

# 智慧澄明与德性生成之路

## ——论《斐多篇》中的哲学生活实践

豆怡婷

新疆师范大学政法学院, 新疆 乌鲁木齐

收稿日期: 2025年6月17日; 录用日期: 2025年7月8日; 发布日期: 2025年7月21日

### 摘要

本文以柏拉图《斐多篇》中的哲学生活实践为核心命题, 旨在探讨智慧澄明与德性生成的内在关联, 阐明苏格拉底临终对话中构建的伦理范式如何通过理性操练超越世俗功利德性, 为古希腊及当代价值困境提供解决方案。文章聚焦于哲学实践视角, 剖析哲学生活的认知根基与伦理机制, 揭示哲学生活呈现的终身求知、德性淬炼与辩证生存的统一实践, 为现代人对抗价值虚无提供古典智慧参照。

### 关键词

哲学生活实践, 智慧澄明, 德性生成, 《斐多篇》

# The Path to Wisdom Clarity and Virtue Generation

## —On the Practice of Philosophical Life in the Book of *Phaedo*

Yiting Dou

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

Received: Jun. 17<sup>th</sup>, 2025; accepted: Jul. 8<sup>th</sup>, 2025; published: Jul. 21<sup>st</sup>, 2025

### Abstract

Taking the practice of philosophical life in Plato's *Phaedo* as the core proposition, this article aims to explore the intrinsic correlation between wisdom clarification and the generation of virtue, and to elucidate how the ethical paradigm constructed in Socrates' deathbed dialogues can transcend the worldly utilitarian virtues through rational exercises, so as to provide solutions for the dilemma of value in Ancient Greece and the contemporary world. Focusing on the perspective of philosophical

practice, the article analyzes the cognitive foundation and ethical mechanism of philosophical life, and reveals that philosophical life presents a unified practice of lifelong pursuit of knowledge, virtue quenching, and dialectical survival, which provides classical wisdom references for modern people to fight against value nihilism.

## Keywords

Practice of Philosophical Life, Wisdom Clarification, Virtue Generation, *Phaedo*

Copyright © 2025 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

在柏拉图哲学的发展脉络中,《斐多篇》占据着独特的实践转向意义。相较于《理想国》对城邦正义的宏观构建,该篇以苏格拉底饮鸩前的临终对话为场域,这一极端情境剥离了世俗生活的琐碎伪装,迫使哲思直面核心命题:当肉体存在濒临终结,何种生活值得一过?古希腊传统的德性观在此遭遇深刻挑战。智术师派将德性降格为修辞术操控的世俗成功,而大众伦理则沉湎于荣誉、财富等外在善的追逐,二者皆未能为灵魂提供超越死亡的意义支点。

与此同时,爱利亚学派对感官经验的怀疑与毕达哥拉斯派关于灵魂不朽的思辨,共同构成了柏拉图重构哲学生活的双重思想语境。苏格拉底在狱中提出的“肉体作为真理之障”的著名论断,既是对前苏格拉底自然哲学依赖感官认知的批判,亦是对流行价值体系的釜底抽薪。由此,《斐多篇》超越了单纯灵魂不朽的逻辑证明,实质性地开辟出一条以“净化”为内核的哲学生活进路——通过理性操练实现灵魂与肉体的剥离,使德性从世俗功利的博弈升华为智慧澄明的内在生成。这一实践范式不仅为古希腊伦理困境提供了破局方案,更在当代价值虚无的迷雾中投下一束古典理性的光芒。

## 2. 智慧澄明的知识论奠基

柏拉图在《斐多篇》中构建的哲学生活实践,始于对认知本质的深刻批判与重构。在苏格拉底的狱中对话中知识论与伦理学达成统一——智慧澄明是德性生成的必经之路,而这条路的起点,始于对肉体幻象的理性拒斥。只有摆脱“肉体作为真理之障”的认知困境,通过“次航”方法论的理性转向,阐明“知识即回忆”的伦理意涵,才能揭示智慧澄明的知识论前提,为德性生成提供逻辑支点。

