

〔国学经典 全注全译〕

道德经

春秋·老子 著
王丽岩 译注



 中国文联出版社
<http://www.clphnet.cn>

国学经典

〔春秋〕老子 著
王丽岩 译注

道德经

 中国文联出版社
<http://www.cflap.com>

图书在版编目(CIP)数据

道德经 / (春秋) 老子著; 王丽岩译注. -- 北京: 中国文联出版社, 2016.10
(翰墨文库)

ISBN 978-7-5190-2063-7

I. ①道… II. ①老… ②王… III. ①道家 ②《道德经》—译文 ③《道德经》—注释 IV. ①B223.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第230228号

道德经

著 者: (春秋) 老子

译 注: 王丽岩

出 版 人: 朱 庆

终 审 人: 奚耀华

责任编辑: 陈若伟

装帧设计: 余 微

复 审 人: 蒋爱民

责任校对: 郑红峰

责任印制: 陈 晨

出版发行: 中国文联出版社

地 址: 北京市朝阳区农展馆南里 10 号, 100125

电 话: 010-85923053(咨询) 85923000(编务) 85923020(邮购)

传 真: 010-85923000(总编室), 010-85923020(发行部)

网 址: <http://www.clapnet.cn> <http://www.claplus.cn>

E-mail: clap@clapnet.cn chenrw@clapnet.cn

印 刷: 北京德富泰印务有限公司

装 订: 北京德富泰印务有限公司

法律顾问: 北京天驰君泰律师事务所徐波律师

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

开 本: 880 × 1230

1/32

字 数: 180 千字

印 张: 8

版 次: 2016 年 10 月第 1 版

印 次: 2016 年 10 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5190-2063-7

定 价: 26.00 元

前 言

《道德经》是春秋时期思想家、道家创始人老子所著。

老子姓李名耳，字伯阳，号老聃，是楚国苦县（今河南鹿邑东）烈乡曲仁里人，曾任东周掌管图书的史官。

《道德经》是中国古代道家哲学的经典。其内容全面丰富，集天文、地理、军事、政治、经济、道德规范、环境保护、自然规律、社会发展、治国用兵、内政外交、仁义礼仪、名利得失、修身养性、学习工作、为人处世等众多内容于一体，荟萃了中华民族春秋时期的文化精髓；其思想博大精深，处处闪耀着人类智慧的光芒。

老子有着满腹学问，被广纳贤才的周文王请到朝中，委以西伯之职，主管国家存藏的竹简（相当于国家图书馆）。武王继位后，老子负责记录朝廷朝政议论。当时等级森严，除武王可伏几而座外，朝臣们只能无依无靠地席地而坐。然而，老子却被特封为“柱下吏”，可依柱而坐，记录政事。成王执政的时候，曾派老子出使西极大秦、竺乾等国，他到处讲学，颂扬周德。由于这位仙风道骨的长者，学识渊博，令人钦敬；所以，各国的君主朝臣都尊称他为“古先生”。轮到昭王执政，老子事周已近百年。料知将要干戈四起的老子，再也忍不下这尔虞我诈的争斗；于是，辞去朝官，骑了头青牛，西出函谷关，去昆仑山隐德修行。在经过函谷关时，关令尹喜知道他将隐去，请

老子著书。于是老子写下了五千字，这就是他惟一的著作《道德经》。

老子其人到底有多大本事，无人知晓。因其留下的《道德经》太过玄妙，后世众人景仰之余，相互传诵，越传越奇，遂将老子捧为寿与天齐的神仙，并以神话的方式描述。

《道德经》又称《道德真经》《老子》《五千言》《老子五千文》，分上、下两篇。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。

《道德经》是中国古代先秦诸子分家前的一部著作，为当时诸子所共仰，是道家哲学思想的重要来源，也是中国历史上首部完整的哲学著作。书中虽然只有 5000 余言，但文风幽雅，意义博大，理念精深，被人们称为“哲理诗”。通过学习这部不朽的经典，我们不仅能够改变自己，而且可以改变我们的生活、我们的世界，甚至可以找到属于我们自己的思想天空。

