能完全享用，他的养生则过于贪求外在的物质了。尊贵的人夜以继日思虑如何分清善举恶行，这样的养身岂不是很疏忽了吗？人来到世上，总免不了忧愁，长寿的人神志不清，久忧不死，何等痛苦啊！这样的养身与养生的要求离得更远了。唯一的办法只能应时而来，顺时而去，顺乎自然，使哀乐不能进入身心，人的束缚自然就会解除了。

人皆取先，我独取其后 (28)

大道若朴，生活其实很简单 (32)

不责求人，淳朴的人自得其乐 (37)

超然物外，拿得起也放得下 (39)

淡然无极，则忧患不能入 (42)

第三章 老子智慧的继承者 (46)

庄子是老子学说的继承者，是道家学派的集大成者。庄子继承老子的道论，提倡道法自然、顺应自然，却有着自己的新的发挥和发展。庄子认为：天机隐藏在里，人事露在外面，至德合于自然。知道自然与人事的道理，以自然为根本，安处应得的位置，进退屈伸随时应变，这就把握了道的枢纽而讲出了道的真谛。庄子的意思是，懂得生命情理的人伟大，精通智谋的人渺小，通达天命的人顺



利，只通人命的人不顺利。老子从客观规律的角度谈到了愚笨者的智慧、柔弱者的力量，而庄子则使我们领略了生命含义的旷达和由吃亏退隐所带来的安稳与宁静。

无责于人，不敢为天下先	(46)
大实若虚，智慧天成不外用	(49)
大极还小，做大事莫忽小节	(52)
拥而不坐，不争之争最高明	(55)
以静制动，耐心下努力等待	(60)
无用之用，乃人生最大财富	(63)

第四章 做人生命运的思考者 (68)

人生是一条与烦恼为伴的征程，几乎每一个人都是在长期的烦恼中思考和探寻。对人的命运，庄子强调“自喻适志”，他指出：“圣人安其安，不安其所不安；众人安其所不安，不安其所安。”意思是说，圣人安于自然，不安于人为；众人安于人为，不安于自然。在他看来，安于自然，不争无欲是人生的重要原则。为此，庄子有“无己”、“顺人”之说，表面看是对人的自我价值的轻视和忽略。其实“无己”、“顺人”绝不等同于随波逐流，而是要通过“无己”、“顺人”的人生修养去体现人的自我价值，

美成在久，好事必然多磨	(68)
抛弃心蔽，人生应进退自如	(70)
与人为善，凡事不要做太绝	(73)
待时而发，把握时机巧进退	(75)
权衡利害，走出固有模式	(79)
人各不同，要改变人生宿命	(82)

第五章 精神境界的隐逸者 (85)

庄子曾说，世上的人都求实，而自己独守于虚；世上的人皆为



自己储藏物欲，而自己没有储藏反而自足有余，这才是人应该有的高境界。一语道破了守虚和自足是寻得人生幸福的奥秘。面对人生的缺憾，不要总想着挽回，有时人生需要忘却，有时人生需要放弃。忘却是一种解脱，放弃是一门艺术。在物欲横流的今天，即需要你作出选择。人生苦短，要想获得越多，就得放弃越多。那些什么都不放弃的人，是不可能有多少获得的，而能够以非凡的胆略忘却和放弃的人却可以拥有更多更美好的人生。

解除束缚，让身心自由翱翔	(85)
不累于俗，尽享心静如水	(88)
不饰己非，无求胜过有求	(94)
自适自快，打造内心世界	(99)
舍生取义，出污泥而不染	(105)
节俭不奢，方能财运长久	(107)
万物无常，常保持平常心态	(111)
宠辱不惊，连败连战成大器	(114)
耐住寂寞，才等得到真机会	(117)

第六章 赤子之心的寓言家 (121)

