

论《庄子·内篇》“吾丧我”“坐忘” “心斋”的内在逻辑

曹涛*

摘要：庄子从“道”的角度出发，并以心为线索，相继阐明“我”是被因“是”之心蒙蔽的状态，“心斋”“坐忘”便是“吾”之无待逍遥境界。“吾丧我”指明庄子采用“丧”的工夫，消解被因“是”蒙蔽的“我”，达成生命无待逍遥的“吾”的境界。“心斋”“坐忘”则是对“吾”之境界的两种描述。

关键词：道 吾丧我 坐忘 心斋

在《齐物论》中，颜成子游对子綦隐几而坐的行为，抛出心如死灰的疑问，从而引出关于“心”死活的论述。接着仲尼解释存在执念的成心和常心是近死之心，并提出有“一知之所知”^①的心，此心是无所不知的未尝死之心。“心斋”以“虚”为“道”显的必要条件，论述斋其心达到虚过程，继而阐明“虚心”是“不将不迎”^②的活的状态。“坐忘”重点以因任自然为依据，论述“同于大通”的状态即“道”显的状态。“吾”之境界便是“同于大通”。

一、“道”

在《大宗师》中，庄子对“道”有清晰的论述。“夫道有情有信，无为无形”。情指代“不以好恶内伤其身”的无情之情。没有偏私之情则自然无为。信指“无常之信”^③，万物无常变化是确信的，因而万物没有固定的形态。“道”即指万物无情、无常自然的状态。

“自本自根，未有天地，自古以固存”指出“道”在天地未生之前，便已存

* 曹涛，四川仁寿人，硕士研究生，研究方向为中国哲学。

① 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第108页。

② 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第167页。

③ 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第136页。

在。“神鬼神帝，生天生地”^①并不是指“道”具有创生天地的能力，而是如郭象语，鬼、帝、天、地乃自生。同时，“先天地生而不为久”指出道和天地是比较关系，倘若道生天地，那么本身便有前后关系，何谈比较长久的现象。因而，“道”不会生天地，天地乃自生。

“道”是“无”。相对于“有”，“无”侧重强调“道”没有生成义，“道”也不生成万物。《庄子·内篇》沿袭了《老子》中“道”不生万物的观点。^②

在《齐物论》中，庄子否定从一到三“巧历不能得”的生成关系，提出了“无适焉，因是已”的否定“无有”观点，强调人不要执着于从无生有，因为根本不存在从无生有。此外从“已而不知其然谓之道”^③来分析，“道”亦是不知之知。从知的程度来说，不知之知是“无”。不知之知更是无所不知。而执着于存有的是非之知就是局限的知，因而这样的行为状态不是“道”。

“在太极之先而不为高，在六极之下而不为深，先天地生而不为久，长于上古而不为老”，这是说“道”具有普遍性。普遍性指凡是因任自然的状态都是“道”，“道”无处不在。但“道”不在停滞的物中。“道行之而成”，“道”存在物之生成和物物转化之过程中、万物自然流转之过程中。

“道”即“因任自然”。“道”即指能够站在齐物的角度认识万物皆一的普遍联系（无情），并理解万物之间必然在无常的变化中（有信），随万物各自因任自然的状态。

二、“吾丧我”

“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？’”

① 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第137页。

② 许建良先生对“道”不生万物，万物是自生的观点有非常精彩的分析论证（参见许建良《先秦道家的道德世界》，中国社会科学出版社，2006年，第12—15页）。另外，张松辉也论证了“道”不生万物的观点（参见张松辉《庄子研究》，人民出版社，2009年，第76页）。

③ 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第39页。

《齐物论》开篇提出“吾丧我”修养路径。“‘吾’指真我，‘我’指偏执的我。”^①“丧”则指出了实现“我”到“吾”的转变，需要采取摒弃是非成见的工夫和途径。是非之心产生“我”，“我”具体地表现为形态的和情态的存在。“我”是有偏执之情的，有偶对的，形态受制于自然的、社会的存在体。

子綦以天籁解释“吾丧我”。天籁应有马其昶所指“万窍怒号，非有怒之者，任其自然”^②的意思。万物有各自的形态，这是产生声音的原因。万物任风吹而发出各自应有的声音，展现应有的状态，就是因任自然，即“道”的状态。“吾”即达到了因任自然、无待逍遥的境界。“无待”不是无所凭借，从“若夫乘天地之正，而御六气之辩，以游无穷者，彼且恶乎待哉”^③来分析，无待是游于无穷的境界。达到这样的境界需要因循天地之间万物的自然本性，并因循万物变化的本性。逍遥应当解释为“消解、摆脱”，“只有消解、摆脱了与用的种种约束，才能‘优游自在’”。^④逍遥侧重描述消解是非之心。

