

宋尹学派思想的现代启示与价值研究

朱宇航

青海民族大学民族学与社会学学院, 青海 西宁

收稿日期: 2025年11月4日; 录用日期: 2025年11月25日; 发布日期: 2025年12月8日

摘要

鉴于宋尹学派相关研究尚显薄弱, 现聚焦其思想内核, 深入剖析内涵特征, 探寻对现当代精神培育、社会治理及制度建设等领域的启发意义, 为该领域研究提供借鉴参考; 同时总结宋尹学派思想核心与当代价值, 展望未来传承方向, 以期为人类发展持续注入智慧动力。

关键词

宋尹学派, 思想, 先秦哲学

A Study on the Modern Enlightenment and Value of the Thoughts of the Song-Yin School

Yuhang Zhu

School of Ethnology and Sociology, Qinghai Minzu University, Xining Qinghai

Received: November 4, 2025; accepted: November 25, 2025; published: December 8, 2025

Abstract

In view of the relative weakness of existing research on the Song-Yin School, this study focuses on its ideological core and conducts an in-depth analysis of its connotative characteristics. It explores the enlightenment significance of the school's thoughts for modern and contemporary spiritual cultivation, social governance, and institutional construction, so as to provide a reference for research in this field. Meanwhile, the study summarizes the core thoughts and contemporary value of the Song-Yin School, and looks forward to the future direction of inheritance, aiming to continuously inject intellectual impetus into human development.

Keywords

Song-Yin School, Thoughts, Pre-Qin Philosophy

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

宋尹学派在先秦思想史上占据着独特的地位，其思想内涵丰富且深邃，对当代人具有诸多启发意义。然而，长期以来，学术界对于宋尹学派的界定存在诸多争议，这在一定程度上影响了对其思想的深入挖掘与传承。

郭沫若先生曾提出《管子》中的《心术》上下、《内业》《白心》和《枢言》等篇是“宋尹学派”的遗著，此观点影响深远，使得“宋尹学派”这一概念被广泛沿用。但越来越多的学者对郭沫若的这一发现提出质疑[1]。

事实上，宋钘的学术思想是对墨子学说的继承和发挥，主张“禁攻寢兵”、“情欲寡浅”、“见侮不辱”等，具有明显的墨家特征，宋钘和墨子的理论目的都是“息争”、“非攻”[2]。因此很多学者认为将宋钘归于墨家较为合适，如董秀秀就认为虽然宋钘思想吸收了众多学派的思想，但是以墨家思想为主[3]；而尹文的学说以道家为本位，突出名法，强调法治，吸收百家之长，思想风格较偏向于属于道家黄老学派，也有学者认为尹文子师承公孙龙[4]，属于名家一系。张干则认为宋、尹二人因与墨子主张存在诸多相似之处而被误归于墨学团体[5]。二人思想关联甚微，差异显著，难以构成一个统一的学派。

尽管“宋尹学派”作为一个独立学派的界定存在争议，但宋钘和尹文的思想各自具有独特价值，对当代人的思维方式、道德修养、社会观念等方面仍能提供诸多有益的借鉴，值得深入探究。

2. 宋尹学派的界定

宋尹学派在先秦思想史上占据着独特地位，其思想内核蕴含着诸多对当代人极具启发意义的要素。该学派以宋钘、尹文为代表人物，他们的学说在战国时期的学术争鸣中独树一帜，虽历经岁月沧桑，但其思想光辉依然熠熠生辉。

关于宋钘，又称宋桎、宋荣等，其具体生卒年未知，其主要活动年间在齐威王和齐宣王间，而关于其年辈却多有争议，郭沫若认为孟子在石邱遇到宋钘时尊称宋钘为“先生”，而自称为“轲”，由此可得宋钘势必比孟子年岁还要大[6]。林志鹏在《宋钘学派遗著考论》中认为宋钘生在庄子前，略早于孟子，其活动时代与庄、荀相接，荀子壮年著书，宋子犹在[7]。而目前关于宋钘的研究，或涉及宋钘年辈的问题，或涉及其著作的考辨，或涉及其思想流派的归属[8]。

