

陶淵明的生死觀——一個中國人面對死亡的態度

李鳳儒

國立臺北教育大學生命教育碩士學位班研究生

一、前言

西方實存哲學大師海德格在其著名的著作《存在與時間》¹中提到：人有「向死存在」的特性。正因為人必然趨向死亡，故才彰顯了實存的自由，這意味著人因為對於死亡的終極關懷而產生對於人生終極意義的追求，又因對人生終極意義的追求而有了終極存在的體認（傅偉勳，1998）。

而在傅偉勳（1993）教授的另一著作中《死亡的尊嚴與生命的尊嚴》中更進一步提到「道家的生死觀」，他認為老子以「各歸其根」來闡述其對死亡的看法，從「道法自然」與「道常無為而無不為」²的角度來看，個體的死亡本就是自然無為的生滅循環中的現象，死亡如同落葉歸根一般，是回歸天道本根的歷程，所以有何需要懼怕？莊子則更為豁達，他對於「生」「死」有著莫大的興趣！同時也以氣之生聚來說明生死，個體的死生可看成天地元氣的聚散，是自然而來，自然而去，所以莊子說「造化」或「物化」，以為死不過是形體的變化，何必執著於「生」？須了解這一切都是自然必然的物化推移，又何來的死化之悲？

這樣的一個思想形成過程在陶淵明身上尤為明顯。陶淵明身體秉氣羸弱，在詩文中屢屢提及「負痾頽簷下，終日無一欣。藥石有時閒，念我意中人」、「弱質與運頽，玄鬢早已白」及

「氣力漸衰損，轉覺日不如」³等等描述，所以身體的病痛及老去帶給他的感傷尤深。

這樣一個身體由盛轉衰的「化」，則讓他意識到時間的本質實在於生命，是人得以享樂、實踐理想的憑藉，而每個人的時間都在面臨死亡來臨的那一刻宣告終止，此亦即生命的長度（李天祥，2007）。

所以「死亡」雖是每個人必須面臨的生命終點，但對生命有自覺的人，必會因時間的消逝而產生焦慮，透過這樣的焦慮感反往促使人更加深層思考生命存在的意義，以及思索面對死亡是否有解脫之道？對陶淵明而言，道家所認為的生死觀恰巧為他帶來的解套之道。

二、意識到生命之有限性

而面對生命流逝的焦慮感，陶淵明表現於對衰老的感嘆，同時也是對「時間」焦慮不安的表現，就如他於〈與子儼等疏〉中所言「天地賦命，生必有死；自古聖賢，誰能獨免」以及「從古皆有沒，念之中心焦」⁴，這樣一個憂懼的心境，與〈雜詩〉前八首中的傷老情懷相呼應。從「盛年不重來，一日難再晨」〈其一〉、「日月擲人去，有志不獲騁」〈其二〉、「日月有環周，我去不再陽」〈其三〉，到「弱質與運頽，玄鬢早已白」〈其七〉，這其中反覆吟詠的都是感歎盛年不再、

氣力衰損、死亡不遠的消沉寂然的心理，傷老眷昔的情緒，濃濃的充斥於詩句之中（齊益壽，2016）。詩人對時間流逝所觀察到的是「天地長不沒，山川無改時。草木得常理，霜露榮悴之。謂人最靈智，獨復不如茲」〈形影神，形贈影〉，人的生命反不如草木之循環不已，是淺薄而有限的，所以他說「寓形百年，而瞬息已盡」〈感士不遇賦，序〉，人的這一生，對詩人的體悟來說，竟然只是「寓形」而已（李天祥，2007）！

時間的無限性對照生命的有限性，促使人更深刻體認應把握有限的生命來完成生命的存在意義，並以此突破死亡的限制。

三、「精神的死亡」所帶給陶淵明的重生

肯內斯·克拉瑪（2009）在《宗教的死亡藝術》這本書中曾說：「精神死亡是一種自我轉化的經驗，是一種克服死亡恐懼的經驗。」他同時還認為透過這樣的一個過程，人們得以體驗到覺悟，並因此從死亡中獲得解脫。所以對生命有限性的體悟所帶來的焦慮感，讓陶淵明反而深切體認到存在的真實感，這便像肯內斯·克拉瑪所提的「精神的死亡」，反映在陶淵明的身上，他曾想在有限的時間中立功、立名，然而在多年的仕隱矛盾生活中，他發展出自己獨特的「運命觀」。陶淵明雖在〈祭程氏妹文〉中提到「我聞為善，慶自己蹈；彼蒼何偏，而不斯報」似乎有佛教因果循環，善惡有報之想法，但於〈飲酒其二〉中

