

《墨子》身體觀探研 ——以「修身」為核心

王介成*

摘要

本文旨在從「修身」概念出發對《墨子》的身體觀進行探研。首先本文指出，《墨子》的身體乃由「形—心—氣」構成，此合於先秦諸子對人身體之理解。形即形軀；心則首重其認識義，同時也與「善」、「愛」、「志」、「性」有所關聯；氣在《墨子》中雖未具理論規模，但氣會隨志而現亦是我們了解〈所染〉的關鍵。基於這樣的身體形構我們可看出，《墨子》所修之身並非僅是生理形軀之身，而是一身心合一之身，透過修養（做工夫）學者的身心形態得以發生轉化。本文以為，所謂工夫不單限於內在的心性修養，只要能使人的思想、行為有所改變，無論是由內而外或由外而內的方法皆可稱為工夫。據此本文從《墨子》中析理出「去」、「反之身」、「立志」、「力事」、「學」、「辯」六種工夫。最後本文發現，《墨子》修身的目的與理想是成就墨家式的人才為天下興利除害，這樣的身體則內含「知無欲惡之身」、「力勇之身」與「交利之身」三種身體向度，此三種身體共構成《墨子》身體觀的最高理想。

關鍵詞：《墨子》、《墨經》、身體觀、修身、兼愛

* 王介成，國立臺灣大學哲學系博士生。

投稿：107年7月24日；修訂：107年9月20日；接受刊登：107年10月2日

On the Concept of Body in the *Mozi*: With Emphasis on Self-Cultivation

Chieh-Cheng Wang*

Abstract

This essay aims to discuss the concept of body in the *Mozi* through the investigation on self-cultivation. First of all, this essay tries to indicate that the body in the *Mozi* is constructed by ‘*xing* (形, “body”) — *xin* (心, “heart”) — *qi* (氣, “energy”)’ which is in accord with the Pre-Qin thinkers’ understanding to the body. While *xing* refers to the flesh-bloody part of human being, the concept of *xin* focuses on the aspect of cognition and is closely related to the concept of *shan* (善, “goodness”), *ai* (愛, “love”), *zhi* (志, “will”) and *xing*. Despite the concept of *qi* has not been fully developed in the *Mozi*, it remains significant in understanding *On Dyeing* (〈所染〉). Based on this framework on the body, we could assert that the cultivated body which implied in the *Mozi* is not merely a physical body constituted by flesh and blood, but an integration of mind and body. Through the cultivation (*gong-fu* 工夫), the physical-mental state of the practitioners will then begin to transform. This essay reveals that the domain of *gong-fu* should not be restricted in the immanent cultivation of *xin-xing* (心性, “mental disposition”). Regardless of using the approaches of inside-out or outside-in,

* PhD Candidate, Department of Philosophy, National Taiwan University.

any practice could change one's thought and behavior could be regarded as "gong-fu". Thus, this essay generalizes six kinds of *gong-fu* from the *Mozi*, namely *qu* (去, "removing"), *fan-zhi-shen* (反之身, "self-reflecting and self-justifying"), *li-zhi* (立志, "determining"), *li-shi* (力事, "performing one's duty"), *xue* (學, "learning") and *bian* (辯, "debating"). This essay concludes that the purpose of self-cultivation on the *Mozi* is to establish an ideal model of Mohism, so as to promote benefits and eliminate harms for the society. This interpretation of body complies with three dimensions, which are *zhi-wu-yu-e-zhi-shen* (知無欲惡之身, "the body with intelligence neither desiring nor disliking anything"), *li-yong-zhi-shen* (力勇之身, "the body with power and bravery") and *jiao-li-zhi-shen* (交利之身, "the body with mutual aid").

Keywords: *Mozi*, *Neo-Mohist Canons*, body concept, self-cultivation, universal love

《墨子》身體觀探研 ——以「修身」為核心*

王介成

壹、前言

自九〇年代以降，許多學者開始以「身體」作為先秦思想研究之切入點。此舉不單開拓先秦思想研究之新視野，亦豐富、深化了對先秦思想系統與內涵之詮釋。¹迄今而論，多數學人對身體觀之研究，其核心仍鎖定儒、道二家。²其原因在於，儒、道二家思想仍為現今中國哲學研究之要角；再者，儒家所論之「省身」、「踐形」、「美身」；抑或如道家之「無身」、「心齋坐忘」等概念，都較易同身體觀發生聯繫。然，作為足以同儒家分庭抗禮之先秦顯學——墨家，不僅隨朝代更替退出學

* 本文初稿曾在 106 年 5 月 26 日於國立臺灣大學哲學系研究生哲學論文發表會發表，非常感謝與會學者給予多方修改意見，筆者受益良多。另外亦感謝本刊兩位匿名審查人提出之批評建議，使本文減少缺失。

¹ 黃俊傑（2002）透過對四本著作之評述簡檢出彼時以「身體觀」為研究向度的新成果，其中使身體範疇受到重視且積極推廣的主要貢獻者首推楊儒賓（1993；1996）。

² 《中國古代思想中的氣論及身體觀》收錄多篇論及儒、道身體觀之著作，而對儒家身體觀做出最全面且深入考察者，可參楊儒賓（1993）。晚近對道家身體觀（特別是老、莊）開發者之代表有丁亮（2006）、賴錫三（2012）等學者。另一方面，蔡璧名（1997）的研究主軸乃《黃帝內經素問》，但其在闡釋時也不斷援引儒、道二家之說與《黃帝內經素問》相互參照。

術主流行列，其隱而未揚之身體觀，即使至現代究其實情者亦寡。³楊儒賓對「身體觀」的研究向度曾有如是看法：

從氣—身體角度詮釋先秦漢初思想，無疑可補充以心性論為中心的思想史詮釋體系……隨著不同關懷的解釋之興起以往被視為小道，甚或旁門左道的思想也慢慢地受到了重視，即以先秦思想史為例，《墨經》、《管子》……陰陽家等，已逐漸取得發言權。這些典籍提供的對於人身或宇宙的理解，或許不盡符合儒道兩家的軌道，但無疑也自成一種理路。(1993：59)

要言之，其一，以身體觀作為研究切入點，並非欲揚身抑心或以身代心，而是補充傳統以心性論為重的詮釋體系，擴延中國思想研究的豐富性與多樣性；其二，先秦各家或許都藏有對身體的各自理解。不單如此，楊氏所言之「氣—身體」互滲概念於先秦文獻十分易見，如「氣，體之充也」(《孟子·公孫丑上》)或「人之生，氣之聚也；聚則為生，散則為死」(《莊子·知北遊》)，這都表明「氣—身體」的思想或許是當時共同生活背景，也是諸子學說共同的深層底蘊。(1993：3-37)⁴回到《墨子》來看，其論及身體處甚多，就連「氣—身體」互滲的概念雖未有理論規模卻也素樸地展現，然對此論題之研究至今仍未深化。因此，筆者嘗試以「修身」為核心，挖掘與詮釋隱陷在《墨子》中的身體觀與其論述。

³ 據目前可見研究成果，與《墨子》身體觀相關的學位論文僅劉芝慶(2009：79-86)、齊林華(2013：70-75)。期刊論文僅李雷東(2009)、Carine Defoort(2015)。以上文獻雖皆未對《墨子》身體觀做細緻深入的梳理，但或多或少給予筆者進一步探研的線索。然值得關注的是，蕭宏恩(2018)是中文學界首先深入分析《墨子》身體觀之學者，筆者於初稿修訂過程中亦受其啟發，於此特以致謝。

⁴ 此外史華慈(B. I. Schwartz)也曾表示，「氣」概念是戰國時期的「公共話語」(common discourse)。(2013：234)

「修身」概念在先秦思想相當重要，而《墨子》直以〈修身〉為篇名，這在先秦諸子文本乃首見，亦可看出其對此概念之重視。⁵從修身出發，吾人可再進一步探問：「身」的內涵為何（由什麼構成）？《墨子》的「修」涉及什麼內容？修身之目的何在？人身又可達至何樣的理想形態？更擴大點來看，《墨子》身體觀有什麼可與諸子互通又有什麼實具獨特性？這些皆本文餘下要處理的問題。在原典選用部分，因歷來注者在句逗、改字、訓釋上有分歧造成詮釋差異（尤其是《墨經》），故本文以孫詒讓之《墨子閒詁》（2009）、王讚源主編之《墨經正讀》（2011）為底，在盡可能不改字的前提下嘗試析理《墨子》之身體觀。

