

好辯之人，養道未純，稱德未厚，好辯取勝，招口舌之爭，於事理無益。善言不辯，智者純厚誠懇，不作無謂之言，不尚口舌之爭，以信實為主，剛毅木訥。

關於「大辯若訥，大巧若拙」詮釋，參《呂祖全書》卷二十四〈一行子玉樞或問〉內文：

似愚似訥似拙何也。曰此言求道之心。當如是處其實。不居其華。而後可漸至於渾忘。即太上云。大智若愚。大辯若訥。大巧若拙。亦此意也。



賢者、明道人，處世作事：

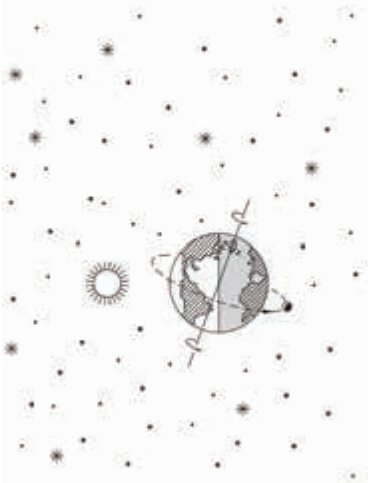
- 具大成就、不自滿，仍像有缺欠不足。「大成若缺」。
- 不自誇、不驕奢，工作能力才不會窮盡。「大盈若沖。其用不窮」。
- 心寬廣、不計較、逆來順受。「大直若屈」。
- 不弄機巧，若笨若拙，甘居人後。「大巧若拙」。
- 不與人口舌，剛毅木訥。「大辯若訥」。

【躁勝寒。靜勝熱。清靜為天下正。】

陰陽之理，在於「沖和」，互調互燮，倘太過或不及，則失自然之機。偏躁、過寒、偏靜、過熱，則「滯」於一偏之義。「躁勝寒」或「靜勝熱」，乃一時之勝，一偏之勝，終不能長久。

以天地陰陽二氣作喻，倘陽氣勝陰，即「躁勝寒」，或陰勝陽，即「靜勝熱」，則二氣偏傾，如此者，天地不能互挽升降，周而復始。倘天地不互調互燮，則無春夏秋冬，無日月運行分晝夜，純陽無陰或純陰無陽，終至天墮地毀。大道本體，不偏不倚，無過無不及，不有求勝之心，不執一偏之見，自然而然，不求勝而自勝，不求正而自正。故曰「清靜為天下正」。

關於「清靜為天下正」詮釋，參《呂祖全書》卷二十八〈涵三語錄續輯〉內文：凡學道之士。貴在精專。默運玄機。冥心內照。致虛守靜。和光同塵。以游於世。抱一以自修。勿雜念。勿貪名利。內忘其心。外忘其形。以心御氣。以氣合神。以神合虛。以至於忘無可忘。復還清淨太虛無為之道。能明乎此。是為明道。勤修行之。是為行道。故太上云。清淨為天下正。

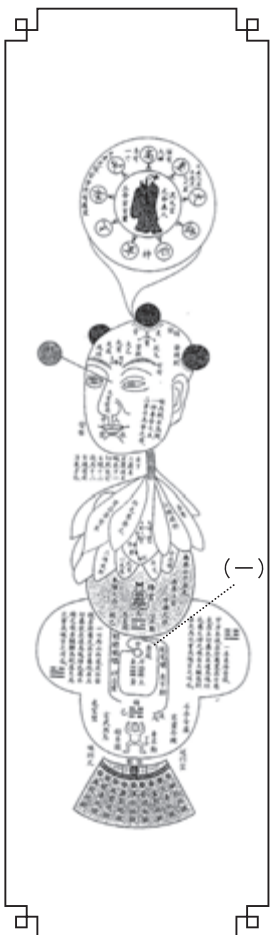


按前章（第四十二章）天地互調燮，陰陽二氣沖和，升降有序，四季流轉，周而復始。日月往還得晝夜。天道不偏不倚、不過寒、不偏躁。人當效法天地，取中庸之道。和光同塵、致虛守靜，則怨對不生。「天下自正」。

內講：

關於「躁勝寒」、「靜勝熱」，內修而言，可喻火候調節：

修丹者、自發其爐火，丹田爐火升降、即內丹（真氣）之上下運行，惟大藥未成，內丹未結時，須「文武」火氣調節有度，過文或過武，雖坐一生，難現「真性」。藥爐丹灶，初升之火，丹未能成，繼之以文火（靜）、武火（熱），不斷節調。時強時弱，溫暖咸宜，則清白之丹，以存亦亡。如是則物非其物，藥非其藥，三清（精氣神）之結，則丹成汞熟耳。詳參本書刊導讀八〈太上道祖內修篇〉第十三章〈火候調節〉。



【躁勝寒。靜勝熱。】

即文火、武火互調，聖胎乃結。

(一) 內修：丹田爐火之升降：即（文、武火氣）須調節有度，丹功始現。文火（靜）。武火（躁）。

倘以《醫道》而論，人體陰陽若不調和，陰盛陽衰，或陽盛陰消，體內寒（虛）燥（熱），互不攝調，則「病」由此而生矣。

參《醫道還元》卷二〈症候源流詳解〉內文：

呂祖曰：何謂未寒先慄？乃人當天時未寒之日，稍遇涼風吹掃，遂有一種淒然悚慄之氣，故謂之未寒先慄，此亦無病之病也。此無病之病，因何而生？蓋由人之陰中不足，連陰內真陽亦衰，致體日虧，而流於孱弱。《道經》云：躁勝寒。此則與之相反也。蓋陰不足，而血亦隨減，有不畏寒乎？



人體躁寒失調，則病至。

本章旨：

老君以陰陽盈虛為喻，教人剛柔並濟，勿滯於一偏之勝。所謂：直必折、巧必勞、辯必窮。人能似愚、似訥、似拙，處其實不居其華，而後可漸至於渾忘，即老君曰：「大智若愚、大辯若訥、大巧若拙。」

修真者，以清靜為「正」，所謂「一念不起謂之清。靈台無物謂之靜。」人能常清靜，天地悉皆歸。歸者、返回「正」。即天地陰陽不偏不倚之「正氣」！

《道德經》 四十六章

【天下有道。卻走馬以糞。天下無道。戎馬生於郊。罪莫大於可欲。禍莫大於不知足。咎莫大於欲得。故知足之足。常足矣。】

此章申言不知足的為患，知足是平易之常談，但於臨事時却不易把持。純外講。

外講：

【天下有道。卻走馬以糞。】

如天下有道，在承平之治時，因國與國各能知足，不再伸展國勢去爭強逞霸，互不侵略，人民安居樂業，戰馬也無甚用處，轉用到農田助產。

【天下無道。戎馬生於郊。】

假使天下無道，國與國之間都知足，進而擴張勢力侵略鄰國，戰爭四起，民不聊生，戰馬長年作戰於郊外。如近世經歷了兩次世界大戰役：

第一次世界大戰，發生於公元一九一四至一九一八年。

第二次世界大戰，公元一九三九年至一九四五年。迄今為止，是人類史上規模最大，傷亡最慘重的戰爭。戰爭的緣起，主要是人類的「不知足」。



【天下有道。卻走馬以糞。】

政治清明，戰馬無用，往田工作。



【天下無道。戎馬生於郊。】

相反，政亂動蕩，戰馬奔走戰場上，民不聊生。

【罪莫大於可欲。禍莫大於不知足。咎②莫大於欲得。】

老君所指三者：

(一) 「可欲」是見物生喜愛心。

(二) 「不知足」是對現有未滿足。

(三) 「欲得」是對喜愛之物想辦法得到手。

這三者本屬連鎖性質，三者總結起來說，就是一個「貪」字。如見可欲是貪心，感不知足是貪念，欲得為己有是貪取。三者所招致的結果，就是人類犯罪、災禍、過咎之來源。故老君曰「罪、禍、咎」皆源自不知足！

【故知足之足。常足矣。】

這是一句結束語，凡是能夠知足的人，因對目前一切感到滿足，所以他就永遠常足了。

本章旨：

國有治亂，人有福禍。國之治是因治國有道，人之福是因修身有方，老子在這篇章上作了很清楚的交待，祇用「知足」兩個字便已足夠了。是以治國者若能知足，則不會兵連禍結，而致民窮財盡，修身若能常知足，就不會行

險僥倖，而致惹禍焚身。《中庸》所言「君子慎獨」，和老子所言「無知無欲」，是防患未然之最好方法。



「可欲」、「不知足」、「欲得」加連起來，是一個「貪」字。是「罪、禍、咎」的源頭。

《道德經》 四十七章

【不出戶。知天下。不窺牖。見天道。其出彌遠。其知彌少。是以聖人不行而知。不見而名。不為而成。】

此章言心性之道，亦即孟子「存心養性」，南宋朱熹「格物致知」之論。純外講。

外講：

【不出戶^①。知天下。不窺^②牖^③。見天道。】

老子說天下之事物雖廣，但明道的人是用其盡性窮源之真學而不同於世間諸學去悟解事物的道理。此與孟子：

「存心養性」，即保存赤子之心，修養「善良之性」及北宋程頤公元一〇三三至一一〇七年，與南宋朱熹公元一一三〇至一二〇〇年兩大鴻儒所論「心」「性」之道義同。「性」者即天理，「心」者人之神明，所以具眾理而應萬事者也。其理又如朱熹所謂「格物致知」，即研究事物而獲得知識、道理。聞一知十，固知事物之根由，

知其本源，是以就可推而至極至，而全能明白。

故老君曰明道的人，不必出門去行訪查問，就能知天下事物之道理。又說天道之理雖然微妙莫測，但明道的人因根據「自性」之全體大用，可以推知大道之變化，不必窺窗去探望天道，而天道之奧秘亦存在我心了。故曰「不出戶、知天下、不窺牖、見天道」。

【其出彌遠。其知彌少。】

承上言，心性之道，格物致知之理，是真正知見，並非物質上的博學多聞，而是真理上之圓融不滯。不是徇於耳目見聞之偏，而是一心向自身心性去領悟，至一旦豁然貫通時，宇宙大小之眾理當全在我心了。故老君曰「其出彌遠」是離身愈遠「其知彌少」（即越少），皆因為形相所障，愈不能深入其理。

【是以聖人不行而知。不見而名。不為而成。】

凡是真明道的人，能以自身之一理來推及天下，則天下眾理便無所不知。若將天下託付給賢人來治理，自然我無為而民自化，在治世上雖不必用心意去作，亦能不

① 戶：是門戶。

② 窺：從小孔偷看。

③ 牖：粵音友。窗戶。

為而成功了。故曰「不為而成」。



【不出戶。知天下。不窺牖。見天道。】

哲士用「存心養性、格物致知」來理解事物。用「心性」去領悟真理，不曲從耳目見聞而能認識天道規律。故曰「其出彌遠，其知彌少」。



【聖人不行而知。不見而名。不為而成。】

聖人、賢人不出戶而眾理皆明，天下交托他們來順理，便能「不為而成」。

本章旨：

本章上最重要的是先分清「知天下」和「見天道」之對象。因這知道天下與見識天道並不同於世間之一般學問，並不以物質文明之物為目標，而以精神文明之道為目的。世間之一般學問因為以存在作知見對象，所以便不得不得利用耳目大腦來追求，而留學出洋以廣見聞等這當然是必然的道理了。可是在「精神文明」上所結成的成就，如此剛剛相反，不但不主張耳目見聞而且更積極的主張絕棄物質。因為這「物」除可以構成使人沉迷之欲外，更在利弊參半中慢慢的使人變成物質機械化文明。這樣世人便越習越巧，重利輕義，祇知在生活經濟上競爭圖利，而那「天真淳樸之善良原態便在不知不覺中消失得盪然無蹤了」。這是老君所憂慮及預見到的世人病態。

《道德經》四十八章

【為學日益。為道日損。損之又損。以至於無為。無為而無不為。故取天下者。常以無事。及其有事。不足以取天下。】

此章論入世求學，出世求道，一為益，一為損。純外講。

外講：

【為學日益①。為道日損②。】

人生在世，不能離「學」。學的方向，有二條路：

(一) 入世求學：求知識學問，為立身處世，求職就業，為生存而求學問。今天來

- ① 益：增加、進步。
- ② 損：減少。

說，學識愈高，成就機會應是越大。所謂讀書明理，是求學的大方向。故曰「為學日益」。

(二) 出世求心性道德之學：這與生活環境，貧富貴賤，賢與不肖條件無關。因人生在世，受七情六欲所困，積習已深，累欲已重，欲求真明道，返體還源，亦必須經過「學」之階段。學習剔除雜念，逐漸減少思慮，貪妄之欲念等等，故曰「為道日損」。

【損之又損。以至於無為。】

承上言，求道之士，逐漸除妄去欲，「損之又損」，即是去之又去和遣之又遣。蓋在人欲橫流之社會洪爐中，由日積月累所習成之妄識邪念和私欲偏愛等，這些都是後天感染的東西，在自性本來沒有這些，如《三字經》云「人之初。性本善」。所以就要一損再損，減而又減的使真性復出，故曰「損之又損」。

盡力的克制物欲，重現本來固有之真面目，直至損到極限，一念不起，性體圓明，慧光生，那便是返回先天混元之無為本體矣。故曰「以至於無為」。

【無為而無不為。】

損之又損，內外清靜，天理純全，然後再依此態度來處事接物，全順事理物理之自然原則來接應，無私欲妄見，性與天通，心與物合之時，天地萬物盡在我懷，雖無為而無所不為了。

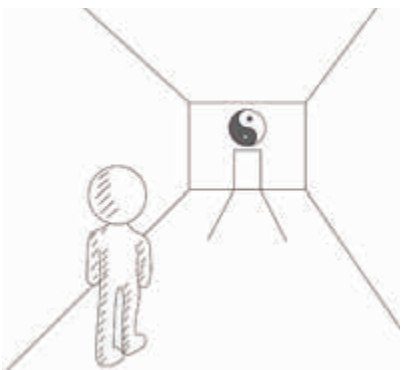
但尤須注意：無為而無所不為者，並非一無作用有若木石無為，此時之形態是性

與天合，心與物通，於自然中掌握萬物生化之機。如天不言而四時行，地不動而萬物生，故只要向自性，分中探求根源，在心地上發揮本能，則用之於身，身無不修，治之於人，人無不治，理之於物，物無不理。故此天下有為之為，為極終有限。無為之為，則是圓滿周全，無邊無際。故曰「無為而無不為」。此無為之理，世人多疑惑。



【為學日益】
「入世」

少年入學府，求知識，以應世。



【為道日損。損之又損。以至於無為。】
「出世」

年漸長，經歷世事滄桑，當求人生大道真理，少思去欲，與道漸合。



【無為而無不為。】

修煉心性，性體圓明，與道合一，進入：「先天無為大道」。

【故取天下者。常以無事。及其有事。不足以取天下。】

善取天下者，必先從自身之損之又損作起，回復善良道德本性，如此才能不耗民財，不勞民力，不專酷令（嚴令），納百姓入於無為自化中，交接以心德，進退以性理，能如此雖未治而實已是大同自治的社會了。故老君曰「無事取天下」。



【取天下者。常以無事。】

治世以「德」化民，百姓無為自化。
乃老子最崇高理想的「大同社會」。

本章旨：

老君將求學分成兩個階段：

(一) 年少求學時及未明道之前，可說是「為學日益」之階段。若在此階段的人當學而不學，虛擲時光則學問知識便不會淵博。

(二) 年長及明道之後，則是「為道日損」的階段，若學真道者當絕而不絕（即不絕去奸妄邪私諸漏習）、損而不損（即不損去七情六欲、三毒四關之縱），真道便永遠不證（不會成功的）。

《道德經》四十九章

【聖人無常心。以百姓心為心。善者吾善之。不善者吾亦善之。德善矣。信者吾信之。不信者吾亦信之。德信矣。聖人之在天下。歛歛焉。為天下渾其心。百姓皆注其耳目。聖人皆孩之。】

此章言聖人以「無常心」，即無人我分別之心來感化世人。純外講。

外講：

【聖人無常心①。以百姓心為心。】

有道的聖人，因已洞悉大道之奧妙體用，就不會如世人一樣，有著分別、利害、計較及貪妄等之常心了。他只知以天下百姓之整體心為心，以百姓之真得失為得失，

① 無常心：無有平常人之固執和妄心。

具好生之全理，無人無我，不執不滯，這就是聖人「無常心」的意思。

關於「聖人無常心、以百姓心為心」，參《呂祖全書》卷十八〈尊信聖教章〉第三十內文：

聖人無常心。以百姓之心為心。與古佛偈云：心本無生因境有②。寧有異乎。

編者按：淺釋此佛偈語全四句：

假借四大以為身：我們不要把身體認得那麼真。這個身體是四大即地

風水火和合而成的假借身體。

心本無生因境有：我們這個心本來不生不滅的，可是因為你著到境界上了，也就有這個生滅心了。所以說：

前境若無心亦無：前面那個境界若沒有了，心也沒有心，心是因為境界而有的。

罪福如幻起亦滅：所以罪也是虛幻的，福也是虛幻的。罪福如幻就像泡沫、電光火石一樣，雖然罪福起了還是滅的。

按此佛偈，那麼聖人的心，本來是不生不滅，對眾生百姓是用平等心來看待的。

【善者吾善之。不善者吾亦善之。德善矣。】

世人本有善與不善之分，然而聖賢，統治者，教育學者，或在世間的各宗教救世說法者，則順理成章就有荷擔道義救世救民的責任，當以無常心之圓融態度來接應。對善良的人當然要親待勉勵，而對不善良的人亦不生厭棄心而樂於誘導、教化，所以他所建樹的德業才能達到盡善盡美的地步。故曰「德善矣」。

【信者③吾信之。不信者④吾亦信之。德信矣。】

這是與上一句一樣的對語，祇將「善」改為「信」。信字當作誠信解。內外一致，心口如一之善是信，即真君子。而口是心非，假冒為善是「不信」，即偽君子。可是聖人一本無常心之原則，不但對真君子施以真誠之心，而對那些信實不足，假偽善的人，亦以真誠無妄之心來對待。這是聖賢，救世者，其本心上並不生愛憎分別，以大慈平等來化度，所以他的德業才能真實不妄的建立起來。故曰「德信矣」。

【聖人之在天下。歛歛⑤焉。為天下渾其心。】

聖人無常心，不論世人之善與不善和誠信與不誠信，皆能因材施教，不因好惡而

② 心本無生因境有：古時毘舍浮佛傳法偈。佛偈全四句曰「假借四大以為身，心本無生因境有，前境若無心亦無，罪福如幻起亦滅。」

③ 信者：指心口如一的善者。

④ 不信者：指口是心非的偽善者。

⑤ 歛：粵音吸。歛歛焉，和洽貌。

棄一人！所以聖人便和洽地與天下人相合，更與天下之人心是渾然一體的。故曰「為天下渾其心」。

【百姓皆注其耳目。聖人皆孩之。】

天下百姓因受了聖人、德士之感召沐浴，便時常客觀去看他們的行為，留意其人之傳聞消息，爭相仿效。故曰「百姓皆注其耳目」。聖人的心體，包涵著慈悲、博愛、平等、同情等之真誠無妄心意，如雙親對親生兒女一般，不但不矜不驕，而且更愛護得無微不至。故曰「聖人皆孩之」。



- 〔無常心〕：聖賢洞悉大道之妙用，不存私念、計較、貪妄之心，勤政愛民，與百姓整體心為心。
- 〔德善〕：對善人、不善之人，守信用及違諾的人，均以有教無類的耐心來誘導他們。



- 〔德信〕：賢人不生愛憎分別心，以真誠無妄之心來建立德化。
- 〔聖人皆孩之〕：聖賢之心與天下人之心渾然一體，內心包涵著慈悲、博愛、平等來愛護百姓，視百姓為親生兒女。

本章旨：

老君所言善者吾善之。不善者吾亦善之。信者吾信之。不信者吾亦信之。這是聖人無常心之表現，如有所貶揚分別，便是常心，這樣就不能與天下渾其心。也不能成為常善救人，故無棄人之聖人了。此旨與耶教之博愛吻合（愛世人），及道教之呂祖昔日修真時，拜別鍾離祖師曰：「巖（呂祖名巖）志異於先生，必渡盡眾生，方肯上昇」。千百年以來，呂祖信守諾言，行而不斷，為其所渡化者，不可勝數。呂祖之大願可與佛教之目蓮尊者發宏願度盡眾生，撒空地獄等是同一悲願。本章可和上篇第二十七章同參，文中篇句「貴師愛資」便是本章「無常心」。

《道德經》 五十章

【出生入死。生之徒。十有三。死之徒。十有三。人之生。動之死地者。亦十有三。夫何故。以其生生之厚。蓋聞善攝生者。陸行不遇兕虎。入軍不被兵甲。兕無所投其角。虎無所措其爪。兵無所容其刃。夫何故。以其無死地。】

此章以人身三丹田來論人生死生大事。教人攝養身心。分外、內講。

外講：

【出生入死。】

常人出則生、入則死，乃造化自然之理。造了又化，化了又造，是謂消長循環。

【生之徒①。十有三②。】

今依《素問》③，十乃一。一生三。再參《呂祖純陽三書》④〈體道上篇〉內文：

呂祖曰：人身中有丹田三處，分天地人，又名上中下，乃性命之根蒂，生死之門戶。何為名曰「丹」？乃天地五行，真火結聚，付於人形，得名為「丹」。何曰「田」？乃三五之真土，與火相附，得名「田」。生身受氣之初，始於中（中丹田，黃庭穴），次成於下（下丹田），及形全脫胎之頃（出生），方得天地真陽，靈魂入頂，乃為上（上丹田）。這里通徹，便知性命來歷。

按呂祖文示，老君曰生之徒十有三，乃指人身由父母一氣而生成之軀體內有三丹田，即上丹田、藏神舍（參本書刊修真圖六號穴）、中丹田、藏氣舍（七號穴）及下丹田、藏精之所（八號穴）。此三者乃人身性命之根蒂，生死之門戶。人生之初，精氣神三位分別附於人體，人之滅，三位（指精氣神）亦先後而離。精還於乾（八卦之乾宮），氣回於巽（巽宮），神返於離（離宮），是謂三回初服（參本書刊導讀八〈太上內修篇〉第十章〈精氣互煉〉）。

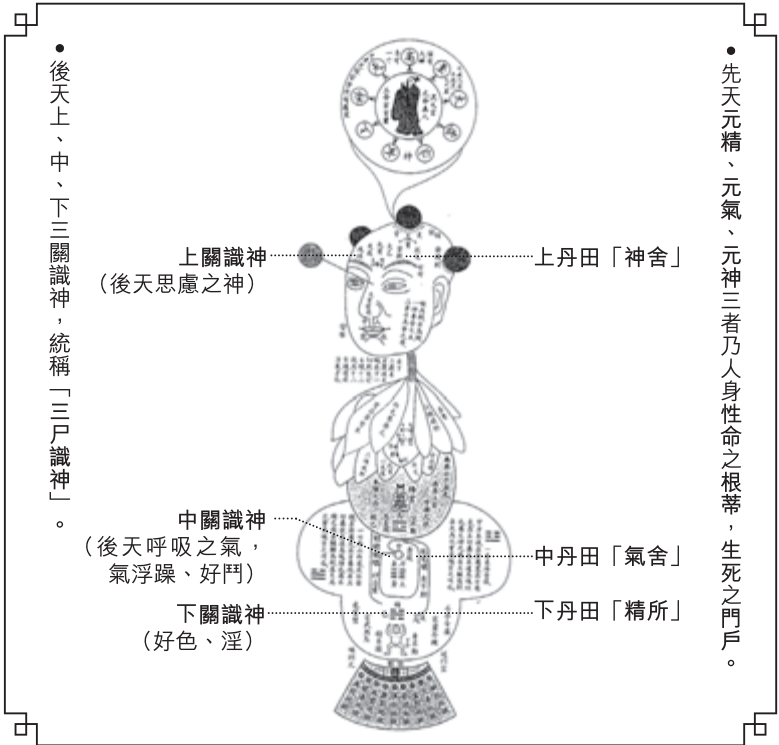
① 徒：解同類的人。眾人。

② 十有三：《素問》曰：天地之至數者。始於一。終於九。是謂天地之數。三三九而無十數。既為十。則一也。雖然不可言。一中有三。故曰十有三。三謂萬物也。以天地之間一生二。二生三。三生萬物。三入二。二入一。而出生入死無止。故曰出生入死。

③ 《素問》：古醫書，內記皇帝與岐伯相問答，故以《素問》為名。

④ 《呂祖純陽三書》：乃性命之書，呂祖於清康熙年間，距今約三百餘年前，降鸞於「伏真壇」而演成之書。

• 先天元精、元氣、元神三者乃人身性命之根蒂，生死之門戶。



【生之徒。十有三。】

人身受氣之初，性命始於「中丹田」氣舍，次成於「下丹田」精所，及形全脫胎之刻，方得天地真陽，靈魂入頂，乃為「上丹田」神舍。

【人之生。動之死地者。十亦有三。】

• 後天上、中、下三關識神，統稱「三尸識神」。
 • 常人元性遭三關識神所傷，元精、元氣、元神為萬事物慾日耗至死（滅）。
 上關識神：專務耳目口鼻之欲。「好食」
 中關識神：好利爭鬥、貪名財貨。「好鬥」
 下關識神：私智淫欲。「好色」
 以上三尸識神，是推人邁向死之地。故曰「動之死地」。
 老君問：是什麼緣故啊？
 答：因世人太厚視此肉身的享受啊！故曰「生生之厚」。

【蓋聞善攝生者¹¹。陸行不遇兇虎¹²。入軍不被兵甲¹³。兇無所投其角。虎無所措其爪¹⁴。兵無所容其刃。】

明道的人，住世期間，徹悟真妄兩界，不為生生之厚所貪戀，潛修攝生養性之道。能如此者，一切兇物皆不能置修真者於死地，諸如：

兇虎、兵甲乃縱情肆欲之喻，所謂傷身之具，伐之斧是也。因人如縱情而發狂，必傷其身，肆欲而無忌，必奪其命。縱欲之害患，恰如兇虎，戰爭、可置人於死地。惟善攝生養身的人，常守清靜之本體，不生浮躁之氣，無事安靜，無爭奪之心，故兇虎之爪，戰爭之利器等（用作比喻七情六欲，貪嗔癡、酒色財氣等利器），皆不能傷害奉道者或善於攝養身體、清心寡欲的人。故曰「虎無所措其爪，兵無所容其刃」。

【夫何故。以其無死地。】

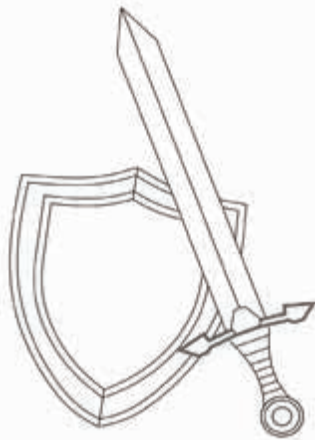
聖人，善攝生者，無為安靜，絕三尸識神物欲之害，自然就沒把自己送到行險的路口上去，所以就沒有把自己移去送死的地方了。故曰「以其無死地」。

11 攝生者：善養生的人。

12 兇虎：兇（粵音寺）、雌性犀牛。兇虎泛指兇惡野獸。這裡喻貪欲、妄念等。

13 兵甲：戰爭利器。這裡喻傷害自身的色欲、淫欲等。俗云：色字頭上一把刀。

14 措其爪：施其爪。



- 奉道者，不貪厚生、潛修養靜、攝養身體、不浮躁、無爭奪之心，則七情六欲、三毒四關之兇爪、（譬喻戰爭利刃之兇器），亦不能侵害其身。老君以縱情肆欲來比喻傷人之兇爪、利器。故曰「兇虎、兵甲等遇見修真者乃無所措其爪，容其刃。」
- 若能如此者，三尸識神就無法把自己移去送死的地方了。故曰「以其無死地」。

內講：

修真煉道者，倘內煉丹功達至臻善境地時，精氣神合一後，身外見身，「元神出舍」出入天人地間，活在虛無飄渺中，「元神」雖遇世間兇虎兵甲水火諸害，亦不能傷害攝生者。蓋真人煉性立命有年，其「精氣神」結合，聚則成形，散則成氣，謂之曰「真靈」，若煅煉湛深，此三者更能入石，亦能飛行，入水不溺，入火不焚，虎兇縱烈，兵刃雖雄，只可以傷及有形（身軀），安能施害於無形（元神、真靈）？天下惟無形者能制有形，豈有有形者能迫無形乎？

參《呂祖全書》卷三〈敲爻歌〉內文：

傷。堅志苦心三二載。百千萬劫壽彌疆。達聖道。顯真常。虎兇刀兵更不傷。水火蛟龍無損害。拍手天宮笑一場。



三品「精氣神」合一，元神出舍，身外見身，兇虎、兵甲、水火焉能傷其無形之身？故曰「攝生者。兇虎、兵甲，無所措其爪、容其刃」。

本章旨：

人之生，賴「精氣神」以生（生三徒），人之死，皆由後天「三尸識神」所累（死三徒）。老君教人離去三尸死地，攝生尋回生三徒，即「元精、元氣、元神」。

《道德經》 五十一章

【道生之。德畜之。物形之。勢成之。是以萬物。莫不尊道而貴德。道之尊。德之貴。夫莫之命。而常自然。故道生之。畜之。長之。育之。成之。熟之。養之。覆之。生而不有。為而不恃。長而不宰。是謂玄德。】

