

# 列子沖虛至德真經卷第二

張灑處度注

黃帝第一  
順生之質謂之性、得性之極謂之和、故應理處、則所適常通、任情背道、則遇物斯端。

黃帝卽位十有五年、喜天下戴己。隨世而喜耳。正當養正命、爲性。

當娛耳目、供鼻口、

焦然肌色妍麗、昏然五情爽惑。役心智、未足以養性。又十有五年、憂天下之

不治。憂耳。當竭聰明、進智力、營百姓、焦然肌色妍麗、昏然五情爽惑。

用聰明、不足以致治、極足以亂神也。黃帝乃喟然讚曰、謙當作歎。朕之過淫矣。

淫當作深。養一己其患如此。

惟任而不養、天下不治。則於是放萬機、舍宮寢、去直

侍、徹鐘懸、減廚膳、退而間居大庭之館、齋心服形、心無欲、則形自服矣。

三月不

親政事、晝寢而夢、將明至理、寄之於夢。不可以精求、聖人無夢也。故遊於華胥氏之國。華胥氏之國、

在弇州之西、台州之北、淮南云、正西曰弇州、西北曰台州。不知斯齊國幾千萬里。斯、離也。蓋非舟車足力之所及、神游而已。

舟車足力、形之所資者耳。

其國神道恍惚、不行而至者也。

无師長、自然而巳。其民无嗜慾、自然而巳。資於外也。不不知樂生、不知惡死、故无夭殞。不知親己、不知蹠物、故无愛憎。不知背逆、不知向順、故无利害。理无生死、故无所樂惡。理无愛憎、故无所利害也。

