

GUOXUE JINGDIAN JINGDU · DAODEJING

国学经典精读

毛晓 主编

上善若水。水善，利万物而不争，处众人之所恶，故几于道

道德经



毛晓 主编 《国学经典编译小组》译注 双鱼座工作室 设计

国学经典精读

道德经

内 容 提 要

老子的《道德经》是我国古代著名经典之一,对中国传统文化的形成和发展产生了重大的影响。

《道德经》原文五千多字,内容涉及到宇宙、自然、社会、人生等各个方面。本书对原文进行了详细的注释,对一些难懂的内容做了深入浅出的翻译。

图书在版编目(CIP)数据

道德经/毛晓主编. -- 北京:金盾出版社,2013.1

(国学经典精读)

ISBN 978-7-5082-7503-1

I. ①道… II. ①毛… III. ①道家 IV. ①B223.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 051053 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京精美彩色印刷有限公司

正文印刷:北京万博诚印刷有限公司

装订:北京万博诚印刷有限公司

各地新华书店经销

开本:787×1092 1/16 印张:12.25 字数:120 千字

2013 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~6 000 册 定价:25.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



老子和他的《道德经》

在中国古代的历史长河中，有这样一位脱俗老人，辞世后，具有仙风道骨的他不知掩埋在神州大地的什么地方，但他的哲学思想光芒四射，照耀在世界的角角落落，他是公认的世界文化名人。虽然他仅有一部专著存世，却被誉为中国古代最伟大的哲学家和思想家，是中国古代思想界、文化界的巨擘和泰斗，这本不朽的著作就是在中国思想史和文化史上产生重大影响的哲学理论专著《道德经》。

这位智慧的老人是谁呢？他就是中国春秋时期的思想家、哲学家老子，老子即老聃，他叫李耳，字伯阳。老子生活在公元前571～前471年（也有学者说，他是战国初年的人，本书依照《辞海》的说法，采用他是春秋时代的人），他出生在楚国的苦县历乡曲仁里。

老子生前，没有担任过高官显爵，只当过周王朝的“守藏室之史”。守藏室之史是个什么官呢？就是管理周王朝国家藏书的史官，相当于国家图书馆或者是国家档案馆的馆长。别看守藏室之史不是什么高官，这个官职可太重要了。

礼乐知识在那个时代是最重要的学问，它不仅关系到国家的形象，而且关乎国家的命运。国君和臣子的言行符合不符合礼乐的规范，成为检验君王和臣子们言行的重要标准。守藏室之史有权力对礼乐知识进行研究和继承。不仅周王室承认老子是研究礼乐的最高权

威，就连各个诸侯国的君主和学者也都承认他是研究礼乐的集大成者。相传，就连最推崇周礼的伟大的思想家孔子，也曾经专程从鲁国抵达天子“脚下”，向老子请教周礼。

守藏室之史不仅有管理国家经典图书的权限，还有权利著书立说。应该说，老子做学问的条件是得天独厚的。

春秋时期，文化事业相对于今天是十分落后的，根本没有图书出版业，所有的图书不是刻写在竹简上，就是抄写在帛书上。民间百姓的个人藏书少之又少，而绝大部分重要的图书经典都藏在守藏室中。有权利到守藏室阅读这些经典图书的，除了周朝的天子，还有达官显爵。就算周天子要阅读守藏室中的藏书，也得由老子提供给他。而老子自己要想阅读这些图书，那还不是信手拈来吗？

如果说老子“利用职务之便”阅遍了天下所有的经典，这应该不是虚夸之辞。老子学术研究的范畴包括宇宙观、人生观、认识论、方法论，以及立身处世、治国安邦等方方面面的学问。因此，老子成为那个时代最睿智、知识最渊博的大学问家。他成为王朝和各个诸侯国最尊敬的人，受到社会的景仰推崇是理所当然的。

老子从宇宙观的角度提出了“道生一，一生二，二生三，三生万物”的宇宙观，认为“道”是“夫莫之命（命令）而常自然”的，所以说：“人法地，地法天，天法道，道法自然”。“道”可以解释为自然规律，同时又有着“独立不改，周行而不殆”的永恒绝对的本体的意义。

