

□何东

## 独特的“关系之乐”

在《中国乐书》中，“乐”译为“pleasure”而非“happiness”或“joy”。戴梅可认为，“happiness”在西方历史中长期与“好运”绑定，且易被简化为社会心理常态的标签，难以涵盖中国语境中“乐”作为“寻找、安享、赋予”的行动属性。“joy”则无法包容“乐”兼具感官体验、道德实践与智性追求的丰富内涵。而“pleasure”既包含感官满足、情感共鸣，也涵盖理性思考与长期关系中的深层满足，与中国古代“乐”的多元特质更加契合。

中国古代“乐”的核心是“关系之乐”，包括乐友、乐业、乐生、乐学、乐家等，需通过好奇心、想象力、自我克制与奉献精神实现，而非短暂的感官放纵。与短时效的情绪反应“喜”不同，“乐”具有持久性与建设性：“喜”可因晴好天气、意外之财而生，也可因暗算敌人、逃脱惩罚而发，是中性的情绪波动，过度则耗散精力；而“乐”必然导向有益身心、完善人格的结果，需经过长期实践与修养沉淀。

《中国乐书》注意到，“乐”在古代中国具有鲜明的政治功能，是维系社会秩序、巩固统治的有效工具。统治者通过“与民同乐”凝聚民心，将个人欲望转化为公共利益。贤君明白，独享特权会引发臣民怨恨，唯有让百姓共享资源、各得其乐，才能赢得忠诚；而暴君因放纵欲望、垄断享乐，终将陷入孤立。同时，“乐”是判断统治者品性的标准：贤君能通过“乐”的实践兼顾个人修养与治国责任，以礼乐教化规范社会秩序。

对士人阶层而言，“乐”是修身立德的途径。“君子役物，小人役于物”，真正的贵族与士人，要通过“乐”的实践，实现对欲望的掌控，而非被欲望支配。他们以音乐涵养心性、以友谊完善人格，在“乐”的实践中，培养同理心与社会责任，为参与治国理政奠定基础。

戴梅可认为，中国形成如此特别的“乐”理念，与历史轨迹有关。战国时期，大规模的社会政治变革引发两大问题：其一，资源如何公平分配以维系国家稳定？其二，如何融合新征服人口以巩固王权？

随着贵族权力升降、特权变动，旧有秩序难以为继。战国时期的统治者亟须新的理念与机制整合社会，而“乐”的理论恰好提供了解决方案：通过“与民同乐”建立社群意识，以礼仪与音乐调和矛盾，将个人欲望引导至对社会有益的方向。这一时期，“乐”的话语与政治实践深度结合：谋士向国君谏言，主张通过减少欲望、与民共享资源降低风险；强调“持久之乐”优于即时放纵，认为只有节制欲望、改善行为，才能实现个人安宁与王朝长治久安。

## 关于“乐”的哲思

从战国至北宋，“乐”的理论虽有细节调整，但主线始终未变，即强调社会关系对“乐”的决定性作用。《中国乐书》重点分析了数位历史名人对“乐”的思考和实践。

孟子对“乐”的理解建立在



顾闳中《韩熙载夜宴图》(局部)

# 中国古代人的快乐之道

《中国乐书：从战国到北宋》是美国汉学家戴梅可的作品，近日由江苏人民出版社出版。该书耗时近20年完成，融合思想史、政治学、伦理学、美学等多学科视角，其主题聚焦“什么是美好生活”及实现路径，通过追溯从战国到北宋“乐”的理论演进，揭示古代中国思想家对人性、社会与宇宙的深刻思考。

“性本善”基础上，强调“与民同乐”。他认为，国君与百姓有着共同的基本欲望，贤君的责任在于“推己及人”，将个人对“乐”的追求扩展至百姓，使“黎民不饥不寒，七十者衣帛食肉”。孟子通过与梁惠王的对话系统阐释了这一理念。

在孟子看来，“乐”的共享不仅是道德要求，更是巩固统治的根本，“乐民之乐者，民亦乐其乐；忧民之忧者，民亦忧其忧”，由此实现“王天下”的目标。同时，他区分了“义”与“利”：追求“利”易导致诸侯争战、臣子弑君，而追求“义”能将欲望引导至建设性方向，实现个人与社会的双赢。

荀子则将“乐”的理论与人性改造、治国理政深度结合，提出“乐者，天下之大齐也，中和之纪也”。他认为人性有“好利恶害”的自然倾向，需通过礼乐教化加以引导，使“邪气得接焉”，实现“阳而不散，阴而不集，刚气不怒，柔气不悞”的身心平衡。

荀子把“乐”分为“消耗性之乐”与“建设性之乐”：前者放纵欲望、耗散资源，后者则通过礼仪规范与音乐熏陶，培养人的同理心与社会责任。他主张“从道不从君”，认为君子即使不被任用，也可通过“乐”的实践完善自身、影响他人，实现“君子豹变，其文蔚也”的人格提升。

庄子提倡的“乐”是“至乐无乐”，即超越功利的欲望追求，顺应自然本性，保持生命的活力与安宁。他强调，人生的要义在于“颐养天年、安然终老”，而非徒劳追求完美，需避免“不必要的忧虑耗尽生命”。庄子认为，世间万物“所知有限”，没有人能实现“全知”，因此要以“顺势疗法”的态度面对困境。

《中国乐书》认为，庄子的“乐”是一种精神自由：摆脱对功名利禄的执念，超越善恶、美丑的

二元对立，实现“无己、无功、无名”的境界。这种自由并非脱离社会，而是在社会关系中保持本心，“乘天地之正，而御六气之辩，以游无穷”，在顺应自然规律的同时，获得精神的满足。

