



陈清华 ◆ 著

老子到底说什么



《道德经》(又称《老子》)在中国几乎是家喻户晓,长期影响了人们的思想和生活。

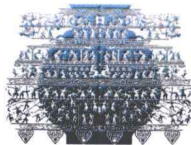
从这部书问世的春秋战国之交起,一直到现在约两千五百多年的历史中,它有过数以千计的注释者。

除了最著名的河上公、王弼之外,竟然也可以发现好几位皇帝的名字:梁武帝、唐玄宗、宋徽宗、明太祖、清世宗等。


由于康熙的皇帝自认是该书作者老子的后裔,它还有过被当作“红宝书”收藏并阅读的时代。

这部书也有着不同的面孔,既是哲学的宝典,又是宗教的圣典;它曾被翻译成外国文字种类最多的中文书籍;甚至在 20 世纪的出土文献中,它现身次数也是最多的,从敦煌卷子、马王堆帛书到书店竹简,都可以看到它的影子。

这究竟是一部怎样的书呢,其主旨和精神何在?



湖北长江出版集团
崇文书局



陈清华
著

老子到底说什么

★《老子》五千言奥义的通俗解读

湖北长江出版集团
崇文书局

图书在版编目(CIP)数据

老子到底说什么/陈清华编著. —武汉:崇文书局,
2010.7

ISBN 978 - 7 - 5403 - 1798 - 0

I. ①老… II. ①陈… III. ①道家②老子 - 研究
IV. ①B223.15

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 129667 号

老子到底说什么

出 版:崇文书局

地 址:武汉市雄楚大街 268 号湖北出版文化城 B 座

邮 编:430070

发 行:崇文书局(027-87679712)

经 销:全国新华书店经销

印 刷:武汉中科兴业印务有限公司(027-87863005)

开 本:720 × 1010mm 1/16

字 数:180 千

印 张:13.5

插 页:1

版 次:2010 年 7 月第 1 版

印 次:2010 年 7 月第 1 次印刷

书 号:ISBN 978 - 7 - 5403 - 1798 - 0

定 价:22.00 元

编辑邮箱:wangcy0110@sina.com (欢迎文史类作者赐稿)

本书若有印装质量问题,请与承印厂联系调换

编辑推荐

认识自己 感悟生活

《老子》之言，不过五千，然其语多超尘，玄妙难解，晦涩不明，不知所言。后世之人，附会文饰者甚多。有的把老子看成阴谋家、权术家，有的把老子看成养生家。本书作者、学者陈清华用轻松的随笔语言，依据原文，随心静悟，娓娓道来。作者不作哲理雕塑状，所悟所思无非常识常见，让读者在轻松的阅读中得见老子智慧之言。并教我们如何正确认识自我，处理人与人、人与社会、人与自然之间的关系，从中国传统文化中滋生智慧，从而拥有和谐、美好的人生。

该书的另一个重要特点是：附有道教南宗第五世祖白玉蟾所注老子《道德经》的文字，是珍贵的学术资料。

作者汲取前人的学术成果，然后消化吸收，自成一家之言，既有学术性，又有通俗性。可供研究老子思想、对老子思想感兴趣的人以及在校大中专学生参考阅读。

目 录

老子其人其事.....	1
《道德经》的意译与感悟.....	9
体道章第一.....	10
养身章第二.....	13
安民章第三.....	16
无源章第四.....	18
虚用章第五.....	21
成象章第六.....	24
韬光章第七.....	26
易性章第八.....	28
运夷章第九.....	31
能为章第十.....	34
无用章第十一.....	37
检欲章第十二.....	39
厌耻章第十三.....	41
赞玄章第十四.....	43



老子

到底说什么

LAO ZI DAO DI SHUO SHEN ME

显德章第十五	45
归根章第十六	48
淳风章第十七	51
俗薄章第十八	53
还淳章第十九	55
异俗章第二十	57
虚心章第二十一	60
益谦章第二十二	62
虚无章第二十三	64
苦恩章第二十四	67
象元章第二十五	69
重德章第二十六	71
巧用章第二十七	73
反朴章第二十八	76
无为章第二十九	78
俭武章第三十	81
偃武章第三十一	83
圣德章第三十二	86
辨德章第三十三	88
任成章第三十四	91
仁德章第三十五	93
微明章第三十六	96
为政章第三十七	98

