

拾參、

「身體隱喻」與古代儒家的修養工夫

一、前言

在古代儒家思想的各個不同面向之中，「身體隱喻思維」表現得最為清楚的，是儒家修養工夫論以及政治論這兩個方面。古代儒家從人的身體這個切近而具體的存在出發，思考與人的道德修養有關的工夫所牽涉的諸般問題；也從身體出發，思考理想的政治生活的型態及其運作，提出系統性的政治論。這一章的主要任務，就是在於探索在古代儒家對修養工夫或境界的描述裡「身體隱喻」如何展現。

本文擬分三個層次進行。我們首先說明所謂「身體隱喻思維」是「具體性思維方式」的一種表現，「具體性思維方式」是中國文化中很常見的一種思維方式。孟子說：「四體不言而喻」（《孟子·盡心上》），孔子說：「能近取譬，可謂仁之方也已」（《論語·雍也》），這些話提示我們：中國古代儒家思考問題，常常從身體出發，身體是自我與世界之間關係的接觸點與聚合點，是人的存在中最具體的事物，儒家常以身體作為隱喻（metaphor）思考各種問題。接著，本文第三節分析古代儒家思想的外在面向，特別扣緊在作為實踐場域及其在空間的適當展現。我希望從這個角度，對儒家的禮學提出一些新的解釋。最後，第四節想討論儒家思想的內在面向。就身體本身而言，儒家思想中的身體有其內在整體性，這種整體性是靠「氣」的流通來保證的。

這就必須涉及身體的三個成分「心」、「氣」、「形」三者之間的分野及其統一這個問題。

二、「具體性思維方式」中的「身體隱喻」：「四體不言而喻」

在進入本題之前，我們必須先從「身體思維」(body thinking)說起。所謂「身體思維」是指從人的身體出發，以身體的方式對世界進行思考的一種思維方式，它與不佔空間的純邏輯式的思維方式完全不同。吳光明教授最近曾對「身體思維」提出一個非常明確的定義：¹

「身體思維」乃是身體情況中的思維，也就是透過身體來思想。身體體現的思維與身體聯結；在這種情況下，思想活出了身體，而身體也活出了思維。身體思維是瀰漫於身體中的思想，它與自無何有之處的思慮的思考完全不同。這種所謂出自無何有之鄉的思考方式，是一種無關身體的、數理邏輯式、不佔空間的、缺乏歷史而具有普遍性的思考方式。所謂用身體的方式思想，就是藉由身體的觀點和樣態來思想，也就是由身體所活出的思維，它和理念型思考者的理論思考截然不同。

「身體思維」既是身體體現的思維，又是用身體的方式進行的，這兩項特徵密切地互相滲透，使得身體及其思維構成一完整整體，以致於我們無法分別什麼時候這種

¹ 吳光明：〈莊子的身體思維〉，收入楊儒賓編：《中國古代思想的氣論與身體觀》（臺北：巨流圖書公司，1993年），頁393-414。

思想是身體體現的，什麼時候則是用身體方式進行的。身體思維乃是鎖定在體內重心的思維，它和那種無關身體的抽象思想正好相反。

所謂「身體思維」具有兩項特質：一、身體思維是具體的而不是抽象的思維方式；二、身體思維透過身體而進行。我們依序論述這兩大特徵：

首先，身體思維是具體性思維方式的一種主要的表現方式。所謂「具體性思維方式」正是中國文化中思維方式的一大特徵。中國文化中具體性思維方式較常見的表現方式有二：第一是「類推論證」，這是以某一已知的具體事物類推另一未知的事物；或以某一事物的已知「部分」類推該事物之「全體」之屬性。第二是「歷史論證」，這是從歷史上具體的人與事，論證抽象的原理。²除了這種習見的論證方式之外，「身體思維方式」也是「具體性思維方式」的一種表現，因為人的身體是最具體的，是人與外在世界的聚合點，所以從身體出發的思想，必然有其具體性。

其次，古代儒家常常從身體出發，思考人的道德修養問題。孔子就曾以人的身體器官的狀態來描述人生的進境，他說：「六十而耳順」（《論語·為政》），即為一例。在孔子所謂的「君子九思」中，「視思明，聽思聰，色思溫，貌思恭，言思忠」（《論語·季氏》），都是從人的身體器官的功能運作來思考修養工夫。孔子所說的「君子有三戒」（《論語·季氏》），也是從人的身體

² 參看黃俊傑：《孟學思想史論》（卷一）（臺北：東大圖書公司，1991年），第1章。

的「血氣」之盛衰申論修養工夫。孟子也說過：「〔……〕子夏、子游、子張皆有聖人之一體，冉牛、閔子、顏淵則具體而微。」（《孟子·公孫丑上》）朱註：「一體，猶一肢也。具體而微，謂有其全體，但未廣大耳。」在孟子說這段話的脈絡裡，聖人（孔子）的境界被比喻為完整的人體，子夏等人則被比喻為一肢。

正因為古代儒家從人的身體出發思考問題，因此認為人的四體或五官有其共通性，更從身體的共通性論述人的價值自覺的必然性與普遍性。孟子說「人之有四端，猶其有四體也」（《孟子·公孫丑上》），以人的身體比喻人之具有道德意識。孟子更從人類共同的感官經驗推論人的價值自覺有其普遍必然性，他說：

口之於味也，有同者焉；耳之於聲也，有同聽焉；目之於色也，有同美焉。至於心，獨無所同然乎？心之所同然者何也？謂理也，義也。聖人先得我心之所同然耳。故理義之悅我心，猶芻豢之悅我口。（《孟子·告子上》）

在孟子的論述中，「口」、「耳」、「目」與「心」之所以可相互類比，乃是這四者都是屬於身體的一部分，具有共通的屬性，所以可以加以類比，孟子很顯然是以身體作為出發點思考道德修養問題。在從身體出發思考問題這個立場上，荀子與孟子是接近的。荀子指出人的生物性本能的普遍性說：