此章言「道」與「德」之尊貴。純外講。

外講：

【道生之。德畜之。物形之。勢成之。】

以上四句，乃老君重申道炁孕育萬物之過程：

- (一) 道生之：元始道炁朴散後，分陰陽而生萬物。
- (二) 德畜之：萬物未生成形體之前，佛曰由「四大」即「地、水、火、風」元氣生成。道則曰秉「五行」金木水火土之元氣而化造。萬物在未造化完成形體

前，悉由四大或五行之「氣」畜培養而成，故萬物就賴此「氣德」之畜養才能穩定生機，故曰「德畜之」。

- (三) 物形之：以上一及二項，即「道生」「德畜」之後，便要由無形而進入有形的世界，因有形而需定名。故曰「物形之」。

- (四) 勢成之：最後在道生、德畜、聚物成形以後，這林林總總的飛潛、動植各物、胎卵、濕化便「順勢」而出生成立了。

以上道生之、德畜之、物形之和勢成之是生成萬物的過程。



- ① 畜：養、順從。
- ② 勢：趨勢、順勢。

【是以萬物。莫不尊道而貴德。道之尊。德之貴。夫莫之命。而常自然。】
萬物都是道生德畜的，「道炁」是眾物的「生母」，身為「子女」們的萬物必須尊「道之元炁」，和貴「德之畜養」。不過這「道」之尊貴性和「德」之寶貴性，並非有若珍寶奇物等之實有尊貴，乃是尊而不覺尊，雖貴而不覺自貴。恰若宇宙主宰之尊，和天地大德之貴一樣，是不落迹相，不受奉揚之真正尊貴，因為這並非有意之為，乃以自然之妙各合其性。是以「道」「德」之真正尊貴處，就是表現於自然，而非由人刻意稱頌命名的。故曰「夫莫之命。而常自然。」

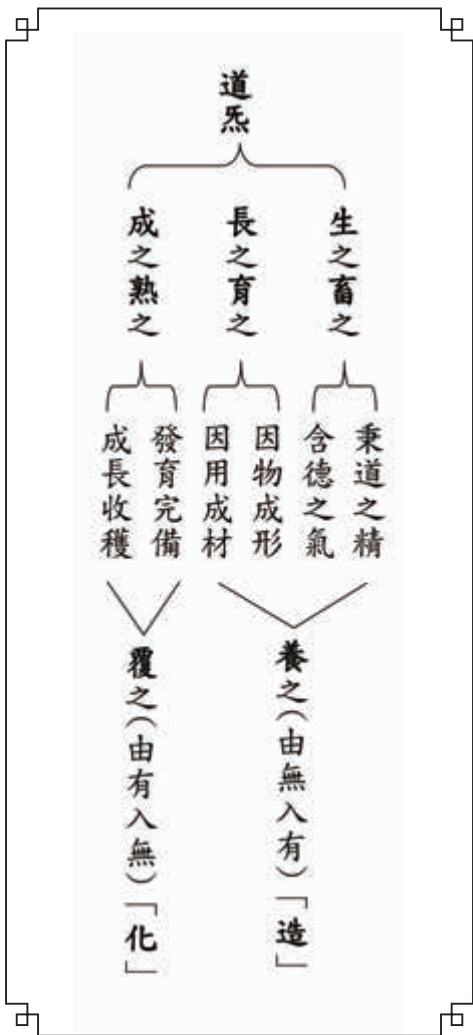


【尊道貴德】

- 「道」生、「德」畜。萬物尊道貴德。
- 「道」雖尊而不自覺尊，「德」雖貴而不自貴。故曰「道之尊。德之貴。夫莫之命。而常自然。」

【故道生之。畜之。長之。育之。成之。熟③之。養之。覆④之。】

上文生、畜、長、育、成、熟、養、覆八個字，乃所有生命成長覆滅的造化過程如圖解：

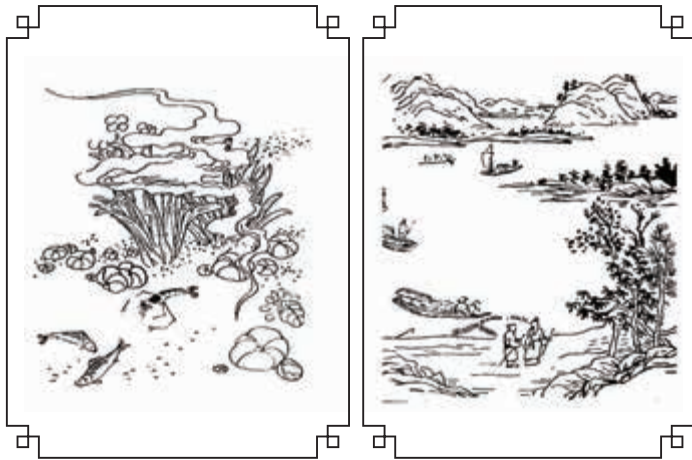


- ③ 熟：成熟。
- ④ 覆：敗壞。覆滅。

道書云：順生人，逆則仙。老君上文八個字，可解作：

(一) 順生人：世上之人，順生長而長，長而滅，滅再生，此謂之消長循環之道。(參本書刊導讀八〈外修篇〉第十五章〈循環之道〉。)

(二) 逆則仙：明道修真之人，恰如孟子〈盡心章〉所言「形色，天性也，唯聖人然後可以踐形」⁵。這形色即本章之「物形之」，因其有道生之，德畜之在先，所以稱作天性。至於能否踐形，也就是看能否實踐此「形」所賦之本能。孟子因視世人都沉溺在欲海中，全不及格，故誰能踐形，誰就是聖人，否則不但辜負了「道生」「德畜」，即連這有用之「形體」亦白白的糟蹋了。



【故道生之。畜之。長之。育之。成之。熟之。養之。覆之。】

萬物由「道氣」化生、生而滅、滅再生，是謂「消長循環」。大道「不執」、「不恃」、「不主宰」。世人莫知「道」造化的「玄德」。故曰「生而不有。為而不恃。長而不宰。是謂玄德。」

【生而不有。為而不恃。長而不宰⁶。是謂玄德。】

老君最後又把德之精粹，又重復的說一次。這以道來直說，其言萬物雖由道而生，但大道並不自執其功，故曰「生而不有」。道對萬物只知造化而不自恃其是，故曰「為而不恃」。道雖居萬物之長為「母親」，但並無主宰制心，在造化的表現上所見的都是自然現象，故曰「長而不宰」。道因有這樣的大德大能，所以就名之曰「玄德」。即玄遠莫測的聖德。

本章與上篇第十章末五句：生之畜之。生而不有。為而不恃。長而不宰。是謂玄德。文字相同，但義則有異。第十章該五文句乃屬內丹譬語（內煉）。

本章旨：

老君教人如何保持道德之尊貴性。凡人能不自有其道者方顯「道」之尊，能不誇其德者方符「德」之貴。故人若能行道（如教化）而忘於道，立德（如利他）而忘於德時，這才是「道德」之真正尊貴處。

⁵ 形色天性也，唯聖人然後可以踐形：人的形體氣色，就是自然的本性流露，祇有聖人才能依照人的原形（即天性）來實踐他的理想本質。

⁶ 宰：主宰。

《道德經》五十一章

【天下有始。以為天下母。既得其母。以其子。既知其子。復守其母。沒身不殆。塞其兌。閉其門。終身不勤。開其兌。濟其事。終身不救。見小曰明。守柔曰強。用其光。復歸其明。無遺身殃。是謂襲常。】

此章言「道」稱頌為「母」與其「子」即「萬物」的關係。分外、內講。

外講：

【天下有始。以為天下母①。】

萬物由天地「陰陽二炁」而生，那麼天地當然是萬物的「生母」。這句話和上篇第一章「無名天地之始。有名萬物之母。」及第二十五章「有物混成。先天地生。」有相同義。

【既得其母。以其子。既知其子。復守其母。沒身②不殆③。】

我們既知「道」生萬物，這萬物之「母」尋到了後，身為萬物之一的我們，就當明白自身應有的立場與天職，當效法天地無私無欲的德性，體天（母）行正道，母子相守相通。牢守生母（天地）所囑，不再誤入迷途，不可醉生夢死，背逆天地父母，能如此立身處世，則不會招惹罪咎而遺害其身了。

【塞④其兌⑤。閉其門。終身不勤⑥。】

前言母子相守相通。守母方法是什麼呢？老君教我們：

（一）塞其兌：兌作「口」字解，如佛十惡業口中佔其四。即惡口、妄言、綺語、兩舌。如再加上嗜飲擇食之欲幾可居十惡之半。可見這「口」實是製造罪業之要道。舉凡處世之是非非，和天下大事之忽治忽亂，幾乎皆因口舌上之玩弄挑撥，所謂禍從口出和巧言令色。老君教我們慎口戒言，故在守母之道上是要先堵塞這口。

- 1 母：能使他物滋生者。
- 2 沒身：終身。沒解作盡。
- 3 不殆：殆，危險。不殆，無危險。
- 4 塞：堵塞。
- 5 兌：孔穴。這裡指人首（頭）上之孔竅。
- 6 勤：憂慮、擔心。



【天下有始。以為天下母。】

- 天地陰陽二氣化生萬物。天地是萬物（包括一切含靈）的「生母」。
- 天地「母」無私生育萬物，我們身為「子」的必須學習「母」的德性。不可背逆「母」，誤入歧途，行屍走肉。故曰「知子。守母。」

(二) 閉其門：是關閉其門戶，心為外誘，經眼耳等感官開放外馳之隙路，使心思狂盪奔放，故言閉之使心思平靜。「閉其門」就是關閉這罪惡之門。

(三) 終生不勤：人能塞兌閉門，恬淡自養，可延年益壽，終身不會有大病災，不用憂慮擔心。

【開其兌。濟其事。終身不救。】

本節是反說未能守母之害。假若世人不肯接受上述守母緘言，持與此相反之見解，以為不享受物質之樂欲，便不成為多姿多彩的人生，這便流為智識、聰明、技巧競爭、精神外馳於爭名奪利，逐物好貨之陳綫上，百般巧飾，狡猾奸邪，這時若回頭就真的陷於終身不可救藥的地步了。

參《呂祖全書》卷十七〈葆守真元章〉第十四內文：

欲修仙道。先修人道。人道不修。仙道遠矣。然綱常倫理。在人固所當盡。若不知惜精養神。以保固形體。則無以卻疾延年。亦非攝生之道。太上曰。塞其兌。閉其門。終生不勤。開其兌。濟其事。終身不救。故又當慎起居。節嗜欲。保守其身。勿縱欲以喪精。勿逞忿以耗氣。勿嗜飲以傷神。



【開其兌。濟其事。終身不救。】

相反，倘欲竅之門常開，則奸巧淫邪、爭利縱欲接踵而來，若不及早回頭，終必終身不可救治。

【見小曰明。守柔曰強。】

見小曰明：明道之人，先要降服妄心，再察其事理，辨其正邪，不貪不婪，如此方能見微知著，是謂「見小曰明」。

守柔曰強：見小以後，還要削除逞強好勝之心，凡事不爭人之所爭，和不強人之所強，以見小配合守柔，這才能收守母知子之效。

參《呂祖全書》卷九〈誠悌導引品第三〉內文：

太上曰：見小曰明。守柔曰剛。用其剛而復其明。無遺身殃。夫無為故無敗。無執故無失。故聖人修身以道。修道以仁。嘉善以矜不能。至道斯凝。柔於遠人。天下歸仁。以贊天地化育。而參三才。行道之士。體天地心。曰儒曰釋曰道。三教非離於心。儒以謙和。釋以忍辱。玄（道）以致柔。「精氣神」非柔莫得。戒定慧非忍莫守。仁義德非和莫涵。柔忍和厥中乃成。中者性也。

編者按：柔者、和也。內外雙修，非柔莫得。

【用其光。復歸其明。無遺身殃。】

7 濟：利用。

8 光：指智慧之光。

這「光」就是我們在真正無私欲時所發之良知。是真智慧。此智慧光與世俗所說的聰明不同，乃自性之本然光輝，是純善真美，若非修為至私欲淨盡時，這智慧之光是不會充分發揮的。老君勉人勿自作聰明，要以無私欲來接物處事，待事畢以後，又復不留痕迹，不有、不恃、不主宰的收斂其光，使之復歸於原來本體之「明」上，那麼在其一世中是絕不會給他遺下什麼災殃的。故曰「無遺身殃」。

【是謂襲常⑨。】

以上這些道理本是因承襲「常道」而來，這番道理雖經千萬劫亦永久不會變易，所以這叫作「襲常」。世人因有私欲，心地不淨，更以聰明自以為是，其實是自離常道，所以反視這「常道」為異行了。

內講：

內丹而言，母喻鉛（腎水），子喻汞（心火）。

參《呂祖全書》卷六〈指佞篇〉十二內文：

玉蟾⑩曰：一物。是真鉛也。蓋真鉛生於天地之先。號為元始一炁。能生天地生萬物。今者返而求之。須用陰陽交感。逆施造化。故能成仙成佛。上聖已知汞性好飛。遇鉛乃結。煉「真鉛」伏制「真汞」。如母伏子。不致逃失。方結聖胎。以為長生不老神仙。

參《呂祖全書》卷十七〈火候藥物章〉第十八內文：

修道之士。既明玄關。須知藥物。然產藥有川源。而藥即「鉛」「汞」之說也。鉛產西方。西方屬兌金。金為水母。汞產東方。東方屬震木。木為火母。以金召水。以木召火。而生坎離。故太上曰「知其母。復知其子。既得其子。復守其母」。此即知川源之說也。

按上兩聖文，丹道修煉以「母」「子」喻「鉛」「汞」。詳參本書刊導讀九〈淺論鍾呂修真傳道集〉題目：〈抽鉛添汞〉。

再參考《參同契》上篇第六章內文：

閉塞其兌。築固靈株。

任法融大師註釋：

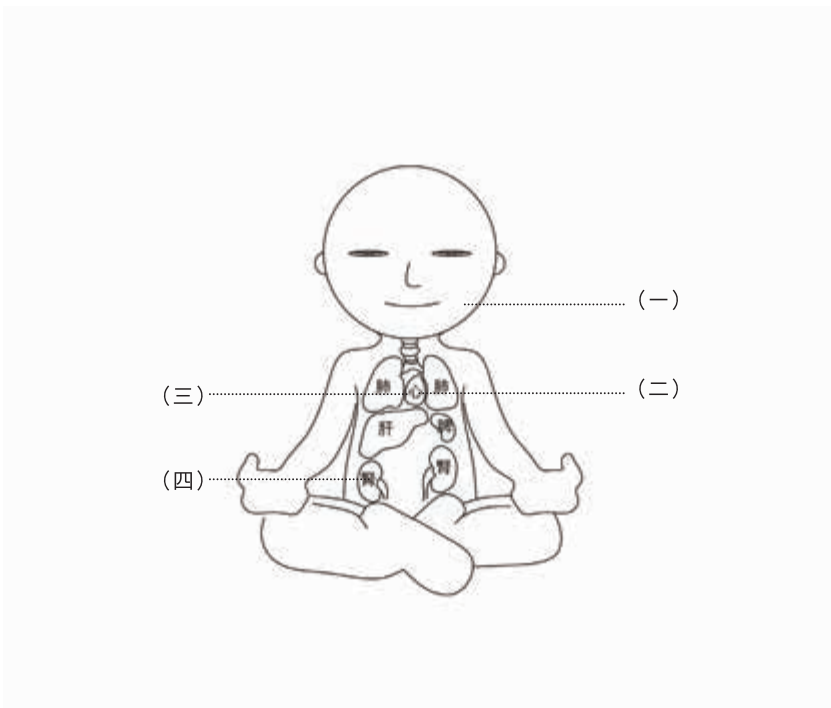
兌：口。這裡指首（人頭）上之孔竅。

靈株：腎臟。在這裡指生化之根基。

《道德經》云：「塞其兌。閉其門。終身不勤。開其兌。濟其事。終身不救」。本經引此意發揮修丹之要，封閉眼、耳、鼻、口之孔竅，則元神靜居而不散發，下則築固生化之根基，則元精穩固而不會走失。上不泄，下不漏，精內固而神自養。

⑨ 襲常：繼承、因習。

⑩ 玉蟾：即白玉蟾，又名白紫清。南七真之一。南宋人，距今約八百多年前。



【塞其兑。閉其門。】

外講：

- 「守母」的方法如上圖。恬淡養靜，可卻病益壽。是曰「終生不勤」。
- 能降服邪妄私心、柔弱處世、不與人爭、見微知著，以智慧光來審察事理、辨正邪真偽，是謂「明、柔、強、光」。
- 以上永恒不變的真常道理，老君曰「襲常」。

- (一) 塞兑：不惡言、綺語，不嗜飲擇食，清淡為主。
 (二) 閉門：心不妄、意不邪。

內講：

- 修真者，塞兑閉門，元神靜、真氣生，水升火降，以母（水，腎）鉛伏子（心，火）汞。
- 內丹喻：腎水靜制伏心火飛動。 因心常浮躁不定，心猿意馬， 起伏無常，諸欲橫生。

- (三) 心：為火、為汞。
 (四) 腎：為水、為鉛。

本章旨：

老君以母子相依相守而論外、內修行：

外修：萬物（子）須依從元炁（母）之天德，柔和謙遜來處世接物。

內修：行逆修法，即下篇第四十章「反者道之動」以母（鉛）制伏子（汞），文火烹，武火煉，「真鉛」，「真汞」，結合成「真氣」，號曰「胎仙」，文大藥當成。

《道德經》 五十二章

【使我介然有知。行於大道。惟施是畏。大道甚夷。而民好徑。朝甚除。田甚蕪。倉甚虛。服文采。帶利劍。厭飲食。財貨有餘。是謂盜竽。非道也哉。】

此章言世道日衰，人心不古，而極嘆「道」之難行。純外講。

外講：

【使我介然①有知。行於大道。惟施②是畏③。】

假使我堅定不移的遵行「大道」，在踐行時應當不忘戒慎恐懼，視為畏途，因為擔心在實行中不自覺地走向邪路。

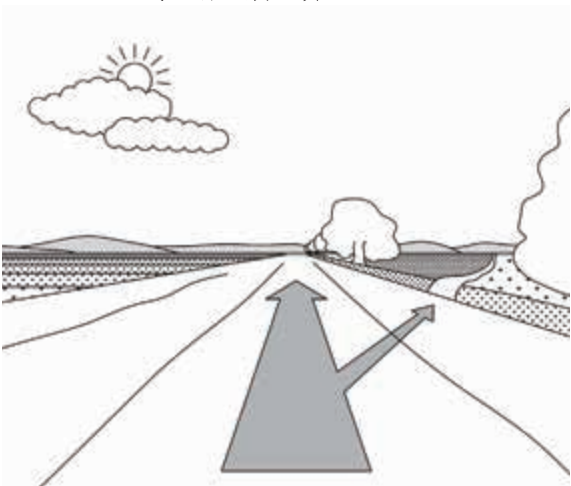
【大道甚夷④。而民好徑⑤。】

大道是平坦常道，是光明大道。世人之劣根都是自願在蹊徑小路，邪路中摸索一

生。故老君語重深長的教人「惟施是畏」，是警惕戒慎之意。

【朝⑥甚除⑦。田甚蕪⑧。倉甚虛。服文采⑨。帶利劍。厭飲食。財貨有餘。】

為政者放棄以德治民，偏入蹊徑，為顯出高高在上的無限權威，故不惜勞民傷財將朝廷前之階除，建築得無比的高大，極盡巍峨之能事。驅使人民作牛馬，造寢宮、酒池



【行於大道。惟施是畏。】
以忠誠堅定的意志及謹慎的真心求真道。

【大道甚夷。而民好徑。】
可是世人偏要捨大道而尋小路，走歪邪路。

- ① 介然：專一、堅定不移。
- ② 施：推行。
- ③ 畏：害怕。有戒心。
- ④ 夷：平坦、平易、常道。
- ⑤ 徑：小路。
- ⑥ 朝：此指昔日皇帝的宮殿、朝廷。
- ⑦ 甚除：「除」指臺階、「甚除」指皇帝宮殿前的臺階甚高。言統治者極奢華，造華殿美屋。
- ⑧ 蕪：田地荒廢、長滿野草。
- ⑨ 文采：華麗的衣服。

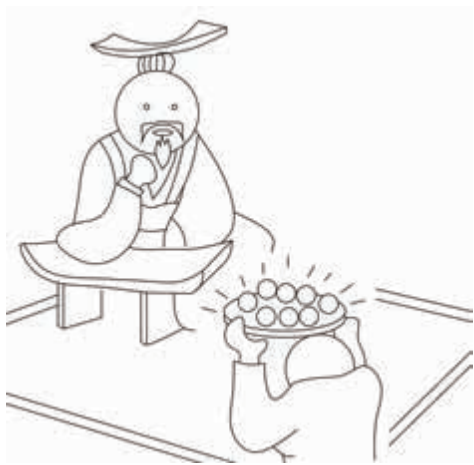
肉林，好大喜功，連年征戰，引致田地無人耕耘，任其荒蕪，糧倉空虛。更甚者，君王、貴族、豪門士族，身著華美的錦衣，以風流耀顯於民，飽餐着高等飲食，耗用民脂民膏，縱容官吏，仗權位、私積財貨，導致國民經濟危困，不自省悟，反認為他是萬民治國之主。

【是謂盜竽⑩。非道也哉。】



【朝甚除。田甚蕪。倉甚虛。】

宮庭華麗，極盡奢華。統治者、百官穿錦衣、嗜美食。連年征戰、農田荒蕪、百姓受苦、糧倉空虛。官吏仗權，私積財貨、民不聊生。



【服文采。帶利劍。厭飲食。財貨有餘。】

為政上下如斯者，是「道」的背叛者，是盜賊的首領。故曰「是謂盜竽。非道也哉」！

《韓非子⑩·解老》：竽先則鐘瑟皆隨，竽唱則眾樂皆和。今大姦作，則俗之民唱，則小盜必和。故服文采，帶利劍，厭飲食，而貨資有餘者，是之謂盜竽矣。為政者，如斯治國，這樣做，是對「道」的背叛，是盜賊的首領，故曰「盜竽」，最後必然遭到人民的背離，走向滅亡的路。

本章旨：

天地無為而生萬物，聖人無為而天下治，聖賢作事尚不忘戒慎（畏）、恐錯走邪路，故上以德治，下必德從。假若上者大事施張，不恤民力，不理民生，雖朝甚除是一時之威，可是人民若亦學習帶利劍以事，服文采之威時，則天下就開始競技奢淫，鬥智生事了。故大姦已作，小盜必隨，待隨者反禍其身時，則悔之已晚了。老君勉為政者，去奢華務實，多作利民舒困之事為上。

⑩ 盜竽：猶言盜首。竽為五音（宮商角徵羽，是中國古樂基本音階）之長。故稱。

⑪ 韓非子：生於戰國末期，約公元二八一至二三三年前，是中國古代著名思想家，法家的代表人物。

《道德經》五十四章

【善建者不拔。善抱者不脫。子孫祭祀不輟。修之於身。其德乃真。修之於家。其德乃餘。修之於鄉。其德乃長。修之於國。其德乃豐。修之於天下。其德乃普。故以身觀身。以家觀家。以鄉觀鄉。以國觀國。以天下觀天下。吾何以知天下之然哉。以此。】

此章言大同之德，化溢四表，德澤無窮。純外講。

外講：

【善建①者不拔②。善抱③者不脫④。】

善建者不拔：是指「治事」說，不論所事範圍之大小，如治身治家之小和治天下之大，其所事之性質雖有所不同，但其事理是無二致的。「善建者」就是基礎打得穩固堅實，所立之功德，永遠不會被人「拔除」。

善抱者不脫：指「治人」說，這是使人與人之關係，變疏為親之方法，在推行上說是感召、感化、歸向，用「德行」來使人心服，四海歸心。

建善抱德不是空言，最重要是實踐，故加一「善」字乃見進修功夫。「建道抱德」之大聖人諸如孔子、老子、如來世尊、耶穌及各大宗教之教主等，其道德之潛力，雖至千百年後之今日，不但不會式微，而且更成為東西方民族文化之基石，受人景仰。立身以「道」、修身、理天下以「德」。這就是「善建者不拔，善抱者不脫」的實例。

- ① 建：建立。
- ② 拔：拔除。
- ③ 抱：扶持、撫育、懷抱。
- ④ 脫：離開、遺漏。



【善建者不拔。善抱者不脫。】

- 善建道德的大聖人，其功德力永久存在，及受世人尊崇。故曰「不拔、不脫」。
- 後世人以聖人之功治道德、箴言等作規範模式，世代相傳永記，如子孫祭祀不忘。故曰「子孫祭祀不輟」。
- 世人依聖人之言來立身處世，內則修身、齊家，外則更可治國、平天下。
- 聖人更以「博愛」之心來化人，推己及人，以無私之身來觀家、觀鄉、觀國、觀天下來仁愛萬物（人類、動植物）。

以上是老子理想中的大同社會，是以「德」來連結起來的。

【子孫祭祀不輟^⑤。】

為政者若能「善建」，其基乃固，若能「善抱」，其民不脫，故這以道德為治的事業，不但是當世之盛治，而且更是後世施治之榜樣。因此後世之人民都像他的親子親孫一般，永遠祭祀不輟以示不忘之意。如偉大的政治家、民族英雄，他們在世所立的功績，是永遠受其後世子民所擁戴及紀念（祭祀）。

【修之於身。其德乃真。修之於家。其德乃餘。修之於鄉。其德乃長。修之於國。其德乃豐。修之於天下。其德乃普^⑥。】

建道抱德之應用，並不限於為政與否，每個人都有其應用的範圍。如《大學》之「自天子以至於庶人，壹是皆以修身為本」。老子上述「五修」由一人作起，由身、家、通過鄉、國而至於天下，由此可見己身之修實，是行道佈德之基石。老君所言五修，與《大學》之四修甚相符，所差別者是《大學》主言功效範圍之擴大，本章則以道德進展之進度為重點：



老君所言「乃餘、乃豐、乃普」是德之進展標尺，其成功處是見於家齊、鄉睦、國治、天下平。「其德乃普」是至善之境，這並不單是普及同民同族，就是異國民族亦要兼及，這與耶教的「博愛」意義相同。

⑤ 輟：停、終止。

⑥ 普：遍及、全面、廣大。

【故以身觀身。以家觀家。以鄉觀鄉。以國觀國。以天下觀天下。】

老子以博愛之心來化度世人，自身得到身修以後，就要聯想到他人之身是否在建道抱德，想辦法去幫助他人同登彼岸，這就是「以身觀身」。以此推己及人來推行德化工作及進程，即：

以家觀家：自己之家已經德化後，就要觀想到別家是否亦已德化。

以鄉觀鄉：自己所居之鄉已經德化到禮讓成風，純厚誠實了，就要聯想到他鄉亦和我鄉一樣。

以國觀國：我的國家已經德化到安居樂業，社會康泰，就要聯想到他國是否亦已步入康樂。

最後，天下人盡都德化以後，仍須觀察這天下之另一方面，還有萬物萬類是否亦並育而不相害，包括其他與人類善良相處的動植物。聖賢聯想天之所覆，地之所載是否都已各安其位和各遂其生，這就是「以天下觀天下」。

【吾何以知天下之然哉。以此。】

這一句結語是說，建道抱德的人由觀身擴充之而觀天下，這是表示一身備於天下理，一性同於天下性，天下事盡在我心。故說：我憑什麼可以知天下同然之理呢？此無他，就是全在於由我本身作起之故，故曰「以此」。於是亦可見自身之修是如何重要的了。

本章旨：

建道抱德之精緻處，就是無常心而以百姓心為心，無私體而以天下萬物為體。

老子心中理想之大同世界，就是由觀身、觀家、觀鄉、觀國、觀天下連結而成的，不是以武力去降服別人，而是以「德化」使之「同化」，故建道抱德不但是修身之法則，亦是老子的大同社會所必須經過的里程基石。

《道德經》 五十五章

【含德之厚。比於赤子。毒蟲不螫。猛獸不據。攫鳥不搏。骨弱筋柔而握固。未知牝牡之合而媵作。精之至也。終日號而不嘎。和之至也。知和曰常，知常曰明。益生曰祥。心使氣曰強。物壯則老。是謂不道。不道早已。】

此章老君教人修真尋回先天「元性」，返回赤子無知無欲的純真境界。斯篇章純內講（內修）。

內講：

【含①德之厚②。比於赤子③。毒蟲不螫。猛獸不據。攫鳥④不搏。】

「赤子」釋義，參《呂祖全書》卷三十一〈註敲爻歌序〉：

人稟天地精血而生。初為「赤子」之時。元精、元氣、元神。混一純全。及至長成。因眼耳鼻舌四門所誘。一靈「真性」。被色聲香味觸法。習

染深沉。日復日。歲復歲。元精化為交感之精。元氣化為呼吸之氣。元神化為思慮之神。元氣分泄。難復天真。

按師上序文，倘修真道者，煉性立命有年，修為至聚則成形，散則成氣，煉至三品（元精元氣元神）合一，元神出舍，身外見身，回復嬰兒赤子之身，道曰「元性」，或曰「真靈」，則一切毒蟲、猛獸，攫鳥等毒害之物，兵刃之凶，安能傷害其身？

【骨弱筋柔而握固。未知牝⑤牡⑥之合而媵作⑦。精之至也。終日號⑧而不嘎⑨。和⑩之至⑪也。】

- ① 含：藏蓄而不露，包在內面。
- ② 厚：大也，與薄相反。
- ③ 赤子：嬰兒。
- ④ 毒蟲、猛獸、攫鳥：皆能傷人之物。
- ⑤ 牝：粵音聘。解作（一）雌性（二）鎖孔或閉。
- ⑥ 牡：粵音某。解作（一）雄性（二）鎖門。門、門橫關也。（三）門戶、籥牡。
- ⑦ 媵作：舉動。媵字、粵音專，發育自胚胎的交接器。
- ⑧ 號：大聲喊叫，引聲長鳴。
- ⑨ 嘎：粵音沙。聲音嘶啞。
- ⑩ 和：調和、相反相成以為和。
- ⑪ 至：到達。

