

禮導形·形入心·心正身·身心合

——論荀子的身體觀及其修養論中的身心關係

曾 暉 傑*

摘 要

荀子作為先秦儒學重要一脈，雖言「性惡」，但由其修養論中身心關係的梳理，可以了解荀卿身為儒者的正當性。荀子的修養論，可說是一身心關係整合的歷程：1. 整全身體·身心齊養：荀子從孟子以心性為修養主體與對象的進路轉而開展血氣心性並重的身體觀，也確立了人性可由身體化導向善的儒家思維。2. 以禮導形·以身體禮：因為性惡之人原初無道德價值根植於心，故須以血氣感官去接受外在禮義，達到「養身」的效果。3. 以身納禮·由身入心：而身心既為一體，則「養身」則是「養心」，透過血氣的身體去實踐禮義，則禮義能夠內化於心。4. 禮入於心·以心正身：當身體行禮義到一定程度，禮義將根植於心，形成「後天的良知」，道德心將可以有效約束欲望的身體，至此身心關係得到翻轉。5. 身心一如·身禮一體：當禮義道德完全根植於心，而身心自然行禮而無礙，可為荀子修養論的最高境界，也即儒家強調的自覺。由此可知荀子有一縝密之身體觀與修養論，絕非法家之強調禮法約束的途徑。

關鍵詞：荀子、身體觀、修養論、身心關係、性惡

2015 年 8 月 4 日收稿，2016 年 11 月 16 日修訂完成，2017 年 8 月 14 日通過刊登。

* 作者係國立政治大學中國文學系博士。

一、前 言

荀子自唐宋以來屢屢被定位為異端，勞思光更言其學說為「儒學之歧途」，¹而究其原因大抵不出二程子所言「只一句性惡，大本已失。」²這不禁讓人思考，荀子雖主性惡，但其身為儒者，應該有其屬於儒家之重道德禮義與人性自覺的核心價值。³如果說孟子以「得於天而具於心」⁴的四端之心作為人修身的根據，並主張透過生命與內在道德的結合，開展一精神化身體的「踐形觀」，那麼被視為無內在價值根源的荀子所論之人，⁵其身體觀為何？又其作為儒家的修身工夫如何開展？又如何可能？而荀子曾言：「君子之學以美其身」（〈勸學〉）、「扁善之度，以治氣養生則後彭祖，以修身自名則配堯、禹。」（〈修身〉）⁶可見對荀子而言，身體與道德的修養有著密切的關係。這也就如沈清松所說「身體其實是一切構成歷程的開端。」⁷要探究荀子成聖成德的修養工夫如何可能，從身體觀及修身理論為始點，或許是個值得探究的路徑。依楊儒賓分析，荀子的身體觀大致由自然的感官、虛一而靜的大清明統類心、依禮義而行的完美身體之行為法則三個面向所組成，且三者分別提供了材質、動力與目的。⁸本文的重點將在於探討假使荀子所論之人沒有內在道德根源，在「大清明之心」成形以前，人修身的動力為何？而氣化感

1 勞思光，《新編中國哲學史（一）》（臺北：三民書局，2005），頁 315-316。

2 宋·程顥、程頤撰，《二程集》（臺北：里仁書局，1982），頁 231。

3 楊儒賓即認為：「在身體觀這個論題上，他（筆者案：荀子）與孟子實有共同的關懷，其差異處往往也可以互補。孟子提過『踐形』的理論，荀子也提出『美身』說。所謂『美身』，意指學者經長期修養的工夫以後，他的身體皆反映了道德意識／社會規範的向度，他的耳目感官皆體現了道德的價值，這顯然是『德潤身』、『踐形生色』這些命題的改寫。」見氏著，《儒家身體觀》（臺北：中央研究院中國文哲研究所，2008），頁 16。

4 清·戴震撰，《孟子字義疏證》（北京：中華書局，2009），頁 3。

5 勞思光即言：「荀子只識自然之『性』，觀照之『心』，故不能在心性上立價值之源。」見氏著，《新編中國哲學史（一）》，頁 326。

6 清·王先謙撰，《荀子集解》（北京：中華書局，2010），頁 21。

7 沈清松，《對比、外推與交談》（臺北：五南圖書公司，2002），頁 125。

8 參楊儒賓，《儒家身體觀》，頁 79。

官的形軀與心的關係為何？又人的身體何以有與禮義結合的可能？這些都是值得深入探究的議題。且如彭國翔所言：「儒家的修身（self-cultivation）傳統不只是一種單純精神性的修養，而是一種身心交關的（psychosomatic）功夫實踐。」⁹對於儒家修養工夫論的探討不應偏於純粹精神，亦不能完全從形體而論，因此本文將特別關注荀子修身論中身心關係的探討。¹⁰另本文所謂的「身體」，既非生理也非心裡的，而是一種統合意識、形軀、自然氣化與社會的高層次共名，也可以說就是對於身與心相互對待所形成的具有整體觀意義的「身體」之探討。¹¹

二、整全身體·身心齊養——荀子的身體觀及禮義的關係

在探討荀子修身論及其身心關係前，實有必要先針對其身體觀及其與禮義的關係作梳理。就荀子的身體觀而論，其藉以養身之物為何？孟子透過浩然之氣而養，那麼荀子性惡的人身須以何養之？又為何如此養之？其養身的方式又為何？本文所謂的「養身」，著重於荀子對於形軀血氣的態度與工夫之上，以此來凸顯荀子對於「自然的身體」¹²之態度與對治工夫及其與孟子修

-
- 9 彭國翔，〈儒家傳統的身心修煉及其治療意義——以古希臘羅馬哲學傳統為參照〉，收入楊儒賓、祝平次編，《儒學的氣論與工夫論》（臺北：臺大出版中心，2005），頁3。
- 10 對於荀子修養論的研究不可說不多，近年也有如陳昭瑛另闢蹊徑，以美學為進路來探究。陳昭瑛的論述提醒研究者，荀子修養論中「情性」的重要性，這也可以打斷以往將荀子與法家專制獨裁連繫的通路，並避免誤解荀子「禮」的外在面向；這樣的意識是值得參考與借鏡的。然而，「情性」的重要性固然不在話下，禮的內在性也是修養論的重要內涵，但如能避免儒學研究過於強調內在性與精神性的面向，能夠將生理與心理整合，作為一貫的討論，避免以超越性壓倒外在性，對荀子將會有更同情的理解。本文將以荀子重「情性」此一概念為基礎，從生理與心理整合之「身體」為進路進行梳理，以明析外在的禮義與禮義的內在性都有其效果與價值，那僅是荀子修養論中不同階段層次的顯現。參陳昭瑛，《儒家美學與經典詮釋》（臺北：臺大出版中心，2005），頁43-66。
- 11 關於中國古代「身體」的意義，正如楊儒賓所言，不能僅僅視為生理性的形體，而應該作為一更高層次的共名，作為統攝意識、形軀、自然與社會的「身體主體」（body subject）。故本文除了特別強調「身」與「心」的對比或是明言「生理」時，所言之「身體」都是在此意義上而論。參楊儒賓，《儒家身體觀》，頁9。
- 12 所謂「自然的身體」指由氣為基礎所構成的血氣形軀，是人初生的原始狀態，其中不

養工夫的差異所在。「養身」即是修養工夫的一環，甚至可說二者實為一事。唯本文將從「養身」的層次為探討的始點，以凸顯形軀血氣在荀子修養論中的重要性。

(一) 何以養身？——禮以養身

荀子思想中的核心概念以禮為核心始點，而其所謂養身工夫的論述，亦以「禮」為第一要義，是其言：

扁善之度，以治氣養生則後彭祖，以修身自名則配堯、禹。宜於時通，利以處窮，禮信是也。凡用血氣、志意、知慮，由禮則治通，不由禮則勃亂提侵；食飲、衣服、居處、動靜，由禮則和節，不由禮則觸陷生疾；容貌、態度、進退、趨行，由禮則雅，不由禮則夷固、僻違、庸眾而野。故人無禮則不生，事無禮則不成，國家無禮則不寧。（〈修身〉）¹³

由此段文字可以大致掌握幾個概念：第一，所謂「扁善之度，以治氣養生」，可知要達到全善的境界，¹⁴ 必須由治氣養生著手，也就是道德的向度必須從血氣形軀的修養達至。第二，「治氣養生」與「修身」是修養工夫的一體兩面，都是追求全善境界所必須，只是就形軀層面而言稱之為「養生」，就道德層次而言稱之為「修身」；前者以彭祖為標的、後者則以堯禹為標竿。第三，全善的境界要經由「禮」來完成，且必須透過形軀血氣的修養來達至道德的向度。所謂「血氣、志意、知慮」、「食飲、衣服、居處、動靜」、「容貌、態度、進退、趨行」這些形軀、外在的舉止裝容，由「禮」而發則「治通」、則「和節」、則「雅」；不由「禮」則「勃亂提侵」、「觸陷生疾」、「夷固、僻違、庸眾而野」。