与那些心机深邃的哲学家不同，庄子有着一颗赤子般的童心，在他与人们交谈的过程中，经常采用寓言故事的形式，抒心志、讲道理，例如庄子曾讲了个故事，钓小鱼虾的人，扛着钓竿，东奔西走，池边、河边、湖边，闹得欢乐，天天有所得。某王子却在海边钓海鱼，他的钓钩像大铁锚，钓绳像水桶一样粗。他长年累月坐在海边的山上垂钓，一坐十年无所获，别人都觉得这个人怪。十年过去了，王子终于钓到一条大鱼，他把鱼弄上岸，分割开来，让全国人都能享受这条鱼的鲜美，好长时间吃不完。庄子讲这个寓言就是不争一时之长短，大收获必须付出长时间的努力与等待。

从容养生，超越人间生与死	(121)
--------------------	-------



不生不死，痛苦对我如浮云	(125)
井底之蛙，走出自己的心狱	(129)
鸿鹄之志，崇高目标人高尚	(133)
明哲保身，不可卖弄聪明	(136)
人不自立，就如无魂之鬼影	(140)
呆若木鸡，却有王者之气	(144)
率性而为，不为天下毁誉所动	(149)
第七章 道德情操的守望者	(153)

庄子说，古时得道的人，穷困时快乐，通达时快乐，他所感到快乐不是因穷困与通达。只要是道德在，那么穷困通达就像寒暑风雨按次序变化一样了。庄子说：“是故内圣外王之道，暗而不明，郁而不发，天下之人各为其所欲焉以自为方。”意思是说，（时当战国时代）百家争鸣，各执其理，彼此不能沟通，致使“内圣外王”之道被掩蔽，不为世人通晓。庄子的“内圣”之道，就是要从“心”与“德”上下功夫。认为荣辱不在于富贵贫贱，而在于道德的高下；不以富贵为荣，贫贱为辱；而是以有德为荣，以无德为辱。从而正面打开人们心灵的狭隘、短见，从心上去蔽、去障，培养开放心灵，追求道德的最高境界。

穷而乐达，生命真意方彰显	(153)
守住道德，就会快乐无比	(157)
以德为本，得人心者得天下	(159)
提炼智慧，物欲太盛心难静	(162)
最高诚信，难以金玉保证	(164)
内圣外王，做人要形圆内达	(166)
以诚待人，有信者一诺千金	(168)
仿溪若谷，甘受天下的耻辱	(170)



第八章 名利欲望的批判家 (174)

《庄子·骈拇》中说：小人舍身以求利，士人舍身以求名，大夫舍身以求家，圣人舍身以为天下。这几种人，他们事见不同，名声、称号各异，但都有一个共同点，那就是他们都伤害本性、舍弃生命。由此可见，不管人们社会地位如何变化，但爱慕虚荣，追求名利都是一致的。为此，他提出人必须有“得而不喜，失而不忧；知分之无常也”的心态。即得到了荣誉宠禄不必狂喜狂欢，失去了也不必耿耿于怀，其实，功名利禄是一副用花环编织的罗网，只要你进去了，你就没法自在与逍遥。没有功名利禄，于是乎想得到功名利禄。得到了小的功名利禄，又想得到更大的功名利禄。得到功名利禄，又害怕失去功名利禄。人生就在这患得患失中度过，哪里品尝得到人生的甘美清纯的滋味呢？世人只知道功名利禄会给人带来幸福，殊不知功名利禄也会给人带来痛苦。

- 戒贪戒欲，君子取财有尺 (174)
- 不祥之器，残缺亦为真善美 (178)
- 才尽其赏，施恩散财拢人心 (179)
- 厄伤本真，虚劳之心自欺人 (182)
- 越喝越渴，人间欲望如海水 (184)
- 名利凶器，双刃伤人又伤己 (186)
- 舍本逐末，生命深处最平常 (191)
- 见利必拙，释颖化妒保平安 (193)
- 内视而败，莫被睫毛遮心眼 (196)
- 减祸之道，须在淡字上着意 (199)

