

国学经典通俗读本

# 40句读懂

# 老子

——现代人读《老子》——

李保正◎  
编著



安徽师范大学出版社

经典通俗读本

老子

句读懂

老子

——现代人读《老子》——

李保正



安徽师范大学出版社

· 芜湖 ·

责任编辑:辛新新

策划编辑:孙新文

装帧设计:北京中尚图文化传播有限公司

图书在版编目(CIP)数据

40句读懂老子:现代人读《老子》/李保正编著. — 芜湖:安徽师范大学出版社, 2016.10

ISBN 978-7-5676-2663-8

I. ①4… II. ①李… III. ①道家②《道德经》—通俗读物

IV. ①B223.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第235002号

40句读懂老子:现代人读《老子》

40JU DUDONG LAOZI:XIANDAIREN DU LAOZI

李保正 编著

---

出版发行:安徽师范大学出版社

芜湖市九华南路189号安徽师范大学花津校区 邮政编码:241002

网 址:<http://www.ahnupress.com/>

发行部:0553-3883578 5910327 5910310(传真) E-mail:asdcbsfxb@126.com

印刷:安徽芜湖新华印务有限责任公司

版 次:2016年10月第1版

印 次:2016年10月第1次印刷

规 格:880 mm × 1230 mm 1/32

印 张:4.5

字 数:90千

书 号:ISBN 978-7-5676-2663-8

定 价:17.80元



---

凡安徽师范大学出版社版图书有缺漏页、残破等质量问题,本社负责调换。

## 前言

在公元前150年汉景帝时，《老子》被尊称为《经》。其上篇以“道”字开始，下篇以“德”字开始，故又名《道德经》（此“道德”与现代词汇“道德品行”意义不同），《老子》只有五千余字，在现代人眼中不过是一篇文章而已，但其内容综罗百代、广博精微，充满大智慧，从古至今，经久不衰地保持着其独特的魅力，古今中外都将《老子》视为一部哲学经典。近几年，《老子》的发行总量已超过《圣经》，位居世界第一。

那么，在今天，《老子》还值得现代人去读吗？

为此，特以设问解答形式专文解析这一疑惑。首先从外国人如何看待和学习《老子》谈起，这并非说只有外国人说好，我们才能说好。这是因为：

其一，熟悉本民族文化的人，不一定对老子思想





有更深刻的认识，尤其是现代人。如果通过外国人的眼睛来观察，就会深刻而清晰地看到自己民族文化的大美之处。“他山之石，可以攻玉”，想必就是这个道理，分析外国人如何看待和学习《老子》，其意即源于此。

其二，中国哲学大都是经验主义的体验思维；西方哲学大都是归纳实证的逻辑思维。而外国人能对《老子》广泛接受并感兴趣，说明感悟的东西在国内外都是相通的，不会受民族和国界的影响。同时也说明，现代受到冷落的《老子》，不应再是“墙内开花墙外香”了，国人应反思而好好学习《老子》。

现代社会的工作和生活是快节奏的，人们的阅读也是快餐式的，为适应这一需求并考虑实际效果，本书对《老子》全书进行梳理，选择了老子箴言中的40句供读者学习。选择的句子反映了老子思想的主要观点，虽是对老子部分语句的学习，但这并不影响读者今后对《老子》全书的学习。将广为流传、中外名人引用过的箴言悉数选入，着重选择了修身、养性、进德、论道的句子。而有些容易引起误解或争议的句子则没有选入。如“绝圣弃智，民利百倍”“鸡犬之声相闻，民至老死不相往来”“多言数穷，不如守中”“治人事天，莫若嗇”等。读者以后可通过学习《老子》全书，来对这些句子求得更全面的理解。

