

## 淺析莊子思想中「人心」的角色與修養問題

[韓] 韓京惠

致理技術學院應用日文系兼任助理教授

### 摘 要

莊子（約 369-286 B.C.）生活在社會政治極度動盪與學派百爭時期的戰國末期，名為周，蒙人也，周嘗為蒙漆園吏，與梁惠王、齊宣王同時。莊子思想中認為「人心」裡面含有能了解事物之「知」的能力，以及推動「知」的活動能力，其「心知」為「人心」的一種作用。筆者認為因吾人「心」中皆含有「心知」，故人人都會形成「成心」與「常心」，或者「小知」與「大知」的可能性。我們可以肯定地說，吾人心中含有「知」之能力，但「心知」是如何認識與如何維持特定的心靈狀態，以至造成「人心」的擾動、或有的修養等截然不同的可能性？莊子認為，人處於心裡擾亂的狀態，就需要進行修養。由於莊子修養問題中，主張人應認清楚事物本質，故而「大知」的角色亦有不可忽視之處，莊子思想中，修養是在認清宇宙的真相，了解如此的真實之後，是靠「人心」中的「大知」，與自己可能控制自己之心的活動，因而才能發現修養的需要和修養的可能。莊子思想中所認為的修養，不是靠純粹理性思辨而能達到，而是在生活上實踐的過程中所達到的一種「境界」。本文是在這種意義上理解莊子的修養方式，因此本文主要探究莊子思想中的個體否有含有「心知」自主性來談其修養問題。

**關鍵辭：**莊子、修養、心、心齋、坐忘

---

\* 本文於 2008.09.30.收稿，11.08.外審通過。

## 前言

心<sup>1</sup>是中國傳統哲學範疇系統中最普遍、基本的範疇，也是意蘊豐富，涵義演變錯綜的範疇之一。「心」的概念始終貫串於所有中國哲學所涉及的重要問題，無論是何種家派與路數之哲學，皆繼承並運用了心的範疇來進行哲學的探索<sup>2</sup>。

然而對「心」概念之討論，往往涉及了「心」所可能含有的多種狀態與能力，其中「心」的主體性與認知的能力，於修養問題中佔有極其關鍵之地位。

筆者認為，莊子所謂「人心」的活動，就像蒙培元所認為的：「莊子把人心分為兩種。一是世俗之心，即『成心』、『機心』或是非之心；一是清淨無為之心或『無心』之心，又叫『虛室生白』之心。」<sup>3</sup>因此「心」有兩種面向：一種是肯定的一面，即是「常心」與「大知」；二種是否定的一面，即是「成心」與「小知」。如此的「心知」的意義，筆者藉由《莊子》原文中關於「心知」的文字來探討，以期了解此兩種面向的「心知」。

### 一、大知與真知

莊子肯定「人心」含有認識事物的能力，也就是「心知」的能力：

吾生也有涯，而知也無涯。以有涯隨無涯，殆已；已而為知者，殆而已矣。

這段話可以作為人與知識之間的關係最充分的說明。人必定得在時空之中

---

<sup>1</sup> 心，本意是人之心臟。《說文解字》曰：「心，人心，土藏，在身之中，象形。博士說以為火藏。頁 501- 502。」

<sup>2</sup> 張立文把「心」意涵分為四。第一，心是主體意識。意識是人的大腦的產物，也是人區別於動物的標誌。人腦是意識的機能器官，中國古代把這個思維器官稱為心。以心作為具有意識的機能器官，在中國延續了幾千年，到明代才比較明確確認到腦是思維器官。第二，心是天地萬物的本原或本體，佛教認為萬法唯心，三千在一念心，包羅萬象的宇宙整體就在一心念的活動之中。事事物物是一心的產物，是心的變現，這樣心就成為世界萬物存在的根據以及萬法現象背後的本體。第三，心是心理活動或心理狀態。心理活動的形式是心理過程，心理狀態是心理活動在一定時間內的特徵，個性心理是個體帶有傾向性的、本質的、穩定的心理特性的總合。中國哲學範疇心是人的思想、感情、意志、欲望等心理狀態、心理活動的表現。第四，心是指道德倫理觀念。見張立文主編，《心》（臺北：七略出版社，1996），頁 4-5。

