

Flowers



《道德經》「知足」與「知止」 觀點探析

Module Code: SICH6013

Module Tutor: 鍾清泉老師

Student Name: 葉語詩 Yushi Ye

Student Number: 1902852

Date: 25 February 2022

目錄

CONTENTS

- 一. 前言
- 二. 「知足」觀點淺探
 - 1) 知足常樂
 - 2) 少欲知足
- 三. 「知止」觀點淺探
 - 1) 殉利忘身
 - 2) 知進知退
- 四. 結語

—

前言





在快節奏的生活下，我們應如何守護內心的快樂呢？

若有一天夢想實現了，我們會怎麼樣？





《道德經》

- 「知足」：
第三十三章、第四十六章。
- 「知止」：
第九章、第四十四章。



二

「知足」觀點淺探

(一) 少欲知足



四十六章：「天下有道，卻走馬以糞。天下無道，戎馬生於郊。罪莫大於可欲，禍莫大於不知足；咎莫大於欲得。故知足之足，常足矣。」

- 憨山大師言：「此章言多欲有爲之害，誡人以知足自守。」



(一) 少欲知足



「紂始為象箸，箕子歎曰：彼為象箸，必為玉杯；為玉杯，則必思遠方珍怪之物而御之矣。興馬宮室之漸自此始，不可振也。」

(史記)

- 憨山大師言：「古人云，若厭於心，何日而足。以貪得不止，終無足時。惟知足之足，無不足矣，故常足。」
- 《莊子》曰：「其耆欲深者，其天機淺。」

(二) 知足常樂



三十三章：「知人者智，自知者明。勝人者有力，自勝者強。**知足者富**。強行者有志。不失其所者久。死而不亡者壽。」

- 憨山大師言：「凡貪得無厭者，必心不足。苟不知足，雖尊為天子，必務厚斂以殃民。雖貴為侯王，必務強兵而富國。即縱適其欲，亦將憂而不足，故雖富不富。」



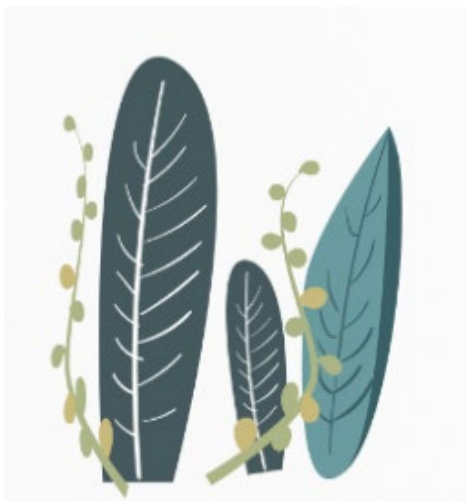
(二) 知足常樂



- 「財產豐積，室宇宏麗。後房百數，皆曳紈繡，珥金翠。絲竹盡當時之選，庖膳窮水陸之珍。」
- 崇乃歎曰：『奴輩利吾家財。』
- 收着答曰：『知財致害，何不早散之。』崇不能答。

(晉書)

(二) 知足常樂

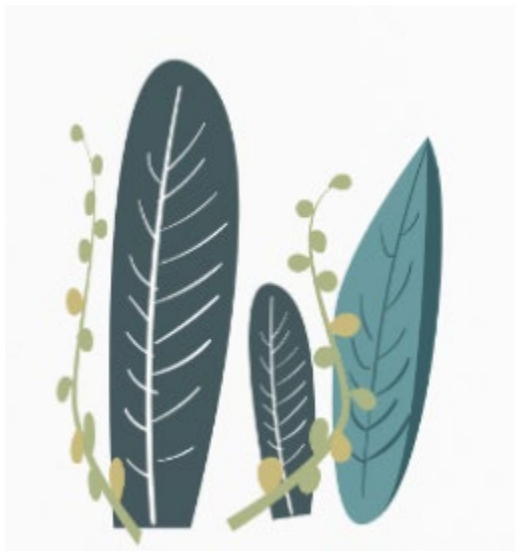


「知足者富。」

- 憨山大師曰：「所謂利令智昏，是皆以物慾喪心，貪得而無厭者也。聖人知物欲之為害。雖居五欲之中，而修離欲之行，知量知足。」
- 王弼言：「知足自不失，故富也。」
- 鼯鼠飲河，不過實腹。
- 「羅綺千箱，不過一暖；食前方丈，不過一飽。」

