

经典读本 理想藏书

精编精注 全彩读本

图解·道德经

进可治世兴邦 退可顿悟人生

(春秋)老子◎著 宇枫◎编

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，恶的观念也就出来了。

它不显露锋芒，解除世间的纷乱，收
敛它的光耀，混同它于尘世，它看起
来幽隐虚无却又实际存在。

老子

老子又称老聃，名李耳。相传老子归隐时，途经函谷关，遇到守关的长史尹喜。尹喜向老子问道，老子遂留下这五千余字的《道德经》。

大盈若冲

道冲，而用之或不盈。渊兮，似万物之宗。大道是空虚无形的，但它发生作用时却永无止境。它如深渊一样广大，像是世间万物的宗主。

中国华侨出版社

白话彩图典藏版

经典读本 理想藏书

精编精注 全彩读本

图解·道德经

进可治世兴邦 退可顿悟人生

(春秋)老子◎著 宇枫◎编

中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

图解道德经 / (春秋) 老子著; 宇枫编. —北京: 中国华侨出版社, 2016.11

ISBN 978-7-5113-6425-8

I. ①图… II. ①老… ②宇… III. ①道家②《道德经》—图解 IV. ①B223.12-64

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第253005号

图解道德经

著 者: (春秋) 老子

编 者: 宇 枫

出 版 人: 方 鸣

责任编辑: 听 雨

封面设计: 中英智业

文字编辑: 毛 毛

美术编辑: 刘 佳

经 销: 新华书店

开 本: 720毫米×1040毫米 1/16 印张: 28 字数: 798千字

印 刷: 三河市万龙印装有限公司

版 次: 2017年6月第1版 2017年6月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-6425-8

定 价: 68.00 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) 88866079 传 真: (010) 88877396

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

不读《道德经》一书，不知中国文化，不知人生真谛。
——鲁迅



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，甚至是治国理家，个中智慧都被包容在这篇幅甚小的《道德经》中。

在修身养性方面，老子的“致虚极，守静笃”，要求人尽其所能地放宽心胸，如大道一般包罗万象，注而不满，酌而不竭。同时，老子又提醒人们不要沉溺感官享受，“五色令人目盲，五音令人耳聋，五味令人口爽，驰骋畋猎令人心发狂”，过度的欢娱会极大地危害人的身心。而老子本人就是一个极好的养生例子，传说他活了一百六十多岁，即便有些夸张，在那个战乱迭起、民不聊生的春秋年代，他能安然地度过晚年也极为不易。通过阅读《道德经》人们可以树立起更有利于健康的生活态度：温和不争，虚怀若谷，浑朴纯正。

老子的理论不只能养一己之身，还能养一国之民。在统治上，每每朝代初定，统治者便会提倡无为而治，休养生息，或直接或间接地将老子的学说当作安邦定国的重要手段。

老子的“天之道，损有余而补不足。人之道，则不然，损不足以奉有余”以及“民不畏死，奈何以死惧之”等民本思想，又不知给了多少治世者以警示，要他们体恤民生，取法天道，宽待百姓，无私无欲。

至于为人处世方面，《道德经》予人的启发就更多了，其每一句都可以看作一个蕴含深意的处世金句，而正可谓一千个读者有一千个《道德经》，人人都可以用《道德经》检视自身。譬如“物极必反”，有人会从中悟出做人做事要留有余地，也有人反映到待人接物其实还可以从反面入手。看到“将欲废之，必固兴之；将欲取之，必固与之”，有人会提醒自己不要为一时的好成绩得意忘形，也有人告诫自己，做事需考虑周详，提防暗藏的风险，还有人会恍然大悟，原来还可以用这种办法削弱自己的敌人。

此外，《道德经》还是一部闪烁着“美”的智慧的古代经典。在文艺美学上，老子的“大音希声；大象无形”，影响了一代又一代的中国人把自然大美当作艺术的极致。他的“有之以以为利，无之以以为用”则让人意识到，欣赏一部作品除了要看它有形有声的部分，也要看它无形无声的部分，聆听它的“言外之意”。

