《道德经》通识课 · 第二十六讲

重为轻根

第二十六章 · 静为躁君

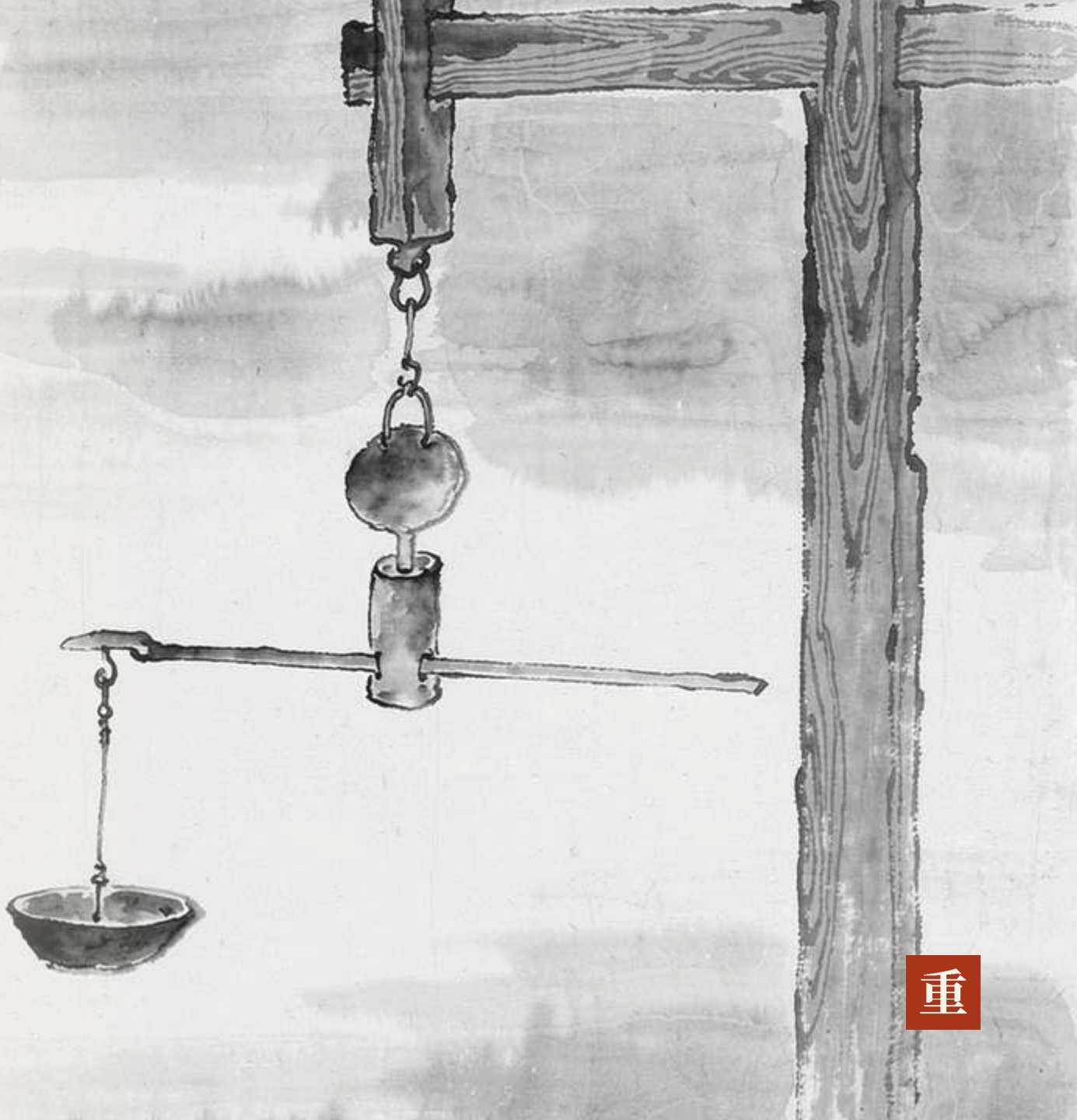
秤砣比秤杆轻得多。

可称东西的时候，是秤砣在管秤杆。

重的托着轻的，静的看着躁的。

编讲：西域老铁

https://tiewenbin.com



重



幕 · 壹

根与君

重为轻根，静为躁君。

王弼只批了一句：**轻不能载重，小不能镇大。**十个字，把这一章的道理讲完了——不是重的比轻的重要，是重的在下面，替轻的承着。

经文

第二十六章 · 全章四十七字

原文

重为轻根，静为躁君。

是以君子终日行不离辎重，

虽有荣观，燕处超然。

奈何万乘之主，而以身轻天下？

轻则失根，躁则失君。

四层结构

立论　先把规矩摆出来：谁是谁的根，谁是谁的君。

举事　给一个日常动作：走路，别丢下那辆车。

反问　忽然掉头，把话锋对着最不该犯这错的人。

断语　四个字一句，把话收死。

底本按通行本：「君子」「失根」。异文见第十五页。

今译

> 厚重是轻率的根本，静定是躁动的主宰。
>
> 所以君子整日行走，不离开载着辎重的车；虽有华美的居处可看，却安然处之、不为所动。
>
> 为什么拥有万辆兵车的大国之主，反而拿自己去轻慢天下？
>
> 轻率就失去根本，躁动就失去主宰。

译注

燕处超然	「燕处」是安居；「超然」不是看不上，是不被那些荣观牵着走。
万乘之主	「乘」是兵车。万乘，是当时对头等大国的说法。
辎重	此处按字面译作「载着辎重的车」；河上公偏要把它读成「静」，见第十三页。
以身轻天下	这句有两读：轻慢天下，还是看轻此身？见第十七页。

四十七个字，讲的全是**位置**：什么该压在下面，什么该放在上面。

为什么必须重在下

重为轻根 · 承重结构

上层　轻 —— 枝叶、花、金帛、速度

承重面 ——— 全部重量都落在这条线上

下层　重 —— 根、辎重、秤砣、竹筒

王弼《老子注》

凡物轻不能载重，小不能镇大。

轻的东西托不住重的，小的地方压不住大的。这不是价值判断，是结构判断。

河上公《章句》

草木之华轻故零落，根重故长存也。

花最轻，落得最早；根最重，活得最久。他把这句话讲成了一年四季。

「重」在现实里有三种形状：船上的是压舱石，军中的是辎重车，朝廷里的是户籍图册。它们的共同点是——**都不能立刻变成好处**。压舱石让你走得慢，辎重车拖你后腿，图册不能吃不能穿。

