

庄子论“真”

孔令宏

摘要:《庄子》继承《道德经》讨论“真”。“真”来源于与他物、他人、过去的对照,来源于性情的纯洁,描述了人的理想状态,即本然。“真”是《庄子》对《道德经》中“自然”范畴的发展,是衡量个体之“德”的价值标准(区别于儒家的“善”)。德之真来源于“真性”“真君”“真宰”和道之真即天真,还来源于“真知”。二者兼具的人,就是真人。庄子从多个生存场景的若干重要方面具体地阐述了真人的表征。概括起来,“真人”是远离祸患、身体健康、神态安宁、心态平和、看轻得失、看淡生死、精神逍遥、智慧超绝、自然无为的人。如何成为真人?《庄子》给出的办法是“游”以“采真”。“游”是在多元共生的关联中自主选择、自由而行的动态成长。“采真”之真包括“真知”“真行”,其综合结果是作为“采真”主体的“真人”,其境界是“至人”,其抽象内涵是道,其方式是与有为相对的无为。《庄子》对“真”的原创性开掘对后世哲学史、思想史、中医药学和道教影响深远,在现代也有反思和启示的意义。

关键词:真;《庄子》;道家;真人;真知

中图分类号: B223.5 **文献标识码:** A **文章编号:** 1003-0751(2025)06-0127-09

“真”最初的意思有争议,主要是两种说法:一说是填充,引申为充实、实在^[1];二说是取象于近产胎儿倒立的状态^[2]。引申意为名词本质、本性、本来的样子,与假、伪相对而言,进而引申为形容词真实、清楚、明白,副词实在、的确,具有加强肯定的作用。此外,《说文解字》解释为:“真,仙人变形而登天也。从匕,从目,从乚;乚音隐;八,所乘载也。”徐锴《说文解字系传》:“匕者,化也。乚,隐也。按:目表示仙人。匕、目、乚(yǐn)、八,表示仙人变化,乘风云升天隐去之意。乘载:同义连用。载:乘坐。”^[3]

“真”在《道德经》中只出现3次,分别是第二十一章的“其精甚真”,四十一章的“质真若渝”,五十四章的“其德乃真”。但“真”在《庄子》中出现了66次,可以说是庄子哲学中最为重要的范畴之一。比观其他先秦子书,未见用“真”如此高频者。如此可以判断,《庄子》对“真”作了原创性的发挥。《庄子》的66次用“真”者,复合词出现了“真人”“真性”“真君”“真宰”“真知”“全真”“贵真”等,其中

“真人”出现18次,其他复合词除“贵真”出现3次外,大多只出现1次。由此可以说明,“真人”是庄子“真”论的核心。徐灏《说文段注笺》指出:“自《庄》《列》始有真人之名,始有长生不死而登云天之说。”^[4]需要说明的是,作为副词使用的“真”,如“故若颜阖者,真恶富贵也”(《庄子·让王》)^①、“墨子真天下之好也”(《天下》),在人名中使用的“真”,如“真泠禹”(《山木》)、“季真”(《则阳》),本文不予讨论。

既有文献对庄子“真”的探讨,或从认识论,或从本体论,或从美学的角度对庄子的“真”进行了分析^[5-8]。与此不同,本文拟从人的自我意识的角度,在存在论的背景下对庄子的“真”论展开探讨。本文所指的存在论,是相对于本体论而言的。与本体论的主要不同在于,存在论不是探讨存在者本身,而是探讨存在在具体情景中的生成,用现象学还原和解释学的方法探讨存在的展开方式、时间性与历史性等。

收稿日期:2025-04-03

作者简介:孔令宏,男,哲学博士,浙江大学哲学学院教授、博士生导师(浙江杭州 310058)。

一、现实中的认“真”

“真”是人的自我意识的内容之一。人的自我意识是睁开眼睛看外面,在与他者的异同比较、对界限区分的认识下形成的。其内容包括了四个方面。

第一,“真”来源于与他物的对照。“人特以有君为愈乎己,而身犹死之,而况其真乎!”(《大宗师》)这里,“真”是相对于生命的他者而言的,是某种具有相对客观性的东西,或者是在价值观上比生命更有价值的他者,与之相比,个体生命存在价值上的落差,具有明显的局限性。

第二,“真”来源于与他人的对照。“嗟来桑户乎!而已反其真,而我犹为人猗!”(《大宗师》)这是把自己和修养达成者进行比较,后者为理想的存在状态,前者为现实的存在状态。《田子方》还有第三者视角观察到的例子:“宋元君将画图,众史皆至,受揖而立,舐笔和墨,在外者半。有一史后至者,然不趋,受揖不立,因之舍。公使人视之,则解衣般礴裸。君曰:‘可矣,是真画者也。’”后至之史与先至的众史有明显的差异。后至之史之真,首先在于他没有失去本真的自由。绘画这样的艺术创作是艺术家内心世界的外在表达,只有在自由的状态下,艺术家才能毫无保留地展现真实的自我,传达出最深刻、最真挚的情感和思想。自由的精神能够让艺术家突破传统的思维模式和表现形式,不受既定规则的限制,从而创作出独具个性的创意作品。另外,在道家哲学中,“道”是宇宙万物的本原和本质。自由的精神能够让艺术家超越表象,触摸到事物的本质,达到与“道”相通的境界。为了保持本真的自由,艺术家需要摆脱功名利禄的诱惑,不为外界的评价和毁誉所左右,保持内心的平静和超脱。

第三,“真”来源于与过去的对照。在以成年人的身份进入社会之前,人往往保持着“真”的状态;进入社会后,此“真”就逐渐失去了。“异鹊从而利之,见利而忘其真”,“游于栗林而忘真”(《山木》)。真是没有被世俗的名声、欲望、利益和偏见所遮蔽的本然状态。“谨修而身,慎守其真,还以物与人,则无所累矣。”(《渔父》)想要恢复童年之真,避免祸患,就需要小心谨慎地修养身心,恭敬郑重地保有自己纯净真挚的本性,让物与自己各得其所。

