

“孔顏之樂”、壽命與生命之道

盧 風

何懷宏教授〈預期壽命與生命之道〉(2014, 51-64)一文，通過對中國和法國 20 世紀以來重要哲學家壽數的比較揭示了一個事實：法國哲學家在社會境遇優於中國哲學家的情況下，壽命總的來說低於中國哲學家的壽命。何文對這一事實的推測性解釋是：這主要因為兩國哲學家所持的“生命之道”不同，中國崇尚自然中和的“生命之道”，在相當程度上導致了中國哲學家的高壽，而西方崇尚競爭和自由，這便導致法國哲學家愛走極端（包括個人生活的放蕩）以至相對短壽。

中國之道，道法自然；西方之道，道尚競爭。中國思想不那麼追求徹底和無限，可能將因此喪失一些思想成果，但在生命上卻有所得。西方思想追求競爭甚至鬥爭，常常將理論或實踐推到極致，會產生一些可觀的成果乃至“奇跡”，但是也可能給個人和社會，甚至更有可能給異邦的社會，帶來一些可怖的災難。

以上是何文的基本觀點，我基本上贊同，但我對中西“生命之道”之差異以及現代西方文化之影響另有一番見解。

我認為中西“生命之道”的根本區別在內向超越與外向超越的區別。中國哲人追求的生命之道是內向超越的，而西方主流哲學或宗教追求的生命之道是外向超越的。內向超越確立的最高人生目標在人生之內，而外向超越確立的最高人生目標在人生之外。

中國儒釋道三家所確立的最高人生目標都是極高人生境界——成聖或成佛。漢語“境界”二字很難在西語中找到對應詞，人的生

盧 風，清華大學哲學系教授，中國北京，郵編：100084。

命境界指一個人的整體性生存狀態。儒道兩家所追求的最高境界都是成聖，一個人成聖了，就擁有了圓滿的德行和最高的智慧。境界不同於財富、榮譽、權力等身外之物，是與一個人的生命不可須臾分離的，是內在於一個人的生命之中的。在中國古代文化中，對每個人來講，道德是立身處世的根本，對中國思想精英來講，提升境界則是該不斷追求、死而後已的事情。一個人有了境界則自然快樂。

西方主流哲學和宗教確立的最高人生目標在人生之外，甚至在人的現實生活世界之外。例如，柏拉圖 (Plato) 所說的理念 (idea，包括善理念) 是在人類生活世界 (即經驗世界) 之外的，基督教講的上帝和“天國”也在人類生活世界之外。在生活世界之外，當然更在個人生命之外。西方傳統的外向超越在現代文明中就體現為對知識進步 (科學進步)、技術進步、財富增長的無限追求。知識、技術、財富雖然在人類生活世界之內，但相對於每個個人來說，都是身外之物。但現代西方人認為，隨着知識、技術的不斷進步和財富的不斷增長，人類生活條件 (或環境) 將日趨改善，人類就自然生活得越來越幸福。

如果我們認為，人歸根結底是追求幸福的，那麼，內向超越的思想無疑比現代外向超越的思想高明深刻，因為內向超越既是最直接、最有效的追求幸福的途徑，也是最根本的追求幸福的途徑。有了基本物質生活資料，一個人能否有幸福感、幸福感有多高，直接取決於其身心狀態和境界。如果身心健康、樂觀、開朗、知足且有境界，則自然有很高的幸福感。

知足既是幸福的必要條件，也是境界提升的必要條件。這裏的“知足”指對身外之物 (知識、權力、財富、榮譽等) 的知足。對身外之物不知足就是貪婪，貪婪的人不可能幸福，更不可能有境界。但人總有不知足之處，一個人若對一切都知足，則與非人動物無異。內向超越激勵人們對境界提升的追求永不知足，但要求人們在追求身外之物時知足。孔子曾盛讚顏回，說“賢哉，回也！一簞食，一瓢飲，在陋巷，人不堪其憂，回也不改其樂。” (《論語·雍也》)

