

道德经

(下)

中国国学文化艺术中心

编写

「十五」规划课题国学教育专项研究全国实验教材

「十二五」《中国传统文化与当代教育》校本实验教材

《二十一世纪中国传统文化教育振兴计划》教学指定用书

《道德经》，由春秋时期

的老子所著。全书共八十一章

是中国历史上首部完整的哲

学著作。书中有系统阐述变

化所遵循的规律，有修身

立命、治国安邦的普遍原则

其中所蕴含的智慧，经数百年代

历传承，这部被誉为



中国传统文化教育全国中小学实验教材

《道德经》下

中国国学文化艺术中心

编写

《道德经》是怎样

数十年来，在中国浩如烟海的书籍中，最被国外
的大师就是《道德经》。《道德经》主张顺应自然，无
意的时候，安抚了多少中国人浮躁不平的心，也使西
方自然的关系，它的全部文字虽然不到一千言，但它
非常丰富的，书中有许多深刻的哲理，所蕴含的智慧和
为“万世之王”的教诲，对中华民族性格的塑造，都起
作用。在西方，这本书比任何一本儒家的著作都更流
行，被广泛地引用，除了圣经以外，任何书籍都无法与其



人民教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中国传统文化教育全国中小学实验教材. 道德经. 下/
中国国学文化艺术中心编. —北京: 人民教育出版社,
2011. 7

ISBN 978 - 7 - 107 - 23940 - 3

I. ①中… II. ①中… III. ①中华文化—中小学—教
材 IV. ①G634. 301

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 170500 号

人民教育出版社出版发行

网址: <http://www.pep.com.cn>

北京人卫印刷厂印装 全国新华书店经销

2011 年 7 月第 1 版 2012 年 7 月第 1 次印刷

开本: 787 毫米×1 092 毫米 1/16 印张: 7.5

字数: 150 千字 印数 0 001~5 000 册

定价: 16.00 元

著作权所有·请勿擅用本书制作各类出版物·违者必究

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与本社出版科联系调换。

(联系地址: 北京市海淀区中关村南大街 17 号院 1 号楼 邮编: 100081)

《道德经》是怎样一本书

数千年来，在中国浩如烟海的书籍中，最被国外广泛翻译和阅读的大概就是《道德经》。《道德经》主张顺应自然，无为而治，不但在失意的时候，安抚了多少中国人忿懣不平的心，也使西方人重新思考人与自然的关系。它的全部文字虽然不到六千言，但它的思想内涵却是非常丰富的。书中有万物发展变化所遵循的规律，有修身立命、治国安邦的普遍原则，其中所蕴含的智慧“综罗百代，广博精微”。这部被誉为“万经之王”的宝典，对中华民族性格的铸成，都曾起过不可估量的作用。在西方，这本书比任何一本儒家的著作都更流行，翻译成的英文译本超过40种，除了圣经以外，任何书籍都无法与其相比。

据《史记·老子韩非列传》记载，老子姓李，名耳，字聃，春秋末楚国苦县人，曾任周代守藏室之史。孔子至周，曾向老子问礼。周室衰微，老子辞官退隐。经函谷关，关令尹喜强请著书，老子遂著书上、下篇，言道德之意五千余言，然后出关西行，莫知所终。这本书即今之《道德经》。





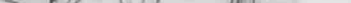
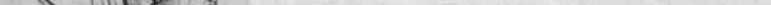
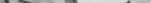
第四十一章	2
第四十二章	4
第四十三章	6
第四十四章	8
第四十五章	10
第四十六章	12
第四十七章	14
第四十八章	16
第四十九章	18
第五十章	20
第五十一章	22
第五十二章	24
第五十三章	26
第五十四章	28
第五十五章	30
第五十六章	32
第五十七章	34
第五十八章	36
第五十九章	38
第六十章	40

第六十一章	42
第六十二章	44
第六十三章	46
第六十四章	48
第六十五章	51
第六十六章	53
第六十七章	55
第六十八章	57
第六十九章	59
第七十章	61
第七十一章	63
第七十二章	65
第七十三章	67
第七十四章	69
第七十五章	71
第七十六章	73
第七十七章	75
第七十八章	77
第七十九章	79
第八十章	81
第八十一章	83
中国传统文化常识	85
中国玉文化欣赏	85
编者按	108

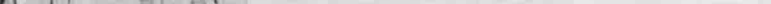




... ..