本书对每句箴言作了今译，每句的解读繁简不

一，以能说明问题为准。读者可以参阅本书见解，并由此及彼，得到对自己有益的启示和感悟。

《老子》的版本较多，常使学习者无所适从，在厘清《老子》版本时，特别指出王弼的通行本《老子》的重要意义，读者学习时就可以选择通行本《老子》。现代出土的竹简《老子》和帛书《老子》，即使其中有可纠正通行本中的字词意义的，那也只是《老子》研究者的事了。通行本《老子》经千百年众多“老学”专家的锤炼，几近完美，读者的理解也成定式，所以我认为没有修订通行本《老子》的必要。

介绍老子其人是为了更好地理解老子思想，但历史上关于老子的姓名、出生地等都有很大的争议，有的争议并非为了学术，如关于老子出生地的争议，只是为了争夺旅游资源。对于老子的姓名、出生地与去世地及墓地、生卒年代、职业、老师和弟子、和孔子的交往等，都依古今专家推证和各种较可信的有共识的传说或资料写就。为使读者更好地了解老子的思想渊源，文中对老子继承和发扬传统文化作了稍详的叙说。

一个国家如果没有强大的文化软实力，即使创造出再多的国内生产总值，在世界上也无法被认同为强国，只有拥有强大文化软实力的国家才是真正意义上的强国。包括《老子》在内的中华优秀传统文化，是我国文化软实力的重要组成部分，所以现代人学习





《老子》，正是为实现中华民族伟大复兴的中国梦而努力。

40

句读懂老子——现代人读《老子》

能让读者快速并有兴趣地读《老子》是编写这本小书的初衷，本书主要特点如下：

1. 解开了《老子》是否值得现代人读的疑惑。一般图书仅用几百字泛泛介绍老子及《老子》的伟大，并不能使现代读者信服，故以专文，从外国、我国古代、现代三方面以翔实的资料进行深入分析，说明《老子》值得现代人读的理由。

2. 精选老子箴言40句，适应现代人快节奏的生活和快餐式阅读的特点。所选箴言已能反映老子思想的主要观点，并注意收录中外名人引用及流行于世的句子。不仅能使现代读者快速了解老子的思想，还可引发他们阅读《老子》全书的兴趣。

3. 40句箴言解析安排较实用。【今译】：简洁意译，但不偏离老子原意，通俗易懂。【解读】：深入分析，指明老子思想的现代意义，以期现代读者有所感悟并运用于实际。

4. 为现代读者厘清《老子》的版本，认定通行本《老子》为选读本。

5. 较详细地叙述了老子的身世、社会活动、思想传承，有助于现代读者了解老子的思想及其渊源，还可作为研究老子的重要参考资料。

## 目 录

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 《老子》值得现代人读吗？ .....      | 001 |
| 一、外国人如何看待和学习《老子》 .....  | 001 |
| 二、我国古代人如何看待和学习《老子》 ...  | 005 |
| 三、现代人应怎样看待和学习《老子》 ..... | 009 |
| 老子箴言40句解读 .....         | 017 |
| 一、道可道 .....             | 018 |
| 二、天下万物生于有 .....         | 021 |
| 三、三十辐共一毂 .....          | 023 |
| 四、上善若水 .....            | 025 |
| 五、道大 .....              | 027 |
| 六、道生一 .....             | 029 |
| 七、天之道，损有余而补不足 .....     | 031 |
| 八、天之道，利而不害 .....        | 033 |
| 九、道之尊 .....             | 035 |
| 十、道常无为而无不为 .....        | 038 |





