



梧桐馆

轻松读懂 《道德经》

陈静 著

浙江古籍出版社

一路上的风景

（代序）

Dear Angela:

每个周末，我们都奔波于市府与老家之间，来回刚好二百公里，不多不少。

这条路的中点，就是我当年上学的地方。家园、学校、稻梁谋，良标准的三点一线。

多年之前，就有朋友和我说，这条路上沿溪的风景，其实是很不错的。急匆匆地来来往往，哪里还顾得上花谢花开。开车与坐车同样无聊，你我读背了每一个转弯、每一条隧道。无聊到了极致，就想：既然路都能背下来，何不背一点古文呢？

如此一路下来，初高中教材中的文言文，你基本都有所了解；有时你提出的问题，已经让我几年语文老师的经历不够应付了。于是就想着应该用什么样的方法，让你能够系统性地学习一下文言知识。正好有个学中医的朋友，被师傅要求背《道德经》，又不愿意生吞活剥，就让我帮忙注解一下。翻了一下百度，准备弄个现成的交差，才发现，似乎没有能让人真正满意的，要么玄而又玄，要么纠缠不清，总之是云里雾里，脑子里呈现的是盗版电影的场景：场面宏大，但字幕是用翻译软件对付的。

自己动手注解了几章之后，发现初高中课堂上讲的那点文言常

识基本都已经用到了；就想如果能让你完整地学完《道德经》，应付高考应该没有问题。恰好微信里又在传，教育部要求高中生通读《道德经》，反应迅速的学校已经开始动手了。

不知道教育部是否真的有这个意向，微信向来只可“微”信，不可全信，但我希望是真的。各种级别的“兴趣班”把几本蒙书当成“国学”贩卖已经很久了，是时候让孩子们正经地坐下来，“辛苦遭逢起一经”，把某一本经典认真给“通读”了。

但是，《道德经》虽然只有五千字，“通读”也并不是一件容易的事。且不说用哪一个版本、哪一家的注解，这中间的差距实在是有点大；只说弄懂这五千字的意思，那也是很庞大的工程。况且“通读”不应该是什麼正经的目标，如果“通读”只是指“看一遍”，那也容易；如果是指“读通”，那要求就很高了。按我有限的教学经验，在如此繁重的课业压力之下，高中三年要“读通”《道德经》，正经的语文课也用不上了。

那就趁着现在有闲，陪你先把《道德经》给读了吧，不管教育部有没有要求。我希望能通过这个举动，让你熟练地掌握中学文言常识，完美地解决文言文阅读问题。另外，如今的语文考试，和我当老师那会儿，可是大不一样了，很讲究考查一个人的视野、文化底蕴和思维的深度，多点积累也是好事。

我的解读，以清楚明白为目标，并尽量朝生动有趣的方向努力，让你能比较轻松地“通读”并“读懂”。但是我承认，《道德经》毕竟博大精深，且年代久远，有些比较麻烦的章节，讲清楚字词的意思就很累人了，限于篇幅，已经很难有趣得起来。不过学习本来就是一件辛苦的事，有哪一门功课不需要认真地投入呢？相信我，我

的解读，相比于其他云里来雾里去的注解，已经很轻松了；让你感到累的地方，就是一些字词的含义和语法常识，但是它们恰恰是学习文言文的基础，而这些又是必须掌握的。我答应你，接下来，我会给你写一本关于《庄子》的解读，那里面不再涉及字词和语法，因为你已经有了这本书作为基础。那将会是一本纯粹有趣的书。

陪你通读《道德经》，还有一个目标：像你我这样的普通人，可以没有完整的哲学思想体系，但是基本的哲学思维还是应该有的。它会让你的人生更加精彩，至少也能让你少走一些弯路。当然，我是希望的，还是你在读这本书的时候，能有自己的见解，并形成自己的人生观和价值观。

我们已经在路上奔波一些时候了。既然是奔波，就难免错过许多风景，但愿我写的这本书，会让我俩更在意今后一路上的风景。

写这本书的初衷，只是为了让你能轻松读懂《道德经》，考虑到你即将步入中学阶段，因此尽量与初高中的语文教材联系起来，加入了许多课文中的事例和语法，于是就有许多当年的同事认为，这本书其实也适合中学生，可以作为校本教材使用。又有一些身边的朋友认为，这本书介于学术专著与通俗读物之间，适合一般人没有心理负担地了解《道德经》，并从中有所感悟，那就付梓出版吧。

