

论庄子之“忘”中的养生思想

杨兰芳

兰州交通大学文学院 甘肃兰州

【摘要】针对当时社会不注重养生的现象，庄子提出了解决方案“忘”。他提出忘物、忘知、忘是非、忘好恶、忘情感等，他认为一种理想的人生状态是不断地“忘”，才能不断地与自我相一致，从而达到养生的目的。

【关键词】庄子；忘；养生

【收稿日期】2025 年 7 月 17 日 【出刊日期】2025 年 8 月 19 日

【DOI】10.12208/j.ssr.20250339

On Zhuangzi's health preservation philosophy in "Forgetting"

Lanfang Yang

School of Literature, Lanzhou Jiaotong University, Lanzhou, Gansu

【Abstract】In response to the contemporary society's lack of emphasis on health preservation, Zhuangzi proposed the solution of "forgetting." He proposed forgetting things, knowledge, right and wrong, likes and dislikes, and emotions. He believed that the ideal state of life is to constantly "forget," to constantly be in harmony with oneself and thus achieve the goal of health preservation.

【Keywords】Zhuangzi; Forgetting; Health preservation

庄子在《盗跖》篇中提到了伯夷、叔齐、鲍焦、申徒狄、介子推、尾声这六个人，这些人有的“饿死于首阳山”，有的“抱木而死”，有的“自投于河”，有的“抱木而燔”，有的“抱梁柱而死”。庄子对于这些轻死之人非常气愤，批评他们“无异于磔犬流豕，操瓢而乞者，皆离罹名轻死，不念本养寿命者也”，类似如此的表述在庄子笔下处处可见。

对于这种轻死现象，庄子提出了他的解决方案“忘”。在中国哲学史上，庄子是第一个对“忘”进行了深刻思考的哲学家。他认为一种理想的人生状态是不断地“忘”（忘、丧、去、除、斋、黜、堕，外），才能不断地与自我相一致，才能把一切非自然、非本真、非原初的心灵尘埃都涤荡干净，将人从对象化中解脱出来，从而达到养生的目的。

1 忘物

对于养生，庄子首先主张不要过分的追求外部的物质资料，即“忘物”。庄子描述了人为物所役的种种痛苦状貌：

与物相刃相靡，其行进尽如驰，而莫之能止，
不亦悲乎！终身役役而不见其成功，茶然疲役

而不知其所归。^[1]

驰其形性，潜之万物，终身不反，悲夫！^[2]

自三代以下者，天下莫不以物易其性矣。^[3]

丧己于物，失性于俗者，谓之倒置之民。^[4]

《庄子·山木》篇记载：

市南宜僚见鲁侯，鲁侯有忧色。市南子曰：“君有忧色，何也？”鲁侯曰：“吾学先王之道，修先君之业，吾敬鬼尊贤，亲而行之，无须臾居，然不免于患，吾是以忧。”市南子曰：“君之除患之术浅矣！夫丰狐文豹，栖于山林，伏于岩穴，静也；夜行昼居，戒也；虽饥渴隐约，犹肯疏于江湖之上而求食焉，定也。然且不免于罔罗机辟之患，何罪之有哉？其皮为之灾也。今鲁国非君之皮邪？吾愿君剖形去皮，洒心去欲，而游于无人之野。”——吾愿君去国捐俗，与道相辅而行。^[5]

鲁国国君认为自己虽然勤勉，但是依然不能够免于祸患，市南宜僚说，你之所以不能免于祸患，是因为你拥有鲁国，就像狐狸和豹子不能免于祸患，是因为它们有美丽的皮毛。对您来说，鲁国就是您招来灾祸的主

要的原因，如果您愿意抛开君位，摆脱俗务，其实就没有什么祸患了。鲁国对于鲁君意味着利益，庄子认为，人如果能够放弃对利益、外物体无休止的追逐，人就没有那么多的忧患了，这定有益于身心。

《庄子·知北游》说：“今之人，内化而外不化。悲夫，世人直为物逆旅耳！”过度的追逐外物导致人们失去本性，心灵找不到安顿之所，背道而驰，庄子将这类人称为“倒悬之民”。曹雪芹的《好了歌》无疑是对“物役”世相的最好刻画：“世人都晓神仙好，只有金银忘不了，终朝只恨聚无多，及到多时眼闭了。”^[6]