第四,“真”来源于性情的纯净醇洁。《渔父》记载:“真者,精诚之至也。不精不诚,不能动人。故强哭者……处丧以哀,无问其礼矣。”在这里,“真”

被定义为一种内在的真情实感。“真”在不同的情境中有着不同的表现,但都以内心的真实感受和恰当的表达为核心。“真”是超越表面形式的深层情感流露,它强调的是个体在各种社交情境中保持真实而非虚伪的情感和态度。“彼非至人,不能下人。下人不精,不得其真,故长伤身。”(《渔父》)这句话的意思是,对人谦恭卑下却不至精至诚,定然不能保持本真,持续时间长了就会伤害自己的身体。庄子认为,“精诚之至”是达到“真”的关键。“精”意味着纯粹、专注,不含杂质;“诚”则表示忠实、守信,没有做作、夸张、掩饰、扭曲。“精诚之至”来源于老子《道德经》对婴儿、赤子的描述。《道德经》第二十八章说:“为天下溪,常德不离,复归于婴儿。”第五十五章具体描述了婴儿、赤子的特质:“含德之厚,比于赤子。毒虫不螫……精之至也。终日号而不嘎,和之至也。”但是,婴儿、赤子是没有自觉的天然,只是一种天然的知和本能的行。我们探讨的是自觉到的本然,是在后天环境中需要保持高度警惕、随时有可能失去的状态。从哲学角度来看,“精诚之至”首先体现了一种对自我的深度认知和坦诚态度。古希腊哲学家苏格拉底主张“认识你自己”,只有真正了解自己的内心需求、欲望和情感,才能做到“精诚之至”。直面内心的真实想法,不回避、不伪装,才能以纯粹的心态去面对世界。这也与康德道德哲学中的“善良意志”有相通之处。康德认为,只有出于纯粹的善良意志去行动,其行为才具有道德价值。同样,“精诚之至”要求人们的行为和情感出自真心,而非受到名利、欲望、压力等外在因素的驱使。“精诚之至”还意味着情感的深度和专注度。比如,真正的愤怒并非一时的冲动,而是源于对不公正之事的深刻认知和强烈感受;真正的欢乐并非取决于环境的奢华,而是内心对快乐的真诚追求和感受。另外,“精诚之至”具有稳定性和持久性。一个真诚忠贞的人,在面对各种诱惑和困难时,都能坚守内心的信念,不为外界所动摇。

概括上述四种情况,可以得出结论:“真”是庄子对老子《道德经》中的“自然”范畴的诠释和发挥,是基于现实的反思和自觉的认取,是人的自我意识中存在的应然状态、理想状态,是天然的、一贯的稳定状态。在这个意义上,真可以理解为本然。所以,有学者从美学的角度总结说:“‘真’就是自然、合乎人性、合乎规律,自然、合人性、合规律就是美。”^[9]在我们看来,庄子试图把真确立为最高的价值标准。他不认同儒家的观点,批评尧、舜、禹、汤、武王、文王

“此六子者，世之所高也。孰论之，皆以利惑其真而强反其情性，其行乃甚可羞也”（《盗跖》），认为这些儒家推崇的圣人使得人们偏离、失去本真，这样的行为是庄子所不赞同的。在他的设想中，“真”应该成为全社会的价值准绳，“贵真”应该成为政治的宗旨。社会作为生存之场，应该有利于使每一个人都保持其本真的情性。

二、超越现实的贵“真”

作为道家哲学的传承者，庄子是在《道德经》的基础上来论“真”的。德是道的功能和形式，是道家哲学中仅次于道的核心范畴。道是就普遍性而言的，德则是就特殊性尤其是个体性而言的。个体保持与道相一致的状态，就是德。《道德经》五十四章主张“其德乃真”，把真作为衡量德的标准，庄子继承了这一观点。《应帝王》评论泰氏说：“其知情信，其德甚真，而未始入于非人。”庄子认为泰氏心智真实可信，其德纯真无伪，没有受到外物的牵绊影响。这是强调德没有因外物作用而发生改变。这也意味着，对德的评价不是静止的、一次性的，而是在人的生存实践中动态地展开着的。

德之真来源于“真性”。这是就个体的性质来探讨“真”的存在依据。《马蹄》指出：“马，蹄可以践霜雪，毛可以御风寒。齧草饮水，翘足而陆，此马之真性也。”性之真意味着，天性没有因外物、环境的影响而发生改变。在这个意义上，德之真可以等同于性之真。对人而言，就是指人之本性没有发生改变。所以，从人性论来看，真意味着人性保持与生俱来的样子、本来的样子、一贯的样子。对此，《秋水》记载了一段对话：“北海若曰：‘牛马四足，是谓天；落马首，穿牛鼻，是谓人。’故曰：‘无以人灭天，无以故灭命，无以得殉名。谨守而勿失，是谓反其真。’”牛和马有四足，这是它们生来就有的。可是，人为的驯马、牛的方法，目的是让马和牛接受人的控制，让它们失去自由，从而破坏了自然界所赋予的马、牛的天性。庄子强调，以人为破坏天然，为虚名而伤害身体，这是不可取的。保持与生俱来的秉性，不使它改变，这才是返归天真。

德之真来源于“真君”“真宰”。“若有真宰，而特不得其朕。可行己信，而不见其形，有情而无形。百骸、九窍、六藏、咳而存焉，吾谁与为亲？汝皆说之乎？其有私焉？如是皆有为臣妾乎？其臣妾不足以相治乎？其递相为君臣乎？其有真君存焉！如求得

其情与不得，无益损乎其真。”（《齐物论》）“真宰”即无形无象的造物主。这里可以理解为人身的主宰，实即统御生命的神（并非宗教意义上的人格神），这与后面的“真君”是同样的意思，也就是“真我”、“真心”、生命的主宰。这一段话说的是，人的自我意识是内在，是相对于外在而言的。没有外在，就显现不出自我意识的存在；没有自我意识的存在，也无法肯定外在的一切。二者关系密切，只是不知道是谁造成这样的对立状态。好像有个“真宰”存在，可是却找不到它存在的痕迹，看不到任何形象。其实，无论我们是否了解它们的实际情况，都不会增加或减少它们的本性。“真君”“真宰”在后世被理解为与形（精、气）相对的神，进而被区分为识神与元神，并着重强调元神。

