

读书人典藏书系

修天地万物之德
修身处世之道

道德经

全编

道纪居士 ◎ 主编

一部开创我国古代哲学思想先河的经典，鲁迅先生说：“不读《道德经》一书？就不知中国文化，不知人生真谛。”

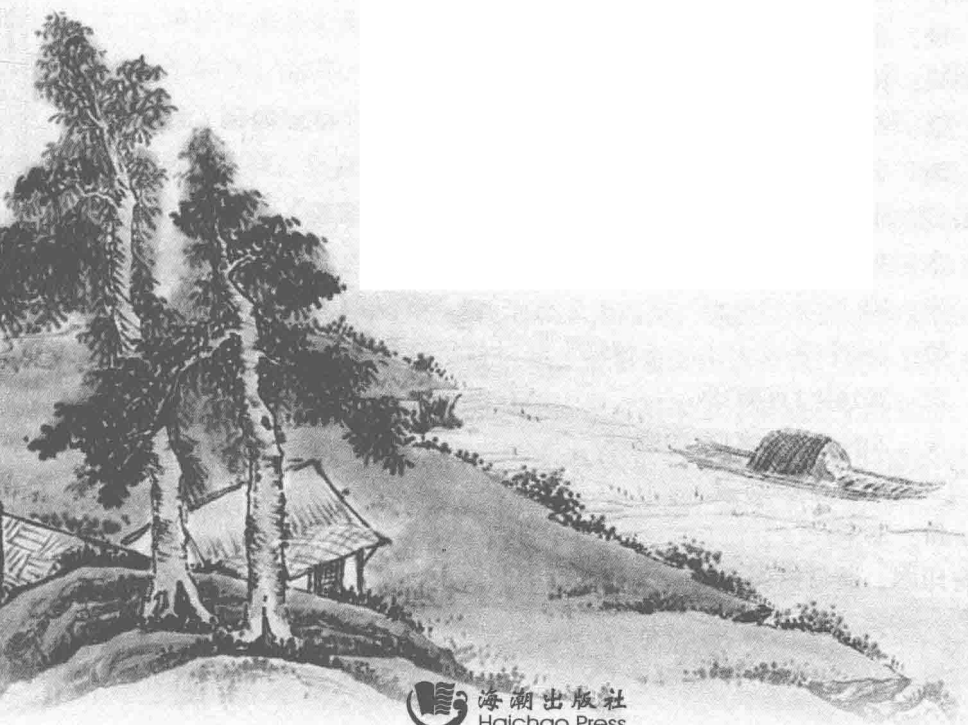


海潮出版社
Haichao Press

道德经

全编

道纪居士◎主编



海潮出版社
Haichao Press

图书在版编目 (CIP) 数据

道德经全编 / 道纪居士主编. -- 北京 : 海潮出版社, 2016. 2

ISBN 978-7-5157-0823-2

I . ①道… II . ①道… III . ①道家 ②《道德经》—通俗读物
IV. ①B223. 1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 166439 号

书 名 : 道德经全编

作 者 : 道纪居士

责任编辑 : 王惠平

封面设计 : 靳黎莹

出版发行 : 海潮出版社

社 址 : 北京市西三环中路19号

邮政编码 : 100841

电 话 : (010) 66969738 (发行) 66969736 (编辑) 66969746 (邮购)

经 销 : 全国新华书店

印刷装订 : 北京天宇万达印刷有限公司

开 本 : 710mm × 1000mm 1/16

印 张 : 20

字 数 : 210千字

版 次 : 2016年2月第1版

印 次 : 2016年2月第1次印刷

ISBN 978-7-5157-0823-2

定 价 : 39.80元

(如有印刷、装订错误, 请寄本社发行部调换)

《九思国学院》系列丛书

编委会

主 编：迟双明

副主编：蔡 践 党 博

编 委：孙红颖 杨 敬 庞莉莉

任娟霞 李向峰 朱雅婷

魏 冰 汪本帅 陈玉潇

段雪莲 任 哲

总策划：九思国学院



精要阅览

1. 《道德经》是一部什么样的作品？

《道德经》亦称《老子》，或称《五千言》，是道家学派最具权威性的经典著作，作者老子（姓李，名耳，又称老聃）。关于《道德经》这部书的成书时间，一般认为是在战国时期，其中虽有一些老聃本人的思想，但它更多地表现了战国时期的特征。此书分上下两篇，共五千多字。后人称上篇为《道经》，下篇为《德经》，合称《道德经》。

