

【研究討論】 Research Note

當代歐美學界中國古代身體觀研究綜述
Contemporary Western Scholarship on Ancient
Chinese Body: A Review Article[§]

陳景黼
Ching-Fu CHEN*

[§] 本文在資料收集和寫作過程中，承蒙黃俊傑教授提供書目並惠賜寶貴意見；以及評審專家提出修改建議，在此一併致謝。

* 國立清華大學中國文學系博士候選人。

Ph.D. Candidate, Department of Chinese Language and Literature, National Tsing Hua University.

壹、前言

身體觀這個未見於古代文獻的詞組，可還原為先秦早已出現的「身體」和「觀」兩個單純詞。¹成中英（Chung-ying Cheng）教授指出，²中國哲學中的「體」字，本指由氣血、精神、形軀所構成的有機身體，又兼有真實、自我、練習之意。³體字做動詞使用時，有三種意涵：一是伴隨個人直接經驗而來的體驗（*tiyan*）。此時的經驗範疇不只是日常事物，更包括對於道的理解。⁴第二是指體現（*embodiment*）。個體親身歷經某種狀態，或是讓私我的經驗具體化。亦即從原本按照某種方式或價值形塑自身，從而使自己也成為價值一部分的歷程。⁵第三是指人的行動。即練習或履行，或指有意識地讓某事發生，例如聖者的體仁。相較於古希臘與中世紀西方思想家將身體視為無用與煩惱之源，古代中國的身體則被認為是了解自我和宇宙本體的範式，從而加以修養與珍視。⁶另一方面，「觀」本指看、認識之意，如《老子》的觀復、觀身之說。據田曉菲（Xiaofei Tian）教授所言，佛教傳入後，觀字發展出穿透虛幻皮相，直達事物本質的澄澈洞鑒（*clear observation*）之意，以及藉由想像，使外物在心中視覺化呈現的「觀想」技術。⁷因此，「身體」與「觀」兩個概念在當代的黏合，其實也意味著今日學人從身體的視角，重新想像中國哲學面貌的過程。當身體觀這個新板塊持續與既有範式擠壓、碰撞時，中國哲學將有形成新變貌的可能。

1 身體兩字連稱，如《墨子·辭過篇》的用法：「故聖人之為衣服，適身體，合肌膚而足矣。」見〔清〕孫詒讓：《墨子閒詁》，孫以楷（點校）（臺北：華正書局，1987年），頁31。

2 Chung-ying Cheng, "On the Metaphysical Significance of *Ti* (Body-Embodiment) in Chinese Philosophy: *Benti* (Origin-Substance) and *Ti-yong* (Substance and Function)," *Journal of Chinese Philosophy*, 29, 2 (2002), pp. 145-161.

3 前揭文，頁145。

4 前揭文，頁146。

5 前揭文，頁146。

6 前揭文，頁147。

7 Xiaofei Tian, "Seeing with the Mind's Eye: The Eastern Jin Discourse of Visualization and Imagination," *Asia Major*, vol. 18, part 2 (2005), p. 72.

身體觀一詞之於中文學界，最早是被楊儒賓教授嵌合使用。藉由對《管子》與儒家學說的詮釋，闡發中國古代知識人所認為形氣並重、身心互滲，道德意識可於形軀中體現的身體架構。⁸亦即，在古代中國知識人的理解中，身體是以氣為介質，縮合形軀、心靈為一，在特定氛圍影響下，於時空中具有厚度的生命樣態。黃俊傑教授在述評中外相關研究時，亦提出身體觀進路在思想史研究中的兩點特殊性：一是關懷心、氣關係如何調理，特別是對氣論的重視。二是以「身心互滲以言心」的新認知，取代前此「以心言心」的研究方法。⁹以上兩位均認為身體觀視角的提出，目的是將身體置於思想史脈絡中，觀察身體按照哪些規範和方式被模塑，以及身體所能呈現的價值樣態。亦即，中國思想中的身體觀研究，不僅是對形軀進行探究，更是將身體理解為一個場域，其上匯聚各類在行動中被體現、被成就的理想與學說。研究者通過身體這個窗口，得以覺察支撐行為主體進行思索、行動的深厚傳統。這樣的看法成為後續考掘的重要資源。¹⁰

就現階段對國外相關成果的容受來看，臺灣學界已整理出相關書單四種。¹¹內容主要集中在對中、日文獻與西方醫療史學術成果的載錄，較少涉

8 分見〈論管子〈白心〉、〈心術上下〉、〈內業〉四篇的精氣說與全心論——兼論其身體觀與形上學的連繫〉，《漢學研究》，第9卷第1期（1991年6月），頁181-209。及《儒家身體觀》（臺北：中央研究院中國文哲研究所籌備處，1996年）。除了身體觀之外，近十餘年的臺灣學界的身體研究還包括「身體史」、「身體感」等不同進路。從事身體史研究的主要是歷史學門學者，兩個最早成立的社群分別是中研院史語所「生命醫療史研究室」，以及臺灣科技與社會研究學會（STS）。國立政治大學「身體與文明研究中心」則以學程和讀書會的形式開展身體研究。對身體感知方式與文化概念兩者互動關係的討論，可參考人類學門學者的成果。例如余舜德（編）：《體物入微：物與身體感的研究》（新竹：國立清華大學出版社，2008年）。

9 黃俊傑：〈中國思想史中「身體觀」研究的新視野〉，《中國文哲研究集刊》，第20期（2002年3月），頁542。

10 如周與沉：《身體：思想與修行——以中國經典為中心的跨文化觀照》（北京：中國社會科學出版社，2005年）。李清良：〈中國身體觀與中國問題——兼評周與沉《身體：思想與修行》〉，《哲學動態》，2006年第5期（2006年5月），頁21-27。燕連福：〈中國哲學身體觀研究的三個向度〉，《哲學動態》，2007年第11期（2007年11月），頁49-55。劉暢：《心君同構：中國古代政治思想史的一種原型範疇分析》（天津：南開大學出版社，2009年）。劉苑如（編）：《遊觀——作為身體技藝的中國文學與宗教》（臺北：中央研究院中國文哲研究所，2009年）。目前涵蓋層面最廣的中文身體哲學研究，見張再林等：《身體、兩性、家庭及其符號》（西安：西安交通大學出版社，2010年）。

11 分見：1. 楊儒賓、李栩鈺（編）：〈中、日文參考文獻〉，收於楊儒賓（編）《中國古

及西方漢學家的身體觀論述成果。另外的某些研究雖然有助於增進對身體觀的理解，但其成果較少進入中國思想史研究者的視域。如秦漢醫籍中的脈學研究工作，在歐美學界主要是由醫療史與科技史的學者擔綱，華文世界的思想史研究者較少注意他們的業績。但由於在東洋修行傳統中，經脈系統屬於微細身（subtle body），負有身體精緻化的重要任務，就求全求備的角度而論，自應擴大搜羅範疇。因此本文擬集中紹介西方身體觀的研究成果，年代則以狄百瑞（William Theodore de Bary）教授於一九七五年出版的著作為起點，他在書中曾提到靜坐此一舉措對理學家精神修養的重要。換言之，儘管篇幅不長，但狄教授確實已然注意到身體與思想史研究的關係，並引發後續討論。¹²在此之前，雖然也有漢學家對中國古典身體進行討論，如馬伯樂（Henri Maspero, 1883-1945）在道教研究的專著中，便有一章專論道教與房中術的關係；¹³以及高羅佩（Robert Hans van Gulik, 1910-1967）的《中國古代房內考》等相關著作。¹⁴但這類成果比較偏向在宗教脈絡底下或就形軀本身進行探索；由於本文是以思想史中的身體觀研究為主軸，也就並未將其納入述論。

儘管由於生命氣質與祖述傳統各有所好的緣故，中國古代知識人對世界樣態的思考方式互異；但他們大抵把理想的身體視為一個有待工夫證成的果境。雖然具體實踐方式有別，然其內容均包括個體心性的對治與外境

代思想中的氣論及身體觀》（臺北：巨流圖書公司，1993年），頁551-570。2. 吳光明（輯）：〈英文參考文獻〉，收於前揭書，頁571-589。此處所收英文書目以身體研究為主，範圍較寬，並非完全集中在中國身體觀研究。近年來東亞氣論的研究成果，見3. 祝平次：〈中、日文參考文獻〉，收於楊儒賓、祝平次（編）《儒學的氣論與工夫論》（臺北：臺灣大學出版中心，2005年），頁489-524。4. 李建民、栗山茂久（Shigehisa Kuriyama）（編）：《身體史文獻書目》，鄭雅如（編輯）。見中研院史語所宗教與醫療研究室網頁<http://www.ihp.sinica.edu.tw/~medicine/book/cover.PDF>。中國大陸學界對此議題的研究成果，見周與沉：《身體：思想與修行——以中國經典為中心的跨文化觀照》的〈主要參考書目〉，頁451-493。對西方身體研究的反思，見杜麗紅：〈西方身體史研究述評〉，《史學理論研究》，2009年第3期（2009年），頁123-160。

12 詳細說明請見下文。對中、日、韓三教靜坐義蘊的分析，見楊儒賓、艾皓德（Halvor Eifring）、馬淵昌也（Mabuchi Masaya）主編的《東亞的靜坐傳統》，該書將由臺灣大學出版中心出版。

13 見Henri Maspero, *Le taoïsme et les religions chinoises* (Paris: Gallimard, 1971).