就成书年代约略探索，《道德经》中的许多观点也受到世界各国人民的普遍赞同。由此可见，中国先哲所绵延传承的智能宝藏，既是中国哲学、东方文化的代表，又是人类文明的重要组成部分。

《道德经》常会被归属为道教学说。其实，哲学上的道家和宗教上的道教是不能混为一谈的，但《道德经》作为道教基本教义的重要构成之一，被道教视为重要经典，其老子也被道教视为至上的三清尊神之一道德天尊的化身，又称太上老君，所以应该说道教吸纳了道家思想，道家思想完善了道教。同时，前面所说的哲学，并不能涵括《道德经》（修身立命、治国安邦、出世入世）的全貌。

老子提出了“无为而治”的主张，成为中国历史上某些朝

代，如西汉初的治国方略，在经济上可以缓解人民的压力，对早期中国的稳定起到过一定作用。对中国古老的哲学、科学、政治、宗教等产生了深刻的影响，它无论对中华民族的性格铸成，还是对政治的统一与稳定，都起着不可估量的作用。它的世界意义也日渐显著，越来越多的西方学者不遗余力地探求其中的科学奥秘，寻求人类文明的源头，深究古代智慧的底蕴。

《道德经》历代传抄，多有错讹，至今已经很难彻底分辨孰真孰伪。据说仅国内的《道德经》译注本就不下千种。因此，注解不能陷入说文解字、抠字眼的误区，正确的做法只能是不同版本之间相互印证除错，大处着眼，重在弄清楚和理解老子所要表达的思想主题和整体文意。迄今为止，可以说还没有一个注本能真正准确、全面地告诉人们老子究竟说了些什么。《道德经》是值得我们用一生的时间去研究推敲的经典巨著。

译著古书是一件非常繁琐且复杂的工作，甚至需要几代人不懈地努力和改进。为了使本书更具完整性和权威性，在编译过程中，我们不仅查阅了手头上大量的相关资料，而且参考和引用了一些网上文字和图书资源，力争为读者奉献出一本完美、精确的理论读本。

在编辑过程中，由于本书所采用的资料来源广、头绪多，本书的译著中也难免存在不妥之处，敬请广大读者批评指正。

目 录

第 一 章	1
第 二 章	5
第 三 章	10
第 四 章	13
第 五 章	16
第 六 章	20
第 七 章	23
第 八 章	26
第 九 章	31
第 十 章	34
第十一章	39
第十二章	42
第十三章	45
第十四章	48
第十五章	52
第十六章	56
第十七章	59
第十八章	62
第十九章	64

第二十章	67
第二十一章	71
第二十二章	75
第二十三章	79
第二十四章	83
第二十五章	85
第二十六章	90
第二十七章	92
第二十八章	95
第二十九章	98
第三十章	102
第三十一章	105
第三十二章	107
第三十三章	110
第三十四章	112
第三十五章	114
第三十六章	116
第三十七章	118
第三十八章	121
第三十九章	125
第四十章	128
第四十一章	131
第四十二章	135
第四十三章	139

第四十四章	141
第四十五章	143
第四十六章	145
第四十七章	147
第四十八章	149
第四十九章	153
第五十章	156
第五十一章	159
第五十二章	162
第五十三章	164
第五十四章	166
第五十五章	169
第五十六章	172
第五十七章	175
第五十八章	178
第五十九章	181
第六十章	184
第六十一章	187
第六十二章	189
第六十三章	192
第六十四章	194
第六十五章	198
第六十六章	201
第六十七章	203

第六十八章	206
第六十九章	208
第七十章	210
第七十一章	212
第七十二章	213
第七十三章	215
第七十四章	218
第七十五章	220
第七十六章	222
第七十七章	225
第七十八章	228
第七十九章	230
第八十章	232
第八十一章	236

