

大全集

超值白金版

29.80



珍藏本

# 老子 · 庄子



华文出版社

《老子》，洋洋五千言，文字简约而意境深远，被誉为“道家最精要之书”；《庄子》，先秦散文之典范，其文风恣肆汪洋、意出尘外，其论说诡谲神秘、奇妙瑰丽。读《老子》，感受“无为”的智慧；读《庄子》，体悟自由的美学。

（春秋）李耳◎著  
（战国）庄周◎著





大  
全  
集

# 老子·庄子

(春秋) 李耳  
(战国) 庄周

◎ 著

华  
文  
出  
版  
社

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

老子·庄子 / (春秋)李耳, (战国)庄周著. —北京:  
华文出版社, 2009.9

ISBN 978-7-5075-2843-5

I. 老… II. ①李…②庄… III. 道家 IV. B223

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第161006号

书 名: 老子·庄子

标准书号: ISBN 978-7-5075-2843-5

作 者: (春秋)李耳 (战国)庄周著

责任编辑: 杜海泓

封面设计: 刘 畅

版式设计: 蔡伟国

出版发行: 华文出版社

地 址: 北京市宣武区广外大街305号8区2号楼

邮政编码: 100055

网 址: <http://www.hwchs.com.cn>

电子信箱: [hwchs@263.net](mailto:hwchs@263.net)

电 话: 总编室010-58336255 发行部010-58815874

经 销: 新华书店

开本印刷: 北京中印联印务有限公司

1020mm×1200mm 1/10 44印张 588千字

2009年11月第1版 2009年11月第1次印刷

定 价: 29.80元



未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与发行部联系调换

## 前 言

《老子》又名《道德经》，是道家的主要经典著作之一，被梁启超誉为“道家最精要之书”。作者老聃，姓李名耳，字伯阳，春秋末期楚国苦县（今鹿邑县）人，被后世称为老子。他曾做过周朝管理图书的史官，后因不满于当时动荡变革的社会现实而悄然隐退，不知所终。

关于《老子》的成书年代，一直存在着争议，比较流行的观点是奠基于春秋末年，定型于战国初年。成书后共分上篇《道经》和下篇《德经》两个部分，八十一章，约五千字，集中体现了老子的哲学系统，即由论宇宙而论人生，再由论人生而论政治。老子曰：“人法地，地法天，天法道，道法自然。”此语如长河瀑布，催人警醒。他的整个思想中，“道”是最高范畴，也是宇宙万物的本体，含有朴素的辩证法思想；其社会政治观则集中体现为“无为而治”，后世帝王采取“休养生息”的政策，多多少少地体现了老子的政治思想。

通观《老子》全篇，洋洋五千言全用韵文写成，多有对偶，以古音读之，大致合韵，今音读来亦有诗歌之节奏韵味。细细品读，却又不得不感叹其文字简约而意境深远。

《庄子》又称《南华经》，被誉为先秦最有文采的哲学著作。作者庄子，名周，战国时期睢阳蒙县人，曾做过漆园吏，后厌恶仕途，隐居著书。书成后，共五十二篇，后散失，只剩得三十三篇，其中内篇七，外篇十五，杂篇十一。全书以内篇为核心，其中的《逍遥游》、《齐物论》和《大宗师》等集中反映了庄子的哲学思想。

庄子继承和发展老子“道法自然”的观点，认为“道”是无限的，强调事物的自生自灭，否认有神的主宰。他的思想包含着朴素的辩证法因素，看到一切事物都处在“无动而不变，无时而不移”中。他主张齐物我、齐是非、齐生死、齐贵贱，幻想一种“天地与我并生，万物与我为一”的精神境界，安时处顺，逍遥自得。

在写作上，庄子以“寓言”、“重言”和“卮言”为主要表现形式，文风恣肆汪洋、意出尘外，论说诡谲神秘、奇妙瑰丽，篇篇都成为先秦散文的典范，被鲁迅先生叹为“晚周诸子之作，莫能先也”。

