

中华

大

字

经典

饶尚宽 骈宇騫 译注

老子 孙子兵法



中华书局





老子 孙子兵法

中华
大字
经典

饶尚宽 骈宇騫 译注

中华书局

图书在版编目(CIP)数据

老子·孙子兵法 / 饶尚宽, 骈宇骞译注. — 北京: 中华书局, 2010.1

(中华大字经典)

ISBN 978 - 7 - 101 - 07219 - 8

I. 老… II. ①饶…②骈… III. ①道家②兵法—中国—春秋时代③老子—译文④孙子兵法—译文 IV. B223.14
E892.25

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 011403 号

书 名 老 子 · 孙 子 兵 法

译 注 者 饶尚宽 骈宇骞

丛 书 名 中华大字经典

责任编辑 张彩梅

出版发行 中华书局

(北京市丰台区太平桥西里 38 号 100073)

<http://www.zhbc.com.cn>

E-mail: zhbc@zhbc.com.cn

印 刷 北京未来科学技术研究所有限责任公司印刷厂

版 次 2010 年 1 月北京第 1 版

2010 年 1 月北京第 1 次印刷

规 格 开本 787 × 1092 毫米 1/16

印张 13¼ 插页 2 字数 140 千字

印 数 1-8000 册

国际书号 ISBN 978 - 7 - 101 - 07219 - 8

定 价 18.00 元

《中华大字经典》出版说明

“中华大字经典”系列丛书是为老年朋友阅读传统经典而编辑出版的。

每年我国有数十万人进入老年人行列，每年我国大约出版图书数十万种，但是为老年人出版的图书比例甚小。很多老年读者感叹：眼睛越来越花，图书的字倒越小越密，用放大镜看书实在太不方便了！如何为数以亿计的老年朋友出版他们能读的图书，应该是整个出版界需要认真考虑的问题。

近年来，“国学热”不断升温，大批老年朋友也希望一睹经典原貌、品尝经典的原汁原味，更有不少是在年轻时就读过这些经典，退休以后打算利用闲暇重读经典。中华书局是我国传统文化读物的出版重镇，近百年来出版了大批优秀图书。为提倡尊老敬老的社会风尚，顺应老年朋友的需要，我们精心策划了这套“中华大字经典”系列丛书。

从选目上看，它既包括“四大名著”这样的古代文学经典作品，也包括《论语》、《孟子》、《庄子》、《孙子兵法》等思想文化经典；在内容方面，我们对文本精心标点、准确注释；在设计上，充分考虑老年读者的特点，装帧、封面的设计大方得体，正文部分采用大字排版，疏朗有致，而对部头较大的图书，采用分册处理，让老年朋友拿得住、看得清、读得懂。

本套丛书是中华书局所做的一次尝试，热忱希望社会各界和广大读者提出宝贵意见，帮助我们更好地做好这套书，也热诚希望有更多的出版社加入到我们的行列中来，为广大老年朋友奉献出更适合他们需求的图书精品。

