

老子

中国古典文化极品



ZHONG GUO GU DIAN WEN HUA JI PIN

每个中国人必读的书籍

中国古典文化极品

中国文联出版社

目 录

老子

第一章	(1)
第二章	(2)
第三章	(3)
第四章	(3)
第五章	(4)
第六章	(5)
第七章	(6)
第八章	(6)
第九章	(7)
第十章	(8)
第十一章	(9)
第十二章	(10)
第十三章	(11)
第十四章	(11)
第十五章	(13)
第十六章	(14)
第十七章	(15)
第十八章	(15)
第十九章	(16)
第二十章	(17)
第二十一章	(18)

第二十二章	(19)
第二十三章	(20)
第二十四章	(20)
第二十五章	(21)
第二十六章	(22)
第二十七章	(23)
第二十八章	(24)
第二十九章	(25)
第三十章	(25)
第三十一章	(26)
第三十二章	(27)
第三十三章	(28)
第三十四章	(28)
第三十五章	(29)
第三十六章	(30)
第三十七章	(30)
第三十八章	(31)
第三十九章	(32)
第四十章	(33)
第四十一章	(34)
第四十二章	(35)
第四十三章	(36)
第四十四章	(36)
第四十五章	(37)
第四十六章	(38)
第四十七章	(38)
第四十八章	(39)
第四十九章	(39)

第五十章	(40)
第五十一章	(41)
第五十二章	(42)
第五十三章	(43)
第五十四章	(43)
第五十五章	(44)
第五十六章	(45)
第五十七章	(46)
第五十八章	(46)
第五十九章	(47)
第六十章	(48)
第六十一章	(48)
第六十二章	(49)
第六十三章	(50)
第六十四章	(51)
第六十五章	(52)
第六十六章	(52)
第六十七章	(53)
第六十八章	(54)
第六十九章	(54)
第七十章	(55)
第七十一章	(56)
第七十二章	(56)
第七十三章	(57)
第七十四章	(58)
第七十五章	(58)
第七十六章	(59)

第七十七章	(59)
第七十八章	(60)
第七十九章	(61)
第八十章	(61)
第八十一章	(62)
庄子	
逍遥游	(65)
齐物论	(75)
养生主	(91)
人间世	(95)
德充符	(109)
大宗师	(119)
应帝王	(134)
骈拇	(140)
马蹄	(146)
胠篋	(149)
在宥	(155)
天地	(165)
天道	(181)
天运	(188)
刻意	(200)
秋水	(204)
至乐	(218)
寓言	(226)

第一章

【原文】

道可道也^①，非恒道也^②。名可名也^③，非恒名也。无名^④，万物之始也；有名，万物之母也。故恒无欲也，以观其眇^⑤；恒有欲也，以观其所徼^⑥。两者同出，异名同谓^⑦。玄之又玄^⑧，众眇之门^⑨。

【注释】

①第一个“道”是名词，指的是宇宙的本原和实质。第二个“道”是动词，指解说、表述的意思，犹言“说得出口”。

②恒：一般的，普通的。

③第一个“名”是名词，指“道”的形态。第二个“名”是动词，说明的意思。

④无名：指无形。

⑤眇(miào)：通妙，微妙的意思。

⑥徼(jiāo)：边际、边界。引申为端倪的意思。

⑦谓：此为“指称”。

⑧玄：深黑色，玄妙深远的含义。

⑨门：一切奥妙变化的总门径，此用来比喻宇宙万物的唯一原“道”的门径。

【意译】

如果可以用言语表述出来的道，它就不是永恒的道，若能用言语说出的“名”，则不是永恒的“名”。无形无名是天地的始端，有形有名是万物的根源。所以经常没有欲望，以便观察无名的微妙；要经常有所意识地观察有名的端倪。“无名”、“有名”都来源于“道”，构成“道”的两种不同的形态和境界。从“有名”的奥妙到达无名的奥妙，“道”是洞悉一切奥妙变化的途径。