德之真来源于道之真。“道之真以治身，其绪余以为国家，其土苴以治天下。”（《让王》）德的存在基础是道，所以德之真以道之真为前提。“苦心劳形以危其真。呜呼！远哉，其分于道也。”（《渔父》）道之真意味着人在思、言、行等方面都遵循道，不违背道。

道之真即天真。道表现为天道、地道、人道，其中天道最受尊崇，往往与道等同，例如《道德经》七十九章的“天道无亲，常与善人”。由此，天与真被关联在一起。《达生》指出：“不开人之天，而开天之天。开天者德生，开人者贼生。不厌其天，不忽于人，民几乎以其真。”这是后世“天真”一词的渊源。《盗跖》也有类似的阐述：“无行则不信，不信则不任，不任则不利。故观之名，计之利，而义真是也……故观之名，计之利，而信真是也。若弃名利，反之于心，则夫士之为行，抱其天乎！”天性就是与生俱来的真性。《渔父》强调：“礼者，世俗之所为也；真者，所以受于天也，自然不可易也。故圣人法天贵真，不拘于俗。愚者反此。不能法天而恤于人，不知贵真，禄禄而受变于俗，故不足。”礼是世俗中的人为，真的内容来自天。所以圣人取法天然，珍爱、重视纯真，不拘泥于世俗。庄子主张保持本真的性情，反对变情易性。天真的内涵可以从两方面来说明。首先，从反面来说，它指的是不受礼俗拘缚的品质，即保持自然、单纯和真诚的性情，没有受到外界的影响。这里所说的没有受外界影响，不是缺乏经验或不成熟的状态，而是指经历风雨后依然能够保持的品性。其次，从正面来说，天真指心地单纯、性情诚实，没有任何做作和虚伪。例如，《晋书·阮籍嵇康等传论》中的“餐和履顺，以保天真”，王维

《偶然作》诗之四的“陶潜任天真,其性颇耽酒”,北宋范仲淹《依韵答提刑张太傅尝新酝》的“大言出物表,本性还天真”。正是在《庄子》的影响下,后人直接把“天”与“真”关联成为复合词,这首先出现于《黄帝内经》中的《素问·上古天真论》。张志聪在《黄帝内经素问集注》卷一中解释说:“上古,谓所生之来,天真,天乙始生之真元也。”^[10]这是认为“天真”来源于人与生俱来的“真元”,即“真精”。对真精,《道德经》二十一章已有论述:“窈兮冥兮,其中有精;其精甚真,其中有信。”“精”就是后世《管子》所说的精气。《上古天真论》主要讲的是肾气。在它看来,要延长人的寿命,就必须保护好肾中的精气。正如《黄庭经·仙人》所说:“积精累气以为真。”总之,“天真”强调“真”为先天化生,或者说是由先天禀赋而来。“天真”是生命形成时的性质。生命性质充足饱满的人,便是人的理想状态,在道家的继承者道教那里,便是天神或天仙:“得补吾洞中之职,面对天真,游行圣府,自计天下无胜此处。”^[11]由此,道教塑造了自己的神仙“天真真人”:“天尊之开劫也,乃命天真真人吹转天音而辨析之。自天真以下,至于诸仙,展转节级,以次相授。”^[12]天真真人所传之经以《天真真人九仙经》《真一经》最为著名。

从上面可见,“真”的内涵之一就是本来的样子,由此有了认识论意义上的内涵——“真知”。“以卮言为曼衍,以重言为真,以寓言为广。”(《天下》)意思是,用自然随意之言来推说,引用前贤的话来加强真实性,用寓言来广泛地陈说道理。话中之意,存在着与假、伪相对之真,但是,“道恶乎隐而有真伪?言恶乎隐而有是非?道恶乎往而不存?言恶乎存而不可?道隐于小成,言隐于荣华。”(《齐物论》)与假、伪相对而言之真不是庄子探讨的重点,把它理解为真理符合论的意义也并不是很恰当^[13]。庄子的本意是要齐是非、齐真伪,也就是忘记是非、真伪的差异,超越它们而趋近于道。“形若槁骸,心若死灰,真其实知,不以故自持。”(《知北游》)身形犹如枯骸,内心犹如死灰,真正明白事理的人不会固执于所谓的原因、理由、根据或过去的某种观念。“知问黄帝曰:‘我与若知之,彼与彼不知也,其孰是邪?’黄帝曰:‘彼无为谓真是也,狂屈似之,我与汝终不近也。’”(《知北游》)庄子强调:“彼其真是也,以其不知也;此其似之也,以其忘之也;予与若终不近也,以其知之也。”(《知北游》)总之,用认识论来解释庄子的真只具有有限的意义。

“真性”“真君”“真宰”“真道”“天真”谈的是本真,“真知”谈的是真实。它们从不同层次和角度说明,真“是人的存在之实现意义上的真实,即现象学意义上的‘是其所是’,真实的拥有当然本性”^[14]。庄子的真“主要是指人应然的生存状态”,是一种境界,具有“道通为一”“天人合一”“自然无为”“精神自由”等特点^[15]。达到这一境界的人,就是真人。

三、在存在中“全真”而成“真人”

