

太上玄元道德經

道可道非常道名

有名萬物之母常無

其

林安梧 譯著

# 老子道德經

新譯

天下皆知美之為美斯惡已皆知善之為善斯不

善已故有無之相生難易之相成長短之相開高



策劃◎讀冊文化公司

印行◎道教總廟三濟宮

林安梧 譯著

新譯  
老子道德經

策劃◎讀冊文化公司  
印行◎道教總廟三清宮

## 新譯老子道德經

---

印 行—道教總廟三清宮  
出 版—讀冊文化事業有限公司  
作 者—林安梧  
發 行 人—陳進富  
地 址—宜蘭縣冬山鄉得安村三清路 123 號  
電 話—(03) 9515135~37  
傳 真—(03) 9510983  
行政院新聞局局版高市業字第 130 號  
出版日期—公元 2000 年 10 月初版  
法律顧問—有為律師事務所  
版權所有·翻印必究

《新譯老子道德經讀後》（代序） 陳進富

老子《道德經》，不僅是中華民族的智慧寶典，更是全人類皆應珍愛的智慧遺產。千百年間，自戰國時代的《韓非子·解老》、《喻老》兩篇開始，老子《道德經》至少已有七百餘種不同的注疏；而在西方，早在十九世紀上半葉即有了《道德經》的譯本。根據聯合國教科文組織統計，在世界文化名著中，譯成外國文字發行量最大的是基督教《聖經》，其次就是老子《道德經》。無怪乎美國紐約時報便曾把老子列為全世界古今十大作家之首。

作為人間智慧守護者的老子，在開啓、引導人類心靈文明的領域上，已做出了卓著的貢獻，然而除此之外，道家更孕育了屬於我

國本土的宗教——道教。除了《太平經》之外，道家的其他重要理論則幾乎全從《老子》、《莊子》而來，「老子」更是原始道教的教主。「太上老君」，中華道教會道藏經影印序言說：「長生大道，淵源於太上老君，太上老君為大道之鼻祖，其道德經兩篇為道經之祖經——，隋大業中，道士以術進者眾，其所以講經，以老子為本，次講莊子。」因此，道教便遵奉老子《道德經》為《太上玄元道德經》。

本書共分八十一章，分道、德兩篇，司馬遷《史記·老子列傳》說明著書因緣說：「（老子）見周之衰，迺西去。至關，關令尹喜曰：『子將隱矣，彊（勉強）為我著書。』於是老子乃著書上下篇，言道德之意五千餘言而去。」可見，老子本無心為書，若非關令尹的要求，恐怕世人將無緣領受這不世出的智慧結晶，上天所賜的智慧寶典。

職是之故，本宮基於傳承人間大智、宏揚道法聖慈的使命與責任，乃敦請清華大學林教授安梧博士，重新為之白話翻譯，譯文詳

實深刻，兼具文學之美，如：

「玄同」是說在生命的玄遠之源是相通的，這便是「道」；「道」是萬有一切所依歸及開啟的奧秘之門！（第一章）

廢棄了自然大道，就得強調人間的真情實感、義理規範；出離了智慧明照，人間的造作詐偽也就群起而生了。（第十八章）

輕易應諾的人一定少了些信用，把事情看得太容易了，一定會遭到更多的困難。因此，即使是聖人對任何輕易的事也謹慎而莊嚴的像是難事去面對它，所以到頭來，天下事也都不困難了！（第十三章）

此外，林安梧教授別出心裁，以經義為本，另增「心靈藥方」一項，讀來更足以啓人心智、深思再三；如：

要相信生命有一回歸與生長的可能，不必造作，不必擔心。（

第十六章)

真正的智慧是自照照人，明白了自己，因而清楚了別人，是以自身為起點展開的。(第三十三章)

能放得開，他才能生長，給他天地，比給他什麼都重要！(第五十四章)

這樣的「譯文」與「藥方」，是否令您感到親切明瞭、受用無窮呢？

智慧如春風，撫慰稚嫩的人心；智慧如夏陽，溫暖冷寂的人心；智慧如秋月，朗現渾濛的人心；智慧如冬雪，降溫沉淪於火宅欲念的人心。《老子道德經》蘊藏的智慧，如四季更替，萬古常新，林譯《老子道德經》，更是羽翼經文，使道家的智慧，在日趨枯竭、困頓的現代人心靈中，展翅飛翔，再造生機。





