

《道德经》被誉为“万经之王”，是中国历史上最伟大的名著之一，对中国的哲学、科学、政治、宗教都产生了极为深刻的影响。

| 读国学 · 诵经典 |

道德经

全解

韩非◎编著



中國華僑出版社

读国学·诵经典

道德经

全解

韩非 编著

中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

道德经全解 / 韩非编著. — 北京 : 中国华侨出版社, 2015. 7

ISBN 978-7-5113-5568-3

I. ①道… II. ①韩… III. ①道家②《道德经》—研究 IV. ①B223.15

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 165978 号

● 道德经全解

编 著 / 韩 非

责任编辑 / 文 喆

责任校对 / 王京燕

装帧设计 / 环球互动

经 销 / 新华书店

开 本 / 730 毫米×1030 毫米 1/16 印张 / 20.5 字数 / 335 千字

印 刷 / 北京柯蓝博泰印务有限公司

版 次 / 2016 年 3 月第 1 版 2016 年 3 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-5568-3

定 价 / 39.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051

传 真: (010) 64439708

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

前 言

《道德经》是中国最经典的名著之一，也是中国最具智慧的书籍之一。它是春秋之时老子的著作，书中提出了“道”的概念，用以代表宇宙的本源和宇宙之间的普遍规律。“道”独立而不改，并行而不殆，是一切事物和行动都应遵守的准则。也正是因为如此，饱含治世、处世良策的《道德经》历来被人们视为智慧宝典，在各朝各代备受推崇。

《道德经》文约义丰，博大精深，涉及经济、教育、军事、美学、历史等方方面面。它是一部体系完备、逻辑严密的伟大哲学专著，全文八十一章，看似相互独立，其实一脉相承，结构严谨。人们通常将前三十七章称为“道经”，论述老子对“道”的理解，后四十四章为“德经”论述老子的道德观、历史观。书中老子通过朴素的辩证法观点，认识到世间万物都处在不断地变化和循环之中，提出了“有无相生”、“祸福相依”、“以无为而为”、“以不争而争”等众多极具智慧的观点。

历史上有无数文人、学者对《道德经》进行研究、解读。人们从不同的角度来解读这本智慧的奇迹。有人认为此书是一部养生学著作，有人认为此书是一部哲学著作，有人认为是一部政治学著作，有人认为是一部兵法，有人认为是一部科学论述，等等，众说纷纭。这些解读有合理的一面，同时也存在片面的一面。“道”是“众妙之门”，同时也衍化到世间的方方面面。学者可以从中学到安身立命的法则，统治者可学到治世救国的良策，领兵者可以悟出用兵克敌之谋，道士等还可以悟出道家养气之术，

可谓仁者见仁，智者见智，天地万物皆包含在一书之中。

如今，距离老子生活的春秋时代已经过去了两千多年，但《道德经》所散发出来的智慧馨香并未稀疏半分，人们依然能够从中获得无限的启发。“无为而治”的思想和现代社会所提倡的减少人治，实施法治息息相关；“损有余，而补不足”最早将割裂社会的贫富分化提到人们面前；“圣人无心，以百姓心为心”鲜明地提出了以民为本的观点，是后世统治者维持统治的圣律；“富贵而骄，自遗其咎”则是对骄奢富人的严正警告；“曲则全，枉则直”则为人们处理问题提供了新的思维方式……

除了在国内具有崇高的地位，《道德经》的影响还涉及到了整个世界。国外的哲学家和学者们从19世纪初就开始了《道德经》的研究，到20世纪的四五十年代，有六十多种《道德经》译本在欧洲流传。那些最著名的哲学家如黑格尔、尼采、叔本华等对《道德经》都有深入的研究，并有专著或专论留下。黑格尔的辩证法、叔本华的唯一意志主义哲学和悲观主义、莱布尼兹的“二进制”、物理学的“宇宙大爆炸”理论中无不寻找到《道德经》的痕迹。

本书通过采集先哲今贤研究的精华，对《道德经》这本名著进行了解读，并列举了一些相关的历史典故来验证老子言论的正确性和前瞻性。书中注解详细，译文通俗易懂，即使初次阅读的读者也能很容易体悟简短文字中所蕴含的博大智慧。由于《道德经》解读历来丰富多元，各家自成一言，难以面面俱到，本书尽量采取与现实生活相接近的观点，以使该书能最大程度地裨益读者。

