

《逍遥游》之“无待”探赜

赵春晓

新疆师范大学政法学院, 新疆 乌鲁木齐

收稿日期: 2024年10月28日; 录用日期: 2024年11月24日; 发布日期: 2024年11月29日

摘要

《逍遥游》作为《庄子》内篇的首篇, 精妙地阐述了庄子对自由的哲学追求。文章开篇即通过“小大之辩”在时空维度上揭示了万物存在的相对性和依赖性, 指出物之有待。继而, 庄子通过宋荣子、列子等人物形象, 进一步展示了人之有待, 即人类在社会中的局限性。在深刻洞察的基础上, 庄子提出了“无己无功无名”的无待哲学, 主张超越个人的私欲、功利和名誉, 达到精神上的自由。这种自由是内心的超然与自在, 不是无目的的放任, 而是基于对世间规律的深刻认识。庄子的“逍遥游”不仅是个体心灵的归宿, 也是对人生意义和价值的反思, 引领人们在纷扰世界中寻找超脱之道, 实现精神自由的至高境界。

关键词

庄子, 有待, 无待, 游

An Exploration of the Thought of “No Waiting” in “Carefree Travel”

Chunxiao Zhao

School of Political Science and Law, Xinjiang Normal University, Urumqi Xinjiang

Received: Oct. 28th, 2024; accepted: Nov. 24th, 2024; published: Nov. 29th, 2024

Abstract

“Carefree Travel” as the inaugural chapter of the Inner Chapters of “Zhuangzi”, exquisitely elaborates on Zhuangzi's philosophical pursuit of freedom. The text begins by employing the “debate of the small and the great” to reveal the relativity and dependency of all things, existence in the dimensions of time and space, pointing out the contingency of things. Subsequently, Zhuangzi utilizes the figures of Song Rongzi and Liezi to further illustrate the contingency of humans, that is, the limitations of human beings in society. Based on profound insight, Zhuangzi proposes the philosophy of

“no-self, no-merit, no-fame,” advocating the transcendence of personal desires, utilitarianism, and reputation to achieve spiritual freedom. This kind of freedom is an inner detachment and ease, not purposeless indulgence but is founded on a deep understanding of the laws of the world. Zhuangzi's “Carefree Travel” is not only the destination of the individual soul but also a reflection on the meaning and value of life, guiding people to seek the path of transcendence amidst a tumultuous world and to realize the supreme state of spiritual freedom.

Keywords

Zhuangzi, Contingency, Non-Contingency, Travel

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

1. 引言

庄子是道家的一个代表人物，沿袭了老子的“道”，但是庄子思想的侧重点在于泯灭价值世界差别的对立。即实现万物各自的逍遥，达到“游”的境地。王夫之在其《庄子解》中论述内篇系统性时把《庄子》内七篇全放在“逍遥游”思想的统摄之下：“道者，向于消也，过而忘也；遥者，引而远也，不局于心知之灵也；故物论可齐，生主可养，形可忘而德充，世可入而害远，帝王可应而天下治，皆吻合于大宗以忘生死。无不可游也，无非游也。”[1]郭象在对本文的注解中也提出“有待”、“无待”这一对范畴。所谓“有待”，即物或人自身有所依凭，以外在的事物为条件实现自己的发展与成长。所谓“无待”，即精神上自由放逐，客观事物不会对人心有所牵附，是一种精神上的绝对自由。庄子从“有待”转向“无待”，是真正实现心灵的“坐忘”与超越。也是从必然走向自由的一种可供参考的价值路径。罗祥相通过对“彼且恶乎待哉”以及后来概括式的“无待”范畴的研究，得出庄子所追求的“无待”境界，不只停留在精神领域，现实中是可达到的[2]。张和平认为“无待”并非“一无所待”，而是“无待于特定(一定)之物”(“无一定之待”)，即游面对万物时没有取舍，游才成为可能[3]。文贤庆认为，由于人处于各种牵绊关系中，在俗世生活中不能做到无待，精神上可以实现[4]。在有待无待方面，主要有这几种观点，以下将在前者的基础上阐释“游”在现实中是可能的，但不同罗祥相所言，自由不能离开必然而存在，无待是建立在精神无待的基础上，现实中做到无待，但并不是完全无待，这点罗祥相未加说明，本文将在这一点继续发挥和阐释。