貳、由「生」而見的身體結構——形、心、氣

《墨子》言及身體處甚多，如手、耳、目、口、鼻、股肱等，然這些都僅涉及可見的外在形軀。深入分析後可發現，《墨子》中對身體的主要形構實有形、心、氣三大向度。不過這並非《墨子》獨有，以形、心、氣描述人的身體結構先秦典籍中時有所見，只是各家論述之深度及內涵不盡相同。⁶底下即依此三向度進行討論。

⁵ 孫中原曾表示：「《墨子·修身》在全書排序第二，立意是論證修養身心，自我修養的重要性，把修身看作人生道德完善的根本，成就賢士、君子和聖人的途徑。」（2011：2）

⁶ 孟子的心、氣、形的理論架構可視為儒家身體觀的或身心觀的共相；他同時與道家、醫家設想的身體觀有重疊的成分。（楊儒賓，1996：4）

一、由身體論「形」

《墨子》中明言「身體」共五處，⁷但其身體連用的方式似僅指涉人的可見形軀，包括人的頭、軀幹、四肢及骨骼臟器等。但涉及「生」之定義時，身體的重要性則被凸顯：

生，形與知處也。（〈經上 22〉）

生：盈之生，商不可必也。（〈經說上 22〉）

形即身體，知即知覺或認識能力，同時擁有身體與知即為生。但生命的出現未有必然性，生命現象也非恆久不變，因形與知皆處於變動發展中，就像商業行為充滿不必然可預測的變化性。⁸此條是《墨子》對生命發生的界定，我們的「形」（身體）與「知」必須共存才構成生，生也意味人的存在或自我呈顯。

接續，雖然形可直接指涉身體，但若將「身」、「體」分論可發掘更豐富的意涵。「身」最基礎的意涵是指我們的可見形軀，如「作為衣服帶履，便於身」（〈辭過〉）。另一方面，如「若能身捕罪人，若告之吏，皆構之」（〈號令〉），此身作親身、親自解；又如「……功成名遂，名譽不可虛假，反之身者也」（〈修身〉），此身可作親身、自我、身體力行解。是故《墨子》言身，其意涵有可見形軀、親身、自我、身體力行，但這些都需伴隨「生」而有的「知」才得以發生。

⁷ 「故聖人之為衣服，適身體和肌膚而足矣」（〈辭過〉）、「單財勞力，畢歸之於無用也，以此觀之，其為衣服非為身體……」（〈辭過〉）、「且夫仁者之為天下度也，非為其目之所美，耳之所樂，口之所甘，身體之所安，以此虧奪民衣食之財，仁者弗為也」（〈非樂上〉）、「衣服不美，身體從容醜羸，不足觀也」（〈非樂上〉）、「有游於子墨子之門者，身體強良，思慮徇通，欲使隨而學」（〈公孟〉）。

⁸ 高亨釋「商」為「常」並曰：「人之生也，常不可定，今日生而明日或死……。」（1970：44）但本文認為商字不改仍通，因為〈經說〉核心乃在指出生命現象的變化進而以商業行為的變動不居性來類比，參姜寶昌（2009：28）。

「體」在《墨子》中意義更為紛雜。如同「身」，「體」也意指可見形軀，⁹此外「體」的其它意義又如下：

體，分於兼也。(《經上 2》)

體：若二之一，尺之端也。(《經說上 2》)

此文釋義諸家無重大分歧，皆以「兼」為整體，「體」為部分，就像一條線做為整體是由許多部份的點構成。¹⁰

在論及「仁」的概念時，《墨子》同樣使用「體」對其進行界定：

仁，體愛也。(《經上 7》)

仁：愛己者，非為用己也。不若愛馬。(《經說上 7》)

這邊的體若視為部分，仁則會被釋為部分的愛，此與《墨子》兼愛思想明顯扞格，故應釋為體會、設身處地或以身體之。引文即指一種從個人感受出發、視人若己且將對方看作目的本身而非手段的愛。

相似的用法另可見：

於所體之中，而權輕重之謂權。權，非為是也，亦非為非也。權，正也。(《大取》)¹¹

此處「體」可釋為體察、體會或體認，故可釋為在體察到的事態中，權衡其輕重謂「權」。「權」無關是非，而是為求正當。因此由「體」而「權」乃是一種內在的思維活動。

⁹ 如「棺三寸，足以朽體」(《節葬下》)、「故得士則謀不困，體不勞」(《尚賢上》)。

¹⁰ 另「偏也者，兼之體也」(《經說上 46》)，「偏」是整體的一部分，亦是論及整體與部分關係之命題。

¹¹ 原文作「非非為非也」，據王讚源校改。(2011：167)

最後，〈大取〉載「聖人惡疾病，不惡危難。正體不動，欲人之利也，非惡人之害也」、「體渴興利」，此二「體」皆有自身、自我的涵義。

綜上而論，「體」在《墨子》中意義頗紛雜，可直接視為形軀，亦可作為部分、體會、體察、自身、自我等義。

《墨子》使用身、體本雖有各自涵義但概念上交疊甚多。無論如何，從文本來看「形」與「知」的共在使「生」得以成立應殆無異議。不過這邊的形乃單指血肉形軀，然身卻含有如自我、親身等多向內涵，可見在使用「身」時，「知」的概念亦能同時並存。前已提到，知是指知覺或認識能力，而這兩者之所以可能乃「心」的作用。於下將說明《墨子》心的內涵。

二、由「知」論「心」

心在中國哲學是極其複雜且統攝諸多概念之大集合，如性、情、意、志、思等等都與心相繫，其中心性論更是過往中國哲學研究之焦點。令人意外的是，《墨子》的「心」過往鮮有學者特別探討。¹²思其原因，中國心性論是以孟子為主流，「即心言性」、「由心善而說性善」、「四端之心」等等……故論及心性時，其內容多與倫理道德修養相契。由《墨子》觀

¹² 較細緻討論《墨子》之「心」的前學有唐君毅（1986）與陳問梅。陳氏之說乃是從儒家心性論出發對《墨子》之心、性進行批判。其言道：「墨子只能開出一種外在的實踐，或即實行天之義的工夫；而為能盡其內在的實踐工夫，因之未能提煉出一個純粹而潔淨的心、性之義，即未能建立一個心、性或道德主體。而其所以如此，不僅在於『去六辟』這一段話的內容或意義上，實在又是其最根本的原因的，這所謂最根本的原因，即在墨子對於人之生命和心、性本身缺乏深切的體認上。墨子沒有人性論，故其對於人之生命和心、性等問題，亦沒有正面涉及。」（1988：323）對於「去六辟」的看法，本文與陳氏有異，於後詳論。另外需指出，《墨子》或許沒有縝密又具理論系統的人性論，但不是沒有對人性的看法。李賢中就曾指出《墨子》對人性的看法：「1.人性受後天環境影響，而呈現善惡；2.人具有可感通性，人可與己、與人、與天相處通；3.人有自由意志，可以選擇行善或行惡，而導致不同的後果。」（2012：150-153）本文之關懷乃在身體觀而非人性論（心性論），但亦有論及《墨子》的心、性，詳內文。

之，其「心」之表述確實未與上述關懷直接匯流，但這不代表對「心」的論述《墨子》選擇緘默，底下試析之。

由前文對「生」的定義可見「知」的重要性被凸顯。然「知」如何可能？後面勢必有「心」的運作。因此直觀地看，我們可說《墨子》言心首重其認識功能。《墨經》談論認識內涵之條文不勝枚舉，其中涉及認識的歷程、認識的來源、認識的方法等等……從此又可以延伸出關於我們如何表達、如何評價、如何論辯、如何分類等複雜哲學議題。¹³唐君毅如此描述《墨子》的心：

墨子所重之知識心或理智心，與孟子所重之性情心，德性心，其根本之不同，在知識心、理智心所發出之知，其接物也，初為墨子所謂貌之。貌之即認取物之相貌，而形成今所謂之印象觀念，再本印象觀念以判斷物，則能劃分物之類，並能形成今所謂各類物之概念。此中人心之活動，在根本上為對外物之相貌，有所攝取，以成印象觀念等。而此印象觀念等，則為內在於心者。其重表現於外，唯在人之本之以判斷外物，並將此判斷表之於言。
(1986：108)

唐氏之言初略勾勒《墨子》的認識歷程，並據此判定有別於孟子的性情心、德性心，《墨子》所重乃理智心、知識心，此論甚為剴切。不過《墨子》的心難道就僅與認識有關嗎？

¹³ 我們可摘引原典例示其對「心」認識功能之說明，如「執所言而意得見，心之辯也」(《經上 93》)、「循所聞而得其意，心之察也」(《經上 91》)。說者能把話的意思講明，聽者能了解說者之意，這就是「心」的「辯」與「察」，也是心重要的功用。

