

玄之又玄

《道德经》读本

赵波 著



 中华书局

玄之又玄
《道德经》读本

赵波 著



中華書局

图书在版编目(CIP)数据

玄之又玄:《道德经》读本/赵波著. —北京:中华书局,2015.2
ISBN 978-7-101-10426-4

I. 玄… II. 赵… III. ①道家②《道德经》-研究
IV. B223.15

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 210906 号

书 名	玄之又玄——《道德经》读本
著 者	赵 波
责任编辑	祝安顺 梁 皓
出版发行	中华书局 (北京市丰台区太平桥西里 38 号 100073) http://www.zhbc.com.cn E-mail:zhbc@zhbc.com.cn
印 刷	北京天来印务有限公司
版 次	2015 年 2 月北京第 1 版 2015 年 2 月北京第 1 次印刷
规 格	开本/700×1000 毫米 1/16 印张 12 字数 150 千字
印 数	1-5000 册
国际书号	ISBN 978-7-101-10426-4
定 价	38.00 元

序

《道德经》是中国古代著名经典之一，是先秦道家学派的奠基之作，也为后来的道教奉为理论圭臬，迄今为止一直对中国传统思想文化的形成与发展产生着重要影响。

《道德经》原称《老子》，东汉班固《汉书·艺文志》云“《老子邻氏经传》四篇，《老子傅氏经说》三十七篇，《老子徐氏经说》六篇”，始将《老子》与“经”连文；汉桓帝时的边韶《老子铭》云“见迫遗言，道德之经”，稍后的葛玄《老子序》云“作道、德二篇五千文上下经焉”，已将“道德”二字与“经”联系起来；魏晋时期的皇甫谧《高士传·老子李耳》云“作《道德经》五千余言……以其年老，故号其书为《老子》”，同时代的王弼则径题所注《老子》为《老子道德经注》，自此以后《老子》也被称为《道德经》。

关于《道德经》一书的作者，司马迁《史记·老子韩非列传》中说：

老子者，楚苦县厉乡曲仁里人也，姓李氏，名耳，字聃，周守藏室之史也。

孔子适周，将问礼于老子。老子曰：“子所言者，其人与骨皆已朽矣，独其言在耳。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。”

孔子去，谓弟子曰：“鸟，吾知其能飞；鱼，吾知其能游；兽，吾知其能走。走者可以为罔，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！”

老子修道德，其学以自隐无名为务。居周久之，见周之衰，乃遂去。至关，关令尹喜曰：“子将隐矣，强为我著书。”于是老子乃著书上下篇，言道德之意五千余言而去，世莫知其所终。

以上司马迁介绍了老子三方面的情况，一是老子的籍贯、姓名、曾任官职；二是老子与孔子的交往，也就是大家常说的“孔子问礼于老子”；三是老子为尹喜写了一部书，这部书分为上、下两篇，论述的是道德方面的内容，书的字数是五千多字。至此，《道德经》一书的作者，似乎清清楚楚、明明白白：那个姓李名耳字聃、曾经做过“周守藏室之史”、孔子见过的老子写作了《道德经》这部书。

然而，我们继续往下看，问题和麻烦就来了。《史记·老子韩非列传》

中接下去说：

或曰：老莱子亦楚人也，著书十五篇，言道家之用，与孔子同时云。盖老子百有六十余岁，或言二百余岁，以其修道而养寿也。

自孔子死之后百二十九年，而史记周太史儋见秦献公曰：“始秦与周合，合五百岁而离，离七十岁而霸王者出焉。”或曰儋即老子，或曰非也，世莫知其然否。

说着说着老子，怎么又扯上了老莱子、太史儋？原来，究竟谁是老子？老子生活在什么年代？是谁写作了《道德经》这部书？生活于西汉的司马迁也已经迷糊了，已经搞不太清楚了，所以他只得数说兼存，而把疑难留给了后人。

司马迁这一迷糊，不仅是谁写作了《道德经》成了问题，还引发了老子究竟是谁，是哪个老子写作了《道德经》，《道德经》究竟成书于什么年代等一系列相关问题。从宋代的叶适到清代的汪中，已经对老子的身份提出过种种质疑。近代以来，梁启超、冯友兰、钱穆、胡适等众多著名学者又开始就这些问题进行争论。这类争论的文章，多载于《古史辨》第四、六册，字数达五十余万。但最终的结果是：公说公有理，婆说婆有理。谁也没有说服谁，谁也很难说服谁。不过，在这场旷日持久、相持不下的争论中，胡适先生曾说过一句颇为中肯

