

中国首部完整的哲学著作，被誉为“万经之王”



道德经

白话全译

文史哲◎译

短短五千言，涵盖哲学、经济学、政治学、领导学
智慧第一书，处世、交际、理财、管理、修身宝典



立信会计出版社

LIXIN ACCOUNTING PUBLISHING HOUSE



道德经

白话全译

文史哲◎译



立信会计出版社

LIXIN ACCOUNTING PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

道德经白话全译 / 文史哲译. —上海: 立信会计出版社, 2012.7

(时光文库)

ISBN 978-7-5429-3508-3

I. ①道… II. ①文… III. ①道家②《道德经》-注释③《道德经》-译文 IV. ①B223.1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第081811号

策划编辑 蔡伟莉

责任编辑 蔡伟莉 何颖颖

封面设计 久品轩

道德经白话全译

出版发行 立信会计出版社

地 址 上海市中山西路2230号 邮政编码 200235

电 话 (021) 64411389 传 真 (021) 64411325

网 址 www.lixinaph.com 电子邮箱 lxaph@sh163.net

网上书店 www.shlx.net 电 话 (021) 64411071

经 销 各地新华书店

印 刷 北京东海印刷有限公司

开 本 720毫米×920毫米 1/32

印 张 13

字 数 284千字

版 次 2012年7月第1版

印 次 2012年7月第1次

印 数 1-15000

书 号 ISBN 978-7-5429-3508-3/B

定 价 18.80元

如有印订差错, 请与本社联系调换



前言

老子之言，博大精深。世人读之，各有所得。哲学家以之洞悉天道，军事家以之参透兵机，政治家以之安邦定国；大志者以之建功垂名，淡泊者以之养生延年……它就像一个永不枯竭的井泉，放下汲桶，自然与人生的真意唾手可得。

不过，既然老子说“道可道，非常道”，我们又何必道之？既然老子说“名可名，非常名”，我们又何苦名之呢？只因老子其人实在堪称千古智者，而其所著之《道德经》一书又实在是一部不可多得的旷世圣典！

老子，又名老聃，实名李耳，春秋末期楚国人。他是道家始祖，后被神话为太上老君。相传他生就白眉毛、白胡子，并因此而得名“老子”。

他生活在距今约 2500 年前，据史书记载他曾任“周守藏室之史”，相当于今日的国家图书馆馆长，是学界泰斗、精神领袖、元首顾问。其地位不低，在当时就有着相当的影响力。

例如，孔子就曾专门跑去向他问礼。老子对他说：“子所言者其人与骨皆已朽矣，独其言存耳？且君子得其时则驾，不得其时，则蓬累而行。吾闻之良贾深藏若虚，君子盛德，容貌若愚。去子之骄气与多欲，态色与淫志，是皆无益于子之身，吾所以告子，若是而已。”

孔子归后，由衷地赞叹道：“鸟，吾知其能飞；鱼，吾知其能游；兽，吾知其能走；走者可以为网，游者可以为纶，飞者可以为矰，至于龙，吾不能知其乘风云而上天。吾今日见老子，其犹龙邪！”

连号称至圣先师的孔子，都将老子看做龙一般的人物，可见其智慧是何等高深莫测！老子是一位千古奇人，那么其所著的《道德经》又是怎样一本奇书呢？

《道德经》，又称《老子》，全书分“道经”和“德经”两篇，共计八十一章，仅仅五千多字，却微言大义，包罗万象。其内容涵盖宇宙观、人生观、认识论、方法论，以及处世之学、用兵之道、治国之策……似乎世界上什么事情都说到了，任何问题都可以在书里找到答案，甚至有人认为，读通它即可得道升仙。

更可贵的是，世上之学，大都教人如何做大做强，推崇的是强者、大者的哲学。只有老子毅然反其道而行之，提出“柔弱胜刚强”，建议世人“知强守弱”，建议领袖人物“受国之垢”、“受国不祥”。仅凭此点，《道德经》便可高踞世界哲学之巅峰。

