



道德經第四章研讀心得

◎ 瑞周天惠單位德國道德經讀書會提供

編按：本篇為8月24日，「瑞周天惠單位德國道德經讀書會」中，黃成德點傳師對大家的報告，當天有德國、美國及台灣的道親，約10位參加。由目前正在美國攻讀「慈善學博士學位」的何蓋涵學長，所做的記錄，與大家分享。

《道德經·不盈章第四》經文：

道沖而用之，或不盈。淵兮似萬物之宗。挫其銳，解其紛，和其光，同其塵。湛兮似若存。吾不知誰之子，象帝之先。

真如曉鈺（德國道親）所說，《道德經》讀到第四章，看起來比較不好懂，但其實這章也很有意思，從這章開始，老子已經要講道的用途、道的作

用，所以他用三個字：「沖、淵、湛」。

我們先來講第一句，這個「沖」在《道德經》的解釋中，有兩個比較常被大家所接受的解釋，一個當作「虛空」的意思，道的本體是很虛、很空的，但是又包含所有作用在裡面，「體」是虛的，「用」是充滿所有一切。另一個解釋是後學比較喜歡的，把沖解釋成「動詞」，你可以想像我們要沖茶、沖咖啡、沖任何東西，道就好像一個東西，你把它一沖，一片小小的茶葉，一沖下去，整壺的茶就有茶的味道，整杯咖啡就有咖啡的味道，這就是「沖而用之」。剛剛曉鈺在講這個「或不盈」，這三個字到最後老子都用一個疑問的否定，「或不盈」的意思是好像是盈，又好像不盈。

「道沖而用之」，好像盈滿了，但事實上又沒有盈滿，這是一種「滿而不盈」的狀態，你說滿了、滿了，但再加還是可以加進去，永遠都好像沒有滿，但事實上是沖滿了；你覺得好像已經沒有招了，已經沒有了或結束了，但還是有。用完了嗎？不，其實永遠用不完。

物體有三態——固態、液態、氣態，其實道的作用比較不像固體，固體裝滿了就滿了（再裝，就溢出來了，盈，就會溢出來），也不太像液體，液體也是裝滿了就溢出來了，但氣體就不一定了，你裝滿了再加，可以再加，只是壓力更大而已，但氣體有一天也是會裝滿了，滿了就爆掉了。但是有一個東西更接近道（它不是道，但比較接近），那就是「光」，「光」是「或不盈」，我們在一個房間點一盞燈亮了，整個都亮了，那可不可以再點一盞燈？可以。再點第二盞，整個房子的光線不會被第一盞燈光佔滿了，而使得光線不能夠再進來了，再進來就排斥？不會。點了一百盞燈還是ok的，「光」看起來是滿了，夠滿了，但再點一盞燈還是可以；道的用途就像光一樣，不會互相排斥，可以互相容納，這就是「或不盈」。「或

不盈」，其實是在講「道的用非常大」，所以才講「大而無外，小而無內」，它沒有一個邊界。在朱熹《中庸章句》首章序文中講到：「放之則彌六合，卷之則退藏於密」，道一展開來，便會充滿六合，什麼是六合？就是東西南北上下，它不是平面的，它是立體的。卷，就是把它收起來的時候，退藏到最密最密的地方，你根本找不到它，所以第一個要講的是道的作用非常大，大到沒有一個邊際。

「淵」，深淵、深遠，深不可測的意思，道深不可測，似萬物之宗，道好像是萬物的祖宗、萬物的源頭；其實，「道就是萬物的源頭」，為什麼講好像是，不講得很肯定？肯定就會有一些不圓滿的地方，所以老子講話很含蓄。「淵」，是講道的作用是非常非常深，你現在了解的道是這個樣子，過一段時間，你又更深入地去體會：原來我以前體悟得還不夠，還有更深的含意。所以它是一層一層地深入，在《法華經》裡面講說：「諸佛智慧，甚深無量，其智慧門，難解難入」，但是如果得到「智慧門」，就可以去了解諸佛的智慧，但是那個智慧門，難解難入。我們今天這個道很殊勝，就在你求道那天，就把我們的

「智慧門」打開了，只要我們從這邊不斷地去用功，我們就可以知道是什麼。所以在這個最深、最根源的地方，就是萬物之宗，萬物的根源就是這個，沒有比這個更前面的了，那個才叫根源，如果有比這個東西更前面的，那這個東西就不叫根源。大家還記得《道德經·觀妙章第一》講：「無名天地之始，有名萬物之母」，「天地之始、萬物之母」和「萬物之宗」，其實意思是很接近的。都是在講道是一切萬物的源頭，我們只要掌握這個源頭，就可以去體會道。

