

道德经

《老子》第四十九章

shèng rén cháng wú xīn , yǐ bǎi xìng xīn wéi xīn 。 shàn zhě
圣人常无心，以百姓心为心。善者
wú shàn zhī ; bú shàn zhě , wú yì shàn zhī ; dé
，吾善之；不善者，吾亦善之；德
shàn xìn zhě , wú xìn zhī ; bù xìn zhě , wú yì
善。信者，吾信之；不信者，吾亦
xìn zhī ; dé xìn 。 shèng rén zài tiān xià , xī xī yān
信之；德信。圣人在天下，歛歛焉
wéi tiān xià hún qí xīn , bǎi xìng jiē zhù qí ěr mù
，为天下浑其心，百姓皆注其耳目
shèng rén jiē hái zhī 。
，圣人皆孩之。

【解释】圣人没有固定的意志以百姓的意志为意志。善良的人我善待他，不善良的人我也善待他，就可以使人向善。讲信用的人我信任他，不讲信用的人我也信任他，就可以使人守信用。胜任治理天下，和和气气使天下百姓心思归于浑朴。百姓都注意他们自己听到的和看到的，圣人使百姓们都回复到婴儿般的状态。

《老子》第五十章

chū shēng rù sǐ 。 shēng zhī tú , shí yǒu sān ; sǐ zhī
出生入死。生之徒，十有三；死之
tú , shí yǒu sān ; rén zhī shēng , dòng zhī yú sǐ dì
徒，十有三；人之生，动之于死地
yì shí yǒu sān 。 fū hé gù ? yǐ qí shēng zhī hòu
，亦十有三。夫何故？以其生之厚

gài wén shàn shè shēng zhě , lù xíng bù yù sì hǔ ,
。 盖 闻 善 摄 生 者 ， 路 行 不 遇 兕 虎 ，
rù jūn bù bèi jiǎ bīng ; sì wú suǒ tóu qí jiǎo , hǔ
入 军 不 被 甲 兵 ； 兕 无 所 投 其 角 ， 虎
wú suǒ yòng qí zhǎo , bīng wú suǒ róng qí rèn 。 fū hé
无 所 用 其 爪 ， 兵 无 所 容 其 刃 。 夫 何
gù ? yǐ qí wú sǐ dì 。
故 ？ 以 其 无 死 地 。

【解释】 从出生到死亡。长命的占十分之三，短命的占十分之三，本来可以长命的，却过早死去的也占十分之三。这是为什么？因为想长命，生活过于优厚。听说善于保护生命的人，在陆地上行走不会遇到牛和老虎，在战争中不会遭到杀伤。牛永不上它的角，老虎用不上它的爪，兵器用不上它的刃。这是为什么？因为他不到有死亡危险的地方去。

《老子》第五十一章

dào shēng zhī , dé chù zhī , wù xíng zhī , shì chéng zhī
道 生 之 ， 德 畜 之 ， 物 形 之 ， 势 成 之
。 shì yǐ wàn wù mò bù zūn dào ér guì dé 。 dào zhī
。 是 以 万 物 莫 不 尊 道 而 贵 德 。 道 之
zūn , dé zhī guì , fū mò zhī mìng ér cháng zì rán 。
尊 ， 德 之 贵 ， 夫 莫 之 命 而 常 自 然 。
gù dào shēng zhī , dé chù zhī ; cháng zhī yù zhī ; chéng
故 道 生 之 ， 德 畜 之 ； 长 之 育 之 ； 成
zhī shú zhī ; yǎng zhī fù zhī 。 shēng ér bù yǒu , wéi
之 熟 之 ； 养 之 覆 之 。 生 而 不 有 ， 为
ér bù shì , cháng ér bù zǎi 。 shì wèi xuán dé 。
而 不 恃 ， 长 而 不 宰 。 是 谓 玄 德 。

