

《黄帝内经》与《道德经》的生命观及道德治理

文 理

(合肥工业大学 管理学院, 合肥 230009)

摘要:以生命观的视角研读《黄帝内经》与《道德经》,两部经书之间都涉及了道德养生。从《黄帝内经》的“知道尊德”,到《道德经》的“道主德从”,都揭示了道德能够赋予生命体能量。医道两家涉及的道德养生,不仅是个人的养生,也是万物的养生。两部经书还提醒人们,在个人治理与国家治理之间,道德治理是相互迁移的生命渠道。

关键词:《黄帝内经》;《道德经》;生命观;道德治理

中图分类号:K826.2;R221

文献标识码:A

文章编号:2097-0625(2023)01-0081-05

《易经》《道德经》和《黄帝内经》三经通常被认为是中国传统道学的三大体系,三经所讲述的生命观,均不受现代定义的时间与空间的限制,历史—现在—未来的变化都可以相互穿越。这里仅以《黄帝内经》与《道德经》两经为研读对象,以生命观的视角,尝试阐述其间相通的道德治理理论。

一、《黄帝内经》中的生命观——知道尊德

《黄帝内经》不仅是人们养生治病的经典,也是万物养生的百科全书。从《黄帝内经》素问的前两篇“上古天真”与“四气调神”中,人们不难发现经典中的道德所指的是自然规律,道德和生命有着紧密的联系。道德观念,退藏于密,关系着人类生命的存亡。

在《黄帝内经·素问》的首篇——《上古天真论》,黄帝向岐伯发问的第一个问题:听说上古时候的人,年龄都能超过百岁,动作不显衰老,为什么现在的人50岁就不行了?岐伯就以道德的生命观念回答道:“上古之人,其知道者,法于阴阳,和于术数,食饮有节,起居有常,不妄作劳,故能形与神俱,……。所以能年皆度百岁,而动作不衰者,以其德全不危也”^[1]。这段文字开头言“道”,收尾论“德”,论述了上古时代的文明。那时的人们既知“道”,也尊“德”,非常熟悉养生的大道,能够循法守度,运用法于天地的阴阳互生的变化之理,调和自己养性与修身的生命变数,饮食起居都为正常状态,不贪纵妄念,劳累过度,这样便

确保了形神互生,……。那些之所以能够年龄超过百岁,动作还不显得衰老的老人,是由于他们恪守全德的养生之道,道德修养完备,没有贪求的欲望,其心身才不被危害的邪气浸淫,故而德全则不危,大德必寿,相反就会德危则不全。全段非常突出地指出了养生的重要性,是在于养护生命,既要领悟养性之道的生存,又要掌握修身之德的活法。在《上古天真论》的结尾之处,我们再次看到了“合同于道,亦可使益寿”^[17]的观点重申。这些都说明了,道德可以让人们得到福报,滋养人们的生命,益寿延年,故《黄帝内经》为养生之大经。

在《黄帝内经·素问》的第二篇——《四气调神大论》,开篇再次重提“道”与“德”。教导人们在春夏秋冬的气象运化中,人们的情志要遵循生长收藏之道:“以使志生”的“养生之道”“使志勿怒”的“养长之道”“使志安宁”的“养收之道”和“使志若伏若匿”的“养藏之道”,并且进一步指出“天气,清净光明者也,藏德不止,故不下也”^[18-10]。天气是清净和光明的,其中蕴藏了遵循生长收藏之道的德,并运行变易无休无止,天因藏而不露,故能永不衰减。这里明言天气,实际上也暗含了用取象比类思维启示人们,不仅养生、养长、养收、养藏之道适用于个人养生,让人们清净法道,明德隐藏,以保天真,同时这样的生长收藏之道,也是万物的生命之道,德需要有藏而不露之法,方可健运不