《道德经》作为一本道家的哲理书，具有一定的文学性，对后世文学的影响深远。在内容上它主要阐述自然无为的思想，其中包含了不少对立转化的朴素辩证观点，在思维辩证方法上蕴藏着无比精湛的智慧。在形式上，此书是语录体韵文，语言精练，音节铿锵，多排比对偶之句，多为后世文士所取法。《道德经》虽然只有短短的五千言，但它玄奥精深、义理博大，堪称哲理第一书。

2. 为什么说老子是道家的创始人？

老子姓李，名耳，字伯阳，春秋战国时期的思想家、哲学家，道家学派创始人，被道教奉为教祖，尊为“道德天尊”。据《史记》记载：老子曾担任周朝的史官，负责管理藏书，后见周朝衰落，社会风气颓败，于是弃官归隐，归隐后著《道德经》。其中“道”的观念，是其思想体系的核心。老子反对儒、墨两派的道德观，认为真正的道德是不追求道德，提倡柔弱虚静，减少私欲，知足不争；理想政治是无为而治，理想社会是小国寡民的社会。《道德经》包含丰富的辩证法思想，是道家的主要经典，对中国哲学有巨大影响，后来唯物、唯心两派都从不同角度吸取了《道德经》的思想。

《道德经》开创了我国古代哲学思想的先河。由老子创立的道家学派，不但对我国古代思想文化的发展作出了重要贡献，而且对我国两千多年来思想文化的发展，产生了深远的影响。所以，老子自然而然地是道家的创

始人。

3. 如何理解老子的辩证法思想？

老子把宇宙万物的本体看做“道”或“朴”，有时称“无”。“道”是创造一切的母力，超绝时空的绝对存在，永远不可感知的精神实体，而它所唯一取法的，正是纯抽象的“自然”。这个“玄之又玄”的“道”，永远依照“自然”的法则，在那里循环运转，“周行而不殆”。只有通过塞兑闭门，“静观玄觉”，即以玄观玄，才可能有所领会。因此，老子喜欢用辩证的眼光看待周围的一切。所谓“不出户、知天下”，“其出弥远，其知弥少”。由此出发，《老子》提出“反者道之动”的命题，意识到一切事物都寓于正反面的对立中，它们相互依存，又“自然”地相互转化。在事物不断的对立又统一的运动过程中，老子轻而易举地看清了人生规律，找到了所有问题的解决之道。

4. 上善若水——老子的人生智慧

老子在自然界万物中最推崇水，认为水德是接近道的。老子认为“水善利万物而不争”，水滋润万物而对万物无所求，且敢于居处在最卑湿的地方。以不争争，以无私私，是水最为明显的特性。一个有智慧的人，做人处世的方式必然与水的特性有着异曲同工之妙。最善的人就像水一样，永远顺应环境，永远又不失本性，谦逊包容，通变处下，不争而胜。在我们的为人处世中，如果能用这样的态度对待生活，我们的人生也一定是清静平缓，明净透澈，不会因为私欲而感到烦恼。

5. 老子“无为而治”思想的内涵和意义是什么？

“无为而治”是道家的基本思想，也是其修行的基本方法。老子在这里讲的“无为”并不是无所作为之意，更不是什么都不做。这里的“无为”是指不妄为、不随意而为、不违道而为，是让人在处世之时顺应大势、顺应自然。所以老子这种“无为”不仅不会破坏事物的自然进程和自然秩序，而且还有助于事物的发展。

处在春秋战国大动乱时期的老子反对统治者“有为”之政，主张“无为而治”，要求统治者清心寡欲，绝巧弃智，以民为本，这一伦理思想在当时客观条件下有其存在的合理性，对于今天仍然有一定的启迪和借鉴意义。



世人言：“不学道，不足以处世！不学道，不足以经商！不学道，不足以为官！”孔子也曾说：“朝闻道，夕死可矣！”中国五千年，老子五千言，一部《道德经》以其光辉熠熠的朴素辩证法，饱含智慧的妙语箴言，道出天地万物变化之玄机，讲述处世变幻的微妙之道。在漫长的历史岁月中，它作为中国人的处世修身之学，与儒家思想共同构成了中华民族文化精神的基本内核，被认为是对中国人影响最为深远的经典思想巨著之一。

