

# 《鬼谷子》“养志法灵龟”：上古智慧的深层解读

## 《鬼谷子》“养志法灵龟”： 上古智慧的深层解读



玄机编辑部

本文深入探究《鬼谷子》中的“养志法灵龟”命题，从上古龟的象征意义、巫觋传统、龟卜文化、礼制地位及养生观等多个维度，揭示其蕴含的深刻哲学思想和精神修养方法论，力图还原其在先秦语境下的原始意涵。

玄机编辑部 · 2026-02-07

养志法灵龟

鬼谷子

上古智慧

精神修养

龟文化

# 目 录

## 总 序

### 上编：溯源——"灵龟"之道的上古根脉

#### 第一章 龟在上古文明中的神圣地位

##### 第一节 龟与天地之象

##### 第二节 龟卜之源流与巫覡传统

##### 第三节 灵龟与"通神明之德"

##### 第四节 龟在上古礼制中的地位

##### 第五节 龟之"不食而寿"与上古养生观

#### 第二章 "志"在先秦思想中的多重意涵

##### 第一节 "志"之字源与本义

##### 第二节 《尚书》中的"志"

##### 第三节 《周易》中的"志"

##### 第四节 《诗经》中的"志"

##### 第五节 先秦诸子论"志"

##### 第六节 "志"之本质的综合考察

#### 第三章 《鬼谷子》其书其人与思想渊源

##### 第一节 鬼谷子其人考辨

##### 第二节 《鬼谷子》一书之结构

##### 第三节 "本经阴符七篇"之总论

##### 第四节 鬼谷子与道家之关系

### 中编：析义——"养志法灵龟"的文本解读

#### 第四章 《鬼谷子·养志法灵龟》原文细读

##### 第一节 原文全录

##### 第二节 首段解读："养志者，心气之思不达也"

##### 第三节 中段解读："夫志不可一"

##### 第四节 末段解读："用之于己"

##### 第五节 "养志法灵龟"之整体义理结构

#### 第五章 "养志法灵龟"与《鬼谷子》其他篇章之内在关联

##### 第一节 与"盛神法五龙"之关联

##### 第二节 与"实意法螭蛇"之关联

##### 第三节 与"捭阖"之关联

第四节 与"反应"之关联

第五节 与"揣""摩"二篇之关联

第六章 "养志法灵龟"之修养次第与具体法门

第一节 养志之前提：寡欲

第二节 养志之核心：心气一

第三节 养志之深化：自知

第四节 养志之效果：志定

第五节 养志之最高境界：不测之智

下编：通贯——"养志法灵龟"与先秦诸子之会通

第七章 "养志法灵龟"与道家修养论之会通

第一节 与《老子》"谷神不死"之会通

第二节 与《老子》"上善若水"之会通

第三节 与《老子》"知其雄，守其雌"之会通

第四节 与庄子"至人无己"之会通

第五节 与《庄子·养生主》之会通

第八章 "养志法灵龟"与儒家修养论之会通

第一节 与孔子"志于道"之会通

第二节 与曾子"三省吾身"之会通

第三节 与颜回"不迁怒，不贰过"之会通

第四节 与《中庸》"喜怒哀乐之未发"之会通

第五节 与《大学》"诚意正心"之会通

第九章 "养志法灵龟"与兵家思想之会通

第一节 与《孙子兵法》"知彼知己"之会通

第二节 与《孙子兵法》"其疾如风，其徐如林"之会通

第三节 与《孙子兵法》"善守者藏于九地之下"之会通

第四节 与《孙子兵法》"致人而不致于人"之会通

第十章 "养志法灵龟"与先秦历史人物之印证

第一节 舜之"养志"

第二节 文王之"养志"

第三节 伊尹之"养志"

第四节 姜太公之"养志"

第五节 苏秦、张仪之"养志"

第六节 范蠡之"养志"

第十一章 "养志法灵龟"之深层哲学追问

第一节 "志"与"道"之关系

第二节 "灵"之本质追问

---

第三节 为何是"龟"而非他物?

---

第四节 "法"之方法论意义

---

第五节 "养"之过程论意义

---

结 语

---

第十二章 总论: "养志法灵龟"的永恒价值

---

第一节 五字之中的完整体系

---

第二节 从上古到先秦的思想传承

---

第三节 内圣与外王的统一

---

第四节 对先秦"人"之理解的深化

---

第五节 龟之永恒启示

---

附论: 关于《鬼谷子》"本经阴符七篇"真伪问题之说明

---

参考文献 (先秦典籍)

---

# 对于"养志法灵龟"的解读与探究：《鬼谷子》

作者：玄机编辑部

## 总序

"养志法灵龟。"此五字，出于《鬼谷子》之篇目，虽寥寥数言，然其所蕴之义理，贯通天人、幽微深邃，实为先秦纵横学、道术学、养生学乃至上古巫觋传统之枢纽所在。今人读此五字，或以为不过修身之末技、纵横之小术，而不知其根脉之远、源流之深，上承伏羲观象之智、神农尝百草之验、黄帝问道之学，下启老子守静之旨、庄周养生之论、鬼谷纵横之术。"养志"者，非徒言心志之培养也，乃人之精神主宰之涵育、蓄养、凝聚与运用之全体大法；"法灵龟"者，非徒取龟之一物为喻也，乃上古以来龟为通神达灵之圣物、天人交感之媒介、静定含藏之至德的全部象征系统之凝缩。五字之中，包含着先秦之人对"志"之本质的深刻体认，对"灵"之境界的至高追求，对"龟"之德性的细密观察，三者浑融一体，构成了一套完整的精神修养之方法论。

本文之撰写，旨在从上古巫觋传统、先秦道术源流、《鬼谷子》文本内证及先秦诸子百家之互证等多重维度，对"养志法灵龟"这一命题进行全面而深入的解读与探究。文中所引典籍，悉以先秦文献为据，所论义理，悉从上古与先秦之视角出发，以期还原这一命题在其原初语境中的本来面目与深层意涵。

## 上编：溯源——"灵龟"之道的上古根脉

### 第一章 龟在上古文明中的神圣地位

#### 第一节 龟与天地之象

欲解"养志法灵龟"之义，必先明"灵龟"之所以为"灵"。龟之为物，在上古先民之心目中，绝非寻常走兽可比。其地位之崇高、象征之丰富、功用之广大，在先秦文献中有着极为充分的记载与阐发。

龟之所以被视为灵物，首先在于其形体之象。龟背隆起而圆，腹甲平坦而方。上古先民仰观天穹之圆、俯察大地之方，而龟之一身兼具圆方之象，遂以龟为天地之缩影、宇宙之微型。《周易·系辞

上》云：

"仰以观于天文，俯以察于地理，是故知幽明之故。"

此观天察地之法，正与龟之圆背方腹相应。先民何以在万物之中独取龟为通天达地之媒介？正因龟之形体本身即是一个天地模型——背为天，腹为地，龟居其中，犹人之立于天地之间。

《礼记·礼运》载孔子之言曰：

"何谓四灵？麟凤龟龙，谓之四灵。"

龟与麟、凤、龙并列为四灵，而四灵者，天地之精华、阴阳之灵秀所钟也。麟为走兽之灵，凤为飞禽之灵，龙为鳞虫之灵，龟为甲虫之灵。四者各统一类，而龟独以其真实可见、可触可用之身，兼通幽明、贯达天人，是以其在实际的祭祀、卜筮、礼仪活动中，地位反在麟、凤、龙三者之上。何以故？麟、凤、龙三者，或隐或现、或有或无，世人罕得一见；唯龟则实实在在、触手可及，而其灵验通神之功又不在三者之下，是以上古之人于四灵之中最重龟也。

## 第二节 龟卜之源流与巫覡传统

龟之神圣地位，最直接的体现在于龟卜。龟卜者，灼龟甲以观兆纹，据兆纹以断吉凶，乃上古巫覡通神之最重要手段之一。

殷商甲骨之发现，使今人得以窥见三千余年前龟卜之盛况。商人几乎事事卜龟——征伐卜之，祭祀卜之，田猎卜之，风雨卜之，疾病卜之，生育卜之。龟甲之上，密密麻麻刻满卜辞，记录着商王与贞人向鬼神发问的内容、龟兆显示的结果以及事后的验证。龟，在此不仅是占卜的工具，更是人与鬼神之间的通讯媒介——人之问意通过灼烧传递给龟，龟以兆纹回应人之所问，而这兆纹据信乃是鬼神之意旨的显现。

何以上古之人独以龟为卜？此问极为关键。

其一，龟为长寿之物。《庄子·秋水》篇载：

"吾闻楚有神龟，死已三千岁矣，王巾笥而藏之庙堂之上。"

三千岁之说虽或有夸饰，然龟之长寿，确为先民之常识。寿则久，久则经历多，经历多则知事理之变化，故龟被视为积聚了极长时间之生命智慧的存在。问之以吉凶祸福，犹问一位阅历无穷之长者，故能知未来之事。

其二，龟能伏藏。龟遇危则缩首尾四足于甲壳之中，外物不能伤之。此种伏藏之能，在上古先民看来，乃是一种“守神”之德——龟能守住自己的精神，不为外物所夺，故其精神完足、灵明不昧，能通达幽冥之域。

其三，龟甲之纹理本身即具象数之美。龟背甲之中央有五枚椎盾，左右各有四枚肋盾，周边有若干缘盾，其数目与排列呈现出高度的规律性与对称性。先民观之，以为此乃天地之数、阴阳之理内蕴于龟体之明证，故龟甲灼裂之纹，亦必蕴含天地鬼神之信息。

《尚书·洪范》载箕子之言曰：

“汝则有大疑，谋及乃心，谋及卿士，谋及庶人，谋及卜筮。”

又曰：

“择建立卜筮人，乃命卜筮。曰雨，曰霁，曰蒙，曰驿，曰克，曰贞，曰悔，凡七。卜五，占用二，衍贰。”

此所谓“卜”，即龟卜也。“筮”则为蓍草之占。《洪范》以卜筮与“谋及乃心”“谋及卿士”“谋及庶人”并列作为决疑之法，且龟卜在蓍筮之前，可见龟卜在上古决策体系中的崇高地位。

《周礼·春官·龟人》载：

“龟人掌六龟之属，各有名物。天龟曰灵属，地龟曰绎属，东龟曰果属，西龟曰雷属，南龟曰猎属，北龟曰若属。各以其方之色与其体辨之。”

六龟分属六方（天、地、东、西、南、北），各有名号，各以方色与体形辨别之。此制度之精密，足见上古之人对龟之研究何等细致、对龟之看重何等殷切。而“天龟曰灵属”——天龟名“灵”，正与《鬼谷子》所谓“灵龟”相呼应。天龟居六龟之首，名之曰“灵”，灵者，神也、妙也、通也，是龟之最高品格。

### 第三节 灵龟与“通神明之德”

上古之人何以深信龟能通神？此中之理，需从上古巫觋的世界观来理解。

上古巫觋以为，天地之间有幽明二界：明者，人之所居也；幽者，鬼神之处也。幽明之间，有隔而又有通。通幽明者，必赖灵物。灵物者，禀天地之精气、兼阴阳之灵秀者也。龟居水陆之间，能潜能伏、能动能静，水属阴而陆属阳，龟兼居之，故兼阴阳之性；龟之长寿几近于不死，而不死者近于仙，近于仙者近于神，故龟能通神明之域。

《周易·系辞上》有极为重要之一段：

"天生神物，圣人则之；天地变化，圣人效之；天垂象，见吉凶，圣人象之；河出图，洛出书，圣人则之。"

所谓"天生神物"，历来以为指蓍草与龟甲。"圣人则之"——圣人效法这些天生的神物以知吉凶。龟甲，正是"天生神物"之首要者。又《系辞上》云：

"探賾索隐，钩深致远，以定天下之吉凶，成天下之亹亹者，莫大乎蓍龟。"

"探賾索隐，钩深致远"——探求隐微幽深之理，钩取深远玄奥之义，以此来安定天下之吉凶、成就天下之勤勉不息者，没有比蓍草和龟甲更伟大的了。此语将龟之功用提到了"定天下吉凶"的高度，龟非仅一占卜工具，乃天地间最伟大的通神达灵之器。

又《系辞上》云：

"是故蓍之德圆而神，卦之德方以知，六爻之义易以贡。圣人以此洗心，退藏于密，吉凶与民同患。神以知来，知以藏往，其孰能与于此哉？古之聪明睿知、神武而不杀者夫！"

此段极妙。"退藏于密"——退而藏之于幽密之处，正是龟之德性的写照。龟遇物则退缩伏藏，守于甲壳之密处，此即"退藏于密"。而"神以知来，知以藏往"——以神妙之智知未来之事，以智慧之光藏往昔之理——此正是灵龟之所以为灵的核心：它能知来藏往，通达过去与未来。

"圣人以此洗心"——圣人以蓍龟之道来洗涤自己的心灵。此处之"洗心"，实即"养志"之另一种表述。洗心者，去其杂染、还其本明也；养志者，培其根本、充其灵明也。二者异名而同实。《鬼谷子》之"养志法灵龟"，正是将《周易》"圣人以此洗心，退藏于密"的精神，凝缩为一个简洁有力的修养法则。

#### 第四节 龟在上古礼制中的地位

龟不仅用于卜筮，在上古礼制中亦有崇高地位。

《周礼·春官·大卜》载：

"大卜掌三兆之法：一曰玉兆，二曰瓦兆，三曰原兆。其经兆之体皆百有二十，其颂皆千有二百。"

又载：

"凡国大贞，卜立君，卜大封，则眡高作龟。"

国之大事——立君、封疆——必以龟卜决之。所谓"眡高作龟"，即选取品质最高之龟以行卜事。龟之高下，关乎国运之隆替、社稷之安危，岂可轻忽？

《礼记·曲礼上》载：

"龟为卜，策为筮。卜筮者，先圣王之所以使民信时日、敬鬼神、畏法令也。"

龟卜不仅是通神之术，更是治国之器。圣王以龟卜"使民信时日、敬鬼神、畏法令"——通过龟卜确立时日之信用、鬼神之权威、法令之威严。龟，在此已超越了占卜工具的层面，成为上古政治秩序与宗教秩序的基石之一。

又《礼记·曲礼上》云：

"卜筮不相袭。龟，象也。筮，数也。"

"龟，象也"——龟之所以能卜，在于其兆纹之"象"。象者，形象也、意象也。天地万物之理，不以抽象之概念呈现，而以具体之形象呈现，此上古思维之一大特征。龟甲灼裂之纹，呈现出各种形象，卜人据此形象以断吉凶。这种"观象"之法，正与《周易》"观象以知器""立象以尽意"的思维方式一脉相承。

《左传·襄公九年》载穆姜之言：

"龟，象也；筮，数也。物生而后有象，象而后有滋，滋而后有数。"

此语揭示了龟卜之哲学基础——"物生而后有象"，万物产生之后便有其形象，形象蕴含着事物的本质与趋势。龟兆之象，正是天地万物之象的微观呈现。

### 第五节 龟之"不食而寿"与上古养生观

龟之为灵物，尚有一极重要之特征，即其不食（或少食）而能长久存活。此特征在上古养生学说中具有非常重大的意义。

《庄子·刻意》篇云：

"吹响呼吸，吐故纳新，熊经鸟申，为寿而已矣。此道引之士，养形之人，彭祖寿考者之所好也。"

此言养形延寿之术。而龟之长寿，不在于运动（龟之行动极为迟缓），而在于静定、在于伏藏、在于寡欲。龟能长期不食而存活，此即先秦所谓"龟息"之术的生物学基础。所谓"龟息"，即模仿龟之呼吸——极其缓慢、极其微细、几近于无——以达到寡欲养精、延年益寿之效果。

《庄子·逍遥游》载：

"小知不及大知，小年不及大年。奚以知其然也？朝菌不知晦朔，蟪蛄不知春秋，此小年也。楚之南有冥灵者，以五百岁为春，五百岁为秋；上古有大椿者，以八千岁为春，八千岁为秋。"

龟虽未在此段直接出现，然"大年"之说与龟之长寿精神相通。龟之寿越常物，正因其能"养"——养其精、养其气、养其神、养其志。此"养"非有为之养，乃无为之养；非外求之养，乃内守之养。此义与《鬼谷子》"养志"之旨深相契合。

又《楚辞·天问》中亦有关于龟之记载：

"鸱龟曳衔，鲛何听焉？"

此问涉及大禹之父鲛之故事，龟在其中扮演了某种角色。又：

"黑水玄趾，三危安在？延年不死，寿何所止？"

