

齊齊認識道家思想！



# 沉魚落雁

《莊子·齊物論》（節錄）

# 沉魚落雁

## 語意

形容女子容貌

美麗出眾。

褒義。

背景:書中記載兩人正在討論「萬物是否有共同標準」的問題

毛嫱、麗姬，人之所美也；  
魚見之深入，鳥見之高飛，麋鹿見之決驟。  
四者孰知天下之正色哉？

《莊子·齊物論》（節錄）

毛嬙、西施是世人認為最美的；  
毛嬙、麗姬，人之所美也；

(但是)魚見了就躲入水底，鳥見了就飛向高空，  
魚見之深入，鳥見之高飛，

麋和鹿見了就快速奔跑。  
麋鹿見之決驟。

四種動物 誰知道天下美色的標準呢？  
四者孰知天下之正色哉？

# 討論問題

甲、毛嬙、麗姬予「人」怎樣的感覺？

美

乙、毛嬙、麗姬予「魚」、「鳥」及「鹿」怎樣的感覺？

可怖

丙、這個故事有何寓意？

魚、鳥看見世人公認的美人  
卻趕緊潛水高飛。

可見世間無絕對標準。



# 討論問題

為何世間如此多爭執？  
(試就沉魚落雁故事闡述之)

# 人類與動物對「美與醜」的準則完全不同



- 各人對事實不同的態度
- 世事亦如是，各人有各人的偏見
- 面對萬物時不免以自己需求為中心
- 無法達成絕對的共識



## 世間產生紛爭

# 是非黑白？

羅賓漢

表：偷盜搶劫，無惡不作

裏：劫富濟貧，行俠仗義

綜合上述兩者才能得到事實的全部

- 有人會將「偷盜」與「罪惡」劃上等號
- 避免先入為主
- 存在灰色地帶
- 有如生活中各種瑣事，無分絕對的對錯

# 如何減少紛爭？

打破先入為主的偏見

消除絕對標準

# 感到悲痛時

可能只是著眼於其中一角  
倒不如放鬆心情，轉換角度  
也許能覓得另一番啟發～  
尋找到真正的快樂！

---

---

# 莊周夢蝶

《莊子·齊物論》（節錄）

# 莊周夢蝶

昔者莊周夢為胡蝶，栩栩然胡蝶也。

自喻適志與！不知周也。

俄然覺，則蘧蘧然周也。

不知周之夢為胡蝶與？胡蝶之夢為周與？

周與胡蝶，則必有分矣。此之謂物化。

《莊子·齊物論》（節錄）

---

晚上莊周夢見自己變成蝴蝶，  
昔者莊周夢為胡蝶，

栩栩然胡蝶也。

自喻適志與！



---

---

不知道自己原本是莊周。 不知是莊周夢變成蝴蝶，  
不知周也。 不知周之夢為胡蝶與？

突然間醒過來，  
俄然覺，

還是蝴蝶夢中變成莊周呢？  
胡蝶之夢為周與？

驚惶間方知原來自己是莊周。  
則蘧蘧然周也。



思考問題甲：

莊周夢中的蝴蝶

有何特點？

思考問題乙：莊周夢到蝴蝶

正是心靈怎樣的表現？

莊周夢到自在飛舞的蝴蝶

正是心靈快意適志的表現。

思考問題丙：

你認為莊周和蝴蝶有何區別？

莊周和蝴蝶，則必定有分別的。

周與胡蝶，則必有分矣。

(莊周與蝴蝶)這種轉變就叫「物化」

此之謂物化。

分：

每個個體生命千差萬別

聯繫〈齊物論〉要旨解釋

化：變化

莊周通過夢境，打破了彼此的區別

個體生命縱有千差萬別，  
但在宇宙大生命中總有內在聯繫，  
不斷流轉變通

莊子站在感性同通的角度看待萬物，

放下彼此之間的區別

「鯉」可變為「鵬」，

莊周可變成蝴蝶



大家還記得

〈始得西山宴遊記〉中「與萬化冥合」嗎？

柳宗元放開得失的區別，與自然萬物融為一體

# 感悟

- 人之所以不自由，表現於人時時刻刻劃分是非、大小、你我的區別。
- 人未能察覺生死、榮辱得失、你我、大小俱為一體。

〈莊周夢蝶〉有何啟發？

批評讚賞

朋友敵人

榮辱得失

找不到

到

出

口

成與敗

比較

放下區別，  
安於變化之中，  
自得其樂！

謝謝聆聽 ✨