

《道德经》是中国古代先秦诸子分家前的一部著作，是道家思想的主要来源，也是世界上除《圣经》以外被翻译最多的经典。

道德经

（春秋）老子



子部



書

書

書

書

書

書

書

書

目录

CONTENTS

- 公版书总序
- 替天行道，千古流芳——老子
- 无为而治，道法自然——《道德经》
- 正文
- 如是我闻

一、道家与儒家

二、《道德经》中的经典名句

三、古代重要哲学家及其哲学理论

四、关于老子的传说

五·、名人对《道德经》的评价

本书由掌阅课外书提供



“文笈”开篇

——行到水穷处，坐看“文”起时

书者，述也，以载道，以寄情，以解惑，以明智。

何谓“文笈”？盖经典之所藏。华夏文明悠悠数千载，以聿成箬，以文述典，存天地浩然气于寸方间，自有一分感召，一种精神在里面。

文学的魅力是无穷的，千万本书有千万种意境，千万个奇伟瑰怪的世界。

读诗，如空音相色。或于玲珑之处脱出几点意境。恰似“风散雨收，雾轻云薄”，取半半之声刚好。或一步尽得天光云影，在酣畅时挥毫泼墨，拟把疏狂解这万古千愁。

读史，读人世之钩沉，犹有明镜照骨，自省然后识理。竹帛之上，书写的是中华民族从未断绝过的文化结晶，史在则国在。繁文琐事皆是妙笔，动情时喜怒哀乐随之涌动，实在妙趣横生。

读经，可知格致之道，开阔心胸，而后立身存世。读经者不恶俗，不忘本。俯仰天地，明察古今，探索大道之行。然后天人合一，物我同源，追其法，索其经脉之轮，得先人之道，塑民族之魂魄。

行到水穷处，坐看“文”起时，读书本是自在洒脱的事。数点梅花天地心，于书中所得的乐趣，一支秃笔难以尽数。然而作为古代文化的瑰宝，文学传承至今，所积者瀚如星海，名作佳句浩繁，亦有无数奇文异作掩于尘埃。吾等同仁爱书、惜书之余，择其中挚爱之卷与众书友分享，其时于修正、补缺，乃至书部取舍颇费一番功夫，此中辛劳百味不再赘述。望诸位书友细心品读，若能从中有所得，亦是对吾等无限慰藉。

甲午年丙寅月壬申日 龙头节
掌阅公版书





老子（约公元前571年——公元前471年），姓李名耳，字聃，一字或曰谥伯阳。华夏族，楚国苦县厉乡曲仁里人。他是我国古代伟大的哲学家和思想家、道家学派创始人，被唐朝帝王追认为李姓始祖。老子乃世界文化名人，世界百位历史名人之一，存世有《道德经》（又称《老子》），其作品的精华是朴素的辩证法，主张无为而治，其学说对中国哲学发展具有深刻影响。在道教中，老子被尊为道教始祖。老子与后世的庄子并称老庄。



老子



《道德经》又称《道德真经》、《老子》、《五千言》、《老子五千文》等，是老子的著作，中国春秋战国时期道家学派奉为创始典籍。

《道德经》在不同时期有不同的称谓：在秦时《吕氏春秋·注》称为《上至经》，在汉初则直呼《老子》。明代焦竑认为，自汉景帝起此书被尊为《道德经》至唐代，唐太宗自认是老子李耳之后，并曾令人将《道德经》翻译为梵文。唐高宗尊称《道德经》为上经。唐玄宗时，更尊此经为《道德真经》。

“老子所著言道德之意的上下篇”，原文上篇《德经》、下篇《道经》，不分章，后改为《道经》在前，《德经》在后，并分为81章。《德经》在前是谓先修自身心意，后《道经》是谓以身心精进，在体悟道之所传。

《道德经》是我国历史上首部完整的哲学系统，微言大义，一语万端，当为“万经之王”。据联合国教科文组织统计，《道德经》是除了《圣经》以外被译成外国文字发布量最多的文化名著。





道(道：名词，自然界的道，例如：道路的道，治国之道处世之道等。)可道(道：动词，叙述、说明的意思)，非常道(道：名词，指的是天地万物的本源，恒常之道，是老子及道家哲学中的专有名词和最高范畴。)：名(名：名词，指自然现象界的事物之名。)可名(名：动词，指称呼，命名。)：非常名(名：名词，指老子恒常之道的名。)

无(无：名词，表述的是天地之始的情况。)，名天地之始；有(有：指宇宙万物产生之本源。)，名万物之母。故(故：所以)常无，欲以观(观：动词，观察、感悟之意。)其妙(妙：名词，奥妙。); 常有，欲以观其徼(徼(jiao, 四声)：动词，结果，边界，终结。)。此两者同出而异名，同谓之玄(玄：微妙深远，不可测知的意思。)。玄之又玄，众妙之门(门，指的是一切奥妙产生的源头，即指“道”。)。



“道”，如果可以用言语来说明，那么就不是永恒存在的道。“名”，如果能够用语言来表述，那么就不是用来命名恒常之道的“名”。

“无”，是自然界天地万物的本始。“有”，是宇宙万物产生的本源。

所以要经常用“无”的状态，来观察万物之道，感悟其中道的奥妙。经常从“有”的角度思考万物，领悟其中道的诀窍。

“有”和“无”这两种状态同样都是来自于“道”，指的却是“道”的两种不同的形态和境界，它们都是那么的微妙深远，不可测知。玄妙之中又隐藏着更深一层的玄妙之处，是自然界中微妙万物产生的源头啊。

天下皆知美(美：名词，指美的事物。)之为(之为：之所以被称为)美，斯(斯：由于)恶矣；皆知善(善：名词，指善良的行为。)之为善，斯不善已。

有(有：指自然界现象的存在)无(无：指自然界现象的不存在。)相生，难易相成，长短相形(形：显示。)，高下相倾(倾：充实)，音声相和，前后相随，恒也。

是以圣人(圣人：指得道者。)处无为(无为：无欲，无争。)之事，行不言(不言：指的是不用政令、不发号施令。)之教；万物作而弗始(始：首倡。)。生而弗有，为而弗恃(恃：依靠，依仗)，功成而弗居(居：夸耀)。夫唯弗居，是以不去。



天下的人都知道美之所以称为美是因为丑的存在，都知道善之所以被称作善是因为恶的存在。

有和无相互转换，难与易相互形成，长和短相互显示，高与下相互映衬，音和声相互应和，前与后相互追随，这是恒定不变的。

所以，圣人用无为的态度应对世事，实行不用政令的教导。放任万民的所作所为而不加干预，化生万物而不将它们据为己有，向万民施加恩惠却不自恃有恩，功成名就却不夸耀自己，正是因为圣人不夸耀自己，他的功名才不会泯灭。

三

不尚贤(尚贤：标榜贤德有才之人。)，使民不争。不贵难得之货(难得之货：指珠宝玉器。)，使民不为盗；不见(见：彰显。)可欲(可欲：贪欲的事物。)，使民心不乱。

是以圣人之治，虚(虚：空虚而无欲。)其心，实(实：使……充实)其腹，弱其志，强其骨。常使民无知无欲(无知无欲：没有心智，没有欲望。)，使夫智者不敢为也。为无为(为无为：以无为的方式行事，即以顺应自然的方式处理好事务。)，则无不治。



不标榜重用贤能的人，就不会使民众有争着做贤能之人的欲望；不珍爱难得稀有的财物，就不会使老百姓产生偷窃的欲望；不显耀能够使民众产生贪心的事，就不会使民心受到迷惑。

因此，圣人治理天下，要空虚百姓的心灵，满足百姓的饮食，削弱百姓的意志，强健百姓的筋骨。永远使百姓没有奸诈的心智，没有贪婪的欲望，使那些聪明的人不敢有所作为。顺应自然用无为的方式处理事务，那么天下就没有不太平的。

四

道冲(冲：也作“盅”，空虚无形。)，而用之或不盈(盈：充满，外溢。)。渊(渊：深邃。)兮，似万物之宗(宗：源泉。)。挫其锐，解(解：消除。)其纷，和(和：使动用法，使……收敛。)其光，同其尘。湛(湛：没，指清澈到几乎不存在。)兮，似或存。

吾不知谁之子，象帝之先(象帝之先：好像在天帝之前。)。

译文

“道”是空虚无形的，但是它的作用又是无穷无尽的。它是那么的渊远深邃啊！就好像是产生万物的源泉。挫磨掉它的锋锐，消除掉它的纠纷，使它的光辉得到收敛，与尘世混同。它清澈透明的像不存在一样，却又实际存在着。

我不知道是谁创造了这样的世界，似乎是在人类之前就存在的了。

五

天地不仁，以万物为刍狗(刍狗：用草扎成的狗，用来作为祭品。用祭祀前后对刍狗的态度来说明，并非物体本身的转变而是人们情感的变化。)。圣人亦不仁，以百姓为刍狗。

天地之间，其犹橐籥(橐(tuo，二声)籥(yue，四声)：指的是古代用以冶炼的时候鼓风的工具，现在叫做风箱。其外周为橐，里面鼓风的为籥乎？虚而不屈(屈(jue，二声)：竭尽。)，动而愈出。

多言(多言：指的是法令繁多。)数穷(数穷：屡次失败。)，不如守中(守中：守住心中虚静。)。

译文

天地是没有仁爱的，也不会偏爱任何事物，任凭万物自然发展，就像对待刍狗一样。圣人也是没有偏爱的，也同样像对待刍狗那样对待所有百姓，任凭百姓自作自息。

天地之间，难道不像个风箱吗？空虚但不枯竭，越鼓动风就越是生生不息。

政令繁多反而屡次失败，倒不如保持坚守空虚无为。

六

谷神(谷神：生养天地万物的道。)不死(死：停止，是谓玄牝(玄牝(pin，四声)：微妙的母体。)。玄牝之门(门：比喻孕育万物的源泉。)，是谓天地根。绵绵若存(绵绵若存：绵延不绝好像永远存在着。)，用之不舍(勤：作“尽”。)。

译文

生养天地万物的“道”是博大无边，变幻莫测，永恒不灭的。这是微妙的母体。玄妙母体的之门，就是天地万物产生的本源。绵延不绝好像用韵存在，并从中获取源源不尽的养料。

七

天长地久。天地所以能长且久者，以其不自生(不自生：不为自己而生。)，故能长生(长生：长久。)

是以圣人后其身而身先(后其身而身先：把自己置于众人之后，却能得到大家的推崇而占先。)，外其身而身存(外其身而身存：指自己置身度外，却能保存自己。)。非以其无私耶？故能成其私(成其私：成就他自己。)

译文

天地永恒长久。天地之所以能长久，是因为它们的运作不是为了自己的生存，所以能够长久。所以，有道的圣人把自己置身众人之后，却能得到大家的推崇而占先；把自身置于度外，却能保存自己。因为他无私，所以能成就自己。

八

上善若水。水善利万物而不争，处众人之所恶(恶：厌恶。)，故几于道(几于道：接近于道。)。居善地(善地：指的是人们认为的荒地，指人们厌恶的地方。)，心善渊(渊：深沉冷漠。)，与善仁，言善信，正善治(正善治：为政精于治理。)，事善能(事善能：处事发挥特长。)，动善时(动善时：行动把握时机。)

夫唯不争，故无尤(尤：过失，罪过。)

译文

上善的人如同水一样。水滋养万物而不与之争，汇聚在人们厌恶的低洼之地，因此，像水这样的善最接近“道”。

他居处在洼地，心胸像深渊一样沉静深不可测，交接善良之人，说话遵守信用，为政精于治理，处事发挥特长，行动把握时机。

正是因为不跟别人争夺名利，所以没有任何过失。

九

持而盈(盈：丰盈。)之，不知其已；揣而锐(揣而锐：捶击而使它锐利。)之，不可长保。金玉满堂，莫之能守；富贵而骄，自遗其咎(咎：祸端，祸患。)。功遂身退(身退：指的是收敛锋芒)，天之道(道：自然法则。)也。

译文

执持盈满，不如在恰当的时候停止；显露锋芒，有利的形势难以长久保持。金玉满堂，没有办法守藏；如果富贵到了骄横的程度，就会自己惹下祸端。圆满地把一件事情做好，就要收敛隐藏自己的锋芒，这才符合自然规律。

十

载营魄(营魄：即魂魄。)抱一(抱一：坚守大道。)，能无离乎？
专气致柔(专气致柔：聚合精气，归于柔顺。)，能如婴儿乎？
涤除玄鉴(玄鉴：微妙的心境。)，能无疵乎？
爱国治民，能无为乎？
天门(天门：这里指的是心灵之门。)开阖，能无雌(雌：宁静的意思。)乎？
明白四达，能无知乎？
生之畜之，生而不有，为而不恃，长而不宰(宰：主宰。)，是谓玄(玄：玄妙而深邃。)德。

译文

守护灵魂和坚持大道，能够不分离吗？
聚结精气而归于柔和温顺，可以像婴儿一样吗？
除去心中杂念而深入观察心灵，能够没有瑕疵吗？
爱护百姓，治理国家，能够遵守自然无为的原则吗？
感觉器官与外界的变化相接触，能得到宁静吧？

