

# 无拘无碍 ↗

【读音】 wú jū wú ài · [播放](#)

【成语解释】 没有拘束，没有阻碍。形容悠然自得。

【英文解释】 Denotes a state of being free from both external constraints and internal obstacles, leading to perfect ease and unimpeded flow. It often carries a spiritual or philosophical nuance, suggesting a mind and existence free from all hindrances and attachments.

【典故出处】 宋·朱敦儒《西江月》词：“日日深杯酒满，朝朝小圃花开，自歌自舞自开怀，且喜**无拘无碍**。”

【近义词】 [无拘无束](#)、[自由自在](#)、[无拘无缚](#)

【反义词】 [碍手碍脚](#)

【地道英文】 Completely unhindered

【使用语境】 Literary, Philosophical, Positive

【英文近义】 Unimpeded, Unobstructed

【成语举例】 林语堂《言志篇》：“谈话起来，**无拘无碍**，《柏拉图》与《品花宝鉴》念得一样烂熟。”

【常用程度】 生僻

【感情色彩】 褒义词

【语法用法】 作宾语、定语、状语；用于处事

【成语结构】 联合式

【产生年代】 古代

---

"无拘无碍"是什么意思？详解其典故、近义词辨析及造句用法

---

【成语解析】

“无拘无碍”这个成语的意思，从字面看，“拘”指拘束、限制，“碍”指阻碍、障碍，合起来就是没有任何拘束和阻碍。其深层含义是形容一种身心完全自由、畅达无阻的理想状态。这个成语解释了一种不受任何外在规则或内在心结束缚的境界，无论是行动还是思想都极为洒脱。理解“无拘无碍是什么意思”，关键在于把握其强调的“自由”与“通达”的双重内涵。它属于并列结构，由两个否定词“无”加上意义相近的“拘”和“碍”构成，语义清晰而强烈，自形成以来核心含义稳定，没有发生显著的语义演变。

## 【文化内涵】

探究“无拘无碍”的出处，它深深植根于佛道文化。其典故最早可见于宋代释道原的《景德传灯录》，用以描述修行者悟道后心灵的超脱状态。这个成语的来源反映了中国古代文化，特别是佛道思想，对精神绝对自由的追求。它不仅是行为上的自由，更是心灵挣脱世俗名利、是非观念束缚后的澄明境界。了解“无拘无碍的由来”，能帮助我们体会传统文化中超越物质、寻求内心安宁的价值取向，其文化价值在于为世人描绘了一种可向往的精神家园。

## 【使用场景】

掌握“无拘无碍”的用法，对于精准表达至关重要。这个成语怎么用？它通常用于褒义语境，形容人的心境、言行或艺术创作。例如，在描述一位艺术家灵感迸发、挥洒自如时，可以说“他的创作状态无拘无碍”。在使用技巧上，它多作谓语、定语或状语，如“过着无拘无碍的生活”。一个典型的“无拘无碍造句”是：“退休后，他寄情山水，感到人生从未如此无拘无碍。”使用时需注意，它形容的是一种积极、畅快的自由，而非散漫无纪，其修辞效果是营造出一种空灵、洒脱的意境。

## 【现代应用】

在现代汉语中，“无拘无碍”的使用依然活跃，但其“无拘无碍在现代的用法”更侧重于比喻义。它常用来形容思维创新不受框架限制，或人际关系和谐顺畅。例如，在团队协作中提倡“无拘无碍的沟通”，意指开放、坦诚的交流氛围。这个成语的意思和用法在现代语境下，给予我们的启示是：在遵守基本社会规范的前提下，应尽可能保持思想的开放与心灵的轻盈，追求一种更为健康、自由的生活与工作状态。正确使用这个成语，能有效提升语言表达的文采和深度。

## 【扩展知识】

与“无拘无碍”相关的成语有很多。其近义词包括“自由自在”、“无拘无束”、“[逍遥自在](#)”，它们都强调自由，但“无拘无碍”更突出毫无阻碍的“通达”感。反义词则有“[束手束脚](#)”、“碍手碍脚”、“[磕磕绊绊](#)”等，形容受到各种限制。在文学作品中，此成语常出现于描述隐逸生活或高超技艺的场景。了解这些“无拘无碍的近义词”和反义词，有助于我们在语言实践中进行更细腻的区分和选择。与之类似的成语如“天马行空”，虽都形容自由，但后者更侧重于想象或思维的奇特奔放，二者同中有异。