

最爱读国学书系

· 精选 · 注音 · 畅读 ·

老子·庄子

【春秋】老聃 【战国】庄周·著
刘洪仁 刘细涓·编注

大器晚成。大音希声。大象希形。

人法地。地法天。天法道。道法自然。

吾生也有涯。而知也无涯。

中华书局



电纸两用版

支持多种平台、终端
免费提供本书电子版在线阅读、下载服务

不同装备 阅读随心

最爱读国学书系

· 精选 · 注音 · 畅读 ·

电纸两用版

老子·庄子

【春秋】老聃 【战国】庄周·著
刘洪仁 刘细涓·编注

大器晚成，大音希声，大象希形。

人法地，地法天，天法道，道法自然。

吾生也有涯，而知也无涯。



四川出版集团
四川文艺出版社



图书在版编目 (CIP) 数据
老子, 庄子. (春秋) 老聃, (战国) 庄周著. 刘洪仁, 刘细涓编注.
—成都: 四川文艺出版社, 2012.12
(最爱读国学书系·电纸两用版)
ISBN 978-7-5411-3608-5

I. ①老… ②庄… II. ①老… ②庄… ③刘… ④刘…
III. ①道家 ②《道德经》—通俗读物 ③《庄子》—通俗读物
IV. ①B223-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 266616 号

LAOZI · ZHUANGZI
老子·庄子
(春秋) 老聃 (战国) 庄周 著
刘洪仁 刘细涓 编注

责任编辑 向 华
责任校对 向 华
责任印制 唐茵等
封面设计 时光工坊
版式设计 张 妮

出版发行 四川出版集团  四川文艺出版社
社 址 成都市槐树街 2 号
网 址 www.scwys.com
电 话 028-86259285 (发行部) 028-86259303 (编辑部)
传 真 028-86259306

读者服务 028-86259293
邮购地址 成都市槐树街 2 号四川文艺出版社邮购部 610031

排 版 四川胜翔数码印务设计有限公司
印 刷 四川省印刷制版中心有限公司
开 本 700mm×1000mm 1/16
印 张 20.5
字 数 410 千
版 次 2012 年 12 月第一版
印 次 2012 年 12 月第一次印刷
书 号 ISBN 978-7-5411-3608-5
定 价 19.80 元

版权所有, 侵权必究。如有质量问题, 请与出版社联系更换。

目 录

老 子

- | | |
|---------|----------|
| 一 章/〇〇三 | 十八章/〇一四 |
| 二 章/〇〇三 | 十九章/〇一四 |
| 三 章/〇〇四 | 二十章/〇一五 |
| 四 章/〇〇五 | 二十一章/〇一六 |
| 五 章/〇〇五 | 二十二章/〇一七 |
| 六 章/〇〇六 | 二十三章/〇一七 |
| 七 章/〇〇六 | 二十四章/〇一八 |
| 八 章/〇〇七 | 二十五章/〇一九 |
| 九 章/〇〇七 | 二十六章/〇一九 |
| 十 章/〇〇八 | 二十七章/〇二〇 |
| 十一章/〇〇九 | 二十八章/〇二一 |
| 十二章/〇〇九 | 二十九章/〇二二 |
| 十三章/〇一〇 | 三十章/〇二二 |
| 十四章/〇一一 | 三十一章/〇二三 |
| 十五章/〇一二 | 三十二章/〇二四 |
| 十六章/〇一二 | 三十三章/〇二五 |
| 十七章/〇一三 | 三十四章/〇二六 |



三十五章/〇二六
三十六章/〇二七
三十七章/〇二七
三十八章/〇二八
三十九章/〇二九
四十章/〇三〇
四十一章/〇三〇
四十二章/〇三一
四十三章/〇三二
四十四章/〇三二
四十五章/〇三三
四十六章/〇三三
四十七章/〇三四
四十八章/〇三五
四十九章/〇三五
五十章/〇三六
五十一章/〇三七
五十二章/〇三七
五十三章/〇三八
五十四章/〇三九
五十五章/〇四〇
五十六章/〇四一
五十七章/〇四一
五十八章/〇四二