### 2.1. 肉体作为真理之障: 感官经验的欺骗性

认知的主体是灵魂,而身体是认知的干扰因素[1]。首先,肉体通过视觉、听觉等通道制造认知幻象,“灵魂有肉体陪伴,肉体就扰乱了灵魂,阻碍灵魂去寻求真实的智慧了”[2]。可感世界的“美本身”与“美的事物”在此形成尖锐对立:一朵具体的玫瑰诱人沉醉于其色泽香气,却遮蔽了“美”的纯粹理念;一个正义的行为可能因情境的不同被误解,进而偏离正义本身。肉体如同覆满水汽的镜面,使灵魂无法直观到理念。其次,肉体需求将灵魂囚禁于“双重奴役”状态。一方面,生存本能迫使灵魂服务于营养、情爱和物欲,消耗其认知能量;另一方面,对痛苦的恐惧使灵魂回避真理探究所需的深刻思考。此种状态下,所谓“知识”不过是欲望的合理化工具,恰如洞穴囚徒将洞壁投影奉为真实。最后,肉体以其时空有限性否定永恒认知的可能。肉体这个负累会永远阻挡灵魂充分地掌握纯粹知识。苏格拉底尖锐地指出:

真理认知的先决条件是灵魂“独自面向实在”。这要求灵魂必须挣脱肉体的物理干扰、心理束缚与存在局限，才能进入纯粹理智的澄明之境。

批判肉体绝非禁欲主义说教，而是提供了认识论的合法性。当哲人通过理性训练尽最大可能使灵魂脱离肉体，实则是清除认知镜面的污渍，使理念之光得以映照。每一次抵制感官诱惑、每一次克制情感波动，都是对“灵魂囚笼”的凿击——即智慧澄明在日常哲学生活中的微观实践。

## 2.2. “次航”方法论：从感官直观到理性推导

当苏格拉底在狱中回溯思想历程时，“次航”隐喻的提出，标志着柏拉图对认知困境的破局之道。苏格拉底的“第二次航行”，这是他开始了对事物认识的转向，认为要跳过外部的感官直接用理性来完成对事物的认识[3]。不过这一转向绝非偶然，而是肉体批判的逻辑必然。当感官被确认为“真理之障”，哲人必须开辟一条超越肉体的认知新航路。“次航”的本质是认知方式的自我革命。苏格拉底转而以理念的方式研究真理，而不是直视真理，这应该就是他的次航[4]。这一进程蕴含三级认知跃升即从感官直观到经验倒影再到理念推导，每一级都是对肉体束缚的进一步剥离。

“次航”实为智慧澄明的认知操演。当哲人拒绝依赖感官，转而以逻辑认识理念世界时，就已在方法论层面实现“灵魂的转向”。每一次假设法的运用，都是对肉体认知惯性的反抗。

## 2.3. 知识即回忆的伦理意涵

在柏拉图看来，每个人的灵魂在现世之中生活都有自己的任务，完成了任务的灵魂就是德行修养好的灵魂，而这个任务就是回忆起灵魂在“理念世界”之中生活时所观照过的“知识”[5]。

“回忆说”在《斐多篇》中承担双重使命：在认识论层面证明先天知识的可能性，在伦理学层面为德性实践提供本体论支点。其论证逻辑如下：知识先天存在→记忆是指由从前知道的事而得到的认识→相像和不相像的东西都引起记忆→抽象的相等和物质的相等不一样，但在比较是否相等或相像时都经过了记忆→相等的概念从种种感觉中得到→运用感觉前已经得到相等的概念→出生前已经拥有这些知识→出生时忘记知识，而后运用感觉找回了从前所有的知识，即学到知识→知识即回忆。

回忆说为智慧的获得提供了来源，为德性的可能性提供了担保。灵魂先天拥有“善本身”的知识，意味着德性并非外在规训的产物，而是灵魂对内在理念的唤醒。哲人通过“死亡练习”剥离肉体干扰，使先天德性理念重新照耀灵魂。当西米亚斯质疑“灵魂是肉体的和谐”，其本质是否认灵魂的独立实在性。回忆说以理念认知的先验性证明：灵魂是主动的认知主体，因而具备道德责任的承载能力，即德性生成的前提。苏格拉底在《斐多篇》中提到：“假如死可以逃避一切，恶人就太幸运了。”[2]回忆说通过灵魂不朽的证明，将伦理实践置于永恒视域，此生锤炼德性，是灵魂在轮回中向上跃升的阶梯。由此，死亡练习不仅是理智净化，更是灵魂朝向至善的永恒攀登。