庄子生活在战争频仍的战国时期，身处宋国，还经常受到他国入侵。政治极度黑暗，百姓民不聊生，且庄子又具有处世的忧患感，处在这样黑暗的环境中，庄子不仅想要自居，还想因此利众人，让众人身心获得慰藉与自由，如此恶劣的社会环境使庄子迫切想要无待，追寻自由。同时，庄子本身富有浓郁的艺术细胞和文学色彩，庄子生活在宋楚文化交界地带，现实主义与浪漫主义都很浓厚，这种文化传统也使庄子耳濡目染，成为庄子创作风格的象征之一。在思想层面，庄子继承了老子的思想，并在此思想上继续发挥，“道”成为庄子的一个思维工具，“自然”成为庄子哲学的一个显著特征，庄子不同于老子，老子的思想更侧重于政治哲学，但是庄子的思想侧重于内圣，个体追寻心灵的自由，因此“无待”也成为庄子追求自由的价值旨归。同样地，对当今的社会而言，众人疲役，经常内心感到痛苦，内耗现象十分严重，无法超越现有的有待进一步走向“无待”，因此，庄子所提到的“无待”对于当今社会而言有十分重要的价值与指导意义。接下来，将从有待和无待中继续考量，深入挖掘无待的现实可能性。

2. 游之有待

开篇以鲲鹏之志，鲲鹏展翅高飞的画面给我们展示了一种磅礴开阔的意境。

北海有条叫鲲一样的大鱼，化为鹏之后，双翼也很宽大，像垂天之云一般，将要去往南冥，天池这一地方。为什么要展现鲲鹏这一庞然大物？在庄子看来，一个人往往受到眼前时空的限制，身心因此受到束缚，无法用广博的心胸去看待周围的事事物物。借鲲鹏这一物象，从另一方面也向我们展示要突破心灵的局碍，展望宇宙的浩渺无垠。郭象对于鲲鹏这一大物，有着远大的志向，实现自己的逍遥。虽然，我们会很容易羡慕大鹏所能去到的地方遥远，视角更加宽广，但是这背后有一问题我们不可忽视，它也是有所待的，要凭借“海运”，林希逸曰：“海动必有大风，今谚有‘六月海动’之语”。种种描述，会让人觉得鲲鹏无拘无束，自由自在，绝云气、负青天，让人艳羨与憧憬。但是，即使如此，鲲鹏仍旧要受到诸多条件的限制。鲲鹏生活在广大的天地中，受到时间与活动范围的限制。即使要适往南冥，也需要海运和大风的加持。除此之外，物质的约束也是鲲鹏所累的，聚粮充足方可稳定物质条件。因此，鲲鹏也是有待的。接下来，让我们把视角转到蜩与学鸠身上：蜩与学鸠无法理解大鹏的志向，但仍然自得其乐。在《庄子注疏》一书中郭象注：苟足于其性，则虽大鹏无以自贵于小鸟，小鸟无羨于天池，而荣愿有余矣。故小大虽殊，逍遥一也。

这是从小大之辩上来讲自由的，大鹏能去到南海蜩与学鸠所不能去到的地方，这两只小鸟由于自身的局限也无法理解大鹏的志向与做法。但无论是大物还是小物，都在现有条件的基础上实现了自身的逍遥。于此而言，这是可喜的。郭注云：“所适弥远，则聚粮弥多。故其翼弥大，则积气弥厚者也”[4]。这二虫无法懂得大鹏去远的地方所需的准备，同时也无法理解大鹏起飞所需要的巨大的条件。但是大鹏尽管视野眼界如此高了，但仍然要依托风，海运才能腾空而起。这是从空间上说明物之有待。事物自身存在局限，无法超脱自身认知存在的局限，可谓“小知”，与之对立，可谓“大知”。菌则朝生暮死，蝉则夏长秋殂，斯言龄命短促，故谓之小年也[5]。然而，冥灵、大椿、乃至彭祖的寿命却与之相比非常长，称之为“大年”。因此小大之辩也可包括小年与大年的比较。这是从时间上来说明物是有所待、不逍遥的。

