

第五十三章

① 原文解读

第四十九章

第五十章

第五十一章

第五十二章

第五十三章

① 原文解读

第四十九章

第五十章

第五十一章

第五十二章

第五十三章

② 自由讨论

第四十九章·注释

圣人常无心¹，以百姓心为心。
善者，吾善之；不善者，吾亦善之，德善²。
信者，吾信之；不信者，吾亦信之，德信。
圣人在天下，歙歙焉为天下浑其心^{3,4}，
百姓皆注其耳目⁵，圣人皆孩之⁶。

- 1 常无心：帛本作恒无心。意为没有主观意志。
- 2 德：德行。一说同“得”，得到。
- 3 歙歙（xī）：收敛主观的意欲。
- 4 浑其心：使人心思化归于浑朴。
- 5 注：帛本作属（zhǔ），专注。
- 6 孩之：使（百姓们）都回到婴孩般纯真质朴的状态。

第四十九章·译文

圣人常无心，以百姓心为心。
善者，吾善之；不善者，吾亦善之，德善。
信者，吾信之；不信者，吾亦信之，德信。
圣人在天下，歛歛焉为天下浑其心，
百姓皆注其耳目，圣人皆孩之。

圣人常常是没有私心的，以百姓的心为自己的心。对于善良的人，我善待于他；对于不善良的人，我也善待他，这样可使人人向善。守信的人，我信任他；不守信的人，我也信任他；这样可使人人守信。有道的圣人在其位，收敛自己的欲意，使天下的心思归于浑朴。百姓能得以视听专注，而圣人就像对待孩子一样对待百姓。

第四十九章·解读

圣人常无心，以百姓心为心。
善者，吾善之；不善者，吾亦善之，德善。
信者，吾信之；不信者，吾亦信之，德信。
圣人在天下，歙歙焉为天下浑其心，
百姓皆注其耳目，圣人皆孩之。

理想的治者浑厚真朴，以善心、诚心去对待任何人。这和“无弃人”“无弃物”（二十七章）的人道主义精神是一贯的。他们收敛自我的成见与意欲，不以主观厘定是非好恶的标准，破除自我中心去体认百姓的需求，而敞开彼此隔阂的通路。

① 原文解读

第四十九章

第五十章

第五十一章

第五十二章

第五十三章

② 自由讨论

第五十章·注释

出生入死¹。

生之徒，十有三；死之徒，十有三²；

人之生，动之于死地，亦十有三。夫何故？以其生生之厚³。

盖闻善摄生者⁴，陆行不遇兕虎⁵，入军不被甲兵⁶。

兕无所投其角，虎无所用其爪，兵无所容其刃。

夫何故？以其无死地⁷。

1 出生入死：指人从出生到死亡。

2 徒：类，属。

3 生生之厚：过分养奉自我。

4 摄：调摄，养护。

5 不遇：帛本作不避。兕（sì）：犀牛。

6 被：受到（甲兵）伤害。

7 无死地：没有致死的原因。

第五十章·译文

出生入死。

生之徒，十有三；死之徒，十有三；

人之生，动之于死地，亦十有三。夫何故？以其生生之厚。

盖闻善摄生者，陆行不遇兕虎，入军不被甲兵。

兕无所投其角，虎无所用其爪，兵无所容其刃。

夫何故？以其无死地。

人从出生到死去，自然死亡的有十分之三；中途夭折的有十分之三；生下后本来可以活得长久，但妄动致死的也占十分之三。为什么呢？是因为求生过度，奉养过厚了。曾听说善于养护生命的人，在陆地行走不怕犀牛和猛虎，在战争中不会受到任何杀伤。犀牛虽凶，却对其无法用它的角；老虎虽猛，却对其无法利用它的爪；兵刃虽锋利，却对其无法施用它的锋芒利刃。这是什么缘故呢？因为他们身上没有致死的原因。