柏拉图的知识论暗含着深刻的张力。一方面，他认为只要灵魂与肉体结合，便永远无法获得纯粹知识；另一方面，他又通过“次航”与回忆说构建此生认知的路径。此种张力被学界称为斐多式知识悲观主义。以生死界限为灵魂/肉体分离的终极标志是《斐多篇》的知识论悲观主义的根源[6]，其本质是存在论与认识论的二律背反：肉体存在本身阻碍对理念的直观，但理性可通过“假设-推导”无限逼近真理。哲人接受认知的有限性，却以更炽热的理性去追寻理念。这种“在绝望中坚持希望”的认知姿态，恰是苏格拉底饮鸩前从容的深层动因。

## 3. 德性生成的伦理机制

《斐多篇》中构建的德性理论，以“灵魂净化”为实践核心，揭示了德性生成的辩证路径。通过持续

的灵魂操练，剥离世俗功利性德性蒙蔽灵魂的虚假本质，构建以智慧为根基的真德性，最终导向一种超越肉体局限的生命形态，实现从恐惧奴隶走向理性主宰再走向德性完善的自我革命。

### 3.1. 真假德性的辩证解构

柏拉图借苏格拉底之口，尖锐地指出其内核不过是恐惧与更大欲望的博弈，与真正的德性相去甚远，撕开了世俗德性的虚伪面具。世人所说的勇敢，不过是恐惧的变体——他们用对死亡的恐惧压制其他恐惧；而节制，不过是以更大的欲望克制小欲望。这不是真德性，而是用一枚硬币兑换另一枚硬币的交易。战场赴死者可能只为逃避“懦夫”的污名(对羞辱的恐惧多于对死亡的恐惧)；禁欲者节食可能只为获取“自律者”的美誉(对虚荣的欲望多于对美食的欲望)。此种“勇敢”与“节制”仍是恐惧与欲望的奴隶，其内核是利益计算的功利性博弈。假德性也因缺乏智慧统摄而彼此割裂。一个战场“勇士”可能对妻子施暴；一个“节制”的守财奴可能见死不救。这如同用破碎镜片拼凑的倒影，永远无法映照完整的善。另外，假德性将死亡视为终极威胁。战士用勋章装饰坟墓，隐士以苦行延年益寿，本质上仍是对肉体消亡的痴缠。当克里同为苏格拉底合眼而痛哭，其悲恸正暴露了世俗伦理的缺陷即无法超越肉体的存在焦虑。这种状态下的灵魂被身体囚禁、污染或纠缠。在此状态下产生的所谓“德性”是灵魂未能摆脱身体枷锁、未能实现真正独立和净化的表现，缺乏内在的稳定性和真正的价值根基，随时可能随着外在环境的变化和利害关系的转移而崩塌。苏格拉底对假德性的批判，其矛头最终指向的是灵魂的不自由状态——灵魂被身体的感受和需求所主宰，丧失了其作为理性主体的独立性和追求至善的能力。

假德性的解构促进苏格拉底构建真正的德性观。真德性并非对外在压力的被动反应或欲望的巧妙平衡，而是以智慧为根基，通过理性的引导，实现灵魂自身净化与和谐的内在成就。苏格拉底在《斐多篇》中确立了其著名的伦理命题：德性即知识。更准确地说，德性即智慧。真正的勇敢、节制、正义、虔诚等德性，并非孤立的行为规范或情感倾向，而是源于对“实在本身”即理念世界中的“善本身”、“美本身”、“正义本身”的洞察与把握。唯有当灵魂挣脱肉体的干扰，运用纯粹的理智去“观看”这些永恒的、不变的理念时，才能获得关于何为真正美好、正当、有价值的真知。这种真知是德性的唯一可靠的根基。智慧在此扮演着枢纽角色，勇敢、节制、公正都要经由智慧才成为真正的德性。没有智慧认知与衡量，所谓的勇敢可能沦为鲁莽，所谓的节制可能变成冷漠或压抑，所谓的公正可能流于刻板教条。