而「轻」的东西全都相反：金帛能立刻分掉，速度能立刻见效，风头能立刻出。**轻的东西给你即时回报，重的东西只给你后路**——所以人一急，第一个扔的永远是后路。

注意老子用的不是道德词，是结构词。他没说「轻了不好」，他说的是「轻不能载重」——这不是评价，是承重计算。

> 秤砣不大，可它挂在哪个位置，决定秤杆平不平。**「重」不是分量最大的那一份，是承住全部重量的那一处。**

一鼓作气

《左传 · 庄公十年》 · 静为躁君



鼓槌搁在鼓面上——整场仗，它只响一次。

公将鼓之。刿曰：「未可。」齐人三鼓。刿曰：「可矣。」齐师败绩。

「夫战，勇气也。**一鼓作气，再而衰，三而竭**。彼竭我盈，故克之。」

同一面鼓，齐人敲了三次，鲁人敲了一次。曹刿按住的不是鼓槌，是自己的消耗。

谁先动，谁先空。

还有第二处「未可」：齐师已经败了，庄公要追，曹刿说未可。他下车看车辙、登车远望，才说可矣——「吾视其辙乱，望其旗靡，故逐之。」赢的那一刻，也不许动。

一鼓 · 锐	再鼓 · 衰	三鼓 · 竭
气全在这一下	已经少了一半	只剩动作，没有气

鼓是敲给自家兵听的。三通鼓下来，齐军的力气没处使，全散在空气里；鲁军那一下，是攒了三次的力气。**气不是被敌人打掉的，是自己鼓掉的。**

> 静不是不动。静是**把自己的消耗，排在对方之后。**

同一个字，另一套解法

儒家 · 重与静

重 · 《论语 · 学而》

君子不重则不威，学则不固。

不庄重就没有威严，学到的东西也扎不住。孔子这里要的「重」是**仪态上的分量**——它长在脸上。

静 · 《礼记 · 大学》

知止而后有定，定而后能静，静而后能安，安而后能虑，虑而后能得。

儒家的「静」不在结尾，在**链条的中段**——它是通到「能虑」「能得」的一段路。

止 › 定 › **静** › 安 › 虑 › 得

躁 · 《论语 · 述而》

子路曰：「子行三军，则谁与？」子曰：「暴虎冯河，死而无悔者，吾不与也。必也临事而惧，好谋而成者也。」

空手打虎、赤脚过河，死了都不后悔的人，孔子说我不带他。他要的是「临事而惧」——那个「惧」不是胆小，是**知道这事有多重**。

注意这条链条的第一格不是「静」，是「止」。止是知道停在哪儿。先有一个不动的地方，才有资格谈静——**老子把它叫「根」，儒家把它叫「止」**，两个词指的是同一件事。