|                     |     |
|---------------------|-----|
| 十一、治大国，若烹小鲜 .....   | 040 |
| 十二、天下莫柔弱于水 .....    | 042 |
| 十三、江海所以能为百谷王者 ..... | 044 |
| 十四、天下之至柔 .....      | 046 |
| 十五、夫唯不争 .....       | 048 |
| 十六、知其雄 .....        | 050 |
| 十七、将欲歛之 .....       | 052 |
| 十八、祸兮，福之所倚 .....    | 055 |
| 十九、天网恢恢 .....       | 057 |
| 二十、持而盈之 .....       | 059 |
| 二十一、甚爱必大费 .....     | 061 |
| 二十二、祸莫大于不知足 .....   | 063 |
| 二十三、知人者智 .....      | 065 |
| 二十四、是以圣人自知不自见 ..... | 068 |
| 二十五、知不知 .....       | 070 |
| 二十六、塞其兑 .....       | 073 |
| 二十七、天下难事 .....      | 075 |
| 二十八、合抱之木 .....      | 077 |
| 二十九、民之从事 .....      | 079 |
| 三十、天地不仁 .....       | 081 |
| 三十一、生而不有 .....      | 083 |
| 三十二、万物归焉而不为主 .....  | 086 |
| 三十三、天下皆知美之为美 .....  | 088 |
| 三十四、天道无亲 .....      | 090 |

|                               |            |
|-------------------------------|------------|
| 三十五、重为轻根 .....                | 092        |
| 三十六、善人者 .....                 | 094        |
| 三十七、以正治国 .....                | 096        |
| 三十八、大方无隅 .....                | 099        |
| 三十九、善为士者 .....                | 102        |
| 四十、吾言甚易知 .....                | 105        |
| <b>《老子》的版本及选读 .....</b>       | <b>107</b> |
| 一、通行本《老子》的意义 .....            | 107        |
| 二、哪个《老子》版本对王弼的《老子注》影响最大 ..... | 108        |
| 三、在通行本《老子》之前还有哪些主要版本 .....    | 109        |
| 四、《老子》版本小结及选读 .....           | 113        |
| <b>现代人想知道的老子 .....</b>        | <b>115</b> |
| 一、老子的姓名 .....                 | 115        |
| 二、老子的出生地、去世地及墓地 .....         | 117        |
| 三、老子的生卒年代 .....               | 118        |
| 四、老子的职业 .....                 | 119        |
| 五、老子的老师和弟子 .....              | 120        |
| 六、老子和孔子的交往 .....              | 122        |
| 七、老子对传统文化的继承和发扬 .....         | 124        |
| <b>主要参考文献 .....</b>           | <b>128</b> |
| <b>后    记 .....</b>           | <b>131</b> |



## 《老子》值得现代人读吗？

《老子》一书传承至今已有一千五百多年的历史了。今天，《老子》还值得现代人去读吗？

老子生活的春秋时代，是战火纷飞近三百年的动乱年代，与现代人安定的生活环境已经完全不同。但是人们对福祸、得失、富贫的趋利避害想法是相同的，对理想、快乐、幸福的追求是相同的。两千多年来，这些想法和追求并没有随时间的推移而消失。所以，尽管现代人生活在物质丰富、科技发达的时代，但仍然会有烦恼、困惑、恐惧和痛苦，只是形成这些情绪的原因和老子时代不同罢了。因此，老子为当时人们化解不良情绪所写的五千余字箴言，今天仍然值得现代人去学习和借鉴。

为了说明这一点，下面从外国、我国古代以及现代的人应如何看待和学习《老子》三方面进行分析。

### 一、外国人如何看待和学习《老子》

先看看德国吧。德国是一个哲学气氛很浓厚的国





家，历史上曾出现过很多大师级的哲学家，其民众对阅读什么哲学类书籍十分挑剔，但据说德国每四个家庭就有一本德译本的《老子》，德国前总理施罗德甚至在电视上呼吁，建议每个德国家庭购买一本中国的《老子》，以帮助人们解决思想上的困惑。

