

禅说


庄子

齐物论

冯学成
讲述



恢诡谲怪的庄子文章，高深莫测的禅宗公案，用不同的语言、不同的方式讲述着一个又一个相同的道理，而这些道理最终指向的是我们的现实生活。

人民东方出版传媒
 东方出版社

禅说

庄子

齐物论

冯学成
讲述



人民东方出版传媒
东方出版社

图书在版编目(CIP)数据

禅说庄子·齐物论/冯学成讲述.—北京:东方出版社,2017.2

ISBN 978-7-5060-9490-0

I. ①禅… II. ①冯… III. ①道家②《庄子》—通俗读物 IV. ①B223.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第029317号

禅说庄子：齐物论

(CHANSHUO ZHUANGZI: QIWULUN)

作者：冯学成

责任编辑：张凌云

出版：东方出版社

发行：人民东方出版传媒有限公司

地址：北京市东城区东四十条 113 号

邮编：100007

印刷：北京京都六环印刷厂

版次：2017 年 7 月第 1 版

印次：2017 年 7 月第 1 次印刷

开本：880 毫米×1230 毫米 1/32

印张：9.75

字数：193 千字

书号：ISBN 978-7-5060-9490-0

定价：39.00 元

发行电话：(010) 85924663 85924644 85924641

版权所有，违者必究

如有印装质量问题，我社负责调换，请拨打电话：(010) 85924602 85924603

引言 《齐物论》是解庄的钥匙

今天我们再次学习一遍《齐物论》，这是我第四次讲。我反复说过，这一篇是《庄子》三十三篇的核心。历代对这个篇名争议很多，但归纳起来不外两种：有的说，先秦时百家争鸣，“物论”纷歧，是非难断，庄子济之以“齐”，故名《齐物论》；有的说，庄子本来就是论说“齐物”之旨的。不论哪种立论都言之成理，因为庄子在这一篇中，把这一切都熔于一炉，而且论说精彩绝伦。还有人说，欲解庄子，须明三种境界：一是平常之人沉溺于是非毁誉之中不得自拔；二是智者们争辩于是非毁誉之中而自以为是；三是大智慧者超然于是非毁誉之外，而安处逍遥无为。庄子当然是大智之人，三十三篇的宏文，都在讲述大智者的绝世功夫。

所以，对《齐物论》这篇，我们要好好琢磨才行，如果只看它的文字、翻译和注释，根本入不了局。《庄子》三十三篇分内篇、外篇和杂篇。当然内篇是核心，但外篇和杂篇也不能小看，里面的东西同样非常老到。《齐物论》不仅是内篇的核心，还是整个三十三篇的核心，是解庄的钥匙。

在中国所有的古典文献之中，最难读的是《尚书》和《易

经》，真的令人难以搞懂。诸子中真正难读的，则要属庄子的《齐物论》了。从先秦直至隋唐佛教兴盛之前，思想最为高深，论理最为严密，对人心、自然观察最为细密的，也就是这一篇《齐物论》。

《齐物论》是庄子的名篇，而且是内七篇的核心，历朝历代注重庄子的人，最看重的也是《齐物论》。唐代道教大师成玄英为《庄子》三十三篇所作的《疏解》，以及明朝内丹东派祖师陆西星的《南华真经副墨》，都花了很大的功夫发挥《齐物论》旨意。近代国学大师章太炎先生，通过唯识学的方法对《齐物论》进行了一番探索，有《齐物论释注》及《齐物论释训注》。南怀瑾先生的《庄子讲疏》，重心还是在《齐物论》上。

南怀瑾先生的师父袁焕仙老人，在民国年间专门讲过《齐物论》，成都许多参禅的老先生都认为讲得极好，是袁老太爷的得意之作，可惜失落了。“文化大革命”刚刚开始的时候，袁老先生把讲《齐物论》的稿子寄放在成都文殊院的藏经楼上，后来落实宗教政策，贾老及李绪恢、李自申等诸位先生委托我到文殊院的藏经楼寻找袁老先生的这篇文稿。当时我在四川省佛教志办公室，帮着编修《四川省宗教志·佛教篇》。我翻遍了文殊院藏经楼的所有角落，但一个字都未找到，不知散落何处，非常可惜。袁老先生用其最后心血搞出来的《齐物论讲记》，最后只剩下了一篇序言。这篇序言，我家里面有，我找出来后可与大家共享。