中华书局编辑部

2009年10月

总 目

老 子 1

孙子兵法 123

老子



前 言

《老子》是中国古代著名经典之一，与《庄子》如双峰并峙，是先秦道家学派的代表性著作，对中国传统文化的形成和发展产生了重大的影响。

一 老子其人

老子其人，古来颇有争议。

《史记·老子韩非列传》说：

老子者，楚苦县厉乡曲仁里人也。姓李氏，名耳，字聃。周守藏室之史也。孔子适周，将问礼于老子。老子曰：“子所言者，其人与骨皆已朽矣，独其言在耳。且君子得其时则驾，不得其时则蓬累而行。吾闻之，良贾深藏，若虚；君子盛德，容貌若愚。去子之骄气与多欲，态色与淫志，是皆无益于子之身，吾所以告子若是而已。”孔子去，谓弟子曰：“鸟吾知其能飞，鱼吾知其能游，兽吾知其能走。走者可以为罔，游者可以为纶，飞者可以为矰。至于龙，吾不能知其乘风云而上天。吾今日见老子，其犹龙邪？”老子修道德，其学以自隐无名为务。居周久之，见周之衰，乃遂去。至关，关令尹喜曰：“子将隐矣，强为我著书。”于是老子乃著书上下篇，言道德之意五千余言而去，莫知其所终。或曰：老莱子亦楚人也，著书十五篇，言道家之用，与孔子同时。云盖老子百有六十余岁，或言二百余岁，以其修道而养寿也。自孔子死之后百二十九年，而史记周太史儋见秦献公曰：“始秦与周合，合五百岁而离，离七十岁而霸王者出焉。”或曰儋即老子，或曰非也，世莫知其然否。老子，隐君子也。老子之子名宗，宗为魏将，封于段干。宗子注，注子官，官玄孙假，假仕于汉孝文帝。而假之子解为胶西王卬太傅，因家于齐焉。世之学老子者则绌儒学，儒学亦绌老子。“道不同，不相为谋”，岂谓是邪？李耳无为

自化，清静自正。

上文中出现了周守藏室之史李耳(聃)、老莱子、周太史儋三人，都称老子，都是隐君子，孰是孰非，汉代司马迁已经糊涂了，搞不清楚，难以评判，只好诸说并存。至于说老子活了一百六十到二百岁，即就是“修道而养寿”，也纯属神话，难以置信。正因为如此，关于老子及其著作《老子》的说法很多：

一说认为，老子就是教诲孔子的李耳(老聃)，当在孔子之前的春秋后期，从《战国策》、《礼记·曾子问》、《庄子》、《荀子》、《韩非子》、《吕氏春秋》等典籍的引述可知。主此说者如马叙伦《老子校诂》、郭沫若《青铜时代·老聃、关尹、环渊》、任继愈《老子新译》等。郭沫若指出《老子》书是出于战国环渊之手。

一说认为，老子是战国时代的人，《老子》是战国时代的书。主此说者如清代汪中《老子考异》、梁启超《评胡适之中国哲学史大纲》、冯友兰《中国哲学史》、罗根泽《诸子考索·老子及〈老子〉书的问题》、范文澜《中国通史》等。

一说认为，老聃当在杨朱、宋钐之后，成书在秦汉之间。主此说者如顾颉刚《从〈吕氏春秋〉推测老子之成书年代》、《秦汉的方士与儒生》等。

一说认为，老聃是中国古代传说中的博大真人，《老子》成书于庄周、宋钐之后，可能出于詹何之手。主此说者如钱穆《先秦诸子系年·老子杂辨》、《庄老通辨》等。

以上诸家，众说纷纭，各有道理，令人深思。如果折中而言，笔者认为，撰写《老子》的作者是战国时期周太史儋，《老子》成书于《论语》、《墨子》、《孟子》之后，《庄子》、《荀子》、《韩非子》之前。

在诸侯争霸、社会动荡、矛盾尖锐、民不聊生的春秋战国时期，活跃着许多思想流派，号称“百家争鸣”。其中有一些哲人，精通事理、练达人生，博通古今，见识卓越，洞察祸福之机，深明成败之道，对国家、社会、历史、人事有着深刻的分析和理解，他们认识到生命的珍贵和人生的价值，认为只有远离现实社会，不受外物诱惑，才能维护和保全自己的清白品德、高洁人格和纯朴天性。于是，他们或主动或被迫地逃避尘世生活，有的躬耕垄亩，自食其力；有的寄情山水，友风子雨；有的甚至出入庙堂，却大隐于市……总之，对现行制度和当朝权贵采取一种回避的、不合作的、甚至批判的态度，这就是历史上隐逸之士产生的

由来。尧时的许由、巢父，周时的伯夷、叔齐就是早期的代表，所以，早在《周易》中就反映出隐逸思想（比如《遁卦》）。《论语》中多次记载楚狂接舆、长沮、桀溺、荷蓑丈人等隐者，对热衷入世进取的孔子师徒讽刺、挖苦、奚落乃至斥责。钱穆认为，斥责孔子“四体不勤，五谷不分”的隐者荷蓑丈人就是老莱子，并非没有道理。（见《先秦诸子系年·老子杂辨》）所以，后来庄子说：