因庄子的思想和老子的学说有一脉相承性，故二人被后世并称为“老庄”。本书将《老子》和《庄子》辑录在一起，让读者在阅读的同时，感受到先秦道家思想的传承和沿袭。

# 目 录

## 老子

<b>道经</b>	<b>二</b>
一章	二
二章	三
三章	五
四章	七
五章	八
六章	九
七章	一〇
八章	一一
九章	一二
十章	一三
十一章	一五
十二章	一六
十三章	一七
十四章	一九
十五章	二一
十六章	二三
十七章	二五
十八章	二六
十九章	二七
二十章	二八
二十一章	三一
二十二章	三三
二十三章	三五
二十四章	三七
二十五章	三八
二十六章	四〇
二十七章	四一
二十八章	四三
二十九章	四五

三十章	四六
三十一章	四八
三十二章	五〇
三十三章	五二
三十四章	五三
三十五章	五四
三十六章	五五
三十七章	五六

<b>德经</b>	<b>五七</b>
三十八章	五七
三十九章	六〇
四十章	六三
四十一章	六四
四十二章	六六
四十三章	六八
四十四章	六九
四十五章	七〇
四十六章	七一
四十七章	七二
四十八章	七三
四十九章	七四
五十章	七五
五十一章	七七
五十二章	七九
五十三章	八一
五十四章	八二
五十五章	八四
五十六章	八六
五十七章	八八
五十八章	九〇
五十九章	九二

六十章	九三
六十一章	九四
六十二章	九六
六十三章	九八
六十四章	一〇〇
六十五章	一〇二
六十六章	一〇四
六十七章	一〇六
六十八章	一〇八
六十九章	一〇九
七十章	一一〇
七十一章	一一一
七十二章	一一二
七十三章	一一三
七十四章	一一四
七十五章	一一五
七十六章	一一六
七十七章	一一七
七十八章	一一九
七十九章	一二一
八十章	一二二
八十一章	一二四
<b>附录一 黄元吉《道德经讲义》</b>	<b>一二五</b>
《道德经讲义》自序	一二六
第一章 众妙之门	一二七
第二章 功成弗居	一二八
第三章 不见可欲	一二九
第四章 和光同尘	一三〇
第五章 不知守中	一三一
第六章 谷神不死	一三二
第七章 天长地久	一三三
第八章 上善若水	一三四
第九章 功成身退	一三五
第十章 专气致柔	一三六
第十一章 无之为用	一三七
第十二章 去彼取此	一三八
第十三章 宠辱若惊	一三九

第十四章 无象之象	一四〇
第十五章 微妙玄通	一四一
第十六章 虚极静笃	一四二
第十七章 功成身遂	一四三
第十八章 大道废	一四四
第十九章 少私寡欲	一四五
第二十章 独异于人	一四六
第二十一章 孔德之容	一四七
第二十二章 全而归之	一四八
第二十三章 希言自然	一四九
第二十四章 跂者不立	一五〇
第二十五章 道法自然	一五一
第二十六章 重为轻根	一五二
第二十七章 常善救人	一五三
第二十八章 常德不离	一五四
第二十九章 去奢去泰	一五六
第三十章 故善者果	一五六
第三十一章 恬淡为上	一五八
第三十二章 知止不殆	一五九
第三十三章 知人者智	一六〇
第三十四章 终不为大	一六一
第三十五章 往而无害	一六二
第三十六章 国之利器	一六三
第三十七章 道常无为	一六四
第三十八章 上德不德	一六四
第三十九章 以贱为本	一六六
第四十章 有生于无	一六七
第四十一章 大器晚成	一六八
第四十二章 损之而益	一六九
第四十三章 无为之益	一七一
第四十四章 多藏厚亡	一七二
第四十五章 大成若缺	一七三
第四十六章 天下有道	一七四
第四十七章 不为而成	一七五
第四十八章 为道日损	一七六
第四十九章 圣人无常心	一七六
第五十章 生之厚	一七七
第五十一章 尊道贵德	一七九



