

说道

道德经心得

任晓军 著

中国传媒大学出版社

说道

道德经心得

任晓军 著

中国传媒大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

说道 / 任晓军著. - 北京: 中国传媒大学出版社, 2007. 1

ISBN 978-7-81085-870-0

I. 说... II. 任... III. ①道家②老子 - 研究

IV. B223.15

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 148166 号

说 道

作 者 任晓军

策 划 董媛婷

责任编辑 文 馥

印刷监制 曹 辉

装帧设计 风得信·阿东

出 版 人 蔡 翔

出版发行 中国传媒大学出版社 (原北京广播学院出版社)

社 址 北京市朝阳区定福庄东街 1 号 邮编 100024

电 话 86-10-65450532 65450528 传真 010-65779405

网 址 <http://www.cucp.com.cn>

经 销 新华书店总店北京发行所

印 刷 北京中科印刷有限公司

开 本 850 × 1168mm 1/32

印 张 4.75

版 次 2007 年 1 月第 1 版 2007 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-81085-870-0/K · 870

定价: 18.00 元

版权所有

翻印必究

印装错误

负责调换

自序

《道德经》五千字，述自然之理。其言简意深，得后世众多注释。我在读《道德经》中，有些感悟、心得，因而写成本书。

在成书过程中，深感《道德经》蕴意深刻而自己水平有限，有些地方解释勉强，有些地方结构性地做解，不能按句、按字做解，有些地方只能猜测，有些地方没有做解。希望读者根据自己的理解，参照本书，相互比较，丰富对《道德经》的理解。在版本、断句方面，本书没有做详细的考证，大体与通行版本一致。迄今关于《道德经》的著述众多，各家做注角度不同。每一种视角都是对《道德经》，也是对生命的解释。本书以道、阴阳、意识作为主线注释全文。在解释原文基础上，对一些章节做了引申。原文解释与引申力尽简明。

《道德经》讲述了两个层面。一是世界本体，自然，即道与阴阳。道为世界之真，



~ 2 ~

用阴阳成物。二是意识。意识为物之性，以谦柔同于道。在此两个层面上，构建两重秩序。一是人，意识与自然间的秩序。这种秩序是人尊敬、理解、学习自然。二是人与人间的秩序，这种秩序是爱。《道德经》言天地之真，万物之本，而示人以象。十之二三言真，十之七八言象。读《道德经》贵在反象知真。

解释《道德经》有一悖论，只有入道才能知道。有点像古代的炼金术，要想炼金，必先有金才行。这是注《道德经》的真正困难，入道才能注道。这类似于注其他经书，如《周易》，不知阴阳在象限中如何相搏，旋转方向，相交角度，阴阳势之比，势之变，波与象界之映，则难明波之动如何成不同卦象。卦象即物象。读《道德经》得启示，更需以诚行而明道。知，生于直接体验是真知。

《道德经》讲述了一种文明。这种文明如存在过，它就像一本历史小说，如未存在过，它就像一本科幻小说。里面没有情节，主题结构已搭好，第一章以世界起源始，第八十一章以人能明道终，其中章节或合讲一个主题，或独立讲一个主题，希

望读者用想象去丰富。

本书引用了近代科学的理论。其中对本书影响最大的两位科学家：Walter Russell (1871-1963) 和 Viktor Schauberger (1885-1958)。Walter Russell 论述了光与电磁，其理论近道之本。Viktor Schauberger 讲述水、生命与能量，其理论近道之用。两位科学家论著颇多，相同之处在于对自然的直接体验。读者如有条件者，可阅读原文，详见参考书目。

任晓军

2006 年 9 月



~ 3 ~





~ 1 ~

目 录

第 一 章	1
第 二 章	9
第 三 章	13
第 四 章	15
第 五 章	16
第 六 章	19
第 七 章	20
第 八 章	21
第 九 章	23
第 十 章	25
第十一章	27
第十二章	28
第十三章	29
第十四章	30
第十五章	32



目
录

~ 2 ~

第十六章	34
第十七章	36
第十八章	37
第十九章	39
第二十章	40
第二十一章	42
第二十二章	44
第二十三章	46
第二十四章	47
第二十五章	48
第二十六章	50
第二十七章	52
第二十八章	54
第二十九章	56
第三十章	57
第三十一章	58
第三十二章	60
第三十三章	62
第三十四章	64
第三十五章	65
第三十六章	66
第三十七章	68
第三十八章	69
第三十九章	71



