

# 道德经

(春秋) 老子 著

思履 主编



纯 美 典 藏 版

DAODEJING



纯美典藏版

# 道德经

(春秋)老子 著  
思履 主编

中国华侨出版社  
北京

## 图书在版编目(CIP)数据

道德经：纯美典藏版 / (春秋) 老子著；思履主编

— 北京：中国华侨出版社，2018.3

ISBN 978-7-5113-7365-6

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 015965 号

## 道德经：纯美典藏版

---

著 者：(春秋) 老子

主 编：思 履

出 版 人：刘凤珍

责任编辑：千 寻

封面设计：韩立强

版式设计：王明贵

文字编辑：李翠香

美术编辑：潘 松

经 销：新华书店

开 本：720mm × 1020mm 1/16 印张：28 字数：690 千字

印 刷：北京鑫海达印刷有限公司

版 次：2018 年 3 月第 1 版 2018 年 3 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-5113-7365-6

定 价：48.00 元

---

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编：100028

法律顾问：陈鹰律师事务所

发 行 部：(010) 58815874 传 真：(010) 58815857

网 址：www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

---

如果发现印装质量问题，影响阅读，请与印刷厂联系调换。

# 前言

《道德经》的作者是老子。老子又称老聃，名李耳，春秋时期楚国人，曾担任东周王室的柱下史。相传，东周末年，老子归隐，在途经函谷关时，遇到了守关的长官尹喜。尹喜向老子问道。老子遂留下这五千余字的《道德经》。该书原分为上下两篇，上篇为《德经》、下篇为《道经》，后改为上篇《道经》，下篇《德经》。

虽然只有短短五千多字，却不妨碍《道德经》成为中国历史上最重要的著作之一。它是中国第一部完整的哲学著作，是道家思想的重要来源，开创了中国古代哲学本体论的学说。在《道德经》中，老子用“道”来解释宇宙万物，将道看作万物的本源。道先天地而生，至虚至无，却是万物之源，“道生一，一生二，二生三，三生万物”。世间所有事物都要遵循于道，天地万物在道的作用下生生不息，运动不止，垂示给人很多迹象，“人法地，地法天，天法道，道法自然”，德就是道发生作用的方式和成果。人们要通过德理解道：道是独立不改的客观规律，无所不包，周行不殆，对任何事物而言，都是绝对的，不可能被超越的。而任何事物对道而言，都是相对的，有限的，都有正反两面，且正、反皆可相互转化。一如“祸兮福之所倚，福兮祸之所伏”“重为轻根，静为躁君”。老子的思想具有朴素的辩证法色彩，对中国哲学影响匪浅。

作品的伟大与否不在于字数的多少，甚至也不在于其是否为读者指出了明确的生活方向，而在于它能让读者挖掘出多少宝藏。《道德经》为读者留下了一个巨大的思考空间，数千年来，人们不断从中得到新的体悟。无论是修身养性，

还是写诗作文、为人处世，甚至是治国理政，个中智慧都被包含在这篇幅甚小的《道德经》中。这部被誉为“万经之王”的奇书，对中国古老的哲学、科学、政治、宗教等产生了深刻的影响，无论是高官大吏、富商大贾，还是贩夫走卒、平民百姓，总能从《道德经》中找到自己所需要的智慧。

不管是通读全书，还是随机拣选几个句子细细体味，只要有心，每位读者都能从《道德经》中找到自己需要的东西。与此同时，作为一部哲学经典，《道德经》的语言非但不枯燥艰涩，还凝练简洁，充满诗意。因为采用了大量的韵语、排比和对偶，所以参差错落，极富音乐感和美感，读起来朗朗上口。人们大可以不抱任何功利目的来阅读它，只单纯地享受其文字的美感。由于其中不少内容都是从实践中总结出的经验，其文字虽抽象，意思却并不难懂。

《道德经》对中国文化的影响已深入中国文化的血脉之中，甚至成为东方智慧的代表。德国哲学家尼采将《道德经》形容成一个“永不枯竭且满载宝藏的井泉”，认为只要“放下水桶，便唾手可得”。道看似高深莫测，实际无处不在，认真体悟《道德经》，便会拥有发现道之精妙的眼睛。