### 3.2. 灵魂净化与德性生成

《斐多篇》所构建的德性理论，其核心实践机制与最终目标皆聚焦于“灵魂净化”，最终导向一种超越肉体局限的理性生命形态。

理解“净化”的前提，在于明确灵魂作为净化主体与伦理人格的确立。《斐多篇》的一个革命性贡献，在于其首次明确地将灵魂确立为我们真正的伦理人格——“那个最应当被关心照料的、能够拥有智慧、善与正义的自我”。苏格拉底强调灵魂是“自我推动者”，是生命内在运动与认知活动的源头。这意味着灵魂不仅仅是生命的原则，更是统合理性、意气、欲望以及由此产生的伦理选择与行动的真正承载者。正是灵魂的这种主体性、能动性与统一性，使得“净化”成为可能且必要。德性的生成绝非被动遵从外部规范或社会压力，而是灵魂作为伦理主体，主动运用理性进行自我认识、自我管理、自我提升的内在过程。真正的勇敢源于智慧对何为真正恐惧之物的清晰辨识与理性引导下的无畏。因此，德性的本质是灵魂在智慧的统御下，其内在各组成部分达成的和谐与卓越状态。

在知识论维度，“净化”是灵魂通过主动的实践从肉体的束缚与干扰中解脱出来，使其认知能力的纯粹化从而转向理念世界。哲学家毕生致力于让灵魂离开肉体，不受肉体的干扰，无论是现在还是将来都尽力集中于自身。这种“灵魂脱离肉体”的净化，在终极意义上指向死亡时灵魂与肉体的彻底分离。

净化要保存的主体变成了灵魂，进一步变成了灵魂内的理智和理性。从思维过程来看，也就是形成在意识着的思维主体的过程，即反思的建立[7]。在哲学生活的实践中，则体现为一种持续的“死亡练习”，即生前就尽最大可能地通过严格的理性训练和辩证思考，使灵魂摆脱对感官的依赖，抑制非理性的激情和欲望的干扰，专注于对永恒、不变理念的纯粹认知活动。没有这种持续的知识论层面的净化实践，灵魂便无法获得关于永恒实在的真知，而德性生成所依赖的智慧根基也就无从谈起。

在伦理学维度，“净化”则是灵魂内部无知与无德的祛除，以及由此导向的真德性的内在生成。知识论净化侧重于通过实践清除肉体干扰以实现认知转向，而伦理净化则聚焦于灵魂内在状态的转变与提升。伦理净化是要清除污染灵魂、阻碍其趋向至善的“假德性”及其根源——基于感官和欲望的错误意见、非理性的恐惧以及一切阻碍灵魂认识真理的因素。苏格拉底甚至将真正的德性直接等同于某种意义上的“净化”状态或“净化”本身。由此，净化要去除的对象从“身体”变成了“无德”和“无知”。这种伦理净化要求哲人在生前就持续不断地运用理性进行深刻的内省、反思、论证和探究。通过这种内在的、以智慧为导向的实践，灵魂逐步识别并摒弃那些虚假的价值判断和扭曲的动机，让真知的光芒照亮自身，从而“生成”真正的德性。另外，净化并非从无到有的灌输，而是对内在固有潜能的唤醒与彰显。因此，伦理净化就是灵魂通过理性努力，恢复其本真状态，使先天蕴含的德性理念得以清晰呈现并主导行为的过程。

灵魂净化在“德性生成”的知识论和伦理学维度中的实践中是辩证统一、相互促进的。一方面，知识论净化是伦理净化的前提和基础。另一方面，伦理净化是知识论净化的深化和伦理实现。苏格拉底式的“死亡练习”即哲学生活实践正是这种双重净化的统一体现。