宇宙 137 亿年前大爆炸以后，产生了最基本的粒子，夸克、轻子、波色子等，这些最基本的粒子融合产生了新的原子，原子重新组合进化成分子，分子又由小分子进化成大分子，最后变成单细胞，然后单细胞生物从低级到高级，由简单到复杂，由水生到陆生，一直到灵长类动物，最后进化到人类，所以人是宇宙物演一百三十七亿年分化出去的残片。任何给定的条件都一定包含着摧毁这个条件的因素。宇宙物演的过程是一个不断分化的过程，就一定有一个力对这种分化之力进行摧毁，其力称反作用力。所以人一定要和外物相融合，“融合”物叫消费，“融合”人叫情感。这就是人追求外物的根本原因。人作为物质的躯体，它需要物质来滋养其物质之躯，可这物质之躯，对物质的需要并不多。

“良田万顷，日食三升；广厦千间，夜眠八尺”^[7]。庄子也认为“鸪鹑巢林，不过一枝，鼯鼠饮河，不过满腹”。就拿我们吃饭来说，吃到七八分就可以，在这七八分饱的限度之内，食物滋养我们的身体，但是过了这七八分饱以外的食物，反过来就会伤害我们，直接的反应就会吃到呕吐，所以老子说：“物无美恶过则为灾”“物壮则老，是谓不道，不道早已”^[8]。食物一方面是我们身体的滋养品，但是过量了，反过来就会伤害我们。浙江大学阳明学专家董平先生对欲望作了一个界定，他说：“欲望是本能的越界”。人类不断地追求外物，不断地占有外物，不停地追求财富，在追求和占有的过程中，一定有一个限度，超过了这个限度，物极必反，外物就一定反过来伤害我们。而且我们在追求外物的过程当中，就会被外物、财富牵着鼻子走了，最后沦为财富的工具和奴隶。人就不再是自己了，于是渐渐的物化，即“丧己于物”。庄子说“物物而不物于物”，告诫人们不要被外物所役使，保持自己的真性，就是有德之人。在这个意义上，庄子希望人们“忘物”，“忘物”不是忘掉那生理需求限度以内的“物”，而是超过本能限度以外的“物”，如果这样，身体健康，身心愉悦，“病

安从来？”

前文提到宇宙物演的过程是一个不断分化的过程，就一定有一个力对这种分化的力进行摧毁，所以人一定要和外物相融合，而知识是“外物”之一，只是知识相对于具体的外物更加抽象一些。沿袭上文“忘物”思想，庄子反对追求过量的知识。

《庄子·天地》反对先进的机械：

子贡南游于楚，反于晋，过汉阴，见一丈人将为圃畦，凿隧而入井，抱瓮而出灌，滑滑然用力甚多而见功寡。子贡曰：“有械于此，一日浸百畦，用力甚寡而见功多，夫子不欲乎？”为圃者仰而视之曰：“奈何？”曰：“凿木为机，后重前轻，挈水若抽，数如沃汤，其名为橰。”为圃者忿然作色而笑曰：“吾闻之吾师，有机者必有机事，有机事者必有机心。机心存于胸中则纯白不备。纯白不备，则神生不定；神生不定者，道之所不载也。吾非不知，羞而不为也。”^[9]

在道家看来，人本性淳朴，一切机巧会破坏天然美好的“纯白不备”之心。机械的使用造成投机取巧之事，更进一步导致人欲的扩张，统治者借助“巧术”“巧知”而为所欲为，肆意扩张欲望“巧取豪夺”。道家站在人道的立场，提倡素朴本心，反对类似机械智巧的知识。

《庄子·养生主》明确反对知识：

吾生也有涯，而知也无涯。以有涯随无涯，殆已！已而为知者，殆而已矣！为善无近名，为恶无近刑，缘督以为经，可以保身，可以全生，可以养亲，可以尽年。^[10]

再比如《庄子·胠篋》：

上诚好知而无道，则天下大乱矣！何以知其然邪？夫弓弩毕弋机变之知多，则鸟乱于上矣；钩饵罟罟罔之知多，则鱼乱于水矣；削格罗落置罟之知多，则兽乱于泽矣；知诈渐毒、颉滑坚白、解垢同异之变多，则俗惑于辩矣。故天下每每大乱，罪在于好知。^[11]

