

# 中国文化传统中幸福追求的四种模式

徐春林

(江西师范大学 江右思想文化研究中心 江西 南昌 330027)

**摘要:**本文系统地概括了中国文化传统中追求幸福的四种模式:儒家以德祈福,追求孔颜之乐的幸福模式;道家以道致福,追求至乐的幸福模式;禅家以空求福,追求平常心之乐的幸福模式;民间大众以寿统福,追求生活美满之乐的幸福模式。梳理出这些传统的幸福模式,可以为当下国人寻求幸福提供帮助。

**关键词:**文化传统;追求幸福;模式

**中图分类号:**B2 **文献标识码:**A **文章编号:**1000-579(2012)03-0043-04

## The Four Models of Pursuing Happiness in Traditional Chinese Culture

XU Chunlin

(Jiangyou Thought Culture Research Center, Jiangxi Normal University, Nanchang, Jiangxi 330027, China)

**Abstract:** This paper systematically summarizes the four models of pursuing happiness in traditional Chinese culture: the Confucian pray for happiness by virtue to pursue a happy mode of the happiness of Confucius and Yan; the Taoist model of seeking happiness by Tao to seek the bliss; the Buddhist model of blessing with empty to pursue a happy mode of ordinary mind; the people's model of regarding happiness as having long life to pursue a life of perfect happiness. To comb these traditional models of happiness could offer some help for our people in pursuing happiness.

**Key words:** traditional culture; pursuing happiness; models

幸福是每一个人的人生追求。但由于文化的差异,人们对幸福的理解并不一致,因而追求幸福的道路也不相同。在中国文化传统中,并没有“幸福”一词,传统中国人对幸福的理解和追求主要是通过“福”和“乐”来表达。但是,传统文化对“福”和“乐”内涵的理解与现代人的理解并不相同。在传统文化中,“福”是指外在的、物质性的、暂时的愉悦,而“乐”则是指内在的、精神性的、持久性的愉悦。与此相反,现代人所理解的幸福则更重内在性、精神性、持久性,而快乐则重外在性、物质性、暂时性。因此,追寻中国人的幸福之道,切忌望文生义。本文认为,中国人的幸福之道实际上可宽泛地分为知识阶层和民间大众两种类型。对知识阶层而言,追求精神之乐成为他们幸福追求的主题;对民间大众而言,追求生活圆满之福则是他们幸福追求的主旋律。知识阶层的幸福之道主要有儒家的以德祈福模式、道家的以道致福模式、禅家的以空求福模式,民间则是以寿统福的模式。这四种模式构成了传统中国人主导性的幸福追求之道。

### 1. 儒家:以德祈福,追求“孔颜之乐”

儒家将社会性作为人的本质,将他人和社会作为自我实现的条件,因此,儒家是从对他人乃至他物的奉献中体验幸福。儒家的幸福之道是以德祈福,追求“孔颜之乐”。

收稿日期:2012-03-10

作者简介:徐春林(1968-)男,江西贵溪人,江西师范大学政法学院副教授,哲学博士。主要研究儒家哲学、生命哲学。

首先,儒家把社会幸福作为个人幸福的条件和基础。在儒者看来,社会性是人的本质属性(人者,仁也),因此,他人和社会是自我实现的条件。他们孜孜以求大同理想,道理正在于此。以社会幸福作为个人幸福的基础和条件必然把个人对他人、社会的助益作为追求幸福的途径。

其次,德性提升是儒家幸福的根本途径。正因为把社会幸福作为个人幸福的基础,因此个人的幸福就在于对他人和社会乃至他物的奉献之中。个人的成就是在这种奉献中实现的,而德性的提升就是这种奉献的体现。其最高境界是天人合一(即不仅对他人有助益,对他物也有助益)。

其三,儒者在德性提升和对社会的奉献中,可以体验到“孔颜之乐”。在儒者看来,随着德性的提升,个人的内心可以逐渐摆脱外界环境的影响和外在条件的约束,从而获得内心的宁静、充实、满足,这就是他们所追求的“孔颜之乐”。