第五十二章 天下有始.....	一八〇	德充符.....	二四一
第五十三章 行于大道.....	一八一	大宗师.....	二四七
第五十四章 修之于身.....	一八二	应帝王.....	二五五
第五十五章 含德之厚.....	一八五		
第五十六章 为天下贵.....	一八六	<b>外篇</b> .....	二六〇
第五十七章 以正治国.....	一八六	骈拇.....	二六〇
第五十八章 祸兮福倚.....	一八八	马蹄.....	二六三
第五十九章 长生久视.....	一九〇	篋.....	二六五
第六十章 两不相伤.....	一九一	在有.....	二六九
第六十一章 大者宜下.....	一九二	天地.....	二七六
第六十二章 为天下贵.....	一九四	天道.....	二八六
第六十三章 终不为大.....	一九五	天运.....	二九三
第六十四章 无为无执.....	一九六	刻意.....	三〇一
第六十五章 善为道者.....	一九八	缮性.....	三〇三
第六十六章 为百谷王.....	一九九	秋水.....	三〇六
第六十七章 我有三宝.....	二〇〇	至乐.....	三一五
第六十八章 不争之德.....	二〇一	达生.....	三二〇
第六十九章 哀者胜矣.....	二〇二	山木.....	三二八
第七十章 被褐怀玉.....	二〇三	田子方.....	三三五
第七十一章 知不知上.....	二〇四	知北游.....	三四三
第七十二章 民不畏威.....	二〇五		
第七十三章 不召自来.....	二〇六	<b>杂篇</b> .....	三五二
第七十四章 民不畏死.....	二〇七	庚桑楚.....	三五二
第七十五章 贤于贵生.....	二〇八	徐无鬼.....	三五九
第七十六章 柔弱处上.....	二〇九	则阳.....	三六九
第七十七章 为而不恃.....	二〇九	外物.....	三七七
第七十八章 受国之垢.....	二一〇	寓言.....	三八三
第七十九章 常与人善人.....	二一一	让王.....	三八六
第八十章 小国寡民.....	二一二	盗跖.....	三九一
第八十一章 为而不争.....	二一四	说剑.....	三九九
		渔父.....	四〇二
		列御寇.....	四〇六
		天下.....	四一一
<b>庄子</b>			
<b>内篇</b> .....	二一六	<b>附录二 王夫之《庄子通》</b> .....	四二〇
逍遥游.....	二一六		
齐物论.....	二二〇		
养生主.....	二三〇		
人间世.....	二三二		



老子



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

# 道 经

## 一章

### 【题解】

老子在本章开宗明义，提出了最高哲学范畴——“道”，并对其进行了纲领性阐述。在老子看来，“道”是产生天地万物的根源，它普遍存在于一切事物中，却无形可见，玄妙深奥，更无法用言语来说明。在中国思想文化发展史上，老子第一个提出了“道”这一哲学范畴，它是老子哲学思想体系的核心，也是中国文化思想的基石。

### 【注释】

①道：老子提出的最高哲学范畴，有不可言说的玄妙，有多种意义。作为哲学范畴，意为“事物规律性”、“自然法则”等。

②可道：可以言说。道，动词。

③常：同“恒”。

④无名，天地之始：无名即“道”，它首先产生了天地，故无名是天地之始。河上公注：“无名者谓道，道无形，故不可名也。始者道本也，吐气布化，出于虚无，为天地本始也。”

⑥妙：事物演化之道的极致。

⑦徼：边界。此处指此物与彼物区别的界限。

⑧玄：深黑色，意为深远、看不透。形容“道”之深邃。

### 【译文】

能说出来的道理，不是永恒的道理；能表述出来的概念，不是永恒的概念。不能称呼的（世界原初状态），是天地的开始；能称呼的（世界状态），是万物的根源。所以经常从无形处观察世界本原的奇妙；经常从有形中观察世界本原的表现。有形与无形两者同源，而叫法不同。两者都很玄妙，是玄妙中的玄妙，众多玄妙的总章。

## 二章

### 【题解】

本章讲述了老子的辩证法和自然主义思想，此篇意在阐述事物相互依存、相互作用的关系，也表达了功成不居故功勋永在的自然主义思想。

本篇分两层。第一层集中阐述辩证法，列举美与恶等八事，指出一切事物都有对立面，一切事物都以对立面为自己存在的前提，相反相成，相互依存。相反的关系不断地变化运动，因此一切事物及其价值判断也不停地变化着。