凡人有所一同：飢而欲食，寒而欲暖，勞而欲息，好利而惡害，是人之所生而有也，是無待而然者也，是禹、桀之所同也。目辨白黑美惡，耳辨音聲清濁，口辨酸鹹甘苦，鼻辨芬芳腥臊，骨體膚理辨寒暑疾養，是又人之所常生而有也，是無待而然者也，是禹、桀之所同也。（《荀

子·榮辱》)

荀子更進一步以感官活動的自然展現，分判「性」與「偽」。荀子對人性的定義是「不可學，不可事，而在人者，謂之性；可學而能，可事而成之在人者，謂之偽；是性偽之分。」荀子分辨「性」與「偽」的根據，即在於其是否屬於身體感官活動的本能。荀子指出：「今人之性，目可以見，耳可以聽。夫可以見之明不離目，可以聽之聰不離耳；目明而耳聰，不可學明矣。」並認為「今人之性，飢而欲飽，寒而欲煖，勞而欲休，此人之情性也」、「若夫目好色，耳好聲，口好利，骨體膚理好愉佚，是皆生於人之情性者也；感而自然，不待事而後生之者」（《荀子·性惡》）。可見荀子是就人類生物性的身體本能來界定「性」。但是，孟子對「性」所下的定義則與荀子不同。孟子說：「口之於味也，目之於色也，耳之於聲也，鼻之於臭也，四肢之於安佚也，性也，有命焉，君子不謂性也。」（《孟子·盡心下》）孟子和荀子都是從身體出發，以身體器官作為比喻，思考人性及道德修養等問題。「身體思維」在古代儒家思想中實居於特殊重要地位。

所謂「身體思維」可以以許多不同方式進行，但是，古代中國儒家思想史所見的「身體思維」，主要表現在「隱喻思維」（*metaphorical thinking*）方式。這裡所謂「隱喻的」（*metaphorical*）是與「如實的」（“*literal*”）一詞相對而言，「隱喻」的運用是古代中國思想家進行思考時的重要方式之一。古代儒家常常以具體的事物作為「隱喻」，來乘載外顯的或內涵的意義，以求達到論證的效果。這是具有中國文化特色的思維方式之一，與近代西方純理論的邏輯思維很不相同。我在這裡所謂的「隱喻思維」，在古籍中屢見不鮮，例如孔子和孟子就常常以水隱喻人的

修養進境，孔子以「樂水」形容「知者」，以「樂山」形容「仁者」（《論語·雍也·23》），孟子更以水喻生命之豐富盈溢，日新又新。孟子曰：「流水之爲物也，不盈科不行，君子之志於道也，不成章不達」（《孟子·盡心上·24》），但「水哉水哉，何取於水也？」孟子曰：「源泉混混，不舍晝夜，盈科而後進，於乎四海，有本者如是，是之取爾。〔……〕」（《孟子·離婁下·10》）孟子更進一步說：「觀水有術，必觀其瀾。日月有明，容光必照焉。」（《孟子·離婁下·10》）《荀子·宥坐》：「孔子觀於東流之水。子貢問於孔子曰：『君子之所以見大水必觀焉者，是何？』孔子曰：『夫水，大遍與諸生而無爲也，似德。其流也埤下裾拘，必循其理，似義。其洸洸乎不涸盡，似道。若有決行之，其應佚若聲響，其赴百仞之谷不懼，似勇。主量必平，似法。盈不求概，似正。淖約微達，似察。以出以入以就鮮絜，似善化。其萬折也必東，似志。是故君子見大水必觀焉。』」孔孟荀都以水之流動生機勃勃，水之清和潤澤大地，以隱喻人的生命之動態成長，生機暢發。這種運用「隱喻」的論述方式，略近於墨子所謂「辟」，墨子說：「辟也者，舉他（原作也，從王先謙改）物而以明之也」（《墨子·小取》），這種「舉他物以明之」的「隱喻思維方式」是古代中國思想家習用的論述方式，古籍習見以鳳喻孔子（《論語·微子》、《莊子·人間世》、《孟子·公孫丑上》），以龍喻老子（如《莊子·天運》），均是這種論述方式的展現，人的身體也是一種「隱喻」。但是，爲甚麼古代中國思想家更以水、龍、鳳或身體作爲隱喻來進行論述呢？

從許多文獻看來，最主要的原因是這些隱喻可以創造並乘載豐富的意義，以供聽者的解讀，激發聽者的思維，達到「比」或「興」的效果。所謂「比」或「興」是指《毛詩序》中對詩

之六義中的「比」「興」的解釋，「比」是指以彼物指此物之意，「興」是指先說他物以引起所詠之辭。在各種可以運用來作為隱喻的事物中，最具體而直接的，就是當下即是的人的身體，先秦儒家常常運用身體作為隱喻，試讀下列幾條材料：

- (1) 人之有是四端也，猶其有四體也。（《孟子·公孫丑上》）
- (2) 君子之學也，入乎耳，箸乎心，布乎四體，形乎動靜；端而言，蠕而動，一可以為法則。小人之學也，入乎耳，出乎口，口、耳之間則四寸耳，曷足以美七尺之軀哉？古之學者為己，今之學者為人。君子之學也，以美其身，小人之學也，以為禽犢。（《荀子·勸學》）
- (3) 使目非是無欲見也，使耳非是無欲聞也。使口非是無欲言也，使心非是無欲慮也。及至其致好之也，目好之五色，耳好之五聲，口好之五味，心利之有天下。（《荀子·勸學》）
- (4) 凡人有所一同：飢而欲食，寒而欲暖，勞而欲息，好利而惡害，是人之所生而有也，是無待而然者也，是禹、桀之所同也。目辨白黑美惡，耳辨音聲清濁，口辨酸鹹甘苦，鼻辨芬芳腥臊，骨體膚理辨寒暑疾養，是又人之所常生而有也，是無待而然者也，是禹、桀之所同也。（《荀子·榮辱》）
- (5) 口之於味也，有同者焉；耳之於聲也，有同聽焉；目之於色也，有同美焉。至於心，獨無所同然乎？心之所同然者何也？謂理也，義也。聖人先得我心