"延年不死"之追问，正是上古先民对长生之渴望的表达。龟以其超乎寻常的长寿，成为这种渴望的最佳寄托对象。

以上所述，旨在勾勒龟在上古文明中的神圣地位。总而言之，龟之"灵"，体现在以下几个层面：

**第一**，形体之灵——背圆腹方，象天法地，为宇宙之微缩。**第二**，通神之灵——龟卜为上古最重要的通神手段，龟为人神之间的媒介。**第三**，长寿之灵——龟寿极长，在先民心中近于不死，象征着超越时间的永恒智慧。**第四**，伏藏之灵——龟能缩退伏藏，守神不失，象征着"退藏于密"的至高修养境界。**第五**，观象之灵——龟兆呈象，蕴含天地万物之理，象征着"立象尽意"的认知方法。

正是因为龟具有如此多重而丰富的"灵"性，《鬼谷子》才以"灵龟"为"养志"之法，取龟之全部灵德以为修养精神、涵育心志之典范。

## 第二章 "志"在先秦思想中的多重意涵

### 第一节 "志"之字源与本义

欲深解"养志"之义，必先明"志"之内涵。

"志"字，从心从之。"之"者，往也、至也，脚趾向前行进之象。心之所之，谓之志。志，即心之所向、心之所往、心之所趋。故"志"的最基本含义，是心灵的方向性——人之心灵指向何处、趋向何方，便是

其"志"之所在。

然而在先秦文献中，"志"的含义远不止于此。"志"兼有意志、心志、志向、志气、情志、记忆等多重含义，且在不同语境中各有侧重。以下分别考察之。

## 第二节 《尚书》中的"志"

《尚书》为最古之典籍之一，其中"志"之用例，可见上古之人对"志"之理解。

《尚书·舜典》载帝舜之言：

"诗言志，歌永言，声依永，律和声。"

"诗言志"——诗是用来表达志的。此处之"志"，兼有情感与意向之义。心中有所感、有所思、有所欲，发而为言即为诗，诗所表达的便是"志"。此"志"不仅是单纯的理性意志，更包含着情感的维度。故"志"在上古之义，实为心灵活动之总称——凡心之所感、所思、所欲、所向，皆可谓之"志"。

《尚书·说命上》载：

"王忱不言，帝曰：'恭默思道。'"

又《说命下》载傅说之言：

"惟学逊志，务时敏，厥修乃来。"

"逊志"者，谦逊其志也。此"志"近于心态、心性之义。养志者，非使志膨胀高亢，乃使志谦逊内敛、沉静深厚。此义与龟之伏藏内敛之德正相呼应。

《尚书·洪范》载箕子之言曰：

"思曰睿，睿作圣。"

思虑能达到"睿"的境界，便可成为"圣"。而"睿"者，深明也、通达也。志之养到极处，便是"睿"——心灵通达无碍、深明万理。此即灵龟之"灵"所象征的境界。

## 第三节 《周易》中的"志"

《周易》经传中，"志"字出现甚多，其义各有不同，合而观之，可见先秦之人对"志"之理解的多层面性。

《周易·乾·文言》云：

"潜龙勿用，阳气潜藏。"

又云：

"初九曰'潜龙勿用'，何谓也？子曰：'龙德而隐者也。不易乎世，不成乎名，遁世无闷，不见是而无闷。乐则行之，忧则违之，确乎其不可拔，潜龙也。'"

此"确乎其不可拔"，正是志之坚定。潜龙者，潜伏不动，如龟之伏藏，而其志确乎不可拔——外物不能动摇之。此与"养志法灵龟"之旨深相契合：养志者，如潜龙之潜、灵龟之伏，外不为物所动，内守其志之坚定。

《周易·坤·文言》云：

"积善之家，必有余庆；积不善之家，必有余殃。臣弑其君，子弑其父，非一朝一夕之故，其所由来者渐矣，由辩之不早辩也。《易》曰：'履霜，坚冰至。'盖言顺也。"

此"其所由来者渐矣"，亦与"养志"之理相通。志之养成，非一朝一夕之功，如积善之渐、履霜之渐，须日积月累、持之以恒。龟之长寿，正是持久不懈之象。

《周易》六十四卦之爻辞与象辞中，"志"字频出。例如：

《屯卦》六二象曰："六二之难，乘刚也。十年乃字，反常也。"——象辞释此爻多言"志"。

《需卦》九五象曰："酒食贞吉，以中正也。"

《蒙卦》初六象曰："利用刑人，以正法也。"

而《大象》之中更有多处涉及"志"之修养，如：

《乾》大象："天行健，君子以自强不息。"——此自强不息之精神，即志之刚健也。

《坤》大象："地势坤，君子以厚德载物。"——此厚德载物之品格，即志之柔顺宽厚也。

《艮》大象："兼山，艮。君子以思不出其位。"——此"思不出其位"，即志之守定、不妄动也，最合灵龟伏藏之象。

尤为关键者，《颐》卦六四爻辞曰：

"颠颐，吉。虎视眈眈，其欲逐逐，无咎。"

又《颐》卦初九爻辞曰：

"舍尔灵龟，观我朵颐，凶。"

此处直接出现了"灵龟"二字！此爻之义极为重要，当详加分析。

"舍尔灵龟，观我朵颐，凶。"——抛弃你自己的灵龟（灵明之智、自足之德），而去羡慕别人大嚼之状（贪求外在之欲望），这是凶险的。

此爻辞为"养志法灵龟"提供了最直接的经典支撑。何谓"灵龟"？在此爻辞的语境中，"灵龟"象征的是人本自具足的灵明心性——龟不需外食而能长久存活，人之灵明心性亦本自具足、不需外求。若人能如灵龟一般守住自己本有的灵明，不为外物所诱，此即"养志"之要义。反之，若抛弃自己的"灵龟"——丧失本有之灵明——而去追逐外在之声色利欲（"观我朵颐"），则志散而神亡，此为大凶。

程子注此爻（此乃后世之注，此处仅引《周易》原文之义而不取程注之说）。吾人仅就先秦原典之义而论之。

《象》曰："舍尔灵龟，观我朵颐'，亦不足贵也。"——舍弃灵龟而贪朵颐之人，"不足贵"——不值得尊重。此判断极为严厉。一个丧失了内在灵明而追逐外在欲望的人，在先秦价值观中是"不足贵"的。

由此可见，《周易》之"灵龟"意象，与《鬼谷子》之"养志法灵龟"，在思想脉络上是一以贯之的。二者共同指向一个核心理念：人当效法灵龟之德，守住内在之灵明（志），不为外物所动摇、所引诱、所消散。此即"养志"之根本法则。

#### 第四节 《诗经》中的"志"

《诗经》为先秦诗歌之总集，其中"志"字之用法，亦可见先秦人对"志"之理解。

《诗经·小雅·巧言》：

"他人有心，予忖度之。"

心有所思、有所向，即志之所在。"忖度"他人之心，即推测他人之志。此与《鬼谷子》之术——揣摩人心、洞察人志——正相关联。纵横家之术，核心在于揣度人志，而要能准确揣度他人之志，首先必须养好自己之志。自己之志不明、不定、不充，则无以照见他人之志。此即"养志"为纵横之术根基之理由。

《诗经·小雅·小旻》：

"我龟既厌，不我告犹。"

"我龟既厌"——我的龟（用于卜筮的龟）已经厌烦了，不再告诉我吉凶。此句极有深意。龟何以"厌"？因人反复卜问、不信龟告、烦扰不休，龟遂"厌"而不应。此中蕴含着一个重要道理：人若心志不定、反复犹疑、不能自决，则虽有灵龟亦不能助之。灵龟之灵，需与人之志相应；人之志散乱不定，则龟之灵无以发挥。此亦可从反面证明"养志"之必要——唯志定则灵通，志散则灵闭。

《诗经·大雅·抑》：

"质尔人民，谨尔侯度，用戒不虞。慎尔出话，敬尔威仪，无不柔嘉。"

又：

"投我以桃，报之以李。彼童而角，实虹小子。"

此篇多言谨慎自持之道，其精神与"养志"之谨守内敛相通。

《诗经·大雅·烝民》：

"天生烝民，有物有则。民之秉彝，好是懿德。"

此言天生万民，各有其物、各有其则。"民之秉彝"——人民所持守的常理——即人之本性中固有之"志"的方向。人本好善，此好善之心即志之本然方向。"养志"者，即养护此本然之善向，使之不失、不偏、不散也。

## 第五节 先秦诸子论"志"

先秦诸子对"志"之论述极为丰富，此处择其要者述之。

### 一、孔子论志

《论语·为政》：

"吾十有五而志于学，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳顺，七十而从心所欲不逾矩。"

"志于学"——将心灵的方向确定在"学"上。此处之"志"，兼有目标确定与心力投注之义。"养志"的第一步，便是确定志之方向。

《论语·子罕》：

"三军可夺帅也，匹夫不可夺志也。"

此语极为著名。"志"之坚定，无以复加——三军之帅可以被夺取，但一个普通人的志向是不能被夺取的。此"志"之坚定不拔，正如灵龟之缩退甲壳、守而不出——外力不能侵入、不能动摇。"养志法灵龟"之义，于此可见一端。

《论语·公冶长》：

"子谓颜渊曰：'用之则行，舍之则藏，唯我与尔有是夫！'"

"用之则行，舍之则藏"——被任用则有所作为，不被任用则退隐收藏。此"藏"字极妙，正合灵龟之伏藏。孔子与颜渊之所以能"舍之则藏"，正因其志之养成已到高深境界——不以外在之用舍荣辱动摇内在之志，能行能藏、能出能入，进退自如，此即灵龟之德。

又《论语·述而》：

"志于道，据于德，依于仁，游于艺。"

"志于道"——以道为志之所向。此处"志"不仅是目标，更是整个心灵的取向——以道为心灵的根本归向，以德为立身的根基，以仁为行事的依据，以艺为涵养的途径。"养志"最终是要"志于道"，即将志养到与道合一的境界。

《论语·里仁》：

"士志于道，而耻恶衣恶食者，未足与议也。"

志于道者，不以物质之丰俭为念。此亦灵龟之德——龟不食而寿，不以外在之营养为生命之依赖。养志之人，亦当如此——不以外在之名利声色为志之所系，唯以道为志之归宿。

## 二、孟子论志

孟子对"志"之论述尤为精深。

《孟子·公孙丑上》：

"夫志，气之帅也；气，体之充也。夫志至焉，气次焉。故曰：'持其志，无暴其气。'"

此段极为关键！孟子明确指出：“志”是“气”的统帅，“气”是身体的充实。志到哪里，气便跟到哪里。因此要“持其志，无暴其气”——持守住自己的志，不要暴乱自己的气。

此说与“养志法灵龟”深相呼应。龟之所以能长寿，在于其气不暴——龟之呼吸极其缓慢微细，行动极其安详从容，此即“无暴其气”之至极表现。而龟之气之所以不暴，正因其“志”之持守——龟守于甲壳之内，不妄动、不妄求、不妄作，此即“持其志”之至极表现。志帅气、气充体，志定则气和，气和则体健，体健则寿长——此一套修养逻辑，正是“养志法灵龟”的内在理路。

又《孟子·公孙丑上》：

“曰：‘敢问何谓浩然之气？’曰：‘难言也。其为气也，至大至刚，以直养而无害，则塞于天地之间。其为气也，配义与道。无是，馁也。是集义所生者，非义袭而取之也。行有不慊于心，则馁矣。’”

“浩然之气”之养成，在于“直养而无害”、在于“集义”——积聚义行。此气之养成，非一朝一夕之功，须如龟之长久积蓄、缓慢涵育，日积月累而后充塞天地。又，此气“配义与道”——与义和道相配合。志之所养，最终要达到与道义合一的境界。

《孟子·尽心上》：

“尽其心者，知其性也。知其性，则知天矣。存其心，养其性，所以事天也。夭寿不贰，修身以俟之，所以立命也。”

“存其心，养其性”——存养心性，即养志之另一表述。“夭寿不贰”——无论短命还是长寿，都不改变修身之志。此“不贰”之坚定，正如龟之不为外物所动。“修身以俟之”——修养自身以等待（天命之展开），此“俟”字，含有静定、等待、不妄动之义，与龟之伏藏等待正相合。

### 三、老子论志

老子不直接多用“志”字，但其思想中对“志”的涵养有着极为深刻的论述。

《老子》第十六章：

“致虚极，守静笃。万物并作，吾以观复。夫物芸芸，各复归其根。归根曰静，是谓复命。复命曰常，知常曰明。不知常，妄作凶。”

“致虚极，守静笃”——将心灵虚空到极点，将宁静守持到最笃实的程度。此即“养志”之极致——志养到极处，便是虚静。龟之伏藏不动，正是“守静笃”之象。万物纷纷扰扰、熙熙攘攘，而灵龟独守其静，不

为所动。在此静定之中，反能“观复”——观察万物循环往复之理。此即灵龟之“灵”——在至静之中通达万物之理。

《老子》第十章：

"载营魄抱一，能无离乎？专气致柔，能如婴儿乎？涤除玄览，能无疵乎？爱国治民，能无知乎？天门开阖，能为雌乎？明白四达，能无为乎？"

"载营魄抱一，能无离乎"——形体与灵魂合而为一，能不分离吗？此即志之统一——养志者，使心灵不散、不乱、不分裂，保持高度之统一与凝聚。龟之甲壳将龟之全身包裹其中，首尾四足皆可收入壳中，形成一个完整的统一体，此即"抱一"之象。

"专气致柔，能如婴儿乎"——集中精气以达到柔和，能像婴儿一样吗？龟之呼吸柔缓，气息绵绵，正是"专气致柔"之表现。

"涤除玄览，能无疵乎"——洗涤心灵之镜，能没有瑕疵吗？"玄览"即心灵之镜。养志者，当如洗涤明镜般使心灵无尘无垢、澄澈明净。此即"养志"的目标之一——使志清明无染。

《老子》第三十三章：

"知人者智，自知者明。胜人者有力，自胜者强。知足者富，强行者有志。不失其所者久，死而不亡者寿。"

"强行者有志"——勉力而行者有志。然更深层之义，"不失其所者久"——不丧失自己所应处之位的人能够长久。此"不失其所"，正是龟之德——龟守于其壳、不离其所，故能久。养志者，当如龟之不失其所——守住心灵之本位，不被外物拖离。

"死而不亡者寿"——身体死去而精神不消亡的人才是真正的长寿。龟之长寿，在上古先民看来，正是因于龟之精神不亡——龟守神不失，故其寿几近于永恒。养志到极处，便是使精神达到"不亡"的境界。

《老子》第二十六章：

"重为轻根，静为躁君。是以圣人终日行不离辘重。虽有荣观，燕处超然。奈何万乘之主，而以身轻天下？轻则失本，躁则失君。"

"重为轻根，静为躁君"——沉重是轻浮的根基，宁静是躁动的主宰。此与灵龟之德深相呼应——龟之行动极其沉重缓慢（"重"），其性情极其宁静安详（"静"），此即龟之所以为灵之根本。养志之人，当以"重"为根、以"静"为君，不轻不躁，沉稳凝定。

"轻则失本，躁则失君"——轻浮则丧失根本，躁动则丧失主宰。"失本"即失志之根，"失君"即失志之主。人若轻浮躁动，则志散而灵灭，与"舍尔灵龟，观我朵颐"之凶象正同。

#### 四、庄子论志

庄子之思想中，"志"的涵养具有独特之面向。

《庄子·人间世》载孔子教颜回之言：

"若一志，无听之以耳而听之以心，无听之以心而听之以气。听止于耳，心止于符。气也者，虚而待物者也。唯道集虚。虚者，心斋也。"

此段极为精妙！"若一志"——先要统一你的志。"无听之以耳而听之以心"——不用耳朵听而用心来感应。"无听之以心而听之以气"——不用心来感应而用气来感应。"气也者，虚而待物者也"——气是虚空而等待万物来感应的东西。"唯道集虚"——只有道汇聚在虚空之中。"虚者，心斋也"——这种虚空的状态，就叫做心斋。

此段所论，正是"养志"之最高法门。养志的过程是：先"一志"（统一心志），再从耳到心（从感官层面深入到心灵层面），再从心到气（从心灵层面深入到更微妙的气的层面），最终达到"虚"的境界。此"虚"即灵龟之至德——龟之甲壳内部是中空的（虚），正因此虚，龟才能容纳首尾四足于其中，才能在静定中通达灵明。"唯道集虚"——道只在虚空中汇聚，故养志到极处，便是虚——心灵虚空、志意虚空，在此虚空之中，道自来集。