... ..



1990



第四十一章

上士闻道，勤而行之；中士闻道，若存若亡；下士闻道，大笑之。不笑不足以为道。故建言有之：明道若昧，进道若退，夷道若颡^①。上德若谷，大白若辱，广德若不足，建德若偷，质真若渝^②。大方无隅^③，大器晚成，大音希声，大象无形，道隐无名。夫唯道，善贷^④且成。

【译解】

①夷道若颡(lèi)：夷，平坦；颡，崎岖不平、坎坷曲折。②渝：改变。③隅：隅，角落、墙角。④贷：施与、给予。

上士听了道的理论，努力去实行；中士听了道的理论，将信将疑；下士听了道的理论，哈哈大笑，以为荒诞不经。不被嘲笑的道，那就不足以成其为真道了。因此古时立言的人说过这样的话：光明的道好似暗昧，前进的道好似后退，平坦的道好似崎岖。崇高的德好似低下的川谷，高洁显荣反似含垢受辱，广大的德性好像不足的样子，刚健的德好似怠惰的样子，质朴而纯真好似随物变化的样子。最广大的空间，反而没有棱角；伟大的成就大都晚成，天籁之声无声无息，最大的象，无形可见，大道隐微不可说。只有无所不在的道，才能施恩于万物，且善始善终，无所不成。

【拓展】

不要急于排斥你所不理解的东西，不要认为你做不到的事情别人也做不到。怀疑是没有错误的，但是盲目的怀疑只能证明你的无知，而真理在开始的时候往往是被世人所排斥的。

【链接】

问题不在于告诉他一个真理，而是在于教他怎样去发现真理。

——[法]让·雅克·卢梭

【汉字字体识读】

wén	甲骨文	金文	小篆	隶书	繁体	行书	说文解字
闻							闻：知闻也。

老子用诗歌的手法，颂
扬了“道”之广博与精
妙：大方无隅，大器晚
成，大音希声，大象无
形，道隐无名。



第四十二章

道生一^①，一生二^②，二生三^③，三生万物。万物负阴而抱阳，冲气以为和。人之所恶，唯孤、寡、不穀，而王公以为称。故物，或损之而益，或益之而损。人之所教，我亦教之。强梁者不得其死，吾将以为教父。

【译解】

①一：这是老子用以代替道这一概念的数字表示，即道是绝对无偶的。②二：指阴气、阳气。“道”的本身包含着对立的两方面。阴阳二气所含育的统一体即是“道”。因此，对立着的双方都包含在“一”中。③三：即是由两个对立的方面相互矛盾冲突所产生的第三者，进而生成万物。

道是万物衍生的总原理（一不是数字的一，是指浑然一体的混沌原始状态），一派生出二，二派生出三，三演化出万物（二、三也不是数字，是指原始状态的逐步分化）。万物禀赋阴阳二气的相交而生，并在阴阳二气的互相激荡中达到和谐。人们最厌恶的就是孤、寡、不穀，但王公却以此自称。所以一切事物，表面上看来受损，实际却是得益；表面上看来得益，实际却是受损。因此，人生在世，应体道而行，不可仗恃自己的力量向大自然逞强，否则定不得善终。前人教给我这个道理，如今我也拿来教导别人。强暴的人不得善终，我把它作为教诲他人的开始。