之所同然耳。故理義之悅我心，猶芻豢之悅我口。
（《孟子·告子上》）

這些論述都先指出身體器官對自然現象反應的普遍性與共同性，再注入「人的價值自覺也有普遍必然性」這項意義，以激發聽者的思考。孟子說：「四體不言而喻」，是對古代儒家論述方式最傳神的說明。

三、作為實踐場域的身體及其在空間的展現

上節的討論指出：古代儒家透過身體而對世界及自我進行思考，常常將身體作為隱喻運用，儲存豐富的意義。但是，這裡所謂「透過身體而對世界及自我進行思考」涉及許多問題，其中較為重大者有二：

- 1.如何使自己的身體在空間作最適當的展現或安頓？
- 2.如何從身心的不完整性走向身心一如的境界？

這兩個問題觸及儒家運用來進行隱喻思維的身體的不同方面。第一個問題所觸及的是儒家的修養工夫問題。這裡所謂的「空間」，基本上是指社會政治空間而言。因為人的身體並不是一個中性意義的物理空間，它是一種在社會政治情境之下，充滿了價值判斷內涵的社會空間與政治空間。因此，如何在社會政治脈絡下適當地安頓自己的身體，就成為儒家論述人的修養工夫的一個重要課題。古代儒家思考這個課題，發展出一套嚴謹的禮學。第二個問題所觸及的是人的修養工夫的內在層面問題，也就是人的身體結構的層次如何分野以及如何統一的問題。用傳統的語彙來說，也就是如何「治氣養心」的問題。儒家以「踐

形」說為中心，提出了一套內在的修養工夫論。

我們先分析第一個問題。古代儒家對於身體在社會空間裡的安頓這個問題，賦予高度的注意。古代儒家的禮學，有一大部分的內容是對於在社會政治空間裡如何安頓自己的身體這個問題，所提出的應然的規範。這種重視身體的社會性的立場，從孔子、孟子、荀子到秦漢之際的儒者都是一貫的。孔子一向強調不論是公私生活都要舉止端莊，孔子說：「席不正不坐」（《論語·鄉黨》），平日居處應該：「君子正其衣冠，尊其瞻視，儼然人望而畏之，斯不亦威而不猛乎？」（《論語·堯曰》）在公職生活方面，孔子更強調身體舉止必須服從社會應然的規範，《論語·鄉黨》篇有許多這方面的記載：

- (1) 君召使擯，色勃如也，足躩如也。揖所與立，左古手。衣前後。襜如也，趨進，翼如也。賓退，必復命曰：「賓不顧矣」。（《論語·鄉黨》）
- (2) 入公門，鞠躬如也。如不容，立不中門，行不履闕。過位，色勃如也。足躩也，其言似不足者。攝齊升堂，鞠躬如也，屏氣似不息者。出，降一等，逞顏色。怡怡如也。沒階趨，翼如也。復其位，蹶蹶如也。（《論語·鄉黨》）
- (3) 執圭，鞠躬如也。如不勝。上如揖。下如授。勃如戰色。足縮縮，如有循。享禮，有容色。私覲，愉愉如也。（《論語·鄉黨》）

孔子強調在社會或政治空間裡，通過適當的動靜周旋的規範，來安頓自己的身體。從這個角度來看，我們不妨說，古代儒家

所謂的「禮」就是扣緊身體的社會性而說的。

在孔門弟子中，對孔子所強調的身體社會意義會最深的大約是曾子，試看下列兩條記載：

- (1) 曾子有疾，召門弟子曰：「啟予足！啟予手！《詩》云：『戰戰兢兢，如臨深淵，如履薄冰。』而今而後，吾知免夫！小子！」（《論語·泰伯》）
- (2) 曾子有疾，孟敬子問之，曾子言曰：「鳥之將死，其鳴也哀；人之將死，其言也善。君子所貴乎道者三：動容貌，斯遠暴慢矣；正顏色，斯近信矣；出辭氣，斯遠鄙倍矣。籩豆之事，則有司存。」（《論語·泰伯》）

曾子所表現的那種對自己的身體的戒慎之心，很生動刻劃出先秦孔門的身體觀。

正因為先秦孔門注重身體的社會性，所以他們認為人的動靜舉止，舉手投足皆有其社會涵義。《論語》記載孔子故人原壤「夷俟」，被孔子責以「幼而不孫弟，長而無述焉，老而不死，是為賊」，並「以杖叩其脛」（《論語·憲問》）。孔子以「賊」字責備原壤，這是非常嚴重的指責，在《論語》裡孔子也以「德之賊」痛斥「鄉愿」（《論語·陽貨》），可見在孔子的用法裡「賊」字的嚴重程度。但何以原壤以「夷」的姿勢等孔子，會招致孔子的嫌惡呢？

所謂「夷」即躑踞之意。《廣雅·釋詁》：「踳，踞也」，《墨子·天志中》：「紂越厥夷居」，《墨子·非命上》：「紂夷處」，均與《論語》此章「夷」字同義。劉寶楠《論語集釋》云：「按《史