论德章第三十八.....	101
法本章第三十九.....	104
去用章第四十.....	107
同异章第四十一.....	109
道化章第四十二.....	112
偏用章第四十三.....	115
立戒章第四十四.....	117
洪德章第四十五.....	119
俭欲章第四十六.....	122
鉴遂章第四十七.....	124
忘知章第四十八.....	126
任德章第四十九.....	128
贵生章第五十.....	131
养德章第五十一.....	134
归元章第五十二.....	137
益证章第五十三.....	139
修观章第五十四.....	141
玄符章第五十五.....	143
玄德章第五十六.....	146
淳化章第五十七.....	148
顺化章第五十八.....	150
守道章第五十九.....	152
居位章第六十.....	154



老子

到底说什么

LAO ZI DAO DI SHUO SHEN ME

谦德章第六十一.....	157
为道章第六十二.....	159
恩始章第六十三.....	161
守微章第六十四.....	163
淳德章第六十五.....	166
后己章第六十六.....	169
三宝章第六十七.....	172
配天章第六十八.....	175
玄用章第六十九.....	177
知难章第七十.....	180
知病章第七十一.....	182
爱己章第七十二.....	185
任为章第七十三.....	188
制惑章第七十四.....	190
贪损章第七十五.....	192
戒强章第七十六.....	195
天道章第七十七.....	198
信任章第七十八.....	200
任契章第七十九.....	202
独立章第八十.....	204
显质章第八十一.....	206
后记.....	209

老子其人其事

一、老子到底是个什么样的人

道家的创始人老子到底是个什么样的人？学界历来说法不一。一说老子即老聃，姓李名耳，字伯阳，楚国苦县（今河南鹿邑东）厉乡曲仁里人，在东周帝国的首都洛阳担任“守藏室之史”（等同于今天的国家图书馆馆长）。但也有其他说法。

按司马迁《史记·老子列传》记载，先秦的老子就有三个，一位是楚苦县的李耳，一位是楚人老莱子，还有一位是周太史儋。孔子这样形容老子：“鸟，吾知其能飞；鱼，吾知其能游；兽，吾知其能走。走者可以为网，游者可以为纶，飞者可以为矢。至于龙，吾不能知，其乘风而上天。吾今见老子，其犹龙邪！”在孔子眼中，老子就像一条龙，难以捉摸，“合而成体，散而成章，乘云气养乎阴阳。”

从司马迁的记述中看，他是倾向于第一位老子李耳的。他说：“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，疆为我着术。’于是老子乃著书上下篇，言道德之意五千余言而去，莫知其所终。”

老子到底活了多少年？也是个谜。有说 800 年，有说 900 年，也有人说老



老子

到底说什么

LAO ZI DAO DI SHUO SHEN ME

子是不死的。传说他的母亲有一次看见空中大流星飞过后就怀了身孕。由于是上界的神灵之气出现在李家，所以老子生下后姓了凡人的李氏。有人说，老子生于开天辟地之前，是天的精灵神魄，自然就是神灵了；又有人说，老子的母亲怀了他 72 年才剖开左腋生下了他，一出生就是白发苍苍，所以才名叫老子。也有人说，老子的母亲碰巧是在李树下生了老子，老子一出生就能说话，指着李树说：“就用它作我的姓吧。”还有人说，老子在上三皇时是玄中法师，下三皇时是金阙帝君，伏羲氏时是郁华子，神农氏时是九灵老子，祝融时是广寿子，黄帝时是广成子，颛顼时是赤精子，帝喾时是禄图子，尧时是务成子，舜时为尹寿子，夏禹时是真行子，殷商时是锡则子，周文王时是文邑先生。还有一种说法，说老子是文王的守藏史。这些传说在各种书籍中都有记载，但都不是出自经书或正式传记中，没有什么依据。《道德经》的作者之所以被称为“老子”，大概首先是因为他年老，长寿。当然，《老子》一书是否为老子所作，历来有争论。