第二层讲圣人行事。老子将辩证法运用到社会生活中，指出“有为”和“无为”，“有言之教”和“不言之教”，也都是相互依存、相互转化的。圣人是依照客观规律行事的人，他们顺应自然，有所作为，而不强作妄为，以无为的方式去化解矛盾，促进自然的改造和社会的发展。圣人功成而不居功自傲，所以功勋永不磨灭。老子认为，“处无为之事，行不言之教”，体现了实践和认识的高度和谐与统一。“处无为之事”主要强调法治，“行不言之教”强调的则是德治。只有实现法治和德治的高度结合，不偏废任何一方，才是人类和平及人生幸福的保障。老子的这一思想是对矛盾的对立统一规律的活学活用，对圣人修身和治国也至关重要。可以这么说，“处无为之事，行不言之教”，是世界上最科学的方法论，也只有真正体悟大道的老子才能揭示出这一哲学方法论。

### 【注释】

①美：一切美好的事物。王弼注：“美者，人心之所进乐也。”

②恶：丑陋。王弼注：“恶者，人心之所恶疾也。”

③已：通“矣”。

④善：善良。王弼注：“善不善犹是非也。”

⑤故有无相生：所以，有和无互相生成。故，有。

⑥难易相成：难和易互相形成。

⑦长短相形：长和短是相对显出的。

⑧倾：同“盈”。

⑨音声相和：音和声相互调和。音，合奏的乐音。声，单一的音响。

天下皆知美之为美<sup>①</sup>，  
斯恶<sup>②</sup>已<sup>③</sup>；  
皆知善之为善<sup>④</sup>，  
斯不善已<sup>⑤</sup>。  
故  
有无相生<sup>⑥</sup>，  
难易相成<sup>⑦</sup>，  
长短相形<sup>⑧</sup>，  
高下相倾<sup>⑨</sup>，  
音声相和<sup>⑩</sup>，

以不去<sup>⑱</sup>。  
 而不辞<sup>⑮</sup>，  
 生而不有<sup>⑯</sup>，  
 为而不恃<sup>⑰</sup>，  
 功成而不居<sup>⑱</sup>。  
 夫唯弗居，是  
 前后相随<sup>⑩</sup>。  
 是以圣人<sup>⑪</sup>处无<sup>⑫</sup>  
 为之事，行不言之教<sup>⑬</sup>，  
 万物作<sup>⑭</sup>焉。

⑩前后相随：前与后互相追随。

⑪圣人：就治身而言，圣人指体悟大道、返璞归真的人；就治国而言，圣人指理想的统治者。这是老子理想中“与道同体”的典范。

⑫无为：顺应自然、不加干涉。河上公注：“以道治也。”

⑬不言之教：不使用言语的说教。河上公注：“以身师导之也。”

⑭作：兴起、发生、创造。河上公注：“各自动作。”

⑮不辞：不推辞。河上公注：“不辞谢而逆止。”

⑯生而不有：产生了万物却不自己占有。河上公注：“元气生万物而不有。”

⑰不恃：不自恃对万物有恩。河上公注：“道所施为，不恃望其报也。”

⑱居：居功自傲。

⑲去：磨灭、消逝。

### 【译文】

天下人知道了美好的事物怎样成为美好，就知道了什么是丑恶；知道了善良的事物怎样成为善良，就明白了什么是不善良。所以，有形与无形互相生成，难与易互相完成，长与短相对显示，尊与卑互相依存，音与声互相调和，前与后互相追随。因此圣人无为而治，不用言辞来施行教化。使万物生长，却不发号施令；孕育了万物，却不自己占有；施恩而不自恃有恩；成就功业，却不居功自傲。正是不居功，因此才不会被遗忘。正因为不居功自傲，功勋才永不磨灭。成就功业，却不居功自傲。正是不居功，因此才不会被遗忘。正因为不居功自傲，功勋才永不磨灭。

不尚贤<sup>①</sup>，使民不争<sup>②</sup>；不贵难得之货<sup>③</sup>，使民不为盗<sup>④</sup>；  
 欲，使民心不乱<sup>⑤</sup>。是以圣人之治<sup>⑥</sup>，虚其心<sup>⑦</sup>，实其腹<sup>⑧</sup>，弱其

## 三章

### 【题解】

在本章中，老子提出了一系列看起来非常奇特的施政准则，目的是使人类社会返回到最初的混沌不知、没有名利纷争的状态。老子认为，只有这样才能全面地治理社会，解决社会上存在的一切不良问题。