第二十四章	第二十三章	第二十二章	第二十一章	第二十章	第十九章	第十八章	第十七章	第十六章	第十五章	第十四章	第十三章	第十二章	第十一章
不處	同道	抱一	從道	食母	樸素	四有	知有	復命	微妙	道紀	寵辱	為腹	虛中
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
8	8	7	7	6	6	6	5	5	5	4	4	3	3
7	3	9	5	9	5	2	8	4	0	6	2	9	6

第二十五章	混成	1	9	0
第二十六章	輜重	1	9	4
第二十七章	襲明	1	9	7
第二十八章	常德	1	0	1
第二十九章	自然	1	0	5
第三十章	不道	1	0	9
第三十一章	貴左	1	1	3
第三十二章	不敢	1	1	7
第三十三章	盡已	1	2	0
第三十四章	成大	1	2	3
第三十五章	大象	1	2	6
第三十六章	微明	1	2	9
第三十七章	無為	1	3	2
第三十八章	處厚	1	3	5
第三十九章	得一	1	4	0

第五十三章	第五十二章	第五十一章	第五十章	第四十九章	第四十八章	第四十七章	第四十六章	第四十五章	第四十四章	第四十三章	第四十二章	第四十一章	第四十章
大道	守母	尊貴	生死	德善	日損	不出	知足	清靜	知止	致柔	沖和	聞道	反覆
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
8	8	8	7	7	7	6	6	6	5	5	5	4	4
8	4	0	6	3	0	7	4	1	8	6	2	8	5

第五十四章	善建	1	9	1
第五十五章	含德	1	9	5
第五十六章	道貴	1	9	9
第五十七章	治國	2	0	3
第五十八章	察政	2	0	9
第五十九章	長生	2	1	1
第六十章	道蒞	2	1	4
第六十一章	為下	2	1	7
第六十二章	道奧	2	2	1
第六十三章	無難	2	2	5
第六十四章	輔物	2	2	9
第六十五章	大順	2	3	4
第六十六章	江海	2	3	8
第六十七章	三寶	2	4	1
第六十八章	不爭	2	4	5

第六十九章	用兵	2	2	4	8
第七十章	懷玉	2	5	1	8
第七十一章	不病	2	5	4	
第七十二章	畏威	2	5	6	
第七十三章	天網	2	5	9	
第七十四章	司殺	2	6	2	
第七十五章	貴生	2	6	5	
第七十六章	柔弱	2	6	8	
第七十七章	天道	2	7	1	
第七十八章	水德	2	7	5	
第七十九章	左契	2	7	9	
第八十章	不徙	2	8	2	
第八十一章	不積	2	8	6	

新譯老子道德經

第一章 觀妙

第一章 觀妙

道可道，非常道，

名可名，非常名。

無名，天地之始，

有名，萬物之母。

故常無欲以觀其妙，

常有欲以觀其激，

此兩者同出而異名，

同謂之玄，

玄之又玄，

衆妙之門。

【白話譯文】

「道」是可以說的，但說出來了，就不是那恆常的「道」。

「名」是可以表白的，但表白出來了，就不是那恆常的「名」。

在還沒有表白前，那個無分別的狀態是天地的本源；

既有了表白，這個分別了的狀態，是萬物生長的母親。

回到恆常而無分別的狀態，便可以觀看到道體的奧妙。

經由恆常而現出分別的跡向，便可以觀看到道體的表現。

無分別的狀態、有分別的跡向，兩者都出於恆常的道體；

但在表白上，名稱卻是不同的。

就這樣的不同而又同，我們說它叫做「玄同」。

「玄同」是說在生命的玄遠之源是相通的，這便是「道」；

「道」是萬有一切所依歸及開啟的奧秘之門啊！



## 【心靈藥方】

- ◎ 遇到了事情，要有沉默而冷靜的思考，不必急於表白。
- ◎ 只要問心無愧也就可以了。
- ◎ 人間事物，原只是自自然然的生長，不必在乎，但也不是不在乎，要懂得自在、自然。
- ◎ 「道」的門是為沉默而生長的，喧嘩的人們就讓他們喧嘩吧！
- ◎ 不是不去管他，而是要沉靜的去管他，管他就要先自在。