用「沖」和「淵」形容道之後，接下去，講「沖」和「淵」對我們的生命有什麼用處呢？一個修道的人會用的功夫是什麼？挫其銳才可以解其紛，這兩句要一起講，一個修道的人會把自己銳利的部分去除掉，不會留著銳利的部分，「沖」也不銳利、「淵」也不銳利。但每個固體都有銳利處，就連一個圓球還是銳利，還是會打傷人，相較之下，液體比較沒有銳利，光和氣體又更不銳利。從這裡我們可以體悟，原來我們要學習道，要先去除自己的銳利。其實每個人都有每個人的銳利之處，有些人是口才很好，口才很銳利；有些人是腦袋很好，有

的人是錢很多，有的人是地位很高、權力很高，這些都是他的「銳利」。如果用這些「銳利」去解決生命的問題，有時候會越解越紛亂。常有人覺得自己很聰明，在講了第一個謊話之後，發現不對，再講第二個謊話來圓謊，接二連三，弄到不可以收拾，這就是用自己的銳利要來解決問題，卻越弄越糟。其實，挫其銳，就是不用「銳」去解決問題，要用「道」，才沒有副作用；如果只是用自己的聰明才幹解決問題，常會產生許多副作用，所以老子教我們要解決人生的問題，必須挫其銳才能解其紛。所以《莊子·內篇·養生主第三》講「庖丁解牛」（註）的故事，其實牛就好比複雜的人世間，你要解決人世間的問題，你拿著一把刀去砍，砍到最後，刀也受傷了，牛也受傷了。莊子講了一句話後學很喜歡：「以無厚入有間」，解牛看起來好像沒有空間，但其實是有空間；同樣的道理，這人世間很複雜，有時你覺得這個事情無解了，但其實都還有解，要用顯微鏡去看，要用你的智慧去找，找到那個空間才能解決。「無厚」就是不銳利，一個人越厚就越銳利，砍你就砍到頭破血流，但事實上自己也會受傷。所以明朝憨山大

師的〈醒世歌〉裡講過一句話：「從來硬弩弦先斷，每見鋼刀口易傷。」從來最好、最堅硬的弓箭，拉到最後，弦會先斷掉；非常銳利的刀，最銳利的地方是刀口，刀口受傷了，刀背還不會受傷。不銳利的反而不會受傷，越銳利的則越會受傷。從這裡可以明白，原來我們要學道的「沖」和「淵」，最先要挫其銳以解其紛，如此就可以把人世間紛擾煩惱的問題解決。其實《道德經》的道理很有用，明白箇中道理，能夠把它運用在日常生活中，可以增加我們很多智慧，解決很多沒有必要的問題。

有一句成語「和光同塵」，就是「和其光、同其塵」的意思，我們今天要跟道一樣，我們就要學「光」；大家都有光，大家的光都合起來，不就更光亮了嗎？後學上次不知道有沒有跟大家講：一個得道的人，就像點了一根蠟燭，蠟燭要在黑暗的地方才會發生作用，但是你一根蠟燭可能不夠亮，如果集合大家的蠟燭，集合所有小小的燭光，就會變成一個大光。一個修行的人其實是要找到伴，一起攜手共進，我們今天很感恩，我們現在在臺灣有學長、美國也有、德國也有，我們三頭連線，我們把大家的光

一起合起來；你們把你們的智慧分享給後學，後學把自己的體悟分享给大家，大家在光裡面共同來融和、和諧，則有相加相乘的作用。但是不能只有和其光，就討厭塵，這樣也不對，道很可愛，它要你和其光，也要你同其塵。我們每個人修行都還有有塵埃的地方，我們都還有不足、不圓滿的地方，我們要一起在道場修得更圓滿、更精進。和光是目的、同塵是手段，不能說我只和其光而不同其塵，這個就不圓滿。但也不能只有同其塵，同塵並不是同流合汙，同塵如果變成同流合汙，那光就不見了，我們的目標是光，不是塵。可以同塵，但塵不可以是目標，所以「和光同塵」是菩薩修行最基本的要求，因為菩薩知道要入世度化眾生。雖然這個紅塵是很混濁的，但是菩薩不會搖頭，祂也不會吝嗇來這個地方布施度眾。

大家如果研究〈十牛圖〉，就會很感動，〈十牛圖〉是一位宋朝出家師父畫了十幅圖來形容一個修行人要經過的歷程，從「尋牛」開始，尋牛不一定找得到牛，要修行不一定找得到路，這是很大的問題。所以尋牛之後可能是「見跡」，見跡就是遇見了佛的經典，這都只是蹤跡，都是牛

