

国学经典




吉林省全民阅读活动民生读本



《老子》中的 人生智慧

王 潇 ■ 编著

 中华工商联合出版社



《老子》中的 人生智慧

王 潇 ■ 编著

图书在版编目(CIP)数据

《老子》中的人生智慧 / 王潇编著. —北京: 中华工商联合出版社, 2014.10

ISBN 978-7-5158-1101-7

I. ①老… II. ①王… III. ①《老子》—人生哲学—通俗读物 IV. ①B223.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第225595号

《老子》中的人生智慧

编 著: 王 潇

出 品 人: 徐 潜

责任编辑: 袁一鸣 李 瑛

封面设计: 周 源

版式设计: 张 朋

责任审读: 郭敬梅

责任印制: 迈致红

出版发行: 中华工商联合出版社有限责任公司

印 刷: 三河市宏盛印务有限公司

版 次: 2014年11月第1版

印 次: 2014年11月第1次印刷

开 本: 710mm×1230mm 1/16

字 数: 120千字

插 图: 6幅

印 张: 8.5

书 号: ISBN 978-7-5158-1101-7

定 价: 12.00元

服务热线: 010-58301130

销售热线: 010-58302813

地址邮编: 北京市西城区西环广场A座
19-20层, 100044

http://www.chgslcbs.cn

E-mail: cicap1202@sina.com (营销中心)

E-mail: gslzbs@sina.com (总编室)

工商联版图书

版权所有 侵权必究

凡本社图书出现印装质量问题, 请与印务部联系。

联系电话: 010-58302915

吉林省全民阅读活动民生读本编撰委员会

主任：冯 晨

副主任：董维仁 姚玉和

委员：张晶昱 陈晓波 王 新 徐 潜

陈 琛 刘 刚 李 梁 吴文阁

宋鑫磊 孙宏军



党的十八大报告把“开展全民阅读活动”列入我国全面建成小康社会的美好蓝图，多读书，读好书，对有着悠久诗书传统的当代中国来说，更是十分重要而迫切的事。因此，集各方之力，带动全民阅读，提升民族文化素质，已成为国家发展战略的重要内容。

吉林省委、省政府高度重视开展全民阅读活动，并将其列入省政府民生实事之一。吉林省全民阅读活动民生读本编撰委员会根据 2013 年编荐的民生读本内容体系和广大群众的阅读意见，贴近读者的阅读需求，本着普及、拓展、提升的原则，选荐、编撰了一些具有较强思想性、知识性、艺术性、可读性的百姓生活百事典、知识通览、国学经典、古典名著、科普读物、励志读物等系列图书，作为 2014 年吉林省全民阅读活动的民生读本。让我们共同阅读，在阅读中陶冶情操、丰富知识、掌握技能，逐步养成良好的阅读习惯，不断提升自身修养。

我们相信，有党和政府的倡导和支持，我省的全民阅读活动能够更加丰富人民群众的精神文化生活，能够传承历史文化和弘扬社会主义先进文化，以推动经济持续、健康地发展，促进社会和谐进步，也能够在其他诸多方面起到重要的引领作用。

吉林省全民阅读活动民生读本编荐委员会

2014 年 9 月



目录

上 篇

第一章.....	01
第二章	03
第三章.....	05
第四章.....	07
第五章.....	08
第六章.....	09
第七章.....	11
第八章.....	12
第九章	13
第十章.....	15
第十一章.....	16
第十二章.....	18
第十三章.....	20
第十四章.....	21
第十五章.....	23
第十六章.....	25
第十七章	26
第十八章	29

第十九章	30
第二十章	31
第二十一章	33
第二十二章	34
第二十三章	36
第二十四章	38
第二十五章	39
第二十六章	40
第二十七章	42
第二十八章	43
第二十九章	45
第三十章	46
第三十一章	48
第三十二章	50
第三十三章	52
第三十四章	53
第三十五章	54
第三十六章	56
第三十七章	57

下 篇

第三十八章	59
第三十九章	61
第四十章	62
第四十一章	63
第四十二章	65
第四十三章	67

第四十四章.....	68
第四十五章.....	69
第四十六章.....	71
第四十七章.....	72
第四十八章.....	73
第四十九章.....	75
第五十章.....	76
第五十一章.....	78
第五十二章.....	79
第五十三章.....	81
第五十四章.....	82
第五十五章.....	83
第五十六章.....	85
第五十七章.....	87
第五十八章.....	88
第五十九章.....	90
第六十章.....	91
第六十一章.....	92
第六十二章.....	94
第六十三章.....	95
第六十四章.....	96
第六十五章.....	98
第六十六章.....	100
第六十七章.....	101
第六十八章.....	103
第六十九章.....	104
第七十章.....	106
第七十一章.....	108
第七十二章.....	109