关于庄子反对知识的理论，在文本当中多次出现，比如“去知”“绝圣弃智”“去知与故”“弃知”“不知之知”“亡其知”“黜聪明”“无用之知”“若彼知之，乃是离之”“知止其所不知，至也。”“知之所之，及物而已”“去小知而大知明”——此处不再一一征引。

为什么庄子反对知识呢？二十世纪，科学家波普尔认为所谓的科学知识就是不断的出错，不出错就不能叫科学。比如说上帝，人没有办法论证它，它永远不

会错，所以它不是一个科学命题，是一个宗教命题，只要能出错，就一定是科学。在现实的生活当中，我们经常说，知识十年就有翻新，言下之意即十年以前的知识都是错的。托勒密的地心说统治西方一千五百年，人类始终相信地球是宇宙的中心，可是后来发现，托勒密的地心说是错的。后哥白尼的日心说取而代之，认为太阳是宇宙的中心，可后来人们又发现日心说也是错的，太阳是不是太阳系的中心都值得怀疑，而且宇宙本身就没有边界，它不停地在膨胀之中，哪有一个中心呢？这个问题本身就无定论。

牛顿物理学能够解决宏观世界的所有物体之间的力，比如说人和冥王星的力，牛顿物理学可以计算出来，但是在微观的世界里，夸克和氢子的力，一个质子和电子之间的力，牛顿公式算不出来。所以在微观的世界里，牛顿物理学万有引力公式就不适合了，但爱因斯坦的相对论可以解决，自然爱因斯坦的相对论就将牛顿力学囊括进自己的体系了。爱因斯坦曾说：“我的学说只是一个短命的过渡”，言下之意，有一天，会有一个更大的科学理论的知识，把他的相对论吞噬进去，让相对论成为新理论的一个分支。所以科学就是不断的出错。人类的一切的知识都正在推翻或终将推翻。这就是庄子为什么提出要“忘知”。

另，知识是无穷无尽的。人不停地追求，不断地被推翻，追求获得真理，真理被推翻，追求获得真理，真理被推翻，永远的无休止的循环下去，这是一个无底的深渊。人的生命是有限的，所以庄子希望人要摒弃这些琐碎无用之知识，要回归到人之为人的生活里去，要让人从真正意义上过有尊严的生活。

“知之所之，及物而已”，但是庄子并不完全反对知识，只是反对那些超过人伦日常生活以外的琐碎过量的知识，认为这些知识反过来会伤害我们。所以“忘知”是养生的另一关键，当我们把大量学习无用知识的精力节省下来，我们精力充沛，能量满满，所谓的“精气内守，恬淡虚无，病安从来？”

2 忘名

前文提到人一定要和外物相融合，而知识是“外物”之一，只是知识相对于具体的“外物”更抽象一些。但是下文提到的“虚名”比知识更抽象。事实上，知识和外物是人生下来的一些必要条件，人们追求它，过分的追求，也能理解。但是虚名比知识和外物就更抽象，它满足的仅仅是人的虚荣心。在庄子看来，过分的追求虚名会伤害身心。

《庄子·逍遥游》：

尧让天下于许由，曰：“日月出矣，而燔火不息，其于光也，不亦难乎！时雨降矣，而犹浸灌，其于泽也，不亦劳乎！夫子立而天下治，而我犹尸之，吾自视缺然。请致天下。”许由曰：“子治天下，天下既已治也，而我犹代子，吾将为名乎？名者，实之宾也，吾将为宾乎？鹪鹩巢于深林，不过一枝；偃鼠饮河，不过满腹。归休乎君！予无所用天下为。庖人虽不治庖，尸祝不越樽俎而代之矣。”^[12]

尧把天下让给他的老师许由，许由拒绝了，拒绝的原因是他并不追求声名，因为声名是“实”的附属品，他不会追求附属品的。庄子非常反对追求外部的声名。因为声名满足了人内心的虚荣心，这种虚荣心会激起人内在的贪婪，贪婪会进一步再去追求更大的声名，而更大的声名又会使“心”进一步误入歧途，最终，人心就被外在的声名掩盖了，真正的本性就不会得到。而庄子认为“得其真性谓之德”，如果一个人丧失了“真性”，那他就是一个无德之人。《徐无鬼》“生无爵，死无谥，实不聚，名不立，此之谓大人”，“大人”即有德之人，许由肯定不想成为一个无德之人，所以他放弃了追求声名的这样的一条人生之路。