内心清明而四通八达，能够自己认为无知吗？

万事万物生长繁殖，产生养育万物却不将其占为己有，统帅着他们却不把自己看做是他们的主宰，这就是境界最高的修养。

十一

三十辐(辐：连接车轮轴心和轮圈的木条，古时的车轮由三十根辐条构成。此数取法于每月三十日的历次。)共一毂(毂(gu, 三声)：是车轮中心的木制圆孔，即插轴的地方，当其无(无：指的是毂中的中空的地方。))，有车之用。

埴埴(埴(shan, 一声)埴(zhi, 二声)：制陶。)以为器，当其无，有器之用。

凿户牖(户牖(you, 三声)：门窗。)以为室，当其无，有室之用。

故有之以为利，无之以为用。



三十根辐条聚集到一根毂中的中空之处，因为有了车毂中空的地方，车子才会有作用。

把陶土揉和在一起做成器皿，因为有了器皿中空的地方，器皿才会有作用。

开凿门窗、建造房屋，有了门窗四壁内的空虚部分，房屋才会有作用。

所以，“有”给人便利，而“无”使它能够发挥作用。

十二

五色(五色：指的是青、黄、赤、白、黑五种颜色。这里指色彩多样。)令人目盲(目盲：这里比喻眼花缭乱。)，五音(五音：指的是宫、商、角、徵、羽。这里形容多种多样的音乐声。)令人耳聋(耳聋：这里比喻听觉不灵敏，导致分不清五音。)，五味(五味：指的是酸、苦、甘、辛、咸五种味道，这里形容多种多样的美味。)令人口爽(口爽：指的是味觉失灵，得了口病。古代以“爽”为口病的专用名词。)，驰骋畋猎令人心发狂，难得之货令人行妨(妨：伤害。))。

是以圣人为腹不为目(为腹不为目：只为温饱生存，不求纵情声色。)，故去彼取此(去彼取此：抛弃物欲，只要温饱。))。



缤纷的颜色，会使人眼花缭乱；混杂的音调，会使人听觉失灵；各种各样的佳肴，会使人舌不知味；纵情狩猎，会使人心情放荡纵情；稀缺的物品，会使人产生贪婪的欲望。

因此，圣人只追求能吃饱肚子而不去追逐声色之娱。所以，要摒弃物欲的诱惑而去保持安定知足的生活。

十三

宠辱若惊，贵大患若身(贵大患若身：重视自己的身体如同重视祸患一样。)

何谓宠辱若惊？宠为上，辱为下；得之若惊，失之若惊，是谓宠辱若惊。

何谓贵大患若身？吾所以有大患者，为吾有身；及吾无身，吾有何患！

故贵以身为天下者，若可寄于天下；爱以身为天下者，若可托(托：寄托，托付。)天下。

译文

得到宠爱和侮辱都会使人感到惊恐，重视自己的身体如同重视祸患一样。

什么叫做“宠辱若惊”呢？得宠为上，受辱为下；得到宠爱的人就感到十分震惊，如果失去宠爱则会惊慌不安。这样就叫做得宠和受辱都使人感到惊恐。

什么叫做重视大的祸患像重视自身生命一样呢？我们之所以感觉到重大的祸患，是因为我有身体的存在；如果我没有身体，我们又会有什么祸患呢？

因此，以珍贵自身的思想治理天下的人就可以寄托；以爱惜自身的思想治理天下的人，就可以委托天下。

十四

视之不见，名曰夷(夷：无形。)；听之不闻，名曰希(希：无声。)；搏之不得，名曰微(微：无形)。此三者不可致诘(致诘：追究。)，故混而为一。其上不皦(皦(jiao, 三声)：光明。)，其下不昧(昧：阴暗。)，绳绳(绳绳：无边无际。))兮不可名，复归于无物(无物：无形状的物，即“道”)。是谓无状(状：形状。))之状，无物(无物：无形态。))之象，是谓惚恍(惚恍：似有似无，茫然不定。))。迎(迎：迎着。))之不见其首，随之不见其后。

执古之道，以御(御：驾驭。))今之有(有：指具体事物。))。能知古始(古始：指的是宇宙的原始，或者道的初始。))，是谓道纪(道纪：指的是道的纲纪，即道的规律。))。

译文

看它看不见，把它称作“夷”；听它听不到，把它称作“希”；摸它摸不到，把它称作“微”。它们三者的形状无从追究，它们本来就浑然一体。它的上面既不光明亮堂；它的下面也不阴暗晦涩，它无头无绪、延绵不绝而又不可名状，一切运动又都回到无形无象的状态。这就是没有形状的形

状，看不见物体的形象，这就叫做“惚恍”。迎着它，看不见它的前头，跟着它，看不见它的后头。

把握着早已存在的“道”，来驾驭现实之中的具体事物。能够了解、认识宇宙的初始，才能够认识到“道”的规律。

十五

古之善为道(善为道：指的是得道。)者，微妙玄通，深不可识。夫唯不可识，故强为之容：

豫兮，若冬涉川(涉川：形容战战兢兢、如临深渊的样子。)；犹兮，若畏四邻(若畏四邻：指的是不敢妄动。)；俨兮，其若容；

涣兮，其若凌释(凌释：河冰消解。)；敦兮，其若朴(朴：未经雕琢的原木。)；旷兮，其若谷；混兮，其若浊。澹兮，其若海；颯兮，其若谷。

孰能浊(浊：指的是动态。)以静之徐清(徐清：慢慢清澈。)？孰能安以动之徐生(徐生：慢慢产生。)？

保此道者，不欲盈(盈：指丰盈。)。夫唯不盈，故能蔽而新成(蔽而新成：指的是推陈出新。)。



古时候那些善于行道的人，他们的见解微妙通达，深刻玄远，深不可测，不是一般人可以理解的。正因为深不可测，所以只能勉强地描述或者形容一下：

他很小心谨慎，就好像是在冬天时候渡河一样；他处处警戒戒备，就好像是在提防着邻国的进攻一样；他恭敬自律，就好像是在别人家里做客一样；

他胸襟洒脱，就好像是慢慢融化的冰块一样；他敦厚朴实，就好像是未经雕琢的璞玉；他旷远豁达，就好像山谷一样的深幽；

他混混沌沌，好像浑浊不清的污水。他宁静深沉，就像浩淼的大海一样；飘扬放逸啊，像永无止境。

谁能在浑浊中安静下来，是内心慢慢澄清，归于平静？谁能在安静祥和变动起来，使升级慢慢凸现出来？

遵守这个“道”的人，能够谦虚不自满。正因为他不自觉，所以能够在陈旧中有所创新。

十六

致虚极(致虚极：达到极端的空虚无欲。)，守静笃(守静笃：坚守彻底的清静无为。)。

万物并作(并作：一起生长。)，吾以观复(复：循环往复。)。

夫物芸芸(芸芸：纷繁众多。)，各归其根。归根曰静，是谓复命(复命：回归本性，重新孕育新的生命。)。复命曰常(常：指的是万物变化运动的恒定规律。)，知常曰明(明：明白，了解。)。不知常，妄作凶。

知常容(容：包容。)，容乃公，公乃全(全：周到，周遍。)，全乃天(天：指的是自然界的天，是自然界的代称。)；天乃道，道乃久，没身不殆(没身不殆：终身没有危险。)



达到极端的空虚无欲，坚守彻底的清静无为。

万物一起生长，我从而考察他们往复的规律。

那世间万物纷纷芸芸，各自返回其根源。返回到它的根源就叫清静，而清静就叫复归于生命。复归于生命就叫做自然，了解认识了自然规律就叫聪明。没有了解自然规律的轻妄举止，往往会引发乱子和灾凶。

了解认识自然规律的人是无所不包的，无所不包就会坦然公正，公正就能周全，周全才能符合自然的“道”，符合自然的道才能长久，终生没有危险。

十七

太上(太上：最好的统治者。)，不知有之；其次，亲而誉之；其次，畏之；其次，侮(侮：轻蔑。)之。信不足焉，有不信焉。

悠(悠：悠闲。)兮其贵言(贵言：指的是不轻易发号施令。)，功成事遂(遂：指的是实现，成功。)，百姓皆谓：“我自然(自然：自己如此。)”。



最好的统治者，百姓感觉不到他的存在；低一层的统治者，人民亲近他并且赞誉他；再低一层的统治者，人民害怕他；更低层次的统治者，人民蔑视他。统治者缺少诚信，普通百姓不会相信他。

最好的统治者是多么悠闲。他基本不用发号施令，事情就成功了，老百姓说“我们本来就是这样的。”

十八

大道(大道：指的是社会制度和秩序。)废，有仁义；智慧(智慧：聪明，智巧。)出，有大伪(大伪：巨大的虚伪奸诈。)；六亲(六亲：指的是父子、兄弟、夫妇。)不和，有孝慈(孝慈：孝子慈父。)；国家昏乱，有忠臣。

废弃了大道，才会有提倡仁义的需要；出现了聪明智巧的现象，伪诈才会盛行一时；家庭纠纷的出现，才能显示出孝顺与慈爱；国家陷于混乱之中，才能看出谁是忠臣。

十九

绝圣弃智，民利百倍；绝仁弃义，民复（复：回复，回归。）孝慈；绝巧弃利，盗贼无有。此三者（三者：指的是圣智、仁义、巧利。），以为文（文：条文，法则。）不足。故令有所属（属：归属。），见素抱朴（见素抱朴：显现并坚守朴素。素，未染色的丝。朴，未雕凿的木。），少（少：动词，减少。）私寡欲，绝学无忧（绝学无忧：没有忧患。）。

抛弃聪明智巧，百姓可以得到百倍的好处；抛弃仁义，百姓可以回归孝顺与慈爱的天性；抛弃巧诈和货利，也就没有盗贼了。圣智、仁义、巧利这三者全是修饰，作为治理社会病态的方法是不够的，所以要让百姓有归属之地：坚守纯洁朴实的本性，减少杂念与私欲，抛弃圣智礼法，才能免于忧患。

二十

唯（唯：恭敬的答应，晚辈回答长辈的声音。）之与阿（阿：怠慢的答应，长辈回答晚辈的声音。），相去几何？美之与恶，相去若何？人之所畏，不可不畏。荒兮（荒兮：形容广漠遥远的样子。），其未央（未央：未完，未尽。）哉！

众人熙熙（熙熙：熙，和乐。形容熙熙攘攘，兴高采烈的样子。），如享太牢（太牢：古时把准备宴席用的牛、羊、猪事先放在牢里养着。这里指的是参加丰盛的宴席。），如春登台。我独泊（泊：淡泊，恬静。）兮，其未央（兆：无动于衷。）。

沌沌（沌沌（dun，四声）：混沌，不清楚。）兮，如婴儿之未孩（孩：同“咳”，形容婴儿的笑声。）；儺儺（儺儺（lei，二声）：疲倦闲散的样子。）兮，若无所归。

众人皆有余（余：丰盛的财货。），而我独若遗（遗：不足的意思。）。我愚人（愚人：形容淳朴直率的状态。）之心也哉！

俗人昭昭（昭昭：形容智巧光耀的样子。），我独昏昏；俗人察察（察察：形容严厉苛刻的样子。），我独闷闷（闷闷：形容淳朴诚实的样子。）。澹兮其若海，飏兮若无止。

众人皆有以，而我独顽且鄙（鄙：粗鄙，笨拙。）。

我独异于人，而贵食（食：这里比喻坚守。）母（母：这里用来比喻道。）。

应诺与呵斥，相差有多少？美好和丑恶，又相距有多远？人们心中所害怕的，我不能不害怕。宇宙是如此宽阔啊，从古到今，世风流转，好像没有尽头！

众人都熙熙攘攘、兴高采烈，就好像去参加盛大的宴会，又好像在春天里登台眺望美景。而我却独自保持淡泊宁静，无动于衷的心态。

混混沌沌啊，像婴儿一样还不会发出嘻笑声。疲惫闲散啊，好像是没有归宿的浪子。

大家都有所剩余，而我却像什么都不够。我真是仅仅有一颗愚人之心啊！

众人光辉自炫，只有我迷迷糊糊；众人都那么严厉苛刻，只有我这样淳厚宽宏。恍惚啊，像大海一样汹涌；恍惚啊，像是在飘泊没有地方停留。

世人都精明灵巧有本事，只有我愚昧而且笨拙。

我与人不同，关键在于得到了“道”。

二十一

孔德(德：是“道”的显现与作用。)之容(容：指的是作用与形态。)，惟道是从。

道之为物，惟恍惟惚。惚兮恍兮，其中有象(象：形象，具象。)。恍兮惚兮，其中有物。窈兮冥兮(窈兮冥兮：遥远幽深。)，其中有精(精：精神、规律。);其精甚真，其中有信。

自今及古，其名不去，以阅众甫(以阅众甫：用来视察万物的初始。)。吾何以知众甫之状哉！以此。

大德的形貌，唯有跟随着道而变化。

“道”这个东西，没有清晰具体的固定实体。它是那么的恍恍惚惚啊，其中却存在具体的形象。它是那么的恍恍惚惚啊，其中却存在实物。它是那么的深远暗昧啊，其中却有精神；这精神非常真切，可以得到验证。