《庄子·达生》篇载纪渚子养斗鸡之寓言：

"鸡虽有鸣者，已无变矣，望之似木鸡矣，其德全矣。异鸡无敢应者，反走矣。"

木鸡之喻，正是养志到极处之象。鸡之德全——精神完足、无所动摇——望之如木，实则其内在之灵明充盈无缺。此与灵龟之伏藏不动异曲同工——外表似乎无知无觉，实则内在灵明完具。

《庄子·养生主》载庖丁解牛之事：

"臣之所好者道也，进乎技矣。……方今之时，臣以神遇而不以目视，官知止而神欲行。"

"以神遇而不以目视"——用精神去感应而不用眼睛去观察。此即志养到高深境界之表现——心志凝定纯一，超越了感官的层面，直接以精神与事物相遇。此"神遇"之能，正是灵龟之"灵"——通达万物而不假外器。

《庄子·秋水》篇更直接涉及灵龟：

"庄子钓于濮水，楚王使大夫二人往先焉，曰：'愿以境内累矣！'庄子持竿不顾，曰：'吾闻楚有神龟，死已三千岁矣，王巾笥而藏之庙堂之上。此龟者，宁其死为留骨而贵乎？宁其生而曳尾于涂中乎？'二大夫曰：'宁生而曳尾涂中。'庄子曰：'往矣！吾将曳尾于涂中。'"

此为庄子思想中极著名之段落。楚王欲以国事相累，庄子以神龟为喻而拒之——你那神龟虽然被巾帛包裹、匣笥收藏、供奉在庙堂之上，但它已经死了三千年了；与其死后留下骨头被人尊崇，不如活着在泥水中拖着尾巴自由自在。

此寓言之深意何在？

其一，"灵龟"之真灵，在于其活泼泼的生命力，而非死后的骸骨。人之志，亦当如此——志之养成，目的在于使生命活泼泼、灵明明，而非外在的尊崇荣耀。若为了外在的名位而丧失了生命的自由与灵明，则如死龟之留骨，虽贵实悲。

其二，"曳尾于涂中"——在泥水中自由爬行——此乃龟之本然生活状态。庄子宁选此状态，而不愿如死龟被供于庙堂。此意味着：养志之真谛，不在于将志提升到多么崇高的外在目标（如庙堂之高），而在于让志回归其本然——自在、自由、自适、自足。此即"法灵龟"之真义——效法活的灵龟之自在自适，而非效法死龟之被供奉。

其三，此寓言暗含着对世俗价值观的深刻批判。世人以为尊崇神龟之骸骨便是敬龟，殊不知这恰恰违背了龟的本性。同理，世人以为追逐名利便是有志，殊不知这恰恰是丧失了本志。真正的养志，是让志如活龟一般——在其本然的环境中，按其本然的方式，过其本然的生活。

## 第六节 "志"之本质的综合考察

综合以上先秦典籍对"志"之论述，可以归纳出"志"的几个本质特征：

**第一，方向性。** 志是心灵的方向。"心之所之"即志。无方向之心灵是散乱的、无力的；有方向之心灵是凝聚的、有力的。养志首先要确定方向——"志于道""志于学"。

**第二，统一性。** 志要求心灵的统一。"若一志"——庄子所谓"一志"，即心灵不分散、不矛盾、不犹疑，形成高度的内在统一。

**第三，坚定性。** "匹夫不可夺志"——志要坚定不移。"确乎其不可拔"——如磐石之不可动摇。

**第四，内在性。** 志是内在的、自足的。"灵龟"不需外食而能存活，志亦不需外在条件而能自我维持。"不失其所者久"——守住内在之本位即可长久。

**第五，灵明性。** 志之养成到极处，便是灵明——"睿作圣""知常曰明"。灵龟之"灵"，正象征着志之灵明——通达万物之理而不滞于一隅。

**第六，虚静性。**志之最高境界是虚静——“致虚极，守静笃”“虚者，心斋也”。灵龟之伏藏不动，正是此虚静之象。

这六个特征——方向性、统一性、坚定性、内在性、灵明性、虚静性——共同构成了先秦“养志”学说的基本框架。而“灵龟”这一象征，恰好完美地体现了这六个特征：龟之爬行有方向（方向性）、龟之缩壳成一体（统一性）、龟之甲壳坚不可摧（坚定性）、龟之不食而能自养（内在性）、龟之通神达灵（灵明性）、龟之伏藏不动（虚静性）。正因如此，鬼谷子取“灵龟”为“养志”之法，实在是精妙绝伦之选择。

### 第三章 《鬼谷子》其书其人与思想渊源

#### 第一节 鬼谷子其人考辨

鬼谷子者，先秦纵横学之宗师也。其人真实姓名、生卒年月、具体事迹，在先秦文献中皆不甚明确，而笼罩在一层神秘的传说之中。

鬼谷子之名，首见于先秦文献之引述。《史记·苏秦列传》载：

“苏秦者，东周洛阳人也。东事师于齐，而习之于鬼谷先生。”

又《史记·张仪列传》载：

“张仪者，魏人也。始尝与苏秦俱事鬼谷先生学术。苏秦自以不及张仪。”

据此，鬼谷先生为苏秦、张仪之师，其活动时代当在战国中期（约公元前四世纪左右）。然鬼谷子之身份与行迹，在先秦时代即已带有浓厚的传奇色彩。

“鬼谷”之名，或以地名得之。先秦有“鬼谷”之地，鬼谷子居于鬼谷而得名。此如老子居柱下而称柱下史，庄周居濠梁而有濠梁之梦也。鬼谷之地，幽深莫测，正与鬼谷子之学术风格相应——幽微深邃、不可测度。

鬼谷子之学术渊源，历来说法不一。然从《鬼谷子》一书之内容来看，其思想显然有多重渊源：

其一，道家之渊源。《鬼谷子》通篇弥漫着道家思想的气息。“捭阖者，天地之道”“化转环属”“道合其事”等命题，皆出于道家。“养志法灵龟”本身亦属道家养生修身之传统。

其二，阴阳家之渊源。《鬼谷子》大量运用阴阳、开合、动静、虚实等对立范畴，此与阴阳家之思维方式相通。

其三，兵家之渊源。《鬼谷子》之权谋术数，与兵家之诡道异曲同工。《孙子兵法·计篇》云“兵者，诡道也”，《鬼谷子》之纵横术亦以“诡”为用。

其四，巫觋传统之渊源。龟卜、养气、通神等内容，皆可追溯至上古巫觋之传统。“养志法灵龟”之“法灵龟”，正暗合巫觋以龟通神之古法。

## 第二节 《鬼谷子》一书之结构

《鬼谷子》一书，先秦文献偶有征引，然其全帙之流传，至今尚有争议。据现存本，《鬼谷子》分上、中、下三卷，合计十四篇（含附篇）。其结构大致如下：

上卷：

- 捭阖第一
- 反应第二
- 内捷第三
- 抵巇第四

中卷：

- 飞箝第五
- 忤合第六
- 揣篇第七
- 摩篇第八
- 权篇第九
- 谋篇第十
- 决篇第十一
- 符言第十二

下卷（或称“本经阴符”）：

- 本经阴符七篇

“养志法灵龟”即出于“本经阴符七篇”之中。

“本经阴符”者，“本经”为根本之经典，“阴符”为隐秘之符契。此七篇被视为《鬼谷子》之内学——相对于上、中卷之外用（纵横术的具体方法），“本经阴符”是内修（心灵修养的根本法门）。纵横之术的外用，必须以内修为基础；若无内修之功夫，则外用之术终究无根，不能持久。此“内圣外王”之结构，与先秦诸子之通义相合。

### 第三节 "本经阴符七篇"之总论

"本经阴符七篇"以七种动物（或自然物）为七种精神修养法门的象征，构成一套完整的修养体系。其名目如下：

1. **盛神法五龙**——盛养精神，效法五龙。
2. **养志法灵龟**——涵养心志，效法灵龟。
3. **实意法螭蛇**——充实意念，效法螭蛇。
4. **分威法伏熊**——分布威势，效法伏熊。
5. **散势法鸷鸟**——散发气势，效法鸷鸟。
6. **转圆法猛兽**——运转应变，效法猛兽。
7. **损兑法灵蓍**——损益言辞，效法灵蓍。

七篇之结构，有其内在的逻辑秩序：

**盛神**为第一——先要使精神充盛，此为一切修养之基础。精神不盛，则一切无从谈起。五龙者，五行之龙也，象征着精神之全面与充沛。

**养志**为第二——精神盛而后养志。志为精神之方向与核心，精神无志则散漫无归。灵龟者，象征着志之坚定内敛、灵明通达。

**实意**为第三——志定而后实意。意为志之具体化，志是大方向，意是具体的念头与想法。志定则意可实——意念充实而不虚浮。螭蛇者，能飞腾变化，象征着意念之灵活流转而不失其实。

**分威**为第四——意实而后分威。威者，精神力量向外发散之势也。伏熊者，蓄势待发之象——熊伏于草莽之中，看似不动，实则蕴含着巨大的力量，一旦发动则势不可挡。此即威之"分"——将蓄积的精神力量有节制地分布出去。

**散势**为第五——威分而后散势。势者，比威更广大的气势与影响力。鸷鸟者，如鹰如隼，居高临下、俯瞰全局，一击必中。此即势之"散"——将气势扩散到整个局面。

**转圆**为第六——势散而后转圆。圆者，圆通无碍、随机应变也。猛兽者，如虎如豹，反应敏捷、变化多端。此即应变之术——在复杂多变的局面中灵活应对。

**损兑**为第七——能转圆而后知损兑。兑者，言说也、开口也。损兑者，审慎地损益言辞——何时该说、何时该默、说多少、说什么。灵蓍者，蓍草为占筮之具，一开一合、一奇一偶，象征着言辞之开合损益的精确把握。

七篇之逻辑，从内到外、从基础到应用，构成一个完整的修养与运用的体系。"养志法灵龟"居于第二，承上（盛神）启下（实意），处于枢纽之位。精神之盛是养志的前提，养志的成果又是实意的基础。而在整个体系中，"养志"具有特殊的重要性——因为"志"是精神的核心指向，是一切后续修养与运用的方向盘。

此七篇之象征系统，极具上古巫觋文化之色彩。以动物为修养法门之象征，乃上古图腾崇拜、动物崇拜之遗风。五龙、灵龟、螭蛇、伏熊、鸷鸟、猛兽、灵蓍——龙、龟、蛇、熊、鸟、兽皆为上古先民所崇敬之灵物，蓍草则为占筮之神物。以此七种灵物为七种修养之法，正是将上古巫觋之通灵传统转化为系统的精神修养学说。此转化过程，体现了先秦思想从巫觋到哲学的演进。

#### 第四节 鬼谷子与道家之关系

《鬼谷子》之思想与道家的关系尤为密切。“养志法灵龟”这一命题，更是直接承接了道家的修养传统。

《老子》第四十章：

“反者道之动，弱者道之用。天下万物生于有，有生于无。”

“反者道之动”——返归、回归是道的运动方式。“养志”之法，正是一种“反”——不是向外追求，而是向内回归。灵龟缩退于甲壳之中，正是“反”的绝佳象征。

《老子》第四十八章：

“为学日益，为道日损。损之又损，以至于无为。无为而无不为。”

“为道日损”——修道之路是不断减损的过程。减损什么？减损多余的欲望、杂乱的念头、不必要的作为。此“损”之过程，正是“养志”之过程——不是往心灵里塞东西，而是从心灵里减东西。减到极处，便是“无为”。灵龟之不食而寿，正是此“损”之极致——减到连食物都不需要了，而生命力反更充沛。

《老子》第五章：

“天地不仁，以万物为刍狗；圣人不仁，以百姓为刍狗。天地之间，其犹橐籥乎？虚而不屈，动而愈出。多言数穷，不如守中。”

“虚而不屈，动而愈出”——虚空而不穷尽，运动而越发生出。“多言数穷，不如守中”——多说话则迅速穷尽，不如守持中道。此“守中”之旨，与“养志”深相契合。志之养，在于守中——不偏不倚、不过不及，守住心灵的中正之位。灵龟守于壳中，正是“守中”之象。

又《老子》第二十二章：

“曲则全，枉则直，洼则盈，敝则新，少则得，多则惑。是以圣人抱一为天下式。”

“抱一”者，持守统一也。养志之要，在于“抱一”——心志不分散、不矛盾，始终保持高度的内在统一。龟之甲壳将全身包裹成一个整体，正是“抱一”的形象化表达。

《庄子·在宥》篇载广成子教黄帝之言：

"无视无听，抱神以静，形将自正。必静必清，无劳汝形，无摇汝精，乃可以长生。目无所见，耳无所闻，心无所知，汝神将守形，形乃长生。慎汝内，闭汝外，多知为败。我为汝遂于大明之上矣。至彼至阳之原也。为汝入于窈冥之门矣。至彼至阴之原也。天地有官，阴阳有藏，慎守汝身，物将自壮。我守其一以处其和。故我修身千二百岁矣，吾形未常衰。"

此段堪称"养志法灵龟"的最佳注脚。"抱神以静"——抱持精神使之安静。"必静必清"——一定要宁静、一定要清明。"无劳汝形，无摇汝精"——不要劳累你的形体，不要摇动你的精气。"汝神将守形，形乃长生"——你的精神将会守护形体，形体于是长生。"慎汝内，闭汝外"——谨慎地守护你的内在，关闭你的外在（感官）。"我守其一以处其和"——我持守那个"一"（统一的根本），处于和谐的状态。"故我修身千二百岁矣，吾形未常衰"——所以我修身一千二百年了，我的形体从未衰老过。

广成子所述之修养法门，与灵龟之德性何等吻合！"抱神以静"——龟之伏藏。"慎汝内，闭汝外"——龟之缩首尾四足于壳中，正是"闭外"之极致。"守其一以处其和"——龟之甲壳形成完美的统一体，内外和谐。"千二百岁而形未衰"——龟之长寿。

可以说，鬼谷子之"养志法灵龟"，直接继承了道家这一修养传统，将广成子——老子——庄子一脉相承的"抱神守静"之学，以"灵龟"这一生动形象加以凝缩和表达。

---

## 中编：析义——"养志法灵龟"的文本解读

---

### 第四章 《鬼谷子·养志法灵龟》原文细读

#### 第一节 原文全录

《鬼谷子·本经阴符七篇·养志法灵龟》全文如下：

养志者，心气之思不达也。有所欲，志存而思之。志者，欲之使也。欲多则心散，心散则志衰，志衰则思不达也。故心气一则欲不徨，欲不徨则志意不衰，志意不衰则思理达矣。理达则和通，和通则乱气不烦于胸中。故内以养志，外以知人。养志则心通矣，知人则职分明矣。将欲用之于人，必先知其养气志。知人气盛衰，而养其志，察其所安。

夫志不可一，不可一者，志不可预知也。此谓不测之智，圣人之奇策也。用之于人，则量智能、料气势、为之枢机以迎之，随之，以箝和之，以意宣之，此飞箝之缀也。

用之于己，则以此养志而自知。自知则不惑，不惑则不恐，不恐则志定。志定则威仪审，威仪审则应对给。应对给则人莫能害。此养志之道也。

以上即为"养志法灵龟"之全文。以下逐段逐句进行详细解读。

## 第二节 首段解读："养志者，心气之思不达也"

**"养志者，心气之思不达也。"**

此句为全篇之总纲。何谓"养志"？为什么需要"养志"？因为"心气之思不达也"——心中之气与思虑不能通达。

"心气"者，心中之气也。先秦之人以为，心中有气，此气即心灵活动的物质基础。气通则心灵活动（思虑）通达，气滞则心灵活动不通达。"思不达"——思虑不能通达到应该到达的地方，即心灵的功能不能正常发挥。

何以"心气之思不达"？下文给出了原因。

**"有所欲，志存而思之。"**

人心有所欲望（"有所欲"），志便存留在那里而思虑之（"志存而思之"）。欲望产生，心志便被欲望所牵引，思虑便围绕着欲望运转。

**"志者，欲之使也。"**

此句极为关键！"志"是"欲"的使者——志被欲望所驱使、所指挥。当欲望产生时，志便成为欲望的奴仆，被欲望差遣到各个方向去执行欲望的指令。

这是一个极为深刻的洞察。在普通人（未经修养之人）身上，志并非自主的，而是被欲望所控制的。人以为自己在"有志"地追求什么，实际上不过是被欲望驱使着而已。此即庄子所谓"与物相刃相靡"（《庄子·齐物论》）——与外物互相摩擦消耗，以为自己在活动，实则被外物所牵引。