如此，你的人生，因为这本书，与许多人有了联系。

爱你的老爸

2016年7月

说 明

本来想写一个《绪论》的，因为一本“专业”的书，没有“绪论”，感觉好像不完整；写完了之后，感觉不像“绪论”，还是叫“说明”吧。

这部分我想说明三个问题。

第一个问题，《道德经》是一本什么样的书？

大多数人只知道《道德经》是老子的代表作，仅此而已。学中医的同事读《道德经》，据说是教授的要求：每天诵读《道德经》，可以在看病时抵御“病气”的侵袭。个人认为，如果要“抵御”病气的侵袭，怎么着也得读个《黄帝内经》什么的，至少还能扯得上边。

其实《道德经》是一本“准哲学著作”。

什么是哲学呢？标准答案是这样的：哲学作为一门学问，是同人们的世界观联系在一起的，是人们世界观的理论表现形态。因此，哲学是理论化、系统化了的 worldview；或者说，是人们的世界观的理论体系。当年老师就是要求我们这么背下来的，至于意思嘛，绕来绕去的，始终没有说清楚。其实大可简单一点说，哲学就是关于我们如何为人处世的理论，知道这么多就够了。所以，从《道德经》中，只能看到老子教我们如何为人处世，特别是如何做人，想修炼出什么上乘的武功或者想发现未知世界、算计自己的人生和命运都是不可能的。

那为什么说是“准”哲学著作呢？这是相比较于现代哲学著作的完整体系来说的。老子当年写《道德经》的时候，脑子里还没有“哲学”这个概念，至少肯定没有想到要在正文之前先弄个“绪论”，更不用说要花心思去构建一个完整的“道家理论大厦”；况且当时诸子百家都没有像现代的思想家们这么能写，动不动就是厚厚几大本的“全集”，更多是片断式的语录；可是并不比“全集”们单薄。

片断式、语录体，如果按照现在的标准，《道德经》更像是“鸡汤”。许多人也是这么看的，我实在不想用“鸡汤”这个词，还是说它是很生活、很有趣的哲理吧。

第二个问题，《道德经》能读懂吗？

一般都认为道家的理论很高深，凡人看不懂。其实不然，《道德经》是很写实的，并且很有趣，运用了许多修辞和说理方法。只不过后人的解读，要么就是一知半解，要么就是故弄玄虚。

读懂《道德经》的方法也很简单：弄清楚每一个字的意思。

因此在注解过程中，我尽量以“直译”为标准，落实每一个字词。文言文惜墨如金，每一个字词都是有用的，如果某一个字词没有讲到，肯定会影响到语义的理解。同时只有“直译”，才能最贴近原意，而且直译也是可以有的，只有没有真正理解，才会用意译去偷懒、糊弄。

第三个问题，解读要以哪一个版本为依据？

传世的《道德经》版本有许多，据说清代的时候就已经有 103 种，著名的如王弼本、河上公本。这些版本的不同之处，大多是在流传的过程中，各家各派个人意见的发挥，本质上都是对原本的改动，所以一般都根据其传世的特点，通称为“通行本”或“传世本”。

与“通行本”“传世本”相对的是“出土本”，主要有郭店出土的楚简本、马王堆出土的帛书甲本和乙本。从三者的内容来看，帛书年代早于楚简年代，而帛书甲本又早于乙本。所以，目前通行的做法是以帛书甲本为底本，甲本缺失的，以帛书乙本补足；乙本又缺失的，以通行本补足。

我在解读过程中采用的是高明先生的《帛书老子校注》，除极少数确实是通行本比帛书更明确的表述之外，基本以帛书甲本为依据。至于有人认为帛书本《德经》在先、《道经》在后，建议将《道德经》正名为《德道经》，好像过于苛求，也没有这个必要。按照我个人的意见，似乎还是《道经》在先比较符合“从理论到实践”的习惯，不过为了尊重原著，我还是将《德经》放在前头。

还有帛书上是不分章的，为了方便阅读，还是按照通行本的习惯分一下章吧。至于章名，大家都是自己加的，那也就加一个吧，不过我这个好像不能称之为“章名”，那就叫“标题”好了。