收稿日期:2022-12-13

作者简介:文理(1956—),男,北京人,副教授,博士。研究方向:《黄帝内经》思想与现代企业管理、决策模拟。

息。除上所述外,《黄帝内经》中还多处提到了“天人相应”思想。说明在符合道德的前提下,个人养生与万物养生是相通的。比如“善言天者,必有验于人”^{[1]281},“善言天者,必应于天”^{[1]508}。这里“善言天”的“验于人”和“应于天”所表达的“天人相应”思想,也都在说明,道德影响着生命质量与寿夭,不管是宇宙演化的生命,还是个体人生的生命,其大无外,其小无内,这些我们也可以从现代生命科学的暗物质、暗能量和量子物理学等研究现状中得到认知。

此外,在《黄帝内经》的《素问》和《灵枢》的全部 162 篇中,共有 82 篇提到了“道”,而在这 82 篇中,有 16 篇明确提到了“德”,由于篇幅限制,不再一一展开。然而,这么多有关道德的内容,让我们不得不联想到成文早于《黄帝内经》的老子《道德经》。从古人的医道同源来看,也需要我们从生命观来认识《道德经》。

二、《道德经》中的生命观——道主德从

众所周知,《道德经》是由《道经》与《德经》两个部分组成。老子的原顺序通常被认为是“德道”,其本意与“得道”密切相关,后人根据时代需要,将两经合编为一部《道德经》。为了与现在常见文本一致,本文以后人编排次序,来论述与《黄帝内经》相通之处。

老子《道德经》提到的“道德”充满着生命能量,蕴藏着万物自然生长的生命观,在第二十一章的首句:“孔德之容,唯道是从”^[2],这里的大德形态,由道所定,清楚阐明了道与德两者的主从关系。由于,德源于道,道隐于德,所以,认识“道”的隐性无形,必须要通过“德”的显现有形,由“德”行来顺从于“道”用。通俗说,就是通过德行来发掘隐藏在其中的道理;简言之:“道主德从”。依据《易经·系辞上》“一阴一阳之谓道”^[3]为宇宙万物的生命之本,以及《黄帝内经》的“阳化气,阴成形”^{[1]35},为宇宙万物的变化之源。我们认为:阴主成形,为显性,阴中有阳;阳主化气,为隐性,阳中有阴。再依据阴阳的互生、互根、互用与互藏等关系,可以类推出《道德经》中也有“阳经”和“阴经”,即《道经》可以视为“阳经”,《德经》可以视为“阴经”。故而存在“道为阳”,“德为阴”。《易经·乾》“彖曰:大哉乾元,万物资始,乃统天”^{[3]53},及《易经·坤》“彖曰:至哉坤元,万物资生,乃顺承天”^{[3]69}。《易经》提到的“乾道统天、坤德顺承”的易理,《道德经》提到的“道主德从”的道理和《黄帝内经》提到的“阳主阴

从”的医理,这些都是融会贯通的。其实这“三理”同合于相同的自然规律。因此,“阳主阴从”与“道主德从”的相通之意便不言而喻。正因如此,《道德经》里的“孔德之容,唯道是从”与《黄帝内经》里的“阳主阴从”具有如出一辙的生命本能的道理。当我们从“阳主阴从”来理解“道主德从”,可以发现,“道主德从”在生命科学中,同样具有非常重要的作用。

《黄帝内经》中提到,“阳气者,若天与日,失其所,则折寿而不彰”,故而“阴平阳秘,精神乃治”^{[1]23},即人的阳气就像天上的太阳,若阳气不能发挥其重要作用,人就会折寿,而无生命力了。阴平就是“孔德之容”显性有形,阳秘就是“唯道是从”的隐性无形。再如《黄帝内经》里又提到,“积阳为天,积阴为地。阴静阳燥,阳生阴长,阳杀阴藏”^{[1]35}。即阳主生成,阴主成长;阳主肃杀,阴主收藏。在“道德”之间,也有着这些阴阳关系的生命本能,“道”给出了生命赖以存在的时空,“德”提供了生命赖以存活的能量。积累了“德”,万物的生命能量得以蕴藏,可以备时用,但偏离了“道”,万物的生命将会受到威胁。