古之所谓隐士者，非伏其身而弗见也，非闭其言而不出也，非藏其知而不发也，时命大谬也。当时命而大行乎天下，则返一无迹；不当时命而大穷乎天下，则深根宁极而待，此存身之道也。（《庄子·缮性》）

隐逸之士既然避世存身，韬晦自保，寄情山水，崇尚自然，因此，探索天道自然的法则和规律，并以之反观比照污浊的现实社会，就能够比较冷静地认识和批判社会弊病，揭示矛盾根源，并以天道自然为法式，提出疗治社会的主张，进而挑战传统，否定君权，从而，在此基础上逐步形成了以贵生存身为核心的道家思想理论体系。

任何一种思想学说，都是由粗到精，由疏到密，有一个生成发展、继往开来的历史过程，道家思想也不例外。既然如此，根据学术思想发展的社会环境和历史脉络，考察老子其人其书，是完全可行的。

（一）杨朱、老子、庄子是先秦道家思想发展史上的重要人物，代表了三个不同的阶段。杨朱最早对隐逸思想进行了初步总结，提出“贵生”，“为己”，“全性保真，不以物累形”，主张“损一毫利天下，不与也；悉天下奉一身，不取也”，可以说是道家思想学说的先驱。老子则进一步明确提出“道”的哲学观念，以自然天道反观社会人道，主张贵身爱身，贵柔不争，俭嗇谦下，绝圣弃智，小国寡民，无为无不为，可以说是对杨朱学说的继承和发展。后来庄子主张保身、全生、养亲、尽年，坚持恬淡、寂寞、虚静、无为，向往齐同、物化、坐忘、全真的境界，期盼“同与禽兽居，族与万物并”的“至德之世”，即原始自然的纯朴生活，从而把道家学说推向理论的高峰。

如果说杨朱主要是从自身命运立论，公开提出“一毛不拔”、“公身公物”的叛逆观点，强调个体意识，反对传统观念，锋芒毕露，惊世骇俗；老子则在杨朱学说的基础上，高举天道，正言若反，扑朔迷离，玄妙空灵，借为圣人立言达到无为而治，在有君的前提下做无君的文章，倡导“小国寡民”的理想社会，以辩证思维构建自己的理论体系，显然比

杨朱学说严密精致，睿智高明。如果说老子还置身于现实社会，其思想意识还带有世俗的智慧、全身的谋略和人间的理想，具有愤世嫉俗的激情和忧国忧民的胸怀；那么庄子则是在老子理论的引导下，对现实社会更有忧患意识和恐惧心理，对人生命运的认识更为清醒理智，冷峻深刻，因此，庄子试图完全游离于现实社会之外，超脱尘世，虚无混沌，遗世独立，回归自然，向往“上与造物者游，而下与外生死、无终始者为友”，实现真正意义上的逍遥游，以求得精神世界的彻底解脱，从而，把道家理论提升到一个更高的精神层面，集道家思想学说之大成。

因此，老子学说上承杨朱，下启庄子，是道家学说的一个非常重要的发展阶段，所以，老子必定晚于杨朱，早于庄子。《孟子》以前，并无《老子》之文；《庄子》以后，典籍已经大量引用《老子》，那么《老子》就不会晚至秦汉时期，这是显而易见的。

(二)《礼记·曾子问》、《庄子》、《列子》等典籍，都曾记载孔子向老子问礼，又说到老子对杨朱的教诲，也就是说，孔子与杨朱都曾先后师从老子，都是老子的晚辈。假如果真如此，《说苑·政理篇》所记杨朱见梁王言治天下如运诸掌，梁之称王是从惠王始（见《史记·六国表》），而惠王元年为前369年，已经晚于孔子离世一百余年，其间孔子怎能问礼、杨朱怎能受教呢？难道老子是长生不老的神仙么？显然有悖于常理。