(一)「心」與「善」、「愛」的關係

《墨經》中所列關於心認識作用的條目多與德性無涉。但從〈修身〉我們可看到如「善無主於心者不留」、「藏於心者，無以竭愛」、「殺傷人之孩，無存之心」這些對心的描述。《墨子》用「善」最常意指好的行為或言論，如「聞善而不善。必以告天子。……去若不善言，學天子之善言；去若不善行，學天子之善行，則天下何說以亂哉。」(〈尚同中〉)而判定善的標準為何？曰：「觀其行，順天之意，謂之善意行，反天之意，謂之不善意行；觀其言談，順天之意，謂之善言談，反天之意，謂之不善言談；觀其刑政，順天之意，謂之善刑政。」(〈天志中〉)此段看似表明，只要順天之意，即是好的行為、言談與政治措施。但對照〈修身〉，即使善的標準與根源來自於天，「心」的作用也未完全空闕，故外在行為或言談之善，須由心來保證其動機的純粹性。¹⁴如〈經說上 10〉載：作為不是為追求善名稱為「行」；作為是為追求善名，稱為「巧」，巧取釣名，就如盜人偷盜般。¹⁵據此我們不會認為《墨子》主張「心即善」，因為善的成立端視外在行為而定，但追求善的動機也可由心保證，而非僅訴諸天志。

另一方面，《墨子》主張兼愛，兼愛的價值根源也立基於天志，因「天必欲人之相愛相利，而不欲人之相惡相賊也。奚以知天之欲人之相愛相利，而不欲人之相惡相賊也？以其兼而愛之，兼而利之也。」(〈法儀〉)

¹⁴ 〈貴義〉有很好的例子：子墨子仕人於衛，所仕者至而反。子墨子曰：「何故反？」對曰：「與我言而不當。曰『待女以千盆。』授我五百盆，故去之也。」子墨子曰：「授子過千盆，則子去之乎？」對曰：「不去。」子墨子曰：「然則，非為其不審也，為其寡也。」(〈貴義〉)這邊的仕衛者並不是抱持著單純的利國而仕，而是為了俸祿，在墨子看來這就是動機的不純粹。

¹⁵ 原文為「所為不善名，行也。所為善名，巧也，若為盜。」(〈經說上 10〉)

不過這邊我們也不能忽略心的作用，因為藏於心之愛人動能是不絕的，¹⁶若有此動能殺傷人的念頭也就無存於心了。

因此我們看到，《墨子》之「心」與善相關，因它作為善的外在行為的內在純粹動機之保證；它也與愛相關，因它蘊含愛人的動能。就此，《墨子》所言之「心」已不再僅僅作為認識外在世界、察明、分辨、分類的能力來源，善行的動機與愛人的動能也都來自於心。但這不意謂心就是善、是愛，畢竟《墨子》的理論明顯呈示其道德根源是客觀外在的天志。¹⁷所以吾人得透過認識把握天志，¹⁸但透過認識把握天志後，還必須將所認識的內容讓轉化入「心」，這才讓道德實踐成為可能。

(二)「心」與「志」的關係

《墨子》言「志」，¹⁹除「天之志」與「天鬼之志」的用法，另有作「動機」解。²⁰從字源看「志從心，有適、往、至與等義，心之所適、往、至、與者即志」。(高樹藩，1977：484)因此「志」的源頭是心，志是「精神的持續力量」。從《墨子》我們可看到，「君子進不敗其志，內（退）究其情，雖雜庸民，終無怨心，彼有自信者也」（〈親士〉）、「志不彊（強）者智不達」（〈修身〉）。君子顯達、失勢時其志皆不會動搖，志

¹⁶ 此處整段原文為：「藏於心者，無以竭愛。動於身者，無以竭恭。出於口者，無以竭馴。暢之四支，接之肌膚，華髮墮顛，而猶弗舍者，其唯聖人乎！」（〈勸學〉）因整段話是以聖人做結，所以本文視為其對聖人之描述，但這也不會跟非聖人者擁有愛人之動能互斥。

¹⁷ 《墨子》載「天行廣而無私，其施厚而不德，其明久而不衰……。」（〈法儀〉）王讚源據此表示：「天的象徵意義，即道德性的、普遍有效性、客觀性、公平性、明確性和長久性……。」（1996：149）故本文承此認為天具有外在客觀性。

¹⁸ 李賢中曾指出墨家「在天人關係中的感通是『體證』，世人透過體悟的方式、過程以證立天志的內涵這是墨學文本所欠缺的，亦即從墨學文本觀之，人可以感通天志，具感通性，但如何體證則未見說明。」（2012：152）本文則以為天志的內涵可藉由認識來把握。

¹⁹ 《墨子》唯一「心」「志」連用處為「是故昔者三代之暴王，不繆其耳目之淫，不慎其心志之辟，外之毆騁田獵畢弋，內沈於酒樂，不顧其國家百姓之政。」（〈非命中〉）此處雖是描述暴王作為，但可以確定心志實有聯繫。

²⁰ 如「志功，不可以相從也」（〈大取〉）、「吾願主君之合其志功而觀焉」（〈魯問〉）。

的堅定使其保有信心；志若不夠盛強認識與分辨的能力也無法擴達。又如「仁人之事者，必務求興天下之利，除天下之害」(〈兼愛下〉)，這樣的願行定需志的恆持。《墨經》中的倫理條目也與志密切聯繫：

勇，志之所以敢也。(〈經上 20〉)

勇：以其敢於是也，命之；不以其不敢於彼也，害之。(〈經說上 20〉)

《墨子》重「勇」，〈修身〉開篇即載「君子戰雖有陳(陣)，而勇為本焉」，「置本不安者」更遑論達致其它事功。但「敢」於做某事固然得稱「勇」，有時不敢於做某事也不妨礙勇的美名，此需依事態而定。如〈魯問〉曰：「若以翟之所謂忠臣者，上有過則微之以諫，已有善，則訪之上，而無敢以告」，所謂的忠臣敢於諫上，自己有善則歸於上主不敢告訴別人，這些都是「志」的作用。

義，利也。(〈經上 8〉)

義：志以天下為芬(分)，而能能利之，不必用。(〈經說上 8〉)

《墨子》以利定義，主張為天下興利除害，視天下為己分，這樣的企圖實需志的定立且持續的實踐才得以成就。

由上述可見，心除了認識義，或為行為動機與愛人之動能來源，它更是志的來源。一個實踐行為，後方除純粹無偏的動機，也需要志的支持。

(三)「心」與「性」的關係

《墨子》論性凡三，²¹許多學者改字釋之，但本文以為不改字義理仍通：

²¹ 〈大取〉中出現兩次性，多數注本皆從孫詒讓改「性」作「惟」，惟又通「唯」，參王讚源(2011：

為暴人語天之為是也，而性為暴人歌天之為非也。（〈大取〉）

暴人為我為天之，以人非為是也，而性不可正而正之。（〈大取〉）

性即生之自然本性無善惡之分，以自然本性對暴人歌頌天志之作為是錯的；而暴人自認其行為是依循天志，暴人之性因受後天習染看似已不可改正實則仍是可改正的。

此處之性，似於《孟子·告子上》所謂「生之謂性」，即人生而有的自然質性。《墨子》以「絲」喻「性」曰，絲染何色即何色，就如人之自然質性也會因受後天環境影響。²²「凡君之所以安者，何也？以其行理也，行理性於染當」（〈所染〉），意指行為合宜乃因其性受環境影響得當。士所染得當，「其友皆好仁義，淳謹畏令，則家日益，身日安，名日榮，處官得其理矣……」（〈所染〉）。

一直以來，《墨子》的心性問題未受研究者關注，即使有也是從批評的進路立論。本文以身體觀為研究核心，因論及「心」，故嘗試對《墨子》心性問題進行分析。整體來看，《墨子》言性甚少，我們只能判斷其性受後天環境、人、事、物影響之觀點，僅為一種對性的外在描述與概括，《墨子》對此也無再深入著墨。《墨子》心之意含略為豐富，可作為愛之動能與善行純然動機之保證，此意謂《墨子》較重心的功能性。然心與性的內在關聯《墨子》實未論述，我們只能推論：

1. 心、性皆會受後天影響，但對性的影響較無法自覺，但心可以自覺。
2. 志源於心非源於性，志之所至引發行為，性與行為的關係不明顯。

170-171)；〈所染〉出現之「性」校為「生」，參李漁叔（1974：75）。

²² 「染於蒼則蒼，染於黃則黃。所入者變，其色亦變。五入必而已，則為五色矣。故染不可不慎也。」（〈所染〉）

3. 人經由心的認識把握天志，「天之所欲則為之，天所不欲則止」（《法儀》），故應順天之志發為善行。而善行純粹本然之動機可透過心來保證。

三、貫通身心的「氣」

「氣」概念在中國哲學史上的重要性已無須贅言，可是回到《墨子》卻少有研究者論及。雖然「氣」於《墨子》少見，也未具理論深度，但從身體的角度視之仍有其重要性。史華慈的說法已勾勒出《墨子》中氣之梗概：

