



列子譯注

嚴北溟·嚴捷 著

關於《列子》的原作者學術研究上的重要考證歷代爭議不斷，但每篇篇末並附完整言和神話傳說來託寓道、物辯證關係，並由此延伸貫連的思想體系及其所代表的哲學價值則無庸置疑。

本書校勘歷代《列子》考釋，在每段正文前皆點明主旨、結構和思想脈絡。正文後復加譯注，每篇篇末並附完整今譯，不但是學術研究上的重要文獻，也可提供一般讀者入門之用。

ISBN 957-586-491-3



9 789575 864910

列子譯注

嚴北溟・嚴捷 著

國立中央圖書館出版品預行編目資料

列子譯注／嚴北溟，嚴捷著。
——一版。臺北市：書林，民84
260面；21公分
ISBN 957-586-491-3(平裝)

1.列子-註釋

121.321

84006596

本書經上海古籍出版社授權書林出版有限公司
在台灣出版發行。

列子譯注

定價：150元

著 者／嚴北溟 嚴捷

出 版 者／書林出版有限公司

台北市新生南路三段88號二樓之五

電話：3687226 FAX：3636630

發 行 人／蘇正隆

郵 撥／15743873・書林出版有限公司

印 刷／國榮印刷廠

登 記 證／局版台業字第一八三一號

中 華 民 國 八 十 四 年 八 月 一 版

ISBN 957-586-491-3

前 言

(一)

唐天寶元年(公元七四二年)，篤信道教的唐玄宗下旨置“玄學博士”，並以四部道家著作爲經典，士人習之可以應試科舉。其中一部被奉爲《沖虛至德真經》的，就是擺在我們面前的這本相傳爲戰國列御寇所撰的《列子》。

但是時隔不久，便有人對這部經典的真偽發生了懷疑。柳宗元率先，高似孫繼起，于是考辨《列子》真偽者不絕于史，至今可說是真相大白了；原來《漢書·藝文志》所著錄的《列子》八篇早已亡佚，今本《列子》八篇從內容看摻雜着大量魏晉思想；從語言使用看，出現許多先秦所不能有的詞匯，其出于魏晉間人的僞託是無疑的。

由于《列子》被判爲僞書，列御寇其人的存在也成了懷疑的對象。根據《莊子·天下篇》、《荀子·非十二子》論道術流變及于諸家，獨不提列御寇；而司馬遷撰《史記》也無一字涉及列子，宋高似孫便認爲：“豈御寇者，其亦所謂鴻蒙、列缺者歟？”（《子略》）將之歸入神怪杜撰一列。

但現存的史料片斷，却從不同角度肯定了列子的存在。《漢書·藝文志》班固注“圉寇，先莊子，莊子稱之”，而《莊子》一部書確有十多處提到列子，似不無所據。《莊子·讓王篇》謂：“子列子

窮，容貌有飢色，客有言之于鄭子陽者。”子陽之事可見《呂覽·適威》，又見《淮南子·汜論》，這證明列子與子陽同時，據《史記·鄭世家》說，“鄭繻公二十五年，鄭君殺其相子陽”，則其時為公元前三八九年。另據《戰國策·韓策》：“史疾為韓使楚，楚王問曰：‘客何方所循？’曰：‘治列子圉寇之言。’曰：‘何貴。’曰：‘貴正。’”鄭于前三七五年為韓所滅，韓徙于鄭，史疾據以習聞御寇之言，似屬可信。

可是此處說列子“貴正”，而《尸子·廣澤篇》及《呂氏春秋·不二篇》却說“子列子貴虛”。正即正名，虛則無名，豈不自相矛盾？故清人汪繼培《列子序》云：“其文或淺近卑弱，于《韓策》所稱貴正，《尸子》、《呂氏春秋》所稱貴虛之旨，持之不堅，故先儒多疑其偽。”其實列子倒從來沒有“持之不堅”的地方，從《莊子》所描述的列子行事看，他一生正是“離形去智，泊然虛無，飄然與大化游”，故“貴虛”方為正宗。史疾游說者流，其言殊不可信。

