庖丁解牛

庖丁为文惠君解牛，手之所触，肩之所倚，足之所履，膝之所踦，砉然向然，奏刀騞然，莫不中音。

合于《桑林》之舞，乃中《经首》之会。

文惠君曰：“嘻，善哉！技盖至此乎？”

庖丁释刀对曰：“臣之所好者道也，进乎技矣。

始臣之解牛之时，所见无非牛者。

三年之后，未尝见全牛也。

方今之时，臣以神遇而不以目视，官知止而神欲行。

依乎天理，批大郤，导大窾，因其固然，技经肯綮之未尝，而况大軱乎！

良庖岁更刀，割也；族庖月更刀，折也。

今臣之刀十九年矣，所解数千牛矣，而刀刃若新发于硎。

彼节者有间，而刀刃者无厚；以无厚入有间，恢恢乎其于游刃必有余地矣，是以十九年而刀刃若新发于硎。

虽然，每至于族，吾见其难为，怵然为戒，视为止，行为迟。

动刀甚微，謋然已解，如土委地。

提刀而立，为之四顾，为之踌躇满志，善刀而藏之。”

文惠君曰：“善哉！吾闻庖丁之言，得养生焉。”