



道德經白話淺釋⑱

陳德陽前人 講述

陳樹旺點傳師 整理

(接255期)

為腹章第十二

五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽，馳騁田獵，令人心發狂，難得之貨，令人行妨。是以聖人為腹不為目，故去彼取此。

這一章為腹章，就是往內探討，要了解「道」在自性中，身外無道，所以「為腹」就是反求諸己。「腹」：也是在我們自性中，所發露出來的內德。修道是內斂的，千萬不要向外求，修道若向外求，而不返觀，就會其出彌遠，其知彌少，求道就是往內心很率性的行出來。

修道很重要的就是：

①**致虛極，守靜篤。**致虛極就是不固執己見，放空慣性之思惟，虛懷若谷；也就是說每一次面對人事物時，能將思惟調適至當下之環境立場與角度，保持情緒之清靜，此時此刻即能進入「包含萬物，容納百川，能不出戶，而知天下，不窺牖見天道。」之境界。

②**歛平外華，除妄歸真。**我們定位於修道者時，對於外面的虛虛妄妄，聲色貨利，能誘人的物慾，是不是能夠達到視而不見，聽而不聞呢？這就要靠內德的充實，自己的內性一定要樸實，修道常講：去其本無，還其本有；自性本來所沒有的三毒，貪、嗔、痴、七情六慾，把這些外華全部去掉，「還其本有」把你的良心、慈悲、三綱五常、五倫八德全部找回來，這就是除妄歸真。

進入修道的門戶，一定會「損之又損」，因為把脾氣毛病，把會令人貪心，不該有的一天天去掉；把貪、嗔、痴、七情六慾全部損掉。以至於無為，損到最後究竟脫胎換骨，徹底的改變自我，所以道是非常珍貴。

一個人只要進入道中，一段很短的時間不見面，你會很訝異這個人徹底的改變了。以前有多壞、多不孝順、脾氣多暴躁、衝動，現在看不見了！怎麼會變這麼的孝順？這麼慈悲，這麼彬彬有禮，是什麼力量讓他脫胎換骨？是「道」的力

量，所以充實內德最高的力量就是「道」，這一章爲腹章，不是看外面的物，而是充實內德。

五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽，馳騁田獵，令人心發狂，難得之貨，令人行妨。

❶ 妨：就是阻礙。

❷ 五味：酸、甜、苦、辣、鹹，五味是比喻世上的一切香、味塵。

❸ 爽：差、違背。

❹ 馳騁：騎馬疾走，日月奔波，勞心勞力，用盡心機。

❺ 田獵：在田間追逐獵物。

五色令人目盲

❶ 五色者：青、黃、赤、黑、白，指一切的色塵。

❷ 盲：貪色是盲之由，爲色華所惑，不能辨正邪。

有人就有五慾的需求，我們生理上有六根，既生六根，自當有其正用；有這個肉體，要吃飯、要聽、要看，要學、生理上的需要，才有六根之生，但是這六根應爲自性之正用。

眼睛如果被一切虛花假景，五光十色的外塵所誘，理智就會昏迷，流逸奔色；失去分析、分判是非善惡的本能。眼睛是非禮勿視，末世衆生是非邪不看。因爲邪的誘惑很大，所以老子教人不要過份貪圖色塵。如果理智失卻自主時，眼尚存在，但實際的日用價值已失，不能再看出善惡的分野，故等於無「目」一樣，這就是五色令人目盲也。

五音令人耳聾

五音是宮、商、角、徵、羽，指人間的一切聲音。聾，逐聲是聾之因：聽那些淫聲、濫調靡靡之音。世人多半好樂，愛聽各式各樣的淫聲，往往令人陶醉，理智就因而昏迷。

末世衆生的六根全部被賊用了，現在如果講道德、講自性發露出來的，大家不但不要聽還覺得煩的很呢，一點味道都沒有；如果聽那些罪惡的，哦！還有嗎？還有嗎？聽不該聽的總是非常動人。