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。另一方面，本书还引用大量历史、现实故事，针对《道德经》中的每一个句子进行说明，让人们切身体会道的伟大。道无形无迹，人们虽看不到它，却无时无刻不在受它的影响。知晓道的运行规律，顺乎大道，无疑会让人的心性更加通达，生活更加顺畅，从古至今都是如此。《道德经》已经是很多现代人的智慧宝典，所以本书特辟了“经商之道”“从政之道”“处世之道”等栏目，专讲道在历史及现实生活中的体现。

阅读既是获取知识的过程，也是愉悦身心的过程。本书随文配图数百张，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。而和一般的图书插图不同，这些配图都经过悉心考据，从人物的服装到器物的形貌，都力求再现当时的真实模样，人们读文观图，不知不觉就会进入到故事当中。

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。



儒、释、道三教	1
道家的传承、演变	2
老子其人	4
老子与孔子	5
老子与庄子	6
孔孟之道与老庄哲学	7
《道德经》写作的时代背景	8
《道德经》其书	9
《道德经》的版本	10
“道”与“德”浅析	11
老子“三宝”	12
老子的方法论	13
老子的逆向思维浅析	14
“无为而治”的治国之道	15
“复归婴儿”的养生之道	16
“见素抱朴”的人生至境	17
《道德经》对后世的影响	18

道 经

》第一章 众妙之门	20
□ 从政之道	22
随道而行——孔子向老子问礼	22
□ 处世之道	23
有无玄妙——诸子各家的“名实之辩”	23
》第二章 功成弗居	24
□ 从政之道	26
功成不居——明武宗在荒诞中结束一生	26

□ 为人之道	27
美丑之别——东施效颦与左思仿潘安	27
》 第三章 圣人之治	29
□ 从政之道	30
清静无为——宋仁宗开创治世	30
□ 为人之道	32
少私寡欲——崇尚节俭的汉文帝	32
》 第四章 和光同尘	34
□ 治学之道	35
谦虚善学——孔子竭诚问礼	35
□ 为人之道	36
神光内敛——刘备巧借闻雷避祸	36
》 第五章 多言数穷	38
□ 从政之道	40
保持虚静——周厉王禁言与国人暴动	40
□ 经商之道	41
归一大道——寓言故事两则	41
》 第六章 谷神不死	43
□ 为人之道	44
玄妙母体——女娲造人	44
□ 处世之道	45
天地之始——盘古开天辟地	45
》 第七章 天长地久	47
□ 从政之道	48
无为修身——孙叔敖廉洁爱民	48
□ 为人之道	50
公而忘私——大禹治水三过家门而不入	50
》 第八章 不争无尤	52
□ 为人之道	54
示人以卑——只拣五美分硬币的孩子	54
□ 处世之道	55
善利万物——李时珍尝百草钻研医术	55
》 第九章 持而盈之	57
□ 经商之道	59
为而不恃——福特汽车的教训	59
□ 为人之道	60
功成身退——深知进退的范蠡	60

》第十章 明白四达	62
□从政之道	64
深沉宁静——从谏如流的唐太宗	64
□为人之道	66
致虚守静——“大树将军”冯异	66
》第十一章 无之为用	68
□从政之道	69
甘居下位——态度谦卑的刘邦	69
□处世之道	71
示之以无——陈平赤身脱险	71
》第十二章 去彼取此	72
□从政之道	75
宁静恬淡——廉正无私的于成龙	75
□为人之道	76
摒除物欲——齐庄公因贪色而被杀	76
》第十三章 宠辱不惊	77
□从政之道	79
不争之德——不贪恋权位的华盛顿	79
□为人之道	81
超然荣辱——咸丰帝纵欲而亡	81
》第十四章 执古之道	83
□为人之道	85
体道悟道——万有引力的发现	85
□处世之道	86
顺其自然——郭橐驼的种树之道	86
》第十五章 微妙玄通	88
□从政之道	91
藏锋不露——“一鸣惊人”的齐威王	91
□为人之道	93
善为道者——我的朋友胡适之	93
》第十六章 致虚守静	94
□从政之道	95
戒骄戒躁——急功近利的崇祯帝	95
□处世之道	96
以静制动——张辽智除叛军	96
》第十七章 功成事遂	98
□从政之道	100
恣意妄为——烽火戏诸侯	100

