

# On the Taoist Way to Settle down and Get on with One's Pursuit

Shandong Zhou

College of Social Development and Management, Hunan Women's University, Changsha Hunan  
Email: 375526569@qq.com

Received: Aug. 12<sup>th</sup>, 2019; accepted: Sep. 3<sup>rd</sup>, 2019; published: Sep. 10<sup>th</sup>, 2019

---

## Abstract

It is the fundamental problem for one to settle down and get on with one's pursuit, especially in the rapid changed modern society. Taoist enlighten people to keep peace of body and mind with true and simple humanity, promote harmony between human and society with love, frugality, self-effacing and Taoist responsibility, blend the human and the nature with "the humanization of nature" and "the naturalization of human", extend the subjective value and external value of life on the intrinsic value. All of these are based on the principle of Tao. Taoism strives to achieve the realm of heaven and earth, to maintain the balance between internal and external, and fully implements health and health maintenance. Taoist way to settle down and get on with one's pursuit is in coordination and complementary with Confucianism, which strives to achieve the realm of morality, provide power support, and implement to self-cultivation. The views of humanity, subjectivity, order and origin contained in these thoughts have unique enlightenment significance for modern people, thus have important cultural resources value that cannot be ignored.

## Keywords

Taoism, Settle down and Get on with One's Pursuit, Tao, Natural

---

# 论道家的安身立命之道

周山东

湖南女子学院, 社会发展与管理学院, 湖南 长沙  
Email: 375526569@qq.com

收稿日期: 2019年8月12日; 录用日期: 2019年9月3日; 发布日期: 2019年9月10日

---

## 摘要

时代的急剧变迁, 使得安身立命成为现代人亟需思考的问题。道家以真朴论人性启示人们保持身心的平

和，以慈俭谦让和道家式责任感实现人与社会的和谐，以“自然的人化”与“人的自然化”促进人与自然的交融，以内在价值为基础，拓展出生命的主观价值和外在价值，是“道法自然”原则在人生中的体现。道家安身立命之道力图达到天地境界，着力保持内外平衡，紧密结合健康养生实践，与儒家之立足道德境界、提供动力支持和结合修身实践的安身立命思想正好形成配合和互补。道家安身立命思想中所蕴含的有关人性、主体性、秩序性和本根性的观点，对于现代人解决安身立命困境具有独到的启示意义，是不可忽略的重要文化资源。

## 关键词

道家，安身立命，道，自然

Copyright © 2019 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

在社会结构深刻变动、利益格局深刻调整、思想观念深刻变化的当今时代，如何安顿自我的身心，进而使得生活有意义、有价值，成为现代人亟需思考的问题。1988年，75位诺贝尔奖得主在法国巴黎集会，会后发表的共同宣言中提到：“人类要在二十一世纪生存下去，必须回到两千五百三十年前中国的孔子那里去找智慧。”<sup>[1]</sup>儒家的安身立命智慧由此受到特别的重视。学者们认为“在儒家的传统里，学做一个完善的人不仅是一个首要关切的问题，而且是终极关切和全面关切的问题。”<sup>[2]</sup>儒家之安身立命“展开为人的主体力量的自我道德选择和文化创造的自由精神，并在这自由选择和创造中，获得精神和生活的寄托。”<sup>[3]</sup>“这既是儒学贡献给当代中国人的宝贵财富，也是需要我们在新的历史时期深入研究的重大课题。”<sup>[4]</sup>自上世纪90年代以来，学界对儒家思想之安身立命价值进行了热烈讨论，形成了很多论著，促成了现代学术史上儒家伦理复兴运动的第一次高潮<sup>[5]</sup>。2009年12月，国际儒学论坛专门以“儒家的安身立命之道”为主题进行了探讨。

相比之下，道家安身立命之道的研究甚为冷清，而且多持否定评价。有学者认为道家“不是像儒家积极有为，改造自然、社会、人生，改造安身立命之境，而是消极无为，顺应自然的必然之命。”<sup>[4]</sup>不像儒家那样将安身立命融入“德行修养活动之中”，道家与社会现实“似乎总有那么一点距离。”<sup>[6]</sup>“道家认为要安顿我们的生命，便要摆脱一切文明的束缚，过一种清静无为的生活。儒家之教是通天人、合内外、物我为一的大成圆教，是一套最圆满的安身立命之道。”<sup>[7]</sup>

道家安身立命之道是否真如所说的消极、虚无与反文明？究竟应当怎样看待？对于现代社会具有何种价值？本文试对这些问题进行阐释，以为更好地解决现代人的安身立命困境提供文化资源。