14 Robert Hans van Gulik, *Sexual life in ancient China: a preliminary survey of Chinese sex and society from ca. 1500 B.C. till 1644 A.D.* (Leiden: E. J. Brill, 1974).

的調適，兩大區塊同時轉化，彼此互倚不倒。因此，下文將採取由個體到群體的敘述歷程，由內而外依次分為1.自我與身體、2.心理活動與情緒、3.古典醫學與身體、4.工夫與身體、5.精神、身體、國體等五種進路，綜述歐美學界相關成果。

貳、自我與身體

作為道德意識的最小單位，漢語「自我」一詞的意旨是否能等同於英文的"self"？雖然有些學者持反對態度，¹⁵但其他學者仍試圖在跨文化比較中突顯中國自我觀的特色。安樂哲（Roger T. Ames）教授參與編輯的三本書，以其比較哲學的長處，分別從自我、身體、形象三個角度探索人（Person）的內涵。¹⁶在最早出版的*Self as Body in Asian Theory and Practice*中，¹⁷安教授認為中國古典哲學的身心關係具有連動性，迥異於西方的身心二分。他以西方學界對仁的理解多偏重道德面向的譯解為例，質疑現今對仁德的研究也許太過強調心理面向的描繪，而丟失對形軀屬性的探索。¹⁸比較西方與中國的身體理解後，他認為西方的身體描述傾向於用實體的容器意向，中國的身體觀念則是種流動性的歷程（process）。亦即，中國古典身體觀強調身體不是被擁有的某物，而是待實踐的存在。¹⁹

自我實踐有待於禮儀引導方能成就。個體以被節制的方式參與群體，並非是自我對大我的屈從。群我是有機聯繫的關係。藉由自我的延伸，個

15 芬格萊特（Herbert Fingarette）教授持此說。見"The Problem of the Self in the *Analects*," *Philosophy East and West*, 29 (1979), pp. 129-140。

16 其中Roger T. Ames et al. (eds.), *Self as Image in Asian Theory and Practice* (Albany: State University of New York Press, 1998) 一書，討論自我在藝術理論、《儒林外史》、近代戲劇等不同文類中的呈現問題。該書與本文距離較遠，故未列入討論。

17 Tomas P. Kasulias et al. (eds.), *Self as Body in Asian Theory and Practice* (Albany: State University of New York Press, 1993).

18 Roger T. Ames, "The Meaning of Body in Classical Chinese Philosophy," in *Self as Body in Asian Theory and Practice*, pp. 163-164；本文中譯見〈古典中國哲學中身體的意義〉，收於彭國翔（編譯）《自我的圓成：中西互鏡下的古典儒學與道家》（石家莊：河北人民出版社，2006年），頁467-491。

19 Roger T. Ames, "The Meaning of Body in Classical Chinese Philosophy," p. 169.

體與整體融合為一，自我的形軀也與其內在所承載的意識疊合。由於意識是以薪火相傳的文化傳統為內容，所以個體也就因此與傳統合一。²⁰一副轉化過的血肉之軀，本身就是體現傳統文化的媒介。作者認為這種古老的身體經驗，仍然能夠在今日西方芭蕾舞者的勤練和東方空手道宗師的稽古中尋得。²¹

安樂哲教授在另書梳理了孟旦 (Donald J. Munro)、楊慶堃 (C. K. Yang, 1911-1999) 等學者理解儒家自我觀的幾種模式，認為他們未能準確把握儒家對自我的理解。作者認為儒家的自我內涵，是建立在將個人置於不同環境中的多層面表現上；在此具體情境中，自我依然存在。而非如上述學者所認為，是絕對以群體為重的「無我」。²²類此在不同場合，特別是社會與政治生活中，觀察自我如何呈現於外的研究進路，作者將其稱之為「焦點——場域範式」。²³作者認為，儒家的道德基礎是無私的自我。所謂的無私，其概念並非只是單單消除己私，還要加上禮儀對身體的規訓，使自我融入社群之中。作者此處贊同芬格萊特 (Herbert Fingarette) 的說法，認為用來對應儒家「自我」的翻譯，不是 "self"，而是 "a person as acting"，也就是主體具有能動性。但此處的 "person" 並非無來由的就能將內在道德顯諸於外的行動者，而是尚待在家庭、社會、政治框架之中證成。²⁴

黃俊傑教授在德國出版的英文新著亦探究了中國哲學中「群」對於「我」的重要性。他從自我的角度闡發儒學的心身連續性。²⁵指出在兩者互滲為一的基礎上，自孔、孟以下的儒家系譜中，天道是主體意志的源頭，自我是自由的主體，因此意志的方向可由自我決定。由於儒家的自我不是

20 前揭文，頁172-173。

21 前揭文，頁174。

22 Roger T. Ames, "The Focus-Field Self in Classical Confucianism," in Roger T. Ames et. al. (eds.), *Self as Person in Asian Theory and Practice* (Albany: State University of New York Press, 1994), pp. 187-212; 本文中譯見〈古典儒學——焦點場域式的自我〉，《自我的圓成：中西互鏡下的古典儒學與道家》，頁312-341。

23 Roger T. Ames, "The Focus-Field Self in Classical Confucianism," p. 204.

24 前揭文，頁188-198。

25 Chun-chieh Huang, *Humanism in East Asian Confucian Contexts* (Bielefeld: Transcript Verlag, 2010).

虛無或靜止，而是實存的，因而主體性的確立必須植根於群我的互動，亦即在「仁」的脈絡之中成立。²⁶

成中英教授分析儒家典籍中的心、性、自、己等關鍵字，認為無論個體的自我是否具有獨立特質，重點在其與現實世界互動、思考、發展的活動能力，因此可稱為暫時性的自我（temporal self）或時間性的自我（time-engaged self）。自我同時具有暫時——超越和從事——反思兩種特性，恰好對應於漢文語境使用的「自己」（ziji）一詞。²⁷「自」代表自我的活動以及原初層面，或是能把行動加諸於自我之上的行為主體；「己」則指涉反思層面，或是經過反思後的自我。但在反省的作用中，自、己兩者是重疊的。修身的過程，就是自我進入現實情境中的反省歷程，²⁸其成果顯現在心、性之中。作為自我主體，能思考、能感受的心，雖有辨別是非的能力，但同樣也會被嗜欲、偏見所矇蔽。當心靈將善行實踐於外時，其內部亦會對此同時進行反思。藉由行動——反思過程在心上的不斷互動，人性便可從中顯現。²⁹「志」則是自我意向的展現，可視為人性中的創造力量。³⁰

杜維明（Wei-ming Tu）教授指出，古代的修身，本質上是藉由安定身體行動與呼吸節奏的長期練習，從而喚醒身心的形式。由於精氣在身體的循行狀態隨著年紀、環境、養煉與否各有不同；因此古代知識人將身體視為不斷發展的動態過程，而非穩定的靜態結構。其中的儒家學派將身體作為自我轉化的憑藉。透過修養，自我可以掌握更深層的心性義理。³¹杜教授引伸《孟子》的說法，認為人人因其有心而獨特。學為人，意味著心靈的自我覺醒，並由此啟動一個身體轉化的歷程。除了孔子的「十五而有志於學」外，即便幼童的灑掃應對，也是透過對身體的禮儀規訓使心靈得到鍛

26 前揭書，頁14-15。

27 Chung-ying Cheng, "A Theory of Confucian Selfhood: Self-Cultivation and Free Will in Confucian Philosophy," in Kwong-Loi Shun and David B. Wong (eds.), *Confucian Ethics: A Comparative Study of Self, Autonomy, and Community* (Cambridge: Cambridge University Press, 2004), pp. 125-126.

28 前揭文，頁126。

29 前揭文，頁128。

30 前揭文，頁131-133。

31 Wei-ming Tu, "Embodying the Universe: A Note on Confucian Self-Realization," in Roger T. Ames et. al. (eds.), *Self as Person in Asian Theory and Practice*, pp. 177-179.

鍊的方式。古典中國論心，最大的特色在於強調心對認知和情感兩方面的「共感」能力。心的共感使自我能與他人聯繫，儒家知識分子將此種人際關係視為不證自明的天然秩序。藉由將共感對象從父母向外延伸，主體對自我的認識亦隨之深刻。在此道德理想主義中，道德和政治密不可分。因此，修身之於君子，不僅是對個體內在靈性的獨自探索，也必須對被賦予的社會職分努力實踐，在對日常俗務的從事之中，逐漸臻於神聖之境。³²

中國的古典身體觀，在前近代的西風東漸中開始轉變。依懋可（Mark Elvin）教授藉由《鏡花緣》等近代小說與圖像資料，說明在此新舊並陳的階段中，既有傳統觀念的延續，例如從身心互滲的角度，認為身體是內在心靈或精神狀態的外顯形式；或將婦女清白的身體做為道德無瑕的表徵。亦可見受到西方觀念影響，從美學觀點將形軀——尤其是女體，做為觀賞的對象，或是描寫女體與男性的親密接觸。³³

相較上述學者在群我互動以及共感能力中找尋儒家自我觀，Rodney Leon Taylor 教授受到宗教學傳記研究的啟發，將〈困學記〉作為研究高攀龍（1562-1626）自我發展歷程的素材。他認為明代自傳寫作和前代相異之處，在於展示了對個人修身問題的關注，並對個人內在性的體驗多加著墨，成聖之路因此成為日常課題。自我成為被關注的焦點，其目的並非僅是為了將其顯現於外，而是為了藉此發掘個人內在更深層的真实本性。³⁴根據〈困學記〉，高攀龍的啟悟歷經許多關口，從神宗萬曆三十四年（1606）到四十年（1612）之間，他對經典的研習歷經一系列的「實信」階段：始於《孟子》的性善、程子的「鳶飛魚躍」、而至《大學》、《中庸》，³⁵其自我在艱苦的學習中逐步建立。

32 前揭文，頁179-182。

33 Mark Elvin, "Tales of Shen and Xin: Body-Person and Heart-Mind in China during the Last 150 Years," in Tomas P. Kasulias et al. (eds.), *Self as Body in Asian Theory and Practice*, pp. 213-291.