我们在研读《道德经》时,发现了经文的行文有个规律。先人在整理《道德经》时,通常会以每两个句子相连,前后相互呼应地讲述某道理。基于取象比类思维,可以发现其中内含着阴阳关系,与中医的“阳主阴从”相同。从语法上看,通常前句为“阳”,后句为“阴”。这种“阳先阴后”的表述形式,在经文中随处可见。

例如,《道德经》第四十二章的名言:“道生一,一生二,二生三,三生万物。万物负阴而抱阳,冲气以为和”^{[2]106}。将这两句连贯起来,用象思维的阴阳关系分析,可以发现存在着阴阳交互感应而转化的关系。即前句是从“道生一”到“生万物”,其中的四个“生”象为阳,是以阳的生发形式在前;而后句是由万物交合冲气致和,其“抱”象为阴,以阴的收和形式在后。从《黄帝内经》的“阳化气”视角来看,这里非常明显地展现了,道“生”一的是气象,其二会产生阴阳二气象,阴阳二气相交能够生成三气象,三气象又能够生成万物的气象万千,而万物众生都离不开阴阳,阴阳二气互相生动的升浮降沉,自然有序变化归一“抱”,为和平之气象,说明生命是以气的道德运行而生,以气的阴阳和合而存续。很明显,这与《黄帝内经》“自古通天者,生之本,本于阴阳”^{[1]14}与“阴阳者,天地之道也,

万物之纲纪”^{[1]34}相通，万物生命的根本通于天地阴阳，而归于气象。

《道德经》的第五十一章全文的行文方式，也有“阳主阴从”前呼后应的主从关系。“道生之，德畜之，物形之，势成之。是以万物莫不尊道而贵德。道之尊，德之贵，夫莫之命而常自然。故道生之，德畜之，长之育之，亭之毒之；养之覆之。生而不有，为而不恃，长而不宰，是谓玄德”^{[2]119}。以下就本章表述的次序，按照“阴阳语法”关系，以每两句为一段进行解读。

本章开头：“道生之，德畜之，物形之，势成之。是以万物莫不尊道而贵德”。这里第一句以生发的形式论述了道生德育，即“道”可以生成万物；“德”可以养育万物，万物显现出各式各样的形态，是由于自然而促使万物成长起来。第二句以收和的形式得出，世上万物收和没有不遵循道理和德性，既万物没有不尊崇“道”，也没有不珍贵“德”，这与《黄帝内经》的“阳生阴长”（《素问·阴阳应象》）相通，即天主生物，地主成物，阳化万物之气，阴成万物之形。

接上文：“道之尊，德之贵，夫莫之命而常自然。故道生之，德畜之，长之育之，亭之毒之；养之覆之”。这里第一句以生发的形式说明了“道”的尊崇，“德”的珍贵，是由于“道”和“德”都是让世上万物顺其自然的生存。第二句以收和的形式得出，“道”生长万物；“德”养育万物，“道”使世上万物发育而生长；“德”使世上万物成熟而结果，道德生养“道主德从”的循环反复。这也可以在《黄帝内经》中看到相通之意，“天为阳，地为阴；日为阳，月为阴；行有分纪，周有道理”^{[1]69-70}，即天属阳，地属阴，日属阳，月属阴，天地日月按照一定时空有序运行，其周环也有自己的道和理。

本章最后一句：“生而不有，为而不恃，长而不宰，是谓玄德”。前三个短语以生发的形式说明了“玄德”应该具有的基本品质，对于自然生命的万物，不可生长占为己有的欲望，不能自恃依赖，不可制服主宰。第四个短语以收和的形式得出，拥有以上三个基本品质的德，就可以称作自然无为的最高深的德性。这与《黄帝内经》的“生而勿杀，长而勿罚，化而勿制，收而勿害，藏而勿抑，是谓平气”^{[1]512}相通，即强调对生命的万物生时而不杀伤，长时而不削罚，化时而不制止，收时而不残害，藏时而不抑制，这是和平之气。