第七十三章.....	110
第七十四章.....	112
第七十五章.....	113
第七十六章.....	115
第七十七章.....	116
第七十八章.....	117
第七十九章.....	119
第八十章.....	121
第八十一章.....	122



第一章

【原文】

道可道，非常道；名可名，非常名。

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。

【译文】

可以用言词表达的道，就不是常道；可以说得出来的名，就不是常名。

无，是天地的初始；有，是万物的根源。

所以长从无中，去关照道的奥秘；常从有中，去关照道的端倪。

无和有这两者，同源而不同名，都可说是很幽深的。幽深又幽深，是一切奥妙的门径。

【评析】

道是老子提出的一个重要的哲学观念，想要理解《老子》一书，就必须了解“道”的含义。在《老子》中，道的含义丰富而深邃，往大了说，它是自然运行的永恒规律，无边无际、难觅首尾；往小了说，它体现在万事万物之中，无处不在、无时不在。

老子认为，“道”是宇宙万物的根源和基础，是本体，无法用语言表述；而“名”则是人的理解能力，没有人就没有“名”。它和“道”不属于同一个



◎唐·吴道子 老子像

层次。中国古人重道遵名，“日出而作，日落而息”，这是天道使然；“名流后世，万古流芳”，这是名节所在。这种观念直到今天，仍然值得我们学习与借鉴。

【典故】

轮扁与齐桓公

一日，齐桓公端坐在大堂之上读书，刚好有一个名叫轮扁的工匠正在削木头准备做车轮。他看到齐桓公很认真地

读书，便放下手中的活计，凑向前去，好奇地问道：“请问国君您读的是什么书？”

“我读的是古代圣人的书。”

“圣人还活着吗？”

“早就死了。”

“那么国君您读的书不过是古人的糟粕而已。”

木匠的话使齐桓公勃然大怒。他立时变色道：“我读的书，你一个小小的工匠怎敢妄加评论！如果今天你能讲出道理来，我可以饶你不死；倘若讲不出道理，马上要你的命！”

轮扁并不畏惧，从容答道：“国君息怒，请听我说。就拿我制造车轮这行手艺来说吧。削木为轮，要把轮子做得又牢固结实，又圆转灵活，就得有一种极熟练的技巧。譬如辐条和车毂之间的连接处，宽了虽然容易插入，但松而不固；紧了虽然坚固，但无法插入。因此，连接处必须凿得分毫不差，这种熟练的技巧只能在长期的工作实践中养成。我不能单用口授的方法将技艺传给儿子，我的儿子也不能不经过实践，就把我的技艺继承下去。所以，我今年70岁了，还得在这里做车轮。依此类推，圣人已死，所留下的几本书也已成为过去的东西，从这一点来说，难道您所读的不是古人的糟粕吗？”

齐桓公无言以对。

第二章

【原文】

天下皆知美之为美，斯恶已；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，前后相随。恒也。

是以圣人处无为之事，行不言之教；万物作而弗始，生而弗有，为而弗恃，功成而弗居。夫唯弗居，是以不去。

【译文】

天下人都知道美之所以为美，就显露出了丑陋。都知道善之所以为善，就显露出了不善。

有和无互相转化，难和易互相形成，长和短互相显现，高和下互相充实，音与声互相谐和，前和后互相相随——这是永恒的。

因此圣人用无为的观点对待世事，用不言的方式施行教化。听任万物自然兴起而不为其创始，有所施为但不加自己的倾向，建立了功业而不自居。正由于不居功，也就无所谓失去。

【评析】

本章表现了老子的相对观。“道”是一个整体，在整体中一切都是相对的。有美就有丑，有高就有矮。根据老子的相对论，所有的判断，如高下、长短、有无，都是相对的。我们所见过的一切，不仅在感官上相对，在认识判断上也是相对的。好和不好都在一个整体里面，换个角度，好就变成不好，不好就变成好。一切来自于道，最后又终结于道，任何东西都会由这一面变成那一面，因为它的两面是相反相成的。

“急流勇退”、“功成身退”是古人常说的两个词，其中鲜明地表现出古人的“功过观”。在中国古代史料中，因自恃功高而身败名裂的人物比比皆是。比如李斯，作为秦朝丞相，他帮助秦始皇统一了中国，但他的下场很悲惨，因为他居功，不知道适可而止，最终被赵高陷害，身受“五刑”而死。

历史上能顺利功成身退的人很少，因为大多数人都不懂得时势转变，放不下荣华富贵，并因此而不得善终。

【典故】

李斯的结局

李斯是楚国上蔡人，年轻时曾在郡里担任小吏。有一次，他上厕所时偶然发现那里的老鼠在吃脏东西，每逢有人或狗经过，便落荒而逃。后来李斯又走进粮仓，看到粮仓中的老鼠吃的是屯积的粟米，住在大屋子之下，从来不用担心人或狗的惊扰。于是，李斯慨然叹息道：“一个人有出息还是没出息，就如同老鼠一样，是由自己所处的环境决定的。”