當我們轉向墨子的原始文本時發現，「氣」也主要運用於人類現象，被用來指生命能量與健康。在過去的正義社會中，糧食豐富得足以「增加他們的氣和消除他們的飢餓」（充虛繼氣）。聖人還建造了房屋，以便使得嚴酷的季節不至於傷害人的氣。在另一處，他論述道，墳墓要挖得深，以阻止那些有害的發散物（據估計是死者身上發出的）滲透上來。（2013：248）

史華慈之說是根據以下原典：

其為食也，足以增氣充虛，彊體適腹而已矣。（《辭過》）

古者聖王制為飲食之法曰：「足以充虛繼氣，強股肱，耳目聰明，則止。不極五味之調，芬香之和，不致遠國珍怪異物。」（《節用中》）

子墨子制為葬埋之法曰：「棺三寸，足以朽骨；衣三領，足以朽肉；掘地之深，下無蒞漏，氣無發洩於上，壟足以期其所，則止矣。」（《節葬下》）

〈節葬下〉內容較直白，因屍氣對人身體有害故需掘地之深以防屍氣散逸。至於「增氣充虛」、「充虛繼氣」，乃為「生理意義之氣」即「血氣」，²³《墨子》未明確直言身體之構成蘊含氣，但以此可推得氣內含於身。上段引文看似在說明飲食需節，過而無用。但我們可追問飲食與氣關係何在？若參看《黃帝內經素問》或許可以發現端倪：

五味入口，藏於腸胃，味有所藏，以養五氣。（《黃帝內經素問·六節藏象論》）

五味入口，藏於胃以養五藏氣。（《黃帝內經素問·五藏別論》）

《黃帝內經素問》主在闡釋五味與臟器之關聯，但也可看出五味（即飲食）是增氣的重要來源。因此《墨子》「增氣充虛」之說，表明其對身體的理解與《黃帝內經素問》闇合。²⁴不單如此，從其他文獻中，我們還可發現五味除與氣有關聯外亦與志有相關：

五味實氣。（《國語·周語中》）

味以行氣，氣以實志。（《左傳·昭公九年》）

《國語·周語中》韋昭注「味以實氣，氣以行志」；楊伯峻釋《左傳·昭公九年》曰：「口味以使血氣流通」，並引晉朝杜預注「氣和則志充」。

²³ 血氣之說可見：「今夫子曰：『聖王不為樂』，此譬之猶馬駕而不稅，弓張而不弛，無乃非有血氣者之所能至邪？」（《三辯》）這邊「有血氣者」指的就是人。

²⁴ 《黃帝內經素問》與《墨子》之關係究竟如何實難考究，亦非本文關注焦點，但我們或許可用更宏觀的角度看待此問題。誠如蔡璧名在考訂《黃帝內經素問》之成書與年代時所言：「如果我們能從『專書』的成見中走出，將《內經》視為收錄、存放中國古代醫療技術、身體認識、身體與自然互動關係的『檔案』……『檔案』中的資料雖非匯聚於一時一地一人，相關的學說難免出現互相齟齬的情形，但這並不妨礙我們從中擇取、掌握古人對個我、生命、身體認知的共相。」（1997：32-33）從蔡氏之書我們也可發現，其研究核心雖是《黃帝內經素問》，但她不斷以儒、道二家之身體觀與《黃帝內經素問》互證。因此，本文引《黃帝內經素問》之做法，實是為了讓吾人對《墨子》之身體觀更深察見微。

(1982: 1312) 這都顯示春秋時期，飲食一氣一志之間已有關聯。藉由飲食，吾人得以延生、增氣。氣，或以行志，或以實志，皆都表示了氣與志的連結。

至此可以帶入本文認為《墨經》極為重要的一段內容：

實，榮也。(《經上 11》)²⁵

實，其志氣之見也，使人如己。不若金聲玉服。(《經說上 11》)

從《墨子》來看「榮」具有價值涵義，如「彼以為強必貴，不強必賤；強必榮，不強必辱，故不敢怠倦」(《非命下》)，其以「榮」定「實」，「實」有正面價值自不待言。又從《經說上》看，「實」雖未如仁、義、孝等倫理概念明確，但「實」乃志「氣」之現，兩者應已含有隱微倫理向度，這意謂此處之「氣」應也有價值意涵，只是較不顯著。實質為內，榮華於外，「志」藉「氣」顯發於人的形軀和行動實踐中，志有所向氣隨而行，進而影響別人使人效法。不像金玉綴飾、華而不實的服飾，僅虛有其表。因有氣的貫通，人之心志、意志得以落實於外顯的形象中進而影響他人。蔡璧名也曾表示志與氣會交互影響，藉著氣，心志修為亦能

²⁵ 一般來說，現有的注本對《經上》之氣釋而未析，亦無陳述氣與志的關聯。而葛瑞漢(A. C. Graham)的看法值得備錄。他把「實」看作「誠」於宋本中的避諱，並且前後幾條的定義都與德目(義、禮、行、忠、孝、信)相關，但「實」在《墨經》不太似品德。他又釋「誠」為某種類似「熱誠」(zeal)一類的東西，因而它是一種意志的傾向。(2003: 273-274)但回到《墨子》，「誠」僅見於《經上 94》，此條釋「諾」。不過，這個「諾」跟所謂忠誠或全心全意似無瓜葛，因為此「諾」應作答應、同意解，參王讚源(2011: 72)；亦可見於《魯問》：子墨子曰：「胡不見我於王？」公輸盤曰：「諾。」(《魯問》)承上，若談到類似忠誠的概念，應近於下引文：「《經上 12》：忠，以為利而強君也。《經說上 12》：忠，不利，弱子亥足將入止容。《經上 14》：信，言合於意也。《經說上 14》：信，不以其言之當也，使人視城得金。」但忠與信似乎又跟氣無關了。因此本文認為不必勞煩改字，王冬珍云「墨子尚質棄文，故以實為榮……行而能實，名必榮也」(1984: 379)，也是很好的說明。

使我們外在形軀發生改變。(1997: 51-53)²⁶蔡氏之言，實可深化吾人對〈經上 11〉、〈經說上 11〉之了解。

接續如是对氣的看法，我們再回到〈所染〉：

子墨子言見染絲者而歎曰：「染於蒼則蒼，染於黃則黃。所入者變，其色亦變。五入必而已，則為五色矣。故染不可不慎也。」獨染絲然也，國亦有染……非獨國有染也，士亦有染。」(〈所染〉)

前文提及心與性時曾指出，「性」是「人生而有的自然質性」且會受後天環境影響。至於這個影響怎麼發生，據《墨子》本文認為乃因為「氣」，藉由「氣」染得以發生，因此是不自覺的，也是被動的。但另一方面，若吾人立志從事，其氣亦能影響他人「使人若己」。正如墨子「志以天下為分」，其志氣之現招至許多門徒歸入門下。²⁷《淮南子》載「墨子服役者百八十人，皆可使赴火蹈刃，死不還踵，化之所致也」(《淮南子·泰族訓》)，其說應可與本文觀點相互輝映。²⁸

整體而論，《墨子》未有如《孟子》對志氣做深入細緻地展開，並明確表達志氣的連動性如「志壹則動氣，氣壹則動志」、「志至焉，氣至焉」(《孟子·公孫丑上》)。但至少我們可確定《墨子》已有關注志與氣的相融性，也對「氣—身體」概念有所把握。

²⁶ 蔡壁名此觀點主要是對孟子而發，進而闡明《黃帝內經素問》中亦有相符觀點，但她明確表示「不分儒、道，諸家均屢言心靈修持對於生理變化的巨大影響。」(1997: 53)

²⁷ 感謝審查人於此指出，《墨子》之「氣」實具有「價值層次」，並可從天志、兼愛、聖人等概念中深掘其連繫。然因考量本文原初構想及設定篇幅是以說明《墨子》對身體結構之理解契合於先秦其他文本，並據此連結「修身」。而「價值層次之氣」的豐富內涵，宜另立篇幅闡述，故實待日後予以開展。