五十九章/〇四三
六十章/〇四三
六十一章/〇四四
六十二章/〇四五
六十三章/〇四六
六十四章/〇四六
六十五章/〇四七
六十六章/〇四八
六十七章/〇四九
六十八章/〇四九
六十九章/〇五〇
七十章/〇五一
七十一章/〇五一
七十二章/〇五二
七十三章/〇五二
七十四章/〇五三
七十五章/〇五三
七十六章/〇五四
七十七章/〇五五
七十八章/〇五五
七十九章/〇五六
八十章/〇五七
八十一章/〇五八

庄 子

内 篇

- 逍遥游/ 〇六一
- 齐物论/ 〇七二
- 养生主/ 〇九四
- 人间世/ 〇九九
- 德充符/ 一一七
- 大宗师/ 一三〇
- 应帝王/ 一四九

外 篇

- 骈 拇/ 一五八
- 马 蹄/ 一六五
- 胠 篋/ 一六九
- 在 宥/ 一七八
- 天 地/ 一八四
- 天 道/ 一九五
- 天 运/ 二〇二

- 秋 水/ 二一三
- 至 乐/ 二三五
- 达 生/ 二四〇
- 山 木/ 二四五
- 田子方/ 二五三
- 知北游/ 二五八

杂 篇

- 庚桑楚/ 二六八
- 徐无鬼/ 二七二
- 则 阳/ 二八一
- 外 物/ 二八六
- 寓 言/ 二九一
- 盗 跖/ 二九四
- 列御寇/ 三〇二
- 天 下/ 三〇六





老子

老子
庄子



【一章】



原文 道可道，非常道^①。名可名，非常名^②。

无^③，名天地之始。有，名万物之母^④。

故常无，欲以观其妙；常有，欲以观其徼（jiào）^⑤。

此两者同出而异名，同谓之玄^⑥。玄之又玄，众妙之门。

▶ 注释

①道可道，非常道：第一个“道”，泛指一般的道，先秦诸子都称自己的学说或思想为“道”。第二个“道”，动词，讲说、言说之意。第三个“道”，老子哲学的专用名词，指先于宇宙的永恒存在，即宇宙万物的本原。常，长沙马王堆汉墓帛书本《老子》甲、乙本均作“恒”，“常”字为汉代人为避文帝刘恒名讳而改用的字。常道，即永恒的道。②名可名，非常名：第一个“名”，指具体事物的名称。第二个“名”，动词，指称。第三个“名”，也是老子哲学的专用术语，是称“道”之名。③无：与下句“有”，为老子哲学的一对范畴。无，指实指“道”，“道”不可言说，无以名之，老子称之为“无”。由“无”衍化产生有形的实体，老子称之为“有”。④母：根源，根本。⑤徼：边界。引申有终极之意。⑥玄：深奥，深微。

▶ 译文

道，可以说得出的，就不是永恒存在的道；名，可以具体指称的，就不是永恒存在的名。

无，是形成天地的本始；有，是衍生万物的根源。

所以经常从无中去观照道的奥妙，经常从有中去观照道的终极。

无和有这两者同出于道而名称不同，同叫作玄妙。玄妙而又玄妙，就是一切玄妙之理的门径。

诵读星级 ★★★（注：★表示一般诵读，★★表示要熟读，★★★表示要熟读成诵）

【二章】



原文 天下皆知美之为美，斯恶已^①；皆知善之为善，斯不善矣。



故有无相生，难易相成，长短相形，高下相盈^②，音声相和^③，前后相随。

是以圣人处无为之事^④，行不言之教；万物作焉而不为始^⑤，生而不有，为而不恃，功成而弗居。夫唯弗居，是以不去。

▶ 注释 ①斯：即。恶：丑。已：通“矣”。②盈：通行本皆作“倾”，此据帛书本改正。盈，通“呈”，呈现，显现。③音声：一般的声音与有节奏的音乐。《乐记》：“声成文谓之音。”成文，指有节奏。④圣人：这是代表道家最高境界的理想人物，其人格形态与儒家的“圣人”大不相同。无为：任其自然，不强施外力。⑤万物作焉而不为始：王弼本作“万物作焉而不辞”，此据傅奕本、敦煌本。