關於「牝牡之合」參《太上黃庭外景經》第二章：

黃庭真人衣朱衣。關門牡籥闔兩扉。幽闕使之高巍巍。

丹田之中精氣微。玉池清水土生肥。靈根堅固老不衰。

李涵虛（一八〇六至一八五六年，呂祖弟子，西山派開山祖師）註：

籥鑰同鎖鑰也。其機括有「牝」有「牡」。關門之時，以牡入牝。則籥合而兩扉亦闔。喻言「神氣交媾」。如牝牡之相銜也。

按李涵虛祖師註釋，「牝牡之合」作喻「神與氣」胚胎互相交就、連接、相銜。倘煉至神氣交媾，精一化合，則聖樹之花已開。故老子云：「牝牡之合而媿作。精之至也」。

「神與氣」之交合相銜連接，即「凝神運氣」（參本書刊導讀八〈內修篇第八章〉、及〈內修篇第九章〉〈元關竅運〉），真氣直抵黃庭（修真圖七號穴），驅使「朱衣神」離中竅（中田），在人身小天地上下左右旋轉，使竅穴大開，直叩玄妙之門。「神氣交媾」又譬若「龍吟虎嘯」，即龍在吟唱，虎在長嘯，比喻相關的事物互相鳴叫和應（即同聲相應）。一龍一虎在人身體內互鳴互呼互應而不聲啞，概因此呼叫乃自然而生之呼號互應，不若人間因引聲喊叫，長鳴而致聲音嘶啞，故曰「終日號而不嘎」。「神與氣」即「牝牡」相濟相和，如賓主守位互換，使竅穴漸合而元關漸開。故老君曰：「和之至也」。修功至此，「胎元」結，溫養培育於中丹田（黃庭穴），胎元比若「赤子嬰兒」，骨最弱、筋極柔、手無執、而屈握極固、不可擊。故

曰「骨弱筋柔而握固」。

老君言「牝牡之合而媿作。精之至也。終日號而不嘎。和之至也」不易詮釋，今再參《醫道還元》卷八〈修性復命詳解〉內文：

呂祖曰：修性命者，苟能於三尸¹²剿而滅之，則由定返到靜，將元精不耗，元氣不傷，元神不搖，真陰自與元陽交合，真陽自與陰中之陽同類相和，上交下接，固結而不可解，可不謂性命締交乎？

按呂祖聖文所示：牝牡合乃神氣連合交接，即人自身之「真陰」與「元陽」交合。即老君曰「媿作。精之至也。」身中「真陽」與「陰中之陽」同類相和，故老君曰「終日號而不嘎。和之至也」。

【知和曰常，知常曰明。】

承上文句，「牝牡」神氣相濟相和，真氣直叩玄妙之門，此「相和」是內丹修煉永恆不變的「常道」。知此「常道」則曰「常」。「知常」則洞達陰陽，同乎造化，故曰「明」。

【益生曰祥¹³。心使氣曰強。物壯則老。是謂不道。不道早已。】

¹² 三尸：即三關識神。人出生後，元精元氣元神化作三尸識神。（參第五十章註解6、7、8）

¹³ 祥：此解喪祭名。古時父母死後十三個月以後祭祀曰「小祥」，死後二十五個月而後祭曰「大祥」。老君此「祥」字解作喪、死。

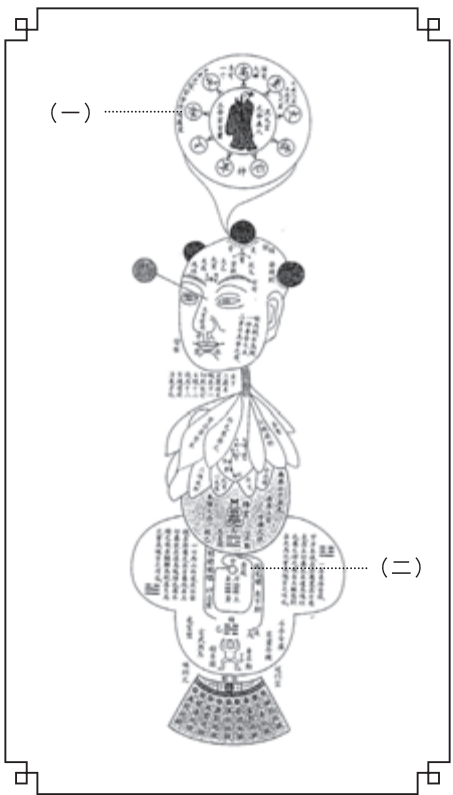
何謂「益生」？「益生」有二種：

- (一) 以貪愛衣食求富享。
- (二) 修行者、妄行運氣，服五金八石（古稱外丹之物），以助其修補，亦謂益生。世人貪欲，盲修瞎補，殊不知反為其戕（自殺害），益生反為生之害。古時修者亂服外物，包括金屬、礦物、植物等，以冀助其氣，提升修煉或補陰虛，然外葯非己身之陰陽調和真氣，反為害身之禍胎，故云「祥」。即邁向喪死之路，益生反招喪身。

修丹者、煉氣時，心不平，則妄動使氣，或借外物丹葯行氣，不行正道，以邪氣使氣，失自然之道，如斯者，氣散則精枯，精竭則形枯。故曰：「心使氣曰強」，強、木之枯槁也。過強則壯，故曰「物壯則老」，物之既老，未有不死！此等不當使氣之法，是謂「不道」，乃速其死也，故曰「不道早已」，已者、絕也。

本章旨：

老君教人逆修回復赤子，嬰兒之體，返回先天乾象（真靈、元性、精氣神合一）。此章內修譬詞難明，明朝佛學憨山大師公元一五四至一六二三年，詮譯此章經文，禁不住加一註腳：「老氏修養功夫，源頭蓋出於此（此、指老君教人逆修回復赤子之法），而後之學者，不知其本，妄構（構成）多方旁門異術，失老氏（即老子）之指多矣！」



老君教人行修丹法，須憑自身「真氣」，切不可亂服外丹五金八石，否則邪氣害身，反招喪命。故曰「益生曰祥。心使氣曰強。物壯則老。是謂不道。不道早已。」

- (一) 先天元性，比於嬰兒赤子。「真靈」不為外物所傷害。「含德之厚。比於赤子。毒蟲不螫。猛獸不據。攫鳥不搏」。
- (二) 腎水與心火相濟，互相匹配而變成黃芽，結胎仙後溫養於黃庭。

內丹修煉過程譬語如下：

- 神氣交媾，如牝牡、胚胎交接。故曰「牝牡之合而媾作」。
- 胎氣柔弱如嬰兒，溫養於黃庭。故曰「骨弱筋柔而握固」。
- 神氣交媾，又可比喻為「龍吟虎嘯」，兩物在人身小天地內互相鳴叫和應。故曰「終日號而不嘎。和之至也」。
- 人修煉至此，神氣相和，與天道合，故曰「和」。
- 人能持守「和」，明陰陽造化之妙，曰「常」、曰「明」。

《道德經》 五十六章

【知者不言。言者不知。塞其兌。閉其門。挫其銳。解其紛。和其光。同其塵。是謂玄同。故不可得而親。不可得而疏。不可得而利。不可得而害。不可得而貴。不可得而賤。故為天下貴。】

此章言聖人所以為天下貴者，以其善得所養，妙契忘言，而能與道玄同。純外講。

外講：

【知者不言。言者不知。】

真能明道的人，非不得已時是不輕談道的，因為真知者是貴行不貴言的。故曰「知者不言」。

好於炫耀自己的人，高談闊論，行為乖張，反而不是具真知識，真見解的人，故曰「言者不知」。

【塞其兌。閉其門。挫其銳。解其紛。和其光。同其塵。是謂玄同。】

根據上言，對「道」真知的人，踐行於道時，心性時常保持安靜無妄的態度來應世，包括：

- (一) 塞其兌、閉其門：兌為口、為說，聖人常緘默自守，不口舌。閒時關閉心神外馳之門戶，使妄念不生。
- (二) 挫其銳、解其紛：此指接物說，處事不自見、不自矜、不逞露鋒芒，但這柔順自然的沖和之氣，却能挫弱世間偏激反常之暴戾。
- (三) 和其光、同其塵：明理的人，理萬物而不染萬物，處萬事而不為事累，賢人混跡於社會之中，不能逃離塵相，惟用真知德行來潛移默化世人。奉道之士，在家修行，謂之「火宅修行」，即是和光同塵之修持。

是謂玄同：此句是總結上文之言，上文所言塞兌、閉門、挫銳、解紛、和光、同塵，皆是與世玄同之妙義。「玄」、天也、人能行此事，是謂與天同道也。

上文挫其銳、解其紛、和其光、同其塵四句，在文字面上看來與上篇第四章完全相同，可是其中所指的義理卻由「道」之功用轉移到行道人的身上來了。

第四章所言之「道」來說，大意是天地陰陽「沖和之氣」能平復世況、挫消世間偏激之銳氣，化解世間紛紜。

① 知：知識、見解。

【故不可得而親。不可得而疏。不可得而利。不可得而害。不可得而貴。不可得而賤。】

真知明理的人，以道德為貴，道德在世人之稟賦上亦本平等，不生人我分別相，亦無計較愛憎心。既無內外之分，豈有親疏之別，那有利害之論、高下之等、貴賤之殊？故聖人以萬善同歸、以竟「玄德」、以潛移默化來引渡世人，以竟「玄同」。

【故為天下貴。】

這句結語是指真知明理的人，在潛移默化世人後，不求名爵之貴，是不可見、不可知的超然至極之貴，世上還有什麼可以比得上呢？故說「故為天下貴」。



〔孔子問禮於老子〕

- 「知者不言」：懂得「真道理」的人不輕易談道。
- 「言者不知」：隨便高談闊論，不是懂得真道理的人。
- 明道者具以下優點：慎言、不驕、不顯露鋒芒、不存偏見，用道德來感化世人。故曰「塞兌、閉門、挫銳、解紛」。
- 「和光同塵」：大聖人如老子曾任東周藏室史。（掌管圖書館的史官）
- 聖賢具備上列德行，是與天同道。故曰「玄同」。



〔尊道貴德〕

- 聖賢尊道貴德，接物待人絕無：親、疏、利、害、貴、賤之分。故曰「不可得而親、而疏、而利、而害、而貴、而賤」。
- 聖賢其行超然，不求名顯貴，所以是天下最為尊貴的人。故曰「為天下貴」。

本章旨：

老君言「玄同」之真象是「民胞物與」，無「親疏」之分，亦是「無人我相」，更無利害之判，對待眾生是「一律平等」，所以就無「貴賤」之別了。不過在完成這「玄同」的功夫上，必先塞兌閉門的充實自己，挫銳解紛的勇於實踐，然後再和光同塵的一任無為方可。

《道德經》 五十七章

【以正治國。以奇用兵。以無事取天下。吾何以知其然哉。以此。天下多忌諱。而民彌貧。朝多利器。國家滋昏。人多伎巧。奇物滋起。法令滋彰。盜賊多有。故聖人云。我無為而民自化。我好靜而民自正。我無事而民自富。我無欲而民自樸。】

此章言治天下國家者，當以清靜無欲為正，而不可用奇巧。純外講。

外講：

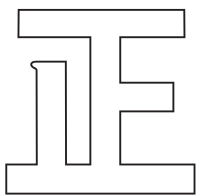
【以正●治國。以奇用兵。以無事取天下。】

以正治國：治國之道用正法，依天理人性之常，不悖事理，不謬天時，以自然正常之法則施治之謂正。

以奇用兵：相反，用兵之道是以「奇」為正，蓋兵乃不祥之器，聖人治世，非不

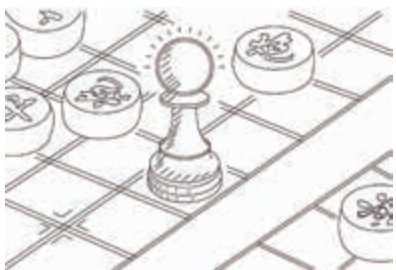
得已之時是不用的。假若因保境安民或懲治不道，為一時之需而用兵時，這就要以出奇制勝為法則，使戰事早日結束，減少人命傷亡。古聖云：「治則用禮樂，亂則用兵戎」，蓋此意也。

以無事取天下：老子指出在一切正常法中，所舉出最正常之正法，作為治天下萬世不易法則，是以無事者就是無為，也就是導民反樸自治，人民不刻意求取仁義道德等一切好名相，使天下人不在好名相之下求治，而依自己之自性於自然中自省自治，這就是「無事取天下」之意，這亦是老君心目中最崇高的治國、治民、民自治的理想目標。即是今天我們所說的自覺、自律、自我約束。



【以正治國】

以中庸不偏不倚之道來治國。



【以奇用兵】

兵非不得已時才用。用出奇制勝之兵法，使戰事早日結束，減少傷亡。

① 正：是不偏不倚，如道德仁義，尊賢親民。

【吾何以知其然哉。以此。】

老子說：我何以知以無事取天下是最好之法則呢？答曰「以此」。就是指下列幾項：

【天下多忌諱²。而民彌³貧。朝多利器。國家滋⁴昏。人多伎巧⁵。奇物滋起。法令滋彰。盜賊多有。】

無事取天下

【以無事取天下】
以無為道德來感化人民，來治理天下。

【多忌諱。民彌貧。】
法禁多了，百姓就越加貧困。

【朝多利器。國家滋昏。】
武器多了，國家就越混亂。

【人多伎巧。奇物滋起。】

人們伎巧越多，邪物就越多，如今天社會，人們不務正業、醉心於賭博、投機事業等，這是不健康的風氣。



【法令滋彰。盜賊多有。】

官吏貪贓枉法，嚴刑峻法下，是盜賊逢起時。

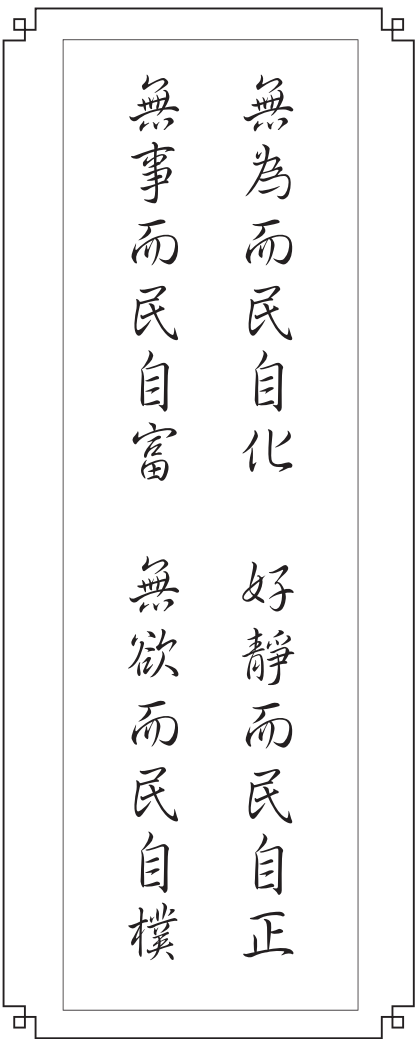
以上八句，如連貫起來亦可視為一個國家由建立到滅亡之過程：如立國之初，必設煩令和限制以建國家秩序，繼之為保衛成立之國土由武備而擴充武力，這時之國家秩序就要開始昏亂了。人民到這時亦因習於澆漓（風俗浮薄），所以棄正業而崇尚技巧，於是便有鑽隙覓洞之民，同時亦有貪贓枉法之官了。隨之為政者不得不增立嚴法苛政，寧枉毋縱，以期制止國家之昏亂動盪。可是在嚴刑峻法壓迫下之人民必又起來反抗，到所謂盜賊逢起之時，也就是國家將亡之時候了。故這八句亦可視為一國興亡之過程。

【故聖人云。我無為而民自化。我好靜而民自正。我無事而民自富。我無欲而民自樸。】

說到這裏，老子為證明他的「以無事取天下」之盡善盡美起見，乃以古人所言之四句話，作為統治者、明道者行無為而治之說明證驗：

- 2 忌諱：避免某些言語或舉動（舊日專制社會時代，統治者立的不合乎情理法例）。
- 3 彌：遍及、滿、益、增加。
- 4 滋：益、增加。
- 5 伎巧：度權能量，校其伎巧短長。

- (一) 無為而民自化：我在感化人民時，首先是不強出私意，順乎天而應乎人，不施異政，則人民是不教而自化了。
- (二) 好靜而民自正：我欲民格方正時，是自己先虛心恬淡，篤守無為，常持清靜不受私妄之挑撥，人民效之，所以亦能自靜自守，人民這樣就未有不方正的了。
- (三) 無事而民自富：我不勞民力，不擾民業，不征重稅，自己不貴貨斂財，則人民自會安居樂業而自然富足了。
- (四) 無欲而民自樸：我欲人民樸厚篤實時，首先自己要泯除人欲之私，不事妄想，則人民自然就賤貨而貴德，純實誠樸之本來面目自會重現了。



聖人無為而治的德化：

- 「無為民自化」：順天應人，不施異政。
- 「好靜民自正」：清虛自守，民自方正。
- 「無事民自富」：廉潔公正，百姓取財有道，安居樂業。
- 「無欲民自樸」：以百姓心為心，感化人民，民復樸實。

本章旨：

擾民之有為治國及無事用兵皆非本章之所宗，因為不依天理人性來治國，逞強侵略而用兵，皆落有為，兵者、不得已而用。故老子本章之真正所屬之要點，全在勉語統治者或在上位者「以無事取天下」之一句上。

《道德經》 五十八章

【其政悶悶。其民淳淳。其政察察。其民缺缺。禍兮福所倚。福兮禍所伏。孰知其極。其無正邪。正復為奇。善復為妖。民之迷。其日固久。是以聖人。方而不割。廉而不剷。直而不肆。光而不耀。】

此章是承繼上章無為治世之道，推移至人生的福禍、得失與天地自然的規律。純外講。

外講：

【其政悶悶^①。其民淳淳^②。其政察察^③。其民缺缺^④。】

這四句是說無為與有為之治作比較：

- (一) 無為之治：一國之治若是政簡刑清，悶悶然似混濁不清時，這正是不事私智政事，寬裕的表現。故其民德反而淳厚篤實，故曰「其政悶悶。其民淳淳」。
- (二) 有為之治：相反，若一國之政治是嚴苛過緊時，這是私智周密，善惡不容於

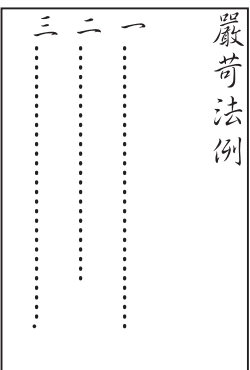
毫髮之表現，因此其治下之人民也要處心積慮的思鑽隙之策，從茲民德反要涼薄不實了，此即是政繁民薄的意義。故曰「其政察察。其民缺缺」。

以今天社會而言，老君上文四句可引用東方朔名句來形容現實景況：
漢東方朔^⑤名句：「水至清則無魚。人至察則無徒」。大意謂水太清，魚就無法存身，要求別人太嚴格、苛刻，就沒有人能當他的夥伴。比喻管理者若過份計較別人的缺點與過失，就不能容人，也沒法留得住人才。

無為而治

【其政悶悶。其民淳淳。】

無為而治，政簡刑清。



【其政察察。其民缺缺。】

有為而治，政繁民薄。

① 悶悶：沉默不出聲，渾樸意。

② 淳淳：質樸敦厚。

③ 察察：分別、辨識。

④ 缺缺：不滿足。

⑤ 東方朔：西漢辭賦家，於公元前一五四年出生，距今約二千一百多年前。

【禍兮福所倚⑥。福兮禍所伏⑦⑧。孰知其極。其無正邪。正復為奇。善復為妖。】

人世間之樂福憂禍，乃陰陽界中之既定原數，任何人都不能憑權力止住不變。凡人有禍，正是否泰之轉捩點，此時在人事上如果檢點過去，和反省自身，那麼過後將有福至，故福本於禍。凡人有福，亦是泰否之轉捩點，在人事上如果是富則不期侈而自侈，貴則不期驕而自驕，若是既侈且驕，禍必將至，故禍本於福。

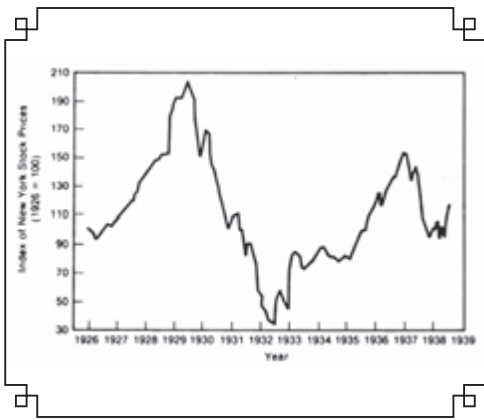
關於禍福、正奇、善妖之進一步詮釋，參《呂祖全書》卷十八〈天人理一章〉第二十三內文：

人之一生。或富或貴。或賤或貧。或窮或通。或壽或殁。亦無一定。修德之至。則賤者可貴。貧者可富。殁者可壽。窮者可通。故人之得失。主之於天。雖人定可以勝天。而天定更可勝人。天人交感。其理一也。富貴貧賤。循環無端。青門種瓜人。舊日東陵侯。富貴可常恃乎。居朝參知政事之人。即昔日被人譏之瞌睡漢。貧賤可以欺乎。是以聖人體天之道。執天之行。居富貴而不驕。處貧賤而不憂。樂天知命。心若太虛。太上曰「福兮禍所倚。禍兮福所伏。孰知其極。其無正邪。正復為奇。善復為妖」。故人之身，與天道相表裏。



【禍兮福所倚。福兮禍所伏。】

- 人生「福」本於「禍」，「禍」本於「福」。修德者、否可轉泰，失德者、泰可轉否。泰：盛、順。否：衰、逆。
- 明道者、體天道而行，樂天知命。
- 以上禍福、正奇、善妖、陰陽交錯之道，世人多迷惑。故曰「民之迷。其日固久。」



【正復為奇。善復為妖。】

現今社會，投機者尚貪婪無度，則富可變貧。上圖為大蕭條股票市場圖表。

障〉關於孽障禍福之相因相隨，詳參本書刊導讀八〈呂祖外修篇〉第十二章〈孽與及第十五章〈循環之道〉，便可明瞭因果相生之道。

6 倚：依仗。靠著。

7 伏：藏匿。

8 倚伏：指事物相互依存，相互影響。

【民之迷。其日固久。】

以上禍福、正奇、善妖相互交錯之陰陽定律，世人終日活在患得患失、執迷不悟的圈子裏，實在是由來已經很久的了。

【是以聖人。方⁹而不割¹⁰。廉¹¹而不剝¹²。直而不肆¹³。光而不耀。】

明了事物轉化規律的聖人或管理者，當以全性之真用事，凡事先以無為出之，不計報酬，不住善惡，而在感召羣眾上亦以啟發其自性之本能為第一義事，故聖人：

方而不割：以不方之方為方，如太過方正就成為察察其政了。

廉而不剝：真正的廉並非專注行為上之表現，全在於人所不見之內心質素，如在內在外根本沒有貪欲之心，這才是真正的廉。因此聖人並非在人為上秋毫無察，如專注於行事則就流成造作有為，傷人自尊，惹人反感。

直而不肆：矯枉過正的是謂肆，聖人之發心用事，全率自性之自然而行，因時因地因人因勢，全依客觀環境之自然，行其當行之道，無過無不及。
光而不耀：聖人之心光是含藏於內，不以光明而自炫耀。

本章旨：

統治者或現今之管理人，應以無為來德治社會，來啟發人類其自性之本能。世人若明白禍福，善妖相伏相倚之陰陽順逆原數，就不必為生機而樂，為殺機而憂，得失禍福泰然處之，不怨尤人，順天應命來配合聖人無為而治的大同社會，這才符合老子本章之真意。

9 方：方圓之方，指體正本者。

10 割：災害。損害。

11 廉：不苟取，與貪相對。

12 剝：刺傷。

13 肆：明顯、擴張。

中庸

【方不割、廉不剝、直不肆、光不耀。】

聖賢明白陰陽禍福交錯，行事取中庸：

- 不過方正，否則水清無魚，找不到夥伴、人才。「方不割」。
- 心廉正。「廉不剝」。
- 不矯枉過正。「直不肆」。
- 不炫露光芒。「光不耀」。

《道德經》 五十九章

【治人事天。莫若嗇。夫唯嗇。是謂早復。早復謂之重積德。重積德。則無不剋。無不剋。則莫知其極。莫知其極。可以有國。有國之母。可以長久。是謂深根固蒂。長生久視之道。】

此章言「嗇」，教人離「慾」復元性。分外、內講。

外講：

【治人事天。莫若嗇①。】

本章最要緊之一個字是「嗇」。老子教我們「不以人害天，不以物傷性」。「人」指物欲，「天」指性德。我們要珍惜與生俱來的天德，不要被物欲腐蝕，不使氣質動心。治人包括人事上的一切交接，就是慳惜精神，勿用機智，傷人殺物（包括殘殺動物、無故燒毀植物等），用天理真情來處事，是曰「治人嗇」。「事天」乃窮天理之玄秘者，應天道、順四時之謂。

【夫唯嗇。是謂早復②。早復謂之重積德。】

早復：治國者當愛民財，不為奢泰，治身者、遣除邪妄淫欲，除三毒（貪嗔癡）、避四關（酒色財氣），愛惜人身天賦與之「精氣神」，才能先得「天道」及「早回復」性真之謂。

重積德：明道之人，洞曉「早復」來應治人、事天。不作逐物背理之狂妄行為，處事理物上皆是善德行為，此「德行」累積愈多愈厚，故稱謂「重積德」。

【重積德。則無不剋③。無不剋。則莫知其極。】

道德至此，愈積愈厚了，雖不用才智籌策，可是對任何事情之處理上都能勝任有餘。在上者能以這「德心」存天地之理，事合萬事，雖非有心圖之卻能勝任一切，這連自己也不知這道德力量之極限是多麼大，更不知其邊際止於何處，此之謂「莫知其極」。

【莫知其極。可以有國。】

像這不知道自己所積的「德行」力量是如何大的人，才可以負起化世治國的責

① 嗇：粵音式。節省。慳吝。愛惜。

② 早：早者、先也。

復：復字、《易經》第二十四卦，是復卦不遠復之意。或回家，陽氣歸來。

③ 剋：能、勝。

任，而將國家、社會委託他來治理。

【有國之母④。可以長久。】

道德浩蕩，莫知其極的人，才可以將治國之大事交付給他。按下篇第五十二章「天下有始。以為天下母」。唯有依母的天德來行事者，才可以使國家社會長治久安，此之謂「有國之母，可以長久」。

【是謂深根固蒂。長生久視之道。】

萬物不能無「道」而生，天地不能無「道」而立（道德、倫常），既生立之後，人生須依母道來修身應事，如是者，則如長治久安一樣，亦可以長生久立而不敗。就像高大樹木之根之深和柢之固一樣（曼根曰根，直根曰柢），這時之樹木才能茂盛長青不枯。長生久視，「視」是現象存在，「久視」即是長久存在。

以道德（母性）來治國，則國運可興隆而長治久安。故曰「深根固蒂。長生久視」。



外講：

聖賢、統治者：

- 用天德、天理來處事理民。是曰「蓄」，愛惜天性，不殘虐百姓、動物及無故燒毀植物等。
- 以善德愛民來治理國家。是曰「重積德」。
- 政德積厚，如此方能交託天下與他/她來長久托管。故曰「有國之母。可以長久」。

內講：

關於深根固蒂，乃指命之根與蒂，參《醫道還元》卷七〈性命洞源詳解〉內文：

呂祖曰：命基何在？命者、即天之所命，人自稟天地之氣以生，內具生生之本，皆天之所命，惟命於天而凝成於人身中，謂之命基。基者、如宮宇之基址，數仞之高宮，皆從此起。又如樹之着土處，萬千千枝，皆由此發生。此「基」字之義也。命基所在言之，其基在乎「元精」，元精者，天一之清，水之本體未落後天之真水也。「元精為命基也」，但人自知識既開，牽於情欲而「元精」遂化為後天之「濁精」，又復加以嗜味肥甘，一切陰濁等物，以佐其陰，致陰盛精漏，遂把天一之元精，消歸於無有，亦安得不死？故修持之士必須固蓄，使後天之精感真火帶而上騰，化歸天一之清。

命又有「蒂」焉。蒂者，如果之蒂，憑此乃可結成果。「命蒂」言之，人稟天地之真氣以生，此氣常運轉於周身之內，謂之「真息」，精津血液皆賴他驅策運化，乃不凝滯。此「真息」即人之元氣，與後天口鼻之氣不同，口鼻之氣，乃先天元氣所化成，故修持輩必使此真息周流運轉，貫徹周身，無時止息，謂之「綿綿」。蓋「真息」能綿綿不絕，則精津血液皆不凝，久之而盡化為輕清，此「真息」所以為「命之蒂」。人但為百邪所耗散，故不生真息，只存口鼻之濁息耳！古來証道成真者，皆

④ 母：此指道體、道德。

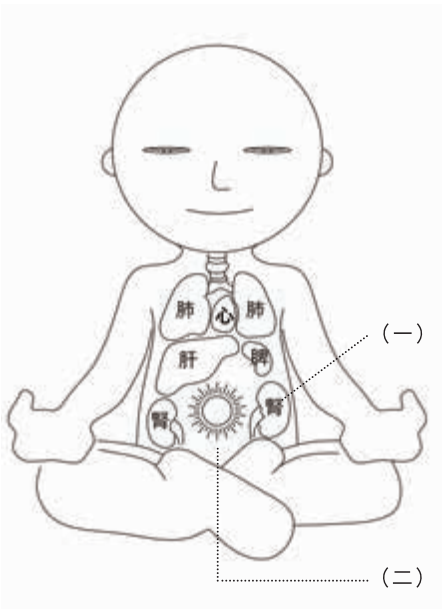
由「固其命之基與蒂，養成真身，此假形雖壞，而真身獨長存」。太上所云「深根固蒂」，蓋即指此「命」之所在而言也。