記·南越趙陀傳》『椎髻箕踞，以待陸賈。』蓋古人凡坐以尻就蹠。今夷俗以尻及地，張兩膝爲箕形。夷俟即箕踞也。馬注：『箕，踞也。俟，待也。踞待孔子。』《集注》即用其說。其義易明。」³其說極是。李濟之先生以考古資料配合古籍文獻，指出：「蹲踞與箕踞不但是夷人的習慣，可能也是夏人的習慣；而跪坐卻是尙鬼的商朝統治階級的起居法，周朝人商化後，加以光大。」⁴箕踞是東夷的生活習俗，以弘揚周文化自任的孔子之不齒原壤的姿勢，當有其文化上的原因。蹲踞不僅是一種中性的物理意義的姿勢而已，它更代表一種輕蔑或不敬的社會意義。

我們也可以在孟子的行事中找到類似的故事。公元前 329 年，孟子離開齊國，宿於晝，「有欲爲王留行者，坐而言。不應，隱几而臥。客不悅曰：『弟子齊宿而後敢言，夫子臥而不聽，請勿復敢見矣。』」（《孟子·公孫丑下·8》）來客坐而言，孟子不應而臥，明白地以肢體的姿勢表示他的不滿。在古代儒家身體思維的發展史上，孟子特別強調身體的精神化與人格美的具體化（說詳下），但是，孟子對身體的社會性的重視，卻與孔子一致。先秦孔門一貫強調在社會情境中適當地安頓自己的身體，《論語》裡描寫孔子的日常生活說：「子之燕居，申申如也，夭夭如也。」（〈述而〉）又說：「子溫而厲，威而不猛，恭而安。」（〈述而〉）也形容孔門弟子說：「閔子侍側，閔閔如也；子路行

³ 程樹德：《論語集釋》（臺北：藝文印書館，1965年），〈憲問下〉，卷30，頁907。

⁴ 李濟：〈跪坐蹲踞與箕踞〉，《中央研究院歷史語言研究所集刊》第24本（1953年），頁283-301。

行如也；冉有、子貢，侃侃如也。子樂。」「若由也，不得其死然。」（〈先進〉）從身體觀這個角度，我們不妨說，所謂聖賢氣象就是將身體的主體性與身體的社會性交融為一以後，所顯示出來的境界。

先秦儒家的殿軍荀子也很重視身體在社會空間的適當安頓，他說：「坐視膝，立視足，應對言語視面。」（《荀子·大略》）又說：「禮者，所以正身也。」（《荀子·修身》）荀子甚至明確地從身體五官調養的角度定義「禮」，他說：「故禮者，養也。芻豢稻粱，五味調香，所以養口也；椒蘭芬苾，所以養鼻也；雕琢刻鏤黼黻文章，所以養目也；鍾鼓管磬琴瑟竽笙，所以養耳也；疏房椽 越席床第几筵，所以養體也。」（《荀子·禮論》）所謂「禮」，荀子解釋成爲身體而設置一套行爲規範。

從身體在社會空間的展現這種角度來定義「禮」這個傳統，在《禮記》這部書完成了匯集。《禮記·曲禮》對言語、飲食、灑掃、應對、進退各項，都有精詳的規定。〈玉藻〉對天子諸侯的衣服、飲食、居處均作詳細規定。從身體的角度來看，這一類禮節都可以視爲對人的身體在社會空間的適當展現所作的規範。古代社會許多儀式或生活習俗，如貴族生活行則鳴鸞，居則佩玉等，其作用不外是約束生理的原始狀態，並加以轉化成合乎社會規範的存在。這種將屬於個人的生理身體轉化成屬於社會的身體工夫，古籍泛稱之爲「禮」。用現代學術的語彙來說，我不妨稱之爲「身體」的「社會化」。經過「身體」的「社會化」過程之後，人的生理身體就被社會價值規範所滲透轉化，而能將社會的價值具體地在身體上展現出來，曾子所說的成爲君子的要項：「動容貌，斯遠暴慢矣；正顏色，斯近信矣；出辭氣，斯遠鄙倍矣。」（《論語·泰伯》），就是對這種「我的身體」

與「社會的身體」交融為一的境界的說法。孟子說：「堯舜，性之也；湯武，身之也〔……〕」（《孟子·盡心上·30》），「身之」這句話，最可以說明作為實踐場域的身體的涵義。身體在社會空間的適當展現，也可以達到政治上的效果。我們先看一段孔子與子張的對話：

子張問於孔子曰：「何如斯可以從政矣？」「尊五美，屏四惡，斯可以從政矣。」子張曰：「何謂五美？」子曰：「君子惠而不費，勞而不怨，欲而不貪，泰而不驕，威而不猛。」子張曰：「何謂惠而不費？」子曰：「因民之所利而利之，斯不亦惠而不費乎？擇可勞而勞之，又誰怨？欲仁而得仁，又焉貪？君子無眾寡，無小大，無敢慢，斯不亦泰而不驕乎？君子正其衣冠，尊其瞻視，儼然人望而畏之，斯不亦威而不猛乎？」（《論語·堯曰》）

孔子認為君子「尊其瞻視」，可以達到「威而不猛」的效果，這是從政的條件之一。

孔子在這裡所使用的「威而不猛」這句話，是有其淵源的，這就是古籍習見之「威儀」一詞。《詩·大雅·抑》：「敬慎威儀，惟民之則」，《詩·大雅·既醉》「攝以威儀」，均為其例。「威儀」一詞的涵義何在？我們且看北宮文子的解釋。《左傳》襄公三十一年（公元前542年），衛侯問北宮文子「何謂威儀？」北宮文子說：⁵