目 录

第一章 大道无常	1
第二章 辩证的道	5
第三章 无欲则刚	9
第四章 和光同尘	14
第五章 以道治民	18
第六章 回归自然	22
第七章 大道无私	26
第八章 上善若水	30
第九章 适可而止	34
第十章 玄 德	38
第十一章 有无之用	42
第十二章 远声色	46
第十三章 宠辱若惊	50
第十四章 掌握规律	54
第十五章 圣人之容	58
第十六章 静以观道	63
第十七章 我自然	67
第十八章 仁义之伪	70
第十九章 绝圣弃智	74

第二十章 保持独立	78
第二十一章 唯道为德	83
第二十二章 以曲求全	86
第二十三章 希言自然	90
第二十四章 不矜不伐	93
第二十五章 法自然	97
第二十六章 戒轻躁	101
第二十七章 善为不为	105
第二十八章 大制不割	110
第二十九章 不为不执	115
第三十章 恃强取祸	120
第三十一章 兵者，不祥之器也	125
第三十二章 始制有名	130
第三十三章 知人者智	134
第三十四章 不自为大	138
第三十五章 道用无穷	142
第三十六章 柔弱胜刚强	146
第三十七章 不欲以静	149
第三十八章 上德不德	153
第三十九章 得一而不穷	158
第四十章 反者道之动	163
第四十一章 道隐无名	167
第四十二章 强梁者不得其死	171
第四十三章 无有入无间	176
第四十四章 知足不辱	181
第四十五章 大成若缺	184
第四十六章 知足常足	187
第四十七章 执道知天下	191

第四十八章	无为无不为	196
第四十九章	圣人常无心	200
第五十章	摄生之道	204
第五十一章	尊道贵德	208
第五十二章	知其子，守其母	211
第五十三章	贼民者盗	215
第五十四章	观天下	218
第五十五章	物壮则老	222
第五十六章	知者不言	226
第五十七章	以无事取天下	230
第五十八章	福祸相依	234
第五十九章	俭以养德	238
第六十章	治大国若烹小鲜	242
第六十一章	大邦者下流	245
第六十二章	道者，人之宝	248
第六十三章	大小多少	251
第六十四章	善始慎终	255
第六十五章	去巧智	259
第六十六章	甘为民下	262
第六十七章	圣人“三宝”	265
第六十八章	不争之德	269
第六十九章	哀兵必胜	272
第七十章	大道谁知	276
第七十一章	圣人不病	279
第七十二章	民不畏威	283
第七十三章	天网恢恢	287
第七十四章	民不畏死	291
第七十五章	民穷在于官富	294

第七十六章	柔取生，强取亡	298
第七十七章	损有余而补不足	301
第七十八章	正言若反	304
第七十九章	天道无亲，常与善人	307
第八十章	小国寡民	310
第八十一章	为而不争	314

第一章 大道无常

作为《道德经》的开篇，只有正确理解了本章的玄妙哲理才能认识和把握老子的思想体系。在这里老子破天荒地提出了“道”这个概念，作为其哲学思想体系的核心。“道”的涵义博大精深，人们可从历史的角度来认识，也可从文学的方面去理解，还可从美学原理去探求，更应从哲学体系的辩证法去思维……

道可道也^①，非恒道也。名可名也^②，非恒名也。无，名万物之始也；有，名万物之母^③也。故恒无欲也，以观其眇^④；恒有欲也，以观其所徼^⑤。两者同出，异名同谓。玄之又玄，众眇之门^⑦。

注 释

①道可道也：第一个“道”是名词，指的是客观规律、真理原则等。第二个“道”是动词，作解说、表述讲。

②名可名也：第一个“名”是名词，指“道”的形态。第二个“名”是动词，作说明、解释讲。

③母：本源，根源。

④眇(miào)：通妙，微妙。

⑤徼(jiào)：边际、边界，引申为端倪。

⑥众眇之门：世间一切奥妙变化的总门径，宇宙万物的唯一本源。

译 文

“道”可以用语言来表述，但不是通常所说的道；“名”可以用文辞来命名，但不是平常所起的名。用“无”来表述天地万物形成初始的状况；而用“有”来描述宇宙万物产生的本源。因此，要常从“无”中去领悟“道”的奥妙；要常从“有”中去体会“道”的端倪。“无”和“有”这两者，本源相同，只是指称各异。“道”就是如此的玄妙而深奥，它是洞悉天地万物之奥妙的总门径。