由此可见，《黄帝内经》和《道德经》都阐述了生命

道德的真要意义，天地万物生、长、化、收、藏都在遵照着道德来运行，劝告人类活动要遵道守德。不管是人生还是众生，养生都要顺从生命规律来行动。相反，就会背道而施，丧失道德，不利于生命存在，不仅个人夭折损寿，还会破坏自然，甚至发生毁灭人类的灾难。因此，道德所蕴含的生命规律不容违反，养生的最高境界，不仅是指个人的养生，还是指众生与万物的养生。不管在什么样的社会中，建立生命观念的道德治理文化是非常必要的。

值得一提的是，《道德经》这种“阴阳语法”，使得语言含义更具有流传后世的生命力，甚至在其他经典古籍也很常见。这在当今琳琅满目的文史哲书海中，也可以作为学者选书精读和收藏的准则。

三、《黄帝内经》和《道德经》相通之处的道德治理

当我们在研读《黄帝内经》与《道德经》的道德理论的时候，可以发现经文中某些篇章的养生，将个人健康治理与国家安康治理进行了交融，国家治理也是在追求国家养生，其养生依赖于道德赋予生命体的能量。这里需要说明的是，两部经文所言的道德，不是现在常说的“约束人们言行准则和规范”伦理含义。经文中的道德是指自然规律，道德具有能量的，她决定着生命体的活动能力，当生命体获取的道德能量越多，生命力就越强。

（一）《黄帝内经》的道德治理

《黄帝内经》阐述德气：“天之在我者德也，地之在我者气也，德流气薄而生者也”^[4]，告诉人们天“德”与地“气”的合为“德气”，德气是道的信息场，无处不在，并与道相通，德气为人类生活提供能量，并滋养着一切生命。先人们在长期内证自身与外验环境的实践中认识到，符合道德运行规律的德气具有物质的高能量，不仅维持着人们的生存活动，也能够让万物自然生存发展，可以说，德气的气数决定着生命的长短。在《师传·第二十九》开篇，黄帝十分明确地指出：德气能够“上以治民，下以治身，使百姓无病，上下和亲，德泽下流”^{[4]1150}。黄帝以上为民，以下为己，不仅体现了他爱戴人民胜于自己，还说明了民生与养生要同时治理，并以此作为准则来推广实施，使百姓免受疾病痛苦，百姓和领导者方能相互亲和，这样就可以让德气的能量像水一样地流传给后代。岐伯随后解答：“夫治民与自治，治彼与治此，治小与治大，治国与治家，未有逆而能治之也，夫惟顺而已矣，顺者非独阴阳

脉,论气之逆顺也,百姓人民皆欲顺其志也”^{[4]1150}。领导者在治理民生与治理自生上,在治理那里和治理这里上,在治理小事和治理大事上,在治理国家和治理家庭上,从来没有逆其德气而能治理好的,领导者只有顺其德气才能治理得好。顺者养生,不仅是指要把握人的阴阳经脉之气,还须要把握人世间的德气顺逆,这样就能不断满足人民对美好生活的向往,把人生与民生都养好,国家也就自然治理好了。

从这里我们可以感悟到,在个人治理、家庭治理、国家治理等一系列治理活动中,所遵循的自然规律都同归于道,德气同道相通。领导者需要得其大道,顺其德气,同步治理,在延长自己气数的同时,让天下和平赓续。相反,如果内心逆其道,不顺德气,肉身终将失去健康,不仅个体的生命会受到危殆,组织或者国家的生命也将不得幸免。