內講：「深根固蒂」

編者按：人入世後，先天元精受後天諸般情欲所蔽，化為「濁精」，呂祖師教人去欲除妄，固蓄後天之精感真火帶而上騰，化歸天一之清。名曰「深根」或「固命之基」。

人稟先天之元氣自出生後，化作後天口鼻之氣。修丹者，須自發其丹田爐火於黃庭（修真圖七號穴），「真氣」生，驅策運化精津血液使不凝，久之化為輕清，「真息」於身周流運轉竅穴百脈，貫徹周身，綿綿不絕。名曰「固蒂」、即「固命之蒂」。

修丹道者，能固命之「根蒂」，乃可長生。



(一) 深根 (命之基)
固蓄腎之真水

丹法：戒嗜味肥甘，不貪口舌之欲。寡情去欲，除妄入靜，使後天之精感真火帶而上騰，化歸天一之清。

(二) 固蒂 (命之蒂)

丹法：真氣(真息)綿綿，周流運轉一身竅脈，使精津血液皆不凝，久之而盡化為輕清。

本章旨：

老君以「嗇」字教人離妄欲而復歸先天之元性，通曉嗇性者，可修身、治人、事天，更可固「命之根與蒂」，反樸還原，重返先天無為聖道。

《道德經》 六十章

【治大國。若烹小鮮。以道蒞天下。其鬼不神。非其鬼不神。其神不傷人。非其神不傷人。聖人亦不傷人。夫兩不相傷。故德交歸焉。】

此章老子用烹小魚方法來喻治國、事人，並論陰陽鬼神之玄理昭示世人。純外講。

外講：

【治大國。若烹小鮮①。】

老子以小魚喻治大國，並不以大魚為喻者，因小魚之本體柔弱，經不起翻弄，恐其糜爛。烹小魚不能多事翻動，故治大國亦是一樣。如法令層疊，朝令夕改，標奇立異，反覆無定時，則人民亦因無所適從而習於澆薄了。故治大國實像烹小魚一樣，在火候上要恰得中道，先後緩急得宜，這樣則魚全而肉不潰。

【以道蒞②天下。其鬼③不神④。】

所謂「德重鬼神欽」，有道者蒞臨於天下，世上善人多、惡人少時，鬼怪等亦是唯「道」是尊的，當神者神，當鬼者鬼，鬼安其鬼位，不敢犯人，邪不入正，不能傷害自然之民，不再越界而強稱「神」，是即「其鬼不神」。

【非其鬼不神。其神不傷人。】

繼上言，在有道德的大同社會下，鬼安其鬼位，不敢取冒神作祟。老子在「其鬼不神」上加一「非」字，「非」者作不但解，這是說不但鬼不再冒神作祟，就是處於陽明之神亦安



【治大國。若烹小鮮。】

治理一個很大的國家，要像烹煎小魚那樣，不時常翻動。喻法令不可朝令夕改，否則人民無所適從。

- ① 小鮮：小鮮魚。
- ② 蒞：臨、到。
- ③ 鬼：鬼之道，得其陰氣之正者是謂鬼。
- ④ 神：神之道，得其陽氣之正者是謂神。

其神位，庇佑天下善良，絕不會傷害人民，此之謂「其神不傷人」。

【非其神不傷人。聖人亦不傷人。】

以上二段所言，神鬼各安其位了，鬼不作祟，神庇善良。這回老子才將話題引到人類之本身上來，因之老子乃說不但自稱神者不傷人，（因在有道者之蒞臨天下，人類為有道者之感召，人民由感化而明理的皆能自治），善多惡少，為政者亦可免刑戮苛政，不再以上傷下，此之謂「聖人亦不傷人」。

【夫兩不相傷。故德交歸焉。】

有道者蒞臨天下，人民獲福吉祥，鬼神各安於陰陽，天下萬類盡納於一團祥和之氣氛中，天上、地下、人間一體，鬼神與人各不相傷。如斯則人得治於陽，鬼得治於陰，人得全其性命，鬼神得保其精神，故曰「德交歸焉」。

本章旨：

老君用烹小魚以喻治人治事，聖賢蒞天下，人民自治安泰，則善多惡少，祥和之氣充塞於宇宙，天地陰陽二氣和沖，乃得陰陽和，萬物生之昇平現象。相反，倘不道者臨於天下，背道失德，小人當道，公義不存，道義淪亡，五常不張，八德盡毀，侵略橫邪，導致戰禍頻生，人民生命塗炭。如近世發生的一、二次世界大戰，傷亡之慘烈，為人類史上最重者。上天有好生之德，大地有載物之厚，無奈禍福無門，由人自召。不道者臨天下傷天和，民性習於殘暴涼薄，戾氣沖天地，由此則天道不常，而劫孽隨之而降人間，此所謂「天地大小之劫，自應以應數分別還原」之因果循環原理。由此可見，鬼神加害人民，並非鬼神之過，皆因不道者、失德之士臨天下干傷天和，所以才招致鬼神之害也。

5 交歸：互相歸於一體，有殊途同歸之妙義。

6 戾氣：人類不斷造罪惡、互相殺戮、殘害善良、違反天理，戾氣或殺氣、冤氣，積聚成黑氣，沖上雲霄不散，最後轉變成劫孽。上天不得已乃降罪於人間，以劫消劫。災劫降人間，除戰亂外（即人禍），其他天然災害如大地震、水災、火災、旱災、瘟疫疫癘（惡性傳染病、厲疾）等均屬劫孽相侵。



〔三才圖〕 <周易集註>

道德之士蒞臨管治，天下安泰。
• 和氣沖塞天地，陰陽和、草木興。
• 天地人三才（神、人、妖魔、鬼怪）各安其位，互不相侵。故曰「德交歸焉」。



【以道蒞天下。其鬼不神。】
【神不傷人。聖人不傷人。】

道重鬼神欽，道德治天下，民安國泰的社會：
• 聖人以「德」來治理國家，不以刑戮、苛政、重稅來傷害百姓。
• 鬼、神各安其位，不會傷害人民。

《道德經》 六十一章

【大國者下流。天下之交。天下之牝。牝常以靜勝牡。以靜為下。故大國以下小國。則取小國。小國以下大國。則取大國。故或下以取。或下而取。大國不過欲兼畜人。小國不過欲入事人。兩者各得其所欲。故大者宜為下。】

此章言處世若能虛懷若谷，以謙下為處事，則無事不成，無德不立。分外、內講。

外講：

【大國者下流。天下之交①。天下之牝②。】

治大國應當像居下流之水一樣，最低窪的地下才是百川匯聚的地方。大國者，天下士民之所交會也。當政者，常以謙下為懷，萬民自然會歸服他。故曰「大國者下流」。

治大國者真能「居下流」，那麼萬民視他就像母親一樣，自然會圍繞在他的治

下。「天下之牝」，「牝」、陰類也，柔和而不倡。女所以能屈男，陰勝陽，以其安靜，不先求，謙下。老君以牝為陰性為眾牡（陽、男）之所歸，在此喻母（陰、柔）為眾子女所親之意。

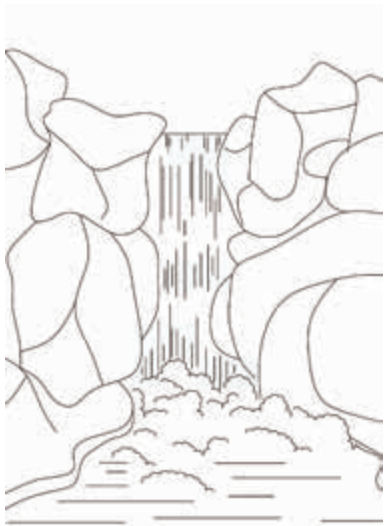
【牝常以靜勝牡③。以靜為下。】

牝為陰以靜為主，牡為陽以動為主。如自古以來，皆曰陰陽，而不曰陽陰，此示以靜為本。老子復以陰靜陽動之喻說，如牝之陰處於靜位，故常勝牡之陽動，這牝之靜就是上言之「若居下流」，如流動之百川（喻牡、陽）終必流向一個低窪之靜潭（喻牝、陰）處而後止，由此看來這牝常勝牡之原因，實亦因為常居於下之故。

① 交：交匯點。

② 牝：粵音聘。雌性。指陰性、柔和。

③ 牡：雄性，為陽、為男。



【大國者下流。天下之交。天下之牝。】
【牝常以靜勝牡。以靜為下。】

- 大國的統治者，要像江海安於處在卑下，萬民自來歸順。
- 如此謙下，周邊地方長官、百姓也會像百川一樣歸從，如子返歸母親懷裏。
- 百川流動喻牡（陽），終必流向低窪靜潭、喻牝（陰）。老君喻陰（靜、柔）勝陽（動、剛）。

【故大國以下小國。則取小國。小國以下大國。則取大國。】

承上言，既知謙下處低才是容納匯聚之最好方法，所以身為大國者若能謙下的禮待小國，則小國必心悅誠服自會歸順他，此之謂「則取小國」。還有身為小國者若能謙下有禮的對待大國，就能得到大國之信任而成大國之一環，此之謂「則取大國」。

【故或下以取。或下而取。大國不過欲兼畜人。小國不過欲入事人。】

大國謙下以取小國之信任，或小國謙下禮尚而取大國之信任，大國之目的只不過若水之善利萬物一樣，是以「德」來兼善小國，而小國之目的亦不過若水之就下而欲與大國匯通，「入事人」是求容於人，也就是歸服大國之意。若能如此，天下雖分治，實際已成統一之局，這是德化的統一大同社會，天下就自然相安無事了。

老子的理想目標，是教導世人以謙下為懷，才能完成「大德敦化」之目的。

【兩者各得其所欲。故大者宜為下。】

上言大國與小國既都以謙下為懷，使各國都得到了所期之目的，身為大國者必須先以謙下禮待小國，這才能感召眾小國轉向歸來，如此才能成為天下之交和天下之牝（牝、靜，川



（春秋末期，諸侯割據自立）

【大國以下取小國】 【小國以下取大國】
【大國兼畜人】 【小國入事人】

- 大國謙下禮待小國、小國歸順。
- 小國被大國之信誠感召，必來歸順。
- 如此、大國以「德」來兼善小國。小國求容於大國，天下大同。能達到彼此互融互信，大國必須先以謙下禮待小國。故曰「大者宜為下」。

谷下流），此之謂「大者宜為下」。

老君生於春秋末年，距今約式仟伍佰多年前，適時乃中國歷史上的第一大分裂時期，諸侯割據自立。老子倡「大者宜為下」來希望各小國、大國建立互信平息戰爭。現今國與國（不論大小）亦應效法老君之倡議來和平共存，是之謂「大同」。

內講：

「腎水」處人身下（處下），內丹譬語曰鉛曰牝曰靜，「心火」在上，譬語曰汞曰牡曰動，丹功真氣使「鉛伏汞」，即靜（牝）勝動（牡）。倘靜（牝）不能勝動（牡），靜坐時焉能降伏心之妄動而生真氣？概因人心火性浮躁好動，刻刻在燃燒。關於「鉛伏汞」，詳參本書刊導讀九〈淺論鍾呂修真傳道集〉題目：〈抽鉛添汞〉。

本章旨：

治大國與處世之道都是一樣，凡欲成完美之結果必居謙下之位以求之，這樣才能衆心悅服而羣歸之，但以權勢凌下者自己乃居於上，那麼上下兩者在貌合神離，積忿不滿之情形下，終必離心離德而後已。

4 取：此指取「信」之取，完全是以德作媒介的。

5 畜人：順從。容留。

《道德經》 六十二章

【道者。萬物之奧。善人之寶。不善人之所保。美言可以市尊。美行可以加人。人之不善。何棄之有。故立天子。置三公。雖有拱璧。以先駟馬。不如坐進此道。古之所以貴此道者何。不曰有求以得。有罪以免耶。故為天下貴。】

此章是讚美「道」，即道與德。萬物由道而生，由道而育，由道而成，萬物一時一刻也不能離道，即《中庸》曰「道者也，不可須臾離」。純外講。

外講：

【道者。】

「道」育萬物，「德」庇羣生，老君所言之「道」，可分為外修與內修之大道：

「外修」即有為之道：如倫常之道，即父子有親、君臣有義、夫婦有別、長幼有序、朋友有信。又如八德之道，即孝悌忠信、禮義廉恥。

「內修」即無為之道：修煉「精氣神」，還原先天無極大道。參本書刊導讀八《太上道祖內修篇》第二章《精氣神之運用》。

【萬物之奧①。】

一奧之所藏，納五行而生陰陽，一妙之所在，取兩儀而超太極者，二者均在「一道」之中。道育萬物，必含「奧妙」之「道」在焉。參本書刊導讀八《呂祖外修篇》第十章《奧妙之道》。

按呂祖上文、「奧」之所藏：納五行、生陰陽，即道生一、一生二、二生三、三生萬物之玄理。參本書刊導讀一《創世紀（宇宙生成論）》。



【道者。萬物之奧。】

「道炁」生育萬物。人類雖進入科學時代，但仍不能知宇宙及萬物之源，是謂之曰「道之奧」。

① 奧：凡物不知其源者曰「奧」，凡事只見其相而不明其來去者曰「妙」，此奧妙之理也。

【善人②之寶。】

真明道的上善人，視「道」為唯一至寶。

【不善人③之所保④。】

尚未明道的不善人，雖然有時不能循道而行，但「道」並不因不善人未能寶視此「道」，而有所拋棄不理，仍然是毫無計較分別的暗中加以保護，如天地之不棄頑劣一樣，不善人是仍要承受「道」之庇護的。

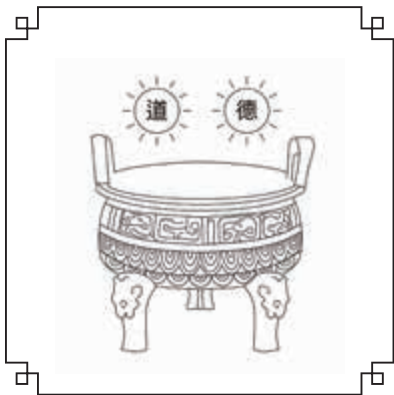
【美言可以市尊⑤。美行可以加人⑥。】

明道的人，苦口婆心的導人登上道梯時，則就在無形中可以換得至極無以復加之尊位，這是比世上任何一切之榮耀尊貴得多，故曰「市尊」。如三教及其他宗教聖人般的行道於世時，其最後之成就是加過（超越）他人的。故曰「加人」。



【美言市尊。美行加人。】

- 三教及其他宗教聖人、佈道者，導人向善、棄邪惡，其言行誠言，當為後世人所「尊」，故曰「市尊」。
- 聖人、哲士有教無類，持耐心善誘未明道德的人。故曰【人之不善。何棄之有】。



【善人之寶。不善人之保。】

「道」與「德」乃世間上至寶之物，聖人、賢人、明道之士，學而尊行實踐。尚未明道者，大道從未放棄失道之人並仍然保護他們。

【人之不善。何棄之有。】

明道的人在發揮美言美行時，對尚未明道的不善者，以耐心度化，循循善誘，導於正規，待其能夠自覺自行時，自會懺悔自新。故對不善的人，「道」尚一視同仁而不偏離，那麼身為行道的人，怎能拋棄他們呢？

【故立天子⑦。置三公⑧。雖有拱璧⑨。以先駟馬⑩。不如坐進此道。】

立天子是「尊」，置三公是「貴」，有拱璧是「財勢」，先駟馬是「威勢」。這些都是世人貪住的榮耀，但卻無一件是永久的。在歷史上有很多帝王將相，到如今還不是風流雲散？除了南北山頭卧土泥之點點遺蹟，留給世人作惆悵之弔念以外，過往

② 善人：指真明道的人。

③ 不善人：指尚未明道的人。

④ 保：保護。

⑤ 市尊：是換來尊貴的地位。

⑥ 加人：是高過他人。

⑦ 天子：古代以君權為神授，謂君主秉承天意治理人民，故稱天子。

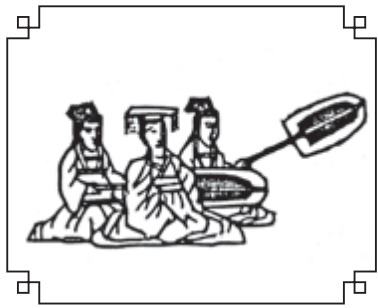
⑧ 三公：周朝官制（距今約二千六百多年前），置太師、太傅、太保，是朝廷最大的卿臣。

⑨ 拱璧：以雙手捧起的大美玉璧，可謂珍貴之寶。

⑩ 駟馬：古代一車套四馬。駟馬是為天子或大臣們所乘，極具威嚴。

的榮華富貴還有什麼呢？

老君這幾句話，是有當頭棒喝作用的。所以若談到真實不妄的真正榮耀時，終不如：「坐進此道」，如真能坐進此道、不論有為及無為之道德，都是永遠的受益。



【立天子】（尊）【置三公】（貴）



【有拱壁】（財勢）



【先驅馬】（威勢）

以上權勢、財富、地位，老君咸認為是過眼雲煙的短暫人生。不及「道」與「德」的修為是最著實受益的。故曰「不如坐進此道」。

【古之所以貴此道者何。不曰有求以得。有罪以免耶。故為天下貴。】

由此看來，古人哲士所以貴此「道」（道與德），而不以世間之榮華富貴為貴之原因是什麼呢？說穿了就是「道」之於人，有求必應，不論世間之賢與不肖，只要虛心求之，人人皆可習而行之。「道」是平等不分階級的，世人有罪無罪亦無關係，只要肯懺悔自新，放下屠刀，功德可以免罪（赦免或減輕所犯的罪），這不是有罪可免

嗎？道的功用就是這樣的神聖萬能，所以就成為天下唯一尊貴及永遠不能替代的東西了。故曰「為天下貴」。



- 人能修習躬行道德（外修），可成賢人、君子。
 - 能內外雙修，更可成真、成聖。
- 故老子曰「貴此道、求以得。罪以免、天下貴」。

本章加：

「道」與「德」的最大寶貴處，除了可以「市尊」和「加人」以外，尚有一點是「有求以得，和有罪以免」，因為在世間諸法上說，無處不是階級的劃分，貧與富、尊與卑、貴與賤、強與弱、上與下等，此是天地成形後，便產生後天對峙的度數（參上篇第二章）。故在可見的衣食住行上都是不平等的現象。只有「道」與「德」才是絕對平等的，那麼我們若能信受奉行，則人人均可達到「其成功一也」之地步。

《道德經》 六十二章

【為無為。事無事。味無味。大小多少。報怨以德。圖難於其易。為大於其細。天下之難事。必作於易。天下之大事。必作於細。是以聖人終不為大。故能成其大。夫輕諾必寡信。多易必多難。是以聖人猶難之。故終無難。】

此章言大、小、多、少，教人解決或處理事情由小開始則難可變易。純外講。

外講：

【為無為。事無事。味無味。】

為無為：可分世俗人與明真理的人作比較。世人作事皆有為、弄智巧、顯露才能。明道的人觀察入微，先機而動，不與人爭取有為，不露形迹，亦不見其作為，固曰「為無為」。

事無事：世人是有所事而從事，重功業名利，事必着相。明道者作事從道體而發

心，在似無事之中見其所事之功，故說「事無事」。

味無味：世人都是因為有趣味而從事，這趣味更都是根由自己之大篇理想而產生，若與自己之理想不合趣味不投，則雖好事亦不願意從事。明道人不因趣味而生好惡、率性真出、味其無味，故說「味無味」。



賢者作事不存私心、不強爭、取中庸，合乎義理之性。

【大小多少。】

老子這四個字說明賢人與世俗人在大與小、多與少的不同看法：

世俗人：在分別對待中總是斤斤計較，如眾人是以大為大、以小為小。事多為多、以少為少。

明道的人：因本道體之心，固無計較心。在分別對待中以小為大、少為多。因此對大小、多少等之分別就作等量齊觀了。

【報怨①以德。圖難於其易。為大於其細。】

世人是德怨分明，故以怨報怨、以德報德、甚或以怨報德的也有。怨者、恨也，世上事最大而難解者、怨也。然怨之開始，偶因一言之失、一事之差、遂結合構成怨恨。倘積怨深憤，可招致殺身滅名，敗家亡國之禍，甚至父子子孫、累世相報而未停止者。老君教世人學習聖賢、以小為大、以少為多及肯吃虧的道體去解決怨恨。

這個方法就是：怨之初結，事甚小，既結

也、當以怨事為無與於自己，故無固執而不化之心，亦無有我以與物為匹敵，時間過去，怨事或可消之。他人或對方，察看我這個人並不記恨，胸襟開闊，早已忘記或原諒了對方，因此亦不會再去想報復。能如此者，對方必以我為德，是所謂「報怨以德」。但非是曲意將德以報怨，皆因天下之事至難者，有至易存焉（即難解決的事情中有容易處理的方法存在其中）。而至大者，有至細存焉。（即大困難事中，存在精細的入手解決竅門）。最重要者是世人能否洞識難易、大細的玄竅。

老君用解怨恨作比喻，明道者，於怨恨未深

時，即是結怨初起時，事其小，不去計較及原諒對方，則對方被明道者之「德」感化，雙方怨恨自消於無形。即老君謂「圖難於其易，為大於其細」。



俗人以大小、多少計較利益輕重。聖人則等量齊觀，氣度寬宏。



【報怨以德】

老子教人解決消除彼此怨恨，要從怨之初結着手，要有肯吃虧受辱的寬心，用「德」來感化對方。怨對便可消除。即凡事解決問題，要從初萌芽去落手。亦即老君曰：「圖難於易、為大於細」。「難事作於易、大事作於細」。這樣才能「成其大」。

① 怨：恨也。

【天下之難事。必作於易。天下之大事。必作於細。】

由報怨以德的化解事例來引證，天下的難事，必是從容易的時候作起的，天下的大事，必是從細小的事情作起的。

【是以聖人終不為大。故能成其大。】

聖人是不肯捨小而為大，捨易而圖難，不會妄想不切實的大目標，所以才終能成就其大事。

【夫輕諾必寡信。多易必多難。】

老君言及至此，抑恐世人把「易」字當作容易，輕易字看，故誠世人不可將事作容易看。如人誇大口以言語輕諾於人，待事至時就不能踐其言，最終必食言而寡信。故凡見事之容易而輕為者，必有始而無終。是故「易」字，非容易也。故曰「多易必多難」。

【是以聖人猶難之。故終無難。】

明道的人，對事寧把容易的看為艱難的，這是難於其易，不難於其難。如此，雖說聖人是以「易」為「難」的，其實是無難。

本章旨：

明道的人以「為無為，事無事，味無味」來「守道」。以「大小多少」作等量齊觀不與別人計較，治天下難事從微細入手，以易作難，則處事無難矣！

上文教人大處着眼，小處落手，即是從大的目標去觀察，從小的地方去動手，比喻既要從全局和長遠的觀點出發去考慮問題，也要在具體事情上一件件地做好。故「圖難於其易，為大於其細」文字句，實是作人創業之要諦。



【輕諾必寡信】 【多易必多難】

- 作事要深思熟慮，不可輕易許諾，否則定失信於人。
- 聖人作事，把容易的看作困難，謹慎而為，那便易於處理。故曰「聖人猶難之。故終無難」。

《道德經》 六十四章

【其安易持。其未兆易謀。其脆易破。其微易散。為之於未
有。治之於未亂。合抱之木。生於毫末。九層之臺。起於累
土。千里之行。始於足下。為者敗之。執者失之。是以聖人
無為故無敗。無執故無失。民之從事。常於幾成而敗之。慎
終如始。則無敗事。是以聖人欲不欲。不貴難得之貨。學不
學。復眾人之所過。以輔萬物之自然。而不敢為。】

此章是承上章（六十三章）未完意而發，上章言「為無為」，是守道行事。本章末句言「而不敢為」，都是教人依循於道。純外講。

外講：

【其安易持。其未兆^①易謀。其脆易破。其微易散。】
其安易持：當世道安平的時候，是容易持守的。

其未兆易謀：當事情還未見兆端的時候，是容易圖謀的。

其脆易破：脆弱的東西，容易破碎。

其微易散：微小的東西，容易消散。

【為之於未有。治之於未亂。】
為之於未有：凡是成功的事情，多是於事
態尚未發展之前已着手了。

治之於未亂：凡是有治效之社會，社會未
作動亂之前已落功夫安撫預防了。

以上六句，是反覆說明上章第六十三章
「圖難於其易」的意思。

【合抱之木。生於毫末^②。九層之臺。起於
累土。千里之行。始於足下。】

老子對上章，又舉出幾個例子為說明：
合抱之木、生於毫末；合抱之大木幹，它



【治之於未亂】



- 世道安平、穩定，是容易維持的。
- 事情並沒有顯著變化時，要改變它較容易。同樣地，脆弱的東西，容易打碎。細小的東西，容易消融。

- ① 兆：事情發生前的徵候或跡象。
- ② 毫末：是毫毛的尖端、最細小了。

是從幼小的樹苗生長出來的。
九層之臺、起於累土；九層高的高臺，也並非突然而成，乃是高從下築起。
千里之行、始於足下；千里的遠行，是一步一步開始的。
以上六句是再申說明上章「為大於其細」的意思。



【合抱之木。生於毫末。】



【九層之臺。起於累土。】



【千里之行。始於足下。】

是故事物發展，必由小至大，按步而行，慎始慎終，不可自以為是，盲目去幹，否則必敗。故曰「敗之、失之」，「無執無失」，「慎終如始、則無敗事」。

【為者敗之。執者失之。】

為者敗之：以上的道理，可見凡事物都是由無自然發展到有，一切都由小至大。假若不順物性，不循事理，違反這自然次序而強任私意顛倒時，則沒有不失敗的。

執者失之：以為自己了不起，凡事就執住不放，不納眾意，像這樣的人是沒有不失望的。

【是以聖人無為故無敗。無執故無失。民之從事。常於幾成而敗之。慎終如始。則無敗事。】

是以聖人無為故無敗：明道的人凡事都是無為而為，不存私心妄念，所以到任何時都不會失敗。

無執故無失：賢士不會執著不放，接納不同意見作參考，力求盡善完美，不失道德，所以到任何時都不會失望。

民之從事、常於幾成而敗之：世人作事，往往到將近成功的時候，反而失敗了，這是因為什麼呢？

慎終如始、則無敗事：就是因為世人作事不能「慎終如始」。假若對於一種事情，自開始就是循正道而行，直到最後，仍是不敢怠忽，愈近成功，愈益謹慎，這是不會失敗的。

【是以聖人欲不欲。不貴難得之貨。學不學。復眾人之所過。】

是以聖人欲不欲：聖人不同世人之存心和行事，眾人所喜欲的名利權勢，執着不放。聖人卻功成名遂而後身退，無所為無所執，故曰「欲不欲」。

不貴難得之貨：名利權勢在世人眼中如同難得之貨一般，看得異常貴重。可是一

個有道的人，他是不貴重這些的。

學不學：世人所學習的都是追名逐利之知識，可是聖人卻看透了這一點，所以就從這眾人所學之陳容中解脫出來，不學眾人之所學（姦巧權詐等之學）。

復眾人之所過：明道的人不學眾人之所學，不持聰明而狀似愚人，但他卻能將眾人所「超過者、濫用者」恢復過來（過者如嗜欲過甚，濫者如濫用智權圖私利，濫砍殺動植物，和傷害別人等歪邪行徑），引導世人，改正過來。故曰「復眾人之所過」。

【以輔萬物之自然。而不敢為。】

聖人、賢人於天地間行道、默化世人，在萬物之自然狀態上，有其輔助之力量。明道的人是不會自作聰明的逆天道而改變自然，一切倫常道德的事，聖人絕不敢改變其自然恆常的天律道理。



聖人教人：

- 不執不著。「欲不欲」
- 不重視稀奇貴重的貨物。「不貴難得之貨」
- 不學亂人心扉的東西。「學不學」
- 引導世人，糾正邪行，改過自新。「復眾人所過」
- 回復天道自然，觀天之道、執天之行。「輔萬物之自然」

本章旨：

聖賢是輔助天地萬物之自然生態，與「無為而為」之道相輔而成，一切事理都是由小至大，作事不會中途而廢，始勤終怠。文中字句「復眾人之所過」之一個「過」字、觀今天社會人生百態，是極為恰當，因人心之荒潰和世風之澆薄，其病源皆發於這一「過」字上。如過其本、則為末，過其實、則為華，世之所學，皆趨於物質文明、侈慾、享受、浪費方面，對生態環境造成嚴重破壞，實際是完全過格，因此才都成為物質之奴役了。世人實際是犯了「過」字。今老子言復眾人之所過者，正是棄眾人所過之學而復本來樸實之意。

《道德經》 六十五章

【古之善為道者。非以明民。將以愚之。民之難治。以其智多。故以智治國。國之賊。不以智治國。國之福。此兩者。亦楷式。常知楷式。是謂玄德。玄德深矣遠矣。與物反矣。乃至大順。】