云「積善云有報，夷叔在西山。善惡苟不應，何事立空言」可看出陶淵明對此說法是未必採信的，對他而言，「萬化相尋繹」⁵才是他認為人體驗生命的情境，故以不喜不懼、不憂不疑的態度來體現現世人生的價值，才是陶淵明所認為人即生可證成，並以此面對生命的自然態度（蔡瑜，2012）。

至此陶淵明已試圖從生命中尋找出面對死亡之方，亦即「甚念傷吾生，正宜委運去，縱浪大化中，不喜亦不懼」〈形影神組詩中之神釋〉，這與老子所謂的「各歸其根」有著異曲同工之妙，皆視生死為一自然的過程。然對陶淵明而言，要從自身根深蒂固的儒家思想中過渡至這樣的一派「自然」，又有其思想上的歷程。

四、〈形影神〉組詩中的生命層次

而這樣一個思想形成的過程，可從陶淵明著名的組詩〈形影神〉中可窺一二。詩中他將生命分成形、影、神三個層次，並從中闡述自己對於生命問題思索後的答案，故詩序明言「貴賤賢愚，莫不營營以惜生，斯甚惑焉！故極陳形影之苦，言神辨自然以釋之。好事君子，共取其心焉。」從這序言中亦可看出陶淵明試圖從肉體的毀壞中，在有限的生命中思索精神上的超脫，陶淵明在〈形贈影〉中寫道「天地長不沒，山川無改時。草木得常理，霜露榮悴之。謂人最靈智，獨復不如茲！」極言生命之短暫，從物質意義上來看生命之短暫，死後則歸於空無，於是只剩下生前的即時享樂

（錢志熙，1997）。但這是陶淵明所希冀的嗎？他在〈影答形〉中做了更進一步的思索與探討，他說「存生不可言，衛生每苦拙。誠願遊崑、華，邈然茲道絕。」此否定了「形」及時行樂的概念，也認為求仙長生之術乃邈不可得，那人究竟該如何面對生死之大限呢？「身沒名亦盡，念之五情熱。立善有遺愛，胡可不自竭？」透過垂名後世，來追求生命行為的價值，亦透過「立名」來突破身死形滅之極限。但久居園田中，環境中的「自然」與陶淵明的「質性自然」交互作用下，他漸漸領悟出歸隱園田後讓生命的本真狀態自然呈現出來，才是化解生命困境的方法，所以〈飲酒詩〉中他說「衰榮無定在，彼此更共之……寒暑有代謝，人道每如茲。達人解其會，逝將不復疑」〈其一〉、「有酒不肯飲。但顧世間名……一生復能幾。倏如流電驚。鼎鼎百年內。持此欲何成。」〈其三〉，及「雖留身後名。一生亦枯槁。死去何所知」〈其十一〉，在在闡述自己發覺「名」與「成」在死亡面前已顯得不足道，因此在〈影答形〉之後，他又以〈神釋〉來表達自己體悟後的所得，並以此突破形及影的限制。

陶淵明〈神釋〉中所追求的生命境界，近似於莊子的生命思想，乃是「不以好惡內傷其身，常因自然而不益生」〈德充符〉，故說「甚念傷吾生，正宜委運去。」莊子亦言「安時而處順，哀樂不能入」〈大宗師篇〉、「遊乎萬物之所終始」、「通乎物之所造」〈達生篇〉⁶，這也就是陶淵明所認為的「縱浪大化中，不喜亦不懼。應盡便須盡，無復獨多慮」。

五、以「任化知命」為面對死亡的態度

以〈形影神〉這組詩來看陶淵明對於死亡的態度，可發覺他正是以《莊子》哲理為基礎來開展的生死世界（蔡瑜，2012）。他在〈自祭文〉中提到「茫茫大塊，悠悠高旻，是生萬物，余得為人。」正是與〈莊子·齊物論〉中「天地與我並生，而萬物與我為一」⁷的概念相呼應，認為人之生乃源自於大地造化之功，隨著天地自然運行與變化，人稟受大塊之氣而生，死後又回歸於大塊，這原就是自然之理（何曉敏，2005）。

同樣的莊子認為生與死的關係是「生也死之徒，死也生之始。孰知其紀？人之生，氣之聚也。聚則為生，散則為死。」⁸，這在陶淵明的詩文中屢屢可見相似的想法，他就說過「魂氣散何之，枯行祭空木」〈挽歌詩其一〉、「死去何所道，託體同山阿」〈挽歌詩其三〉及「客養千金軀。臨化消其寶。裸葬何必惡。人當解意表」〈飲酒詩其十一〉，因為生命已在死亡之中，同樣的死亡亦在生命之中，也可以說在莊子的想法中，生死本為一體，死亡的過程乃是自然而必要的，是由有意識、有生命的軀體轉變為無意識、死亡的軀體的歷程（肯內斯·克拉瑪，2009）。