第二章

【原文】

天下皆知美之为美，恶已^①；皆知善，斯不善矣。有无之相生也，难易之相成也，长短之相刑也^②，高下之相盈也^③，音声之相和也^④，先后之相随，恒也。是以圣人居无为之事^⑤，行不言之教，万物作而弗始也^⑥，为而弗志也^⑦，成功而弗居也。夫唯弗居，是以弗去。

【注释】

①恶已：恶，丑；已，通“矣”。

②刑：通“形”，此指比较、对照中显现出来的意思。

③盈：充实、补充、依存。

④音声：汉代郑玄为《礼记·乐记》作注时说，合奏出的乐音叫做“音”，单一发出的音响叫做“声”。

⑤圣人居无为之事：圣人，古时人所推崇的最高层次的典范人物。居，担当、担任。无为，顺应自然，不加干涉，不必管束，任凭人们去干事。

⑥作：兴起、发生、创造。

【意译】

天下都知道美之所以为美，这样丑的观念也就同时产生了；都知道善之所以为善，这样恶的观念也就产生了。所以有和无互相转化，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——这是对立统一的。因此圣人用无为的观点对待世事，用不言的方式施行教化：任凭万物自然兴起而不去强为主宰，有所施为，但不加自己的倾向，功成业就而不自居。正由于不居功，就无所谓失去。

第三章

【原文】

不上贤^①，使民不争；不贵难得之货，使民不为盗；不见可欲^②，使民不乱。是以圣人之治也，虚其心^③，实其腹，弱其志^④，强其骨，恒使民无知、无欲也。使夫知不敢^⑤、弗为而已^⑥，则无不治矣^⑦。

【注释】

①上：同“尚”，即崇尚，尊崇。

②见(xiàn)：此是显示、炫耀的意思。

③虚其心：虚，空虚；心：古人以为心主思维，此指思想，头脑。

④弱其志：使他们减弱志气，削弱他们竞争的意图。

⑤敢：进取。

⑥弗为：同“无为”。

⑦治：此意是治理得天下太平。

【意译】

不推崇有才德的人，使老百姓不争名夺利；不珍爱稀有的财物，使老百姓不去偷盗；不炫耀足以引起贪心的东西，使民心不被迷乱。因此，圣人治理天下的原则是：简化百姓的头脑，填饱百姓的肚子，减弱百姓的意志，增强百姓的体魄，经常使老百姓没有知识，没有欲望。致使那些有才智的人也不敢妄为。圣人按照“无为”的原则处理世事，那么，天下就没有办不好的事情。

第四章

【原文】

道冲^①，而用之有弗盈也^②。渊呵^③！似万物之宗。铄其兑^④，

解其纷^⑤，和其光^⑥，同其尘^⑦。湛^⑧呵！似或存^⑨。吾不知其谁之子，象帝之先。

【注释】

①冲：通虚(chōng)，器物虚空，比喻空虚。

②有弗盈：有，通“又”；盈：满，引申为尽。

③渊：深远。呵(a)：语助词，表示停顿。

④兑(ruì)：通“锐”，锐利、锋利。挫其锐，消磨掉它的锐气。

⑤解其纷：消解掉它的纠纷。

⑥和其光：调和隐蔽它的光芒。

⑦同其尘：把自己混同于尘俗。以上四个“其”字，都是说的道本身的属性。

⑧湛(zhàn)：沉没，引申为隐约的意思。这里用来形容“道”隐没于冥暗之中，不见形迹。

⑨似或存：似乎存在。连同上文“湛呵”，形容“道”若元若存。

【意译】

“道”空虚无形，但其作用又是无穷无尽。深远啊！它好像万物的祖宗。消磨它的锋锐，消除它的纷扰，调和它的光辉，混合着尘垢。隐没不见啊，但其实是似无而实存。我不知道它是谁的后代，似乎是天帝的祖先。