老子的思想中有朴素的辩证法因素，他提出“反者动之动”的命题，认识到一切事物都有正反两方面的对立，并意识到对立面互相转化。比如，他认为“祸兮福之所倚，福兮祸之所伏”，一切事物的生成变化都是有和无的统一（有无相生），强调无是基本的。所以说：

“天下万物生于有，有生于无。”

老子在个人修身养性、陶冶情操方面也有大量精彩的论述。比如，他精辟地提出：人要“居善地，心善渊，与善仁，言善信，政善



治，事善能，动善时。夫唯不争，故无尤”。又如：“修之于身，其德乃真；修之于家，其德乃余；修之于乡，其德乃长；修之于邦，其德乃丰；修之于天下，其德乃普。”即使在今天，这些修身养性的格言，对于个人修养都有宝贵的借鉴意义。

老子在治国理念方面向统治者出谋划策说：“治大国，若烹小鲜。”他还理想主义地向王侯们提出：“小国寡民，使有什伯之器而不用，使民重死而不远徙。”然而，老子所处的时期，是“礼崩乐坏”的东周末年，东周王朝的统治岌岌可危，各个诸侯国的国君没有谁认真地听取这位大学者的建言。统治者们往往是说的一套，而做的却是另一套。

于是，老子凭着一个善良学者的良知，用犀利的语言向统治者们发出抨击：“天之道，损有余而补不足。人之道则不然，损不足以补有余。”“民之饥，以其上食税之多，是以饥。民之难治，以其上之有为，是以难治。民之轻死，以其上求生之厚，是以轻死。”“民不畏死，奈何以死惧之？”

然而，老子毕竟不是政治家，也不是军事家，他无力挽狂澜于既倒，在他千呼万唤也无济于事，传说，老子带着各种遗憾，辞去了东周守藏室之史的职务，骑着一头小青驴，蹒跚而行，直奔函谷关而去。

老子是一位名冠天下的大学者，他辞职的消息令闻知者无不扼腕叹息。据传说，守卫函谷关的关令名叫尹喜。尹喜早就知道老子的大名，他想不到，自己一向所景仰的老子就要来到他的治所。这一天，老子骑着小青驴终于来到函谷关前。尹喜出关相迎。尹喜问老子：“先生想出关，可有度牒？”老子说没有。为了让老子把他的思想和学说留传后世，尹喜“强留”老子在关内小住，请他把平生所学，著书立说，以充度牒。老子也不辞所请，写下了《老子》一书，全书共五千字，分上下篇，上篇是“道”篇，下篇是“德”篇，共有八十一章，所以，后人把这本书称为《老子道德经》。也叫《道德经》。这

个关于《道德经》出炉经过的传说故事已经无法考证，重要的是，老子这位伟大的哲学家、思想家实实在在地给我们留下一部留芳百世的奇书。

《道德经》一书影响了一代又一代人。两千多年来，出版《道德经》的中文版本就达上千种。在国外，仅英文版本也有三十多种。

《道德经》是世界出版的中文著作版本最多的著作。

就连老子也不曾想到，后人把他许多经典的论述，概括总结为成语，比如成语“上善若水”、“天长地久”、“道法自然”、“功遂身退”、“金玉满堂”、“自知之明”、“大器晚成”、“大巧若拙”、“合抱之木，生于毫末”、“九层之台，起于累土”、“千里之行，始于足下”等，人们口口相传，频繁使用。可见，老子的思想，老子的学说，有着多么鲜活、旺盛的生命力啊！读着老子的精辟论述，引用着以他的言论概括出来的成语，仿佛老子并没有离去，他时时刻刻就在我们身边。

这正如老子本人所说的“死而不亡者寿”——人死了，精神不死的人才算长寿。他倡导、宣扬的永恒的“道”和“德”，实实在在地存在于我们的周围，影响着我们的生活。

是的，老子没有死。

老子的思想依然活着。



道经

第一章	2
第二章	5
第三章	8
第四章	10
第五章	12
第六章	14
第七章	16
第八章	18
第九章	21
第十章	23
第十一章	26
第十二章	28
第十三章	30
第十四章	33
第十五章	36
第十六章	39
第十七章	42
第十八章	44