<sup>3</sup> 蒙培元，《中國心性論》（臺北：臺灣學生書局，1996），頁 59。

才能生存，也必定有其一定的結束之期，所謂「人生天地之間，若白駒之過卻，忽然而已」（〈知北游〉）。但知識之範圍是無窮盡的，因此，吾人絕對不可能一生一世窮究得盡<sup>4</sup>。所以莊子並不是對所有的「心知」都全然的加以肯定。他認為吾人之知是在某些條件之下才成立的。而「知之條件」會隨時變化，因此「吾人之知」也會隨之變化。〈大宗師〉說：「夫知有所待而後當，其所待者特未定也。」正是這個意思。由於吾人認知受時空的限制，卻又以「成心」來擾亂「人心」，故莊子對吾人之「心知」並不是全然欣賞的。雖然如此，「人心」之中「心知」存在著「真知」：吾人了解宇宙真實是維持心靈安寧的一種關鍵。在人之「心知」中，「大知」與「小知」的差異、「真知」與「大知」的關係是如何？對於這個問題莊子曾在〈齊物論〉表示：

大知閑閑，小知閒閒；大言炎炎，小言詹詹。

也就是說，「小知」由於受時空的限制，因而不能了解宇宙的真實，就像〈秋水篇〉中井蛙與夏蟲寓言一樣：「井蛙之不可以語於海者，拘於虛也，夏蟲之不可以語於冰者，篤於時也。」

此外，對於「大知」的解釋成玄英疏言：「閑閑，寬裕也。……率性虛淡，無是無非；無是無非，故閒暇而寬裕也。」<sup>5</sup> 成玄英認為「大知」的人他們的心中並沒有是非之心，因而才能擁有如此從容自得的態度。故在〈齊物論〉中的「小知」與「大知」，是指一種人的「知」由於經驗的限制所產生小計較的「心知」，另一種人的「知」是指心中寬裕、虛性恬澹、沒有是非之心，因而自從自得；就像郭象注一樣，乃是「知之不同」<sup>6</sup> 的相對關係。

除了「大知」、「小知」的這項關係外，「大知」、「真知」的關係，僅依上述的描述是不夠認定二者是等同的。讓我們來看這兩者是否等同這個問題。在〈外物篇〉中說：「去小知而大知明。」成玄英疏：「小知取捨於心，大知無分別。遣閒奪之情，故無分別，則大知光明。」<sup>7</sup> 「小知」是分別之知，「大知」是無分別之知，而無分別之知就是「真知」。吾人如何確定「無分

<sup>4</sup> 何保中，《莊子思想中道之可道與不可道》（臺北：國立臺灣大學哲學研究所碩士論文，1982），頁25。

<sup>5</sup> 〔清〕郭慶藩編、王孝魚整理，《莊子集釋》（臺北：天工出版社，1989），頁372。

<sup>6</sup> 同注5，頁51 郭象注：「此蓋知之不同。」就是說「小知」與「大知」有別。

<sup>7</sup> 同注5，頁935。

別之知」就是「真知」呢？在《莊子》中，只提到「真知」一次：「且有真人而後有真知」（〈大宗師〉）莊子所謂的「真人」，乃指體會宇宙真相的人：「古之真人，不逆寡，不雄成，不謀士。若然者，過而弗悔，當而不自得也，若然者，登高不慄，入水不濡，入火不熱。是知之能登假於道者也若此。」（〈大宗師〉），如此的「真人」，如林希逸說：「知之能假於道，言其所見深造於道也。」<sup>8</sup> 就是指「真人」體會到「道」的境界而講的。換言之，「真人」就是體會「道」的人，因此在心靈上並不受外在的影響。那麼，什麼是「道」呢？在〈齊物論〉中說：

是非之彰也，道之所以虧也。道之所以虧，愛之所以成。

夫道未始有封。

林希逸注：「有封，即有彼我也。」<sup>9</sup> 意思是說沒有分別。可見「道」是對萬物沒有分別之知的狀態。因此，我們可說體會「道」之「真人」的「真知」與「大知」是相同的意思。