第五章

【原文】

天地不仁，以万物为刍狗^①；圣人不仁，以百姓为刍狗。天地之间，其犹橐籥乎^②？虚而不渥，动而俞出^④。多闻数穷^⑤，不若守于中^⑥。

【注释】

①刍(chú)狗：用草扎成的狗。古代专用于祭祀之中，祭祀完毕，就把它扔掉或烧掉。比喻轻贱无用的东西。

②犹橐籥(tuóyuè):橐籥:古代冶炼时为炉火鼓风用的助燃器具——风囊和送风管,是古代的风箱。

③漚(gū):竭尽,穷尽。

④俞:通“愈”,更加的意思。

⑤多闻数穷:老子认为,见多识广,有了智慧,反而政令烦苛,破坏了天道。数:通“速”,是加快的意思。穷:困穷,穷尽到头,无路可行。

⑥中:通“冲”,指内心的虚静。守中:守住虚静。

【意译】

天地不存在偏爱,它将万物看作草扎的狗;圣人也不存在偏爱,他将百姓看作草扎的狗。天地之间,不正像风箱一样吗?其中空虚而不穷尽,愈鼓动风就愈多生出。评议太多会加速失败,不如保持内心的清静。

第 六 章

【原文】

谷神不死^①,是谓玄牝^②。玄牝之门^③,是谓天地之根。绵绵呵^④!其若存^⑤用之不堇^⑥。

【注释】

①谷神:高亨说:谷神者,道之别名也。谷读为穀。谷神者,生养之神。

②玄牝(pìn):玄,原义是深黑色。有深远、神秘、微妙难测的意思。牝:本义是雌性的兽类动物,这里借喻具有无限造物能力的“道”。玄牝指玄妙的母性。这里指孕育和生养出天地万物的母体。

③门:指产门。这里用雌性生殖器的产门的具体义来比喻造化天地生育万物的根源。

④绵绵:连绵不绝的样子。

⑤若存:是实际存在却无法看到的意思。

⑥堇(jīn):通“勤”。作“尽”讲。

【意译】

生养天地万物的道(谷神)是永恒长存的,这叫做形而上的微妙的母体?玄妙母体的生育之门户,就是天地的根本。它就是这样不断的永存,作用是无穷无尽的。

第 七 章

【原文】

天长,地久。天地之所以能长且久者,以其不自生也^①,故能长生。是以圣人退其身而身先^②,外其身而身存^③,不以其无私邪?故能成其私。

【注释】

①以其不自生也:因为它不为自己生存。以,因为。

②身:自身,自己。以下三个“身”字同。先:居先,占据了前位。此是高居人上的意思。

③外其身:外,是方位名词作动词用,使动用法,这里是置之度外的意思。

【意译】

天地能长久存在。天地之所以能长久存在,是因为它们不为了自己的生存而自然地运行着。因此,有道的圣人遇事谦退无争,反而能在众人之中领先;将自己置之度外,反而能保全自己。这不正是因为他无私吗?所以能成就他的自身。

第 八 章

【原文】

上善如水^①。水善^②,利万物而有静,居众人之所恶,故几于道

矣。居善地^③，心善渊^④，予善天，言善信，正^⑤善治，事善能，动善时。夫唯不争，故无尤^⑥。

【注释】

①上善：指上善之人。上，上等，崇高。

②水善：善，善于、长子的意思。

③地：用作动词性谓语，这里的具体意义是选择低下的地方。

④渊：深。这里形容内心深沉虚静的状态。

⑤正：通“政”。

⑥尤：怨恨、归咎。

【意译】

崇高的圣人就好像水。水具有种种美德，它滋润万物，而又不和万物相争，它处在人人都厌恶的低下地方，所以水性接近于“道”。善人居处如水一样善于选择地方，心胸如水一样静默深远，待人如水一样润泽万物，说话如水一样遵守信用，从政如水一样有条有理，处事如水一样善于发挥特长，行动如水一样善于抓住时机。因为他与万物无争，所以没有过失。