第十九章	46
第二十章	48
第二十一章	53
第二十二章	55
第二十三章	58
第二十四章	60
第二十五章	62
第二十六章	65
第二十七章	67
第二十八章	69
第二十九章	72
第三十章	75
第三十一章	77
第三十二章	79
第三十三章	81
第三十四章	83
第三十五章	85
第三十六章	87
第三十七章	89



德经

第三十八章	92
第三十九章	95
第四十章	98
第四十一章	99
第四十二章	102
第四十三章	104
第四十四章	106
第四十五章	108
第四十六章	110
第四十七章	112
第四十八章	114
第四十九章	116
第五十章	118
第五十一章	120
第五十二章	122
第五十三章	125
第五十四章	127
第五十五章	129
第五十六章	132
第五十七章	134
第五十八章	137
第五十九章	140

第六十章	142
第六十一章	144
第六十二章	146
第六十三章	149
第六十四章	151
第六十五章	155
第六十六章	157
第六十七章	159
第六十八章	161
第六十九章	162
第七十章	164
第七十一章	166
第七十二章	167
第七十三章	169
第七十四章	171
第七十五章	173
第七十六章	175
第七十七章	177
第七十八章	179
第七十九章	181
第八十章	183
第八十一章	185



道 经



第一章

道可道^①，非常道。名可名，非常名^②。

无^③，名天地之始^④。有^⑤，名万物之母^⑥。

故常无，欲以观其妙^⑦；常有，欲以观其徼^⑧。

此两者，同出而异名，同谓之玄^⑨。

玄之又玄，众妙之门^⑩。

【译文】

“道”是可以言说的，
但并非完全等同于浑然一
体、永恒存在、不停运动的
大道。名也是可以命名的，
但并非完全等同于恒常的
名。“无”是天地的开始，
“有”是由道生的天地万物
的根本。从“无”观察领
悟，可以看出其中的奥妙；





从“有”中观察领悟，可以看出其中的端倪。两方面出处相同，名称相异。玄妙而又深远，是宇宙万物变化的总源头，是知道万物奥妙的法门。

【注释】

①道可道：前一个“道”，名词，指浑然一体的宇宙本体，永恒存在的宇宙万物，运动不息而又对立转化的规律、法则。后一个“道”，动词，是阐述、解说的意思。

②名可名，非常名：第一个“名”是名词，第二个“名”是动词，命名、称谓的意思。“常名”，指浑然一体、永恒存在、不停运动的道之名。

③无：指道。

④天地之始：指天地的本初。

⑤有：是指由道而产生的万物。

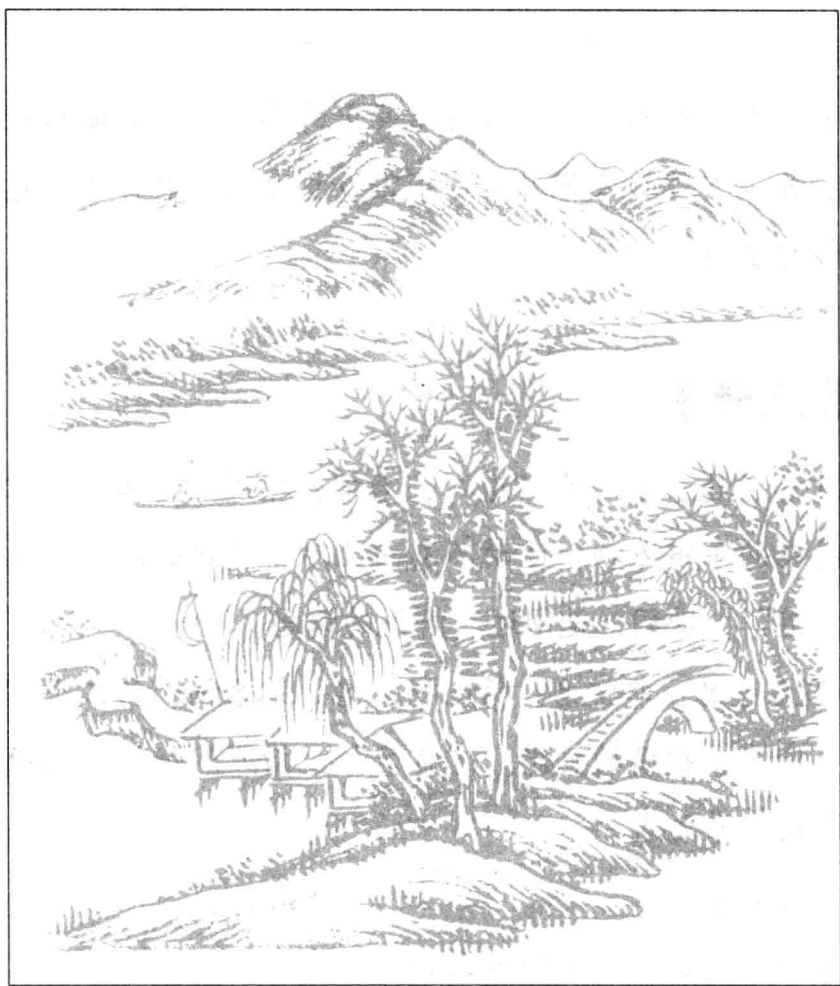
⑥万物之母：万物的本源，无名之道是宇宙的本初，宇宙始于混沌初开的时候，然后才有万物的产生，万物才能制名。道是宇宙的初始和天下万物产生的源头和原动力，道是母体。