具有渾然整全的先驗道德根源。所謂的「自然」是指還沒有經過禮義教化的原始狀態，也就是荀子所說的「本始材朴」。但荀子所謂的「自然」並非道家所推崇之未經人為規範染指的純淨狀態；而是相對於「文理隆盛」的不文明階段。因此，可以將荀子對於「人之性惡」所描述的那種如不加以節制，就會朝著爭奪淫亂發展的傾向，也就是人初生所呈現的自然狀態，以「自然的身體」來概括。參伍振勳，〈荀子的「身、禮一體」觀——從「自然的身體」到「禮義的身體」〉，《中國文哲研究集刊》19(2001.9): 318-324。

13 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 21-23。

14 王先謙在「扁善之度」注文下有言：「王念孫曰：扁，讀為徧……徧善者，無所往者而不善也。君子依於禮則無往而不善，故曰『徧善之度』。」見清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 22。

那麼由「禮」與否所形成的區別，就不只是表面形軀動作的差異，而是具有道德價值的高低之判。

所以說荀子的修養論並非單提養生氣功，亦非獨指心性，而是兩者並重而論，更準確地說，所謂的「養生」與「修身」本不是二槪，應是一體之兩面：治氣養生即能達致道德涵養之功，道德涵養也不能離治氣養生之術。這與《管子》所載：「道血氣以求長年、長心、長德，以此爲身」（〈中匡〉）¹⁵ 有其相似性——以形軀血氣之身爲修養論述之始點，此功不只在於年壽的增長，亦在於道德的提升。這也正如楊儒賓所言：「導血氣可以導至長壽、精神的覺醒以及道德的增長」，這「在齊地的文獻中」是普遍而常見的。¹⁶

對荀子而言，「禮」是修身的重要關鍵，如其言：「仁義禮善之於人也，辟之若貨財粟米之於家也，多有之者富，少有之者貧，至無有者窮。」（〈大略〉）¹⁷ 這樣的概念類似於〈大學〉中所言之「富潤屋，德潤身」，¹⁸ 也就是當身體接受越多禮義，人也就越具有道德性，越能夠達致理想而豐沛的身體狀態。這種「禮」充滿身體的境界，也就如同高達美（Hans-Georg Gadamer, 1900-2002）所謂「在藝術體驗中存在著一種意義的豐滿（Bedeutungsfulle）」，這樣的豐滿「代表了生命的意義整體」，¹⁹ 荀子所論修養工夫如能達致那全善之境，那麼我們身體的一舉一動，將無一不是一種藝術的體現。

（二）爲何養身？——養身即養心的整全身體觀

荀子如此重視「身體」對於禮義的接收，這當然不同於《老子》所謂：「吾所以有大患者，爲吾有身，及吾無身，吾有何患？」²⁰ 此種視身體爲苦痛大

15 清·戴望校正，《管子校正》（臺北：世界書局，1958），頁 118。

16 參見楊儒賓主編，《中國古代思想中的氣論及身體觀》（臺北：巨流圖書公司，2009），頁 11。

17 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 515。

18 唐·孔穎達疏，《禮記注疏》（阮元《十三經注疏》本，臺北：藝文印書館，1981），頁 983。

19 參見（德）漢斯——格奧爾格·加達默爾（Hans-Georg Gadamer）著，洪漢鼎譯，《真理與方法：哲學詮釋學的基本特徵》（上海：上海譯文出版社，2005），頁 90。

20 清·嚴復評點，《評點老子道德經》（臺北：廣文書局，1961），頁 11-12。

患的思維，亦不同於《孟子》「我善養吾浩然之氣」(〈公孫丑上〉)²¹ 那種雖不排斥身體血氣但卻更重視道德內心的覺醒與主宰的內求途徑。荀子的修養工夫論是必須以血氣形軀為修養化導對象來立論的。²² 也就是說，荀子的「禮」是針對「血氣」、「食飲」、「衣服」、「居處」、「容貌」、「態度」、「進退」、「趨行」等形體而發，再透過形軀去影響心，而非以道德禮義直指本心的工夫進路。對他而言，沒有形軀感官，禮義就無從內化於人心人性之中。

對於荀子身與心的關係，或許可以從梅洛·龐蒂 (Maurice Merleau-Ponty, 1908-1961) 所說「我就是我的身體」²³ 來理解。《荀子》〈王制〉中說：「水火有氣而無生，草木有生而無知，禽獸有知而無義，人有氣、有生、有知，亦且有義，故最為天下貴也。」²⁴ 可以見得荀子所強調的是以氣為基礎之氣化身體觀。²⁵ 也就是說，荀子對於人的組成有一氣—生—知—義的結構，人的身體也就是氣化的身體，但這「氣化的身體觀」又結合了「禮義的身體觀」，因而形成 Kirmayer 所謂從神經細胞網絡 (neural network) 到道德 (virtue)

21 宋·孫奭疏，《孟子注疏》(阮元《十三經注疏》本，臺北：藝文印書館，1981)，頁 54。

22 《孟子》所謂：「不得於心，勿求於氣，可；不得於言，勿求於心，不可。」(〈公孫丑上〉) 顯然將「心」——道德層次置於「氣」——形軀層面之上。這正是因為其預設了人的內在天生有道德價值，即所謂「人之有是四端也，猶其有四體也。」(〈公孫丑上〉) 故「學問之道無他，求其放心而已矣。」(〈告子上〉) 如此只要先強調內在仁義禮智的萌發擴充，形軀自然而然會跟著為正為善，也就是楊儒賓所謂的「踐形」——「強調形——氣——心的結構，主張生命與道德的合一，人身乃精神化的身體。」楊教授將中國儒家的身體觀大致分為三種類型：1. 以孟子為代表的踐形觀；2. 以《管子》、《左傳》等文獻為代表的自然氣化觀以及 3. 以荀子為代表的禮義觀。此分類明晰且有意義，唯就荀子而言，其禮義對於身體修養固然有關鍵地位，但亦不能忽略其身體觀具有自然氣化觀層面，也由此才可凸顯出其何以如此重視血氣形軀的修養進路。參宋·孫奭疏，《孟子注疏》(阮元《十三經注疏》本)，頁 54、66、202；楊儒賓，《儒家身體觀》，頁 8。

23 參見沈清松，《對比、外推與交談》，頁 125；Maurice Merleau-Ponty, *Phénoménologie de la perception* (Paris: Gallimard, 1945), p. 231.

24 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 164。

25 雖然以「氣」為身體構成的基礎是先秦諸子的共法，但每個思想家對於身體的「氣」都有不同的內涵。如孟子雖亦言養「浩然之氣」，但畢竟著重形上心與內在道德的修養，「氣」只是其身體觀的「支援知覺」。因此，荀子氣化的身體觀的建構可以視為儒家身體觀的轉向，及其身體觀的特色與核心。參楊儒賓，《儒家身體觀》，頁 8-15。

之階層結構的 (hierarchically structured) 身體。²⁶ 也就是說，對於荀子的身心關係結構，應該如孟旦 (Donald J. Munro) 對於中國早期關於人的觀念之考察來理解：

在早期中文著作中，術語「心」並沒有西方意義上的含意，即視「心靈」為一個區別於身體的實體，並具有特殊的形而上學地位。它只被理解為功能性的，與行為的某些類型相關。²⁷

我們不能試圖將荀子的身體觀以身心二元的角度視之，更不應有西方所謂「心」為身體提供了「機器中的靈魂」(ghost in the machine) 的思維，儘管「心」在荀子的身體觀中有其重要地位，但它依然是物質性的氣化結構，僅有在透過外在禮義修養後，才會呈現出特別精純的狀態，但無論如何都不能忽略其作為物質性 (physical) 的「心」之基礎，否則我們就很難理解為何荀子的修養論要如此重視血氣形軀的修養；而不如孟子一般採取直指本心的工夫論進路。²⁸ 正因為對荀子而言，養身即是養心，二者是不可切割的。

(三) 如何養身？——以不養為養的禮義檢束與內化工夫

在了解荀子工夫論中「禮」對於養生修身的重要性後，我們應該進一步探求，禮對於人修身為何如此重要？何以要透過禮來養身？為何同樣身為儒者，荀子並不同孟子一般養其浩然正氣，不直接反求諸心直探內在的仁義禮智？這點可從荀子的性惡論視之。其所謂：

今人之性，生而有好利焉，順是，故爭奪生而辭讓亡焉；生而有疾惡焉，順是，故殘賊生而忠信亡焉；生而有耳目之欲，有好聲色焉，順是，故淫亂生而禮義文理亡焉。然則從人之性，順人之情，必出於爭奪，合於犯分亂理，而歸於暴。故必將有師法之化，禮義之道，然後出於辭讓，合於文

26 參 Laurence J. Kirmayer, "Response: Reflections from Psychiatry on Emergent Mind and Empathy," in Sarah Coakley and Kay Kaufman Shelemay, eds., *Pain and its Transformations: The Interface of Biology and Culture* (Cambridge, MA: Harvard University Press, 2007), p. 242.