从当今上溯到古代，它的名字永远不能废除，依据它，才能观察万物的初始。我怎么才能知道万事万物开始的情况呢？是从“道”认识的。

二十二

曲则全(曲则全：弯曲才能保全。)，枉则直(枉则直：委屈才能伸直。);洼则盈，敝则新(敝则新：破旧才能更新。);少则得，多则惑(多则惑：贪多反而惑乱。)

是以圣人抱一(抱一：坚守大道。)，为天下式(式：法式，范式。)。不自见(见(xian, 四声)：通“现”。)，故明；不自是(自是：自以为是。)，故彰；不自伐(伐：夸。)，故有功；不自矜(矜：骄傲。)，故长。

夫唯不争，故天下莫能与之争。古之所谓“曲则全”者，岂虚言哉！诚(诚：确实。)全而归之。

译文

委曲才能保全，委屈才能伸直，低洼才能充盈，陈旧才能更新，少取才能多得，贪多反而惑乱。因此，圣人坚守大道为天下楷模。不夸赞自己，反能显明；不自以为是，反能能够是非彰明；不夸耀自己，反能取得功劳；不自我骄傲，所以才会长久。

正因为不与人相争，所以普天下没有人能与他相争的。古时候所说的“委曲便会保全”的话，又哪里会是空话呢？它确实确实是能够做到的。

二十三

希言自然(希言自然：不言教令是符合自然规律的。)。故飘风(飘风：强风、大风。)不终朝(朝：朝(zhao, 一声)，早晨)，骤雨不终日。孰为此者？天地。天地尚不能久，而况人乎？

故从事于道者，同于道(从事于道者，同于道：从事于道的人，行为就会与道不同。)。德者，同于德；失者，同于失。同于道者，道亦乐得之；同于德者，德亦乐得之；同于失者，失亦乐得之。

译文

不言教令是符合自然规律的。因此狂风刮不了一个早晨，暴雨也下不了一整天。谁使这样的情况发生呢？天地。天地的狂暴尚且不能长久，更何况是人呢？

因此，从事道的就等同于道，从事德的就等同于德，从事失的人就同于失。同于道的人，道也乐于得到他；同于德的人，德也乐于得到他；同于失的人，失也乐于得到他。

二十四

企者不立(企者不立：踮起脚跟的人难以长久站立。企，踮起脚跟。)，跨者不行(跨者不行：跨越走路的人难以前进。); 自见者不明，自是者不彰；自伐者无功，自矜者不长。

其在道也，曰：余食赘形(余食赘形：多余的饮食和行为。)形。物或恶(恶：厌恶。)之，故有道者不处(不处：不这样做。)



踮起脚跟想要站得高，反倒是站立不住；迈起大步想要前进得更快，反倒是不能远行。自我表现的人，反而才能得到彰明；自以为是的反而智慧得不到凸显；自我夸耀的人建立不起功勋；自高自大的不能做众人的头领。

从道的角度上看，以上这些急躁炫耀的做法，只能说多余的饮食和行为。因为它们是令人厌恶的东西，所以有道的人绝对不会有这样的行为。

二十五

有物混成(有物混成：有一个东西混沌而成。物，指道。)，先天地生。寂兮寥兮，独立而不改(不改：指的是道的永恒性。)，周行而不殆(周行而不殆：循环运行而永不懈怠。)，可以为天地母(天地母：天地的本原。)。吾不知其名，强字之曰道。强为之名曰大(大：指的是道的无边无际，力量强大。)。大曰逝(逝：指的是“道”的运行流转不息，永不停止的状态。)，逝曰远，远曰反(反：通“返”，返回到原来最初的状态。)

故道大、天大、地大、人亦大。域中(域中：指的是宇宙。)有四大，而人居其一焉。

人法(法：效法。)地，地法天，天法道，道法自然。



有一个东西混然天成，在天地形成之前就已经存在。听不见它的声音也看不到它的形体，寂静而空虚，不依仗任何外力而独立长存永不停息，循环运行而永不衰竭，可以作万物的本源。我不知道它的名字，所以勉强把它叫做“道”，再勉强把它的名字叫做“大”。它广大无边而运行不止不息，运行不止不息而伸展遥远，伸展遥远而又回归本原。

所以说道大、天大、地大、人也大。宇宙间共有四大，而人居其中之一。

人取法于地，地取法于天，天取法于“道”，而道效法自然。

二十六

重为轻根(重为轻根：稳重是轻率的根本。)，静为躁君(静为躁君：沉静是浮躁的主宰。)。是以君子终日行不离辘重(辘(zì，一声)重：军中载机械粮食的车子。)。虽有荣观(荣观：指的是华丽地生活。)，燕处(燕处：安居。)超然。奈何万乘之主(万乘之主：指的是大国的君主。)，而以身轻天下(以身轻天下：自身轻浮地面对天下。)?

轻则失根(轻则失根：轻率就会丧失根本。)，躁则失君(躁则失君：浮躁就会丧失主宰。)

稳重是轻率的根基，静定是躁动的主宰。因此圣人终日做事，处处稳重，而不是轻举妄动。虽然有华丽的生活诱惑着他，却能安然沉稳处之。为什么作为大国的君主，却要用轻率躁动的态度去治理天下呢？

轻率就会失去稳固的根基；急躁就会丧失主导的地位。

二十七

善行，无辙迹(辙迹：行车时车轮留下的痕迹。)。善言，无瑕疵(瑕：缺点，过失。)，善数，不用筹策(筹策：古时人们用作计算的器具。);善闭，无关键(关键：栓梢。古时候家户里的门有关，即栓;有榫，即梢，是木制的。))而不可开。善结，无绳约(绳约：绳索。))而不可解。

是以圣人常善救人，故无弃人。常善救物，故无弃物。是谓袭明(袭明：内藏智慧聪明。袭，覆盖、承袭之意。))。

故善人者，不善人之师。不善人者，善人之资(资：取资、借鉴的意思)。不贵其师、不爱其资，虽智大迷，是谓要妙(要妙：最为精要玄妙，深远奥秘。))。

善于行车的人，不留下车痕；善于说话的，不会留下瑕疵让别人追究；善于计数的，用不着筹码；善于关闭的，不用门栓别人也打不开；善于捆绑的，不使用绳索别人也没有办法解开。

因此，圣人善于救助别人，所以没有被遗弃的人；经常善于利用所有的物体，所以不会有被废弃的物品。这就叫做内心之中藏着聪明与智慧。

所以，善人是恶人的老师，而恶人是善人借鉴的对象。对自己的老师不尊重的人，不爱护他的学生，虽然子以为聪明，其实是不明事理的糊涂人。这就是精深微妙的道理所在。

二十八

知其雄，守其雌(知其雄，守其雌：深知自己雄强，却甘守雌柔。)，为天下谿(谿：通“溪”，小溪，溪水。)。为天下谿，常德不离，复归于婴儿(婴儿：象征纯真、稚气。))。

知其白，守其黑，为天下式。为天下式，常德不忒(忒：过失、差错。)，复归于无极(无极：意为最终的真理，最高的精神境界。)。知其荣，守其辱，为天下谷(谷：深谷、峡谷，喻胸怀广阔。)。为天下谷，常德乃足，复归于朴(朴：朴素。指纯朴的原始状态。))。

朴散则为器(器：器物。指万事万物。)，圣人用之，则为官长(官长：百官的首长。)。故大制不割(大制不割：完美的制度是不会伤害百姓的。割，害。))。

怀揣着雄性强大刚进的朝气，却安守雌性温柔平和的心态，心甘情愿的做天底下一条潺潺的小溪。甘愿做天下的溪涧，就不会离失永恒的德，回归到婴儿般单纯的真性情。

深知什么是清白，却坚守着自身的暗昧，甘愿做天下的范式。甘愿做天下的模式，永恒的德行就不会出差错，回归到宇宙最初的状态。深知自身是荣耀，却安守卑下屈辱的地位，甘愿做天下的山谷。甘愿做天下的山谷，永恒的德性会充足，回归到自然本初朴素纯真的状态。

朴素本真的东西经制作而成器物，有道的人依靠它成为成为官长。所以，完美的制度是不会伤害百姓的。

二十九

将欲取天下而为(为：治理，作为。)之，吾见其不得已(不得已：不会达到目的。)。

天下神器(神器：指的是祭祀天地神祇的器具，古代的王朝中，只有国军拥有祭祀天地的资格，也只有国君拥有神器，因此，神器亦象征国家政权。)，不可为也，不可执(执：把持，执行。)也。为者败之，执者失之。是以圣人无为，故无败；无执，故无失。

夫物，或行或随，或歔或吹(或歔或吹：有缓有急。)，或强或赢(赢(lei，二声)：柔弱。)，或载或隳(或载或隳(hui，一声)：有成就有毁坏。)。是以圣人去甚，去奢，去泰(泰：指过分舒适。)

有人想要夺取天下而治理它，我认为他不能够达到目的。天下的人民是自然神圣的，不能够违背他们的意愿和本性进行强制统治。使用强力手段违背人民意愿和本性，进行统治的人必定会失败，使用强力手段把持天下，就一定会失去天下。因此，圣人无所作为，所以就不会失败；不强制把持，所以就不会失去。

万事万物都有各自发展的规律，有前行有后随，有轻嘘有急吹，有的刚强，有的羸弱；有的安居，有的危殆。因此，圣人要清静无为，顺应自然，除去极端，除去奢侈，除去过分。

三十

以道佐人主者，不以兵强天下。其事好还(还：回报。)。师之所处，荆棘生焉。大军之后，必有凶年(凶年：灾荒之年。)

善有果而已(善有果而已：善于用兵的人只求取胜利罢了。)，不敢以取强。果(果：这里指的是打胜仗)而勿矜，果而勿伐，果而勿骄，果而不得已，果而勿强(强：逞强。)

物壮则老，是谓不道(不道：不符合道。)，不道早已(早已：很快就结束。)



依照“道”的原则辅佐君主的人，不以兵力逞强于天下。穷兵黩武这种事必然会得到报应。军队所到的地方，荆棘横生，大战之后，一定会出现荒年。

善于用兵的人，只求取得胜利罢了，不敢凭武力来取得称霸的地位。胜利了却不自我矜持，胜利了也不去夸耀骄傲，胜利了也不要自以为是，胜利却出于不得已，胜利了却不逞强。

事物过去强大就会走向衰朽，这就说明它不符合于“道”，不符合于“道”的，就会很快死亡。

三十一

夫兵者不祥之器，物或恶之，故有道者不处。

君子居则贵左（左：古代礼制以左为上。），用兵则贵右（右：行军打仗以右为上。）。兵者不祥之器，非君子之器。不得已而用之，恬淡（恬淡：指的是心里平静。）为上。胜而不美，而美之者，是乐杀人。夫乐杀人者，则不可得志于天下矣。

吉事尚左，凶事尚右。偏将军居左，上将军居右。言以丧礼（丧礼：丧葬之礼。）处之。杀人之众，以悲哀泣之；战胜，以丧礼处之。



兵器啊，是不祥的东西，连鬼神都厌恶它，所以有“道”的人不使用它。

君子平时居处就以左边为贵而用兵打仗时就以右边为贵。兵器这个不祥的东西，不是君子所使用的东西，万不得已而使用它，最好淡然处之，胜利了也不要自鸣得意，如果自以为了不起，那就是喜欢杀人。凡是喜欢杀人的人，就不可能得志于天下。

吉庆的事情以左边为上，凶丧的事情以右方为上，偏将军居于左边，上将军居于右边，这就是说要以丧礼仪式来处理用兵打仗的事情。战争中杀人众多，要用哀痛的心情参加，打了胜仗，也要以丧礼的仪式去对待战死的人。

三十二

道常无名，朴。虽小，天下莫能臣（虽小，天下莫能臣：道虽然隐微，天下没有谁能够臣服它。）。侯王若能守之，万物将自宾（自宾：自动服从。）。

天地相合，以降甘露；民莫之令，而自均焉。

始制有名（始制有名：万物兴作，于是产生了各种名称。），名亦既有，夫亦将知止，知止可以不殆（殆：穷竭危险。）。

譬道之在天下，犹川谷之于江海。

译文

“道”永远是无名而质朴的，它虽然很小不可见，天下没有谁能使它服从自己。侯王如果能够依照“道”的原则治理天下，百姓们将会自然地归从于它。

天地间阴阳之气相合，就会降下甘露，人们不必指使它而会自然均匀。

万物出现后，就产生了各种名称，名称既然有了，也就知道各自的界限，知道界限就可以没有危险。就譬如道对于天下的关系，好像江海对于川谷的关系一样。

三十三

知人者智，自知者明。

胜人者有力，自胜者强。

知足者富。强行者(强行者：顽强坚持的人。)有志。

不失其所者久，死而不亡(死而不亡：身死而精神不亡的人。)者寿。

译文

能了解、认识别人叫做智慧，能认识、了解自己才算聪明。

能战胜别人是有力的，能克制自己的弱点才算刚强。

知道满足的人才是富有的人。坚持力行、努力不懈的就是有志。

不离失本分的人就能长久不衰，身死而精神不亡的人，才算真正的长寿。

三十四

大道汜(汜(fan, 四声)：流溢。)兮，其可左右(左右：无所不在。)。万物恃之以生而不辞(辞：推辞。)，功成而不有(有：据为己有。)。衣被(衣被：爱护和养育。)万物而不为主，可名于小(小：指大道任物成长，自然无为，因此称为“小”。)；万物归焉而不为主，可名为大(大：指大道无私养育，万物归依，因此称为“大”。)。以其终不自为大，故能成其大。