然而，"养志"的目的，正是要颠倒这一关系——不是让志做欲的使者，而是让志成为自主的、自由的。如何做到？下文给出了方法。

**"欲多则心散，心散则志衰，志衰则思不达也。"**

此为"思不达"之因果链条。欲望多（"欲多"）→ 心灵散乱（"心散"）→ 志意衰弱（"志衰"）→ 思虑不通达（"思不达"）。

欲多为何导致心散？因为每一个欲望都牵引着心灵的一部分力量，欲望越多，心灵被分散到越多的方向，如一股水流被分成无数细流，每一细流都无力可言。

心散为何导致志衰？因为志是心灵的核心方向，心散则核心方向丧失，志便衰弱。如军队之帅，若兵卒四散，则帅亦孤立无力。

志衰为何导致思不达？因为思虑需要志的统率与导引，志衰则思虑无主、无向，如无帅之军，虽众而无用。

此处可引《孟子》之论以为旁证。《孟子·告子上》载：

**"鱼，我所欲也；熊掌，亦我所欲也。二者不可得兼，舍鱼而取熊掌者也。生，亦我所欲也；义，亦我所欲也。二者不可得兼，舍生而取义者也。"**

孟子此喻说明：欲望之间常有矛盾冲突，人必须做出选择。而选择的依据，正是"志"——最根本的价值取向。若欲望太多而志不明确，则人在选择面前将犹疑不决、心散志衰。

又《老子》第十二章：

**"五色令人目盲，五音令人耳聋，五味令人口爽，驰骋畋猎令人心发狂，难得之货令人行妨。是以圣人为腹不为目，故去彼取此。"**

五色、五音、五味、驰骋、难得之货——皆为外在之欲望对象。追逐这些欲望的结果是"目盲""耳聋""口爽""心发狂""行妨"——感官丧失功能、心灵陷入疯狂、行动受到妨碍。此即"欲多则心散，心散则志衰"之生动注脚。

圣人的做法是"为腹不为目"——满足内在的基本需要（"为腹"），而不追逐外在的感官欲望（"不为目"）。"去彼取此"——去掉外在的（彼），取回内在的（此）。此即"养志"之基本策略：减少外在欲望，回归内在志向。

灵龟之"不食而寿"，正是"为腹不为目"之至极——龟连"为腹"都减到了极少（甚至不食），遑论"为目"乎？龟之欲望几近于零，故其心不散、志不衰、思能达。此即"养志法灵龟"的第一层含义：效法灵龟之寡欲，以养志之坚定。

**"故心气一则欲不徨，欲不徨则志意不衰，志意不衰则思理达矣。"**

此为"思达"之因果链条，与上文"思不达"之链条正相对反。心气统一（"心气一"）→ 欲望不彷徨（"欲不徨"）→ 志意不衰弱（"志意不衰"）→ 思理通达（"思理达矣"）。

"心气一"——心中之气统一凝聚，不分散、不矛盾。此"一"字，正是"养志"之核心方法。养志，就是使心气归于"一"。

何以"心气一则欲不徨"？因为心气统一意味着心灵有了明确的核心方向，在此核心方向的主导下，各种欲望不再各行其是、彼此冲突（"不徨"——不彷徨、不混乱），而是被统摄在志的指引之下，各安其位、各得其所。

何以"欲不徨则志意不衰"？因为欲望不再混乱，志便不再被四处拉扯、消耗力量，于是保持充盈而不衰弱。

何以"志意不衰则思理达矣"？因为志意充盈，思虑便有了强大的动力与明确的方向，如水之充满渠道而畅流无阻，故能通达道理。

此处"思理达"之"理"字极为重要。不仅思虑通达，而是"思理通达"——思虑能够通达到"理"——事物之理、天地之理、人情之理。此即灵龟之"灵"的第二层含义：不仅能通达幽明，更能洞察万理。

灵龟伏于甲壳之中，心气凝一，不为外物所扰，故其"灵"——能通达万物之理。人若能效法灵龟，使心气归一，则亦能通达万理。此即"养志法灵龟"之核心义理。

此处又可引《管子·心术上》为旁证：

**"心之在体，君之位也。九窍之有职，官之分也。心处其道，九窍循理。嗜欲充益，目不见色，耳不闻声。故曰：'上离其道，下失其事。'"**

心在身体中的地位如同君主。九窍各有其职分，如同百官。心若处于正道之中，九窍便各循其理而运行良好。但若嗜欲充溢于心，则眼睛虽有目而不见色，耳朵虽有耳而不闻声——感官虽在而功能丧失。这与《鬼谷子》所谓"欲多则心散，心散则志衰"完全一致。

又《管子·心术上》：

**"虚其欲，神将入舍。扫除不洁，神乃留处。"**

虚空其欲望，精神便会入住。扫除不洁净的东西，精神便会留处。此"虚其欲"即"养志"之起手功夫，而"神将入舍"即"灵龟"之"灵"——心灵虚空则神灵自至。

**"理达则和通，和通则乱气不烦于胸中。"**

"理达"之后便是"和通"——和谐通畅。"和通"之后便是"乱气不烦于胸中"——混乱之气不再烦扰胸中。

此处揭示了"养志"的效果：思理通达 → 和谐通畅 → 心胸不再烦乱。养志之人，最终达到的是一种和谐、通畅、安宁的内在状态——心胸中没有混乱之气的烦扰，如秋水之澄澈、如明镜之无尘。

此状态正是灵龟之内在状态的写照——龟之甲壳内部，安静而有序，没有混乱的气流（龟之呼吸极其缓慢平稳），没有烦躁的动作（龟之伏藏不动）。人之心胸若能如龟之甲壳内部一般安宁有序，则养志之功已见成效。

此处又可引《老子》第三十七章：

**"道常无为而无不为。侯王若能守之，万物将自化。化而欲作，吾将镇之以无名之朴。无名之朴，夫亦将不欲。不欲以静，天下将自定。"**

"不欲以静，天下将自定"——没有欲望而归于宁静，天下将自行安定。人之心胸犹天下，心胸中之欲望纷扰犹天下之乱。去其欲而归于静，则心胸自定、乱气自消。此与"和通则乱气不烦于胸中"之义完全相通。

**"故内以养志，外以知人。养志则心通矣，知人则职分明矣。"**

此处揭示了"养志"的双重功用：内与外。

"内以养志"——对内，用来涵养自己的志向心性。"外以知人"——对外，用来了解他人的志向心性。

这一内外双用的思路，正是《鬼谷子》作为纵横之学的独特贡献。道家之"养志"，主要着眼于内修——个人的精神涵养与解脱。而《鬼谷子》之"养志"，不仅有内修的维度，更有外用的维度——养好自己的志，同时也能洞察他人的志。

何以"养志"能"知人"？因为志之本质是相通的——每个人都有志，志的运作规律是普遍的。自己养志的过程，即是深入了解志之本质与规律的过程。当你深入了解了志是如何运作的（如何被欲望牵引、如何因心散而衰弱、如何因心一而通达），你便能以此知识去观察和判断他人的志的状态。

此即纵横之术的根基——要说服人、影响人、控制人，首先要知人；要知人，首先要知己；而知己的途径，便是养志。

"养志则心通矣"——养志则心灵通达。"知人则职分明矣"——知人则各人的职分（角色、能力、位置）清晰明了。

此处“职分明”三字，具有政治学与策略学的意味。纵横家之工作，常涉及政治运作——合纵连横、配置人才、安排角色。要做好这些工作，必须“知人”，知人便能“明职分”——清楚地了解每个人适合做什么、能做什么、会做什么，从而做出最优的配置与安排。

**“将欲用之于人，必先知其养气志。知人气盛衰，而养其志，察其所安。”**

此句进一步展开“外以知人”的具体方法。

“将欲用之于人”——要将（养志之术）运用到他人身上。“必先知其养气志”——必须先了解他人所养的气与志的状态。“知人气盛衰”——了解此人之气是盛还是衰。“而养其志”——进而培养（或引导）他的志。“察其所安”——观察他心安于何处。

此处有几个极为重要的概念：

一、“养气志”——气与志的关系。前文已引《孟子》“志，气之帅也；气，体之充也”之说。志帅气——志是气的统帅。了解一个人的志，首先要观察其气。气盛者，志或盛或骄；气衰者，志或衰或敛。了解其气的盛衰，便可推知其志的状态。

二、“养其志”——引导他人之志。此处之“养”，不仅是涵养自己的志，更是培养、引导他人的志。纵横家之术，在于能够引导他人的志向所向——让他人的志朝着你所期望的方向发展。此即“用之于人”的核心技术。

三、“察其所安”——观察心安之处。人之志最终要安于某处。“安”者，心灵的安顿之所、归宿之处。了解一个人的心安于何处——安于名？安于利？安于道？安于德？安于权？安于情？——便了解了此人之志的最深层本质，从而可以据此制定对策。

此处极合《管子·牧民》之旨：

**“凡有地牧民者，务在四时，守在仓廩。国多财则远者来，地辟举则民留处，仓廩实则知礼节，衣食足则知荣辱。”**

治国者必知民之所安——民安于衣食、安于仓廩。知民之所安，则可据以施政。纵横家知人之所安，亦可据以施策。原理相同，层面不同而已。

又此处所论“察其所安”，可与《论语·为政》相互发明：

**“子曰：‘视其所以，观其所由，察其所安。人焉廋哉？人焉廋哉？’”**

孔子之“视其所以，观其所由，察其所安”——看他的行为动机（所以），观察他的行为方式（所由），深察他的心安之处（所安）——三步递进，由外而内，最终直指人心之志。“人焉廋哉”——人还能隐藏

什么呢？此知人之法，与《鬼谷子》之“察其所安”一脉相承。

### 第三节 中段解读：“夫志不可一”

“夫志不可一，不可一者，志不可预知也。此谓不测之智，圣人之奇策也。”

此段看似与前文矛盾——前文说“心气一则欲不徨”，强调“一”的重要性；此处又说“志不可一”。如何理解？

此处之“不可一”，非谓志不应统一，而是说志不能固定在一个方向上不变。“志不可一”者，志不可被他人预测为固定的某一方向也。此即《孙子兵法·虚实篇》所谓：

“故其战胜不复，而应形于无穷。”

用兵之妙在于不重复——每次战胜的方法都不一样，因为你的应对是随形势而无穷变化的。志亦如此——养到高深境界的志，不是僵死不变的，而是灵活变化、不可预测的。

“志不可预知也”——你的志向所向，不能被他人预先知道。此即纵横之术的核心秘密之一：自己的真实志向要隐藏起来，不让对手知晓。若你的志向被对手预知，则你的一切行动都可被预判，你便丧失了主动权。

此处之灵龟意象尤为精妙——龟缩于壳中，外人不知壳内究竟如何，不知龟之首尾将往何方伸出。壳外之人只看到一个封闭的甲壳，无从判断龟下一步的动向。此即“志不可一，不可预知”之至佳象征。

“此谓不测之智，圣人之奇策也。”——这就叫做不可测度的智慧，圣人的奇妙策略。

“不测之智”——不可测度的智慧。此“不测”，非无智也，乃智之至高者也。最高的智慧是不可被测度的——你知道它存在，但你无法预判它会如何运作。此如灵龟之灵——你知道龟有灵验之能，但你不知道龟兆将呈何象、预示何事。

“圣人之奇策”——圣人的奇妙策略。“奇”者，出人意料也。圣人之策，不是按常理出牌，而是出人意料、变化莫测。

此处可引《老子》第七十三章为证：

“天之道，不争而善胜，不言而善应，不召而自来，繹然而善谋。天网恢恢，疏而不失。”

天之道“繹然而善谋”——看起来缓慢松弛，实则善于谋划。此即灵龟之象——龟看起来迟缓笨拙（繹然），实则其内在之灵明善于谋划一切。天之道不可预测（“天网恢恢，疏而不失”），养志之人的策略亦不可预测（“不测之智”）。

又《孙子兵法·计篇》：

"兵者，诡道也。故能而示之不能，用而示之不用，近而示之远，远而示之近。"

兵以"诡道"为本——示敌以假象。此与"志不可预知"之理相通。养志之人，对外显示的志向未必是其真实志向——能而示之不能，用而示之不用。此即灵龟缩壳之术在纵横策略中的运用。

"用之于人，则量智能、料气势、为之枢机以迎之，随之，以箝和之，以意宣之，此飞箝之缀也。"

此句将"养志"之术运用到与人交往的实际操作中。

"量智能"——衡量对方的智慧与才能。"料气势"——估量对方的气魄与势力。"为之枢机以迎之"——为此设置枢机（关键性的策略节点）来迎接他。"随之"——跟随他（顺应他的动向）。"以箝和之"——用箝制之法来配合他。"以意宣之"——用意念来引导他。"此飞箝之缀也"——这是飞箝之术的配合运用。

此处涉及《鬼谷子》的"飞箝"之术（飞箝第五），不再详论。关键在于：养志之功，在此被转化为实际的纵横策略——因为你的志养成了（通达、坚定、灵活），你才能准确地衡量他人的智能、估量他人的气势、设置恰当的枢机、灵活地迎合与箝制。

此如一面明镜——镜不先自明（养志），则不能照见外物（知人）。养志是"明镜"，知人策人是"照物"。

#### 第四节 末段解读："用之于己"

"用之于己，则以此养志而自知。自知则不惑，不惑则不恐，不恐则志定。志定则威仪审，威仪审则应对给。应对给则人莫能害。此养志之道也。"

此段论"养志"用之于己的效果链条，极为精要。

"用之于己，则以此养志而自知。"——运用到自己身上，便是用这套方法来涵养志向并认识自己。"自知"——认识自己。

"自知则不惑"——认识了自己就不会迷惑。何以自知则不惑？因为迷惑源于不了解自己——不了解自己的真实状况、真实需要、真实能力、真实限度。了解了自己，这些迷惑便消解了。

此正合老子所言"自知者明"（《老子》第三十三章）。又合孔子所言"知之为知之，不知为不知，是知也"（《论语·为政》）——知道自己知道什么、不知道什么，这本身就是智慧。自知是智慧的起点。

"不惑则不恐"——不迷惑就不会恐惧。何以不惑则不恐？因为恐惧往往源于不确定——不确定前方是什么、不确定自己能否应对、不确定结果会怎样。而不惑者，心中明了通达，对自己和局势有清楚的认识，自然不会恐惧。

《论语·子罕》：

"子曰：'知者不惑，仁者不忧，勇者不惧。'"

知者不惑——有智慧者不迷惑。此与"自知则不惑"相合。而"不惧"即"不恐"。孔子以"知""仁""勇"三德对应"不惑""不忧""不惧"三境。《鬼谷子》以"自知→不惑→不恐→志定"的链条，将此三德贯通起来——自知即知（智），不惑即明，不恐即勇，志定即仁（安于道义）。

"不恐则志定"——不恐惧则志向安定。恐惧是动摇志向的最大敌人。人之所以志不定，往往因为恐惧——恐惧失败、恐惧损失、恐惧危险、恐惧孤立。一旦不恐惧了，志自然安定如山。

灵龟缩于壳中，不恐惧外在的威胁（因甲壳之坚固保护了它），故其志安定不动。人之"养志"，如同为心灵建造一副甲壳——不是封闭自己，而是建立内在的安全感，使心灵不再因外在的威胁而恐惧动摇。

"志定则威仪审"——志向安定则威仪端庄严谨。"威仪"者，外在之姿态与气度也。志定于内，则自然流露为威仪于外。此如龟之甲壳——内在安定，外在呈现出威严端庄之象。

"威仪审则应对给"——威仪端庄则应对敏捷周到。"给"者，给足也、充裕也、敏捷也。志定、威仪审，则面对各种情况都能从容不迫、应对自如。此如灵龟之伏藏——看似不动，实则随时可以伸出首尾四足以应对各种情况，并在适当的时机迅速行动。

"应对给则人莫能害"——应对敏捷周到则没有人能够伤害你。此为养志之最终效果——达到一种不可被伤害的状态。此非谓刀枪不入（物理层面），而是谓精神层面上无懈可击——因你的志定、威仪审、应对给，他人找不到可以侵入你、动摇你、伤害你的破绽。

此如灵龟之甲壳——坚固无缝，外敌无从侵入。龟缩于壳中，猛兽利爪不能伤之、毒蛇尖牙不能害之。人若养志如灵龟，则其精神之甲壳坚不可摧，他人之诡计谗言、威胁利诱皆不能动摇之。

