



连载

帛书老子新解

□王海山

第五十四章 生而不有 长而不宰

(今本《道经》10 章)

载营魄抱一，能毋离乎(1)?
抟(tuán)气致柔，能婴儿乎(2)?
涤除玄览，能毋有疵乎(3)?
爱民活国，能毋以为乎(4)?
天门启阖(hé)，能为雌乎(5)?
明白四达，能毋以知乎(6)?
生之，畜之(7)。生而弗有，长而弗宰也，是谓玄德(8)。

【译文】
神■合一使性命长存，做到了永不分离吗?
凝神聚气使骨弱筋柔，能够像婴儿一样吗?
洗心涤虑使妄念不生，做到了没有瑕疵吗?
爱惜精气使身心和谐，做到了自然无为吗?
天门开合使内外交通，做到了安养元神吗?
明白事理使通达无碍，做到了不动心思吗?
生长万物，畜养万物。
生长万物而不自以为有，畜养万物而不宰割利用，这就是玄妙的好生之德。

【新解】
本章主要讲性命双修的人所能达到的六种境界，一是形神合一永不分离。二是身体柔弱像婴儿一样。三是内心纯净没有杂念。四是爱养精气自然无为。五是天门开合静养元神。六是明白四达不动心思。达到了这六种境界之后，人就完全随顺了自然之性，以道御身，生之、畜之、长之、育之，生而不有，长而不宰，拥有天地的玄妙之德。

【心法】
以道御身，九转炼心。生而不有，长而不宰。

【注释】
(1)载营魄抱一，能毋离乎
“魄”，帛书甲本残缺，乙本作“祐(pà)”，河上本作“魄”，“祐”与“魄”可通用。

河上公：营魄，魂魄也。人载魂魄之上得以生，当爱养之。喜怒亡魂，卒惊伤魄。魂在肝，魄在肺。美酒甘肴，腐人肝肺。故魂静志道不乱，魄安得寿延年也。言人能抱一，使不离于身，则长存。一者，道始所生，太和之精气也。故曰一。一布名于天下，天得一以清，地得一以宁，侯王得一以为正平。入为心，出为行，布施为德，抚名为一。一之为言志一而无二也。

《文子》：太古神人体道虚静。曰虚无者，道之舍也。虚者，中无载也，嗜欲不载，虚之至也。机械智巧不载于心君，通于一而万事毕。

(2)抟(tuán)气致柔，能婴儿乎
“抟(tuán)”，集聚、凝聚、揉团之意。“抟气致柔”，帛书甲本残缺，乙本作“搏(tuán)气至柔”，河上公本作“专气致柔”。

河上公：专守精气使不乱，则形体能应之而柔顺。能如婴儿内无思虑，外无政事，则精神不去也。

《文子》：太古圣人体道守柔弱。曰柔者，道之刚也；弱者，道之强也；柔弱者，道之用也。积柔成刚，积弱成强。不积而成，未之有也。

(3)涤除玄览，能毋有疵乎

此句经文帛书甲本作“修除玄蓝，能毋疵乎”? 乙本作“修除玄监，能毋有疵乎”? 河上本作“涤除玄览，能无疵”。

河上公：当洗其心使洁清也。心居玄冥之处，览知万事，故谓之玄览。不淫邪也。

《文子》：太古至人体道守平易。曰平者，心无累也。无所好憎，平之至也。平易者，道之素也。平易恬淡，此天地之平也。

《庄子》：至人者用心若镜，不将不迎，应物而不藏，故能胜物而不伤，此之谓至人。

(4)爱民活国，能毋以为乎

此句经文帛书甲本残缺，乙本作“爱民恬(kuò)国，能毋以知乎”? 因为本章下句是“明白四达，能毋以知乎”，笔者根据《德经》第一章“上德无为而毋以为”句判断，此处的“知”应是“为”字之误抄。

熊春锦：“恬国”：即掌握道窍以养活身国内外众生。“恬”与“活”可通用。河上公本作“爱民治国，能无为”。

河上公：治身者，爱气则身全。治国者，爱民则国安。治身者，呼吸精气，无令耳闻。治国者，布施德惠，无令下知也。

(5)天门启阖(hé)，能为雌乎

“天门”，百会穴区域，即囱门，古称通玄之门。“启”，开启。此句经文帛书甲本全部残缺，乙本作“天门启阖，能为雌乎? ”，河上公本作“天门开阖，能为雌”。

河上公：天门谓北极紫微宫，开阖谓终始无际也。治身，天门谓鼻孔，开谓喘息，阖谓呼吸也。治身当如雌牝，

安静柔弱。治国应变，和而不唱也。

《庄子》：古者真人其寝不梦，其神纯粹，其魂不罢，虚无恬淡，乃合天德。纯粹而不杂，此养神之道也。纯粹之道，唯神是守。故素也者，谓其无所与杂也；纯也者，谓其不亏其神也。能体纯素，谓之真人。