最後再來看陶淵明的〈神釋〉，便可發現其中除了包含自身對生命思考後的所得外，陶淵明更是以此提出解決人生困境的方法，因此羅大經《鶴林玉露》卷十五贊道：「『縱浪大化中』

云云，乃是不以死生禍福動其心，泰然委順養神之道也，淵明可謂知道之士。」⁹究歸其言，陶淵明的「委運順化」正是與莊子思想中「故聖人將遊於物之所不得遯而皆存。……而一化之所待乎！」¹⁰隨物遷化方能逍遙無待是相契合的。正因為隨順任化，無所違逆，故能執守事物變化的樞紐，進入到「不喜亦不懼」的境界（程磊，2010）。

對於泯除生死界線，陶淵明採取的是視「生死如一」的態度，並以此來回顧此生存有之時，發覺人若過分執著於享樂或名聲，反倒如同一條無形的繩索綑綁住自己的人生，唯有「任化知命」方能化解人對於死亡的恐懼。

六、結語與建議

道家是傳統中國思想中很重要的派別，因此其中對於生死的思維，勢必也影響著各朝代的文人們。陶淵明所處時代正是受老莊思想影響深遠的時代，則其生死觀無可避免的受其影響，本文試圖以陶淵明的生死觀來說明中國傳統思想文化中的道家思想，如何以一種較不具有強烈的宗教超越性，來面對死亡來臨時的態度。這是一種對於死後之世界不加以評論的思想，因此不若一般宗教認為死後有靈，而建構出一套死後世界的說法；亦不像儒家思想中的避談死亡，正所謂「未知生，焉知死」。道家思想中以一種與天地萬物同壽的概念來面對死亡，此種思想在陶淵明的身上可獲驗證。

陶淵明透過身體的病痛感受到面對死亡將至時的焦慮，又企圖從死亡焦慮中思索如何突破死亡的威脅，所以他重新思索生命的意義，曾經他嚮往儒家思想中以「立善名」來突破死亡的限制，但後來他領悟出「身沒名亦盡」，所以在〈形影神〉組詩中可看出〈形〉滅對死亡的憂慮到〈影〉企圖以善名突破死亡的限制，最終在〈神釋〉中可看出他仍回到他一貫的「任真」態度來面對死亡，以死生一體的概念來做為解決面對死亡焦慮的方法。

而陶淵明這樣一個思索死亡、思索人生意義的歷程也正是現代人所會歷經並可做為借鏡的參考，回到教育現場，陶淵明的生死觀恰可以成為生命教育的典範。朱榮智（2001）曾提及生命教育意在指引人生，亦即探討人要怎麼活、人要如何看待死亡，以及人生的意義與價值何在等課題。這樣的看法也正是高中生命教育的三大議題領域-「終極關懷與實踐」、「倫理思考及反省」，與「人格統整與靈性發展」中的核心思想，此三者不僅符應孫效智（2001）所提出的「人生三問」¹¹，也與陳錫琦（2013）所提出的「生命智慧」、「生命關懷」、「生命實踐」¹²若有相合之處。

生命教育中包含了人由生到死之間種種價值觀的探討，其中亦包含了死亡教育。可惜由於人對於死亡後的未知與恐懼，使得死亡教育這部分該怎麼教，又該使用怎樣的教材才適當，一直備受爭議，這也使得現場教育者在實施死亡教育上遭遇困難。陶

淵明是國高中國文課文中會介紹的作者之一，藉由探討陶淵明面對死亡的态度，及他面對生命存在意義時的思考，在在的都可提供給生命教育甚至是死亡教育，作為一個很好的輔助教材，成為可供討論的範例。所以，希冀透過本文對於陶淵明生死觀粗淺的介紹，能提供做為一生命教育可使用的教材。