真人是庄子“真”论中的核心概念。所谓真人,即是保全了真性的人:“子之道狂狂汲汲,诈巧虚伪事也,非可以全真也,奚足论哉!”(《盗跖》)这是后世“全真”之论最早的源头,后世张扬此论者不断。《晋书·曹毗传》有“全真养和”之说,《昭明文选·嵇康·幽愤诗》主张“养素全真”,张铉注,“全真谓养其质以全其性”^②。元以来道教的两大宗派之一即名全真教。保全真性意味着知天、人之所为:“知天之所为,知人之所为者,至矣!知天之所为者,天而生也;知人之所为者,以其知之所知以养其知之所不知,终其天年而不中道夭者,是知之盛也。虽然,有患:夫知有所待而后当,其所待者特未定也。庸詎知吾所谓天之非人乎?所谓人之非天乎?且有真人而后有真知。”(《大宗师》)保全了真性的人就是真人。真人之知才是名副其实的真知。

那么,真人究竟是什么样的?庄子从多种生存状态、生存场景做了详细阐述。

第一,身体保持天然。首先,真人远离内外伤害:“夫免乎外内之刑者,唯真人能之。”(《列御寇》)能够免除内外伤害,只有明大道的真人能办到。因为无知、多欲、偏激、盲从、固执、缺乏明辨是非的能力等,俗人就往往把自己置于危险之中而难以自救。未受伤害是生命保持真的前提。其次,真人的身体与俗人不同:“古之真人,其寝不梦,其觉无忧,其食不甘,其息深深。真人之息以踵,众人之息以喉。屈服者,其嗑言若哇。其欲深者,其天机浅。”(《大宗师》)睡眠,俗人因思虑缠缚而多梦,真人无执念故无梦;觉醒,俗人因抗拒现实而焦虑,真人顺应自然而无忧;呼吸,俗人气机浮散故短浅,真人气机凝聚故深长;欲望,俗人嗜欲深重而天机浅薄,真人淡泊自在而天机深厚。身与心是相互影响的,欲望寡浅者,身体机能自然旺盛。俗人只要剥离了欲望执念与人为造作,心无挂碍,不为思虑所扰,回归生命天然的节律,生命天然的灵性就可以充分

彰显出来,身体也就回到了自然无为的本来状态。

第二,始终保持心态的平和宁静。“何谓真人?古之真人,不逆寡,不雄成,不谟士。若然者,过而弗悔,当而不自得也。若然者,登高不栗,入水不濡,入火不热,是知之能登假于道者也若此。”(《大宗师》)真人剥离了礼法、名利等社会规训和贪生怕死等生物本能,回归“道”赋予的纯粹存在;能够摆脱感官束缚而透析本质,不拒绝弱势,不自恃成功,不谋算事务,得失成败都不会扰动内心,保持宁静。这是源于对自身存在的笃定和对世界本质的洞察。进而,他能够超越肉体和物质的局限,其精神能够与宇宙相通。这使得他能够超越个体生命的短暂和有限,达到永恒和无限的道的境界。

第三,顺应自然。真人对人间的一切都欣然接受,但很快就置身于身后,从而回归自己的本性。真人不以获得某种物质享受而高兴,也不因有所失去而悲哀;不因受宠受辱而惊慌,也不担忧遭遇灾难,随时如婴儿一样混混沌沌。他顺应自然,遵循事物运动的规律,与时偕行,顺应天道而为。“若然者,其心志,其容寂,其颡颡。凄然似秋,暖然似春,喜怒通四时,与物有宜而莫知其极。”(《大宗师》)真人的心志纯一,其情绪如同四季的变化一样自然,与万物变化的节律一致;真人体认万物在道中的平等性,不固化身份,主客互为主体,故能与万物相处和谐;真人不预设目标,行为暗合天道,故能够根据不同的情境做出恰当的反应,看不出他的极限。总之,他顺应自然环境、外物、他人的自然,也顺应自己的自然,因而能够让自已的本然、天然自自然然地袒露,以赤子之心与天地万物同呼吸,共命运。

第四,不被外物所驱使,遵从本心,回归自我,获得个人存在的自由与快乐,同时不干扰和影响他人和外物,与他人和外物的关系畅通、和谐。“常宽容于物,不削于人,可谓至极,关尹、老聃乎,古之博大真人哉!”(《天下》)真人心胸豁达,不斤斤计较,能够容忍别人的缺陷和不足,能够宽恕别人的过错。“故圣人之用兵也,亡国而不失人心。利泽施乎万世,不为爱人。故乐通物,非圣人也;有亲,非仁也;天时,非贤也;利害不通,非君子也;行名失己,非士也;亡身不真,非役人也。若狐不偕、务光、伯夷、叔齐、箕子、胥馀、纪他、申徒狄,是役人之役,适人之适,而不自适其适者也。”(《大宗师》)圣人恩泽延及万世,却不标榜自己爱百姓(因为他对百姓一视同仁)。而有些人,徇于物、役于人、困于名、拘于观念等而不自知。总之,祛除外物带来的情感和欲望,摆

脱外来的规训,破除我执,即可让自己回归本真;明白道对万物的平等性,即可无须刻意而与万物和其他人和谐相处。

第五,不受外物束缚,随应自然,清虚无状如同流水。“其为人也真。人貌而天虚,缘而葆真,清而容物。物无道,正容以悟之,使人之意也消。”(《田子方》)真人的外貌跟普通人一样,内心和自然一样,一切随缘,在与他人和外物的互动中能够保持真性;真人内心清虚,能够包容万事万物。《大宗师》集中描述了真人在多个生存场景中的表现:“古之真人,其状义而不朋,若不足而不承;与乎其觚而不坚也,张乎其虚而不华也;邴邴乎其似喜也,崔乎其不得已也,滢乎进我色也,与乎其似我德也,广乎其似世也,警乎其未可制也,连乎其似好闭也,恹乎忘其言也。”这里包括“葆真”、“虚己”、应物三个方面。真人具有剥离社会规训后未被异化的自然本性。这是因为他们做到了“虚”,虚是破除“我执”后的精神敞亮。这表现在应物上,真人行动暗合四时节律,不主动拒斥亦不刻意迎合外物,顺物而无伤。真人不固守特定的行为模式,故能随物宛转。真人以身证道,拒绝功利化生存。语言作为认知工具被悬置,真人教化人于无形,拒斥形式化的规训。总之,“真”和“虚”表现在应物上就是无为和自然。