□ 经商之道	101
诚信为本——经商贵在坚守信誉	101
》 第十八章 大仁大义	103
□ 为人之道	105
心存大道——岳飞一生坚持抗金	105
□ 处世之道	107
坚守仁义——季札让国追求大道	107
》 第十九章 少私寡欲	109
□ 从政之道	111
绝圣弃智——汉文帝行宽厚之政	111
□ 为人之道	112
绵里藏针——晏子痛斥楚王	112
》 第二十章 独异于人	114
□ 从政之道	116
淳厚质朴——“糊涂”宰相吕端	116
□ 为人之道	118
淡泊名利——不贪慕富贵的庄子	118
》 第二十一章 孔德之容	120
□ 从政之道	121
惟道是从——吴起向魏武侯论以德治国	121
□ 处世之道	122
得道至深——坚守信念的孔子	122
》 第二十二章 圣人抱一	124
□ 为人之道	126
不争为大——谦卑处下的大将曹彬	126
□ 处世之道	129
曲能求全——刘盈谦下而保全太子之位	129
》 第二十三章 希言自然	131
□ 为人之道	133
同于道者——华罗庚的成长经历	133
□ 处世之道	134
失道寡助——韩侂胄恋位而不得善终	134
》 第二十四章 物或恶之	136
□ 为人之道	138
自夸无功——祢衡炫耀自己终被杀	138
□ 处世之道	140
自矜不长——陈胜自傲而招致失败	140

» 第二十五章 道法自然	142
□ 从政之道	144
得道多助——“内圣外王”的周文王	144
□ 处世之道	146
顺道而行——刘备取徐州	146
» 第二十六章 宜戒轻躁	148
□ 从政之道	150
躁则失君——高洋因昏庸无道而暴卒	150
□ 经商之道	151
轻则失根——秦池酒厂的兴衰	151
» 第二十七章 常善救人	153
□ 从政之道	155
寡恩少义——众叛亲离的楚灵王	155
□ 处世之道	156
常善救人——“铁屋”中的呐喊	156
» 第二十八章 常德乃足	158
□ 从政之道	159
知荣守辱——勾践忍辱负重而灭吴国	159
□ 为人之道	163
知雄守雌——贾诩的明哲保身之道	163
» 第二十九章 去奢去泰	164
□ 从政之道	166
逆道者亡——不得善终的暴君侯景	166
□ 为人之道	168
戒奢守俭——廉洁奉公的吴隐之	168
» 第三十章 不以兵强	170
□ 从政之道	171
物壮则老——隋炀帝三征高句丽	171
□ 处世之道	173
无道必亡——唐朝平定安史之乱	173
» 第三十一章 恬淡为上	177
□ 从政之道	178
恬淡无为——祭公谏征犬戎	178
□ 处世之道	180
不逞兵强——墨子劝楚王停止伐宋	180
» 第三十二章 知止不殆	182
□ 从政之道	184
遵道处世——顺道无为的明孝宗	184