第一章

道可道^①，非常^②道。名可名^③，非常名。无名^④天地之始，有名^⑤万物之母^⑥。故常^⑦无欲，以观其妙^⑧；常有欲，以观其徼^⑨。此两者同出而异名，同谓^⑩之玄。玄之又玄^⑪，众妙之门^⑫。

【注释】

①第一个“道”引申为原理、原则、真理、规律等。第二个“道”指解说、表述的意思。②常：一般的。③第一个“名”指“道”的形态。第二个“名”是说明的意思。④无名：无形。⑤有名：有形。⑥母：母体，根源。⑦常：经常。⑧妙：微妙。⑨徼：边界，引申端倪的意思。⑩谓：称谓。此为“指称”。⑪玄：深黑色，玄妙深远的含义。⑫之门：一切奥妙变化的总门径，此用来比喻宇宙万物的唯一原“道”的门径。

【译文】

“道”如果可以用言语来表述，那它就不是常“道”；“名”如果可以用文辞去命名，那它就不是常“名”。“无”用来表述天地混沌未开之际的状况；而“有”，则是宇宙万物产生之本原的命名。所以，要常从“无”中去观察领悟“道”的奥妙；要常从“有”中去观察体会“道”的端倪。无与有这两者，来源相同而名称却相异，都可以称之为玄妙、深远。它不是一般的玄妙、深奥，而是玄妙又玄妙、深远又深远，是宇宙天地万物之奥妙的总门（从“有名”的奥妙到达无形的奥妙，“道”是洞悉一切奥妙变化的门径）。

【解析】

“道可道，非常道。名可名，非常名”，这两句《道德经》的开篇之言，对于老子全书具有提纲挈领的意义。它以思辨的形式，道出了规定与否定，有限与无限的关系。老子的“常道”我们可以理解为一般的做事方法，那么“非常道”自然就是非一般的做事方法，它可以是逆向思维，也可以是特殊的思维方法，总体来说就是一种突破性思维方法。

一般的“常道”思维，只能使人处于常规状态，容易导致保守、停滞。若想能够有所成就，就必须采取某种“非常道”的思维。

“非常道”的思维往往能够运用不平常的方法，出奇制胜。“非常道”的思维并不是否定一切平常的思维模式，而是在“常道”的基础之上引申而来的。

无名天地之始；有名万物之母。

最根本、最一般的宇宙法则是化生宇宙万物的原动力，故“名天地之始”；有，即道体。化生万物的最原始、最基本的物质，故“名万物之母”。

“有”属于物质范畴，而“无”则是和物质概念相对立的概念。如果把“有”界定为具体的物质，那么，“无”就是具体的物质之所以存在的结构方式、时空关系、运动和变化形式等等，也可以用“自然规律”来概括。“有”和“无”不可分，有“有”就有“无”，有“无”就有“有”，纯粹的“有”和纯粹的“无”是不存在的，它们相互对立、相互依存，也就是老子所说的“有无相生”。（二章）“有”为实，“无”为虚，道体为实，道性为虚。彼此阴阳对立，虚实相合，共同构成宇宙的始母——道。

有和无的对立统一是现实世界最一般的存在方式。把世界的本体看作是精神的或者物质的，都是主观片面的、非辩证的。老子的有无论还是辩证本体论，即从世界的本体上确立了对立统一规律。

故常无欲，以观其妙；常有欲，以观其徼。

道性是永恒的、至诚的、无私无欲的，我欲“观其妙”，就必须“无欲”。这是说自我之性须符合道性。无欲：没有自我外在欲望。自我外在欲望即目之色欲、耳之声欲、口之味欲、鼻之嗅欲、体之亲欲和名利之欲。自我欲望在外，而妙景在内，所以，只有无外欲，才能进入客观存在的道的境界，体会宇宙之奥妙。妙：微妙、美妙，是就道境而言，是人脑透过心灵对微观世界的直观感受。这一妙境，用庄子的话说，就是“造适不及笑，献笑不及排。”（《庄子·大宗师》）意思是说：这一境界是最适宜的，妙境来不及应接，心笑来不及安排。