第六,心定而智慧高超。“形德仁义,神之末也,非至人孰能定之!夫至人有世,不亦大乎,而不足以为之累;天下奋柄而不与之偕;审乎无假而不与利迁;极物之真,能守其本。故外天地,遗万物,而神未尝有所困也。通乎道,合乎德,退仁义,宾礼乐,至人之心有所定矣!”(《天道》)从哲理来看,真是道的“自然”,是万物未经干预的原初状态。庄子高度警惕礼法的异化,一是名实分离而表现为礼教沦为“摇唇鼓舌”的工具,如盗跖斥孔子为“盗丘”;二是斥责仁义如同“落马首,穿牛鼻”,扭曲人的本性;三是标榜仁义反而引发“天下莫不奔命于仁义”的社会混乱、动荡。为此,真人凝神而“心静如水”,忘物、忘我,保持无执之执:虽“退仁义”却成就更高道德,虽“外天地”却实现更深刻的生命联结;能够如气之虚而待物,在变动不居中守住根本,在多元关联中保持动态的平衡;在纷繁现象中把握事物本真,如同捕蝉老人凝神于蝉翼而忘外物,或庖丁解牛时“依乎天理”而游刃有余,或如“泉涸之鱼相忘于江湖”般回归天然秩序,保持“天与人不相胜”的和谐。

第七,不被外界的诱惑、威胁或权势所左右,保持自身存在的独立性和自主性。“久矣夫,莫以真

人之言警(欬)吾君之侧乎!”(《徐无鬼》)君主身边的人往往言不由衷,目的只是取悦君主而保住爵禄。“古之真人,知者不得说,美人不得滥,盗人不得劫,伏羲、黄帝不得友。死生亦大矣,而无变乎己,况爵禄乎!若然者,其神经乎大山而无介,入乎渊泉而不濡,处卑细而不急,充满天地,既以与人己愈有。”(《田子方》)真人的神识充满于天地,他越是帮助别人,自己越是感到充实富有。他的内心有坚强的定力,在动荡、繁杂、混乱、诱惑中能处变不惊,保持纯素:“故素也者,谓其无所与杂也;纯也者,谓其不亏其神也。能体纯素,谓之真人。”(《刻意》)“真人”能够剔除外在的杂质,避免外界的干扰,回归到生命最纯粹、最本真的状态。因而,他能够领悟生命的真谛,不被名分、地位、社会角色等虚假的表象所迷惑,不因盲从社会规范而逃避自由,导致自我异化;能够保持生命的天真、纯真、本真,让生命拥有自主、独立和自由。其中的关键在于,要把个体关注的重心从静态的“是什么”转变到动态的“如何成为”,个体在自我塑造过程中要始终保持着绝对的主动权。

第八,治世务实。“以刑为体,以礼为翼,以知为时,以德为循。以刑为体者,绰乎其杀也;以礼为翼者,所以行于世也;以知为时者,不得已于事也;以德为循者,言其与有足者至于丘也,而人真以为勤行者也。”(《大宗师》)治术要以天道为终极尺度。法治需效法天道自然的公正性;礼制应如气流托举鸟翼,辅助而非束缚社会运行。知与德需因时而动,顺应民性。真人治世承顺自然,没有亲疏分别。“仁义,真人之性也,又将奚为矣?”(《天道》)庄子将仁义从道德教条转化为生命本真状态,社会治理只需守护这一真性,而不需要求助于外力塑造。成玄英在《南华真经注疏》中说:“欲使天下苍生咸得本性者,莫若上下各各守分,自全恬养,则大治矣。”^{[16]453}过分推重仁义反而容易扰乱人们的心性。治理者应该明白自治优于干预的道理,承认多样性、多元性的存在,包容差异,让老百姓自化自富,清静为用。在政治活动中,真人以刑罚作为基本,以仁、义、礼、文作为辅助,用智慧把握时机,以道德作为遵循的准则。既有规范,却又不孤立地运用,而是灵活变通,这体现了求真务实的精神:以天道之真校正人道之伪。总之,在庄子看来,治世之实,在守真性;治国之要,在返自然。

第九,在关系的动态处理中能够做到守一、抱一,没有分别、亲疏、利害、是非、好恶之心。“故其好之也一,其弗好之也一。其一也一,其不一也一。

其一与天为徒,其不一与人为徒,天与人不相胜也,是之谓真人。”(《大宗师》)真人对待喜欢的人、事、物是一个态度,对待不喜欢的也是同样的态度。“一”就是以道为一,以道观物,万物皆齐于一;之所以“不一”,是因为从人的角度出发来考虑问题。天与人本来是不可能也不必要比较高下的,都是一。人非要区分天和入,认为天是天,人是人。其实,天和入本为一,万物本为一,明白这个道理的人才是真人。主体在生命实践中证悟“道”的整全即“一”,而“一”赋予“真”以宇宙论的根基。真人遵循自然之天道,也以它为前提而包容人世的差异。在庄子看来,真人懂得自然的规律,了解人的行为,达到了“知之盛”的境界。他们明白天与入的相互关系,不将二者割裂开来。也就是说,真人既不违背天道,也不排斥人道,对世界有整体性的尊重和顺应,能够在自然与入事之间达到和谐的平衡。