老子传下来的这部奇书，经过两千多年岁月的洗礼，风采更胜往昔。其光辉熠熠的朴素辩证法，饱含智慧的妙语箴言，深刻玄远的大智慧，今日读来仍能令人耳目一新、深受启迪。

《道德经》读之不完，因其所含思想玄之又玄，常读常新。今天，我们再次拭去其上的灰尘，以现代人之眼光去审视这部“东方圣经”。我们苦心孤诣，从老子的一言一语中，参悟出“处世空明拳”、“职场易筋经”、“商海逍遥游”、“管理般若功”这几门粗浅功夫，以飨读者。

其中既有思想理念之阐发，又辅以诸多具体形象之例证，以方便读者领受。

我们由衷地希望，这本《道德经白话全译》可以助您提高处世能力与职场智慧，并能助您改进经营之法与管理之道。按老子的教导去做人做事，相信您一定会觉得内心充实，精神舒畅，心胸坦荡，与自然、天地相和谐。

《道德经》一书，历来注本很多，文字、句读和注释各异。本书借鉴了诸多名家的研究心得，其中既有高人隐士河上公、青年才俊王弼、经世之材朱元璋，又有国学大师冯友兰、知名学者傅佩荣、大作家王蒙等。

本书体例，先列原典，后附译文、注释，并精选古人所做注解，随后再通篇加以详细解析。最后，再从原文中提炼出老子思想的精髓，经过深入浅出的推敲演绎，把它们一拳一脚、一招一式地展现在读者眼前。希望借此引领您走进《道德经》这一块古老文化的宝地。



前言

老子之言，博大精深。世人读之，各有所得。哲学家以之洞悉天道，军事家以之参透兵机，政治家以之安邦定国；大志者以之建功垂名，淡泊者以之养生延年……它就像一个永不枯竭的井泉，放下汲桶，自然与人生的真意唾手可得。

不过，既然老子说“道可道，非常道”，我们又何必道之？既然老子说“名可名，非常名”，我们又何苦名之呢？只因老子其人实在堪称千古智者，而其所著之《道德经》一书又实在是一部不可多得的旷世圣典！

老子，又名老聃，实名李耳，春秋末期楚国人。他是道家始祖，后被神话为太上老君。相传他生就白眉毛、白胡子，并因此而得名“老子”。

他生活在距今约 2500 年前，据史书记载他曾任“周守藏室之史”，相当于今日的国家图书馆馆长，是学界泰斗、精神领袖、元首顾问。其地位不低，在当时就有着相当的影响力。

例如，孔子就曾专门跑去向他问礼。老子对他说：“子所言者其人与骨皆已朽矣，独其言存耳？且君子得其时则驾，不得其时，则蓬累而行。吾闻之良贾深藏若虚，君子盛德，容貌若愚。去子之骄气与多欲，态色与淫志，是皆无益于子之身，吾所以告子，若是而已。”



目 录

上篇 道经

第一章 众妙之门	002	第二十一章 惟道是从 ...	105
第二章 功成弗居	008	第二十二章 曲则为全 ...	110
第三章 不见可欲	013	第二十三章 希言自然 ...	115
第四章 和光同尘	018	第二十四章 企者不立 ...	121
第五章 不如守中	022	第二十五章 道法自然 ...	126
第六章 谷神不死	027	第二十六章 燕处超然 ...	131
第七章 天长地久	032	第二十七章 善行无迹 ...	135
第八章 上善若水	036	第二十八章 大制不割 ...	140
第九章 名遂身退	041	第二十九章 去奢去泰 ...	146
第十章 生而不有	046	第三十章 物壮则老	151
第十一章 无之为用	052	第三十一章 恬淡为上 ...	156
第十二章 去彼取此	057	第三十二章 知止不殆 ...	161
第十三章 宠辱若惊	062	第三十三章 自胜者强 ...	166
第十四章 执古御今	068	第三十四章 终不为大 ...	171
第十五章 微妙玄通	074	第三十五章 往而不害 ...	177
第十六章 知常曰明	080	第三十六章 以柔克刚 ...	181
第十七章 信而贵言	085	第三十七章 道常无为 ...	186
第十八章 大忠大义	090		
第十九章 绝学无忧	095		
第二十章 独顽似鄙	100		