有一次，我翻杂书看，翻到我爱人的一本物理学方面的专业书——《走进非规则》。这本书的序言很有哲学味道，是一个美国人写的。在序的开头，这样说：也许人们感悟或认识自然具有准周期的同时性。人类的历史中总有某些人，往往在几乎同一时期感悟、认识自然的某些共同问题。例如，由我们这一时代上溯到大约 2500 年前，古希腊的赫拉克利特、德谟克里特与中国古代的老子（李耳）几乎同时认识到物质的结构性和制约的协调性，而上升到哲学的认识论。但稍后的中国孔子和希腊的亚里士多德可以说几乎同时形成了思维或观念的转换时代，即构建了归一的规则化。只是由于老子的学说在中国影响巨大，其威望之高，在当时的诸子百家中，也被列为首席大学者，而有老子之称。在当时的诸多学者中，惟有老子没有被称为“李”子。即使后来对东方文化有很大影响的孔丘，也只被称为孔夫子。

按照这位美国学者的说法，老子是当时的首席大学者。老子被誉为道家的宗师，道教的教主。其实，道家的“巨擘”，不止老子一人，也有人说庄子才是宗师。记得我在南怀瑾老先生的书中看到过这样的话（大意）：有人开玩笑说，道家有三代人物，老子、儿子——倪子、孙子。当然，老子、儿子、孙子三代的说法，不过是说笑，是游戏之言，他们并没有血缘的祖孙父子关系。

不过孙子——春秋时齐国人孙武，他的军事哲学思想，确实是由道家思想而来，他写的《兵法》十三篇，处处表现了道家的哲学。

倪子，本姓倪，而倪字原有儿子的含义。一说倪子就是计然子，究竟确否？后世很难考证。但可以确定的是，计然子实有其人。又有说他是范蠡的老师。范蠡是个啥样的人呢？史书记载，范蠡（前536—前448年），字少伯，春秋末期的政治家、军事家和经济学家。楚国宛（今河南南阳）人，我国长达五千余年的封建传统，均以“士、农、工、商”为列，士为首，商为末，直至宋朝，尚有商人穿鞋必须着一黑一白之劣规，故范蠡一生虽有辉煌业绩，然终因弃官经商的经历，使他无缘与历史名人共同载入史册。

范蠡有三个儿子，《史记》上是明白记载的。他的小儿子是历史上那个著名的美女西施所生，这个史实来自于宋云彬先生的《大男》。西施长在吴宫，后为富商之妇。《史记·越王勾践世家》中明确写道：“朱公居陶，生少子。”陶朱公是谁呢？正是范蠡。

中国历史上，范蠡是个大名鼎鼎的人。他出身贫寒，但聪明过人，有胆识有魄力。他做什么都能做到最好。要说做官，他做到人臣之极，当到了相国之位。要说经商吧，他做到中国首富。这样的人，谁不佩服？更精明的在于范蠡这个人深知“鸟尽弓藏”的道理，非常会把握机会，懂得急流勇退，适可而止，见好就收。“范蠡三徙”的故事至今对我们颇有启发。《史记》中称赞他说：范蠡三迁皆有荣名，名垂后世。并说，像他这样的人，想要不出名都难。

关于“范蠡三徙”的故事是这样的：范蠡是春秋时越王勾践的大臣。勾践在会稽山被吴国打败后，被迫称臣，勾践深感耻辱，发誓要复仇。卧薪尝胆的故事说的就是越王勾践。越王勾践的幕后策划者是谁呢？正是范蠡，是范蠡支的招。范蠡助越王勾践复国，所用就是道家的学说。有了范蠡这样的“师爷”，越王勾践奋发图强，22年后，终于灭掉了吴国。此后越国称霸于诸侯，勾践拜范蠡为上将军。

范蠡很懂得顺应天道，他知道居功自傲是逆道而行，于是，功成名就之后，选择了急流勇退，向勾践递辞职信后，带上美女西施，一叶扁舟，离开了越国，飘然于太湖之上。这正是道家“功成，名遂，身退，天之道也”的风范。《史记》说：