27 (美) 孟旦 (Donald J. Munro) 著，丁棟、張興東譯，《早期中國「人」的觀念》(北京：北京大學出版社，2009)，頁 53。

28 參 (美) 孟旦著，《早期中國「人」的觀念》，頁 53-54。

理，而歸於治。（〈性惡〉）²⁹

就荀子的觀點而論，人本身沒有所謂正向道德的內涵，既然內在本無精純之物、甚至沒有釀造道德的材料，那麼治氣養心之術自然不能由身體本身著手，而必須向外求之，而荀子用以養身的，正是外在的禮義法度。那麼這就很明顯為何荀子不能如孟子一般直求於心，以內在道德潤養身體；因為荀子的理論中，人的內在並無可以潤身之物，此正如蔡錦昌所言：「荀子的『性』內沒有禮義之端倪而孟子的『性』內有。」³⁰ 孟子可以四端之心潤養身體，而荀子所謂「好利」、「疾惡」、「耳目之欲」、「好聲色」之性又如何能養身？養之則「爭奪生」、「殘賊生」、「淫亂生」，可說是越養越亂。畢竟巧婦難為無米之炊，不是玉石終究磨不成美玉，故荀子必然要在身體之外尋求得以養身之寶——禮義。這也就是楊儒賓所言：「荀子不主心性合一，因此，在心中真是沒有價值的根源，根源只能在人身之外，這種根源就是荀子一再強調的禮。」³¹

也因為對於荀子來說，人身原初是個充滿欲望與衝動的血氣之軀，然而順著這樣的血氣之軀必然造成暴亂，暴亂則帶來失序與痛苦，如此自然不是聖人之道。對於這樣自然的身體，必然不能「養」，只能「化」，故荀子言：「聖人化性而起偽，偽起而生禮義。」（〈性惡〉）³² 透過化性——也就是改變形軀血氣，則生出相對於自然情性的「文理隆盛」之「偽」，³³ 而「文理隆盛」正

29 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 434-435。

30 蔡錦昌，《拿捏分寸的思考：荀子與古代思想新論》（臺北：唐山書局，1996），頁 136。

31 楊儒賓，《儒家身體觀》，頁 76。

32 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 438。

33 〈禮論〉：「性者，本始材朴也；偽者，文理隆盛也。」見清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 366。而此處所謂聖人「化性而起偽」會帶出另一個問題即是，在還沒有禮義之前，這個同屬性惡的第一個聖人是如何化性的？其實，依照〈儒效〉中所說：「注錯習俗，所以化性」，儘管在第一個聖人出現之時，還沒有明確的「禮義」，但是任何社會中的習俗與習慣是自然而然存在的，聖人也就是透過整合此一習俗，進而將這樣的潛規則具體化與道德化。因此，即便沒有道德內涵的心也能夠去化性、去起偽，進而能夠成為聖人。也就是說，在因人性而產生爭亂的狀態下，那些觀察與思索將引導人趨向彼此合作互助——也就是我們後來所謂的仁義禮智，對於個體與社會的安定都具有正面意義，並由此創制了禮義。而禮義一旦產生，便在文化中形成傳統，那也就是每個個體能夠藉以化性起偽的價值依據。此一問題茲事體大，僅能在此略述其可能性，以作

意味身體脫離了身體的野蠻進入了禮義的社會脈絡之中。誠如前文所言，禮對於荀子的修身理論有著重要關鍵，其言：「凡治氣養心之術，莫徑由禮」(〈修身〉)，³⁴ 禮就是用以養生之樞紐。所謂「禮者、所以正身也」(〈修身〉)、「禮及身而行修」(〈致士〉)、「禮者，人道之極」(〈禮論〉)，³⁵ 無禮則無以為人，也無從養身，此即伍振勳所說，人自然的身體「有待『人文化成』的實踐活動來進行『化性』的工夫……使理智從和血氣、情義的糾結中純化出來。」³⁶

更精確地說，荀子的養生之論，在原始自然的身體狀態時，必須朝著身體欲望與衝動的反方向對治之，在此時「身」不能「養」，只能「化」、只能檢束、只能制約，日本學者橋本敬司即清楚認識到這點，他說：

荀子令人意識到人是在維持生而有知的狀況下會隨順欲望朝著悖亂前進的不完全而危險的欲望身體這樣的暴力存在。使人站在自己的本性並非可靠這樣絕對自我否定的立場，為了得到外在價值而使人趨向於溝通的性惡說，從其本身立論開始，就擁有不得不由自身解構的架構。³⁷

原初的身體是自然而具有野性的，橋本敬司甚至認為這樣的身體是充滿欲望、暴力而危險的。在面對這樣的身體首先必須做的是自我解構，將身體導向自然欲望的對立面，而這也使禮在此套修身理論中佔有重要地位。因此，在身體尚未內化禮義之際，養生須「以不養為養」，尋求禮的檢束、化導，甚至是內化，才有可能達致身體的更高層次。

三、以禮導形·以身體禮——性惡的身體接受禮義的可能

在了解荀子對於身體血氣形軀的重視，且為何人原初自然的身體需要藉

為本文合理性之依據。相關論證可另參曾曄傑，《打破性善的誘惑——重探荀子性惡論的意義與價值》(新北：花木蘭文化出版社，2014)，頁 156-160。

34 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 26。

35 同上註，頁 33、260、356。

36 伍振勳，〈荀子的「身、禮一體」觀——從「自然的身體」到「禮義的身體」〉，頁 321-322。

37 (日)橋本敬司，〈荀子の「身體」——性惡說と化性說の戦略〉，《哲學》52(2000.10): 82。特別感謝臺大哲學系佐藤將之以及致理科技大學日文系工藤卓司提供橋本敬司的此篇論文與翻譯，特此註明與致意。

由外在的禮義以養身之後，可以進一步探問，自然的身體何以能夠透過外在的禮義而養身，也就是以禮養身何以可能？又此一充滿欲望的身體，追求禮義以養身的動力何在？本節即分別就「修身的可能」與「修身的動力」論述之。

（一）修身的可能：氣化身體的可感知性

既然性惡之人對於原初自然的身體，沒有一內在價值根源，那麼勢必要如伍振勳所說，必須將「身體從『自然的』狀態轉化成『禮義的』狀態」，³⁸ 或如橋本敬司所言，須「把自己『欲望的身體』困於擴張與限制的雙重約束中，將此狹路置於自己的行為而體現聖人的身體，不斷地進行自我價值化的工夫。」³⁹ 荀子認為：「所以養生安樂者莫大乎禮義。人知貴生樂安而棄禮義，辟之是猶欲壽而殉頸也，愚莫大焉。」（〈疆國〉）⁴⁰ 人都是趨於安樂的，但如果沒有透過外在禮義而自顧自地「養生」，那麼所養無非「好利」、「疾惡」、「耳目之欲」，只會養生不成反夭壽。也就是說人之「自然的身體」、「欲望的身體」不會自發地「養」身，只會順著自然欲望而行，結果反而導致害其身的結果，這也就是荀子所說的：「今是人之口腹，安知禮義？安知辭讓？安知廉恥隅積？亦喞喞而噍，鄉鄉而飽已矣。人無師無法，則其心正其口腹也。」（〈榮辱〉）⁴¹

值得慶幸的是，荀子雖然認為身體本身沒有內在價值足以「美其身」，但人有「知」的能力，且有知「義」、知「道」的能力，所謂「水火有氣而無生，草木有生而無知，禽獸有知而無義，人有氣、有生、有知，亦且有義，故最為天下貴也。」（〈王制〉）荀子此謂禽獸亦有「知」，大抵只是指知覺感官的能力，與人較高層次能知禮義之「知」不同。荀子曾說：「馬鳴而馬應之，非知也，其勢然也。」（〈不苟〉）⁴² 即顯示了禽獸之「知」不同於人「認知」之「知」。況且荀子說：「凡以知，人之性也」（〈解蔽〉），⁴³ 顯然將「知」作為人

38 伍振勳，〈荀子的「身、禮一體」觀——從「自然的身體」到「禮義的身體」〉，頁 318。

39 （日）橋本敬司，〈荀子の「身體」——性惡説と化性説の戦略〉，頁 87。

40 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 299。

41 同上註，頁 64。

42 同上註，頁 45。

43 同上註，頁 46。

之所以爲人的關鍵，如此當然不可將人類之「知」與禽獸之「知」混爲一談。

但有了認知的能力，還要藉此認知能力去接收世界的訊息，透過認知將禮義內化於身體，因爲《荀子》此處之「義」並非天生內在於人，是需要向外探求的，此正如荀子所說：「今人之性，固無禮義。」（〈性惡〉）⁴⁴ 如果將此句解讀爲人「生而有」義——也就是天生具有內在道德，那麼就會與《荀子》整體文本相互矛盾。

荀子認爲，人有「義」才能「群」，能「群」才能「分」，能「分」才能無亂而不爭。而依照荀子對人性的描述是爲：「今人之性，生而有好利焉，順是，故爭奪生而辭讓亡焉。」（〈性惡〉）顯然，順人之性則人不能無爭，那麼也就可以了解到人天生應無「義」內在於人，否則自然能夠群、能分而無亂、不爭。故此處當如美國學者何艾克（Eric L. Hutton）所說，將「有義」之「有」解釋爲「擁有」（possess）、「具有」（own），才不至於使文本產生內在矛盾。⁴⁵

那麼，人要如何獲取作爲道德內涵之「義」？人何以能知呢？荀子答曰：「心」。⁴⁶ 所謂「心知道，然後可道；可道，然後守道以禁非道。」（〈解蔽〉）⁴⁷ 人要先能夠「知」道，接著才能夠有判斷道德價值、判斷孰是孰非、判斷何者有益於吾身的能力，有了道德認知之後也才能夠進一步去守護、遵守這個道德價值，甚至進一步去非難一切不合於禮的行爲。那麼問題就在於人處於「自然的身體」、「欲望的身體」之時是不知「道」的，此即荀子所謂「今人之性，固無禮義，故彊學而求有之也；性不知禮義，故思慮而求知之也。」（〈性惡〉）⁴⁸ 所以人養生的第一步就是利用「知」的能力以求透過禮義達到修身的目的。

（二）修身的動力：師法禮義的約束化導

至此，必須回到一個關鍵的問題：即便人有「知」的能力，而能夠認知

44 同上註，頁 439。

45 參 Eric L. Hutton, "Does Xunzi Have a Consistent Theory of Human Nature?" In T. C. Kline III and Philip J. Ivanhoe, eds., *Virtue, Nature, and Moral Agency in the Xunzi* (Indianapolis: Hackett Publishing Company, 2000), p. 222.