译文

大道广泛流行，左右上下无所不到。万物依赖它生长而不推辞，功成名就，却不据为己有。它养育万物而不自以为主，可以称它为“小”，万物归附而不自以为主宰，可以称它为“大”。正因为他不以为伟大，所以才能成就它的伟大、完成它的伟大。

三十五

执大象(大象：大道。)，天下往。往而不害，安平太(太：通“泰”，安泰。)

乐与饵(乐与饵：音乐与美食。)，过客止。道之出口，淡乎其无味。视之不足见。听之不足闻。用之不足既(既：尽，穷尽。)



谁掌握了那伟大的“道”，普天下的人们便都来向他投靠，向往、投靠他而不互相伤害，于是大家就和平而安泰、宁静。

音乐和美好的食物，使过路的人都为之停步，用言语来表述大道，是平淡而无味儿的，看它，看也看不见，听它，听也听不见，而它的作用，却是无穷无尽的，无限制的。

三十六

将欲歛(歛(xi，一声)：关闭。)-之，必固张(张：张开。)-之；将欲弱之，必固强之；将欲废之，必固举之。将欲取之，必固与之。是谓微明(微明：隐微而显明。)

柔弱胜刚强。鱼不可脱于渊，国之利器，不可以示人。



想要收敛它，必先扩张它，想要削弱它，必先加强它，想要废去它，必先抬举它，想要夺取它，必先给予它。这就叫做虽然微妙而又显明。

柔弱战胜刚强。鱼的生存不可以脱离深渊，国家的刑法政教不可以向人炫耀，不能轻易用来吓唬人。

三十七

道常无为，而无不为。

侯王若能守之，万物将自化(自化：自己运行，自生自灭。)。化而欲作，吾将镇之以无名之朴，镇之以无名之朴(无名之朴：道的质朴。)，夫亦将无欲。不欲以静，天下将自定(自定：自己走向安定。)



道永远是顺任自然而无所作为的，却又没有什么事情不是它所作为的。

侯王如果能按照“道”的原则为政治民，万事万物就会自我化育、自生自灭而得以充分发展。自生自长而产生贪欲时，我就要用“道”来镇住它。用“道”的真朴来镇服它，就不会产生贪欲之心了，万事万物没有贪欲之心了，天下便自然而然达到稳定、安宁。👉



三十八

上德不德(上德不德：上德的人顺应自然，不追求仁义之类的美德。)，是以有德；下德不失德(下德不失德：下德的人不失去仁义之类品德。)，是以无德。

上德无为而无以为(无以为：无所作为。)，下德无之而有以为(有以为：有所作为。)。上仁为之而无以为。上义为之而有以为。上礼为之而莫之应(上礼为之而莫之应：上礼之人想有作为而没人回应。)，则攘臂(攘臂：振臂，挥臂。而)而扔之(扔：同“仍”，强迫人服从。))。

故失道而后德。失德而后仁，失仁而后义。失义而后礼。

夫礼者，忠信之薄(薄：不足。而)乱之首(首：开端。))；

前识者(前识者：有先见之明的人。)，道之华(华：通“哗”，哗众取宠。而)愚之始。

是以大丈夫处其厚(处其厚：立身于基础厚重的地方。)，不居(居：立身。其)薄；处其实，不居其华。故去彼取此(去彼取此：抛弃浅薄虚华，采取敦厚笃实。))。



具备“上德”的人不表现为外在的有德，因此实际上是有“德”；具备“下德”的人表现为外在的不离失“道”，因此实际是没有“德”的。

“上德”之人顺应自然无心作为，“下德”之人顺应自然而有心作为。上仁之人要有所作为却没有回应他，于是就扬着胳膊强引别人。

所以，失去了“道”而后才有“德”，失去了“德”而后才有“仁”，失去了“仁”而后才有“义”，失去了义而后才有礼。

“礼”这个东西，是忠信不足的产物，而且是祸乱的开端。

所谓“先知”，不过是“道”的虚华，由此愚昧开始产生。因此，大丈夫立身敦厚，不居于浇薄；存心朴实，不居于虚华。所以要舍弃浇薄虚华而采取朴实敦厚。

昔之得一(一：这里指符合客观规律的途径，也就是道。)者，天得一以清，地得一以宁，神得一以灵，谷得一以盈，万物得一以生，侯王得一以为天下正。

其致之也(其致之也：如果推广言之。)，天无以清将恐裂，地无以宁将恐废，神无以灵(灵：灵验。)将恐歇(歇：停止歇息。)，谷无以盈将恐竭。万物无以生将恐灭。侯王无以正将恐蹶(蹶(jue，二声)：颠覆。)

故贵以贱为本，高以下为基。是以侯王自称孤(孤：孤独。)、寡(寡：稀少，缺少。)、不穀(不穀(gu，三声)：穀，指的是谷物。古时把谷物作为俸禄，不穀是不能享受俸禄的意思。)，此非以贱为本邪？非乎？故至誉无誉。是故不欲琤琤(琤琤(lu，四声)：光彩的样子，形容美玉。)如玉，珞珞(珞珞(luo，四声)：清冷的样子，石头因低贱而无人问津。)如石。

译文

古来得道者，天得到道而清明；地得到道而宁静；神得到道而英灵；河谷得到道而充盈；万物得到道而生长；侯王得到道而成为天下的首领。

推而言之，天不得清明，恐怕要崩裂；地不得安宁，恐怕要震溃；人不能保持灵性，恐怕要灭绝；河谷不能保持流水，恐怕要干涸；万物不能保持生长，恐怕要消灭；侯王不能保持天下首领的地位，恐怕要倾覆。

所以贵以贱为根本，高以下为基础，因此侯王们自称为“孤”、“寡”、“不穀”，这不就是以贱为根本吗？不是吗？所以最高的荣誉无须赞美称誉。不要求琤琤晶莹像宝玉，而宁愿珞珞坚硬像山石。

四十

反(反：反复，往返。)者道之动，弱(弱：柔韧，柔弱。)者道之用。

天下万物生于有，有生于无。

译文

循环往复的运动变化，是道的运动，道的作用是微妙、柔弱的。

天下的万物产生于看得见的有形质，有形质又产生于不可见的无形质。

四十一

上士(上士：西周士大夫分为上士、中士和下士三个等级，这里指的是拥有高等智慧的人。)闻道，勤而行之；中士闻道，若存若亡(若存若亡：或许保留或许遗忘。)；下士闻道，大笑(大笑：这里

指的是嘲笑。)之。不笑不足以为道。

故建言(建言：指古代典籍。)有之：

明道若昧，进道若退。夷道(夷道：平坦的道路)若颡(颡(lei，四声)：崎岖不平。)

上德若谷，广德若不足，建德若偷(建德若偷：刚健的德好像苟且偷生。)，质真若渝(质真若渝：质朴纯真好像污秽混浊。)

大白(大白：指洁白。)若辱，大方(大方：巨大的方正。)无隅(隅：棱角。)，大器晚成，大音希声(希声：稀少的音响。)，大象无形(无形：没有形象。)。道隐无名(无名：默默无闻。)

夫唯道，善贷(贷：施舍，给予。)且成。

译文

上士听了道的理论，努力去实行；中士听了道的理论，将信将疑；下士听了道的理论，哈哈大笑。不被嘲笑，那就不足以成其为道了。因此古时立言的人说过这样的话：

光明的道好似暗昧；前进的道好似后退；平坦的道好似崎岖；

崇高的德好似峡谷；广大的德好像不足；刚健的德好似怠惰；质朴而纯真好像混浊未开。

最洁白的东西，反而含有污垢；最方正的东西，反而没有棱角；

最大的声响，反而听来无声无息；最大的形象，反而没有形状。

道幽隐而没有名称，无名无声。只有“道”，才能使万物善始善终。

四十二

道生一(一：指道。道，浑沌而成，独立无偶，故为“一”。)，一生二(二：指天地。)，二生三(三：指阳气、阴气、和气。)，三生万物。万物负阴而抱阳，冲气以为和(冲气以为和：阴阳二气相交冲而形成和气。)

人之所恶，唯孤、寡、不穀，而王公以为称。故物或损之而益，或益之而损。人之所教，我亦教之。强梁者(强梁者：强暴的人，横行霸道的人。)不得其死，吾将以为教父(教父：指的是教育的第一步。)

译文

道是独一无二的，道本身包含阴阳二气，阴阳二气相交而形成一种适匀的状态，万物在这种状态中产生。万物背阴而向阳，并且在阴阳二气的互相激荡而成新的和谐体。

人们最厌恶的就是“孤”、“寡”、“不穀”，但王公却用这些字来称呼自己。所以一切事物，如果减损它却反而得到增加；如果增加它却反而得到减损。别人这样教导我，我也这样去教导别人。强暴的人死无其所。我把这句话当作施教的宗旨。

四十三

天下之至柔，驰骋天下之至坚。无有入无间(无有入无间：无有之形可以进入无间隙之中。)。吾是以知无为之有益。

不言之教，无为之益，天下希及之。



天下最柔弱的东西，腾越穿行于最坚硬的东西中；无形的力量可以穿透没有间隙的东西。我因此认识到“无为”的益处。

“不言”的教导，“无为”的好处，天下很少能够认识到做得到。

四十四

名与身孰亲？身与货孰多(多：这里是重的意思。)？得与亡孰病(病：痛苦。)？

甚爱必大费(费：耗费。)；多藏(藏：货物，财物。)必厚(厚：这里指的是惨重的。)亡(亡：这里是指损失。)

故知足不辱，知止不殆，可以长久。



声名和生命相比哪一样更为亲切？生命和货利比起来哪一样更为贵重？获取和丢失相比，哪一个更有害？

过分的爱名利就必定要付出更多的代价；过于积敛财富，必定会遭致更为惨重的损失。

所以说，懂得满足，就不会受到屈辱；懂得适可而止，就不会遇见危险；这样才可以保持住长久的平安。

四十五

大成(大成：最完满的东西。)若缺，其用不弊(弊：不完整的，残破的。)

大盈若冲(冲：空虚。)，其用不穷。

大直若屈，大巧若拙，大辩若讷(讷：语言困难，口吃。)。大赢若绌(绌：通“黜”。)。

静胜躁，寒胜热。清静，为天下正(天下尽：指的是天下太平。)

译文

最丰满的东西，好似有残缺一样，但它的作用永远不会衰竭；

最充盈的东西，好似是空虚一样，但是它的作用是不会穷尽的。

最正直的东西，好似有弯曲一样；最灵巧的东西，好似最笨拙的；最卓越的辩才，好似不善言辞一样。最大的赢利好像亏本。

清静克服扰动，寒冷克服暑热。清静无为才能统治天下。

四十六

天下有道，却(却：退回，放回。)走马以粪。天下无道，戎马(戎马：战马。)生于郊。

祸莫大于不知足，咎莫大于欲得。

故知足之足(知足之足：知道满足的这种满足。)，常足(常足：经常得到满足。)矣。

译文

治理天下合乎“道”，就可以作到太平安定，把战马退还到田间给农夫用来耕种。治理天下不合乎“道”，连怀胎的母马也要送上战场，在战场的郊外生下马驹子。

最大的祸害是不知足，最大的过失是贪得的欲望。因此，知道满足的这种满足，才会永远满足啊。

四十七

不出户，知天下(天下：指天下万物。)；不窥牖(牖(you，三声)：指窗户。)，见天道。其出弥(弥：更加。)远，其知弥少。

是以圣人不行而知，不见而明，不为而成。

译文

不出门户，就能够推知天下的事理；不望窗外，就可以认识日月星辰运行的自然规律。他向外奔逐得越远，他所知道的道理就越少。

所以，有“道”的圣人不出行却能够推知事理，不窥见而能明了“天道”，不妄为而可以有所成就。

四十八

为学(为学：追求知识。)日益，为道日损(为道日损：顺应自然不妄为，就能够无所不为。)。损之又损，以至于无为。

无为而不为。取天下常以无事，及其有事(有事：有所事事，严刑峻法之类苛政。)，不足以取天下。



求学的人，其情欲文饰一天比一天增加；求道的人，其情欲文饰则一天比一天减少。减少又减少，到最后以至于“无为”的境地。

如果能够做到无为，即不妄为，任何事情都可以有所作为。治理国家的人，要经常以不骚扰人民为治国之本，如果经常以繁苛之政扰害民众，那就不配治理国家了。

四十九

圣人常无心(常无心：永远没有私心。)，以百姓心为心。

善者，吾善之，不善者，吾亦善之；德(德：通“得”，得到。)善。

信者，吾信之，不信者，吾亦信之；德信。

圣人在天下，歙歙焉(歙歙(xi，一声)焉：谨慎的样子。)，为天下浑(浑：浑朴、浑沌。)其心。百姓皆注(注：用心、专注。)其耳目，圣人皆孩(孩：把……当作儿童看待。)之。