有威而可畏謂之威，有儀而可象謂之儀。君有君之威儀，

⁵ 楊伯峻：《春秋左傳注》（臺北：源流出版社影印本），下冊，頁1194-1195。

其臣畏而愛之，則而象之，故能有其國家，令聞長世。
臣有臣之威儀，其下畏而愛之，故能守其官職，保族宜家。
順是以下皆知是，是以上下能相固也。

這一段話將居統治地位的人運用身體的動作容止所發揮政治上的效用，刻劃得非常淋漓盡致。楊儒賓最近對古代中國人的「威儀」觀，提出新的解釋說：⁶

試思索「威儀」此一觀念，我們發現它所代表的意義也正是「人生理的存在皆可以化為道德的存在」，所以凡是其人之身體周施所在，如言語、進退、容止等，皆有規範之意，皆足以引發在下者敬畏效法。但我們如再思索這裡所說的道德或規範，將會發現它並非緣於心性的流露，而是一種社會的規範（禮）在學者的身體上體現；或者說：學者經由學習仿效的過程，可以將組織社會的原理在他個人身上具體化出來。很明顯地，威儀觀所牽涉到的道德是種倫理的道德，而非心性性質的道德。

這項解釋。所謂「威儀」，就是指人的身體在社會空間在獲得適當展現之後，所自然呈現的道德氣象。

四、作為內在整體性概念的身體及其工夫論：「心」、「氣」、「形」的分野及其統一

我們接著討論古代儒家工夫論中「身體隱喻思維」，所觸及

⁶ 楊儒賓：〈支離與踐形——論先秦思想裡的兩種身體觀〉，《中國古代思想的氣論與身體觀》，頁 415-449。

的第二個問題：如何從身心的不完整性走向身心一如？這個問題所涉及的是儒家工夫論中屬於內在工夫的層次。

關於討論這個問題，我們必須先從古代中國人的身體觀說起。誠如石田秀實近日所指出，古代中國人的身體觀大約可分為兩套系統：一是以「明堂經絡圖」為代表的身体觀，認為身體是「氣」的流動所構成的；一是以「五臟六腑圖」為代表的身体觀，將身體視為臟器的儲藏所。石田秀實說：⁷

[……]所謂臟、經脈的形體，始終是「氣」住宿的「場」，[……]。真正給予人生機能光輝的是「流動的氣」。
[……]臟、十二經脈，是依「流動的氣」而形成的，但這是作為給予這種「流動的氣」活動場域的物體而形成的。[……]中國古人，對身體是抱持著二重的眼光加以瞭解的。此即藉著「流動的氣」而形成的身體流動性的本質，與把氣作為機能場域，「作為場域的臟器、皮革、骨、經脈管」等等。為方便起見，我將前者稱為「流動的身體」（包括臟器），後者稱為「作為場域的身體」。前者是具有某種意義，在古代可廣泛見到的生氣論，偏重流體生理學的看法。另一看法，後者若是將機能的二次性置之度外而討論的話，則與近代存在論的、機械論的生理學相通。中國古代醫學的可貴性在於，像這樣兩個身體觀並列存在，伴隨雙重的目光來認識人類的身體。

以上這種身體觀，在中國古代醫書中均有大量的描述，而且對

⁷ 石田秀實：〈從身體生成過程之認識看中國古代身體觀的特質〉，收入楊儒賓編：《中國古代思想的氣論與身體觀》，頁 177-212。

古代的哲學思考產生一定程度的影響。中國思想史中的身體觀，基本上與上述第一種身體觀較為接近，將身體視為一個流動的整體，而「氣」則貫串於身體的不同層次之間，使身體的各個層次完成統一。

這種流動性的確構成內在整體性的身體，在古代儒家以及其他許多思想家的論述中，區分為三各層次：心—氣—形。儒家主張以「心」來統率形體，使道德心自然滲透到人的軀體，而使人格美呈顯於外，可以被感知。而且，儒家也強調把自然意義的「氣」或「血氣」，轉化為德行意義的「浩然之氣」。在這種轉化的過程中，「氣」的流動性的本質並沒有改變，而且可以流動貫串於外在的軀體，改變外在的形貌。經由這一套工夫，人就可以從身心的不完整而走向身心一如，也就是所謂「義形於色」（《公羊傳》桓公四年）的境界。

從嚴格的意義上來說，古代儒家並沒有刻意建構一套「工夫論」，因為從儒家的立場看來，所謂「工夫」就是性善的自然展開。在孟子學中，所謂「性善」的實質涵義，就是指「心善」而言，因人人皆有「四端之心」，這種具有內在善苗的「心」是一種「道德心」，而不是「認識心」或理智之心。所謂「工夫」，就是指這種道德心在具體情境中的展開過程，而不是一種客觀而抽象的推理過程，因此，嚴格地說，古代儒家並沒有提出一套作為方法論意義的「工夫論」。古代儒家強調人要隨時隨地自我提昇，在這種「工夫」實踐完成之後，才會有對這種「工夫」境界的體認與描述。

我們對古代儒家對人的修養工夫所到達境界的討論，必須從古代文獻中所常見的「氣」這個字入手。關於古代典籍所見

的「氣」，涵義多歧，在孟子之前的「氣」多指自然義而言。我過去在註解《孟子》「知言養氣」章時曾指出，在孟子之前，中國古典所見的「氣」較常見的有三種涵義：一指「雲氣」，二是「氣息」，三指「血氣」。⁸

在這三種作自然義解的「氣」之中，儒家典籍常提到的是「血氣」，而且一致強調「血氣」是矯治的對象。孔子說：「君子有三戒，少之時，血氣未定，戒之在色；及其壯也，血氣方剛，戒之在鬥；及其老也，血氣既衰，戒之在得。」（《論語·季氏》）。孔子這種說法，很能反映儒家一貫的基本態度：自然世界的存在都必須經由人文的努力加以轉化，才能成爲文化世界的一部分。孔子對「血氣」所持的這種態度，與春秋時代的人的態度是相符合的。《左傳》昭公十年：晏子謂桓子：「凡有血氣，皆有爭心。」《國語·魯語》：「若血氣強固，將壽寵得沒，雖壽而沒，不爲無殃。」持論皆與孔子相近。從孔子以降，通貫孟子、荀子，以及秦漢儒者，對生理意義的身體的矯治與轉化，幾乎是當時思想家的共識。