范蠡“装其轻珠玉宝，自与其私徒属乘舟浮海以行”，意思是，范蠡走的时候，带了大量的珠宝，和家人一起乘舟泛海来到齐国，隐姓埋名，自称鸱夷子皮，过着普通人的日子。范蠡凭借自己的聪明才智，很快勤劳致富，成了齐国的著名富商，名声越来越大，在地方官眼中成了能人和奇人。后又被齐国的国君封为相国。这个一般人求之不得的位置，对于他却不是什么好事，毕竟他是个外来移民，树大招风的道理他自然明白。于是，他又一次选择了逃避，把相印还给齐王，把家里的钱财都分给朋友乡亲，只带了最贵重的财宝，偷偷地跑到一个叫陶（今山东定陶西北）的地方，经商积资巨万，称“陶朱公”。

陶居于天下的中心，是全国交通枢纽，洞明世事的范蠡认为在这里做生意可以致富。于是就自称陶朱公，带领家人做起了生意。没有多久，发了大财，成为天下首富。后世尊称他为天下生意人的祖宗，就源于此。范蠡既能治国用兵，又能齐家保身，是先秦时期罕见的智士，史书概括其平生“与时逐而不责于人”。

二、老子被逼，写下《道德经》

南怀瑾先生讲过这样一个故事：关吏尹喜，大概像现在机场、码头海关的联检处长，知道这位过关老人是修道之士。据《神仙传》上记载：有一天，这位函谷关的守关官员，早晨起来望气——中国古代有一种望气之学——他看到紫气东来，有一股紫色的气氛，从东方的中国本土，向西部边疆而来，因此断定，这一天必定有圣人过关。心下打定主意，非向他求道不可。

果然，一位须发皆白的老头子，骑了一条青牛，慢慢地踱到函谷关来了。关员向他索取关牒，他却拿不出来，这一下，可正给了关吏一个机会，他本色当行地说：没有关牒，依法是不能过关的。不过嘛，你一定要过关，也可以设法通融，可你也得懂规矩。所谓“规矩”就是陋规，送贿赂。这时，老子似乎连买马的钱都没有，哪儿凑得出“规矩”。好在这位关吏，对于老子的规矩，志不在钱，所以

对他说：“只要你传道给我。”老子没法，只好认了，于是被逼写了这部五千字的《道德经》，然后才得以出关去。老子以变相红包，留下了这部著作，西度流沙不知所终。

道教就是这样传说，由老子传给关尹子，继续往下传，便是壶子、列子、庄子。一路传下去，到了唐朝，便摇身一变而成为国教，而《老子》一书，也成了道教的三经之首。道教三经，是道教主要的三部经典，包括由《老子》改称的《道德经》、《庄子》改称的《南华经》与《列子》改称的《冲虚经》。

常看到网友在论坛里发帖互相祝贺又出书，一看内容，拾古人牙慧而已。想起主编《四库全书》的著名学者纪晓岚曾经说过的话：“世间的道理与事情，都在古人的书中说尽，现在如再著述，仍超不过古人的范围，又何必再多著述。”纪晓岚一生之中，从不著书，只是编书——整理前人的典籍，他自己的著作只有《阅微草堂笔记》一册而已。

古人说起自己的书，常常自谦说，拙作徒有虚名，不过用来盖酱油缸罢了。智者不言，真正有智慧的人不轻易说话的，不乱说的。看看今天的写手写的书吧，动不动就是20万字，就像电视剧，就那么一点事，动辄就写50集。真正大学问者，甚至一辈子都不写一个字。释迦牟尼只讲述，一辈子没有写过一篇文章，更没有出过一本书，没写过一个字。六祖慧能甚至不识字。老子一辈子被逼无奈，才留下了五千字的《道德经》，而后人阐述、解读《道德经》的文字已经汗牛充栋，不知有多少人靠研究《道德经》拿到教授的职称和学者的头衔。纪晓岚对道家下了八个字的评语：“综罗百代，广博精微”。圣人和凡人的区别，一目了然。老子《道德经》中说，有智慧的人，必定是沉默寡言的。唐朝诗人白居易，曾经写了一首七言绝句来质疑老子：