²⁸ 方授楚亦表示：「化字最能傳達神旨，亦即所染篇之染也。」(1989: 132) 本文觀點與此相仿，但更明確的指出「染」是以氣作為中介。

從身體觀切入，《墨子》對身體的主要形構：形、心、氣大三角度其實也見於先秦其它典籍中。在從「身體論形」中可看到《墨子》言身，其意涵不僅包含可見形軀，更有生命、親身、自我、身體力行；體可直接視為形軀，亦可作為部分、體會、體察、自身、自我等義。生為形知共在，「知」的可能實因「心」的運作。《墨子》言「心」首重其認識功能，然心也與「善」、「愛」、「志」、「性」有關。《墨子》論氣雖未具理論性，但至少能讓我們知道其對「氣—身體」、「氣—志」的理解實與先秦對人身的主流認識相符。

有了上述對身體的認識，我們也可回答「修身」如何可能的問題。由於身非僅指涉我們的形軀，同時也包含有自身、生命、親臨實踐等意義，擴而言之「身」就有內在自我與外在行為的雙重意涵。而透過內在自我的提升轉化，我們外在的行為舉止也會發生改變。《墨子》明言修身其本應立於此。更細緻點說，此處之「身」非僅有形軀之意，它更是身心不分不離的生命整體。故而「修身」所修之「身」，實為兼修身心，一個主體之精神、德行、能力透過修習、鍛煉，充分體現於外觀形象和舉手投足間。《墨子》中對「修」的概念有怎樣的論述？這是下文要處理之問題。

參、《墨子》修身之內涵

修身（即修養）之概念在中國思想始終佔有一席之地，而修身的方法就是所謂工夫。根據前述內容，所修之身自然為「身心合一」之「身」。以《孟子》為例，過往心性論研究指出其有「擴而充之」、「盡心」、「求放心」、「養浩然正氣」等工夫，而這些工夫主要是針對內在的心性修養而發。但若從身體觀的角度視之，我們可發現這些內在工夫會造成生理

變化，道德意識藉著氣滲入形軀，進而有「其生色也，晬然見於面，盎於背，施於四體，四體不言而喻」（《孟子·盡心上》）這樣的說法。總歸的說，修身，無非是盼身心合一之身能臻至完美幾近聖人。

就《墨子》來看，確實未載像儒家如此豐富的關於內在修養的工夫，以至牟宗三直言《墨子》沒有修養論。²⁹但難道這就意味《墨子》沒有修養論，沒有工夫論？若無，《墨子》又為何要強調修身的重要性甚至於先秦諸子中首先以修身立篇？換個角度看，會不會《墨子》其實也談工夫，只是有別於傳統那種修養心性的工夫以致被忽略？本文以為，對於工夫的認定未必得完全集中於內在德性陶冶鍛鍊的那種。如果工夫只提升了內在德性修養，卻無法使外在行為有所轉換，這似乎也非修身本意。以〈貴義〉為例：「言足以遷行者，常之；不足以遷行者，勿常。不足以遷行而常之，是蕩口也」，言必須使人行為改變才值得推崇。故只要能使人行為有所轉變的方法，即無論是學者自發願意改變行為（由內而外）或由外而學以內化進而改變行為（由外而內）本文皆視為工夫，於下析論之。

一、「去」的工夫

子墨子曰：「必去六辟（僻）。嘿（默）則思，言則誨，動則事，使三者代御，必為聖人。必去喜，去怒，去樂，去悲，去愛，而用仁義。手足口鼻耳，從事於義，必為聖人。」（〈貴義〉）

²⁹ 牟宗三之說明為：「我們講道德系統，大概可分三部：（一）最根本的、普遍的，而有客觀效用的元學根據，即基礎論是；（二）最合理的、合情的，而能奏實效以使我與大我同為完全實現之實踐活動，即修養論是；（三）普遍的、共同的，而有客觀基礎的至善之鵠的，即理想論是。道德系統之完備否，惟視此三者而定。反觀墨子，如上所述，則第一其系統即是不完備的、不高明的，即只有理想論，而無基礎論與修養論。」（2003：473）

六僻即六種情緒，南樂山(Robert C. Neville)指出「情緒(emotional)……此一因素牽涉到我們能否堅定意志，始終一致，不受到人的嗜好扭曲。」(1992: 208)這樣的說法頗為合理，但更精確點說，《墨子》是要人祛除「過當」的情緒。若是連適宜真摯的情緒都消除，那必然會與「喪雖有禮，而哀為本焉」(〈修身〉)相衝突。另外，因「聖人惡疾病，不惡危難」(〈大取〉)，故要求祛除過當的情緒是基於養生考量。過多情緒起伏，易使身致病，礙於修身。³⁰

二、「反之身」的工夫

「反之身」一語於〈修身〉共三見，根據文句脈絡有不同涵義：

見不脩行，見毀，而反之身者也，此以怨省而行脩矣。(〈修身〉)
君子之道也，貧則見廉，富則見義，生則見愛，死則見哀。四行者不可虛假，反之身者也。(〈修身〉)
名不徒生而譽不自長，功成名遂，名譽不可虛假，反之身者也。(〈修身〉)

第一句「反之身」重在見他人不修身以至行為偏失，或遭受毀譽時能藉此反躬自省。第二、三句「反之身」則重在其不可虛假。貧困時保持廉潔，富達時有財相分，³¹對生者給予關愛，對死者懷有慎哀。其中「哀」又為《墨子》所重，因「喪雖有禮，而哀為本焉」(〈修身〉)。這

³⁰ 蔡壁名曾言：「《莊子》、《管子》、《呂氏春秋》、《淮南子》等典籍中，情緒的起伏將導致疾病的觀點，並非僅是先秦道家、雜家以至宋、尹學派思想傳統所共同的想法……始終與醫家的身體觀相互通連。與其以醫道同源的觀點詮釋其同質性，無寧說思想傳統的立說，本難自外於文化區域既有的身體共識。」(1997: 147)若不從祛病養身以利修身的觀點來談，我們實難理解《墨子》高舉兼愛，又視仁為體愛，於此卻又要人「去愛」之矛盾。

³¹ 《墨子》有：「據財不能以分人者，不足與友」(〈修身〉)；又云：「有道相教，有財相分也」(〈天志中〉)，故筆者釋此處之義為有財相分。

些都不能是為博取虛名而行，「所為善名，巧也。若為盜」(〈經說上 10〉)，必須以真摯的內在情感為據。是故這三句「反之身」，前者重在透過他人的行為偏失反躬自省，後二者重自身行為的出發點是否以真摯內在情感為據，但無論如何這都是一種返身內省自證的工夫。

三、「立志」的工夫

本文第一部分已提到，志源於心，志乃「精神的持續力量」。綜覽《墨子》，十論中常見「必務求興天下之利，除天下之害」一語。此可視為《墨子》所立之志，亦即志為天下興利除害。除此，「勇」的德目也需志的「敢」作為支持，³²從事於義，也需志以天下為分。自信的來源也是志，因「君子進不敗其志……彼有自信者也。」(〈親士〉) 這個自信反應在《墨子》對其自身學說的肯定，「以其言非吾言者，是猶以卵投石也，盡天下之卵，其石猶是也，不可毀也」(〈貴義〉)、「天下無人，子墨子之言猶在」(〈大取〉)。對自家學說有如此高度自信，墨子實為先秦諸子第一人。

然而，《墨子》中的志並不單純從心而立，它還有訴諸外在客觀的天志。〈法儀〉曰：

莫若法天。天之行廣而無私，其施厚而不德，其明久而不衰，故聖王法之。既以天為法，動作有為，必度於天，天之所欲則為之，天所不欲則止。然而天何欲何惡者也？天必欲人之相愛相利，而不欲人之相惡相賊也。(〈法儀〉)

³² 《墨子》並不會一味的暢勇，其對勇的分判可見「子墨子謂駱滑楚曰：『吾聞子好勇。』駱滑楚曰：『然，我聞其鄉有勇士焉，吾必從而殺之。』子墨子曰：『天下莫不欲與其所好，度其所惡。今子聞其鄉有勇士焉，必從而殺之，是非好勇也，是惡勇也。』」(〈耕柱〉) 因此，是不是正面價值的勇，也需仰賴外在客觀環境作為判斷依據。

天的運行不受時間空間限制，且愛利百姓之厚，故聖王都向其仿效。吾人若立志從事，亦需以天為法。

四、「力」事的工夫

墨子出身於基層平民，以致《墨子》對百姓的勞動情況有細緻描繪，如「強乎耕稼樹藝，多聚叔粟……夙興夜寐，強乎紡績織紵」（〈非命下〉）、「凡天下群百工，輪車、鞞鞞、陶、冶、梓匠，使各從事其所能。」（〈節用中〉）毫無疑問，進行勞動生產時都需「力」的發揮。

從〈經上 7〉：「仁，體愛也」至〈經上 20〉：「勇，志之所以敢也」，依譚戒甫分類，此皆為與倫理德性相關之內容。（1985：187-197）³³然接至〈經上 21〉論「力」，前人卻多以科學（或力學）角度釋之，且訓釋上頗有分歧實應詳論，先摘引原文如下：