《道德经》又名《老子》，由我国古代伟大的哲学家、思想家、道家学派创始人老子所著，是我国古代哲学思想的代表作。《道德经》共八十一章，分为上下两篇，上篇《道经》三十七章，下篇《德经》四十四章。《道德经》的魅力首先源于它的博大，短短的五千来字，内容涵盖了哲学、政治学、伦理学、军事学等诸多学科。《道德经》又极具实用价值和包容性。无论是治国、治家、治学还是修身、处世、待人，无论是王公贵族还是平民百姓，总能在《道德经》中找到自己所需要的智慧。

一个“道”字贯穿了《道德经》的始终。因此，我们要想从《道德经》中感悟并应用其中的思想智慧，必须弄清楚究竟何为“道”。老子说：“道生一，一生二，二生三，三生万物。”意思是说，“道”是宇宙的根本，是天地万物变化的玄机所在。老子认为，人类

的一切活动都必须遵循“道”的规律，要与宇宙、天地、自然融为一体，共生共存。无论你做什么事，一旦违背了“道”，那就一定会遭到报应和惩罚。

老子在提出“道”的同时，又提出了“无”，二者“同出而异名”。老子认为“道”是无为的，这是道家对自然界的运行和人类社会发展的基本认识，也是人安身立命应有的基本态度。无为不是什么都不做，而是要我们遵循客观规律，如自然变化一样自然，不用思考，不用谋虑，自然而然地达到某种效果、某种目的。

《道德经》的魅力还在于它朴素的辩证哲学思想。老子的辩证法综合了对立统一的概念，并加以发展和创造，形成了独具特色的世界观、人生观。

《道德经》的智慧源于老子对世态炎凉、人情世故深邃、透彻的观察和思考。社会动荡，人事纷争，生命无常，从当时残酷的现实中，老子经过高度的提炼和总结，逐渐形成了有关于个人修养、处世哲学、做事谋略、治国之道、治人之方的智慧之学，对古今人们的思想和行为一直都发挥着积极的指导作用。

为了更好地学习和参悟《道德经》的真义，让《道德经》更通俗易懂、更贴近我们的生活、更积极地影响我们的人生，便有了这本《道德经全编》的问世。本书将老子处世哲学中的精华部分选取出来，对原文进行了经典解读，并配以恰当的典故例证进行解说，采用浅显易懂的文字进行阐述，对《道德经》的思想内涵进行了深刻的剖析，让人们从中领悟到老子的处世智慧，以达到借古鉴今，古为今用的目的。本书还配以相关的插图和知识性版块，将实用性和趣味性完美结合，具有很高的阅读价值。阅读此书，相信你会对老子的思想有一个全新的认识。

编者

2015年2月

目录 contents

第一章 无形之道：认识人生规律的智慧之光

1. 无生于有，有生于无 / 002
2. 祸兮福倚，福兮祸伏 / 005
3. 弱能胜强，柔能克刚 / 008
4. 曲则全，枉则直 / 012
5. 化繁为简，事半功倍 / 015
6. 为无为，则无不治 / 018
7. 心境空明，以静制动 / 023
8. 有虚有实，虚实并进 / 027
9. 大巧若拙，大辩若讷 / 030

第二章 修身之道：涵养德行，谦虚内敛方君子

1. 圣人都知道自己的无知 / 036
2. 戒傲气，助成功 / 040
3. 妄言自损，守中多做 / 044
4. 善于处下才能丰盈 / 047
5. 不武不怒，不与人争 / 051
6. 内敛方能成名士 / 054
7. 取长补短才能完善自我 / 057
8. 不视，不听，不搏 / 059
9. 时刻警醒自己做个正直的人 / 064
10. 善恶相距只在一念之间 / 068
11. “德”是修身养性的甘霖 / 070

第三章 养心之道：使心性返到淳朴纯真的状态

1. 超然旷达，宠辱不惊 / 076



2. 道是简单的，快乐也是很简单的 / 080
3. 心灵虚空，静观万物 / 082
4. 一切都会好起来的 / 086
5. 上善若水，水德近道 / 089
6. 静止的水才清 / 093
7. 无欲则静，天下自定 / 096
8. 适可而止，知足常乐 / 099
9. 不要想得太多，太远 / 101
10. 无“患”即无忧 / 104
11. 给心灵一片广阔的天地 / 108
12. 道法自然，心境自可平和 / 111

第四章 处世之道：涉世为人的生存法则

1. 诚信是获得他人信任的前提 / 116
2. 不要轻易许诺 / 119
3. 忠言多逆耳，美言常害人 / 124
4. 不要固执己见 / 127
5. 示人以弱，将锋芒隐藏起来 / 130
6. “道”无需言说 / 132
7. 刚柔并济，进退有道 / 136
8. 给他人留点空间 / 139
9. 神龙在天，不见首尾 / 142
10. 让胸怀像天地一样广阔 / 145