一个人真正的学问不是看他怎么说，而是看他怎么做，所谓的“知行合一”。庄子不仅说了（他反对外在的声名），而且做了，他做的甚至更决绝，《史记·老子韩非列传》：

楚威王闻庄周贤，使使厚币迎之，许以为相。庄周笑谓楚使者曰：“千金，重利；卿相，尊位也。子独不见郊祭之牺牛乎？养食之数岁，衣以文绣，以入大庙。当是之时，虽欲为孤豚，岂可得乎？子亟去，无污我。吾宁游戏污渎之中自快，无为有国者所羁，终身不仕，以快吾志焉。”^[13]

楚威王想聘庄子做宰相，宰相的背后是“财富”“地位”及“声名的远扬”。庄子“眼极冷”，他知道宰相位置背后的这些东西，会深深伤害到自己的本性，所以他拒绝了，甚至认为这些东西是肮脏的，所以说“无污我”“吾宁游戏污渎之中自快”。这才是真正的学问，试问古今中外如此者，几人？

今天医院人满为患，如果人们从内心深处放弃对声名的追求，不为学历、地位、阶层、身份等束缚，打破“我要飞得更高”“不要输在起跑线上”等荒谬的想法，那医院应该不会有那么多人吧？

3 忘是非（忘情感、美丑等）

养心是养生的根本，可是人心陷入到是非，利益，

好恶，情感的纠结“区分”当中的时候，对人的身体伤害是非常大的。人们的精神之所以不能自由，身体太差，都是由于太过于计较是非曲直，而这种对于是非的执着，使得人们不能由道的高度来看待事物，在生活中斤斤计较、左右为难、权衡利弊甚至狗苟蝇营，进而使生命常处于杞人忧天的亚健康状态。

庄子在《齐物论》中对陷入是非的人们状态进行了详尽的描述：

大知闲闲，小知间间；大言炎炎，小言詹詹。其寐也魂交，其觉也形开，与接为构，日以心斗。缁者，害者；密者，小恐惴惴，大恐缦缦。其发若机括，其司是非之谓也；其留如诅盟，其守胜之谓也；其杀若秋冬，以言其日消也。^[14]

“世上本无疾，只有淤和堵”。当人的情绪非常低落，极其纠结之时，就会扰乱身体正常气机的运行，气血就容易淤堵。所以忘掉好恶是非，也是养生的关键，如庄子言：“不谴是非，以与世俗处”。

《庄子·大宗师》：

与其誉尧而非桀，不如两忘而化其道”出自《庄子·大宗师》，原文为“泉涸，鱼相与处于陆，相响以湿，相濡以沫，不如相忘于江湖。与其誉尧而非桀也，不如两忘而化其道。”^[15]

庄子并不鼓励赞誉尧，也不贬低批评夏桀，而是将尧和桀尧全部都忘掉，言下之意，就是从是非的泥淖中走出来，让人真正的恢复其本性，变成一个有“德”之人。因为庄子认为“德者，真性也”“得其真性谓之德”，有真性之德之人是不会对事物做区分的。

《庄子·齐物论》曰：

彼出于是，是亦因彼。彼是方生之说也。虽然，方生方死，方死方生；方可方不可，方不可方可；因是因非，因非因是。是以圣人不由，而照之于天，亦因是也。是亦彼也，彼亦是也。彼亦一是非，此亦一是非。果且有彼是乎哉？果且无彼是乎哉？彼是莫得其偶，谓之道枢。枢始得其环中，以应无穷。是亦一无穷，非亦一无穷也。^[16]

庄子齐物论的齐，不是让所有的东西整齐划一，而是大者成其大，小者成其小，善者成其善，恶者惩其恶，就是要让人们不要将自己的主观意图强加于事物之上，允许事物如其所是的呈现自身。不要用主观的这些偏见去遮蔽万物，以此回复人的“真性”。

《庄子·大宗师》：

意而子见许由。许由曰：“尧何以资汝？”意而子曰：“尧谓我：汝必躬服仁义而明言是非。”许由曰：“而奚来为轶？夫尧既已黜汝以仁义，而剿汝以是非矣，汝将何以游夫遥荡恣睢转徙之涂乎？”^[17]