力，形之所以奮也。（〈經上 21〉）

力：重之謂下與重舊也。（〈經說上 21〉）

第一個「奮」字各家幾無爭議，且亦可與「養勇高奮，民心百倍，多執數賞，卒乃不怠」（〈雜守〉）相參。值得注意的是〈經說上 21〉，作為墨學研究最重要參考資料孫詒讓之《墨子閒詁》，直接改「舊」為「奮」且未給出訓詁考據上的任何理由。（2009：337）吳毓江雖載「舊本『奮』作『舊』」，但仍未細陳其故僅以版本為由。（2006：486）後續墨學研究者，往往據上述之說改「舊」為「奮」，視之理該如此。對此條〈經〉與〈經說〉，楊俊光在研究中已對 2002 年前可見之諸學者意見進行釐清比較。大體而言，其意乃釋物體運動，故不少學者將其同牛頓之運動觀或

³³ 惟其將「信，言和於意也」（〈經 14〉）移出，但參《墨子》如「言不信者行不果……行不信者名必耗」（〈修身〉），「信」的倫理德性面顯而易見。

物理力學相連結。(2002: 183-194)陳高備雖試圖承續〈經上 20〉對「勇」之界定，釋〈經上 20〉為「形之所以奮是因為力的作用。」但其闡釋此〈經〉和〈經說〉時亦認為「力是使物體所以運動的原因」、「力就是重，有力就有重，一個物體無論落下或舉起都有重，就是因為物體的運動」。(2016: 46-47)陳氏之解釋框架是以「力」、「重」、「物體運動」作為要點。換言之，他仍是用現代物理學的運動觀解〈經〉。近期較新出版的《墨經》研究成果如王讚源(2011: 20-21)與姜寶昌(2009: 25-27)，對此條之詮釋基本上仍與前人一致。

另不少學者訓「與」為「舉」，藉以凸顯「下」、「舉」之相對性。(楊俊光，2002: 187-194)然觀《墨子》，「與」和「舉」同出之文例多有，³⁴二字在《墨子》中可分別出現且有各自意涵，實無需依聲轉訓「與」為「舉」。

當然我們毋須排除科學或運動力學之詮釋，然從〈備城門〉下諸篇來看，³⁵〈經上〉對於「力」之定義，是從備戰時、戰爭進行中士兵的體力、能力或身體型態有所觀察而來，它根植於身體而不可分，故此，不必然得如譚戒甫等研究者將其歸入力學範疇以證《墨子》科學思想之敏銳。不過參考《墨子》其他篇，我們可發現「力」非僅作物質或生理意呈現，如：

³⁴ 如「雖在農與工肆之人，有能則舉之……」(〈尚賢中〉)、「庸築乎傅巖，武丁得之，舉以為三公，與接天下之政，治天下之民」(〈尚賢中〉)、「故與人謀事，先人得之；與人舉事，先人成之」(〈尚同中下〉)、「故舉天下美名加之，謂之聖王，力政者則與此異」(〈天志上〉)、「舉不重不與箴，非力之任也；為握者之倍，非智之任也。若耳目」(〈經說下 106〉)、「其為仁，內也，義，外也，舉愛與所利也，是狂舉也」(〈經說下 177〉)。

³⁵ 如「持衡十人，執劍五人，皆以有力者」(〈備梯〉)、「二十船為一隊，選材士有力者三十人共船」(〈備水〉)、「命有力者三人用頤象衝之，灌以不潔十餘石」(〈備穴〉)、「令有力四人下上之」(〈備蛾傳〉)。

故君子力事日彊……慧者心辯而不繁說，多力而不伐功，此以名譽揚天下。（〈修身〉）

今人與此異者也，賴其力者生，不賴其力者不生。（〈非樂上〉）

夫豈可以為命哉？故以為其力也！（〈非命下〉）

有力者疾以助人，有財者勉以分人，有道者勸以教人。（〈尚賢下〉）

有力相營，有道相教，有財相分也。（〈天志中〉）

於此可看出，「力」非僅中性詞的「力量」或「能力」，它亦含有正面價值，可做努力、能力解。修身需「力事日彊」、「多力而不乏功」；《墨子》非命，故對抗宿命論更需「力而從事」；同時力也是人賴以生存的關鍵，有力須分助他人。無論如何，「力」伴隨行動定會顯於身使外在形軀有所改變。故筆者試解此原文為：

力，形體有所振奮。（〈經上 21〉）

力，看重的是下層百姓與其承擔（事務）的能力，這和舊時聖王之教一致。（〈經上說 21〉）

若作此解，既可不改字，同時可串連起〈經上 20〉論「勇」和〈經上 22〉論「生」，使「力」之身體義能凸顯又賦予正面價值，這樣可使「力」與《墨子》思想有更強的融貫性。「力」作為一種工夫，無非是得透過反覆的體驗親踐才有提升的可能。

五、「辯」的工夫

墨子活動於春秋戰國亂世，為了宣揚、實踐其主張奔走各國。〈魯問〉有載：

魯君謂子墨子曰：「吾恐齊之攻我也，可救乎？」子墨子曰：「可。昔者，三代之聖王禹湯文武，百里之諸侯也，說忠行義，取天下。三代之暴王桀紂幽厲，讎怨行暴，失天下。吾願主君，之上者尊天事鬼，下者愛利百姓，厚為皮幣，卑辭令，亟遍禮四鄰諸侯，毆國而以事齊，患可救也，非此，願無可為者。」（〈魯問〉）

魯君在面對齊國可能發動戰爭的情勢下問墨子該怎麼辦，墨子直言「上者尊天事鬼，下者愛利百姓」，此很明顯是順勢以自己的主張說服君王。然在很多狀況下，對方不一定會接受己方主張，因此就必須藉由「辯」以說明己方立場。《墨子》極度重視「辯」，〈小取〉開篇即言：「夫辯者，將以明是非之分，審治亂之紀，明同異之處，察名實之理，處利害，決嫌疑。」（〈小取〉）此段提綱挈領，已將《墨子》辯的內涵與作用拈出。其中亦載多種辯的方法，如「推也者，以其所不取同於其所取者，予之也。」（〈小取〉）意指把論難者的「所取」與「所不取」歸成同一類，讓論難者發現其思維的內在矛盾。茲舉墨子與公孟子的辯論為例：

公孟子曰：「無鬼神。」又曰：「君子必學祭祀。」子墨子曰：「執無鬼而學祭禮，是猶無客而學客禮也，是猶無魚而為魚罾也。」（〈公孟〉）

墨子以為，公孟子主張無鬼神卻又要學祭祀，就像沒有客人卻學待客之禮，沒有魚卻織漁網；換言之，公孟子取的是「無鬼而學祭祀」，不取的是「無客而學客禮」、「無魚而為魚罾」，這是相互矛盾的。

是故，「辯」作為一種工夫，除了熟記辯論的規則與方法，更重要的是依據對象與情境的不同活用辯式與調整表述內容，這除了不斷練習，也涉及「學」的工夫。一個成功的辯，是能說服對方進而改變對方立場。

六、「學」的工夫

「士雖有學，而行為本焉」(〈修身〉)，《墨子》以「行」為本，但卻未忽視「學」的重要。學的內容，「能談辯者談辯，能說書者說書，能從事者從事」(〈耕柱〉)可窺其端倪。承五，《墨子》相當重視辯，除了明示辯的規則與方法，從文本中也可直接找到其運用辯式之例。至於書，可視藉閱讀可靠文獻來學習。如「徵以先王之書」(〈非命中〉)，又《墨子》多引古語、古籍《詩》、《書》、《春秋》證其學說，如「子墨子南遊使衛，關中載書甚多……昔者周公旦朝讀書百篇，夕見漆十士。故周公旦佐相天子，其脩至於今。」(〈貴義〉)因此我們可看到，閱讀文獻對學習的益處。最後，從事的內容則為《墨子》學說，〈魯問〉載：

凡入國，必擇務而從事焉。國家昏亂，則語之尚賢、尚同；國家貧，則語之節用、節葬；國家說音湛湎，則語之非樂、非命；國家遠僻無禮，則語之尊天、事鬼；國家務奪侵凌，即語之兼愛、非攻，故曰擇務而從事焉。(〈魯問〉)

面對不同國家的不同的亂象，分別對症下藥、積極從事，如此才能匡救國家之弊。《墨子》裡「學」的內容是多樣的，方法是多元的。但無論如何，其用心無非是望為天下興利除害，「必使飢者得食，寒者得衣，勞者得息，亂者得治」(〈非命下〉)，只要能增其裨益且無悖於天志，皆可學之。