除了上述「大知」意思之外，「大知」又是了解宇宙真相憑藉。《莊子·秋水篇》說：

北海若曰：「否。夫物……，是故大知觀於遠近，故小而不寡，大而不多。」

莊子所描述的「大知」，藉由北海若先了解到事物的事實真相是：「夫物，量無窮，時無止，分無常，終始無故。」在這意義下，才有如此「遠近並觀，不尚一隅」<sup>10</sup>。因此，莊子倡言的處世態度於此顯現。

莊子認為的「心知」，就是了解宇宙的事實，這就是所謂的「大知」。但莊子基本上並不太欣賞「心知」的活動，因為大部分「心知」的活動是擾亂「人心」的最大因素。莊子藉仲尼之口說：「夫徇耳目內通而外於心知，鬼神將來舍」（〈人間世〉）若能如此，在能夠排除一些心知的活動時，連鬼神也都

<sup>8</sup> [宋]林希逸，《莊子廣義校注》（北京：中華書局 1997），頁 99。

<sup>9</sup> 同注 8，頁 34。

<sup>10</sup> [清]王先謙、劉武撰《莊子集解·莊子集解內篇補正》（臺北：木鐸出版社，1988），頁 140。

會停留住。因此，莊子主張應當排除「心知」活動，而不鼓勵吾人進行「心知」的活動。雖然如此，莊子「心知」之中，對於「大知」卻有肯定的認定。莊子在〈外物篇〉裡提過：「去小知而大知明。」這裡所謂應去掉「小知」的活動「大知」的能力自然即現，是因為「小知」造成麻煩且傷害生命，如果沒有「小知」的活動，同時能了解過生活的技巧或應有的處世的方式，就不會有麻煩或傷害知識發生，這即是「大知」。同樣的在〈大宗師篇〉中也說：「墮肢體，黜聰明，離形去知，同於大通，此謂坐忘。」「同於大通」郭象注：「大通，猶大道也……一一虛假，此解墮肢體也。內則除去心識，俛然無知，此解黜聰明也。」<sup>11</sup> 其條件之一是「離形去知」，「去知」，亦即所謂離開聰明之知的狀態「心知」，這才莊子主張的。所以，莊子認為的「心知」是建立在有限制的條件之上的。而這條件便是人能夠認知到宇宙的真實。如此的問題在〈田子方〉曰：「心困焉而不能知。」宣穎注：「擬知之而心已困。」<sup>12</sup> 當吾人的心被萬物困住時，就無法了解清楚事物的真相；換言之，心在困境時，「心知」所含藏的能力，便不能發揮了解清楚事物真相的「大知」或「真知」。筆者認為〈田子方〉所言，是認識事物時「心」的關鍵，即是以「人心」的狀況決定認識事物的程度上淺與深的不同。

有了這項認識之後，讓我們接著探討一個問題：即能夠真正認識事物的「真知」是如何達到的呢？在〈大宗師〉莊子曾說：

知天之所為，知人之所為者，至矣。知天之所為者，天而生也；知人之所為者，以其知之所知，以養其知之所不知，終其天年而不中道夭者，是知之盛也。雖然，有患。夫知有所待而後當，其所待者特未定也。庸詎知吾所謂天之非人乎？所謂人之非天乎？且有真人而後有真知。

莊子認為，吾人的「心知」能了解天與人的所作所為是一件了不起的事情，而終其天年的方法之一是「知人之所為者，以其知之所知，以養其知之所不知」，但莊子認為世人的「心知」存在著有一種問題，即這些「知」本身是在某些特定條件的狀態下，才能夠成立。也就是說，在其認識對象的條件下

<sup>11</sup> 同注 5，頁 285。

<sup>12</sup> 〔清〕宣穎，《莊子南華經解》（臺北：廣文書局，1978），頁 210。

才能形成認識的活動，故其本身並不是立於絕對條件之上而成立的，亦即是「心知」認識的對象皆在不一樣的狀態條件之下而會產生不一樣結果的知識狀態。因此，「真知」的狀態不能只依靠純粹知識的活動。在〈齊物論〉中所描述的「知」，其本身是有限制性的，因而無法達到「真知」的狀態。所以莊子才說「有真人而後有真知」。陳鼓應說：「真知是從能知主體透過對世界與人生深刻體驗之後所展現出來的。真人是獲得真知的必要條件。」<sup>13</sup> 意思是指，在實際生活的過程之中人所體會到的「知」為「真知」的境界與狀態。因此，莊子所肯定「心知」中的「大知」，是如「真人」一般達到此種境界的人才能夠持有的一種「心知」狀態，並不是所針對一般人的「心知」的狀態來說的。