圣人常常是没有私心的，以百姓的心为自己的心。

对于善良的人，我善待于他；对于不善良的人，我也善待他，这样就可以得到善良了，从而使人人向善。

对于守信的人，我信任他；对不守信的人，我也信任他，这样可以得到诚信了，从而使人人守信。

有道的圣人在其位，收敛自己的欲意，使天下的心思归于浑朴。百姓们都专注于自己的耳目聪明，有道人使他们都回到婴孩般纯朴的状态。

五十

出生入死。生之徒(生之徒：正常活着的人。)，十有三；死之徒(死之徒：夭折死去的人。)，十有三；人之生，动之于死地，亦十有三。夫何故？以其生生之厚(生生之厚：养生的过分丰厚。)。盖闻善摄生(摄生：养护生命。者，陆行不遇兕(兕：犀牛。))虎，入军不被甲兵(甲兵：盔甲和兵器，这里是泛指兵戈。)。兕无所投其角，虎无所用其爪，兵无所容其刃。夫何故？以其无死地。



人始出于世而生，最终入于地而死。属于长寿的人有十分之三；属于短命而亡的人有十分之三；人本来可以活得长久些，却自己走向死亡之路，也占十分之三。为什么会这样呢？因为奉养太过度了。

据说，善于养护自己生命的人，在陆地上行走，不会遇到凶恶的犀牛和猛虎，在战争中也受不到武器的伤害。犀牛于其身无处投角，老虎对其身无处伸爪，武器对其身无处刺击锋刃。为什么会这样呢？因为他没有进入死亡的领域。

五十一

道生(生：指生育万物。)-之，德畜(畜：养育。)-之，物形之(物形之：用不同形态区别万物。)-，势成之。是以万物莫不尊道而贵德。道之尊，德之贵，夫莫之命而常自然。

故道生之，德畜之：长之育之，亭之毒之(亭之毒之：使万物结果成熟。)-，养之覆之(养之覆之：给万物抚育保护。)-；生而不有，为而不恃，长而不宰(宰：主宰，控制。)-，是谓玄德(玄德：指德的精髓。)-。



道生成万事万物，德养育万事万物。万事万物呈现出各种各样的形态，环境使万事万物成长起来。故此，万事万物莫不尊道而珍贵德。道之所以被尊崇，德所以被珍贵，就是由于道生长万物而不加以干涉，德畜养万物而不加以主宰，顺其自然。

因而，道生长万物，德养育万物，使万物生长发展，成熟结果，使其受到抚养、保护。生长万物而不居为己有，抚育万物而不自恃有功，导引万物而不主宰，这就是奥妙玄远的德。

五十二

天下有始，以为天下母(母：根源，也是指道。)。既得其母，以知其子(子：指万物。); 既知其子，复守其母，没身不殆。

塞其兑，闭其门，终身不勤。开其兑(兑：贪图欲望的孔窍。)，济(济：增添。)其事，终身不救。

见小(见小：指观察入微。)曰明，守柔曰强。用其光(光：指的是向外照射。)，复归其明(明：向内透亮。)，无遗身殃(殃：灾难，灾殃。)。是为袭常(袭常：承袭永恒的道。)。



天地万物本身都有起始，这个始作为天地万物的根源。如果知道根源，就能认识万物，如果认识了万事万物，又把握着万物的根本，那么终身都不会有危险。

塞住欲念的孔穴，闭起欲念的门径，终身都不会有烦扰之事。如果打开欲念的孔穴，就会增添纷杂的事件，终身都不可救治。

能够察见到细微的，叫做“明”；能够持守柔弱的，叫做“强”。运用其光芒，返照内在的明，不会给自己带来灾难，这就叫做万世不绝的“常道”。

五十三

使我(我：指的是有道的治者。)介然有知(介然有知：指略微知道，稍有知识。)，行于大道，唯施(施(yi, 二声)：邪；斜行。)是畏。

大道甚夷(夷：平坦。)，而人好径(径：邪径。)。朝甚除(除：指败坏。)，田甚芜，仓甚虚；服文彩，带利剑，厌(厌：饱足。)饮食，财货有余；是谓盗夸(盗夸：指的是大盗，强盗的首领。)。非道也哉！



假如我稍微地有了认识，在大道上行走，唯一担心的是害怕走了邪路。

大道虽然平坦，但人君却喜欢走邪径。朝政腐败已极，弄得农田荒芜，仓库十分空虚，而人君仍穿着锦绣的衣服，佩带着锋利的宝剑，饱餐精美的饮食，搜刮占有富余的财货，这就叫做强盗头子。这是多么无道啊！

五十四

善建者不拔(拔：拔除。)。善抱者不脱，子孙以祭祀不辍(辍：停止、灭绝。)

修之于身，其德乃真；修(修：贯彻。)之于家，其德乃余；修之于乡，其德乃长(长：盛大。)。修之于国，其德乃丰。修之于天下，其德乃普。

故以身(身：指自身。)观身(身：指的是别人。)，以家观家，以乡观乡，以国观国，以天下观天下。吾何以知天下然哉？以此。

译文

善于建树的不可能拔除，善于抱持的不可以脱掉，如果子孙能够遵循、守持这个道理，那么祖祖孙孙就不会断绝。

把这个道理付诸于自身，他的德性就会是真实纯正的；把这个道理付诸于自家，他的德性就会是充盈有余的；把这个道理付诸于自乡，他的德性就会受到尊崇；把这个道理付诸于自邦，他的德性就会丰盛硕大；把这个道理付诸于天下，他的德性就会无限普及。

所以，用自身的修身之道来观察别身；以自家察看观照别家；以自乡察看观照别乡；以平天下之道察看观照天下。我怎么会知道天下的情况之所以如此呢？就是因为我用了以上的方法和道理。

五十五

含德之厚(厚：深厚。)，比于赤子(赤子：指的是初生的婴儿。)。毒虫不螫(螫(shì，四声)：有毒的虫子刺入人或动物。)，猛兽不据(据：搏击，攻击。)，攫(攫(jue，二声)：凶猛的。)鸟不搏。骨弱筋柔而握固，未知牝牡之合而媵作(媵(juan，一声)作：婴孩生殖器举起。)，精之至也。终日号而不嘎(嘎(sha，四声)：嗓音嘶哑。)，和之至也。

知和曰常，知常曰明，益生(益生：纵欲贪生。)曰祥，心使气(心使气：欲念放纵任气。)曰强。物壮则老，谓之道，不道早已。

译文

道德涵养浑厚的人，就好比初生的婴孩。毒虫不螫他，猛兽不伤害他，凶恶的鸟不搏击他。他的筋骨柔弱，但拳头却握得很牢固。他虽然不知道男女的交合之事，但他的小生殖器却勃然举起，这是因为精气充沛的缘故。他整天啼哭，但嗓子却不会沙哑，这是因为和气充盈的缘故。

认识和气的道理叫做“常”，知道“常”的叫做“明”。贪生纵欲就会遭殃，欲念主使精气就叫做逞强。事物过于壮盛了就会变衰老，这就叫不合于“道”，不遵守常道就会很快地死亡。

五十六

知者不言，言者不知(知者不言，言者不知：聪明的人不发号施令，发号施令的人不聪明。)。塞其兑(兑：人的孔窍。)，闭其门，挫其锐，解其纷，和其光，同其尘，是谓玄同(玄同：玄妙齐同的境界。即道德境界。)

故不可得而亲，不可得而疏；不可得而利，不可得而害；不可得而贵，不可得而贱。故为天下贵。

译文

聪明的智者不多说话，而到处说长论短的人就不是聪明的智者。

塞堵住嗜欲的孔窍，关闭住嗜欲的门径。不露锋芒，消解纷争，挫去人们的锋芒，解脱他们的纷争，收敛他们的光耀，混同他们的尘世，这就是深奥的玄同。

达到“玄同”境界的人，已经超脱亲疏、利害、贵贱的世俗范围，所以就为天下人所尊重。

五十七

以正治国(以正治国：以无为正道治理国家。)，以奇用兵(以奇用兵：以诡异奇谋指挥战争。)，以无事取天下(取天下：治理天下。)。吾何以知其然哉？以此：天下多忌讳，而民弥贫；人多利器，国家滋昏；人多伎巧(伎巧：伎，通“技”，技巧，智巧。)，奇物(奇物：邪事。)滋起；法令滋彰，盗贼多有。

故圣人云：“我无为而民自化(自化：自我化育。)，我好静而民自正；我无事而民自富。我无欲而民自朴。

译文

以无为、清静之道去治理国家，以奇巧、诡秘的办法去用兵，以下扰害人民而治理天下。我怎么知道是这种情形呢？根据就在于此：天下的禁忌越多，而老百姓就越陷于贫穷；人民的锐利武器越多，国家就越陷于混乱；人们的技巧越多，邪风怪事就越闹得厉害；法令越是森严，盗贼就越是不断地增加。

所以有道的圣人说，我无为，人民就自我化育；我好静，人民就自然富足；我无所事事，而百姓自己富足；我无欲，而人民就自然淳朴。

五十八

其政闷闷(闷闷：质朴的样子。)，其民淳淳(淳淳：淳厚。)；其政察察(察察：严苛的意思。)，其民缺缺(缺缺：欠缺、不满足的样子。)

祸兮，福之所倚；福兮，祸之所伏(伏：隐藏，埋伏。)。孰知其极(极：究竟。)?其无正也(其无正也：指祸福变化无常。)。正复为(复为：转变，转化。).奇，善复为妖(妖：指邪恶。)。人之迷，其日固久。

是以圣人方而不割(方而不割：方正而不割伤人。)。廉而不刿(廉而不刿(guì, 四声)：性格刚强而不戳伤人。)，直而不肆(肆：放肆。)。光而不耀。

译文

政治宽厚清明，人民就淳朴忠诚；政治苛刻黑暗，人民就狡黠、抱怨。

灾祸啊，幸福依傍在它的里面；幸福啊，灾祸藏伏在它的里面。谁能知道究竟是灾祸呢还是幸福呢？它们并没有确定的标准。正忽然转变为邪的，善忽然转变为恶的，人们的迷惑，由来已久了。因此，有道的圣人方正而不生硬，有棱角而不伤害人，直率而不放肆，光亮而不刺眼。

五十九

治人事天(治人事天：治理百姓，敬事天地。)，莫若嗇(嗇(sè, 四声)：爱惜精神，收敛知识。)

夫唯嗇，是谓早服(服：通“备”，准备。);早服谓为重(重：指多，有增加的意思。)积德；重积德则无不克；无不克则莫知其极(极：力量。);莫知其极，可以有国；有国(有国：保卫国家之意。)之母(母：比喻保卫国家的根本。)，可以长久。是谓深根固柢(柢(dì, 三声)，树根，这里指根基。)，长生久视之道。

译文

治理百姓和养护身心，没有比爱惜精神更为重要的了。

爱惜精神，得以能够做到早作准备；早作准备，就是不断地积“德”；不断地积“德”，就没有什么不能攻克的；没有什么不能攻克，那就无法估量他的力量；具备了这种无法估量的力量，就可以担负治理国家的重任。有了治理国家的原则和道理，国家就可以长久维持。国运长久，就叫做根深柢固，符合长久维持之道。

六十

治大国，若烹小鲜(小鲜：指小鱼。)

以道莅天下，其鬼不神(其鬼不神：古人经常用阴阳和顺来说明国泰民安，古人把阴气过盛称为鬼，这句话的意思是鬼起不到作用。);非其鬼不神，其神不伤人；非其神不伤人，圣人亦不伤

人。夫两不相伤(两不相伤：指的是鬼神与圣人都伤害人。)，故德交归(德交归：功德恩泽都归向百姓。)焉。

译文

治理大国，就好像烹饪一条小鱼一样。

用“道”治理天下，鬼神起不了作用，不仅鬼不起作用，而是鬼怪的作用伤不了人。不但鬼的作用伤害不了人，圣人有道也不会伤害人。这样，鬼神和有道的圣人都伤害人，所以，就可以让人民享受到德的恩泽。

六十一

大国者下流(大国者下流：大国要像江河一样出于下流。)，天下之交也。天下之牝(牝：指的是雌性的柔。)。牝常以静胜牡(牡：指雄性的强。)。以静为下。

故大国以下(下：谦下，忍让。)小国，则取小国。小国以下大国，则取大国。故或下以取，或下(下：谦卑，低下。)而取(取：借为聚。)

大国不过欲兼畜人(兼畜人：把人聚在一起加以保护。)，小国不过欲入(入：顺从。)事人。夫两者各得所欲，大者宜为下。

译文

大国要像居于江河下游那样，使天下百川河流交汇在这里，处在天下雌柔的位置。雌柔常以安静守定而胜过雄强，这是因为它居于柔下的缘故。

所以，大国对小国谦下忍让，就可以取得小国的信任和依赖；小国对大国谦下忍让，就可以见容于大国。所以，或者大国对小国谦让而取得大国的信任，或者小国对大国谦让而见容于大国。

大国不要过分想统治小国，小国不要过分想顺从大国，两方面各得所欲求的，大国特别应该谦下忍让。

六十二

道者，万物之奥。善人之宝(宝：以……为宝。)，不善人之所保(所保：保存的东西。)