宋尹学派虽未被后世明确认定为一个独立完整的学派，如刘锋认为宋钘的思想博采众家之长，不能简单地归于某一学派，与尹文的联系也只是因为班固的错误引导[9]，但宋钘和尹文的思想在诸多方面存在内在联系。他们都身处战国乱世，目睹战争频发、社会动荡、百姓受苦的惨状，因而都怀揣着济世救民的共同抱负，力求从不同角度探寻实现社会安定、人民幸福的路径。李可亭对宋钘思想进行了较为深刻的考证，他认为，实际上宋钘和尹文的学说有很多是相通的[10]。在对待战争的态度上，二人皆主张反对战争，宋钘力倡“禁攻寢兵”；尹文虽在某些观点上看似与反战有别，但本质上也是希望通过合理的治理避免无谓的征伐，保障社会的和平稳定。在人性论方面，尽管宋钘主张“情欲寡浅”，而尹文认为人皆自私好利，但二者都意识到人性与社会秩序之间的紧密关联，试图通过对人性的引导来构建和谐有序的社会。基于两者思想上的同一性，笔者倾向于认同宋尹学派的划分方法。

然而，不可忽视的是，宋钘与尹文的思想也存在显著差异。宋钘侧重于从个人内心的修养和观念的

转变入手，以“情欲寡浅”“见侮不辱”等思想引导人们克制欲望、宽容待人，进而消除争斗，实现社会的和平；而尹文则更多地从社会制度、名分规范以及法治建设等层面发力，通过建立明确的等级秩序和严格的法律制度来约束人们的行为，维护社会的稳定。这种差异反映了他们在解决社会问题时所采取的不同侧重点和方法路径。陈清春认为两者最大的区别在于宋钘的思想带有很明显的墨家特征，而尹文却偏向于法家，但两者还是能明确视为同一个学派的，他认为尹文是对宋钘思想的一种继承和改造，在改造过程中吸收了大量法家的思想，因而才会产生差异与分歧[11]。

在当代社会，尽管时代背景与宋尹所处的战国时期截然不同，但诸如社会矛盾、个人精神迷茫、道德困境等问题一直亘古不变地存在于每个时代。宋尹学派的思想内核，无论是其追求和平、倡导宽容的精神，还是对人性的深刻洞察以及对社会秩序构建的探索，都为当代人提供了宝贵的启示，值得我们深入挖掘与借鉴。

3. 宋尹学派思想内涵

(一) “以禁攻寝兵为外，以情欲寡浅为内”的和平理念

宋尹学派的代表人物宋钘主张“禁攻寝兵”，这一理念反映了当时人们对战争的厌恶以及对和平的深切渴望。在战国那个诸侯纷争、战乱频繁的时代，战争给百姓带来了沉重的灾难，生灵涂炭、民不聊生。宋钘深刻认识到战争的残酷性，他奔走各国，不遗余力地劝说诸侯停止相互攻伐，试图以和平的方式解决争端。据《孟子·告子下》记载，宋钘曾不辞千里前往楚国，力劝秦楚罢兵，其言辞恳切，晓以利害，希望两国君主能明白战争只会带来两败俱伤的后果，唯有和平共处，才能让百姓安居乐业。这种行为体现了宋尹学派为天下苍生谋福祉的担当，他们试图在乱世中开辟出一条和平之路，让各国放下干戈，回归到发展生产、保障民生的正轨上。

