

图解

道德经

全面呈现道家第一经典的生命智慧

鲁迅：不读《老子》，不知中国文化。

美国学者蒲克明：《道德经》定会成为未来社会家喻户晓的一部书！



王知慧 编著

吉林出版集团有限责任公司

道的追求

道

长寿 幸福 自由 健康

展现中国人生命智慧的第一经典

彩色图解版
经典珍藏

专家修订 权威实用

中华 文化 大学 堂
香港 东方 教育 研究
台湾 教育 研 究 院 网

联合推荐

图
解

道德经

◆ 解读老子的人生智慧

王智慧 ◆ 编著

吉林出版集团有限责任公司

紫氣東來




选题策划：含章行文·东方智学

责任编辑：宋 春

特约编辑：刘翠娟

装帧设计：含章行文·东方智学

 國學經典 

图书在版编目(CIP)数据

图解道德经 / 王知慧编著. —长春: 吉林出版集团有限责任公司, 2010.3

ISBN 978-7-5463-2430-2

I. ①图… II. ①王… III. ①道家②老子 - 通俗读物 IV. ①B223.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第031454号

书 名：图解道德经
编 著：王知慧
出 版：吉林出版集团有限责任公司
地 址：长春市人民大街4646号(130021)
印 刷：北京市兆成印刷有限责任公司
开 本：889mm×1194mm 1/16
印 张：18
字 数：333千字
版 次：2010年4月第1版
印 次：2010年4月第1次印刷
书 号：978-7-5463-2430-2
定 价：32.00元

(如有缺页或倒装, 发行部负责退换)



【上篇 道经】

第一章	天地之始	18
第二章	美之为美	22
第三章	圣人之治	26
第四章	象帝之先	30
第五章	天地不仁	33
第六章	玄牝之门	38
第七章	天长地久	41
第八章	不争无尤	44
第九章	功遂身退	47
第十章	长而不宰	50
第十一章	无之为用	53
第十二章	圣人为腹	56
第十三章	宠辱若惊	60
第十四章	无状之状	63
第十五章	善为士者	66

目 录





目 录



第十六章 没身不殆	70
第十七章 功成事遂	72
第十八章 大忠大义	76
第十九章 绝圣弃智	79
第二十章 而贵食母	82
第二十一章 唯道是从	86
第二十二章 圣人抱一	88
第二十三章 道亦乐得	92
第二十四章 自是不彰	94
第二十五章 道法自然	97
第二十六章 静为躁君	100
第二十七章 善行无辙	103
第二十八章 复归于朴	107
第二十九章 为者败之	110
第三十章 以道佐主	113
第三十一章 有道不处	117
第三十二章 知止不殆	119
第三十三章 知人者智	122



目 录



- 第三十四章 其不为大····· 126
第三十五章 不可既也····· 129
第三十六章 欲翕固张····· 132
第三十七章 道恒无为····· 135

【下篇 德 经】

- 第三十八章 上德不德····· 138
第三十九章 “一”为始祖····· 142
第四十章 虚中生有····· 146
第四十一章 善贷且成····· 149
第四十二章 以为教父····· 152
第四十三章 不言之教····· 156
第四十四章 知足不辱····· 159
第四十五章 大成若缺····· 163
第四十六章 知足常足····· 166
第四十七章 不行而知····· 170
第四十八章 为道日损····· 172



目 录



- | | | |
|-------|------|-----|
| 第四十九章 | 善者吾善 | 175 |
| 第五十章 | 出生入死 | 178 |
| 第五十一章 | 是谓玄德 | 182 |
| 第五十二章 | 天下有始 | 185 |
| 第五十三章 | 盗夸非道 | 188 |
| 第五十四章 | 其德乃普 | 191 |
| 第五十五章 | 含德之厚 | 195 |
| 第五十六章 | 知者不言 | 199 |
| 第五十七章 | 以正治国 | 202 |
| 第五十八章 | 福祸倚伏 | 207 |
| 第五十九章 | 长生久视 | 210 |
| 第六十章 | 德交归焉 | 213 |
| 第六十一章 | 皆得其欲 | 216 |
| 第六十二章 | 万物之奥 | 219 |
| 第六十三章 | 能成其大 | 223 |
| 第六十四章 | 无为无败 | 226 |
| 第六十五章 | 善为道者 | 230 |
| 第六十六章 | 莫能与争 | 233 |



目 录



第六十七章	我有三宝	237
第六十八章	不争之德	240
第六十九章	哀者胜矣	243
第七十章	被褐怀玉	247
第七十一章	以其病病	251
第七十二章	自爱不贵	254
第七十三章	天网恢恢	258
第七十四章	民不畏死	262
第七十五章	无以生为	266
第七十六章	强大处下	269
第七十七章	不欲见贤	272
第七十八章	柔之胜刚	276
第七十九章	报怨以德	278
第八十章	小国寡民	281
第八十一章	善者不辩	286