历史如此扭曲，恐怕与《老子》的论述是有关系的。孔子曾说：“大道之行也，天下为公。选贤与能，讲信修睦。”又说：“今大道既隐，天下为家。各亲其亲，各子其子，货力为己；大人世及以为礼，城郭沟池以为固，礼义以为纪。”（《礼记·礼运》）孔子的大道显然与老子的大道是不同的，但是名称却相同，于是老子借此提出：“大道废，有仁义。”（《老子·十八章》）“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，而乱之首。”（《三十八章》）这就把他宣扬的道、德，凌驾于儒家提倡的仁、义、礼之上。既然老子提出的道、德在先，而孔子论述的仁、义、礼在后，那么，老子自然成为早于孔子的圣人了，从而，在有意无意之间为后世道家门徒们留下想象和发挥的巨大空间。对此，顾颉刚有精辟的分析：

老子为什么会成为孔子的老师？我以为这不是讹传的谣言，乃是有计划的宣传。老子这个学派大约当时有些势

力，但起得后了，总敌不过儒家。他们想，如果自己的祖师能和儒家的祖师发生了师弟的关系，至少能耸动外人的视听，争得一点学术的领导权。于是他们造出了一件故事，说孔子当年到周朝时曾向老子请教过，但他的道力不高，而且有些骄矜之气，便给老子痛骂了一顿。他知道自己根柢差得多，羞愧得说不出话。回得家来，只有对老子仰慕赞叹。借了孔子的嘴来判定了老、孔的高下，显见他们的门徒之间也是这等比例，道家的身价就可提高。想不到他们这种宣传不但如了愿，竟至超过了预期，而使儒家承认为事实；又不但如此，而使儒家也增加了一段故事，说孔子曾向老子问过许多礼制，把老子也儒家化了。可怜的是《老子》里既有“礼者，忠信之薄而乱之首”的话，《礼记》中又有老聃答孔子问庙主、问葬礼的话，逼得他竟成了二重人格，自己打自己的嘴巴！他们这个工作成功了，索性再进一步，使出手段来拉拢黄帝。他们把本学派里的货色尽量向黄帝身上装，结果，装得黄帝也像了老子，而后道家里以老子为“太祖高皇帝”，黄帝为“肇祖原皇帝”，其学派的开创时代乃直顶到有史之始了。至于发踪指示的杨朱，早被一脚踢开，学术系统从此弄乱。《汉书·艺文志》所列道家著作，有《黄帝四经》、《黄帝铭》等篇，注云“起六国时，与《老子》相似也”。这就是黄帝与老子合作的成绩，而“黄、老”一名也从此打不破了！（《秦汉的方士与儒生》）

道家门徒既然让老子攀扯上了早在史初的人文之祖黄帝，从此黄、老并称，高高供起，冥冥之中不仅“发踪指示”的杨朱、而且连儒家祖师的孔子，都只能登门求教、顶礼膜拜了！如此荒唐错乱的记载，怎能相信呢？

（三）《老子》三章曰：“不尚贤，使民不争。”十九章曰：“绝圣弃智，民利百倍；绝仁弃义，民复孝慈；绝巧弃利，盗贼无有。”“尚贤”是墨家主张，“圣、智、仁、义”是儒家思想，既然《老子》一概反对，其书必在孔子、墨子之后。

（四）《论语》、《墨子》、《孟子》从未提及老子，而《孟子》对杨朱却口诛笔伐，激烈地抨击和批判，认为“杨朱、墨翟之言盈天下。天下之言，不归杨，则归墨。杨氏为我，是无君也。墨氏兼爱，是无父也。无

君无父，是禽兽也。……杨朱之道不息，孔子之道不著”（《孟子·滕文公下》）。显然，孟子认为杨朱学说主张无君，大逆不道，视为洪水猛兽，必欲铲除而后快，但是，对于继承杨朱学说，进而提出“绝圣弃智”、“绝仁弃义”、“绝巧弃利”，大骂统治者是“盗夸”的老子却不着一字，未曾提及，这绝非是孟子的疏忽大意。只能说明，孟子（约前 372 年—前 289 年）以前，老子或老子的著作尚未出现，或者虽同时而稍晚，未曾引起人们注意。