与之相呼应，“情欲寡浅”的主张从人性根源层面为和平理念提供了支撑。宋钘认为人的本性是欲寡而不欲多，过多的欲望是引发争斗与战争的重要根源。在社会层面，人们为了争夺有限的资源，满足不断膨胀的私欲，往往不惜动用武力，引发冲突；在国家层面，君主的贪婪与扩张欲望，驱使着他们发动兼并战争，妄图掠夺他国土地、财富。宋钘提出这一理论，旨在从内心深处引导人们克制欲望，当人们不再被过度的欲望驱使，便能减少争斗之心，从而在根本上避免战争的发生，实现社会的和谐稳定。这一理念与现代社会倡导的抑制物欲、追求精神富足有着相似之处，提醒人们在追求发展的过程中，要审视自身欲望，避免因贪婪而引发冲突。

(二) “别宥”的认知方法与包容精神

“别宥”即去除认识上的障蔽或偏见，是宋尹学派认识论的核心。在《尸子·广泽》中提到“料子贵别宥”，料子即宋钘，料字为钘字之误[12]，由此可见“别宥”这一认知方法在宋尹学派思想体系中的重要地位。宋钘认为人们在认识世界的过程中，常常会受到各种主观因素的干扰，如个人的经历、所处的阶层、既有的观念等，这些主观因素阻碍了人们对客观正确地认识事物。例如，在看待他国文化时，若受本国固有文化观念的局限，就容易产生偏见，忽视他国文化的独特价值；在评价一个人时，若仅凭第一印象或他人传言，而不深入了解，便可能得出片面的结论。蔡先金认为尹文子的认识论的核心为“语心之容”，何谓“语心之容”？就是将内心包容的东西叙述出来，由此冠之以“心之行”之名。这种“心之行”包含用和合的态度去对待内心与外在的关系，对待周围的一切，目的是调和心内外、海内外处于一种和谐状态[13]。

宋尹学派倡导“别宥”，就是鼓励人们打破这些认知局限，以客观、全面、开放的态度去认识事物。当人们能够摒弃偏见，就能更好地理解不同的观点、文化和行为方式，进而实现人与人、群体与群体之间的和谐共处。这种包容精神在当今全球化的时代尤为重要，面对多元文化的碰撞交融，只有去除偏见，

相互尊重、包容，才能构建一个和谐共生的世界。在学术研究领域，“别宥”也提醒学者们要突破学科壁垒、思维定式，广泛吸纳不同的理论与方法，推动学术的创新发展。

(三) “情欲寡浅”“见侮不辱”的理欲观

“情欲寡浅”是宋钘理欲观的基础和核心，他认为人的本性是情欲较少的，并在此基础上衍生出“以五升之饭为满足”，既然人的欲望本来就少，自然也就不必为各种利益和欲望而互相伤害。有学者在《荀子·非十二子》的基础上对墨子和宋钘的思想进行对比，他发现宋钘的“情欲寡浅”实质上是对墨子思想的一种继承和发展，认同了荀子把墨子和宋钘看作一派的看法。而宋钘的思想相比于墨子进步之处在于墨子是借用“明鬼”来推行其主张，而宋钘则以“情欲固寡”作为其主张的基础。前者是神学、迷信，后者是哲学、道理。把墨子思想从唯心的层面推向了唯物理性的维度，是一种合乎情理的发展和进步。

“见侮不辱”强调以宽容的心态面对外界的侮辱与挑衅，是宋尹学派所倡导的一种道德准则。在社会交往中，人与人之间难免会发生摩擦、产生矛盾，若动辄以愤怒和争斗回应，只会加剧冲突，让局面愈发不可收拾。宋钘认为，荣辱是主观的感受，真正的强者不应被外界的侮辱所左右，而是要坚守内心的平静与尊严。如《荀子·正论》中记载，子宋子曰：“明见侮之不辱，使人不斗。”他明白争斗往往源于一时意气，若能从思想深处化解对荣辱的执着，便能避免无谓的冲突。这种思想对于当代社会处理人际关系具有重要的启示意义，在面对网络暴力、言语攻击等不良现象时，人们若能秉持“见侮不辱”的心态，冷静应对，不被负面情绪裹挟，就能减少冲突的发生，构建文明和谐的社会环境。