此章強調為政、治身在於真誠樸實，否則人民趨向狡猾偽詐，國無寧日。純外講。

外講：

【古之善為道者。非以明①民。將以愚②之。】

上古善於行道治身治國的人，不用巧智奸妄、玩弄機巧、爾虞我詐的手法，而是善於法「道德」的純樸之性，真誠治身理民。故曰「明民」是巧



【善為道者。非以明民】
【民之難治。以其智多】

- 善治人者，以「道」的純樸化民。
- 百姓難治，皆由於他們有太多的心機。

詐，「愚之」是道德行為。

【民之難治。以其智③多。】

人民之所以難治，就是因為巧智太多變成奸狡虛偽之緣故。

【故以智治國。國之賊。不以智治國。國之福。】

故以智治國，國之賊：承上言，治國理民的人倘用智謀巧術，以自私己利作前提，以名利物欲之享受來權謀社會，像這種所謂「智」來理事治民，那麼人與人之間就相交以偽，上下以詭相欺，像這樣的國家社會那能不亂呢？故曰「國之賊」。

不以智治國，國之福：相反不以奸智來治國理民，以真誠無妄的道德來與民相交，社會便平靜和諧，那便是老子理想中的「無為而治」，那就是「國之福」了。無為而治，百姓「道德行



【智治國、國之賊】

- ① 明：機智巧詐。
- ② 愚：渾厚淳樸、真誠自然。
- ③ 智：此指人性後天被物欲蒙蔽而出現的自作聰明、智謀巧術，而非與生俱來的良知、睿知。

- 用心機巧詐治國，必引起爭鬥。
- 相反，用真誠無妄的道德來與官民交，百姓愚朴和平共處。故曰「不以智治國、國之福」。
- 上述兩種治國方法，是國家興衰的模式。故曰「此兩者，亦楷式」。
- 取大德、玄德來治國，百姓回復先天真智慧和聰明，處事接物有異於貪婪無盡的俗士。故曰「知楷式，是謂玄德，玄德與物反，乃至大順」。

為」，發自本心。

【此兩者，亦楷式④】

兩者指：

(一) 以偽善巧智來治國：凡用巧智愈多，愈難收拾，遲早必大亂，甚至出現朝代興替，這便是治與亂、興與衰之歷史興亡楷式。我們可追溯歷代興亡史便知其道理了。

(二) 以道德真智來治國：以「道」治國，拋開妄智，百官上下以真誠相交，善用了無為而治之作用，故這就成了治亂安民之法則楷式了。

【常知楷式。是謂玄德。】

治亂之楷式既明，知道了妄智之不可持，那麼不再以「奸智」來治國治人。能知治身及治國之法式，是謂與天同心同德，是曰「玄德」。

【玄德深矣遠矣。與物反矣。乃至大順。】

玄德之人，深不可測，遠不可極。玄德之人，是以道德來教化導人，即施惠於人。而世人以物欲益己，以智勝人，貪求無厭，玄德是與俗物反異不同，故曰「與物反矣」。躬行玄德者，是依「天道行而萬物順，聖德修而萬民化」之原理來處事接物，故曰「乃至大順」。

本章表面上看來好像是老子之愚民政策，尤其是在現今科技猛進之時代，人們向

求知啟智上發展，咸認為這才是富民強國之道。其實老子所謂愚民之正解，是明白後世之人，必被後天的「知」與「欲」作聰明和妄生欲念蒙蔽，而先天的真智慧便失掉作用。故老君教人「將以愚之」，實為教人真明、真知、除去後天的假知妄欲、回復先天的聰明睿智。

老君心目中的愚者，是若昏悶悶的人，雖若愚若拙的不及於人，可是卻能含德不失道德，故這愚者實乃真明的人。

本章旨：

老子提倡以無私的真智來作治國的模式，納民於淳樸篤實之治風中，不過在上下交征利，與人心極度澆薄之趨勢中，欲挽頹風而成優美和諧之社會，這當然亦非易事，理想未必能見於事實。但老子這位大聖人，並不因不能實現而不提倡，如現今社會、道德淪亡、世道日非、乃仍見有道者及宗教人士，起來高呼重整道德，匡扶世道，其理想目標，不若與老君相契合乎？



④ 楷式：法式。

《道德經》 六十六章

【江海所以能為百谷王者。以其善下之。故能為百谷王。是以聖人欲上人。必以言下之。欲先人。必以身後之。是以聖人處上而民不重。處前而民不害。是以天下樂推而不厭。以其不爭。故天下莫能與之爭。】

此章借江海之喻，教人要謙卑。純外講。

外講：

【江海所以能為百谷①王者。以其善下之。故能為百谷王。】

江海所以能成百川歸往之王者，是因江海能善於處於下位，故才能成為百川之王。「王」是天下歸往之稱呼。

【是以聖人欲上人。必以言下之。欲先人。必以身後之。】

因此明君要想統治人民，必須用謙虛真誠言辭及實踐來對人民。要想領帶人民，必須把己身的利益放在人民的後面。

【是以聖人處上而民不重②。處前而民不害。是以天下樂推而不厭。】

民不重：領導人雖高在萬人之上，以其不用權威凌下，所以人民就沒有吃重受壓之感覺。倘人民畏威而不敢犯，遵令而不敢言，這是民之重，倘民心未穩，在有為之治下，這是免不掉的。

民不害：明君善於居後，其名雖站在萬人之先，以其不作勢力來驅策，所以人民就沒有遭受迫害之感受。

樂推而不厭：賢君統治、百姓安居、天下人就聞風而至，衷心樂意的推戴他，不厭棄他。

【以其不爭。故天下莫能與之爭。】

聖賢治世以「後其身而身先、外其身而身存」為依歸，善於處下居後的保有不爭之德時，那麼天下人也就不與他相爭什麼了，天下人既不與其爭，那麼這聖人之德業便永久長存了。

① 百谷：即百川，蓋川流皆由山谷流出故也。

② 重：此指受壓力負重之意。也就是無形的壓力。



百姓擁護謙恭、不與人爭逞的君王、賢士，那麼天下沒有誰能與這位賢士爭雄了。



- 聖人或統治者、雖居於上位（上流），必須親民與民共處患難安逸。故曰「以其善下之，故能為百谷王」。
- 君王要禮賢下士，把己益放在百姓後面。故曰「欲上人。必以言下之。欲先人。必以身後之」。
- 能如此，雖然君王在百姓之上，但百姓不覺吃重受壓、受傷害。故曰「處上民不重，處前民不害」。
- 百姓推舉擁戴賢君或統領者。故曰「天下樂推而不厭」。

本章旨：

偉人道愈高，其德愈廣，愈要謙卑自處，能如此者才能像百川匯集於江海一樣，天下自然樂於歸順。

《道德經》六十七章

【天下皆謂我道大。似不肖。夫惟大。故似不肖。若肖。久矣其細也夫。我有三寶。持而保之。一曰慈。二曰儉。三曰不敢為天下先。夫慈故能勇。儉故能廣。不敢為天下先。故能成器長。今捨慈且勇。捨儉且廣。捨後且先。死矣。夫慈以戰則勝。以守則固。天將救之。以慈衛之。】

此章言慈、儉，不為天下先，教世人邁向大道。純外講。

外講：

【天下皆謂我道大。似不肖^❶。夫惟大。故似不肖。若肖。久矣其細也夫。】

老子重申言「道體」無大小之分，「道」的形述，參本書刊導讀八〈呂祖外修篇〉總論〈論道〉內文：

大道之行也，沛乎天地之間，「道」無形而運行日月，「道」無體存

於衆生之中，「道」無量可載萬物，「道」無窮可燮陰陽。道之微妙，既不見、亦不聞、更無色、亦無觸、五蘊不沾，七情不染，又如雷電風馳、瞬息失其所在，若有若無，似實亦虛。

依呂祖所示，「道」之為物，大略分為：

(一) 無為之道：道炁判分陰陽、化生萬物。陰陽二炁互調互燮，使天地升降有序，四季互更替。日（陽）月（陰）往來，晝夜循環。人能修煉精氣神（參修真圖一、二、三號穴）「三品」，可從後天返回先天無為大道。

(二) 有為之道：即倫常：父子、君臣、夫婦、兄弟、朋友。及八德：孝悌忠信禮義廉恥。人能恭行倫常八德，即盡人道之本，亦是道家重要修行功課，謂曰「外修」。而內煉則屬「內修無為之道」，行逆修法，效天地升降、日月往來、陰陽調燮之道，奉道者、躬行「內外雙修」，則近道矣。



【天下皆謂我道大】

- ❶「道」不能以言語來形容其大或小。人能修道返回先天無為大道，則曰「得道」。故曰「道不肖大、細」。
- ❷「德」行持為後天有為之道。大小德行、由人自修。

❶ 肖：類似、相似。

「道」可有亦可無：人能持道修行，能修實踐者堪稱「道德之士」，倘不修則無。「道」可生不可滅：道化生萬物，含倫常八德永恆不變之真理存焉，故可生不可滅。按呂祖所示，「道體」是無形無狀，無象之象，不見、不聞、無色、無觸、無大小，惟其體用於萬物，則巨細無遺。奉道者可選擇外修（修善立德）、內修（靜坐煉丹），故「道」之體用，放之則彌六合（東南西北上下），卷之則退藏於密。老君申言「道」不可以言大，亦不可以言小，全端視乎「道」，其體用應於人而見大小者。故曰「道大、似不肖」：因「道」不能用「大」來形容它。不肖、不類似。故曰「若肖、久矣其細也夫」：「道」也不能用「小」來形容，若可以的話，早就是細小不足道的東西了。

【我有三寶。持而保之。一曰慈。二曰儉。三曰不敢為天下先。】

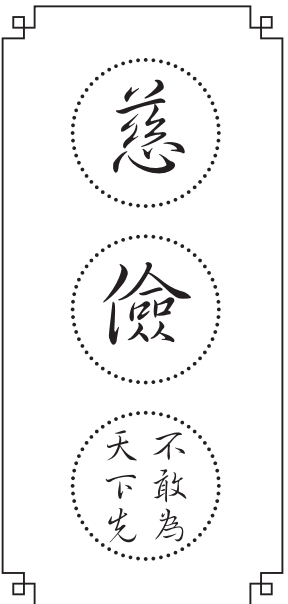
老子說我有三種珍寶，是我一生持守不失的東西。

第一種叫做「仁慈」：因非「慈」是無以度世，慈之施佈範圍極廣，可說是無限大，這是沒有界限的。

第二種是「儉約」：因非「儉約」無以律己，儉是將自性所本無的東西，盡量削減，如用度要適可，財貨要知足。儉字意，又不能單以用度儉省而說（不單指物質、財貨、享樂等）。其他如氣稟之發洩於性情之流露等，均當以恰符中節為目標，不可過於偏與驕。

第三種是不敢妄作天下先之事情：因一旦有意的為天下先，就要惹起有為的爭

端，這就是成為佈道行德上之障礙了。老子教人不有意的爭為人先，不執着於爭居人上，這樣所得來之成就不但是極其廣大，而且更是長保不敗之唯一善法。



• 聖賢、君子，持有三種寶物：

(一) 慈：守慈為仁愛，故能勇。「勇」

(二) 儉：守儉無貪妄心，故能廣大充足、寬容。「廣」

(三) 不敢為天下先：甘居人後，受人擁戴，故能成萬物之首。「器長」

相反，

今世之人不依老子三寶，結果是失敗的：

(一) 捨慈：變成好勇鬥狠。

(二) 捨儉：虛誇無實。

(三) 捨後且先：強爭銳進，終必敗。

【夫慈故能勇。儉故能廣。不敢為天下先。故能成器長。】

慈能勇：慈是人的本性，即「人之初，性本善」。由慈之啟導下，可引伸成為同情、惻隱、仁民、愛物，這些都是善利世人與物的「慈」。聖人之慈是普及天下的，不計得失的全力以赴，如耶穌之被釘十字架，是為大道而建立大犧牲之勇氣，所以成為曠代之聖者。

儉能廣：老子之「儉」字，並不單指財貨或自身之儉約，一切外放之意念，統是耗用精神之東西，故老子乃說凡能奮其精神，儉其妄聞（無益的語言、見聞），不妄用心神和染住物欲時，則本然之真知真明自能廣大充足，此之謂「儉故能廣」。

不敢為天下先、成器長：真心誠意的處事理物，自心卻能全無私貪的甘居於人

後，但盡義務不重權利，這樣人民就無不樂意擁護他。所以雖在不爭中亦很容易成為萬物之長者了。「器長」是諸器之長，換言之，即是萬物之主腦。

【今捨②慈且勇。捨儉且廣。捨後且先。死矣③。】

依三寶行事，是獲致真正勇敢、廣大、器長之正路，如「不」依此正路，可換來不利之結果：

捨慈且勇：無慈之勇是強梁之勇（即強暴之勇），如發展成好勇鬥狠，殘忍成性時，則死將至矣。

捨儉且廣：捨儉之廣是虛誇無實，易變成搜刮而成之廣，至一心外務淘盡精華時，則亡將隨之。

捨後且先：應後不後而一意銳進，自伐自矜而有己無人，和強爭而來之榮位權勢等，都不會有好結果，其敗亦必速了。

【夫慈以戰則勝。以守則固。天將救之。以慈衛之。】

這是一段結語，在三寶中特別引證「慈」之功效。老子說「慈」是「道」的大用。「慈」之一字勝處有三：

（一）抱慈以戰者、戰無不勝：戰爭是殺機，抗敵保家國，不得已而用兵。善守慈道的人，雖不幸遇到戰爭，有道者還是在慈道之原則下應戰，更不濫殺無辜，敵人雖然強悍，在兇殘和仁慈之比較下，人民就會為保衛仁慈的一方而戰，最後當然是仁慈的一方勝利了。

（二）以守則固：以慈道來守衛國土時，其民所守的城池國家是不會輕易被敵人攻破的。

（三）天將救之，以慈衛之：持道者，在上位者既愛惜民命，民反樂為之助，民助即是天助。其實天助者仍是自助，因為天道並非對其有所偏愛，乃是自己先以慈道行世之故，所謂天助者即是所言所行能與天道合一，用兵時，還是以慈為主，所以這「慈」就衛護着你了。

本章旨：

道體無分大小，其體用於萬物，則是「巨細無遺」。「三寶」中、又以「慈」為主，慈道亦無分大慈小慈，慈道的範圍甚廣，可用於事、於人、於物、甚至在兵事上，可用慈戰來打敗強悍殘暴的敵人。



【慈以戰則勝】

將軍有寬容仁慈的心，愛民惜命，不濫殺，蒼天必佑。故慈戰必勝，守土必固，天佑其成。故曰「慈以戰則勝」。「以守則固」。「天將救之、以慈衛之」。

② 捨：放棄。

③ 死矣：此死字、非生死之「死」，言其無生意，是死法，非活法。

《道德經》 六十八章

【善為士者不武。善戰者不怒。善勝敵者不與。善用人者為之下。是謂不爭之德。是謂用人之力。是謂配天。古之極也。】

此章以用兵不爭來說教。純外講。

外講：

【善為士①者不武②。善戰者不怒。善勝敵者不與③。善用人者為之下。】

善為士者不武：善為統帥的人，不會耀武揚威，不崇尚武力。

善戰者不怒：善於指揮軍隊的人，不在於莽怒，因氣怒心火生，即起誅殺，濫殺之心，大傷天地之和，固善兵者不取。

善勝敵者不與：勝敵而不必與之爭，以不爭之德來降服敵人，不與敵戰而敵自服。善用人者為之下：善用人者，以眾人之才為才，不自矜其智，善用眾人之智以為

智。推誠布公，集思廣益，所謂卑以下人者此也。

【是謂不爭之德。是謂用人之力。是謂配天。古之極也。】

不爭之德：用兵相爭時，保持不武、不怒、不與之態度，是謂「不爭之德」。

用人之力：統帥或領袖善能為之下，不驕不泰，上下一心，所以羣眾也願意為他效力，一人之力有限，合眾人之力就無事不克了，此之謂「用人之力」。

配天之極：統領者能保有「不爭之德」和「為之下」時，這就和天地之道配合，故曰「配天。古之極也」。



善於當統帥的人，有以下條件：

- (一) 不耀武力。「不武」
- (二) 不莽怒誅殺。「不怒」
- (三) 不爭、以德服人。「不與」
- (四) 謙下納言。「為下」

不爭

【不爭之德】

善統者、具不爭之德：

- 萬眾歸心效力。「用人之力」
- 與天地之善道相合。「配天之極」

- ① 士：士師、即今之將師。
- ② 不武：不逞勇武，不崇尚武力。
- ③ 不與：即不與爭。

本章旨：

興兵動眾之事是違反老子之道，故老子屢次戒之曰「夫佳兵者。不祥之器」。以「以道佐人主者。不以兵強天下。」等，非至不得已時，是不輕易而用兵。倘迫於無奈非用兵不可時，也當盡量站在合於「道」之一方面。本章「不武、不怒、不與」和「為之下」，是借兵來說教，並非教人注向兵法。老子之心意，乃主張無為與尚柔之理，將不武、不怒、不與三者納於不爭之德上。管理者，將「為之下」挪用於用人之力上，則人生的行為和處事方法，不論是什麼事情都可以達於上乘的。

《道德經》六十九章

【用兵有言。吾不敢為主而為客。不敢進寸而退尺。是謂行無行。攘無臂。仍無敵。執無兵。禍莫大於輕敵。輕敵幾喪吾寶。故抗兵相加。哀者勝矣。】

此章再借用兵以說明「慈德」之無敵及「輕敵」的為禍。純外講。

外講：

【用兵有言。吾不敢為主而為客。不敢進寸而退尺。】

老子引古之兵事家言，打仗的態度有二種：

- (一) 主動用兵去攻伐對方，是逞強而主勞，是進寸爭強。
- (二) 以逸待勞、有備而戰、以靜制動。如敵方壓迫太甚時，不妨暫退一步，待時機成熟而反攻之。因進攻者躁急而退守者冷靜，故真明用兵之道者，是不願爭強去攻人，無意去爭強殺人，寧處被動地位，養精蓄銳以守之，是謂「不

敢為主而為客，不敢進寸而退尺」。

【是謂行無行。攘無臂^①。仍無敵。執無兵。】

行無行：善於用兵者，不顯威武之形迹，不露行軍之行列，無所行動一樣，此之謂「行無行」。其實這並非真的無行動，乃是不願以表面行動來驕人，始合靜制動之意。

攘無臂：攘是出手有所取，如人之以手取物而力在臂，若臂無力則雖有手亦不能取了，今在此章作「出手作戰解」。若出手有力，則死傷即多，善用兵者，既抱退尺不進寸之思想，那麼在不得不攘臂出手以應戰時，其內心並非有心的去爭強，乃被勢迫不得不攘，故這種攘就好像無臂一樣，是以柔制剛之意。

仍無敵：兩軍相戰，不得不戰，但這並非有心的以敵為敵，雖在戰爭的事態中，並無以兵強天下的心，不得已而應戰，心中無敵（無存殺敵之殘殺心），此之謂「仍無敵」此合以慈衛之意。

執無兵：明白用兵之道的人，因他並非以殺人為樂事，亦深明佳兵不祥之理，所以雖執兵器亦似無執一樣，非有心的以兇器去殺人，此之謂「執無兵」，是含德不失之意。



用兵名言：

- 以逸待勞，無意強殺人，取守勢、不輕易前進一寸，卻願退守一尺。故曰「不敢為主而為客、不敢進寸而退尺」。
- 不顯威武行迹，曰「行無行」。以柔制剛以減少死傷，曰「攘無臂」。不得已才應戰，曰「仍無敵」。非有心用兇器去殺人，故曰「執無兵」。

相反：

- 輕敵強攻，死傷必眾，故曰「禍莫大於輕敵」。
- 莽勇興殺，死傷枕藉，是失慈道。喪掉前章老君所言三寶，故曰「輕敵喪吾寶」。
- 是故凶戰是違反慈道、天道。樂於殺人，上天不會佑護，終必失敗。只有具備仁心，哀痛戰爭的統帥才是真正的慈勝者。故曰「抗兵相加、哀者勝矣」。

【禍莫大於輕敵。輕敵幾喪吾寶。】

禍於輕敵：兵事上最大的禍患就是把敵人看輕了，輕敵必敗。輕敵為敵所乘，主動操於敵方，這時必自亂方寸，在掙扎圖存之危勢下，死傷必眾多。

輕敵喪吾寶：由於輕敵而導致多殺，多殺則傷慈。這就是初輕敵而未備，導致傷亡慘重，有失慈道，故老君說「輕敵」幾乎喪掉「三寶」之慈，即第六十七章所言「慈、儉、不敢為天下先」之三寶。

① 攘臂：捋衣出臂，表示振奮。

【故抗兵相加。哀者勝矣。】

抗兵相加：兩敵相當，不相上下，難於決勝。

哀者勝矣：凶戰違反慈道，於不得已時只可以抵抗之兵來作阻應，但這時之內心仍是懷抱悲哀之心情，視戰爭為不幸事，為保家衛國而奮戰，也就是以仁伐不仁，以道伐不道之戰，結果是沒有不戰利的。

本章旨：

老子再次借兵言道，以證以逸待勞，以退為進之理，自己縱有充實的力量，也不可輕敵好戰。在自身上來說，雖有道德學問或財富權勢，也當斂華務實，不可炫耀於人，處世要抱樸自守，不可任性的濫發意氣，逞其好勝之心以炫耀才智。本章老子所言之「輕敵」，此理若用於人生的行為上，就是慎獨嚴謹，此「敵」可指動心之欲和伐性之色欲，我們要視它為敵人，時刻提防。世上許多沉淪欲海，醉生夢死的人，當初就是過於輕敵，沉迷三毒（貪嗔癡）四關（酒色財氣）之途，不覺墮入迷惘而不知，最終泥足深陷、不能自拔，人生之珍寶（原性）就這樣被自己的敵人吞化了，即老子此章文句「輕敵喪吾寶」之真意，如是人生，豈不惜哉！

《道德經》七十章

【吾言甚易知。甚易行。天下莫能知。莫能行。言有宗。事有君。夫唯無知。是以不我知。知我者希。則我者貴。是以聖人被褐懷玉。】

此章是老子見天下人心已失，偏於見聞，蔽於人欲，舉世滔滔很「難」接受老子之「道」，這才有感而發。此章是「悲世章」。純外講。

外講：

【吾言甚易知。甚易行。天下莫能知。莫能行。】

吾言甚易知，甚易行：老子說：我所言的一切道理，都是至簡至易非常容易明白的，是很容易實行的。

天下莫能知，莫能行：可惜天下人為世俗所染、物欲所蔽，爭強鬥勝不肯謙退一步，所以就輕視了我所說的道理，應知而不能知，應行而不能行之結果。

【言有宗。事有君。】

我（老子）所說的是以「道體」為宗，我（老子）所事的是以「德用」為君，「宗」、「君」皆主也。這些都是萬世不易的道理，人之莫能知和莫能行者，非我之無德，世人心與我反也。或是我德之暗，不見於外，窮微極妙，故世人無知也？

【夫唯無知。是以不我知。知我者希。則我者貴。】

夫唯無知，是以不我知：因為世人太無知了，所以就不會了解我。

知我者希，則我貴矣：殊不知了解我的越少，則我所說的「道」（指道與德）就愈是彌足寶貴，這並不是我曲高和寡而自矜其高，實在是世人不但無知反而自欺。

【是以聖人被褐懷玉。】

被褐懷玉：穿粗布衣而懷美玉。比喻人在美德，深藏不露。亦喻貧寒而懷有真才實學的人。

承上言，世人既迷於妄知妄見，各執成見，自以為是，不肯接納我（老子）所說的道理，那麼我就無甚辦法了，只好效法古人之「被褐懷玉」，老子言下是無限感慨的！

又

被褐懷玉：可比喻丹功深造的修真者。參《參同契》第七章內文：

故鉛外黑，內懷金華，被褐懷玉，外為狂夫。

任法融大師註：真鉛的外表是黑色的，內藏著金華，相似外表披著破舊衣服而內懷著道德的君子，猶如至德聖人，隱晦藏形，外表好像無知的野人。



〔悲世章〕

老君說道至此，見人心已失，有感而泣：

- 老君所言道理，是易知易行。故曰「吾言甚易知、甚易行」。
- 惜世人為物欲蒙蔽天性，應知而不知，應行而不行。故曰「天下莫能知、莫能行」。
- 老君所言以道體為「宗」，以德用為「君」。世人不知宗君。故曰「言有宗、事有君」。
- 由於世人不知「道德」的尊貴，曲高和寡，知音稀少，那更顯道君所言的珍貴。故曰「無知、是以不我知，知我者希，則我者貴。」
- 老君見「道」不行於時，演「道德五千真言」授予關令尹喜後，無可奈何地西出〔函谷關〕而去，不知聖蹤！故曰「是以聖人被褐懷玉」！

① 希：稀疏、少。

本章旨：

老子「道德五千真言」言言見道，句句證理，所言本人生之所固有，所行亦人類之所當行，本屬易知易行毫無奇異之處，可是世人之不知不行者，實是打不開世俗之迷圈，捨近求遠故也。孔子之「道不行，乘桴浮於海」^②與老子一樣，只好自守其身。

老子說「道」至此，恐怕就是轉向退隱之說明，由此章至以下凡十一章，殆多針對社會人心之時疾而作，間中雖仍對道德之微理有所闡述，但已呈收攏不欲多言之現象了，因之本章乃名之曰「悲世章」！

老君救世之聖心，不會因世人無知而弗（不）說。

參《呂祖全書》卷十七〈明理釋疑章第十一〉內文：

釋迦如來說法。多至三藏。教不一乘。宗亦各別。奚必人盡能行。太上曰：「吾言甚易知。甚易行。天下莫能知。莫能行」。蓋說法在我。從違^③在人。寧得因人信慢^④之不一。易^⑤吾救濟之慈心乎？

按呂祖文意，仙佛聖人說法演經，不會因世人無知、懷疑、不相信而放棄的。

② 桴浮：以竹木編成的舟，大曰筏，小曰桴。

③ 違：違背。

④ 信慢：信、相信、信從。慢、怠慢、傲慢、輕忽。信慢不一，即有相信（信受奉行），亦有不相信（甚或毀謗）。

⑤ 易：改變。

《道德經》 七十一章

【知不知上。不知知病。夫惟病病。是以不病。聖人不病。以其病病。是以不病。】

此章言人生疾病之源。純外講。

外講：

【知不知上。】

世人所不知，乃聖人之獨知。真知的人，並不以為自己完全知道，對真理的認識上似乎仍感不足，所以就不肯炫露其知，像這樣的人才是最高明的（上字作高明解）。

【不知知病。】

假若對於真理，並不認識，自己反以為是知道的人，就受了謬妄的病症了。故曰「不知、知病」。

以上兩句說話，乃老子引喻來表述世人不知生病之源皆來自自己身口福，享食及過度縱欲。以下兩句是教人防病之法：



世人只顧享樂，狂吃大飲，並不知此乃「病」之根源，還以為這樣是享受人生。聖人獨明這個縱欲的禍害。故曰「知不知上」。「不知知病」。



明道的人，教人清心素食，少思寡欲，這樣不但可防治疾病，更可以攝生延年。故曰「夫惟病病、是以不病」。

【夫惟病病。是以不病。】

「病病」二字合解為防治疾病於未然。

參《醫道還元》卷一〈脈理奧旨詳解〉內文：

呂祖曰：按察先徵者，乃無病之時。而脈實先兆其機。察之而見其先徵，則防之貴早。

防者、治也。當未發之時，宜早治之，使之發無可發。即《道德經》中「病病不病」之意也。

問：人為何會生病，如何可以防治？

答：參《呂祖全書》卷二十〈尊生妙經〉內文：

天尊曰：聖人慎疾。曾子守身^①。夫受之父母。不敢毀傷。雖孝之始。實欲全而歸之也。其生亦大矣。太上有言。病病不病。聖人攝生。以其病病。病者維何？為吾有身。五味^②舌爽。五色^③目昏。聲音觸法^④。熒亂神魂。是老病死。入於非人。病病維何？先其未形^⑤。獨頭節口。獨卧封情。獨處冥心。防意如城。精神守內。病安從生？所以然者。病由心病。心是我心。命是我命。真水不漏。真陽無烟。常溫氣海。真息綿綿。真息無息。

按呂祖師文意，世人不識攝生，終生為六塵所累，貪食縱欲，流逸於聲色香味觸法（六塵）招致疾病纏身，甚至病死。倘效聖人攝生，節口、寡欲、精神守內而不馳，靜坐真息綿綿，病安來侵襲吾身？固曰「夫惟病病。是以不病。」，是宜防病於未然也。

① 曾子守身：曾子、孔子弟子。孔子教曾子曰：身體髮膚，受之父母，不敢毀傷。言為人子女者，若孝順父母，宜愛惜身體，慎衣節食，減少病侵。

② 五味：指酸、咸、甘、苦、辛五種飲食味覺。

③ 五色：五種顏色，青、黃、赤、白、黑。即五行原色：東（青）、南（赤）、西（白）、北（黑）、中（黃）。

④ 聲音觸法：乃六塵之三塵，合色、香、味為六塵，六識或六根，均使人迷性。

⑤ 先其未形：即於疾病未形成或出現之時。

【聖人不病。以其病病。是以不病。】

承上言，明道修真攝生的人，口不貪豐味飲食，以靜除三害（目、耳、舌），少思寡欲，靜坐運功，調攝真元，諸般惡病，自離肉軀，更能借此肉身修真還元，故曰「聖人不病」，因聖人明道攝生修真，故能防患疾病於未然，故曰「以其病病，是以不病」。