第五章 待人之道：与人为善，人生和谐

1. 善待每一个人 / 150
2. 成人者必能达己 / 154



- 
3. 以平等之心看天下 / 158
 4. 学会包容，终身不殆 / 160
 5. 真正的善行不图回报 / 163
 6. 以仁爱换人爱 / 166
 7. 人生得一知己足矣 / 169
 8. 天道公平，作恶必受惩 / 174
 9. 受到伤害不要急于报复 / 176
 10. 待人接物要以“和”为本 / 178
 11. 美好的言语可以赢得尊重 / 181
 12. 施予者得到的最多 / 183

第六章 谋事之道：稳健踏实，大事必成

1. 千里之行，始于足下 / 188
2. 万丈高楼平地起 / 191
3. 智慧之人善做正确之事 / 194
4. 天下难事必作于易，天下大事必作于细 / 197
5. 踮着脚尖是站不稳的 / 202
6. 不要被主观的感觉所束缚 / 205
7. 把好的开始坚持到结束 / 207
8. 为自己的内心留出足够的空间 / 211
9. 处乱不惊，变弱为强 / 213
10. 有志气的人不畏艰险 / 216
11. 勤而行之，可为“上士” / 220
12. 稳妥慎思，小心谋划 / 223
13. 做事的“大道”取法于自然 / 226

第七章 为上之道：最高级的管理哲学

1. 领导者要有不争无为之德 / 230
2. 善用人者，为之下 / 233
3. 要听得进别人的忠告 / 237
4. 将合适的人安排到最合适的岗位上 / 240
5. 做领导的必须以身作则 / 242
6. 上有“为”，则民难治 / 245
7. 有权不可无威 / 248
8. 治大国若烹小鲜 / 250
9. 不要制定太多烦琐的法令 / 253
10. 施政不可过于苛刻 / 255
11. 成功领导与失败领导的区别 / 258

第八章 避祸之道：趋利避害是保全自身的大学问

1. 生于忧患，死于安乐 / 264
2. 不居功，功自言 / 267
3. 功成身退天之道 / 270
4. 不要被表面的利益所迷惑 / 274
5. 得意不可忘形 / 278
6. 当糊涂时则糊涂 / 281
7. 富贵而骄，骄至便衰 / 284
8. 不争则无祸害之忧 / 287
9. 世界也有险恶的一面 / 290
10. 事盛则衰，物极必反 / 292

附录：《道德经》全文 / 295

参考文献 / 307

第一章 无形之道： 认识人生规律的智慧之光



『道』是《道德经》一书的核心概念。『道』是万事万物由生及灭循环往复的各类规律和方法。『道』无处不在而又无影无踪，不可用言辞描述。因为天地万物无时无刻不在有形与无形中相互转化，所以『道』看起来才如此琢磨不定。也因此，老子才喜欢用辩证的眼光看待周围的一切。在事物不断的对立又统一的运动过程中，老子轻而易举地看清了人生规律，找到了所有问题的解决之道。



1. 无生于有，有生于无

【原典欣赏】

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。

——《道德经·第一章》

【白话翻译】

“无”可以用来表述天地万物未成形的样子，是天地万物的原始；而“有”则是宇宙万物本源的命名，是孕育万物之源。所以，事物总是处于无形的状态，以保持绵绵不断的变化；同时又处于有形状态，来考察造化的结果。有形和无形是同一事物的两个方面，本源相同而名称不同。两者的关系非常玄妙。它们相互转化，是一切事物变化和发展的规律所在。

【义理评析】

在这里，老子重点介绍了他的一个重要的哲学问题——“有无相生”。所谓“有无相生”，是说有生于无，无生于有，有和无是相互转化的，并且这种转化的过程是“周行而不殆”的，而每一次“周行”都是事物的推进与上升。这显然是一个合理的辩证法命题。

“有无相生”是一种“革故鼎新”的辩证思维。如果从一般人的肯定思维模式出发，肯定“有”的作用的话，那么道家则从否定思维模式出发，更为肯定“无”的作用。从肯定“有”的正面价值出发，往往表现为循规蹈矩，不标新立异的旧的思维定势；从肯定“无”的负面价值出发，往往表现为否定现状，具有反传统、反权威、反世俗的意义，善于开拓创新，