46 〈解蔽〉：「人何以知道？曰：心。」見清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 395。

47 同上註，頁 395。

48 同上註，頁 439。

禮義，並透過禮義來養身，但沒有內在價值根源的性惡之人，只有「自然的身體」、「欲望的身體」，他如何有去知禮義的動力？也就是說荀子的人性觀點沒有孟子所謂的「良知」、「良能」——也就沒有「無不知愛其親者」、「無不知敬其兄也」的天生道德感。⁴⁹ 荀子認為：「飢而欲飽，寒而欲煖，勞而欲休，此人之情性也」（〈性惡〉），⁵⁰ 順此情性，則子不代乎父、弟不讓乎兄。⁵¹ 那麼，荀子所謂的人性本只有追求安逸舒適的欲望與衝動，又何以知道有「禮義」得以追求？又何以知道「禮義」應該追求？因為「自然 / 欲望的身體」沒有傅佩榮所謂「人性向善」的傾向。⁵²

荀子當然也注意到這點，故言：「今人之性，固無禮義，故彊學而求有之也」（〈性惡〉），其關鍵即在於一「彊」字。既然「自然的身體」不知禮義，更別說追求禮義，那麼就只能先以強制的手段，強迫自然的身體去感受禮義、體驗禮義、進而了解禮義、接受禮義。這也是為何荀子會如此強調師法的重要性之原因，他說：「禮者，所以正身也；師者，所以正禮也。無禮何以正身？無師，吾安知禮之爲是也？」（〈修身〉）⁵³ 禮是爲修身之大寶，而師又是人得以知悉如何透過禮義修身的關鍵，因此可以說，沒有師，「自然的身體」就無從以禮養生，而只能在欲望中趨向沉淪、毀滅，這也就是荀子所謂「人無師法則隆性矣，有師法則隆積矣。」（〈儒效〉）⁵⁴ 這樣的修養路徑或許如徐復觀所說在某種意義上「失去了教育中的自動性，而受教者完全處於被動的地位。」⁵⁵ 但是這樣對於師法的重視，卻也有使人免於誤入歧途的優勢。況且所謂師父領進門，修行在個人，荀子雖然不排除一定程度的強制約束力量，

49 參宋·孫奭疏，《孟子注疏》（阮元《十三經注疏》本），頁 232。

50 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 436。

51 〈性惡〉：「今人飢，見長而不敢先食者，將有所讓也；勞而不敢求息者，將有所代也。夫子之讓乎父，弟之讓乎兄，子之代乎父，弟之代乎兄，此二行者，皆反於性而悖於情也。然而孝子之道，禮義之文理也。故順情性則不辭讓矣，辭讓則悖於情性矣。」見同上註，頁 436-437。

52 參傅佩榮，《人性向善：傅佩榮談孟子》（臺北：遠見天下文化出版公司，2007），頁 5-20。

53 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 34。

54 同上註，頁 143。

55 徐復觀，《中國人性論史——先秦篇》（臺北：臺灣商務印書館，2007），頁 253。

但另一方面卻也十分重視「用禮樂教化來轉化人的品格」的可能性，⁵⁶ 這點將在後文進一步詳述。

所以說，荀子對於「自然的身體」，是企圖透過外在禮義的約束，先將身體的欲望適當地導引，而不至於一味朝著欲望發展而造成暴亂、傷害。這是一種著重於社會禮義、師法的身體觀，是一種企圖以群體（social body）檢束軀體（physical body）的思維模式，這正如英國學者 Mary Douglas 所說的：

軀體的所作所為永遠要受到群體（社會）範疇的修正，也惟有藉著群體的範疇，軀體才可以被理解。因此，我們可以說軀體的所作所為事實上顯現了某種的社會觀。⁵⁷

也就是說，在這個修身階段，等同於荀子所謂「好法而行」（〈修身〉）⁵⁸ 的階段，在這個層次，「禮法仍是外部規範，身體只是被動地受其檢束，尙未體會禮法的內在意義。」⁵⁹ 不過無論如何，這修身的第一步，已使自然的身體與禮法接觸，如此，修身工夫即有向上提升與開展的契機。

四、以身納禮·由身入心——由外而內的道德意識形塑

明析荀子所謂的身體何以能夠接受禮義以及其動力因後，我們可以進而集中探討荀子修身工夫中的身心關係。既然荀子認為人原初是一沒有內在價值根源的自然氣化身體，那麼做為能夠接受禮義化導的身體，在接受禮義這個面向上，身與心分別扮演了什麼樣的角色？二者的關係又為何？以下便針對此工夫程序做析論。

（一）心以身為中介：心須透過形軀內化道德

根據楊儒賓的說法，西周時期兩種最為人所熟悉的修身方法為「導血氣」

56 參王靈康，「荀子哲學的反思：以人觀為核心的探討」（臺北：國立政治大學哲學系博士論文，2008.7），頁 88-89。

57 Mary Douglas, *Natural Symbols: Explorations in Cosmology* (New York: Vintage Books, 1973), p. 65. 本文譯文引自楊儒賓，《儒家身體觀》，頁 77。

58 荀子的修養論大致可分為三個層次：「好法而行，士也；篤志而體，君子也；齊明而不竭，聖人也。」見清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 33。

59 伍振勳，〈荀子的「身、禮一體」觀——從「自然的身體」到「禮義的身體」〉，頁 337。

與「攝威儀」：前者透過人身內而論，並牽涉到意識與身心結構問題，稱為「氣化的身體」；後者則由人身外著眼，牽涉到禮義與社會化的問題，稱為「社會化的身體」。⁶⁰ 根據上述荀子對於禮義與師法的重視，似乎可以說荀子相當重視「社會化的身體」，但我們同樣不可忽略「氣化的身體」在荀子理論中的重要性及其對於血氣形軀的重視。也就是說，儘管荀子以追求「禮義／社會化的身體」為目標，但修身的基礎還是必須以「自然／欲望的身體」為討論的始點。正如其所言：「無性則偽之無所加，無偽則性不能自美。」（〈禮論〉）⁶¹

《荀子》〈王制〉中所說的氣—生—知—義的階層架構即含有「氣化的身體觀」元素——人身同萬物皆為氣所構成，那麼人身就有接受外在訊息的可能⁶²——當然也包括禮義這樣的道德訊息。所以說荀子對於「禮義的身體」之重視與追求，還是必須以能夠感知外物之「自然／氣化的身體」為接收的主體。

當然，即便心在荀子的身體觀中有重要且關鍵的角色，但是對於外界訊息的接收與互動，獨有心亦不足以完成，因為心無法獨立存在而感知這個世界。荀子即言：

然則何緣而以同異？曰：緣天官。……理以目異……聲以耳異……味以口異……臭以鼻異……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，心徵知而無說，則人莫不然謂之不知，此所緣而以同異也。（〈正名〉）⁶³

心雖然是人得以思考的中樞，沒有心，口所嘗、鼻所嗅、耳所聞、目所見都沒有意義。然而，如果徒有心，心亦不足以感受酸甜苦辣、不足以辨別香臭腥臊，也就是蕭麗娟所說：「心的知覺作用是奠基在五官接觸收受的感覺上。」⁶⁴ 如果以日本學者湯淺泰雄所謂「心理生理學」而論，這就是「感覺—

60 參楊儒賓，《儒家身體觀》，頁 81。

61 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 366。

62 參楊儒賓，《儒家身體觀》，頁 71。

63 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 415-418。

64 蕭麗娟，〈荀子「禮義治氣養心」之養生詮解〉，《成大宗教與文化學報》17(2011.12): 7。

運動迴路 (sensory-motor circuit)」的傳遞：

這種迴路將外界與人體連結起來。從眼、耳等感覺器官傳入的外界訊息(例如光、聲音等)，經由感覺神經，傳遞到腦中樞(新皮質 neo-cortex)，腦中樞加以判斷之後，再經由運動神經把指令傳送到四肢末端。⁶⁵