“孔颜之乐”典出孔子对颜回的赞扬“贤哉,回也!一簞食,一瓢饮,在陋巷,人不堪其忧,回不改其乐。”<sup>①</sup>自北宋周敦颐开始,“孔颜之乐”就成为儒家追求的最高人生境界,并成为宋明儒家讨论的中心话题。理学开山祖周敦颐对此解释说“颜子‘一簞食,一瓢饮,在陋巷,人不堪其忧,而回不改其乐’。夫富贵,人所爱也,颜子不爱不求,而乐于贫者独何心哉?天地间有至富至贵可爱可求异乎彼者,见其大而忘其小焉尔,见其大则心泰,心泰则无不足。”<sup>②</sup>在周敦颐看来,颜回之乐是一种超乎富贵功利的精神境界,臻至这种精神境界,则无论在何种情况下都不会改变自己快乐的心境。

“孔颜之乐”并非一定要人穷困,而是要人不受外物影响,在任何条件下都获得幸福与快乐的心理体验能力。有了这种能力,人生的一切遭遇都是幸福的理由,诚如北宋大儒张载所说“富贵福泽,将厚吾之生也;贫贱忧戚,庸玉汝于成也。”(张载《西铭》)在人生中,富贵福泽也好,贫贱忧戚也罢,任何遭遇都是上天对自己的垂青,因而也都能成为人们幸福与快乐的原因。

要而言之,儒家获得的幸福与快乐是以人的社会性为基础,以体验能力的提高为方法,以德性提升为途径,是一种以社会为本位的幸福观。

## 2. 道家: 以道致福 追求至乐

和儒家将社会性作为人的本质,将他人和社会作为自我实现的条件不同,道家将人的自然性作为人的本质(当然,道家的自然是通过抽象思维形成的内在自然),主张从人的自然属性的体认和顺从中体验人生的幸福。由于人的本性是由宇宙的最高主宰——道——来决定的,因此,道家以顺“道”作为最高追求,并从中获得幸福与快乐。所以道家的幸福之道是以道致福,追求至乐。

“至乐”出自《庄子》,是庄子理想中的最高快乐。这种快乐是什么样的快乐呢?《庄子》首先批判了世俗的快乐观。《庄子》认为,世上的人们所尊崇看重的,是富有、高贵、长寿和善名;所爱好喜欢的,是身体的安适、丰盛的食品、漂亮的服饰、绚丽的色彩和动听的乐声;所认为低下的,是贫穷、卑微、短命和恶名;所痛苦烦恼的,是身体不能获得舒适安逸、口里不能获得美味佳肴、外形不能获得漂亮的服饰、眼睛不能看到绚丽的色彩、耳朵不能听到悦耳的乐声;假如得不到这些东西,就大为忧愁和担心,以上种种对待身形的作法实在是太愚蠢啊!

在批判世俗幸福观的基础上,《庄子》提出了自己的幸福与快乐之道。《庄子》认为,“至乐无乐,至誉无誉”。(《庄子·至乐》)也就是说:最大的快乐是没有快乐,最大的荣誉就是没有荣誉。

如何理解《庄子》所主张的最大的快乐是没有快乐呢?道家追求对终极之道的顺从,获得以道观万物的人生态度。从道的角度来看,一切差异都会消失,一切冲突也将消弥,如果能达到“以道观之”的精神境界,就能走出相对的世界而走向一个绝对的世界。在相对的世界里,事物会对他物产生依赖从而没有绝对的自由;在绝对的世界里,人可以摆脱对外界的一切依赖和束缚获得精神上的自由(所谓逍遥,即指此意)。从追求幸福与快乐之道来看,在相对的世界里,有幸福就会有不幸,有快乐就会有痛苦;而绝对的世界里,没有幸福也就没有不幸,没有快乐也就不会产生痛苦。

① 《论语·雍也》。

② 《通书集解·颜子第二十三》,《周敦颐全书》,第153页。

质而言之,《庄子》追求的是一种消弥一切差异与冲突后的心灵宁静之乐。这种宁静只有在达到“道”的境界时才能获得。所以,道家的人生修养,就是不断提高自己的精神境界,最终达到“以道观之”的境界。以道观之,则人无自我,人的一切行为都是依从天道。既然无我,也就无所谓乐与不乐。这才是人生最大的快乐。