由上可知，「人心」內涵兩種「心知」中之「大知」的事實，就是了解宇宙真實的「大知」。由於吾人「知」是有條件成立的，因而並不能以純粹理性思考掌握宇宙的真實，宇宙的真實乃是經「真人」在生活上實踐出來的。

## 二、成心與小知

莊子認為「人心」的作用，是因處於「心知」的狀態中，但他不太肯定另外的心態，亦即「成心」的狀態。莊子並沒有直接描述過吾人的「人心」原始狀態是如何，他僅僅提到「人心」存於何樣的狀態之下會產生不一樣的心態出現，而分為「常心」與「大知」或「成心」與「小知」。本節所要探究的，就是「成心」的問題。莊子對於「成心」的描述，最多在於〈齊物論〉一篇，筆者認為「成心」的問題是〈齊物論〉的要旨。陳鼓應說：「成心：成見。『成心』在齊物論是很重要的觀念，物論之所以，引發無數主觀是是非非的爭執，產生獨斷的態度與排他的現象，歸根究底是由於『成心』作祟。」<sup>14</sup> 意思是說，吾人由於「成心」之蔽，不懂得事物的事實，因而形成了種種奇特的理論。莊子所謂的「成心」，即指吾人不了解事情的真實，而在「人心」上特意形成價值判斷。在〈齊物論〉說：

<sup>13</sup> 陳鼓應，〈莊子認識系統的特色〉；收於項維新、劉福增主編，《中國哲學思想論集·先秦篇》（臺北：水牛圖書公司，1988），頁 275。

<sup>14</sup> 陳鼓應注譯，《莊子今注今譯》（臺北：臺灣商務印書館，1994），頁 56。

終身役役而不見其成功，荼然疲役而不知其所歸，可不哀邪！人謂之不死，奚益！其形化，其心與之然，可不謂大哀乎？人之生也，固若是芒乎？其我獨芒，而人亦有不芒者乎？夫隨其成心而師之，誰獨且無師乎？奚必知代而心自取者有之？愚者與有焉。未成乎心而有是非，是今日適越而昔至也。是以無有為有。無有為有，雖有神禹，且不能知，吾獨且奈何哉！

「夫隨其成心而師之，誰獨且無師乎？」在此，莊子提出了「成心」。「成心」之意到底何所指？「人之生也，固若是芒乎？」此與「成心」又有何關連？成玄英疏曰：「夫域情滯者，執於一家之偏見者，謂之成心。夫隨順封執之心，師之以為準的，世皆如此，故誰獨無師乎。」<sup>15</sup> 正如成玄英所指出的，「成心」就是執於一家之偏見，固著封域於不知變化的習心。莊子認為人形成「成心」的原因，就是不懂得宇宙萬物的真實，因而努力地提倡與做人文價值之事；莊子認為，如此的生活方式是可悲的處世方式，如：「終身役役而不見其成功，荼然疲役而不知其所歸，可不哀邪！」並且認為如此愚蠢的過活，其形體的變化時，連其心也會跟著變化，所造成的狀況便是：雖然人的肉體生命還活著，而心由於跟隨其自己的「成心」，而效法迷惑的事，種種的是非判斷因而產生，所以，所謂是非價值判斷的產生，皆是因為人心之中的「成心」所形成的。因此，莊子認為如果有人在心上形成「成心」時，連神妙的禹也無法挽救，故人有「成心」是人生最大的悲哀與災難。因此，我們可以說「人之生也，固若是芒乎？」與「成心」關連，就與蒙培元認為一樣：「莊子所謂的『成心』即偏見……去掉『成心』有就取消了是非，取消了是非，就是認識道的開始。這就是『寂靜無為』之心。」<sup>16</sup>〈齊物論〉又說：