【解释】 道生长万物，德养育万物，种类区分万物，环境形成万物。因而万物没有不尊重道而珍贵德的。道所以被尊重，德所以被珍贵，就在于它不加干涉而顺应自然。所以道生长万物，德养育万物，使万物得到生长和发育，使万物得到安定和保护，使万物得到养育和繁殖，生养了万物而不据为己有，帮助了万物而不自以为有功，当万物之长而不自以是主宰，这就是最深远的德。

《老子》第五十二章

tiān xià yǒu shǐ , yǐ wéi tiān xià mǔ 。 jì dé qí mǔ
天 下 有 始 ， 以 为 天 下 母 。 既 得 其 母
yǐ zhī qí zǐ , fù shǒu qí mǔ , méi shēn bù dài
， 以 知 其 子 ， 复 守 其 母 ， 没 身 不 殆
sāi qí duì , bì qí mén , zhōng shēn bù qín kāi
。 塞 其 兑 ， 闭 其 门 ， 终 身 不 勤 。 开
qí duì , jì qí shì , zhōng shēn bù jiù 。 jiàn xiǎo yuē
其 兑 ， 济 其 事 ， 终 身 不 救 。 见 小 曰
míng , shǒu róu yuē qiáng 。 yòng qí guāng , fù guī qí míng
明 ， 守 柔 曰 强 。 用 其 光 ， 复 归 其 明
wú yí shēn yāng shì wéi xí cháng 。
， 无 遗 身 殃 ； 是 为 袭 常 。

【解释】天下事物 都有个开头儿，要把这个开头儿当作天下事物的根本。已经得知了万物的根本，就能认识万物。既然认识了万物，还必须坚守着万物的根本，就一辈子没危险。塞着窟窿，关闭门户，终身不生疾病，敞开窟窿，济了他们的事，终身不可救治。观察细微叫做明，保持柔弱叫做强。用它的光亮返照内在的明，不给自身带来灾殃，这就是熟习常道。

《老子》第五十三章

shǐ wǒ jiè rán yǒu zhī , xíng yú dà dào , wéi shī shì
使 我 介 然 有 知 ， 行 于 大 道 ， 唯 施 是
wèi 。 dà dào shèn yí , ér rén hǎo jìng 。 cháo shèn chú
畏 。 大 道 甚 夷 ， 而 人 好 径 。 朝 甚 除
tián shèn wú , cāng shèn xū ; fú wén cǎi , dài lì
， 田 甚 芜 ， 仓 甚 虚 ； 服 文 采 ， 带 利
jiàn , yàn yǐn shí , cái huò yǒu yú ; shì wéi dào kuā
剑 ， 厌 饮 食 ， 财 货 有 余 ； 是 为 盗 夸
fēi dào yě zāi !
。 非 道 也 哉 ！

【解释】假如我有点知识，我就在大道上行走，怕的是走邪路。大路很平坦，而人却喜欢

走捷径。朝政很腐败，农田很荒芜，仓库很空虚，而穿着锦绣衣服，带着锋利宝剑，吃厌了精美饮食，占有过多的财富，这就叫做强盗头子。多么不和平道呀！

《老子》第五十四章

shàn jiàn zhě bù bá , shàn bào zhě bù tuō , zǐ sūn yǐ
善 建 者 不 拔 ， 善 抱 者 不 脱 ， 子 孙 以
jì sì bù chuò 。 xiū zhī yú shēn , qí dé nǎi zhēn ;
祭 祀 不 辍 。 修 之 于 身 ， 其 德 乃 真 ；
xiū zhī yú jiā , qí dé nǎi yú ; xiū zhī yú xiāng ,
修 之 于 家 ， 其 德 乃 馀 ； 修 之 于 乡 ，
qí dé nǎi cháng ; xiū zhī yú bāng , qí dé nǎi fēng ;
其 德 乃 长 ； 修 之 于 邦 ， 其 德 乃 丰 ；
xiū zhī yú tiān xià , qí dé nǎi pǔ 。 gù yǐ shēn guān
修 之 于 天 下 ， 其 德 乃 普 。 故 以 身 观
shēn , yǐ jiā guān jiā , yǐ xiāng guān xiāng , yǐ bāng guān
身 ， 以 家 观 家 ， 以 乡 观 乡 ， 以 邦 观
bāng , yǐ tiān xià guān tiān xià 。 hé yǐ zhī tiān xià rán
邦 ， 以 天 下 观 天 下 。 何 以 知 天 下 然
zāi ? yǐ cǐ 。
哉 ？ 以 此 。