34 Rodney Leon Taylor, "The Centered Self: Confucian Religious Autobiography," in *The Religious Dimensions of Confucianism* (Albany: State University of New York, Press, 1990), p. 54.

35 前揭文，頁59。

參、心理活動與情緒

雖然學者大多認同中國身體觀是種身心互滲的型態，但研究重點仍多從形軀的視角對心理活動進行探索。這是因為對古代思想家而言，物質性的肉身就已同時兼賅身心二元向度。如伊藤東涯（Itō Tōgai, 1670-1736）所說：「聖賢之教，每言身而不言心，既言身則心之運用自在其中。」³⁶其他學門如語言學和心理學對此現象已有所闡發，³⁷本段介紹思想史研究對心理活動與情緒平衡的討論成果。

方麗特（Griet Vankeerberghen）教授討論《淮南子》中兩種需要被對治的情緒：怒和欲。³⁸儘管《淮南子》本文中並未出現「情緒」一詞，但她認為該書記錄了許多和西方語境中被歸類為情緒（emotions）相符的心理狀態。她主張在秦漢知識人觀念中，身體感知事物的途徑，除了由血肉所構成的官能接觸外，更重要是氣在物、我間的傳遞。由於萬物皆由氣所化生，所以當事者能與他物共感共通，這是比感官探知更細緻的溝通形式。但心氣對外物的知覺，並不是簡單的刺激——反應模式。方教授注意到，心氣自身就有顯露於主體之外的欲望。例如怒氣就有想要以反抗行為為主體的形式，強迫讓自身顯露於外的強烈驅力。³⁹因此氣在心靈的有序或無序狀態中，擔負重要角色。《淮南子》作者群對情緒的看法，不在於徹底消弭情緒的生發，而是訴求如何使情緒得到引導，從而安頓行為主體的心靈。她區分《淮南子》中兩種處理情緒的不同方式：常人是透過恰當的管道抒發。學聖人之事者，則要完全免除情緒的負擔。聖人的成就即意味著取消

36 引自黃俊傑：〈東亞儒家思想傳統中的四種「身體」：類型與議題〉，收於《東亞儒學：經典於詮釋的辨證》（臺北：臺大出版中心，2007年），頁207。

37 例如於寧（Ning Yu）教授從語言學進路對中國身、心的介紹，分見*From Body to Meaning in Culture: Papers on Cognitive Semantic Studies of Chinese* (Amsterdam: John Benjamins Pub Co., 2009)，以及*The Chinese Heart in a Cognitive Perspective: Culture, Body, and Language* (Berlin: Mouton de Gruyter, 2009)。從認知心理的角度突出中國心靈迥異於西方的特色，見Michael Harris Bond (ed.), *The Handbook of Chinese Psychology* (Oxford: Oxford University Press, 1996)。從詞組的構成探究明清的情感表達，見Paolo Santangelo (史華羅), *Sentimental Education in Chinese History: An Interdisciplinary Textual Research on Ming and Qing Sources* (Leiden: Brill, 2003)。

38 Griet Vankeerberghen, "Emotions and the Actions of the Sage: Recommendations for an Orderly Heart in the 'Huainanzi,'" *Philosophy East and West*, 45, 4 (1995), pp. 527-544.

39 前揭文，頁528。

原本與其他人共通的某些部分。更明確的說，聖人與常人的不同，在於聖人舉措皆從心所發，受義的管轄；常人的舉措則完全由欲求所主導，對外物的所作所為全以滿足欲望為目的。

黃俊傑教授認為儒門論心有兩個面向。首先是如徐復觀（1904-1982）先生所說，心是兼有生理意義與價值意義的形而中（mesophysics）學；其次則關注工夫如何使此心轉入天人合和之境。⁴⁰由於心官能思慮，耳目之官不能思慮且為物所蔽，因此心被孟子稱為大體，同時也隨之有大人與小人之別。人人皆有成大人的潛能，關鍵在於是否從（attending in）其大體。⁴¹

心官在思慮過程中，支配功能逐漸瀰漫於全身。作者引述王陽明（1472-1529）的〈大學問〉，說明心為身之主宰，正心先於修身。⁴²另一方面，相對於孟子（372-289 B.C.）和陽明強調以自我反省作為修身手段，荀子（313-238 B.C.）則主張以師法和禮儀規範人性。荻生徂徠（Ogyū Sorai, 1666-1728）更認為「克己復禮」就是「以禮制心」，⁴³他所理解的儒家身體觀是禮義的身體。此外，心應該是在現實事物的接應往來中得到校準，而非自我抽離的靜坐默照。⁴⁴依據這種身體政治論觀點，聖人對現實事物的管理，就是自我管理的擴大。所謂「普天之下」，就是統治者自我的向外延伸。⁴⁵東亞儒者之所以共同相信這些修身工夫的可能，係由於氣的精緻化之後，東洋的身體就不再僅是生理機械論的純然肉身，而是兼具生理與道德意義的有機體。職是，在東亞儒者所認為的整全身體上，閃耀著由宇宙、生理、道德之氣交織的形於外光輝。⁴⁶

40 Chun-chieh Huang, "Unity of Mind and Heart," in *Humanism in East Asian Confucian Contexts*, pp. 30-32.

41 前揭文，頁33。

42 前揭文，頁35。

43 前揭文，頁37。

44 理學家的以「敬」代「靜」，見楊儒賓：〈主敬與主靜〉，《臺灣宗教研究》，第9卷第1期（2010年），頁1-27。

45 Chun-chieh Huang, "Unity of Mind and Heart," pp. 38-40.

46 前揭文，頁41-44。

Jonathan R. Herman 教授認為，朱子（1130-1200）所說的「天地之心」帶有冥契經驗意味。⁴⁷當回答天地之心是有靈抑或無為的問題時，朱子一方面認為天地是機械論式的運行，但他同時又承認其具有知覺性或準知覺性的特質。⁴⁸修身工夫不僅是瞭解自我內在本性，並將其以合宜文化形式顯諸於外的日常事物，同時也是掌握天地精神的宇宙性過程。⁴⁹

在和西方歷程哲學與神學相比較的視域中，白詩朗（John H. Berthrong）教授探究朱子哲學中的「誠」論。⁵⁰在朱子規範、動力、和諧三位一體宇宙觀的宗教哲學體系內，⁵¹「誠」意指當事者的自我實現。⁵²對朱子來說，相較天理的只存有不活動，誠不但展現人成為或體現出某種特殊模式的活動歷程，並將此規範價值鑲嵌進此身；同時也由於誠就是真，從而成為世間萬有的共同活動基礎。⁵³

此處筆者將《淮南子》研究與理學的相關成果並列，係因目前的朱子研究，重點多在對「觀喜怒哀樂未發前氣象」及相關工夫的討論。情緒作為成聖之路的阻礙，學者多將其視為朱子理論體系中有待克服的靜態觀念，較少留心其對朱子身體觀的具體影響。⁵⁴但如同方教授在《淮南子》中所注意到的：情緒由氣凝聚而成，本身帶有難以遏抑的能動性。它不只是個哲學思辨中的負面單位，而是時時刻刻在現實生活中對行為主體產生干擾的具體存在。如此則發之於心，經由意識翻轉而出的誠敬態度如何能在身心轉換歷程中，引導這桀驁難馴的能量？透過與秦漢思想研究成果的對照，或許可再深究朱子身體觀的這個面向。

47 Jonathan R. Herman, "Human Heart, Heavenly Heart: Mystical Dimensions of Chu Hsi's Neo-Confucianism," *Journal of the American Academy of Religion*, 69, 1 (2001), pp. 103-129.

48 前揭文，頁108。

49 前揭文，頁110-111。

50 John H. Berthrong, "Master Chu's Self-Realization: The Role of Ch'eng," *Philosophy East and West*, 43, 1 (Jan., 1993), pp. 39-64.