在解读的过程中，身边的同事和朋友们给了许多意见和建议，在这里一并致谢。

基础名词解释

开读之前，有必要先做几个名词解释。一来是不把这些名词弄清楚，根本搞不懂人家在说什么；二来是可以避免行文上的纠缠不清。

需要解释的名词有许多，有些可以在翻译的过程中慢慢讲，有些则要先弄清楚，所以我称之为“基础名词解释”。

(1) 道

“道”到底是指什么？向来是一笔糊涂账。要是看一下各门各派的解释，好像什么都能称之为“道”，又好像什么都没说出来。我的看法是，“道”就是“客观规律 + 基本人性”。

“道”，又分“天之道”和“人之道”。所谓的“天之道”，就是“自然规律 + 部分的社会规律”；所谓的“人之道”，就是“人性 + 另一部分的社会规律”，所以，“道 = 自然规律 + 社会规律 + 人性”。

自然规律，《道德经》中一般称之为“常”。

如果用现代的哲学名词来称呼“道”，应该就是“真理”。那么，什么是“真理”呢？真理是一种正确的认识，是对客观事物和客观规律的正确认识。所以，凡是正确的认识，都可以称为“道”。

但是，我还认为，“道”的范围比“真理”要大，大在什么地方呢？真理是正确的认识，而“道”除了正确的“认识”以外，还包括“人性”。当然，这里的“人性”是指基本的人性。

(2) 德

“德”同样也麻烦，有时候好像是“个人品德”的意思，但更多时候

又好像不限于个人品德。到底是什么呢？

韩非子在《解老》中说，“德”有内外之分，“德者，内也。得者，外也”。文言中“德”和“得”是相通的，内心的思想品德，当然是“德”；外现的行事处世的方式方法，也叫“德”，或者也可以叫“得”。

经常与“德”联系在一起的还有“行”，“德行，内外之称，在心为德，外现则为行”。

所以“德”其实有两层意思：一是个人的思想品德和行为规范，也就是“德”；二是按照客观规律即“道”的要求去行事处世，也就是“得”。

也就是说，“德”既指“人们共同生活及行为的准则和规范”，也指“顺应自然、社会 and 人类客观需要去做事。不违背客观规律，去发展自然，发展社会，发展自己的事业”。

“道”与“德”的关系是：“德”是人们的行为规范，“道”是“德”的理论基础。

（3）名

《道德经》中的“名”，有四个意思：

一是“名声”，和今天的意思差不多，容易理解。

二是“占有”，相当于“一文不名”的“名”，意思是“以私人的名义占有”。

第三个意思是指“名称和概念”。区分世间万物，首先要“取名”。万事万物总得有个名称，才能和别的事物区分开来。给具体事物取的名，可以叫“名称”；给抽象的理论、摸不着的情感什么的取个名，就叫“概念”，比如说快乐、痛苦，又比如进步、落后。概念，也就是这个“名”，是干什么用的呢？是用来表达思想的。仔细想一想，说话的时候，嘴里蹦出来的一个一个的词语，可不都是一个一个的概念，一个一个的“名”？

由于语言的发展演变，“正名”，简单地说就是我现在正在做的名词

解释，是很重要的一件事。往大里说，所有的学说，很多时候都是在“释名”或在“正名”：你说应该这样理解，我说应该那样理解。从荀子的《正名》开始，争论一直在持续。春秋时的“正名”专业户，叫作“名家”。名家在历史上的“名声”却很不好，主要是因为名家玩的是“辩”，即辩论，而在辩论的时候，采用的主要方法是“名辩”，即在名称和概念上做文章，根据自己的需要，调整某个概念的内涵和外延，是为诡辩。“白马非马论”就是典型的例子，让人恨得牙痒痒又找不到反驳的方法，招人恨也就很正常了。