總的來說，此六種工夫皆是以學者自身為主體。在親踐時，首先學者應持守「去」的工夫，祛除過當情緒避免使身害病，進而「志」於愛人利人以天為法；在看到他人有害之行，需「反之身」確認自己沒有類似行徑；且於日常生活中「力事」而為愛人利人；面對似是而非之論嘗

試與其論「辯」，面對不同人事物時皆努力「學」之。這樣的說明看似賦予六種工夫階段性，實則只是為方便說明彼此關係。然於實踐時它們仍是一體相融、無有割裂，但會根據情境而特別凸顯某面向的工夫。而它們的共通性乃在培養成就外在事功之能力。若以《孟子》參照，其試圖「存其心，養其性」並使德性「擴而充之」的工夫是直就內在心性下手；然《墨子》則試圖提升、培養某些能力，使外在事為之功效得以越發暢達。所以從《墨子》對仁、義、禮的界定來看，他首重的是此德性於外所產生之功效，倘若不見於世功效未至，仍要義不容辭從事。不過《墨子》也不會完全否認這些德性具有內在性，如「仁，體愛也」（《經上7》）、「禮，敬也」（《經上9》），只是未強調以內在修養途徑擴充它們。

肆、《墨子》修身的目的與理想

上文已論及修身如何可能及修身之內涵，於下將討論修身之目的與理想。《墨子》所描述的時代天下動盪，諸侯征伐，「民有三患：飢者不得食，寒者不得衣，勞者不得息」（《非樂上》）。因此如何讓政局回歸穩定、消弭戰事，同時重建社會秩序讓百姓安居樂業，使「飢者得食，寒者得衣，勞者得息，亂者得治」（《非命下》）自是墨者最大嚮往。是故《墨子》標舉修身之目的，乃在成就墨家式的人才入國從事，倘若仕途未順，也須懷有興天下之利，除天下之害之志奮力從事。如此，墨家理想的身心合一之身會以何種樣態展呈呢？

一、「知無欲惡」之身

《墨子》非常強調「知」在主體端的能動性，但同時也描述了「知無欲惡」的狀態：

平，知無欲惡也。（〈經上 25〉）

平：惔然。（〈經說上 25〉）

此段上承對「生」、「臥」、「夢」之定義，看似在描述人的基本狀態，但本文認為此處所要描述的固然是人的狀態，不過並非「基本」狀態，而是修身後的理想狀態。因此，〈經〉文所言不單強調主體於認知時應排除情緒好惡，³⁶更重要的是面對外在人、事、物時內心能保持平靜不逾，身顯惔然之姿。正如〈大取〉曰聖人「正體不動」，姜寶昌釋為「心凝身定」，（2009：343）兩說實可互參。〈修身〉另載：「譖慝之言，無入之耳，批扞之聲，無出之口，殺傷人之孩，無存之心，雖有詆訐之民，無所依矣。」（〈修身〉）學者恆持「平」之狀態，故能不受他人惡意批評所擾，亦不會用言語或行動傷害他人。

《墨子》雖重「知無欲惡」之「平」，但它並未完全避談欲惡，而是認為欲惡之表現需考量「宜」：³⁷

無欲惡之為益損也，說在宜。（〈經下 44〉）

無：欲惡傷生損壽，說以少連（適）。是誰（唯）愛也，嘗多粟，或者欲不有能傷也，若酒之於人也。且恕（知）人利人，愛也，則唯恕（智）弗治也。（〈經說下 44〉）

欲惡表現不宜會傷生損壽。喜愛吃米飯，但吃得適宜，這種欲就不會造成傷害，就如小酌有益身心。況且只有智慧之人才能拿捏合宜，一般人很難做到。如同「必去喜，去怒，去樂，去悲，去愛，而用仁義。手足口鼻耳，從事於義，必為聖人」（〈貴義〉），《墨子》於此並非要人

³⁶ 此〈經〉依王讚源釋為「認知不依從好惡的心態。」（2011：23）

³⁷ 改字據王讚源（2011：125）。

完全祛除情緒，僅是祛除「過當」的情緒，因過當的情緒易致病而不利修身。

最後，這種「知無欲惡」之「平」絕非陳義過高，墨子本人就曾以身證之：

子墨子歸，過宋，天雨，庇其閭中，守閭者不內也。故曰：「治於神者，眾人不知其功，爭於明者，眾人知之。」（〈公輸〉）

墨子經歷與公輸般的驚險對峙，最後成功止楚攻宋全身而退，但回到宋國時卻不得其門而入。對此，墨子未感義憤填膺，只強調成就神機事為之人，眾人往往不知道其功。如此倏然的言語，正是此〈經〉的最佳註解。

二、「力勇」之身

前文已提到《墨子》十分重「勇」，〈修身〉開篇即言「君子戰雖有陳（陣），而勇為本焉」（〈修身〉），〈雜守〉也兩次提及「養勇高奮，民心百倍」（〈雜守〉）皆可為證。勇雖是志的作用，³⁸但勇朗現於實踐中，勢必得有「力」之相隨同身體的參與。《墨子》主張非攻，但當小國受大國不義攻伐時則致力「救守」，如「大國之攻小國也，則同救之」（〈非攻下〉）。〈備城門〉以下諸篇除對守城之技有詳盡說明，也提到選擇士兵的重點，如「樓若令耳，皆令有力者主敵，善射者主發，佐以厲矢」（〈備城門〉）³⁹從引文可看出，在戰事中「力勇之身」實為《墨子》所重。除此，〈墨經〉論「任」時，雖然未直接涉及力與勇，但本文認為其亦與力、勇相關：

³⁸ 「勇，志之所以敢也。」（〈經上 20〉）

³⁹ 其餘例子如「持衝十人，執劍五人，皆以有力者」（〈備梯〉）、「二十船為一隊，選材士有力者三十人共船」（〈備水〉）、「令勇士隨而擊之，以為勇士前行」（〈備城傳〉）。

任，士損己而益所為也。（〈經上 19〉）

任：為身之所惡，以成人之所急。（〈經說上 19〉）

士為求利人益人，即使折損犧牲自己也在所不惜。如《呂氏春秋·上德》即載鉅子孟勝為兌現與楚陽城君的承諾而在守城中殉難，⁴⁰此中勢必有力、勇相隨。故我們可說，《墨子》的身體觀中實包含一種「志於勇，發於力」的「力勇之身」。

三、「交利」之身

「兼愛」是《墨子》核心概念，且《墨子》言兼愛必含利，《墨經》更對「利」有明確的界定：

利，所得而喜也。（〈經上 26〉）

利，得是而喜，則是利也。其害也，非是也。（〈經說上 26〉）

害，所得而惡也。（〈經上 27〉）

害，得是而惡，則是害也。其利也，非是也。（〈經說上 27〉）

利即是使人得之喜悅、滿足的事物，與之相反則為害。從最素樸的觀點來看，物質之利最易使人所得而喜，故《墨子》以「投我以桃，報之以李」（〈兼愛下〉）說明交利的重要性。《說文解字》釋「交」曰：「交

⁴⁰ 墨者鉅子孟勝，善荊之陽城君。陽城君令守於國，毀璜以為符，約曰：「符合聽之」。荊王薨，群臣攻吳起，兵於喪所，陽城君與焉，荊罪之。陽城君走，荊收其國。孟勝曰：「受人之國，與之有符。今不見符，而力不能禁，不能死，不可。」其弟子徐弱諫孟勝曰：「死而有益陽城君，死之可矣。無益也，而絕墨者於世，不可。」孟勝曰：「不然。吾於陽城君也，非師則友也，非友則臣也。不死，自今以來，求嚴師必不於墨者矣，求賢友必不於墨者矣，求良臣必不於墨者矣。死之所以行墨者之義而繼其業者也。我將屬鉅子於宋之田襄子。田襄子賢者也，何患墨者之絕世也？」徐弱曰：「若夫子之言，弱請先死以除路。」遂歿頭前於。孟勝因使二人傳鉅子於田襄子。孟勝死，弟子死之者百八十。三人以致令於田襄子，欲反死孟勝於荊，田襄子止之曰：「孟子已傳鉅子於我矣，當聽。」遂反死之。（《呂氏春秋·上德》）

脛也」，即兩腳相交。然《正中形音義綜合大字典》載「惟其本義古罕見用，今所行者為別義。」（高樹藩，1977：37）但據《說文解字》來看，「交」最初實與身體相關，現在常用之意義亦涉及人之往來互動。因此交相利所以能實踐，實需互惠互利之雙方參與。故本文以為，兼愛理論需透過一「交利之身」方得實踐。換言之，兼愛落於實踐中，其身體會以「交利之身」的樣態呈顯。