西汉末年的扬雄则将“乐”的最高境界定义为“潜心于圣”，即通过阅读古代经典、效仿圣人，实现精神的升华。他强调学习孟子、荀子、庄子等先贤的著作，能使人获得超越感官的智性快乐。

扬雄主张“温故而知新”，认为有学问的人应通过钻研经典创作出新的经典，成为“经学大师”。他的作品以自问自答的戏谑风格呈现，体现了对“乐”的智性追求。这种“乐”不依赖外在物质，而源于知识的积累、思想的精进与精神的富足，是一种持久且具有建设性的“关系之乐”。

陶渊明以辞官归隐后的田园之乐闻名，其“乐”体现在与自然的和谐、生活的简朴与精神的自由中。“采菊东篱下，悠然见南山”正是这种精神状态的写照。他摆脱官场的束缚，在耕种、读书、饮酒中实现“乐生”的理想，是“安贫乐道”的实践典范。陶渊明的田园组诗不仅描绘了自然之美，更蕴含着对人性、社会的深刻思考，即真正的快乐源于内心的充实，而非外在的功名富贵。

苏轼在人生最后数十年遭遇三次贬谪，一次比一次失意，他以陶渊明为榜样，几乎遍和陶诗，并以陶渊明自况。但苏轼逐渐意识到，单纯效仿前人无法真正消解人生的不幸与孤独。他的“乐”是一种旷达的生命态度：在逆境中坚守人格，在苦难中寻找意义，通过与友人的交往、对自然的欣赏、对文学艺术的追求，实现“也无风雨也无晴”的精神境界。苏轼的实践表明，“乐”并非逃避现实，而是在正视人生困境后，依然保持对生活的热爱与对他人的善意，其

“乐”是“入世”的坚守与“出世”的超脱之统一。

## 音乐与友谊

音乐是古代“乐”的关键载体。曾侯乙编钟的出土印证了中国古代音乐的高度发展，这套由65件编钟组成的乐器，刻有错金铭文，包含两套音高标准，其复杂的音阶体系与演奏形式，体现了音乐在古代社会的突出地位。

《中国乐书》注意到，中国古人的音乐实践体现了“和而不同”的原则，不同音调、乐器的协调配合，象征着社会成员的和谐共处。俞伯牙与钟子期“高山流水遇知音”的故事，不仅展现了音乐作为友谊的隐喻，更揭示了音乐能跨越语言、直达心灵的共鸣力量。孔子学琴于师襄子，则体现了音乐对人格塑造的渐进作用。从“习其曲”到“得其数”，再到“得其志”“得其为人”，孔子通过音乐的熏陶，实现了对自我修养的提升。

从历史演进来看，音乐的功能与形态不断变化。战国时期，宫廷音乐是治国的工具，用于祭祀、宴饮、朝会，凝聚社会力量；西汉以后，私人音乐兴起，古琴、瑟等乐器成为文人修身的载体；魏晋时期，嵇康提出“声无哀乐，乐与政通”，深化了音乐的审美本质探讨；唐宋时期，音乐与文学深度融合，诗词唱和成为文人“乐”的实践形式。

友谊则是“关系之乐”的直接体现，《中国乐书》认为，友谊与音乐共享“共鸣”的理论基础。二者都假设“看不见的同理心”将人与人联系在一起，需要通过持续的协调与滋养实现完美。中国古代的友谊强调“知己”，即对他人的品性与才华的深刻理解与欣赏，其特质是信任、包容与相互成就。

历史上诸多友谊典范被反复

传颂。比如，管仲与鲍叔牙的“生我者父母，知我者鲍子也”，体现了友谊基于信任与包容的本质。子祀、子舆、子犁、子来四人“相视而笑，莫逆于心”，共享“知死生存亡之一体”的理念，体现了友谊超越生死的精神联结。俞伯牙与钟子期的“知音”之谊，展现了音乐与友谊的深度融合。

此类友谊的实践场景丰富多样。乡饮仪式中，贵族通过饮酒、音乐交流巩固情谊，培养“宽”“恕”的品格。仪式严格遵循等级秩序，但通过共享饮食、音乐，营造了“和敬”“和亲”“和顺”的氛围，使不同阶层的人在“乐”的实践中建立联系。葬礼上，友人还会以独特的方式表达哀思，如曹丕率宾客为王粲作驴鸣，徐稚以炙鸡、酒、米饭悼念黄琼，体现了友谊超越礼仪形式的本质。

同时，《中国乐书》指出，古人很重视“绝交”。嵇康《与山巨源绝交书》以明确的态度坚守友谊的道德底线，指出“道不同，不相为谋”；管宁与华歆“割席断交”，因华歆贪恋财富、热衷权势，违背了友谊的基本准则；朱穆《绝交论》批评当时“以势利相交”的虚伪友谊，强调真正的友谊应基于道德与志趣的契合。

戴梅可认为，友谊的社会价值在于，它能帮助个体完善人格。“朋友切切偲偲”，通过相互批评与鼓励，使人正视自身不足。同时，友谊能扩展社会联系，将家庭伦理延伸至更广泛的社群，成为维系社会和谐的重要纽带。正如《论语》所说的“有朋自远方来，不亦乐乎”，在中国传统文化中，友谊不仅是个人快乐的来源，更是文化传承、社会凝聚的重要力量。



《中国乐书：从战国到北宋》  
[美]戴梅可 著  
何剑叶 译  
思库 | 江苏人民出版社