因为追求智慧是人的本性。徼，是边际、边界的意思，这里是指矛盾的对立层面。“观其徼”，就是于“观妙”之中寻求矛盾双方的本质联系，揭示事物发生、发展的内在机制。矛盾的普遍性和特殊性即共性和个性、主要矛盾和次要矛盾、对抗性矛盾和非对抗性矛盾等都属于“观其徼”的范畴。

“观其妙”是同一说，面对的是道的境界，其前提条件是“无欲”；“观其徼”是对立说，面对的是现实世界，前提条件是“有欲”。要想实现人生之“大欲”，必须从“无欲”入手。只有“无欲”，才能进入道境，把握世界的本质和规律，从而更好地造福人生、造福社会。“无欲”是实现“有欲”的方式和策略。这里，“无欲”和“有欲”是辩证的。“无欲”是消除自我不符合客观规律、有害于生命的欲望；“有欲”是增强符合客观规律、有利于认识和改造人类命运的欲望。越是“有欲”，越具备“无欲”的坚强意志；“无欲”的境界越高，人生价值越大。因为只有体悟大道，才能取得大智大慧，从而更好地改造自身、改造世界。

此两者同出而异名。同谓之玄，玄之又玄，众妙之门。

“此两者”，指“妙”和“徼”，亦即矛盾的同一性和斗争性。任何事物都是矛盾的，矛盾的事物都具有斗争性和同一性。矛盾的同一性和矛盾的斗争性是相互联接不可分割的，它们共同构成

矛盾的统一体，矛盾的斗争性存在于矛盾的同一性之中，矛盾的同一性包含矛盾的斗争性，故说“同出而异名”。

“玄”，是对道的存在形式的形象描绘。玄，作为客观存在，它必然是结构的、秩序的、规则的、运动的，所以，玄还有“旋转”的含义。在微观世界，不论是人体基因组，还是电子、质子、夸克等微粒子，都是以玄的运动形式存在的，现代科学技术已经证实了这一点。

“同谓之玄，玄之又玄，众妙之门”，说明了世界的本体即玄是旋转的、运动的，运动是有规律的，宇宙和人生奥妙、玄机是蕴藏于玄的。把握不断旋转运动着的玄是探索和认识人生、社会以及宇宙奥妙的门户。这是老子的认识论。

第二章

天下皆知美之为美，斯恶已^①；皆知善之为善，斯^②不善已。故有无相^③生，难易相成，长短相较，高下^④相倾，音声^⑤相和，前后相随。是以圣人处无为之事^⑥，行不言之教。万物作^⑦焉而不辞，生而不有，为而不恃，功而弗居。夫唯弗居，是以弗去。

【注释】

①恶已：恶、丑。已，通“矣”。②斯：这。③相：相互。④下：这里指低。⑤音声：汉代郑玄为《礼记·乐记》作注时说，合奏出的乐音叫作“音”，单一发出的音响叫作“声”。⑥圣人居无为之事：圣人，古时人所推崇的最高层次的典范人物。居，担当。无为，顺应自然，不加干涉。⑦作：兴起、创造。

【译文】

天下人都知道美之所以为美，那是有丑陋的存在。都知道善之所以为善，那是因为有恶的存在。因此有和无互相转化，难和易互相形成，长和短互相显现，高和低互相充实，音与声互相谐和，前和后互相相随——这是永恒的。所以圣人用无为的观点对待世事，用不言的方式施行教化：听任万物自然兴起而不为其创始，有所施为，但不加自己的倾向，功成业就而不自居。正由于不居功，就无所谓失去。