4. 宋尹学派思想对于当代人的启发

(一) “见侮不辱”“情欲寡浅”与当代人的内心平和

在当今社会，人们面临着来自工作、生活、人际关系等各方面的巨大压力，内心极易产生焦虑、愤怒等负面情绪。宋尹学派倡导的“见侮不辱”，提醒当代人要正确看待外界的评判与不公。就如同网络暴力频发，许多人因他人的恶意诋毁而痛苦不堪，若能领悟“见侮不辱”，明白荣辱更多取决于内心的笃定，而非他人的口舌，便能减少自我伤害，保持心灵的宁静。

“情欲寡浅”对克制当代人的过度欲望意义重大。现代消费主义盛行，人们被广告、潮流裹挟，不断追求更多的物质享受，从新款电子产品到时尚衣物，永无止境。这不仅带来经济压力，还让心灵愈发疲惫。接受“情欲寡浅”的理念，学会满足于基本需求，关注精神世界的富足，如投身阅读、艺术创作，方能摆脱物欲的枷锁，寻得内心的安稳。

在当今快节奏且充满诱惑的社会中，人们常常在忙碌与追逐中迷失自我，内心焦虑、欲望膨胀等问题屡见不鲜。宋尹学派强调内心的平静与淡泊，主张“情欲寡浅”，这犹如一泓清泉，为现代人的心灵提供了滋养。当我们学会控制过度的欲望，不再被无尽的物质追求所裹挟，便能发现生活中那些被忽视的美好，体验到内心的安宁与满足。

“见侮不辱”的思想则教导我们以宽容豁达的心态面对外界的诋毁与误解。在人际交往和职场竞争中，难免会遭遇他人的不公正对待，若能秉持这种心态，将他人的冒犯视为磨砺自身心境的契机，不与之计较、斗气，不仅能化解矛盾冲突，还能使自身免于愤怒、怨恨等负面情绪的侵扰，保持心境的平和与稳定，进而提升自身的修养境界。

宋尹学派所倡导的“别宥”，即去除主观偏见与认知局限，对我们当下的学习与成长具有重大意义。在信息爆炸的时代，各种知识、观点如潮水般涌来，若我们被自身的固有观念所束缚，就难以接纳新事物、新思想。只有打破思维定式，摒弃先入为主的偏见，以开放、包容的姿态去探索世界，才能不断拓宽视野，实现知识的积累与思维的创新，让自己在时代的浪潮中与时俱进。

(二) “禁攻寝兵”“救世之战”与当代社会的和平追求

当今世界，局部冲突时有发生，战争的阴影依旧笼罩着部分地区。宋尹学派“禁攻寢兵”“救世之战”的主张，为全球和平事业敲响警钟。各国应摒弃霸权思维，停止军备竞赛，通过和平谈判、外交斡旋解决争端。国际社会也应加强合作，共同应对恐怖主义、地区冲突等问题，像维和行动、人道主义救援，都是践行和平理念的体现。

在社会层面，这一思想启示我们构建和谐的人际关系。职场中的恶性竞争、生活中的邻里纠纷，都与“禁攻寢兵”相悖。我们倡导合作共赢，以包容、友善化解矛盾，为社会营造温馨氛围，毕竟“家和万事兴”，和谐稳定是发展的基石。

“禁攻寢兵”“救世之战”的理念反映了宋尹学派对和平的执着追求，这与当今全球倡导和平发展的时代主题高度契合。在国际社会，局部冲突与战争仍时有发生，给无数民众带来沉重灾难。这一理念警示着各国应通过对话、协商等和平方式解决争端，避免轻易诉诸武力，共同维护世界的和平稳定。在国家内部，社会的和谐稳定同样至关重要，它是经济发展、人民幸福的基石。当人们秉持和平理念，摒弃暴力与争斗，以理性、友善的方式相处，社会才能形成温馨和睦的氛围，为每个人的发展创造良好环境。