前文先是从空间的局限将鲲鹏与蜩、学鸠对比，后从时间存活的长短来展示生命的境界，算得上是小悟与大悟。局限于自己的生存状况而又能够安然自得，这是小悟；了悟自身生存现状而又能超越自身的局限即是大悟庄子对所有物象的关注最终转向了人自身，目的还是在于启迪个人加强自身修养，实现个体内在的自由与逍遥。于是，他从物理世界进一步也转入了对人的精神世界的描述。庄子提到了一些人，这些人有知识，有才能，有德性，有良好的道德修养，但是仍然受功名利禄的束缚，仍然是有所待的。这也说明即使有良好的德性，但是利益的驱使、现实的蛊惑有时仍旧会把你推进茫茫的枷锁中，陷于“小知”的境地。但是宋荣子却看淡了这种外在的是非荣辱，丝毫不受他人褒贬的影响，宋荣子的境界又提高了一层，不会沉湎于世俗的贪欲享受，功名荣华，更多地去寻求超脱以及内在的超越。但是，尽管如此，仍“犹有未树也”。刘辰翁曰：“未树，犹有所倚也”。当宋荣子将自身与这个世界相剥离时，发现内在其实并不逍遥[6]。而列子的境界比宋荣子更高了，甚至更逍遥了。看，列子乘风出行，无物可求，这不是很自由吗？但是，他仍旧未逃脱外物，对“风”的依赖。即便如此，仍然还是有待的[7]。由此我们可以看到，无论是从空间上鲲鹏翱翔、蜩与学鸠枪榆枋而止，还是时间上朝菌、螻蛄的小年不及冥灵、大椿与彭祖的大年，它们也都逃不过时间的长河，达到真正的逍遥。人也一样，物欲，名望凡此种种，心灵仍受托着羁绊与制约。因此都是有待的。

3. 无待归旨

在《庄子》中，“无”一词涵义多样。当本义使用时，通常指“一无所有”，而当涉及范畴义时，特

指“道”的“不定性”或“不确定性”，有时可诠释为“无一定之”。在《逍遥游》中，庄子运用了大量“无”的范畴意义，如“无用”、“无己”、“无功”、“无名”等，以突显“道”之人或“逍遥游”者的特质。通过这种表述，很轻易地区分了“逍遥游”和非“逍遥游”：具有“无一定之待”的人是“逍遥游”，而持有“有一定之待”的人则非之。一切事物皆“有待”、充满局限，不自由，但是作者希望追求心灵的无待。因此，作者以为，如何才能达到“无待”的理想境界？文中指出超越的途径在于：“至人无己，神人无功，圣人无名。”这是作者心中达于逍遥的一类人。“乘天地之正”就是顺应万物的本性；“御六气之辩”，对应的就是阴阳、风雨、黑暗、白昼的变化。从庄子的角度来看，如果能做到这一点，便可在内在无穷畅游。对这种无欲无求的境界，古人的解释是：虽在细枝末节上有许多不同，但在理致之大端上少有纷争。但是，对于“至人”、“神人”、“圣人”等概念的阐释，各家观点却有很大不同[8]。