的话，认定老子的年代要有确证，“在寻得这种证据之前，我们只能延长侦察的时期，展缓判决的日子”。

幸运的是，考古果真发现了胡适先生所说的“证据”。1973年，湖南长沙马王堆三号西汉墓出土了《道德经》帛书两种，其一用篆书抄写，整理者命名为甲本；其一用隶书抄写，整理者命名为乙本。甲本中不避刘邦的“邦”字，表明其抄成时间当在刘邦称帝以前；乙本中不避“盈”字而避“邦”字，表明它抄成的时间在刘邦等皇帝之后、刘盈当皇帝之前。无独有偶，帛书《道德经》发现二十年后的1993年，湖北荆门郭店楚墓中又出土了一批《道德经》竹简，其篇幅约等于帛书本和今本《道德经》的五分之二。根据竹简的长短不同，整理者把它分作甲、乙、丙三组。郭店楚墓的时代大致在战国中期偏晚，这表明至少在这之前已有若干《道德经》中的章节流传于世。

然而，帛书《道德经》、简本《道德经》的出土虽然在一定程度上为我们重新认识老子及《道德经》提供了新的“证据”，但这些“证据”只能帮助我们认识《道德经》成书的一个大略过程，认定《道德经》成书时间不晚于战国中期，而依然无助于我们确认究竟谁是老子、老子生活在什么年代、是谁写作了《道德经》这些问题，又是幸运之中的遗憾。看来，要真正解决这些问题，仍需继续“延长侦察的时期”。

现在学术界的研究倾向于将老子其人与《道德经》其书分开来看，一般认为老子其人的时代较早，约生活于春秋末年；而《道德经》的

最终成书时间较晚，约在战国中期偏晚。

认为老子其人时代较早，孔子问礼于老子一事是主要证据。此事除上引《史记·老子韩非列传》外，《礼记》《庄子》《史记·孔子世家》中都有记载，汉代画像石中也有大量反映。所以，孔子见过的那个老子应该是存在的，在时代上应该比孔子稍早一些。至于老莱子、太史儋与老子是什么关系，李零先生认为，孔子见过的那个老子与老莱子是一个人，而与太史儋无关（李零《人往低处走——〈老子〉天下第一》），这个观点应该比较接近事实。

认为《道德经》最终成书时代较晚，除了由竹简本到帛书本，《道德经》在字数上是不断增多的、章节次序排列上不同以外，其他证据如梁启超曾经质疑的“王侯”“王公”“万乘之君”“仁义”等字眼在竹简本中的确不见，而到了帛书本中才出现。所以，关于《道德经》一书的作者，目前我们还只能说，竹简本《道德经》的作者有可能是孔子见过的那个老子，而帛书《道德经》有可能并非成书于一人一时，而是经过不同时代不同人的多次增写、改写而成，这些人中有可能包括太史儋以及其他诸多没有留下姓名的人。

20世纪80年代，根据钱锺书先生《围城》拍摄的同名电视剧火爆一时。相传，曾有记者想就此采访钱锺书先生，但遭到拒绝。钱锺书先生的理由是：“假如你吃了一个鸡蛋觉得不错，又何必要认识那个下蛋的鸡呢？”既然究竟谁是老子、谁写了《道德经》这部书，一时探

究不清，那我们也就讨论这么多了。我们只要知道，这是一位古代智者或者几位智者的思想结晶，是古人留给我们的宝贵精神遗产，也就足够了。

那么，这部书是在什么时代背景下产生的呢？从公元前9世纪到公元前8世纪，周王朝天灾人祸不断，开始趋向式微。公元前771年，周幽王被申侯率领的西部夷人、犬戎军队杀死于骊山，宣告了西周王朝灭亡。第二年，太子宜臼在晋、郑、卫、秦等诸侯的拥立下即位，并把京城迁到了洛邑，开始了东周时代。春秋时期，各个诸侯国虽然仍在表面上维持周天子“天下共主”的象征意义，但在实质上却是忙于争霸称雄，意欲取周人的天下而自代之。进入战国时期，这种局面愈演愈烈。一方面是周室腐败、诸侯争霸、战争连连、社会变乱、民不聊生，一方面是原有的道德观念和价值体系被打破、被抛弃，这种局面引发人们的怀疑和思考：是什么导致了社会的变乱？有没有一个人人都应遵守的统一法则？人生的价值与意义究竟何在？又如何才能实现人生的价值？……就是这样的思想变化背景下，中国历史上第一次思想解放、百家争鸣的高潮形成了，儒家、道家、法家、农家……纷纷开出了自己的救世之方，老子的《道德经》就是其中之一。

《道德经》认为，欲望过度、对名利的追逐是导致人们争斗、社会变乱、引发战争的根源，而知识以及与知识相伴而来的权谋、机巧则成了人们争名夺利、彼此争斗的帮凶，所以《道德经》提倡无