這樣的思維在現代科學看來似乎理所當然，但是生於古代的荀子能夠有如此清晰的身體觀思路，可說是相當不容易且值得提出一論的。

那麼，我們可以了解到，荀子如此重視血氣形軀的原因即在於，他需要透過身體接受外在的道德訊息——禮義來化導人性以養身。所以他不能夠如孟子一樣直接返求諸心——「夫志，氣之帥也；氣，體之充也。夫志至焉，氣次焉。」(《公孫丑上》)⁶⁶ 孟子可以直指心志，將心志直接提升為至高地位，是因其心中有道德價值根源，足以判斷是非對錯，故不需要特別強調一個可以接受外在訊息的氣化身體。相對而言，荀子的養身論就必須先多一道程序——也就是先以身體感知外界訊息以賦予心道德內涵。所以可以說，荀子的身體觀特別凸顯了儒家「身體」中「以身體之」的意味。⁶⁷

(二) 身正則心正：以生理影響心理

正因為荀子的身體觀必須透過血氣形軀去接收禮義的訊息，以形軀的運動與實踐來達到以禮修身的目的，故我們可以發現，荀子所謂的「禮」都是針對形軀動作與血氣感知而發，而並非直指本心的「修心」工夫法門。如荀子言曰：

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、棖貌，越席床第、几筵，所以養體也。故禮者，養也。(《禮論》)⁶⁸

對荀卿來說，「禮」就是對於身體的調養、滋養，橋本敬司即言：「所謂禮養，意味著由合於禮的食物、修飾品、音樂、住居等事物，使口、鼻、目、耳、

65 (日)湯淺泰雄著，盧瑞容譯，〈「氣之身體觀」在東亞哲學與科學中的探討——及其與西洋的比較考察〉，收入楊儒賓主編，《中國古代思想中的氣論及身體觀》，頁 77-80。

66 宋·孫奭疏，《孟子注疏》(阮元《十三經注疏》本)，頁 54。

67 參杜維明，《杜維明文集》第 5 卷(武漢：武漢出版社，2002)，頁 331。

68 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 346-347。

體這些身體獲得充足同時進行擴張。」⁶⁹

荀子以禮養身雖以形軀血氣為直接施予的對象，然而其目的與功效絕不只停留在血氣形軀的表面，而是能夠進而影響「心」的內涵與運作。所謂「治氣養心」即表明了透過對於血氣形軀的對治，進而能夠達到養心的目的。當然並非說二者是截然二分的兩物，二者實是一體，治氣養身的同時其實也就是在養心。只是就發生程序而言，是透過治氣而養心，也就是透過生理來影響心理。

透過生理影響心理，在人的身體尚處於「自然的身體」之階段，尤其重要。因為這時即便人不懂何謂禮義，不知禮之所以為禮者何，但只要依禮而行，依舊可說已經進入社會化的脈絡，且透過這樣的實踐，身體會逐漸去體會禮的內涵與意義，進而影響心志，使身體得到轉化。⁷⁰ 荀子即言：「體恭敬而心忠信，術禮義而情愛人」（〈修身〉），⁷¹ 透過外在形體的實踐禮義，會自然而然影響人內在情性也趨向忠信愛人。這就好比人穿起筆挺的西裝或軍裝，會自然而然地抬頭挺胸、昂首闊步；對於行不道德之事也就多了一分警惕與顧忌。〈不苟〉中所說：「新浴者振其衣，新沐者彈其冠」，⁷² 也同樣說明了外在的形體、物質足以影響人的心境，就像剛沐浴完的人，自然而然會想要讓自己一塵不染，故不自覺地振衣彈冠，在這同時，人的心境已有了轉變。

朱曉海即認識到『居移氣，養移體』的狀況不只表現在舉止、觀念、語詞、生活方式等方面，好比亂世某些環境中的男性『奇衣婦飾，血氣態度擬於女子』，有時還會在生理上烙印。⁷³ 而〈勸學〉所謂：「怠慢忘身，禍災

69 (日)橋本敬司，〈荀子の「身體」——性惡説と化性説の戦略〉，頁 85。

70 〈儒效〉曰：「行之，曰士也；敦慕焉，君子也；知之，聖人也。」在道德修養的最初階段，即使不知道禮的真義，但只要行之，還是可稱說已經進入修養的脈絡之中；此相對於無修養之人，已可稱為「士」。而能夠真正體會禮之真義者，那就是聖人境界了。見清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 125。

71 同上註，頁 28。

72 同上註，頁 45。

73 朱曉海，〈荀學一個側面——「氣」——的初步摹寫〉，收入楊儒賓主編，《中國古代思想中的氣論及身體觀》，頁 462。《荀子》〈樂論〉亦言：「亂世之徵：其服組，其容婦，其俗淫。」此即形軀的表現與心靈有著密切的連繫，形軀的錯亂即代表了心理的混亂，二者是不可分的。見清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 385。

乃作。強自取柱，柔自取束。邪穢在身，怨之所構。施薪若一，火就燥也；平地若一，水就溼也」，⁷⁴ 可視為一身心關係的隱喻：怠慢了身體，就會引致災禍，使邪穢染身，如此也就會造成心理情緒上的「怨」。水流濕、火就燥意味著：身體狀態如何，心也將隨之轉向正面或反面。

那麼可以了解到，荀子所謂的以禮養身，確實可以透過身體的實踐行禮，而內化於心中的。荀子即謂「君子之學也，入乎耳，箸乎心，布乎四體，形乎動靜。」（〈勸學〉）⁷⁵ 人學習必然是透過形軀五官接收訊息，故禮樂之屬自然是透過耳朵來接收進入人的身體，但是這樣的禮樂道德訊息雖透過血氣而入，卻不停留於血肉形軀，而是入於人心，也就是人心可以透過此而得到轉化。〈樂論〉中的一段文字更可以顯現此修養論精微之處：

凡姦聲感人而逆氣應之，逆氣成象而亂生焉；正聲感人而順氣應之，順氣成象而治生焉。唱和有應，善惡相象，故君子慎其所去就也。……故樂行而志清，禮脩而行成，耳目聰明，血氣和平，移風易俗，天下皆寧，美善相樂。⁷⁶

由此可知，外在的禮樂會影響人的血氣，進而關係著人是否依禮而行，形成具有美善的道德意識。當然，外在的道德訊息不只透過耳聞而入於心，其他感官——目、口、鼻等也都有同樣的功效，在此就不一一贅述。

五、禮入於心·以心正身——修養工夫中的身心倒轉

既然心能夠透過形軀接受外在禮義，進而將禮義內化於心中，那麼身為儒家的荀子當然不會滿足於修身論述停留在透過禮義約束身體進而影響心靈的階段，他必定試圖建立一個具有自覺意識的道德心，以脫離完全訴諸他律的修身階段，甚至達到完全自覺的可能。如此，則身心關係將能夠反轉——從「以身制心」轉為「以心正身」。以下便就此一修身論中身心倒轉的階段作一梳理。

74 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 6-7。

75 同上註，頁 12。

76 同上註，頁 381-382。

(一) 積善成德：透過外在禮義內化累積而成的後天良知

正因為荀子的修身理論，可以透過形軀感官接受外在禮義，而將禮義內化於心，故荀子所謂的心就能從「自然的身體」中無道德價值根源的心轉化爲一具有道德價值判準的心。也就是說，心原本只是作爲天官之一的「氣化心」，而當道德逐漸內化到一定程度，此心即轉化爲一具有道德內涵的「道德心」。「氣化心」屬於「自然的身體」，即荀子所謂「目好色，耳好聽，口好味，心好利，骨體膚理好愉佚，是皆生於人之情性者也」(〈性惡〉)，⁷⁷ 心也是充滿欲望的形軀身體之一環。「道德心」則是在「自然的身體」逐漸轉向「禮義的身體」中形成，也就是荀子所謂的天君：「心者，形之君也，而神明之主也，出令而無所受令。自禁也，自使也，自奪也，自取也，自行也，自止也。」(〈解蔽〉)⁷⁸

這樣的道德心——天君，是透過人不斷積學而形成，所謂「涂之人百姓，積善而全盡，謂之聖人」(〈儒效〉)、「聖人者，人之所積而致矣。」(〈性惡〉)⁷⁹ 聖人也不過是常人透過感官積學，逐漸累積道德禮義於心中而達至。一旦心蘊含了足夠的禮義道德，那麼它就成爲一種理性的力量，足以控制自身的血氣情感，這就如美國社會學家庫利(Charles Horton Cooley, 1864-1929)所說的：

理智一方面是大腦工作的組織者，它是適應多樣的和變化的生活要求的智能組織。它把本能性情感做爲提煉的原料，就像一個軍官對新兵一樣，他指揮他們，訓練他們，直到他們能協同執行他的任何命令，並能根據不同的條件採取不同的方法來執行命令。⁸⁰

雖然此時心對於身體來說就像個高高在上的號令者，我們甚至可以說此刻的道德心同孟子所謂的良知、良能一般，是身體可以依恃的道德準則，也就是美國學者孟旦所說的「命令之心 (commanding mind)」——具有「評估」

77 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 438。

78 同上註，頁 397-398。

79 同上註，頁 443。

80 (美)查爾斯·霍頓·庫利(Charles Horton Cooley)著，包凡一、王涇譯，《人類本性與社會秩序》(臺北：桂冠圖書公司，1993)，頁 19。