本书除了完整地收录了老子的《道德经》，还对其进行了精心注释并翻译成白话，以帮助人们更好地把握文章的深意。另外，本书还引用大量历史、现实故事，针对《道德经》中的每一个具体句子进行说明，让人们切身体会“道”的伟大。

阅读既是获取知识的过程，也是愉悦身心的过程。本书随文配图，用色彩明丽的工笔彩绘插图形象地展示了故事中的场景，将抽象的道理具象化，帮助人们体悟“道”的精髓。

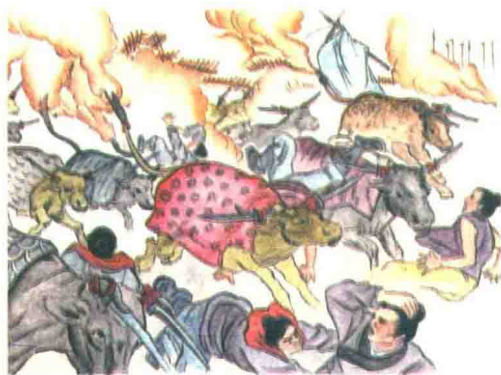
原文和译文相互呼应，故事与插图完美结合，希望在读完本书后，人人都能心有所悟，思有所得，从“道”中得到收获。

# 目录

## 道经

|                 |    |
|-----------------|----|
| 第一章 众妙之门 .....  | 2  |
| 第二章 功成弗居 .....  | 6  |
| 第三章 圣人之治 .....  | 10 |
| 第四章 和光同尘 .....  | 14 |
| 第五章 多言数穷 .....  | 19 |
| 第六章 谷神不死 .....  | 24 |
| 第七章 天长地久 .....  | 30 |
| 第八章 不争无尤 .....  | 35 |
| 第九章 持而盈之 .....  | 42 |
| 第十章 明白四达 .....  | 49 |
| 第十一章 无之为用 ..... | 54 |
| 第十二章 去彼取此 ..... | 58 |
| 第十三章 宠辱不惊 ..... | 63 |

|                  |     |
|------------------|-----|
| 第十四章 执古之道 .....  | 69  |
| 第十五章 微妙玄通 .....  | 77  |
| 第十六章 致虚守静 .....  | 83  |
| 第十七章 功成事遂 .....  | 87  |
| 第十八章 大仁大义 .....  | 92  |
| 第十九章 少私寡欲 .....  | 101 |
| 第二十章 独异于人 .....  | 105 |
| 第二十一章 孔德之容 ..... | 110 |
| 第二十二章 圣人抱一 ..... | 114 |
| 第二十三章 希言自然 ..... | 123 |
| 第二十四章 物或恶之 ..... | 131 |
| 第二十五章 道法自然 ..... | 139 |
| 第二十六章 宜戒轻躁 ..... | 145 |
| 第二十七章 常善救人 ..... | 151 |
| 第二十八章 常德乃足 ..... | 157 |





|                 |     |
|-----------------|-----|
| 第二十九章 去奢去泰..... | 161 |
| 第三十章 不以兵强 ..... | 167 |
| 第三十一章 恬淡为上..... | 174 |
| 第三十二章 知止不殆..... | 179 |
| 第三十三章 自知者明..... | 185 |
| 第三十四章 不自为大..... | 193 |
| 第三十五章 往而不害..... | 197 |
| 第三十六章 柔弱刚强..... | 202 |
| 第三十七章 道常无为..... | 209 |

## 德经

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 第三十八章 处实去华..... | 214 |
|-----------------|-----|



|                 |     |
|-----------------|-----|
| 第三十九章 贱为贵本..... | 222 |
| 第四十章 有生于无 ..... | 228 |
| 第四十一章 大器晚成..... | 234 |
| 第四十二章 或损或益..... | 241 |
| 第四十三章 无为之益..... | 246 |
| 第四十四章 知足不辱..... | 251 |
| 第四十五章 大成若缺..... | 258 |
| 第四十六章 知足常足..... | 263 |
| 第四十七章 不为而成..... | 268 |
| 第四十八章 为学日益..... | 271 |
| 第四十九章 圣无常心..... | 275 |
| 第五十章 出生入死 ..... | 279 |