所以儒家的静是有前提的。没有「止」的静只是发呆；《大学》的静，是站定了之后的静。它本身不产生什么，只是让你能接着往下走：能虑，能得。

这也是两家最实在的差别：**老子的静是「君」，要一直坐在那个位子上；儒家的静是「驿站」，走过它，就该往前了。**

> 儒家把「重」放在脸上，把「静」放在路上。老子把「重」放在底下，把「静」放在上面——**同两个字，一个用来立身，一个用来立结构。**

《楞严经》卷四 · 佛家的静

贮于静器

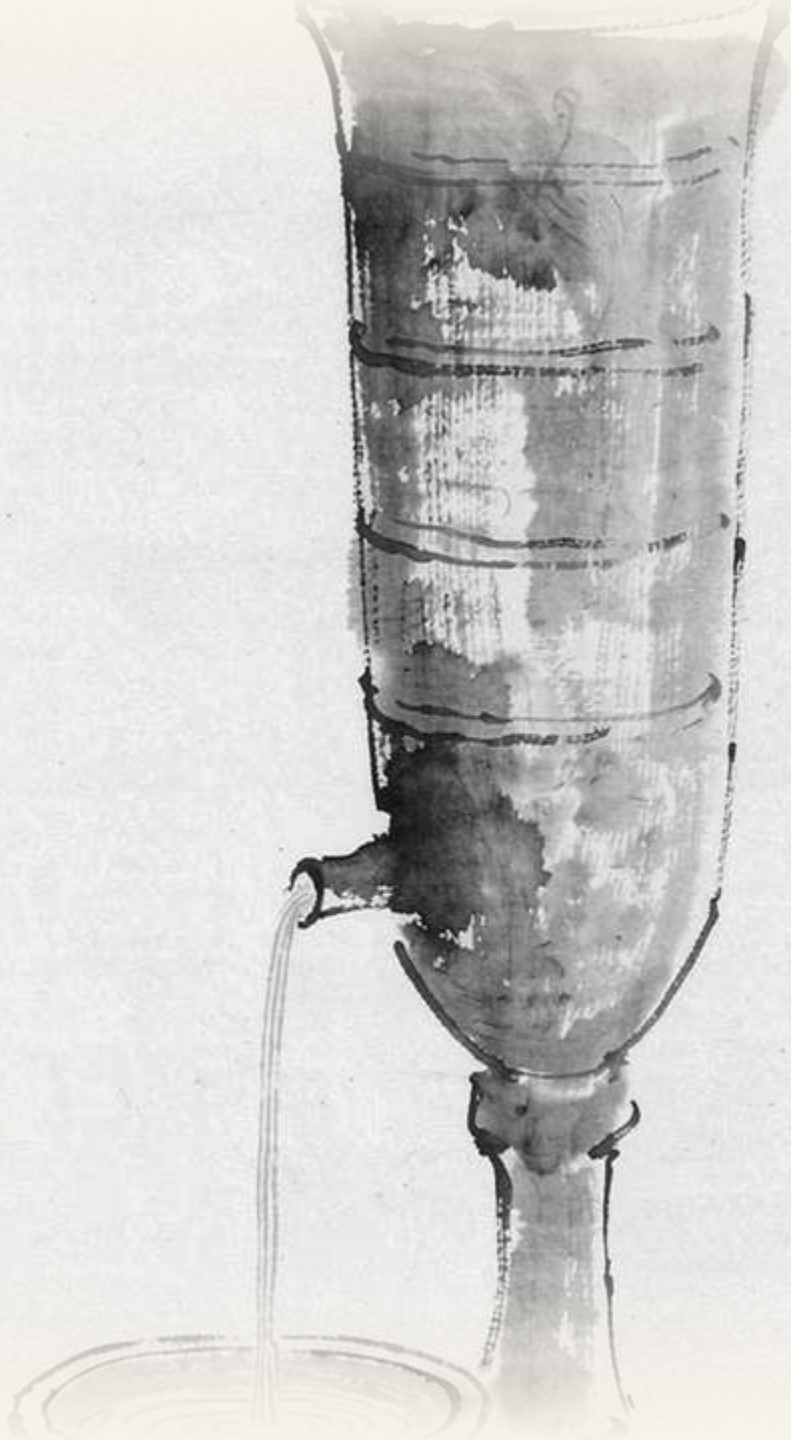
「如澄浊水，贮于静器，静深不动，**沙土自沉**，清水现前，名为初伏客尘烦恼。」