在老子生活的春秋末期，统治者为巩固政权纷纷招揽贤才以备治国安邦。但由于选贤不当，一些人打着“尚贤”的旗号，竞相争夺权位，抢夺钱财，造成了恶劣影响。在此情况下，老子提出“不尚贤”的观点来反对“养贤”之风，这样才能避免社会纷争的发生。老子认为应让所有人都懂得顺应自然规律，不论是自然还是人类社会，用“无为”的思想来治理人事，那么天下万物都能得到治理。

“无知无欲”即“知无”和“欲无”，让人们保持纯洁本性。“无为”指以“无为”作为处理事情之法。“无为”是老子哲学思想的核心，指人以“无为”的逻辑方法去寻找事物变化前的形态。人们若能运用“无为”的方法，就有可能避开不利的情况，使不利转化成有利，以适应“道”的运动，那么天下就“无不治”了。

### 【注释】

①不尚贤：不崇尚有才能的人。河上公注：“贤，谓世俗之贤，辩口明文，离道行权，去质为文也。不尚者，不贵之以禄，不贵之以官。”王弼注：“贤，犹能也。尚者，嘉之名也。”

②使民不争：使人民不争功名。河上公注：“不争功名，返自然也。”

③不贵难得之货：贵，重视。难得之货，凭借正常手段从正常渠道难以得到的东西，泛指钱财。河上公注：“言人君不御好珍宝，黄金弃于善，珠玉捐于渊。”

④使民不为盗：不会使人民成为盗贼。河上公注：“上化清静，下无贪人。”王弼注：“贵货过用，贪者竞趣。穿窬探篋，没命而盗。”

⑤不见可欲，使民心不乱：不显露那些能引起人贪欲的事物，以使民众的思想不被扰乱。见，通“现”，呈现、炫

为<sup>⑬</sup>，  
 则无治。  
 志<sup>⑨</sup>，  
 强其骨<sup>⑩</sup>；  
 常使民无知无欲<sup>⑪</sup>，  
 使夫知者<sup>⑫</sup>不敢为也。为无

耀的意思。可欲，指可使欲望膨胀的东西，通常指美色。河上公注：“放郑声，远佞人。不邪淫，不惑乱也。”

⑥圣人之治：即“处无为之事，行不言之教”。河上公注：“圣人治国与治身同也。”

⑦虚其心：去除系统中起主控作用的各种成见。在老子道论中，“绝圣弃智”，以及弱化统治者的主控权能等主张都属于“虚心”之举。河上公注：“除嗜欲，去乱烦。”

⑧实其腹：从事于基本的经济建设，满足人民的温饱需求其腹。腹，人的维生功能。河上公注：“怀道抱一，守五神也。”王弼注：“心怀智而腹怀食，虚有智而实无知也。”

⑨弱其志：软化人的强执性趋求。河上公注：“和柔谦让，不处权也。”

⑩强其骨：提高人的自立自足能力。骨，系统的基本支架。河上公注：“爱精重施，髓满骨坚。”王弼注：“骨无知以干，志生事以乱。心虚则志弱也。”

⑪常使民无知无欲：使人民不持成见，不生贪欲。河上公注：“反朴守淳。”王弼注：“守其真也。”范应元注：“盖民知贵尚，见可欲则有争有贪而为乱，故常宜使之无妄知，无妄欲。”

⑫知者：有才智的人。河上公注：“思虑深，不轻言。”王弼注：“智者谓知为也。”

⑬为无为：在此乃针对社会整体而言。对社会整体来说，“为无为”是指不多做人为的社会塑造，或发挥过多的主观能动性，不促使社会人群的分化，从而使社会长保混沌无名的状态，随遇而安，听天由命。河上公注：“不造作，动因循。”

### 【译文】

不崇尚贤才异能，使人民不至于炫技逞能而争名逐利。不看重稀贵之物，使人民不做盗贼。不显露足以引起贪欲的事物，使人民的思想不至于被扰乱。因此，圣人治理国家，努力使人民内心纯净朴实，使人民肚腹饱实，使人民意志柔弱，使人民身体强壮。经常让人民无智慧无欲望，让有智慧的人不敢妄为。无为的统治，就不会治理不好。