美言可以市尊(市尊：博取尊敬。)，美行可以加人(加人：重见于人。)。人之不善，何弃之有？故立天子，置三公(三公：指的是太师、太傅、太保。)，虽有拱璧(拱璧：双手捧着贵重的玉。)以先驷马(驷马：四匹马驾的车。)，不如坐进此道(坐进此道：献上清净无为的道。)

古之所以贵此道者何？不曰求以得，有罪以免邪？故为天下贵。

译文

“道”是荫庇万物之所，善良之人珍贵它，不善的人也要保持它。

需要的时候还要求它庇护。美好的言辞可以换来别人对你的尊重；良好的行为可以见重于人。不善的人怎能舍弃它呢？

所以在天子即位、设置三公的时候，虽然有拱壁在先驷马在后的献礼仪式，还不如把这个“道”进献给他们。

自古以来，人们所以把“道”看得这样宝贵，不正是由于求它庇护一定可以得到满足；犯了罪过，也可得到它的宽恕吗？就因为这个，天下人才如此珍视“道”。

六十三

为无为，事无事，味无味。

大小多少(大小多少：大源于小，多生于小。)，报怨以德。图(图：处理。)难于其易，为大于其细。天下难事，必作于易；天下大事，必作于细。是以圣人终不为大(不为大：说的是有道人不自以为大。)，故能成其大。

夫轻诺必寡信(寡信：很少守信用。)。多易必多难(多易必多难：把事情看的太容易必然会遭受很多困难。)。是以圣人犹难之，故终无难矣。

译文

以无为的态度去有所作为，以不滋事的方法去处理事物，以恬淡无味当作有味。

大生于小，多起于少。用恩德来回报怨恨。处理问题要从容易的地方入手，实现远大要从细微的地方入手。天下的难事，一定从简易的地方做起；天下的大事，一定从微细的部分开端。因此，有“道”的圣人始终不贪图大贡献，所以才能做成大事。

那些轻易发出诺言的，必定很少能够兑现的，把事情看得太容易，势必遭受很多困难。因此，有道的圣人总是看重困难，所以就终于没有困难了。

六十四

其安易持(持：保持，维护。)，其未兆易谋(谋：图谋。)，其脆易泮(泮(pān，四声)：解，散。)，其微易散。为之于未有，治之于未乱。

合抱之木，生于毫末(毫末：细小的萌芽。)。九层之台起于累土(累土：堆土。); 千里之行，始于足下。

为者(为者：有所作为的人。)败之，执者(执者：执着的人。)失之。是以圣人无为，故无败；无执，故无失。

民之从事，常于几成而败之。慎终如始，则无败事。

是以圣人欲不欲，不贵难得之货(货：指财物。); 学(学：指办事有错的教训。); 不学，复(复：修复，补救。); 众人之所过。以辅(辅：遵循。); 万物之自然，而不敢为。



局面安定时容易保持和维护，事变没有出现迹象时容易图谋；事物脆弱时容易消解；事物细微时容易散失；做事情要在它尚未发生以前就处理妥当；治理国政，要在祸乱没有产生以前就早做准备。合抱的大树，生长于细小的萌芽；九层的高台，筑起于每一堆泥土；千里的远行，是从脚下第一步开始走出来的。

有所作为的将会招致失败，有所执着的将会遭受损害。因此圣人无所作为所以也不会招致失败，无所执着所以也不遭受损害。人们做事情，总是在快要成功时失败。

所以当事情快要完成的时候，也要像开始时那样慎重，就没有办不成的事情。

因此，有道的圣人追求人所不追求的，不稀罕难以得到的货物，学习别人所不学习的，补救众人所经常犯的过错。这样遵循万物的自然本性而不会妄加干预。

六十五

古之善为道者，非以明民(明民：让人民知晓巧诈。)，将以愚(愚：使百姓没有巧诈之心。); 之。

民之难治，以其多智(智：巧诈、奸诈。)。故以智治国，国之贼(贼：伤害的意思。); 不以智治国，国之福。知此两者，亦稽式(稽式：法式、法则。)。常知稽式，是谓玄德。玄德深矣，远矣，与物反矣(反：通“返”，返回。)，然后乃至大顺(大顺：指的是自然。); 。



古代善于为道的人，不是教导人民知晓智巧伪诈，而是教导人民淳厚朴实。

人们之所以难于统治，乃是因为他们使用太多的智巧心机。所以用智巧心机治理国家，就必然会危害国家，不用智巧心机治理国家，才是国家的幸福。了解这两种治国方式的差别，就是一个法则，经常了解这个法则，就叫做“玄德”。玄德又深又远，和具体的事物复归于真朴，然后才能极大地顺乎于自然。

六十六

江海之所以能为百谷王(百谷王：百川的首领。)者，以其善下之(下之：处于其下。)，故能为百谷王。

是以圣人欲上民(上民：处于民上，统治百姓。)，必以言下之；欲先民，必以身后之。是以圣人处上而民不重(重：不堪重负。)，处前而民不害(害：受伤害。)。是以天下乐推(推：推崇，爱戴。)而不厌。以其不争，故天下莫能与之争。

译文

江海所以能够成为百川河流所汇往的地方，乃是由于它善于处在低下的地方，所以能够成为百川之王。

因此，圣人要领导人民，必须用言辞对人民表示谦下，要想领导人民，必须把自己的利益放在他们的后面。所以，有道的圣人虽然地位居于人民之上，而人民并不感到负担沉重；居于人民之前，而人民并不感到受害。天下的人民都乐意推戴而不感到厌倦。因为他不与人民相争，所以天下没有人能和他相争。

六十七

天下皆谓我(我：老子的自称。道即是我，我即是道。)道大，似不肖(肖：相似的意思。)。夫唯大，故似不肖。若肖，久矣其细也夫！

我有三宝，持而保之：一曰慈，二曰俭(俭：指保守，有而不尽用。)，三曰不敢为天下先。慈，故能勇；俭，故能广；不敢为天下先，故能成器长(器长：器，指的是万物。万物的首长。)。

今舍慈且勇，舍俭且广，舍后且先，死矣！

夫慈，以战则胜，以守则固。天将救之，以慈卫之。

译文

天下人能说“我道”伟大，不像任何具体事物的样子。正因为它伟大，所以才不像任何具体的事物。如果它像任何一个具体的事物，那么“道”也就显得很渺小了。

我有三件法宝执守而且保全它：第一件叫做慈爱；第二件叫做俭啬；第三件是不敢居于天下人的前面。有了这柔慈，所以能勇武；有了俭啬，所以能大方；不敢居于天下人之先，所以能成为万物的首长。

现在丢弃了柔慈而追求勇武；丢弃了啬俭而追求大方；舍弃退让而求争先，结果是走向死亡。

慈爱，用来征战，就能够胜利，用来守卫就能巩固。天要援助谁，就用柔慈来保护他。

六十八

善为士(士：指武士、将帅。)者，不武；善战者，不怒；善胜敌者，不与(不与：不争，不正面冲突。)；善用人者，为之下。是谓不争之德，是谓用人之力，是谓配天(符合自然的道理。)），古之极(极：古代最高的准则。)也。

译文

善于带兵打仗的将帅，不逞其勇武；善于打仗的人，不轻易激怒；善于胜敌的人，不与敌人正面冲突；善于用人的人，对人表示谦下。这叫做不与人争的品德，这叫做运用别人的能力，这叫做符合自然的道理。

六十九

用兵有言：“吾不敢为主(为主：主动向敌人进攻。)，而为客(为客：被动退守应敌。);不敢进寸，而退尺。”是谓行无行(行无行：行军却没有行阵。)，攘(攘：指振臂。))无臂，扔无敌(扔无敌：交手却没有敌人。)。执(执：执兵。))无兵。

祸莫大于轻敌，轻敌几丧吾宝。

故抗兵相若(抗兵相若：指的是两军实力相当。)，哀(哀：指受攻击、受侵略的一方。))者胜矣。

译文

善于用兵的人曾经这样说，“我不敢主动进犯，而采取守势；不敢前进一步，而宁可后退一尺。”这就叫做虽然有阵势，却像没有阵势可摆一样；虽然要奋臂，却像没有臂膀可举一样；虽然面临敌人，却像没有敌人可打一样；虽然有兵器，却像没有兵器可以执握一样。

再也没有比轻敌更大的祸患，轻敌几乎使我丧失了“三宝”。

所以，当两军实力相当的时候，悲痛的一方可以获得胜利。

七十

吾言甚易知(知：理解。)，甚易行；天下莫能知，莫能行。

言有宗，事有君(君：主旨。)。夫唯无知(无知：这里指别人不理解。)，是以我不知。

知我者希，则我者贵(则我者贵：效仿我的人难能可贵。)。是以圣被褐怀玉(被褐怀玉：身穿粗布衣服而胸怀美玉。玉，指道家的思想主张。))。

译文

我的话很容易被理解，很容易付诸行动。但是天下竟没有人能理解，没有人能实行。说话的时候有主旨，办事的时候有根据。正是因为人们都不理解这个道理，所以他们才不理解我。理解我的人很少，那么能取法于我的人就更少了。因此圣人总是穿着粗布衣服，怀里揣着美玉。

七十一

知不知(知不知：知道却自认为不知道。)，尚(尚：形容好。)矣，不知知，病(病：祸患。)也。夫唯病(病：把……当毛病。)病，是以不病。圣人不病，以其病病(病病：知道祸患就是祸患。)，是以不病。

译文

知道自己还有所不知，这是优点。不知道却自以为知道，这就是缺点。圣人没有缺点，因为他把缺点当作缺点。正因为他把缺点当作缺点，所以，他没有缺点。

七十二

民不畏威，则大威(威：通“危”，祸患。)至。无狎(狎：威迫，逼迫。)其所居，无厌(厌：压榨。)其所生。夫唯不厌(厌：同前一个厌。)，是以不厌(厌：指厌恶。)。是以圣人自知不自见(自知不自见(xian。四声)：自己知道而不自我表现。)，自爱不自贵。故去彼(彼：指“自见”，“自贵”。)取此(此：指“自知”，“自爱”。)。

译文

当人民不害怕统治者的威压的时候，就会发生可怕的祸患。不要逼迫人民，使他们不得安居，不要阻塞人民，使他们无法谋生。只有不逼迫人民，人民才不会厌恶统治者。

因此，圣人不但有自知之明，而且也不善于表现自己；自爱而不自以为高贵。所以要舍弃自见与自贵而保持自知和自爱。

七十三

勇于敢则杀(杀：被杀，这里指的是死亡。)，勇于不敢(不敢：指柔弱。)则活。此两者，或利或害。天之所恶，孰知其故(故：缘故，原因。)？是以圣人犹难(难：指的是解释不了。)之。

天之道，不斗争而善胜，不言而善应(应：应承。)，不召(召：召唤。)而自来。繝然(繝(chān，三声)然：安然、坦然。)而善谋。天网恢恢(天网恢恢：天网宽大无边。)，疏而不失。



勇于坚强就会死，勇于柔弱就可以活，这两种勇的结果，有的得利，有的受害。天所厌恶的，谁知道是什么缘故？有道的圣人也难以解说明白。

自然的规律是，不斗争而善于取胜；不言语而善于应承；不召唤而自动到来，坦然而善于安排筹划。自然的范围，宽广无边，虽然宽疏但并不漏失。

七十四

民不畏死，奈何以死惧之？若使民常畏死，而为奇(为奇：指的是为邪作恶的行为。)者，吾得执而杀之，孰敢？

常有司杀者(司杀者：指专门管杀人的，即天道。)杀。夫代司杀者杀，是谓代大匠斫(斫：砍、削。)。夫代大匠斫者，稀有(稀有：很少有。)不伤其手矣。



百姓不怕死亡，为什么用死亡来使他们畏惧呢？如果百姓确实害怕死亡，对于那些为非作歹的人来说，我们就把他抓来杀掉。还有谁敢胡作非为呢？

经常有掌管杀人之权的人去执行杀人的任务，代替掌管杀人的人去杀人，就像是代替技术精湛的木匠去砍木头，那代替技术精湛的木匠砍木头的人，很少有不把自己的手指砍伤的。

七十五

民之饥，以其上(其上：指的是百姓上面的统治者。)食税(食税：指的是征税。)之多(多：指的是赋税繁重。)，是以饥。

民之难治，以其上之有为(有为：强作妄为，政令繁苛。)，是以难治。

民之轻死，以其上(其上：指的是统治者。)求生之厚(厚：指的是俸禄奢侈丰厚。)，是以轻死。

夫唯无以生为(为：目标。者，是贤于贵生(贤于贵生：比奉养奢华的人要高明。))。

译文

百姓之所以遭受饥荒，就是因为统治者吞吃赋税太多，所以百姓才陷于饥饿。

百姓之所以不易统治，是因为统治者喜欢有所作为，政令繁多苛刻，所以百姓才难于统治。

百姓之所以轻生，是由于统治者搜刮民脂民膏以获取丰厚的俸禄，所以百姓冒死犯上。

只有生活淡泊清静的人，才比奉养奢华的人高明。

七十六

人之生也柔弱，其死也坚强。草木之生也柔弱，其死也枯槁(枯(ku，三声)槁(gao，三声)：形容草木的干枯。)。故坚强者死之徒(徒：类别。)，柔弱者生之徒。

是以兵强则灭(兵强则灭：军队逞强就要灭亡。)，木强则折。强大处下，柔弱处上。

译文

人的身体在活着的时候是柔软的，死了之后就会变得僵硬。草木生长时是柔软脆弱的，死了以后就变得干枯了。因此，坚强的东西属于死亡的一类，柔软的东西属于活着的一类。

因此，强制用兵就会遭到灭亡，树木强大了就会被砍伐。凡是强大的，总是处于下位，凡是柔弱的，却能居于上位。

七十七

天之道，其犹张弓与？高者抑(抑：抑制，这里是压低的意思。)之，下者举(举：举起，升高的意思。)之；有余者损(损：减少。)之，不足者辅(辅：辅助，这里指补充。)之。