古之人，其知有所至矣。惡乎至？有以為未始有物者，至矣，盡矣，不可以加矣。……是非之彰也，道之所以虧也。道之所以虧，愛之所以成。果且有成與虧乎哉？果且無成與虧乎哉？有成與虧，故昭氏之鼓琴也；無成與虧，故昭氏之不鼓琴也。昭文之鼓琴也，師曠之枝策也，惠子之據梧也；三子之知幾乎，皆其盛者也，故載之末年。唯其好之也，以異於彼；其好

<sup>15</sup> 同注 5，頁 61。

<sup>16</sup> 同注 2，頁 60-61。

之也，欲以明之。彼非所明而明之，故以堅白之昧終。

郭象注：「此忘天地，遺萬物，外不察乎宇宙，內不覺其一身，故能曠然無累，與物俱往，而無所不應也。」<sup>17</sup> 這顯現了古之人最完美的「心知」狀態，如同劉笑敢先生所說得一樣，「最高的認識實質上就是『未始有物』，即不區分任何客觀事物」<sup>18</sup>，就是在認識事物的心態上，全然連「物」的觀念也沒有的心裡狀態，也就是說其人在「心知」狀態上全然排除對於「物」的念頭。

莊子認為世人都是以主觀來認定事物的。但吾人心態上認為如此而如此的，並非萬物本身皆真的含有如此的因素。因而莊子認為大家認定事物的方式都是一樣的，也就是都以自己的「成心」來認定事物。那麼，古之人的「心知」，是否就是人的原始「心知」的狀態呢？筆者認為，莊子並沒有對「人心」的原始狀態做多做討論。因此，古之人的「心知」當只是莊子理想世界人之「心知」狀態所作的描述。然而由於人人提倡人文價值，人之心皆便被為擾亂起來。換言之，人之價值判斷的「是非」觀念的彰顯，是造成「道」之所虧缺與偏愛的成顯。莊子認為吾人的心上有所謂「成與虧」的念頭時，就會出現所謂「昭氏之鼓琴」、「師曠之枝策」、「惠子之據梧」的判別；但若吾人心裡無所謂「成與虧」的念頭時，就會有「昭氏之不鼓琴也」的情況。心中有「成與虧」之人，就是不懂得事物之事實的。最後所謂「非所明而明之，故以堅白之昧終」，乃是對於事物的處理。易言之，吾人所謂的「是非」，並不是事物之間有所謂價值差別的存在，而是因為人人皆以自己認定事物的方式來認定事物，故而造成的「成心」之問題。莊子在〈齊物論〉篇的另外部分，提及人「心知」中「成心」的問題。〈齊物論〉說：

道惡乎隱而有真偽？言惡乎隱而有是非？……道隱於小成，言隱於榮華。故有儒墨之是非，以是其所非而非其所是。欲是其所非而非其所是，則莫若以明。……彼是莫得其偶，謂之道樞。樞始得其環中，以應無窮。是亦一無窮。非亦一無窮也，故曰莫若以明。

<sup>17</sup> 同注 5，頁 75。

<sup>18</sup> 劉笑敢，《莊子哲學及其演變》（北京：中國社會科學出版社，1987），頁 114-115。



「道」與「言」，這「道」的意思是指「正確的作為方式」；而「言」的意思是指「理論」。故「道」與「言」應當沒有真偽和是非的價值性問題。但「道」在小的成就中就被湮沒，而「言」則是在榮華中隱蔽，如此的情況之下，就形成了所謂儒墨的是非觀。莊子認為，吾人若欲肯定儒墨所否定的，否定儒墨所肯定的，就應運用以「明」的方式。所謂的「明」，就是對事物本質認識清楚的狀態。

總而言之，莊子認為「人心」中的「心知」，存有一種「成心」的狀態，這即是，偏見與成見，人心中自認為的價值判斷就是由於不了解宇宙的真實而形成的。所以，莊子認為吾人應排除是非之心的「成心」，而恢復到「至人之知」的「心知」狀態。