都无所愛惜、都无所畏忌。自然者、不行而至者也。

入水不溺、入火不熱、研撻无傷痛、指撻无瘡痏、至和者无物能傷、熱病痛癢、瘡痏、

實由於懶。義例詳於下章。瘡、

乘空如履實、寢虛若處牀、雲霧不惑其視、雷霆不亂其聽、美

惡不滑其心、山谷不躡其步、神行而已。至順者、物能逆也。黃帝既寤、亦寄之眠寤。目

怡然自得。召天老、力牧、太山稽三人、黃帝相也。告之曰、朕閑居三月、齋心服形、

思有以養身治物之道、弗獲其術。身不可養、物不可治。求則不

今知至道不可以情求矣。朕知之矣、朕得之矣、而不能以告若矣。身不可養、物不可治。求則不

能以情告矣

又二十有八年、天下大治。幾若華胥氏之國。

而帝登假。

假退當百

姓號之、二百餘年不輟。一列姑射山在海河洲中、

見山海經。

山上有神人焉。

凝寂、故吸風飲露、不食五穀、既不食穀矣、豈復須吸風飲露哉。蓋吐納之貌、不異於物耳。

心如淵泉、形如處女。

蓋柔虛之極者、其天姿自粹、非養而不衰也。

不悞不愛、

畏、亦愛也。躬拘萬物、恩无所偏。畏音隱便。

仙聖爲之臣。

仙、壽考之跡。聖、

治世之不畏不怒、願慤爲之使。

畏、威也。若此豈有君臣役使之哉、尊卑長短各當其分、因此而寄稱耳。

不施不惠、而

物自足。不聚不斂、而已无愆。

愆、蹇也。

陰陽常調、日月常明、四時常若、

若順風雨常均、字育常時、年穀常豐、而土无札傷、人无夭惡、物无疵

厲、鬼无靈響焉。

羲人合德、陰陽順序、昏明有度、災害不生、故造合二契培四時、老子曰、以道治天下者、其鬼不神。

二列子師老商

氏、友伯高子、進二子之道、乘風而歸。

莊子云、列子御風而行、冷然善、若有五日而後反。蓋神人、無憇稱之也。

尹

生聞之、從列子居、數月不省舍。因間請蘄其術者。十反而十不告。尹

生懼而請辭。列子又不命。尹生退數月、意不已、又往從之。列子曰、

汝何去來之頻。尹生曰、曩章戴有請於子、章戴、尹子不我告。固有憾於

子。今復脫然、是以又來。列子曰、曩吾以汝爲達、也。昔今汝之鄙至此

乎、姬、將告汝也。居所學於夫子者矣。自吾之事夫子、友若人也、老子、若

伯高。謂而不敢言、此匿怨藏情者也、故矯之而已。三年之後、心不敢念是非、口不敢言利害、始得夫子一矯而已。利害、當作更。

七年之後、心庚念是非、口庚言利害、庚、當利害夫子始一

解顏而笑。是非利害、世間之常理、任心之所念、任口之所言、而无矜吝於譽懷、內外如一、不猶踰於匿而不顯哉。欣其一致、聊寄笑焉。

從心之所念、庚无是非。從口之所言、庚无利害。夫子始一引吾並席而

坐。夫心者何、寂然而无思想也。口者何、默然而自吐納也。則无是非。任口之理、則无利害。道契師友、同位比肩、故其宜耳。若順心之極、九年之後、橫

心之所念、橫口之所言、亦不知我之是非利害歟、亦不知彼之是非利害

歟、亦不知夫子之爲我師、若人之爲我友。內外進矣。心既无念、口既无違、縱其所

言、體道窮宗、爲世津梁、終日念而非我念、終日言而非我言、若以无念爲念、无言爲言、若以无念爲念、无言爲言、未造於極也、所謂无爲而无不爲者、如斯則彼此之異於何而求、苟實之義將何所施、故曰内外盡矣。