⑦妙：指微妙。

⑧徼（jiào）：指边际。

⑨玄：幽深微妙、高远莫测的道。

⑩众妙之门：指天地万物变化的源头。





第二章

天下皆知美之为美，斯恶已^①；皆知善之为善，斯不善已。

有无相生^②，难易相成^③，长短相形^④，高下相倾^⑤，音声相和^⑥，前后相随^⑦，恒^⑧也。

是以圣人处无为之事^⑨，
行不言^⑩之教；万物作而弗始^⑪，生而弗有^⑫，为而弗恃^⑬，功成而弗居^⑭。夫唯弗居，是以不去^⑮。



【译文】

天下人都知道美之所以为美，是因为丑的存在；都知道善之所以为善，是因为有恶的存在。

有和无相伴相生，难和易相辅相成，长和短相互比较，高和

下互相依靠，音和声相对相和，先和后相依相随，这是永恒的。

因此，圣人用无为的方法行事，用不言的方式而不是用发号施令的方式教化；万物自然兴起而不干涉，生养万物而不据为己有，培养万物而不依仗这个达到利己的目的。功成名就而不自居，因为不居功，功劳也就不会失去、泯灭。



【注释】

①斯恶已：就出丑了。斯，就。恶，丑陋，与第一句的美是相反的。已，表示肯定的语气词，意思相当于“了”。

②有无相生：有和无相互对应而依存。生，生存。

③难易相成：难和易相互对应而又相辅相成。成，成就。

④长短相形：长和短相互比较、对应而共存。形，显现、比较。

⑤相倾：侧，互相依靠。

⑥音声相和：音和声相互和谐。

⑦随：跟随。

⑧恒：永恒。

⑨圣人处无为之事：圣人采用无为的方式处事。圣人，极其



聪明、无所不通的人，指的是老子心目中理想的具有道行的统治者。无为，顺其自然，无为而治。

⑩不言：不用言语，不用发号施令。

⑪万物作而弗始：万物兴起而不首倡。作，兴起，创造。始，首倡。

⑫弗有：弗，不。有，占有。

⑬恃：依仗。

⑭居：当、任，占据。

⑮去：离，居的反意。意思是不以此而图回报。



第三章

不尚贤^①，使民不争；不贵难得之货^②，使民不为盗^③；不见可欲^④，使民心不乱。

是以圣人之治，虚其心^⑤，实其腹，弱其志^⑥，强其骨。常使民无知无欲，使夫智者不敢为也^⑦。为无为^⑧，则无不治^⑨。

【译文】

不推崇贤能的人，就可以做到使老百姓不互相争功夺利；不以难得的财物为贵，就可以使老百姓不去偷窃；不炫耀足以引起人们贪心的东西，就可以使民心不迷乱。

因此，圣人治理天下，淡化排空百姓的心机，让百姓吃饱肚皮，削弱百姓的竞争欲望，强健百姓的筋骨。经常使百姓没有心机，没有欲望，致使那些有智谋的人也不敢胡作非为了。圣人按照“无为”的原则去做，那么，天下就不会不太平了。