《墨子》除言愛必含利，同時也以利定「義」故云「義，利也。」（〈經上8〉）又載「子墨子曰：『世俗之君子，視義士不若負粟者。今有人於此，負粟息於路側，欲起而不能，君子見之，無長少貴賤，必起之。何故也？曰義也……。』」（〈貴義〉）因此行義並非難為之事，只要藉由「交利之身」給予對方合宜之利即可稱作「義」了。《墨子》言兼愛或義都是因著利而論，其對利的重視可見一般。

本文根據《墨子》析論出其身體觀的三個面向，分別是「知無欲惡之身」、「力勇之身」與「交利之身」。其中知無欲惡之身，較需透過「去」的工夫實現；而「力勇之身」與「交利之身」則需基於「立志」、「力事」的工夫並透過不斷親踐才能成就，但這非指「反之身」、「學」、「辯」的工夫與此三種身體無涉，只是相較「去」、「立志」、「力事」三種工夫與三種身體向度的直切性，其聯繫較為隱呈，或可稱其為《墨子》身體觀之輔助工夫。另一方面，這三種身體並非斷裂分立而是交互相滲，它們共同是《墨子》身體觀的理想呈現。「藏於心者，無以竭愛。動於身者，無以竭恭。出於口者，無以竭馴。暢之四支，接之肌膚，華髮隳顛，而猶弗舍者，其唯聖人乎！」（〈修身〉）應可視作對此三而一之理想身體的描述。

伍、結論

本文嘗試以「修身」為核心對《墨子》身體觀進行探研。「修身」一詞於先秦典籍屢見，然首先使用〈修身〉作為篇名實為《墨子》，這也凸顯其對「修身」的重視。因修身需緊扣「身」立論，此勢必涉及《墨子》對身體之理解。本文發現，從《墨子》來看其對身體的理解實與先秦思想對身體的理解相契，亦即人的身體乃由形（形軀）一心一氣共構而成。一直以來，學者論及《墨子》之心時，往往皆從心的認識功能切入。本文則以為，《墨子》之心固然首重其認識義，但它亦與「善」、「愛」、「志」、「性」有所關聯。另一方面，《墨子》雖有言「氣」，但因其未具理論規模往往被研究者忽略。本文則試圖指出，《墨子》論「志」與「染」時，「氣」在其中所扮演的關鍵角色。又由於《墨子》論身不僅指涉人之形軀，同時包含自身、生命、親臨實踐等意義，擴而言之「身」就有內在自我與外在行為的雙重意涵。透過內在自我的提升轉化，我們外在的行為舉止也會發生改變。《墨子》明言修身其本應立於此。更細緻點說，此處之「身」非僅有形軀之意，它更是身心不分不離的生命整體。故「修身」所修之「身」，實為兼修身心，一個主體之精神、德行、能力透過修習、鍛鍊，充分體現於外觀形象和舉手投足間。承此，則必然涉及工夫的問題。本文以為所謂的工夫未必得完全集中於內在德性陶冶鍛鍊的那種。如果工夫只提升了內在德性修養，卻無法使外在行為有所轉換，這似乎也非修身本意。因此只要能使人行為有所轉變的方法，無論由內至外或由外至內本文皆視為工夫。從《墨子》中本文析理出六種工夫，分別為「去」、「反之身」、「立志」、「力」事、「辯」、「學」的工夫。透過這六種工夫，《墨子》修身的目的與理想可說是為達

致三種身體，即「知無欲惡之身」、「力勇之身」與「交利之身」。這三種身體相互滲透融貫，因藉由外在事功所展現之「力勇之身」與「交利之身」，是需以內在修養而至的「知無欲惡之身」做為樞軸，而它們亦同是《墨子》理想身體觀的呈露。

從身體觀的角度闡釋先秦哲學，自楊儒賓的《中國古代思想中的氣論及身體觀》出版，迄今已二十餘年。然研究者所關注的要角多為儒、道二家。本文之作僅是一初步嘗試。《墨子》中是否可再析研出其他身體觀？又或者《墨子》的身體觀與其認識論或「十論」又該如何結合？這些都是值得接續探索的問題。無論如何，本文除已對《墨子》身體觀略作說明，更盼能在先秦身體觀的研究中凸顯《墨子》的特殊性。

參考文獻

一、古籍

- 左丘明撰（周）、韋昭注（三國吳）。《國語》（臺北：中華書局，1965）。
- 趙岐注（漢）、孫奭疏（宋）。《孟子注疏》（台北：藝文印書館，1982）。
- 王冰注（唐）。《黃帝內經素問》（台北：國立中國醫藥研究所，1960）。
- 郭慶藩（清）。《莊子集釋》（臺北：華正，2004）。
- 孫詒讓（清）。《墨子閒詁》（北京：中華，2009）。

二、現代資料

- 丁亮（2006）。〈《老子》文本中的身體觀〉，《思與言》，44，1：197-246。DOI: 10.6431/TWJHSS.200603.0197
- 方授楚（1989）。《墨學源流》。上海：中華書局。
- 王冬珍（1984）。《墨學新探》（三版）。台北市：世界書局。
- 王讚源（1996）。《墨子》。台北市：東大。
- 王讚源主編（2011）。《墨經正讀》。上海：上海科學技術文獻。
- 史華慈著，程鋼譯（2013）。《古代中國的思想世界》。南京：江蘇人民。
- 牟宗三（2003）。《牟宗三全集》第33集。台北市：聯經。
- 吳毓江（2006）。《墨子校注》。北京：中華書局。
- 李雷東（2009）。〈先秦墨家視野中的身體〉，《寧夏大學學報（人文社會科學版）》，31，2：145-147。
- 李漁叔（1974）。《墨子今注今譯》。台北市：台北商務。
- 李賢中（2012）。〈墨家的天人關係〉，《哲學與文化》，39：4：147-165。DOI:

10.7065/MRPC.201204.0149

- 姜寶昌（2009）。《墨經訓釋》。濟南：齊魯書社。
- 南樂山（1992）。〈中國哲學的身體思維〉，楊儒賓（編），《中國古代哲學中的氣論與身體觀》，194-212。台北：巨流。
- 唐君毅（1986）。《中國哲學原論（導論篇）》。台北市：學生書局。
- 孫中原（2011）。〈墨子雜論感言——從〈親士〉到〈三辯〉〉，《職大學報》，1：1-6。
- 高亨（1970）。《墨經校銓》（再版）。台北市：世界。
- 高樹藩主編（1997）。《正中形音義綜合辭典》（增訂二版）。台北：正中書局。
- 陳奇猷校釋（1985）。《呂氏春秋校釋》。台北：華正書局。
- 陳麗桂校注（2002）。《新編淮南子》。台北：國立編譯館。
- 陳高傭（2016）。《墨辯今解》。北京：商務印書館。
- 陳問梅（1988）。《墨學之省察》。台北市：學生書局。
- 黃俊傑（2002）。〈中國思想史中「身體觀」研究的新視野〉，《中國文哲研究期刊》，20：541-564。DOI: 10.6351/BICLP.200203.0541
- 楊伯峻（1982）。《春秋左傳注》（再版）。台北：源流文化。
- 楊俊光（2002）。《墨經研究》。南京：南京大學。
- 楊儒賓主編（1993）。《中國古代思想中的氣論及身體觀》。台北：巨流。
- 楊儒賓（1996）。《儒家身體觀》。臺北市：中央研究院中國文哲研究所籌備處。
- 齊林華（2013）。《中國古代文化中的身體觀念及其發展》。博士論文。湖南：湖南師範大學。
- 劉芝慶（2009）。《修身與治國——從先秦諸子到西漢前期身體政治論的嬗變》。碩士論文。台北市：國立臺灣大學歷史研究所。
- 蔡璧名（1997）。《身體與自然——以《黃帝內經素問》為中心論古代思想傳

統中的身體觀》。臺北市：臺大文學院。

蕭宏恩 (2018)。〈作為義利踐形的墨者身體〉，《哲學與文化》，45，7：5-19。

賴錫三 (2012)。〈《莊子》身體觀的三維辯證：符號解構、技藝融入、氣化交換〉，《清華學報》，42，1：1-43。DOI: 10.6841/NTUT.2010.00487

譚戒甫 (1985)。《墨經分類譯註》。台北：崧高書社。

Graham, A. C. (2003). *Later Mohist Logic, Ethics and Science*. Hong Kong: Chinese University Press.

Defoort, Carine (2015). "Heavy and Light Body Parts: The Weighing Metaphor in Early Chinese Dialogues." *Early China*, 38: 55-77. DOI: 10.1017/eac.2015.3