而後眼如耳、耳如鼻、鼻如口、无不同也。心凝形釋、骨肉都融、不覺

形之所倚、足之所履、隨風東西、猶木葉幹殼、竟不知風乘我邪、我乘  
風乎。

大眼耳鼻口、各有攸司、令神凝形凝、无待於外、則視聽不資眼耳、嘉味不賴鼻口、故六藏七孔、四支百節、塊然尸居、同爲一物、則形吳所倚、足奚所履、我不賴鼻口、

風之乘我、熟此毫髮也。今女居先生之門、曾未浹時、而懼憾者再三、女之片體、將氣所

不受。汝之一節、將地所不載。

用其情、有其身、則肌骨不能相容、一體將无所寄、豈二儀之所能覆載。

履虛乘風、

其可幾乎。尹生甚怍、屏息良久、不敢復言。」列子問關尹曰、至人潛行

不空、不空者、實有也。至人動止、不以實有爲閭者也。郭象曰、其心虛、故能御羣實也。蹈火不熱、行乎萬物之上而不慄。

向秀曰、天下樂推而不厭、非吾之自高、故不標者也。請問何以至於此。關尹曰、是純氣之守也、非智巧

果敢之列。

至德至真、即我之性分、非求之於外。慎而不失、作吾。當則物所不能害、豈智勇而得冒涉哉。

姬、魚語汝。

魚、當作吾。凡有

貌像聲色者、皆物也。

上至聖人、下及昆蟲、皆形聲之物。以形聲相應、則無殊絕者也。

物與物何以相遠也。

向秀曰、

唯无心者獨遠耳。天奚足以至乎先、是色而已。

向秀曰、相先也。以相先者、唯自然也。

則物之

造乎不形、而止乎无所化。

有既无始、則所造者无形矣。形既无終、則所造者无化矣。

夫得是而窮之者、

焉得爲正焉。

尋形聲、欲窮其終始者、亦焉得至極之所乎。

彼將處乎不深之度、

卽形色而不求其終始者、失自然之正矣。

而藏乎无端之紀。

至理豈有隱藏哉、任而不執、故冥然无迹、端崖不見。

游乎萬物之所終始、

乘理而无心者、則常與萬物並遊、豈

得無終始之迹者乎。

壹其性、養其氣、含其德、以通乎物之所造。

氣盡德純者、豈恒自通而已哉。物之所至、

皆使无闇、然後通齊、造音操。

夫若是者、其天守全、其神无郤、物奚自入焉。

不虧則自然之分

形神全一、憂患異由而入也。

夫醉者之墜於車也、雖疾不死。骨節與人同、而犯害與人異、

其神全也。乘亦弗知也。墜亦弗知也。

此借墜以明至理之必然也。

死生驚懼、不入乎其

胷、是故遷物而不憚。

向秀曰、得全於天者、而不恐也。遇委順至理也。

彼得全於酒、而猶若是、

向秀曰、醉故失其所知耳、非自然无心也。

而況得全於天乎。

向秀曰、得全於天者、然无心、

自聖人藏於天、故物莫之能傷也。

不關性分之故曰藏也。一列禦寇爲伯昏无人射。

引之盈貫、

盈弦窮措杯水其肘上、停手

水不傾、故杯發之、鏑矢復沓、

郭象曰、矢去也、箭歸去復往也。

方矢復寓。

郭象曰、箭方云未至的、以復

寄杯於肘、言敏捷之妙也。

當是時也、猶象人也。伯昏无人曰、是射之射、雖盡射之理、而不非不射之  
射也。

志其能否、雖不當與汝登高山、履危石、臨百仞之淵、若能射乎。有內所畏懼則失其財矣。

於是无人遂登高山、履危石、臨百仞之淵、背逡巡、足二分垂在外、揖禦寇而進之。禦寇伏地、并汗流至踵。伯昏无人曰、夫至人者、

上闕青天、下潛黃泉、揮斥八極、神氣不變。

郭象曰、揮斥猶縱放也。夫德充於內、則神滿於外、無遠近幽深、

所在皆明。故審安危之機、而泊然自得也。今汝怵然有恂目之志、爾於中也殆矣夫。

郭象曰、不能明至分、故有懼而

所畏者多矣、范氏有子曰子華、善養私名、遭侮之徒也。舉國服之。有寵於晉

君。不仕而居三卿之右。目所偏視、晉國爵之。口所偏肥、音鄙。晉國黜之。

游其庭者侔於朝。子華使其俠客、以智鄙相攻、彊弱相凌、雖傷破

於前、不用介意。終日夜以此爲戲樂、國殆成俗。禾生子伯、范氏之上

客、出行經坰外、坰、郊野之外也。宿於田更商丘開之舍。偃叟、晉中夜禾生子伯二

人相與言子華之名勢、能使存者亡、亡者存、富者貧、貧者富。商丘開先窘於飢寒、潛於牖北聽之。因假糧荷畚、之子華之門。子華之門徒、皆世族也。縞衣乘軒、緩步闊視、顧見商丘開年老力弱、面目黎黑、衣冠不檢、莫不恥之。恥、音辱。既而狎侮欺詭、攢搥撓拏。既而狎侮欺詭、攢搥撓拏。攢、音冕。撓、音烏待。拏、音扶。一切。都感亡所不爲。商丘開常无愠容。而諸客之技單、憊於戲笑。遂與商丘

開俱乘高臺、於衆中漫言曰、有能自投下者、賞百金。衆皆競應。商丘開以爲信然、遂先投下。形若飛鳥、揚於地、骯骨无穢。范氏之黨以爲偶然、末詎怪也。因復指河曲之溼隅曰、彼中有寶珠、涿可得也。商丘開復從而涿之。水底潛行。曰涿。既出、果得珠焉。衆昉同疑。昉、始。子華昉令豫肉食衣帛之次。俄而范氏之藏大火。子華曰、若能入火取錦者、從所得多少賞若。商丘開往、无難色。大火往還、埃不漫、身不焦。范氏之黨、

以爲有道。乃共謝之曰、吾不知子之有道而誕子、讐。昔吾不知子之神人  
而辱子。子其愚我也、子其聾我也、子其盲我也。敢問其道。商丘開曰、  
吾亡道。雖吾之心亦不知所以。雖然、有一於此、試與子言之。襄子二  
客之宿吾舍也、聞譽范氏之勢、能使存者亡、亡者存、富者貧、貧者富。  
吾誠之无二心、故不遠而來。及來、以予黨之言皆實也。唯恐誠之之不  
至、行之之不及、不知形體之所措、利害之所存也。心一而已。物亡迕  
者、如斯而已。今昉知子黨之誕我。我內藏猜慮、外衿觀聽、追幸昔日  
之不焦溺也。怛然內懃、惕然震悸矣。水火豈復可近哉。自此之後、范  
氏門徒、路遇乞兒馬醫、弗敢辱也、必下車而揖之。宰我聞之、以告仲  
尼。仲尼曰、汝弗知乎。夫至信之人、可以感物也。動天地、感鬼神、  
橫六合而无逆者、豈但履危險、入水火而已哉。商丘開信篤物猶不逆、