经典解读

在这一章里，老子重点介绍了他的哲学范畴——“道”。道到底是什么，其属性是唯物的还是唯心的？古今中外学者对其争论不休，意见纷呈。有人说老子讲的道是基于世间万物运行之理而提出，是以物为基础的唯物主义；有人则说老子的道是虚无缥缈，脱离现实的唯心主义，是他所认为存在于物质之上的超越万物的本源。与老子年代相距不远的韩非子在《解老》中这样说：“道者，万物之所然也。万理之所稽也。理者成物之文也。道者万物之所以成也。故曰道，理之者也。”他将道与物区分为两种不同的存在，即“道者，万物之所然也。”同时，万物还须遵循道，这是“之所然”的含义，这表明了道的二元属性，它不是像宗教哲学和唯心主义、唯物主义哲学那样以一种存在掩盖另一种存在，也不是将两种存在的关系颠倒或模糊，而是清清楚楚地说明两种存在，一种是物，另一种是道，道是物质与精神的结合，它是一种超越普通存在的存在。

可以说这种说法与《易经》的“一阴一阳谓之道”相合。在《易经》之中，阴阳既是构成天地间万物的本源，又是世间万物运行的终极规律。阴阳交合而生万物，万物的生老病死、兴衰存亡又无不遵循着阴阳消长的大道。

《淮南子》中说：“……道之可以弱，可以强；可以柔，可以刚；可以阴，可以阳；可以窈，可以明；可以包裹天地，可以应待无方……”“夫道者，覆天载地，廓四方，柝八极，高不可际，深不可测，包裹天地，禀授无形。……山以之高，渊以之深，兽以之走，鸟以之飞，日月以之明，星历以之行，麟以之游，凤以之翔。”更是明确地提出了道为万物之本，道为万事之律，它变化无穷，无所不在。

老子的“道”是两千年来中国传统哲学、传统文化的重要源泉。

当今社会，有很多人习惯了大都市的生活，灯火酒绿，车水马龙，山珍海味，歌舞嘈杂，然而在这繁华与光彩之下，难以掩饰的是人类心灵上巨大的空虚，和精神上的压抑与窘迫。那种出于生物本性的对于天地自然、万物规律的思考从来就没有停止过。弗洛伊德的“快乐原则”说就论述了文明给人类带来物质利益的同时，也给人类的精神带来了极为沉重的压抑，这是文明之一大缺憾。面对这些压力和精神、心灵上的迷茫，更多的人开始研究博大宏深的中国传统文化，《道德经》便是其中最重要的智慧源泉之一。人们相信老子所言的“道”，能指引迷茫的人找到归途，能引导狂躁的心灵恢复平静，能让失落的人重新燃起希望。

那么，在现实生活中我们应当如何理解道，如何遵从道？首先，我们应当敬畏道，敬畏遵从道而运作的大自然，敬畏天地间合理存在的万物，静心体会那些不可言说的宇宙奥妙，用心灵去感受世间一切；其次，我们要在纷呈的生活中找到自己应当坚守的一些道，不因为恶劣的环境而放弃自己的立场，做到仰俯天地之间而无愧；再次，我们坚守道的同时还应认识到道并非是一成不变的，它随着时间、随着外部环境的改变随时也发生着微妙的变化，我们在生活中应当顺应道的变化而调整自己的立场与观点，与时俱进，顺应世界潮流的发展，调整自己的心态和行为，跟上周围环境的变化，不使自己成为“落伍者”。

哲理引申

物生道，还是道生物，这个问题又回到唯物与唯心的争论之上，很难说得明白。但世间万物并非混乱无章的，它们都遵从着一定的规律，这是肯定的。所以说：万物皆有其道，天地有道，故能长存；日月有道，故能常升；君子有道，故能周行天下而不困。

对于生活在现代社会中的我们来说，生活的方方面面都是“有道”的。从生老病死到衣食住行无不遵守着各种规律，道德法律、规章制度乃至人内心的各种原则、底线都规定了我们如何行事，如何做人。人类在长期的文明积淀之中总结、创造出了这些“人生之道”，也必须时时刻刻遵循着它们，没有这些社会就会变得混乱，组织就会陷入瘫痪，个人也会迷失、不知所从。古今中外的圣哲贤人们提出了很多治国之道、齐家之道、修身之道，指导着人类在茫茫历史之中不断前进。