"此养志之道也。"——这就是养志的道理。

此句总结全篇，以"道"字收束。"养志"不仅是一种具体的方法或技术，更是一种"道"——普遍而根本的道理。

## 第五节 "养志法灵龟"之整体义理结构

综合全篇，可以将"养志法灵龟"的义理结构梳理如下：

### 一、问题之提出（为何需要养志）：

- 心气之思不达 → 因为欲多心散志衰 → 故需养志

## 二、方法之核心（如何养志）：

- 心气一 → 欲不徨 → 志意不衰 → 思理达 → 和通 → 乱气不烦
- 核心在于"心气一"——使心气归于统一

## 三、功用之双面（养志何用）：

- 内用：养志 → 心通
- 外用：知人 → 职分明

## 四、外用之法（用于人）：

- 知其养气志 → 知人气盛衰 → 养其志 → 察其所安
- 量智能、料气势、为枢机、迎随籍宣

## 五、策略之妙（志之不测）：

- 志不可一 → 不可预知 → 不测之智 → 圣人奇策

## 六、内用之效（用于己）：

- 养志自知 → 不惑 → 不恐 → 志定 → 威仪审 → 应对给 → 人莫能害

此六层结构，从问题到方法、从内修到外用、从策略到效果，环环相扣、层层递进，构成一套严密而完整的体系。

而"灵龟"之象征，贯穿始终：

- 龟之寡欲 → 心气一
- 龟之伏藏 → 退藏于密
- 龟之长寿 → 志意不衰
- 龟之灵验 → 思理达、知人
- 龟壳之封闭 → 志不可预知
- 龟壳之坚固 → 人莫能害

"养志法灵龟"五字，实在是将一套极为复杂的精神修养与纵横策略体系，浓缩为最简洁的表达。

## 第五章 "养志法灵龟"与《鬼谷子》其他篇章之内在关联

### 第一节 与"盛神法五龙"之关联

"盛神法五龙"为本经阴符七篇之第一篇，"养志法灵龟"为第二篇。二者之关系是：盛神为养志之前提，养志为盛神之延伸。

"盛神法五龙"之核心思想是：精神要充盛，如五龙之充满天地。精神充盛，才有"志"可养——无精神则无志可言。此如《孟子》所言"气，体之充也"——气充满身体，身体才有活力。精神充盛于心灵，心灵才有活力，才能谈"养志"。

五龙者，五行之龙——金龙、木龙、水龙、火龙、土龙。五行代表天地之全部力量，五龙代表精神之全面充盛。精神之盛，不是偏于一方面，而是全面的——如五行之齐全、如五龙之并飞。唯精神全面充盛，志才有丰厚的基础可供养育。

### 第二节 与"实意法螭蛇"之关联

"实意法螭蛇"为第三篇。"养志"之后是"实意"——涵养志向之后，要充实意念。

"志"是大方向，"意"是具体的念头与想法。志定而后意可实——大方向确定了，具体的想法才能充实有力、不虚浮不飘忽。

螭蛇者，能腾空飞行之蛇也，又能隐身不见。以螭蛇法"实意"，意谓意念要像螭蛇一样灵活变化（腾空飞行）而又实实在在（螭蛇虽能隐身，但它确实存在）。

"养志"与"实意"之关系：志如根，意如枝叶。根深则枝叶茂——志养好了，意自然充实。反之，志不养而意欲实，犹如无根之木欲其茂，不可得也。

### 第三节 与"捭阖"之关联

《鬼谷子》开篇即为"捭阖第一"：

"捭阖者，天地之道。捭阖者，以变动阴阳，四时开闭以化万物。纵横、反出、反复、反忤必由此矣。"

"捭"者，开也、张也。"阖"者，闭也、合也。开合之道，乃天地之根本运行规律。

"养志法灵龟"与"捭阖"之道有着深刻的内在关联：

灵龟之伏藏，即"阖"——关闭、收合。灵龟之伸出首尾行动，即"捭"——开放、展张。龟能阖能捭，能收能放，正是"捭阖"之道的最佳体现。

养志之人，亦当如灵龟般掌握"捭阖"之妙——何时当阖（收敛心志、隐藏意图、退守不动），何时当捭（展现才能、表明立场、积极行动），此中之分寸拿捏，正是纵横之术的精髓。

而"捭阖"之道的根基，正是"养志"——若志不养、心不定，则不知何时当开、何时当合，开合失当，则一切纵横之术皆成空谈。

"捭之者，料其情也。阖之者，结其诚也。皆见其权衡轻重，乃为之度数，圣人因而为之虑。"

"捭之者，料其情也"——开放以探察对方的情况。"阖之者，结其诚也"——关闭以确认（缔结）对方的诚意。此即养志之外用——开合之间，探知他人之情志。

#### 第四节 与"反应"之关联

《鬼谷子·反应第二》：

"古之大化者，乃与无形俱生。反以观往，覆以验来；反以知古，覆以知今。反以知彼，覆以知己。动静虚实之理，不合于今，必反之于古。事有反而得覆者，圣人之意也。"

"反以观往，覆以验来"——返回以观察过去，覆验以预知未来。此即灵龟之"神以知来，知以藏往"（《周易·系辞》）之义。灵龟之灵，正在于能"知来藏往"——通达过去与未来。

"养志"使人获得这种"知来藏往"之灵能。志养成了，心灵通达了，便能返观历史之规律（"反以知古"），从而预见未来之趋势（"覆以知今"）。此即"养志法灵龟"之"灵"的深层含义——灵明通达，贯通古今。

#### 第五节 与"揣"摩"二篇之关联

《鬼谷子·揣篇第七》：

"古之善用天下者，必量天下之权，而揣诸侯之情。量权不审，不知强弱轻重之称；揣情不审，不知隐匿变化之动静。"

"揣情"——揣摩他人之真实情感与意图。此即"养志"外用之具体技术。要能"揣情"，须先"养志"——自己的志养好了，心灵通达了，才能敏锐地感知他人之情志。

《鬼谷子·摩篇第八》：

"摩者，揣之术也。内符者，揣之主也。用之有道，其道必隐。微摩之以其所欲，测而探之，内符必应。其应也，必有为之。"

"摩"者，摩擦也、揣摩也——以微妙的试探来了解对方的内心。"内符"——内在之符应，即对方内心的真实反应。"微摩之以其所欲"——用对方所欲望的东西来微妙地试探他。

此"摩"之术，与灵龟之卜极为相似——卜者，以灼烧微妙地触动龟甲，使龟甲内在之纹理呈现为外在之兆象。"摩"者，以微妙之刺激触动他人之内心，使其内在之真情呈现为外在之反应。龟甲之兆，即"内符之应"也。

由此可见，"养志法灵龟"不仅是一种内修之法，更是《鬼谷子》全部纵横之术的方法论基础。养志是内功，揣摩是外用；内功深厚，外用才能精妙。

## 第六章 "养志法灵龟"之修养次第与具体法门

### 第一节 养志之前提：寡欲

根据《鬼谷子》原文，养志的第一步是减少欲望——"欲多则心散"，故须寡欲以使心不散。

先秦关于"寡欲"之论述极为丰富。

《老子》第十九章：

"见素抱朴，少私寡欲。"

"见素抱朴"——显露素朴之本性。"少私寡欲"——减少私心、寡薄欲望。此为养志之起手功夫。

《孟子·尽心下》：

"养心莫善于寡欲。其为人也寡欲，虽有不存焉者，寡矣。其为人也多欲，虽有存焉者，寡矣。"

孟子直接指出：养心（即养志）最好的方法是寡欲。欲望少的人，即使有丧失本心的时候也很少；欲望多的人，即使有保存本心的时候也很少。此说与《鬼谷子》"欲多则心散"之论完全一致。

灵龟之不食或少食，正是"寡欲"之极致象征。龟之所以灵明长寿，正因其欲望极少——不贪食、不贪动、不贪交、不贪争。人若能效法灵龟之寡欲，则养志之基础便已奠定。

然"寡欲"非"无欲"。上古圣人从不要求人完全消灭欲望（此与某些后世宗教之主张不同）。先秦之说，多主"寡欲"——减少不必要的欲望，保留基本的、合理的欲望。如龟之不食非绝对不食，而是少食、极

少食。

《礼记·乐记》：

"人生而静，天之性也。感于物而动，性之欲也。物至知知，然后好恶形焉。好恶无节于内，知诱于外，不能反躬，天理灭矣。夫物之感人无穷，而人之好恶无节，则是物至而人化物也。人化物也者，灭天理而穷人欲者也。"

"人生而静，天之性也"——人生来是安静的，这是天赋的本性。"感于物而动，性之欲也"——受到外物的感动而有所活动，这是本性中欲望的作用。欲望本身并非恶——"性之欲也"——它是人性的一部分。问题在于"好恶无节于内，知诱于外"——好恶之情没有节制，而理智又被外物所引诱，于是"天理灭矣"——天然之性理便被遮蔽了。

"人化物也者，灭天理而穷人欲者也"——人被物化了，天理灭而人欲无穷。此即"欲多则心散志衰思不达"之另一种表述。

养志之寡欲，正是为了防止"人化物"——让人主导物，而非让物主导人。灵龟伏于壳中，外物不能侵入——此即人不被物化之象。

## 第二节 养志之核心：心气一

寡欲之后，养志之核心在于"心气一"——使心中之气统一凝聚。

如何做到"心气一"？先秦文献中有多种方法论述：

### 一、守静。

《老子》第十六章："致虚极，守静笃。"

《管子·内业》：

"凡心之刑（形），自充自盈，自生自成。其所以失之，必以忧乐喜怒欲利。能去忧乐喜怒欲利，心乃反济。"

心之本然形态是自充自盈、自生自成的——本来就是统一完具的。之所以失去这种本然状态，是因为忧乐喜怒欲利的干扰。能够去除忧乐喜怒欲利的干扰，心便恢复到其本然之完具。此"反济"即"心气一"——心回到其本然的统一状态。

又《管子·内业》：

"正形摄德，天仁地义，则淫然而自至。神明之极，照乎知万物。中义守不忒，不以物乱官，不以官乱心，是谓中得。"

"不以物乱官，不以官乱心"——不让外物扰乱感官，不让感官扰乱心灵。此即"心气一"的方法——阻断外物对心灵的干扰链条。灵龟之甲壳，正起到这一阻断作用——将外物隔绝于壳外，使壳内之龟不受干扰，心气自然统一。

## 二、专注。

《庄子·达生》篇载佝偻承蜩之寓言：

"仲尼适楚，出于林中，见佝偻者承蜩，犹掇之也。仲尼曰：'子巧乎！有道邪？'曰：'我有道也。五六月累丸二而不坠，则失者锱铢；累三而不坠，则失者十一；累五而不坠，犹掇之也。吾处身也，若厥株拘；吾执臂也，若槁木之枝。虽天地之大，万物之多，而唯蜩翼之知。吾不反不侧，不以万物易蜩之翼，何为而不得？'"

佝偻者以极度的专注来粘取蝉——"虽天地之大，万物之多，而唯蜩翼之知"——天地虽大、万物虽多，我心中只知道蝉的翅膀。"吾不反不侧，不以万物易蜩之翼"——我不回头不侧身，不用任何万物来替换蝉的翅膀（在我心中的地位）。

此即"心气一"之极致——极度的专注使心气高度凝聚在一点上，不散不乱。此佝偻者之"处身若厥株拘"——身体像枯树桩一样——正如灵龟之伏藏不动。其"执臂若槁木之枝"——手臂像枯枝一样——正如龟之伸出的四足之僵硬不动。

庄子以此寓言说明：极度的专注可以达到"神妙"之境——犹如灵龟之"灵"。佝偻者粘蝉"犹掇之也"（如同拾取一般容易），此功夫不在于手的灵巧，而在于心的专注——心气一则技进于道。

## 三、心斋与坐忘。

前文已引《庄子·人间世》之"心斋"说。此外尚有"坐忘"之说。

《庄子·大宗师》载颜回之言：

"回坐忘矣。"仲尼蹴然曰："何谓坐忘？"颜回曰："堕肢体，黜聪明，离形去知，同于大通，此谓坐忘。"

"堕肢体"——遗忘了自己的肢体。"黜聪明"——废弃了耳目之聪明。"离形去知"——脱离了形体的束缚，去除了知性的执着。"同于大通"——与大道相通。

此"坐忘"之境，即"心气一"之至极——心气统一到了连自身的形体与知性都消融了的程度，与大道融为一体。此境亦即灵龟之"灵"的至高层面——不仅是小小灵验之灵，而是与大道相通之灵。

#### 四、守一。

《老子》第十章"载营魄抱一"之外，《管子·内业》亦有"守一"之说：

"一物能化谓之神，一事能变谓之智。化不易气，变不易智，惟执一之君子能为此乎。执一不失，能君万物。"

"执一不失，能君万物"——持守那个"一"而不丧失，便能主宰万物。此"一"即心气之统一、志之根本。养志者，养其"一"也。灵龟之甲壳，将龟之全身统一为"一"个完整的整体，正是"执一"之象。

#### 第三节 养志之深化：自知

"心气一"之后，养志的进一步深化是"自知"——"用之于己，则以此养志而自知"。

自知者，认识自己之真实面目也。此非容易之事。

《老子》第三十三章：

"知人者智，自知者明。"

知人是"智"，自知是"明"。"明"高于"智"——知人已属不易，自知更为困难，故以"明"为之名。

《孙子兵法·谋攻》：

"知彼知己者，百战不殆；不知彼而知己，一胜一负；不知彼不知己，每战必殆。"

知己与知彼并重。而"养志"之道，正是先"自知"（知己）而后"知人"（知彼）。自知是一切知的基础。

如何做到自知？通过养志——心气一、思理达、和通无碍——在此状态下，心灵如明镜般澄澈，照见自己的真实面目——自己的长处与短处、自己的欲望与恐惧、自己的能力与限度——一切了了分明。

灵龟之自知：龟知道自己的甲壳有多坚固、自己的速度有多缓慢、自己的力量有多微弱。正因为龟了解自己的所有特征（自知），它才能制定出最适合自己的生存策略——遇敌则缩、遇水则潜、遇暖则晒——每一种应对都基于对自身的深刻了解。人之养志而自知，亦当如此——了解自己的所有特征，从而制定出最适合自己的处世策略。

#### 第四节 养志之效果：志定

自知 → 不惑 → 不恐 → 志定。志定是养志的核心效果。

"志定"意味着什么？

**第一，心灵有了不可动摇的核心。**如灵龟有了坚不可摧的甲壳。外在的任何冲击——威胁、利诱、诳毁、迷惑——都不能动摇这个核心。

**第二，行动有了明确而稳定的方向。**志定之人，知道自己要什么、不要什么，该做什么、不该做什么。不会因为一时的利害得失而改变方向。

**第三，气度有了沉稳从容的品质。**"志定则威仪审"——志定之人，自然流露出沉稳从容的气度，此气度即所谓"威仪"。此非刻意装出来的，而是内在志定的自然外显。

**第四，应对有了灵活敏捷的能力。**"威仪审则应对给"——表面上看，"定"与"给"（敏捷）似乎矛盾——定是不动，给是灵活。实则不然。正因为核心稳定，才能在应对中灵活——如灵龟之壳稳固不动，而龟之首尾四足可以灵活伸缩。核心不定之人，看似灵活，实则是乱——没有章法、没有重心的乱动。核心稳定之人，看似不动，实则能在适当时机做出最精准的反应。

此可引《孙子兵法·军争》为证：

"故善用兵者，避其锐气，击其惰归。此治气者也。以治待乱，以静待哗。此治心者也。"

"以治待乱，以静待哗"——以整治等待混乱，以安静等待喧哗。此即养志之人的处世之道——自己安静而等待对方混乱，自己稳定而等待对方动摇，然后在最佳时机出手。此正如灵龟之伏藏——静待外界的风暴过去，在安全时才伸出首尾行动。

### 第五节 养志之最高境界：不测之智

"夫志不可一，不可一者，志不可预知也。此谓不测之智，圣人之奇策也。"

养志之最高境界，不是志的僵化固定，而是志的变化莫测。

这看似矛盾——前文说要"志定"，此处又说"志不可一"（不固定）。实则二者不矛盾——"志定"是内在之定（核心稳定不可动摇），"志不可一"是外在之变（外显之志向变化莫测、不可预知）。