第 九 章

【原文】

持而盈之^①，不若其已^②。揣而锐之^③，不可长葆也^④。金玉盈室，莫之能守也。贵富而骄，自遗咎也^⑤。功遂身退^⑥，天之道也。^⑦

【注释】

①持而盈之：持，通“殖”，取积累的意思，全句就可解为积累以使之满盈。

②已：有退止、缩减的意思。

③揣而锐之：揣，通“段（锻）”，锻造、冶炼。此句意思是：锻造金属器具，

使之锐利。这里比喻锋芒外露。

④葆(bǎo):通“保”,守住。

⑤咎(jiù):灾祸。

⑥遂(suì):成就。

⑦天:指“道”。成玄英认为说的是自然。

【意译】

积累达到满盈,不如及时停止。锤锻得尖锐锋利,不能长久保全。金玉满堂,没有藏得住的;富贵了而又骄奢,就给自己招来灾祸。功业完成了,就急流勇退,这才是顺应自然的道理。

第 十 章

【原文】

戴营魄抱一^①,能毋离乎?搏气至柔^②,能婴儿乎?脩除玄监^③,能毋有疵乎?爱民活国^④,能毋以知乎^⑤?天门启阖^⑥,能为雌乎^⑦?明白四达,能毋以知乎?生之、畜之^⑧,生而弗有,长而弗宰也,是谓玄德^⑨。

【注释】

①戴营魄抱一:戴,负戴、负荷。营,营气,精气,精魂,灵魂。魄:形魄,体魄,形体。抱一:指合一、守一。谓意守一窍。营魄抱一:讲精神专注在一窍,以一念代万念。

②搏(tuān):即圆,运转,周环。

③脩:即修,通“涤”,洗濯,扫除。洗刷掉污垢灰尘。监:古字,即“鉴”。在磨制的铜镜出现以前,古人用盆盛水来观照面容,这叫“监”,也叫“水监”。玄监:明镜。这里用作借喻,把幽深明澈的心灵比喻为玄妙明净的鉴。

④活:救活。

⑤知:通“智”,智慧。

⑥天门：指天赋人体的耳、鼻、口、目等感官。天门启阖指人的呼吸，喻人之生存。

⑦雌：指安静柔顺。

⑧畜(xù)：蓄养。

⑨德：指“道”的运用所形成的特殊属性或特殊规律。

【意译】

精神和身体合一，能够不分离吗？呼吸吐纳、运气，周身达到心平气和，能够达到像婴儿一样的状态吗？清除内心的杂念，澄洁心境，能够做到一尘不染吗？爱护民众、治理国家，能够自然无为吗？人生存在万物运动变化之中，能够做到宁静柔弱吗？明白事理，通达四方，能够不用心机吗？生长万物，养育万物，产生万物而不占有，滋养万物而不主宰，这叫做最深远的德。

第十一章

【原文】

卅辐同一毂^①，当其无有^②，车之用也。然埴而为器^③，当其无有，埴器之用也。凿户牖^④，当其无有，室之用也。故有之以有利，无之以用。

【注释】

①卅(sà)：三十。辐(fú)：车轮中连接轴心和轮圈的若干直木条，古代车轮的辐条，如同现代自行车的轮条。同：共，通“拱”，环绕。毂(gǔ)：车轮中心有圆孔的圆木，内贯车轴，外承车辐。

②当：一说“处在”。另一说“配合”。

③然(rán)：即然，烧。这里具体指制陶器时在窑内燃火烧烤土坯。埴(zhī)：粘土。

④凿户牖(yǒu)：凿，打孔、作洞。户，门。这里以“户牖”代替屋室的结构

部件。

【意译】

三十根辐条环绕着一个轮毂,有了毂中间的洞孔,才使车子得以运转。烘烧粘土制作器皿,有了器皿中间的虚空才有了器皿的功用。开凿门窗建造房屋,在那门窗墙壁内虚空处,成就了房屋的功用。因此,“有”之所以给人带来物质功利,是因为“无”起着重要的配合作用。