況彼我皆誠哉。小子識之。」周宣王之牧正。有役人梁鷦者。能養野禽獸。委食於園庭之內。雖虎狼鶻鷔之類。无不柔者。雄雌在前。孳尾成羣。異類雜居。不相搏噬也。王慮其術終於其身。令毛丘園傳之。梁鷦曰。鷦賤役也。何術以告爾。懼王之謂隱於爾也。且一言我養虎之法。凡順之則喜。逆之則怒。此有血氣者之性也。然喜怒豈妄發哉。皆逆之所犯也。夫食虎者不敢以生物與之。爲其殺之之怒也。恐因其用力致怒。致怒。殺以不敢以全物與之。爲其碎之之怒也。恐因殺以時其饑飽。達其怒心。向秀曰。達其心。之虎之順之故也。與人異類。而媚養己者。順也。殊性而愛媚我。所以害物逆其心故。然則吾豈敢逆之使怒哉。亦不順之使喜也。夫喜之復也必怒。怒之復也常喜。皆不中也。不處中和、勢極則反必然之數。今吾心无逆順者也。則鳥獸之視吾猶其儕也。故游吾園者。不思高林曠澤。寢吾庭者。不願深山幽谷。理使然。

也。聖人所以陶鑿羣生、使各得其性。亦猶役人之能將養禽獸、使不相殘害也。

向秀曰、其數必能不懼舟也。言

能驚沒之人也。

一顏回問乎仲尼曰、吾嘗濟乎觴深之淵矣。津人操舟若神。吾問焉。曰、操舟可學邪。曰、可。能游者可教也。

善游者數能。向秀曰、其數必能自能也。言乃若夫沒人。則未嘗見舟而謾操之者也。

謾、起也。向秀曰、吾問焉而不告。敢問何謂也。仲尼曰、謾、吾與若玩其文

也久矣。而未達其實。而固且道與。見操舟之可學、則是玩其文、自能、則是未至其實。今且爲汝說之也。能

游者可教也。輕水也。善游者之散能也。忘水也。士水、則无矜畏之心。乃若夫沒人

之未嘗見舟也。而謾操之也。彼視淵若陵。視舟之覆猶其車却也。覆却萬

物。方陳乎前。而不得入其舍。神明所居、故謂之舍。惡往而不暇。所遇皆閑暇也。以瓦摶者

巧。以鉤摶者憚。以黃金摶者惛。互有所投曰懼。郭象曰、所巧一也。而有所

矜、則重外也。凡重外者撲內。重、則无巧拙矣。唯志內外遺輕孔子觀於呂梁。懸水三十

仞。流沫三十里。鼈鼈魚鼈之所不能游也。見一丈夫游之。以爲有苦而

欲死者也。使弟子並流而承之。數百步而出。被髮行歌、而游於棠行。  
行業。當作塘。

孔子從而問之曰、呂梁懸水三十仞、流沫三十里、鼈鼈魚鼈所  
不能游。向吾見子道之、道、當爲蹈。以爲有苦而欲死者。使弟子並流將承子。子

出而被髮行歌、吾以子爲鬼也。察子則人也。請問蹈水有道乎。曰、亡、

吾无道。吾始乎故、長乎性、成乎命、與齋俱入、與汨偕出。  
吾、則所遇而安也。在其中者、水退入涌出之貌。

從水之道而不爲私焉。此吾所以道之也。孔子曰、何謂始乎故、長乎性、

成乎命也。曰、吾生於陵、而安於陵、故也。  
故、猶素也。在其真素、則所遇而安也。

安於水、性也。  
頗性之理、則物莫之逆也。不知吾所以然而然、命也。  
自然之理、知其不可知、不可以智知。謂之命也。

仲尼適楚、出於林中、見痁僂者承蜩、猶掇之也。仲尼曰、子巧乎。有

道邪。曰、我有道也。五六月纍堦二而不墜、則失者鎔銖。  
而不墜、累二十九手轉之也。