~ 3 ~

第 四 十 章	· 73
第四十一章	· 75
第四十二章	· 77
第四十三章	· 80
第四十四章	· 81
第四十五章	· 82
第四十六章	· 83
第四十七章	· 84
第四十八章	· 86
第四十九章	· 87
第 五 十 章	· 89
第五十一章	· 91
第五十二章	· 93
第五十三章	· 95
第五十四章	· 96
第五十五章	· 97
第五十六章	· 99
第五十七章	· 100
第五十八章	· 102
第五十九章	· 104
第 六 十 章	· 105
第六十一章	· 106
第六十二章	· 108
第六十三章	· 110



~ 4 ~

第六十四章	· 112
第六十五章	· 114
第六十六章	· 116
第六十七章	· 117
第六十八章	· 119
第六十九章	· 120
第七十章	· 121
第七十一章	· 122
第七十二章	· 124
第七十三章	· 125
第七十四章	· 127
第七十五章	· 128
第七十六章	· 129
第七十七章	· 130
第七十八章	· 132
第七十九章	· 134
第八十章	· 136
第八十一章	· 138
后 记	· 140
参 考 书 目	· 142

第一章

~ 1 ~

道可道，非常道。
名可名，非常名。无
名天地之始；有名万
物之母。故常无，欲
以观其妙；常有欲，
以观其徼；此两者，
同出而异名，同谓之
玄。玄之又玄，众妙
之门。

道为世界本体，
世界唯一之真，

道为世界本体，世界唯一之真，唯一的
存在，道就是这个世界。道是万物之因，
万物因道存在，是道不同的表现形式，是
道的镜像。能感知到的是道的用，道的象。



~ 2 ~

道是真实的存在的物，不是空。道的本性是思考。思考为创造。思考的方式是阴阳。

道是真实的存在的物，不是空。道的本性是思考。思考为创造。思考的方式是阴阳。阴阳互动为波。波成万物象。

道不可指，因道是一个自在的整体，全体，没有它物，无以分割。道不能被定义，这个世界除了道，什么都没有。

物的存在因为极性，即阴阳。南北极控制生命，东西极控制平衡。极性为道调理万物的方式。一片树叶落下来，这个宇宙的全体，会随之调整极性。这种调整无须时间，是即时性的。每一个运动都会破坏整个宇宙的平衡，宇宙作出调整，达到新的平衡。这一过程不断地重复着。

道是宇宙的全部。阴阳本身不可见。所见为道与阴阳之合的表现形式。

时间、空间对道，和道的本性是无意义的。时间、空间表述物的相关性。空间意味分割，分割意味非即时性。时间描述空间中运动的非即时性。时间意味顺序，顺

序含分割，时间在分割的空间中展示。时间与空间是在分割性中的互相补偿与克服。

全息摄影表现整体性。用激光分割全息三维图像，每一部分显示原来整个图像，而不是某一部分。无论如何分割，每一个分割下来的部分都显示整体，如从一粒沙子看到一个世界。于道，无部分与整体之分，部分与整体为一。万物无区分，万物为一。

道是绝对的整体，无分割。无始无终，无界无状，无物可指。宇宙万物是道的映射，是道无限复杂的镜像。

阴阳二极互动成波，波成万物。

万物未生前，有一混沌之物，名为无极。极为极性，指阴阳。无极为阴阳未分。阴阳未分，绝对平衡，无以测。万物种子蕴育其中。道的意志落于无极，无极化成阴阳二极。阴阳二极互动成波，波成万物，万物可指，万物有名，万物有始。道居阴阳之间。道的意志以阴阳展示，阴阳需道的意志生成。无极与太极（阴阳）为道的意识状态。无极为混沌，平衡，无。太极为波动，有，

