

養 生 主 第 三

Yǎng shēng zhǔ dì sān

吾 生 也 有 涯，而 知 也 無 涯。以 有 涯 隨 無 涯，殆 已；已 而 為
wú shēng yě yǒu yá , ér zhī yě wú yá 。 Yǐ yǒu yá suí wú yá , dài yǐ ; yǐ ér wèi

知 者，殆 而 已 矣。為 善 無 近 名，為 惡 無 近 刑。緣 督 以 為 經，
zhī zhě , dài ér yǐ yǐ 。 Wèi shàn wú jìn míng , wèi è wú jìn xíng 。 Yuán dū yǐ wèi jīng ,

可 以 保 身，可 以 全 生，可 以 養 親，可 以 盡 年。

kě yǐ bǎo shēn , kě yǐ quán shēng , kě yǐ yǎng qīn , kě yǐ jìn nián 。

庖 丁 為 文 惠 君 解 牛，手 之 所 觸，肩 之 所 倚，足 之 所 履，

Páo dīng wèi wén huì jūn jiě niú , shǒu zhī suǒ chù , jiān zhī suǒ yǐ , zú zhī suǒ lǚ ,

膝 之 所 踣，砉 然 響 然，奏 刀 騷 然，莫 不 中 音。合 於 《 桑 林 》

xī zhī suǒ jǐ , huò rán xiǎng rán , zòu dāo huò rán , mò bù zhōng yīn 。 Hé yú 《 sāng lín 》

之 舞，乃 中 《 經 首 》 之 會。文 惠 君 曰：「 嘻，善 哉！技 蓋

zhī wǔ , nǎi zhōng 《 jīng shǒu 》 zhī huì 。 Wén huì jūn yuē : 「 xī , shàn zāi ! jì gài

至 此 乎？」庖 丁 釋 刀 對 曰：「 臣 之 所 好 者 道 也，進 乎 技 矣。

zhì cǐ hū ? 」 páo dīng shì dāo duì yuē : 「 chén zhī suǒ hǎo zhě dào yě , jìn hū jì yǐ 。

始 臣 之 解 牛 之 時，所 見 無 非 全 牛 者。三 年 之 後，未 嘗 見

shǐ chén zhī jiě niú zhī shí , suǒ jiàn wú fēi quán niú zhě 。 Sān nián zhī hòu , wèi cháng jiàn

全 牛 也。方 今 之 時，臣 以 神 遇 而 不 以 目 視，官 知 止 而 神 欲 行。

quán niú yě 。 Fāng jīn zhī shí , chén yǐ shén yù ér bù yǐ mù shì , guān zhī zhǐ ér shén yù xíng 。

依 乎 天 理，批 大 郤，導 大 窾，因 其 固 然。技 經 肯 綮 之 未 嘗，

Yī hū tiān lǐ , pī dà xì , dǎo dà kuǎn , yīn qí gù rán 。 Jì jīng kěn qǐ zhī wèi cháng ,

而 況 大 軻 乎？良 庖 歲 更 刀，割 也；族 庖 月 更 刀，折 也。

ér kuàng dà gū hū ? Liáng páo suì gèng dāo , gē yě ; zú páo yuè gèng dāo , zhé yě 。

今臣之刀十九年矣，所解數千牛矣，而刀刃若新發於硯。

Jīn chén zhī dāo shí jiǔ nián yǐ , suǒ jiě shù qiān niú yǐ , ér dāo rèn ruò xīn fā yú yán。

彼節者有間，而刀刃者無厚；以無厚入有間，恢恢乎

Bǐ jié zhě yǒu jiān , ér dāo rèn zhě wú hòu ; yǐ wú hòu rù yǒu jiān , huī huī hū

其於游刃必有餘地矣。是以十九年而刀刃若新發於硯。

qí yú yóu rèn bì yǒu yú dì yǐ 。 Shì yǐ shí jiǔ nián ér dāo rèn ruò xīn fā yú yán 。

雖然，每至於族，吾見其難為，怵然為戒，視為止，行為遲，

Suī rán , měi zhì yú zú , wú jiàn qí nán wèi , chù rán wèi jiè , shì wèi zhǐ , xíng wèi chí ,

動刀甚微，謦然已解，如土委地。提刀而立，為之四顧，

dòng dāo shén wēi , huò rán yǐ jiě , rú tǔ wěi dì 。 tí dāo ér lì , wèi zhī sì gù ,

為之躊躇滿志，善刀而藏之。」文惠君曰：「善哉！

wèi zhī chóu chú mǎn zhì , shàn dāo ér cáng zhī 。 」 wén huì jūn yuē : 「 shàn zāi !

吾聞庖丁之言，得養生焉。」

Wú wén páo dīng zhī yán , dé yǎng shēng yān 。 」

公文軒見右師而驚曰：「是何人也？惡乎介也？天與？

gōng wén xuān jiàn yòu shī ér jīng yuē : 「 shì hé rén yě ? È hū jiè yě ? Tiān yǔ ?

其人與？」曰：「天也，非人也，天之生是使獨也，

Qí rén yǔ ? 」 yuē : 「 tiān yě , fēi rén yě , tiān zhī shēng shì shǐ dú yě ,

人之貌有與也。以是知其天也，非人也。」

rén zhī mào yǒu yǔ yě 。 Yǐ shì zhī qí tiān yě , fēi rén yě 。 」

澤雉十步一啄，百步一飲，不蕪畜乎樊中。神雖王，不善也。

zé zhì shí bù yī zhuó , bǎi bù yī yǐn , bù qí chù hū fán zhōng 。 Shén suī wáng , bù shàn yě 。

老聃死，秦失吊之，三號而出。弟子曰：「非夫子之友邪？」
Lǎo dān sǐ , qín shī diào zhī , sān hào ér chū 。 Dì zǐ yuē : 「 fēi fū zǐ zhī yǒu xié ? 」

曰：「然。」「然則吊焉若此，可乎？」曰：「然。」
yuē : 「 rán 。 」 「 rán zé diào yān ruò cǐ , kě hū ? 」 yuē : 「 rán 。 」

始也吾以為其人也，而今非也。向吾入而吊焉，有老者哭之，
Shǐ yě wú yǐ wèi qí rén yě , ér jīn fēi yě 。 Xiàng wú rù ér diào yān , yǒu lǎo zhě kū zhī ,

如哭其子；少者哭之，如哭其母。彼其所以會之，
rú kū qí zǐ ; shǎo zhě kū zhī , rú kū qí mǔ 。 Bǐ qí suǒ yǐ huì zhī ,

必有不蘄言而言，不蘄哭而哭者。是遁天倍情，忘其所受，
bì yǒu bù qí yán ér yán , bù qí kū ér kū zhě 。 Shì dùn tiān bèi qíng , wàng qí suǒ shòu ,

古者謂之遁天之刑。適來，夫子時也；適去，夫子順也。
gǔ zhě wèi zhī dùn tiān zhī xíng 。 Shì lái , fū zǐ shí yě ; shì qù , fū zǐ shùn yě 。

安時而處順，哀樂不能入也，古者謂是帝之縣解。」
Ān shí ér chù shùn , āi lè bù néng rù yě , gǔ zhě wèi shì dì zhī xiàn jiě 。 」

指窮於為薪，火傳也，不知其盡也。
zhǐ qióng yú wèi xīn , huǒ chuán yě , bù zhī qí jìn yě 。