上述引文中意而子去见许由，许由问他尧教了他什么，意而子回答：尧让他践行仁义和明辨是非。许由听后批评说，尧用仁义和是非给意而子施了黜刑和剿刑，也就是在脸上刺字和割鼻子，这样他怎么能逍遥自在地游于大道呢？此处庄子甚至将陷入是非好恶比做剿刑，仁义是情感的外在体现，庄子将其比为“黜”刑。庄子借得道之人许由之口明确反对陷入是非好恶之泥淖。

《庄子·德充符》：

惠子问庄子：“人故无情乎？”庄子答：“然。”惠子接着说：“人而无情，何以谓之人？”庄子回应道：“道与之貌，天与之形，恶得不谓之人？”惠子又说：“既谓之人，恶得无情？”庄子解释：“是非吾所谓情也。吾所谓无情者，言人之不以好恶内伤其身，常因自然而不益生也。”^[18]

可见，庄子不希望人们有非常明显的好恶之情，他认为好恶之情也属于“是非”范畴，是伤害身体的，是不“益生”的。

美丑也属于“是非”的范畴。

阳子之宋，宿于逆旅。逆旅者有妾二人，其一人美，其一人恶，恶者贵而美者贱。阳子问其故，逆旅小子对曰：“其美者自美，吾不知其美也；其恶者自恶，吾不知其恶也。”阳子曰：“弟子记之！行贤而去自贤之行，安往而不爱哉！”^[19]

庄子反对对人事进行区分。在庄子看来，无谓的区分只会消耗人的精神，因为有真性之德之人是不会对事物做区分的，他看到的是“一”。比如“天下莫大于秋毫之末，而泰山为小，莫寿乎殇子，而彭祖为夭。天地与我并生，而万物与我为一”《秋水》；“自其异者视之，肝胆楚越也；自其同者视之，万物皆一也。《德充符》；天地一指也，万物一马也。《齐物论》；厉与西施，恢恠憷怪，道通为一。《齐物论》；万物皆一。《德充符》；夫天下也者，万物之所一也，得其所一而同焉。《田子方》

庄子为什么拒绝对善恶、大小、美丑、是非、好坏、

勇敢与懦弱、正义与非正义、贵和贱做区分呢？这样的区分有什么不好吗？

首先这种区分没有意义，因为一切都在风起云涌的变化当中，正如《红楼梦》好了歌里面所说的“脂正浓，粉正香，如何两鬓又成霜？昨日黄土陇头送白骨，今宵红灯帐底卧鸳鸯。金满箱，银满箱，转眼乞丐人皆谤”^[20]。今天是美的东西，明天就丑了，此刻贵的，彼刻就贱了，今年是黑发，明年可能就白发苍苍了。也就是说，一切都在变化，那么对大小、美丑、是非贵贱，这样简单、暂时的区别就毫无意义。

重要之处，这种区分大小、美丑、是非、好坏、勇敢、懦弱、正义、非正义、贵和贱，会产生更大的是非，更大的是非又产生更更大的是非……。为什么？因为区分以后就可能把人分成两种人，那么这两类人之间，一定是对立的，有对立就有争斗。有争斗就有歧视，有歧视就有杀戮，有杀戮就有流血。

而且这种区分，还会容易形成一种风气。就是大的、美的、是的、好的、勇敢的、正义的、贵的，这些可能成为社会的榜样，是需要人们去学习的，这就可能从道德上绑架人。比如说孝，孝就是区分以后的结果，它是立足于不孝的基础之上的。但是事情没有那么简单，不是所有的人都有尽孝的能力的。再比如说勇敢是一种美德，它也可能成为社会学习的榜样。有运动员刚从赛场上下来，人就晕倒了，就被送到医院了，这些都是非常不人性的，这在庄子看来，是极度要批判的，因为人首先没有尊重自己，被一种所谓美好的英雄的形象裹挟了，道德把他绑架了，人变成了塑造英雄形象的工具。所以庄子反对“区分”“是非”，终极的意义上，是对弱势群体的保护。一战死伤一千五百万，二战死伤五千万，战争的根源来自人对人的歧视，而人对人的歧视根本的原因，是把人进行了三六九等的区分，有了区分，有了歧视，才有了战争，有了流血。所以社会如果要和谐，就不能有这种明确的区分，就必须对“区分”“是非”进行超越。就像老子所说的“善者吾善之，不善者吾亦善之”^[21]，对于善和恶，没有明显的区分，不像儒家，君子是君子，小人是小人，甚至“无友不如己者”^[22]。庄子思想与儒家相反。