据《环球时报》报道，足球世界杯开赛后，德国“足球皇帝”贝肯鲍尔俨然成了“空中飞人”，为了方便他在12个赛场之间奔波，赞助商阿联酋航空公司为他提供了一架直升机，德国媒体深知贝肯鲍尔敬仰老子，所以将这架专机命名为“空中老子”。这在德国不算新闻，早在贝肯鲍尔青少年时代，喜欢读书的他就读了《老子》，“千里之行，始于足下”成了他当时最喜爱的格言。当他称雄足坛后仍不忘老子的忠告：“胜人者力，自胜者强。”他带领德国队夺得“大力神杯”后却突然“隐退”，很多人表示不解，在接受《明镜》周刊采访时，他引用老子的话“功成身退，天之道也”，阐明了自己的想法。

德国明斯特大学教授赫伯特·曼纽什，在他所著《中国哲学对西方美学的重要性》一书中指出，中国哲学是我们这个精神世界不可缺少的要素。公正地说，这个世界的精神孕育者应当是柏拉图和老子、亚里士多德和庄子以及其他一些人。可惜的是，我们这个时代的许多哲学著作总是习惯提到欧洲古代的一些哲学家，却忽视了老子，从而很不明智地拒绝了一个

对欧洲文化极为重要的源泉。

德国社会学家马克斯·韦伯在其《儒教和道教》一书中说，在中国历史上，道家思想被认可的时期，例如唐初，经济发展就是较好的，社会是丰衣足食的。道家重生，不仅体现在看重个体生命，也体现在看重社会整体的生计发展。

德国学者克诺斯培说，解决我们时代的三大问题即发展、裁军和环保，都能从老子那里得到启发。

德国尤利斯·噶尔在《老子的书——来自最高生命的至善教诲》一书中直截了当地说，也许是老子那个时代没有人真正理解老子，或许真正认识老子的时代至今没有到来，老子已不再是一个人，不再是一个名字了。老子，他是推动未来的能动力量，他比任何现代的，都更加具有现代意义，他比任何生命，都更具有生命的活力。

上述这些人都是德国的名人或是学者，都是德国民众中的佼佼者，他们的看法应当能代表德国大多数人的看法。

其他国家的人是如何看待和学习《老子》的呢？

1988年1月25日，时任美国总统的里根在“国情咨文”讲话中引用了《老子》的名言：“治大国，若烹小鲜。”以此来说明治理国家要保持稳定，犹如煎小鱼不能随意翻动一样，不要去搅扰民众。在里根总统任职期间，奇迹般地迅速扭转美国颓势，使美国





经济呈现出快速发展的态势，从此以后，《老子》在美国就火了起来。1992年，一种新的5720字的《老子》英译本竟有八家出版商争夺出版权，最后被某公司以13万美元高价购下，创下美国外译书出版费最高纪录。

美国国家科学院在大门外曾挂有一个牌子，上面用中文书写了老子的名言：“无为而治。”其意在提醒管理者不要妄为，从而达到无所不为的境地。

2013年3月21日，新加坡《联合早报》上刊登了新加坡前总理李光耀的一篇文章，文章中说：“我们有机制，我们有法规，而不是随着领袖的更替而出现变化。任何一个亚洲国家的首都要超越新加坡，我觉得还有一段距离。”新加坡国土面积很小，自然资源匮乏，能取得举世瞩目的成就，关键是其机制、政策和法规的长久稳定，这正是奉行老子的“无为而治”的结果。

联合国秘书长潘基文在就职演说中引用老子的名言“天之道，利而不害；圣人之道，为而不争”，表示将老子的智慧运用到今后的工作中，在世界思想多元化的体制中，找到行动上的统一规划，统筹世界人民的利益，实现世界的和平稳定。

下面的数据可量化说明《老子》在世界上的读者面：

据鹿邑老子学会会长张景志研究员统计，《老

子》在全世界的发行量，从20世纪80年代仅次于《圣经》，位居第二，最近几年已超过《圣经》，位居世界第一。

在外国，《老子》被译成多种文字，世界上的译本有260多种：英文83种，德文64种，法文33种，荷兰文19种，意大利文11种，日文10种，西班牙文10种，丹麦文6种，俄文、瑞典文、匈牙利文、波兰文各4种，芬兰文、捷克文各3种，冰岛文2种，葡萄牙文、越南文、世界语各1种。（这是统计到20世纪80年代的数字。）