51 前揭文，頁39。

52 前揭文，頁40。

53 前揭文，頁43。

54 例如 Whalen W. Lai, "How the Principle Rides on the Ether: Chu Hsi's Non-Buddhistic Resolution of Nature and Emotion," *Journal of Chinese Philosophy*, 11, 1 (Mar., 1984), pp. 31-65。東西情緒比較研究見：Joel Marks, "Emotion East and West: Introduction to a Comparative Philosophy," *Philosophy East and West*, 41, 1 (Jan., 1984), pp. 10-30。

肆、古典醫學與身體

近年來西方的中國古典醫學研究，生物醫學視角已不再有主導性。取而代之的，是研究者更關注某些重要觀念如何在醫療行為中被實踐；⁵⁵從性別進路重新考掘醫籍中的兩性關係即為顯著之例。⁵⁶本文此處關注的是將醫籍內容和思想史重要命題如氣、脈等相互參照、對比的相關成果。⁵⁷

夏德安 (Donald John Harper) 教授認為，湖北張家山出土醫籍《引書》中的「天地猶橐籥」一語和《老子》第五章的「橐籥」、「守中」之說有關，但較諸《老子》將其作為單純的哲學概念，前者則有具體的生理學和工夫論基礎。作者認為醫書中的「橐籥」並非受到《老子》影響，相反地，其形成反而可能在《老子》之前。該書的橐、籥，指涉人體的胸腹、肛門兩個部位，憑藉閉氣和縮缸，氣在體內運動，如同風箱的拉動過程。⁵⁸

就診療技術的比較而論，相較於西方解剖學以對屍體的目驗作為養成手段，學科進展大量倚賴於視覺要素；許小麗 (Elisabeth Hsu) 教授則認為中國古典醫學的特徵是醫者對活體的觸診。伴隨此現象而來的結果有三：第一，與「痛覺」有關的複合字被施用於身體的某些部位。其次，與脈象有關，用以描述觸診所得結果的字彙大量出現。第三，原本通過腹腔診察以說明臟器症狀的字彙，逐漸被使用在對皮膚與肌肉狀況的描述。⁵⁹

55 對當代西方學界的中醫研究面貌描繪，見T. J. Hinrichs, "New Geographies of Chinese Medicine," *Osiris*, 2nd series, 13 (1998), pp. 287-325。

56 古典醫學女性研究的第二序成果，可見費俠莉 (Charlotte Furth) 教授匯集的"Bibliography of Secondary Sources On Medicine and Gender," *Nan Nü*, 8, 2 (2006), pp. 380-389，以及和 Lucie Cheng and Hon-ming Yip 合編 *Women in China: Bibliography of Available English Language Material* (Berkeley, Calif.: University of California Press, 1984)。

57 對中醫重要概念的較全面今釋及醫籍選讀彙編，見Elisa Rossi and Laura Caretto (eds.), *Shen: Psycho-Emotional Aspects of Chinese Medicine* (Edinburgh: Churchill Livingstone, 2007)。

58 Donald John Harper, "The Bellows Analogy in Laozi V and Warring States Macrobiotic Hygiene," *Early China*, 20 (1995), pp. 381-391；中文版見〈《老子》第五章中「橐籥」之喻與戰國養生學〉，收入夏含夷 (Edward L. Shaughnessy) (編)《遠方的時習：《古代中國》精選集》(上海：上海古籍出版社，2008年)，頁174-184。

59 Elisabeth Hsu, "Tactility and the Body in Early Chinese Medicine," *Science in Context*, 18, 1

許教授認為，載錄於馬王堆出土的《脈書》中，將特定的病症、死候分別對應於循行人體的十一條脈道的學說，這在當時是種新的病因學。而脈字從何進入醫學語彙中，被用以形容人體的某些部分？作者列出了西方學界的兩種不同說法：何志國 (Zhiguo He) 和羅維前 (Vivienne Lo) 等人研究了四川綿陽雙包山出土漢代黑色木俑，指稱俑體上的紅色漆線，可能即是脈的具象化。脈從工夫論中被發現，並和宇宙論相聯繫，並非養生或病理學觀念下的產物。另一種說法則由 R. F. Bridgman 提出，認為中國古典醫學中的脈道是由點到線，將人體痛點一一連結而建立，這個觀點為許教授贊成。⁶⁰由於痛點無法單憑視覺發現，因此秦漢時期的醫者必須使用觸診、語言、聽覺和患者互動，以便展開診療。

作者根據《史記·扁鵲倉公列傳》和出土醫籍，說明切、循、案、按、探是古方家探查脈象的幾種途徑。然而脈並非一開始就和內臟相關聯。一直到淳于意 (205-150 B.C.) 的二十五個醫案中，才明確載錄脈道與心、肝等內臟相連，氣通行其中，醫者按脈察驗患者體氣狀態。⁶¹除了脈道之外，腹部亦是觸診的部位，因為氣有時會滯塞於腹部。淳于意的醫案即載，患者某有腹滿之疾，淳于意以此為氣之倒亂、鬱積，以針刺而瀉之的診療方式。

根據習見的說法，風常被認為是致病的原因，許小麗教授在另一篇文章對此字有仔細的分梳。⁶²就文獻學而言，風字的使用早於氣。在工夫操作與醫療兩種身體觀向度中，這兩個字的使用逐漸分化。在秦漢時期，氣逐漸用來指涉體內之氣，風則用來指體外之氣。大抵而言，透過穩定的呼吸步驟，體內之氣可使心神寧定。風的用法則和外環境有關，例如豐饒、生殖意象的風、雨天候；或是與邪祟、鬼等超自然存在有關。她引述

(2005), pp. 7-34.

60 前揭文，頁22-23。

61 前揭文，頁27。

62 Elisabeth Hsu, "The Experience of Wind in Early and Medieval Chinese Medicine," *Journal of the Royal Anthropological Institute*, 13 (2007), pp. 117-134.

Messner和Chen兩位教授的研究，說明在先秦時期，心疾的成因是熱病，但自唐以後，轉而將風病視為導致心疾的因素。⁶³

數術觀念在醫療行為中的實踐，則可見於羅維前教授對《黃帝蝦蟆經》的討論。《蝦蟆經》在中國早佚，今日所見為從日本傳回，成書年代亦難以明確斷定。⁶⁴作者指出，該經敘述「人氣」每日根據月之盈虧，在體內不同之處移動，為用鍼禁忌之處。人氣之動猶如天子居明堂或太一行九宮，將宇宙、帝國、人體秩序相對應。⁶⁵

該書強調醫者用鍼當避病患人氣所在之經脈，作者引用席文（Nathan Sivin）教授的研究，指稱該書很可能曾經是道教內部的密傳。⁶⁶並佐以圖像資料，說明該書內容與敦煌醫籍有多處相似。作者據此推測，《蝦蟆經》的「隨月生毀避灸判法」並不是單獨的鍼灸禁忌，背後可能牽涉到更廣大的養生、房中禁忌系統。⁶⁷

伍、工夫與身體

經由以上討論，可以看到古典中國的行為主體，除了需要物質層面的保身、養生外，亦須精神層面的鍛鍊。在主體毋自欺的誠意之中，每件事無論大小，都可作為有益修身的成德工夫，學者專心致志於日常生活的每一件事，終能成就自我厚重人格。工夫一詞在古典中國的使用，通常指稱理學家自我聖化的方式。⁶⁸然究其實，三教及文藝創作都各有其工夫。較周

63 前揭文，頁121-122。

64 Vivienne Lo, "Huangdi Hama jing (Yellow Emperor's Toad Canon)," *Asia Major*, vol. 14, part 2 (2001), pp. 61-99.

65 前揭文，頁62。

66 前揭文，頁71。

67 前揭文，頁81。相關討論見浦山さか：〈『黃帝蝦蟆經』について〉，收於宮澤正順博士古稀記念論文集刊行會（編）：《宮澤正順博士古稀記念 東洋——比較文化論集——》（東京：青史出版株式會社，2004年），頁239-252。

68 相關討論分見藤井倫明：〈日本研究理學工夫論之概況〉、林永勝：〈中文學界有關理學工夫論之研究現況〉，兩文均收於楊儒賓、祝平次（編）《儒學的氣論與工夫論》，頁301-336、337-384。

延的說，工夫是「針對某一修養目標所提出的一套手段方法，這種手段方法其中有著特定的秘訣與竅門，而在實踐時具有儀式性與操作性，且必須高度集中心力進行鍛鍊才能有所成（在三教，此一集中的方法通常是以靜坐的形式進行）」。⁶⁹本段討論對靜坐、六藝、音樂、武術等工夫的研究成果。

一、工夫與宇宙論

Mary Evelyn Tucker教授注意到儒家工夫和宇宙論的關聯。⁷⁰她認為，修身（cultivation）是將人整合進宇宙整體的某種行為和道德模式。由於宇宙論可以提供人類精神秩序與道德方向的發展指引，因此帶有宗教向度，和工夫是互動關係。⁷¹她整理出儒家自我轉化的七點目標：1.瞭解人類和天地萬物固有的內在本體論；2.意識到本然與應然的差距；3.承認自我認識與自我轉化對存在的急迫性；4.將修養精神與道德的工夫做為自我轉化，喚起內在本性的手段；5.藉由對社會和政治的參與，將此人格的普遍性內涵顯諸外；6.瞭解此種轉化與天地萬物為一；7.最終能參贊天地之化育。在她看來，這種將自我置於宇宙論脈絡中，通過工夫論轉化，明瞭萬物與我為一的舉措，其實已經等同於宗教活動。⁷²她以山崎闇齋（Yamazaki Ansai, 1618-1682）和貝原益軒（Ekiken Kaibara, 1630-1714）的儒神合一論，作為體現儒學宗教性的例證。

二、六藝

受到徐復觀先生的啟發，杜維明教授考察孟子思想與中國藝術精神的聯繫。他認為儒家六藝之說不只是對身體的教育，同時也重視精神修養，屬於工夫的手段。工夫的實踐動力並非來自外界約束與強迫，更由自身內

69 林永勝：《南朝隋唐重玄學派的工夫論》（新竹：清華大學中文研究所博士論文，2008年），頁66。

70 Mary Evelyn Tucker, "Religions Dimensions of Confucianism: Cosmology and Cultivation," *Philosophy East and West*, 48, 1 (1998), pp. 5-45.