第十,齐同众人,齐同万物,齐同生死。“故无所甚亲,无所甚疏,抱德炀和,以顺天下,此谓真人。于蚁弃知,于鱼得计,于羊弃意。以目视目,以耳听耳,以心复心。若然者,其平也绳,其变也循。古之真人!以天待之,不以入入天。古之真人,得之也生,失之也死;得之也死,失之也生。”(《徐无鬼》)成玄英疏:“夫处生而言,即以生为得;若据死而语,便以生为丧。”^{[16]589}真人主张在与环境的互动中做到“自适其适”。在天人关系中,真人以天道待人,不以入为干预天道。真人认识到,得天而生,失天而死;因天而生,因天而死。真人能够超脱生死:“古之真人,不知说生,不知恶死。其出不欣,其入不距。翛然而往,翛然而来而已矣。不忘其所始,不求其所终。受而喜之,忘而复之。是之谓不以心捐道,不以入助天,是之谓真人。”(《大宗师》)生就意味着死的开始,死也意味着生的开始。把生、死视为自然的循环,自然可以明了生命的有限性,不执着于生或死。如来时来,如去时去。“死生,命也;其有夜旦之常,天也。人之有所不得与,皆物之情也。彼特以天为父,而身犹爱之,而况其卓乎!人特以有君为愈乎己,而身犹死之,而况其真乎!”(《大宗师》)“真人”明白生命中充满变化和无常,但他们能够在这无常中坚守内心的恒定。这体现了真人对得失、生死等对立概念的超越性理解,真人能够在多变的境遇中保持豁达的心态和对生命的热爱。真源于道的同一性,是指契合天道、未经入为扭曲的本然状态。齐物是认知基础,齐生死是实践突破,齐众人是社会延伸,通过这三条“体道”路径,剥离一切入为附加的

价值与界限,回归“天与人不相胜”的本然和谐,即可达到与道同体的真人境界。真人境界既是宇宙观的澄明,亦是生命意义的圆成。在万物齐一的澄澈观照中,众生皆可“复归于朴”,抵达无待逍遥的至高自由之境。

上述从多个生存场景的若干方面具体地阐述了庄子之真人的表现。概括起来,真人是远离祸患、身体健康、神态安宁、心态平和、看轻得失、看淡生死、精神逍遥、智慧超绝、自然无为的人。

庄子除了谈及真人,还讲了圣人、神人、至人、天人。这些概念从不同侧面阐述得道者的状态和特点:“不离于宗,谓之天人;不离于精,谓之神人;不离于真,谓之至人。以天为宗,以德为本,以道为门,兆于变化,谓之圣人。”(《天下》)由此看来,至人与真人最为接近:“古之至人,假道于仁,托宿于义,以游逍遥之虚,食于苟简之田,立于不贷之圃。逍遥,无为也;苟简,易养也;不贷,无出也。古者谓是采真之游。”(《天运》)“真”到了极点的人,就是至人:“得至美而游乎至乐,谓之至人。”(《田子方》)至人把仁看作是临时的路径,把义看作是暂住的旅店。不执着,该放下就放下,方可轻松自在地“游”。悠游于自在舒适的境地,生活在简单朴素的田野,立身于无须施肥浇水的园圃之中,便能逍遥无为。简朴,则容易满足;不施,则没有耗费。古人把它称作“采真之游”。

“采真之游”可谓对真人、至人存在状态的高度概括。“采真之游”的场景包括:第一,退休、退職之后,非工作时间的闲游,“退居而闲游”。第二,在人世间的游,“明白入素,无为复朴,体性抱神,以游世俗之间”,其方式是“虚己以游世”。第三,游心,如“乘物以游心”“游心于淡”。第四,游于德,如“游心乎德之和”“游乎道德之间”。第五,齐物之游,如“游心于坚白同异之间”。第六,游于虚,如“虚而敖游”“游乎尘垢之外”“逍遥游”“游乎天地之一气”“天游”。第七,游于道,如“游心于物之初”“游于万物之祖”“与造物者游”“游乎万物之所终始”“游于物之所不得遁而皆存”“游乎无有之宫”“游于无有”“游心于无穷”。游是动态的而不是静止的。游意味着宽松、舒适、没有压力的状态,虽然要受环境等条件的制约,但有相对的自由。总之,“游”是在多元共生的关联中自主选择、自由而行的动态成长。

“游”是存在的状态,“真”是对存在的评价。“采真之游”中的“真”不是天真,而是本真。本真不是先天的,而是后天的。本真不是已经实现了的现

实,而是尚未实现的理想。本真是靠人在各自生存场景中主动去“采”才有可能获得的,不采就不得。“采真”之真包括“真知”和“真行”,其综合结果是作为“采真”主体的“真人”,其境界是“至人”,其抽象内涵是道,其方式是与有为相对的无为。

四、《庄子》真论对后世的影响及其现代意义

经过《庄子》的系统性阐述,“真”被确立为道家的根本价值观,这与儒家所倡导的“善”相区别^③,并在中国传统文化中与之形成互补共存的关系。《庄子》的认真、贵真、全真之论不是虚玄的,而是能够在现实的多种生存场景中呈现出来的。它主张从现实出发,理解、体认自我意识中生命理想状态的应然、理想状态,进而在污浊中保持本真,出淤泥而不染,在后天之假中求取先天之真。它主张动中求静,身在俗世而心超越俗世,开启心隐的道路,心灵从俗世中退场。无闹方可静,无物就无欲,无浊心自清,无假真就显,没有增加、减少、扭曲、遮蔽,性自然纯洁无瑕、朴素天然、诚实真挚。如此“是其所是”,达到了自己存在的本然,人就实现了自己的生命理想而成为真人。就此而言,《庄子》主张人们在生存中体验道,以个体之真合于道之自然。

《庄子》的真人、至人观对中医药学影响很大。《黄帝内经》继承了庄子的思想,从医学的角度阐发说,上古真人“提挈天地,把握阴阳,呼吸精气,独立守神,肌肉若一,故能寿敝天地,无有终时,此其道生”^{[17]7}。中古至人“淳德全道,和于阴阳,调于四时,去世离俗,积精全神,游行天地之间,视听八达之外。此盖益其寿命而强者也,亦归于真人”^{[17]7}。这是认为真人高于或等同于至人。《素问·六微旨大论》概括为:“与道合同,惟真人也。”^{[17]271}