▶ 译文 天下人都认识到美之所以为美，那一定是有了丑；都认识到善之所以为善，那一定是有了恶。

因此有和无由相对立而产生，难和易由相对立而形成，长和短由相对立而显现，高和下由相对立而存在，声与音由相对立而谐和，前和后由相对立而出现。

因此圣人以无为的态度来处理世事，用不言的方式进行教导；万物兴起而不加干涉，生养万物而不据为己有，推动万物而不以为自己尽了力，功成而不自居。正因为他不居功，所以他的功绩不会失去。

诵读星级 ★★★

【三章】

 原文 不尚贤^①，使民不争；不贵^②难得之货，使民不为盗；不见可欲^③，使民心不乱。

是以圣人之治，虚其心，实其腹，弱其志，强其骨。常使民无知无欲，使夫智者不敢为也。为无为，则无不治。

▶ 注释 ①尚贤：崇尚贤能的人。②贵：以为贵，重视。③见：表现，宣扬。可欲：指美色、美声、美味、美室等引起人们欲望的东西。

▶ 译文 不推崇有才干的人，使人民不争名位；不重视稀有之物，使人民不为盗贼；不宣扬引起人们欲望的事物，使人民的思想不致迷乱。

因此圣人治理天下，要使人民头脑空虚，肚子填饱，削弱他们的意志，强健他们的筋骨。永远使他们无知无欲，这会使那些有才智的人也不敢有所作为。依照无为的原则去办事，就没有不成功的。

诵读星级 ★★★

【四章】

 原文 道冲而用之或不盈^①。渊兮似万物之宗；〔挫其锐，解其纷，和其光，同其尘。^②〕湛^③兮似或存。吾不知谁之子，象^④帝之先。

▶ 注释 ①冲：通“虚”，虚。盈：满。②“挫其锐”四句：又见于五十六章。谭献、马叙伦均认为此处是衍文，当删去。细按文意，此四句在此处与上下文意义不连贯，故下译文不译出。③湛：深微不可见的样子。④象：显现。

▶ 译文 道是虚空的，然而其作用却永远没有穷尽。它是那样渊深啊，好像是万物的始祖；它是那样幽隐啊，似亡而实存。我不知道它是从哪里产生的，只知道它出现在天帝之先。

诵读星级 ★★

【五章】

 原文 天地不仁，以万物为刍（chú）狗^①；圣人不仁，以百姓为刍狗。

天地之间，其犹橐籥（tuóyuè）乎^②！虚而不屈^③，动而愈出。多言数穷^④，不如守中^⑤。

▶ 注释 ①刍狗：用草扎成的狗，古人用来祭祀，扎成后用匣子装



着，用花布盖上。祭祀时，由祭者恭敬地把它摆在神前。祭祀完后就扔掉或烧掉。老子用这个比喻，意思是说人们对刍狗没有爱憎，刍狗受到人们的尊重或抛弃也是由于客观条件的变化。②橐籥：风箱。③屈：穷尽。④数：屡次。穷：困窘，行不通。⑤中：通“冲”，虚静。

▶ 译文 天地无所谓仁慈，任凭万物自然生长；圣人无所谓仁慈，任凭百姓自己发展。

天地之间，大概就像风箱吧！空虚但不会穷竭，鼓动起来就生生不息。

人多说话，就多碰壁，不如保持内心虚静。

诵读星级 ★★

【 六 章 】

 原文 谷神不死^①，是谓玄牝（pìn）^②。玄牝之门，是谓天地根。绵绵^③若存，用之不动^④。

▶ 注释 ①谷神：道的别名。高亨说：“道能生养天地万物，而没有形体，神妙难识，所以老子称为谷神。这个神字不是有人格的天神。”（《老子注译》）②玄牝：幽深莫测之母。牝，母体。③绵绵：犹冥冥，不可见的样子。④勤：尽。道能生养万物，其用永无穷尽。