天之道，损有余而补不足；人之道(道：指人们做事的行径。)则不然，损不足以奉有余。

孰能有余以奉天下？唯有道者。

是以圣人为而不恃(恃：自恃己能。)，功成而不处(处：自居其功。)，其不欲见贤(贤：指聪明才智。))。

译文

自然界发展的规律，不就像拉开弓箭一样吗？弦拉高了，就压低一些；低了，就举高一些；拉得过满了，就把它放松一些；拉得不足了，就把它补充一些。

自然界的发展规律，就是减去多余的，把不足的补齐。可是社会上人的法则，却要减少不足的，来奉献给那些有余的人。

那么，谁能够做到拿自己有余的去供奉天下的不足的呢？只有得道的圣人才能够做到这样吧。因此，得道的圣人这才有所作为而不占有，有所成就而不居功。他是不愿意显示自己的贤能。

七十八

天下莫柔弱于水。而攻坚强者，莫之能胜。以(以：凭借。)其无(无：指水的流动，活泼，侵蚀等特性。)以易(易：改变。)之。

弱之胜强，柔之胜刚，天下莫不知，莫能行。

是以圣人云：“受国之垢(垢：屈辱。)，是谓社稷(社稷：社，指土地神；稷，指谷神。中国古代以农业为重，每年都要祭祀土地神、谷神，以求取丰收。因此，社稷又指代国家。)主；受国不祥(受国不祥：承受国家的灾难。)，是为天下王。”正言若反(反：逆言。)

译文

普天之下最柔弱的莫过于水了，而没有什么在攻克坚强的时候能够胜过水，谁借助他自身的流动性改变着它们。

弱胜强，柔克刚，普天之下没有人不知道这个道理，但是没有人能真正做到。

因此有道的圣人经常说：“承担起国家的屈辱，才有资格统治这个国家；在国家危难之时勇于承担，才能够领导天下的子民。”正面的话就像是逆言一样。

七十九

和大怨(和大怨：调和巨大的怨恨。)，必有余怨；抱怨以德，安可以为善。

是以圣人执左契(左契：指债务的凭证记录。)，而不责(责：苛责。)于人。有德司契(司契：指掌握着恩怨功过的凭证记录。)，无德司彻(司彻：指彻底消除恩怨。)

天道无亲(无亲：没有私亲。)，常与善人。

和解深重的仇恨，必然还会残留下怨恨；用德来报答怨恨，这怎么可以算是妥善的办法呢？因此，有道的圣人保留着债务的凭证记录，但是却不会用它去索取债务。有“德”的人像圣人一样保留着那些功过恩怨的凭证记录，没有“德”的人就经常主张将各种恩怨通通消除。自然规律是没有私亲的，经常帮助善良的人。

八十

小国寡民(小国寡民：使国家小，使百姓少。)。使有什伯之器(什伯之器：各种各样的器具。)而不用，使民重死，而不远徙；虽有舟舆，无所乘之；虽有甲兵，无所陈之(无所陈之：没有列阵示威的必要。陈，通“阵”。)；使民复(复：回归。)结绳(结绳：人类在创造文字之前，用结绳的方法记事。这里是隐喻上古时期淳朴的社会风气，人民纯真的精神境界。)而用之。

甘其食，美其服，安其居，乐其俗。邻国相望，鸡犬之声相闻，民至老死不相往来。

国家狭小，人民稀少。即使有各种各样的人工器具，却并不使用；使人民看重生死，却不向远方迁徙；虽然有船只车辆，却没有必要去乘坐它们；虽然有武器铠甲，却没有使用这些东西的机会；使人民再回到远古结绳记事的自然状态之中。

国家治理得很好，使人民有香甜的食物，漂亮的衣服，安适的住所，快乐的生活。国与国之间互相可以看得见，鸡犬的叫声可以听得见，但人民直到老死的时候，也从互相往来。

八十一

信言(信言：真实可信的话。)不美，美言不信。

善者(善者：言语行为善良的人。)不辩(辩：巧辩、能说会道。)，辩者不善。

知者不博，博者不知。圣人不积(圣人不积：有道的人不自私，没有占有的欲望。)，既以为人已愈有(有：形容充实的生活。)，既以与人己愈多(多：与“少”相对，此处意为“丰富”。)。

天之道，利而不害；圣人之道(圣人之道：圣人的行为准则。)，为而不争。

真实的话不美，美的话不真实。

善良的人不会花言巧语，花言巧语的人的人不善良。

真正有学识的人不卖弄自己，卖弄自己的人不是真有知识。圣人的心不会想着去占有别人的东西，而是尽自己所能去给别人帮助，而他自己也会活的很充实；他尽力给予别人，自己却更丰富。

自然的法则，是利物而不害物；圣人的法则，是帮助而不争夺。🔄



一、道家与儒家

两千年来，以孔孟为代表的儒家思想和以老庄为代表的道家学派共同奠定了中国哲学发展的基础。儒家和道家是屹立于我国传统思想领域的两座高峰，二者既有对立的面，又联系紧密。

（一）儒家“忠君报国”，道家“无为而治”

儒家直面现实社会，力求探索一条改造客观世界的道路，即便是个人的修身养性，最终也是为了治国平天下。孔子认为，他与那些逸民、隐者的区别就在于“无可无不可”（《论语·微子》）。在孟子看来，无论得志还是不得志，无论困厄时还是显达时，都不应该绝人逃世；主张用自己的方法来“平治天下”，实现其“王道”理想；并且扬言“如欲平治天下，当今之世，舍我其谁也？”（《孟子·公孙丑下》）他更无退隐之意。

道家面对残酷的现实，主张从自然中寻找一条自我拯救的人生道路。从老子的自然无为、少私寡欲、贵柔守雌的思想，到庄子的无己无功无名、逍遥放达的精神境界，无不说明道家与儒家的不同之处。道家在以一种前所未有的方式固执地守护着人的精神的尊严，超越人生困境和世俗情欲，使人获得一种超越现实的精神自由。

（二）儒家“重仁尚礼”，道家“道法自然”

儒家讲求“三纲五常”，其思想的核心归纳为“重仁尚礼”，而道家则讲求“无为而治”，其思想的核心则为道法自然。

儒家尚仁，强调仁者爱人，克己复礼，以对人的尊重和具备同情心作为“仁”之核心标准，儒家对“仁”的重视和强调，并不只关注于个人德行的修养，而个更多地将“仁”贯穿于政治生活、阶级统治，将“仁”的思想阐述与政治紧密联系起来，于是有了“仁政”之说。儒家重“仁”，其手段就是“尚礼”，以自我道德的修养及社会伦理的要求作为实现“仁”之必须手段，将克己复礼高度统一，从“克礼”到“复礼”，从重视自身德行到强调伦理观念，并驾齐驱实现了“仁”，从而将手段与标准统一结合，形成了儒家思想的核心。

“道”是老子思想的核心。道法自然的思想就其表面而言，仅指遵从于自然客观规律的变化，而就其深刻的内在实质，则是将人融于这个变幻莫测的宇宙世界中，这正是“自然”之所在；它是一种更为宏观和客观的万事万物的变化规律之道，是自然之道，更是宇宙之道，这种“道”正好与儒家之道有机融合，形成了社会与自然，人与天地的物我合一。纵观儒家与道家，儒家将“道”现实化、社会化，而道家却将“道”超然化、自然化。

（三）儒家与道家的统一

儒家的“重仁尚礼”与道家的“道法自然”，在理论倾向上虽有明显不同，但也并非对立，它们也能在众多理论中相对统一，而统一的关键即：天人合一。孟子曰：“尽其心者，知其性也。知其性，则天知也。存其心，养其性，所以事天也。夭寿不贰，修身以俟之，所以立命也”；老子则说：“人法地，地法天，天法道，道法自然。”

儒家将伦理修身寓于自然，道家将人性修养寓于自然，最终在天与人之间寻找到了契合点，形成“天人合一”。🕒



二、《道德经》中的经典名句

1. 道可道，非常道；名可名，非常名。（选自第一章）
2. 有无相生，难易相成，长短相形，高下相盈，音声相和，前后相随，恒也。（选自第二章）
3. 天长，地久。天地所以能长久者，以其不自生，故能长生。（选自第七章）
4. 上善若水。水善利万物而不争……居善地，心善渊，与善仁，言善信，政善治，事善能，动善时。夫唯不争，故无尤。（选自第八章）
5. 持而盈之，不如其已；揣而锐之，不可长保。金玉满堂，莫之能守；富贵而骄，自遗其咎。功成身退，天之道也。（选自第九章）
6. 太上，下知有之；其次，亲而誉之；其次，畏之；其次，侮之。（选自第十七章）
7. 曲则全，枉则直，洼则盈，敝则新，少则得，多则惑。是以圣人抱一为天下式。不自见，故明；不自是，故彰；不自伐，故有功；不自矜，故长。（选自二十二章）
8. 企者不立，跨者不行。自见者不明，自是者不彰。自伐者无功，自矜者不长。（选自二十四章）
9. 重为轻根，静为躁君。……轻则失根，躁则失君。（选自二十六章）
10. 故善人者，善人之师；不善人者，善人之资。不贵其师，不爱其资，虽智大迷。是谓要妙。（选自二十七章）
11. 知人者智，自知者明。胜人者有力，自胜者强。（选自三十三章）
12. 将欲歛之，必固张之；将欲弱之，必固强之；将欲废之，必固兴之。将欲夺之，必固与之。（选自三十六章）
13. 大白若辱；大方无隅；大器晚成；大音希声；大象无形。（选自四十一章）
14. 道生一，一生二，二生三，三生万物。（选自四十二章）
15. 甚爱必大费，多藏必厚亡。（选自四十六章）

16. 大直若屈，大巧若拙，大辩若讷。（选自四十五章）
17. 修之于身，其德乃真；修之于家，其德乃金；修之于乡，其德乃长；修之于邦，其德乃丰；修之于天下，其德乃普。（选自五十四章）
18. 祸兮，福之所倚；福兮，祸之所伏。（选自五十八章）
19. 治大国，若烹小鲜。以道莅天下，其鬼不神。（选自六十章）
20. 美言可以市尊，美行可以加人。（选自六十二章）
21. 天下难事，必作于易；天下大事，必作于细。（选自六十三章）
22. 合抱之木，生于毫末；九层之台，起于累土；千里之行，始于足下。（选自六十四章）
23. 江海之所以称百谷王者，以其善下之，故能为百谷王。（选自六十六章）
24. 善为士者，不武；善战者，不怒；善胜敌者，不与；善用人者，为之下。（选自六十八章章）
25. 知不知，尚矣；不知知，病也。（选自七十一章）
26. 天之道，不争而善胜，不言而善应。不召而自来，？然而善谋。天网恢恢，疏而不失。（选自七十三章）
27. 民不畏死，奈何以死惧之？（选自七十四章）
28. 人之生也柔弱，其死也坚强。草木之生也柔脆，其死也枯槁。（选自七十六章）
29. 天之道，其犹张弓与？高者抑之，下者举之，有余者损之，不足者补之。（选自七十七章）
30. 甘其食，美其服，安其居，乐其俗，邻国相望，鸡犬之声相闻，民之死老死不相往来。（选自八十章）
31. 信言不美，美言不信。善者不辩，辩者不善。知者不博，博者不知。（选自八十一章）





三、古代重要哲学家及其哲学理论

1. 老子（前571—前471），姓李，名耳，字伯阳，谥曰聃，春秋时思想家，道家学派的创始人。他遗留下来的著作，仅有《五千文》即《道德经》，也叫《老子》。其核心观念是“道”，提出了天道无为以及“道常无为，而无不为”的思想。

2. 孔子（前551—前479），名丘，字仲尼，春秋末期伟大的思想家、政治家、教育家，儒家学派的创始人。其学以“仁”为核心，崇尚“忠恕”之道，又以孝悌为仁之本。他相信天命，又重视人为；在教育上主张因材施教；政治上提出“正名”的主张，认为“君君、臣臣、父父、子子”，都应实符其名；提倡德治和教化。主要著作有《论语》。

3. 墨子（约前468—前376），名翟，春秋末战国初思想家、教育家、学者，墨家学派创始人。墨子的学说和思想收录在《墨子》中，其中比较有代表性的《尚贤》、《尚同》、《兼爱》、《非攻》、《节用》、《节葬》、《天志》、《明鬼》、《非乐》、《非命》等篇目。墨子的学说思想主要包括以下几点：兼爱非攻、天志明鬼、尚同尚贤、节用。