## 四章

### 【题解】

老子在本章中描述了以心法达到的宇宙初始态的情形。

“中而用之”的“中庸定律”，即一切都有中点。但宇宙起源时并没有中点之说。老子认为，运用心法抛弃万物，就能找到这种无中点的状态，再从中产生万物。

### 【注释】

①道冲而用之：道体是虚无的，但它的作用永无止境。冲，古字为盅，器皿空虚。河上公注：“冲，中也。道匿名藏誉，其用在中。或，常也，道常谦虚不盈满。”

②不盈：“盈”，满、穷尽。“不盈”在此的意思为无穷无尽。

③渊乎似万物之宗：道不是鲜明的具体存在物，它似乎退隐于所有存在后面的最深最远处。渊，空冥而幽深，万物之宗，万物的本原。

④挫其锐：消磨掉它的锐气。“其”指“道”本身的属性，下文的“解其纷”、“和其光”、“同其尘”中的“其”也是此意。锐，锐气。

⑤纷：矛盾、结恨。

⑥光：光芒。

⑦尘：尘俗。

⑧湛：沉没，形容“道”隐而无形、又确实存在。

⑨兮：语气词，相当于“啊”。

⑩吾不知谁之子，象帝之先：我不知道它是谁之子，好像在天帝之前就已经出生了。

### 【译文】

大道的本体是虚空无形的，既看不见也摸不着，但它的能量和作用又是无穷无尽、不可估量的。它那么幽深，仿佛是万物的根源。即使是掩藏了自己的锋芒，化解了万物的纠纷，柔和了自己的光辉，使自己和万物混为一体，而它仍然那么高深莫测，永远存在。我不知道它来自哪里，它好像在天帝出现前就已存在了。

道冲而用之<sup>①</sup>，或不盈<sup>②</sup>，渊乎似万物之宗<sup>③</sup>。挫其锐<sup>④</sup>，解其纷<sup>⑤</sup>，和其光<sup>⑥</sup>，同其尘<sup>⑦</sup>。湛兮<sup>⑧</sup>似若存。吾不知谁之子，象帝之先<sup>⑩</sup>。

天地不仁<sup>①</sup>，以万物为刍狗<sup>②</sup>；圣人<sup>③</sup>不仁<sup>④</sup>，以百姓为刍狗。天地之间，其犹橐<sup>④</sup>乎？虚而不屈<sup>⑤</sup>，动而愈出。多言数穷<sup>⑥</sup>，不如守中<sup>⑦</sup>。

## 五章

### 【题解】

本章主要劝导统治者不要滥施仁爱，而应该让万事万物自然发展。老子认为这样才是真正的“无为而治”。圣人以按规律办事为基本原则，而且遵循的是自然规律。规律和规律在本质上是相同的。老子以风箱为喻：从外部看风箱在不停地运动，可在整个运动过程中，风箱中间“轴”的位置却始终没有变化。老子以此告诉我们，任何事物都有自己的“中”，而这个“中”都是相对稳定的，所以若能确定事物的“中”，就确定了它相对稳定的状态，也就确定了它的本质。这种确定事物“中”的方法就叫“守中”，即“中而用之”。

### 【注释】

①天地不仁：“仁”是儒家思想核心。仁者立功施化、有恩有为，受惠者却失其本真和独立性。天地任自然，无为无造，万物自相治理，故说不仁。

②刍狗：用草扎成的狗。古人祭神用，祭祀时，给它披上绣巾并装入匣中，不是爱它；祭祀毕，把它扔掉或烧掉，也不是恨它。人们对它无所谓亲不亲、仁不仁，天地对万物亦然。

③圣人<sup>③</sup>不仁：圣人仿效天地，故说圣人<sup>③</sup>不仁。

④橐：即古风箱。橐，牛皮袋，用以鼓风炽火。竹制吹管，连通牛皮袋以吹风。

⑤屈：竭尽。

⑥数穷：加快穷困。

⑦守中：静守心中。

### 【译文】

天地不仁爱，把万物当做刍草扎束的狗（让它们自生自灭）；圣人<sup>③</sup>不仁爱，把人民当做刍草扎束的狗（让他们自生自灭）。天与地中间，不像风箱吗？内部空虚不会枯竭；鼓动起来产生更多的气流。人们说话太多，常常困窘，不如把话藏在心中。