|       |           |     |
|-------|-----------|-----|
| 第五十一章 | 尊道贵德..... | 284 |
| 第五十二章 | 天下有始..... | 288 |
| 第五十三章 | 行于大道..... | 293 |
| 第五十四章 | 善抱大道..... | 297 |
| 第五十五章 | 物壮则老..... | 302 |
| 第五十六章 | 知者不言..... | 307 |
| 第五十七章 | 以正治国..... | 311 |
| 第五十八章 | 福祸相倚..... | 316 |
| 第五十九章 | 长生久视..... | 321 |
| 第六十章  | 治国烹鲜..... | 326 |
| 第六十一章 | 各得其所..... | 331 |
| 第六十二章 | 万物之奥..... | 336 |
| 第六十三章 | 为大于细..... | 342 |



|                  |     |
|------------------|-----|
| 第六十四章 慎终如始 ..... | 347 |
| 第六十五章 善为道者 ..... | 352 |
| 第六十六章 不争之争 ..... | 358 |
| 第六十七章 持保三宝 ..... | 364 |
| 第六十八章 不争之德 ..... | 370 |
| 第六十九章 哀者胜矣 ..... | 375 |
| 第七十章 被褐怀玉 .....  | 381 |
| 第七十一章 知不知矣 ..... | 386 |
| 第七十二章 自知自爱 ..... | 392 |
| 第七十三章 天网恢恢 ..... | 396 |
| 第七十四章 民不畏死 ..... | 401 |
| 第七十五章 民之轻死 ..... | 406 |
| 第七十六章 柔弱处上 ..... | 411 |
| 第七十七章 功成不处 ..... | 415 |
| 第七十八章 柔之胜刚 ..... | 420 |
| 第七十九章 报怨以德 ..... | 425 |
| 第八十章 小国寡民 .....  | 428 |
| 第八十一章 为而不争 ..... | 432 |

# 道经

# 第一章 众妙之门

## 【原文】

道可道<sup>①</sup>，非常道<sup>②</sup>；名可名，非常名<sup>③</sup>。无，名天地之始<sup>④</sup>；有，名万物之母<sup>⑤</sup>。故常无，欲以观其妙；常有，欲以观其徼<sup>⑥</sup>。此两者，同出而异名，同谓之玄<sup>⑦</sup>。玄之又玄，众妙之门。

## 【注释】

① 道：构成宇宙的实体与动力。② 道：用语言表达出来。③ 常：恒久不变。④ 名：这里指道的名称，文化思想。⑤ 名：用语言表达出来。⑥ 徼（jiào）：通“窍”，踪迹的意思。⑦ 玄：幽昧深远。

## 【译文】

可以用语言表达出来的道，就不是永恒不变的“道”；可以用语言表达出来的名，就不是永恒不变的“名”。无，是天地的开端，有，是万物的根源。所以，常从“无”中观察天地的奥妙；常从“有”中寻找万物的踪迹。有和无，只不过是同一起来源的不同名称罢了。有和无都是幽昧深远的，它们是一切变化的总门。

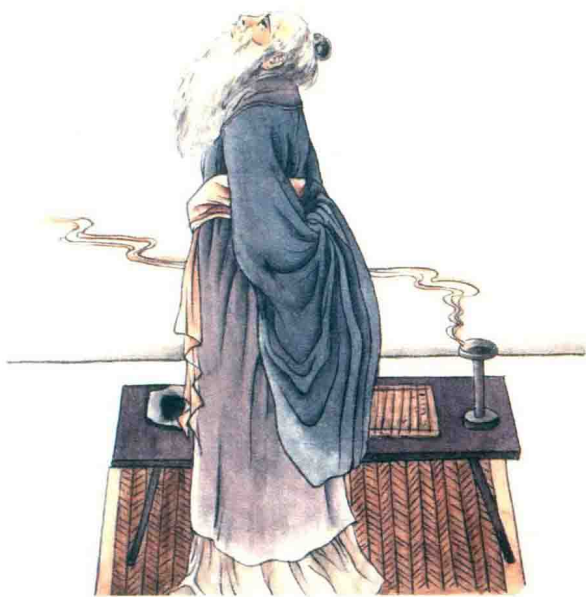
## 【解析】

这是《道德经》的第一章。本章开篇名义：“道可道，非常道。”初步揭示了“道”的真正内涵。

“道”是中国古代哲学的重要范畴。老子是第一个把“道”作为一种哲学范畴提出和加以阐释、论证的思想家。道作为老子哲学的核心，贯穿其思想体系始终。关于对老子道的认识和诠释，历来众说纷纭。有的认为，道是精神性的本体，是脱离物质实体而独自存在的最高原理，主张老子的道论是客观唯心主义。有的则认为，道是宇宙处在原始状态中的混沌未分的统一体，主张老子的道论是唯物主义。一般认为道是宇宙的本原及万物运行的规律。陈鼓应在其《老子译注

