

# 道德经

《老子》第四十一章

shàng shì wén dào , qín ér xíng zhī ; zhōng shì wén dào ,  
上 士 闻 道 ， 勤 而 行 之 ； 中 士 闻 道 ，  
ruò cún ruò wáng xià shì wén dào , dà xiào zhī 。 bù  
若 存 若 亡 ； 下 士 闻 道 ， 大 笑 之 。 不  
xiào bù zú yǐ wéi dào 。 gù jiàn yán yǒu zhī : míng dào  
笑 不 足 以 为 道 。 故 建 言 有 之 ： 明 道  
ruò mèi ; jìn dào ruò tuì yí dào ruò lèi ; shàng dé  
若 昧 ； 进 道 若 退 ； 夷 道 若 颡 ； 上 德  
ruò gǔ ; guǎng dé ruò bù zú ; jiàn dé ruò tōu ; zhì  
若 谷 ； 广 德 若 不 足 ； 建 德 若 偷 ； 质  
zhēn ruò yú ; dà bái ruò rǔ ; dà fāng wú yú ; dà  
真 若 渝 ； 大 白 若 辱 ； 大 方 无 隅 ； 大  
qì wǎn chéng ; dà yīn xī shēng ; dà xiàng wú xíng ; dào  
器 晚 成 ； 大 音 希 声 ； 大 象 无 形 ； 道  
yīn wú míng fū wéi dào shàn dài qiè chéng  
隐 无 名 。 夫 唯 道 ， 善 贷 且 成 。

【解释】上士听了道的道理，就努力去实践；中士听了道的道理，觉得好象是有道理又好象没道理；下士听了道的道理，就哈哈大笑。不被嘲笑那就不是真正的道了！所以古人说过：明显的“道”好象暗昧，前进的“道”好象后退，平坦的“道”好像高低不平，崇高的“德”好像低洼的川谷，洁白好象污垢，广大的“德”好像有不足，刚健的“德”好像是怠惰，质地纯净好像是浑浊。最大的方形反而没有边角，重大的器具往往制成得很晚，最大的声音听来反而无声，最大的形象看来反而无形。“道”幽隐而无名，只有“道”，才善于使万物得以完成。

《老子》第四十二章

dào shēng yī , yī shēng èr , èr shēng sān , sān shēng wàn  
道 生 一 ， 一 生 二 ， 二 生 三 ， 三 生 万

wù 。 wàn wù fù yīn ér bào yáng , chōng qì yǐ wéi hé  
物 。 万 物 负 阴 而 抱 阳 ， 冲 气 以 为 和

。 rén zhī suǒ è , wéi gū , guǎ , bù gǔ , ér  
。 人 之 所 恶 ， 唯 孤 、 寡 、 不 谷 ， 而

wáng gōng yǐ wéi chēng 。 gù wù huò sǔn zhī ér yì huò  
王 公 以 为 称 。 故 物 或 损 之 而 益 ， 或

yì zhī ér sǔn 。 rén zhī suǒ jiào , wǒ yì jiào zhī 。  
益 之 而 损 。 人 之 所 教 ， 我 亦 教 之 。

qiáng liáng zhě bù dé qí sǐ , wú jiāng yǐ wéi jiào fù  
强 梁 者 不 得 其 死 ， 吾 将 以 为 教 父 。

【解释】 道产生统一体，统一体产生对立的两个方面，对立的两个方面产生第三者，第三者产生万事万物。万物内部都包含着阴阳两个对立的方面，它们在交冲中得到和谐。人们所厌恶的就是“孤家”、“寡人”、“不\* ”这些词儿。而王公们却用这些词儿称呼自己。所以，一切事物贬损它它却得到增益；增益它它却受到贬损。人们所教导我的，我也用来教导别人：“强暴的人不得好死”。我要把这句话作为教人的宗旨。

### 《老子》第四十三章

tiān xià zhī zhì róu , chí chěng tiān xià zhī zhì jiān 。 wú  
天 下 之 至 柔 ， 驰 骋 天 下 之 至 坚 。 无

yǒu rù wú jiàn , wú shì yǐ zhī wú wéi zhī yǒu yì 。  
有 入 无 间 ， 吾 是 以 知 无 为 之 有 益 。

bù yán zhī jiào , wú wéi zhī yì , tiān xià xī jí zhī  
不 言 之 教 ， 无 为 之 益 ， 天 下 希 及 之