言者不如知者默，此语吾闻于老君；

若道老君是知者，缘何自着五千文。

关于老子的诞生，有这么一个故事：老子在李树下出生，所以就姓李。更传说他母亲怀胎81年之久，因此他生下来时，须发皆白，立刻就成为太上老君。据说，唐太宗的第一代始祖就是老子。唐太宗捧老子就像朱元璋捧朱熹一样，所以，道教实际上也成为唐朝正式的国教，唐玄宗、杨贵妃这些人，都曾受符箓。



老子说

到底说什么

LAO ZI DAO DI SHUO SHEN ME

老子晚年的归宿在何处？不知道。史书只说他到西域去了。他死在哪里？不知道。他活了多少岁？也不知道。这一切，都成了谜。

三、人往低处走

斋醮仪范，医学养生，阴阳风水，命相预测，道场法事，道教武术还有道教哲学等等，这些都是道教文化，可谓博大精深。我们常听说“仙风道骨”这个词，神仙像风一样缥缈，骨头像道士一样，柔软若水。神仙和道士总是连在一起的。在上古的神话中，盘古开天辟地，西王母是种蟠桃的，这些神仙都令人羡慕不已。

道教是中国土生土长的宗教。既然是宗教，那么就该有教主了。被道教奉为教主的，除了黄帝，就是诸子百家中的“老子”，他被道教尊称为“太上老君”。与黄帝一起被称为“黄老”。他传世的唯一著作《道德经》，是道教文化的开山之作。道家的代表人物有战国时的庄子（唐玄宗封他为“南华真人”，宋徽宗时封他为“徽妙方能真君”）、鬼谷子、秦时方士徐福、西汉方士东方朔、东汉人张道陵、东晋道士葛洪、金代著名道士王重阳（道教中全真教的创始人，著有《明阳立教十五论》，是道教养生学的倡导者）、明代著名道士张三丰等。

前面我们说了，老子出生在哪里？从事过什么职业？还是个谜。《史记》里也只是说他故里在苦县厉乡曲仁里（今河南鹿邑县），那地方直到晋时还有濂乡祠，祠址即老子诞生的地方。民间流传有老子童年买牡丹根的故事。大家都知道洛阳是著名的牡丹之乡，老子的家乡曲仁里也盛产牡丹。一天家乡来了个卖牡丹的老人，嘴上功夫了得，他的吆喝与众不同。只听他喊道：“一朵牡丹放红光，光彩照人满院香。”老子一听，出口成章啊，冲他的口才，买了一棵牡丹根，回到家种上，结果呢？上当了。后来并没有开出牡丹花，原来老人卖给他的是一棵狗尿荚子树。

第二年，又来了个卖牡丹根的，这个人说话很难听，口才也不好。老子问

他，你卖的是狗屎粪子还是牡丹？小贩没好声气地呵斥他说：“我卖就是这东西，随你要不要。”态度十分生硬，老子有点不好意思，犹豫了一会还是买了。这一次他没有上当，牡丹根开出了鲜艳的牡丹花。

据说，老子后来在《道德经》中写出的话“信言不美，美言不信。善者不辩，辩者不善”，就是由此启发而来。

这句话出自《老子·八十一章》。在老子看来，真话是不美的，美的言词是不真实可信的，即美者不真，真者不美。大意是：真实的话不漂亮，漂亮的话就不真实；好人的嘴不巧，巧嘴的人不是好人；真懂的不卖弄，卖弄的就是不真懂。

老子的话太有智慧了！不但中国人听起来受启发，老外也一样。《道德经》第六十章有这么一句话：“治大国，若烹小鲜”。意思是说，治理一个大国，就像烹煎小鱼一样。美国前总统里根就非常喜欢“治大国，若烹小鲜”这句话，他在1987年国情咨文中引用了老子的这句话，引起强烈反响。后来《道德经》一书的英译本畅销美国，一时“纽约纸贵”。里根并不是故作高深，用外国古人的话充门面，而是深悟其妙。众所周知，里根时期美国经济出现了复苏和繁荣。