第五十章·解读

出生入死。

生之徒，十有三；死之徒，十有三；

人之生，动之于死地，亦十有三。夫何故？以其生生之厚。

盖闻善摄生者，陆行不遇兕虎，入军不被甲兵。

兕无所投其角，虎无所用其爪，兵无所容其刃。

夫何故？以其无死地。

善于养生之人顺应天道，依照客观规律行事，自然也就不会因外部因素而死亡。

过于珍惜生命的行为本身也是一种不珍惜。珍惜生命并不是要用单纯地恐惧死亡，而是应该跳出死亡的束缚，让生命释放自身的能量，充分发挥它的价值。

1 原文解读

第四十九章

第五十章

第五十一章

第五十二章

第五十三章

2 自由讨论

第五十一章·注释

道生之，德畜之，物形之，势成之¹。是以万物莫不尊道而贵德。道之尊，德之贵，夫莫之命而常自然²。故道生之，德畜之，长之育之，亭之毒之；养之覆之⁴。生而不有，为而不恃，长而不宰，是谓玄德⁵。

- ¹ 势：万物生长的自然环境。
- ² 莫之命而常自然：不干涉或主宰万物，而任万物自化自成。
- ³ 亭之毒之：使万物安定、繁盛。毒：厚，多。
- ⁴ 养之覆之：供养、庇护万物。
- ⁵ 玄德：即上德。

第五十一章·译文

道生之，德畜之，物形之，势成之。是以万物莫不尊道而贵德。道之尊，德之贵，夫莫之命而常自然。故道生之，德畜之，长之育之，亭之毒之；养之覆之。生而不有，为而不恃，长而不宰，是谓玄德。

道生成万物，德畜养万物，万物呈现各种形态，环境使各物成长。所以万物没有不尊崇道而珍贵德的。道所以受尊崇，德所以被珍贵，就在于它不加干涉，而顺任自然。所以道生成万物，德畜养万物；使万物成长作育；使万物安宁心性；使万物爱养调护。生成万物却不占有它们，兴作万物而不执掌它们，长养万物而不主宰它们，这就是最高尚的德行。

第五十一章·解读

道生之，德畜之，物形之，势成之。是以万物莫不尊道而贵德。道之尊，德之贵，夫莫之命而常自然。故道生之，德畜之，长之育之，亭之毒之；养之覆之。生而不有，为而不恃，长而不宰，是谓玄德。

道产生万物，又内在于万物，成为万物各自的本性（道分化于万物即为“德”）；除了道与德，还必须有物质（如阴阳二气）才能使万物具有形体，此即“物形之”。

势则指某种事物所处的环境，比如对植物来说，土地、阳光、雨露等是必要的生存环境。对于人来说，自然环境、社会环境、家庭环境就是生存所需的“势”。

① 原文解读

第四十九章

第五十章

第五十一章

第五十二章

第五十三章

② 自由讨论

第五十二章·注释

天下有始，以为天下母¹。

既得其母，以知其子；既知其子，复守其母，没身不殆²。
塞其兑，闭其门，终身不勤³。开其兑，济其事，终身不救。

见小曰明，守柔曰强⁴。

用其光，复归其明⁵，无遗身殃；是为袭常⁶。

¹ 始：本始。

² 母：根源。子：由“母”所产生的万物。

³ 兑：孔穴。门：门径。勤：劳，即劳苦烦扰。

⁴ 小，细微。强：强健，自强。

⁵ 用其光，复归其明：光向外照射，明向内透亮。发光体本身为“明”，照向外物为光。

⁶ 袭常：承袭常道。袭：承袭，这样做。

第五十二章·译文

天下有始，以为天下母。

既得其母，以知其子；既知其子，复守其母，没身不殆。
塞其兑，闭其门，终身不勤。开其兑，济其事，终身不救。
见小曰明，守柔曰强。
用其光，复归其明，无遗身殃；是为袭常。