▶ 译文 道是永恒存在的，这叫作“玄牝”。玄牝的门户，这叫作天地万物的根源。它无形地存在着，用之不尽。

诵读星级 ★★

【 七 章 】

 原文 天长地久。天地所以能长且久者，以其不自生，故能长生。

是以圣人后其身而身先，外其身而身存。以其无私^①，故能成其私。

▶ 注释 ①以其无私：王弼本作“非以其无私邪”，此从河上公《老子道德经》。

▶ 译文 天长地久。天地之所以能长而且久，是因为它的运行不为自己，所以能长久不灭。

因此圣人总是把自己置于别人之后，自己反而能占据先机；把自己置身度外，反而能保全生命。因为他无私，所以能成就自己。

诵读星级 ★★★

【八章】

 原文 上善若水。水善利万物而不争，处众人之所恶^①，故几^②于道。

居善地，心善渊，与善仁^③，言善信，正^④善治，事善能，动善时。

夫唯不争，故无尤。

▶ 注释 ①众人之所恶：指低洼之地。②几：接近。③与：相交。一本“仁”作“人”。高亨谓与作施予解。也通。④正：他本多作“政”。正，通“政”。

▶ 译文 最高的善就像水一样。水善于滋润万物而不与万物相争，它处在众人所厌恶的低洼之地，所以最接近于道。

（上善的人）处身要像水那样安于卑下，存心要像水那样深沉，与人相处要像水那样亲切，言语要像水那样诚信，为政要像水那样有条理，处事要像水那样有力量，行动要像水那样及时。

正因为水与物无争，所以才不犯过失，也没有怨咎。

诵读星级 ★★★

【九章】

 原文 持^①而盈之，不如其已^②；揣而锐之^③，不可长保。



金玉满堂，莫之能守；富贵而骄，自遗其咎。

功遂^④身退，天之道也^⑤。

▶ 注释 ①持：通“痔”，储蓄积累。②已：止。③揣：清孙诒让说：揣当读为捶。《说文》：“揣，捶之也。”揣与捶声转字通也。锐：王弼本原作“税”（rui），此据河上公本《老子道德经》。④遂：成功。⑤也：“也”字今本缺，据帛书本补。

▶ 译文 积蓄财物至于盈满，不如趁早停止；锤炼刀剑至于锋利，不可长保锋芒。

金玉满堂，没有谁能守住；富贵而又骄横，是自取祸患。

功业已成就全身而退，是合于天道的。

诵读星级 ★★★

【 十 章 】

 原文 载营魄抱一^①，能无离乎？

专气^②致柔，能婴儿乎？

涤除玄览^③，能无疵乎？

爱民治国，能无为乎？

天门^④开阖，能为雌乎？

明白四达，能无知乎？

〔生之畜之。生而不有，为而不恃，长而不宰，是谓玄德^⑤。〕

▶ 注释 ①载：句首助词。或说此“载”字当属上章末句“天之道”。营魄：即魂魄。抱一：守道。一，指道。②专气：聚集元气。③玄览：帛书乙本作“玄监”，监即古“鉴”字，鉴即镜子。玄监，指人的内心。④天门：指耳目口鼻等感觉器官。⑤“生之畜之”五句：又见五十一章，细详文意，这五句当是后人摘录五十一章经文作为注语而植于此处的，当删去。