【拓展】

说到一、二、三这几个数字，这并不是把一、二、三看做具体的事物和具体数量。它们只是表示“道”生万物从少到多，从简单到复杂的一个过程。

【链接】

希望是附丽于存在的，有存在，便有希望，有希望，便是光明。——鲁迅

【汉字字体识读】

wàn	甲骨文	金文	小篆	隶书	繁体	行书	说文解字
万							万：虫也。从虫，象形。
							

第三十四章

老子讲的“道”是万物的总根源，其道理并不复杂：道生一，一生二，二生三，说明了事物由简单到复杂的分化过程和递进的关联关系。



第四十三章

天下之至柔，驰骋天下之至坚，无有入无间，吾是以知无为之有益。不言之教，无为之益，天下希及之。

【译解】

天下最柔弱的东西，能驾驭天下最坚强的东西，道是无微不至的，这一无形的力量能穿透没有间隙的东西。我因此认识到“无为”的益处。不言的教导，无为的益处，天下很少有人懂得，也很少有人做得到。

【拓展】

最柔弱的东西里面，蓄积着人们看不见的巨大力量，使最坚强的东西也无法抵挡。柔弱发挥出来的作用，在于“无为”。水是最柔的东西，但它却能够穿山透地。所以老子反复强调柔弱胜刚强的道理。