序言

老子与我们同在

先秦哲学大师老子以其文约义丰的短短五千言，道出了世间万物的奥秘，展现了人生别有洞天的崇高境界。一代又一代人将他奉为无上圭臬，不断研究它，实践它，以臻于极致。经过千千万万人们的努力，老子思想早已渗透到我们生活的方方面面。

你想成就一番大事业吗？那就从身边的琐碎的小事做起。因为，“天下大事，必作于细。”（第六十三章）“合抱之木，生于毫末；九层之台，起于累土；千里之行，始于足下。”（第六十四章）老子用几个排比句，通过比喻的形式告诉我们，伟大事业的成就不是一蹴而就的，要耐得住寂寞，要有持之以恒的毅力。

你立志进取，却因种种原因不得施展才华。千万别气馁，我们用老子的话“大器晚成”（第四十一章）来鞭策自己。又或者，你成功了，处于事业的巅峰，面对金钱、权利的诱惑，不要迷失了自我，要能做到“功遂身退”（第九章）。人生在世，总要成就一番事业，才不枉此生。但若在名利面前迷失了自己的本性，到头来，只能落得身败名裂的可悲下场。老子说：“知足者富。”（第三十三章）此言不虚。

身边朋友遭受灾难，我们去安慰他：“祸兮福之所倚，福兮祸之所伏。”（第五十八章）乐观面对生活中的祸福，学会辩证地看待万物，一切顺其自然，并善于把握转瞬即逝的机会，这是老子教给我们的人生智慧。

逃亡多年的歹徒最后还是被逮捕入狱；没人敢惹、没人敢得罪的贪官，最后却落入法网，于是我们说：“法网恢恢，疏而不漏。”这句话来源于老子的“天网恢恢，疏而不失。”（第七十三章）我们每个人要记住并去实践两个字：“慎独”。千万不要以为自己做坏事别人看不见。须知，大自然是最公平

的，不是不报，而是时候未到。

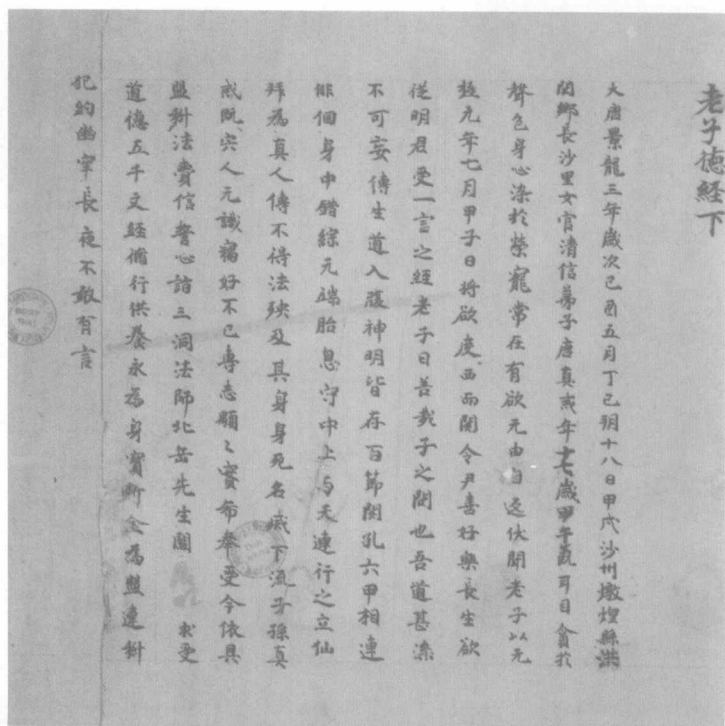
在外面威风八面的男子汉，在柔弱的妻子面前却“卑躬屈膝”。为什么会这样呢？因为，“柔弱胜刚强！”（第三十六章）。我们在公园经常看到有人打太极拳，别看他们动作软绵绵的，太极高手一出手，就可以把一个大汉掀翻在地。这也是老子“柔弱胜刚强”的一个例证。

此外，老子还有许多思想在被我们在实践着，人们却“日用而不知”。如“宠辱若惊”（第十三章）、“大巧若拙”（第四十五章）、“出生入死”（第五十章）等等。老子的智慧，早已融化在你、我、他之间，融化在我们生活中的方方面面。

但是，由于年代久远，语言习惯的变迁，老子的许多思想还未能真正被我们把握，需要我们不断去探索，去追求。

编者谨识

2010年3月



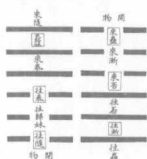
《易经》——《道德经》的源泉

《易经》与《道德经》是我国文化史上最早的两部伟大哲学经典，一般人很难想象：《道德经》和《易经》竟然有着一脉相承的关系！《道德经》中的许多语句都来源于《易经》。下面我们列举15例来加以说明。