參考文獻

- 老子（著），王弼（注），樓宇烈（校釋）（2008）。老子道德經校釋。北京：中華書局。
- 朱榮智（2001）。孔子的生命教育思想。教育資料集刊，26，81-94。
- 何曉敏（2005）。生與死、出與處的雙重突圍-陶淵明生命觀及其詩文生命主題之探微。黃岡師範學院學報，25（4），24-28。
- 李天祥（2007）。陶淵明詩文中的時間焦慮。清華中文學報，1，211-244。
- 莊子（著），郭象（注），郭慶藩（集釋）（1994）。莊子集釋。臺北：華正書局。
- 陳錫琦（2013）。十二年國教生命教育課程概觀與反思。國民教育，53（3），1-6。
- 傅偉勳（1993）。死亡的尊嚴與生命的尊嚴-叢林中精神醫學到現代生死學。臺北：正中書局股份有限公司。
- 傅偉勳（1998）。生命的學問---生死智慧與宗教解脫。臺北：生智文化事業有限公司。
- 程磊（2010）。論陶淵明的價值選擇與生命境界-以〈形影神〉為例。山西師大學報，37（6），75-78。
- 齊益壽（2016）。黃菊東籬耀古今：陶淵明其人其詩散論。臺北：國立臺灣大學出版中心。
- 劉小楓（1988）。拯救與逍遙。上海：上海人民出版社。
- 蔡瑜（2012）。陶淵明的人境詩學。臺北：聯經出版社。
- 錢志熙（1997）。唐前生命觀和文學生命主題。中國大陸：東方出版社。
- 羅大經（1983）。鶴林玉露。北京：中華書局。
- 龔斌（2011）。陶淵明集校箋(修訂本)。上海：上海古籍出版社。
- 方蕙玲譯（2009）。宗教的死亡藝術（Kenneth Paul Kramer原著，1988出版）。臺北：東大圖書公司。
- Kenneth Paul Kramer. (2009). *The Sacred Art of Dying-How World Religions Understand Death.* (Fang H. L. Trans.). New Jersey: Paulist Press. (Original work published 1988)

- 陳嘉映、王慶節譯（2006）。存在與時間（Martin Heidegger原著，1962出版）。北京：三聯書店。
- Martin Heidegger. (2006). *Being and Time*. (John Macquarrie & Edward Robinson Trans.). New York:Harper,. (Original work published 1962)

附註：

- 馬丁·海德格爾認為「死亡」是人的終極狀態，同時人的存在是具時間性的，當人在「面對死亡的存在 (being-towards-death)」時將使現世所有的東西都喪失掉原有價值。此時人反而能思考存在的本質，而去追求「本真」的存在狀態。參見 Martin Heidegger, *Being and Time*, John Macquarrie & Edward Robinson Trans. (New York:Harper, 1962). 中譯本：海德格爾著，陳嘉映、王慶節譯，《存在與時間》（北京：三聯書店，2006）。
- 王弼(注)，樓宇烈(校釋)，《老子道德經校釋》（北京：中華書局，2008）。以下所引王弼注《老子》皆據此本，只註書名、頁數。以上分見〈老子·十六章〉，頁35、〈老子·三十七章〉，頁90。
- 本文中所引之陶淵明作品皆參見龔斌以下將不再註明出處。以上分見〈示周續之祖企謝景夷三郎〉，頁90、〈雜詩其七〉，頁301、〈雜詩其五〉，頁296。《陶淵明集校箋修訂本》（上海：上海古籍出版社，2011）。
- 同註2，分見〈與子儼等疏〉，頁466、〈己酉歲九月九日〉，頁215。
- 同註2，分見〈祭程氏妹文〉，頁475、〈飲酒其二〉，頁228、〈己酉歲九月九日〉，頁215。
- 郭象（注），郭慶藩（集釋），《莊子集釋》（臺北：華正書局，1994）。以下所引郭象注《莊子》皆據此本，只註書名、頁數。以上分見〈莊子·德充符〉，頁221、〈莊子·大宗師〉，頁260、〈莊子·達生〉，頁634。
- 同註5，見〈莊子·齊物論〉，頁79。
- 同註5，見〈莊子·知北遊〉，頁733。
- 宋·羅大經，《鶴林玉露》（北京：中華書局，1983），頁92。
- 同註5，見〈莊子·大宗師〉，頁244。
- 所謂生命教育，是以「人生三問」亦即人生三個最根本的問題為概念架構而展開者：人為何而活？應如何生活？要如何才能活出應活出的生命？這三個問題涉及人生終極目標的確立、通往目標之道路選擇，以及知行合一的生命修養。探索、體驗、反思這三個問題及其間關係，並將所得內化為生命智慧，啟發良知良能，從而提升生命境界，即為生命教育之內涵與目標。孫效智（2001年4月）。生命教育的內涵與實施。《哲學雜誌》，35，4-31。

12. 陳錫琦教授提出「生命智慧」是指關懷生命本體，進而悟證生命本體，安住生命本體，找到生命存在的理據，活出個人意義。「生命關懷」則是指依體起用，以生命一體的同體感受，發起不分親疏的生命關懷，使得體證生命本體，活出各

自的生命意義來。「生命實踐」是指透過心的覺醒與實踐，直觀生命現象，安住生命本體。陳錫琦（2013）。十二年國教生命教育課程概觀與反思。《國民教育》，53（3），1-6。