道家对道的追求,具体落实在“无为”的修养态度上。所谓“无为”,并非没有作为,而是一切行为都是顺道而行。顺道作出的行为,道家认为是无为。有为是指违逆天道的行为,这是人生痛苦的渊藪。人的一切烦恼和痛苦,在道家看来,都是因为“有为”。《老子》说:有为治国则国乱。“天下多忌讳而民弥贫。民多利器国家滋昏。人多伎巧奇物兹起。法令滋彰盗贼多有。故圣人云我无为而民自化。我好静而民自正。我无事而民自富。我无欲而民自朴。”(第57章)同样,有为治身则身死。

道家向往的是完全依道行事的“真人”。《庄子》云“古之真人,不逆寡,不雄成,不谄士,若然者,过而弗悔,当而不自得也;若然者,登高不慄,入水不濡,入火不热。是知之能登假于道者若也若此。”<sup>①</sup>所谓“真人”,就是完全顺道行事,摈弃一切人为的人。《庄子》提出的“坐忘”修养功夫,就是摈弃人为的功夫。“颜回曰:回益矣!仲尼曰:何谓也?曰:回忘仁义矣。曰:可矣,独未也。他日,复见,曰:回益矣。曰:何谓也?曰:回忘礼乐矣。曰:可矣,独未也。他日,复见,曰:回益矣。曰:何谓也?曰:坐忘矣。仲尼蹴然曰:何谓也?颜回曰:堕肢体、黜聪明,离形去知,同于大通,此谓坐忘。仲尼曰:同则无好也,化则无常也,而果其贤乎!丘也请从而后也。”<sup>②</sup>

仁义礼乐,诸如此类的东西,在道家看来,都是人为的结果,都是应该摈弃的。只有摈弃人为,剔除自我成见,才能与道合一,才能获得人生最大的快乐。

要而言之,道家突出人的自然属性,强调对人的本性的呵护,主张通过顺从人的本性而获得人生的幸福与快乐。由于人的本性是由宇宙的最高主宰——道——赋予和决定的,人生幸福与快乐的追求,就体现为对道的追求。道的最高法则是“自然”(所谓道法自然),即按自己的本性生活,人要顺道行事就应无为而治,过顺其自然的生活。顺其自然,就是顺其本性,顺其本性,就是顺从天道,顺从天道就是消弥一切差异、冲突对人的心灵的干扰和束缚,获得绝对宁静与自由的快乐。这就是道家幸福观的要旨。

### 3. 禅家:以空求福,追求平常心之乐

禅宗贯彻佛教缘起性空的原理,以万事万物没有不变的本性来解除外物对人的心灵的束缚,从而获得一种与物无碍的自足与宁静。这种心灵状态,禅宗称为平常心。因此,禅宗的幸福之道是以空求福,追求平常心之乐。

所谓平常心,其实质就是指一种心灵不执着的状态。据《景德传灯录》记载,当年赵州从谏投到南泉门下,便问“如何是道?”南泉回答“平常心是道。”又据《传灯录》卷六记载,源律师问慧海禅师曰:“和尚修道,还用功否?”师曰:“饥来吃饭,困来即眠。”曰:“一切人总如师用功否?”师曰:“不同。他吃饭时不肯吃饭,百种须索;睡时不肯睡,百般计较。”

这种饥来吃饭困来眠的心态,就是不执着的心态。禅宗认为,只有通过明心见性才能获得这种心态。《坛经》说“佛是自性作,莫向身外求。自性迷,佛即众生,自性悟,众生即佛。”“一念觉,即佛;一念迷,即众生。”这些都表明,禅宗把成佛的修行简化为一种心灵的领悟。它不需刻苦地修行,不需慢慢地磨炼,成佛与否只在自己的一念。禅宗把印度作为一种具体修行的禅修提升为一种生活哲理,把坐禅修习转变为一种心理调适,从而使禅实际上成为一种心性体认功夫。人们通过这种心性体认功夫获得了平常心,人生就能幸福、快乐。宋代著名的大慧禅师总结了三条生活经验:第一,“事无逆顺,随缘即应,不留心中”。即对任何事物都抱旷达、放任、自然的态度,悲喜都不着于心。第二,“宿习浓厚,不加排遣,自尔轻微”,即对本性而生的积习,不用着意改变,而是顺其自然,它终会复归于本心的清静淡泊。第三,“以清静恬淡的心情,因应外界事物”。<sup>〔9〕</sup>可见,大慧禅师要求人们随遇而安,任其自然,不去改变