【链接】

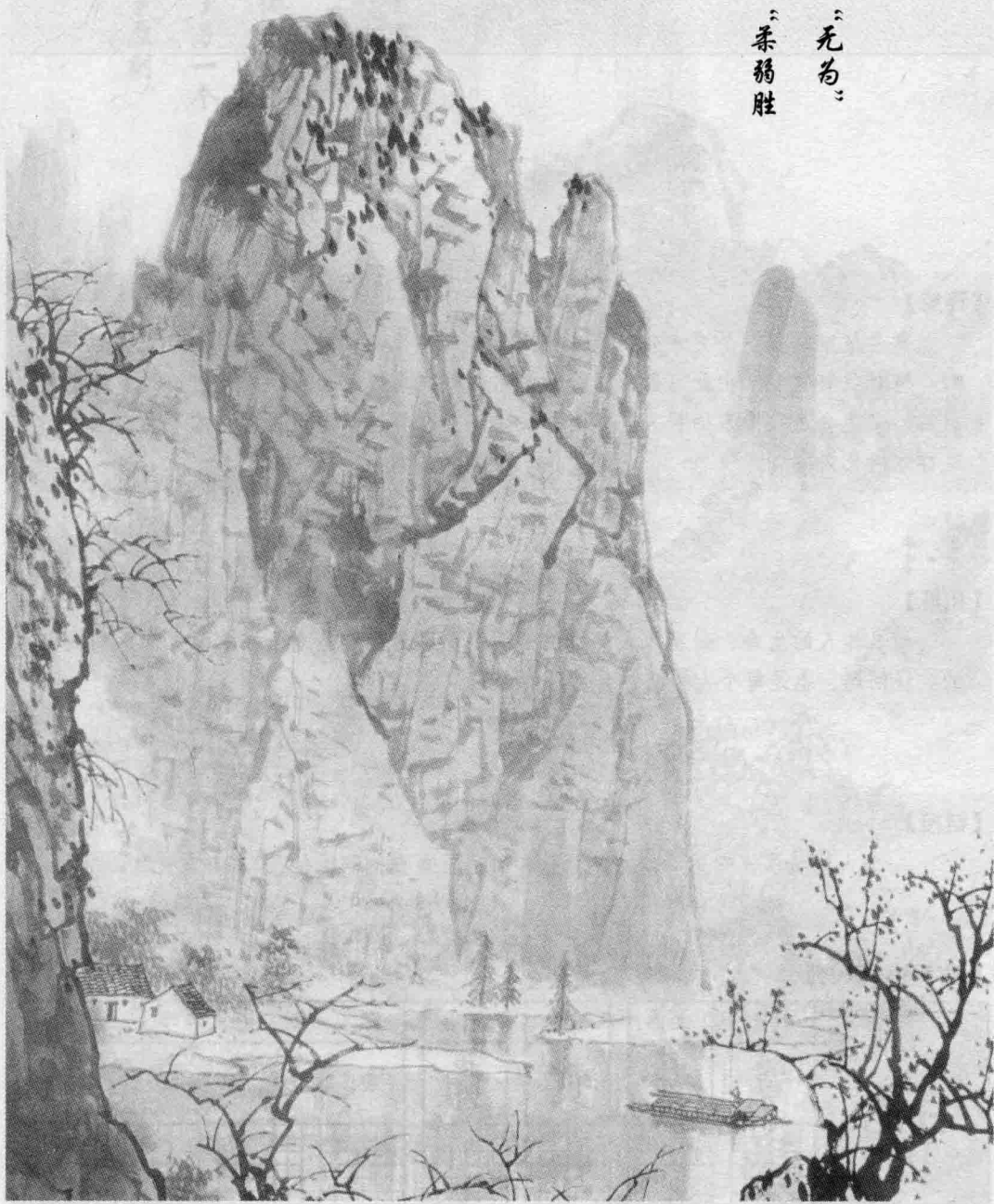
善将者，其刚不可折，其柔不可卷，故以弱制强，以柔制刚。

——〔三国·蜀〕诸葛亮

【汉字字体识读】

chí 驰	小篆	隶书	繁体	行书	说文解字
	𨋖	𨋖	馳	驰	驰：大驱也。从马，也声。
	𨋖				

老子再次强调“无为”
的好处，强调“柔弱胜
刚”的道理。



第四十四章

名与身孰亲？身与货孰多？得与亡孰病？是故甚爱必大费，多藏必厚亡。知足不辱，知止不殆，可以长久。

【译解】

声名与生命哪一个更亲呢？生命与财货哪一样更贵重呢？得到名利与失去生命，哪一样对我有害呢？由此可知，过分地爱名，就必定要付出重大的代价；过多地积敛财富，必定会遭致惨重的损失。只有知足才不会受辱，知道适可而止才不会有危险，这样才能长久。

【拓展】

虚名和人的生命、财富与人的价值哪一个更可贵？这是老子在本章里向人们提出的尖锐问题，也是每个人都必然会遇到的问题。

【链接】

一个人的价值，应该看他贡献什么，而不应当看他取得什么。

——[美]爱因斯坦

【汉字字体识读】

fèi 费	小篆	隶书	繁体	行书	说文解字			
	費	費	費	费	费：财用也。从贝弗声。房未切。			
	費							

老子提倡的“贵生重己”、“适可而止”、“知足”等观点，对当今处于繁华的物质世界中的人们，提出了另一个角度的生活观和处事原则。



第四十五章

大成若缺，其用不弊。大盈若冲，其用不穷。大直若屈，大巧若拙，大辩若讷。躁胜寒，静胜热。清静为天下正。

【译解】

最完美的东西，好似有残缺一样，但它的作用永远不会衰竭。最充盈的东西，好似虚空一样，但是它的作用不会穷尽。最正直的东西，好似曲屈的样子；最灵巧的东西，好似很笨拙的样子；最卓越的辩才，好似木讷不善言辞一样。疾走能抵御严寒，安静能解除烦热。清静无为是治理天下之准则。

【拓展】

老子认为有些事物表面看来是一种情况，实质上却又是一种情况。表面情况和实际情况有时完全相反，比如“大智若愚”、“大辩若讷”，这些话闪耀出老子辩证看待问题的智慧光芒。

【链接】

人生有两出悲剧。一是万念俱灰；另一是踌躇满志。

——[英]萧伯纳

【汉字字体识读】

biàn 辩	小篆	隶书	繁体	行书	说文解字				
	辯	辯	辯	辯	辯：治也。				
	辯								

章六十四策

“大巧若拙”并不是提倡愚笨，“大辩若讷”也不是希望口才拙劣。老子充分发挥其辩论法思想，通过事物正反两方面对称对应关系，再次把事物的良好发展归结为“清静无为”。这一总原则。孔子也有“刚毅木讷近仁”的思想，同样倡导质朴而反对华而不实的作风。