知无欲、厌恶名利、反对战争，如第三章说“不尚贤，使民不争；不贵难得之货，使民不为盗；不见可欲，使民心不乱。是以圣人之治，虚其心，实其腹，弱其志，强其骨。常使民无知无欲，使夫智者不敢为也。为无为，则无不治”；第十九章说“绝圣弃智，民利百倍；绝仁弃义，民复孝慈；绝巧弃利，盗贼无有”；第三十一章说“夫兵者，不祥之器，物或恶之，故有道者不处”。《道德经》以“自然”（本来的样子，也指与人类社会相对的自然界）的价值取向彰显人类不正常的思想行为，以“自然”作为人们匡正自己思想行为的效法对象，提倡“无为”而反对“有为”，提倡“无心”而反对“有心”，如第十七章说“功成事遂，百姓皆谓：‘我自然’”；第二十五章说“人法地，地法天，天法道，道法自然”；第六十四章说“学不学，复众人之所过，以辅万物之自然而不敢为”；第四十九章说“圣人常无心，以百姓心为心”。由“自然”的价值观念出发，《道德经》进而探索宇宙万物发生的本源及发展的规律，它以“无”“有”作为宇宙万物的本源，赋予宇宙万物的本源“无”“有”以阴、柔、弱、虚、静等一系列平行对等的特性，宇宙的本源在化生万物的同时，又形成了“道”这个反复循环运行的总规律。遵循这个反复循环运行的规律，万物由无到有、由少到多、由弱到强，最终还要返回到由有到无、由多到少、由强到弱的状态，如第四十章说“反者道之动；弱者道之用。天下万物生于有，有生于无”，第四十二章说“道生一，一生二，二

生三，三生万物”。对于这两种不同方向的运作，《道德经》更倾向和热衷于宇宙万物产生后向本源的回复，如第二十五章说“有物混成，先天地生。寂兮寥兮，独立而不改，周行而不殆，可以为天下母。吾不知其名，强字之曰‘道’，强为之名曰‘大’。大曰逝，逝曰远，远曰反”，第十六章说“致虚极，守静笃。万物并作，吾以观复。夫物芸芸，各复归其根。归根曰静，静曰复命。复命曰常，知常曰明”，其实就是希望人们返朴归真，返回到阴、柔、弱、虚、静的状态，保持本来的样子，保持自己的本性。

就这样，《道德经》针对当时社会现状，站在自然的高度，追寻万物的起源，探索救世之策，思考人生的价值与意义，形成了贯通自然、社会、人类的哲学体系，提出阴、柔、弱、虚、静的价值取向，视角独特、别树一帜，对后来的哲学、政治、宗教产生了深远的影响。在哲学方面，《道德经》不仅是道家学派的开山之作，奠定了道家学派自身的地位，影响了其后的庄子、列子、文子等道家人物及思想，战国中末期还与黄帝传说相结合形成了黄老学派，魏晋时期与《周易》《庄子》一起被称为“三玄”而形成了中国哲学史上的玄学，宋明时期的儒家也大量吸收道家思想的营养而形成了新儒家。在政治方面，汉朝、唐朝初年皆推行《道德经》清静无为的思想，抑情损欲、与民休息、宽刑简法，促进了社会的稳定和经济的发展，出现了中国历史上辉煌的文景之治、贞观之治。在宗教方面，东汉末年道教建立之初，老子

即被尊为教主,《道德经》也成为每个信徒必须诵读的圣书;佛教在汉代传入中国之初,也借《道德经》的概念、思想以传播自己的主张,扩大自己的影响;唐代皇帝与老子同姓,更是追封老子为“太上玄元皇帝”“大圣祖玄元皇帝”“圣祖大道玄元皇帝”“大圣祖高上大道金阙玄元天皇大帝”,规定王公大臣都要学习《道德经》,让其成为科举考试内容之一的上经;同时,这一时期道家与儒家、佛教也进一步融合,互为表里、相辅相成,由此形成了中国传统文化中的三大主干,共同影响着中国人的思想、性格、心理、行事方式等。可以说,只有了解了道家思想文化,才能全面地了解中国文化,也才能了解自身,提高个人修养。

《道德经》的版本,除了上述竹简本、帛书本之外,以往的传世版本主要有汉河上公《道德经章句》、严遵《道德真经指归》、张道陵《老子想尔注》、王弼《老子道德经注》、傅奕《道德经古本》,至于历代注疏解说《道德经》的著作,更是多达数百种,难以枚举。这些版本、注疏解说本中,竹简本内容不全,传世本和其他晚期的版本之间相互参校掺杂,往往以意去取,删改较多,犹如治丝,越改越乱,从总体情况来看,都不如帛书本,而帛书本中甲本又优于乙本,所以读《道德经》,还是选择帛书甲本最好。