第九章 探索自然的思想家 (201)

庄子在《大宗师》中把生和死看成一种自然现象，指出：“死生，命也，其有旦之常，天也”。就是说，人的生和死是不可避免的，就像有白天和黑夜一样平常，并且认为“其生若浮，其死若



休”。一个人的降生是依循着自然界的运动而生，一个人的死亡也只是事物转化的结果；生若浮游于天地之间，死若休息于宇宙怀抱，一切都没什么大惊小怪，生也好，死也罢，平平常常，没什么可怕的。能认识到这一点，就不会违逆自然规律去做事。尤其是处于顺境时，把一切都看得淡薄，自然无忧无虑。

应天顺地，是人生的自然规律	(201)
物极必反，贪欲不能太旺盛	(203)
随机应变，不可恃一时之成	(206)
洞若观火，识人识面更识心	(210)
善解人意，让人十分得满分	(214)
依势而为，顺山顺水顺情势	(217)
第十章 返璞归真的哲学家	(219)

庄子认为，人们无论做什么事，均有不得不增加的倾向。其实，只要减省某些部分，大都能收到意想不到的效果。倘若这里也想插一手，那里也要兼顾，就不得不动脑筋，过度地使用智慧，容易产生奸邪欺诈。所以，只要凡事稍微减省些，便能回复本来的人生，即“返璞归真”。只有降低欲望，在现实中追求人生目的，才会活得快乐。所以，《庄子·大宗师》中讲了一段故事：有一天，子桑户死了，还没有入土为安，孔子安排子贡去帮助办理丧事。子贡看见子桑的朋友孟子反、子琴张在作曲弹琴，并唱道：“哎呀，桑户！哎呀，桑户！你已经返璞归真，而我们还寄居在人间呀！”子贡上前问道：“借问对着尸体唱歌，合礼吗？”二人相视一笑，说：“他怎么懂得死的真实含义呀！”不懂得庄子返璞归真的含义恐怕就难以理解其中的玄机。

平一时气，成就一生之大事	(219)
纯素之道，神情安宁入佳境	(225)
清淡如水，君子小人各不同	(227)



去留无意，荣辱毁誉不入心	(229)
毋以取强，自嘲可全身而退	(233)
一悔一硬，可进可退要藏锋	(235)
高人一筹，进退自如有良谋	(238)
合于自然，常怀宽和安泰心	(240)

第十一章 口若悬河的雄辩家 (247)

庄子是一个口若悬河的雄辩家，正因为如此，《庄子》一书中随处可见庄子与惠子二人辩论斗嘴的场面。辩论归辩论，二人私交极好，后来惠施死了，当庄子经过他的坟墓时，还伤感地对随行人员讲了一个“运斤（斧头）成风”的寓言，说自从惠子一死，自己再也找不到辩论的对手了，很寂寞。其实，庄子也明白，真正的“道”是无从命名指称的，真有雄辩高见之人并不言说，所以只有听懂了庄子寓言，看懂了庄子故事，读透了庄子心声的人才能真正知道他心中的“大道”是何等的雄辩。

子若非鱼，又安知鱼之乐	(247)
通晓生命，妙在随遇而安	(249)
自以为美，其实未必真是美	(252)
放眼无极，莫生小人嫉妒心	(254)
无心之射，心态意念夺天工	(256)
相濡以沫，不如相忘于江湖	(259)
大智若愚，等待最后致命击	(262)

第十二章 无为而为的政治家 (268)

在庄子眼里，有为与无为是相对的。自然无为，以无事取天下；持而盈之，不如恭谨谦让；无为而治，一切顺其自然。所以庄子说：虽然发出怒气，但不是有意要发怒，那么这怒便是出于不怒；虽有作为，但不是有为之，那么这为便是出于无为。要想宁静就要平心静气，要想精神充足就要心情顺畅，人的行为能够不出于自己的