万物显象。道的意志为唯一的力，此力显为阴阳二性之力，二力相搏成波。

这个世界是波的世界，波生于道的意志，思考。万物皆可转化为波。粒子为波不同条件下的展示。波先于粒子，波为能量的表现形式，能量先于物质。能量存于道中，不在象中。

无极如一平面，道的意志如一点入无极，生阴阳。此点划弧成波状运动，从0度始于无极，到90度垂直无极，到180度归于无极。阴阳围弧旋绕。从0度到90度，阳胜阴，为造。从90度到180度，阴胜阳，为化。90度为阴阳平衡，为太极，极性最强，生命最强，为圆满。

万物尽在此过程中运动、循环。平衡（无极）—不平衡（阳胜阴）—平衡（阴阳等）—不平衡（阴胜阳）—平衡（无极）。万物在循环，周期，轮回，无死亡。万物生于平衡，归于平衡，其间动以求平衡。万物之交，在求平衡。雌雄之合，在求平衡。循环是进化性的循环。物在造化中提高品

质，归于无极时品质高于始于无极时状态。下一个循环以品质提高了的势开始。

无极蕴含种子，种子含未来之势。万物未生，其命有定。道率阴阳成物，求圆满，提升品质，为自身之主。先天之命与后天之变互动，成造化。

阴阳为道之用以成物，同源于道。阳为一玄，阴为一玄。玄为阴阳围绕道的意志运动方式。如螺旋状，阳由外向内，由四周向中心，由大向小旋转，阴由内向外，由中心向四周，由小向大旋转。阴阳围绕同一轴而动。物，以阳胜阴，克服平衡而生，以阴胜阳，复归平衡而化。阴阳始于道之意志，阴阳永远共存，阴阳之力在宇宙范围内相等。

先天之命与后天之变互动，成造化。

阳为向心，凝聚，合成，吸引，压缩，品质提高，生命，成长，有序。阴为离心，耗散，排斥，膨胀，品质降低，分解，死亡，无序。阳是能量的聚集，以低温凝固，摩擦减小，温度，噪音降低。阴是能量的耗散，力施与外，生摩擦，温度升高，生噪音。

万物由阴阳二玄
螺旋运动而成。

万物由阴阳二玄螺旋运动而成。阴阳成玄，因阴阳运动方式，方向相反，为减少摩擦而各取一向成曲线。曲线复随弧动于三维空间中成玄。

太极图初为一个空圆，为无极之态，因道之一点入其心成阴阳。阴中有一点为阳，阳中有一点为阴，阴阳可再生阴阳。把太极图投射到三维动态，中间一点以波状划弧，阴阳随弧而动，而自又旋转，阴阳运动之势相逆。再把阴阳中之阴阳反复投射，见阴阳动之无穷，变之无限。古代经论之图多应在变，动中理解。以平面、静态多难得其意。把太极图写成一个等式，等式左边是道，右边是阴阳。阴阳又可生阴阳，等式可向右无穷演化。面对这个等式，向右是无穷，是发展，是自由，是开放，是复杂。向左是有限，是可预测，是可决定，是简易，是框架，是封闭。这个世界是简内的无限丰富，界内的无穷变化。

万物本身有阴阳之变。万物之间有阴阳之变。如太阳耗散能量，于太阳为阴，于地球为阳。极性之变发生在二物之平衡界

面，极性之变为能量的传递方式。

阳能生新物，阴能化衰腐之物，各有其用。以生命而言，尤重阳。如河道多弯曲之处，水流因之生内旋（阳性）运动，摩擦力小，不损坏河岸。能量聚集，释放给周边的土地、植物，促生命生长。水温降低，密度变大，能克服自身重力，能克服沙石重力，携带沙石不成淤积。生命源于水，水之活力在于低温下的阳性运动方式。

植物的汁液、动物的血液皆以内旋运动。内旋运动为有序，生命之因。生命是复杂的波动，是对惰性、平衡的克服。克服方式为阳性运动。其动示无极中种子之潜势。

现代能量多来源于物的转化，获取方式是燃烧，使物生外旋（阴性）运动，在物的耗散中获取，与生命发展相反，有害生命环境。所能耗散的是有限的，有限为希缺，希缺生争夺、混乱。希缺源于对自然的不理解。以希缺为基础的认知方式需修改。以耗散（阴性运动）为基础的文明至极限，无能长久。自然是循环的，循环

说 道

~ 7 ~

阳能生新物，
阴能化衰腐之
物，各有其用。
以生命而言，
尤重阳。

自然是循环的，
循环是丰足的。