《庄子》的真论在后世的哲学史、思想史尤其是道教史上影响深远。其影响可见于战国时期的一些文献,如《鬼谷子》强调真人与天道合一:“生受之天,谓之真人;真人者,与天为一。”“真人者,同天而合道,执一而养产万类,怀天心,施德养,无为以包志虑思意,而行威势者也。”^④这是从谋势用世的角度来解释真。《庄子》的真人观在秦汉时期也具有很大的影响。《吕氏春秋》对真人的解释与《黄帝内经》颇为近似:“凡事之本,必先治身,啬其大宝。用其新,弃其陈,媵理遂通。精气日新,邪气尽去,及其天年。此之谓真人。”^⑤精气日新,疏通媵理,最终寿

命到达天年之人,就是真人。这是着眼于身体而论。西汉早期成书的《淮南子》同样颇为重视真人。《淮南子·精神训》提出的“所谓真人者也,性合于道也”^{[18]50}是一个具有高度概括性的观点,开启了此后从道性来探讨人性和人的理想境界的新思路。《淮南子·俶真训》从心性的角度作了具体诠释:“若夫神无所掩,心无所载,通洞条达,恬漠无事,无所凝滞,虚寂以待,势利不能诱也,辩者不能说也,声色不能淫也,美者不能滥也,智者不能动也,勇者不能恐也,此真人之道也。”^{[18]16}《淮南子·本经训》强调:“莫死莫生,莫虚莫盈,是谓真人。”^{[18]58}西汉贾谊的《鵬鸟赋》也颇受庄子的影响:“真人恬漠兮,独与道息。释智遗形兮,超然自丧;寥廓忽荒兮,与道翱翔。”^[19]

另外一条诠释真人的路径是侧重于真人长生不死等超越常人的方面,把真人与仙人逐渐等同起来。或许是受方士把真人描述为长生不死^⑥的影响,《淮南子·俶真训》说:“若夫真人则动溶于至虚,而游于灭亡之野,骑蜚廉而从敦圉,驰于方外,休乎宇内,烛十日而使风雨,臣雷公,役夸父,妾宓妃,妻织女,天地之间,何足以留其志!”^{[18]16}西汉之后,继承了《庄子》的观点,对真人的描述更多地从气的角度来展开。例如,东汉王逸在《九思》中说:“随真人兮翱翔,食元气兮长存。”^{[20]506}三国时期的阮籍在《大人先生传》里有类似的表述:“泰初真人,唯大之根。专气一志,万物以存。退不见后,进不睹先,发西北而造制,启东南以为门。微道德以久娱,跨天地而处尊,夫然成吾体也……”^{[20]26}东汉时期,用真人指长生不死之仙已经比较普遍。汉末产生的道教就把真人视为仙人的一类。魏晋时期的《太上经》曰:“混茫之气,变化为真人,与时翱翔,有名无体。”^⑦这是主张真人是元气的凝聚。《洞元自然经诀》曰:“真人者,体洞虚无,与道合真,同于自然,无所不能,无所不知,无所不通。”^[21]这里把真人的“与道合真”解释为仙的无所不知、无所不通、无所不能,体现了仙、真合流的思考路向。南北朝时期成书的《太上灵宝元阳妙经》,继承《淮南子》的思想而作了发挥:“道性无隐无显,无生无灭,无去无来,非见在,非未来,非过去,非因所作,非缘所生,是故名常。善男子,道性即是天尊,天尊即是法,法即是常。善男子,常者即是天尊,天尊即是真人,真人是常,道性是常。”^[22]在它看来,真人就是把人性升华到了理想状态即道性的人,也就是得道者,是信仰意义上的最高神。此后,道教内丹学从先天与后天、性与命、

有为与无为的角度进一步丰富了真人的形象。例如,清代内丹家刘一明在《孔易阐真》中说:“行无为自然之道,以成后天之功,性了而命亦全,便为无漏真人矣。”^[23]所以唐代以来,真人也被朝廷作为给予修道有成的道教界人士的封号。

在庄子之后,为了与儒家区分开来,道家很少讲圣人的概念,圣人几乎变成了儒家的专用名词。另外,神人、至人、天人的提法,后世也很少用。真人则被道教大加发挥,被视为与仙人一样的理想人格,或成为仙人中的一种。只不过真人强调返璞归真、道法自然,更侧重心理、精神境界方面;仙人强调自在逍遥、长生不老、神通广大。真人是“独与天地精神相往来”,在精神世界、价值世界上与“天”合而为一;“仙人”则在属性和功能上与“天”完全相同,从而能与天同而为一。

在当今快节奏、物质化的社会中,人们常常陷入焦虑和迷茫之中。庄子的“真人”可以与存在主义“真实的自我”进行比较,其“真”论为我们提供了一些反思和启示。第一,“真”体现了对生命的敬畏与珍惜。“真人”对生死的超脱看法提醒我们要珍惜生命的每一刻,不要浪费时间在无谓的攀比、追逐、争斗和焦虑上,把“存在性焦虑”当作觉醒的契机,直面生存困境并做出创造性的回应,以积极的态度面对生命的有限性,在有限的生命旅程中充分发挥生命的价值。第二,“真”代表了内心的宁静与自由。“真人”所追求的内心宁静和自由,能够帮助我们在纷繁复杂的世界中保持清醒的头脑,不被外界的诱惑和压力所左右,不因他者的“凝视”而被对象化、物化。减少欲望的种类和程度,专注于内心的修养,有助于获得心灵的平静。第三,“真”表达了顺应自然的生活态度。学习“真人”顺应自然的态度,有助于我们更好地应对生活中的挫折和困难,接受并适应变化,减少并消除痛苦,更加从容地面对生活。第四,“真”可视为道德与智慧的结合。“真人”高扬德,但同时主张发挥智的作用,认识到刑、名、礼、仁、义等的局限性和工具价值,不孤立地使用和过度地推崇它们,不被它们所异化,不被社会角色固化。这对于现代社会的法治建设和道德教育都具有借鉴意义。我们应当提升自己的智慧,培养高尚的道德品质,以更好地适应社会的发展。