那麼，如何克制自然的「血氣」呢？這就進入古代儒家身體觀的另一個層次——「心」。古典文獻中所見的「心」有兩種不同意義的心：一是在身體之中而作爲五臟之一的心；二是超越於身體之上而具有價值意識的心。前者古籍常以「魄」字言之，後者則以「魂」字稱之，錢穆先生指出這兩種「心」的差別說：⁹

⁸ 參考拙著：《孟學思想史論》（卷一），〈集釋篇〉，第二篇。

⁹ 錢穆：《靈魂與心》，收入《錢賓四先生全集》（臺北：聯經出版事業公司，

中國人又常以心、身對言，而心更重於身。故亦每分心為二。有附隨於身之心，有超越於身之心。中國人重其後者，不重其前者。《左傳》：「子產曰：『人生始化曰魄，既生魄，陽曰魂。』」此處魂魄字，即指人生時之心知。《小戴禮》：「形既生矣，神發知矣。」人之心知，其先乃附隨於人之身軀而始有，故子產曰：「人生始化曰魄。」魄即指人之心知之附隨於人身者。呱呱墜地即知飢寒，此皆魄之所為。《史記》：「酈食其家貧落魄，無以為衣食業。」無衣食之業則飢寒交迫，「落魄」猶言失其心知。惟其所失落，乃屬體膚飢寒之知。又如言病魄、醉魄，皆有關於人身。《雲笈七籤》：「載形魄於天地，資生長於食息。」言形魄，亦猶言體魄。《左傳》：「趙同不敬，劉康公曰：『天奪之魄。』」不敬，乃屬體之失形，故曰天奪之魄。故知中國「魄」字乃指人心之依隨於形體者而言。

知己之飢，斯亦隨而知人之飢；知己之寒，斯亦隨而知人之寒。人之飢寒屬於人之身，不屬己身，而已亦知之，此乃人心超越於身之知，中國古人稱此曰「魂」。江淹賦：「黯然銷魂者，惟別而已矣。」傷離惜別，乃屬人心之一種情感。親朋之身，離別遠去，與我身若無關。故知傷離惜別，乃屬一種超越身體之知。劉勰《文心雕龍》：「形在江湖之上，心存魏闕之下，神思之謂也。」此種神思乃屬魂，非屬魄。惟此種知屬後起，由附隨於身之知發揚開放，乃始有之。子產曰：「既生魄，陽曰魂。」

如知飢知寒，其心幽於一身，故曰陰。由此發揚開放，乃能視人之飢寒一如己之飢寒，此心能超越己之形體以為知，斯其知乃始光明照耀，故曰陽。

第一種意義下的「心」只具有特殊性；第二種意義下的「心」才具有超越於特殊性之外的普遍必然性。本節所討論的就是這種意義的「心」。

古代儒家思想中的「心」均不是指空間意義的「心」，而是具有價值判斷能力的道德心。《論語》中所見的「心」字，雖多與「慍」、「愛」、「悱」、「憤」等感情性字眼一起出現，但這並不能解釋為孔子思想中的「心」只是指某種心理狀態。實際上，孔子所說「七十而從心所欲不踰矩」（〈為政篇〉）、「回也，其心三月不違仁」（〈雍也篇〉），都已含有明顯的價值意義。《論語》中所見的「心」是道德心。

孟子繼承孔學餘緒，並加以發揚光大，特別強調心對心以外的耳目口鼻等器官的主導力量。以下是《孟子》書中比較具有代表性的材料：

- (1) 公都子曰：「鈞是人也，或為大人，或為小人，何也？」孟子曰：「從其大體為大人，從其小體為小人。」曰：「鈞是人也，或從其大體，或從其小體，何也？」曰：「耳目之官不思，而蔽於物，物交物，則引之而已矣。心之官則思，思則得之，不思則不得也。」（《孟子·告子上》）
- (2) 孟子曰：「今有無名之指，屈而不信，非疾痛害事也，如有能信之者，則不遠秦楚之路，為指之不若

人也。指不若人，則知惡之；心不若人，則不知惡，此之謂不知類也。」（《孟子·告子上》）

(3) 孟子曰：「人之於身也，兼所愛。兼所愛，則兼所養也。無尺寸之膚不愛焉，則無尺寸之膚不養也。所以考其善不善者，豈有他哉？於己取之而已矣。體有貴賤，有大小。無以小害大，無以賤害貴。養其小者為小人，養其大者為大人，今有場師，舍其梧櫝，養其槲棘，則為賤場師焉。養其一指而失其肩背，而不知也，則為狼疾人也。飲食之人，則人賤之矣，為其養小以失大也。飲食之人無有失也，則口腹豈適為尺寸之膚哉？」（《孟子·告子上》）

(4) 孟子曰：「拱把之桐梓，人苟欲生之，皆知所以養之者。至於身，而不知所以養之者，豈愛身不若桐梓哉？弗思甚也。」（《孟子·告子上》）

以上這四條材料，都共同指向心的主導能力，孟子認為「心」（所謂「大體」）具有價值判斷的能力，有其自主性，不受外物所引誘，故能支配並轉化耳目口鼻等器官（所謂「小體」）。人只要「從其大體」，培養心的價值自覺能力，就可以轉化「小體」，其效果可以外顯於形體之上，孟子說：「君子所性，仁義禮智根於心。其生色也，睟然見於面，盎於背，施於四體，四體不言而喻。」（《孟子·盡心上》），就是形容這種身心一如的境界。對於心對身的主導能力的肯定，幾乎是古代儒家的共識。以馬王堆帛書《五行篇》為代表的孟子後學也強調心對耳目口手足的支配性，《五行篇·經 22》云：