## 2. 道家安身立命之道的思想内涵

“安身立命”是生命的学问。“安身”意味着实现此身的安顿、安定和安放，不仅包括物质的供养，还包括正确看待生老病死、功名利禄等问题。因而，“安身”以“安心”作为价值前提和基础。“立命则是基于安身而对此身性命价值的确立、建立和挺立，含有为前途、命运而奋斗的自我确证、自我发展和自我完善意义。”<sup>[8]</sup>对于安身立命的追问，实际上是指“处于天地之间和人间的人如何建构自己安身立命的精神家园，为自己自然的形体和心灵寻找一个可以栖息和安顿的地方，进而使人生活得有意义和有价值。”<sup>[8]</sup>安身立命涉及身与心、人与社会、人与自然的和谐，以及人生价值实现等诸多重大问题。

安身立命不仅是现代人的问题，也是古人所遭遇的问题。特别是在春秋战国时代，面对礼崩乐坏、动荡不息的社会现实，诸子百家深入思考如何在乱世中安身立命的问题。其中道家创建以“道”为核心的思想体系，其“道既是生物之原，亦是成物之本，亦是天地万物之本性，亦是人安身立命之根据”，[9]并落实于身与心、人与人、人与自然、人生价值各个层面。

其一，在身心关系方面，道家以人性朴真论为立足点，启示人“复朴”、“反真”以达到身心的自然平和。人之生命应是身心的和谐，自然属性和社会属性的有机统一。一方面，身承载心，“心智的各个方面都由身体所塑造，并深深地扎根于身体和大脑之中。”[10]另一方面，心主宰身，不但指挥着身体的行动，保持身体的安宁，确认身体存在的价值，而且赋予身体以精神生命和道德生命。对于身与心的关系与和谐，道家启示人们从人性真朴的角度进行认识。“性者，生之质也”。（《庄子·庚桑楚》）在道家看来，人性是生而具有的基核，含藏于生命中，随其发用而自然呈露。道家主张人性“朴”、“真”。其中“‘朴’是道家人性论内涵的‘自然属性’，是反映人性所具有的本然、本有、本来的规定，……指未经人工雕琢或修饰的本然样态。‘真’是体现人性论内涵的‘社会属性’，是道家在‘朴’的基础上，对人性思想作出的价值界定与境界提升。”[11]道家以真朴论人性，认为人性的终极根源来自于“道”，并内在规定于“道”，要求人“复归于朴”，（《道德经·第28章》）“反其真”，（《庄子·秋水》）如此实现自然属性和社会属性的合一。如能“平易恬淡，则忧患不能入，邪气不能袭，故其德全而神不亏”。（《庄子·刻意》）为此，道家提出了系列方法：一是少私寡欲。老子曰：“治人事天莫若啬。”（《道德经·第59章》）所谓“啬”即爱惜精力，节欲少虑，保持心境的和谐，以达到积蓄能量、厚藏根基，充实生命力的作用。庄子主张对声色滋味的追求应当“不违其度”。（《庄子·盗跖》）二是致虚守静。老子曰：“致虚极，守静笃，”（《道德经·第16章》）即最大限度地减少对名利财富等外物的欲求，保持心神的宁静。庄子则明确将虚静无为与身心健康相联系，称“无视无听，抱神以静，形将自正。”（《庄子·在宥》）少私寡欲有助于消解身体的过度欲望追求；而致虚守静则有助于实现心灵的安顿，从而使身心回复到自然平和的状态。

其二，在人与社会关系方面，道家以慈俭谦让的原则和“道家式责任感”实现人与社会的和谐。人生活于社会中，社会由人组成。在社会中，人既是主体也是对象，“作为主体的人，承担和创造着社会关系；作为对象的人，被社会关系所规定和制约。”[12]也就是说，人既要适应当前的社会关系，同时也要为创造社会关系发挥责任。对此，老子说：“我有三宝，持而保之；一曰慈；二曰俭；三曰不敢为天下先。”（《道德经·第67章》）“慈”是对他人饱含深情的关怀，“俭”是保持自己淳朴自然的生活方式，“不敢为天下先”是虽有实力，但仍能“戒盈、不争、用反、居下、知足”[13]的人生态度。这“三宝”既是道的三个特性，也是个人处世的三个准则。很多学者认为这是老子消极处世思想的集中体现，然而事实上其中“渗透着对人类社会之秩序、状态的忧虑，体现着对人类命运的关切”，[14]蕴藏着深沉的责任感。如“圣人欲不欲，……以辅万物之自然，而不敢为。”（《道德经·第64章》）刘笑敢先生称之为“道家式的责任感”。[14]“道家式的责任感”强调责任的承担者之中心关切不在于本人主体性的发挥，个人的表现或得失，而在于使关切对象保持自然的、依照自身性向、固有趋势发展的状态；强调不分大小高低、贵贱亲疏，一律取包容、扶持的态度；主张价值的中立性或道德的超越性，提倡超越常规价值追求的终极关切。“道家式的责任感”超越通常意义之直接“负责”的态度和方法，避免强加于人的做法，以维持自然和谐的关系。“这实质上是一种更高的责任感。”[14]