《逍遥游》是谈境界的，谈道人的那种自在自由的境界，但

怎样才能达到这个境界呢？用成玄英的话来说，“夫无待圣人，照机若镜，既明权实之二智，故能大齐于万境，故以‘齐物’次之”。这“明权实之二智”，在《齐物论》中通过一系列的寓言故事，并做了相当铺张的理论陈述，给大家一些入手处。通过“吾丧我”“吹万”“道枢”“梦蝶”等，最终达到逍遥的境界。《齐物论》还对人的知见进行了多方面的抨击，对人类思维中的误区、语言中存在的悖论，进行了多角度的批判，并指出了一条道路，那就是回归虚无，进入虚无，用佛教的话来讲，就是归于空性。

《齐物论》的确是《庄子》里最为精深的一篇，文字古奥，立论严密，每一章、每一节都在道上谈，在道上论。庄子有一个很了不起的手段，就是可以把那些深玄的理论、让人头疼的东西，用寓言的形式表现出来，把理论变成人物故事来表达，就像现在的卡通片一样。《功夫熊猫》这部卡通片老少咸宜，就是把禅宗里面的一些理念，通过少儿卡通的形式传递出来，这就非常方便大家进入了。所以，把理性的东西用感性的方式表达，庄子是祖师爷，他是最早玩这个的。

佛教里谈“止观法门”，学佛的人要“修正观”，《庄子》里就有很多止观法门，有修正观的成分在里面，而且这些观法很妙，可谓别具一格。庄子的观内、观外、观化，你说主观也好，客观也罢，都很不一般。你可以细细去品，品到了以后，就必然有所得。

如果我们用心去细看、细品，以《论语》中所说的“学而时习之，不亦说乎”的态度去学习，在《齐物论》上花上几年

的时间反复浸泡，就像品美酒一样慢慢去品，然后结合其他的文化和知识，哲学的、心理学的、宗教学的，乃至社会上的种种学问来做参照、来调理，那么你的感觉就很不一样了。



目 录

引 言 《齐物论》是解庄的钥匙	001
第一讲 地籁、人籁与天籁	001
什么是无我的境界	002
学生一定要读懂老师	004
你有没有“吾丧我”的感觉	007
大理的“风花雪月”	010
窍穴的功用与秘法	012
我们的心能够“虚”吗	017
万物的总导演	019
神闲气定的气象	021
凡夫的可怜相	023
找到念起念落的机关	026
天地自然运，圣人自然用	030
要学会在精神上扶阳	032
无喜无乐是至乐	034
第二讲 根尘之间的主人公	038
自己的老娘也是一个“法”	038
动机是怎么出来的	041

引起头疼的最好办法	044
你喜欢身体哪个部位	046
投胎的 DNA 密码	048
千万别虚耗了光阴	051
活千年的乌龟没有用	053
“形化”背后有个不化的	056
真如心与烦恼心	059
禅宗公案的陷阱	062

第三讲 用生命与精神来体会“环中” 067

语言能确定什么	067
给自己留下无穷的空间	070
求道为什么那么难	072
交流是人类永恒的难题	075
学道的人就得“玩命”	077
妙高峰上观天下	081
修“白骨观”的资格	083
庄子与龙树菩萨一气相通	085
当下一念好观照	087
平等性智就是见道的境界	090
后天努力与先天命运的关系	093
放开眼界望星空	095
当下一念的金刚圈	098
肉烂了在锅里	100

第四讲 认识与判断 104

“指”和“喻指”的鸿沟 104

天地一指，万物一马 108

道，行之而成 112

纷繁万变不动心 115

心田里什么草都长 117

生物链与生灭法 120

绝对的“空”与绝对的“通” 123

大道永远留有余地 124

第五讲 朝三暮四与成功失败 129

力气再大，也提不起自己 130

朝三暮四的忽悠手法 132

让是非在大道中消融 136

道的最高境界 137

经典是座大富矿 140

不要让思维陷入逻辑的怪圈 143

千万不要“一代不如一代” 145

佛祖也没有这种神通 148

大道无言，圣人无功 150

第六讲 语言、空间、时间 155

让分别心死掉 155

庄子比黑格尔还要高明	158
“心”在什么地方工作	161
一喝涵盖所有的佛法	164
庄子的“相对论”	168
时间的永恒与刹那	170
构成我们生命的无量寿佛	173
老天爷对我们说什么	175
别把心弦绷太紧	177

第七讲 八德、六合、天府、葆光 182

道就是道，哪有差别	182
人性展开的八个因素	185
说话的最高境界	188
怎样保持头脑的空灵	190
我们的意识从何而来	193
众生菩萨一肚装	195
不说话的妙处	197
老天爷平衡阴阳的手法	200
战国时期的“打假”模范	203
梁武帝有何功德	206
如何是触目菩提	209
知位守位是《易经》的秘诀	213
道家修身养性的关键处	216
真正的“明点”就是注意力	219