耳目鼻口手足六者，心之役也。心曰唯，莫敢不〔唯，

心曰諾，莫敢不〔諾。心〕曰進，莫敢不進。心曰淺，莫敢不淺。〈說〉「耳目鼻口手足六者，心之役也」。耳目也者，說（悅）聲色者也；鼻口者，說（悅）犢（臭）味者也；手足者，說（悅）徹（佚）餘（愉）者也。〔心〕也者，說（悅）仁義者也；之（此）數（體）者皆有說（悅）也；而六者為心役，何〔也〕？曰：心貴也。有天下之美聲色目（置）此，不義，則不聽弗視也。有天下之美犢（臭）味〔置此〕，不義，則弗求弗食也。居而不問尊長者，不義，則弗為之矣。何〔也〕？曰：幾不〔勝〕□，〔小〕，不勝大，賤不勝貴也才（哉）！故曰心之役也。耳目鼻口手足六者，人□□，人（體）之小者也。心，人□□，人（體）之大者也，故曰君也。

我在最近曾說明，¹⁰孟子生命哲學中關於「養氣」、「存心」到「踐形」的這一套思想以及「大體」「小體」的說法，都在孟子後學手中保留了下來，而且更加細緻化。孟子後學強調以「心」統率「身」，並將「心」分為「中心」與「外心」，認為「中心」比「外心」更為基本而具有普遍必然性。孟子後學強調通過「思」與「慎獨」的工夫，來完成「心」對「身」的統攝。從《五行篇》作者思想中，我們看到了孟學的「內轉」——從孟子的內聖外王兼顧，轉而講求「心」的內斂反思及專一。《五行篇》中的「形於內」一語，最能顯示孟子後學所強調的道的實踐的意識化與身體的精神化。《大學》說「心不在焉，視而不見，聽而不聞，食而不知其味」，這段話強調心的優位性，也是在同一個

¹⁰ 黃俊傑：《孟學思想史論》（卷一），第3章。

思想脈絡下說的。

荀子在許多方面立論與孟子差異甚大，但是在對心的優位性與主導性這一點上，立場卻與孟子極為相近。以下幾條材料可以作為以上看法的佐證：

- (1) 「形體、色、理，以目異；聲音清濁、調節奇聲，以耳異；甘、苦、鹹、淡、辛、酸、奇味，以口異；香、臭、芬、鬱、腥、臊、漏、廂、奇臭，以鼻異；疾養、滄、熱、滑、鈹、輕、重，以形體異；說、故、喜、怒、哀、樂、愛、惡、欲，以心異。心有徵知。徵知，則緣耳而知聲可也，緣目而知形可也，然而徵知必將待天官之當簿其類然後可也。五官簿之而不知，心徵之而無說，則人莫不然謂之不知，此所緣而以同異也。」（《荀子·正名》）
- (2) 「心憂恐則口銜芻豢而不知其味，耳聽鐘鼓而不知其聲，目視黼黻而不知其狀，輕暖平簟而體不知其安。」（《荀子·正名》）
- (3) 「心平愉，則色不及傭而可以養目，聲不及傭而可以養耳，蔬食菜羹而可以養口，粗布之衣、粗紉之履而可以養體，局室、蘆簾、蓐、机筵而可以養形。」（《荀子·正名》）

因為「心有徵知」（第（1）條材料），所以具有主體性，而耳目口鼻等則僅具有工具性的功能，必須接受心的指導。

從上文的論述顯示：所謂「如何從身心的不完整走向身心一如？」這個問題，實質上就是問：「如何使道德心對生理軀體

持續發揮指導統率的作用？」，因為古代儒家對「心對身的優先性與主導性」，多半抱持肯定的態度。

「如何使道德心對生理軀體持續發揮指導統率的作用？」這個問題的提法，已經指出從身心的不完整走向身心一如的根本關鍵在於「養心」不在「養身」。因此，這個問題本質上就是如何養心的問題。

古代儒家對「如何治氣養心？」這個問題的解答，可以大別為兩條路線：

第一條路線是孟子及其後學所走的，順著道德心的存養發展以轉化外在身體形貌的途徑。這條途徑是以孟子學的「擴充」概念為中心而開展的。孟子養氣之說，通貫倫理學與工夫論的範疇。在孟子之前思想家對「氣」的構想，多半只具有自然意義，所謂「氣，體之充也」可以綜括孟學以前所流行的自然義的「氣」思想，而孟子卻賦予氣強烈的人文意義，使他的「浩然之氣」同時屬於存有意義的自然世界與創生意義的文化世界，而兼具存有意義與價值判斷的內涵。就「浩然之氣」之所以產生的程序而言，孟子「氣」的思想中價值論先於存有論，由此便產生「養氣」的工夫問題，也因此經由「集義」的養氣的工夫乃成為絕對必要。生理意義的「氣」，有待經過「集義」工夫的轉化，才能成為至大至剛的「浩然之氣」。但是，「集義」工夫有待於「心」加以完成，因此，我們可以再追問孟子：如何養心？

孟子對這個問題的答案是：「盡其心者，知其性也。知其性，則知天矣」（《孟子·盡心上·1》），這段話的涵義是：孟子認為人的道德心有其超越的根源，人只要充分發揮人所與生俱有的

道德善苗，不斷加以「擴充」，就可以與宇宙的最終實體遙契。但是，在這樣的解釋裡，有一個關鍵問題有待釐清：孟子所謂「盡心」作何解？關於孟子的「盡心」一詞的涵義，讓我們從朱子的《孟子或問》說起。朱子在《孟子或問》曾有以下一段問答：¹¹

或問：「心無限量者也，此其言盡心何也？」

曰：「心之體無所不統，而其用無所不周者也。今窮理而貫通，以至於可以無所不知，則固盡其無所不統之體，無所不周之用矣。是以平居靜處，虛明洞達，固無毫髮疑慮，存於胸中，至於事至物來，則雖舉天下之物，或素所未嘗接於耳目思慮之間者，亦無不判然迎刃而解，此其所以為盡心，而所謂心者，則固未嘗有限量也。」