的腳印而已，讀破千經萬典，其實只是看到牛的蹤跡而已。第三步是「見牛」，見牛不是看到整隻牛，可能只是牛角，或只先看到牛的尾巴，並不是牛的全部，看到不一定得到。第四步才是「得牛」，我們得到明師一指點，我們其實沒有經過「尋牛、見跡、見牛」的階段；我們都「得牛」了，但是「得牛」不一定能用，如果是隻野牛，你可能騎不上去，沒辦法叫牠拖車、耕田。所以第五步是「牧牛」，就是修道；接下來修修修，還會經歷「騎牛歸家、忘牛存人、人牛俱忘」等步驟，這段很長，我們以後再說。最後第九步是「達本還原」，已經到達道的源頭了，這樣就結束了嗎？但〈十牛圖〉最後一張是「入塵垂手」，塵是「紅塵」的意思，也就是指，已經達本還原了，已經是個大菩薩了，還是要回到紅塵來，把手垂下來度化眾生。

和光同塵是一個修行人最高的境界，道是和光也同塵。《道德經·襲明章第二十七》講：「故善人者，不善人之師。不善人者，善人之資。」資是「資本和資源」，如果沒有不善的人，這個善的人也不能當菩薩。所以我們今天要體會我們在修行，我們不

捨一人，每個人都是我們的好同修，可以度化他。所以從「沖」和「淵」可以找到修行入手的功夫，就是挫其銳、解其紛、和其光、同其塵。持之以恆，我們就能夠到達另一個境界，就是「湛」；「湛」就是非常的清澈，好像可以看到底，但是老子講「似若存」，你說都沒有東西，他說不對喔，這裡面有東西。道是看不到、摸不到，但有沒有？有。所以真空妙有、妙有真空，湛兮似若存，這好像有，又好像沒有，你就體會「真空妙有」，真空不是真正的空，妙有不是真正的有，真空不礙妙有，妙有不礙真空。我們不斷修行，修行到最後，就是在不斷地「有無相生」，真空妙有就是那樣的境界，是離苦得樂的狀態，你永遠都是喜悅的。在這個生命當中，生死其實已經不是那麼重要，得失不是那麼重要，你會在那種似有非無的境界去體會。

老子很俏皮，接下去他說：「吾不知誰之子？象帝之先。」其實，他要說：「道」，是大家的老爸，因為老子不知「道」是誰的兒子（不是任何人的兒子，那他就是大家的老爸了）。他說如果你說「道」是上帝，那我告訴你，不是，「道」是上帝前面那一

個（帝之先）。但辯論時，有時也會問：「道」生萬物，那「誰」生「道」？這是標準的耍嘴皮子。所以老子說「象帝之先」，是好像是上帝之先，又好像不是。老子其實想要跟我們講，不要在這邊耍嘴皮子，道貴「實踐」，只有不斷修道，不斷體悟「道」，你才知道祂不是誰的兒子，祂就是老爸，你才知道祂是一切萬物之本，如果你一直研究「道」究竟是誰生的，這就落入思維對待。所以《六祖壇經·機緣品》中有段：「經云：『諸大聲聞乃至菩薩，皆盡思共度量，不能測佛智。』……」六祖的弟子問說：為什麼證到阿羅漢的聲聞乘，乃至諸大菩薩都無法了解佛的智慧？六祖回答：因為「思量」，患在思量。六祖還說：「諸三乘人，不能測佛智者，患在度量也。饒伊盡思共推，轉加懸遠。」《六祖壇經·機緣品》意思是說，就算諸三乘之人（聲聞、緣覺、菩薩），用盡他們的聰明才智去推敲、去思考、去推理，「轉加懸遠」，會離佛智越來越遠。道不是要我們把《道德經》念得滾瓜爛熟，然後我們就知道了，這樣知道的，不是真正的道。真正的道是你真的去修，真的去實踐，那個東西在你生命當中出現了，你要講也

講不出來，但是你就活在道裡面。所以，老子後面講這兩句話是很俏皮的，其實老子就是要我們放下在語言文字中去追尋「道」。

註：《莊子·內篇·養生主第三》：庖丁為文惠君解牛，手之所觸，肩之所倚，足之所履，膝之所踣，砉然騞然，奏刀騞然，莫不中音。合於《桑林》之舞，乃中《經首》之會。文惠君曰：「譔！善哉！技蓋至此乎？」庖丁釋刀對曰：「臣之所好者道也，進乎技矣。始臣之解牛之時，所見无非牛者。三年之後，未嘗見全牛也。方今之時，臣以神遇，而不以目視，官知止而神欲行。依乎天理，批大郤，導大窾，因其固然。技經肯綮之未嘗，而況大軀乎！良庖歲更刀，割也；族庖月更刀，折也。今臣之刀十九年矣，所解數千牛矣，而刀刃若新發於硎。彼節者有間，而刀刃者无厚，以无厚入有間，恢恢乎其於遊刃必有餘地矣，是以十九年而刀刃若新發於硎。雖然，每至於族，吾見其難為，怵然為戒，視為止，行為遲。動刀甚微，謦然已解，如土委地。提刀而立，為之四顧，為之躊躇滿志，善刀而藏之。」文惠君曰：「善哉！吾聞庖丁之言，得養生焉。」