于是李斯放弃了小吏的职位，跟随荀子学习帝王治理天下的学问。学业完成后，李斯向荀子辞行说：“我听说一个人若遇到机会，千万不可轻易错过。如今各诸侯国都在争取时机，游说之士掌握实权。现在秦王想吞并各国，称帝治理天下，这正是平民出身的政治活动家和游说之士施展抱负的好时机。地位卑贱还不想着去求取功名富贵，就如同禽兽一般，只等看到现成的肉才想去吃。所以，最大的耻辱莫过于卑贱，最大悲哀莫过于贫穷。长期处于卑贱的地位和贫困的环境之中，却还要非难社会、厌恶功名利禄，标榜自己与世无争，这不是士子的本愿。所以我要到西方去游说秦王了。”

秦相国吕不韦很赏识李斯，任命他担任了郎官，并将他推荐给了秦王。秦王嬴政对李斯也很赏识，任命李斯为长史，并听从了他的计谋，暗中派遣谋士带着金玉珍宝去各国游说。对各国著名人物能收买的，就多送礼物加以收买；不能收买的，就用利剑把他们杀掉。这些都是离间诸侯国君臣关系的计策。接着，秦王派遣良将攻打各国。

二十多年后，秦王嬴政终于统一了天下，被尊称为“皇帝”，皇帝又任命李斯为丞相。这时的李斯到达了自己人生的顶峰，他的儿子们娶的都是秦国的公主，女儿们嫁的都是秦国的皇族子弟。

秦始皇三十七年（公元前210年）十月，秦始皇巡行出游，到达沙丘时病重而死，赵高不断地用功名利禄来劝诱李斯，伪造了秦始皇的诏书，立胡亥为太子。又伪造了一份诏书，将秦始皇的长子扶苏赐死。

当时的法令刑罚一天比一天残酷，群臣上下人人自危，想反叛的人很多。二世又建造阿房宫，大兴土木，赋税越来越重，兵役劳役没完没了。于是从楚

地征来戍边的士卒陈胜、吴广等人就起来造反，英雄豪杰蜂拥而起，自立为侯王，反叛秦朝，起义军一直攻到鸿门才退去。李斯多次想找机会进谏，但二世非但不允许，反而责备李斯身居三公之位，却让盗贼猖狂到如此地步。李斯很是害怕，但又舍不得爵位俸禄，不知如何是好，只能曲意迎合秦二世的心意。就在此时，李斯和赵高有了矛盾，赵高趁机在二世身边不断诋毁李斯，最终让二世对李斯起了杀心。

赵高奉命查办李斯，查问李斯和儿子李由谋反的情状，将其宾客和家族全部逮捕。赵高为惩治李斯，拷打他一千多下，李斯不能忍受折磨，只能冤屈招供。秦二世二年（公元前208年）七月，李斯被判处五刑，在咸阳街市上被腰斩。李斯临刑时，跟他的次子一同被押解，他回头对次子说：“我想和你再牵着黄狗一同出上蔡东门去打猎追逐狡兔，又怎能办得到呢！”于是父子二人相对痛哭，李斯所在三族都被处死了。

第三章

【原文】

不尚贤，使民不争；不贵难得之货，使民不为盗；不见可欲，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。

【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物事，使人民的心思不至于被扰乱。因此，圣人治理天下的原则是：简化他们的心思，满足他们的温饱需求，削弱他们的意志，强化他们的筋骨。常使人民没有知识和欲望，让那些明智的人不敢胡作非为。用无为的方式处理事务，那么天下就没有不能大治的了。

【评析】

在本章中，老子认为要避免国家出现盗窃、战乱等现象，不能只是使用高压手段，而是要找出产生这些现象的根源。老子认为这些现象的根源就在于统治者喜欢“难得之货”，正因为如此，人民才会投其所好，将国君所好之物当做自己所好之物。正所谓“上有所好，下必效焉”，要培养人民正确的认知，就必须从统治阶层做起。

【故事】

简朴的汉文帝

话说汉高祖刘邦死后，宫廷内顿时血雨腥风。先是得势的吕后囚戚姬于厕，断其手足、去眼、割耳，名为“人彘”，随后鸩杀戚姬之子赵王如意。刘邦的八位王子被吕后同党诛杀、逼死六人（吕后的亲生儿子汉惠帝也抑郁而死）。待到吕后死后，周勃、陈平等大臣又起兵灭了吕禄、吕产等吕氏家族。杀来杀去，最后拥戴刘邦的第三子刘恒坐了龙椅，即汉文帝。百姓们总算迎来了一个风和日丽、国泰民安的年代。