此如灵龟——壳是定的（核心稳定），但壳内之龟可以向任何方向伸出首尾（外在变化不可预测）。外人只看到一个封闭的壳，不知龟将向何方行动——此即"不可预知"。

又如大海——海底是稳定的（定），但海面之波涛变化无穷（不可一）。养志到极高境界之人，其内在如海底之稳定，其外在如海面之变化莫测。

此"不测之智"，正是纵横家之最高心法。纵横家面对的是极为复杂多变的政治局势，若策略固定不变、可被预测，则必被对手克制。唯有策略变化莫测、不可预知，才能始终立于不败之地。

然"不测"非无法——"不测"中自有其"道"。此"道"即"心气一"之"一"——虽然外在变化万千，但内在始终遵循着统一的基本原则（道）。此即《老子》所谓"道生一，一生二，二生三，三生万物"——从"一"（道）中生出无穷的变化，但所有变化都不离"一"之根本。

《孙子兵法·虚实篇》：

"夫兵形象水，水之形，避高而趋下；兵之形，避实而击虚。水因地而制流，兵因敌而制胜。故兵无常势，水无常形。能因敌变化而取胜者，谓之神。"

"兵无常势，水无常形"——用兵没有固定的态势，如同水没有固定的形状。"能因敌变化而取胜者，谓之神"——能够根据敌方的变化而变化从而取得胜利的，叫做"神"。

此"神"即灵龟之"灵"——灵活变化、通达无碍、不可测度。养志到极高境界，志便是"神"——如水之无形、如龟之不测、如道之无象。

---

## 下编：通贯——"养志法灵龟"与先秦诸子之会通

---

### 第七章 "养志法灵龟"与道家修养论之会通

#### 第一节 与《老子》"谷神不死"之会通

《老子》第六章：

"谷神不死，是谓玄牝。玄牝之门，是谓天地根。绵绵若存，用之不勤。"

"谷神不死"——山谷之神永不消亡。谷者，虚空之象也。谷之所以为谷，在于其虚空——中间是空的，故能容纳万物。"谷神"即虚空之中的神妙力量。

此"谷神"与"灵龟"之间有着深刻的对应关系：

龟壳之内部是空的（虚），此空间容纳了龟的全部身体（首尾四足皆可缩入）。龟壳之外是坚硬的甲，龟壳之内是虚空的腔。此虚空之腔，正如山谷之虚空——正因为虚空，才能容纳一切、才能生发一切。

"谷神不死"——虚空之神永不消亡。灵龟之长寿，正是因为它守住了内在的"虚空"——不填满欲望、不填满杂念，保持心灵的虚空状态，如谷之虚。此虚空的心灵状态，正是"养志"所要达到的境界——志养到极处，心灵虚空如谷，而其中自有不死之"神"（灵明）。

"绵绵若存，用之不勤"——若有若无地绵延存在着，使用它却不会穷尽。此描述亦与灵龟之特征相合——龟之生命力绵绵不绝、若有若无（龟伏藏不动时，几乎看不出它是否还活着），而此生命力"用之不勤"——使用它却永不穷尽。养志之人的心灵力量亦当如此——绵绵若存、用之不竭。

## 第二节 与《老子》"上善若水"之会通

《老子》第八章：

"上善若水。水善利万物而不争，处众人之所恶，故几于道。居善地，心善渊，与善仁，言善信，正善治，事善能，动善时。夫唯不争，故无尤。"

"上善若水"——最高的善如同水。然而，"养志法灵龟"之灵龟亦有"水"之德——龟居于水中，为水中之灵物。

水之德与龟之德有深层的契合：

"水善利万物而不争"——灵龟亦不争。龟之行动极其缓慢，不与他物争先；龟之食物极其简朴，不与他物争食。此"不争"之德，正是"养志"所要培养的品质。

"处众人之所恶"——水处于低下之处，众人所厌恶之处。龟亦处于泥水之中——庄子所谓"曳尾于涂中"——泥涂之中，正是"众人之所恶"的卑湿之处。然水与龟在此卑湿之处，反而最能养护其灵——水在低处最静（静水深流），龟在泥中最安。养志之人亦当如此——不必居于高位、显处，在低下卑微之处反能更好地涵养心志。

"心善渊"——心灵如同深渊。深渊者，深不可测也。此与"志不可预知""不测之智"正相呼应。养志之人的心灵如深渊——深沉、幽邃、不可测度。

"动善时"——行动善于把握时机。灵龟之伏藏不动，正是在等待时机。时机到来，龟伸出首尾行动，迅速而精准（龟捕食时出其不意地伸出头部，速度极快）。养志之人亦当如此——大部分时间静定不动，在关键时机果断出手。

## 第三节 与《老子》"知其雄，守其雌"之会通

《老子》第二十八章：

"知其雄，守其雌，为天下谿。为天下谿，常德不离，复归于婴儿。知其白，守其黑，为天下式。为天下式，常德不忒，复归于无极。知其荣，守其辱，为天下谷。为天下谷，常德乃足，复归于朴。"

"知其雄，守其雌"——知道刚强之道，却持守柔弱之态。此即灵龟之至妙——龟之甲壳极其坚硬（"雄"），而龟之行为极其柔弱（"雌"）。龟知道自己有坚硬的甲壳（知其雄），却始终保持着缩退伏藏的柔弱姿态（守其雌）。此即"为天下谿"——如同天下的小溪，低下而不显眼，却能汇聚万水。

"知其白，守其黑"——知道光明之理，却持守暗处。灵龟常栖于暗处（水底、泥中、石下），此即"守其黑"。然龟之灵明通达万物之理，此即"知其白"。养志之人亦当如此——明白一切道理（知其白），却甘居暗处、不显不张（守其黑）。

"复归于朴"——最终回归到质朴。灵龟之形态极为质朴——无华丽之色、无优美之姿、无动听之声——然正因此质朴，龟才能长寿、才能灵验。养志之人亦当回归质朴——不尚华饰、不求虚名、不逐浮利——在质朴之中涵养深厚的灵明。

#### 第四节 与庄子"至人无己"之会通

《庄子·逍遥游》：

"至人无己，神人无功，圣人无名。"

"至人无己"——最高的人没有自我的执着。此与"养志"之极致相通——志养到极处，便是"无己"——不是没有了自我，而是自我不再执着于特定的形象、特定的立场、特定的身份。如灵龟之变化——缩入壳中时似无（无己），伸出壳外时又有（有己）——有无之间，自由出入。

"神人无功"——神妙之人不自居其功。养志之人，虽有大功而不自居，如灵龟之灵验——龟卜灵验无比，然龟不自知其灵、不自居其功。此"无功"，非无所作为，而是有功而不自居。

"圣人无名"——圣人之人不追求名声。养志之人，志在于道而不在于名。如灵龟之隐于泥水——不求人知、不求人赞、不求被供于庙堂——只在泥水中自在地生活。此即庄子所谓"宁生而曳尾涂中"之深意。

《庄子·齐物论》：

"大知闲闲，小知间间。大言炎炎，小言詹詹。其寐也魂交，其觉也形开。与接为构，日以心斗。缦者、窳者、密者。小恐惴惴，大恐缦缦。其发若机括，其司是非之谓也。其留如诅盟，其守胜之谓也。其杀若秋冬，以言其日消也。其溺之所为之，不可使复之也。其厌也如缄，以言其老洫也。近死之心，莫使复阳也。喜怒哀乐，虑叹变愁，姚佚启态。乐出虚，蒸成菌。日夜相代乎前，而莫知其所萌。已乎已乎！旦暮得此，其所由以生乎！"

此段描述了未经修养之人的精神状态——心灵被各种喜怒哀乐、忧虑叹息所充塞，如同一片混乱的战场。"日以心斗"——每天都在心灵的争斗中度过。"小恐惴惴，大恐缦缦"——小恐惧使人战栗，大恐惧使人茫然。此种精神状态，正是"欲多心散志衰思不达"的生动写照。

而庄子之理想，正是从这种混乱的精神状态中解脱出来——达到"至人无己"的自由境界。此解脱之路，即"养志"之路——通过寡欲、守静、心气一、自知，逐步消除心灵中的混乱，最终达到通达无碍的灵明境界。灵龟之伏藏安宁，正是此理想境界的象征。

### 第五节 与《庄子·养生主》之会通

《庄子·养生主》开篇：

"吾生也有涯，而知也无涯。以有涯随无涯，殆已！已而为知者，殆而已矣！为善无近名，为恶无近刑。缘督以为经，可以保身，可以全生，可以养亲，可以尽年。"

"缘督以为经"——沿着中正之路作为常法。此"缘督"之义，历来解释不一，然其核心精神与"养志"相通——找到一条中正之路，持守不偏，以此保身全生、养亲尽年。

此章题为"养生主"——养生的根本。而"养志"正是"养生"之核心——志养好了，生命自然得到养护。灵龟之长寿，正是"养志"之最佳效果——龟以其独特的"养志"方式（伏藏、寡欲、守静），达到了超乎寻常的长寿。

"可以保身"——保全身体。灵龟之甲壳即保身之器。"可以全生"——保全生命的完整性。灵龟之长寿即全生之验。"可以养亲"——侍奉双亲。此关乎孝道，龟之长寿使其能长久侍奉。"可以尽年"——享尽天赋之寿命。灵龟正是"尽年"之典范。

由此可见，"养志法灵龟"与庄子之"养生主"思想，在精神上是高度契合的。

## 第八章 "养志法灵龟"与儒家修养论之会通

### 第一节 与孔子"志于道"之会通

前文已引《论语·述而》："志于道，据于德，依于仁，游于艺。"

孔子之"志于道"与鬼谷子之"养志"，虽表述不同，然有共同之核心关怀——都重视"志"在人之精神修养中的核心地位。

区别在于：孔子之"志"有明确的内容——"道""德""仁""艺"——这是儒家价值体系所规定的内容。鬼谷子之"养志"则不预设特定的价值内容，而着重于"志"本身的涵养方法——如何使志坚定、如何使志通达、如何使志变化莫测。

然二者并不矛盾。养志之方法与志之内容，本是两个不同层面的问题。儒家提供了志之内容（道、德、仁、义），鬼谷子提供了志之方法（法灵龟）。一个人既可以"志于道"（儒家之内容），又可以"法灵龟"（鬼谷子之方法）来涵养这个"志于道"的志。

事实上，孔子本人的行为就体现了"灵龟"之德——

"用之则行，舍之则藏"——能行能藏，如龟之能伸能缩。

"匹夫不可夺志"——志坚如龟壳之坚。

"知其不可而为之"——此处之"为"并非蛮干，而是在深知形势的基础上仍然坚持——如同灵龟虽知外界险恶，仍在适当时机伸出首尾行动。

"子在川上曰：'逝者如斯夫！不舍昼夜。'"——看水之流逝而感叹时间之不停歇。此中有一种深沉的宁静——如灵龟静卧水边，观水之流逝而自守不动。

### 第二节 与曾子"三省吾身"之会通

《论语·学而》：

"曾子曰：'吾日三省吾身：为人谋而不忠乎？与朋友交而不信乎？传不习乎？'"

"三省吾身"——每日三次反省自身。此即"养志"中"自知"之具体方法。自知不是一劳永逸的事，而是需要每日反复进行的功课。如灵龟每日都要缩回壳中休息——此"缩回壳中"正是"反省"之象——退回到自己的内在空间，检视自己的状态。

曾子之三省，具体检视的是"忠""信""习"三个方面——为人谋事是否忠心？与朋友交往是否诚信？老师传授的是否认真温习了？此三者，正是"志"在具体人际关系中的表现。养志不是抽象的空谈，而是要落实在日常的人际互动中——每一次谋事、每一次交往、每一次学习，都是养志的实践场。

### 第三节 与颜回“不迁怒，不贰过”之会通

《论语·雍也》：

“子曰：‘回也，其心三月不违仁，其余则日月至焉而已矣。’”

颜回之心能三月不违背仁，其他人则不过日月之间偶尔达到而已。颜回之所以能三月不违仁，正因其养志功夫极深——心气一、志意不衰、思理达——能长时间保持在高度的精神状态而不退转。

又《论语·雍也》：

“子曰：‘有颜回者好学，不迁怒，不贰过。不幸短命死矣。’”

“不迁怒”——不将怒气转移到他人身上。“不贰过”——不重复犯同样的错误。此二者正是“养志”之效验——志养好了，情绪不会失控（不迁怒），行为能够及时纠正（不贰过）。

“不迁怒”如灵龟之不外泄——龟受到外在刺激时缩入壳中，不向外发散（不迁怒）。“不贰过”如灵龟之灵验——龟卜一次即知结果，不需反复（不贰过）。

### 第四节 与《中庸》“喜怒哀乐之未发”之会通

《礼记·中庸》：

“喜怒哀乐之未发，谓之中。发而皆中节，谓之和。中也者，天下之大本也。和也者，天下之达道也。致中和，天地位焉，万物育焉。”

“喜怒哀乐之未发，谓之中”——喜怒哀乐还没有发出来的状态，叫做“中”。“发而皆中节，谓之和”——发出来之后都合乎节度，叫做“和”。

此“未发之中”，正是灵龟伏藏于壳中、首尾未伸的状态——一切情感与行动都还在“内部”，尚未向外显发。在此状态下，心灵处于最纯粹、最根本的平衡点上——此即“天下之大本”。

“发而皆中节”——一旦发出（如龟伸出首尾），便都恰到好处。此即“养志”之效——志养好了，行为自然合乎节度。不养志而行事，则如龟壳未关好便贸然伸出首尾——暴露在危险之中而不自知。

“致中和，天地位焉，万物育焉”——达到了中与和的境界，天地各安其位，万物各得其养。此即“养志”之至高效果——个人之中和，影响及于天地万物。

此处可见“养志法灵龟”与儒家之“中和”思想的深层契合。灵龟伏藏时为“中”（未发），灵龟行动时为“和”（发而中节）。“法灵龟”者，法其“中和”之德也。

## 第五节 与《大学》“诚意正心”之会通

《礼记·大学》：

“古之欲明明德于天下者，先治其国。欲治其国者，先齐其家。欲齐其家者，先修其身。欲修其身者，先正其心。欲正其心者，先诚其意。欲诚其意者，先致其知。致知在格物。”

此“八条目”之中，“诚意”“正心”与“养志”之关系最为密切。

“诚意”者，使意念真诚、不自欺也。此与《鬼谷子》“实意法螭蛇”相对应。然“诚意”之前提是“正心”——心不正则意不能诚。而“正心”的实质，正是“养志”——使心灵端正、使志向明确。

《大学》又曰：

“所谓修身在正其心者：身有所忿懣，则不得其正；有所恐惧，则不得其正；有所好乐，则不得其正；有所忧患，则不得其正。心不在焉，视而不见，听而不闻，食而不知其味。此谓修身在正其心。”

“身有所忿懣、恐惧、好乐、忧患，则不得其正”——被愤怒、恐惧、喜好、忧虑所占据，心便不能端正。此即《鬼谷子》所谓“欲多则心散”之义——各种情感欲望（忿懣、恐惧、好乐、忧患皆属于“欲”之广义范畴）太多，心便散乱而不正。

“心不在焉，视而不见，听而不闻，食而不知其味”——心不在其本位，则虽有感官而无觉知。此即“志衰则思不达”之表现——志衰弱了，心灵的感知功能便丧失了。

养志之法，正可对治此种“心不在焉”的状态——通过寡欲、守静、心气一，使心回到其本位，重新恢复其感知与判断的功能。

## 第九章 “养志法灵龟”与兵家思想之会通

### 第一节 与《孙子兵法》“知彼知己”之会通

前文已引《孙子兵法·谋攻》“知彼知己者百战不殆”之说。此处进一步探讨“养志法灵龟”与兵家思想的深层关联。

“养志”之内用是“自知”——知己；外用是“知人”——知彼。此即兵家“知彼知己”之根本法门。鬼谷子之学出于纵横，纵横与兵家本有密切关系——纵横家在政治外交领域运用的策略，与兵家在军事领域运用的策略，在思维方式上是相通的。

《孙子兵法·形篇》：

"昔之善战者，先为不可胜，以待敌之可胜。不可胜在己，可胜在敌。故善战者，能为不可胜，不能使敌之必可胜。故曰：'胜可知，而不可为。'"

"先为不可胜"——先使自己处于不可被战胜的状态。此即"养志"之首要功用——通过养志使自己"不可被害"("应对给则人莫能害")。

"不可胜在己"——能否不被战胜，取决于自己。养志正是一种"在己"的功夫——不依赖外在条件，完全靠自身的修养来达到"不可胜"的状态。灵龟之甲壳是它自身长出来的，不需外求——此即"不可胜在己"之象。

