
读《南华经》

“至人无己，神人无功，圣人无名”，与儒家、墨家乃至老子的理想生命型态做出分判，同时展现“庄学”的修养境界与工夫进路，以“无己”、“无功”、“无名”的工夫，消解形躯与世俗的羈锁，达到超越的逍遥境界。

《南华经》透过“乘天地之正，御六气之辩，以游于无穷者，彼且恶待之”加以豁显，而托寓“藐姑射之山之神人”呈现这样的高远形象。

“北冥有鱼，其名为鲲，鲲之大，不知其几千里也。化而为鸟，其名为鹏，鹏之背，不知其几千里也。”开始，透过鹏鸟与蜩、学鸠的对比，点出生命境界的不同，大鹏鸟可以“抟扶摇羊角而直上者九万里”，飞到南冥。而像斥鴳之类的小鸟，所能飞到的不过数仞之间而已。

借此点出“小知不如大知，小年不如大年”的“小大之辨”。而其中小与大的境界差别，正在于“有待”与“无待”，亦即能否超脱外在事物的负累，甚至进而超越大与小的差别。

《南华经》认为，养生之道重在顺应自然，忘却情感，不为外物所滞。

“可以尽年”，是全篇的总纲，指出养生最重要的是要做到“缘督以为经”，即秉承事物中虚之道，顺应自然的变化与发展。

“得养生焉”，以厨工分解牛体比喻人之养生，说明处世、生活都要“因其固然”、“依乎天理”，而且要取其中虚“有间”，方能“游刃有余”，从而避开是非和矛盾的纠缠。

大宗师就是道德与能力都达到顶点的真人或师者。他们已经“知天之所为，知人之所为”，而且“用兵也，亡国而不失人心；利泽施于万物，不为爱人。”

道视宇宙万物为一体，所以有“天地一指也，万物一马也”的说法。因此，《南华经》对万事万物的态度，也一样采取不干预的方法。对民心民情、万事万物，若“用心若镜，不将不迎，应而不藏”，就能胜物而不伤。