

全文注释本

# 列子·抱朴子内篇

王平 张广保 注释

明至虚之旨 举长生之理

名著随身带

智慧源源来

华夏出版社



# 列子·抱朴子内篇

华夏出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

列子·抱朴子内篇:注释本/王平,张广保注释.-北京:  
华夏出版社,2002.1

(华夏文库)

ISBN 7-5080-2663-2

I.①列…②抱… II.①王…②张… III.①列子-  
注释②抱朴子内篇-注释 IV.①B223.22②B235.72

中国版本图书馆CIP数据核字(2001)第091182号

华夏出版社出版发行

(北京东直门外香河园北里4号 邮编:100028)

新华书店经销

北京建筑工业印刷厂印刷

880×1230 1/64开本 6.5印张 168千字

2002年1月北京第1版 2002年1月北京第1次印刷

定价:12.00元

本版图书凡印刷、装订错误,可及时向我社发行部调换

经典不离手  
华夏口袋书

- ◇ 熟读传世经典
- ◇ 汲取古典智慧
- ◇ 提高文化素养
- ◇ 健全自我人格



修身养性的源头活水  
增智长慧的资源宝库

## 华夏迷你文库

(第三批)

- |            |           |
|------------|-----------|
| 《论语·孟子》    | 定价:10.00元 |
| 《老子·庄子》    | 定价:12.00元 |
| 《淮南子》      | 定价:12.00元 |
| 《墨子》       | 定价:8.00元  |
| 《管子》       | 定价:12.00元 |
| 《韩非子》      | 定价:10.00元 |
| 《盐铁论》      | 定价:12.00元 |
| 《世说新语》     | 定价:14.00元 |
| 《荀子》       | 定价:12.00元 |
| 《孙子·吴子》    | 定价:10.00元 |
| 《周易》       | 定价:11.00元 |
| 《笑林广记》     | 定价:12.00元 |
| 《吕氏春秋》     | 定价:12.00元 |
| 《晏子春秋》     | 定价:8.00元  |
| 《法言·潜夫论》   | 定价:10.00元 |
| 《文心雕龙》     | 定价:9.00元  |
| 《颜氏家训》     | 定价:8.00元  |
| 《列子·抱朴子内篇》 | 定价:12.00元 |

# 总目录

---

列子..... (1)

抱朴子内篇..... (131)

# 目 录

---

- 天瑞第一 ..... (9)
- 黄帝第二 ..... (21)
- 周穆王第三 ..... (42)
- 仲尼第四 ..... (52)
- 汤问第五 ..... (65)
- 力命第六 ..... (84)
- 杨朱第七 ..... (95)
- 说符第八..... (111)

# 列 子

王 平 注释





## 前 言

---

《列子》是中国古代的一部重要典籍，系战国时列子及其弟子著作的汇编。至西汉时，原书已遗散民间。汉成帝时，著名学者刘向对搜集到的遗散于民间的《列子》二十篇进行校理，去除重复，定为八篇。后班固作《汉书》，亦将《列子》八篇著录于《艺文志》中。刘向校定的《列子》八篇后又散佚。魏晋时张嶷等人重又搜集整理，与刘向所定篇名、顺序相同。张嶷之孙张湛即据此书作注，详加申论。张湛所注《列子》一直流传到今天。

魏晋后流传的《列子》八篇是否保持了西汉时《列子》的原貌，抑或刘向校定的《列子》八篇是否保持了战国及西汉以前流传的《列子》的原貌，历代均有人对此表示怀疑。近代以来，这种怀疑之风达到顶点，乃至不少学者认定今本《列子》是一部伪书，甚至断定作伪者即最早为《列子》作注的晋人张湛。不过，今人马达经过细致考证分辨，认

#### 4 列子

为今本《列子》基本保持了战国和西汉前期流传的《列子》的原貌，不可视为伪作。马达之论证据有力，分析细致，或可备为一说。

《汉书·艺文志》著录《列子》八篇，言撰者“名御寇，先庄子，庄子称之”，明确指出《列子》是战国时人列子的作品。从今天的观点来看，将《列子》完全归到列子名下有些不妥，因为据今本《列子》本文观之，《列子》的成书实经历了一个复杂的过程，不可能是列子一人一时之作。列子生卒年代今已不可详考，我们大致知道他生活于战国中前期，是身居郑国圃田的一位隐者。《庄子》一书中多次提到列子，《战国策》、《尸子》、《吕氏春秋》等书都曾提及列子，言列子曾问道于关尹子，师事壶丘子，一生安贫乐道，清虚无为。郑国统治者曾派官员给他送米，列子坚辞不受。“庄子”等书还说列子能“御风而行”，为他披上了一层神秘的外衣。

《列子》虽非列子一人所作，但反映了列子的基本思想当不成问题。今本《列子》全书凡八篇，共载事 134 则，其体裁、内容十分繁杂，但其主旨应为道家思想。书中沿袭了道家关于“道”的基本观点，认为天地万物起源于无形之“道”，道本身无

形无象，不增不减，但却能使万物出之而生，随之而化，书中以“太易、太初、太始、太素”这几个阶段，描述了万物生化的过程。书中还论述了运动变化的普遍性和连续性，提出了物质结构层次之间的运动和转化等问题，包含有许多朴素的辩证法思想。《列子》还从天地的生化功能推演出圣人的作用，指出圣人应当“施行教化”，但又不能违背事物的本性。