佛家的静是一个**容器**。你不必伸手去抓那些沙土——你只要让水不动，沙土自己会落下去。

但这里有个字面上的对撞：《成唯识论》讲善心所「轻安」——「远离粗重，调畅身心，堪任为性，对治惛沈」；注家说得更直白：「离重名轻，调畅名安」。**老子要人守住「重」，佛家要人远离「粗重」。**

还要看「伏」这个字：压住，不是断掉。沙土沉在底下，水一晃还会起来。所以佛家后面另有一个台阶叫「断」——老子走到「守」就停了，他不打算把沙土从水里拿走。

> 同一个字，一个指根基，一个指烦恼。不是两家打架，是两个词恰好长得一样。



「重」与「静」的三处落点

三家对照

维度	道家	儒家	佛家
「重」是什么	**承重的根、辎重** 在下面，替轻的承着	庄重的仪态 在脸上，立威之用	「粗重」，要远离 烦恼的别名
「静」是什么	**躁动的主宰** 「君」——它是主	通向思虑的一环 定→静→安→虑→得	让沙土自沉的容器 「静器」——它是器
静的对头	躁 只管一头	妄动 心定不下来	掉举 + 惛沉 既防躁，也防沉
要到哪儿	**不失去根** 守住，别搬走	能虑、能得 静是为了往前走	动静二相，了然不生 最后连静也不立

> 三栏最右一列是递进的：道家的静还是个「君」，儒家的静是条「路」，到了佛家，静只是一个「器」——**用完可以放下。**

幕 · 贰

辎重

终日行，不离辎重。

走一千里路，最不起眼的那辆车，装着你全部活下来的东西。**它走得最慢，可它一旦丢下，走得多快都没意义。**



《史记 · 萧相国世家》

先入收图籍

「沛公至咸阳，诸将皆争走金帛财物之府分之，**何独先入收秦丞相御史律令图书藏之**。」

「汉王所以具知天下阨塞，户口多少，强弱之处，民所疾苦者，以何具得秦图书也。」

一城之中，最轻的东西最抢手——金帛可以分、可以带走、可以马上变现。最重的东西没人要：几车竹简、几口木箱，抬都嫌沉。**而后来决定这场胜负的，正是没人要的那一批。**