要之，列子是戰國時身居鄭國圃田的一位隱者。他有自己的老師、同學以及弟子，崇尚清虛無為，順性體道。所學的那一套本事如“心凝形釋，內外盡矣”以及壺丘子向神巫季咸所顯示的“杜德機”、“衡氣機”、“太冲莫朕”等相，很有點象後人的辟穀、導引、入定等氣功術，而他思想特點的形成又同這很有關係。莊子“心齋”、“坐忘”等修身方法受其影響也未可知。也象莊子一樣，列子雖然窮得“容貌有飢色”，却不肯出仕而“為有國者所羈”。他當然不會想到，千年之後竟會被捧上“冲虛真人”的寶座，也不會想到居然有人會代為立言，而且偽造得如此言之鑿鑿，乃至釀成千古公案。那麼，誰是偽造《列子》的作者呢？

歷代考辨家大多把懷疑的眼光盯住《列子》注者張湛。據《世說新語·任誕篇》注引《晉東宮·官名》，張湛字處度，高平人，仕至中書侍郎、光祿勳。他作《列子注》，序中自稱，其祖父曾于永嘉之亂渡江，根據從王宏、王弼家所得而僅存三篇的《列子》，加上從劉正興

和王弼女婿趙季子家得到的殘編九卷，然後“參校有無，始得其備”。因張湛叙述得書源流，輾轉不離王氏，而且西晉玄風正盛，却不見諸家引稱《列子》者，後人就認為張湛此說實在是欲蓋彌彰，便自逃不脫作偽的嫌疑。但是，如果肯定是張湛偽造《列子》，就無法解釋以下兩點：

一、張湛于正文常有不解之處，如《仲尼篇》“孤犢未嘗有母”句下注道“未詳此義”；甚或有注釋錯誤之處，如“不生者疑獨”之“疑”應訓為“定”，張注却訓為“疑惑”；時亦有糾正原文之處，如《力命篇》說子產殺鄧析，張注便據《左傳》給予糾正。既然自撰自注，怎會有不通不解之處？

二、張湛注謂《列子》之旨“往往與佛經相參”，“羣有以至虛為宗，萬品以終滅為驗”。其實《列子》雖然受了些佛教“幻化生滅”等說影響，但仍肯定“道”亦即世界物質本體及規律的客觀存在，而當時流行中土的大乘般若學則以萬物空無自性而否認世界的真實本質，兩說大相逕庭，怎能“相參”？更從張注表現的思想看，主要是調合當時“貴無”和“崇有”兩種相反的學說，這同《列子》主旨亦不盡相同。另外張注還有批評正文處，如《楊朱篇》譏諷伯夷和展禽，張湛便說“此誣賢負實之言”。既然自撰自注，怎會與正文有如此的思想差距？

因之，我們不能同意張湛作偽說，儘管《列子》有今日之貌，全賴他的保存整理，但這與偽造畢竟是兩碼事。另有近人馬叙倫以張湛之祖得書于王氏，懷疑是王弼之徒所偽造，也只能算是臆測。我們倒傾向于他在《列子偽書考》中說的，“蓋列子書出晚而亡早，故不甚稱于作者。魏晉以來，好事之徒，聚斂《管子》、《晏子》、《論語》、《山海經》、《墨子》、《莊子》、《尸佼》、《韓非》、《呂氏春秋》、《韓詩外傳》、《淮南》、《說苑》、《新序》、《新語》之言，附益晚說，成此八篇，假為向《序》以見重。”但此說尚須糾正的是，從《列子》文氣簡勁宏妙、

內容首尾呼應自成一體的特點看，似乎不可能在這樣一個長時期內經過多人多次的增竄而成，而只能出于一家之手筆。倘此說成立，便可將成書時間縮到一個小的範圍。根據《周穆王篇》本自《穆天子傳》，而後者係西晉太康二年與《竹書紀年》等冊簡同出于魏襄王或魏安釐王冢，可定其成書最早不會超過公元二八一年，至遲不晚于永嘉南渡（公元三一五年）前後。至于僞作者誰，在沒有可靠資料證明之前，最好不要捕風捉影。

以往學者辨明某書爲僞，無不象對待文物贗品一樣，以棄之爲快，如梁啟超的《古書真僞及其年代》便舉《列子》爲例狠狠說道：“有一種書完全是假的，其毛病更大，學術源流都給弄亂了。”其實，這種態度未必真科學。就《列子》而言：