【解析】

天下皆知美之为美，斯恶已；皆知善之为善，斯不善已。

当天下人都知道什么是美的时候，这说明丑陋的东西已经遍

布天下；当人们都在为美好的善行而欢呼的时候，这说明善已经充斥整个社会。

美丑和善恶都是矛盾的统一体，之所以知美，是因为有丑存在；之所以知善，是因为有恶存在。至道之世，人们不知有丑恶，也不知有美善，一切皆顺其自然，发乎道性而已。不道之世，那些以个人主义、利己主义为人生观的人，为了追求名利，往往用假美、假善来伪装自己。因为集美善于一身则名利双收，而美善存伪，丑恶即生。

有无之相生也，难易之相成也，长短之相刑也，高下之相盈也，音声之相和也，先后之相随，恒也。

通过对上句美丑、善恶这两对具体矛盾具体分析，揭示出矛盾的对立面之间相互转化的规律，进而引出下文。

有无、难易、长短、高下、音声、前后，它们的关系都是相互对立、相互依存的。如果不能辩证地看待它们，矛盾就不可能得到很好地解决。世人无不追求有、易、长、高、声（名声）、前，而厌恶其反面，其结果往往因追求的方式不科学，造成求而不得的痛苦。老子所要向世人指明的是，求“有”须向“无”中求；求“易”必须重视“难”；欲“长”必先始“短”；欲“高”必先为于“下”；欲播声于“外”，必先发音于“内”；欲处人之“前”，必先居人之“后”。总之，要以辩证法的观点，从所追求事物的对立面着手，让其自然而然地由量变到质变向正面转化。

因为有了困难，才显出容易，同样的，也正因为有了容易才显出困难；因为有了长的比较才显出短来，也正因为有了短的存在才显出长来；因为有了沉静的衬托才显出喧闹，也正因为有了喧闹才显出沉静来……可以说，这些相对的概念都是同时出现在我们的认识中的。在这里我们不去讨论它的哲学意义，只是与我们的生活结合起来看，显然万事万物都不是孤立存在，而是有着密切的联系。

正是因为有了名利的衬托，才有了淡泊的可贵，也正因为有了淡泊的衬托，才让人看出名利的虚浮不实。万物之间的联系，正如我们必然要存在于人群之中，存在于社会之中，而人群与社会也正是因为我们的一个个独立的人才会产生。所以即使是道家，也并没有将人完全地从这个社会上提取出来，也仍然要与这个世界有着千丝万缕的联系。

是以圣人处无为之事，行不言之教。

人生一世，谁不想有所作为？要想社会安定团结，不端正人们的思想观念怎么能行？因此，“有为”和“言教”成为社会的普遍理念。然而，根据对立转化规律，统治者强调自我有为，必然导致整个社会的无所作为；强调言教，必然导致人心不古、道德堕落。所以，社会上的丑恶现象都是片面追求“有为”和“言教”之过。“有为”的对立面是“无为”，“言教”的对立面是“不言之教”，为了实现无所不为和社会淳朴的目的，所以圣人“处无为之事，行不言之教”，这正是具体运用了矛盾的对立统一规律。对立统一规律是宇宙最根本的规律，也是老子辩证法的灵魂。

“处无为之事，行不言之教”，是作为辩证法大师的老子向世人推出的济世安民的两大法宝，是对矛盾的对立统一规律的具体运用，也是圣人治身、治国的最根本措施。

我们须知，老子的《道德经》是治身理论和治国理论的统一，治国理论源于治身理论，只有从治身和治国两个方面去阐释《道德经》，才能明白老子伟大的哲学思想及其千古魅力。

先说“处无为之事”。就治身而言，处无为之事，就是要求自我要有虚己守静、无私无欲、自失忘我的精神境界。“无为”不是无所作为，而是自我不带有主观偏见，始终遵循客观规律，让规律发挥作用。“无为”的目的在于大有作为、无所不为。“处无为之事”，收获的却是无所不为的成果。与之相对的是“有为之治”，而有为之治是所有阶级社会所具有的共同特征，它强调的是统治