《易经》泰、否卦

《道德经》：“是以圣人去甚、去奢、去泰。”（第二十九章）

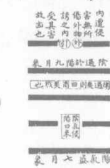
圖來往泰否



《易经》兑卦

《道德经》：“塞其兑，闭其门。”（第五十六章）

圖之象兌



《易经》损、益之卦

《道德经》：“为学日益，为道日损。”（第四十八章）
“故物或损之而益，或益之而损。”（第四十二章）

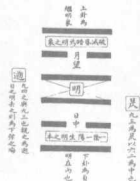
圖中用益損



《易经》离卦

《道德经》：“载营魄抱一，能无离乎？”（第十章）
“常德不离，复归于婴儿。”（第二十八章）

圖明離離



《易经》丰卦

《道德经》：“修之于邦，其德乃丰。”（第五十四章）

圖之斗見日豐



《易经》家人卦

《道德经》：“修之于家，其德乃余。”（第五十四章）

圖象人家



《易经》无妄卦

《道德经》：“不知常，妄作，凶。”（第十六章）

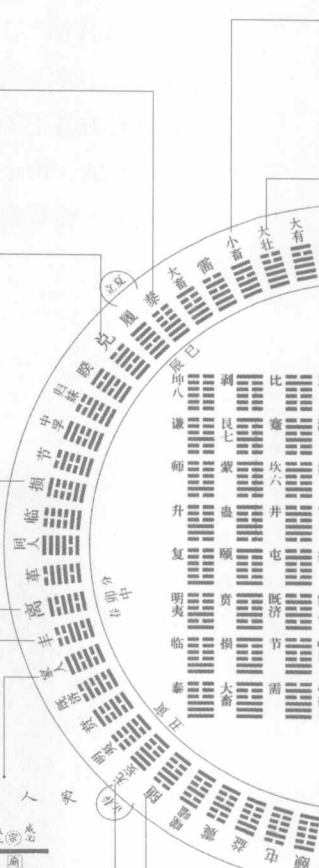
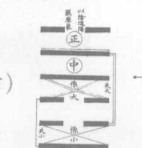
圖子中本妄无



《易经》随卦

《道德经》：“故物或行或随。”（第二十九章）

圖失係卦隨



六十四卦图

易经有八卦：乾、坤、震、艮、离、坎、兑、巽，八个单卦两两组合产生了六十四卦，易学家通过这些卦爻来研究世间万物的变化规律，并以其指导社会生活。

图 山 畜 畜 小 大



《易经》大畜、小畜卦

《道德经》：“道生之，德畜之。”（第五十一章）

“生之畜之，生而不有。”（第十章）

图 泽 羊 壮 大



《易经》大壮卦

《道德经》：“物壮则老。”（第三十章）

图 之 射 涣



《易经》涣卦

《道德经》：“涣兮若冰之将释。”（第十五章）

图 泉 御 比 师



《易经》师卦

《道德经》：“师之所处，荆棘生焉。”（第三十章）

“故善人者，不善人之师。”（第二十七章）

图 之 象 豫



《易经》豫卦

《道德经》：“豫兮若冬涉川。”（第十五章）

图 光 之 圆 观



《易经》观卦

《道德经》：“以身观身，以家观家，以乡观乡，以邦观邦，以天下观天下。”（第五十四章）

图 日 七 复



《易经》复卦

《道德经》：“夫物芸芸，各复归其根。归根曰静，是曰复命。”（第十六章）



庄周梦蝶图 (元) 刘贯道 绢本

庄子是继老子之后道家学派的重要代表人物，和老子一起并称“老庄”。“道”是道家思想的重要组成部分，是老子和庄子思想中最基本最重要的概念。“庄周梦蝶”是《庄子·齐物论》中的一则寓言，以其深刻的意蕴，体现了庄子游心于物，逍遥物外的境界，也为文人们提供了丰富的审美想象空间。