(evaluate) 和「要求」(command) 恰當的行動兩個功能。⁸¹ 至此，荀子的身心關係可謂內外倒轉，從原先由外而內的 (outside-in) —— 透過生理接受禮義以影響心理，轉為由內而外的 (inside-out) —— 以心知道德來影響形軀的舉止行為。⁸² 即便荀子的道德心並非與生俱來，但是透過感官形軀的學習與內化禮義，內心的「德性一旦形成，便逐漸凝化為較為穩定的精神定勢。這種定勢在某種意義上成為人的第二天性，並相應地具有恆常的性質。」⁸³

(二) 大清明之心：透過心知能力修養提升的道德良知

而荀子將此一透過感官形軀接收禮義等訊息，進而內化而成的第二天性「道德心」稱之為「大清明之心」，其形成的條件與內涵如下所述：

人何以知道？曰：心。心何以知？曰：虛壹而靜。心未嘗不臧也，然而有所謂虛；心未嘗不兩也，然而有所謂一；心未嘗不動也，然而有所謂靜。人生而有知，知而有志。志也者，臧也，然而有所謂虛，不以所已臧害所將受謂之虛。心生而有知，知而有異，異也者，同時兼知之。同時兼知之，兩也，然而有所謂一，不以夫一害此一謂之壹。心，臥則夢，偷則自行，使之則謀。故心未嘗不動也，然而有所謂靜，不以夢劇亂知謂之靜……虛壹而靜，謂之大清明。（〈解蔽〉）⁸⁴

由此可以發現，荀子所謂的大清明之心，其實正是建立在心對於外在資訊接收的完整性與容受性，以及判斷力形成的準確性與可靠性之上。誠如前文所說，荀子修身的途徑，在於透過認知心去「知道」、去認知禮義，使本來不具

81 參(美)孟旦著，《早期中國「人」的觀念》，頁 54-55、62。

82 此一身心關係倒轉，正是荀子修養論中逐步由「自然的身體」轉向「禮義的身體」的過程，也是為學與修身的進路。荀子在〈勸學〉中問到「學惡乎始，惡乎終？」並明言「學之數」與「學之義」，可以見得荀子的修養論確有其先後與步驟，而這樣的步驟則貫穿在《荀子》全書中。以身分階而言是從士、君子到聖人；以修養的步驟而言是「誦數以貫之」、「思索以通之」、「好其人以處之」到「除其害而持養之」；以其修養程度而言是「好法而行」、「篤志而體」到「齊明而不竭」。此處所謂的身心倒轉，大抵處於君子篤志而體的階段，已不必完全由外在規範去約束，禮義已內化於身體，但還沒有達到「全盡禮義」的聖人層次。參何淑靜，〈由「成聖」看荀子的「為學步驟」〉，《鵝湖學誌》49(2012.12): 1-35。

83 楊國榮，《倫理與存在——道德哲學研究》(北京：北京大學出版社，2011)，頁 149。

84 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 395-397。

有道德價值——「義」的身體，進而能夠透過內化禮義達至禮義的身體，甚至達到成聖的目標。因此，能夠正確判斷是非價值的大清明之心，就成爲人是否能夠將正確的價值內化，是否成爲禮義的身體之關鍵。

雖然「虛」、「壹」、「靜」是養心的最高境界，但是相對此三個概念的「臧」、「兩」、「動」更是不能忽視，因爲那是生理與心理連結的關鍵，也是達至大清明之心所必要的過程。也就是說，人沒有「臧」、「兩」、「動」的能力，「虛」、「壹」、「靜」也就沒有意義。

所謂「臧」即是人之記憶，人能夠接受外界訊息並存藏於心中，而「自然的身體」中的「氣化心」需要的是不斷大量地接受外界訊息以填補其原初的空虛，故「虛」實際上是要達成「臧」的持續性，以達到訊息接收的極致。「兩」即是人能夠同時接受不同的訊息，而「壹」的目的在於不因爲某些訊息而排斥另一些訊息接收的可能，因爲那將造成「蔽於一曲而闕於大理」（〈解蔽〉）⁸⁵的大患，「壹」正是能夠保證訊息的大量而廣泛地接收。「動」是人的思考與判斷能力的勃發，人心不動則失去了主體性與自主的可能，唯「靜」則是使人在大量的訊息波動中不至於迷失了方向，而知所進退，清楚明晰何者爲是、何者爲非，以使自己建立恰當的內在價值根源，形塑一個恰當的「道德心」。

所以荀子所謂虛壹而靜的大清明之心，更應證了荀子的修身觀是一個從不具內在道德價值之「自然的身體」轉化爲全善而飽滿之「禮義的身體」，是透過生理感官的運作，實踐「臧」、「兩」、「動」的能力去接納禮義規範；進而能夠使心去修養，達到「虛壹靜」的狀態。這是透過生理—心理一貫的身體觀，使二者能夠在互動的關係中達至平衡。也就是說，在「臧」、「兩」、「動」的階段，是透過生理去接納禮義以影響心理；在達至「虛壹靜」的修養與過程中，生理與心理則相互影響，心作爲「天君」的角色逐漸制約「天之官」的層次，而不爲生理所役。

在道德內化於心之後，身體就不需要完全依靠外在禮義與師法的約束與制約，而能夠一定程度依靠內在後天形成的「道德心」來統合身體血氣。在心具有一定程度的道德感之前，因爲人無從知禮義、追求禮義，故必然須有

85 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 386。

強制性的外在禮義來約束之、制約之，這對於「自然的身體」或許有些不悅與難過。但透過長時間的積累，身體逐漸體會到禮義對於自身的好處與幫助，內在會轉而有一主動追求禮義的動力，此時也就不再需要全然靠外在禮的強制約束，禮反而變成了身體的寶物，因為身體此刻已感受到德足以潤身的美好了。這就如楊儒賓所說，荀子提出了「美身」的概念：

所謂「美身」，意指學者經長期修養的工夫以後，他的身體皆反映了道德意識／社會規範的向度，他的耳目感官皆體現了道德的價值，這顯然是「德潤身」、「踐形生色」這些命題的改寫。⁸⁶

也就是說，只要心內化了禮義，那麼禮義對於人來說就不再是束縛，而是一種滋養，此時即便「自然的身體」中，形軀血氣偶有過度欲望萌發，即使沒有外在禮法規範，已具有道德意識之心也會主動去克制形軀的衝動，就算因為修養尚未到達真正大清明境界而無法順利自我約束，那後天形成的道德心也會有歉疚之感。荀子即言：「身勞而心安，爲之；利少而義多，爲之。」（〈修身〉）⁸⁷ 即使當我們的形軀血氣還有趨向「形體好佚而安重閒靜莫愉焉」（〈王霸〉）、「骨體膚理好佚」（〈性惡〉）⁸⁸ 的自然人性傾向——也就是沈清松所描述的狀態：有時候我感到身體不同於我自己，感到身體形成法國學者呂格爾（Paul Ricoeur, 1913-2005）所說的他者，身體不遵從我的意志所希望的那樣，身體在抵抗我的意志。⁸⁹ 即便如此，那後天形成的道德之心也會產生道德意識去克制這樣的衝動，即使我們感到飢餓、感到勞累，也會爲求心安而讓父兄先食、代父兄而勞。⁹⁰ 此亦孔子所謂「女安則爲之！」（〈陽貨〉）⁹¹ 道德感的展現。至此，荀子的心已類似於孟子所謂的四端之心；而荀子所說的理想狀態：「行禮要節而安之若生四枝」（〈儒效〉）⁹² 可謂與孟子所言：「人之

86 楊儒賓，《儒家身體觀》，頁 16。

87 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 27。

88 同上註，頁 217、438。

89 參沈清松，《對比、外推與交談》，頁 126-127。

90 參〈性惡〉「見長不敢先食」一段，見清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 436-437。

91 宋·邢昺疏，《論語注疏》（阮元《十三經注疏》本，臺北：藝文印書館，1981），頁 158。

92 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 130。

有是四端也，猶其有四體也」(《公孫丑上》)⁹³ 幾無二致。

如果說孟子的人性觀是人內心天生就有道德火種、泉源，那麼荀子就是藉由形軀血氣吸收禮義，進而植入一道德之火、禮義之泉，荀子的養身論至此可說逐漸趨向與孟子的「擴充」工夫一致了。或許孟荀的根本差別即在於人原初的身體有無那火泉之源——前者本有之，故直接擴而充之；後者本無，故先勸學以導入一盞火苗、一渠水源，才能談擴充、談「養」心。

六、身心一如·身禮一體——無內無外的道德意識體現

荀子所謂的修養工夫大致上可分為三個層次，即是：「好法而行，士也；篤志而體，君子也；齊明而不竭，聖人也。」(《修身》)⁹⁴ 在最初「自然的身體」階段人雖不知禮之所以為禮的寶貴，但透過外在一定程度的強制力量跟著「行之」也能進入修身的脈絡。之後禮義逐漸內化於心，心開始了解禮義的重要性，進而形成了追求禮義道德的動力，對於禮義有「敦慕」之情，雖偶有形軀血氣的衝動壓過心的主導，但畢竟已具有道德意識。然而，荀子修身論的最高目的還是在於聖人「知」禮之所以為禮的深刻境界，並能夠達到「齊明而不竭」，⁹⁵ 亦即前文提及行「虛壹靜」的工夫後所達到的「大清明」之心的境界——能夠使生理與心理完全整合，起心動念與舉手投足都能夠同步，也就是身心整合完成的身體。