其三，在人与自然关系方面，道家着力推动“自然的人化”与“人的自然化”，实现人与自然的和谐统一。“人与自然绝非对立，也不是简单统一，而是生命共同体。”[15]人类既受制于自然规律，并依赖于自然界所有的非人类生命物种提供的生物资源和健康的生态环境；又具有把握自然规律，协调人与自然的生存发展权益的认识能力、道德能力和实践能力。如何协调两者，实现人与自然的和谐？道家认

为，一方面需要从“道生万物”的视角，把自然纳入人类视野之中加以关照。“道生一，一生二，二生三，三生万物”，(《道德经·第42章》)借助终极之“道”的预设，人类的生命和天地自然万物的生命得以连接，且具有共同的生命本质，由此“天地与我并生，而万物与我为一”。(《庄子·齐物论》)在这里，自然界表现着人的本质，因而具有属人的意义。如此，人怎样对待自然世界，就是怎样对待自己。另一方面需要从大自然中领会“道法自然”，并内化为自身行为的德性，从而实现人的自然化。“人法地，地法天，天法道，道法自然”。(《道德经·第25章》)这里的“自然”虽然与“大自然”的“自然”不同，然而可以从大自然中得到领会。有如“上善若水，水善利万物而不争”，(《道德经·第八章》)人要积极从自然的水中领会“道法自然”，“居善地，心善渊，与善仁，言善信，正善治，事善能，动善时”，(《道德经·第八章》)从而将自然的本质内化于心中，在改造自然世界的时候表现出自然界的生态和谐的本质。借助于自然的人化，人的自然化，道家实现了人与自然的交融互摄。

其四，在人生价值的实现方面，道家高度肯定生命的内在价值，并以此拓展出生命的主观价值和外在价值。人生价值大致可分为三个方面：[16]一是外在价值，指生命对于他人、社会的意义；二是主观价值，指生命对于自我的幸福、快乐等体验的价值；三是内在价值，指生命自身具有的价值，生命的和谐与圆满，健康与长寿，独立与自由等等。如何实现三者的有机统一？道家认为那种过度追求名、货等外在价值的做法，会损害生命的健康。“甚爱必大费，多藏必厚亡。”(《道德经·第44章》)世人往往追逐名利而损害身体，贪图财富而葬送生命，计较得失而扰乱心神，“危身弃生以殉物”，(《庄子·寓言》)实在是得不偿失，更何况“金玉满堂，莫之能守。富贵而骄，自遗其咎。”(《道德经·第9章》)因此，“能尊生者，虽贵富不以养伤身，虽贫贱不以利累形。”(《庄子·让王》)道家教人思考“名与身孰亲？身与货孰多？得与亡孰病？”(《道德经·第44章》)意在让人明白生命健康、长存的无上内在价值。道家主张以生命的内在价值为本，如此才能获得幸福与快乐等主观价值，并拓展出治国理政等外在价值。如老子的幸福就是一种“恬愉澹泊”的状态，其建立在对自身欲望的合理控制，对功名利禄的超脱，以及身体的健康和精神的愉悦等基础之上。庄子寻求的“至乐无乐”的幸福状态，更是以人生的自由为前提。“这些幸福形态始终以洒脱的精神自由为最高生活理想、始终以超越的精神境界为最终人生归宿”。[17]然而，道家也并没有放弃生命的外在价值，而是主张将治身之“治欲修心”作为治国的道德基础；将治身之“致虚守静”的原则，“尊道贵德”的理念，运用于治国，实现身国同治[18]。

《道德经·第25章》曰：“人法地，地法天，天法道，道法自然”。从道家处理上述问题来看，始终贯彻的是“道法自然”的原则，具体展现为身心的自然平和、人际关系的自然和谐，人与自然的交融互摄，人生价值的自然拓展。从这方面而言，“道法自然”之“道”就是安身立命之“道”。

### 3. 道家安身立命之道的理论特征

在古代历史上，不仅是道家，儒家对安身立命的问题也有过深刻的思考。那么，相对于儒家，道家安身立命之道体现怎样的特征？具体在境界层次、作用机理、实现途径等方面有什么不同点？这是进一步探明其价值的基础。