4. 孟子（约前372—前289），名轲，字子舆，战国时期伟大的思想家，儒家的主要代表之一。孟子继承和发展了孔子的德治思想，并发展为仁政学说；提出“民贵君轻”说；主张尽心知性知天；强调认识论和伦理学相统一的“天人合一”说；还指出了“劳心者治人，劳力者治于人，治于人者食人，治人者食于人”的历史事实。他的学说对后世影响极大，有“亚圣”之称。著作有《孟子》。

5. 庄子（约公元前369—前286），名周，字子休，战国中期著名思想家、文学家，道家思想的集大成者。他继承和发展了老子“道法自然”的观点，认为道是无限的、“自本自根”、“无所不在”的。其思想包含了朴素辩证法因素，同时又有相对主义和宿命论的倾向。庄子的哲学思想达到了很高的思维水平，对后世影响很大。著作有《庄子》。

6. 荀子（前313—前238），名况，号卿，战国末期儒家学派重要代表人物，是我国古代杰出的唯物主义思想家、教育家。现存的《荀子》三十二篇，大部分是荀子自己的著作，涉及到哲学、逻辑、政治、道德许多方面的内容。他相信人定胜天，提出“性恶论”，主张礼法兼治，坚持“正名”之说，强调封建等级，反对世袭，强调“学”的重要性。

7. 董仲舒（前179—前104），西汉哲学家，今文经学大师，专治《春秋公羊传》。其学以儒家宗法思想为中心，杂以阴阳五行说，把神权、君权、父权、夫权贯串在一起，形成封建神学体系；该体系的中心是“天人感应”说；他还提出“三纲五常”的封建伦理和把人性分为上、中、下三品的论点；宣扬“黑、白、赤三统”循环的历史观。著作有《春秋繁露》及《董子文集》。

8. 司马迁（前145或前135—？），字子长，西汉史学家，文学家，主要著作有《史记》。《史记》是我国最早的通史，开创了纪传体史书的形式。他怀疑天能赏善罚恶的神学观点，认为社会发展即人们对“利”的追求，谋利是人的天性。还提出“人富而仁义附焉”，试图以经济生活说明社会道德。

9. 慧能（638—713），本姓卢，唐僧人，禅宗南宗创始人，被推为禅宗六祖。他以“菩提本无树，明镜亦非台，本来无一物，何处惹尘埃”表示他对佛理的体会；在禅宗上他宣传“见性成佛”。其说教在死后由弟子汇编成书，称《六祖坛经》。

10. 张载（1020—1077），北宋哲学家，字子厚，世称横渠先生。理学创始人之一。讲学关中，故其学派称为“关学”。肯定“气”是充塞宇宙的实体，认为物质的气是永恒的、不生不灭的，批判了佛、道两家关于“空”、“无”的观点。主要著作有《正蒙》、《经学理窟》、《易说》等，编入《张子全书》。中华书局于1978年出版《张载集》。

11. 朱熹（1130—1200），字元晦，一字仲晦，号晦庵，别称紫阳，南宋哲学家、教育家。他发展了二程关于理气关系的学说，集理学之大成，建立了一个客观唯心主义的理学体系，世称程朱学派。他的理学在明清两代被提到了儒学正宗的地位。主要著作有《四书章句集注》、《周易本义》、《诗集传》、《楚辞集注》以及后人编撰的《晦庵先生公文集》和《朱子语类》等多种。

12. 陆九渊（1139—1193），南宋哲学家，字子静，自号存斋。于江西贵溪象山建“精舍”，聚徒讲学，学者称象山先生。为“心学”创始人。以“心”为构成宇宙万物的本原，提出“心即理”的命题，在“心”、“物”关系上，认为万物都包罗在我心中。其学由王守仁继承发展，世称“陆王学派”。著作经后人编为《象山先生全集》，1981年中华书局出版《陆九渊集》。

13. 王守仁（1472—1528），明哲学家、教育家，字伯安，卒谥文成。曾筑室故乡阳明洞，世称阳明先生。力倡“象山之学”，认为世界上的一切事物都依赖于心而存在，整个自然界以及人类社会一切事物都是“心”的表现。提出“知行合一”说，主张求理于吾心。著作由门人辑成《王文成公全书》，其中在哲学上最重要的是《传习录》和《大学问》。

14. 王夫之（1619—1692），明清之际思想家，字而农，号董斋。晚年隐居于湘西蒸左石船山（今湖南衡阳县曲兰），学者称船山先生。总结和发展的中国传统的朴素辩证法和唯物论，认为宇宙是由“气”构成的物质实体，物质实体“气”和客观规律“理”，两者不可分离。著作后人编为《船山遗书》，其中哲学上最重要的有《周易外传》、《尚书引义》、《读四书大全说》、《张子正蒙注》、《思问录》、《黄书》、《噩梦》、《老子衍》、《庄子通》。🕒



四、关于老子的传说

（一）关于老子的姓——“李”

据传，被道教奉为太上老子的老子是彭祖的后裔，彭祖是中华神话中的长寿仙人，活了八百多岁。在商朝阳甲年，公神化气，老子寄胎于玄妙王之女理氏腹中。

话说，理氏在村头的河边洗衣服，忽见上游飘下一个黄橙橙的李子。理氏又热又渴，便将这个李子吃了下去，随后理氏怀了身孕。理氏怀了81年的胎，生下一个男孩。这男孩一生下就白眉白发，白白的大胡子。因此，理氏给他取的名字叫“老子”。更为传奇的是，老子生下来就会说话，他指着院子中的一棵李子树，说：“李就是我的姓。”

（二）关于太上老君与老子

在中国信仰里，由历史名人而蜕化成的神明，最负盛名的就是太上老君了。太上老君是中国道教最高神明之一，是三位超级神明中的一位，而它的人间形态就是老子，因此老子被奉之为道教的鼻祖。

老子的信仰，始于东汉。东汉的张陵（后来的张天师）设天师道，尊为老子为太上老子，后称“太上道德天尊”。谓其生于无始之时，无因而起，是万物之先，元气之先。

（三）关于钟馗和老子

钟馗，古书记载他系唐初长安终南山人，后据古籍记载及考证，钟馗故里为陕西省西安秦岭中段终南山下户县石井镇钟馗故里欢乐谷。钟馗，中国民间传说中的驱鬼逐邪之神，是中国传统文化中的“赐福镇宅圣君”。钟馗有人是中国著名的民间神仙之一，后来被道教纳入神仙体系，他的主要功能是捉鬼。钟馗生得豹头环眼，铁面虬髯，相貌奇异；然而却是个才华横溢、满腹经纶的人物，平素正气浩然，刚直不阿，待人正直，肝胆相照。

传说，钟馗与老子也有着非同寻常的关系。话说，当年函谷关总兵尹喜见到紫气东来，老子骑青牛而至，便拜老子为师，辞官随老子沿秦岭终南山神仙路西行，昼行夜宿，不几日来到了将军山下，只见此处祥云缭绕，四季如春，溪流纵横，鱼翔浅底，百鸟争鸣，龙飞凤舞，牡丹竞放，泉水叮咚，真乃世外桃源，老子抬头望时，只见一巨石十分奇异，如有人形，豹头环眼，铁面虬髯，一

手执剑，一手执扇，五蝠飞舞，正气浩然，不尽叹到：“道可道，非常道，宇宙造物，天地之始，万物之母，欲观其妙，常有也，钟馗钟馗赐福镇宅，中榜得魁，真神也……”洋洋洒洒五千言，由尹喜记录，世谓之《道德经》是也。

后老子与伊喜结草阿福泉，马放南山，老牛坡放牛，南山不老松下讲道，发现终南捷径后清凉山讲经，楼观台炼丹，铸南山铁案，享南山之寿，是谓道教之祖庭，钟馗之故里，天下第一福地也。

（四）关于老子降青牛的传说

相传，野牛是被老子降伏后才成为人们耕种帮手的。

据说在老子少年时期，在太清宫南面的一座大山上，突然出现一群野牛，这群野牛体格庞大，带领一群牛，经常骚扰附近的村庄，由于这群的野牛总是集体出动，所以附近的各种动物都很惧怕，不要说猪狗之类的，就连虎豹等猛兽都惧之三分。

一日，老子李冉和本村的同伴“二子”瞒过大人一起到南山下割草。老子李冉和二子看见一个巨大的洞，随后一声吼叫震得整个大山直颤，随着声音一头巨大的青牛从洞里窜了出来，只见这头野牛一个饿虎扑食就扑向两个孩子，两个孩子都闪身一躲，闪身躲过后便势抱住了大青牛的前腿，那大青牛见腿被人抱住，急得张口就要咬二子。老子一看猛窜上去，用手里的乾坤圈对准大青牛的上牙就是一下，咔嚓一声，大青牛的上排牙被砸掉了。

这大青牛羞恼成怒，身子猛一横，把老子撞倒地上，它低下头去伸出舌头“呼嗤”一下，就把二子卷进肚子。老子见二子被老牛卷进肚里，急得他怒从心中起，在大青牛正低头躬背冲到他眼前时，他猛地站起身，一把抓住牛角一个翻身就骑上了牛背，他用腿把牛背夹紧，两手握住两只牛角使劲向后一搬，一下子把牛角搬了个方向，大青牛疼得乱蹦乱跳想把老子从背上甩下去。这老子摘下乾坤圈把牛鼻子牢牢穿住，这一下大青牛老实了，老子跳下牛背用镰刀又把牛蹄子切成两半，这一下大青牛彻底不动了。老子回身狠劲一托大青牛的肚子，把它胃里的东西连同二子一起都给挤了出来，二子不一会就醒了过来。

老子便和二子骑上大青牛，高高兴兴地往山下走，老子把它们赶到村边的一片草地里专门驯养这群牛，只许他们吃青草，还教它们拉犁拉车。从此，由野牛驯养出的家牛，都是犄角朝后、蹄子两半的样子，不仅吃东西还要反刍而且只会拉车、耕地了。👉



五、名人对《道德经》的评价

【孔子】吾今日见老子，其犹龙耶！

【庄子】关尹、老聃乎，古之博大真人哉！

【唐玄宗】其要在乎理身、理国。理国则绝矜尚华薄，以无为不言为教。理身则少私寡欲，以虚心实腹为务。

【宋太宗】伯阳五千言，读之甚有益，治身治国，并在其中。

【苏辙】老子为书，其言虽若虚无，而于治人之术至矣。

【苏辙】言至道无如五千文。

【明太祖】朕虽菲材，惟知斯经乃万物之至根，王者之上师，臣民之极宝。

【清世祖】老子道贯天人，德超品汇，著书五千余言，明清静无为之旨。然其切于身心，明于伦物，世固鲜能知之也。

【魏源】老子之书，上之可以明道，中之可以治身，推之可以治人。

【张岱年】中国古典哲学的最高范畴是“道”，而“道”的观念是老子首先提出的。

【尼采】老子思想的集大成《道德经》，像一个永不枯竭的井泉，满载宝藏，放下汲桶，唾手可得。”

【纪晓岚】综罗百代，广博精微。

【胡适】老子是中国哲学的鼻祖，是中国哲学史上第一位真正的哲学家。

【蒲克明】当人类隔阂泯除，四海成为一家时，《道德经》将是一本家传户诵的书。

【约翰高】《老子》的意义永无穷尽，通常也是不可思议的。它是一本有价值的关于人类行为的教科书。这本书道出了一切。

【黑格尔】东方古代世界的代表者。

【威尔·杜兰】或许除了《道德经》之外，我们将要焚毁所有的书籍，而在《道德经》中寻得智慧的摘要。

【施罗德】每个德国家庭买一本中国的《道德经》，以帮助解决人们思想上的困惑。

【卡普拉】在伟大的诸传统中，据我看，道家提供了最深刻并且最完美的生态智能，它调在自然的循环过程中，个人社会的一切现象和潜在两者的基本一致。

【托尔斯泰】做人应该像老子所说的如水一般。没有障碍，它向前流去；遇到堤坝，停下来；堤坝出了缺口，再向前流去。容器是方的，它成方形；容器是圆的，它成圆形。因此它比一切都重要，比一切都强。

【普利高津】道家的思想，在探究宇宙和谐的奥秘、寻找社会的公正与和平、追求心灵的自由和道德完满三个层面上，对我们这个时代都有新启蒙思想的质。道家在两千多年前发现的问题，随着历史的发展，愈来愈清楚地展现在人类的面前。

【哈肯】协同学含有中国基本思维的一些特点。事实上，对自然的整体理解是中国（道家）哲学的一个核心部分。

【玻尔】我不是理论的创立者，我只是个（道家）得道者，我们在这里面临着人类地位所固有的和令人难忘的表现在中国古代（道家）哲学中的一些互补关系。

【汤川秀树】早在二千多年前，老子就已经预见到了今天人类文明的状况，甚至已经预见到了未来人类文明将要达到的状况。

【卡普拉】在许多伟大的传统中，中国道家为我们提供了最深刻、最完美的生态智慧。🌀

官方微博 [@学阅公版](#)

阅无纸境

掌文学为公
阅经典之版

学阅公版国学书友
QQ群 486738341