“我”即为因“是”之心产生各种情态并予以展现的结果。因“是”指执着确定的不变的标准。“因”指因循，“是”则是因循的标准。“心知”是使人产生大知小知、大言小言等“物论”行为，也是进而产生“日以心斗”现象的原因。“心知”有“是非”判断的标准，即执着于某个定然存在标准的“成心”。因而“我”是“喜怒哀乐，虑叹变执，姚佚启态”的“情态的我”，指在社会的对象性关系中存在的“我”。这样的“我”永远处于彼此、彼是、是非的对偶性关系之中。同时，“非彼无我”中“彼”与“我”是相生相灭的关系。“彼”是“我”的原因，“我”则是“彼”的结果。这里的“我”即“吾丧我”中的“我”，陷入“日以心斗”中的“偏执的我”，具有对偶属性的“我”。“彼”即成心。

在《齐物论》中，庄子以今天打算去越国而昨天已经到达的矛盾关系，指出“是非”是导致成心的原因。后文还特别指出这样的行为是典型的“以无有为有”^⑤。这样从无生有的行为即使神禹也不能知，从而论证是非导致成心的观点，

① 陈鼓应注译：《庄子今注今译》，中华书局，2020年，第40页。

② 陈鼓应注译：《庄子今注今译》，中华书局，2020年，第44页。

③ 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第11页。

④ 杨立华：《庄子哲学研究》，北京大学出版社，2020年，第80页。

⑤ 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第33页。

也是对前文无不能生有的观点的再一次有力论证。

“成心”的阐明是对颜成子游“心固可使如死灰乎”提问的第一次回答。“成心”即近死之心。那么，心应如死灰吗？诚然不是。在《德充符》中，仲尼第二次直接回答“而心未尝死者乎”，以此回应常季关于王骀“以其心得其常心，物何为最之哉”^①的提问。该问是常季对于“自其同者视之，万物皆一也”^②的追问和思考。显然，“心未尝死”是对常季问题的否定，未尝死的心是存在的，此心是不以物为事、不与物迁、守其宗的心。那么，常季的追问没有切中要害。“常心”仍然在讨论物之聚集，视野没有逃离物。因而，可以论断出“常心”是指不再执着于单一的物论立场，却执念于万物皆一的心，表现为始终站在齐物的角度来看万物。此刻常季批评王骀未能忘物、忘知。常季虽然逃离了“物论”单一标准的困境，却又陷入了万物皆一的标准陷阱。因而“常心”仍然不是未尝死的心。

那么，导致心接近死边缘的最为根本的原因是什么？在《齐物论》中，庄子认为该原因是执着于某一标准的“是”。为是就是有眚，也可以说“道”会封闭在有限的空间。是非的出现会导致“道”出现亏损，“是”就是万物因任自然的阻碍。但“是”能不能消失？显然不能。“万物尽然，而以是相蕴”，万物都存在执着于某一标准的行为，并且从人、鱼、鸟、麋四者孰知天下之正色分析可知，不是万物皆遵守某一标准，而是物各有各的标准。既然“是”不能消失，而因“是”是“道”完整性的阻碍，那么处理人和“是”的关系，因任自然，最为关键的是要“因是已”，这就要消解对“是”的执着。

“丧”指化解产生“成心”的“是”的工夫实践。“成心”受到单一偶对的是非之别、仁义礼乐、有用无用等制约和限制，但化解这些限制并不是让其消失，而是使其“以明”。“以明”指万物各个方面完全展现出来，并且站在“道通为一”的角度，发现万物之间存有普遍联系，认识到是即非，非即是，从而使对偶之间的矛盾完全消除。但上述观点仍有一个前提，即万物区分、分别是常态。在《齐物论》中，庄子确然是如此认为的：“周与胡蝶，则必有分矣。此之谓物化。”

① 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第106页。

② 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第105页。

该段不仅讲庄周与蝴蝶联系紧密，而且也明确说明庄周和蝴蝶是必然区分的、分别的，这就是“物化”。

当“心”对大小、有知无知、有用无用、名实的偏执和单一立场观点的“是”不再执着时，人达到不再执着于成见的“因是已”和不再执着于“无”生出“有”的“无适焉，因是已”^①的认识，从而“寓诸无竞”^②，进入差别的无穷境界，“吾”便实现了。“吾”既看到万物的区分，又看到万物的联系，不再执着于任何“是”，更不在乎然不然的问题，只要因任自然，即实现无待逍遥的“吾”之境界。因而，在“逍遥”境界中“是”不是消失，而是不再执着于“是”。

上述所谈执着于单一立场物论的“成心”和执念于万物皆一观点的“常心”，都是近死之心。死指认识能力和认识范围会有所限制和约束，总会有止步的局限，而不是突出消失、消亡的意思。并且从仲尼和常季关于王骀的讨论中可知，心未尝死是指“一知之所知”。若心的认识能力是无穷无限的，能够认识完整的万物，此心便是“虚心”。因而，“心”死活的问题表现为一个人的认识程度的问题。