（五）《老子》的用语、句式和思想，说明《老子》是一部战国时代的个人著作。《老子》中常用“王侯”、“侯王”、“王公”、“万乘之君”、“取天下”等战国语词，就是《老子》成书的时代标志。《老子》中的惯用句式，如“夫唯……，是以……”、“以其……，故能……”之类；《老子》前后思想的连贯一致，自称“吾”、“我”等，都能够证明《老子》是由一人撰写而成。今本有的内容稍有重复，也许是出于后人增补编纂，但是并不影响全书的思路和表达。

（六）从老子的籍贯看来，应当是战国时人，不是春秋时人。苦县本属陈国，后楚国灭陈国，苦县即属楚。《史记·陈杞世家》曰：“二十四年（前 478 年）楚惠王复国，以兵北伐，杀陈湫公，遂灭陈而有之。”既然《史记》说老子为楚苦县人，无疑当在楚灭陈之后，不在春秋，而在战国，《老子》成书更在其后。

（七）老子可能就是周太史儋，《老子》就是太史儋所著。“聃”即“儋”，“聃”与“儋”音同字通，名称很相近；聃为周守藏室之史，儋为周太史，身份颇相似；老聃至关也罢，太史儋见秦献公也罢，均须西出关，方位也相同，是后来司马迁因传说不明而造成了错乱，其实二者似为一人。秦献公于前 384 年—前 362 年在位，此时太史儋见秦献公，与前面的推断在年代上也大致吻合。（参见罗根泽《再论老子及〈老子〉书的问题》）

二 《老子》其文

《老子》一书共八十一章，多为韵文，分道经和德经两部分，所以又称《道德经》。传统的顺序是道经在前，德经在后，而 1973 年发掘长沙马王堆三号汉墓中出土的《老子》帛书，是德经在前，道经在后，可能是古本的顺序。历史上为《老子》作注者甚多，最早的注解是《韩非子·解老》，后来重要的有晋王弼的《老子注》和假托西汉河上公的《老

子章句》等。收入《诸子集成》的是王弼《老子注》和清魏源《老子本义》，今人高亨《老子注译》、陈鼓应《老子注译及评介》等，都可供参考。

《老子》五千言，篇幅不长，论述精辟，意义丰富，思想深邃。其内容重在详尽论述作为宇宙本体、万物之源和运动规律的天道，并将这种天道用以观照人道，指导治国（包括砭时、议兵）和修身（包括养生），直面现实社会，涉及到宇宙、自然、社会、人生的各个方面。尽管《老子》的行文隐讳曲折，正言若反，扑朔迷离，飘忽不定，但是其思想学说始终如一，贯彻到底，用朴素的辩证思维构建起独特的理论体系。

（一）论道：

《老子》的一、四、六、十一、十四、二十一、二十五、三十二、三十四、三十五、四十、四十一、四十二、五十一章，共十四章，重在论道。其内容主要是：

1. 道，浑沌而成，先天地生，是效法自然而形成的宇宙本体和规律法则。道一而生天地阴阳二气，阴阳交合而生成和谐之气，阴、阳、和三气生成万物，因此，道是“天地之母”，“万物之宗”，是一切事物产生的动力和最后的归宿。

2. 道，无状无象，是人的视、听、触、味等感官知觉无法直接接触及感知的，但又用之不尽，确实存在。道虽然恍惚迷离，质朴幽深，但是，通过万物来体现，依靠万物而存在，因此，可以通过万物变化感觉到，通过观察体验认识道，逐步了解其“象”、“物”、“精”、“信”，进而把握道的特征和规律。

3. 道，浑然一体，独立存在，虽然无始无终，无影无踪，但是，超越时空，无处不在，周而复始，对立转化，影响决定着自然、社会和人生的命运。道，以循环的方式运动，以柔弱的姿态运用。天下万物都生于万物之母的“有”，而“有”则生于天地之始的“无（即道）”。因此，“有”，给人便利；“无”，发挥作用。从而，引导、支配着自然和社会的变化运动。

