

傅佩榮



《老子》
新解
下



译林出版社

傅佩荣

《老子》

目录 <<<

绪 论	3
第三十八章 上德不德，是以有德	1
◎ 保存禀赋，不要刻意修德	2
◎ “礼”是大乱的祸首	4
◎ 存心实在，而不陷于浮华	6
第三十九章 昔之得一者	8
◎ 整合，才能发挥适当的作用	9
◎ 掌握变化的规则，始立于不败之地	11
◎ 尊贵与卑贱并非对立之两面	12
◎ 顺势而行，才是人生关键	14
第四十章 反者道之动	16
◎ 一切的生命终究回到根源	16
◎ “道”的效用在柔弱	18
◎ 以“有”为“德”的说法有待商榷	19

◎ “无”不是真正的虚无	20
◎ 由可能性产生了实现性	22
第四十一章 上士闻道，勤而行之	23
◎ 以“闻道”区分上士、中士、下士	24
◎ “道”的三种表现	24
◎ 依人的本性而表现的四种“德”	25
◎ 唯有“道”能辅助万物，并且一一完成	26
第四十二章 道生一	28
◎ “道”展现为统一的整体	29
◎ 阴、阳、和三气形成“三”	30
◎ 万物皆是和谐体	31
◎ “道”的万物生成论	32
◎ 万物出现的三种解释	34
◎ 居高处者愈要谦虚	38
第四十三章 天下之至柔	40
◎ 至柔驭至坚	40
◎ 为无为，则无往不利	41
第四十四章 名与身孰亲	43
◎ 人的身体比名声、钱财都亲	43
◎ 获得与丧失之间	44

◎ 不要执著于所爱、所有	45
◎ 知足知止，安全自在	46
第四十五章 大成若缺	47
◎ 最大的圆满与充实，是不断地上进	47
◎ 看似笨拙，实则灵巧	48
◎ 人生的完美意境——大辩若讷	50
◎ 清静才是康庄大道	51
第四十六章 天下有道	54
◎ “有道”和“无道”的对应法	54
◎ 知足常乐	55
第四十七章 不出户，知天下	57
◎ 不出门而知天下事理	57
◎ 人的“知”，以内向自省为原则	59
◎ 内在觉悟自己	59
第四十八章 为学日益	61
◎ “日益”和“日损”	62
◎ 治理天下以无为为原则	63
◎ 解读《老子》难有定论	64

第四十九章 圣人常无心 67

- ◎ 圣人爱民如己 68
- ◎ 以善服人 69
- ◎ 给别人守信的机会 70
- ◎ 圣人使天下意念归于一体 71
- ◎ 圣人视百姓为纯真小孩 71
- ◎ 无差别待人 72

第五十章 出生入死 74

- ◎ 以珍惜每个刹那来面对必死的人生 75
- ◎ 照顾生命，不宜过度 76
- ◎ 善于养护生命的人，没有致命的要害 77

第五十一章 道生之 79

- ◎ 事物的发展不会跳跃 80
- ◎ 神奇的“德” 81

第五十二章 天下有始 83

- ◎ 宇宙万物的出现在于有名、无名 84
- ◎ 名实相符，终生不会陷于危险 85
- ◎ 欲望的限制 86
- ◎ 持守柔弱才是真坚强 87
- ◎ 运用理智光亮，返回启明境界 88

第五十三章 使我介然有知 90

◎ 顺着大道，不误入歧途 91

◎ 人君喜走斜径非正途 91

第五十四章 善建者不拔 93

◎ 按各自不同身份修德才有效果 94

◎ “德”的五种状况 95

◎ “知天下”的观察法 96

第五十五章 含德之厚 99

◎ 保存禀赋如婴儿，万物不伤 100

◎ 专注到极点，和谐到极点，才能恒久 101

◎ 以“敝而新成”取代“物壮则老” 102

第五十六章 知者不言 103

◎ 了解的不谈论，谈论的不了解 104

◎ 神奇的同化境界 105

◎ “道”不是自然主义 106

◎ 觉悟真实的“道”，不要太执著 107

第五十七章 以正治国 110

◎ “以无事”取得天下 111

◎ 忌讳愈多，人民愈穷 111

◎ 利器愈多，国家愈乱	112
◎ 技巧愈多，怪事愈增	112
◎ 法令愈细，盗贼愈多	113
◎ 圣人的所作所为，皆来自悟“道”	113
第五十八章 其政闷闷	116
◎ 为政不宜过分约束	117
◎ 祸福相倚	117
◎ 正常与反常经常发生变化	118
◎ 修养来自勉强	119
◎ 处于不圆满，才能继续成长	121
第五十九章 治人事天	123
◎ 主宰之天与自然之天	124
◎ 唯有省约，可以治人事天	126
◎ 不断累积禀赋，能长生久存	127
◎ 生命是动态开展的过程	128
第六十章 治大国，若烹小鲜	130
◎ 治国要像烹调小鱼	130
◎ 以“道”领导天下则神鬼不伤	131
第六十一章 大国者下流	134
◎ 领导者要有居“下流”的雅量	135