第一，如果雜纂諸家之言，最多只能弄出一個大拼盤，怎會造出《列子》這樣有整個思想體系的重要著作？妥當的解釋是，其一，僞作者自有其一貫之道，他據此來剪裁諸家之說；其二，僞作者當有所本，亦即不能排斥這種可能性，今本《列子》中有部分章節正是先秦《列子》的佚卷，在僞造時作爲綫索被補綴進去，因此它並非全盤僞造，而是僞中雜真。這一點，宋人黃震、明人宋濂至清人姚際恆、姚鼐都有覺察，是比較客觀的。試以《天瑞篇》爲例。其首章“有生不生，有化不化……不生者疑獨，不化者往復”一段，不見于先秦兩漢羣籍。“疑獨”之“疑”，張注爲：“疑其冥一而無始終”，亦即訓“疑惑”，作動詞用。譯成白話，即“不生者懷疑是獨立的”。而後一句“往復”二字則全作形容詞用，譯成白話是“不化者是往復無窮的”。兩句雖駢聯而出，辭氣却極不相稱。其實張注全是誤解。《詩經·桑柔》有“靡所止疑”，傳曰“疑，定也”。《說文》段注認爲此“疑”應是“𡗗”之誤，“𡗗”訓“定”，“疑𡗗相似，學者識疑不識𡗗，于是經典無𡗗”。“疑獨”之“疑”顯係“𡗗”的傳抄之誤，應訓做“定”，譯成白話即“不生者是獨立不改的”，便與後句辭氣連貫。看來張湛不識“𡗗”，而

傳《詩經》的毛亨也不識此字。《毛傳》出于西漢，可見“𤝵”字在當時已鮮為人知，由此似可判斷上面一章應為先秦佚文。此章之下“谷神不死”一段，抄自《老子》第六章；再下“有太易，有太初”一段，抄自《易緯·乾鑿度》；“清輕者上為天”一段，抄自《淮南子·泰族訓》；後面“種有幾，若蛙為鶉”則抄自《莊子·至樂篇》，皆有所出，可是它們一旦綴合，便自成體系，表達了《列子》獨特的自然天道觀。這裏似可顯出偽造《列子》者以《列子》佚書為綱，兼采眾家以從事再創作的高明手法。

第二，《列子》還保存了不少先秦佚書的片斷，如鸞子之言四段，不見于今本偽《鸞子》書，有人認為可能是古《鸞子》的殘遺；另如《楊朱篇》，古來就有人因其辭氣不類，而懷疑其中有先秦楊朱的佚文。至于書中許多富有價值的寓言故事，如《愚公移山》、《鮑氏之子》等，皆為他書所無，全賴《列子》得以保存至今。

第三，說《列子》是偽作，只是說它不能代表先秦的思想，但既已查明它成書于魏晉時期，它便可代表當時的某種哲學思潮，這非但不會將學術源流弄亂，反而使我們發現了魏晉哲學的邏輯發展中一個不可或缺的環節，這便是下面將重點討論的內容。

（二）

魏晉玄風煽起，標誌着哲學思維的大深化。《列子》因是雜纂諸家，代先人言，自然不好直接使用當時流行的許多新範疇，但就全書思想傾向看，它並沒有迴避有關本末有無、名教、自然等問題的激烈論爭。看得出，《列子》贊同王弼等貴無派對兩漢神學目的論和讖緯迷信的批判，却又反對他們“以無為本”的精神實體；它贊同裴頠等崇有派“無不能生有”的觀點，却又斷然毀棄他們所推崇的禮教綱常。更突出的是，它不滿于兩漢元氣論用特殊物質去說明萬

物生成，進而將眼光探到世界的背后。它的宇宙觀包括三個層次。

一、它首先提出“有生不生，有化不化；不生者能生生，不化者能化化”。所謂“生者”、“化者”，指生死代謝的具體事物；所謂“不生者”，“不化者”，便是比具體事物更為根本的東西，亦即“道”。“道”的特性是“往復，其際不可終；疑獨，其道不可窮”，即是說，“道”在永恆的循環運動中化生萬物，而本身則無增無減，獨立不改。顯然，具有這種無限特性的，除了客觀世界本身，別無他物。因此，《列子》的“道”便是對世界總體的稱謂。具體的、特殊的物質如精氣或元氣，不能說明世界無限多樣性的統一，因為世界統一性即是世界的本質，本質是普遍的、無形式的。用某種特殊物質當做世界的本質，勢必陷入既是具體而感性的，又是普遍而無形式的兩難推理。只有普遍而無形式的“道”，才好拿去做普遍而無形式的世界本質。《列子》的抽象思維水平顯然高出前人一籌。