### 三、莊子維持「人心」安寧的具體修養方法

莊子認為萬物的形體是一直不斷變化，因而人之形體也是一定會受而宇宙法則一直不斷變化規限。但對於人之心，吾人則有能力控制自己的心態，所以不是必然地變化；也就是說，雖然外在的事物是不斷的變化，但人之心則應不該隨外在事物的變化而變化。莊子認為人因為形體變化而其心也跟著變化的話，就是最大的悲哀。而「人心」順隨外物變化而變化，乃是由於人之「成心」所造成的，就像本來無有的狀態而形成實有的狀態一樣，面對這樣的狀態，莊子認為連心靈神妙的禹也無法理解。如何消解因「成心」所導致的認識活動之混淆，而得以認識事物的真相，莊子提供了一些方法。這些方法，莫不重在內在生命得修養，特別在「心」上下工夫。「心」是內在生命的主體，是思想情性的本質。它是承受知識的主要機能，更是擴展精神境界的關鍵所在（同時也可能成為開闊精神領域的主要障礙）。透過瀟靜的工夫，可使心境清明如鏡。冥澈靈覺之心，具有開闢人生境界的功能，亦具有照見事物本真的作用。

莊子思想中的「人心」性質是很複雜的，當該「人心」活動時就造成「人心」的擾亂，如此狀態是處於否定之面向的，但當「人心」維持靜態狀態時，則是處於肯定面向的。由於「人心」會如此變化，那麼如何運用「人心」便是很重要的問題。

雖然「人心」具有容易動搖和主動追求心外事物的性質的傾向，但吾人仍

然可以控制自己心的活動，因此莊子認為我們是能夠控制得住自己的心。換言之，在「人心」中，產生種種不一樣狀態的心之原因，正由於「人心」中含有主動性的因素，就是說我們仍然具有控制心之活動的能力，因此我們便具有修養的可能性，那麼人人都具有成為真人的可能性。

至人之用心若鏡，不將不迎，應而不藏，故能勝物而不傷。（〈應帝王〉）

由此可見，如此的「至人」之用心，便是對於外在變化坦然的接受，因而不受外在變化的影響而維持心中安寧。另外，在〈達生〉也描述過「人心」是可以控制的，是說痾癘之人能夠心志不紛亂，因為他的心神能專心。「用心不分，乃凝於神」，這個說法在其他篇也曾提過：〈田子方〉中「其用心也獨若之何」、〈知北游〉中「其用心不勞」等等。從以上的引文所描述的「用心」之意義，可以了解莊子肯定吾人可以控制自己心的能力。由於莊子，有這樣的觀念，因而在心態上面對心外的種種的變化，才可以採取「不知」的態度。

莊子談論修養，就在於如何把心達到境明如鏡的問題。本項藉由探討「心齋」、「坐忘」等的問題來探究莊子思想中，維持人心安寧的修養方式。

### （一）心齋

莊子認為的「心齋」，是指心靈活動達到最高的境界，也是對於心作提昇的修養工夫。在《莊子》原典中只有在〈人間世〉篇中描述過一次「心齋」，雖然如此，「心齋」卻是莊子修養論中一個不可忽視的重要概念。

莊子中所認為的「心齋」，其意思是「虛者，心齋也」（〈人間世〉）。郭象注：「虛其心則至道集於懷也。」<sup>19</sup>在這裡，「虛」的意思是指「人心」中毫無人文價值判斷的念頭，心處於很平靜的空虛狀態。「心齋」就是指在心處於空虛的狀態之下，能接受萬物事實的本質與萬物之間存在的關係。更具體地說，莊子接著說，即是心裡根本也沒有自我的境界：「顏回曰：『回之未始得使，實有回也；得使之也，未始有回也；可謂虛乎？』」夫子曰：『盡矣……』」（〈人間世〉）林希逸注：「忘我則虛也。」<sup>20</sup>