首先，从境界层次而言，儒家安身立命主要体现的是道德境界，道家则处于天地境界。冯友兰先生曾根据对宇宙人生的觉解程度不同，把人生境界分为自然境界、功利境界、道德境界和天地境界。儒家安身立命主要是在道德境界。冯友兰先生称：处于道德境界的人超脱了狭隘的“利己”观念，“其行为是‘行义’底，义与利是相反亦是相成底。……在此种境界的人，对于人之性已有觉解，他了解人之性是蕴涵有社会底”。[19]儒家始终是从社会的角度界定人性的。在儒家看来，与动物不同的是，“人能群，彼不能群也”，(《荀子·王制》)这也是最为宝贵的。孟子主张发扬人性之善，荀子主张化解人性之伪，都是为了让人能够拥有更美好的社会生活。在道德与功利关系上，尽管存在见利思义、以义取利、义处

是利、义即大利等不同的观点，但都是指向建构现实人生的道德境界。[20]当然，儒家也讲天人合一，然而主要是从“与天地合其德”(《周易·文言传》)立论的。儒家之“宇宙在实质上是道德的宇宙。人的道德原则也就是宇宙的形而上学原则，人性就是这些原则的例证。”[21]

与儒家不同的是，道家安身立命力图达到天地境界。处于天地境界的人“知人不但是社会的全的一部分，并且是宇宙的全的一部分。不但对于社会，人应有贡献，即对于宇宙，人亦有贡献。”[21]冯友兰先生指出：道家就是天地境界，“用道家的话，应称为道德境界。”[22]这里的“道德”是“道生之、德畜之”(《道德经·第51章》)的“道德”，与儒家的“道德”，以及现代意义上的“道德”不同。道家称：“道生一、一生二、二生三、三生万物”。(《道德经·第42章》)这是教人超越仅仅将自己视为社会一部分的见解，将人之生命与“道”之终极根源相连接，汇入宇宙的大化流行之中。道家称：“道生之，德畜之，物形之，势成之”。(《道德经·第51章》)这是教人将生命成长得益于父母养育的见解，进一步提升到宇宙的生命共同体之中，领会道的赋予、德的滋养、环境的培育之功。道家称：“人法地，地法天，天法道，道法自然”。(《道德经·第25章》)这是教人将对天地运行规律的遵循，进一步提升到“道”的层面，以一种自然而然的状态实现“天地与我并生，而万物与我为一”。(《庄子·齐物论》)从这些方面而言，道家是将身“安”在宇宙的大化流行中，将命“立”在生命的生生不息中，从比社会更高的观点看人生，是最高的安身立命境界。

其次，从作用机理来看，儒家安身立命主要提供的是动力机制，道家提供的是平衡机制。“动力机制与平衡机制，是人类社会赖以运行的两种最根本、最基础、最普遍的机制”，[23]因而也是人类安身立命的机制。儒家安身立命思想主要提供的是动力机制。“人能弘道，非道弘人。”(《论语·卫灵公》)儒家认为人承担着弘扬天道的使命，催人超越生命的局限，跨入永恒和不朽，从而获得安身立命的依归。如何实现不朽？“太上有立德，其次有立功，其次有立言，虽久不废，此之谓三不朽。”(《左传·襄公二十四年》)这种精神激励了一代代儒家知识分子。如北宋张载曾言，儒者当“为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平”。(《张子语录·语录中》)在儒家看来，这不是“为人”，而是“成己”，也就是意味着责任。因为作为人，不仅是以个体的方式存在，也是以群体的一员存在，并承担着相应的社会责任。人应当“独善其身”，且更应当“兼善天下”。正是在这种责任意识，孕育了儒家“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的担当和情怀，促使无数仁人志士为天下之兴亡而努力奋斗。

道家安身立命提供的则是平衡机制，以协调人生各基本要素和各部分，保持和谐且稳定有序运行的状态。“人法地、地法天、天法道、道法自然。”(《道德经·第25章》)“道”是天地万物和人的根源，又是统领天地万物和人的总规律。任何人都必须受“道”的支配和制约，“必须遵守‘道’所彰显于、落实于、贯穿于具体事物中的规律和行为秩序”[24]。从这种意义而言，“道法自然”之“道”实质上表征的是伦理秩序；“道法自然”之“自然”表征着“自己如此，自然而然”[25]的秩序状态。道家就是以“道法自然”之伦理秩序对安身立命各层面的秩序进行重建，为“具体领域的秩序提供合理性与正当性证明，并为这些领域的行为主体确立起基本的价值精神要求”[26]。在身心的关系上体现为自然平和，在人际关系上体现为自然和谐，在人与自然关系上体现为交融互摄，在人生价值实现上体现为自然拓展。道家的平衡机制，并不是要消解儒家的动力机制，而是缓冲其可能带来的不平衡，以促使人更好的发展。“事实上，道家从未放弃过对于现实社会的关怀，也从未臆想着要取消人生存于其中的天然伦理关系。”[27]道家式责任感所彰显的对象性关怀与儒家式责任感所体现的主体性动力“恰如硬币的一体两面，共同塑造了中国人精神专一、因应无穷的安身立命之道。”[27]