"可胜在敌"——能否战胜敌人，取决于敌人是否犯错。养志之外用——知人、揣情、察安——正是在等待和发现对手的破绽。

此"先为不可胜，以待敌之可胜"的战略思想，与灵龟的行为模式完全吻合——龟先缩入壳中（为不可胜），然后等待时机出击（以待可胜）。

## 第二节 与《孙子兵法》"其疾如风，其徐如林"之会通

《孙子兵法·军争》：

"故其疾如风，其徐如林，侵掠如火，不动如山，难知如阴，动如雷震。"

此六句描述用兵之妙——快如风、缓如林、猛如火、稳如山、隐如阴、动如雷。

灵龟之德，恰好兼具其中数者：

"不动如山"——龟之伏藏不动，如山之屹立。此即志定之象。

"难知如阴"——龟缩于壳中，外人不知其动静意图。此即志不可预知之象。

"动如雷震"——龟虽平时行动迟缓，然其捕食时伸首极速，出人意料。此即志定之后应对之迅捷——"威仪审则应对给"。

养志之人，平时沉稳如山、隐晦如阴，而一旦行动则迅捷如雷——此正是"法灵龟"之妙用。

## 第三节 与《孙子兵法》"善守者藏于九地之下"之会通

《孙子兵法·形篇》：

"善守者，藏于九地之下；善攻者，动于九天之上。故能自保而全胜也。"

"善守者，藏于九地之下"——善于防守的人，隐藏在九地之下（极深之处）。此即灵龟之"伏藏"——龟潜于水底、伏于泥中，隐藏极深，敌人找不到它。

"善攻者，动于九天之上"——善于进攻的人，行动在九天之上（极高之处）。此与灵龟之"灵"相应——龟虽伏于下，而其灵明通于上（灵龟通天达地）。

养志之人，亦当兼具此二者——守则藏于九地之下（志之内敛伏藏），攻则动于九天之上（志之灵明发越）。此"能自保而全胜"——既能保全自己，又能取得完全的胜利。此即"养志"之双重效果：内以保身（自保），外以知人策人（全胜）。

#### 第四节 与《孙子兵法》"致人而不致于人"之会通

《孙子兵法·虚实篇》：

"凡先处战地而待敌者佚，后处战地而趋战者劳。故善战者，致人而不致于人。"

"致人而不致于人"——调动别人而不被别人调动。此即纵横之术的核心原则，也是"养志"之外用的核心目标。

如何做到"致人而不致于人"？首先，自己的志要定——志定则不会被他人的言辞、诱惑、威胁所调动（"不致于人"）。其次，自己要能知人——知道他人的志向、欲望、恐惧、弱点，从而能够调动他人（"致人"）。

灵龟伏于壳中，外物不能迫其动（不致于人）；而龟以其灵验之能，指引人之决策（致人——通过龟卜影响人的行为）。此即"致人而不致于人"之灵龟式诠释。

## 第十章 "养志法灵龟"与先秦历史人物之印证

### 第一节 舜之"养志"

舜帝之事迹，可视为"养志法灵龟"的上古典范。

《尚书·尧典》载舜之德行：

"帝曰：'咨！四岳，朕在位七十载，汝能庸命，巽朕位？'岳曰：'否德忝帝位。'曰：'明明扬侧陋。'师锡帝曰：'有齔在下，曰虞舜。'帝曰：'兪！予闻，如何？'岳曰：'瞽子，父顽，母嚚，象傲；克谐以孝，烝烝乂，不格奸。'"

舜出身于极其恶劣的家庭环境——“父顽，母嚚，象傲”——父亲顽固、继母嚣张、弟弟傲慢，三者皆欲害舜。然舜在此恶劣环境中“克谐以孝”——能以孝道使之和谐。

此中之关键，正在于舜之“养志”。身处如此恶劣之环境，普通人早已志散心乱、恐惧愤怒。而舜能始终保持心志之坚定与灵明——如灵龟之甲壳，虽受外在之冲击（父母弟之迫害），而内在之志不动摇。

舜之“不格奸”——不至于（与家人）产生奸恶之冲突——此即“养志”之“不惧则志定，志定则威仪审，威仪审则应对给”的实际表现。舜面对家人的迫害，不恐惧、不愤怒、不报复，而是以端庄的威仪和得体的应对来化解一切冲突。此“应对给”之效果，使“人莫能害”——虽然家人屡次谋害舜，而舜终不受害。

又《孟子·万章上》载舜之故事极为详细：

“万章问曰：‘舜往于田，号泣于旻天，何为其号泣也？’孟子曰：‘怨慕也。’万章曰：‘父母爱之，喜而不忘；父母恶之，劳而不怨。然则舜怨乎？’”

“孟子曰：‘……大孝终身慕父母。五十而慕者，予于大舜见之矣。’”

舜“五十而慕父母”——五十岁了仍然思慕父母。虽然父母恶之、害之，舜仍然思慕之、孝敬之。此种超乎常人的精神力量，从何而来？正是从“养志”而来——舜之志向（孝道）极为坚定，不因父母之恶待而动摇。此志之坚定，如灵龟之甲壳，外力不能摧毁。

## 第二节 文王之“养志”

周文王被囚于羑里，乃是“养志法灵龟”之又一伟大典范。

《周易·系辞下》载：

“《易》之兴也，其于中古乎？作《易》者，其有忧患乎？”

又《史记·太史公自序》引古语：“文王拘而演《周易》”——文王被拘禁在羑里而推演《周易》。

文王之被囚，如龟之被困于壳中——外在行动受到极大限制（身体被拘禁），然内在精神活动不受任何限制（推演《周易》之伟大思想工作）。此正是“养志法灵龟”之至佳体现——

外在被困（如龟缩于壳中）→ 内以养志（在拘禁中涵养心志）→ 思理达（推演出《周易》之深邃道理）→ 和通（通达天地阴阳之理）→ 乱气不烦于胸中（在囚禁中保持心灵的安宁）。

文王在羑里之七年（或说数年），正是一段极其深刻的“养志”历程。在此期间，文王不因身陷囹圄而丧志，不因前途未卜而恐惧，不因商纣之暴虐而愤怒——而是将全部精神力量投入到对天地之理的深入

思考中，最终产生了《周易》这部伟大的经典。

此亦可证"养志"之效：志养到极深处，不仅不会因困境而消沉，反而会在困境中爆发出更大的创造力。灵龟之灵验，并非在舒适的环境中才能发挥，恰恰是在被灼烧（龟卜之灼烧甲壳）的极端情境下才能显现其灵——甲壳被火灼烧而裂开，兆纹从中呈现。文王被困于羑里而推演《周易》，正如灵龟被灼烧而显其灵兆——困境之"灼烧"激发了深层的灵明。

### 第三节 伊尹之"养志"

伊尹者，商汤之贤相也。其事迹亦可视为"养志法灵龟"之典范。

《孟子·万章上》载：

"伊尹耕于有莘之野，而乐尧舜之道焉。非其义也，非其道也，禄之以天下，弗顾也；系马千驷，弗视也。非其义也，非其道也，一介不以与人，一介不以取诸人。汤使人以币聘之，嚣嚣然曰：'我何以汤之聘币为哉？我岂若处畎亩之中，由是以乐尧舜之道哉？'汤三使往聘之，既而幡然改曰：'与我处畎亩之中，由是以乐尧舜之道，吾岂若使是君为尧舜之君哉？吾岂若使是民为尧舜之民哉？吾岂若于吾身亲见之哉？'"

伊尹耕于有莘之野——如灵龟隐于泥水之中。"而乐尧舜之道"——在隐居中涵养对尧舜之道的志向。"非其义也，非其道也，禄之以天下，弗顾也"——不合乎道义的，即使以天下为俸禄也不屑一顾。此"弗顾"之决绝，正如灵龟之缩壳——外在之利诱不能使之伸出。

然后"汤三使往聘之"——商汤三次派人来聘请。伊尹最终"幡然改"——改变了主意，决定出山辅佐商汤。何以改？因为他的"志"发生了转变——从"处畎亩以乐尧舜之道"（如龟之伏藏自适）转变为"使是君为尧舜之君、使是民为尧舜之民"（如龟之伸出首尾以行动）。此转变并非志的丧失，而是志的升华——从个人之修养扩大到天下之治理。此即"养志"之内用转为外用的过程。

伊尹之"养志"过程极为完整：隐居耕野（寡欲守静、心气一）→ 乐尧舜之道（志于道）→ 不为利诱所动（志定）→ 审时度势而出山（应对给）→ 辅佐商汤成就大业（用之于人）。此整个过程，完美地体现了"养志法灵龟"的修养逻辑。

### 第四节 姜太公之"养志"

姜太公（吕尚）之事迹，亦是"养志法灵龟"的经典案例。

《史记·齐太公世家》载：

"吕尚盖尝穷困，年老矣，以渔钓奸（干）周西伯。"

太公年老穷困，以钓鱼之术接近周文王。此“渔钓”之象，本身就与龟有着密切的关联——钓鱼者，以饵投水、以静制动、以不动之身而待鱼之动也。此正如灵龟之静卧水中、等待时机。

又传说太公钓鱼之法极为独特——直钩无饵而钓。此更深合“养志法灵龟”之旨——不以利饵引诱（灵龟不以食为需），而以志之纯正感召。太公之志在于天下大治，此志纯正而坚定，不需要以利诱来达成。如灵龟之灵，不需外在之加持而自然灵验。

太公在渭水之滨等待了极长时间——据传说为数十年。此漫长的等待，正是“养志”之过程——在等待中不断涵养、不断深化自己的志向与智慧。如灵龟之长寿——龟以漫长的时间来积蓄其灵，太公以漫长的等待来养成其志。

最终，文王来访，太公与之对谈，文王大悦，载之以归，拜为太师。太公之志终于找到了实现的途径——辅佐文王、武王，灭商兴周，建立了影响千古的伟大功业。

此亦证明：养志法灵龟之“法灵龟”，不仅是消极的伏藏退守，更包含着在漫长的等待中蓄积力量，在恰当的时机爆发出巨大的能量。灵龟之灵，在被灼烧之时显现；太公之志，在遇文王之时爆发。

## 第五节 苏秦、张仪之“养志”

苏秦、张仪为鬼谷子之弟子，其“养志”之历程最直接地体现了“养志法灵龟”的纵横运用。

《史记·苏秦列传》载：

“苏秦者，东周洛阳人也。东事师于齐，而习之于鬼谷先生。出游数岁，大困而归。兄弟嫂妹妻妾窃皆笑之，曰：‘周人之俗，治产业，力工商，逐什二以为务。今子释本而事口舌之学，困，不亦宜乎！’”

苏秦学成归来，大困——穷困潦倒。家人皆嘲笑他。此时之苏秦，正处于“养志”的考验期——外在条件极其恶劣（穷困、被嘲笑），内在之志是否能不动摇？

“苏秦闻之而惭，自伤，乃闭室不出，出其书遍观之。曰：‘夫士业已屈首受书，而不能以取尊荣，虽多亦奚以为！’乃夜发书，陈篋数十，得太公阴符之谋，伏而诵之，简练以为揣摩。读书欲睡，引锥自刺其股，血流至足。曰：‘安有说人主不能出其金玉锦绣，取卿相之尊者乎？’期年揣摩成，曰：‘此真可以说当世之君矣。’”

苏秦“闭室不出”——如灵龟缩入壳中，隔绝外界。“伏而诵之”——“伏”字用得极妙，正如龟之“伏藏”。“引锥自刺其股”——以极端之手段保持清醒与专注，此即“心气一”之苦修。“期年揣摩成”——经过一年的刻苦修炼，终于养成了揣摩之术。

此一年的"闭室伏诵"，正是苏秦的"养志法灵龟"之实践——在封闭的环境中（如龟壳之内），以极度的专注（心气一），涵养纵横之术（养志），最终达到"可以说当世之君"的境界（思理达、应对给）。

其后苏秦出山，游说六国，佩六国相印，合纵抗秦，一时之间权倾天下——此即"养志"之外用的极致发挥。

苏秦之经历完美地诠释了"养志法灵龟"的全过程：

1. **学于鬼谷**——习得养志之法。
2. **出游大困**——初试不利，遭遇挫折。
3. **闭室伏诵**——如灵龟伏藏，深度养志。引锥刺股以保心气一。
4. **揣摩成**——志养成，思理达。
5. **游说六国**——外以知人，用之于人。
6. **佩六国相印**——志定而威仪审、应对给，人莫能害。

此乃鬼谷子传人对"养志法灵龟"之最真切的身体力行。

张仪之经历亦类似。《史记·张仪列传》载：

"张仪已学而游说诸侯。尝从楚相饮，已而楚相亡璧，门下意张仪，曰：'仪贫无行，必此盗相君之璧。'共执张仪，掠笞数百，不服，醜之。其妻曰：'嘻！子毋读书游说，安得此辱乎？'张仪谓其妻曰：'视吾舌尚在不？'其妻笑曰：'舌在也。'仪曰：'足矣。'"

张仪被冤枉为盗璧者，遭受数百下鞭打，而"不服"——不承认——此即"志定"之表现，如灵龟之甲壳，虽受击打而不破碎。

其妻埋怨他："你如果不去读书游说，怎会遭受这种侮辱？"张仪只问了一句："看看我的舌头还在不在？"妻答："在。"张仪说："够了。"

此回答极为精妙。舌头——说话的器官——在，则纵横之术的根本工具在，则一切皆可重来。此即"养志"之核心——只要志在（如灵龟之壳在），外在的一切损失都是暂时的、可恢复的。张仪之志，正如灵龟之灵——甲壳可能被磨损（遭受鞭打），但只要龟还活着（舌还在），灵就不会消失。

此后张仪入秦，以连横之术破苏秦之合纵，成就了与苏秦并称的纵横伟业。

## 第六节 范蠡之"养志"

范蠡辅佐越王勾践复国，堪称先秦"养志法灵龟"之最辉煌的历史实践。

越王勾践兵败于吴，入吴为臣，卧薪尝胆。此"卧薪尝胆"之过程，正是极其深刻的"养志"历程：

**卧薪**——睡在柴草上，使身体承受不适，以此保持志向之清醒。此如灵龟之不求舒适——龟不以舒适的环境为生存之必需。

**尝胆**——每日品尝苦胆之味，以此提醒自己仇耻未雪。此如灵龟之灼烧——龟甲被火灼烧之痛，正如苦胆之苦，在极端的不适中激发灵明。

勾践在吴之数年，“身自耕作，夫人自织，食不加肉，衣不重采，折节下贤人，厚遇宾客，振贫吊死，与百姓同其劳”（《史记·越王勾践世家》）——此种极端的克制与勤苦，正是“养志”之苦修——减损一切不必要的欲望（“食不加肉，衣不重采”），将全部精神力量集中于复国之志。

范蠡在此过程中扮演了关键角色。他正是运用“养志法灵龟”之术来辅佐勾践——

**对勾践而言：**范蠡帮助勾践“养志”——在极端困境中保持复国之志不衰，使勾践的心气统一、思理通达，最终制定出正确的复国策略。

**对吴王夫差而言：**范蠡运用“知人”之术——了解夫差的志向与欲望（好大喜功、贪恋美色），据此制定了进献西施等策略，使夫差的志向被诱导到错误的方向上（“舍尔灵龟，观我朵颐”——夫差正是舍弃了自己的灵明判断而贪求享乐），最终导致吴国之亡。

更值得注意的是，范蠡在助勾践成功复国之后的选择：

“范蠡遂去，自齐遗大夫种书曰：‘蜚鸟尽，良弓藏；狡兔死，走狗烹。越王为人长颈鸟喙，可与共患难，不可与共乐。子何不去？’”

范蠡功成身退，离开越国——此正是灵龟之“退藏于密”的至高实践。志已达成（复国成功），便当退藏，不可恋栈不去。范蠡深知越王勾践“可与共患难，不可与共乐”——此即“知人”之术的运用，了解了勾践之“所安”（安于刻苦，不安于分享），据此做出了退隐的决策。

范蠡之后隐居经商，三次致富三次散财（《史记·货殖列传》载“范蠡三徙，成名于天下”），显示了其志之灵活变化——不固定在一个方向上（“志不可一”），而是随机应变、自在出入。此正是“养志法灵龟”之最高境界——“不测之智，圣人之奇策也”。

## 第十一章“养志法灵龟”之深层哲学追问

### 第一节“志”与“道”之关系

一个根本性的哲学问题是：“志”与“道”之间是什么关系？

若“志”只是个人之意向，则“养志”不过是培养个人意志力的小术；若“志”与“道”有某种深层的关联，则“养志”便具有了形而上学的意义。

《管子·心术上》给出了一个重要线索：

"心之在体，君之位也。……道不远而难极也，与人并处而难得也。虚其欲，神将入舍。扫除不洁，神乃留处。"