71 前揭文，頁8。

72 前揭文，頁8。

在所發出。六藝功用各有不同：禮用以規訓形體使其轉化。樂則使自身和諧，並與他人情感產生共鳴。射、御、書、數等雖看似較偏重生理層面的鍛鍊，其中仍有內心修養的意義。例如射手在未中鵠的時當反求諸己，御者的駕車亦包涵自我控制之意。書、術的靈巧手藝則需要以機敏的心靈為基礎。⁷³

雖然孟子及後世的理學家都同意憑藉工夫，人人皆有自我超越的可能；⁷⁴但他們也同意在道德實踐過程中人經常會遭逢痛苦。天降大任的來源並非強制性的天命，而是一旦主體之心意識到自我承擔的責任感，痛苦便隨之而來。憑藉道德實踐歷程對痛苦的領受，主體便擁有知覺他人感受的能力，從而避免自身的「不仁」。⁷⁵

三、音樂

根據Erica Fox Brindley教授的研究，⁷⁶秦漢時期音樂所以常與人的悅樂情緒聯繫，係因此時思想家們對身體和心理的興趣大增之故。從戰國後半葉開始，人類行為的各方面被與宇宙相比附，人類心理、音樂理論、宇宙觀念的發展成為類似三角形的互動關係。作者將音樂對人心的作用，區別為「影響」與「宇宙和合」兩種模式。⁷⁷他以〈性自命出〉、《荀子·樂論》、〈樂記〉、《呂氏春秋》、《莊子》作為論證材料，重點則放在前三篇文獻。作為儒家最早描述心理活動與外界音聲關係文獻之一的〈性自

73 Wei-ming Tu, "The Idea of the Human in Mencian Thought: An Approach to Chinese Aesthetics," in Susan Bush and Christian Murch (eds.), *Theories of the Arts in China* (Princeton: Princeton University Press, 1984), pp. 57-73; 譯文見〈儒家聖人：為己之學的典範〉，郭齊勇、鄭文龍（編）《杜維明文集》（武漢：武漢出版社，2002年），第3卷，頁280-299。

74 值得注意的是，孟子與理學家對工夫的看法不同。「養氣」、「踐形」在孟子學說中不是獨立的工夫，而是修養過程所得的副產品；這和理學家給予工夫的獨立性不同。此說見楊儒賓：《儒家身體觀》，頁11，註5。

75 Wei-ming Tu, "Pain and Suffering in Confucian Self-Cultivation," *Philosophy East and West*, 34, 4 (1984), pp. 379-388; 譯文見〈儒家修身的痛苦〉，郭齊勇、鄭文龍（編）《杜維明文集》，第3卷，頁544-554。

76 Erica Fox Brindley, "Music, Cosmos, and the Development of Psychology in Early China," *T'oung Pao*, 92, 1 (2006), pp. 1-49.

77 前揭文，頁7。

命出〉，其作用符合他所提出的「影響」類型。該篇描述外物如何影響內在之「性」，使心靈以特定方式回應，因此可用「人道」加以調整，道又與「情」聯繫。通過音樂教化，人性的某種內在要素將被喚醒。⁷⁸

《荀子·樂論》對音樂的討論，跨越了工夫論向度，觸及政治與社會領域。音樂被上升到作為宇宙秩序複本的高度。相較於〈性自命出〉將注意力放在心上，《荀子》則直探音樂與體氣的關係。音樂的作用對象不只是人心，更進於形軀並達致天下，社會秩序由此可臻於全體同「樂」之境。相較於〈性自命出〉，〈樂論〉的特色在強調音樂的影響不僅關乎情緒或心靈，還作用於肉身；並將音樂的作用從個體延伸到宇宙秩序。⁷⁹在〈樂記〉中，以天地韻律為本質的音樂不僅是宇宙和諧的再現，它本身就有促進宇宙和諧的功用。通過對音樂的掌握，人亦能參天地之化育。〈樂記〉強調通過對音樂的瞭解，人能瞭解宇宙、控制宇宙。特別是統指者支配國家的過程中，音樂不只是道德教化的工具，通曉音樂與政權合法性息息相關。⁸⁰

四、靜坐

對狄百瑞（William Theodore de Bary）教授而言，處於理學轉變階段的十七世紀，是東亞儒學的「啟蒙」（enlightenment）時代。有感於相關研究的缺乏，他的文章特闢一節論述理學家的靜坐舉措。⁸¹據其研究，理學家所追求的「致中和」目標，即是孟子學說的「求放心」。中和的境界在消除己私、莽撞之後才會浮現，此境既是人類行動的內在根源，又與天道為一。靜坐即是達致此境的法門。《近思錄》雖未特別標舉靜坐，但二程兄弟卻曾對行此法門的生徒表示首肯與讚許。

78 前揭文，頁20-26。

79 前揭文，頁33-38。

80 前揭文，頁40-42。

81 William Theodore de Bary, "Neo-Confucian Cultivation and the Seventeenth-Century 'Enlightenment'," in William Theodore de Bary (ed.), and The conference on seventeenth-century Chinese thought, *The Unfolding of Neo-Confucianism* (New York: Columbia University Press, 1975), pp. 141-216.

儘管理學家的靜坐受到佛門坐禪的影響，也採用坐的形式；但細究之，兩者仍有不同。就表徵來看，兩者最明顯的區別是理學家的靜坐毋需特殊的隔絕空間或靜室，由此意味著冥思不再是出世的離群修行，已被轉換為與日常生活交相為用的入世活動。相較於佛門的嚴格規定，理學家的靜坐則相對寬鬆：坐姿趺跏、半趺跏、乃至安坐椅上皆可。目光則有開眼或閉目的自由。最重要的應該是對呼吸的調整，雖然數不數息沒有確切規定，但據朱子〈調息箴〉所說，吐納有度確實益於內氣滋生。⁸²

當狄百瑞教授在上文中感嘆當時西文世界沒有足夠的靜坐研究成果可供參考後，Rodney Leon Taylor教授的學術成果逐漸產出。置身哥大學風薰息中，雖然他以高攀龍的成德工夫及宗教維度為研究主題的博士論文並非由狄百瑞教授指導，⁸³但他對明代理學及其宗教研究範疇的關注，的確是受到狄教授的啟發而來。一系列與儒家學者相關的論著，亦是在博士論文的基礎上持續朝這兩個面向深鑿。

在岡田武彥（Okada Takehiko, 1908-2004）《坐禪と靜坐》將佛教的頓／漸啟悟模式套用到朱子的格物和陽明（1472-1528）的知行合一工夫論分判，作為區別兩種成聖之路的理想類型基礎上，Rodney Leon Taylor 教授從思考理學家對靜坐的態度入手，探討靜坐在儒、釋工夫論中的功能。⁸⁴毫無疑問，在受到佛教影響的工夫中，靜坐此一法門受到理學家最多的討論。不但理學家和釋氏就此論辯，理學家內部對此也有交鋒。朱子學派對此並不反對，但陽明學派則認為此法非但不必要，且極可能有害無益。作者發現由宋至明，除了朱熹、陽明外，程顥（1032-1085）、程頤（1033-1107）、羅從彥（1072-1135）、李侗（1093-1163）、陸象山（1139-1192）、羅洪先（1504-1564）、顧憲成（1550-1612）、高攀龍諸人皆有採行靜坐的

82 前揭文，頁170-172。請一併參考史甄陶：〈東亞儒家靜坐研究之概況〉，《臺灣東亞文明研究學刊》，第16期（2011年12月），頁347-374；本文將收入楊儒賓（編）《東亞的靜坐傳統》。

83 Rodney Leon Taylor, *The Cultivation of Sagehood as a Religious Goal in Neo-Confucianism: A Studied of Selected Writings of Kao P'an-Lung (1562-1626)* (Missoula, Mont.: Scholars Press, 1978).

84 Rodney Leon Taylor, "The Sudden/Gradual Paradigm and Neo-Confucian Mind-Cultivation," *Philosophy East and West*, 33, 1 (1983), pp. 17-34.