首先，在“无名”上而言，庄子给出了尧让天下于许由的故事，历史上尧舜禹的故事曾广泛受人推崇。况且，尧在位统治时期，儒家也曾处于黄金时期。尧认为自己的德行不及许由，他认为许由乃“日月”“时雨”，而自己只是其中的一点“燭火”罢了，实在不堪继续天下重任。许由作为当时的隐士，不肯接受这一果实也是有它的道理的。首先，“子治天下，天下既已治也”这已经是不净的事实，这是尧在位的功绩，许由并不否认尧所建立的丰功伟业，但是许由继续说：“而我犹代子，吾将为名乎？名者，实之宾也，吾将为宾乎？”但是许由并不想什么都不做，单单为名利而蛊惑，这也不是他的作风。进一步，许由由一个比喻写出了自己所向往的生活“鷓鴣巢于深林，不过一枝；偃鼠饮河，不过满腹”[9]，简单的生活，好似粗茶淡饭就够了，所需的并不多，日常温饱就够了。可见，许由对现在的生活很知足，也不期许更高的名利或声望，更何况那也是尧治理好的国家，尧也已经具备了名实相符的德的品质，自己更不能越俎代庖了。短短的一些话，隐隐显示出尧与许由不同的价值取向，尧和许由各自有着自己的权利和义务，尧更应该去满足自己功业上的价值追求，而许由与之相反，许由喜欢也更适合隐逸的山林生活，或许对于许由而言，他也早已看淡了这种世俗的浮华，而守住自己的一方隐逸之心。这里的名实关系也正像文中给出的“庖人虽不治庖，尸祝不越樽俎而代之矣”一样[9]。对此，郭象注：庖人尸祝，各安其所司；鸟兽万物，各足于所受；帝尧，许由，各静其所遇，此乃天下之至实也[10]。成玄英关于庖和尸祝也有自己的解释：庖人，谓掌庖厨之人，则今之太官供膳是也。尸者，太庙中神主也。祝者，则今太常、太祝是也。各有名实之分，因此郭象也说：“帝尧，许由，各静于所遇”也矣[10]。可见，他们各自具有自己的名实职分。另外，庄子在这里所讲的“圣人无名”并不是对无名的否定，而是对无实之名的否定。

至人无己，神人无功，圣人无名，都是庄子从超越的层面来谈体道之人的心之超越。正如上文来谈，圣人是从名称的角度来谈，神人，是从功用角度来谈，至人，则从“己”这一本体角度来谈。

庄子作内七篇，不止通过“忘”这种方式实现超越，有时庄子所描写的神话故事通过超脱常识与现实世界而达到另一种想象的、超越的高度，这在“神人无功”中也有体现。接下来体现在肩吾跟连叔的对话，肩吾跟连叔说接舆这个人很奇怪，言论夸张，一般常人觉得摸不着头脑。从这一点设下悬念，究竟什么样的言论让人觉得异乎常人呢？肩吾说道：在姑射山上住着一位神人，这位神人和普通人大不相同，神态举止动作很难让人和常理联系起来。接舆能够描绘出这样的画面，说明自身能够上达到这种境界。庄子正如接舆此人一样，似贤人隐者，同时又站在接舆的视角写异于常人的神人，异于世俗世界的仙人世界。仙人居住的地方在“山”上，而世俗世界的普通百姓住在乡间小屋。仙人肌肤洁净，动作轻盈，不被世间染污。他们不吃五谷，吸食自然妙气，不用在地上行走，乘云气便可遨游四海内外。无论是在居所还是在认识层面，都一下子拉开了与世俗之人的距离。仙人世界不同于世俗世界，不能通过感官感知，只能通过内在精神去体悟[4]。同时，此处将接舆与肩吾形成对照，肩吾完全不能理解接舆超越的

境界，连叔于是又通过一则故事谴责肩吾的无知。连叔批评肩吾眼瞎耳聋，本身遮蔽了心性，实际上是心聋，属于愚惑之徒，终身未悟也。世俗未开悟之人无法理解接舆的境界，这种境界就像：没有什么事情能伤害到自己，即使生死、或高温等等……[11]。