(6)明白四达，能毋以知乎

河上公：言道明白，如日月四达，满于天下八极之外。故曰视之不见，听之不闻，彰布之于十方，焕焕煌煌也。无有能知道满于天下者。

《通玄经》：太古德人体道守素朴。曰，不忧不乐，德之至也。孔子问道，老子曰：“正汝形，一汝视，天和将至；摄汝智，正汝度，神将来舍。德将为汝容，道将为汝居。瞿兮，若新生之犊，而无求之故。形若枯木，心若死灰。真其实知，而不以曲故自持，恢恢无心可谋，明白四达，能无知乎?”

(7)生之，畜之

河上公：道生万物而畜养之。

《文子》：此六守者，先王所以无为守天下，故能为。大道生畜无为之君，是谓玄德。

(8)生而弗有，长而弗宰也，是谓玄德
河上公及现行本均在“生而不有”之句后多出“为而不恃”四字，疑为后人所加。

河上公：道生万物，无所取有。道长养万物，不宰割以为器用。言道德玄冥，不可得见，欲使人如道也。

《文子》：太古圣人执玄德于心，而化驰若神，不发号令，移风易俗，其惟心行，神化无为也。孰知不言之教、不道之道? 茫乎大哉!

第五十五章 有之为利 无之为用

(今本《道经》11 章)

三十辐同一轂(gǔ)，当其无，有车之用也(1)。
埴(shān)埴(zhí)而为器，当其无，有埴器之用也(2)。
凿户牖(yǒu)，当其无，有室之用也(3)。
故有之以利，无之以用(4)。

【译文】
三十根辐条窜在车轂上，有了车轂中间的圆孔，才能有车轮的作用。
抟揉黏土做成陶器，有了陶器中间虚空的地方，才能有器皿的作用。
开凿门窗建造房屋，有了门窗和四壁当中的空间，才能有房屋的作用。
形而下的实有之物给人们带来便利，是因为形而上的虚空之道发挥了作用。
【新解】
本章主要讲形而上的道与形而下

的器之间的关系。包括两层含义：一是无中生有，实有之物皆生于虚无之道，虚空为本，实有为末。二是万物要想成为有用之器，必须中间虚空，虚实结合才能发挥作用。老子教人以自身为本位，借有用无，虚心养神，聚气养形，形神相守，才能合大道，成大器，发挥其空灵妙用。

【心法】
以神御形，借假修真。心性空明，妙用无穷。

【注释】
(1)三十辐同一轂(gǔ)，当其无，有车之用也
“轂(gǔ)”，车辐汇集的部位。轂中心有圆孔，可以插轴而用为车轮。三十

辐同一轂，帛书甲本残缺，乙本作“卅辐同一轂”，河上本作“三十辐共一轂”。古代的马车轮子都是由三十根辐条共同插入一个轮毂，而制成一个车轮。

河上公：古者车三十辐，法月数也。共一轂者，轂中有孔，故众辐共凑之。治身者当除情去欲，使五脏空虚，神乃归之。治国者寡能，抚众弱共扶强也。无，谓空虚。轂中空虚，轮得转行；辇中空虚，人得载其上也。

(2)埴(shān)埴(zhí)而为器，当其无，有埴器之用也。“埴(shān)埴(zhí)”，帛书甲、乙本均作“埴”，河上公本作“埴埴”。

河上公：埴，和也；埴，土也。和土以为饮食之器。器中空虚，故得有所感受。

(3)凿户牖(yǒu)，当其无，有室之用也

此经句帛书甲本有残损，乙本完好。河上公本在“凿户牖”之后增加“以为室”三字，帛书甲、乙本均无，疑为后人添加。

河上公：谓作屋室。言户牖空虚，人得以出入观视。室中空虚，人得以居处，是其用。

《庄子》：古者巢居穴处，谓之有巢氏，昼食橡栗，暮栖木上。

(4)故有之以利，无之以用

河上公：利，物也，利于形用。器中有物，室中有人，恐其屋破坏；腹中有神，畏其形消亡。言虚空者乃可用盛受万物，故曰虚无能制有形。道者，空也。

《文子》：古道无形者，作始也。作始者，朴也。故无名以为用，用朴不器也。今器有形者，遂事也。遂事者，成器也。故有功以为利，利器丧道也。

(未完待续)