□ 为人之道	185
自胜乃强——张学良戒毒	185
》 第三十三章 自知者明	187
□ 为人之道	189
自胜者强——忍辱负重的苏秦	189
□ 处世之道	191
知己者难——毫无自知之明的马谡	191
》 第三十四章 不自为大	193
□ 从政之道	194
自恃者弱——居功自傲的高拱	194
□ 为人之道	196
谦卑者强——曾国藩不邀功	196
》 第三十五章 往而不害	197
□ 从政之道	198
顺道者昌——朱元璋治理灾祸	198
□ 为人之道	200
民为邦本——商汤宽以待民终灭夏	200
》 第三十六章 柔弱刚强	203
□ 为人之道	204
柔能胜刚——康熙收服王辅臣	204
□ 处世之道	206
韬光养晦——蔡锷的处世哲学	206
》 第三十七章 道常无为	208
□ 从政之道	209
以静守道——萧规曹随	209
□ 为人之道	211
万物自化——宋真宗与“咸平之治”	211

德 经

》 第三十八章 处实去华	214
□ 为人之道	215
上德无为——郈食其为争功名而被杀	215
□ 处世之道	217
虚静朴实——魏晋风流，上乘之德	217
》 第三十九章 贱为贵本	219
□ 从政之道	221
贱为贵本——方腊聚众反抗北宋统治	221

□ 为人之道	223
把握大道——不卑不亢地做人	223
» 第四十章 有生于无	225
□ 经商之道	226
因祸得福——塞翁失马的启示	226
□ 为人之道	227
祸福相依——郭德成保全性命	227
» 第四十一章 大器晚成	229
□ 为人之道	230
坚持自我——取得成功的必备品质	230
□ 处世之道	231
道隐无名——王翦装贪赢得秦王的信任	231
» 第四十二章 或损或益	233
□ 从政之道	234
负阴抱阳——汉朝平定七国之乱	234
□ 为人之道	236
无名不欲——商纣王纵欲而亡国	236
» 第四十三章 无为之益	238
□ 从政之道	239
不言无为——残暴冷酷的吴主孙皓	239
□ 为人之道	241
柔能骋坚——羊祜的怀柔之道	241
» 第四十四章 知足不辱	243
□ 为人之道	244
知足常乐——淡泊名利的爱因斯坦	244
□ 处世之道	245
吝惜名利——和珅贪财终被抄家	245
» 第四十五章 大成若缺	248
□ 从政之道	249
大直若屈——宋襄公死守仁义成笑柄	249
□ 处世之道	251
大辩若讷——鲁仲连巧谏辛垣衍	251
» 第四十六章 知足常足	253
□ 从政之道	254
罪咎无道——跋扈擅权的长孙无忌	254
□ 为人之道	257
祸起于贪——贪得无厌的吕不韦	257

》第四十七章 不为而成	259
□为人之道	260
自省得道——邹忌讽齐王纳谏	260
□处世之道	261
不见而明——富于先见之明的单襄公	261
》第四十八章 为学日益	263
□从政之道	264
为道日损——汉朝盛世“昭宣中兴”	264
□处世之道	265
以道育人——廉、杜“无为而治”	265
》第四十九章 圣无常心	267
□从政之道	268
浑厚虚静——隋文帝开创“开皇之治”	268
□经商之道	270
德善之境——世界第一慈善家	270
》第五十章 出生入死	271
□从政之道	272
善于养生——知足长寿的程昱	272
□为人之道	274
超脱生死——身正心正的石苞	274
》第五十一章 尊道贵德	276
□为人之道	277
物形势成——背信弃义的晋惠公	277
□处世之道	278
为而不恃——恣意妄为的年羹尧	278
》第五十二章 天下有始	281
□经商之道	282
天下有始——顶级推销员传授秘诀	282
□处世之道	283
虚境处下——顺乎自然的刘秉忠	283
》第五十三章 行于大道	285
□从政之道	286
背离大道——荒淫残暴的隋炀帝	286
□为人之道	288
唯施是畏——残酷不仁的暴君石虎	288
》第五十四章 善抱大道	290
□为人之道	291
不拔不脱——厚德载物的邓攸	291