现世的人们大多追求功名、利禄、稳定的生活，殷实的物质享受。然而，在追逐的过程中，就会产生诸多苦难，挫折，以及求而不得的痛苦甚至是得到后担心失去的控制。种种心理波折实则都是一种心理损耗，内心不能通达安然，终日陷存于蝇营狗苟的世态中，不免迷失自我，失掉本心，丧失本性，成为不真。不真即是一种恶，无法复归自然。但是神人可以与之相反，超脱现世，不以物喜，不以己悲，驰骋四海，情志不受牵绊，无所累，无物欲亦无所待，站在更高层次审视人间，采取一种全面的观点看待自己及周围的事物，了解周遭的处境，客观地加以分析。庄子所向往的自由境界就像神人一样，能够超越内外之分，不以物事，不被世事牵累而能纵情逍遥。庄子借接舆这一视角述自我理解与想象，虽然庄子描写的情景于现实中不可捉摸，均是通过实践获取认识与理解，类似“吾丧我”、“坐忘”、“心斋”所感。这种感觉有些发狂，但是这种狂真正是指什么呢？不是简单的一派胡言或游戏人生，而是对生活有着达观、畅然的态度及生活方式的体现，是自性潇洒、自然本性的一番彰显。崇尚自由精神的人游走在虚伪不真的现实世界里，庄子借卮言、重言和寓言这种表达狂的表达方式像是跟这个与自身本性相矛盾的世界的反抗与斗争，庄子是这样的人，接舆也是这样的人[4]。庄子的无功，一方面并不是要我们不作为，而是要在日常生活中做到“物物而不役于物”，同时在另一方面，从“无功”这两个字本身来理解，“无功”真正的达到要以“无”为前提，在达到“功”的过程中再回到“无”，这种“无”是一种精神状态，是在获得功成名就之后不对其加入“我执”的想法，同时能够看淡功名利禄，平常生活，不夸大，不自傲地淡然处之的恬淡心境。

关于“无己”的观点，不同的人也存在不同的主张，但值得肯定的是，“无己”决不是没有自己、不知道什么是自己，也不是去我顺物，在《齐物论》中来看，就是去除成心，小知小我之见，同于大通，用道的枢纽把握整体的圆融统一性[12]。明白自己是天道的产物，便能真正认识到“天地一指也，万物一马也”，真正达到“和以天倪，休乎天钧”的“无己”境界。在《庄子》一书中，庄子还提到宋人与越人的不同，宋人是殷人的后代，与越人断发文身相比，里面存在有文明与野蛮的两相对立：文中提到“章甫”，即殷冠，这种搭配不是天生就有的，而是后天的修饰，然而在越人看来，毫无意义，便断发文身。不同的地域存在不同的文化，对同一事物的看法有着不同的理解。若以主观的偏狭之见到越国卖殷人之冠，不仅越人不买账，也不会给自己带来任何好处，得不偿失。

正像《齐物论》中当中所说：“夫随其成心而师之，谁独且无师乎？”每个人带有成心，并且形成了各自固有的标准。“夫域情滞着，执一家之偏见者，谓之‘成心’”。成玄英在《庄子注疏》中言[9]。这种成心不分好坏，人人皆有，愚人也是如此。世间的种种是非之类的判断均是建立在这样的“机心”或“成心”上的，因而会引出种种迷乱状态，到老也无法解脱，“莫使复阳”，实乃可悲。“无待”，它并不是指“物与我相互依持”，而是指“我对外物有所依恃”。拿列子御风而行为例，风对列子是没有依恃的，但是列子离开风，便做不到真正的自由[10]。不同的人关于无己有不同的说法，罗祥相认为：庄子之“无己”，既要摒弃个人私欲，又要彻底消除名利之外的不正当欲；不但要消灭“己见”及其由此产生的无尽是非，还要消除“巧智”，从而引致“己见”与无尽是非，消去种种不和谐之气，使人心不能与豫，德不能失于邪；最终，还需要解构以仁义、礼乐、威严等礼仪规范所带来的精心雕琢虚假的“己”[13]。王永豪认为：欲入大境，惟有解构自我，不使经验偏加于己，亦可[14]。杨国荣曾经说过：“这里的‘无己’的含义，并不在于消除自己，而在于对人和这个世界之间的界线进行解构[15]”。庄子对“忘己”也给出了明确的阐释：“忘乎物，忘乎天，其名为忘己。忘己之人，是之谓入于天。”（《天地》）林