三、“心斋”

“心斋”指通过斋其因“是”之心以虚其心的过程，以及“虚心”的状态。斋其心是“丧”的工夫在“心”上的具体落实。“心斋”是在颜回想去卫国拯救百姓，分别提出了“愿以所闻思其则，庶几其国有瘳乎”^③，“端而虚，勉而一”^④，“内直而外曲，成而上比”^⑤的主张后，孔子认为这三者不能保全颜回，更不能感化君王，继而提出的命题。然后，孔子揭示“斋”不是祭祀之斋，是“心斋”，并且斋的宾语是“心”，斋去执念于用的蓬之心、是非成见的成心、执念万物皆一的常心等。斋“心”以至于“虚”，“虚心”乃最高认识。从而“是”不再影响“心”，也不会成乎心。

① 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第46页。

② 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第59页。

③ 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第73页。

④ 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第77页。

⑤ 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第78页。

仲尼曰：“若一志，无听之以耳而听之以心，无听之以心而听之以气。听止于耳，心止于符。气也者，虚而待物者也，唯道集虚。虚者，心斋也。”^①可见，“心斋”与“气”有着密不可分的关系。

从听止于耳、耳止于心、心止于气来看，耳朵和心的感官作用都是有限的。耳朵的作用是听取外部的信息，但获取不到内部的信息，其中“听之于心”的心应该解读为是非之心，是非之心可以感应内部的信息，但是耳和心两者均有达成目的便止步的局限，即所知的内容是有限的。而且从因任自然“道”的角度和文段含义来分析，“气”应表达“不将不迎”，任物来去自如，无所不包且不会有所限制的状态。

子綦在回答颜成子游天籁之问时，说“大块噫气”^②，“气”是由“大块”产生的。这里的“大块”应解释为“天地”^③的意思。因而，“气”是由天地产生的。“气”能吹遍众窍，“气”和万物产生联系。“气也者”指“气”能吹遍和容纳万物的状态，这便是“虚”的状态。

当颜回告诉仲尼他忘了他是颜回这么一回事，便问“可谓虚乎”^④时，仲尼回答“尽矣”。可见，斋其心的目的便是达到“虚”的状态。

同时，《应帝王》中说：“体尽无穷，而游无朕，尽其所受乎天，而不见得。亦虚而已。”人能够体会万物的无穷，并游于万物之中不留下痕迹，这便是自然之性。“亦虚而已”则是对这段话的总结，也是对“虚”的解释。

“虚”指与万物产生联系，并容纳万物，并且万物能够因任自然的状态。那么，“虚心”指容纳万物，不会因为万物之不同而产生区分、分别的意识。此时的“心”达到了认识能力的顶峰，即心能认识万物存在和各自的差别，心也不再执着于“是”。此心便是未尝死之心。

“道”的内涵是因任自然。因任自然必然对万物无所分别。“唯道集虚”，“道”只有在虚中才能完整地集中展现。那么，“虚”的内涵必定也有因任自然的意思。“道”显指万物发展畅通无碍、因任自然，说明“虚”具有“道”显的必

① 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第80页。

② 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第24页。

③ 崔大华编：《庄子歧解》，中华书局，2012年，第40页。

④ 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第81页。

要条件。人的“心”具有认识万物的能力，要使“心”能够知万物，容纳万物之别，则必然需要斋其心以至于“虚心”。这也是要达成“虚者”的原因，“虚者”即斋其心得其“虚心”的结果。因此，无所黏滞、不再执念于“是”的“虚心”，便是未尝死之心、“吾”之“虚心”境界。

斋其心达到虚的状态，就是消解心中的偏见和执念。“心斋”是能够包容万物无有私的境界。陈鼓应先生说：“‘心斋’，是心灵活动达到最高修养的一种境界。”^①此时的“心”不再是有单一物论的偏见和万物皆一的执念，即“虚心”。达成“心斋”境界不是有意保全自己或感化国君，而是在达到“心斋”境界时，不存在保全和感化等主观意识的状态，一切因任自然而已。

颜回从一开始处于被名之德所荡的困境，再到“端而虚”“勉而一”，寻找解脱方法，在仲尼的引导下，“心”达到“虚心”的境界。“心斋”的提出论证了虚其心对实现“吾”之境界具有非常关键的作用。

四、“坐忘”