虽然帛书本《道德经》最好,但长期以来,国人已经习惯了传世本,尤其是其中的王弼《老子道德经注》,多数研究者往往仍然强帛书

本以就传世本，而独有高明先生《帛书老子校注》（中华书局 1996 年版）以帛书本《老子》为主研究传世本的变化，而不是用传世本与帛书本平行参校，但此书属研究性著作，并不适合一般读者阅读。因此此次《〈道德经〉读本》所用《道德经》版本，仍以陈鼓应先生的《老子注译及评介》为参考。

关于《道德经》一书，南怀瑾先生《老子他说》中曾说“它每一章节，都衔接得很紧凑，都能贯穿起来，中间并没有松弛或断裂之处”，而竹简本、帛书本《老子》章节次序排列上的不同、同一章节字数上多少的不等，证明了这种观点是不合乎实际情况的。如上所述，《道德经》可能是经过不同时代不同人的多次增写、改写而成，因而也就决定了其内容有重复和矛盾、章节之间缺乏连贯性和逻辑性之处。鉴于《道德经》的这一特点，这就要求我们在阅读时应注意：

第一，参阅竹简本、帛书本《道德经》。在这方面，陈鼓应先生《老子今注今译》、李零先生《人往低处走——〈老子〉天下第一》是比较理想的参考书。

第二，把握《道德经》的“无”“有”“道”“德”“自然”“为”“欲”等核心的概念以及提倡寡欲、法自然、反对有为、尚阴贵柔等思想主旨，如此可以起到提纲挈领、纲举目张之效。

第三，重视内证，以《道德经》本身解释《道德经》。也就是通过《道德经》前后互见，相关的词语、句子、内容等的对比、关照，仔细

研读《道德经》，从而避免强解、曲解、误解现象。

第四，把握其中象喻的意义。通过象征、比喻阐述事理是《道德经》的一大特点，如对于万物的本源阴、柔、弱、虚、静的特性和作用，《道德经》中就用了“始”“母”“谷”“牝”“穀”“户牖”等一系列象征和比喻，因而正确理解《道德经》也离不开对其中象喻意义的把握。

第五，学会从反面思考问题。如上所述，《道德经》本来就是当时社会现状反思的成果，是以匡正当时变乱的社会为目的的，所以思维方式是反向性的、逆向性的，在思想上也是和当时社会拧着来、对着干的，所以要理解《道德经》，我们也需要反向思维、逆向思维。

第六，参阅《周易》《尚书》《孟子》《庄子》《韩非子》等其他经典著作。《道德经》的思想固然立意高深宏远，但也并非横空出世，而是渊源有自。其前的《周易》《尚书》等给它以影响，其后的《庄子》《韩非子》等又进一步发展发挥它的思想，参阅这些著作无疑也有助于我们从不同的角度加深对《道德经》的理解。

或许由于年龄尚轻、阅历尚浅，一时不容易读懂《道德经》，暂时不容易认同其中的价值取向，但我们相信，随着年龄、阅历的增长，到了人生的某一个阶段，你肯定会想到《道德经》，并认同它的价值取向，不断地从中汲取人生智慧。《浮士德》有言：“这是天籁，是福音，是靠近了道的声音。荣光圣母说：‘请你高升到时空中来吧，他知道你在，

会跟在后面。’”多读《道德经》吧，让我们离道更近一些。

臧守虎

2015年1月

《玄之又玄——〈道德经〉读本》是为便于理解《道德经》而出版的。全书的原文结合当下研究成果，约请专家审定。

在文本选择上，参照通行本，并以陈鼓应先生的《老子注译及评介》为参考。凡是错简、衍文、脱文均酌情取舍。

注释包括解释词义，校订异文。解释词义，有定论的直接给出，有疑义的则罗列众说，择善而从。校订异文，根据历代研究成果做了相应调整。

析论力求对文章主旨进行揭示，并结合历史或当下实际进行分析，引人思考。

目 录

第一部分 论道

引 言	001
第一章	002
第四章	005
第六章	007
第十一章	008
第十四章	011
第二十一章	013
第二十五章	015
第三十二章	018
第三十四章	020
第三十五章	022
第四十章	023
第四十一章	025
第四十二章	027
第五十一章	030

第二部分 养生

引 言	032
第九章	033
第十二章	034

第四十四章	036
第四十六章	038
第五十章	039

第三部分 修身

引 言	042
第七章	043
第八章	044
第十章	046
第十三章	048
第十五章	050
第十六章	052
第二十章	055
第二十二章	058
第二十四章	060
第二十六章	062
第二十八章	064
第三十三章	066
第四十五章	069
第四十七章	071
第五十二章	074