◎ 大国与小国的和平相处之道	136
◎ 大国宜处于下位	137
◎ 附录：唯心论和唯物论	138
第六十二章 道者，万物之奥	146
◎ “道”是善人之宝，不善人的依靠	147
◎ “道”不会舍弃人，人不可以舍弃“道”	148
◎ 治理国家也要用“道”	148
◎ 有求的就能获得，有罪的可以免除	149
第六十三章 为无为	151
◎ 以“无为”过自己的生活	152
◎ 道儒两家对“以德报怨”的观点不同	152
◎ 困难开始于容易，大事开始于微小	153
◎ 生命总在开展之中	154
◎ 轻易承诺，则难以守信	155
第六十四章 其安易持	157
◎ 及早掌握，防患未然	158
◎ 事物都是由小变大，由简单变复杂	159
◎ 不要作为，摒弃执著	160
◎ 做人做事，皆要慎终如始	161
◎ 不受物的牵制，让它拥有原本的自然状态	161

◎ 圣人心如明镜，映照真实	162
第六十五章 古之善为道者	165
◎ 以“道”愚民	166
◎ 为政之要，在于真诚朴实	166
第六十六章 江海所以能为百谷王者	168
◎ 圣人善于居下退让，反得民心	169
◎ 帝王制度是中国历史上最大的害虫	170
◎ 人的价值，在于内在的自我认识与正确选择	171
◎ 圣人是理想的统治者	172
第六十七章 天下皆谓我道大	174
◎ “道”至大无外，无法有具象	175
◎ 老子的“三宝”	176
◎ 因为慈爱，所以勇敢	177
◎ 俭约才能将物的效用推扩到极限	178
◎ 领袖必须“不敢为天下先”	178
◎ 背“道”而驰者终究自取灭亡	179
◎ 以慈爱则战无不胜	180
◎ 天以慈爱救助人	181
第六十八章 善为士者	184
◎ 善于担任将帅的人，不崇尚武力	184

◎ “不争之德”才符合天道	185
第六十九章 用兵有言	188
◎ 用兵宜采守势	189
◎ 不露形迹，才可随时调整策略	189
◎ 祸患大多来自轻敌	190
◎ 两军对抗，哀兵必胜	191
第七十章 吾言甚易知	193
◎ 简单的言论，却不容易了解	193
◎ 说话有宗旨，做事有根据	195
◎ 有好东西不要轻易露白	196
◎ 掌握“道”，就能无人而不自得	197
第七十一章 知不知	201
◎ 最好的“知道”，是知道而不自以为知道	201
◎ 病病唯因真不病	203
第七十二章 民不畏威	206
◎ 为人与为政不可逞强	207
◎ 为政之道在于不打断、不压制人民	208
◎ 保有自知自爱，舍弃自见自贵	208

第七十三章 勇于敢则杀 210

- ◎ “勇于不敢”比“勇于敢”更难 210
- ◎ 自然界的运作法则 212
- ◎ 天网恢恢，疏而不失 213
- ◎ 三个“天”字，各表不同 215

第七十四章 民不畏死 216

- ◎ 以杀止乱，缘木求鱼 216
- ◎ 不要把人逼向穷途 217
- ◎ 伤害民众的人，也会伤害到自己 218

第七十五章 民之饥 220

- ◎ 统治者是最大的问题 220
- ◎ 让生命顺其自然 223
- ◎ 韩非子以老子为幌子 224
- ◎ 老子思想的主轴 224

第七十六章 人之生也柔弱 228

- ◎ 处世态度宜取柔弱而戒坚强 228
- ◎ 强大者居于劣势，柔弱者居于优势 230

第七十七章 天之道，其犹张弓欤 232

- ◎ 自然的法则是减有余而补不足 233

◎ 人世的作风是减不足来供给有余	234
◎ 圣人的作为是效法“天之道”	235
第七十八章 天下莫柔弱于水	237
◎ 长期投入，滴水穿石	238
◎ 江海容纳百川，也容纳污垢	239
第七十九章 和大怨，必有余怨	242
◎ 怨恨宜解不宜结	242
◎ 不向人索取偿还	243
◎ 有德之人宽裕，无德之人计较	244
◎ 天道总与善人同行	245
◎ 智慧的启迪	246
第八十章 小国寡民	248
◎ 小国寡民是老子的理想社会	249
◎ 让生命处于甘美安乐的状态	250
◎ 老子心中的理想境界	250
第八十一章 信言不美	253
◎ 事物的真相，往往与表面不符	254
◎ 心灵资源，愈用愈充足	255
◎ 体悟“道”的真义，修炼灵性生命	256