其实，关于“名”的这个意思，我觉得只要回忆一下《武林外传》中吕秀才说死姬无命、获封关中大侠的情节，就能理解了。为了方便阅读，我把台词抄在下面：

吕秀才：慢着……杀我也行，但先得说明白，我是死在谁手上。

姬无命：废话，我呀！

吕秀才：“我”是谁？

姬无命：我哪知道你是谁啊……哎，你到底什么意思啊？

吕秀才：这就得从人和宇宙的关系讲起。就拿你来说吧，长久以来，一直有一个问题困扰着你。

姬无命：什么问题？

吕秀才：“我”是谁？

姬无命：这我已经知道了呀。

吕秀才：不，你不知道。你是谁？姬无命吗？这只是一个名字，一个代号。你可以叫姬无命，我也可以叫，他们都可以。但，把这个代号拿掉之后呢？你，是谁？

姬无命：我……我不知道。我也不用知道。

吕秀才：那好，你再回答我一个问题，我是谁？

姬无命：这个问题已经问过了。

吕秀才：不，刚才问的是本我，现在问的是自我。

姬无命：有什么区别吗？

吕秀才：当我用“我”这个代号进行对话时，你的代号也是“我”，这是不是意味着你是我，而我也你呢？

姬无命：这这……这种问题没有意义。

吕秀才：那就问几个有意义的。我生从何来？死往何处？我为何要存在这个世界上？对这个世界来说，我的出现，意味着什么？是我选择了世界，还是世界选择了我？

姬无命：（捂耳朵）够了！

吕秀才：（提高音量）我和宇宙之间有必然的联系吗？宇宙有没有尽头？时间有没有长短？过去的时间从哪里消失？未来的时间在哪里停止？我在这一刻提的问题，还是你刚才听到的问题吗……

姬无命：（扬手）我杀了你！

吕秀才：（吼）是谁杀了我，而我又杀了谁！！

姬无命：（愣）是我，杀了我？

吕秀才：回答正确，动手吧！

姬反手击打天灵盖，倒地。

吕秀才：他不会再爬起来了把？

白展堂：（探鼻息）永远不会了。

郭芙蓉：这算什么说法啊？

吕秀才：呵呵……知识就是力量。

吕秀才问的几个问题，号称是哲学最基本的问题。这个情节当然是搞笑，但也说明，“名”真的很不稳定、很不靠谱，会害死人的。

第四个意思是从第三个意思中派生出来的，其实是一种特殊的语法，称之为“词类活用”，本来是名词，用作了动词。“名”作动词，就是“取名、命名”的意思。

(4) 一

关于这个“一”，真的是一个被人“想多了”的字。很多人对“一”作出过许多专门且专业的解释。有认为是“世界的本源”的，有认为是“客观规律”的，还有认为就是“道”的：这些都是想多了。

在《道德经》中，“一”就三个意思：

一是数量词。如“道生一”，就是指“道”催生了一个事物，不是生出别的什么莫名其妙的东西。

二是指“专一”。与课文《劝学》中的“用心一也”相同。所谓的“抱一、执一”都是指“坚持专一”。

三是指看不见摸不着的小玩意儿，用现在的话来说，就叫作微观世界。这个在《道经》第十四章中有明确的说明。

(5) 仁

也是一笔糊涂账，好像无所不包，但也同样感觉看不见摸不着。许许多多的品德都能称之为“仁”，所以“仁是中国古代一种含义极广的道德范畴”。孔子以“仁”为核心的伦理思想，居然包括了孝、弟（悌）、忠、恕、礼、知、勇、恭、宽、信、敏、惠等内容，还有什么没有遗漏的吗？实在是太庞大了，正因为其庞大，才让人无所适从。其实，对于“仁”，只要记住，就是指人与人之间的相互亲爱就够了。

作为法家代表人物的韩非子，对“仁”的解释，却很是到位，看来“仁”似乎也不是儒家的专利。同样出自《解老》：“仁者，谓其中心欣然爱人也；其喜人之有福，而恶人之有祸也；生心之所不能已也，非求其报也。”仁，就是发自内心并且不能自己的、不求回报的、欣欣然的“爱”，当别人幸福的时候就开心，当别人罹祸时就难过。

（6）义

同样无所不包，也是“中国古代一种含义极广的道德范畴”。最常见的组词是“义气”。韩非子同样有解释：“义者，君臣、上下之事，父子、贵贱之差也，知交朋友之接也，亲疏内外之分也。臣事君宜，下怀上宜，子事父宜，众敬贵宜，知交友朋之相助也宜，亲者内而疏者外宜。义者，谓其‘宜’也。”指出君臣、父子、上下级、贵贱等级、内外亲疏之间都是有“秩序”的，“适宜”这个“秩序”的要求就是“义”。