第八讲 凡人之俗与至人之神 223

- 尧帝心里不痛快 224
- 一问三不知的典故 228
- 已知与未知的关系 231
- 众生的饮食标准是什么 235
- 是非之中，让心超然 238
- 至人的心，就是见道的心 240
- 最揪心的是生死 243
- 果位上的境界 245
- 地球是块大面包 249
- 乾坤尽在掌握中 252
- 历史是部《大般若经》 254

第九讲 庄周梦蝶，与物俱化 259

- 放下“我”太困难了 260
- 一定要留意我们的梦 263
- 揭露众生的俗态 267
- 谁也不能掌握永恒的真理 270
- “是不是”忽悠了我们一辈子 272
- 生生世世都“泡”在里面 274
- 魍魉与影子的故事 277
- 万事万物都在“物化”中 280
- 举手投足都是妙用 282

第一讲 地籁、人籁与天籁

南郭子綦 (qí) 隐机而坐，仰天而嘘，荅 (tà) 焉似丧其耦 (ǒu)。颜成子游立侍乎前，曰：“何居乎？形固可使如槁木，而心固可使如死灰乎？今之隐机者，非昔之隐机者也！”子綦曰：“偃，不亦善乎，而问之也！今者吾丧我，汝知之乎？女闻人籁而未闻地籁，女闻地籁而未闻天籁夫！”子游曰：“敢问其方。”

子綦曰：“夫大块噫 (ài) 气，其名为风，是唯无作，作则万窍怒号 (háo)，而独不闻之蓼 (liù) 蓼乎？山林之畏佳 (cuī)，大木百围之窍穴，似鼻，似口，似耳，似枅 (jī)，似圈，似臼 (jiù)，似洼 (wā) 者，似污者。激者，謦 (xiàng) 者，叱者，吸者，叫者，嚎 (háo) 者，突 (yāo) 者，咬者，前者唱于而随者唱喁 (yú)，泠 (líng) 风则小和 (hè)，飘风则大和，厉风济则众窍为虚，而独不见之调调、之刁刁乎？”

子游曰：“地籁则众窍是已，人籁则比竹是已，敢问天籁。”子綦曰：“夫吹万不同，而使其自己也，咸其自取，怒者其谁邪 (yé)？”

大知 (zhì) 闲闲，小知间间；大言炎炎，小言詹詹。其寐

也魂交，其觉也形开，与接为构，日以心斗。缦（màn）者，寤者，密者，小恐惴（zhuì）惴，大恐缦缦。其发若机括（guā），其司是非之谓也；其留如诅盟，其守胜之谓也；其杀（shài）若秋冬，以言其日消也；其溺之所为之，不可使复之也；其厌也如缄（jiān），以言其老洫（xù）也；近死之心，莫使复阳也。喜怒哀乐，虑叹变愁（zhé），姚佚（yì）启态；乐（yuè）出虚，蒸成菌。日夜相代乎前，而莫知其所萌。已乎，已乎！旦暮得此，其所由以生乎！

什么是无我的境界

《齐物论》的开篇非常有趣，通过一个道人——南郭子綦，和他的学生颜成子游的一番对话，向我们展示了一个道人修持、证悟以后所表现出来的境界。什么是道人呢？我们完全可以通过南郭子綦的那种神韵，来观察现在的修道人有没有这种韵味。这种韵味无关于学问有多高，知见有多么丰厚，而是看有没有道气透出来。我们可以通过《齐物论》的这么一种描述，在给我们感性受用的同时，也对真正修道人有个判断标准。

“南郭子綦隐机而坐，仰天而嘘，荅焉似丧其耦。”南郭子綦本是楚国的贵族，后来离开了上流社会，在山林之中自己去修行。“隐机而坐”，他并不是升高座给众生广为说法。他在自己屋里，简陋的柴床中间有一张小几，他就坐在床上，靠着小几，隐（凭）机而坐。“仰天而嘘”，就像在那里练吐纳、练气功的大周天一样呼吸、调息。“荅焉似丧其耦”，吐纳之后坐在

那里蔫耷耷的，一点精神都没有。

我们看武侠小说描绘的武功高人，初看不怎么起眼，一出手才知道身怀绝世武功。所以“荅焉”，是一个人的功夫到了出神入化的境界后，才会有的味道。平常我们很有精神，但真正到了悟道的境界以后，那种普通人的“精神”反而没了。“荅焉”，是让平常的种种贪、嗔、痴、慢、疑，种种欲望、动机所支撑起来的那种精神死去了。用禅宗的话来说，“荅焉”就是妄念死掉了。