但僅止于此，還無法判斷此“道”的實質究屬物質還是精神。因為這時候說的“道”並非存在本身，還只是對世界本體的一種抽象概括，一種“純思”或曰主觀映象。早在《列子》之前，就有不少哲學家已經達到了這種抽象，如揚雄的“玄”、王弼的“無”或“至道”同樣是對獨立于人意識之外的世界本質的抽象。問題的關鍵，在于用“道”去作為世界本體時，究竟怎樣解釋它與萬物的關係？因為“道”的屬性只有在這種關係中方能顯現出來。偏偏在這一步，許多人紛紛失足。他們不懂本質與現象割裂不得，只能是道在物中，物自體道。“道”脫離了物，即便剛才還是對世界物質本質的正確抽象，也會立刻變成一種虛構的精神實體。因而，一旦他們把這種“道”以“崇本息末”的方式凌駕于萬物之上，便是將純思辨的產物充做了世界的本質，于是這種“道”實質上便離“上帝”相去不遠了。不僅揚雄、王弼，就連先秦道家巨擘老、莊，只要誰試圖對世界本質作更高的抽象，就會在這個問題上墮入迷霧。可見，要克服“道”的精神實

體化，就必得從本質與現象、普遍與特殊、主觀思維與客觀存在的矛盾統一上，去正確解決“道”與“物”的關係。

二、幸運的是，《列子》在此未曾失足，大概是王弼首創的“體用不二”命題淬礪了它的辯證思維能力。王弼用“體用不二”的辯證方法來強調“用以無爲本”的唯心觀點，而《列子》則用它來剖析“道”“氣”關係，以此揭開道的第二層次——宇宙萬物的生成過程。

它指出：“夫有形生于無形，則天地安從生？故曰：有太易，有太初，有太始，有太素。太易者，未見氣也；太初者，氣之始也，太始者，形之始也；太素者，質之始也。”這個生成運動一直發展到“天地含精，萬物化生”。說“太易者未見氣”，豈不是認爲世界有一個絕對虛無的本體麼？說“太初者氣之始”，豈不是說世界有一個發展的開端麼？不對。首先，《列子》否認“無能生有”，而是認爲“有形生于無形”，“無形”非“虛無”之謂，而是無形體之謂。其次，《列子》所說“太易者未見氣”，是指太易時不見有形之氣。究其實，“太易”很象莊子的“芒芴”。《莊子·至樂篇》云：“察其始而本無生，非徒無生也而本無形，非徒無形也而本無氣。雜乎芒芴之間，變而有氣，氣變而有形。”這裏說“芒芴”無氣，同樣是說無有形之氣。“芒芴”同“渾淪”同“忽恍”，皆一聲之轉，而“忽恍”據《老子》十四章說即是“其上不皦，其下不昧，繩繩不可名，復歸于無物，是謂無狀之狀，無物之象，是謂忽恍。”可見“太易”指的是一種比有形之氣更爲原始的物質。《列子》形容它“視之不見，聽之不聞，循之不得，故曰易也”，此句源自《老子》十四章“視之不見名曰夷，聽之不聞名曰希，搏之不得名曰微”，故張湛注道：“易亦‘希’簡之別稱也。太易之義如此而已，故能爲萬化宗主，冥一而不變者也。”這說明，《列子》的太易便是氣之本體，萬象世界都是這氣本體聚散變化的結果。其後有一段“舜問乎丞”的故事，說明“道不可得而有”是因爲“天地強陽，氣也，又胡可得而有”。這裏用“太易”把“道”與“氣”統一起來，

對“道”作了第一個物質性的規定。

三、在第三層次中，《列子》通過一段有關生物進化的描述，突出強調了“種有幾”和“萬物皆出于機，入于機”的觀點。“幾”，即“幾微”，《易·繫辭下傳》謂“幾者，動之微”，義指極細微的質素。“機”，即自然，如《莊子·至樂篇》成玄英疏：“機者發動，所謂造化也。”造化乃自然之謂。這裏說明，萬物皆種，以不同形相禪，幾微入水，則為續斷，為青苔；登陸，則為草，為蟲，為鳥，為獸，乃至為人；人死又化成幾微，返回自然界無窮的循環變化中。這裏的進化程序用現代生物學眼光看固然有點可笑，但在當時能夠出現這種進化論思想，又是十分可貴的。更加可貴的還在于，它以此來肯定非生命物與生命物在物質基礎上的統一，使“道”在此又獲得第二次物質性的規定。