（7）礼

韩非子《解老》：“礼者，所以情貌也，群义之文章也，君臣父子之交也，贵贱贤不肖之所以别也。中心怀而不谕，故疾趋卑拜而明之；实心爱而不知，故好言繁辞以信之。礼者，外节之所以谕内也。”这一段话的意思是，“礼”相当于表情和相貌，是“义”的纹饰（文章），是不同等级的人相处时的行为规范，是区别贵贱贤愚的试金石。当你心中对某人怀有不变（不渝）的忠义时，就会通过行动上的尊重来表达，当你对其人怀着关爱而这人又不懂的时候，就会通过言辞上的恳切来表示。所以“礼”在字面上的意思是基于道德观念和风俗习惯而形成的仪节，内核则就是“义”。

上面这一堆内容，看不大懂也没关系，因为这只是冠冕堂皇的说法。“礼”事实上就是指“规矩”，上下级的尊卑关系，各阶层间不可逾越的鸿沟。所谓“礼崩乐坏”，就是下一个等级的人干了上一个等级的活，挑战了正常的社会秩序。

“礼”经常和“法”连在一起，称之为“礼法”。“礼”和“法”的区别本该是，“法”由国家强制力保证实施，“礼”由道德约束力保证实现。但是，作为等级制度的“礼”，同样是由国家强制力来保障的，比如你要是穿个龙袍，肯定得杀头，这时候的“礼”，其实就是“法”，只不过披着“礼”的外衣罢了。

(8) 玄

道家的代名词。看到这个字就让人头晕，脑子里一片空白。其实，这个字没什么“玄乎”的，本意是“黑色”，如“玄龟”；从黑色再引申出“深厚”的意思，如“临沅湘之玄渊兮，遂自忍而沈流”，水潭因水深而呈黑色；从“深厚”再引申到“高深”，如“玄机”，指高深莫测的机变、机窍。所以“玄”其实就是“深奥”的意思。

要注意的是，为什么道家的理论会显得很深奥呢？因为道家认为，真理（道）也是发展变化的，在不同的情形下会有不同的表现，而且这种变化会很大，有时候甚至会截然相反。那么，一般的人就会感觉一会儿左一会儿右，难以捉摸，于是就“玄之又玄”。

(9) 妙

这个字含义也很多，组一下词，意思就出来了，如美妙、精妙、妙旨、妙言要道、妙绪、妙思、妙演（精妙的阐述）、妙说（意旨精微的言论）。和“玄”字一样，这个“妙”佛道两界都很喜欢，因此“妙”字还有一个写法就是“𡇗”，那么理解“妙”字，也要带着变化的态度。我理解，“妙”字就是基于不断的变化而呈现的美感、美妙，又或者就像女孩一样，女大十八变，越变越好看，就称之为“妙”？

(10) 数

《道德经》中共出现了三次，两次是指命运、命数（shù）、气数（shù）；还有一次是动词“数（shǔ）”，“善数者不以筹策”（《道经》第二十七章），就是善于数（shǔ）数（shù）的人用不着小木棍。

(11) 天地

今天叫世界。单独一个“天”字，唯物主义者叫大自然，唯心主义者叫作“上帝”。

（12）父和母

当然不是指父母，但都是从“生身父母”引申出“开始”“本源”的意思，不过侧重点有所不同。举个例子，比方你扔下一粒花籽，就会发出一颗幼芽，那么这颗种子就是“父”，而促使种子发芽的土壤、气候、水分等外部条件则是“母”，这是具体的事物；如果是一件事，那么引发这件事情的看得见、摸得着的直接原因就是“父”，而看不见摸不着，但又确实发挥影响作用的间接原因就是“母”。

这样说来，就有点类似于现代哲学的“内因”与“外因”，但与内因、外因又不完全一致。前面说过了，《道德经》还不是完善的哲学思想，如果道家思想也能发展成为严格意义上的现代哲学，也许“父与母”也能成为严格意义上的“内因”与“外因”。但是在《道德经》中，这两个概念还是有点模糊的，它们有几层意思：

一是指“开始、开端”。

二是指“本性”。

三是指“本源、成因”。这时候“父”指内因，“母”指外因。又因为外因多指客观规律，所以“母”很多时候就是指“客观规律”，属于“道”的一个组成部分，因而也有人说，“母”就是“道”。这种说法虽然也有道理，因为把“本性”与“外因”合起来，也就基本上等同于“道”了，但是关键要看用在什么地方，上下文是什么样的语境，不能一概用“道”来代替。