① 《庄子·大宗师》。

② 《庄子·大宗师》。

外在现状。只要保持内心宁静,以恬淡自然为人生情趣,忘却尘世,对悲欢离合、荣辱沉浮都漠然处之,便能获得心灵的幸福与快乐。

禅宗是佛教中国化的代表,体现了中国佛教的基本精神。禅宗主张通过明心见性获得一种不执着、无障碍的生命境界,就是“平常心”境界。平常心的实质是专注于内在的精神追求,而对外在的一切随缘任运,任其自然。当然,专注于内心也不能执着,所谓破法执,就是指对佛法本身也要有平常心。在这种生命境界中,人们便能用一颗平常心来看待生活、欣赏生活,获得幸福与快乐。和儒、道相比,禅家对幸福的追求更强调随缘任运。《小窗幽记》中“宠辱不惊,看庭前花开花落;去留无意,望天空云卷云舒”之语,正是禅家幸福之道的心灵写照。

#### 4. 民间大众:以寿统福 追求生活美满之乐

中国民间大众追求“五福临门”。“五福”的观念出自中国最古老的经典之一《尚书》。《尚书·洪范》提出“五福:一曰寿,二曰富,三曰康宁,四曰攸好德,五曰考终命。”长寿、富足、健康平安、爱好美德、善终正寝这五方面构成了幸福的要素,而六极的内容则是遭横祸短命夭折。

但是五福的具体内容后来有所变化,民间大众指的五福通常是“福、禄、寿、喜、财”。五福中每一个字都有自己的涵意。作为五福之一的“福”是指神灵保佑。我国最早的字书《说文解字》对福的解释是“福,佑也。”意为神灵保佑,逢凶化吉为福。“禄”的本意是俸禄。由于俸禄和地位有关,所以禄有追求功利和社会地位的含义。优厚的俸禄能颐养人的身体,因此是一种福。《说文解字》释曰“禄,福也”,应是指此意。“寿”即是指长寿。“喜”虽然可以指令人高兴的事,但主要是指与婚娶生育有关的事。“财”则是指发财。

但是,不管对“五福”作何种理解,都离不开“寿”这一福。可以说,“寿”是居于“五福”的核心地位。《尚书》首倡的“五福”把“寿”排在第一位,其核心内容也是“寿”,其他如“康宁”、“考终命”都与寿有关。民间更有“五福捧寿”之说,直接把“寿”的地位表达出来。因此,民间大众的幸福可以称为以寿统福,他们所追求的是在长寿基础上的生活美满之乐。

民间幸福观之所以以“寿”为核心,原因有以下几方面:第一,个体的肉体生命是幸福的前提,“寿”意味着肉体生命的长久。第二,家族发达是个人幸福的保证和表现。家族发达的标志是人丁兴旺、子孙有为、光宗耀祖。长寿可以使人丁兴旺,子孙众多。在劳动力作为主要生产资料的古代,人丁兴旺就意味着家族兴旺。而对于有爵禄的官宦之家来说,人丁兴旺则是官禄世袭的基础。所以民间有“五子登科”、“带子上朝”、“辈辈封侯”等祈愿。因而,概括地说,中国民间大众的幸福观是以寿统福,追求生活美满之乐。

#### 5. 小结

从总体特征来看,中国文化传统的幸福与快乐之道是围绕着体验来展开的。在中国文化传统中占主导地位的儒、释、道文化中,无不以提高人的心性体认能力为最终归旨。儒家的孔颜之乐、道家的至乐、禅家的平常心之乐,都是以心性体认能力(也就是体验能力)为途径获得的。可以说,体验性是中国幸福之道的最大特征。当然,从理论上讲,体验是一切幸福之道的根本途径,没有体验就没有幸福。这里之所以强调中国幸福之道的体验性,是说中国幸福之道对体验尤其重视。西方近、现代以来的幸福追求,更强调外在的物质条件,强调外在因素,这和中国传统的幸福之道是大异其趣的。

但是,如果说中国传统的幸福之道只是心性体认,也是不全面的。中国民间的幸福观,强调的就是幸福的物质条件和外在因素。事实上,中国传统幸福之道的追求往往是把二者结合起来的。一个真正幸福的人,既是一个外在生活圆满的人,也是一个内心感受丰富的人,只不过普通民众侧重前者,而知识阶层更注重后者而已。传统幸福之道对物质与精神两方面的重视,对于时下过度从外在物质条件中追求幸福,具有匡正意义。