《斐多篇》的德性生成机制，以灵魂自我革新为轴线，解构假德性揭露其功利本质，确立灵魂主体性使伦理实践归于理性自主，通过净化实践，在认知与伦理层面实现从无德向德性的转化。由此，德性生成锚定于此生的哲学生活——每一次理性操练，皆是向善的内在跃升。

#### 4. 哲学生活的实践范式

柏拉图在《斐多篇》中建构的哲学生活，本质上是智慧澄明与德性生成的动态统一体。这一生活范式是以理性为主导的生存方式革新。通过解构感官经验的蒙蔽性与确立德性生成的伦理机制，哲学生活呈现为相互涵摄的实践范式——终身不懈的求知行动、理性主导的德性淬炼、苏格拉底式的辩证生存。

哲学生活的实践始于将“知识即回忆”的理论洞见转化为终身不懈的求知行动。首先要系统性悬置感官经验。基于对肉体感官作为“谎言之源”的深刻认识，哲人必须抵制其直接性与欺骗性，避免沉溺于流变的个别事物而遮蔽永恒的“美本身”。为此，需践行“次航”方法论，放弃对可感世界的直观依赖，转而依靠理性进行逻辑推演和假设论证，实现认知方式的根本革命。其次要坚持持续性辩证训练。“回忆说”对认知过程进行了动态描述。学习即唤醒先天理性能力的过程。当个体通过具体事物触发对“相等本身”的思考时，实则是理性从感官刺激中挣脱、主动重构理念的过程。因此哲人必须持续进行“辩证训练”，通过不断追问“X 本身是什么”激活理性能力，使终身学习成为理性主体的存在方式。这种终身求知构成哲学生活的存在论基础。

哲学生活的伦理内核是理性主导的德性淬炼，即通过灵魂净化生成真德性。这绝非被动遵循规范，而是基于对真假德性的清醒辨别，主动展开的内在锻造。净化实践首先体现为欲望管理。真正的“节制”并非对欲望的简单压抑，而是“灵魂中优秀部分统治低劣部分”，要求哲人通过理性厘清欲望本质与合理边界，防止其僭越干扰灵魂朝向至善的努力。其次涉及情感转化。面对强烈情感，哲人并非消除它，而是如苏格拉底劝导般“以逻各斯安抚情绪”，将其纳入理性反思范畴，理解根源，避免冲动遮蔽判断。最关键的是智慧统合。真德性的生成绝对依赖于智慧的澄明。若无智慧判定“何为应惧之事”，所谓勇

敢实为鲁莽；若无智慧界定“欲望的合理边界”，节制即成禁欲。净化由此展现为德性在理性统摄下的动态平衡过程。

哲学生活的完满形态最终通过苏格拉底的生命实践获得说服力示范，集中体现了求知行动与德性淬炼在辩证生存中的统一。苏格拉底在临终场景中践行“灵魂挣脱肉体”的理论。当众人掩面哭泣时，他保持理性清明，要求“人最好是在安静中死”[2]。其著名遗言“克里，咱们该向医药神祭献一只公鸡”[2]，以隐喻宣告理性对肉体桎梏的最终解脱，印证了哲学生活的终极目标，即通过理性实践达至主体的自足与安宁。直至最后一刻，苏格拉底的生命本身就是持续的逻各斯实践。他直至临终仍进行着辩证探讨，坚持用论证检验真理，表明哲学生活是持续运用逻各斯的生存实践，使辩证法超越方法论层面而成为存在方式。最后，苏格拉底通过对话引导青年探究真理，用生命实践表明德性生成需在共同体中完成。哲人并非孤立的修行者，而是城邦中的理性示范者。哲学生活因此兼具个体性即理性修炼与公共性即智慧共享的双重维度。

## 5. 《斐多篇》哲学生活实践的现实启示

柏拉图的《斐多篇》远非仅是探讨灵魂不朽的哲学对话，它更是一部关于如何实践哲学生活、追求智慧澄明与德性生成的深刻指南。在价值多元、信息纷扰的当代社会，苏格拉底在狱中展现的生命姿态及其背后的哲学理念，为我们提供了一份弥足珍贵的古典智慧参照，启示我们构建更为理性、澄澈与有德性的生活。