<sup>19</sup> 同注 5，頁 148。

<sup>20</sup> 同注 8，頁 96。

而達到「心齋」的具體方法是：

仲尼曰：「若一志，無聽之以耳而聽之以心，無聽之以心而聽之以氣！聽止於耳，心止於符。氣也者，虛而待物者也。唯道集虛。……」（〈人間世〉）

傾聽外在的事物，藉由「耳」、「心」、「氣」作為判斷外在事物的根據，其中藉由「氣」的狀態傾聽外物，是莊子思想中最推崇的。因為「耳」只是吾人的感官的一種，藉由其在接觸心的外在事物時，由於會反應其情緒，故只能了解到其物的表面的事實而已。另外，藉由「心」來接觸外物，也不能全然了解到事物的事實；因為「心」之心中含有知覺，就是含有自我意識，所以我與物之間有分別之心，因此無法全然接受外在事物的事實。但「氣」是莊子思想中所認為事物形成的材質，而且其本身並沒有推動事物變化的力量，只是配合造物者推動的變化而變化而已；也就是說，「氣」配合推動變化的力量，自然而然地隨順變化而已。如此狀態，人之心毫無自我意識的存在。因此，在「氣」的狀態之下，人對物沒有自己的偏心，而是自然而然的應對物。另外，莊子思想中所認為理想的狀態，乃是掌握到「道」的狀態。這並不是指形上之「道」，而是指正確的做法。在這裡，有條線索可以解釋。即這世上存在的「氣」原來都是同一個，雖然人人皆以此「氣」為生，且皆含有此「氣」，但人人含有維持的「氣」之狀態可能都不一樣。此外，只有當含有和「真人」一樣的心態時，其人的「氣」才能夠發揮如此的狀態，即是跟「真人」一樣境界的人，才能夠維持如此的心之狀態和採取如此的作為方式。由於能有掌握到「道」的人，才能維持「虛」的狀態，因此所謂像「真人」一樣的境界，才能夠維持如此「氣」之「虛」的狀態，而藉由如此的方式，才能夠維持心靈的安寧。

總之，所謂之「心齋」，是指在心裡連自我意識也沒有，人與物之間全然沒有分別的心之狀態。我們也可以說，這是把「人心」中之「成心」轉化成「道心」的一條橋樑。

## （二）坐忘

莊子所言的「坐忘」，可以說是莊子修養論中最高的境界之一，而此乃是

達到莊子所認為的理想人物：「真人」後之境界的描述。莊子藉儒家的聖人孔子與孔子最欣賞弟子顏回之間的對話，陳述「坐忘」的意思。〈大宗師〉說：

顏回曰：「回益矣！」仲尼曰：「何謂也？」曰：「回忘禮樂矣！」曰：「可矣，猶未也。」它日，復見，曰：「回忘仁義矣。」而仲尼曰：「可矣，猶未也。」

「坐忘」的修養功夫，其程序是由外向內，先是忘禮樂，然後忘仁義。禮樂是外在的規範，仁義是內在的規範。因此，可以說修養階段過程，是由外向內的。顏回雖然忘掉人文價值上所重視的「禮樂仁義」，但孔子認為雖然這樣的境界已經很高，但還不夠。由此可見，莊子所認為最高的修養境界，並不是忘掉內外的規範在〈大宗師〉中，我們能知是「坐忘」的狀態，這狀態是全然排除有自我的心裡狀態。

顏回曰：「墮肢體，黜聰明，離形去知，同於大通，此謂坐忘。」

莊子常言人當除去感官活動，例如「形固可使如槁木」（〈齊物論〉）。由於人的感官為反應情緒，但其對於了解事物真實毫無助益。「形固可使槁木」的意思就是所謂的「離形」，所指的是對身體外境活動的中斷，因為身體的向內感覺能使心知停止運作。另外，莊子言無動心知中知識的活動，如「心固可使如死灰」（〈齊物論〉）。由於人的心知活動，使會追求心外一些毫無意義的事物。而「心固可使死灰」即是根本排除心知的主觀的判斷，就是莊子所謂的「去知」，去掉心智向外追求的活動。「離形」和「去知」就是到達「坐忘」的具體方式。莊子認為，人用這兩種的方式，雖可達到人心根本沒有心之擾亂活動的大通境界。

總之，莊子所謂「坐忘」的意思，是全然排除掉人之感官機能的活動和人心的心智活動。而作為宇宙的事實和正確的方式：大通的「人心」的平靜狀態與「心知」中「大知」的發揮狀態。