第十二章

【原文】

五色使人目盲^①,驰骋田猎使人心发狂,难得之货使人之行方^②,五味使人之口爽^③,五音使人之耳聋^④。是以圣人之治也,为腹而不为目。故去彼而取此。

【注释】

①五色:黄、青、赤、白、黑五种颜色。目盲:眼瞎,这里比喻眼花缭乱。

②方:违,逆。

③爽:伤败,差失。口爽:口味败坏。

④五音:宫、商、角、徵(zhǐ)、羽。五音构成中国古代乐声音阶中的五个音级。

【意译】

五彩缤纷令人眼花缭乱,五味杂乱令人口味败坏,五间纷杂令人听觉失灵,纵情狩猎令人内心狂荡,宝贵难得的财物令人操守变坏。因此,圣人的主张是:只求填饱肚皮,而不贪求声色悦目。所以摒弃物欲的诱惑而吸收有利于身心自由之物。

第十三章

【原文】

宠辱若惊，贵大患若身^①。何谓宠辱若惊？宠之为下也^②，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，为吾有身也，及吾无身，有何患？故贵为身于为天下^③，若可以托天下矣^④；爱以身为天下，女何以寄天下？

【注释】

①贵：贵重，珍视，重视。身：身体。

②宠之为下：宠爱居于下位。下，卑下。

③贵：这里是崇尚的意思。

④若：乃、才。托：托付。

【意译】

尊宠卑辱都令人惊恐，重视大忧患就像重视自身一样。什么叫“宠辱若惊”？因为得宠居于下位，得到它会惊喜不安，失掉它也会惊恐不安，这就叫宠辱若惊。什么叫“贵大患若身”？我之所以有大祸患，是因为我有这个身体，如果我没有身体，还有什么祸患呢？所以，崇尚献身于治理天下的人，才可以将天下托付给他；不愿舍身治理天下的人，你怎么可以将天下托付给他呢？

第十四章

【原文】

视之而弗见，名之曰微^①。听之而弗闻，名之曰希^②。搏之而弗得^③，名之曰夷。三者不可至计，故混而为一^④。一者，其上不

缪^⑤，其下不物^⑥。寻寻呵^⑦！不可名也，复归于无物^⑧。是谓无状之状，无物之象，是谓沕望^⑨。随而不见其后，迎而不见其首。执今之道，以御今之有，以知古始，是谓道纪^⑩。

【注释】

- ①微：没有形状。
 ②希：寂然无声。
 ③搢(tūn)：抚摸的意思。
 ④故混：故，通“固”，本来、原本。混：浑沦，此指浑然一体，指原始的统一体，即混沌的元气。
 ⑤缪：荒诞无稽。
 ⑥物：即忽，不明。
 ⑦寻寻(xún)：连续不断而来。
 ⑧复归：还原。无物：陈鼓应说不是一无所有，它是指不具任何形象的实存体。
 ⑨沕(mì)：潜藏的样子。望：即惘，远望而惘然不可见。沕望，王本作“惚恍”。
 ⑩道纪：道的纲要，引申为道的规律。

【意译】

：视而不见，称它无形。听而不闻，称它无声。摸它不着，称作无迹。这三者的形象无法追究下去，原本浑然一体。“一”这个东西，其先并非虚诞不实，其后也不是灭绝不明，连绵不断啊！不可具体形容和描述，它返本归根又空不见物的状态，这叫做没有形状的形状，没有具体物象的形象，这就叫做恍惚——潜藏而不可见。跟着它，看不见它的背后，迎着它，又看不见它的前头。根据现今的“道”，用它来驾驭现存的具体事物，能认识宇宙的起源，这就叫做“道”的规律。