可见，庄子反对“区分”“是非”“好恶”，实际上是一种更宽广的养生思想，不是针对个人，而是针对人类这个群体。

4 庄子笔下的养生者

在庄子笔下，真正的养生者往往是一些得道之高士，比如《庄子·徐无鬼》中的子綦，持守本性，与道

为一：

吾与吾子游者，游于天地。吾与之邀乐于天，吾与之邀食于地。吾不与之谋，不与之怪，吾与之成天地之诚，而不以物与之相撓，吾与之一尾蛇，而不与之为世所宜。^[23]

再比如庄子笔下的善卷：

舜以天下让善卷，善卷曰：“余立于宇宙之中，冬日衣皮毛，夏日衣葛絺；春耕种，形足以劳动；秋收敛，身足以休食；日出而作，日入而息，逍遥于天地之间而心意自得。吾何以天下为哉！悲夫，子之不知余也。”^[24]

《庄子·山木篇》也描写了善于养生的群体，比如建德之国：

南越有邑焉，名为建德之国。其民愚而朴，少私而寡欲；知作而不知藏，与而不求其报；不知义之所适，不知礼之所将；猖狂妄行，乃蹈乎大方，其生可乐，其死可葬。^[25]

庄子在《马蹄》篇中深情的写下了自己心目当中的理想的社会：

故至德之世，其行填填，其视颠颠。当时也，山无蹊隧，泽无舟梁；万物群生，连属其乡；禽兽成群，草木遂长。是故禽兽可系羁而游，鸟鹊之巢可攀援而闚。夫至德之世，同与禽兽居，族与万物并。恶乎知君子小人哉！同乎无知，其德不离；同乎无欲，是谓素朴。素朴而民性得矣。^[26]

人活着为了自由，就必须占有外部的物质资料，外部的物质资料在一定的限度之内，给人类极大的自由，但是过了这个限度，物质资料就开始捆绑人，伤害人；知识也是如此，在一定的范限之内，知识带给我们自由，但是过量的知识反过来就伤害人们了。我们终于发现，事物经常是通过满足我们来毁灭我们的。所以庄子讲“忘物”和“忘知”，即特定的日常人伦界限之外的东西，庄子要把它遗弃掉。但是，因此人就彻底的自由吗？没有，因为人还有精神，庄子摒弃“是非”“好恶”，放弃“区分”的思维方式，因为“区分”“是非”“好恶”直接导致人的对立。庄子从忘物、忘知、忘是非、忘好恶、忘情感。由外到内，由浅入深，由物及人，由身到心，由简至难，层层递进，向我们讲述了他的养生观。如果我们能够跟着庄子的思想，并且学以致用，贯彻到自己的生活中，那还有什么可担忧的呢？

参考文献

- [1] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:61.
- [2] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:828.
- [3] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:330.
- [4] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:558.
- [5] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:669.
- [6] 曹雪芹. 红楼梦[M]. 北京: 人民文学出版社, 1982:17.
- [7] 增广贤文[M]. 魏明世, 译. 南京: 江苏凤凰科学技术出版社, 2018:552.
- [8] 陈鼓应. 老子今注今译[M]. 北京: 商务印书馆, 2003: 192.
- [9] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:438.
- [10] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:121.
- [11] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:368.
- [12] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:26.
- [13] 司马迁. 史记[M]. 裴骃, 集解; 司马贞, 索隐; 张守节, 正义. 北京: 中华书局, 1959:2245.
- [14] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:57.
- [15] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:247.
- [16] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:71.
- [17] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:229.
- [18] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:284.
- [19] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:697.
- [20] 曹雪芹. 红楼梦[M]. 北京: 人民文学出版社, 1982:18.
- [21] 陈鼓应. 老子今注今译[M]. 北京: 商务印书馆, 2003:253.
- [22] 韩高年. 论语注评[M]. 北京: 清华大学出版社, 2019:8.
- [23] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:851.
- [24] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:957.
- [25] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:670.
- [26] 郭庆藩. 庄子集释[M]. 北京: 中华书局, 1961:342.

版权声明: ©2025 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

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



OPEN ACCESS