通過這三個層次，《列子》分別從世界本體的角度，從萬物生成的角度，從物種進化的角度，論證了世界的物質統一性。這三大段如果分開看，什麼都不是，但一經結合成整體，便相互聯系，相互統攝，形成由抽象到理性具體，由微觀到宏觀，由局部到總體的層次，使“道”“太易”“機”三個相等價的範疇構成一個整體，從不同側面表示出“道”與“物”的有機統一，合而言之，“道”即是“氣”，即是“幾”；分而言之，“道”是體，“氣”和“幾”是具體運動狀態。

推其原，《列子》以“道”“易”“機”三結合來解決道、物關係的做法，直接是對東漢張衡、王符的繼承。張衡已經開始把他的宇宙形成論同本體論結合起來，將天地的起源分成“溟滓”、“龐鴻”、“天元”三個階段，分別作為“道之根，道之幹，道之實”（《靈憲》）。王符則以“道”作為“氣之根”，將“氣”作為“道之使”，“必有其根，其氣乃生，必有其使，變化乃成”（《潛夫論·本訓》），亦即道氣一體，體用一原，道即氣之體，氣即道之用。《列子》則進一步發展了他們的觀點，出現了元氣本體論的萌芽。

今人已經發現張載是通過中唐柳宗元“太虛元氣說”這一中

介，把東漢王充的元氣自然論轉化為他的元氣本體論的；而從現有資料看，柳宗元在自然觀上的成就又同王弼有很大關係。柳少時即從父學王弼的易學，常說未讀韓康伯的《周易注》和孔穎達的《周易正義》就不能知所謂《易》，而韓、孔易學只是對王弼易學的詮釋補充。我們則認為，柳、王之間還應有一個過渡環節——《列子》書。從上述看出，《列子》正是拋棄了王弼以無為本的精神實體，但同時又吸取了他關於體用、本末、動靜等範疇中的辯證法因素，才得提出接近元氣本體論的“道、氣、幾”實體。這條思想路綫同柳宗元是一致的。柳宗元當悉心揣摩過《列子》，並深受其影響，這從他對《列子》的過分獎譽，乃至置《列》于《莊》之上，可以窺見。他在《辨列子》一文中謂《列子》“雖不概孔子之道，然而虛泊寥闊，居亂世遠于利，禍不得逮于身，而其心不窮，《易》之遯世無悶者，其近是與？余故取焉。其文辭類《莊子》，而尤質厚，少僞作，好文者可廢耶？”因《列子》雜纂一篇常由數家之言合成，故自己的觀點多不直抒，而是隱藏在篇章段落的關係之中。不了解《列子》的特點，就可能見仁見智，相差很遠。倒是柳宗元獨具隻眼，只因後人不解柳文深義，反訕其不識貨。如清人姚際恆便說：“柳子厚曰：‘《列》較《莊》尤質厚……如此之類，代代相仍，依聲學古。噫！以諸公號能文者而于文字尚不能盡知，況識別古書乎？’”（《古今僞書考》）其實倒是他“不能盡知”，不知柳宗元對王弼貴無本體論的借鑒原是承着《列子》的一脈。

（三）

《列子》能在元氣理論上達到如此高度，同它有着較豐富的辯證法思想分不開。書中有關物質與運動不可分，時空無限與有限統一等精彩論述在在可見。

它借鸞熊的話說，“運轉亡已，天地密移，疇覺之哉？”（《天瑞

篇》即，運動瞬息不停，天地暗暗移動，不靠理性思維的把握，誰能感覺到呢？當然，早在先秦兩漢，就已經有不少人發現，不但天在運動，地也在運動，如漢代《尚書緯·考靈曜》指出：“地恆動不止而人不知，譬如人在大舟中，閉牖而坐，舟行不覺也。”（《太平御覽·地部》引）但《列子》則進一步從哲學的高度，指出運動乃是事物的普遍規律。張湛有一段注文比較正確地闡發了此文旨義：“夫萬物與化為體，體隨化而遷。化不暫停，物豈守故？”這便是說，物質與運動同為一體，不可分割，物質在運動中發展。“化不暫停”，因而不物向他物的轉化是絕對的；“物豈守故”，于是任何事物的常住性只是相對的。