(二)《道德经》的道德治理

《道德经》的核心内容始终没有离开人与自然。由于人与自然是相通的,故而可以基于自然的道德来治理人与国家。最为突出的在《道德经》第五十四章:“修之于身,其德乃真;修之于家,其德乃余;修之于乡,其德乃长;修之于国,其德乃丰;修之于天下,其德乃普。”^{[2]124} 这句通常理解为:用“道”理来修养自身,其“德”可以纯正真实;把这个“道”理实施于自家,其“德”可以游刃有余;把这个“道”理实施于自乡,其“德”可以作为楷模;把这个“道”理实施于自己的国家,其“德”可以繁荣丰盛;把这个“道”理实施于天下,其“德”可以推广普及,获得普世,让天下安定。总之,有了合于“道”的修为,便能放诸四海而皆准。

再来深入理解上述“五修”,其表达的含义可以归纳为三层。其一,从“修之于身”来看,“修身”所指的是指以合于道德运行规律,不间断地进行性命双修,不要有痴迷不悟的贪心妄念来获得自己的心身健康。其二,从修身、修家、修乡、修国、修天下的次第顺序来看,先内求自己的生活之性命,再外求天下万物之生命,与孔子提出“修身、齐家、治国、平天下”^[5]的思想一致,都是先修自身,再治天下,同源内感外应的顺序。其“道”是由内向外的相求,即先同声相应地“和亲”人心,然后再同气相求地“德泽”天下,如此天下便可以太平昌盛,绵延不绝。为了强调“先内再外”的链接顺序,老子还在“五修”的后面用“五观”来加以说明,“故以身观身,以家观家,以乡观乡,以邦观邦,以

天下观天下”。其三,从“身”与“天下”的道德定位来看,由于修身与修天下两者思想都要合于“道”,修身之德与修天下之德所遵循的“道”理是相同的,因此不论对于个体或是国家,修“德”的自然规律是互联的,这便与孔子提出“德不孤,必有邻”^{[5]90} 是相通的。这样的道德使得万物均能成为一体,万物都有共同的生灵。由于,人生与天下的“道”共同融合,混成一理,在存续的时空中,有着不可分割性。故而在以德行来处理相关事务时,既可以相互迁移,也可以合二为一。

《道德经》“身”与“天下”的共享关系告诫领导者:修身,先修好自身,再去教化他人;治理,先自律行事,再去管理人事。“身”与“天下”两者的“道”理相通,德性相交,可以相互迁移。所以,领导者在管理组织时,应视等同于自己的修身养性,时时注意排除自身的隐患,以及化解组织的危机,使两者都安康无病。

(三)个人与国家的道德治理

不管在任何国家中,普通人的心身健康,一般只是影响到他本人和家庭的命运。但是,而作为国家的领导者来讲,那就不仅影响到他(她)本人及家族的命运,还会影响到他(她)所治理的国家命运与人民安康。尤其是在集权统治国家,如果领导者能够以道德治理,做到把自己的健康视为大家的健康,或者以大家的健康视为自己的健康,就可以实现共登寿域。

在中国封建统治者的皇帝中,不论是第一个称帝的秦始皇,还是后来的历朝帝王,个个都想健康长寿,永享天下。但是,绝大部分的皇帝不是累于政事,就是沉溺淫乐。尽管皇帝有御医护养,可还是体弱身孱,难以活得长久,最终王朝也没落灭亡。究其原因,是他们没有用自己的心身来体悟《黄帝内经》与《道德经》,去完成知行合一的道德治理,也没有认识到个人道德治理的医道与国家道德治理的政道,两者的生命观是相通的。更没有将医德与政德两者打通,共同完成道德治理。

历史上的许多皇帝,人为地分割了医与政的道德治理关联,没有将医与政的道德治理相互迁移。在执政期间,往往不明白生命观的道德治理关系,没有去尊生爱惜自己的身体,内求自己的行为自律,而是贪欲无限,放任自我的生活;外求获得健康,却把自己的养生寄托于他人,甚至梦想遐举长生。典型的代表人物秦始皇,有着统一六国的治理伟绩,却抛弃自己的道德治理,企图通过外求来实现自己的延年益寿。他