紀錄。其工夫雖有心即理與道問學的不同風格，但靜坐都能根據他們的學說，被調整後放置於其成聖體系內。朱熹將靜坐視為養生法或學習的輔助，總結其宗旨為「半日靜坐半日讀書」。對已發之心而言，靜坐可做為閱讀聖賢之書的輔助，是一個有益的法門。但就未發之心而論，耽溺於靜坐本身，忽略對格物的體認，則有流於佛門的危險。⁸⁵在陽明方面，他曾一度向學生推介靜坐法，但部分學生逐漸溺於禪悅，其心有厭動耽靜，流於枯木之弊。因此在陽明的體系中，靜坐的核心地位被「存天理，去人欲」所取代，弱化為工夫論的次第之一。在此情況下，雖然陽明的朱熹的工夫有頓漸之別，但相同的是，靜坐在其學說中都變成次要的了。格物和心的主敬是漸學體系的特色，靜坐的實踐價值在於可為安頓本心的輔助手段。陽明對朱子格物之學的重構，則是藉由知行合一，將天理內在於人性的部分實體化。兩人工夫雖有頓 / 漸之別，但都認為學者求道若只是一味在靜坐中追尋，將是極危險的。⁸⁶

Rodney Leon Taylor在另一篇文章深論朱熹的靜坐法。⁸⁷他討論朱熹的「半日靜坐半日讀書」。認為雖然此說法在《朱子語類》只出現一次，而且只是針對特定學生的教法，但不能否認靜坐對朱熹學思生活的重要。靜坐的功效包括有益學習、恢復健康、增進記憶。⁸⁸朱熹靜坐的目的不在求靜，而在於增進對理的了解。和程頤相同，朱子也主張敬貫動靜，因在靜坐中，主體並非全然處於不思量或虛的狀態，形軀靜默中格物過程仍在繼續。⁸⁹因此朱熹的靜坐兼賅動靜兩個層面。作者認為，靜坐對朱子學習法來說，絕非無關緊要。透過靜坐，學者能發現自我更深沉的內在基礎。⁹⁰

85 前揭文，頁21。

86 前揭文，頁22-23。

87 Rodney Leon Taylor, "Chu Hsi and Meditation," in Irene Bloom and Joshua A. Fogel (eds.), *Meeting of Minds: Intellectual and Religious Interaction in East Asian Traditions of Thought: Essays in Honor of Wing-tsit Chan and William Theodore de Bary* (New York: Columbia University Press, 1997), pp. 43-74.

88 前揭文，頁45。

89 前揭文，頁53。

90 前揭文，頁68。

五、武術

理學家的靜坐主張曾遭致顏元（1635-1704）強烈抨擊。顏元以身體的「習動」取代靜坐，本人亦深諳技擊之道。⁹¹學界一般對顏元的思想評價不高，但他對身體動態的強調和武藝的興趣提供了觀察工夫論的另一扇窗口。明清習武之風大盛，著名拳術的傳承系譜和拳種的內、外家之分，都在此時才有稍微清楚的眉目。夏維明（Meir Shahr）教授以少林拳為例，說明此時的拳術鍛鍊，並非只以實用為目的，其中蘊含心性論述和養生觀念，可作為探究明清思想的資源。⁹²其專著分為三部分：首先追溯少林武術的早期淵源。其次，作者注意到少林武術在被整編的過程中，以日常生活中的習見物品而非兵器作為器械操練的工具。最後則是徒手練習的特色，亦即「拳」的型式在近代被突出。作者認為，從原先的持器械練習到改以徒手為主，這是因為融合養生和醫學的因素。他比對大量圖錄，說明有些少林武術的拳架雖然來自對菩薩、天王姿態的模仿，但內功的姿勢與呼吸方式卻來自道經中的導引圖。此外，拳譜中對人體要害位置的標定，來自中醫穴位圖的影響。作者認為，這些少林僧人或俗家弟子兼修道經、醫經的現象，顯然是當時三教合一思想風氣的反應。⁹³

陸、精神、身體、國體

美國學者如宇文所安（Stephen Owen）教授和楊曉山（Xiaoshan Yang）教授等人，認為從中唐晚期開始，中國知識人開始從對庭園、異花、奇石的癖好中，尋找一種能將自己抽離於家庭、社會、國家體制之外的個人性。相較於文學研究者認為文人的私人空間是權力網絡中的狹小縫

91 除顏元外，大儒顧炎武、黃宗羲等人亦為技擊名家。見蔡振豐：〈中國近代武士道理念的檢討〉，《臺灣東亞文明研究學刊》，第7卷第2期（2010年12月），頁189-218。

92 Meir Shahr, *The Shaolin Monastery: History, Religion, and the Chinese Martial Arts* (Honolulu: University of Hawai'i Press, 2008)。近代較早認為武術的探索對身體研究有啟發的學者是張舜徽先生，見《愛晚廬隨筆》（武漢：華中師範大學出版社，2005年）。

93 Meir Shahr, *The Shaolin Monastery: History, Religion, and the Chinese Martial Arts*, pp. 180-181.

隙，⁹⁴並試圖將精神自由從家國之中剝離；⁹⁵古典儒學的主流路線則堅持個人發展必須在社會歷程中完成，自我與工夫都不能脫離現實秩序之外。相較於西方，中國的政治思想本質上是種身體政治學，也就是以道德修身為起點，最終達成治國家平天下。⁹⁶黃俊傑教授以孔子在不同場合的舉措皆得其正為例，說明聖人的身體成為社會價值展現的場域。這種型態的身體，不是未經馴化的生理身體，而是人文化成的禮儀身體。就統治者而言，因為身國一體，故統治者若能自我身正，則國亦正。⁹⁷身體政治學的提出，說明在中國哲學中，修身工夫的果境需在政治社會的實踐中方能獲致。因此本段將精神修養與政治權力中的身體合併討論。

Jane Geaney教授從宏觀的角度把握秦漢思想家的感官認識論。⁹⁸其書主張中國古典身體觀的特色建立在「感官鑑別」(sense discrimination)的能力，也就是將某個特定物從其他同類事物中篩選出來的能力。這種能力是介於感官和知覺間的存在。既非直接的感官經驗，也不是心靈的知覺；⁹⁹中國古代知識人透過這種能力構築對自身及世界的了解。¹⁰⁰在戰國時期，有兩種知識類型與這種能力相關：第一種是感官知識，即感官本身獲得知識的能力，獨立於心靈作用之外。第二種是實證知識，是感官接收外界訊息後，再經由心靈處理過的知識。¹⁰¹其專著共分五章，第一章討論先秦哲學

94 和英文的"privacy"對照，中文的「私」包含私人(private)與隱私(privacy)兩種意思。私人指涉所有權、私我的興趣或自我中心。隱私則是從公眾中分離出來，表現為祕密或隱藏的行為，隱私作為與世隔絕的國度，其入口掌握在私人手中。以上見Bonnie S. McDougall (杜博妮), "Particulars and Universals: Studies on Chinese Privacy," in Bonnie S. McDougall and Anders Hansson (eds.), *Chinese Concepts of Privacy* (Leiden: Brill, 2002), p. 6。

95 這種暫時的抽離經驗無法徹底隔絕外界干擾。見宇文所安：《中國「中世紀」的終結：中唐文學文化論集》，陳引馳、陳磊（譯）（臺北：聯經出版公司，2007年）。楊曉山：《私人領域的變形：唐宋詩歌中的園林與玩好》，文韜譯（南京：江蘇人民出版社，2008年）。

96 此說見Chun-chieh Huang (黃俊傑), "'Body Politics' in Ancient China: Discourses and Implications" in *Human in East Asian Confucian Contexts*, pp. 103-115。相關討論可見〈東亞儒家思想傳統中的四種「身體」：類型與議題〉，收於《東亞儒學：經典於詮釋的辨證》，頁187-217。

97 Chun-chieh Huang, "'Body Politics' in Ancient China: Discourses and Implications," pp. 104-105.

98 Jane Geaney, *On the Epistemology of the Senses in Early Chinese Thought* (Honolulu: University of Hawai'i Press, 2002).

99 前揭書，頁175。

100 前揭書，頁1。

101 Jane Geaney, *On the Epistemology of the Senses in Early Chinese Thought*, pp. 30-31.

文獻中感官與知識的關係，第二章研究視覺與聽覺的重要性。作者主張，思想家將世界區別為可聽的和可視的兩種存在向度。第三章分析心靈與感官的關係。她認為就感知功能而論，心有某種類感官的功能。第四章將名、實概念與聽覺、視覺概念相搭配，名是以耳聽之，實是眼見為憑。第五章比較儒道內部不同學者間對官知功能的相異看法。¹⁰²她分析孟、荀、老、莊的感官觀念，認為《孟子》對感官的興趣在於將其與道德向度聯繫，《荀子》則重視感官獲取客觀知識的功能。《老子》強調關閉心靈與知覺，《莊子》拋棄經由感官所得的知識，但將感官作為向萬有開放的孔道。

中文學界習稱的《管子》四篇，即〈內業〉、〈心術上〉、〈心術下〉、〈白心〉，由於義理的關聯性，它們常被作為一個不證自明的整體。但羅浩(Harold D. Roth)教授藉由分析文本內部哲理的發展軌跡，認為前三篇的聯繫更為密切。¹⁰³該文處理的道家心氣關係，在西方學界常被歸入宗教或冥契經驗的研究範疇。作者指出古代中國對於人類心靈最古老的假定之一，是認為心理經驗的每個不同面向，均聯繫或甚至建立於特定的基質，也就是氣上。這些共相在先秦重要的工夫論篇章中均可發現，如《孟子》的浩然之氣，《莊子》的虛，以及《老子》的專氣。作者認為道家所談的工夫，如心齋、坐忘等，和心氣的關係相當密切。¹⁰⁴

但羅教授認為，並不存在以「老莊」為內涵的早期道家。《老》《莊》被相提並論，始於魏晉。¹⁰⁵《史記》中的道家是指冶冥契經驗與政治哲學為一爐的哲學，也就是「黃老」。¹⁰⁶因此，透過對〈內業〉、〈心

102 西方學者對中國古代思想史文本學派屬性的較新理解，見Michael Loewe (魯惟一) (ed.), *Early Chinese Texts: A Bibliographical Guide* (Berkeley: University of California, Berkeley, 1993).