這是末世的現象，如果能夠到佛堂來聽正音，那是最有福氣的人啊！聽道德經，聽到內心法喜充滿；如果耳朵被外塵所誘，被靡音所蔽，不能分正邪，專聽是是非非。兩耳猶存的是淫濫的一方，消失了雙耳的正用，那就是耳聾，正用已失，這叫做五音令人耳聾。

五味令人口爽

①**五味**：酸、甜、苦、辣、鹹，五味是比喻世上的一切香、味塵。

②**爽**：差錯、違背。

世人爲了享受口福，往往追求各種山珍海味；因口腹之欲而殺生，因殺生而成殘忍，因殘忍而喪失天良。達摩祖師云：「血肉淋漓味足珍，誰肯將刀割自身。」可見天地、聖人都有好生之德；我們要效法天地、聖人，因爲人性、物性一處來，都是同一根源來的，我們不能貪圖口腹之欲而殺生，將慈悲心置之度外，故言「五味令人口爽」。

馳騁田獵，令人心發狂

①**馳騁**：騎馬疾走，日月奔波，勞心勞力，用盡心機。

②**田獵**：在田間追逐獵物。

老子把眼、耳、口，三根逐妄之害陳述之後，又說到身、心二方面。馳騁田獵，就是心不能平、不能定；每天爲追逐物慾、名利、權勢而日月奔波、勞心勞力、心神因逐妄而放蕩不安。

心發狂：做不該做的事，違背天理自性，在名利的追逐中喪失了人性。這一段所要闡述的不是打獵、追逐獵物，而是追不到的名利硬追；獵物沒有一個要讓你追到的，你拼命追，牠拼命跑；名利不是你的份，就不要追，硬要追的話，令人心發狂。

從前齊國有一個人，很想擁有自己的金子，每一天都這樣想著。有一天一大早，就打扮得很整齊走到市場賣金的地方，不管

三七二十一，抓了檯上的金，回頭就溜走。

官吏把他逮捕到，責問他說：「你呀！真是膽大如天，在那麼多人面前，居然搶走別人的金子，是怎麼回事？」搶金的人回答說：「我拿金子的時候，眼裡只看到金子，沒有看到人啊！」

※ ※ ※

黃金的價格大漲時，在長春路及林森北路口開了很多大型的珠寶店，裡面陳列許多昂貴的鑽石、金項鍊及各種珍貴的寶石。有一位上班族站在櫥窗前欣賞，過了一會兒走進珠寶店向老闆感謝說：「謝謝你讓我看了這麼多的珍貴鑽石及珠寶。」

珠寶店的老闆很訝異地說：「你為什麼感謝我呢？我連一顆寶石都沒有送你啊！」

上班族回答說：「我光看就夠了，再有錢的人也只能看看鑽石，不是嗎？既然這樣，我不是和擁有鑽石的富翁一樣嗎？不過，不同的是富翁必須擔心鑽石可能遺失或被盜走，而我卻享受到欣賞的樂趣，不必憂心忡忡。」

以上是兩件不同的事情，在不同的時空，不同的人物，自然產生不同的氣氛。然而在物慾橫流、拜金主義的現今社會裡，有良知的人，本身的行事和作為，可能就比較清醒和超然吧！

因此老子才說：五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽，所以小人以耳目導心，因此耳目為五音、五色所充塞覆蓋了，以致於失去了靈明本心，一生汲汲營營於物慾名利上，終一無所得。君子率性而行，自然心靜神清，心淨神凝，不為音色塵慾所誘惑，善用耳目等六根，借假修真，充實內德，復我本來面目。

人的需要實在很有限，只是慾望無窮，請問你一年穿幾件衣服？一天吃幾碗飯？你一年穿破幾雙鞋？要出門，衣服一件換過一件，這樣的你離修道還很遙遠，你對物質還很貪住。修道要隨遇而安，過份追求物質的享受一定會喪失自我。

（續下期）