春秋时楚国的令尹子文就是一个在行动中坚持大道的人。他家中有个触犯法律的人，廷理把他抓了起来，但听说是令尹的家人就放了，子文找来廷理责备说：“设立廷理就是要管犯王令国法的人，那些正直的人持掌法律，柔和却不屈服，刚烈却不折服，现在违背法律而把犯人放掉，这是作为法官却不公正，心中怀有私念，这不是说明我有结党的意思吗，你怎么能够违背法律呢？我掌握如此高的职位，是给官员和百姓做表率的，官员和百姓们有的人有怨言，我也不能免于法律，现在我的家人犯法，你因为我的缘故而放了他，那我的不公正在国家就彰显了。我掌握一个国家的命运却让别人听到我有私心，这就违背了我所坚持的道义，不如死了。”于是他将其家人交给廷理，说：“不给他判罪，我就死。”

廷理不得已判了那个人的罪。楚王听说了，来不及穿上鞋就跑去子文家中，说：“我年纪小，执法官员安排错了人，让你委屈了。”因此罢黜了廷理，而且抬高子文的地位，让他管理内政。国家的老百姓听说了之后，说：“令尹这样公正，我们这些人还有什么可担忧的呢？”

行为源于意识，意识源于信仰。你心中坚守什么样的大道，决定了你将会做什么样的事情，也决定了你将会成为一个什么样的人。正确的“道”铸就伟大的人格，错误的“道”则导致错误的人生追求。信仰和坚持中华古今美德，吸取中华民族各个时期的伟大智慧成果，战胜偏执和无知，为实现“中国梦”而不断奋斗，这也许是《道德经》能提供给我们最重要的启示了。

第二章 辩证的道

老子通过美与恶、有与无、难与易、高与下、长与短等事物表象的相互对立、相互依存关系，说明世间万物相互联系、相互统一的规律，确立了对立统一的永恒普遍法则。然后，在这种辩证观点的基础之上，又提出了圣人处世、治世的无为之道。

原文

天下皆知美之为美，恶已^①；皆知善，斯不善矣。有无之相生^②也，难易之相成^③也，长短之相刑^④也，高下之相盈^⑤也，音声之相和也，先后之相随，恒也。是以圣人居无为之事^⑥，行不言之教^⑦，万物作而弗始^⑧也，为而弗志也^⑨，成功而弗居也。夫唯弗居，是以弗去。

注释

- ①已：通“矣”。
- ②相生：相互生成转化。
- ③相成：相互形成、显现。
- ④相刑：刑，通“形”，在对照中显现出来。
- ⑤相盈：相互依存。
- ⑥居无为之事：对人们不强加干涉管束，任其自然行事。
- ⑦行不言之教：用无言的方式进行教化，没有刑罚等强制的手段。
- ⑧万物作而弗始：任万物自然兴起而不妄为其创始。

⑨为而弗志也：有所作为，却没有私人倾向，即顺道而为。

译文

天下人都知道以美为美，那么丑就存在了。都知道以善为善，那么不善就存在了。有和无是相互生成的，难和易是相互显现的，长和短是相互对照出来的，高和下是相互依存的，音与声相互谐和，前和后相互接随，这些都是永恒不变的真理。因此圣人对于人民无为而治，用无言的方式施行教化，听任万物自然兴起而不妄为创始，顺道有为，不加私人倾向，功成之后而不自居。正因为不居功，所以功绩才不会失去。

经典解读

老子对美恶、善不善、有无、难易、长短、高下、音声、先后等的论述，是中国哲学史上最早系统而深刻地揭露事物之间对立统一规律的文辞，这也是老子哲学思想中重要的一部分。老子以矛盾法则为基础，深刻地指出了，世间万物的发展变化都是在矛盾对立的状态中产生的。对立着的双方互相依存、互相联结、互相转化。这种相互之间的变化是自然万物的根本性质。

本章，老子首先提出一种对立统一的世界观，然后在其基础之上探索“圣人”治国处事的方式，即“居无为之事，行不言之教”。通过顺应天地大道，世间最根本的那些自然规律而达到一种内与外，大与小，个人与集体的和谐。很多朝代，尤其是战乱刚刚结束之后，社会复苏的时候，老子的思想对于治国、治家来说就极为重要。比如汉初实行黄老思想，提倡无为而治，使国家在秦末的战乱废墟上逐渐恢复过来，实现了著名的文景之治。