下篇 德经

第三十八章 上德不德 ...	192
第三十九章 贱为贵本 ...	197
第四十章 有生于无	202

第四十一章 大器晚成	… 205	第六十二章 美言可市	… 308
第四十二章 损之而益	… 210	第六十三章 为大于细	… 313
第四十三章 以柔克刚	… 215	第六十四章 未兆易谋	… 318
第四十四章 知止不殆	… 220	第六十五章 将以愚之	… 323
第四十五章 大巧若拙	… 225	第六十六章 不争之争	… 328
第四十六章 知足常足	… 229	第六十七章 我有三宝	… 333
第四十七章 不为而成	… 233	第六十八章 善战不怒	… 338
第四十八章 无为而治	… 238	第六十九章 哀兵必胜	… 343
第四十九章 圣常无心	… 242	第七十章 被褐怀玉	… 348
第五十章 生生之厚	… 247	第七十一章 病病不病	… 353
第五十一章 尊道贵德	… 252	第七十二章 无厌所生	… 358
第五十二章 塞兑闭门	… 258	第七十三章 勇于不敢	… 363
第五十三章 行于大道	… 264	第七十四章 代斲伤手	… 368
第五十四章 修之于身	… 269	第七十五章 无以生为	… 372
第五十五章 含德之厚	… 275	第七十六章 木强则折	… 377
第五十六章 知者不言	… 280	第七十七章 为而不恃	… 382
第五十七章 以正治国	… 285	第七十八章 受国之垢	… 387
第五十八章 祸兮福倚	… 290	第七十九章 常与善人	… 392
第五十九章 长生久视	… 295	第八十章 小国寡民	… 397
第六十章 其鬼不神	… 299	第八十一章 信言不美	… 402
第六十一章 大者宜下	… 303		

上篇

道 经

道无形无象，空虚幽深，因应无穷，极富创造力。它先生天帝，继生万物，具有伟大而崇高的母性。它赋予我们生命和源源不断的能量，助我们不断成长，有所作为。它养育却不占有，给予却不自恃有功，奉献而不索取。

世人要像“道”那样有能量、有涵养，懂得谦虚，能包容，能取舍。对世事不厌烦，不逃避，掩敛自己的锋锐，排除纷争和烦扰，不自以为是，不怨天尤人，自然平凡地生活。

得道之人，谨慎、警惕、严肃、洒脱、融和、纯朴、旷达、浑厚；微而不显、含而不露，高深莫测；从不自满高傲，善于去故更新。他们静定持心，静极而动，动极而静。一静一动，皆合于“道”。

道无法用语言表述，只有依靠纯净无染、坦然自得、不着形迹的“真如妙心”去领悟。正如拈花微笑，心心相印，一切尽在不言中，此时无声胜有声。



第一章 众妙之门

原典 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 能够用言语解说的道理，就称不上是恒常的大道。能够用文字表白的概念，就称不上是恒常的概念。不能用言语述说的初始状态，是混沌宇宙的本源。已经用言语表明了的概念，是孕育万事万物的母体。所以，常保持虚无的状态，是意图看清世界的本质；常保持实有的状态，是意图明见事物的表象。虚无和实有，这两种事物来源相同而名称不同。它们都称得上是玄秘的现象。玄秘之中的至高至上者，便是产生宇宙间一切奥妙的门户。

名家注解 王弼：凡有皆始于无。故未形无名之时，则为万物之始；及其有形有名之时，则长之育之，亭之毒之，为其母也。言道以无形无名，始成万物。以始以成，而不知其所以，玄之又玄也。

河上公：无名者，谓道。道无形，故不可名也。始者，道本也。吐气布化，出于虚无，为天地本始也。有名，谓天地。天地有形位，阴阳有柔刚，是有其名也。万物母者，天地合气生万物，长大成熟，如母之养子。

朱元璋：道可道，指此可道言者，盖谓过人之大道。道既成，名永矣。即非常之名，可行焉，可习焉。

经典解读

本章开宗明义，开门见山地提出了“道”的概念。老子通过对宇宙和人生深刻观察与深入领悟，指明“道”只能意会而不能言传，只是为了称呼的方便，才不得不赋予它“道”这样一个称谓。“道”的涵义博大精深，不仅可以从哲学的角度思考，还可以从人生境界的角度解读。