孔顏之樂顯然與知足有關。但孔顏之樂又不同於知足常樂的農夫之樂。孔顏之樂與無比豐富的生命體驗密切相關，是體驗豐富人生意義的快樂，或有境界的快樂，而農夫之樂只是簡單樸素的快樂。激勵思想精英在追求境界方面不知足，在追求身外之物方面知足，這就是重視內在超越的中華文明的根本特徵。梁漱溟、馬一浮那一輩哲人仍繼承了內在超越的傳統，於是因為不斷追求聖人境界而能安享孔顏之樂。

西方現代性要求人們對身外之物的追求永不知足，卻基本不激勵人們追求境界。於是現代制度和媒體都激勵人們永無休止地進行科技創新、管理創新、行銷創新等等，激勵人們永不懈怠地追求收入增長，激勵人們進行各種各樣的、或明或暗的競爭，以保持高效率、高增長率。於是，不知足才能站穩腳跟，知足則很容易被社會淘汰，極為貪婪（合法）的人才可能成為精英，知足常樂的人反為庸眾所譏。這便建構起了以貪婪者為榜樣的、激勵貪婪的文化。在這種文化中，很多人都是不知足的，各行各業的精英（包括知識精英）尤其如此。不知足的人通常處於焦慮不安的狀態，需要不斷用強烈刺激來安慰自己，雖能得到暫時滿足，卻得不到內心的安寧，於是總體上處於不幸福的狀態。

如今，西醫也已充分認識到心情與健康的內在關聯。總的來說，心情愉悅的人更易於保健，而焦慮、不安、抑鬱的人更易於生病。中國哲人有境界，有其心靈的“安宅”（《孟子·離婁上》），故總能做到“事理通達心氣平和”（朱熹，《論語集注》），於是他們健康長壽。而法國知識精英或許根本沒有追求境界的努力，於是，雖然沒有政府的壓迫，但總處於同行競爭之中，他們不會像中國哲人那樣，能“失諸正鵠，反求諸其身”（《中庸》），於是總懷有對他人和社會的不滿。總處於焦慮、不安、不滿狀態，於是有害身心，有損壽命。

當代中國已絕少像梁漱溟、馬一浮那樣追求境界的哲人了，這是迅速現代化的結果。現代化使中國內向超越的傳統漸趨衰微，此

實乃中文化文明的災難。其實，西方現代性已並非僅對異邦帶來了災難，它還可能給全人類乃至地球生物圈帶來“可怖的災難”。它激勵全人類的貪婪，但從生態學角度看，地球供養不起幾十億貪婪的人。

服膺儒釋道三家哲學，走內向超越的生命之道，就能有日益豐富的人生體驗，有寧靜愉悅的人生感受，簡言之，有日益提升的人生境界。有境界必有幸福感。當然，只能統計地說，常有幸福感能健康長壽，而不能說，常有幸福感必然健康長壽。然而，一個有境界的人即便壽短也無損其偉大（如王陽明）。沿着現代性的道路前行，人類會有越來越發達的科技和越來越多的財富，甚至會有越來越高的平均壽命，但絕不會越來越幸福，更有甚者，人類將越來越深陷於生態危機、氣候危機和科技異化的危機。

參考文獻

- 何懷宏：〈預期壽命與生命之道——以當代中國與法國哲學家為例〉，載范瑞平編，《中外醫學哲學》，2014年，第XII卷，第2期，頁51-64。
 HE Huaihong. "Life Expectancy and Way of Life—A Comparative Study of Chinese and French Philosophers," *International Journal of Chinese & Comparative Philosophy of Medicine*, edited by FAN Ruiping, 12:2(2014), pp. 51-64.
- 朱熹：《論語集注》卷第八，載《四書章句集注》（文淵閣《四庫全書》內聯網版）。ZHU Xi. *Collected Commentaries on the Analects*, Vol. 8, in his *Commentaries on the Four Confucian Books* (Online version of Wen Yuan Hall's *Complete Library of Four Branches of Books*).