> 这些竹简不能花、不能穿、不能换酒喝。它们唯一的长处，是**重**——重到能压住一个天下。

后事　同年十二月，项羽入关，屠咸阳，烧秦宫室，火三月不灭。能烧的都烧了；**萧何抬走的那些竹简留在库里，成了汉朝的家底。**



功狗与功人

《史记 · 萧相国世家》 · 同一场论功

「夫猎，追杀兽兔者狗也，而发踪指示兽处者人也。今诸君徒能得走兽耳，**功狗也**。至如萧何，发踪指示，**功人也**。」

这是刘邦当着争功的众将说的。他不比谁跑得快，他只分两种：一种追上兔子，一种告诉你去哪片草里追。

狗的眼睛只盯着眼前那一只，所以它快；人站得远远的，所以他看得见整片猎场。**快和远，是两件事，往往不能同时长出在一个人身上。**



浓墨的是狗，淡墨的是人——一个在跑，一个在指。

> 速度决定你得着几只兔子，位置决定你得着哪一片草原。**「重」就是那个位置。**

《左传 · 襄公十五年》· 虽有荣观

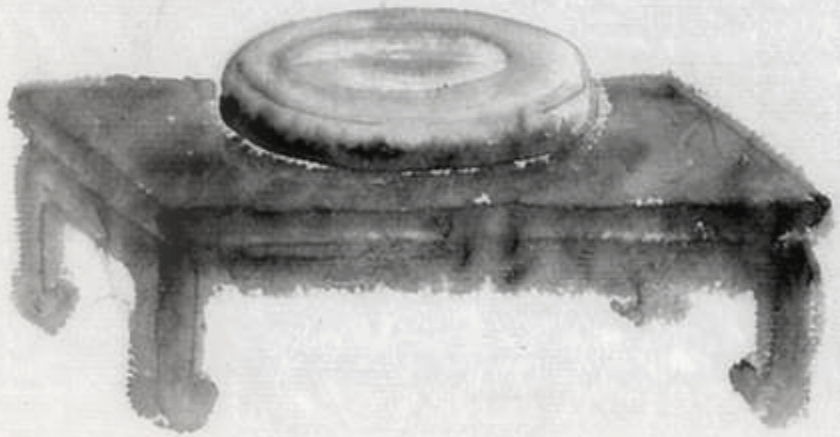
燕处超然

宋人或得玉，献诸子罕，子罕弗受。子罕曰：「我以不贪为宝，尔以玉为宝。**若以与我，皆丧宝也**。不若人有其宝。」

「荣观」就是这一块玉摆在案上——看着它的人，心就开始轻了。子罕的解法不是忍着不要，是**换一套账**：你有一个宝，我也有一个宝；收了你的，两个都没了。

而且他最后没有一推了之。献玉者说「小人怀璧，不可以越乡，纳此以请死也」——子罕便「使玉人为之攻之，富而后使复其所」：玉不收，但替你解决了怀璧的麻烦。

> 超然不是冷淡，是他手里已经有了自己的宝，**不必再拿你的**。



辎重，到底是什么

一个训诂问题 · 三种读法

河上公《章句》

「辎，静也。圣人终日行道，不离其静与重也。」

他把「辎」直接训成「静」——一个军事名词，当场变成了心理状态。

路子：**训义**。换掉一个字，让军事名词直通心上。

王弼《老子注》

「以重为本，故不离。」

他不训字，只点意思。四个字：「以重为本」。剩下全留给你自己。

路子：**点意**。不碰字，只把方向指给你看。

朱谦之《老子校释》

「辎重为载物之车，前后有蔽，载物有重，故谓辎重。」

老老实实考证物件：有帷盖、能载重的那种车。一点不玄。

路子：**考物**。先把东西考实，再谈意思。

同一个词，两种治学态度

朱谦之是对的：**字面上，「辎重」就是载重的车**，不是「静」。翻遍先秦典籍，没有第二个把「辎」当「静」用的例子。

可河上公也未必错：**老子挑这个笨重的词，本来就是在说笨重**。他完全可以说「不离其道」，为什么要说一辆车？

所以这一句的难处不在训诂，而在：他为什么偏偏挑一个**最笨重的字**，去说那个最轻的「静」。

> 河上公的读法不忠于字面，但可能更忠于老子。他听懂了：这句话不是在讲行李，是**别把压舱的东西留在岸上**。

幕・叁

万乘之主

奈何万乘之主，而以身轻天下?

万辆兵车，是那个时代最重的家当。可坐在车上的人，常常是车里最轻的那一份——**车越重，人越容易觉得自己可以随便走开。**



一本一个说法

异文对照 · 到底谁在失

版本	第三句的主语	终日行的那个动词	末句
帛书甲本	君子	不**离**其辎重	轻则失**本**
帛书乙本	君子	不**远**其辎重	轻则失**本**
王弼本	**圣人**	不离辎重	轻则失**本**
苏辙《老子解》	圣人	不离辎重	轻则失**臣**
通行本（本次用）	**君子**	**不离辎重**	**轻则失根**

苏辙为什么改成「失臣」

「君轻则臣知其不足赖，臣躁则君知其志于利。」

他一读，就把这句话从「自己塌」读成了「别人走」。

他另有一句，更狠

「人主以身任天下，而轻其身，则不足以任天下矣。」

拿身子去担天下，身子一轻，就担不动了。

> 没有一本是抄错的。「失根」说的是自己塌了，「失臣」说的是别人走了——**同一件事，两个观测点。**

沙丘宫

《史记 · 赵世家》 · 轻则失根

二十七年，赵武灵王在自己最强的时候做了一件没人做过的事：活着把王位传给儿子，自己退下来，自号「**主父**」。「主父欲令子主治国，而身胡服将士大夫西北略胡地」——他要腾出手去打仗。

> 「主父欲出不得，又不得食，探爵彀而食之，**三月余而饿死沙丘宫**。」
>
> 爵彀：雏雀。围宫的人下令「后出者夷」，宫里的人全跑光了，只剩他一个。

他不是昏君。敢穿胡服、敢亲自扮作使者入秦察看地形，秦昭王事后才发现那个「使者」是赵王本人——这是「重」到极点的一个人。

可他把自己的位置挪开了：王位交出去了，没交干净；又想再分一半给长子。**身体还坐在两个位置上，结果哪个位置都不再属于他。**

「主父」这个称号本身就说明了一切：它不是官职，不是爵位，是一个不属于任何制度的位置。他把自己从君主的序列里搬了出来，放在一个只有称呼、没有权力的地方——三年后围宫的人之所以敢围，正因为那个位置上的人已经调不动一兵一卒。