那麼，物質又如何運動呢？夏革回答殷湯道：“物之始終，初無極已，始或為終，終或為始，惡知其紀？”（《湯問篇》）這句話包含三層意思。其一，具體事物有終有始，但世界總體的運動轉化則無始無終，“初無極已”。其二，每一事物都是總體長鏈上的一環節，此一物的終結，即彼一物的開始，間不可分。其三，由于始終相續，互為因果，因而任何事物決無孤立之理，世界萬物的普遍聯繫，就表現在物之始終相續的運動轉化中。

它說：“故物損于彼者盈于此，成于此者虧于彼。損盈成虧，隨世（生）隨死”（《天瑞篇》），“自短非所損，自長非所增”（《力命篇》），更表明，物質和運動可以從一種形態（如損虧）轉化為另一種形態（如盈成），但宇宙總體則既不損亦不增。這是老子“道兼變常”觀點的發展，並直接為王船山所謂“（氣）聚散變化，而其本體不為之損益”（《正蒙注·太和篇》）的質量守恆思想奠定了基礎。至于“一氣不頓進（盡），一形不頓虧”（《天瑞篇》）的觀點乃是承認事物的漸變，而“間不可覺，俟然後知”（同上）則包含着突變的意味。“積于柔則剛，積于弱則強，觀其所積，以知禍福之鄉（向）”（《黃帝篇》）說明任何相對待的事物可以轉化，柔由于積（量變）可達到自身的否

定——剛（質變）。這裏不同于傳統的“物極則反”。物極必反，指不極不反，忽視了量變之中的局部質變。王夫之就反對物極方反的觀點，認為對立實相蘊涵，一事物正在發展中，其中所蘊涵的相反即漸成長而出現，因而“方動即靜，方靜旋動，靜即含動，動不舍靜”，“豈皆極其至而後反哉”？（《思問錄·外篇》）《列子》所謂“觀其所積，以知禍福之鄉”，指在事物量的積累中，便可知其質變，就已經包含了這一可貴的思想。

但更為可貴的是，《列子》已經初步意識到物質運動轉化的無限性，就在于其本身結構層次的無限性。《湯問篇》中，夏革說了“古初無物，今惡得物”以肯定物質只能產生于物質，而物質是無限的以後，又進一步提出“無則無極，有則無盡”的命題。（“無盡”原文應為“有盡”，據陶鴻慶《讀列子札記》說，有盡為無盡之誤。）第一個“無”字是“虛空”的別稱，故“無則無極”指的是宏觀世界的無限；所謂“有則無盡”，則指微觀世界的無限。（如陶鴻慶謂，“有則無盡”者，即公孫龍所謂“有物不盡”，惠施所謂“一尺之棰，日取其半，萬世不竭”。）為了說明宏觀世界的無限，它指出了“四海、四荒、四極”乃至“含萬物者”、“含天地者”等遞相包含的層次；為了說明微觀世界的無限，它用了一個“含萬物也故不窮”的警句，最後又把宏觀、微觀統一起來，提出“大小相含，無窮極也”的寶貴命題。這顯然繼承了先秦名家惠施“至大無外，謂之大一；至小無內，謂之小一”的命題，但《列子》的辯證思維要比惠施那種單純的概念分析要科學得多。它意味着物質層次結構是無窮盡的，而每一層次結構又都包含有限與無限的相互對待。比如它在“杞人憂天”的故事中指出“天地不得不壞”，即作為一個特定層次結構的“天地”，在時空中的存在是有限的；而這裏又說天地因為“含萬物也故不窮”，乃指天地自身包含着無限的結構層次，各層次結構之間的運動和轉化又是無限的。因而“天地”既不得不壞，又無窮無盡。無限存在

于有限，有限包含無限，物質作為特定結構是有限的，但對於物質運動轉化的無窮序列來說又是無限的。應該說，《列子》這種樸素辯證法思想達到了相當高的程度，在它之前，還很少有人如此透徹而明確地提到這個問題。