及评介》一书中引用杨兴顺的观点，将道的基本特点归结为：一、道是物的自然法则，它排斥一切神和“天志”。二、道永远存在，它是永存的物质世界的自然性。道在时间与空间上都是无限的。三、道是万物的本质，它通过自己的属性（德）而显现。没有万物，道就不存在。四、作为本质来说，道是世界的物质基础“气”及其变化的自然法则的统一。五、道是物质世界中不可破灭的必然性，万物都从属于道的法则。道摧毁一切妨害自己的事物。六、道的基本法则是：万物与一切现象，处于经常的运动与变化中，在变化的过程中，万物与一切现象都转化为自身的对立物。七、万物与一切现象，都处于相互联系的状态中，这种联系通过统一的道而完成。八、道是我们的感官所不能感知的，但在逻辑思维中，它是可以认识的。由是观之，道在天地未生成以前就存在于浩瀚的宇宙中，当天地生成以后，道就在万事万物中发挥着自身的作用，贯穿万物生成、生长、发展、消亡的始终，作为一种自然规律客观地存在着。

一提起道，我们不免会在头脑中想象它的模样，然而我们的想象往往带有很大的局限性和主观性，真正的道是不以人的主观意志为转移的，它是客观存在，但又是看不见摸不着的，正所谓“大道无形”。我们凭主观想象臆造出的道的样子，不是真正的道，只能称得上名。“名”这个概念也是不能用语言和文字来描述形容的，语言文字的局限性比想象的局限性更大。如果用语语言文字来描述道，只能与道背道而驰。既不能用语言又不能用文字来描述道，那如何才能认识道呢？鉴于语言文字的局限性及道的只可意会、不可言传，只有通过抽象的概念，即“无”和“有”这两个名来一窥道的真正面目。所谓无，是指天地还没有生成以前的混沌状态，说明天地是从无中生出来的。所谓有，就是存在的意思，它代表一种正在孕育万物的状态，是万物的生



故常无，欲以观其妙；常有，欲以观其微。

母，即万物是从有中孕育生产出来的。

所以我们可以将道理解为一种无的状态，一种有的能力，它的本原是无，却可以生出天地万物。正因如此，我们可以采取无的态度去体认道的玄妙。道的原始是空无，我们要想体认大道，就必须抛却所有的杂念，将自己回复到毫无思想意识的婴儿时期，达到一种完全虚无的境界，只有这样，我们才能真正体悟到道的奥妙和玄机。无和有是我们必须把握的两个概念，它们是打开“众妙之门”的钥匙，只有通过它们，我们才能领悟道的实质。

所谓“常无”，就是一种永恒的无，或叫“大无”；与此相对应，“常有”就是一种永恒的有，也叫“大有”。我们可以通过这种忘却自我一切的常无，体悟到天地初生时的“妙”；通过这种包容万物的常有，观察到万物未生前的“微”。妙，按汉字的组字法，可以拆分为“少”和“女”，少女不但处于妙龄，而且是纯真、纯洁的象征，这里用在道中，可以理解为天地的本始。“微”的本义为边界，这里引申为开端、端倪的意思。在这里，不论是常无还是常有，都只是对宇宙大道中的某一状态的描述，还停留在概念这一层面上，都是名。常无在前而常有在后，所以概念的“相名”也就不同了，但它们都是由大道生出来的，都是对大道的发展和变化，统称为“玄”。玄意为深奥而不可理解、不可测知。“大道无形”，变化多端，变化来变化去，就构成了天地万物的“众妙”，即老子所谓“玄之又玄，众妙之门”。

回过头来看原文，我们不难发现，文中着重讲了这样几个概念：道的概念、名的概念、无和有的概念、妙和微的概念、玄的概念。这些概念统称为“名”，借用老子的一句话“名可名，非常名”来说，这些概念并没有真正地揭示出道的真正内涵，这是因为“道可道，非常道”，任何言语和文字都无法揭示出道的真义。我们学习和研究这些概念就是为了更好地理解道，它们可以作为理解道的桥梁。