## 結 論

總而言之，莊子認為「人心」和其中含有的「心知」，是在「人」與「物」之間的存在問題上彼此間產生差別性的最大因素，此亦為人所特有的一大特色。而且，「人心」是人人會煩擾的直接原因，若能夠維持心靈處於安寧的狀態，才是能終其天年的主要關鍵。另外，雖然「人心」的「心知」，在認識事物上是在有限制性的條件之下才能發揮認識事物的能力，但吾人在認識事物上確實有掌握住「心知」狀態；易言之，「人心」具有主動的能力，有追求心之外在事物的傾向，因此吾人需要控制「人心」、維持「人心」於平靜狀態，如此才是吾人過階段性的人生中最重要事情。正因為人可以控制自己的心，因而「人心」運用的問題更顯得十分重要。若吾人用心像「至人」一樣，能維持人心於「死灰」的狀態，或對外在變化處於「不知」的狀態或者是「用心若鏡」的話，就不會受到外在不斷變化的影響，也就不會亂追求外在的事物。

總結地說，莊子肯定人也具有控制自己心的能力，因而吾人不必然受外物的影響，且人可以脫離「道」與「天」的部分。莊子所認為的修養方法「心齋」與「坐忘」，就是全然排除掉人的感官機能活動和人心的心智活動，才掌握清楚宇宙的真相與正確的作為方式。

### 參考文獻

#### 一、專書

《說文解字》續古逸叢書本

晉·郭象注、唐·成玄英疏、唐·陸德明釋文、清·郭慶藩集釋 《莊子集釋》（臺北：天工出版社，1989）

宋·林希逸 《莊子廣義口義校注》（北京：中華書局 1997）

清·宣穎 《莊子南華經解》（臺北：廣文書局，1978）

清·王先謙、劉武撰 《莊子集解·莊子集解內篇補正》（臺北：木鐸出版社，1988）

#### 二、研究文獻

何保中 《莊子思想中道之可道與不可道》（臺北：國立臺灣大學哲學研究所碩士論文，1982）

徐復觀 《中國人性論史·先秦篇》（臺北：臺灣商務印書館，1994）

陳鼓應 《老莊新論》（上海：上海古籍出版社，1997）

—— 〈莊子認識系統的特色〉；收於項維新、劉福增主編，《中國哲學思想論集·先秦篇》（臺北：水牛圖書公司，1988）

陳鼓應註譯 《莊子今註今譯》（臺北：臺灣商務印書館，1994）

張立文 《心》（臺北：七略出版社，1996）

張默生著、張翰助校補 《莊子新譯》（山東：齊魯書局，1996）

蒙培元 《中國心性論》（臺北：臺灣學生書局，1996）

劉笑敢 《莊子哲學及其演變》（北京：中國社會科學出版社，1987）

## The Role of Knowledge in Self-Cultivation in the *Zhuangzi*

[Korea] Han Kyung-Duk

Adjunct Assistant Professor, Department of Japanese, Chihlee Institute of Technology

### Abstract

In the thought of Zhuangzi the “heart-mind”心 is able to “know”知 things. By the same token, this ability to know is one of the important functions of the “heart-mind” This paper contends that, since everybody has this ability to know, everybody has can either develop a “constant heart-mind”常心 or a “set heart-mind”成心; these two option correlate with “great knowledge”大知 and “small knowledge”小知. Thus we can affirm the importance of this ability to know in the *Zhuangzi*.

But how does this ability relate to the different psychological states? Moreover, what is it that disturbs the “heart-mind” and how does the process of self-cultivation work? The author of the *Zhuangzi* maintains that on the one hand the chaos in the “heart-mind” calls for self-cultivation, on the other hand the knowledge of the true state of things in the world is also necessary. According to the author of the *Zhuangzi* these two tasks are interrelated. First the true state of the world has to be understood and thus “great knowledge” attained. Only then the possibility to control our “heart-mind” and cultivate ourselves arises. For the process of self-cultivation itself the author of the *Zhuangzi* does not count on man’s reason, but only the concrete practice in the world counts; only in

the world “higher states of being”境界 can be attained. Finally the paper will discuss the ideal person as conceived by the author of the Zhuangzi.

**Keywords :** *Zhuangzi*, Heart-Mind, Self-Cultivation, Emptiness,  
Fasting of the Heart