4. 道，空虚不盈，清静无为，永远存在，顺应自然，实际上又无所不为，永不穷尽，养育万物，除旧更新。万物依靠道而生，道养育万物而成。虽然如此，道无私无欲，不推辞，不占有，不主宰，不自大；既可称为小，又可称为大。因为不自大，反而成就了道的伟大。

5. “道常无名”，“道隐无名”，质朴淳厚，玄妙幽深，是人们根据自

己的认识,勉强称之为“道”,勉强称之为“大”。而“天道无亲”,“天地不仁”,“善贷且成”,“常与善人”,公正平等,“莫之命而常自然”,无为无不为。

由此可知,老子的道,是一个非常重要、非常复杂的哲学观念,指的是浑然一体的宇宙本体,永恒存在的天地万物之源,运动不息而对立转化的规律和法则。老子正是以这种虚无的天道取代了商周以来的天命观,从而论证和构建了自己的宇宙观。

正如庄子后来论道说:

夫道,有情,有信,无为,无形,可传而不可受,可得而不可见。自本,自根,未有天地,自古以固存。神鬼,神帝,生天生地。在太极之上,而不为高;在六极之下,而不为深;先天地生,而不为久;长于上古,而不为老。(《庄子·大宗师》)

应该看到,老子的道又是一个矛盾的混合体。道既然是宇宙本体、万物之源,又是运动规律和法则,就包含着不可克服的矛盾。因为,天地万物的物质运动是客观的永恒的,由此才能体现和总结出客观的运动规律和法则;既然运动规律和法则是建立在天地万物物质运动的基础之上的,那么,运动规律和法则就不可能先于天地万物的物质运动而存在,更不可能由此产生天地万物,成为宇宙本体。而老子将宇宙本体、万物之源与运动规律和法则并列乃至混同,就意味着否定了客观世界的物质本原,那么运动规律和法则就脱离天地万物的物质运动而独立存在,成为一种不知所出的神秘力量。所以,老子的道论虽然具有反对天命论的进步意义,也带有神秘唯心主义的局限性。

(二)治国:

《老子》的二、三、五、十七、十九、二十三、二十七、二十九、三十六、三十七、三十九、四十三、四十八、四十九、五十六、五十七、五十八、六十、六十一、六十四、六十五、六十六、七十二、七十三、七十九、八十章,共二十六章,重在治国。另外,十八、三十八、五十三、七十四、七十五、七十七章,共六章,重在砭时。三十、三十一、六十八、六十九章,共四章,重在议兵。其主要内容是:

1. 统治者必须效法天道,无私无欲,公正公平,善待百姓,善待万物,不要弃人弃物,人为造成亲疏、利害、贵贱的差别,这样,才能真正达到善良和诚信。同时,还要认识到贵贱、高下的辩证关系,守道不争,谦下卑弱,去甚、去奢、去泰,称孤、道寡,言下、身后,才能无为而

无不为，得到百姓拥戴，始终处于不败之地。

2. 治国的关键在于清静无为，少私寡欲，慎行贵言，顺应自然，不要肆意妄为，扰民害民，让百姓自化、自正、自富、自朴，甚至让百姓感觉不到统治者的存在，才是最好的侯王，因为“多言数穷”，为者败之。所以，必须禁绝抛弃世俗的圣智、仁义、巧利的诱惑，排除人为的忌讳、利器、技巧、法令的干扰，不要压迫欺诈百姓，更不能作威作福，为所欲为，否则，就会招致更大的反抗，引起天下大乱。

3. 统治者要让百姓无知无欲，“见素抱朴”，削弱心志，强健筋骨，抛弃现实社会的一切文明成果，恢复到质朴淳厚的原始状态，实现小国寡民，天下才能大治。要认识到福祸倚伏、对立转化的道理，物壮则老，物极必反，周而复始，其事好还，因此，张歛、强弱、兴废、与取，都在不断变化，要从反面入手，得出正面的结果；难易、大小、有无、治乱，都是相对的，要由小到大，由易到难，为之未有，治之未乱，才可以成功。