首先，我们要坚持理性。苏格拉底“肉体作为真理之障”的深刻揭示警示我们在信息爆炸的时代，我们更容易陷入“洞穴”般的幻象，被碎片化、情绪化的信息所裹挟。《斐多篇》启示我们超越直观感受，转向理性推导与逻辑论证，鼓励我们主动悬置感官冲动，培养深度思考的习惯，在纷繁复杂中寻求清晰与确定，避免被表象和偏见所误导，为智慧澄明奠定基础。

其次，我们要向内求索。柏拉图通过“知识即回忆”和“德性即智慧”的命题，将德性建立在内在理性认知之上。因此，道德修养的核心在于智慧的提升和自我觉醒。所以我们要持续地进行理性学习、反思与辩证练习，转向内在的省察与修养。唤醒内在的理性之光，让德性成为灵魂内在的和谐秩序与卓越状态，而非外在的、功利的表演或束缚。

再次，我们要日日精进。智慧的澄明和德性的完善是贯穿哲学生活的日常“苦修”。每一次抵制诱惑、每一次深入思考、每一次基于理性的道德选择，都是哲学生活的实践。追求智慧与德性并非遥不可及的目标，而是融入日常的点滴修行。将哲学思考转化为生活态度，在平凡中坚持理性、真诚、节制与勇气，日复一日地精进自身，活出积极的生命姿态。

最后，我们要终身求知。苏格拉底的生命实践——面对死亡时的从容、临终前的辩证探讨、对理性的坚持——是哲学生活的最高示范。《斐多篇》启示我们，哲学生活应是一种理性主导下终身学习的求知行动。这种终身求知帮助我们对抗价值的虚无与意义的迷失，引导我们通过理性的不懈追求，实现灵魂的转向、智慧的澄明与德性的完满，最终获得一种更为深刻、自主和安宁的生命状态，实现自身价值。

## 6. 结语

柏拉图《斐多篇》以苏格拉底的临终对话为场域，系统构建了哲学生活实践的完整范式。智慧澄明是德性生成的本体论前提，而德性生成则是智慧澄明的伦理实现。这一伦理实践首先奠基于知识论的深刻变革，通过剖析“肉体作为真理之障”的认知批判、“次航”方法论的理性转向及“知识即回忆”的先天指向，揭示了智慧澄明的根基；进而论证德性即智慧的本质，阐明灵魂通过净化实践解构世俗功利性假德性，在理性统摄下实现内在和谐与自主跃升。由此，哲学生活呈现为终身求知的知识行动、理性主

导的德性淬炼，以及苏格拉底式的辩证生存的统一实践形态。

《斐多篇》所构建的这一伦理范式的深层价值在于提供了一种超越时空的生命实践方案。它以灵魂不朽的永恒视域，将死亡转化为理性澄明的终极操演；以“净化”为轴心，赋予日常生活以哲学修炼的伦理意涵。在价值碎片化的当代语境下，这一范式启示我们唯有通过持续的逻辑反思抵制感官幻象，通过内向省察唤醒先天理性，方能在日常中锚定德性根基，对抗存在的虚无。

### 参考文献

- [1] 詹文杰. 柏拉图《斐多》论知识的获得[J]. 世界哲学, 2017(5): 106-114, 160.
- [2] (古希腊)柏拉图, 著. 斐多[M]. 杨绛, 译. 北京: 三联书店, 2015: 19, 64, 71.
- [3] 叶菁. 浅析苏格拉底的生死观[D]: [硕士学位论文]. 重庆: 四川外国语大学, 2014.
- [4] 吴飞. 《斐多》中的存在与生命[J]. 哲学研究, 2019(2): 80-89.
- [5] 王博医. 柏拉图“灵魂不朽”论证背后的死亡焦虑探析——以《斐多》篇为中心[J]. 宜宾学院学报, 2020, 20(10): 79-88.
- [6] 宋继杰. 陈康与柏拉图的知识论[J]. 哲学动态, 2015(9): 82-94.
- [7] 梁中和. 《斐多》中的“净化”与“德性”释义[J]. 西南民族大学学报(人文社科版), 2016, 37(9): 51-57.