【解释】善建的不可拔除，善抱的不会脱落，子孙遵照这个道理祭祀永不断绝。用这个道理修身，他的德就会纯真；用这个道理治家，他的德就会有馀；用这个道理治乡，这乡的德就会久远；用这个道理治国，这个国的德就会丰厚；用这个道理治天下，天下的德就会普及。所以，从个人去认识个人，从家去认识家，从乡去认识乡，从国去认识国，从天下去认识天下。我怎么会知道天下是这样的呢？就是用这种方法。

《老子》第五十五章

hán dé zhī hòu , bǐ yú chì zǐ 。 dú chóng bù shì ,
含 德 之 厚 ， 比 于 赤 子 。 毒 虫 不 螫 ，
měng shòu bù jù , jué niǎo bù bó 。 gǔ ruò jīn róu ér
猛 兽 不 据 ， 攫 鸟 不 搏 。 骨 弱 筋 柔 而

wò gù 。 wèi zhī pì mǔ zhī hé ér juān zuò jīng zhī
握 固 。 未 知 牝 牡 之 合 而 媮 作 ， 精 之

zhì yě 。 zhōng rì hào ér bù á hé zhī zhì yě
至 也 。 终 日 号 而 不 嗻 ， 和 之 至 也 。

zhī hé yuē cháng zhī cháng yuē míng yì shēng yuē xiáng
知 和 曰 常 ， 知 常 曰 明 。 益 生 曰 祥 。

xīn shǐ qì yuē qiáng wù zhuàng zé lǎo wèi zhī bù dào
心 使 气 曰 强 。 物 壮 则 老 ， 谓 之 不 道

bù dào zǎo yǐ
， 不 道 早 已 。

【解释】 含德深厚的人，好比是个婴儿。毒虫不蛰他，猛兽不伤他，恶鸟不抓他，筋骨柔弱而小拳头握得很牢固。不知道男女交合是咋回事，而小生殖器常常勃起，这是精力充沛的表现。整天号啼而喉咙却不沙哑，这是淳和之极的表现。认识淳和的道理叫做常，认识到常的叫做明。贪求生活享受叫做灾殃，欲望支配精气叫做逞强。事物过分壮大就会衰老，可说是离开了道，离开了道就要早亡。

《老子》第五十六章

zhī zhě bù yán yán zhě bù zhī cuò qí ruì jiě
知 者 不 言 ， 言 者 不 知 。 挫 其 锐 ， 解

qí fēn hé qí guāng tóng qí chén shì wèi xuán tóng
其 纷 ， 和 其 光 ， 同 其 尘 ， 是 谓 玄 同

。 gù bù kě dé ér qīn bù kě dé ér shū bù
。 故 不 可 得 而 亲 ， 不 可 得 而 疏 ； 不

kě dé ér lì bù kě dé ér hài bù kě dé ér
可 得 而 利 ， 不 可 得 而 害 ； 不 可 得 而

guì bù kě dé ér jiàn gù wéi tiān xià guì
贵 ， 不 可 得 而 贱 。 故 为 天 下 贵 。

【解释】 真懂得的不随便乱说，随便乱说的不是真懂得。塞着穴洞，关闭门户，挫去锋芒，解脱纠纷，含光耀，混同垢尘，这就叫做“玄同”，所以，不可能对它亲近，不可能对他疏远。不可能使他得利，不可能使他受害。不可能使他尊贵，不可能使他下*。所以被天下所重视。