者、不過鎔銖之間耳。失纍三而不墜、則失者十一。纍五而不墜、猶掇之也。蓋則

者也。失吾處也。若繫株駒、

崔譏曰：繫株  
駒，斷樹也。

吾執臂若槁木之枝、天地之大、萬

物之多、而唯蜩翼之知、吾不反側。不以萬物易蜩之翼。何爲而不得。

郭象曰：遺彼故得此也。孔子顧謂弟子曰：用志不分、乃凝於神。

分猶散。意專則與神相似者也。

其痴僂

丈人之謂乎。丈人曰、汝逢衣徒也、亦何知問是乎。脩汝所以、而後載言

其上。脩治也。言治汝所用仁義之術、反於自然之道、然後可載此言於身上也。海上之人有好漚鳥者、每旦之海上、

從漚鳥游。漚鳥之至者百住而不止。心和而形順者、物所不惡。住、當作數。其父曰、吾聞漚鳥

皆從汝游、汝取來吾玩之。明日之海上、漚鳥舞而不下也。心動於內、形變於外、食鳥猶覺人

詐哉？故曰、至言去言、至爲無爲、齊智之所知、則淺矣。言爲都忘、然後物无

理。豈可各有所依趣似若乖互、會歸不異者。蓋丈人明夫心處專一、猶能外不離物。況自然冥至、形同於

木石者乎。至於海童誠心、充於內、坦蕩形於外、雖未能利害兩忘、猶忘本耳。夫立言之本、消然輕舉、異類亦无所多怪。此二喻者、蓋假近以徵遠、借末以明本耳。

趙襄子率徒十萬、狩於中山。火攻日藉榜燔林、扇赫百里。有一人從石壁中出、隨煙燼

上下。衆謂鬼物。火過、徐行而出。若無所經涉者。襄子怪而留之、徐而察之、形色七竅、人也。氣息音聲、人也。問奚道而處石、奚道而入火。其人曰、奚物而謂石、奚物而謂火。此則都不覺有石火。何物而能處之。襄子曰、而嚮之所出者、石也。而嚮之所涉者、火也。其人曰、不知也。不知之極、故得如此。魏文侯聞之、問子夏曰、彼何人哉。子夏曰、以商所聞夫子之言、和者大同於物、物無得傷閼者。游金石、蹈水火、皆可也。文侯曰、吾子奚不爲之。

子夏曰、剗心去智、商未之能。雖然、試語之有暇矣。夫因心以剗心、借智以用心之所。體忘言之。則有餘暇矣。明夫至理非

所遺心智之跡猶存。文侯曰、夫子奚不爲之。子夏曰、夫子能之而能不爲者也。文侯大說。天下有能之而能不爲者、有不能之而不能不爲者、有不能而强欲爲之者、有不爲而自能者。王於聖人亦何所爲、亦何所不爲、亦何所不爲、亦何所不能、亦何所不能、俛仰同俗、升降隨物、奇功異迹、未嘗覺顯、體中之絕妙處、萬不視一焉。此卷自始篇至此章、明順性命之道、而不係著五情、專氣致柔、誠心无二者、則處水火而不燃溺、涉木石而不挂礙、銅鋒刃而無傷殘、履危險而無嶺壑。萬物靡逆其心、入體不亂氣。身能輕舉、耳可洞聽、目可徹照。斯言不經、實該常心、故試論之。夫陰陽遞化、五才偏育、金

土以母子相生、水火以燥濕相乘、人性以靜躁殊途、升降以所能異情。故有雲飛之輪、淵潛之鱗、火遊之鼠、木藏之蟲。何者？剛柔炎涼、各有攸宜、安於一域、則困於餘方。至於至人、心與元氣

玄合、體與陰陽冥錯、方圓不當於一象、溫涼不值於一器物、神定氣和、所乘皆順。則五物不能逆、寒暑不能傷、謂含德之厚、和之至也。故常无死地、豈用心去就而復全哉。蹈水火、乘雲霧、