一天，在灵鹫山上，大梵天王将一朵金婆罗花献给了佛祖释迦牟尼，并请他为大家讲说佛法。大家在他行了大礼之后，便退到一边等着听他说法。哪知释迦牟尼却一言不发，只是安详从容地拈着金婆罗花。

大家都懵懵懂懂，不能领会他的意思，只有摩诃迦叶尊者妙悟其意，微微一笑。于是，释迦牟尼便将花交到迦叶手中并对他说：“我有普照宇宙、包含万有的精深佛法，熄灭生死、超脱轮回的奥妙心法，能够摆脱一切虚假表象修成正果，其中妙处难以言说。我不立文字，以心传心，于教外别传一宗，现在传给你。”于是，迦叶便传得释迦牟尼平时用的金缕袈裟和钵盂，成为中国禅宗眼中的“西天第一代祖师”。

那么，释迦牟尼在众目睽睽之下，一句话也不说，而仅凭从容不迫、宁静安详地拈花就能传法布道，这里面到底有何奥妙？

在这里，释迦牟尼只是在以一种无言的至为安详、静谧、调和、美好的心态传布宇宙大道，而这种大道是



佛祖传法布道

用任何语言都不能表述的，只有依靠纯净无染、无欲无贪、坦然自得、无拘无束、不着形迹的“真如妙心”去领悟。迦叶与佛祖在灵山会上心心相印，仅只拈花微笑而已，没有任何其他的表示，但一切尽在不言中，此时无声胜有声。

另外，一个人如果把对概念的表述看得过重，把语言文字所描述的东西看做事物本身，那你就难以看到事物的本质，难免在认识上流于表面。

无论是概念还是名称，都只是事物的代称。虽然用名称来指代事物有助于交流沟通和文化遗产，但名称决非事物本身，所以老子才说“名可名，非常名”。打个比方来说，一个人名叫李四，但实际上他也可以叫王五，即便他自认为非叫李四不行，但李四也未必就是他，因为全天下叫李四的人不一定只有他一个。

本章老子还就应该如何看待“名”“实”关系给我们上了一课。在他看来，“名”与“实”绝不能划等号。事实也是如此，现实中不仅名实不副的事时常发生，更有甚者还会有名无实。很多人只因看不通透，才往往死死抓住某种“虚名”（如地位、名声、荣誉、头衔等）不放。

智慧典例

卸下肩头的虚名重担

正所谓“木秀于林，风必摧之”，“刀可斫金，砍水无痕”。在纷繁复杂的社会上，一个人对名声不可看得太重，在不违背自己做人大原则的前提下，很需要掌握一点“自污”之法。

西汉初创，汉高祖刘邦一方面仍马不停蹄地带兵东征西讨，另一面他又十分担心后院起火。后来，萧何出



谋划策帮助吕后除掉了韩信，解除了刘邦一个很大的心腹之患。刘邦大喜，便封萧何为相国，加赐食邑五千户。

萧何很高兴，文武百官也纷纷向他祝贺，陈平却暗地对萧何说：“您快要大祸临头了。圣上在外征战，您掌管国家政事。圣上提高您的薪俸，增加您的食邑，这并不是对您的宠信。之前淮阴侯韩信谋反，让圣上现在还



萧何杀韩信

惊魂未定，他对您也不放心。您最好能推掉封赏，再变卖家产去资助圣上扫灭叛军、平定天下，这才能使圣上消除对您的猜忌。”

萧何认为陈平的话很有见地，就按照他所说的变卖家产以充军资。刘邦果然欣喜异常，对萧何的猜忌之心大减。

有一年的秋天，淮南王英布造反，刘邦亲自率军征讨。期间，刘邦曾数次派人刺探萧何的活动。派去的人回报说：“萧相国正鼓励百姓出钱出物支持军队作战。”

在这个当口上，萧何的一个门客对他说：“用不了多久您就有被灭族的危险，您已经一人之下万人之上，不可能再向上升了。可自从进入关中以来，您一直深得百姓爱戴；皇上数次派人来刺探，显然是害怕您得到关中百姓的拥护而生异心。您现在为什么不多买田地，对百姓不再体恤，以自损名声呢？这样圣上一定会消除疑心的。”