希逸释曰：“天物俱忘，是谓忘己。忘己，则入于自然。入于自然，则与天为一矣。”[16]。

“至人无己”本义是通过“无我”获得逍遥，在《逍遥游》一文中，庄子说过“大葫芦是大有用处”，惠施认为葫芦“盛水，其坚不可举”。在惠施看来，这葫芦没有什么用处，可是庄子却觉得这葫芦有大用。则在于“以为大樽而浮乎江湖”。惠施只看到了瓠盛水的用处，但是庄子跳出瓠本身而言，用它做大舟，自是逍遥放逐。从思考角度方面也形成了鲜明的对比。段末，庄子果断批评惠施道：“夫子犹有蓬之心也夫！”此处的“蓬”，陆德明《经典释文》引向秀注曰：“蓬者短不畅，曲士之谓。”依向秀的注解，庄子在说惠子心思狭隘，如同茅塞。惠施仅仅从自我的视域去考虑问题，未能从整全的角度看待问题。因此，未能做到“无己”。

庄子并不是跟惠子说要真正做一个隐士，“无名”并不是无法做到可以提升名声的事，但是带着功利心去事功，往往内心会交杂各种复杂的情绪，将内心过度投放到世俗事物上很容易形成我执，受到世俗事物牵累，失掉内心宁静与淡然。站在庄子的视角来言，真正有价值的，并不是什么具体现实的东西，而是一颗超脱于实际的心灵。每个人都在追求更高的人生价值和意义。同一件事，每个人的想法都不一样，对事物的看法也不一样。只有“有用”，才能让人在精神和灵魂上，感受到巨大的用处[4]。“形而上者谓之道，形而下者谓之器”，仅仅着眼于器物，不能把握其中内在规律，那么，无论反复一件事多少次，也无法提升自己的思维与境界认知水平。惠施总是在世俗的标准去看待事物的有用性，它甚至总觉得庄子的话夸大不实用。但是，当惠施认为瓠太大，无处安放，没有世俗用处的时候，庄子用一个新的角度，提出大瓠可以做大舟，以无用真正实现了大用。而且世俗的用把人的真性、道德限制在一个受束缚的框架中，无法真正地因任自然，发挥人的自性本来。这在某种程度上本身就是“无用”，而非超越意义层面的无用即是大用。

从另一方面来说，冯友兰先生曾提出四大境界，即对整个宇宙和天地深切的觉解。汪传发在《天地境界：冯友兰的哲学信仰》一文中写道：最高的觉解，从自觉的角度看，它指最高程度的自觉，这一认识，既包括对物的认识，也包括对主体自己的认识。觉解到事物的整体性，才能不至于陷于偏狭的一己之见中，于《齐物论》中而言，就是“以明”、“道枢”、“道通为一”。

然而，只有了解到“无己”这种境界还是不够的，庄子的用意在于通过实践去修养这种心性，做到“无己”。庄子的“无己”在实践方面并不体现在物质层面，而在于在精神层面，去除“机心”、“成心”，在这种情况下，个体的精神活动将被归之于心，但“机心”“成心”此类范畴不被划归于此，这里的“心”，就是老子所谓的“无心”，也就是庄子的“平常心”。这就是老子说的“致虚极，守静笃”的原因(《老子·第十六章》)；而庄子又曰：“唯道集虚。虚者，心斋也。”(《庄子·人间世》)虚极到一定程度，超越身体与精神的相对性，虽不能真正做到“堕肢体”，但能够尽力实现灵魂上的超脱，不受事物的牵累，达到真正的超然，做到向内求，这种境界的最高境界便是“无己”。庄子的其它篇目也有所体现，譬如：“乘道德而浮游”(《庄子·山木》)，“独与天地精神往来，而不傲倪于万物”(《庄子·天下》)[4]。