履高危、入甲

兵、未足怪也。」有神巫自齊來、處於鄭、命曰季咸、知人死生、存亡、禍福、

壽夭。期以歲、月、旬、日如神。鄭人見之、皆避而走。向秀曰、不喜。列

子見之而心醉、向秀曰、迷惑其道也。而歸以告壺丘子曰、始吾以夫子之道爲至矣、

則又有至焉者矣。郭象曰、謂季咸之至、又過於夫子也。壺子曰、吾與汝旣其文、未旣其實、而

固得道與。衆雌而無雄、而又奚卵焉。向秀曰、夫實由文顯、道以事彰、有道而無事。

汝。向秀曰、元其一方、以必信也。此言至人之唱必有感而後和者也。而以道與世抗、必信矣夫。故使人得而相

汝。向秀曰、信於世、故可得而相也。嘗試與來以予示之。明日、列子與之見壺子、出

而謂列子曰、譴、子之先生死矣、弗活矣、不可以旬數矣、吾見怪焉、

見濕灰焉。列子入、涕泣沾衾以告壺子。子曰、向吾示之以地文、向秀曰、塊然若土也。

罪乎不諫不止。

罪或作萌。向秀曰、萌然不動、亦不自止、與枯木同其不華、死灰均其寂滅也。謂黑之與水流、天行之與地止、其於不爲而自然一也。今季咸見其尸居而坐忘、然後足爲物主。

謂黑之與水流、天行之與地止、其於不爲而自然一也。今季咸見其尸居而坐忘、然後足爲物主。

是將死、見其神動而天隨、便爲之有生。苟无心而應感、則莫變升降、以世爲量、然後足爲物主。

而順時无極耳。豈相者之所覺哉。是殆見吾杜德幾也。

向秀曰、德幾不發、故曰杜也。

嘗又與來。明日、又與之

見壺子。出而謂列子曰、幸矣、子之先生遇我也有瘳矣。灰然灰、或作全。有生

矣。吾見杜權矣。

有用而無利、故謂之杜權。

列子入告壺子。壺子曰、向吾示之以天壤。

向秀曰、天壤之中、覆載之功見矣、比地之文不猶外乎。

名實不入、向秀曰、任自然而覆載、則名利之作、皆爲棄物。而機發於踵。

郭象曰、

此明季咸之所見者淺矣。此爲杜權、是殆見吾善者幾也。

向秀曰、有善於彼、彼乃見上起。

嘗又與來。明

日、又與之見壺子、出而謂列子曰、子之先生、坐不齋、或无坐字。向秀曰、天

管窺天者、莫見其崖、故以不齊也。吾无得而相焉。試齋、將且復相之。列子入告壺子。壺子

曰、向吾示之以太冲莫聯。

向秀曰、居太冲之極、浩然平心、玄同萬方、莫見其迹。是殆見吾衡氣幾也。

衡、平也。

鯢旋之潘瀟。爲淵、止水之潘爲淵。流水之潘爲淵。濁水之潘爲淵。沃水

之潘爲淵。汎水之潘爲淵。雍水之潘爲淵。汧水之潘爲淵。肥水之潘爲

淵。是爲九淵焉。

此九水名，義見前推。夫水一也，而隨高下，處險有洄激流止之異，似至人

與龍躍，常淵然自若，未始失其體默也。郭象曰：夫至人用之則行，舍之則藏，

止之則止，雖波流九變，治亂紛紜，若居其極者，常淵然自得，治乎無爲也。

嘗又與來。明日、

又與之見壺子。立未定，自失而走。壺子曰：追之。列子追之而不及。

反以報壺子曰：已滅矣、已夫矣、吾不及也。壺子曰：向吾不之以未始

出吾宗。向秀曰：雖進退同羣，而常深根寧極也。吾與之虛而猗移、向秀曰：无心以隨變也。不知其誰何。

向秀曰：

所係。因以爲茅靡、因以爲波流、故逃也。茅靡，當爲頽靡。向秀曰：變化頽靡，世事波流，利化不因，則爲之非我。我

雖不爲，而與羣俯仰。夫至人一也，然應世變，而時動，故相者无所用其心，自失而走者也。然後列子自以爲未始學而歸。三年不

出。向秀曰：棄人爲其妻爨。向秀之近務也。遺取辱也。食煩如食人。貴賤也。志於事無親、向秀

元適元雕琢復朴、塊然獨以其形立。向秀曰：雕琢之文，復莫也。雕琢復朴、塊然獨以其形立。其真朴，則外事去矣。復

成，或作哉。壹以是終。得道也。遂子列子之齊。中道而反、故不敢遂進。遇