「愛心廚房」

萬佐成 熊庚香



- 「不用錢，用不到錢。老頭不喝酒不抽菸，簡簡單單吃一餐。」
- 「我們兩夫妻一天一二十塊錢就夠了，沒有開支，快樂健康就是財富。」



幫助別人，
快樂自己

三

「知止」觀點淺探



(一) 殉利忘身



四十四章：「名與身孰親？身與貨孰多？得與亡孰病？是故甚愛必大費，多藏必厚亡；知足不辱，知止不殆，可以長久。」

- 此章言「名利損生，誠人當知止足也。」
- 王弼曰：「尚名好高，其身必疏。貪貨無厭，其身必少。得多利而亡其身，何者為病也？」
- 憨山大師曰：「與夫貪得而身亡，不若身存而遠害。」



(一) 殉利忘身

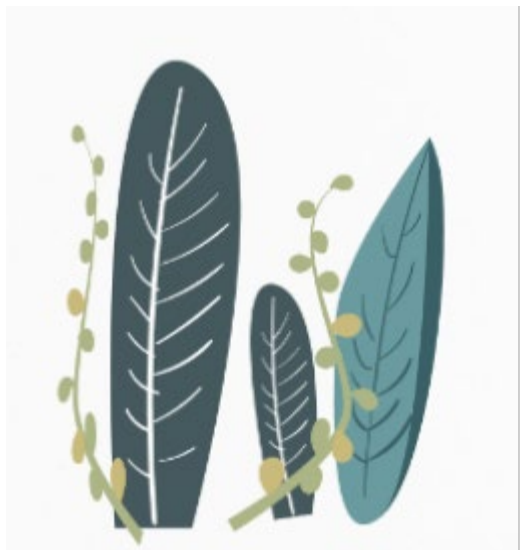


(Pictures from http://www.dlxww.com/news/content/2020-12/18/content_2503788.htm)

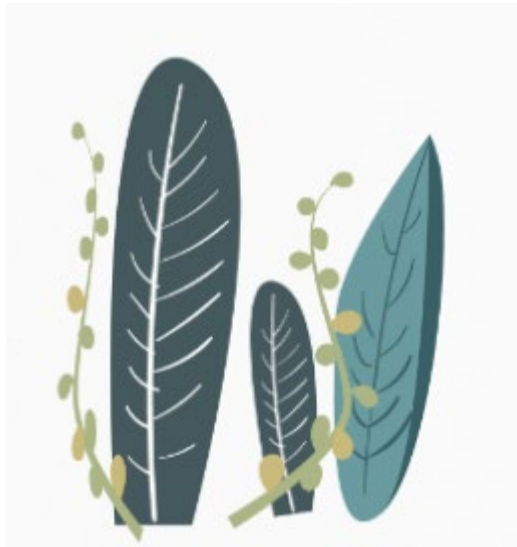


(Pictures from http://zqb.cyol.com/html/2018-09/17/nw.D110000zgqnb_20180917_4-09.htm)

(一) 殉利忘身



(一) 殉利忘身



或許並未見損，
實際日有所虧



(二) 知進知退



第九章：「持而盈之，不如其已。揣而銳之，不可長保；金玉滿堂，莫之能守；富貴而驕，自遺其咎。功成名遂身退，天之道。」

- 此章言「知進而不知退者之害，誠人當知止可也。」

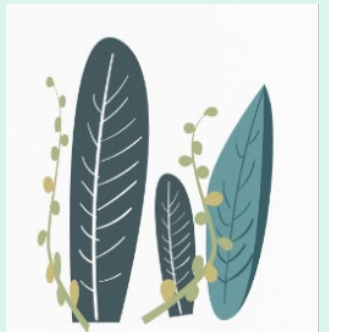


(二) 知進知退



「功成名遂身退，天之道。」

- 蘇轍曰：「日中則移，月滿則虧，四時之運，功成者去。天地尚然，而況於人乎？」
- 《周易》言：「天道虧盈而好謙。」



(二) 知進知退



- 「蜚鳥盡，良弓藏；狡兔死，走狗烹。」
- 「願棄人間事，欲從赤松子游耳。」

(史記)

➤ 《周易 艮卦》曰：「時止則止，時行則行，動靜不失其時，其道光明。」



有多少人在盛名之時，懂得功成身退呢？

四

結語





「知足常足，終身不辱；知止常止，
終身不恥。」

——《增廣賢文》



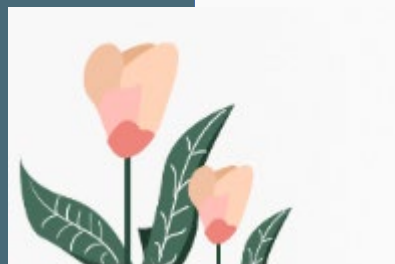


八十章：「小國寡民。……甘其食，美其服，安其居，樂其俗。鄰國相望，雞犬之聲相聞，民至老死，不相往來。」

- 知足是一種智慧，知止是一種境界。



感恩聆聽



Flowers