安排道士们去探寻长生不老之药,结果穷尽一生精力终不得其果。享年只有 49 岁。在他称帝后,仅在位 15 年^[6]。更甚者是汉成帝刘骜,虽然早年爱读经书,喜欢文辞,宽博谨慎。但在 18 岁,执政以后,有点业绩,却长年贪乐,酒色无度,荒淫无道。没有做到知行合一。最后,死在妃子怀抱之中。终年也才 44 岁^{[6]82-84}。

我们再来看一下历代皇帝寿命与执政年限的数据。可以发现一种现象,如果皇帝明白医学与为政同道,懂得医德与政德两者相通合一,能够做到互动迁移的道德治理,并且做到知行合一。这样的帝王寿命就不会短,在位执政年限相对地也会长,留给后世的治理经验也就丰富了许多。在这样的帝王中,最为突出的要数清朝大一统皇帝——乾隆,他 25 岁登基,执政了 60 年,寿命达到 89 岁^{[6]1448-1466}。他既能够自律治理个人的养生,也能够遵循道德来治理国家。此外,唐朝在位最长的皇帝——唐玄宗,皇家李氏第五代的李隆基,27 岁受禅即位,执政 44 年,享年 77 岁^{[6]699-706}。他早年为政时候,遵循《道德经》的道德治

理国家,实现了道高益安,但是,在晚年,他却违背了生命观的道德治理,只顾自己养生,不管国家治理,结果势高益危。

四、结语

以现代生命观来看《黄帝内经》与《道德经》,《黄帝内经》不仅是部个人养生的经典名著,也涉及如何治理国家;《道德经》也不仅是部治理国家的经典名著,也提到了如何个人养生。基于生命观来看医与道的两部经典,不仅在思想上存在相通,在内容体系上也存在着相似,两者如同姊妹关系。古人在道德上的论述,通常会以取自然之象,比生命之类,将个人养生与国家治理相互融通,其目的是为了避病殃民。《黄帝内经》与《道德经》时刻都在提醒不同时代的人们,要从生命观的角度来凝视养生与治理。不论是人的个体,还是群体,都要保护人类的生命养生与万物的生命养生。从现代的分形理论来看,个体养生与万物养生,都存在生命系统性的相通与相似,故而存在两者的治理理论可以相互迁移规律。

参考文献:

- [1] 张志聪. 黄帝内经集注[M]. 杭州:浙江古籍出版社,2002:1-3.
- [2] 任法融. 道德经释义:修订版[M]. 北京:东方出版社,2012:58.
- [3] 马恒君. 周易正宗[M]. 北京:华夏出版社,2004:615.
- [4] 陈梦雷. 古今图书集成医部全录医经注释:第二册:下[M]. 北京:人民卫生出版社,1959:965.
- [5] 大学[M]//四书五经. 成都:巴蜀书社,1998:11-14.
- [6] 高山. 中国皇帝全书[M]. 北京:光明日报出版社. 2015:3-17.

Life View and Moral Governance in *Huangdi Neijing* and *Tao Te Ching*

WEN Li

(School of Management, Hefei University of Technology, Hefei 230009, China)

Abstract: Studying *Huangdi Neijing* and *Tao Te Ching* from the perspective of life view, the both scriptures involve moral health preservation. From “knowing Dao and respecting De” in *Huangdi Neijing* to “Dao master and De obedience” in *Tao Te Ching*, they all reveal that morality can give life energy. Moral health preservation involving in medicine and Tao is not only the health preservation of individuals, but also the health preservation of the universe. The two scriptures also remind people that moral governance is the life channel for mutual migration between personal governance and national governance.

Keywords: *Huangdi Neijing*; *Tao Te Ching*; life view; moral governance

[责任编辑 夏强]