朱子在這裡對於孟子「盡心」二字的注釋非常諦當。孟子所說的「心」並不是一種空間之物，因此正如朱子所說：「所謂心者，〔……〕固未嘗有限量也」，「心」是一種不受時間或空間因素所宰制的道德心，這種道德心「苟得其養，無物不長，苟失其養，無物不消」（《孟子·告子上·8》），因此，所謂「盡心」就是將這種與生俱有的內在善苗加以培養，並適時加以「擴充」。

孟子的治氣養心的修養工夫所採取的是順取的途徑。與孟子相對而言，荀子所採取的是一種逆覺的道路。這是古代儒家的治

¹¹ 朱子：《孟子或問》，收入《朱子遺書》（臺北：藝文印書館影印，未著日期），第5冊，卷13，頁1，上半頁。關於《孟子·盡心上·1》的解釋，另詳黃俊傑：〈《孟子·盡心上·1》集釋新詮〉，《漢學研究》第10卷第2期（1992年12月），頁99-122。

氣養心之術的第二條路線，我們必須從孟荀言「心」之差異說起。

孟子與荀子雖然都肯定「心」對身具有優先性與主導性，但是孟荀言心卻有重大差異。孟子的「心」是諸般價值與意義的創發者，因此，「心」與「理」（或「道」）並不乖離，兩者是同質同步的；但是荀子的「心」則是意義的接受者，因此，荀子思想中的「心」與「理」（或「道」）析而為二，前者必須透過種種途徑或步驟才能理解或趨近於後者。而且，孟子思想中的「心」具有強烈的超越性，孟子認為人邁向「盡心→知性→知天」是一個絕對可能的途徑。在孟子思想中，人的宇宙人性格仍相當強烈，人具有無限的超越性，而可以躍入宇宙大化之流；但是荀子思想中的「心」則相對地具有較為明顯的「社會性」。¹²正因為荀子的「心」是價值的接受者，而且具有較強的社會性，所以，荀子提出治氣養心之道在於學禮，他說：

治氣、養心之術：血氣剛強，則柔之以調和；知慮漸深，則一之以易良；勇毅猛戾，則輔之以道順；齊給便利，則節之以動止；狹隘褊小，則廓之以廣大；卑溼重遲貪利，則抗之以高志；庸眾駑散，則劫之以師友；怠慢僇棄，則炤之以禍災；愚款端慤，則合之以禮樂，通之以思索。凡治氣、養心之術，莫經由禮，莫要得師，莫神一好。夫是之謂治氣、養心之術也。（《荀子·修身》）

荀子明白宣稱：「凡治氣養心之術，莫經由禮。」荀子所謂的「禮義師法之化」，就是指將外在的社會習俗教化等價值加以內在化的進程。荀子所採取的工夫論顯然是一種由外向內的逆覺得途徑。

¹² 參看黃俊傑：《孟學思想史論》（卷一），第4章第2節。

五、結論

本文論述的主題在於分析「身體隱喻」在古代儒家對於人的修養工夫過程及其境界的描述中所扮演的角色。我們以兩個問題引導我們對這個課題的分析：(1) 如何使自己的身體在空間作最適當的展現或安頓？(2) 如何從身心的不完整性走向身心一如的境界？本文第三節針對第一個問題，第四節則針對第一個問題，加以析論。

本文的論述顯示：古代儒家思考修養工夫問題時，的確是從身體出發，將人的身體作為一個隱喻，作為思考問題的一種槓桿。古代儒家在內在工夫方面，將人的身體看成一個可細分為「心」、「氣」、「形」三個層次的統一體，主張經由「心」的「擴充」(如孟子的路數)或錘鍊(如荀子的路數)，而完成「心」對「身」的統攝而達到心身一如到境界，使身體成爲一個內在的統一體。

在外在工夫方面，古代儒家又將人的身體視爲一個實踐價值規範的場域。從這個角度來看，儒家的「禮」學，可以視爲對身體在空間的適當展現所設定的一套規範。但是，在這一套以禮學爲中心的身體思維體系中，卻隱含著一個問題，這就是：身體的主體性與身體的社會性之間，在某種狀況下會形成緊張性。儒家強調動靜循禮，很重視身體在社會空間中的適當安頓。於是，「我的身體」在儒家的論述中，可能轉化爲「社會的身體」或「國家的身體」。到底在「我的身體」與「社會／國家的身體」之間，如何取得平衡？這是儒家的身體思維所隱涵而未充分解答的一個問題，值得深思。

引用書目

中日文論著：

- 石田秀實：〈從身體生成過程之認識看中國古代身體觀的特質〉，收入楊儒賓編：《中國古代思想的氣論與身體觀》（臺北：巨流圖書公司，1993年）。
- 朱 熹：《朱子遺書》（臺北：藝文印書館影印，未著日期）。
- 李 濟：〈跪坐蹲踞與箕踞〉，《中央研究院歷史語言研究所集刊》第24本（1953年）。
- 吳光明：〈莊子的身體思維〉，收入楊儒賓編：《中國古代思想的氣論與身體觀》（臺北：巨流圖書公司，1993年）。
- 黃俊傑：〈《孟子·盡心上·1》集釋新詮〉，《漢學研究》第10卷第2期（1992年12月）。
- ：《孟學思想史論》（卷一）（臺北：東大圖書公司，1991年）。
- 楊伯峻：《春秋左傳注》（臺北：源流出版社，1982年）。
- 楊儒賓：〈支離與踐形——論先秦思想裡的兩種身體觀〉，《中國古代思想的氣論與身體觀》（臺北：巨流圖書公司，1993年）。
- 錢 穆：《錢賓四先生全集》（臺北：聯經出版事業公司，1998年）。
- 程樹德：《論語集釋》（臺北：藝文印書館，1965年）。