宋尹学派注重平等、反对等级差异的思想，为当代社会的公平正义建设提供了历史借鉴。尽管现代社会在法律层面保障人人平等，但在现实生活的诸多领域，如教育、就业、财富分配等，仍存在着不平等现象。我们应汲取宋尹学派的思想精华，持续推动社会公平正义的实现，确保每个人都能拥有平等的发展机会，不受出身、财富、地位等因素的不合理限制，使社会资源得到更为合理的配置，让全体人民共享发展成果。

该学派主张宽容调和，这对于构建多元包容的社会具有积极意义。在全球化进程加速的当下，不同文化、价值观相互碰撞交融，社会群体日益多元化。若缺乏宽容精神，各种矛盾冲突将接踵而至。只有倡导相互尊重、理解与包容，接纳不同的观点、信仰和生活方式，才能使社会中的各个群体和谐共处，凝聚起强大的发展合力，共同推动社会的繁荣进步。

(三) “别宥”与当代人的认知突破

信息爆炸时代，人们每天接收海量信息，若缺乏“别宥”的能力，极易陷入认知误区。社交媒体上的片面报道、虚假信息常误导大众，引发舆论风波。学习“别宥”，能让我们冷静审视信息来源，多角度分析问题，避免盲目跟风。

在个人成长中，“别宥”助力打破思维定式。科研领域，科学家突破传统理论束缚，才有新发现；创业路上，创业者跳出固有模式，才能开辟新市场。摒弃偏见，接纳多元观念，是个人进步、社会创新的动力源泉。

(四) 尹文的名法思想与当代社会治理

尹文强调名分与法治结合，对当代社会治理启发深远。在企业管理中，明确各岗位名分职责，员工各司其职，又以完善规章制度确保执行，可提升运营效率。政府治理国家同理，一方面保障公民权利，明确社会角色规范；另一方面健全法律法规，严格执法，维护公平正义，促进社会有序发展。

名分思想对职业道德建设至关重要。教师、医生、公务员等各行业从业者，明晰自身名分责任，恪守职业操守，社会诚信体系方能稳固，公众服务质量得以提升。

宋尹学派思想内核跨越时空，为当代社会在个体修养、社会和谐、国家治理等诸多领域提供借鉴与学习意义。

参考文献

- [1] 白奚.《莊子·天下》篇所述宋钘思想研究——兼論“宋尹學派”不能成立[J].諸子學刊,2007(1): 119-134.

-
- [2] 吕玉霞. 宋钘与墨子思想比较[J]. 山东省农业管理干部学院学报, 2007(5): 136-137.
 - [3] 董秀秀. 宋钘及其思想考略[J]. 文教资料, 2016(34): 65-67.
 - [4] 刘蔚华, 赵宗正. 山东古代思想家[M]. 济南: 山东人民出版社, 1985: 222.
 - [5] 张干. 论宋钘、尹文与墨家学派的关系——宋、尹非属墨家说[J]. 甘肃理论学刊, 2017(6): 94-98.
 - [6] 郭沫若. 十批判书[M]. 北京: 中国华侨出版社, 2008: 112.
 - [7] 林志鹏. 宋钘学派遗著考论[M]. 台北: 万卷楼出版公司, 2009.
 - [8] 揣松森. 《宋子》研究综述[J]. 湖北工程学院学报, 2012, 32(5): 51-53.
 - [9] 刘锋. 宋钘学术派别划分之我见[J]. 广东工业大学学报(社会科学版), 2007(4): 71-72, 75.
 - [10] 李可亭. 宋钘思想论稿[J]. 商丘职业技术学院学报, 2008, 7(1): 68-70.
 - [11] 陈清春. 宋钘与尹文思想的异同辨析[J]. 晋阳学刊, 2004(4): 64-66.
 - [12] 张俊相. 宋钘“情欲固寡”的理欲观[J]. 齐齐哈尔大学学报(哲学社会科学版), 2001(3): 18-19.
 - [13] 蔡先金, 赵海丽. 尹文子与稷下学关系述略[J]. 东岳论丛, 2017, 38(12): 5-11.