需要指出的是，老子提出的无为而治的方法论并非是毫无作为，相反它是大有作为，在遵守事物客观规律的基础上，在掌握主次矛盾的基础上的作为。无为是指不违反世间大道，不肆意妄为，不对事物的正常发展横加干涉。比之于汉初，就可见无为而治并非不治，有国，有吏，有法，但国策宽松，法律温和，官吏治民能顺应民意，劳役税收皆能体谅民力，合符节气，故能“无为为之而合于道，无为言之而通乎德”（《淮南子·原道训》）。

老子所提出的一系列辩证统一的对立面在人类社会生活中亦随处可见，善恶、是非、强弱、祸福等，都蕴含着丰富的哲学思想，人生真谛。在生活中只有知道这些，才能从黑暗中发现光明，从困境中找到希望，茫茫乱世中坚守一

方清净；只有了解这些，才能做到不断进取，居安思危，正确地思考所遇到事情的是非善恶；只有清晰地认识到这些才能透过事物的表象，去观察它们的本质，寻找隐藏在表象内部的真实，才能站在更高的角度去纵观万物。

哲理引申

“道”贯穿于天地万物之间，盛衰存亡，生死病老无不依道而行。春耕夏锄，秋收冬藏，是农民种地应该遵从的规律，晚种或是早收都必将违反植物生长之道，使生产受损。“揠苗助长”便是最好的例子，将麦苗硬生生地拔出来，不仅不会让它生长更快，还会导致枯萎。小到教育儿童，大到国家的治理，社会的改革无不如此。

秦朝末年各路诸侯相互征战，中华大地一片荒芜，刘邦击败项羽称帝后又先后进行多次剿灭异姓诸侯王的战争，最后虽然统一天下，但到处都是流离失所的民众，到处都是一片颓废景象。又经诸吕之乱，到汉文帝刘恒登基时，国库空虚，民力凋零，社会陷入了停滞之中。

汉文帝清晰地看到了国家、社会破败萧条的状态。他并没有立刻采取严厉的法治政策，而是采用了无为而治的方针。首先，实行轻徭薄赋，减轻人民负担。进一步降低田租的税率，按“三十税一”征税。这是中国封建社会田赋税率最低的时期，而且以后长期未变。其次，鼓励生产、发展经济，增加政府财政收入。劝课农桑，鼓励人民开荒，开放山川泽林，任人们进入开垦。再次，提倡节俭，禁止浪费。汉文帝在位期间，宫室苑囿，车骑服御，都无增加。他曾经想做一个露台，预算报上来，需要百金，他便放弃了这一想法。他说：“百金相当中产人家十家的财产总和了，我继承先帝的宫室，还常觉得羞耻，怎么能花百金建露台。”为了减免人民税赋，他还减少自己的开支，裁减侍卫人马。最后，实行集权与分权相结合的管理体制，在国体上实行了郡国并行制。允许地方因地制宜地实行一些惠民政策，如齐国工商业发达，又有渔盐之利，便不征农业税。吴国则有铜山、海盐能获巨利，故无赋税。

汉景帝时继承了文帝的治国思想，他重用晁错，提高粮食价格，促进农民生产的积极性。汉景帝还下诏不接受地方贡献的锦绣等奢侈物品，并禁止地方官员购买黄金珠玉，否则以盗窃论罪。

文景二帝还抑制豪强，废除严厉的刑罚，实施更加人性化的法律制度。经过两代的休养生息，使当时社会经济获得显著的发展，封建统治秩序也日臻巩

固，西汉初年，大侯封国不过万家，小的五六百户；到了文景之世，流民还归田园，户口迅速繁息。列侯封国大者至三四万户，小的也户口倍增，而且比过去富实得多。农业的发展使粮价大大降低。文帝初年，粟每石十余钱至数十钱。据《汉书·食货志》记载，汉初至武帝即位的七十年间，由于国内政治安定，只要不遇水旱之灾，百姓总是人给家足，郡国的仓廩堆满了粮食。大仓里的粮食由于陈陈相因，致腐烂而不可食，政府的粮仓有余财，京师的钱财有千百万，连串钱的绳子都朽断了。