103 Harold David Roth, "Psychology and Self-Cultivation in Early Taoistic Thought," *Harvard Journal of Asiatic Studies*, 51, 2 (1991), pp. 599-650.

104 前揭文，頁602。

105 前揭文，頁604-605，註17。《老》、《莊》連稱，始見於《淮南子》。該書〈要略篇〉云：「道應者，攬掇遂事之蹤，追觀往古之跡，察禍福利害之反，考驗乎老莊之術，而以合得失之勢者也。」見〔漢〕高誘（注）：《淮南子校釋》（臺北：華聯出版社，1973年），頁271。

106 Harold David Roth, "Psychology and Self-Cultivation in Early Taoistic Thought," p. 608.

術上〉、〈心術下〉、《淮南子》等文本中心性與政治這這兩個要素接榫過程的分析，便可看出秦漢道家身體觀和工夫論的演變過程。亦即對作者來說，黃老所謂的「治身理國」，並不是兩個平行的概念，其間存在著由治身到理國的線性發展。

羅教授認為，〈內業篇〉是中國傳統中，最早涉及呼吸控制與身體觀的冥思理論與操作手冊。¹⁰⁷該篇主張道、氣在人體內外不斷出入，若要使道安住在此心，則需棄絕欲求的干擾與情緒波動。當道植根在心中時，精氣亦雲集其中，成為體內之氣的源頭。體內之氣的循行既已上應乎天，健康自可立而待之。在如何平心靜氣，達致「神」境的討論中，則聯繫著呼吸法與飲食控制的操作。按照作者的讀法，雖然此處呼吸法本身只是工具，不是目的，但仍是〈內業〉作為中國最早和呼吸控制有關的文獻，並開啟後世「守一」法先河的明證。¹⁰⁸至於〈心術上〉把君王的治身之道放在理國架構下來談，可以看到對〈內業〉的轉化痕跡。而〈心術下〉沒有獨立的對工夫論與身體觀的討論，這些部分係將〈內業〉的相關文獻重構與刪節而來，而且被置於政治理論的脈絡之中，目的可能是為了對〈心術上〉作補充。¹⁰⁹上述《管子》三篇和某種與《老》、《莊》相關，後來並為《淮南子》所承繼的哲學文獻具有親族性，馬王堆的黃帝帛書亦屬於此家系，這個家系就是司馬遷、司馬談父子所說的「道家」。¹¹⁰具折衷色彩的《淮南子》論性，主張透過消除嗜欲達到對內在之性的保存，聖王可直接通達天道。當舉措所發皆以整全的自我本性為基礎時，則能動靜皆合於天道。此處可看到淮南王劉安門下對《老子》無為概念與《莊子·內七篇》無心概念的吸收。氣在這種天人合德的過程中發揮媒介的作用：當透過心的寧定以使本性浮現時，身外之氣亦能浸潤於全身。當植根於此性所發之行事合乎天道時，精氣自會產生於個體心中。¹¹¹

107 前揭文，頁611-612。

108 前揭文，頁618-620。

109 前揭文，頁627-628。

110 前揭文，頁628。

111 前揭文，頁636-637。

除了討論相因的環節，作者另外注意到中文學界較少留心的《管子》、《淮南子》身體觀區別：在《管子》中，情緒和欲望同樣都是需要被對治、消除的對象。《淮南子》固然主張消除欲望，但是情緒所發只要不是非自然，如強哭、強笑或是過度放任，基本上還是被認為自然人性的一部分。¹¹²

在另一本專著中，羅浩教授認為〈內業篇〉是現今所知最早的道家神祕主義實踐紀錄。¹¹³該書第一章討論〈內業篇〉的形成、學派歸屬、作者問題。第二章進行校勘與翻譯。第三章分析該篇內容。第四章分析該篇的冥契主義面向，並和《老子》、《莊子》、西方相關研究進行比較。第五章則討論本篇在早期道家中的定位。依照作者觀點，〈內業篇〉可劃分為工夫論的基礎、工夫的益處、氣的培壅以及結論四個區塊。其中的「正形」與「正四體」之說，是藉由穩固肢體的安坐以使心靈安定或意識集中，並挺直脊椎端坐使氣運行周身的修煉方式。其姿勢不僅可見於馬王堆出土〈導引圖〉，也與《莊子》的坐忘以及釋氏的結跏趺坐相同。¹¹⁴這種神祕經驗，和其他工夫型態如西藏密教、印度佛教所實施的步驟和證入的果境極為相似。道和精是〈內業篇〉兩個最重要的觀念，也可以說，精是道的「物質化」。¹¹⁵道是主體與之合一的對象，精是道於肉身中的呈現。¹¹⁶

在中國古代身體觀中，神既是氣的精緻狀態，亦是對工夫境界的描述。普鳴（Michael J. Puett）教授將其置於長時段的思想變化中作出解讀。作者的核心論點，是透過討論「神」字在古代思想史的脈絡，認為從殷商到戰國，神字意思的變化，是從原本外於人的某種超越性存在，到指涉某種凡人可自我聖化為神的內在本質。¹¹⁷該書第一章論述商王透過貞人的協

112 前揭文，頁638。

113 Harold David Roth, *Original Tao: Inward Training (nei-yeh) and the Foundations of Taoist Mysticism* (New York: Columbia University Press, 1999)；中文版見《原道：〈內業〉與道家神祕主義的基礎》，嚴明等（譯）（北京：學苑出版社，2009年）。

114 前揭書，頁109-110。

115 前揭書，頁42。

116 前揭書，頁134。

117 Michael J. Puett, *To Become a God: Cosmology, Sacrifice, and Self-Divinization in Early China* (Cambridge: Harvard University Asia Center, 2002).

助，向祖先及天帝卜問、祭祀等行為，以及周人對此觀念的容受。第二章討論儒、墨對祭祀行為的看法以及〈內業篇〉。作者認為〈內業篇〉的特殊，在其打破了從殷商以來所抱持，古代中國的人與神聖泉源的關係是種二元性的觀點，原本認為個人與神聖泉源的關係需透過儀式專家為中介的看法；在〈內業篇〉中，轉變為由於人身和萬物一樣，都是由氣所構成，所以透過工夫將身氣精緻化，自身就可與神聖同一，並可由此駕馭其他為不純之氣所構成的存在。早期需要透過儀式或中介，個人與神聖為二的觀點，至此成為一元論。但此看法在當時尚未廣泛傳布。¹¹⁸第三章認為《莊子·內篇》與《孟子》二書都主張天人之間存在某種彼此矛盾的張力。《莊子》一書以任物自化的方式解消此種矛盾；《孟子》雖被作為儒家道德形上學與工夫論的代表，但由於該書中的成德者並未被賦予任何實際上的優位，因此其實並未與神聖合一。第四章藉由《太一生水》與《老子》，說明透過工夫論，人可被整合進宇宙力量之內，在此情況中，任何透過占卜或祭祀企圖操控自然的舉措均無濟於事。¹¹⁹此處的主張看似與〈內業篇〉相似；但不同在於，《太一生水》與《老子》中，宇宙是種自發性的自然，其運作未和人的舉措產生聯繫。第五章說明在《莊子·外篇》、〈十問〉、〈遠游〉中，以傳說中的仙人務成子為範式，藉由放棄對世界理解的意圖，探討最精微的神如何永存的問題。¹²⁰第六章討論秦漢時期方士的活動與幾種不同的宇宙觀。第七章以討論《淮南子》的政治宇宙觀為主，該書第八章討論儀式在漢代的作用。

席文教授從科技史的角度出發，利用《呂氏春秋》、《靈樞》、《素問》等材料探究秦漢國體、天體、身體之間的關係時，則較關注古典知識人如何建構身體的概念。¹²¹他認為秦漢知識分子雖在言談中也論及人體，但其實對形軀結構不感興趣。他們對身體內部組織、臟器的認知方式是將其與理想的政治秩序比附，而非解剖學式的理解。¹²²與古希臘相較，古代

118 前揭書，頁118-119。

119 前揭書，頁163、198。

120 前揭書，頁223-224。

121 Nathan Sivin, "State, Cosmos, and Body in The Last Three Centuries B.C.," *Harvard Journal of Asiatic Studies*, 55, 1 (1995), pp. 5-37.