這樣的修身理想正是荀子所謂「行禮要節而安之若生四枝」(《儒效》)，⁹⁶ 如伍振勳所說，這「暗示了禮節對個體而言可以不只是外在的規範，『身』與『禮』可能為一體的意義。」⁹⁷ 《禮記》〈禮器〉載曰：「禮也者，猶體也。體不備，君子謂之不成人。」⁹⁸ 說明了禮的理想境界是入於人身，而與身體合而為一，這才可稱之為完備之人。荀子的修身論述，並不只滿足於外在禮義

93 宋·孫奭疏，《孟子注疏》(阮元《十三經注疏》本)，頁 66。

94 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 33。

95 〈儒效〉：「行之，曰士也；敦慕焉，君子也；知之，聖人也。」見同上註，頁 125。

96 同上註，頁 130。

97 伍振勳，〈荀子的「身、禮一體」觀——從「自然的身體」到「禮義的身體」〉，頁 317。

98 唐·孔穎達疏，《禮記注疏》(阮元《十三經注疏》本)，頁 459。

的約束，他更期待一種道德自覺意識形成，這也正是其所以為儒家之要義。⁹⁹ 荀子所謂「注錯習俗，所以化性也」、「習俗移志，安久移質」顯示出其對於以形軀接受外在禮義習俗的最終目標在於永久性的「化性」、「移質」，他企圖透過禮義將人之「性」、「質」改變，以脫離性惡的「欲望身體」，轉化出一個理想的「禮義身體」。這如楊儒賓所言：

禮由外在的關係變為一種與身體相應相合的習慣 (habit)，此後，人身即可安居於 (inhabit) 此禮之中。禮安居於身，反過來，身亦安居於禮，身禮同化而一，此種模態的身體即變成了文化的承載體。¹⁰⁰

因此，可以說荀子修身論的最後目標即在於使人成為「文化的載體」，能夠內化禮義，自然而然地去實踐禮義，達到自然而然行禮而無礙的境界。

對於荀子而言，「自然而然地」行禮是其修身論述中最高理想追求。在篤志而體的君子階段，或許還有身體形軀的欲望與心的道德意識產生衝突與拉扯，但是在齊明而不竭的聖人境界，身心應該是完全合一，毫無扞格與拉鋸。荀子即言：

君子知夫不全不粹之不足以為美也，故誦數以貫之，思索以通之，為其人以處之，除其害者以持養之。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。（〈勸學〉）¹⁰¹

這就呼應了荀子所說「君子之學，以美其身」（〈勸學〉），而要達到「美身」的目標就是要全之粹之，這也是何以荀子會說「積善而全盡謂之聖人。」（〈儒效〉）¹⁰² 而全之盡之的境界，亦是由治氣養生之術而至。¹⁰³ 總之這樣的全善境界，是形軀血氣的耳目口鼻之欲，無一不合於禮，舉手投足無一不是恰到好處。或許可以說，此時的身體已經是身心一如，心靈的道德意識和形軀已合而為一，甚至不需透過心的思考、命令，我們的形軀皆能中節而無礙。這就如同英國薩克斯（Oliver Sacks）醫師所描述的：

99 參楊儒賓，《儒家身體觀》，頁 73。

100 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 18。

101 同上註，頁 18-20。

102 同上註，頁 144。

103 〈修身〉：「扁善之度，以治氣養生則後彭祖，以修身自名則配堯、禹。」見同上註，頁 21。

持續而不自覺的感應，不斷地由我們身體的活動部位（肌肉、肌腱、關節）流出；藉此，身體的定位、節奏和動作，持續受到監控和調整，但我們看不見這一切，因為它們是自發而無意識的。¹⁰⁴

這就是荀子所說：

關耳目之欲，可謂自彊矣，未及思也。蚊蟲之聲聞則挫其精，可謂危矣，未可謂微也。夫微者，至人也。至人也，何彊，何忍，何危？……故仁者之行道也，無為也；聖人之行道也，無彊也。仁者之思也恭，聖者之思也樂。此治心之道也。（〈解蔽〉）¹⁰⁵

當人努力去對治耳目之欲，可說是具有強烈的道德意識，是一種以心治身的表現；相對於還需要以外在禮義約束形軀的原初狀態，已經可謂能「自彊」了。但是真正完美的身體境界，應該是如至人一般，無所彊、無所忍，舉手投足、起心動念皆仁義禮智！

然而這種無法用言語表達之身體自發的傾向，其實並不神秘，荀子說：「君子養心莫善於誠，致誠則無它事矣，唯仁之為守，惟義之為行。誠心守仁則形，形則神，神則能化矣。」（〈不苟〉）¹⁰⁶ 當治氣養生之術到了禮義已經內化的階段，也即禮義對於身體不再是約束，而是滋潤之寶時的「養心」層次，此時因為內在已有對於禮義道德的根源與想望，那麼身體層次的提升就可以依靠「誠」——專注於守養、實踐禮義來完成。而所謂的「形則神，神則能化」就是身禮一體的最高境界，如荀卿所謂：「曷謂神？曰：盡善挾治之謂神」（〈儒效〉），¹⁰⁷「神」就是一種全善盡善，身心一如，仁義道德完全入於身，透過形軀自發地表現出來，自然而然行禮而無礙的完美身體境界；那種境界只可體會、不可言說，故以「神」述之。

荀子所追求如此身心一如——「神」的完美身體境界之所以不可言說，正如龔卓軍所說：「『身體之知』本來就不是透過論證來呈顯，而是在情境想

104 (英) 薩克斯 (Oliver Sacks) 著，孫秀惠譯，《錯把太太當帽子的人》（臺北：遠見天下文化出版公司，2008），頁 75。

105 清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 403-404。

106 同上註，頁 46。

107 同上註，頁 133。

像中發用出來的運作。」¹⁰⁸ 這種身體的修養層次，唯有到達那個境界才能夠體會，言語是無法完全表達那樣的情境的。就像匈牙利學者博藍尼（Michael Polanyi, 1891-1976）所述：「我們能知道的遠多於我們所能說的。」¹⁰⁹ 這種身體的修養，或許也就是博藍尼所謂的「默會之知」（tacit knowledge）¹¹⁰——我們總是習焉而不察、日用而不知，卻總是視為理所當然。¹¹¹

總之，荀子的理想身體是身禮一體、身心一如的完美身體，這樣的身體完全與道德意識結合，起心動念、一言一行皆能夠自然而然地行禮而無礙。儘管此一「神」的境界難以言說，但在荀子的身體觀與修身理論中，這樣的境界的確存在，且是人終生努力的目標！¹¹²

七、結 論

透過前文的論述可知，荀子認為人是性惡之人，所以原初之時，我們的身體是充滿欲望而無內在道德之「自然的身體」，但是透過身體的血氣形軀，可以感知、接受外在的禮義，以提升身體整體的能量。而身體之所以得以接受外在禮義訊息，正在氣化的身體能夠感知外物，而心透過形軀五官接收訊息，將可以內化於心，逐漸形成道德意識。當道德意識形成，人的身體修養模式，也就由透過禮義的外在約束——由禮制身、身入於心，轉變為由內而發的道德意識對身體的統合——由心治身、由內而外，這就形成了身心關係的一個反轉，大抵也就是荀子所謂的「好法而行」之「士」到「篤志而體」之「君子」階段。但荀子的完美身體的最高境界，是身禮一體、身心一如的，

108 龔卓軍，《身體部署——梅洛龐蒂與現象學之後》（臺北：心靈工坊文化公司，2006），頁 40。

109 Michael Polanyi, *The Tacit Dimension* (New York: Anchor Books, 1967), p. 4.

110 Michael Polanyi and Harry Prosch, *Meaning* (Chicago: University of Chicago Press, 1975), pp. 30-34.

111 參東方朔，《合理性之尋求：荀子思想研究論集》（臺北：臺大出版中心，2011），頁 225。

112 〈勸學〉：「學惡乎始？惡乎終？曰：其數則始乎誦經，終乎讀禮；其義則始乎為士，終乎為聖人。真積力久則入，學至乎沒而後止也。」見清·王先謙撰，《荀子集解》，頁 11。

「身體」不再需要刻意地思考，自然而然地，舉手投足、起心動念皆合於禮，也就是荀子所謂「齊明而不竭」的「聖人」氣象。

由此也可以意識到，荀子所預設的修身與成聖的工夫及歷程，是建立在普遍人性基礎之上的。也就是荀子期望透過禮義、師法的化導，使「性惡」之人能夠從「自然的身體」——順從自身的欲望而無所節制，轉化為「禮義的身體」——也就是透過對禮義規範的內化而使人起心動念、舉手投足皆合於禮義的境界。那麼，也就應證了人人都可以透過這套修身歷程，將自身轉化為禮義的身體；也就符合其所謂「塗之人可以為禹」的說法。