具有标新立异的创新精神。

【跟进解读】

辽东商黑白易地，贩猪发财

历史上有不少人能够如老子所说：“故常无，欲以观其妙；常有，欲以观其微。”善于从无形之处入手，在无中看到有，发现事物潜伏的解决之道，从而达到成功的目的。辽东商黑白易地，贩猪发财的故事，就是其中的一例。

东汉的时候，辽东有一位商人，家里养的一头老母猪生了一窝纯白毛的小猪。当地人只养过黑毛猪，从没见过白毛猪，大家都认为商人家里的这几只白毛小猪是一种珍贵的品种。在他人的建议下，他决定把白毛小猪贩到燕京，去赚一笔大钱。经过三个多月的长途跋涉，总算到了燕京。然而他到猪市一看，才发现这一带没有黑毛猪，全是白毛的猪。他带过来的白毛猪在这里再普通不过了。难道要白跑一趟吗？懊悔之际，商人灵机一动，既然辽东没有白毛猪，何不把燕京的白猪运到辽东，开辟白猪市场，赚一笔大钱呢？既然燕京没有黑毛猪，又何不把辽东的黑猪贩运到燕京，填补黑猪市场空白呢？这样“黑白易





地”后，这个商人既在辽东填补了白猪市场，又在燕京填补了黑猪市场，不到一年，他便成了一位富翁。

在无形处细心分析与把握，将联系事情的各个方面，甚至一些被人们遗忘的方面也要想到，这样就能挖掘出处理事情的“办法”，即使是面对毫无头绪、错综复杂的事情，也能理出头绪来。看似无望的境地中，商人却看到了更大的商机，填补市场空白，使自己发了大财，这是一种本领，更是一种从无中看到有的智慧。

张巡借箭智退敌兵

老子云：“天下万物生于有，有生于无。”“有”与“无”作为道家最基本的辩证范畴，在中国军事历史上也得到了充分的运用。张巡借箭智退敌兵的故事和孔明草船借箭一样，就是历史上有名的“无中生有”的经典案例。

安史之乱中期，安禄山的叛军派唐朝的降将令狐潮领兵四万进攻雍丘（今河南杞县）。雍丘附近有个真源县，县令张巡招募了一千来人，先行占领雍丘。叛军到后，张巡身先士卒，率兵直冲敌营，打退叛军。但叛军不断攻城，日子一久，城里的箭用尽。眼看绝境将至，张巡想出了一个“无中生有”的妙计。这天深夜，张巡命令士兵扎了上千草人，裹以黑衣，用绳子从城头吊下。叛军发现后，马上不断向草人射箭，直到天亮，才发现是些草人。待守军拉回草人，净得几十万支箭。第二天晚上，张巡选了五百勇士，仍用绳子吊下城。叛军以为又是草人骗箭，笑而不理。这五百勇士乘机袭击令狐潮军营，叛军大乱，焚垒而逃。张巡取得了战斗的胜利。

张巡此计，不仅妙在“无”中生出了箭，更重要的是“无”中还生出了战机。万事万物都是由“无”到“有”变化发展而来的，正确把握它们之间的微妙关系，就能化无为有，变不利为有利，巧妙地化解危机。

所以说，在无形处细心分析与把握，挖掘出处理事情的办法，才是真正决定成败的关键因素。生活中，只要静下心来，便能发现许多原本觉察



不到的机会，做事只要能够善于观察，也能够毫无头绪的情况下，找出头绪并顺利完成。开动我们的大脑，有时候解决问题的办法就藏匿于有形与无形之间。

安史之乱，爆发于唐玄宗天宝十四年（755年）冬，由于发起叛乱者以安禄山与史思明为主，故称安史之乱，战事历时七年零两个月得以平定，此后唐朝进入藩镇割据的局面，成为唐王朝由盛而衰的转折点。

指点迷津

2. 祸兮福倚，福兮祸伏

【原典欣赏】

祸兮，福之所倚；福兮，祸之所伏。孰知其极？其无正也。

——《道德经·第五十八章》

【白话翻译】

灾祸，幸福就依傍在它旁边；幸福，灾祸就躲藏在它身边。谁能知道祸与福之间相互转换、彼此循环的根本原因呢？福祸没有确定的标准。

【义理评析】

常言道：“天有不测风云，人有旦夕祸福。”自古以来，祸福之道始终都是一门大学问，作为现代人，生活在处处都是竞争与陷阱的社会中，如何保身立命、趋利避害，是不得不研究的。

而老子可谓是这方面的专家，在他看来，福与祸不仅是相互依存的，