□ 处世之道	292
修身正己——有关信念故事两则	292
》第五十五章 物壮则老	294
□ 为人之道	295
任性使气——屠岸贾骄纵而亡身	295
□ 处世之道	297
以和为贵——“将相和”的故事	297
》第五十六章 知者不言	299
□ 为人之道	300
柔弱处下——不自我标榜的卢梭	300
□ 处世之道	301
谨言慎行——杨修之死	301
》第五十七章 以正治国	303
□ 从政之道	304
偏离正道——重用酷吏的汉武帝	304
□ 处世之道	306
以奇用兵——李靖大败萧铣	306
》第五十八章 福祸相倚	308
□ 为人之道	309
看淡名利——与世无争方能避免灾祸	309
□ 处世之道	311
光而不耀——蓝玉骄纵而惹祸上身	311
》第五十九章 长生久视	313
□ 从政之道	314
节俭是宝——厉行节俭的朱元璋	314
□ 为人之道	316
戒奢以俭——李存勖因逸豫而亡身	316
》第六十章 治国烹鲜	318
□ 从政之道	319
服道积德——秦朝丢仁义而失民心	319
□ 处世之道	321
以道治国——子产振兴邦国	321
》第六十一章 各得其所	323
□ 从政之道	324
大国宜下——子产周旋于大国之间	324
□ 处世之道	327
各得其所——“尊王攘夷”的晋文公	327

》 第六十二章 万物之奥	329
□ 从政之道	330
有罪以免——伊尹放太甲	330
□ 为人之道	332
弃恶从善——周处留名青史	332
》 第六十三章 为大于细	334
□ 为人之道	335
图大于细——愚公移山	335
□ 处世之道	337
图难于易——司马错分析天下大势	337
》 第六十四章 慎终如始	339
□ 从政之道	340
慎终如始——张咏治理益州	340
□ 处世之道	342
未雨绸缪——诸葛亮与“隆中对”	342
》 第六十五章 善为道者	344
□ 从政之道	345
民风淳厚——苏轼整治密州	345
□ 处世之道	347
智多背道——武则天用酷吏治国	347
》 第六十六章 不争之争	350
□ 从政之道	351
圣人之治——爱民如子的唐太宗	351
□ 经商之道	353
不争而胜——商战的秘诀	353
》 第六十七章 持保三宝	355
□ 从政之道	357
谨防妄为——唐敬宗引火自焚	357
□ 为人之道	359
俭而能广——崇尚节俭的晏婴	359
》 第六十八章 不争之德	362
□ 经商之道	363
贵在不争——善于放权的领导们	363
□ 处世之道	364
不武不怒——田单大破燕军	364
》 第六十九章 哀者胜矣	368
□ 从政之道	369
哀者必胜——孙臆大破魏国	369

》第七十章 被褐怀玉	372
□为人之道	373
知我者希——世人皆醉我独醒	373
□处世之道	375
安贫乐道——颜回践行大道	375
》第七十一章 知不知矣	377
□从政之道	379
圣人不病——知错能改的唐太宗	379
□为人之道	381
盲目自信——纸上谈兵的赵括	381
》第七十二章 自知自爱	383
□从政之道	384
不以自贵——仁、宣二帝的太平治世	384
□为人之道	385
自贵之祸——李自成骄奢致败	385
》第七十三章 天网恢恢	387
□经商之道	388
水滴石穿——俞敏洪与“新东方”	388
□为人之道	390
妄为者死——大行无道的董卓	390
》第七十四章 民不畏死	393
□从政之道	394
杀一儆百——张敞治理盗患	394
□处世之道	397
以死慑民——红巾军推翻元朝	397
》第七十五章 民之轻死	399
□从政之道	401
民皆轻死——隋末农民起义	401
□处世之道	403
有为难治——李自成推翻明朝	403
》第七十六章 柔弱处上	405
□从政之道	406
兵强不胜——苏代劝秦王善待魏国	406
□处世之道	407
柔弱处上——佯狂避世的阮籍	407
》第七十七章 功成不处	409
□从政之道	410
圣人不恃——周公辅政不贪功	410