谷神①不死，是谓玄牝②。玄牝之门，是谓天地根③。绵绵若存④，用之不勤。

## 六章

### 【题解】

老子在本章继续论述了“道”的特征，以比喻和借代的手法形象地阐述了“道”生养天地万物的功能。“谷神”、“玄牝”都是“道”的别名。以“谷”来象征“道”，说明“道”是虚空博大的，但又是实在的；以“神”来比喻“道”，说明了“道”生万物，绵绵不绝的特点；又以“玄牝之门”喻指“道”是万物产生的根源，等等。老子在此表明，“道”的作用是没有穷尽的，它经久不衰且无处不在，使宇宙万物生生不息。

老子在此文中，阐明谦退反进的弯转之理，借天地的无私造化之功来比喻圣人在社会中先公后能私的道理。圣人者，完美有大作为之人也。担大任者，必公而后私，造就社会和人类，才能成就自己。

### 【注释】

①谷神：这里借喻为道。谷，形容“道”像山谷一样虚空博大。王弼注：“谷神，谷中央无者也，无形无影，无逆无违处卑不动，守静不衰，物以之成而不见其形，此至物也。”司马光注：“中虚故曰‘谷’，不测故曰‘神’。”

②玄牝：玄牝，象征孕育和生养天地万物的母体。牝，雌性兽类动物。

③玄牝之门，是谓天地根：老子认为，一切具体存在的本原都是混沌。门，产门。这里用来比喻孕育天地万物的根源。根，根源。苏辙注：“玄牝之门，言万物自是出也；天地根，言天地自是生也。”

④绵绵若存：这里是形容“道”的连续性、无限性和不可见性。若存，实际存在却无法看到。若，如此，这样。

### 【译文】

无形的大道空灵神妙、变幻莫测、永不寂灭，是神秘的母性。这个神秘的母性之门，生育天地万物，乃是天地的本原。它绵延不绝，永远存在却不见其形，使用起来无穷无尽。



能成其私<sup>⑧</sup>。  
 圣人后其身<sup>③</sup>，  
 而身先<sup>④</sup>；  
 外其身<sup>⑤</sup>，  
 而身存<sup>⑥</sup>。  
 非以其无私邪<sup>⑦</sup>？  
 故  
 天长地久<sup>①</sup>。  
 天地所以能长且久者，  
 以其不自生<sup>②</sup>，  
 故能长生。  
 是以

## 七章

### 【题解】

老子发现了天地长存的奥秘，即“不自生”，也就是不为自己而存在。从这里，老子受到了很大的启发，并总结了古往今来许多人的实践经验，提出了一个辩证的观点：“后其身而身先，外其身而身存”。“长”、“久”、“身先”、“身存”、“无私”属于非常道范畴，“自生”、“后其身”、“外其身”、“私”属于常道范畴。老子认为，人虽处于常道范畴，却要以心法的逻辑思维让自己达到非常道范畴的高度。常道和非常道的顺序是根据其发生的先后顺序来确定的。

### 【注释】

①天长地久：天地长久存在。

②以其不自生：因为天地不为自己生存。王弼注：“自生则与物争，不自生则物归也。”释德清注：“以其不自私其生。”

③后其身：把自己放在众人后面，意为谦退、礼让。河上公注：“先人而后己也。”

④身先：身居前列。河上公注：“天下敬之，先以为官长。”

⑤外其身：把自己的身体置之度外。

⑥身存：能够保全自身。河上公注：“薄己而厚人也，百姓爱之如父母，神明祐若赤子，故身常存。”

⑦邪：同“耶”，表示疑问语气。

⑧故能成其私：“私”，意思为私利，在这里引申为人生价值。王弼注：“无私者无为于身也，身先身存，故曰能成其私也。”

### 【译文】

天地长久存在。天地能够长久存在的原因，是它们不为自己而生存，所以能永存长生。因此，圣人把自己摆后面，反而位于前面；把身体置之度外，却能保存身体。这难道不是因为他无私心吗？所以才能成就自己。