这些数据表明，《老子》在世界各地受到普遍欢迎，拥有众多的外国读者，西方人对于《老子》的阅读兴趣甚至超过了《圣经》。其在世界普及的势头，将如美国学者浦克明预言的那样，当人类隔阂泯除，四海成为一家时，《老子》将是一本家传户诵的书。

## 二、我国古代人如何看待和学习《老子》

我国古代人一直很重视对《老子》的学习，并在汉初和唐代出现了两次较长时间的学习高潮。但是到了“五四”运动以后，由于当时思潮的关系，人们将中国的落后迁怒于传统文化，到“文革”时，人们对《老子》及其他优秀传统文化就逐渐冷落了，以致于有人看到印有《道德经》的书，还误认为是一部佛教





书。由于老子思想在中华民族文化中的深厚积淀，任何力量还无法完全抹掉，一贯批判儒家思想的鲁迅说：“不读《道德经》，不知中国文化。”就是一证。

可喜的是，改革开放以后，人们在实践中逐渐认识到，要想成为世界认同的强国，除了要增加国内生产总值外，还必须要有强大的文化软实力。而包括《老子》在内的优秀传统文化，正是中华文化软实力的重要组成部分，一个学习优秀传统文化的热潮正在全国各地逐步展开。

中华民族在两千多年的内忧外患中，最终坚强地挺了过来，主要是依赖儒、道两大思想支柱的支撑。儒、道思想对中华民族的浸润和积淀，不仅局限于文字，而且长期口耳相传，甚至一些不识字或识字很少的人也能“出口成章”，讲几句《老子》中的名句。如“千里之行，始于足下”“天网恢恢，疏而不漏（失）”“天长地久”“上善若水”“功成身退”“宠辱不惊”“金玉满堂”“自知者明”“自胜者强”“知足者富”“大器晚成”“知足常乐”“治大国，若烹小鲜”“福祸相倚”“多藏厚亡”等等。

作家贾平凹曾说，一本书，能有一句话被人们记住，这本书就很简单。俄国作家列夫·托尔斯泰就是因为“幸福的家庭都是相似的，不幸的家庭各有各的不幸”这句话，让全世界的人都记住了他的名著《安娜·卡列尼娜》。而《老子》仅有五千余字，却能



有几十句被人们记住、传诵并运用两千多年，这是世界上书籍问世后的一个奇迹。

《老子》微言大义，以极富思辨色彩的智慧光芒，照亮了千百年来人们的人生之路。学者傅佩荣曾深情地说，老子思想确实深奥难解，但偶有一点体悟，即可照亮人生，使我们相信“道大、天大、地大、人亦大”并非虚悟。

为了把《老子》中的智慧尽可能地发掘出来并淋漓尽致地展示给人们，为后人所用，从战国时韩非著《解老》《喻老》开始，两千多年来，许多古圣先贤和近现代学者对《老子》作了大量的注释和研究工作，据不完全统计有2 048种，文字量达数十亿字之多。有的学者皓首穷经，为的就是使这座智慧宝库能薪火相传。

每个历史时期都会对文化的发展产生影响，所以各个朝代对《老子》作的注释和研究必然会留下时代的痕迹，这为后人研究老子思想提供了帮助和便利，也为后人运用老子思想提供了经验，这也是每个朝代都有人去研究《老子》的主要原因。中国古代和近现代，许多文学家、政治家或其他学者都有一部或多部研究《老子》的著作。如王弼、魏征、王安石、司马光、苏辙、王夫之、严复、马叙伦、王力、高亨、严灵峰、朱谦之、任继愈、陈鼓应等人，甚至还有四位皇帝，即唐玄宗、宋徽宗、明太祖、清世祖，也曾为