122 前揭文，頁12-13。

中國所用的身、體等單詞，涵蓋的範圍大於古希臘所用的soma一詞，後者僅指血肉體的部分。中國的「身」通常包括了品格或泛指全人，「體」一般指形軀或體現。「形」則指體態，其意含接近body之意。¹²³為何秦漢知識分子醉心於將國家與身體視為宇宙縮影的想法？他引述桂思卓（Sarah A. Queen）的成果，認為其目的在於探尋天意。在諸如〈月令〉、〈天官書〉等人事符天的行為指南中，藉由將個人行事規律納入朝廷禮儀的舉措，統治者亦因此參與了天意。藉由將身體轉化為小宇宙的過程，個別的身體滲透進原本是宇宙性的五行與季節圖示，從而使其變得有意義。¹²⁴

戴梅可（Michael Nylan）教授以《墨子》、《莊子》為對象，探討兩書中視覺與內在之德的問題。¹²⁵該文第一節引用大量科技史與醫學研究的成果，闡明視覺、思考、自我的關係。¹²⁶第二節介紹視覺在古希臘文化中的作用。她說明根據現存的希臘文獻，古希臘人最常討論視覺的三種情況：1.由疾病或年老導致的眼睛病變；2.某種視覺的神祕失衡；3.視線的變形。¹²⁷在分析墨家對光與視覺的討論中，她認為相較於古希臘人將注意力放在光線上，墨家對影子更有興趣。¹²⁸秦漢思想家大多以感官為判斷事物的標準，《莊子》則是將感官無效化。

齊思敏（Mark Csikszentmihalyi）教授根據傳世文獻、醫籍、地下材料，特別是郭店和馬王堆兩種《五行篇》，對儒家道德進行討論。¹²⁹《五行篇》、儒家道德等議題都是中外學界長期關注的題目，相關成果汗牛充棟，來者不易推陳致新。作者從學派交鋒的角度，將《五行篇》理解為儒門對其他學派質疑其道德沒有內在根源的回應。《五行篇》的成立吸納了其他思想家的相關理論，並非僅在儒家內部獨自發展。該書所謂的「儒」，也不是傳統以孔子為開山的學派，孔門事蹟只是儒學這個古老集

123 前揭文，頁14。

124 前揭文，頁30。

125 Michael Nylan, "Beliefs about Seeing: Optics and Moral Technologies in Early China," *Asia Major*, vol. 21, part 1 (2008), pp. 89-132.

126 前揭文，頁91-97。

127 前揭文，頁100-101。

128 前揭文，頁110。

129 Mark Csikszentmihalyi, *Material Virtue: Ethics and the Body in Early China* (Leiden: Brill, 2004).

團發展過程中的某個切面。儒者所說的道德，具有可分別性和存在感；如物質般形於外，可為他人官能所知覺。¹³⁰例如他將《孟子》的浩然之氣理解為「皓然」之氣，即體氣朗現於外的光輝，以及《五行篇》的玉色為聖人道德形於外的瑩潤感。

該書第一章藉由《論語》與《墨子》、《莊子》等文本，從學派內外兩方面分析儒者（Ru）道德論述產生的政治、社會背景。¹³¹第二章從道德心理學分析《五行篇》與子思的論說。作者認為《五行篇》的主旨，是關懷學者舉措如何本然直捷地合乎道德。¹³²第三章討論《孟子》的道德心理學與形氣關係。作者引用揚雄的注解，指出「晬」是陽氣充盈於身的狀態。這種體氣一方面是由對道德的培養而來，同時又可徵諸於聖人容色。¹³³第四章討論聖人身體通達於天的超越性。第五章對秦漢知識分子作品中道德的物質性進行分析，特別強調賈誼（200-168 B.C.）對《五行篇》與《孟子》的發展。最後三篇附錄包括對子思作品的梳理、重構和兩篇《五行篇》的譯註。作者認為在儒家論著系譜中，《孟子》將道德整合進人的生理機制，從而讓四端具有物質或準物質般的特色。以精、氣為動力，透過工夫修煉，可讓這種特色發於內而顯諸外，¹³⁴旁觀者所察覺到的，即是「君子之德如玉」的感受。透過與相書、醫籍、哲學文獻的參照，作者告訴讀者：在當時思想界中，這種陳述並非《孟子》的孤明先發，秦漢人原本就習於以面、目作為人身內在特質發散於外最重要的的通道。¹³⁵《五行篇》中，聖人的特殊能力是聽，他以此能洞悉眾人內在之情，也以聲音引發共同的情感、意志。¹³⁶作者比較了趙岐（?-201）、焦循（1763-1820）、理雅各（James Legge, 1815-1897）、劉殿爵（D. C. Lau, 1921-2010）等人的註解與翻譯，說明《五行篇》中的「金聲而玉振之」，其意並非習見的循序漸進的成德步驟象徵，而是指兩種不同樂器的同調和鳴。因此，當道

130 前揭書，頁5。

131 前揭書，頁13-14。從第15頁起，作者論及近年西方漢學界對「儒」的理解從Confucianism到Ru的轉變。

132 前揭書，頁66。

133 前揭書，頁155-156。

134 前揭書，頁127。

135 前揭書，頁130。

136 前揭書，頁169。

德發於聖人內在而作用於他人身上時，其準物質性的作用，如同某種樂器，對其他樂器產生影響。¹³⁷

經過各種方式精緻化的身體，與現實權力的關係為何？魯威儀（Mark Edward Lewis）教授認為，身體是種層級性的空間觀念。由小至大，分別是身體、家族、城市、區域而至天下，前者的空間被層層吸納進後者之中形成一個有序的整體，但仍在其中保有各自的差異性。¹³⁸雖然學者常以《莊子》、《孟子》等書作為討論身體的材料，但魯教授認為《論語》早已啟迪後學對身體觀的論述。孔門對身體關注的面向有三：1.儀式的意義與君子如何調節身體？2.身體如何使道德外顯？以及3.守禮的身體與社會秩序的關係。¹³⁹作者引述葛瑞漢（A. C. Graham, 1919-1991）的研究，認為主體性與個人性等問題被楊朱的「全生」闡發之後，身體的意義才得到進一步開顯。¹⁴⁰在第一次建立起身體中心觀的〈內業篇〉中，身體和工夫又被放在整體氣化宇宙論視野中討論。形軀作為心靈和宇宙的中介，是工夫對治的第一步。在〈內業篇〉提倡由外而內，以端正身體達成形軀的安寧之後，內心才會跟著湛然。另一方面，身體也是工夫效用的外顯場所。經由轉化體氣，四肢、感官都變得更加精敏。就儒家的相關理論來看，《孟子》的正氣，其作用猶如體內的水庫。透過洽當的蓄積、澆灌，不但可使肉身完美，且其作用可超越形軀的限制而向外擴散至宇宙。由此觀之，《孟子》的相關理論應是受惠於〈內業篇〉精氣說的影響。¹⁴¹

Robin Mcneal教授在討論《周書》時，¹⁴²注意到該書第六章到第十章，以及第三十二章，頗多能與秦漢道家、法家思想會通者。特別在第三十二章中，存在以人體為隱喻的筆法。根據他的譯解，該章結構可分成三個部分：第一個部分將政府的軍事與統治功能置於宇宙秩序之下。此秩序順著

137 前揭書，頁181-183。

138 Mark Edward Lewis, *The Construction of Space in Early China* (Albany: State University of New York Press, 2006).

139 前揭書，頁14。

140 前揭書，頁16。

141 前揭書，頁23-25。

142 Robin Mcneal, "The Body as Metaphor for the Civil and Martial Components of Empire in *Yi Zhou shu*, Chapter 32; With an Excursion on the Composition and Structure of the *Yi Zhou shu*," *Journal of the American Oriental Society*, 122, 1 (2002), pp. 46-60.

自然規律循環，亦為人身小天地之律則。個人身心的整合，一如四時與五行的恰當協調。第二段產生了以五將人體官能和組織單位類比的現象。如將手指和腳趾的各以五為數，與軍事組織以五人為基本單位的情況相比附。第三段則認為有效的軍事控制、恰當的文明支配，以及道德行為三者交織成理想的君主政體。由此，原本以人體生理機制為譬喻的文明與軍事的身體，便轉為帝王的道德性身體。¹⁴³

柒、結論

相較於中文學界的身體觀視域受到梅洛龐蒂（Maurice Merleau-Ponty, 1908-1961）啟發，研究重點主要在探究以氣為載體，透過工夫轉化，從而造成身心轉換的歷程；在對上述五種進路的分述中，則可看到西方研究者除了藉由相關文獻本身探究氣論外，其研究進路，主要以希臘傳統、哲學與宗教理論等三種資源為背景，帶著比較的眼光進行詮釋。對於當代西方研究者來說，儘管中國古典知識人對身體圖式的想像與柏拉圖（Plato, 428-347 B.C.）以降身心二分的傳統不同，但古希臘仍然是一個活力豐沛的「他者」，特別是古希臘文獻中對身體個別感官作用的詳細描述，與古典中國思想家認為感官為一氣所瀰漫的整體認識基調不同。此外，得益於比較哲學與神學的啟發，西方學者分別從身體、己、誠等關鍵字與西方觀念對照，並從聖徒傳的研究進路，探究古典中國的理想身體在日常生活與經典閱讀中如何能夠得到證成。從這一點回頭探看中文學界在討論成德之學與身體的關係時，關注重點則在個人氣質轉化如何帶動主觀境界的翻轉與提昇，較少討論個人的身體在群我關係中的展現姿態。

還可以思考的是，當學者從氣論的角度，言說古典身體觀的「身心一如」或「身體的氣化」時，其意大抵指涉原本肉身與心的生理雙元構造轉換為身心互滲架構，也就是形軀的精神化模式。但如同上文中《五行篇》本文所顯示的，對秦漢知識人而言，隨著成德工夫而來，此身除了心氣的

143 前揭文，頁54-56。

相互轉化外，還展現出美玉般的物質性向度。對於此種認為肉身與道德具有物質性內涵的意義，及其說在思想史中的反響與流變，或可再進一步探究。