再次，从实现途径来看，儒家安身立命主要落实于“修身”，道家则结合健康养生。安身立命，从其最为基本的内容而言，既要保持身体健康，又要加强道德修养。儒家论安身立命，以崇德为价值旨归。如《周易》曰：“利用安身以崇德”。在儒家看来，“发扬天道的过程，就是成德。”[28]儒家将“安身

‘安’在德行上，立命也‘立’在德行上，安身立命实质上都是‘安心’立命。从而使安身和立命在道德创造的意义上整合了起来。”[6]儒家之安身立命，以修身为基本方法。孟子说：“存其心，养其性，所以事天也。夭寿不贰，修身以俟之，所以立命也。”（《孟子·尽心上》）儒家“以‘修身’解‘安身’，强调先修其身而后立其命；其所立之‘命’突出的是人的道德和精神生命。”[6]儒家之安身立命，也是以修身为主要途径。“自天子以至于庶人，壹是皆以修身为本”。（《礼记·大学》）“修己以安人”、“修己以安百姓”，（《论语·宪问》）道德上的自我完善，是实现社会价值的前提和基础。“立德”在“三不朽”中就位列第一。

与儒家相比，道家安身立命主要落实于“养生”。所谓“养生”，就其最基本的意义而言，主要是保养人的身体，以致延年益寿。“就其广义言之，则系包括整个‘人学’，也就是整个‘人生修养学’。凡人之所以为人，与人之如何完成其人生意义，高尚其人生价值、圣化其人生境界之道，无不赅焉。”[29]道家将安身立命与健康养生的结合起来，不仅有思想层面的“养生哲学”，还发展出从饮食起居到为人处世、习练颐养的实践行为规则，涵盖了身与心的平衡、人与人及自然的和谐，人生价值的实现等多个层面，与安身立命的主题相吻合。在生命价值的层次，以身心健康为人生价值之基，用内在的德性充实和养生之方来拓展生命空间，提升生命价值；在身心关系的层次，以“心性修炼”为调治欲望的形式，先使人向内把握人性的真朴，达到某种人性的自觉，然后再以这种自觉指导人的行动；在人际关系的层次，以“慈俭谦让”为待人接物的态度，在保持自己主体性的同时，尊重他人的主体性，营造和谐的社会环境；在人与自然关系的层次，要求因循四时气候、自然环境和天地节律，倡导健康的生活方式。由此可见，道家养生内涵丰富，实是古人安身立命的大智慧。

总的说来，儒家安身立命主要立足于道德境界，提供动力机制，落实于修身实践；而道家则达到了天地境界，着力保持内外平衡，并与健康养生结合起来，与儒家正好形成配合和互补。这也决定了只有“儒道双行，……在人文到自然，自然到人文等的回环之中，找到人真正的安身立命之所。”[30]

#### 4. 道家安身立命之道的现代价值

现代社会虽然有了很大的变化，“但一些根本性问题却是永远存在的。”[14]道家对身与心、人与人、人与自然、人生价值等问题的深层思考，以及所提出的应对之道，体现出根本性和普遍性的智慧。这一方面，决定了道家对解决现代人安身立命困境可能具有的独特价值；另一方面，也需要从现代人的困境出发，发掘道家有益的资源，才能实现现代承接。据此，本文从人性、主体性、秩序性以及本根性四个维度进行分析：

首先，道家安身立命以保持真朴本性为立足点，有助于疗治浮躁、焦虑、抑郁等病态心理，打造和谐的身心共同体。现代人身心的分离，表现为普遍的心理困境。据“当代中国人精神生活调查研究”，超八成受访者经常使用“烦躁”、“郁闷”、“纠结”、“压力山大”等负面情绪词汇，超六成受访者长期处于负面情绪状态，导致焦虑程度加深[31]。新华网发布的统计称：“我国每年20万人抑郁自杀，抑郁症呈年轻化趋势”[32]。对于疗治身心分离症，古往今来很多思想家主张从人性认知入手，并提出了经济人、道德人、政治人等人性理论。这无疑是抓住了“人的问题的关键，是解决人的问题的突破口”，这些理论“均具有一定的合理性与较强的针对性，同时也都具有明显的片面性与较大的局限性。”[33]然而，道家跳出单维度的解释，对人性进行整全的理解。道家从身心一体出发，将人性界定为“真朴”，并视之为人的“自然而然，未被遮蔽的本真状态”。[34]这一思想切中了“欲望过度”——这一浮躁、焦虑、抑郁等病态心理产生的根源。道家启示从对人性的自觉认知高度“返朴归真”，以保持“个体生命的自得与自适”。[35]而要返朴归真，首先就要理解“死生存亡，穷达贫富，贤与不肖毁誉，饥渴寒暑，是事之变，命之行也。日夜相代乎前，而知不能规乎其始者也。故不足以滑和，不可入于灵府。”（《庄