▶ 译文 坚守灵魂和大道，能不离失吗？

集聚元气，至于柔顺，能做到像婴儿一样吗？

洗涤内心玄妙的心镜，能够使它没有一点污垢吗？

关爱人民，治理国家，能做到自然无为吗？

耳目口鼻一开一阖，接触外界，能退守雌柔吗？

明白事理通晓四方，能做到虚心守静以为无知吗？

诵读星级 ★★

【 十一章 】



原文 三十辐共一毂(gǔ)^①，当其无，有车之用。

埴埴(shān zhí)^②以为器，当其无，有器之用。

凿户牖(yǒu)以为室^③，当其无，有室之用。

故有之以为利，无之以为用。

▶ 注释 ①辐：支撑车轮的辐条。共：通“拱”，拱卫。毂：车轮中心的圆木，周围与辐条相连，中空承受车轴。②埴埴：以水和土。此实指和土制陶。③户：门。牖：窗子。

▶ 译文 三十根辐条凑集在一起拱卫车毂构成车轮，有了车毂中空的地方，才有车的作用。

用水和着泥土制作成陶器，有了陶器中空的地方，才有器皿的作用。

开凿门窗建造房子，有了门窗四壁中空的地方，才有房屋的作用。

所以“有”给人便利，“无”也发挥了它的作用。

诵读星级 ★

【 十二章 】



原文 五色令人目盲；五音令人耳聋；五味令人口爽^①；驰骋畋猎，令人心发狂；难得之货，令人行妨^②。

是以圣人为腹不为目^③，故去彼取此。



▶ 注释 ①爽：损伤，败坏。《淮南子·精神训》：“五味乱口，使口爽伤。”②行妨：为害，指偷盗。三章“不贵难得之货，使民不为盗。不见可欲，使民心不乱”，与此意同。③为腹：只求安饱。不为目：不图别的享受。蒋锡昌《老子校诂》：“老子以腹代表一种简单清静的生活，以目代表一种巧伪多欲其结果竟至‘目盲’、‘耳聋’、‘口爽’、‘发狂’、‘行妨’之生活。明乎此，则‘为腹’即为无欲之生活，‘不为目’即不为多欲之生活。”

▶ 译文 缤纷的色彩使人眼花缭乱；高低疾徐的音调使人耳朵失灵；丰美的肴饌使人味觉败坏；驰骋围猎，使人精神放荡；稀有的珍宝，使人行为不轨。

所以圣人但求安饱而不追逐声色之娱，摒弃物欲的诱惑而保持清静的生活。

诵读星级 ★★★

【十三章】

 原文 宠辱若惊^①，贵大患^②若身。

何谓宠辱若惊？宠为下^③，得之若惊，失之若惊，是谓宠辱若惊。

何谓贵大患若身？吾所以有大患者，为吾有身；及吾无身，吾有何患？

故贵以身为天下，若可寄天下；爱以身为天下，若可托天下。

▶ 注释 ①若：义同乃，是。此章“若”字均用此义。②大患：指得宠与受辱。③宠为下：唐景福碑作“宠为上，辱为下”。

▶ 译文 得宠和受辱都是令人惊恐的，人们之所以看重宠辱，是由于有自身。

什么叫作得宠和受辱都令人惊恐？得宠是卑下的，得到它为之惊喜，失去它为之惊惧，这就叫作得宠和受辱都令人惊恐。

什么叫作看重宠辱是由于有自身？我之所以重视宠辱，是由于我有此生命；如果我无此生命，我还有什么祸患呢？

所以只有把天下看轻、把自身看重的人，才可以把天下托付给他；把天下看轻、爱自己胜过爱天下的人，才可以把天下托付给他。

诵读星级 ★★

【十四章】



原文 视之不见，名曰夷；听之不闻，名曰希；搏之不得，名曰微^①。此三者不可致诘^②，故混而为一。

其上不皦（jiǎo）^③，其下不昧，绳绳（mǐn）^④不可名，复归于无物。是谓无状之状，无物之象，是谓惚恍。迎之不见其首，随之不见其后。

执古之道，以御今之有^⑤。能知古始，是谓道纪^⑥。

▶ **注释** ①“视之不见”三句：夷、希、微，这三个形容词都是形容感官所不能把握的“道”。河上公注：“无色曰夷，无声曰希，无形曰微。”②致诘：推问，探究。③皦：明亮。④绳绳：犹漠漠，恍惚。《经典释文》引梁简文帝注：“绳绳，无涯际之貌。”⑤御：使用，利用。有：万有，指一切具体事物。⑥道纪：道的纲纪，道的规律。

▶ **译文** 看它看不见，名叫“夷”；听它听不到，名叫“希”；摸它摸不着，名叫“微”。这三者的形象无法推问追究，本来是混而为一的。

它上面不显得光亮，它下面也不显得阴暗，它渺茫恍惚难以形容，仍然归结到无形无象的状态。这叫作没有形状的形状，没有物体的形象，这叫作“惚恍”。迎着它，看不见它的前头；跟着它，看不见它的后背。

掌握早已存在的“道”，来支配当前的具体事物。能认识宇宙的原始，这就是道的纲纪。

诵读星级 ★