關於本章主意文句「病病不病」，參劉雙卿仙姑⁶鸞示訓文作進一步詮釋：

人生於色⁷，而亦死於色也。精神既盡，百病叢生。太上曰「病病不病」。其所以病病之者，防其致病之源，是以無病也。無病而長其壽。以至不滅不生，非仙而何。



奉道者節口封情，精神內守、真息綿綿，不但可防患病侵，更可修真成道去。

本章旨：

世人不知疾病病源之根由，惟聖人、攝生明道的人明白愛身、惜生、節飲食、避六塵、修內體，故能防疾病於未然，更可借用肉身，修真成仙去。本章六塵，可與上篇第十二章同參。

⁶ 劉雙卿：元末明初時人，距今約六百餘年前，初為佛門子弟，後蒙呂祖度化，修真成仙道。呂祖師曾派任仙姑為廣州

「至寶台」鎮壇主任，時鸞生為五十年代「至寶台」創辦人兼著名鸞生何啟忠（別號：醉道人）。

⁷ 色：即六塵，色聲香味觸法六種傷人的識根。

《道德經》七十一章

【民不畏威。則大威至。無狎其所居。無厭其所生。夫惟不厭。是以不厭。是以聖人自知不自見。自愛不自貴。故去彼取此。】

此章言統治者須以德來服民。純外講。

外講：

【民不畏威。則大威至。】

統治者以虐政權威來壓制人民，人民在能忍受之限度內，可能畏其威而稱順，然一旦到了不能忍受時，便會出現更大的反抗威力，起來要推翻暴政了，這便是「物極必反」的道理。如秦始皇暴政統治下民不聊生，秦朝國祚公元前二二一



- 統治者德治國家，百姓擁戴，才是大威信。故曰「民不畏威、則大威至」。
- 賢君沒有逼害百姓，人民安居，樂而不厭。故曰「無狎其所居、無厭其所生」。

年至二〇六年前，前後十五年秦亡。統治者以德信服民，那才是威信到了最大的地步。故曰「大威至」。

【無狎其所居。無厭其所生。夫惟不厭。是以不厭。】

統治者不要逼迫得人民不得安居，不要斷絕人民的謀生道路，只有不苛稅壓榨人民，百姓安居溫飽，人民才不厭惡統治者。

【是以聖人自知不自見。自愛不自貴。】

因此，有道的人但求自知而不自我表現，但求自愛而不自顯其高貴，自抬其身價。

【故去彼取此。】

「彼」為自見、自貴，「此」為自知、自愛。「彼」不可有故宜去之，「此」不可無故宜取之，人能悟於此，則無大威之禍矣。

本章旨：

老子生於春秋亂局時代，他的政治觀，是反對暴政虐民，指出壓迫愈重，反抗越強，大的災亂就會發生。故勉統治者要以聖人為榜樣，有自知之明，自愛之道，不自見、不自貴，就能清靜無為，社會便長治久安。



聖賢不自以為是，常持自知之明和自珍自愛。如斯則無大威之禍矣。

《道德經》七十二章

【勇於敢則殺。勇於不敢則活。此兩者或利或害。天之所惡。孰知其故。是以聖人猶難之。天之道。不爭而善勝。不言而善應。不召而自來。縉然而善謀。天網恢恢。疏而不失。】

此章言天律、天網、報應。純外講。

外講：

【勇①於敢②則殺③。勇於不敢則活④。】

勇於敢則殺：凡人作事，不顧利害，不怕生死，浩然一起，慷慨赴義，臨難毋苟免者謂之曰「勇敢」，然「敢」或可立於必死之地。如「忠義之勇」最冠者，非三國時代之關雲長（公元一六二年至二二〇年）、宋朝之岳飛莫屬。而「果敢之勇」，如戰國末期之荊軻（距今約式仟式佰餘年前）刺殺秦始皇，失敗被殺，即「圖窮匕現」

的典故。又如聖人耶穌基督乃「善德之勇」，其博愛精神傳誦千古。

勇於不敢則活：若用志於不敢為，是足以保身全生。惟是這「勇」字，君子用之則善，小人用之則不善。孔子曰「無求生以害仁、有殺身以成仁」。倘為己生存而仁害，雖生亦死。相反，身滅而仁成，雖死亦生。

今舉例以佐說明之：

南宋時的岳飛，公元一一〇三至一一四二年，乃抗金名將，精忠報國的民族英雄。朱仙鎮戰役，大敗金兵，準備收復國土，一洗國恥時，慘遭奸相秦檜設計謀害，以十二道金牌召回京師，誣陷岳飛，以「莫須有」（即或許有）之罪名，殺死岳飛。岳飛之死，可說是「勇於敢，則殺」。即這個「勇字」，君子如岳飛用之則「善」。岳死時才三十九歲，是殺身成仁。死後追封為「鄂王」。

反看奸相秦檜、公元一〇九〇年至一一五五年，在相位竟達十九年，任相期間，殺岳飛、竄張浚、排趙鼎，凡主戰之臣，誅鋤殆盡，擅權陰毒，死時猶得贈中王，諡忠獻。罪惡滿盈之奸相，在世猶得活達六十五年。秦檜之勇於不敢，此一「敢」字，

① 勇：決定之志也。

② 敢：不計利害而決於為也。

③ 殺：死。

④ 活：生。

是小人用之則「不善」了。

【此兩者或利或害。】

此兩者，如作大善敢者岳飛，反遭誣害而死。而作極惡者如秦檜，則活存世上達六十五載，享功爵榮華，死後猶獲贈稱號。可是歷史判決是公正的，秦檜「生存」而仁害，雖生亦死。岳飛「身滅」而仁成，雖死亦生。故兩者或利或害，由歷史來判鑑。

【天之所惡。孰知其故。是以聖人猶難之。】

天道所以然之妙，而非世人所易知。善惡因果，循環之理，恩怨之事，亦非聖人所盡知曉，故曰「是以聖人猶難之」。

儒釋道三教經書《關聖帝君應驗桃園明聖經》內文云：「秦檜世為犬」。可見罪惡滿盈的奸相，在世榮華，死後世世為犬，遭後世人唾罵！



關聖帝君（忠義之勇）

關聖帝君「忠義仁勇」冠千古。乃「勇於敢」的大聖人。

- 「勇於敢」如關雲長、「大善敢」如岳飛。「不善敢」的奸相秦檜雖死時獲贈封，但歷史判決終是公平的。善惡因果、速報或來遲、成敗得失，非聖人或世上人所能盡知。故曰「利或害、天之所惡、孰知其故、聖人猶難之」。



岳飛（殺身成仁）

岳飛乃殺身成仁的名將，精忠報國而死。是「勇於敢則殺」的民族英雄。



秦檜（勇於不敢）

奸相秦檜、賣國求榮、殺害忠良，是求生害仁的民族敗類。是「勇於不敢則活」的不善敢。

【天之道。不爭而善勝。不言而善應。不召而自來。緝然而善謀。】

這是後一段，是以「天之道」來警惕世人：

老子提醒世人別小看了這「道」雖然是不爭、不言、不召、緝然的好似無物。但卻有善勝、善應、自來、善謀之絕對能力。天不爭、不言、不召，萬物皆隨四時，晝夜輪轉，順陰陽而生滅，各肖其形，這是「緝然而善謀」，是以妙機盡在無為中顯現也。

【天網恢恢。疏而不失。】

天道廣大，昭昭在上，無所不包，如網之四張，雖恢宏廣大，似乎疏闊，其實善惡感應，毫髮不遺，此所謂「疏而不失」也。

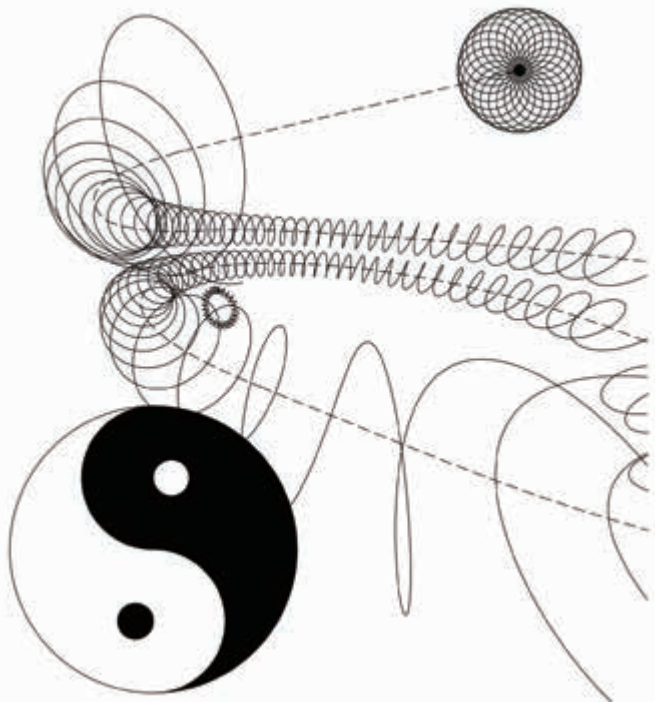
關於善惡因果之道，世人多未能明，有抱怨謂多作善而遭災殃，多作惡而得善終。世人未明「孽與障」之道。

今參本書刊導讀八《呂祖外修篇》第十二章「孽與障」內文，便識其中奧妙耳：
小惡而成大惡，積大惡而為「孽」。聚小惡而不悔，知惡而不改，即成為「障」。孽有先後天之孽，障則無先天而獨為後天之障。人在世間，難逃二者之侵，後天之孽，或可自明，惟屬先天者，則難於自覺也。「天道之道，至妙至微」，乃有宗祖之餘孽未除，而加於後人者。君不見世間多有純善之士，而每遭大孽臨其身，世人不察，每以為種善者得惡報，間有為惡而吉祥，行諸惡而發揚。不明者，又以為天道不常，倒施果報，每有因此而反道以行，豈知為善不祥者，承先祖之餘孽，應於現世，作惡未殃者，得宗祖之善根餘蔭而未盡耳。

編者按：世人欲明卻孽去障之法，詳參〈孽與障〉全文便悉。

本章旨：

老子以天命可畏、報應昭然，只差速報與來遲，奉勸世人勿因善小而不為，勿因惡小而為之。因果之道，如影隨形，雖列聖人，都以知天為難，更何況智慧不若聖人之普通人。行道者昌，背道者亡，天網恢恢，疏而不漏，是本章主旨。



- 天不爭、不言、不召，但萬物皆隨天而四時運轉，萬物隨天地陰陽而生滅，天地之妙機，在無為中主宰萬物。善與惡、天道是握守住最終的審判權。故曰「天之道、不爭而善勝、不言而善應、不召而自來、繹然而善謀」。
- 天道就像一個大網，好像很稀疏，但天下又有那一件善惡的事被它遺漏了呢？故曰「天網恢恢，疏而不失」。

《道德經》七十四章

【民常不畏死。奈何以死懼之。若使民常畏死。而為奇者。吾得執而殺之。孰敢。常有司殺者殺。夫代司殺者殺。是謂代大匠斲。夫代大匠斲者。希有不傷其手矣。】

此章承上章第七十三章言天道無言、罪惡滿盈者，當遭天罰。統治者無濫殺以傷天和。純外講。

外講：

【民常不畏死。奈何以死懼之。】

民常不畏死：有生之倫，莫不畏死，螻蟻尚且偷生，何況人類。如果人民衣食無憂，生活安定，則人類之生存條件已足，平靜之社會中有言不畏死者，這實是不可能的。奈何以死懼之：在「道」衰「德」沒以後，統治者不用教化來教導人民，反以「無道」之苛政加諸人民，繼之以嚴刑來殺戮人民，到人民忍受到極限，暴發成反抗

之烈火時，這就是「民不畏死」之時，這時不仁之政權就很快被推翻的了。

【若使民常畏死。而為奇者。吾得執而殺之。孰敢。】

人是貪生怕死的，若有為非作歹的人，我可執而殺之，以一儆百，這時誰敢犯法呢？但老子恐怕的是假若施法者有偏私，法理即失，民不畏法，法即失效，在法治之社會上一旦有了這個漏洞，則成為難治之局了。

【常有司殺者殺①。夫代司殺者殺。是謂代大匠②斲③。】

常有司殺者殺：自有史以來，天下未嘗無刑，對於敢於犯法的人向來是殺無赦，可是實際上犯法者並未因有殺刑而遏止，甚至殘暴的統治者，大都以寧枉毋縱的殘酷手段來隨意恣殺無辜的生命，這正是老子所憂心的。故老子承上篇「天網恢恢，疏而不失」，認為世間上，人若行邪惡，至罪惡滿盈時，天律執法者，即「司殺者」，必重懲之，甚至奪去其性命，若然未報，時辰未到而矣。

夫代司殺者殺，是謂代大匠斲：天律既有最後裁判，那麼假若因人之邪惡而戕害對方生命時，別說關係重大之人命，就是濫殺動物即足以構成違反造物之天心了。那麼若刑戮出於個人之好惡，或因少數人之利害而行殺機者，這已除了有代「司殺者」

① 司殺者：此指天律，代天執法之司神。

② 大匠：技巧了得的木匠。

③ 斲：粵音琢，敗壞、耗損。

（天律）殺之罪業以外，而且是獲罪於天之大罪行。被殺者所積成的冤氣，勢必形成一大戾氣（殺氣）。故凡是殺戮太重的地方，黑氣、冤氣冲天，天災人禍頻仍，這是屢見不爽的。古時的統治者、往往憑自己之好惡而枉殺人，這是侵越天司的殺權，濫殺人後反卻說是替天行道，這好比一個沒有工藝技術的木匠，去代替內行之技匠去斫木頭。

孟子謂：「惟天吏則可以殺之是」。夫天吏乃可以殺人（代天執法懲治罪大惡極的人）。故曰「常有司殺者殺」。若非天吏而以暴誅暴，是以亂治亂，不惟民亂益甚。



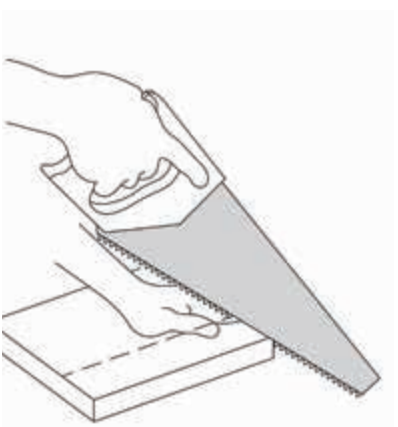
暴政虐民下，百姓被逼得連死都不怕了，怎麼還能用「死」去恐嚇他們呢？相反，仁政愛民、人民安居，那有人不畏死呢？故曰「民常不畏死。奈何以死懼之」。



為政者，若執嚴法，殺一儆百，人民不敢犯法。但若有偏私、法理即失，便成難治之局。故曰「若使民常畏死。而為奇者。吾得執而殺之。孰敢。」



暴君以寧枉毋縱來恣殺人民，禍及無辜，必傷天和。這是老君所反對的治世刑律。故曰「夫代司殺者殺」。即濫殺，是不道的。



濫殺無辜、寧枉毋縱，還說這是代天行道，替天律行司殺權（司殺者）。這樣好比一個不懂木匠技巧的人，代木匠劈木頭，還能不砍傷自己的手嗎？木匠（比喻君王、為政長官）自以為是天律司法者，濫殺無辜和生命，最終是自食惡果的。故曰「夫代司殺者殺，是謂代大匠斲。夫代大匠斲者，希有不傷其手矣」。

【夫代大匠斲者。希有不傷其手矣。】

老子用硬充內行代替熟練技工斲木頭的人，很少不斲傷自己的手的。比喻凡是代替冥冥中具大司殺之權力者（此指天律），冒然來殺人的，最後很少不自食其惡果的。

本章旨：

孟子曰「不嗜殺人者能一之」，意謂不喜殺人才才能統一天下。天律冥冥中有「司殺者」存在，為政者當以「德」來教化人民，不應濫殺無辜而傷天和。倘未能判斷是非善惡，可殺與否，可盡委諸「大司殺者」去執行和「大主宰者」去審判，即老君所指「天律」「天網」，大家都「非」司殺之大匠。治國者，刑罰酷深，則定民不聊生，冤死者亦必多。

《道德經》七十五章

【民之饑。以其上食稅之多。是以饑。民之難治。以其上之有為。是以難治。民之輕死。以其上求生之厚。是以輕死。夫惟無以生為者。是賢於貴生。】

此章繼上章第七十四章再申言痛斥政苛刑重之非，又針對政煩稅重加以斥責。純外講。

外講：

【民之饑。以其上食稅之多。是以饑。】

人民為什麼常會飢餓不飽呢？是因為在上當政者吃稅太多了，民因納重稅而致財盡無以自給，所以才因吃不飽而常飢餓起來了。



【民之饑】

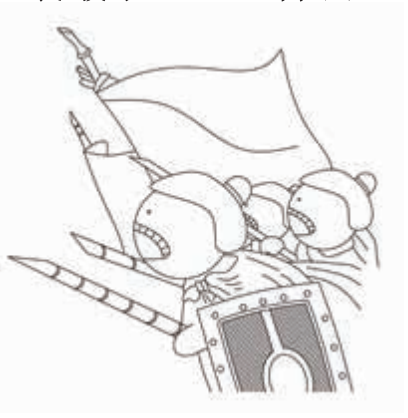
百姓挨餓，因為政府抽稅太多。

【民之難治。以其上之有為。是以難治。】

人民為什麼不受治理呢？皆因在上當政者太有為多事，政策繁複，使民無所適從，政愈繁而偽愈多，法愈嚴而奸愈出，所以才難治了。

【民之輕死。以其上求生之厚。是以輕死。】

人民為什麼如上章（七十四章）所說不畏死呢？這是在上當政者奉養太奢，索求過甚，使民窮於應付，所以在民不聊生之情況下就不再畏死了。



【民之難治】

上面政令太繁亂，人民無所適從，政繁法嚴則奸偽愈出，是以難治而興作亂。

【夫惟無以生為者。是賢於貴生。】

為政者如果知道當然之治道，看輕自己的權勢尊榮，凡事先不以自己之生命視成至高至貴，應當將愛自己之心放諸於人民身上時，此之謂「夫惟無以生為者」，他雖不為自己之治生作打算，但結果還是因民之安生而得到自己之長生不潰，故這種不為己之生才有意義。「賢於貴生」，是有意義的生存，優美的人生。



【民之輕死】

為政者中飽私囊、即曰「其上求生之厚」，民不聊生，老百姓常鬧事，把生命看得不值錢。



賢君不看重權勢，不以自己利益為貴，衣食隨緣自奉，日常用度與物無爭，則必心安身泰，自性復而命延，可享無疆之福，則是「賢於貴生」的人君。

關於本章內文參《呂祖全書》卷十〈神化無為品第八〉內文：

太上曰：厚其生。於死必輕。惟無生賢於貴生。命由身累及生死。性由心役及浮沉。命固心虛。道隱無名。圓明返本。劫運皆空。身定形固。形固了命。心定神全。神全了性。神全形固。抱元可成。

按呂祖師文意，是教人不可使心役浮沉、醉心於如名利權勢等，否則命終被身累。

本章旨：

求生的人若追求名利貪欲太甚者多至短命，厚生太多者反多衰疲，而「無以生為者」不以自身為重的人，每每偏能健壯以終。人妄貪「求生之厚」，必因榮辱而睹所病，又必因財貨而有所爭。所以愈是厚生之人，多為物役所驅，終日營之，無日休息，最後積勞成疾。老子教人虛靜恬淡，正面看來好像是導人於「無以生為」，然為世人所不易見之另一面，卻正是「賢於貴生」。

《道德經》 七十六章

【人之生也柔弱。其死也堅強。萬物草木之生也柔脆。其死也枯槁。故堅強者死之徒。柔弱者生之徒。是以兵強則不勝。木強則折。強大居下。柔弱處上。】

此章言柔弱者「生」氣，剛強者「死」氣。純外講。

外講：

【人之生也柔弱。其死也堅強。萬物草木之生也柔脆。其死也枯槁。】

本章以人類萬物草木之實體作例：

人之生也柔弱，其死也堅強：剛出生的嬰兒，心性純素、肢體柔軟，時時趨向於生長。及年長後，欲網情牽、氣血枯竭、筋骨僵硬、逐漸轉化於死，此凡夫也。

萬物草木之生也柔脆，其死也枯槁：草木亦然，在幼小時枝幹柔弱，趨向生長，在將近枯死的時候，枝葉枯槁。以上的恆常道理：陽氣來則生，陽氣退，陰長則死。



【人生柔弱】 【草木生柔弱】

(陽氣來則生)



【人死堅強】 【草木死枯槁】

(陰長則死)

- 生是柔軟（弱）。
- 死是僵硬（強）。
- 堅強是邁向死亡一類。
- 所以「弱」是屬於生存一類。故曰「堅強者死之徒，柔弱者生之徒」。

【故堅強者死之徒。柔弱者生之徒①。】

由此可見，這堅強實是走向死亡之一類，而柔弱卻是生存之說明。依此類推，由人類到具生命的萬物都是在此二者中消長循環，不是生機就是殺機。

【是以兵強則不勝。木強則折。】

因此，行兵布陣，應心懷仁慈，順天應人，不可恃強暴而橫行。倘若貪殺恃強，輕戰樂殺，毒流怨結，不存仁心，最後必然敗亡。樹木過於高大，枝葉橫生，必遭風打，易於折斷，所謂「樹大易招風」之理也。做人作事，炫耀於外，而示強於人，必遭人嫉忌招尤。

① 徒：類屬之意。



【兵強不勝】

行兵布陣、貪殺逞「強」，不得民心、天必譴之，最後敗亡。



【木強則折】

樹大招風，易於折斷。人自炫耀，必遭嫉忌，受人攻擊。

【強大居下。柔弱處上。】
故真正明道的人，必然是柔弱自處。

《列子黃帝篇》：欲剛必以柔守之。欲強必以弱保之。積於柔必剛。積於弱必強。
再看「天」以氣居上，「地」以形居下，氣屬柔弱，形屬堅強，故天居上而地居下。況地因有形就有變壞（如山崩地裂，即天災地震、海嘯或火山爆發等）。天負氣而無形，故長久不變，這是柔弱勝堅強之又一例子。

本章旨：

老子向以柔弱處下為合道，以其止於「無為」，以剛強自恃為離道，以其涉於「有為」。無為是去道不遠，有為是背道而行。煉丹道者，若修法得宜，小可強身延壽命，大可還原太極，復陽卸陰，即老君曰「生也柔弱」回復初生乾體。本章論柔弱之道，內修者，可與上篇第十章「專氣致柔」及下篇第五十五章「心使氣曰強。物壯則老。」兩篇同參。



【強大居下。柔弱處上。】

- 天以氣居上（柔、弱）
- 地以形居下（強、剛）
- 柔者：恆久不變。
- 強者：地震山崩、火山爆發等天災。
- 故「柔弱勝堅強」。

《道德經》 七十七章

【天之道。其猶張弓乎。高者抑之。下者舉之。有餘者損之。不足者補之。天之道。損有餘而補不足。人之道。則不然。損不足以奉有餘。孰能以有餘而奉天下。唯有道者。是以聖人為而不恃。功成而不處。不欲見賢。】

此章老子用調整弓弦來喻天道、人道兩者之相比。分外、內講。

外講：

【天之道。其猶張弓乎。高者抑之。下者舉之。有餘者損之。不足者補之。】

天之道、在宇宙間是持平和不偏不倚的。其作用好像施弦於弓時一樣，弦位高了，則抑之使低，弦位低了，則舉之使高，弦長有餘，則損之使短，弦長不足，則補之使長。

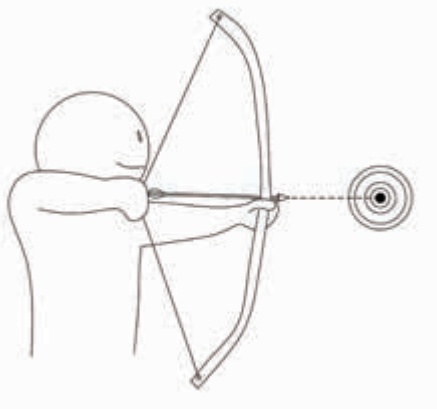
【天之道。損有餘而補不足。】

天道之妙用，無過無不及，恰到好處，損有餘而補不足，是道體居中應事，故才四時節令協調而行（春夏秋冬），萬物因之才能生生不息。倘有餘者一任其餘而不損，則餘者愈餘，猶天氣之過熱或過冷。又如不足者由其不足而不補，則不足者愈不足，猶天氣之當暑不暑或當寒不寒也。天道是不使餘者太過，不使不足者不及，是即在持平中乃見不變之道。

關於天之道，損有餘補不足，參《呂祖全書》卷二十九〈論五行第六〉內文：

鍾離祖師與呂祖問答：

呂祖曰。所謂五臟之氣。曰金木水火土。所謂五行之位。曰東南西北中。如何得相生相成。而交合有時乎？採取有時乎？願聞其說。鍾祖曰。大道既判而生天地。天地既分而列五帝。東曰青帝（即木）。行春令。於陰中起陽。使萬物「生」。南曰赤帝（即火）。行夏令。於陽中升陽。使萬物

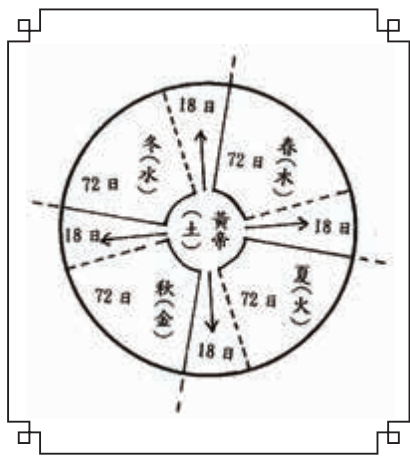


【天之道。其猶張弓乎】

天道像拉弓箭：

- 目標高了，壓低一些。「高者抑」
- 目標低了，抬高一點。「下者舉」
- 弓弦過滿，減少一點。「有餘者損」
- 弓弦不夠滿，拉滿一些。「不足者補」

「長」。西曰白帝（即金）。行秋令。於陽中起陰。使萬物「成」。北曰黑帝（即水）。行冬令。於陰中進陰。使萬物「死」。四時各九十日。每時下十八日。黃帝主之（位中央即土）。若於春時。助成青帝而發生。若於夏時。接序赤帝而長育。若於秋時。資益白帝而結立。若於冬時。制攝黑帝而嚴示。五帝分治。各主七十二日。合三百六十日。而為一歲。輔弼天地以行道。



中央黃帝（土）每季主時十八日。其功在：
 ●春時助成青帝（木）發生。
 ●夏時接序赤帝（火）長育。
 ●秋時資益白帝（金）結立。
 ●冬時制攝黑帝（水）嚴示。

按鍾、呂二祖問答內文，可知土即黃帝（位列中央）於四季中作「補」「損」用事，在每季之末由土（黃帝、中央）發揮伸展作用，對每季之氣運加以調整，當損則損，當補則補，四季由是才得正常之運行，是天道之統四端，亦即道體之當然作用也。

【人之道。則不然。損不足以奉有餘。】

人之道與天之道恰成相反。人類之通病是凡不足者，以為可以任我之所欺，故榨索不已。而面對有餘（指財權勢大或具威名者），則曲意隨順、呵諛奉承、錦上添花、奉之惟恐不足。是曰「損不足以奉有餘」。這種現象，最顯見於社會者，形成富者愈富，而貧者愈貧、每況愈下之不平現象，由此便惹起了世事種種不平，而人類之

隔閡便從此加深了。

【孰能以有餘而奉天下。唯有道者。】

「天之道」與「人之道」相比分析明白了，那麼試問誰能體天之道，能像天道一樣把其「有餘」的一部份，用來奉給天下呢？看來恐怕只有真正有道的人才能做到。今天來說：「善長仁翁」。

【是以聖人為而不恃。功成而不處。不欲見賢。】

凡是體道而行的達人，雖將有餘的奉給天下人，但他卻不恃己能，雖功德圓滿亦不自居其功。雖為天下為世人盡了心力，但並不願換取任何形式來表彰自己。「不欲見賢」就是不願以賢者之名相來見示於人。

關於「有餘者損之、不足者補之」，參《呂祖全書》卷十八〈天人理一章第二十三〉內文：

呂祖曰：聖人體天之道。執天之行。居富貴而不驕。處貧賤而不憂。樂天知命。心若太虛。真氣貫四時。聰明並日月。其行事與天合德。故其序易



人之道與天之道恰反：
 ●天是補不足。固有四季循環，雲霞雨露之潤澤。
 ●人是榨索不已。面對富而有餘者，則曲意奉承。弱肉強食，造成階級懸殊，貧者愈貧，富者愈富。

也。否泰①相循。剝復②相乘。蓋天地之氣。剝不終剝。剝極而復。人事亦然。泰不常泰。泰過則否。太上曰。天之道。其猶張弓乎。高者抑之。下者舉之。有餘者損之。不足者補之。人之道亦然。

按呂祖訓文，明道的人，須順天而行，人類命運的好壞，事情的順逆盛衰，皆有天數存焉。然否泰剝復，皆有循環之理存在。故人之得失，主之於天，雖人定可以勝天，而天定更可勝人，天人交感，其理一也。人生貧富得失，參本書刊導讀八〈外修篇〉第七章「養性葆命」。



【聖人為而不恃。功成而不處。不欲見賢】

呂祖法相，攝於韶關曲江「覺善精舍」，時維甲申年（1944）。

聖賢、達人體天道而行，為百姓做事不存驕矜，立下功勳也不居功，不表彰自己。

內講：

人身心（真火，汞）在上，腎（真水，鉛）處下，內煉之士，必使火居上而亮下，水居下而潤上，如張弓者之「高者仰」、「下者舉」，則水火平矣。內丹譬語（水火相濟）。

本章旨：

天之道、損有餘而補不足，是道體居中應事，故才四時節令協調而行，萬物因之才能生生不息。「人之道」與「天之道」相反，損不足以奉有餘，天是補不足，人是奉有餘，故才弱肉強食、階級懸殊，世間之各種不平與不靖之各事也就因此而造成，惜世人多未曉。