萧何从来就没有想到这一层，不由得吓出了一身冷汗，急忙按这个建议去做。

刘邦平定叛乱，班师回朝，一些百姓便拦路哭诉，说相国萧何如何不体恤百姓。谁知刘邦不但没有生气发

火，反而特别高兴，当然更没有责罚萧何。

难道萧何视自己的名誉无足轻重吗？显然不是！只因为名誉与生存相比，实在算不了什么。其实，在隐伏的巨大危机面前，萧何变卖家产以充军资，以及刻意行恶来自毁名誉，都是非常高妙的明哲保身之法。

萧何自损形象，为除刘邦疑心，作为一方官员，是为一方百姓全力服务。

东汉后期，关西扶风（今陕西兴平东南）有位知名大儒，名为法真，字高卿。他勤奋刻苦，知识渊博，通晓各家之学。

法真生于官宦之家，其父曾任南郡太守，但法真却淡泊名利，对政治毫无兴趣。扶风郡太守听说法真有大才，就趁着请他到家里做客的机会劝他说：“鲁哀公虽称不上明君，但孔子却乐意辅佐他。我虽没什么才德，但想请你来做功曹，你意下如何？”法真却说：“我应邀来做客是因为您彬彬有礼，如果您非让我做官，那我只好躲进深山隐居了。”

法真还曾被举为贤良，但他也没有出仕。还有一次，汉顺帝西巡，法真的同乡田弱趁机向顺帝举荐他。顺帝前后四次征召他，但他都没去，反而“躲进小楼成一统”，过起了逍遥自在的隐居生活。

法真这位高洁的名士，一直活到 89 岁高龄才驾鹤西游。

他的好友郭正赞誉他说：“法真这个人真不简单，他不想出名，但名声却始终不离他左右，他想避开功名，但功名却又老是紧随着他。”

东汉后期，朝廷内宦官、外戚争权夺利，正直之士屡遭迫害，类似罢官、囚禁、被杀这类人间悲剧经常上演。可能今日还位高权重，明天便入狱为囚。而看透了

社会人生的法真却视功名如草芥，因此能与那纷繁复杂的政治争斗保持距离，并得以保全性命和操守，终成一代名士。

其实，出名不易。流芳百世固属难能，遗臭万年也非易事。厚黑学创始人李宗吾曾说：“为好人固难，为坏人也不易，猛虎方能噬人，小犬一张牙，已被人踢出数步之外，虽欲害人，其何可得？你我莫说万年，要想在全国中，遗臭三日，也不可。”

事实上，按照老子“无为而无不为”的思想，“名”的最高境界自当是不求名而得名。所以，何不卸下压在自己肩头的“名”之重担，让身体得以放松，让心灵得以解放呢？



第二章 功成弗居

原典 天下皆知美之为美，斯恶已；皆知善之为善，斯不善已。故有无相生，难易相成，长短相形，高下相倾，音声相和，前后相随。是以圣人处无为之事，行不言之教，万物作焉而不辞。生而不有，为而不恃，功成而弗居。夫唯弗居，是以不去。

译文 天下人都知道怎么样算是美，这样就有了丑；天下人都知道怎么样算是善，这样就有了不善。所以，实有与虚无相互滋生，难与易相辅相成，长与短相互比较而显现，高与下相互依靠而存在，单音与回声相互应和而成曲调，前与后相互接随而成顺序。因此圣人用无为的观点对待世事，用不言的方式施行教化，听任万物自然生长而不加以干涉。生养万物但不据为己有，养育万物但不仗恃己力，成就万物而不自居有功。正由于不居功，所以功绩不会离开他。

名家注解 王弼：美者，人心之所乐进也；恶者，人心之所恶疾也。美恶犹喜怒也，善不善犹是非也。喜怒同根，是非同门，故不可得而偏举也。

河上公：夫唯功成不居其位，福德常在，不去其身也。此言不行不可随，不言不可知疾。上六句有高下、长短，君开一源，下生百端；百端之变，无不动乱。

朱元璋：有能行道者，笃能行斯大道，勿于道上加道焉，善上更加善焉。凡以巧上此二事者，美则美矣，不过一时而已，又非常道也。故美尽而恶来，善穷而不