注释

①陈鼓应注译:《庄子今注今译》,商务印书馆2007年版。本书对庄子的引文均出自此本,文中仅注篇名,不再一一注明页码。②萧统

编,李善等注:《六臣注文选》卷第二十三,《四部丛刊》影印上海涵芬楼藏宋刊本,第851页。③儒家的《十三经》中“真”没有出现。参见王力:《王力古汉语字典》“真”字条,中华书局2000年版。④《鬼谷子》,《道藏》第21册,文物出版社、上海书店、天津古籍出版社1988年版,第690、691页。《鬼谷子》的成书年代争议比较大,但不可否认其中保存了一部分战国时期的思想。⑤高诱注:《吕氏春秋》第三卷,《四部丛刊》景上海涵芬楼藏明刊本,第39页。⑥《史记·秦始皇本纪》记载,方士卢生游说秦始皇说:“臣等求芝奇药仙者常弗遇,类物有害之者。方中,人主时为微行以辟恶鬼,恶鬼辟,真人至。人主所居而人臣知之,则害于神。真人者,入水不濡,入火不热,陵云气,与天地久长。今上治天下,未能恬淡。愿上所居宫毋令人知,然后不死之药殆可得也。”司马迁:《史记》,中华书局2014年版,第328页。⑦李昉等:《太平御览》卷六百五十九,《四部丛刊》中华学艺社借照日本帝室图书寮京都东福寺东京静嘉堂文库藏宋刊本,第5820页。

参考文献

- [1] 汪登伟.从“道德静虚真”的字源了解道家道教思想[M]//詹石窗,宋崇道,谢清果.中华老学:第8辑.北京:九州出版社,2023:3-10.
- [2] 易宏.“真”“道”“人”“身”“德(得)”“大”“天”“地”:道家道教几个核心概念的身体渊源略探[M]//东方哲学与文化:第1辑.北京:中国社会科学出版社,2019:114-138.
- [3] 汤可敬.说文解字今释[M].长沙:岳麓书社,1997:1114.
- [4] 字源[M].李学勤,主编.天津:天津古籍出版社,2013:723.
- [5] 张清河.庄子“真人”思想专论[J].贵州文史丛刊,2012(2):74-78.
- [6] 郎宁,国靖.真人、缘督与逍遥:庄子的生命哲学指向[J].延安大学学报(社会科学版),2023(3):31-36.
- [7] 杨国荣.体道与成人:《庄子》视域中的真人与真知[J].文史哲,2006(5):125-135.
- [8] 吴全兰.心灵的避难所:论庄子笔下的至人、神人、真人、圣人形象的美学意蕴[J].桂林市教育学院学报,2000(3):40-43.
- [9] 李明珠.庄子“真”的美学观[J].安徽教育学院学报,2002(4):65-67.
- [10] 张志聪.黄帝内经集注[M].杭州:浙江古籍出版社,2002:6-7.
- [11] 陶弘景.周氏冥通记:卷一[M]//道藏:第5册.北京:文物出版社,1988:521.
- [12] 孟安排.道教义枢[M]//道藏:第24册.北京:文物出版社,1988:803.
- [13] 徐克谦.早期道家、道教“真人”观念的产生与演进[M]//方勇.诸子学:第26辑.上海:上海古籍出版社,2023:84-85.
- [14] 马得林.从“法天贵真”到“归真反璞”:道家“真”思想的形而上考察[J].孔子研究,2015(6):124-131.
- [15] 方明.庄子“真”的生存意蕴[J].辽宁行政学院学报,2007(4):96-97.
- [16] 道藏:第16册[M].北京:文物出版社,1988.
- [17] 王冰.黄帝内经素问补注释文[M]//道藏:第21册.北京:文物出版社,1988.
- [18] 许慎.淮南鸿烈解[M]//道藏:第28册.北京:文物出版社,1988.
- [19] 祝尧.古赋辩体[M]//四库全书:第1366册.景印文渊阁本.台北:台湾商务印书馆,1986:749.
- [20] 张溥.汉魏六朝百三家集[M]//四库全书:第1412册.景印文渊阁本.台北:台湾商务印书馆,1986.
- [21] 无上秘要[M]//道藏:第25册.北京:文物出版社,1988:295.
- [22] 太上灵宝元阳妙经[M]//道藏:第5册.北京:文物出版社,1988:926.
- [23] 刘一明.道书十二种[M].北京:中国中医药出版社,1990:491.

Zhuangzi's Discussion on "Truth"

Kong Linghong

Abstract: The *Zhuangzi* inherits the discussion of "truth" from the *Daodejing*. "Truth" originates from contrasts with other things, others, and the past, as well as from the purity of one's nature, depicting the ideal state of human beings—their original authenticity. "Truth" represents the development of the concept of "spontaneity" in the *Daodejing* within the *Zhuangzi*, serving as a value standard for measuring an individual's "virtue"—distinct from Confucianism's "goodness". The truth of virtue stems from "true nature", "true lord", "true governor", and the truth of the Dao —i.e., "innate truth"—as well as from "true knowledge". Those who possess both are "true persons". *Zhuangzi* elaborates on the characteristics of true persons through specific descriptions of various survival scenarios and key aspects. In summary, a "true person" is one who avoids disasters, enjoys physical health, maintains a peaceful demeanor, harbors a calm mindset, values gains and losses lightly, views life and death indifferently, achieves spiritual freedom, possesses transcendent wisdom, and embodies natural non-action. How to become a true person? The *Zhuangzi* proposes "roaming" to "gather truth". "Roaming" refers to dynamic growth through autonomous choice and free action within the interconnection of pluralistic coexistence. The "truth" in "gathering truth" includes "true knowledge" and "true conduct," whose comprehensive outcome is the "true person" as the subject of "gathering truth". This realm is that of the "perfect person", its abstract connotation is the Dao, and its approach is non-action as opposed to intentional action. *Zhuangzi*'s original exploration of "truth" has profoundly influenced the history of philosophy, ideological history, traditional Chinese medicine, and Taoism, and it still holds significance for reflection and enlightenment in modern times.

Key words: Truth; *Zhuangzi*; Taoism; True Person; True Knowledge

责任编辑:涵 含