## 【处世之道】

### 有无玄妙——诸子各家的“名实之辩”

老子说：“名可名，非常名。”认为可以讲得出自己的具体特征的，就不是永恒不变的“名”，这揭示了本体与现象、语言（名）和世界（实）之间的差别。

先秦时代的诸子曾对名与实的关系展开了一场著名的“名实之辩”。

先秦时代的名实之辩，指的是当时对于语言和世界的关系之争。在这场争论中颇有论述的有：儒家、道家、墨家和名家。

儒家的观点认为，所谓的语言符号系统就是“名分”，所谓的“世界”就是上下有别、贵贱有差的社会秩序。所谓“正名”，就是通过语言来调和现实世界的矛盾，为社会提供规范，使之纳入到“唯上智与下愚不移”的等级秩序中。孔子是这方面观点的代表人物，曾明确提出过“正名”的主张。儒家的另一代表人物荀子提出了“制名以指实”的主张，将名区分为大共名、大别名和小别名，分析了“名实乱”的表现，对名实问题进行了较为详尽的论述。

儒家关心的是社会，看重的是父子、君臣之间的天经地义的关系。“实”无论发生了多么翻天覆地的变化，“名”的秩序也不能乱了章法，否则就会导致天下大乱。

道家的观点是：“世界”既不是现实的社会秩序，也不是可以用肉眼看到的客观实际，而是超越经验的“道”和“无限”。世界本是混沌的，而语言使其变得清晰；世界本是黑暗的，而语言使其变得光明。语言让世界变得可以言说，可以把握。可是，在让世界变得清晰和光明的同时，语言还无法表现出世界的无限和丰富。老子在《道德经》开篇就提出了“名可名，非常名”的论述，可以说是道家的代表观点。庄子进而主张“大道不称”，但又认为“名者，实之宾也”，肯定实对名的决定作用。

墨家则主张坚持经验主义，强调“闻之见之”“取实与名”。用现在的话来说，就是从实际出发，与时俱进。现实的世界是基础，语言符号不过是现实世界的反映。现实的情况发生了变化，语言符号自然要发生变化。墨家的代表人物墨子主张“非以其名也，以其取也”，着眼于对事物本身的把握。后期墨家将概念区分为达名、类名、私名，认为它们所反映的实有不同范围。

名家是先秦百家中颇有影响力的一个学派。他们不探究名实关系，而是把注意力集中在语言的本身，从而注重语言的概念，不再关注语言所寓含的内容，而是看重语言本身的逻辑技巧，从而形成了中国古代历史上著名的诡辩论。

这场因对名实关系有着不同理解而展开的长期争论，形成了中国古代哲学的名辩思潮，由此推动了中国哲学认识论、辩证法和逻辑学的发展。

## 第二章 功成弗居

### 【原文】

天下皆知美之为美，斯恶已<sup>①</sup>；皆知善之为善，斯不善已。有无相生，难易相成，长短相形，高下相倾，音声相和<sup>②</sup>，前后相随，恒也。是以圣人处无为之事<sup>③</sup>，行不言之教；万物作而弗始<sup>④</sup>，生而弗有，为而弗恃<sup>⑤</sup>，功成而弗居。夫唯弗居，是以不去。

### 【注释】

① 已：语气词，可译为“了”。② 音声：古代音和声是有区别的。单调的、无节奏的叫“声”，复杂的、有节奏的叫“音”。③ 是以：疑为后人所加。本章的前八句是老子的相对论，后八句是老子的政治论，文意不相连。圣人：老子理想中的“与道同体”的人物，他与儒家圣人有很大不同，是“有道的人”。④ 始：管理、干涉的意思。⑤ 恃（shì）：依赖，依靠。

### 【译文】

天下的人都知道美之所以为美，丑的观念也就出来了；都知道善之所以为善，恶的观念也就产生了。“有”和“无”互相对立而产生，困难和容易互相矛盾而促成，长和短互相比较才形成，高和下互相对照才有分别，音和声由于对立才显得和谐动听，前和后彼此排列才有顺序，这是永远如此的。因此，有道的人用“无为”的法则来对待世事，用“不言”的方式施行



天下皆知美之为美。