“道”是天地万物之源，又是人事之本。但人如何把握“道”，认识“道”呢？《列子》书中提出了“以虚为贵”的思想，主张“贵柔”，指出无论修身还是治国，必须一切顺其自然，以“心空无物”、“心乎合一”为主观修养要达到的境界。

《列子》一书所论虽大多富含哲理，却多采用民间故事、寓言及神话传说的形式，其文字精炼，描述生动，使深刻的哲理得到生动、形象的传达。“愚公移山”的故事早已脍炙人口，成了中华民族不畏艰辛，百折不挠的精神象征，“杞人忧天”、“九方皋相马”、“亡铁者”等故事也都各具寓意，对人颇有启发。

《列子》一书虽真伪难辨，但内容深刻、丰富，

## 6 列子

道家思想发挥充分，故历来被视为道家作品，后世更被奉为道教经典，列子也成为了道教尊崇的神仙。唐玄宗时尊《列子》为《冲虚真经》，封列子为“冲虚真人”。宋真宗又加封列子为“冲虚至德真人”，封《列子》为《冲虚至德真经》。

《列子》一书校注本颇多，张湛《列子注》固系现今最早的《列子》注本，此外较早的注本还有林希逸的《冲虚至德真经庸斋口义》，江适的《冲虚至德真经解》，宋徽宗的《冲虚至德经义解》等，清人汪继培对《列子》一书细加校正，并有刻本行世。今日通行本有杨伯峻的《列子集释》，严北溟的《列子译注》，王强模的《列子全译》等，本书所用底本即为中华书局1979年版杨伯峻所著《列子集释》，另外还参考了其他多种校注本。

# 目 录

---

天瑞第一 .....	( 9 )
黄帝第二 .....	(21)
周穆王第三 .....	(42)
仲尼第四 .....	(52)
汤问第五 .....	(65)
力命第六 .....	(84)
杨朱第七 .....	(95)
说符第八.....	(111)



## 天瑞第一

子列子居郑圃<sup>①</sup>，四十年人无识者。国君卿大夫视<sup>②</sup>之，犹众庶也。国不足<sup>③</sup>，将嫁<sup>④</sup>于卫。弟子曰：“先生往无反期，弟子敢有所谒。先生将何以教？先生不闻壶丘子林<sup>⑤</sup>之言乎？”子列子笑曰：“壶子何言哉？虽然，夫子尝语伯昏瞀人<sup>⑥</sup>，吾侧闻之，试以告女<sup>⑦</sup>。其言曰：有生不生，有化不化。不生者能生生，不化者能化化。生者不能不生，化者不能不化，故常生常化。常生常化者，无时不生，无时不化。阴阳尔，四时尔，不生者疑独<sup>⑧</sup>，不化者往复。其际不可终，疑独其道不可穷。《黄帝书》曰：‘谷神不死，是谓玄牝<sup>⑨</sup>。玄牝之门<sup>⑩</sup>，是谓天地之根<sup>⑪</sup>。绵绵若存，用之不勤<sup>⑫</sup>。’故生物者不生，化物者不化。自生自化，自形自色，自智自力，自消自息。谓之生化、形色、智力、消息者，非也。”

①列子：名御寇，又作圉寇、圉寇。生卒年不详，相传为春秋末或战国初之道家。郑：即郑国，周朝国名，在今河南新郑一带。  
②视：看待，对待。③不足：指发生饥荒。④嫁：此处意为出走。



⑤壶丘子林：即壶丘林，“子”为尊称。春秋郑国人，相传为列子的老师。一说壶丘林为虚构人物。⑥伯昏瞀人：伯昏，复姓。瞀人，愚人。相传与列子同学于壶丘林。⑦女：同“汝”，指你，你们。⑧疑独：意为凝结独立。疑，通“凝”。⑨玄牝：玄，幽深微妙。牝，指雌性。玄牝，原指奇妙的雌性生殖器，此处实指神妙莫测之“道”或“道”的作用。⑩玄牝之门：此处指“道”产生万物的途径。⑪根：意即根本，本原。⑫勤：此处意为停息，停顿。

子列子曰：“昔者圣人因阴阳以统天地。夫有形者生于无形，则天地安从生？故曰：有太易，有太初，有太始，有太素<sup>①</sup>。太易者，未见气也；太初者，气之始也；太始者，形之始也；太素者，质之始也。气形质具而未相离，故曰浑沦<sup>②</sup>。浑沦者，言万物相浑沦而未相离也。视之不见，听之不闻，循之不得，故曰易也。易无形埒<sup>③</sup>，易变而为一<sup>④</sup>，一变而为七，七变而为九。九变者<sup>⑤</sup>，究也，乃复变而为一。一者，形变之始也。清轻者上为天，浊重者下为地，冲和气<sup>⑥</sup>者为人；故天地含精，万物化生。”

①太易、太初、太始、太素：皆指天地万物所由以产生的本原、初始状态。太，极致之义。②浑沦：即浑沌，混沌，指天地万物尚未分别，混为一体的状态。③埒：界域。④一：初始之数，此处指天地万物形态变化的初始状况。⑤九变：指阳气变化的极限。九，极致之数。⑥冲和气：即中和气。冲，通“中”。