天地万物都有本始，作为天地万物的根源。如果得知根源，就能认识万物；如果认识万物，又持守着万物的根源，终身都没有危险。塞住嗜欲的孔窍，闭起嗜欲的门径，终身都没有劳扰的事。打开嗜欲的孔窍，增添纷杂的事件，终身都不可救治。能够察见细微的本源叫做“明”，能持守柔弱的本源叫做“强”。运用本源之光，辅助万物复归其明，这样就不会给自己带来灾殃；这是承袭了道的做法。

第五十二章·解读

天下有始，以为天下母。

既得其母，以知其子；既知其子，复守其母，没身不殆。
塞其兑，闭其门，终身不勤。开其兑，济其事，终身不救。

见小曰明，守柔曰强。

用其光，复归其明，无遗身殃；是为袭常。

子来自母，要想把握“子”的走向，就需要去守住它们的“母”。当下造就未来，要想使期望中的未来成真，就必须把握住现在与当下。

在认识活动中，要去除私欲与妄见的蔽障，向内探寻得到智慧。以明澈的智慧之光，览照外物，当可明察事理、保全自身。

① 原文解读

第四十九章

第五十章

第五十一章

第五十二章

第五十三章

② 自由讨论

第五十三章·注释

使我介然有知¹，行于大道，唯施^{yí}是畏²。

大道甚夷，而人好径³。

朝甚除⁴，田甚芜，仓甚虚，服文采，带利剑，厌饮食⁵，
财货有余，是谓盗竽⁶。非道也哉！

¹ 我：有道的圣人。一说老子托言自己。介：微小。

² 施（yí）：同“迤”，斜路。

³ 人：民众。

⁴ 除：宫殿台阶干干净净，指朝堂无人理政。

⁵ 厌：餍足，值过于饱足而嫌弃。

⁶ 盗竽：即盗夸。大盗、盗魁之意。

第五十三章·译文

使我介然有知，行于大道，唯施是畏。

大道甚夷，而人好径。

朝甚除，田甚芜，仓甚虚，服文采，带利剑，厌饮食，
财货有余，是谓盗竽。非道也哉！

假使我对道有所认知，那么奉行大道的时候，最害怕的就是曲折绵延的偏斜小路。大路非常平坦，但人们却喜欢走小路。朝堂干干净净无人理政，田地荒芜无人耕种劳作，仓库空空荡荡没有储粟。（统治者们）穿着精美纹路的锦绣华服，带着锋利昂贵的宝剑，精致的美食多到令他们厌烦。钱财货物多到用不完，这些（统治者的）行径和强盗有什么区别？哪里称得上符合大道！

第五十三章·解读

使我介然有知，行于大道，唯^{yí}施是畏。

大道甚夷，而人好径。

朝甚除，田甚芜，仓甚虚，服文采，带利剑，厌饮食，
财货有余，是谓盗竽。非道也哉！

本章痛言当时政风的败坏，为政者挟持权威武力，搜刮榨取，侵公肥私，过着奢侈糜烂的生活，而下层民众却陷于饥饿的边缘。这种景况，无怪老子气愤地斥骂当时的执政者为“盗竽”。

窃钩者诛，窃国者为诸侯，诸侯之门而仁义存焉。（《庄子·胠篋》）

注：胠篋（qū qiè）：原谓撬開箱子，后亦泛指盗窃。

② 自由讨论

讨论主题

- ① 老子眼中的“浑其心、皆孩之”难以实现的原因在于民众的“巧智”过多 还是缺少“圣人”的引导？
- ② 你向往“无死地”的生存状态吗？在关于生与死的讨论中，怎样避免陷入无意义感或虚无主义之中？
- ③ 怎样理解“道、德、物、势”在一个人的成长中发挥的作用？
- ④ 打坐、静修、冥想等方式是如何使人“复归其明”的？
- ⑤ 当选择走“小径”的人多了，“大道”反而空空荡荡无人问津。在你看来什么样的价值取向是值得追求的？

