

## 《道德经》传家版第五章：

# 说话艺术学风箱

□董延喜

【原文】  
天地不仁，以万物为刍狗。圣人不仁，以百姓为刍狗。  
天地之间，其犹橐籥乎？虚而不屈，动而愈出。  
多言数穷，不如守中。

【新译】  
天理公平，没有仁爱分别之心，把万物看作祭品一样任其自然生灭。圣人无私，何须标榜仁爱，把百姓看作祭品一样没有高下贵贱之分。  
天地之间，不就像一个大风箱吗？中间的空虚使它具有无穷无尽的生发元气，不息的鼓动使它具有生生不息的化育能量。  
多余的话自讨没趣，不如抱守中空虚静无为。

【会意】  
“天地不仁，以万物为刍狗。圣人不仁，以百姓为刍狗”，老子这位世界级的哲人为何有此惊世骇俗之论，后世对此众说纷纭，各是其是，见仁见智，各执一端。有人甚至以此语为依据批评老子反对仁义。“天地不仁，以万物为刍狗”，老子的本意不是指天地和圣人不仁爱、不悯惜，而是指天地之道没有偏爱和偏恶之念，把自然万物都视同祭坛上的祭品一样，没有高下贵贱之别。草木春夏繁茂，秋冬枯槁，天道既不干预，也不阻止，任其自生自长，自化自灭。“圣人不仁，以百姓为刍狗”，老子是说圣人也效法天地之道，把百姓都视同祭坛上的祭品一样，没有高下贵贱之分，而是一视同仁地对待他们。老子说“天地不仁”，是说天地之间的运化，万事万物的生存公正平等，不以人的意志为转移。“仁”的本义是相亲相近，一旦附上主观色彩的仁爱之心就变成有为之举了。天道是无私无知的，任凭万物生长化灭，根本不会有亲疏远近的分别对待。这两个“不仁”，与老子“道法自然”“天道无亲”的思想是一致的。庄子也讲“至亲无亲”“大仁不仁”。老子说“圣人不仁”，是说人道无私、人人平等。老子说的“刍狗”，是用草扎成的狗，是用来祭祀神灵的。“刍狗”在登上祭坛之前，被加工修饰，待祭典完成，就被当成废物扔掉（任

它自生自灭了。老子借“刍狗”比喻天地无心，无为无意，平等公正，并无分别。生了万物是很自然的事，死杀万物也是很自然的事。真正有道的圣人，也应该心如天地，自然无为，不要存心用世，不必标榜仁爱，更不能假借仁义之名而残杀天下。老子的这种哲学，是顺“天理”、讲“良心”的公正公平哲学，是让百姓顺应自然之道，自然而作、自然息，自然而生、自然而杀，源于自然又回归自然。

为了进一步说明天理公平，圣人无心，天地万物的生灭变化非天地有心而为，而是乘虚而来，还虚而去，老子把天地比喻成一个橐籥。老子说：“天地之间，其犹橐籥乎？虚而不屈，动而愈出。”橐籥是一种古代鼓吹通气工具，俗称风箱。囊，是外面的箱子；籥，是里面的送风管。风箱中间是空的，靠籥管在里面抽动而生出风来。在老子看来，天地之间的至真妙道，就像风箱中的虚空一样，取之不尽，用之不竭。天地产生万物，孕化万物，就是靠一推一拉，一呼一吸，循环往复，层出不穷，以冲虚之机而生发动力，以冲动之力而生生不息。人体也是一个风箱，也靠元气的鼓动，才得以生生不息。不仅人体的呼吸好比风箱的抽动，而且人体的精气神也像风箱鼓风一样要不停地升降出入，不断地吐故纳新，生命才能得以在动态中生生化育，生生不已。

本章最后的“多言数穷，不如守中”，这里的“数”，是中国古代智慧的特有概念，是古圣先贤总结出的一种符合自然运化机理的数论模式。世间万有皆有其数，太极之数为一，阴阳之数为一，其次五行、八卦、十天干、十二地支、六十甲子等都是数。古人常说定数、变数、命数，在数难逃，这个数不管怎样变化，其要为一，归而为一。离开了一，离开了道，人的一切有为变通，心神外驰，很快就会穷竭，故而称作“数穷”。“多言数穷”与“不言之教”“希言自然”是老子的贯穿主张。“多言数穷”是教人当说则说，不可多说，既不可执迷于花言巧语，又不可执着于书本文字。要学习风箱式的说话艺术，在当用的时候，便鼓动成风，助人成事。如果不得其时，就悠然止息，缄默无言。多言数穷，也包含祸从口出、言多必失的意思。多余的话说来于