第三十八章 上德不德，是以有德

上德不德，是以有德；下德不失德，是以无德。

上德无为而无以为；

上仁为之而无以为；

上义为之而有以为。

上礼为之而莫之应，则攘臂而扔之。

故失道而后德，失德而后仁，失仁而后义，失义而后礼。

夫礼者，忠信之薄，而乱之首。

前识者，道之华，而愚之始。

是以大丈夫处其厚，不居其薄；处其实，不居其华。

故去彼取此。

【译文】

推崇禀赋的人不刻意修德，所以保存了禀赋；贬抑禀赋的人不忽略修德，所以失去了禀赋。

推崇禀赋的人无所作为，并且不存任何目的。

推崇行仁的人有所作为，但是不存任何目的。

推崇行义的人有所作为，并且存着特定目的。

推崇行礼的人有所作为，而得不到响应，就举起手臂，强迫别人顺从。

所以，失去了道，才要讲求稟赋；失去了稟赋，才要讲求仁；失去了仁，才要讲求义；失去了义，才要讲求礼。

礼的出现，使忠信沦于浇薄，也是大乱的祸首。

从前的有识之士，把握“道”的浮华外表，其实正是愚昧的开始。

因此，大丈夫立身淳厚而不居于浇薄；存心实在而不陷于浮华。所以要舍弃后者而采取前者。

保存稟赋，不要刻意修德

本章开头的几句话在不同版本里略有出入，现在这个版本是根据许多专家的研究而定的，因为这样最合逻辑。

“上德、下德”里的“德”是指稟赋或本性；“上”、“下”不是形容词，若做形容词，就指上与下等，但是人的稟赋怎么分上、下等呢？如果“上德”是上等的德，“下德”就是下等的德，如此一来就有上等的稟赋和下等的稟赋，显然与“德乃天生稟赋”不符。所以不应该将“上、下”视为形容词，而应视为动词，“上”代表推崇，“下”代表贬抑。

“上德不德，是以有德；下德不失德，是以无德”，意

即推崇稟赋的人不刻意修德，所以保存了稟赋；贬抑稟赋的人不忽略修德，所以失去了稟赋。凡是主张需要刻意修德的人，都是预设人的稟赋不好、不够理想。由此看来，道家反而比较接近“人性本善”的立场。

有些学者认为儒家主张“人性本善”，我不能接受，因为儒家强调教育，强调教育就表示人的本性不太理想，需要好好教导。道家反对教育，反而有可能主张“人性本善”，这也是某些日本学者的意见。儒家如果讲“人性本善”，很多论述便显得格格不入。比方说，既然强调教育，而人性本善，还需要教什么呢？教做坏事吗？如果要教人行善，就表示本来的善不够善。

老子认为推崇稟赋的人不刻意修德，只要好好地保存稟赋，即是“有德”。贬抑稟赋的人认为稟赋不好，所以才不忽略修德。如果把“德”当做稟赋，“上”、“下”当动词，上是推崇，下为贬抑，整句话的意思就清楚了。

“上德无为而无以为”，意即推崇稟赋的人无所作为，并且不存任何目的。“无以为”就是不存任何目的，“无为而无以为”即无所作为也不存任何目的。

“上仁为之而无以为”，意即推崇行仁的人有所作为，但是不存任何目的。

“上义为之而有以为”，意即推崇行义的人有所作为，并且存着特定目的。“行义”在老子看来有其特定目的，但

至少做的是好事。

“上礼为之而莫之应”，意即推崇行礼的人有所作为，而得不到响应。你对别人很有礼貌，人家照样骂你；你跟人家下跪，人家照样不理你。有礼的人得不到响应，怎么办呢？“攘臂而扔之”，意即举起手臂，强迫别人顺从。因为儒家强调“礼”，而礼就是问题所在。讲“道”的话，什么都不用做；讲“德”的话，就是“上德”，无所作为，并且没有特定目的；退而求其次是“上仁”，有所作为，但是没有特定目的；再下来是“上义”，有所作为，并且有特定目的；一层一层到“礼”就麻烦了，不但有所作为，还得不到响应，只有举起手臂强迫别人顺从。

“礼”是大乱的祸首

“故失道而后德，失德而后仁，失仁而后义，失义而后礼”，意即所以，失去了道，才要讲求稟赋；失去了稟赋，才要讲求仁；失去了仁，才要讲求义；失去了义，才要讲求礼。此即“去彼取此”也，去除那个，选择这个。此外，由“失道而后德”一语，可知每况愈下的过程，与人的选择有关。人生本来就是选择的过程，人与其他生物的差别，就在于有选择的能力。以礼乐来推行的时候，这个世界上只能勉强维持秩序，稍微不注意，就会出现各种后遗症。“礼”真