太史公在篇末只叹了一句：「怜故太子，**欲两王之，犹豫未决**，故乱起，以至父子俱死，为天下笑，岂不痛乎！」

> 「轻则失根」在这里有了实景：**根不是被别人挖走的，是他自己走的。**

他怎么「轻」了天下

一句经文 · 两种读法

「奈何万乘之主，而以身轻天下」——这句话有个语法上的岔口：「轻」的对象是「天下」，还是「身」？两种读法，骂的是两种完全不同的人。

读法一

以轻率的态度治天下

「轻」的对象是天下：怠慢它、不认真、把国家大事当成小事办。

这类君主的毛病是**不肯用力**。

对得上的人：陈后主。隋军已到城外，他还在宫里填词，说「王气在此」，不必备战。

读法二

为天下而轻视此身

「轻」的对象是自己这条命：把身体也当成一枚可以押上去的筹码。

这类君主的毛病是**太肯用力**。

对得上的人：崇祯。十七年不敢懈怠，事事亲批，一寸权也不肯交，最后一个人吊死煤山。

王弼两边都留了

「轻不镇重也，**失本为丧身也，失君为失君位也**。」

他没有选边。注里并排放着「丧身」和「失位」——一条命，一个位子，两样都可以在「轻」里丢掉。

这也不是他含糊。在他眼里，两件事本是一件事的两面：你看轻天下，就去看轻自己这条命；你看轻自己这条命，天下也就没人再拿它当回事。

> 读法一骂「不认真」，读法二骂「太拼命」。后世多少勤政的亡国之君，走的是第二条路——**不是不重，是把「身」这一份重也押上去了。**

两个病，不是一个

轻则失根，躁则失君

轻 → 失根

机制：把压在底下的东西搬走了。

症状：人还在原地，只是脚不着地。

本质：**没有底**。

躁 → 失君

机制：让该停的停不下来。

症状：还在掌权，只是手不听使唤。

本质：**没有主**。

老子把它们分成两句，是有意为之。轻的人不一定在动——他可能稳稳地站着，只是站的地方已经不是他的地方了；躁的人不一定错——他可能每一步都对，只是停不下来收尾。

混在一起，就会开错药：给「轻」的人讲清静，他会更飘；给「躁」的人讲厚重，他会更沉。

治法：**抱重**——把根抱回来，不是加力气，是加分量。

治法：**守静**——不是按住手，是让那个「君」重新说话。

自诊一 · 你轻吗

把今天的头衔、位子、名片全摘掉，你还剩什么可以站着？

自诊二 · 你躁吗

把手上所有事都放慢一半、先不做完，你受得了几天？

一个是脚不着地，一个是手不听使唤。**分开看，才治得对。**

这两个病，三家怎么治

三家落点 · 用力方向

维度	道家	儒家	佛家
治「轻」	**抱重** 守住辎重，别把它留在岸上	重以立威 君子不重则不威	远离粗重 轻安：离重名轻，调畅名安
治「躁」	**静为躁君** 让静来做主，不是压住躁	定 → 静 → 虑 静是路上的一站，不是终点	止，对治掉举 奢摩他：让水静下来
还要防什么	没有明说 老子只提了躁，没提沉	没有明说 静到发木，儒家没系统讲	**惛沉** 静过了头，一样是病

最后一行是分水岭

只有佛家把「静」本身的副作用也列成了病。因为静用得久了，人会沉进去——那是另一种失控，只是看起来很像修行。

而三家的方向不同

道家**往下压**，儒家**往上立**，佛家**往两边看**。同一个「静」字，三种拿法。

> 三家都在讲「怎么不被自己拖走」。差别只在：**你相信自己该往下坠，还是往上长，还是根本不必动。**



第二十六章 · 结

重为轻根，

静为躁君。

这一章没有教你多做一件事。它只提醒：**别把压在底下的那一份搬走。**

根在下面，君在上面，两个位置都空着的时候，人就开始飘。

下一讲

第二十七章 · 善行无辙迹

走得最好的那个人，地上找不到他的脚印。