这样说来是不是感觉有点摸不着头脑？不要紧，在具体的章节中，会有详细的说明。

（13）生和死

“生”和“死”相对。要注意的是，“生”既指“出生”，也指“生存”。“出生”是一个事件，“生存”则是一种状态。同样，“死”也有“死亡”和

“消失”两种意思，“死亡”是一个事件，而“消失”则是一种持续的状态。同时，“生”可以由“出生”延伸出“出现”的意思，“死”可以由“死亡、消失”延伸出“尽头”的意思。

（14）有和无

“有”和“无”相对时，指客观上是否存在，属于存现动词。客观上存在的，叫作“有”；客观上不存在的，叫作“无”，也就是“没有”。如果这样就简单了，和现在的“有无”没什么区别啊。问题在于《道德经》中的“无”还有一个意思，和“欲”相对，指主观上是否愿意，属于能愿动词。主观上愿意，叫作“欲”，也就是“要”的意思；主观上不愿意，叫作“无”，也就是“不”。所以，有时也会让人一头雾水。

（15）阴和阳

说完了“生死”“有无”，就可以说“阴阳”了。这两字被“妖魔化”了，提起“阴阳”首先想到的是太极图，接下去就会想到装神弄鬼。其实“阴阳”是很正规的哲学概念，是指事物互相对立、矛盾的两个方面，这两个对立的方面，又存在于同一个事物中。如一张纸不管怎么薄，都有正反两面；再如生和死、有和无、好和坏，都可以称为阴和阳。阴阳理论最核心的问题是互相转换，阴和阳这两个方面，很多时候都会发生转换，就像一张纸翻个面一样容易。

阴阳理论也就是矛盾两个方面的对立统一和互相转换理论。

需要说明的有两个问题：

一是在《道德经》成书的时候，阴阳理论还没有正式成形，在整本《道德经》中，“阴阳”两字只出现了一次。所谓的阴阳相对，其实是通过许多具体的事物和比较直观的概念来表示的，如：牡牝、雌雄、虚实、盈亏、有无、生死、存亡、正奇、动静、善恶、美丑、进退乃至山水、营卫等等。这说明当时“阴阳”还不是一个正经的、抽象的概念。

二是道家和中医都强调“阴阳平衡”，但不是“阴阳平等”。道家在强调互生互长的同时，还认为阴阳两者之中“阴”是占据主导地位的，《道德经》中的许多论述，都是建立在这个基础之上的。

（16）无为和无欲

作为道家的思想核心，这两个词历来引起众多非议，都被当作道家消极避世的主要证据。

“无为”字面上的意思，就是“没有作为”，或者是“不作为”。其实，“无为”完整的表述是“无以生为”，也就是不要硬生生地搞点事情来做，不要做无所谓的努力，不要做无用功，违背客观规律的事不要干。用目前流行的话来说，就是“不折腾”。

对“无欲”的误解，主要是对“欲”的理解出现了偏差。将“欲”理解为“欲望”，是不准确的。因为今天所谓的“欲望”包含了“占有欲（欲）”和“进取心（望）”，而道家的“欲”基本上就是指“占有欲”，历来的解释都有点扩大化了。道家是很强调控制“占有欲”的，并且认为“无欲”是“道”的基础：只有消除了占有欲，才不会去干涉他人和事物，让人和物按照客观规律的要求去处事、发展，这也就是“德”和“道”。

至于躲在“无为”和“无欲”之后的“进取心”，道家并不反对，只是“有限的支持”，这个限度就是“自知之明”。立足于自身现实的进取，道家不仅支持，而且强调要持之以恒；至于不切实际的进取，当然是要不得的。

（17）气和象

据说“气”有几种意思，一是组成事物的基本元素，并且这种元素像气体一样可以流动，但是又不是氧气，反正是说不清楚；二是人类与一切生物具备的生命能量或动力，相当于《星球大战》中的“原力”，或者相当于好多科幻片中坏人拼命要抢的、好人死活要保护的、关系到地球存亡的那个小玩意儿。“象”据说也有好多意思，并且也有人说其中一