竹子

竹子不因庄子的八仙桌阻挡了自己而改变自己的生长方向，依然按照自己的方式开枝散叶；庄子也不因竹子的生长妨碍了自己而去砍伐它们。人与自然处在一种和谐之中。

庄子的书案

床头一张八仙桌上，放置着庄子的书籍、笔砚、花盆、琴、酒，这些极具道家特色的陈设，简朴而又自然，与周围环境浑然天成。

熟睡的庄子

庄子袒胸露足，横扇于胸前，在木床上酣然入梦。睡梦中的庄子忘记了自己，和蝴蝶合二为一，悠游于自己的逍遥之境。

睡梦中的蝴蝶

一对彩色蝴蝶在大自然中自由自在，翩翩起舞，这是庄子在梦中的化身。体现了他逍遥物化的思想。

庄子的洗漱台

水桶、洗漱池，庄子这些日常生活用品自然而质朴，与周围环境浑然天成，体现了他顺应自然，“道法自然”的理念。



树下的童子

在这静谧的大自然中，小童子也抵树而眠，松树弯曲正好成就了他的睡所，使他完全融入了和谐而又自由的天地之中。也许他也在像主人一样在梦中化为蝴蝶起舞呢！

松树与青藤

松树的生长姿势如同庄子的睡姿般随意，枝干道劲，针叶茂密。一棵青藤攀附而上，美妙而幽静，体现了自然相依共生的法则。

原文

本书在编写过程中，参考了市场上众多版本，博采众家之长，具有一定的权威性。

辩义

对道德经原文中的重点、难点词语进行详细解释，为您扫清阅读障碍。

译文

对道德经原文进行全面翻译，让您轻松理解道德经中的每一句话。



第四章



象帝之先

【原文】

道冲^①，而用之或不盈^②，渊兮似万物之宗。挫其锐，解其纷，和其光，同^③其尘。湛^④兮似或存。吾不知谁之子，象帝之先。

【辩义】

- ①冲：古字为“盅”，空虚之意。
 ②盈：满盈，引申为尽头。老子反对事物走向满盈、鼎盛和极致，他认为满盈是衰败、穷尽、灭亡的象征。
 ③和：隐蔽。
 ④同：混同。
 ⑤湛：意为深沉，形容道的隐而无形，但又确实存在的状态。

【译文】

道本身是中虚真空的，而使用起来却是无穷无尽的。深邃啊，它好像是万物的本源。挫掉它的锋芒，消解它的纠纷，含敛它的光耀，混同它于尘世。幽

荷石水禽图轴（清）朱耷

画面极尽表现了荷花的妖娆和水禽的活泼，但二者都受益于水的润泽。我们看不到水，却能感受到水的存在和它带来的生命力。这也许就是“道”的真义。



030

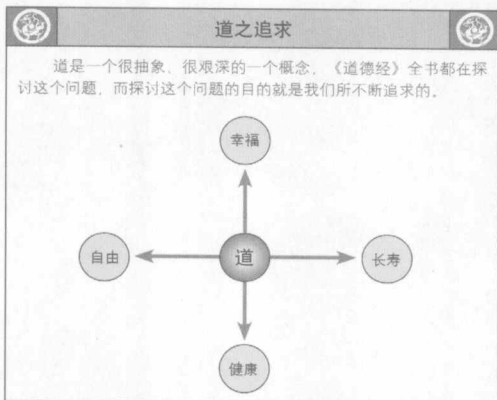
插图

用插图形式帮我们理解道的深层内涵——“道”在生活中无处不在。



图解

用图解的形式解读“道”的真意，即人类对“道”的探索就是对自由、幸福、健康、长寿的追求。



隐虚无而又真实存在。我不知道它是谁孕育生成的，在万物的法象缔结之前就存在了。

【解析】

在第一章中我们对道有了初步的论述，这一章我们接着探讨。在第一章节中我们了解了道的几个相关概念，如：名、无、有、妙、微、玄。这些概念并没有真正解释出道的真意，主要是因为“道可道，非常道”。人类的语言和思维具有很大的局限性，所以任何概念都无法详尽解释出道的真正内涵。这一章我们接着对其进行分析。“道冲”的意思是大道本身没有一个具体的形象，它是一种完全虚空的境界，它是天地万物的本源，因而宇宙间的一切都被它容纳和控制。老子曾说宇宙是分层的，它大到没有边界，小到没有内核。套用科学术语，称作无穷大和无穷小。在广袤的宇宙空间内，所有的物体都统属大道掌控，大道在运作的过程中永远也不会穷尽，它不会停息也不会损坏，它会永恒地运转下去，它的运转过程只可感觉，不可触摸和观赏。它远远地躲开我们，却无时无刻不在影响着我们的生活。

正是由于大道有无形、无声的特点，我们人类即便穷尽语言也无法真正地描述它，这让我们感到无可奈何，只得用一些贴近的语言来描述它：深邃啊！仿佛是万物的祖宗，宇宙间的万物皆由它而生，它包容了天地万物，并主宰着一切的一切！清幽幽隐啊！它好像不存在，其实却真实地存在！给大道下一个确切的定义是无论如何都办不到的事情，因为我们无法把握它的来龙去脉，它



解析

结合当前时下生活对老子的思想进行深入解读，彻底理解老子的思想，启迪我们用老子的思想、老子的智慧去做事。



月落江天羅釣魚倚柳坐
睡夢華胥若夢業何必舟