颜回曰：“‘堕肢体，黜聪明，离形去知，同于大通，此谓坐忘。’
仲尼曰：‘同则无好也，化则无常也。’”^②

作为境界的“坐忘”，即离形去知后，达到“吾”的境界。崔大华先生说：“对于一切事物、事件皆能因任自然、摒弃人为的那种不动心的精神状态，庄子称之为‘坐忘’。”^③“坐忘”是抛却了沾染了是非之心的“知”和“欲”，对待万物无差别、不固执于世间特定变化的境界。“同于大通”并不是指颜回通达于“道”，和“道”产生了联系，而是指“坐忘”的颜回游于万物之中没有任何黏滞，因任自然通达的境界和“道”彰显任其自然无所黏滞通达的境界相同。“同于大通”即指能够站在齐物的角度认识万物皆一的普遍联系（无情），并理解万物之间必然在无常的变化中（有信），随万物各自因任自然的状态。

① 陈鼓应：《庄子认识系统的特色》，《安徽师大学报》（哲学社会科学版）1985年第2期。

② 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第156页。

③ 崔大华：《庄学研究——中国哲学一个观念渊源的历史考察》，人民出版社，1992年，第160页。

为什么不认为是“通达于道”的说法？因为“通达于道”指向“道”靠拢、复归的意思，但是“道”是具有普遍性的、无处不在的，显然没有再次向其靠拢的必要。所以不能说“通达于道”，而是“同于大通”。在“唯道集虚”中，“道”不是集中体现在“虚”中的意思，而是指“虚”能够让“道”完整的彰显条件。女偶讲的是吾闻道，并不是讲他是达“道”之人，《内篇》中也未明示有达“道”、通达于“道”的说法。闻道即理解万物之因任自然发展便是“道”，是对“道”的完整的理解和认识。因此，万物因任自然，便是“同于大通”。

在“忘礼乐”“忘仁义”中，作为工夫的“忘”是忘记的意思。对于忘记仁义、礼乐的内容和规则，仲尼仍然认为还没达到“同于大通”的境界。因为忘记的前提是承认仁义、礼乐有相关内容和规则，这是不应发生的。而“坐忘”中的“忘”则解释成不执着的意思。形体必然存在且不会消亡，只会互相转化。知巧的产生必然执念于因“是”，从而成乎心。因而需要离形去知，不受到形体的拘泥和知巧的束缚。形体、仁义、礼乐本然存在于天地之间，因任自然就可以了。这便是“坐忘”，即“吾”之“同于大通”境界。

“同则无好也”指如同人固无情“不以好恶内伤其身”^①一样，无差别看待万物。自然不会执念于知巧的标准之分。礼乐制度、仁义规则压抑了人自然本性的发展，束缚了人本身的天性和率性本真。若有意遵守这些规范，就是“以人灭天”，反其道而行，会有得不偿失的结果。

“化则无常也”，万物的转化是没有规律的，且转化是必然发生的。形体是天给予呈现的一种躯壳，并且这躯壳是同万物随时转化的。从物的角度看，“人有所不得与，皆物之情也”，躯壳是物的一种，形体转化是不得与的状态，具有物之情，因而没有执着于形体的必要。“物化”必然存在，知识本身的作用是区别万物，因而区别万物是必然存在的。但区分万物稍有不慎，就会因“是”的标准问题产生立场矛盾，进而阻碍我“同于大通”。

因此，“坐忘”便是不执着于这些区别万物知巧的知识和变化的形态，因任自然，没有执念的“我”自然达成“吾”的境界。

五、结语

综上所述，“道”是因任自然。在“吾丧我”中，“吾”是因任自然、虚心、同于

^① 郭象注，成玄英疏，曹础基、黄兰发点校：《庄子注疏》，中华书局，2011年，第122页。

大通的状态，“我”则是执着于“是”的形态和情态，“丧”指出了消解“我”、成就“吾”的工夫途径。“心斋”和“坐忘”，是对“吾”之境界的两种描述。

对于“心斋”和“坐忘”的关系，萧萐父说：“所以要摈去心官知觉，通过集‘虚’达到与‘道’的契合，这就是他所谓的‘心斋’。懂得‘心斋’道理，使心志专一虚静就能达到‘坐忘’的境界。”^①他认为生命通过集虚的手段，达成与道相契合的“心斋”境界，然后使得心虚静无为，就可以达到“坐忘”境界，显然两者存在先后关系。笔者则认为“心斋”“坐忘”均是“吾”之逍遥境界。从工夫内容上讲，虽然“心斋”的工夫路径是虚其心，使心包容、融和一切，“坐忘”的工夫路径则是离形去知，但两者均是要将认识能力提升到对万物包容且无所知的程度。从境界内容上讲，“心斋”侧重的是达成包容万物的“吾”之“虚心”的境界，“坐忘”则侧重因任自然“同于大通”的境界，两者都是消解“因是”的“吾”之逍遥境界。“心斋”境界与“坐忘”境界均是没有成心的“道”显，以及“逍遥”精神境界的表现形式，并无先后关系。

^① 萧萐父、李锦全主编：《中国哲学史》，人民出版社，1982年，第178页。