22岁的文帝登基后，实行仁慈亲民、休养生息的政策。每每发生日食、地震、洪涝、蝗灾，文帝就下诏反省自己。他曾多次减免天下民众田赋，放粮赈灾。为鼓励农耕，文帝亲力耕作，将收获的谷物供宗庙祭祀；皇后亲为植桑，以奉祭服。

一次，有人向汉文帝进献一匹可以日行千里、飞驰如电的千里马，汉文帝看到这匹漂亮的千里马，十分喜爱。但是他说：“我在出行的时候，有仪仗队的旗子在前面引导，后边又跟着负责保卫的武士车队。出去巡视的时候，一天最多也只能走五十里路；出征行军，一天也不过走三十里。我骑着这样的千里马，独自一人跑在前面，将要往哪儿跑呢？”于是，文帝拒绝接受这匹宝贵的千里马。

文帝及后宫的生活、衣饰极为简朴，即位23年，宫室、苑囿、车骑、服饰，无所增益。汉文帝曾打算在宫内建造一露台，工匠们一合计，需花百两黄金。文帝说，“百两黄金，是十户中等人家的财产。我住在先帝的宫室里都觉得豪华太过，又何必建造露台呢！”遂打消了建造露台的念头。

一朝天子，如此克己自律，史不多见。文帝之后，景帝继续执行文帝的政策，共同开创了“文景之治”的西汉盛世。

第四章

【原文】

道冲，而用之或不盈。渊兮，似万物之宗。挫其锐，解其纷，和其光，同其尘。湛兮，似或存。

吾不知其谁之子，象帝之先。

【译文】

大“道”空虚无形，但它的作用却是无穷无尽。深远啊！就好象万物的祖宗。消磨它的锋锐，消除它的纷扰，调和它的光辉，混同它的尘垢。隐没不见啊，又好象实际存在。

我不知道它从哪里而来，但它应该是天帝的祖先。

【评析】

在本章中，老子仍然在论述“道”的内涵。他认为，“道”是虚体的，无形无象，因此人们视而不见，触而不着，只能依赖于意识去感知它。虽然“道”是虚体的，但它并非一无所有，而是蕴含着物质世界的创造性因素。这种因素极为丰富，极其久远，存在于天帝产生之先。因而，创造天地万物的是“道”，而不是天帝。这样，老子从物质方面再次解释了“道”的属性。

【典故】

屈原与渔夫

屈原被放逐之后，在江湖间游荡。他沿着江岸边走边唱，脸色憔悴，形容枯槁。渔父看到屈原便问他：“您不就是三闾大夫吗？为什么会落到这种地步？”

屈原说：“世上充满肮脏，只有我不染尘泥；人们个个都烂醉，唯独我保持清醒，因此才被放逐。”

渔父说：“通达事理的人对客观时势不拘泥执着，能随着世道变化推移。既然世上的人都肮脏齷齪，您何不将那泥水弄得更加浑浊并推波助澜呢？既然

人们个个都沉醉不醒，您何不也跟着吃那酒糟喝那酒汁呢？为什么您偏要忧国忧民、与众不同，使自己遭到放逐呢？”

屈原说：“我曾听人说过：刚洗完头发的人一定要弹去帽子上的尘土，刚洗完澡的人一定要抖净衣服上的泥灰。哪里能让洁白的身体去接触污浊的外物呢？我宁愿投身湘水，葬身在鱼鳖的肚子里，哪里能让白玉一般的身体去蒙受世俗尘埃的沾染呢？”

渔父微微一笑，拍打着船板，口中唱道：“沧浪水清啊，可用来洗我的帽缨；沧浪水浊啊，可用来洗我的双足。”唱完便离开了，不再和屈原说话。

第五章

【原文】

天地不仁，以万物为刍狗；圣人不仁，以百姓为刍狗。

天地之间，其犹橐籥乎？虚而不屈，动而愈出。

多言数穷，不如守中。

【译文】

天地不理会上世所谓的仁义，在其看来，万物只是祭神用的稻草狗。圣人也理会上世所谓的仁义，在他眼里，百姓只是祭神用的稻草狗。

天地之间，不正像一个冶炼用的风箱吗？虚静而不穷尽，越动而风越多。

话多有失，辞不达意，还是适可而止的好。

【评析】

老子通过这两个比喻要想说明的问题是：“多言数穷，不如守中。”政令烦苛，只会加速其败亡，不如保持虚静状态。这里所说的“中”，不是中正之道，而是虚静。儒家讲中正、中庸、不偏不倚，老子讲的这个“中”，却含有“虚静”的意思。即用很多强制性的言辞法令来强制人民，很快就会遭到失败，不如按照自然规律办事，虚静无为，万物反而能够生生不息。