事无补，只会自讨没趣，不如抱守中空，虚静无为。老子这里说的“守中”涵盖极广：中者，六合之内，我处其中之中；中者，不偏不倚，我居其中之中；中者，中和之气，我守其中之中；中者，不走极端，我行其中之中。老子让我们守的这个“中”是上有天道，下有地道，中有人道之中，也是立于环中之中，中有良心之中，中和之性之中。老子是中原人，中原人爱说“中”，这个“中”就是正好、合度、恰如其分。人守住了中，也就守住了根本，守住了良知，就能达到处虚而生万有，心守中而天地正的境界。我们读老子不能太过执着于文字，比如这个“行不言之教”，“不言”不是不说话，而是不执着于任何主观言行，不执着于任何外在形式，使自己的一言一行都合于大道运化法则。老子自己就是一位守中希言的典范，一部传世经典只用五千言著就，一字一句品之嚼之都叫人有享之不尽的生命养分。古往今来有太多太多的治国者因为多言，因为政令烦苛而加速败亡。现实生活中一些人说起话来夸夸其谈、喋喋不休、口若悬河、滔滔不绝，结果却常常因多言而漏洞百出，让人十分讨厌。鲁迅先生当年谈到《作文秘诀》所说的“有真意，去粉饰，少做作，勿卖弄”，就是对“多言数穷”的微妙解读，既是作文秘诀，又是说话秘诀，也是做人秘诀。

老子教我们说话艺术学风箱，鼓息有致莫妄言。自古道，良言一句三冬暖，恶语伤人六月寒。如今不知道是怎么了，人人一脑门官司，人人一肚子火气，说话跟吃了枪药似的，又冲又硬又横，一句话能把人噎个跟头。只要你张口说话，就得随时随地准备遭遇唇枪舌剑。有位朋友给我讲了这样一个故事：有一天，他从外地出差回来，在车站附近的一家小餐馆买碗肉丝面充饥。面条端上来，这朋友用筷子捞一捞，发现面条不多，就顺口说了一句：“老板，你这面条是不是有点太稀了？”没想到，老板那边“开火”了：“咋，嫌稀？馍稠，你吃馍去呀！”这朋友也是个好挑毛病的老别筋，他又捞一下，捞到一根青菜，又发话了：“老板，你这菜叶也不切切，是不是太长了点儿？”老板那边又接上了腔（枪）：“嫌长不是，那嚼嚼喂你吧？”这回是玉米面他爹——遇上茬子了。这位朋友也不甘

示弱，继续挑理：“你这肉丝面、肉丝面，里面也没有肉呀！”老板反唇相讥，当即又给他顶了回来：“那咋啦，五块钱一碗面条，里边还能给你卧头牛哇！”朋友这回算是服了，语调也缓和下来：“你看，老板，俺也没有说啥，你咋说话恁难听哩！”对方似乎也有了转机，笑眯眯地回道：“俺老婆子说话好听，叫她来喊你个爹吧？”我这位朋友自知不是敌手，再也没敢递话，一碗面条原封不动地放在桌上，结账走人。

这是一种你有来言，我有去语，短兵相接式的枪来剑往，火药味自然很足。有人说了，如果一方有话好好说，就不会发生“战事”了吗？那也未必。在一家酒店门口，彬彬有礼的迎宾小姐对每一位进出的人都客客气气：“先生，您好！欢迎光临！”“先生，请慢走！”突然一位正欲出门的先生回过头来：“小姐，你说啥？”小姐十分温柔地重复一遍：“先生，请慢走！”谁也不会想到这位先生竟然火了：“慢走，为什么慢走？赶不上火车废了票，你负责？”一句话把小姐冲得直打冷战。

大概没有谁愿意一张口便遭遇唇枪舌剑，人人都希望别人说话能够温柔点，那么我们何不从自身开始，有话好好说呢？动不动就口出恶言是一种心灵亚健康的表现。亚心为恶，恶语伤人即为亚心状态。欲成大德，先修口德。心灵的亚健康久不医治，必然导致身体的亚健康！人有了正思维，才能有正见解。负思维只会带来负效应。明道之人把精力花在成就自己上，而不是用在刻薄他人上。有的人一张嘴就是负面的东西，津津乐道于别人的不是，这种人修炼不会有太大的成就。

心平气和是一种清醒、自信和理智的状态，是一种不急不慌、不卑不亢的安舒宁静状态。心平气和地与人交流，让人觉得轻松、亲切，一股和气扑面而来。有无平和之气是一个人在气量和气质的外露，气不和往往是因为心不平，要和光同尘，才能去锐去纷。气不和常常是因为有成见、有偏执，急于让对方认同自己，而对自己认知之外的东西一律采取不接纳的态度，说到底还是气量、气度不够大。气定则神闲，气急则败坏，总是气急的人不会有和谐的生存环境。

（感谢三河汇老子学社提供信息支持）

### 【道歌】

万物生灭凭自然，自称仁爱欺世谈。  
说话艺术学风箱，鼓息有致莫妄言。