《列子》豐富的辯證法思想同它善于吸收當時自然科學的成果又是分不開的。在《天瑞篇》中它用古人對生物進化的猜測來論證物質的統一性，《周穆王篇》中采取秦漢時重要醫學文獻《靈樞經》的文字，解釋成夢的原因，以正確說明形神關係。特別是“杞人憂天”故事中所提出的宇宙理論，當直接來源于後漢郗萌所傳述的“宣夜說”，比“蓋天說”、“渾天說”更為科學。兩漢魏晉的哲學家一般都從元氣論的立場去探討宇宙天文，但在辯證思維水平上却有高下之分。王充認為“夫天者，體也，與地同”（《論衡·談天》），把天看成與地同為固體，並不正確；而《列子》不僅認為天是“積氣”，同時認為日月星辰是“積氣中之有光耀者”，這同楊泉說的“夫天，元氣也”，“星者，元氣之英”當有直接關係。但楊泉卻又認為“日月之精為星辰，星辰生于地”（《物理論》），而《列子》則避免了這一缺陷，指出日月星辰雲霧虹蜺，都是“積氣之成乎天者也”。至于“天地不得不壞，則會歸于壞”的見解，也顯然比王充“天地不生，故不死”（《論衡·道虛篇》）的看法要高明。尤其《列子》認識到，天地雖然是肉眼所能見到的有形物中之最巨者，但卻不過是廣漠無垠宇宙空間中的一個“細物”，其中不僅包含着可貴的辯證思想，而且在它所描繪的這一幅宇宙圖景中，可以看出“地載氣而浮”的認識萌芽。《列子》以前的哲學家即便已經用“天乘氣而立”來解決了“天”的問題，但對“地”的運動論述却十分落后，就連比較正確的楊泉也認為地“載水而浮”，直到北宋張載明確指出“地在氣中”（《正蒙·參兩》），才算解決了地球浮于氣中的問題。于是，《列子》所謂“天地者，空中之一細物”的見解，便有抹煞不了的理論價值。

同先秦道家一樣，《列子》也用較多篇幅論述了“養生”與“體道”的關係，亦即如何修養身心以把握世界本質及其規律。認識到“至道不可以情求”（《黃帝篇》），則偏執於名言概念或感性具體的方法無法認識世界本質，必得依靠理性思維，這無疑是正確的；認識到耳目感官造成的錯覺謬見會妨害認識的正確性，因而提出“在己無居，形物其著，其動若水，其靜若鏡，其應若響”（《仲尼篇》），即像水一樣順從自然規律，像鏡子、回聲一樣如實反映客觀世界，這無疑也包含有唯物反映論的合理因素，但過分強調名言概念和耳目感官的局限，不知它們乃是聯接主客體的橋梁，因此認為“善若道者，亦不用耳，亦不用目，亦不用力，亦不用心”（《仲尼篇》），就不免使人對世界總體的把握變成一種“默而得之，性而成之”的神秘直覺。

但是，同前期道家片面強調“滌除玄覺”（《老子》十章），“不出戶，知天下；不窺牖，見天道”（《老子》四十七章）有所不同，《列子》並非提倡坐而體道，却認為只有通过長期實踐，才能達到對至道的直覺體驗。《黃帝篇》、《仲尼篇》中包含二十多個寓言故事，為“梁鸞飼虎”、“觸深操舟”、“呂梁濟水”、“痾癭承蜩”、“紀渻子闢鷄”等，描寫的都是終日生活在生產實踐中的下層勞動人民，無不胼手胝足，苦學勤練，方臻與道神契的境界。與前期道家“棄聖絕智”、“恬愉無為，去知與故”還有不同的是，《列子》也並非一概地反對“智”，相反，在《說符篇》中，以孟氏二子、宋國蘭子、牛缺等人的遭遇，指出：“投隙抵時，應事無方，屬乎智。智苟不足，使博如孔丘，術如呂尚，焉往而不窮哉？”說明，人應該發揮主觀能動性，不失時機地把握事物變化的一切條件和環節。

由於承認認識活動與“行”和“智”的關係，《列子》着重闡述的“貴虛無為”思想便呈現不同於前人的特點。老子的“無為而無不為”本身包含的矛盾，使其出現兩條不同的發展路線。如田駢、慎到的