“无己”的表现作用于生活也就是齐同是非，庄子在《齐物论》中举了一个朝三暮四的例子，养猴的人打算一天给猴子早上三个栗子，晚上四个栗子，但是猴子听了很是大怒。但是当早上给猴子四个栗子，晚上给三个，猴子又很开心。很明显，名实方面是未亏的，但是猴子无法从整体的角度看待事物，因而产生了是非。因此，“无己”的另一角度在生活中也要齐是非。

从以上分析我们可以看到，“无名”、“无功”、“无己”都是对自身的超越，都是在体道的基础上去实现精神上的安顿。故此可知，于现实生活中，众人也可通过精神无待打破内在局碍进而去实现现实无待。

4. 结语

通览《逍遥游》全文，我们可以知道，庄子给我们展示了从“物之有待”、“人之有待”再到“无己、无功、无名”的个人超越之途，可以发现通过“无名”的去除私欲，“无功”超越功名利禄的负累，“无己”中的无我，齐同是非去实现现实的逍遥，即使受到必然性的限制，但仍然可以在精神自由的基础上落实到现实层面实现超脱。不仅给我们提供了思路和方向，同时也启发我们更加重视精神上的生活，超脱世俗生活的诸多负累，达到精神上的真正的逍遥，对于当代人进一步追求精神上的自由提供了新的借鉴与思考，具有一定的价值内涵与指导意义。首先，面对社会生活的压力，个人能够藉此学习如何调整自我，不受外在环境左右，保持精神上的无待；其次，庄子提供的“无待”思想能够让个人以更加开放、包容的心态面对生活，藉此提高幸福指数，因此也可以说，庄子的哲学也是一种生活哲学。另外，对精神生活的向往也会减少对物欲的追求，生活更加有质感且简约；最后，还能藉此提高个人认知，反省诸己，提升创造力，注重生命意义与价值的探索，这些无疑都给我们留下了深深的思考与启示。

参考文献

- [1] 王夫之.《庄子解》卷一[M].长沙:岳麓书社,1996:81.
- [2] 罗祥相.庄子“有待”“无待”思想新论[J].哲学研究,2021(12):53-61.
- [3] 张和平.“无待”新释[J].厦门大学学报(哲学社会科学版),2021(5):166-172.
- [4] 文贤庆.论庄子无待逍遥的自由[J].中国哲学史,2023(4):11-17.
- [5] 张继禹,主编.中华道藏第13册[M].北京:华夏出版社,2014:81.
- [6] 王英娜.在“有待”中实现“无待”的追求——庄子《逍遥游》解析[J].理论界,2012(2):123-125.
- [7] 何佳慕.庄子《逍遥游》之“逍遥”价值探析[J].成都理工大学学报(社会科学版),2020,28(6):11-15.
- [8] 黄克剑.《逍遥游》要旨析疑[J].东南学术,2019(1):151-161.
- [9] 陈引驰.庄子讲义[M].北京:中华书局,2021:117.
- [10] 郭象,注,成玄英,疏.庄子注疏[M].北京:中华书局,2011:14.
- [11] 陈鼓应.庄子今注今译[M].北京:中华书局,2009:29.
- [12] 李明珠.论庄子的“无功”、“无名”、“无己”思想[J].学术月刊,2002(12):40-44.
- [13] 罗祥相.庄子“无己”思想阐微[J].中国哲学史,2023(3):36-43.
- [14] 王永豪.“无己”逍遥、“无功”逍遥和“无名”逍遥——论庄子“逍遥游”思想的三个层面[J].社会科学研究,2007(1):142-151.
- [15] 杨国荣.庄子的思想世界:一种哲学的阐释[M].上海:华东师范大学出版社,2009:56.
- [16] 方勇.庄子纂要[M].北京:学苑出版社,2012:306.