“似丧其耦”，这里的“耦”，通“偶”，就是二，有主有宾，有能有所，有圣有凡，有菩提有烦恼，这些都是“耦”。“似丧其耦”，就是把二去掉，达到不二的境界。因为有“我”，就有“我所有”，还有“非我”与之对应。每个人都有“我”和“我所有”，还有“非我”“非我所有”，这也是二。“似丧其耦”，可以理解为把“我”和“非我”、“我所有”和“非我所有”的壁障都打破了。

大家都想知道“我”和“无我”的关系。学佛法的人都想达到一种无我的境界，那么，什么是无我的境界？拿庄子的话来说，就叫“丧其耦”。因为耦就是二，有我，就有我所有，就有非我和非我所有。这个“我”是什么呢？我经常说，这一百多斤就是我。但是如果你是医生，自己给自己号脉，这个“我”就一分为二了：一个是主观的、当医生的我，一个是客观的、作为病人的我。如果你是一个心理学家，对自己的心理进行分析的时候，你就有一个我在分析另外一个我，精神就一分为二了。如果你是一个逻辑学家，专门研究自己的思维程序，那么

你的思维内容就变成了客观存在，从“我”中被剥离出来了。

庄子的笔意不凡，提出了这样的感觉。在他之前，从现存中国历史文献来看，各家各派还没有这种提法。到底这个主观的东西是什么呢？我们接着往下看。

学生一定要读懂老师

“颜成子游立侍乎前”，以前师徒之间，规矩很严，老师坐在这里，徒弟一般都是侍立在前。《论语》里，孔夫子不管在哪里，或坐或行或卧，他的徒弟都是“立侍乎前”。禅宗公案里，祖师们不管是上堂说法还是干其他什么事，徒弟们也都是“侍立次”。老师有什么事，或开口或不开口，徒弟们都会主动地去料理。所以我们看，“侍立”在中国古代是师徒间的基本规矩，现在谈不上了。现在讲人人平等、师生平等，谈不上侍立不侍立了。

看到老师的这个状态，颜成子游就问：“何居乎？形固可使如槁木，而心固可使如死灰乎？”“形如槁木”对不对？修行的人，特别是修苦行的、禅堂里打坐的，坐在那里的确是形如槁木。而一般的人，在红尘里、在酒色财气里能形如槁木也不简单。平常的人，闭着眼睛不吭声，定定地坐在那里，真的让人觉得莫测高深。但只要眼光一露，声音一出，消息就泄露了。

对我来说，捕捉别人的信息还是比较容易的，只要他眼光一露，基本就知道他的情况；再一说话，那就更是捉得实实在在的。而一旦“形如槁木”，坐在那里一声不吭，眼光也完全藏

起来了，也就是庄子在《达生》篇中所说的“呆若木鸡”，再厉害的高人对你也无从下手。古龙小说中的武侠形象，日本的忍者、武士道，都是从“呆若木鸡”中来的。“呆若木鸡”就是“形如槁木”，里面藏着一般人难测高深的东西，用《孙子兵法》里的话来说，就是“善守者，藏于九地之下”。不过，“呆若木鸡”现在成了贬义词了。

“形如槁木”，善于表演的演员，化点妆都可以表演出来，但下面这一句就重要了，“而心固可使如死灰乎？”我经常问一些在禅堂里打坐的人以及闭关的人，你们坐在禅堂里、关房里，心在干吗？很多人面对这样的问题，都不好意思，没法回答。现在好多寺院都在打禅七，你去打禅七，坐在禅堂里，心是放在什么地带的呢？在日常动静之中，在人与人的交流之中，我们的思维、语言往往都是随缘而起的，根据当时的因缘而有所对应。但当自己一个人独处的时候，八识田里的种子，就像池塘里的沼气一样不断冒出来，谁也不知道哪个气泡什么时候从什么地方蹦出来。

念头就是这样不由自主地来去生灭，能够把控、指挥念头的人，那可是菩萨了。一般的修行人，对念头谈不上有把控、指挥的能力，只能是“贼过后张弓”，至于这个“贼”什么时候来，也是不知道的。我坐在这里，是善念来还是恶念来？什么时候来？来的是什么念头？都不知道。有打坐经验的人就有体会，脑子里的念头来来去去，自己根本管不住，哪怕是在修“止”修“定”，也管不住。管得住的是不跟着念头跑，不将不迎而已。是善念，听之任之；是恶念，马上吞掉。修行的功夫