4. 老子憎恨统治者“损不足以奉有余”、“以死惧之”的罪恶行为，指出百姓饥荒的根本原因在于统治者“食税之多”，认为仁、义、礼、智之类都是在道、德沦丧之后的产物，既不可信，又不可用。国家昏乱，田园荒芜，而统治者自己却美服饜食，穷奢极欲，真是一伙背离大道、寡廉鲜耻的强盗头子！

5. 老子认为战争对于双方都会带来极大的灾难，其事好还，物壮则老，“师之所处，荆棘生焉。大军之后，必有凶年”，因此，要以不争之德对待战争，即就是不得已而战，取得胜利也不能骄傲自得，炫耀逞强；所以，他反对发动战争，反对主动进攻，更反对狂妄轻敌，主张防御应战，认为哀兵必胜。

显然，老子是以天道反观和指导人道，要求统治者守道不争，谦下卑弱，无为贵言，无私无欲，公平待民，不分贵贱，绝弃仁义巧智、舟舆甲兵之类当代文明，恢复质朴淳厚的原始状态，实现小国寡民，无为而治，所以，反对压榨剥削，反对发动战争，由此建立自己的社会观。

任何文明进步事物的出现，都可能推动社会的进步，但是在发挥其正面积极作用的同时，又存在负面的消极影响，古代如此，今天也难免。问题在于怎样理性的认识处理，发挥其积极作用，克服其消极影响，而绝不能因噎废食，毁弃文明，回到原始状态。虽然，今人看来，老子出于对当时社会弊病的极度愤怒和极端失望，提出了抛弃文明、崇

尚复古的主张，显得偏颇过激，脱离现实，甚至逆历史而动，但是，就其对社会现实认识分析的尖锐深刻程度而言，老子却是言前人之未能言和未敢言，确实惊世骇俗，振聋发聩，具有震撼人心的力量，其时代的进步意义不言而喻。

（三）修身：

《老子》中七、八、十、十三、十五、十六、二十、二十二、二十四、二十六、二十八、三十三、四十五、四十七、五十二、五十四、五十五、五十九、六十二、六十三、六十七、七十、七十一、七十六、七十八、八十一章，共二十六章，重在修身。另外，九、十二、四十四、四十六、五十章，共五章，重在养生。其主要内容是：

1. 行道者修身要把守护灵魂和坚守大道紧密结合在一起，达到专气致柔的婴儿状态，关闭感官，纯洁心灵，知其雄，守其雌，永远保持质朴淳厚的品德，真正进入空虚无欲、清静无为的境界。因此，行道者异于常人，小心谨慎，犹豫踌躇，严肃庄重，温和可亲，虚怀若谷，浑朴纯正，寂寞恬淡，飘逸不定。因为理解自己的人很少，所以，只能“被褐而怀玉”。

2. 为道者既要有知人之智，胜人之力，更要有自知之明，自胜之强，明白四达，知而不知。社会上宠之得失，辱之得失，都是因名利之类的身外之物而造成的后果，都会带来祸患，而行道之人无私无欲，清静无为，知足不辱，知止不殆，所以无论是得宠或是受辱，都感到惊恐不安。只有贵身爱身，抛弃私欲，才能远离祸患，承担大任。

3. 行道者以“慈”、“俭”、“不敢为天下先”为三宝，就是把慈爱公平、俭啬收敛、谦下不争作为人生的法则，即“治人事天，莫如啬”。因此，从来“不积”、“不自生”，后其身以求身先，外其身以求身存，竭尽全力帮助他人，以求自我满足，所以，像天之道“利而不害”一样，人之道是“为而不争”。

4. 事物总是互相依存，相反相成，“曲则全”是普遍法则，因此，圣人不自见，不自是，不自伐，不自矜，从没有“余食赘行”之类自我炫耀的多余行为，一切顺应自然。因为物壮则老，物极必反，所以，有道之人要像水一样，处于下位，柔弱自守，清静无为；慈爱真诚，滋养万物；以柔胜刚，以弱胜强；受垢才能为社稷主，受难才能为天下王。正面的语言如同反话一样。

5. 物欲的满盈，声色的诱惑，奢华的奉养，必定给自身造成灾难