荀子如此養身理論與孟子最大的不同在於，前者認為人最初沒有內在道德根源，因此必須先透過形軀接受外在的禮義道德以轉化心性，因為人最初並不知道自己需要禮義，也不明白禮義對於身體的重要性；而後者認為人性善，故天生具有內在道德良知，因而可以直接反求諸心以修身，不須先強調一個透過形軀接受禮義以化心性的內化工夫。但在荀子的修身工夫中，「道德心」一旦形成後，其修身理論即與孟子趨向一致，同樣展現出孟荀身為儒家追求道德自覺的面向，唯荀子對於身體理論的論述較為豐富，而孟子則著重於心性理論的開展。

荀子此套注重外在禮義的內化、追求「禮義的身體」之修身理論，雖然的確可能如蔣年豐所說：「內在化的好處是禮法和生命合一，個體可以感受生命的健旺與國家社會體制的穩固，壞處則是禮法的『分』的功能解消了個人的權利意識。」¹¹³但這不啻是在孟子注重心性一路的修身觀外開展了另一條可能的成聖道路，也共同撐起了孔子「重禮」與「重仁」兩個儒家支柱，使儒家修身工夫的發展有更多元而豐富的可能。

引用書目

一、傳統文獻

唐·孔穎達疏，《禮記注疏》，臺北：藝文印書館，阮元《十三經注疏》本，1981。

113 蔣年豐，〈荀子與霍布斯的公道世界之形成〉，收入戴華、鄭曉時主編，《正義及其相關問題》（臺北：中央研究院中山人文社會科學所，1991），頁 84。

- 宋·邢昺疏，《論語注疏》，阮元《十三經注疏》本，臺北：藝文印書館，1981。
- 宋·孫奭疏，《孟子注疏》，阮元《十三經注疏》本，臺北：藝文印書館，1981。
- 宋·程顥、程頤撰，《二程集》，臺北：里仁書局，1982。
- 清·戴震撰，《孟子字義疏證》，北京：中華書局，2009。
- 清·王先謙撰，《荀子集解》，北京：中華書局，2010。
- 清·戴望校正，《管子校正》，臺北：世界書局，1958。
- 清·嚴復評點，《評點老子道德經》，臺北：廣文書局，1961。

二、近人論著

- 王靈康 2008 「荀子哲學的反思：以人觀為核心的探討」，臺北：國立政治大學哲學系博士論文。
- 伍振勳 2001 〈荀子的「身、禮一體」觀——從「自然的身體」到「禮義的身體」〉，《中國文哲研究集刊》19(2001.9): 317-344。
- 朱曉海 2009 〈荀學一個側面——「氣」——的初步摹寫〉，收入楊儒賓主編，《中國古代思想中的氣論及身體觀》，臺北：巨流圖書公司，頁 451-483。
- 何淑靜 2012 〈由「成聖」看荀子的「為學步驟」〉，《鵝湖學誌》49(2012.12): 1-35。
- 杜維明 2002 《杜維明文集》第 5 卷，武漢：武漢出版社。
- 沈清松 2002 《對比、外推與交談》，臺北：五南圖書公司。
- (美)孟旦 (Donald J. Munro) 著，丁棟、張興東譯 2009 《早期中國「人」的觀念》，北京：北京大學出版社。
- 東方朔 2011 《合理性之尋求：荀子思想研究論集》，臺北：臺大出版中心。
- (美)查爾斯·霍頓·庫利 (Charles Horton Cooley) 著，包凡一、王淦譯 1993 《人類本性與社會秩序》，臺北：桂冠圖書公司。
- 徐復觀 2007 《中國人性論史——先秦篇》，臺北：臺灣商務印書館。
- 陳昭瑛 2005 《儒家美學與經典詮釋》，臺北：臺大出版中心。
- 傅佩榮 2007 《人性向善：傅佩榮談孟子》，臺北：遠見天下文化出版公司。
- 勞思光 2005 《新編中國哲學史（一）》，臺北：三民書局。
- 彭國翔 2005 〈儒家傳統的身心修煉及其治療意義——以古希臘羅馬哲學傳統為參照〉，收入楊儒賓、祝平次編，《儒學的氣論與工夫論》，臺北：臺大出版中心，頁 1-45。
- 曾暉傑 2014 《打破性善的誘惑——重探荀子性惡論的意義與價值》，新北：花木蘭文化出版社。
- (日)湯淺泰雄著，盧瑞容譯 2009 〈「氣之身體觀」在東亞哲學與科學中的探討——及其與西洋的比較考察〉，收入楊儒賓主編，《中國古代思想中的氣論及身體

觀》，臺北：巨流圖書公司，頁 63-99。

楊國榮 2011 《倫理與存在——道德哲學研究》，北京：北京大學出版社。

楊儒賓 2008 《儒家身體觀》，臺北：中央研究院中國文哲研究所。

楊儒賓主編 2009 《中國古代思想中的氣論及身體觀》，臺北：巨流圖書公司。

(德)漢斯——格奧爾格·加達默爾(Hans-Georg Gadamer)著,洪漢鼎譯 2005 《真理與方法：哲學詮釋學的基本特徵》，上海：上海譯文出版社。

蔡錦昌 1996 《拿捏分寸的思考：荀子與古代思想新論》，臺北：唐山書局。

蔣年豐 1991 〈荀子與霍布斯的公道世界之形成〉，收入戴華、鄭曉時主編，《正義及其相關問題》，臺北：中央研究院中山人文社會科學所，頁 65-91。

(日)橋本敬司 2000 〈荀子の「身體」——性惡說と化性說の戰略〉，《哲學》52 (2000.10): 77-87。

蕭麗娟 2011 〈荀子「禮義治氣養心」之養生詮解〉，《成大宗教與文化學報》17 (2011.12): 1-20。

(英)薩克斯(Oliver Sacks)著,孫秀惠譯 2008 《錯把太太當帽子的人》，臺北：遠見天下文化出版公司。

龔卓軍 2006 《身體部署——梅洛龐蒂與現象學之後》，臺北：心靈工坊文化公司。

Hutton, Eric L. 2000. "Does Xunzi Have a Consistent Theory of Human Nature?" In T. C. Kline, III and Philip J. Ivanhoe, eds., *Virtue, Nature, and Moral Agency in Xunzi*. Indianapolis: Hackett Publishing Company, pp. 220-236.

Kirmayer, Laurence J. 2007. "Response: Reflections from Psychiatry on Emergent Mind and Empathy." In Sarah Coakley and Kay Kaufman Shelemays eds., *Pain and Its Transformations: The Interface of Biology and Culture*. Cambridge, MA: Harvard University Press, pp. 242-244.

Douglas, Mary. 1973. *Natural Symbols: Explorations in Cosmology*. New York: Vintage Books.

Merleau-Ponty, Maurice. 1945. *Phénoménologie de la perception*. Paris: Gallimard.

Ploanyi, Michael. 1967. *The Tacit Dimension*. New York: Anchor Books.

Ploanyi, Michael and Harry Prosch. 1975. *Meaning*. Chicago: University of Chicago Press.

The Body-Mind Relationship According to Xunzi's Theory of Cultivation

Tseng Wei-chieh*

Abstract

Xunzi 荀子 is regarded as an important pre-Qin Confucian thinker. Although he believes human nature to be morally corrupt, his theory of self-cultivation deals with the body-mind relationship in a manner that reveals him to be a legitimate Confucian, not a Legalist. Self-cultivation, according to Xunzi, is a process of integrating body and mind in which: (1) body and mind are one, and are cultivated together. Xunzi develops Mengzi's 孟子 approach, focusing on the temperament as subject and object of cultivation, into a view of the body that integrates the blood *qi* 血氣 of the Huang-Lao 黃老 School and the mind 心性. This allows Xunzi to establish in Confucian thought the possibility of moral education through the body; (2) the body is guided by etiquette, and etiquette is experienced through the body. Having a sinful nature, people are born lacking moral values, and so moral values must be absorbed from etiquette via the body and sensory organs; (3) etiquette is brought through the body into the mind. Because the body and mind are one, to cultivate the body is also to cultivate the mind. Practicing etiquette with the body filled with the blood *qi* enables it to become embedded in the mind; (4) when the rules of etiquette are embedded in the mind, the mind will then rectify the body: When the body practices etiquette to a certain level, it takes

* Tseng Wei-chieh received his Ph.D. from the Department of Chinese Literature, National Cheng-chi University.

root in the mind and forms an “acquired moral conscience.” This sense of morality can effectively keep the desires of the body under control; having developed to this point, this mind-body relationship is inverted; (5) body and mind are unified, body and ritual form a single whole: When an acquired moral conscience has completely taken root in the mind, the body and mind become naturally moral and unimpeded. This can be regarded as the highest level of Xunzi’s self-cultivation, namely the self-awareness emphasized in Confucianism. The above points demonstrate that Xunzi’s view of the body and theory of self-cultivation are meticulously constructed, and are not a Legalist means of emphasizing propriety.

Keywords: Xunzi 荀子, views of the body, theory of cultivation, body-mind relationship, evil nature