。

【解释】 天下最柔弱的东西，能驾御天下最坚硬的东西。无形的力量能进入没有空隙的东西里面。我因而认识到无为的好处。无言的教导，无为的好处，天下的事很少能够比得上它。

### 《老子》第四十四章

míng yǔ shēn shú qīn      shēn yǔ huò shú duō      dé yǔ wáng  
名 与 身 孰 亲 ？ 身 与 货 孰 多 ？ 得 与 亡

shú bìng      shèn ài bì dà fèi      duō cáng bì hòu wáng  
孰 病 ？ 甚 爱 必 大 费 ； 多 藏 必 厚 亡 。

gù zhī zú bú rǔ      zhī zhǐ bù dài      kě yǐ cháng jiǔ  
故 知 足 不 辱 ， 知 止 不 殆 ， 可 以 长 久

。

【解释】 名声与身体相比哪个亲切？身体与财产相比哪个重要？得到和丧失相比哪个有害？所以，过分的吝惜必招致更大的破费，丰厚的储藏必有严重的损失。知道满足就不会遭到侮辱，知道适可而止就不会遇到危险，可以长久安全。

### 《老子》第四十五章

dà chéng ruò quē      qí yòng bù bì  
大 成 若 缺 ， 其 用 不 弊 。

dà yíng ruò chōng      qí yòng bù qióng  
大 盈 若 冲 ， 其 用 不 穷 。

dà zhí ruò qū      dà qiǎo ruò zhuō      dà biàn ruò nèn  
大 直 若 屈 ， 大 巧 若 拙 ， 大 辩 若 讷 。

jìng shèng zào      hán shèng rè      qīng jìng wéi tiān xià zhèng  
静 胜 躁 ， 寒 胜 热 。 清 静 为 天 下 正 。

【解释】 最完美的东西好像是空虚的，它的作用不会穷竭。最挺直的好象弯曲，最灵巧的好象笨拙，最好的口才好象说话迟钝。急走能战胜寒冷，安静能克服炎热，清净无为可以做天下的首领。

### 《老子》第四十六章

tiān xià yǒu dào      què zǒu mǎ yǐ fèn      tiān xià wú dào  
天 下 有 道 ， 却 走 马 以 粪 。 天 下 无 道

róng mǎ shēng yú jiāo huò mò dà yú bù zhī zú  
， 戎 马 生 于 郊 。 祸 莫 大 于 不 知 足 ；

jiù mò dà yú yù dé gù zhī zú zhī zú cháng zú  
咎 莫 大 于 欲 得 。 故 知 足 之 足 ， 常 足

yǐ  
矣 。

【解释】 天下有道时，战马都用来耕地；天下无道时，怀孕的马也要在战场上生驹。最大的灾祸是不知道满足，最大的罪过是贪得无厌。所以，知道满足为满足永远是满足的。

### 《老子》第四十七章

bù chū hù zhī tiān xià bù kuī yǒu jiàn tiān dào  
不 出 户 ， 知 天 下 ； 不 窥 牖 ， 见 天 道

qí chū mí yuǎn qí zhī mí shǎo shì yǐ shèng rén  
。 其 出 弥 远 ， 其 知 弥 少 。 是 以 圣 人

bù xíng ér zhī bú jiàn ér míng bù wéi ér chéng  
不 行 而 知 ， 不 见 而 明 ， 不 为 而 成 。

【解释】 不出大门，就能知道天下的事理。不望窗外，就能看到天道。走出去越远，知道的道理越少。所以圣人不需要通过经历就能知晓，不需亲见就能明了，不去做就能成功。

### 《老子》第四十八章

wéi xué rì yì wéi dào rì sǔn sǔn zhī yòu sǔn  
为 学 日 益 ， 为 道 日 损 。 损 之 又 损 ，

yǐ zhì yú wú wéi wú wéi ér wú bù wéi qǔ tiān  
以 至 于 无 为 。 无 为 而 无 不 为 。 取 天

xià cháng yǐ wú shì jí qí yǒu shì bù zú yǐ qǔ  
下 常 以 无 事 ， 及 其 有 事 ， 不 足 以 取

tiān xià  
天 下 。

【解释】 求学问天天增加，求道天天减少，减少再减少，以至于达到无为的境地，虽然无为而没有不是他所为的。治理天下不要经常进行干扰。如果经常干扰，就不可能治理好天下。