- ① 否泰：本為「易」兩卦名。舊時於命運的好壞，事情的順逆，皆曰否泰。
- ② 剝復：「易」兩卦名，比喻盛衰興旺。

《道德經》 七十八章

【天下柔弱。莫過於水。而攻堅強者。莫之能勝。其無以易之。故柔勝剛。弱勝強。天下莫不知。莫能行。是以聖人云。受國之垢。是謂社稷主。受國不祥。是為天下王。正言若反。】

此章取「水」來喻柔弱的大道。純外講。

外講：

【天下柔弱。莫過於水。】

天下一切東西，如比較起來，沒有一件東西柔弱過水。

【而攻堅強者。莫之能勝。其無以易之。】

水雖柔弱卻能攻堅制強，如在五行中之「水」是最柔弱的，卻沒有一樣可以勝過

水。如水可滅火，木遇水便腐，金遇水可蝕，土雖厚遇水即散。水之力可使山河移位，山洪暴發可衝破決堤，海嘯可破壞沿海設施，但同時「水」是萬物生命的源泉，利他方面，用途極廣，如水能載舟運貨，調節地球溫度等等。所以水之恩澤及內強力，是沒有任何東西可以替換它。

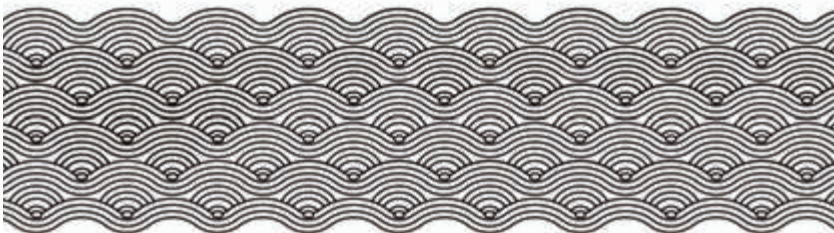
【故柔勝剛。弱勝強。天下莫不知。莫能行。】

這弱勝強和柔勝剛之道理，天下人是沒有不知道的，只可惜雖然知道卻沒有人肯實行，因為人類習慣於剛復好勝，不肯謙恭退讓。

關於柔勝剛、弱勝強，參《呂祖全書》卷十六〈防遏意業章第六〉內文：

太上曰：上善若水。水善利萬物而不爭。故幾於道。柔勝剛。弱勝強。《曲禮》①云。狼毋求勝。人能柔弱自下。不求勝於人。尚何瞋②乎。

- ① 《曲禮》：禮記篇名，以其委曲說吉、凶、賓、軍、嘉五禮之事。故明曲禮。
- ② 瞋：同嗔、怒也。



【天下柔弱。莫過於水。】

- 天下最柔弱的莫過於「水」。但攻開堅強的東西卻沒有能勝過水的能力。故曰「攻堅強者，莫之能勝，無以易之」。
- 弱（柔）勝強（剛），人們雖知道這個道理，卻沒有人能這樣做。不肯謙恭退讓。故曰「柔勝剛，弱勝強，天下莫不知，莫能行」。

按呂祖訓文，柔弱不求勝於人，作事合乎事理道德，爭吵不存取勝於人（狼毋求勝），則無怨怒爭鬥之事。

【是以聖人云。受國之垢③。是謂社稷主④。受國不祥。是為天下王。】

處太平盛世時治國容易，但逢亂世扶危則甚難，能擔任者必有繼絕世，舉廢國之精神，甘受國之恥和不祥，這才是真正值得萬民仰望。倘用於一般人，如肯為天下、為人民、為社會宗教作出貢獻，能忍辱負重，自己甘於受垢（恥辱）和不祥者，這都不是常人所能作到的。而猶為今天為闡道佈德，推行教化，重整道德，在濟人心，挽世風上肯捨己為人者，這更是大智大勇之了不起人物。是曰「社稷主」、「天下王」。

【正言若反。】

正言若反是本章的相關語，凡屬合於「道德」之正言，其在世俗之眼中，都是些不為所好的反面真理。聖人垂於後世之正言，以教後人親德向善者，表面上看來與世俗所見多是些相反的事，如：忍辱負重、吃虧謙讓、律身克己，任勞任怨等「柔弱行操」，這些都是世俗所不肖為者。可是有志於上達的人，卻多是在這為人所不肖為之事中完成的，這些賢士在不知不覺中，便成了天下王或社稷主而自己卻是不知道的。

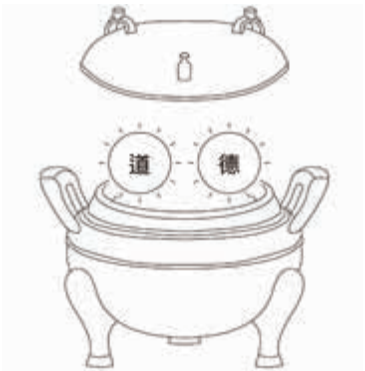
本章旨：

老子用「水性」喻柔弱謙恭、退讓。但這「柔弱」並非「軟弱無能」，人類之本

性本是善良柔弱的，故《三字經》曰「人之初、性本善」。可是長大後自性被物欲情牽所蔽，產生比較觀念以後，便有了恃強凌弱之謂「強」，無能者之謂「弱」，故這樣軟弱無能之所謂「弱」也並不是老子所主張的。是以真正的柔弱之道，不單是不爭強鬥勝，恃勢凌弱，還得要保住人類之本位，不能像浮萍一樣的隨波逐流，無所依止，致而失了理性和人格，故此老子所言之「柔弱」並不同於彼柔弱（軟弱，失去義理立場和宗旨）。



聖賢、統治者、將士、傳教士，能夠為了國家、教旨承受屈辱，作出貢獻利他的事，才稱得上是社稷的主人。故曰「受國不祥，是為天下王」。



【正言若反】

聖人垂言立教，教人道德，其言多與世俗行為相反。如：忍辱負重、吃虧退讓、屈己從人等「柔弱」事。

③ 垢：恥辱。

④ 社稷主：社稷、穀之神。喻為國家之標誌。

《道德經》 七十九章

【和大怨。必有餘怨。安可以為善。是以聖人執左契。而不責於人。故有德司契。無德司徹。天道無親。常與善人。】

此章老子以君子執左契代表無為之德，如此便沒有怨恨，忿憤爭訟。純外講。

外講：

【和大怨。必有餘怨。安可以為善。】

怨之產生，多是重於責人而薄於責己，既責於人故人亦責之，由是積小怨便成大怨了。如果生了大怨以後，再想辦法和解時，怨勢雖息，怨心未釋，既留餘怨，無論如何這是不上根本就不生怨

安可以為善

【和大怨。必有餘怨。】

怨恨雖經調解，總還是留有餘怨。最好的是不生結怨。朱子格言「居家戒爭訟，訟則終凶」同理。

為善。故曰「安可以為善」。

參《呂祖全書》卷十八〈尊信聖教章第三十〉

內文：

和大怨。必有餘怨。安以為善。亦正為

狃^①於小安，而忘遠慮者。

呂祖訓人：人無遠慮，必有近憂，遇疑決如怨對之事，宜早圖謀化解，勿貪圖逸樂，耽誤時光。

【是以聖人執左契^②。而不責於人。】

古時契有「左」「右」之分，一紙兩用，左半張歸銀主收執，右半張付與借銀人，待歸還時左右兩張必相對合，隨銀之歸還與契約對合後亦作廢，故左右契約就是雙方之信證。借銀人歸還錢時，並非持左契者求合於右契，而是持右契者來求合於左契，只要左契在手，就不必擔心持右契者不歸還借銀。



【聖人執左契。而不責於人。】

有德的人，手執借據（左契），並不嚴迫借貸人強還金錢。比喻「道德之士」不用強迫別人信服，賢人哲士言行實踐道德，俗士最終必來歸服。

① 狃：粵音朽，即習慣。

② 左契：即今天的契約、合同。

上文兩句話實借執「左契」者來說道德充實者就不必有求於外，不患人心不歸服，無人來歸。有道德的人，如同執住左契，雖不強責於人而人亦誠服於治下，這是老子向所奉行的「無為之道」。

【故有德司契。無德司徹。】

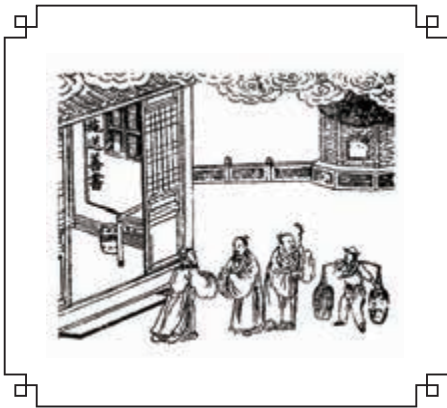
承上言，明道有德之人，執德如執左契，只修諸己不責諸人，此所以與天地同其大也。反之，無德之人，重外輕內，常自以為察察為明（即徹底、通透），而人之恩怨必計較到底，故曰「無德者司徹」。

【天道無親。常與善人。】

從上言，「有德者」但執左契以待世人之自然歸合，不作斥責追討之有為手段，此之謂「善人」之一類，無德者是「不善人」之一類。「天道無親」可見「天」不會無故加福於人，故人亦不能無因而求福於天，那麼有德之善人所以能常獲福於天者，皆因其自種善因，律己、寬人，與天道默合故也。反之若自種惡因，與天道格格不入，終必惹來災禍。

入，終必惹來災禍。
本章旨：

老子以執左契之法式教人修己不責人，恕己即恕人，如此者，怨則不生，無怨則無訟。《大學》子曰「聽訟吾猶人也，必也使無訟乎」之言，蓋判訟之法官，雖有斷訟才幹，可使民冤得伸，但這在孔子之意中仍嫌不足，公正之判訟卻不若根本使民無訟。訴訟之後雖有公正之判斷，然在訟民之心中或多或少也是留些餘怨的。此與本章「和大怨、必有餘怨」之意是相同的。



天道天律是庇佑善良的人，邪惡者，終招災禍。故曰「天道無親，常與善人」。



〔賣身契〕 【有德司契。無德司徹。】

- 具道德的人，修己不責人，如「執左契」。
- 無德的人，恩怨計較，寬己薄人，追究到底不放，「司徹」。

《道德經》 八十章

【小國寡民。使有什伯之器而不用。使民重死而不遠徙。雖有舟輿。無所乘之。雖有甲兵。無所陳之。使民復結繩而用之。甘其食。美其服。安其居。樂其俗。鄰國相望。雞犬之聲相聞。民至老死。不相往來。】

此章是老子特設一太古假想之世，是勉人在心理上恢復樸實。分外、內講。

外講：

【小國寡民。使有什伯之器而不用。】

什伯之器：是數量代表，指十倍或百倍之花巧不實之器具。

小國寡民：老子理想之太平盛世，必然是消除了國家界限，如大同理想和小國寡民等。小國寡民是以天下為公，選賢與能，講信修睦的一種美好社會政治理想。

使有什伯之器而不用：老子在第五十七章指出「民多利器。國家滋昏。人多伎

巧。奇物滋起。」因人類在物欲上貪求無厭，由此而種下了無窮禍患，最終必成為野心者之戰爭消耗。故主張小國寡民，使民不自私，不佔有，不事機巧，人心誠樸無私，不生佔有心，貨歸於公（富者施貧），器貴實用（不奢侈），這樣自無因不平均而相爭、相競、相奪之患了。

【使民重死而不遠徙。雖有舟輿①。無所乘之。】

使民不重死而不遠徙：人為貪求名利而鑽營奔波、飄洋過海，跋山涉水以赴，輕者勞心費神，重者虛擲其生。小國寡民是在知足淡泊的心理下，安居樂俗，百姓就不會行險僥倖，倘遠徙他方去苦苦追求，或未必適應環境。

雖有舟輿。無所乘之：代表由才智而來之靡麗物質進化，伎巧器物不受重視，居身質樸。

【雖有甲兵。無所陳之。】

一切不祥殺人之兵器，無所陳之，代表息戰無爭。

【使民復結繩而用之。】

結繩，「不能」生硬的解作「無文字時代之結繩記事」，遠古時代因無文字故結繩記事，既有文字以後，就無理由棄簡潔之文字而復用結繩。老子說這一篇道理不是

① 舟輿：舟、船。輿、古代轎子，今人之車子，交通工具。

記述過去，「結繩」含意即教世人「視誠樸如返回結繩時代」，喻民反樸歸真後之純實誠真態度。否則荒誕不通，以為老子教人開倒車返回茹毛飲血時代去了！

【甘其食。美其服。安其居。樂其俗。】

此四句、在小國寡民之社會，人民樸實無華，生活快樂。上古因無文字，事無大小結繩作記，試想像若老子如溯求無文字之古代社會，生食獸衣，洞藏巢居，那有上文四句「甘美安樂」可言？今既言以「甘」「美」「安」「樂」四項事，就證明老子「不是」教人反回結繩時代而放棄文字，而實是鼓勵人民向道德文明進化（進發）的。

【鄰國相望。雞犬之聲相聞。民至老死。不相往來。】

鄰國相望：鄰國、這「國」名詞一定要變通來解。老子所言之鄰國、乃指類似古時之部落而言，也就等於今日一村、一鄉或城鎮、州縣，故其所言鄰國之「國」字，這不過是周邊地方或今天來說兩國邊界之代名詞。試想人的肉眼，不甚可能在視線之內望得幅員遼闊之大國。這裡指在小國寡民的政治氣氛下，此村看到彼村是優裕自得，彼村看到此村也是無憂無慮，大家都在和睦平靜之氣氛中和睦相處，彼此所看到的盡是熙熙樂樂，此之謂「鄰國相望」。

雞犬之聲相聞：這表示純樸的環境是何等的優美，世風是何等的寧靜，今天在這喧擾囂浮、生活緊迫得透不過氣來之人生看來，那能不使人嚮往企望呢？

民至老死。不相往來：這句說話，老子並「非」教人互不相往來。在下篇第



〔太平盛世圖〕

老子說「道」至此，特設一太古假想「無為而治」之太平社會，百姓回復樸實無華的生活去：

- 「小國寡民。什伯之器不用」。百姓以天下為公，選賢與能。人民不事機詐，公器不私用，取財有道，還富於民。
- 「民不遠徙」。人民生活安定，不思往他國移居。
- 「雖有舟輿。無所乘」。靡麗物質，乃奢欲之引誘，弱人心志，不用。
- 「雖有甲兵。無所陳之」。國泰民安，兵革無用。
- 「民復結繩」。民智復樸，是真智慧的出現。
- 「甘食、美服、安居、樂俗」。向道德文明進化。
- 「鄰國相望。雞犬聲聞。民至老死。不相往來」。大國與小國，彼此和睦相處，不爭則無怨對。百姓淳樸，不以偽禮往來。

「天下無為而治的大同社會」，是老子最樂見的理想世界！

三十八章所云「夫禮者、忠信之薄、而亂之首」。老子視「禮」為失道失德失仁失義以後之末落現象，交際往來不能無禮，但這「禮」在老子之評價中是不高的。人類放棄誠樸之本質，競習虛華不實之外表，爾欺我詐，相交以偽。故老子教人返回淳樸之社會以後，互相以真誠相見，擯除虛偽的假面具，人民由出生到老死之一生中，在在處處都是淳樸篤實，「沒有」以「偽」相交之虛禮「往來」，如太古之民，無知無識，不相往來之原樸樣子。這就是「民至老死不相往來」，往來是以「真誠無偽」的「樸」。

內講：

關於「民至老死不相往來」，在內修而言，「民」指「氣」。參《醫道還元》卷五〈五氣心法詳解〉內文：

呂祖曰：何謂古民無知？此應亦古經語，「民」指「氣」言，氣之渾樸，寂然內守，有相安，無相剝，好似太古之民，無知無識，老死不相往來，故借為喻。人心養到金德②渾全，樸質無華，其氣之渾樸，依然古民之無知，反之之功，到成就時，本體原無別也。天下惟無知之民，最易蕩佚於矩之外，然由養成功候所致，則無知而實無不知，而所知歸到靈光地上，不散溢於外，所以氣存渾樸，一若其無知，而所循行常不踰矩也。

本章旨：

老子生當周朝末年，距今約二仟伍佰多年前，正值列強紛爭，社會擾攘，致人心日流於下，老子有鑑於斯，所以在說完五千道德真言以後，特設一太古假想之世，以為亂世下之對照對象。不過這並非「不是」教人退化回到原始社會上去，而是勉人在心理上恢復樸實，恬淡寧靜，物遂其生之小國寡民，大同社會上去。

本章「小國寡民」，筆者咸認為道君教導大家善於養身、修身（心性），此亦奉道之士所追求之生活方式，甘於平淡生活、離名利爭奪以保長生，如今之入山修士（住廟堂、宮觀或修道院）。

② 金德：借以喻人心之金德，蓋金德主斂束防衛。

《道德經》 八十一章

【信言不美。美言不信。善者不辯。辯者不善。知者不博。博者不知。聖人不積。既以為人已愈有。既以與人已愈多。天之道。利而不害。聖人之道。為而不爭。】

此章為《道德經》終篇。示人知立言非難，言能明道為難。純外講。

外講：

【信言不美。美言不信。】

信言不美：凡是誠實的信言，都是坦白直說，不能講究飾詞好聽。

美言不信：在詞句上專以巧言順耳為能事者，其所說的言語就多是誠實的。

【善者不辯。辯者不善。】

善者不辯：真正作好事的人，也不需要以言語來辯說解釋。

辯者不善：凡以口舌粉飾出來的好事，其所作的事情便不是真正的善行了。

【知者不博。博者不知。】

知者不博：凡是真知大道的人，其對世間見聞諸學之所知，並不一定很多。

博者不知：可是知識廣博的人，因心智外務存疑，所以就未必是真知大道的人了。

【聖人不積。既以為人已愈有。既以與人已愈多。】

聖人不積：凡人之好言、好辯、好博者，皆欲其己之有積也。「積」是欲藏於己，而可作為勝人之具或技能。又欲為獨得之奇，恐人取之（自私自藏），不知「民財」、「資源」或「道德」原是天賦共用利他之物，亦是用之不窮之物。故己與別人無須分別。聖賢、達人知其然，故所以不積者。

既以為人已愈有：明道的人，以己所知之大道真理說與他人，人得我之有，而人亦進於有道，則教學相長，即人之有得於我，我之有愈進。

既以與人已愈多：同樣道理，以己之積德，來教化、默化別人，達人則施積財與貧困、不吝嗇。人得我之多，而別人亦進於多，則我之多，因人之多而愈多（積德行善愈多，己之福德修為愈高愈厚）。



聖賢、明道者、達人具下列德行：

- 「信言不美」。說話真誠無妄，不用飾詞。
- 「善者不辯」。不須用巧語花言自辯。
- 「知者不博」。不賣弄知識。
- 「聖人不積」。既以為人已愈有。與人已愈多」。聖人、達士不保留，愈幫助別人，自己反而更加充足、富有，德愈積愈厚。

【天之道。利而不害。聖人之道。為而不爭。】

這是《道德經》最末之一段，老子最後仍不忘說人生行為上之行事標準，分為兩項：

(一) 天之道、利而不害：教人效法天地無私之道，因為天地陰陽二氣，生育萬物是盡天地之責任，利養萬物更是廣大無私，在「無為」中見其護養之功，故言「天之道、利而不害」。

(二) 是效法聖人之道，因聖人是觀天之道、執天之行^②，在世界上負有代天宣

化、替天理物之責任。在無為中而無所不為，「功成而弗居」，盡心而已，不爭利益，故言「聖人之道，為而不爭」。

此二者就是在最後啟示給人在處事理物上之最善法則，勉人仰觀俯察以後，最好就是效法體行。至於在道德五千真言中所言之一切道理，若是過目如遺，不能施之於身時，這便成毫無價值東西了。此段仍以上篇第一章以「道可道、非常道、名可名、非常名」為結穴，一切言語文字和大小比擬等等，全都結到虛無杳冥的道體上去。

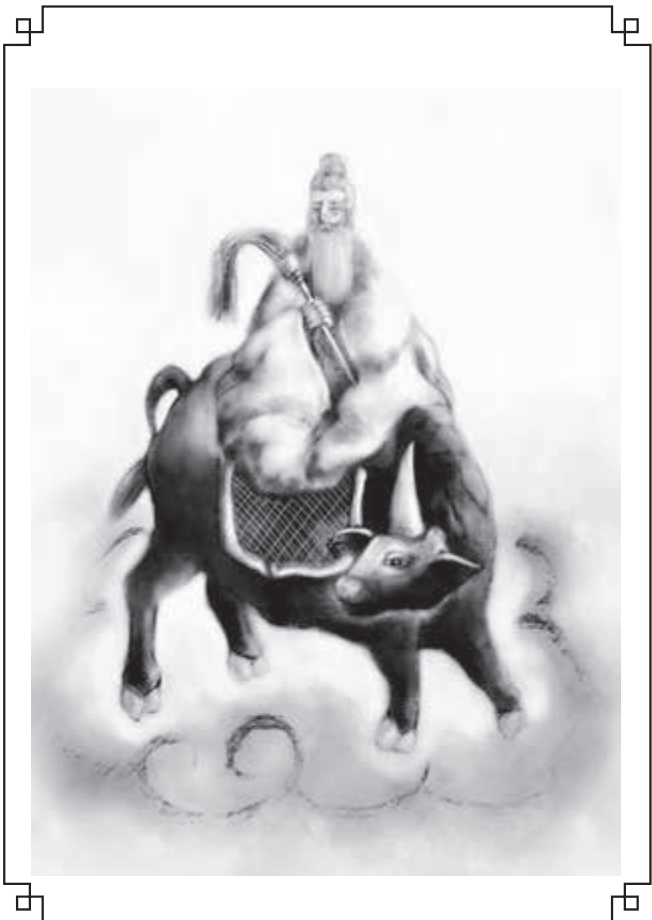
關於本章文句「天之道、利而不害、聖人之道、為而不爭」，參《呂祖全書》卷十九〈修養經〉內文：

呂祖曰：天之道。利而不害。聖人之道。為而不爭。故與時爭之者凶^③。與人爭之者凶。吉凶禍福。宵宵冥冥^④。其災禍也。非富貴者。可請而避。其榮盛也。非貧賤者。可欲而得。惟為惡則禍來。惟修善則福生。福生於清儉。德生於卑退。道生於安靜。命生於和暢。患生於多欲。禍生於多貪。過生於輕慢。罪生於不仁。仁者。修善積德。成仁入道。以忠以孝。

② 觀天之道、執天之行：《陰符經》開宗明義第一句就說：「觀天之道、執天之行、盡矣」。所謂「天之道」，是指整個世界的根本規律。觀、則指人去考察、體驗、了解天道運行的法則，運用起來。

③ 與時爭之者凶：呂祖訓示，教導世人珍惜有限時光，立德修身求道去。否則大限到臨，身軀滅化、輪迴六道、生生滅滅、永無止境、可不惜哉！

④ 宵冥：宵、粵音繞。宵冥，深邃幽暗。



聖人法天道以行，代天執法利眾生（利）。聖人、哲士珍惜人生歲月，立德修身（昌）。世人與人相爭（凶）。

本章旨：

本章之大意是表示老子本不願以言顯，所謂道本無言，有言皆障，然為化眾生，在權法上無言又不足以明道，因此在不得已時，不得不言而傳五千字經文於世，以為後學津梁。老子立言，是教人離相入理，最高境界乃是反樸歸回「先天太極無為大道」，與仙佛聖賢同體，即上章第一篇「無欲觀妙，有欲觀竅」，進入「眾妙之門」。

《道德經》內外直解終。

編者後記

各大宗教均有「聖經」傳世，俾信徒依法修持。道教尊《道德經》為聖經。五千真言旨理淵微，括萬象之機，悉三才（天地人）之奧，實乃性命之書。為使讀之者易於入手研讀，今撮合經文義理，概括分為三主旨：

〔壹〕 天道：天地奧妙之道

〔貳〕 人道：外講

〔參〕 內講：由後天返回先天的路徑。

〔壹〕 天道：天地奧妙之道

（一）道名和號：

第一章：【道可道。非常道。名可名。非常名。無欲觀妙。有欲觀竅。】

文義：修真者、通曉「精氣神」之妙，觀妙觀竅，可重返先天無極。

第二十五章：【有物混成。先天地生。吾不知其名。字之曰道】。

文義：「混元道炁」，存於天地未分、日月未明以前。

（二）對峙：

第二章：【美惡。有無。難易。長短。高下。音聲。前後。】

文義：天地既判，天地、日月星辰躔度往來皆有度數，惟人也，常以度數作對峙比較，釀成紛爭。老君教人破除名相計較，作為回復天道自然之方法。

（三）天地升降無私：

第七章：【天長地久】

文義：天地陰陽升降，周而復始，生育萬物，人能效天地，煉內丹使自身之氣液升降，即水升火降，鉛汞相投，可以長生。

（四）一本散萬殊：

第三十九章：【昔之得一者。】

文義：萬物由元炁化造，人惟止此「一性」，修內丹者，性命合一後，則由「散殊歸一」。

(五) 萬物生：

第四十二章：【一生二。二生三。三生萬物。】

解讀：天地萬物生成圖，參本書刊導讀一〈創世紀／宇宙生成論〉。

(六) 禍福相依：

第五十八章：【禍兮福所倚。福兮禍所伏。】

文義：人生貧富壽夭，得失窮通，緣於因果相因相隨，雖人定可勝天，而天定更可勝人。

(七) 天之道，補不足而損有餘：

第四十二章：【物或損之而益。或益之而損。】

第七十七章：【天之道。損有餘而補不足。人之道。損不足以奉有餘。】

文義：以上兩章文句指天之道是持平，不偏不倚，四時行，晝夜替，故能長久。人則欺凌搾索不已，呵諛奉承，造成社會種種不平紛爭。

〔貳〕 人道：外講

無極道炁朴散後，遂有後天各種形相，應於人生各種有為日用諸事包括：

(一) 德目：倫常、八德等，由無名之道變成有名之德。

第二十八章：【樸散則為器。】

第三十七章：【道常無為。而無不為。】

文義：以上兩章文句闡釋「先天無為道炁」樸散後化作「後天一切有為之善德」各事。

(二) 不爭之德，柔弱勝剛強：：

第八章：【上善若水。水善利萬物而不爭。】

文義：以水喻道。

第二十二章：【曲全。枉直。窪盈。敝新。少得。多惑。不自見、自是、自伐、自矜、抱一、不爭。】

第三十六章及第七十八章：【柔勝剛。弱勝強。】

第六十六章：【江海為百谷王。以其不爭。天下莫能與之爭。】

第七十六章：【強大居下。柔弱處上。】

文義：以上四章文句教導世人屈己、處下和不爭之德。

(三) 盈、銳、滿、驕終必敗：

第九章：【持盈。揣銳。金滿。富驕。】

文義：以上四項不可長久，功成身退，始可長保不失。

(四) 五欲之害：

第十二章：【色、音、味、心狂、貨。】

文義：佛曰五蘊，道曰五欲，皆害性之物，老君教人逆修成三寶。

(五) 得失之道：

第十三章：【寵辱若驚。得失若驚。】

文義：名利得失皆驚，老君教人破除我身相則無患得失。

(六) 君子和而不同，不反常徧激：

第二十三章：【飄風不終朝。驟雨不終日。同於道者。道亦樂得之。同於德者。德亦樂得之。同於失者。失亦樂得之。】

文義：哲士以耐心善誘化度失道者。

(七) 進退之道：

第二十八章：【知其白。守其黑。】

文義：不驕不侈，知榮守辱，尤以今天社會，投資者勿貪勝不知輸，老君勉人要知進退，方保不失。

(八) 克己功夫：

第三十三章：【自知。自勝。自強。】

文義：老子教人修身立命之道，先自明察，然後察人。

(九) 盈虛之數：

第三十六章：【翕。張。弱。強。廢。興。奪。與。】

文義：上述乃天地氣運、大道運化中有升沉盈虛之數，萬物興亡、離合盛衰、自然而已，人不能察。惟人也，以柔弱自處，順應自然，方得吉祥。

(十) 仁，義，禮，三者真偽的識別：

第三十八章：【夫禮者。忠信之薄。】

文義：來自真誠、發自內心的「仁、義、禮」才是「無為上德」。

(十一) 知足、知止：

第三十二章：【始制有名。名亦既有。夫亦將知止。知止所以不殆。】

第四十四章：【知足不辱。知止不殆。】

文義：上兩章老子教人不要追求後天的假名相，如權勢名利等等，要時刻「知足、知止」。

第四十六章：【可欲。不知足。欲得。】

文義：倘不知足、不知止、貪得無厭，最終變成「罪、禍、咎」。

(十二) 中庸之道：

第四十五章：【躁勝寒。靜勝熱。】

文義：老君以天地四時寒熱互調互變作喻處世做人，取中庸之道，不偏不倚，不過偏不過激，陰陽調和，公正持平，怨憤不生。

第五十七章：【以正治國。】

文義：觀天之道。執天之行。

(十三) 心性之道：

第四十七章：【不出戶。知天下。】

文義：格物致知，存心養性，可以鑑知事物，是真知真見。現今社會，重「物質文明」、輕「精神文明」，此與「道」之旨相離。

(十四) 求學、求道兩者不同之學問：

第四十八章：【為學日益。為道日損。】

文義：入世當求知識學問，出世（修行奉道者）當求無為大道，少思寡欲，漸遠七情六欲，回歸樸道。

(十五) 平等博愛精神：

第四十九章：【善者吾善之。不善者吾亦善之。】

文義：博天地之愛以愛眾生，此與宗教精神相若。

第五十六章：【不可得而親。而疏。而利。而害。而貴。而賤。】

文義：生命平等。

(十六) 大同社會：

第五十四章：【以身觀身，家觀家，鄉觀鄉，國觀國，天下觀天下。】

文義：老子上述五觀連結而成為德化之大同社會。與《大學》倡四修：修身、齊家、治國、平天下相同。

(十七) 鬼神之道：

第六十章：【道蒞天下。鬼不神。神不傷人。】

文義：有道德之統治者，天地冲和之氣充塞，善多惡少，鬼神各安其位，天降甘露，一片祥和，鬼神自無傷天害人之理。

(十八) 大者為下：

第六十一章：【大國者下流。天下之交。】

文義：治國、治事，能謙下納人，衆心悅服自歸，倘以強大凌下欺小，終必離心離德而後已。

(十九) 圖難於易，為大於細：

第六十三章：【報怨以德。圖難於其易。為大於其細。】

文義：解決事情，例如結怨諸事，當於怨之初結，用肯吃虧的善意來與對方釋怨，當無不消之理。又圖難於易，為大於細，大處着眼，小處落手，以易作難，則處事無難矣。

(二十) 事物量變的過程，慎終如始方不敗：

第六十四章：【合抱之木。生於毫末。九層之臺。起於累土。千里之行。始於足下。慎終如始。則無敗事。】

文義：作任何事情，無論大小，都必須由點滴開始，斷無速成。而老子所謂「慎終如始。則無敗事。」則與「千里之堤，潰於蟻穴」義同，小小蟻洞，可使千里長堤潰決。比喻小事不慎，或不慎終如始，將釀成災禍而失敗。