子·德充符》)这些现象不断在生命中轮转,有其相反相成的变化规律。“了解这一点,就不足以让他们扰乱本性的平和,不至于让他们侵入我们的心灵。”[36]在生活中我们应秉持安时处顺的态度,平静对待成败得失,不为外物所役使,在遭遇人生重大变故时,更应该学会在困苦中安然自得。这一思想也为中医学所认同。后者认为,如果一个人能够经常保持心志的平和,就能实现阴平阳秘,有助于身体形成健全的免疫机制,实现身心的和谐一体。

其次,道家安身立命以保持交互主体性为基础,有助于克服物化、疏离,以及责任感缺失等问题,构建人类社会共同体。主体性事关作为主体的人的理性与责任,是促使人类宗教神学、封建专制禁锢,取得发展的重要力量。然而,“主体性是有限度的,不能无限制的滥用”。[37]特别是在商品拜物教、货币拜物教、资本拜物教等观念的影响下,在互联网虚拟交往的环境中,现代人建立在单个主体上的启蒙理性,将他人视为客体,作为实现自己目标的对象;将对法律的遵守,仅仅视为实现自己目标的前提,而没有真正对他人的利益进行关切。这就造成了现代社会人与人之间关系的物化、疏离,以及责任感缺失。“重建人与他人的和谐关系,关键在于尊重他人的主体性,强调他人的利益,限制只把自己当作目的,而把他人只当作手段的行为。”[38]从主体性的视域来看,道家安身立命之慈俭谦让的原则,就是要真诚的关怀他人,克制自己的欲望,秉持谦让的态度,在将自己作为主体的同时,也将他人视为主体。道家安身立命之“道家式责任感”,强调从对象的需要出发,避免将自己的意志强加于他人。由此看来,道家实际上主张的是一种交互主体性。这种交互主体性,不仅有助于人与人之间的和谐,亦可以使社会“内含着交互主体性的人的主体性”,成为“共同主体”,共同解决人类所面临的生存和发展问题[39]。

再次,道家安身立命所蕴含的“道法自然”秩序智慧,有助于反思人类过度开发自然、破坏自然的行为,构建和谐的生命共同体。当前社会,“环境危机已是关系到整个地球与全人类生死存亡的、迫在眉睫的危机。这场危机可以说是全球性的、人为的、严峻的、系统性的、难以逆转的”, [40]深层次的思想根源体现为“人为自然立法”与“自然为人立法”的对立。在这一事关人与自然根本秩序问题上,学界长期聚讼纷纭。前者以康德为代表,后者以海德格尔为代表;虽然观点迥异,然而其共同点都是把人和自然对立起来。然而,道家通过“自然的人化”和“人的自然化”将两者结合起来,并提出“道法自然”的命题,为安身立命提供坚实的基础。在“人法地、地法天、天法道、道法自然”(《道德经·第25章》)的逻辑中,“道法自然”既不同于天地之“自然”,又体现于、贯彻于天地之“自然”,是人类行为的根本秩序准则,这即是保持人与自然的自然而然的和谐状态。道家自然对于现代人安身立命的价值,在于启示人类“重新考察我们作为人的来龙去脉,重新认识我们的存在之母自然宇宙和生命世界,重新去发现我们与自然宇宙、生命世界以及万物生命之间的血肉关联”, [41]“在成全自然中实现自我,在聆听自然中确证自我,在改造自然中重构自我,在回归自然中超越自我。” [42]