首先，老子明确指出，烹煎的对象是“小鲜”，不是“大鲜”，更不是牛排。厨师在做这道菜的时候，必须因“菜”而异，火候适中，不能过，否则小鱼就焦了，糊了，难以下咽；火候不到也不行，腥味除不去，同样不好吃，不合口味。治理一个大国也是一样，决不能同用煎牛排的方法煎“小鲜”，煎糊了就白白浪费。悠然自得，不温不火，该翻身时就翻身，掌握好分寸、火候就可以了。一个大集体公司的总裁，如果整天忙得焦头烂额，根本没有时间休息和放松，那就得想想了，有没有必要事必躬亲？是不是调动了手下人的积极性？一个人再大的本事，也不可能事事过问。真正的大老板，一定有“治大公司若烹小鲜”的胸襟和气度，充分发挥下面人的积极性和创造性，而不是凡事都要“请示”后才敢做。

著名导演陆川曾如此评价自己的老板王中军：“你可以看到中国有钱的制作公司很多，为什么在王中军这儿导演可以拍出好作品？因为他管方向不管具体的事，他相信你作为一个创作者，你热爱你的东西，你的热爱是完成它的根本。很多制作公司会到现场说三道四，甚至一个角度都要和你掰扯。中军没有介绍过任何演员演戏，这是一个很技术性恰恰是很有意义的信任。”



老子说

到底说什么

LAO ZI DAO DI SHUO SHEN ME

这当然不是套话，在陆川成名之前，拍摄电影《寻枪》时，华谊兄弟就敢于让从来没有拍摄经验的陆川当导演。提到这其中的风险，王中军表示：“我只要用人，就是百分之二百的信任。”后来，电影拍摄过程中遇到了困难，陆川一度打退堂鼓：“我有一次特别沮丧的时候，给中军打过电话。中军说你把片拍完，最后一句话是我信任你。我觉得中军是拿实际行动在支持你。”

正是因为王中军的“信人”，陆川才得以拍成《寻枪》，成就了中国电影史上的一部著名的文艺片。老子有句名言：“知人者智，自知者明。”

老子说：“上善若水。水善利万物而不争，处众人之所恶，故几于道。”

意思是说上善之人好像流水一样，水善于滋润万物而不与万物争利，最后流到众人都不愿去的地方，所以最接近于道。老子很崇尚水德，认为水性最接近道。他用水性来比喻具有高尚品德者的人格，一是柔弱，二是停留在卑下的地方，三是滋润万物而不争。

有句俗话说，水往低处流，人往高处走。这话的后半句是很有问题的，完全违背老子“善利万物而不争”的思想，不符合道，是逆道而行。真正顺道而行，就应该学会：人往低处走。这才符合老子的处世哲学。

也就是说，做人要像水一样，性柔而能变形：在海洋中是海洋之形，在江河中是江河之形，在杯盆中是杯盆之形，在瓶罐中是瓶罐之形。

《道德经》的意译与感悟

看过一些学者注释的《道德经》，比如说任继愈的《老子新译》、陈鼓应的《老子注释及评价》（中华书局版）等等，感觉比较累。可是，读白玉蟾（1134—1229年）注释的《道德宝章》，反而比较轻松，就像炎热的夏季吃了一碗冰镇绿豆汤一般，爽。

白玉蟾是南宋时人，祖籍福建闽清，生于琼州，本姓葛，名长庚，为白氏继子，又名白玉蟾，字如晦、紫清，号武夷散人。是道教南宗第五世祖，曾被宁宗皇帝赵扩封为“紫清明道真人”，并“为国生座”，应邀主持玉隆宫、瑞庆宫的国醮大典。

白玉蟾所注老子《道德经》，由元代书法家书写，被收入清代大型文献《四库全书》。

其实，也用不着这么吹嘘白玉蟾，他好歹是道教南宗的第五世祖，看他注释的《道德经》应该比今人注释的更接近老子吧？

闲话少说，言归正传。入正题。