(廿一) 道中三寶：

第六十七章：【我有三寶。慈。儉。不敢為天下先。】

文義：人能守此三寶，天必庇佑，將士守土必固，慈戰必勝，天佑其成。

(廿二) 用兵之道：

第三十章：【以道佐人主者。不以兵強天下。】

文義：用兵乃除暴安良，保家衛國，不得已而用之。非君子之器(第三十一章)。故統治者或將領不應用兵強而逞雄天下。

(廿三) 用兵不爭，即三不：

第六十八章：【善為士者。不武。不怒。不與。】

文義：用兵守「三不」，方可納於不爭之德。今天之管理層，倘挪用「三不」於用人之力上，則作事可達於上乘。

(廿四) 借「兵」言道：

第六十九章：【禍莫大於輕敵。輕敵幾喪吾寶。】

文義：此章所指之「敵」，乃指動人心之欲和伐性之色欲，我們要視「它」為敵人，刻刻提防。世人多輕視這個自身的敵人，不自覺地沉淪墮入迷惘，人生之原性，就被自己的敵人打敗而不知，豈不惜哉！

（廿五）防疾病之源：

第七十一章：【夫惟病病。是以不病。】

文義：人生病之源，皆來自口福之欲。老君教人節飲食、寡欲，精神內守，則壽長命安。

（廿六）王亦大，大威治國：

第二十五章：【域中有四大。而王處一焉。】

第七十二章：【民不畏威。則大威至。】

文義：王亦大，皆因統治者擁有實權，造福人民，可使民族和解，富強，提升道德水平。統治者以德信服民，那麼管治威信才是到了最大的地步。

（廿七）天律、天網、因果報應：

第七十三章：【天之道。不爭而善勝。不言而善應。不召而自來。天網恢恢。疏而不失。】

警世：天道廣大，昭昭在上，善惡感應，毫髮不遺，疏而不失。善惡到頭終有

報，若然未報，時辰未到！

（廿八）濫殺無辜，大傷天和：

第七十四章：【代司殺者殺。是謂代大匠斲。】

文義：犯罪者，如無足夠證據而獲脫罪，不必用寧枉毋縱而濫殺，因天律自有最終的審判權，罪惡滿盈者，最終難逃天律，天吏的裁判，即老君所言之「司殺者」

（廿九）痛時疾：

第七十五章：【民之饑。以其上食稅之多。】

戒慎：老子生於戰國末年，諸侯分裂，統治者政煩稅苛，官吏貪求厚侈，致民不聊生而輕死。老君以此勉後來統治者慎此為鑑。

（三十）修己不責人：

第七十九章：【聖人執左契。而不責於人。】

文義：老子以古時契約作喻，有德者修己不責人，不計較恩怨，如同「執左契」，則無怨對之事。

（三十一）人心日下，導民回歸「樸道」：

第八十章乃總收攝第十七、十八、十九、三十八及五十七章內文，老君預知未來中、下古之世，人心澆漓日下，道德衰落，乃假設想一太古之世，復太古無為，尋回堯天舜日之化治。

第十七章：【太上。下知有之。】

文義：上古之世，人心淳樸，風俗無偽。聖人行無為而治。

第十八章：【大道廢。有仁義。智慧出。有大偽。】

預測：中古以下，無為而治不行，逐漸成為有為而治的名相社會了。

第十九章：【絕聖。絕仁。絕巧。見素抱樸。少私寡欲。】

訓勉：老君教人三絕，回復上古純樸社會。

第三十八章：【上德不德。是以有德。】

文義：上德是無意無心，不存私欲的真德。

第五十七章：【我無為而民自化。我好靜而民自正。我無事而民自富。我無欲而民自樸。】

第八十章：【小國寡民。使民復結繩而用之。甘其食。美其服。安其居。樂其俗。民至老死。不相往來。】

文義：老子明知世事只有進化絕不可能倒退，但他仍取原始之純樸部落為榜樣，假想特設一太古純樸的原始社會，期於全性保真之優遊自得，不願見到大道分割以後之競名尚譽，因此雖不立仁義孝慈忠良等好聽之名目，不行獎勵鼓舞等之明確制度，可是世人若能率由本性良知而用事，彼此禮誠無偽來相處，人民甘食、美服、安居、樂俗。如斯自然都是善德之真行，這便是老子心中最崇高的「自然無為」、人民自化、自律，民至老死，不相往來的「樸實無華」、「小國寡民」和「上德」的大同社會。即第五十七章及第八十章「回歸樸道」的章旨了。

「叁」內講：即內修譬語，由後天返回先天的路徑

(一) 橐籥：

第五章：【天地之間。其猶橐籥乎。】

引喻：老君以橐籥（風箱）的基理來喻「人身真氣」、陰陽動靜升降之機。

(二) 谷神、玄牝：

第六章：【谷神不死。是謂玄牝。】

丹語：谷神者、乃「精氣神」三合歸一之「真靈」。玄牝者，乃人身先天（督脈）及後天（任脈）之分界綫。真氣貫通任督二脈，還丹功成在望。

(三) 魂魄合一：

第十章：【載營魄抱一。能無離乎。】

修丹法：以靜制動（心馳外動），使魂魄堅定，兩者聚而為一，結於黃庭，出入丹田，漸次三品「精氣神」合一。

(四) 虛實利用：

第二章：【有無相生。難易相成。】

丹功：聖胎由無生有，丹成後，由難變易。

第十一章：【有之以為利。無之以為用。】

利與用：學道從實，煉道從虛，借「利」人身「黃庭穴」中虛之位作藏氣培育聖胎之「用」。

(五) 「道」之為物：

第十四章：【無象之象。是謂恍惚。】

第二十一章：【道之為物。惟恍惟惚。】

文義：以上二章，老子以「無狀無象」、「恍恍惚惚、似有若無」來形容三品「精氣神」結合之「真靈」。「真靈」者，釋曰「菩提」，道曰「真種」。

第三十五章：【執大象。天下往。】

文義：「大象」乃虛無之一點靈光，釋曰「色空」，道曰「無為」。

（六）修內丹者須動靜咸宜，循序漸進：

第十五章：【孰能濁以靜之徐清。孰能安以久動之徐生。不欲盈。故能敝不新成。】

丹序：道之體用，陽動陰靜咸宜，真氣生，文火（靜、陰）、武文（動、陽）須

調節得宜，由武而文，由文而溫，進而四季之序，爐火之升降，即內丹之上
下運行，聖胎始結。又煉丹方法要循序漸進，切不可操之過急，又沒有外
丹藥物可助速成，故曰「敝不新成」。若盲目追求速成，誤行新法，標奇立
異，嘩眾取寵，小則傷身，大則害身，焚燒真我，變成殘廢，即走火入魔！

鍾離太師訓云：「近世玄門之中，多有人師點傳者，人師導之則可，傳則非
真，習之則可，證之則難也。真證之士，其真緣一屆，仙聖自當在虛無之境，行
無為法，真虛處處，道道無為，修真者，略一領會，便即見真」。摘自《玄音合
刊》庚戌年四月十五日（一九七〇年）

（七）歸根復命：

第十六章：【歸根曰靜。靜曰復命。】

丹功：老君教人去欲守靜，修靜達至虛境，還丹復命，反先天大道，謂曰「歸根
復命」。再參第五十九章：

（八）深根固蒂：

第五十九章：【深根固蒂。長生久視之道。】

文義：此指修命之根與蒂。「根者」、「命基」也。不貪嗜味肥甘，遠情欲，使
後天「濁精」化歸先天「元精」，是謂「深根」。「蒂」指「命蒂」，真
息生，貫人身竅穴，則精津血液皆不凝，久之口鼻呼吸之濁氣化為輕清，
謂之「固蒂」。

（九）性命合一：

第二十五章：【人法地。地法天。天法道。道法自然。】

文義：呂祖師曰：倘修功至性命合一後，真身乃「身即道而道即身」，則謂之曰
「天法道，道法自然」。

(十) 金水互用：

第二十八章：【知其白。守其黑。大制不割。】

丹語：黑白，內丹譬語，即「真金」「真水」相互運用，不可分割。

(十一) 以「兵」喻「情」：

第三十章：【道佐人主。不以兵強。】

忘情：「兵」者、寓作「情」，人性之好，六欲七情過強，即喻「兵強」，損元氣，奉道者宜寡情弱兵。

(十二) 以「兵」喻「氣」：

第三十一章：【佳兵者。不祥之器。不得已而用之。恬淡為上。】

丹法：內修而言，「兵」字作「氣」字解。真氣生，未結丹時，當用「武火」即「兵」，聖胎結，溫養於黃庭，則用「文火」，喻戰事平息。武火、不得已而用之，文火、恬淡為上。

第八十章：【民至老死不相往來。】

丹法：「民」指渾樸之氣。

(十三) 侯王即「心」：

第三十二章：【侯王若能守。萬物將自賓。】

坐忘：內修而言，心即侯王，奉道者，須收攝自心諸般妄邪欲念，則身中九竅百脈，自來朝心，臣服於侯王。

(十四) 王侯是「心」：

第三十七章：【王侯若能守。萬物將自化。】

內修譬語：王侯直指人之「真心」，統率人的行為思想。老君教人用「樸」來鎮守王侯，使「心」靜不馳、情欲不生、神自運化。

(十五) 「反」的真理：

第四十章：【反者道之動。弱者道之用。】

逆修：道書云「順生人，逆則仙」。倘不行逆修法，焉可見真？真氣首在黃庭逆身上行，為氣機之樞紐，周身運轉，聖胎始結。「真氣」至柔至弱，但卻為道體之大用，惜世人不知。

(十六) 寒熱互攝：

第四十五章：【躁勝寒。靜勝熱。】

丹法：煉丹築基，須文火（靜、寒）武火（躁、熱）不斷互調。若火候強弱得宜，則丹成汞熟耳。

(十七) 生死之徒：

第五十章：【生之徒。十有三。死之徒。十有三。】

文義：老君教人離去後天「三尸識神」，此乃動人於死地之識神，故曰「死之徒」。修煉攝生尋回先天三徒，即「元精、元氣、元神」即「生三徒」。

(十八) 柔勝剛／母伏子：

第三十六章：【柔弱勝剛強。】

第五十二章：【既得其母。以知其子。既知其子。復守其母。】

文義：上二章乃內丹譬語，以真水制真火（鉛伏汞）。老君以知子守母來喻「鉛伏汞」，以水制火，使心不外馳奔放，（指人心好動，喜欲，心花怒放，心猿意馬，難羈難制）。內煉使水升火降，心寧神靜常守舍，不致逃失，如「母伏子」。

(十九) 尋回「元性」、「赤子」：

第五十五章：【含德之厚。比於赤子。未知牝牡之合而媵作。】

文義：此章老君教人修煉精氣神，神氣交媾，互相交就，即牝牡之合。三品串合，結成聖胎，比若「嬰兒、赤子」。

內修譬語，字句幽深，隱喻良多，交濟升降，非實踐而匪知，丹訣密語，非真仙口傳而莫得。今讀《太初修真黃庭外景真經》，細誦經文，方悉真經與《道德經》、《鍾呂修真傳道集》、《內外修篇》內文及《玄音合刊》內載鄭金仙訓文不無偶合處。茲值刊刻肇始，特附《外景真經》原文於篇末，與《道德經內外直解》文義互照證驗，不負太上演經之旨為盼。

《太初修真黃庭外景真經》（言文對照）

未有天地始，太初生老君^①。只為人我故，轉轉是其因^②。
 回頭悟生死，養氣蓄^③精神。丹田^④不許壞，保養壽長生。
 身中藏天地^⑤，凡夫幾個聞。人生雖云小，一一按乾坤。
 東方青龍將，是吾守肝神。南方朱雀將，是吾守心神。
 西方白虎將，是吾守肺神。北方玄武將，是吾守腎神。

中央勾陳將，是吾守脾神。五方^⑥相匹配，虛皇按排輪。
 肝肺為夫婦，心腎為婚姻。脾號良媒者，差排君與臣^⑦。
 心王為天子，端集賢與賓^⑧。東嶽為左輔，保護魄與魂。
 西嶽為右弼，保護氣合神。南嶽為引駕，保護血合精。
 北嶽為殿後，保護壽命根。中嶽為統使，保護一身中。
 從頭背至尾，寸寸是精神。一頭毛孔竅，有一大將軍。
 遍身披金甲，守護不虧人。恐人不省悟，仔細說來因。

- ① 太初：天地未分以前的元炁。指未有天地以前，太上老君已存在宇宙。
- ② 轉轉是其因：即太上降世，是為教化眾生，遂輾轉降生人間。（參太上道祖寶誥：身經億劫）。
- ③ 蓄：積儲，顧惜，即教人愛惜本來自先天的「精氣神」。又曰「三品」。
- ④ 丹田：指中丹田、黃庭穴（修真圖七號穴）。
- ⑤ 身中藏天地：人身法天象地，參導讀七〈論造化生人〉。
- ⑥ 五方：即五帝，參導讀九〈淺論鍾呂修真傳道集〉內文：人如何生於天地。
- ⑦ 差排君與臣：即肝肺、心腎、脾（媒）之氣與液傳導。參導讀九〈鍾呂修真傳道集〉內文「氣與液」傳導。
- ⑧ 心王為天子，端集賢與賓：心為王侯，統率諸竅穴百脈。參《道德經》第三十二及三十七章。

大腸如江海，小腸如河津⁹。上下分九竅¹⁰，了得是賢人。
 誦吾真黃庭，得保七寶身。莫教魂魄散¹¹，體健得長生。
 水升火下降，猶如君靠臣¹²。晝夜常檢點，寸步不離身。
 知識為玄妙，名為上品人。自古人尊貴，其名委的真。
 眷屬暫時聚，中外都離分。金容並玉貌，終久化為塵。
 咽喉三寸氣，名為真得宗。各將身中寶，調合氣與神。
 誦吾真黃庭，生天見老君。人身之中靜，自有天地神。
 頭為天，足為地，頂上有個玄牝門¹³。一去泥丸宮¹⁴，父精母血生。
 左嬰兒，右姤女¹⁵，宮中便是黃庭體。一寸三分足，子母不相離。
 一年一週天，一月一週天，一日一週天，十二時辰準一年。¹⁶
 若誦黃庭經，自然吐紅蓮。兩腎之中有方圓，一點精氣神包連。
 左三為陰地，右三為青天。三三並九轉，九氣結成真。
 升如三天去，方知七寶身¹⁷。此經誦一遍，九玄盡超生。
 聽吾誦黃庭，鬼神不敢侵。家有一本供，宅舍永安寧。
 佩帶此經行，遠近任遊行。秘之天地罪，洩之天地尊。
 吾奉太上老君急急如律令¹⁸

- 9 大腸如江海，小腸如河津：大腸、小腸，參導讀七〈論造化生人，人體五臟六腑、百骸九竅，法天象地圖(63)〉。
 10 九竅：人身上下共九竅：眼耳鼻共七陽竅。陰竅有二，即大小二便處。
 11 莫教魂魄散：修真者，須使魂魄聚合為一，結於黃庭穴，出入丹田。參導讀八〈內修篇第四章內丹之運用〉。
 12 水升火下降，猶如君靠臣：水升火降，君靠臣：參導讀九內文(一) 匹配陰陽及(二) 交媾龍虎。
 13 玄牝門：即先後天之分界線。參修真圖(十) 號穴任脈及(十一) 號穴督脈及參導讀八內修篇第十六章〈玄牝之門〉。
 14 泥丸宮：上丹田。
 15 左嬰兒，右姤女：嬰兒、姤女：內丹譬語，即水(鉛) 火(汞) 二物。由脾(土、即意為媒) 或曰黃婆接引二物，相見於黃庭宮。參導讀九內文(三) 抽鉛添汞。
 16 一年一週天，一月一週天，一日一週天，十二時辰準一年：一年、一月、一日：參修真圖(四) (五) 號穴及導讀七內文闡釋。
 17 左三為陰地，右三為青天。三三並九轉，九氣結成真。升如三天去，方知七寶身：黃庭之位，有上三下三之界，有左三右三之限，上下三分，下上三分，左右各就亦三分，此即三六數，由小周而化為大周之數。亦曰東西南北，乃曰「四方」。中為「黃庭」，亦即統師。參導讀十〈論精氣神〉。
 18 太上老君急急如律令：世間符籙、咒語，一般末句為「吾奉太上老君急急如律令」。概因太上老君為萬法之祖，故能以令役使仙真及三界神祇，故曰「律令」。

太上「無為道」乃教導世人從後天有形質之實體，修身立德，攝生逆行求道，從實還虛。「無為者」非四體不勤，五穀不分，飽食終日，無所事事，而曰「無為」，慕道者，宜識別焉。

道德真文，不能以片言隻語來一窺全豹，五千餘言，用於外、修於內，語言文字，精義入神，通乎神妙，文理條遠，義無不顯，理無不真，所言「大道」沛乎天地，總領三才，破人我之相觀，超時空而獨立，修之一身而推及於天下。尚冀研讀者，細味咀嚼內文，探尋玄理。倘能尊太上（老子）文旨立德修持、慎終如始，則必踏蹄見天堂，願真道者，蓋興乎來。

後學「三早道人」謝傳清謹書
天運戊戌年（二〇一八年）暮春

跋文

「道」之在宇宙者，其精蘊盡於「五千真言」，授受於函關尹喜，外此者何庸片紙隻字乎？惟「道德真言」於意未盡，言不能顯者，設為譬喻（比喻）以達其旨，使人自得於意言之外。然寓意深遠難測，人多錯會，後起之論，巧言善辯，恣其鼓簧，拾人涕唾。迨日就久遠，後之人愈拾其涕唾，遂成舌戰，彼此交攻，惑亂尤甚！更甚者，妄肆詆誹，為無忌憚，闢太上，黜「道德」。

孚佑帝師呂祖為世道墮入障中而憂，固已深疾之，不以此急出而正之，則真偽混淆，貽害千古。真緣數會，自清末迄今，三佰餘年間，呂祖師先後降鸞演真文，闡發註解《道德經》文，使後之學者，明其真義，發其妙蘊，尊信太上（老子）之言，不起一毫偏知偏見，依於義，不依於語，依於智，不依於識，如此參究，方可達太上立言之旨。

所謂載「道」者經也，闡「道」者人也，後學不負師引，拾我師之唾涕，依據真詮鸞文註釋經文，要以經中譬喻得解，使讀之者義會言之外，無拘於語言文，是所祈願也。

字，方能與太上立言本旨不相悖。立德修身，摒棄邪妄貪欲，從後天有為之道，清靜抱樸返歸先天無為大道，尚冀閱讀者：

莫將容易得
便作等閒看

是所祈願也。

明善學院全人謹跋
天運戊戌年（二〇一八年）暮春

道德經內外直解

積善莫如弘聖道

公曆二〇一八年秋
歲次 戊戌年

增訂版



立德乃可格天心

道教明善學院
「三早道人」謝傳清

泰利
泰利

三早道人 泰利

香港新界元朗錦上路元崗新村，東邊路

一〇六約，地段第一六九四、一六九五號

香港新界元朗錦上路元崗村東邊路

村民信箱三十六號

mingxintaoism.org

hkdaolist@hotmail.com

二四八八 五四八四

ISBN 978-988-78885-0-5

出版：道教明善學院
編註：「三早道人」謝傳清
美術設計：泰利
繪圖：泰利
排版：三早道人 泰利
編輯：香港新界元朗錦上路元崗新村，東邊路
地址：一〇六約，地段第一六九四、一六九五號
通訊郵箱：香港新界元朗錦上路元崗村東邊路
網址：村民信箱三十六號
電話：mingxintaoism.org
國際書號：hkdaolist@hotmail.com

本書歡迎作非牟利性質之翻印或轉載，惟需以郵寄方式聯繫「明善學院」通訊郵箱，於獲正式書面回覆授權後方可印行。並需於版權頁上注明書稿來源自香港道教「明善學院」。

Copyright © 2018 by 香港道教明善學院
All Rights Reserved



- (一) 精
- (二) 氣
- (三) 神
- (四) 二十四節氣
- (五) 日月魂魄互攝
- (六) 上丹田
- (七) 中丹田
- (八) 下丹田
- (九) 靈籙
- (十) 任脈
- (十一) 督脈
- (十二) 尾闕穴
- (十三) 十二重樓
- (十四) 夾脊位
- (十五) 玉枕位
- (十六) 絳宮
- (十七) 魂
- (十八) 魄

人之身，有三百六十骨節，八萬四千毛孔，後有三關，尾闕、夾脊、玉枕也。尾闕在脊柱之下，直頭處，關可通內腎之氣，從此關起，一條龍路，號曰漚溪，又名黃河，乃陽升之路，直上兩角夾脊對處，為夾脊，又上至腦為玉枕，此三關也。前有田泥丸，土釜五池，是泥丸為上丹田，方圓一寸二分，虛開一竅，乃藏神之所，居心正中之處，天門內一寸為明堂，再入一寸為洞房，再入一寸為泥丸，居心之下，謂之真柱，又名雷庭府，金橋，下至口中，有兩竅，通喉謂之鶴橋，喉是頭骨及內外之氣，所出入者也。後有軟喉謂之咽，乃接飲食通腸胃者也。其喉有十二節，號曰重樓，直下肺竅，以至於心，心上有骨名曰鳩尾，心下有穴名曰絳宮，乃龍虎交會之處，直下三寸六分，名曰土釜，黃庭穴也。乃中丹田，左有明堂，右有洞房，無英居左肝也，白元居右肺也，中空一寸二分，乃藏氣之所，煉氣之鼎，直下三寸六分，名曰天，天三十六，地三十三，六自天至地八萬四千里，自心至腎有八寸四分，天心三十六，地三十三，六分，中有丹田一寸二分，非八寸四分，何謂丹田？曰生門，有七竅，通於外腎，乃精神滿泄之竅，名曰日月，據任脈，下有九竅，即地獄，鄭都是也。又曰氣海，稍下一寸三分，曰玉池，又曰下丹田，乃藏精之所，採藥之處。左明堂，右洞房，亦空一穴，方圓一寸三分，此處有二竅，通於內腎，腎中有竅，通於尾闕，由尾闕通兩腎，腎以至於膝下三里穴，再下至湧泉穴，此人身相通之關竅也。

天有九州，地有九州，人之下丹田有九竅，以象地之九州。泥丸有九穴，以象天上九宮。腦骨八片，以象八方。一名彌羅天。玉帝宮，又名純陽天宮，中空一穴，名玄壇主，又名元神宮，下有舌，舌內有金鎖關，與舌相對，又名橋樑鼻，下人中穴，與金鎖關相對，其間有督脈，乃人之根本，名上九竅，一名性根。玉泉，又號華池，舌下有四竅，二竅通心，為液，兩竅通腎，為氣。神室泥丸九竅，乃天皇之宮，中間一穴，形如雞子，狀似蓮臺。崑崙是也，釋曰須彌山，修真之子不可不知也。



肝，神形如青龍，象如懸鏡，小近心，左三葉，右四葉，膽附於肝，神名龍煙，字念明，重四斤四兩。肝為心母，為腎子，肝中有三魂，名曰黃靈胎，光幽精，目為之宮，左目為甲，右目為乙，男子至六十，十肝氣漸衰，肝氣漸減，目即昏，在形為筋，肝液合於水，魂之藏也，於液為淚，腎入肝，故多淚，淚為肝之液，與肝合也。黃庭經云：和制魂魄，津液潤，外應眼目，日月精華，百病所鍾，存無妄用，同七日自充盈。

肺，神形如白虎，象如懸鏡，居五臟之上，對乾若覆蓋，故為華蓋神。名時華，字虛成，重三斤三兩，六葉兩葉，總計六葉，肺為脾所生，內藏七魄，如嬰兒名曰，狗伏虎，雀陰，非毒，除穢，肺乃七名也，鼻為之官，左為虎，右為雀，在氣為咳，在液為涕，在形為皮毛也，通氣至腦，下通氣至脾，是以諸恙屬肺，肺為呼吸之根，黃庭云：喘息呼吸，體不快，急存白元和六氣。

脾，神形如黃龍，象如懸鏡，居五臟之中，對坤若覆蓋，故為華蓋神。名時華，字虛成，重三斤三兩，六葉兩葉，總計六葉，脾為心所生，內藏七魄，如嬰兒名曰，狗伏虎，雀陰，非毒，除穢，脾乃七名也，鼻為之官，左為虎，右為雀，在氣為咳，在液為涕，在形為皮毛也，通氣至腦，下通氣至脾，是以諸恙屬脾，脾為呼吸之根，黃庭云：喘息呼吸，體不快，急存白元和六氣。

腎，神形如黑龍，象如懸鏡，居五臟之下，對坎若覆蓋，故為華蓋神。名時華，字虛成，重三斤三兩，六葉兩葉，總計六葉，腎為水所生，內藏七魄，如嬰兒名曰，狗伏虎，雀陰，非毒，除穢，腎乃七名也，鼻為之官，左為虎，右為雀，在氣為咳，在液為涕，在形為皮毛也，通氣至腦，下通氣至脾，是以諸恙屬腎，腎為呼吸之根，黃庭云：喘息呼吸，體不快，急存白元和六氣。

心，神形如朱雀，象如懸鏡，居五臟之中，對離若覆蓋，故為華蓋神。名時華，字虛成，重三斤三兩，六葉兩葉，總計六葉，心為火所生，內藏七魄，如嬰兒名曰，狗伏虎，雀陰，非毒，除穢，心乃七名也，鼻為之官，左為虎，右為雀，在氣為咳，在液為涕，在形為皮毛也，通氣至腦，下通氣至脾，是以諸恙屬心，心為呼吸之根，黃庭云：喘息呼吸，體不快，急存白元和六氣。

肝，神形如青龍，象如懸鏡，小近心，左三葉，右四葉，膽附於肝，神名龍煙，字念明，重四斤四兩。肝為心母，為腎子，肝中有三魂，名曰黃靈胎，光幽精，目為之宮，左目為甲，右目為乙，男子至六十，十肝氣漸衰，肝氣漸減，目即昏，在形為筋，肝液合於水，魂之藏也，於液為淚，腎入肝，故多淚，淚為肝之液，與肝合也。黃庭經云：和制魂魄，津液潤，外應眼目，日月精華，百病所鍾，存無妄用，同七日自充盈。

脾，神形如黃龍，象如懸鏡，居五臟之中，對坤若覆蓋，故為華蓋神。名時華，字虛成，重三斤三兩，六葉兩葉，總計六葉，脾為心所生，內藏七魄，如嬰兒名曰，狗伏虎，雀陰，非毒，除穢，脾乃七名也，鼻為之官，左為虎，右為雀，在氣為咳，在液為涕，在形為皮毛也，通氣至腦，下通氣至脾，是以諸恙屬脾，脾為呼吸之根，黃庭云：喘息呼吸，體不快，急存白元和六氣。

肺，神形如白虎，象如懸鏡，居五臟之上，對乾若覆蓋，故為華蓋神。名時華，字虛成，重三斤三兩，六葉兩葉，總計六葉，肺為脾所生，內藏七魄，如嬰兒名曰，狗伏虎，雀陰，非毒，除穢，肺乃七名也，鼻為之官，左為虎，右為雀，在氣為咳，在液為涕，在形為皮毛也，通氣至腦，下通氣至脾，是以諸恙屬肺，肺為呼吸之根，黃庭云：喘息呼吸，體不快，急存白元和六氣。

腎，神形如黑龍，象如懸鏡，居五臟之下，對坎若覆蓋，故為華蓋神。名時華，字虛成，重三斤三兩，六葉兩葉，總計六葉，腎為水所生，內藏七魄，如嬰兒名曰，狗伏虎，雀陰，非毒，除穢，腎乃七名也，鼻為之官，左為虎，右為雀，在氣為咳，在液為涕，在形為皮毛也，通氣至腦，下通氣至脾，是以諸恙屬腎，腎為呼吸之根，黃庭云：喘息呼吸，體不快，急存白元和六氣。

心，神形如朱雀，象如懸鏡，居五臟之中，對離若覆蓋，故為華蓋神。名時華，字虛成，重三斤三兩，六葉兩葉，總計六葉，心為火所生，內藏七魄，如嬰兒名曰，狗伏虎，雀陰，非毒，除穢，心乃七名也，鼻為之官，左為虎，右為雀，在氣為咳，在液為涕，在形為皮毛也，通氣至腦，下通氣至脾，是以諸恙屬心，心為呼吸之根，黃庭云：喘息呼吸，體不快，急存白元和六氣。

內修丹功譬語，參「導讀七」內文。