最后,道家安身立命以生命内在价值为本,有助于纠正现代人生命价值观的偏颇,构建内在价值、主观价值和外在价值统一的价值共同体。现代人遭受着普遍的人生价值困境:一些人以事业的成功、名利的丰收为人生的最大价值实现,却以牺牲生命健康、家庭幸福和生活快乐为代价,是为得不偿失。一些人追求个人的幸福和快乐,忘却了社会和家庭的責任,甚至纵欲作乐,花天酒地,影响到自己的身心健康。还有一些人只关注个体身体的健康和心理的安逸,节欲制心以致失去生活乐趣,甚至放弃家庭和社会的責任。然而更多的人是在外在价值、主观价值和内在价值之间彷徨,特别是中青年,既要在事业上奋力打拼,又要追求生活的幸福与快乐,还要保持身心的健康,很难在其中找到平衡。道家主张将内在价值、主观价值、外在价值统一起来进行理解,以身心健康的内在价值为基础,并以此作为获得人生幸福、快乐等主观价值,实现治国理政等外在价值的基础,体现出高超的价值辨识能力和创造能力。这是因为健康是人之价值的根本,是人类具有深刻内在价值的“可行能力”,具有“特殊价值”的实质自由,关涉到生活质量[43]。同时,健康还“是个人幸福的直接组成要素”, [44]对人类的经济、社会发

展,进而对人类的总体发展具有深刻的影响。健康的生活本身就是好的生活,是人们普遍认为有价值去追求并实现的最终目标之一。联合国发展署(UNDP)的《人类发展报告》把长寿且健康的生活确立为人类发展的首要目的之一。《健康中国 2030 纲要》指出:健康是促进人的全面发展的必然要求,是经济社会发展的基础条件。

## 5. 结语

经过道家安身立命之道的思想内涵分析,与儒家安身立命思想的特征比较,以及现代价值的开掘,可以看出道家安身立命之道并不像通常所认为的消极、虚无与反文明。首先,道家安身立命之道,绝不是消极的。道家为安身立命提供了平衡机制,道家对责任感有独到的理解,有助于消弭儒家动力机制所造成的失衡,“使富有弹性的安身立命基地的建构成为可能”[45]。其次,道家安身立命之道,绝不是虚无的。道家将安身立命与健康养生结合起来,既有思想的构建,又有从饮食起居到为人处世、习练颐养的行为实践,涵盖了身与心的平衡、人与人及自然的和谐,人生价值的实现等多个层面。再次,道家安身立命之道,也不是反文明的。道家主张人性真朴、以慈俭谦让和对象式关怀消除过分的主体性张扬,以身心健康为本,恰恰是对生命本性的回归,生命价值的确认,“使人们拥有了一个完整的‘生活世界’。”[27]

不仅如此,道家安身立命思想还以天地境界、平衡机制和养生实践,与儒家安身立命的道德境界、动力机制和修身实践相互配合;以对人性和主体性、秩序性以及本根性的深刻思考,启发现代人回归生命的本真,提升对他人的关切,实现人与自然的和谐,挺立生命健康的内在价值,对于解决现代人安身立命困境具有独到的启示。因此,我们不仅需要儒家安身立命思想,也需要道家安身立命思想。“一个充实完备的生命,应当与宇宙大化冥合为一;一个真正的人的生命的博大气象,乃是以自己的生命贯通宇宙全体,努力成就宇宙的一切生命,这就是人类生命的价值与归宿。”[46]当然,如何将道家安身立命思想与儒家安身立命思想结合起来,是有待继续研究的问题,这既需要结合历史案例进行分析,也需要结合现时代的要求进行创造性转化、创新性发展。

## 基金项目

本文系国家留学基金委地方合作项目研究成果。

## 参考文献

- [1] 李慎之. 诺贝尔与孔子[J]. 读书, 1997(1): 140-141.
- [2] 杜维明. 儒家思想新论——创造性转换的自我[M]. 南京: 江苏人民出版社, 1991: 49.
- [3] 张立文. 儒家安身立命论[J]. 社会科学战线, 1993(1): 98-104, 117.
- [4] 邓庆平. 儒家的安身立命之道[J]. 国际学术动态, 2011(1): 3-5.
- [5] 孙迎联. 普世化的难局——儒家伦理当代复兴的路径反思[J]. 新疆社会科学, 2007(4): 1-5.
- [6] 向世陵. 儒家安身立命思想发微[J]. 社会科学战线, 2010(4): 33-38.
- [7] 罗义俊. 香港安身立命国际研讨会[J]. 学术月刊, 1992(9): 19-20.
- [8] 王泽应. 船山对安身立命之道的求索与实践[J]. 黄河科技大学学报, 2017, 19(4): 1-7.
- [9] 罗安宪. 道家心性论[D]: [博士学位论文]. 北京: 中国人民大学, 2002: 1.
- [10] 张华. “心寓于身”论的发展历程[J]. 哲学动态, 2008(11): 46-51
- [11] 何光辉. 人性朴真: 道家人性论新释[J]. 学术界, 2014(5): 165-172.
- [12] 刘同舫. 人类解放何以必要——马克思以人类生存境遇为着眼点的论证[J]. 社会科学家, 2015(10): 22-26.
- [13] 李振纲. 老子三宝释义[J]. 哲学研究, 2016(8): 58-64.
- [14] 刘笑敢. 道家式责任感与人际和谐[J]. 文史哲, 2008(6): 5-17.