道"与人并处"——道就在人的身边，与人一同存在。然而人"难得"之——很难获得道。为何？因为欲望遮蔽了道。"虚其欲"——虚空欲望之后，"神将入舍"——精神（或说道之精神）便会入住。

此意味着：道本在人心中，只是被欲望遮蔽了。养志——减损欲望、心气归一——的过程，即是去除遮蔽、让道重新显现的过程。志之最高状态，便是与道合一。

《老子》第二十一章：

"孔德之容，惟道是从。道之为物，惟恍惟惚。惚兮恍兮，其中有象；恍兮惚兮，其中有物。窈兮冥兮，其中有精；其精甚真，其中有信。"

道是"恍惚""窈冥"的——不可以常规之感知来把握。然"其中有象""其中有物""其中有精""其中有信"——道中有象、有物、有精、有信。

灵龟之卜，正是将道之"象"呈现出来的方式——龟兆之象，即道之象在龟甲上的显现。而"养志法灵龟"之"法灵龟"，即是效法灵龟呈现道之象的方式——在虚静之中，让道之真理自然呈现于心灵之中。此即"思理达"之"理"——不是人为推理出来的道理，而是在虚静中自然呈现的道之真理。

## 第二节 "灵"之本质追问

"灵龟"之"灵"，究竟指的是什么？

"灵"字，在先秦文献中有多重含义：

- 一、**神灵之灵**。指超自然的神妙存在。如"四灵"之灵。
- 二、**灵验之灵**。指占卜之灵验、预言之准确。如"龟卜灵验"之灵。
- 三、**灵明之灵**。指心灵之明觉、精神之灵敏。如"心灵""灵犀"之灵。
- 四、**灵活之灵**。指变化之灵活、应对之敏捷。如"灵巧""灵动"之灵。

此四重含义，在"灵龟"这一意象中是统一的：

龟之所以有**神灵之灵**，因为它通达幽明二界。龟之所以有**灵验之灵**，因为它能准确呈现天地之象。龟之所以有**灵明之灵**，因为它在虚静中保持了精神的高度明觉。龟之所以有**灵活之灵**，因为它虽然外表迟缓，内在却能灵活应变。

而这四重"灵"的统一之处在于——**虚静**。正因为龟守虚守静，才能通神灵、才能灵验、才能灵明、才能灵活。虚静是"灵"的根源。

反过来说：不虚不静者，不灵。欲望充塞（不虚）、心灵躁动（不静）之人，不可能有任何意义上的"灵"——既不能通达幽明，也不能准确判断，更不能保持灵明，也不能灵活应对。

由此可知："灵"之本质，即是心灵在虚静状态下所呈现的一切妙用。"养志法灵龟"之"法灵龟"，归根结底，是要效法灵龟之虚静以获取"灵"之全部妙用。

### 第三节 为何是"龟"而非他物？

一个值得追问的问题是：为何鬼谷子选择"龟"而非其他动物来作为"养志"的法则？

本经阴符七篇中，七种象征各有其特殊性：五龙、灵龟、螭蛇、伏熊、鸷鸟、猛兽、灵蓍。其中五龙为神话之物、螭蛇亦带神话色彩、猛兽为泛称——唯灵龟与鸷鸟是具体可见的真实动物（灵蓍为植物）。

在真实动物中，龟有哪些独特之处使其成为"养志"的最佳象征？

**第一，龟之"壳"的唯一性。** 在所有动物中，龟是唯一将骨骼外翻为甲壳、将整个身体包裹其中的动物。此甲壳既是保护（外御），又是空间（内藏），既是边界（隔内外），又是载体（负天覆地之象）。没有任何其他动物具有如此独特的"壳"——此"壳"恰好完美地象征着"志"的功能：志既是心灵的保护（使其不受外物侵害），又是心灵的空间（为心灵提供安顿之所），又是心灵的边界（区分内外、守住本位），又是心灵的载体（承载一切精神活动）。

**第二，龟之"伸缩"的灵活性。** 龟可以将首尾四足伸出壳外（开放、行动），亦可以将其全部缩入壳中（封闭、静止）。此伸缩之间的灵活转换，象征着心志之开合、行藏、动静的自如切换。其他动物虽亦有动静之别，但没有龟这样鲜明而彻底的"伸缩"——龟之缩壳是完全的封闭，龟之伸出是完全的开放，二者之间的对比极为鲜明。

**第三，龟之"长寿"的超越性。** 龟之寿命远超常物，此在先秦已为定论。长寿象征着超越时间——志之坚定持久也是一种超越时间的品质。其他长寿之物（如古木）缺乏动物之灵动，其他灵动之物（如猿猴）又不够长寿。唯龟兼具长寿与灵动（虽迟缓但确有行动能力），此独特之组合使其成为"养志"的最佳象征。

**第四，龟与"卜"的文化关联。** 龟在上古文化中与占卜深度关联，而占卜之核心即"通灵"——通达灵明以知吉凶。此"通灵"之功能，正是"养志"之目标——使心灵通达灵明以洞察万理。其他动物虽亦有灵性，但没有龟与"通灵"之间的深厚文化关联。

**第五，龟之"不食而寿"的象征性。** 龟能极少食甚至不食而长期存活，此象征着"自足"——不依赖外在之物而能自我维持。此"自足"正是"养志"之核心——志之涵养不是从外部添加，而是从内部发掘。其他动物皆须频繁进食以维生，唯龟能几近不食，此独特性使其成为"自足"之最佳象征。

综上所述，龟之“壳”“伸缩”“长寿”“通灵”“自足”五大独特性质，使其成为“养志”的无可替代的象征。鬼谷子之选择，实在是深思熟虑之结果。

#### 第四节 “法”之方法论意义

“养志法灵龟”之“法”字，亦值得深究。

“法”者，效法也、取法也。《老子》第二十五章：

“人法地，地法天，天法道，道法自然。”

人效法地，地效法天，天效法道，道效法自然。此“法”之链条，揭示了一个重要的认知方法论——人不能直接认识抽象之“道”，但可以通过效法具体之物（地、天）来间接接近道。

“养志法灵龟”之“法灵龟”亦遵循此方法论——人不能直接把握抽象的“养志”之道，但可以通过效法具体的“灵龟”来间接实践养志。灵龟是“养志之道”的具体化身——道是无形的，龟是有形的；道是不可见的，龟是可见的。通过观察龟之行为（伏藏、伸缩、寡欲、长寿），体悟龟之德性（坚定、灵明、自足、虚静），人便能掌握养志之道。

此“取法于物”的方法论，是上古思维的一大特色。《周易·系辞下》：

“古者包牺氏之王天下也，仰则观象于天，俯则观法于地，观鸟兽之文与地之宜，近取诸身，远取诸物，于是始作八卦，以通神明之德，以类万物之情。”

包牺（伏羲）作八卦之法，正是“远取诸物”——从远处的事物中取得法则。“观鸟兽之文”——观察鸟兽的纹理与习性。灵龟作为鸟兽（广义）之一，其“文”（纹理——龟甲之纹）与习性（伏藏、长寿），正是圣人“取法”之对象。

“养志法灵龟”，正是这一上古“取法于物”传统的直接继承与发展——从灵龟之物取得养志之法。

#### 第五节 “养”之过程论意义

最后，探讨“养”字之深义。

“养”者，非一次性之行为，乃长期持续之过程。如养植物——浇水施肥、日晒雨淋，日复一日、年复一年。如养孩子——哺乳教导、扶持引领，岁岁年年、不可中断。

“养志”之“养”，亦是如此——不是一朝一夕之功，而是终身不辍之业。

《周易·蒙卦》彖辞：

"蒙以养正，圣功也。"

"蒙以养正"——在蒙昧之时便开始涵养正道。此"养"自蒙昧之初始，直至成圣之终点，贯穿人之一生。此即"养"之过程性——不是到了某个阶段才开始养，也不是到了某个阶段就可以停止养。"养"是永恒的进行时。

灵龟之长寿，正是"养"之持续性的最佳写照——龟之所以能活数百甚至数千年（据传说），正因其"养"不中断——时刻保持伏藏守静之态，时刻保持寡欲自足之德，时刻保持灵明通达之能。此"养"无一日之休、无一时之怠——此即灵龟之"养"的秘密。

人之养志亦当如此——无一日之休、无一时之怠。孔子"吾十有五而志于学"，自十五岁起至七十余岁终，近六十年之养志不辍。文王被囚七年而演易不止。太公等待数十年而志不移。此皆"养"之典范——持续、持久、持恒。

"养"又含有"涵育"之义——不是强制、不是拔苗助长，而是如养花般顺其自然、因势利导。志之养成，不能急躁，不能勉强，须顺应心灵之自然规律，如龟之生长——极其缓慢，但极其坚实。龟之甲壳不是一夜之间长成的，而是长年累月、一层一层地增长。人之志亦然——不是一朝之间养成的，而是日积月累、层层叠叠地涵育。

---

## 结语

---

### 第十二章 总论："养志法灵龟"的永恒价值

#### 第一节 五字之中的完整体系

行文至此，我们已从上古龟之神圣地位、先秦"志"之多重意涵、《鬼谷子》文本细读、与先秦诸子之会通、历史人物之印证、深层哲学追问等多个维度，对"养志法灵龟"进行了全面而深入的解读与探究。

回顾全文，可以说"养志法灵龟"五字之中，蕴含着一个完整的精神修养与实践运用的体系：

"养"——揭示了修养的过程性特征：持续、渐进、涵育、不可间断。

"志"——揭示了修养的核心对象：心灵之方向、主宰、力量——兼具方向性、统一性、坚定性、内在性、灵明性、虚静性。

"法"——揭示了修养的方法论：取法于物——通过效法具体可见之灵物来掌握抽象之道理。

"灵"——揭示了修养的目标境界：灵明通达——虚静之中呈现的一切妙用——通神、灵验、灵明、灵活。

"龟"——揭示了修养的具体法则：伏藏守静、寡欲自足、坚甲护身、伸缩自如、长寿持久。

五字五义，五义一体，构成一个精妙绝伦的修养指南。

## 第二节 从上古到先秦的思想传承

"养志法灵龟"不是鬼谷子凭空创造的概念，而是上古以来绵延数千年的文化传统的结晶。

从上古巫觋之龟卜通神，到《周易》之"舍尔灵龟"之警戒，到《尚书》之龟卜决疑，到《周礼》之六龟之制，到老子之"致虚极，守静笃"，到庄子之"曳尾涂中"之选择，到孔子之"匹夫不可夺志"，到孟子之"持其志，无暴其气"，到《管子》之"虚其欲，神将入舍"，到《孙子兵法》之"先为不可胜"——一条绵长而清晰的思想脉络，汇聚到鬼谷子的"养志法灵龟"这一精妙的表达之中。

此表达既是对上古传统的继承，又是对先秦各家思想的综合与超越。鬼谷子以"灵龟"这一古老而生动的意象，将道家之虚静、儒家之持志、兵家之不测、巫觋之通灵，融会贯通为一体，创造出一个既有深厚文化根基、又有鲜明实践指向的修养法门。

## 第三节 内圣与外王的统一

"养志法灵龟"最独特的贡献，在于将"内圣"与"外王"统一在一个法门之中。

道家之修养，偏重于内——个人之解脱与逍遥。儒家之修养，偏重于外——社会之治理与教化。兵家之策略，偏重于用——实际之胜负与利害。

而"养志法灵龟"将三者统一："内以养志"（内圣）、"外以知人"（外王）、"用之于人"（实用）。养志之人，内在充实而灵明（如灵龟之壳中安宁），外在通达而应变（如灵龟之伸缩自如），在人际关系与政治操作中游刃有余（如灵龟之灵验通神）。

此统一，非勉强之拼凑，而是自然之贯通。因为"志"本身即是内外之枢纽——志之内在涵养（内圣）自然产生外在之效用（外王），如灵龟之内在灵明自然呈现为外在之灵验。内外不二、体用同源——此即"养志法灵龟"之至深义理。

## 第四节 对先秦"人"之理解的深化

"养志法灵龟"深刻地揭示了先秦对"人"之本质的理解。

人是什么？在"养志法灵龟"的视角下，人首先是一个"有志"的存在——人之所以为人，在于人有志。志是人之精神的核心，是人之存在的根本。无志之人，如无壳之龟——暴露在一危险之中，无所依凭、无所安顿。

人的修养，首先是"志"的修养。身体之养（饮食起居）、才能之养（学习训练）、关系之养（人际交往），皆须以"志"的涵养为基础。志不养而求养他物，犹如龟不先长好甲壳而去追求其他——本末倒置、舍本逐末。

人的灵明，来自于"志"的涵养。不是知识越多越灵明，而是志越养越灵明。知识之多可能导致心散（"多知为败"，广成子语），而志之养却能导致灵通。此"灵"——通达万物之理、洞察人心之微、预知未来之变——不是从外部获取的，而是从内在涵养中自然呈现的。

人的力量，来自于"志"的坚定。不是权力越大越有力量，不是武器越利越有力量，而是志越定越有力量。"三军可夺帅也，匹夫不可夺志也"——一个志定之匹夫，其力量超过三军之帅。此力量不在于对外的征服，而在于对内的不可征服——"人莫能害"。

## 第五节 龟之永恒启示

灵龟，这个来自远古的神圣意象，穿越了数千年的时光，至今仍然散发着深邃的智慧之光。

它提醒我们：真正的力量不在于速度与强悍（龟是最慢最柔弱的动物之一），而在于持久与坚定。

它提醒我们：真正的安全不在于外在的防御工事，而在于内在的精神甲壳——一颗养好了的心志，便是最坚不可摧的堡垒。

它提醒我们：真正的灵明不在于机巧与伶俐，而在于虚静与深沉——龟以其极度的安静与缓慢，反而通达了最深邃的天地之理。

它提醒我们：真正的长久不在于外在的积累与扩张，而在于内在的节制与守持——龟以其极少的消耗，获得了极长的寿命。

它提醒我们：真正的智慧不在于可预测的聪明，而在于不可测度的灵变——龟壳内部的世界，对壳外者而言永远是一个谜。

"养志法灵龟"——涵养你的心志，效法灵龟之道。

此五字，实为先秦智慧之结晶，值得后人反复咀嚼、终身实践。

---

## 附论：关于《鬼谷子》"本经阴符七篇"真伪问题之说明

---

学界对《鬼谷子》一书的成书年代与作者真伪，素有争论。"本经阴符七篇"尤其受到质疑——有学者认为此七篇系后人增附，非鬼谷子原作。

然此争论不影响本文之论旨。理由有三：

其一，即使"本经阴符七篇"非鬼谷子本人所作，其思想内容亦深深植根于先秦思想土壤之中。本文所论之上古龟卜传统、先秦诸子之"志"论、道家之虚静修养、兵家之策略思想，皆为确凿之先秦内容，不因"本经阴符"之真伪而受影响。

其二，"养志法灵龟"之命题，与《周易》"舍尔灵龟"之经文、与先秦诸子关于"志""龟""灵"之论述，在思想脉络上高度一致、互相印证。即使此命题之文字表述为后人所拟，其思想实质亦为先秦所固有。

其三，本文之目的不在于考证文献之真伪（此为文献学之任务），而在于解读思想之义理。义理之价值，不因作者之确定与否而增减。

故本文将"养志法灵龟"作为一个先秦思想命题来进行解读，而不纠缠于其文献归属之争论。

---

## 参考文献（先秦典籍）

---

1. 《周易》（含经文与传文）
2. 《尚书》
3. 《诗经》
4. 《周礼》
5. 《礼记》（含《大学》《中庸》《乐记》《礼运》《曲礼》诸篇）
6. 《论语》
7. 《孟子》
8. 《老子》
9. 《庄子》
10. 《管子》（含《心术》《内业》《牧民》诸篇）
11. 《鬼谷子》（含本经阴符七篇）
12. 《孙子兵法》
13. 《左传》
14. 《楚辞·天问》
15. 《史记》所引先秦史事（按：《史记》虽成书于西汉，然其所载先秦史事与先秦人物言行，多据先秦文献与口传资料，故本文引用其中涉及先秦之部分，以为历史案例之佐证。）

---

（全文完）

作者：玄机编辑部

---

原文链接：<https://profound.fate-craft.com/blog/yang-zhi-fa-ling-gui-analysis>

天问 · 先秦文化研究 | profound.fate-craft.com