- [15] 吴海龙, 韩璞庚. 生命共同体: 人与自然和谐相处的现实维度[J]. 东岳论丛, 2018, 39(10): 102-107.
- [16] 刘时工. 价值类型和生命的意义[J]. 道德与文明, 2015(2): 32-38.
- [17] 张方玉. 论庄子“至乐无乐”的幸福境界及其现代启示[J]. 道德与文明, 2013(2): 27-31.
- [18] 周山东. 道家“身国同治”的道德治理思想及其现代价值[J]. 唐都学刊, 2018, 34(3): 54-56.
- [19] 冯友兰. 新原人[M]. 北京: 商务印书馆, 1943: 63.
- [20] 尹业初. 论儒家“义利”思想与人生道德境界的提升[J]. 湖南师范大学教育科学学报, 2011, 10(4): 64-66.
- [21] 冯友兰. 中国哲学简史[M]. 北京: 北京大学出版社, 1985: 93.
- [22] 冯友兰. 三松堂全集(第四卷)[M]. 郑州: 河南人民出版社, 1986: 554.
- [23] 李忠杰. 论社会发展的动力与平衡机制[J]. 中国社会科学, 2017(1): 4-15.
- [24] 吕锡琛. 论道家对社会正义的诉求[J]. 湖北大学学报, 2005, 32(6): 632-637.
- [25] 刘笑敢. 老子古今: 五种对勘与析评引论(上卷)[M]. 北京: 中国社会科学出版社, 2006: 51.
- [26] 高兆明. 伦理秩序辩[J]. 哲学研究, 2006(6): 110.
- [27] 叶浩生. 中国古代道家责任心理思想及其现代意义[J]. 南京师大学报(社会科学版), 2010(3): 105-110.
- [28] 郭清香. 何以安身?立命何处?——“安身立命”问题之当代价值[J]. 河南社会科学, 2011(3): 171-174.
- [29] 萧天石. 道家养生学概要[M]. 北京: 华夏出版社, 2007: 8.
- [30] 郭齐勇. 儒家人文主义与道家自然主义[J]. 船山学刊, 2017(5): 76-81.
- [31] 肖伟胜. 焦虑: 当代社会转型期的文化症候[J]. 西南大学学报(社会科学版), 2014, 40(5): 126-136.
- [32] 新华网. 我国每年 20 万人抑郁自杀, 抑郁症呈年轻化趋势[EB/OL]. <http://health.sohu.com/20140506/n399290873.shtml>, 2014-05-06.
- [33] 冯务中, 李义天. 几种人性假设的哲学反思[J]. 社会科学家, 2005(5): 7-11.
- [34] 戴峰. 庄子、李贽贵真思想辨析[J]. 山东社会科学, 2005(8): 114-116.
- [35] 陈鼓应. 道家文化研究(第十四辑)[M]. 北京: 生活、读书、新知三联书店, 1998: 81.
- [36] 陈鼓应. 庄子今注今译[M]. 北京: 中华书局, 1998: 162.
- [37] 严春友. 主体性批判[J]. 社会科学辑刊, 2000(3): 25-29.
- [38] 黄雁玲, 覃青必. 主体性视域下人的三重道德承诺及责任[J]. 求索, 2013(8): 91-94.
- [39] 郭湛. 论主体间性或交互主体性[J]. 中国人民大学学报, 2001, 15(3): 32-38.
- [40] 何爱国. 全球环境治理中的东亚智慧[J]. 理论与现代化, 2014(3): 16-22.
- [41] 唐代兴. 自然为人立法人为自然护法: 伦理学的自然基础(中)[J]. 湖南科技学院学报, 2009(5): 1-8.
- [42] 陈伯海. 唯天为大, 唯人为灵——“天人关系”的再思考[J]. 学术月刊, 2009(1): 36-44.
- [43] Sen, A.K. 以自由看待发展[M]. 北京: 中国人民大学出版社, 2002: 18.
- [44] Anand, S.J. (2004) The Concern for Equity on Health. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 56, 485-487. <https://doi.org/10.1136/jech.56.7.485>
- [45] 樊浩. 道家伦理的精神哲学意义[J]. 江苏行政学院学报, 2007(2): 5-11.
- [46] 郭齐家. 中国古代研究生命的学问——“安身立命”说[J]. 洛阳大学学报, 1998(1): 1-5.