

《道德经》系列读书会

第七期

李嘉图

陀门中哲分部

2025 年 5 月 25 日



第二章
第三章
第四章
第五章
第六章
第七章

② 自由讨论

① 原文解读

第三十二章

第三十三章

第三十四章

第三十五章

第三十六章

第三十七章

① 原文解读

第三十二章

第三十三章

第三十四章

第三十五章

第三十六章

第三十七章

第三十二章·注释

道常无名，朴虽小^{1,2}，天下莫能臣。侯王若能守之，万物将自宾³。天地相合，以降甘露，民莫之令而自均⁴。始制有名⁵，名亦既有，夫亦将知止，知止可以不殆。譬道之在天下，犹川谷之于江海⁶。

- 1 无名、朴：这是指“道”的特征。
- 2 小：用“小”来形容道，主要是从道主观上不去做万物的主宰者的角度而言。
- 3 宾：宾服，服从。
- 4 人们无需指令，仅凭“道”的功用即可达到自然均普的状态。
- 5 有名：有名称的东西，泛指各种器物，也包括各种有名称的规章制度。
- 6 一说正文应为“道之在天下，譬犹江海之与川谷”。

第三十二章·译文

道常无名，朴虽小，天下莫能臣。侯王若能守之，万物将自宾。天地相合，以降甘露，民莫之令而自均。始制有名，名亦既有，夫亦将知止，知止可以不死。譬道之在天下，犹川谷之于江海。

大道永远处于一种看不见、摸不着的虚无状态，它虽然像未加工过的原木那样微不足道，但是天下没有人能够使它臣服。侯王如果能够遵循大道，万物将会自然而然地宾服于他。天地间的阴阳之气相合，就降下甘露，人们不须指使就能生活得平等安定。万物兴作就产生了各种有名称的器物 and 制度，器物 and 制度出现以后，也该懂得适可而止的道理。知道适可而止就能避免危险。道存在于天下，有如江海为河川所流注一样。

道常无名，朴虽小，天下莫能臣。侯王若能守之，万物将自宾。天地相合，以降甘露，民莫之令而自均。始制有名，名亦既有，夫亦将知止，知止可以不殆。譬道之在天下，犹川谷之于江海。

当人类开始认识事物的时候，就制定出了名相（佛教用语，指事物的名称与现象）和概念。不过老子认为，既然有了名相和概念，就不要过于分别和执着于人们自己的认识。因为人们的认识是有限的，一切都要掌握个度，要适可而止。尽管名相存在着极大的局限性，它却可以帮助人们来认识事物。一旦离开了“名”，我们就无法通过语言领悟不同的道理了。

一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。（《金刚经》第三十二品）

1 原文解读

第三十二章

第三十三章

第三十四章

第三十五章

第三十六章

第三十七章

2 自由讨论

第三十三章·注释

知人者智，自知者明。胜人者有力，自胜者强¹。
知足者富，强行者有志²，不失其所者久，死而不亡者寿³。

¹ 强：刚强、果决。

² 强行：勤勉力行。

³ 死而不亡：身没而道犹存（王弼注）。

第三十三章·译文

知人者智，自知者明。胜人者有力，自胜者强。
知足者富，强行者有志，不失其所者久，死而不亡者寿。

能够认识别人的人是聪明的，能够认识自我的人则更为睿智。能够战胜别人的人是有力的，能够战胜自我的人则更为刚强。懂得满足的人是富有的，坚持力行、努力不懈的人是有志的。不离失本分的人就能长久生存，身死而精神永存的人是真正的长寿之人。

第三十三章·解读

知人者智，自知者明。胜人者有力，自胜者强。
知足者富，强行者有志，不失其所者久，死而不亡者寿。

一个能“自知”、“自胜”、“自足”、“强行”的人，要在省视自己，坚定自己，克制自己，并且矢志力行，这样才能进一步的开展他的精神生命与思想生命。在老子看来，知人、胜人固然重要，但自知、自胜尤为重要。

莫言婚嫁早，婚嫁后，事不少；莫言僧道好，僧道后，心不了。唯有知足人，鼾鼾直到晓；唯有偷闲人，憨憨直到老。（明·陈继儒《岩栖幽事》）

1 原文解读

第三十二章

第三十三章

第三十四章

第三十五章

第三十六章

第三十七章

2 自由讨论

第三十四章·注释

大道汜兮¹，其可左右²。

万物恃之以生而不辞，功成而不有³。衣养万物而不为主⁴，常无欲，可名于小⁵；万物归焉而不为主，可名为大⁶。

以其终不自为大，故能成其大。

1 汜 (sì)：同“泛”。广泛，普遍。

2 左右：指各处各地。

3 不有：不自以为有功。

4 衣养：一本作“衣被”，意为覆盖。

5 可名于小：道从来不去做万物的主宰者，因此可以把它叫作“小”。

6 可名为大：没有任何事物能够背离大道，所以可以把它叫作“大”。

第三十四章·译文

大道汜兮，其可左右。

万物恃之以生而不辞，功成而不有。衣养万物而不为主，
常无欲，可名于小；万物归焉而不为主，可名为大。

以其终不自为大，故能成其大。

大道广泛流行，无所不到。万物依赖它生长而不推辞，有所成就而不自以为有功。养育万物而不自以为主，可以称它为“小”；万物归附而不自以为主宰，可以称它为“大”。由于它不自以为伟大，所以才能成就它的伟大。

第三十四章·解读

大道汜兮，其可左右。

万物恃之以生而不辞，功成而不有。衣养万物而不为主，常无欲，可名于小；万物归焉而不为主，可名为大。

以其终不自为大，故能成其大。

道生长万物，养育万物，使万物各得所需，各适其性，而丝毫不加以主宰。这里借道来阐扬顺任自然而“不为主”的精神。

上至宇宙运行，下至社会治理，天地万物都有着自身的规律，老子用一个“道”字把它们统统囊括起来。所以说“道”无处不在，在任何事物中都可以领略到“道”。

青青翠竹，尽是真如；郁郁黄花，无非般若。（禅宗著作《祖堂集》卷六）

① 原文解读

第三十二章

第三十三章

第三十四章

第三十五章

第三十六章

第三十七章

② 自由讨论

第三十五章・注释

执大象，天下往¹。往而不害，安平泰²。乐与饵，过客止³，
道之出口，淡乎其无味，视之不足见，听之不足闻，用之不
足既⁴。

- ¹ 大象：大道之象。
- ² 泰：平和、安宁。
- ³ 乐与饵：音乐和美食。
- ⁴ 帛本作“用之不可既”。既：尽。

第三十五章·译文

执大象，天下往。往而不害，安平泰。乐与饵，过客止，
道之出口，淡乎其无味，视之不足见，听之不足闻，用之不
足既。

执守大“道”，天下人都来归往。归往而不互相伤害，于是大家都平和安泰。音乐和美食等各种安逸的事物，往往会使那些皈依大道的人半途而废。“道”的表述淡得仿佛没有味道，既看不见也听不见它，使用起来却无穷无尽。

执大象，天下往。往而不害，安平泰。乐与饵，过客止，道之出口，淡乎其无味，视之不足见，听之不足闻，用之不足既。

能够按道的法则行事，就会得到天下人的归顺。大道无形无相，说出来也平淡无奇，但是能用之不竭。本章旨在说明，认识大道是认识世界和改造世界的关键，也是实现人生意义的根本。因此切勿舍本逐末、背离大道，为一时的名利所诱惑。否则，不但不能实现心灵的自由，也会对人生的归宿产生疑惑。

① 原文解读

第三十二章

第三十三章

第三十四章

第三十五章

第三十六章

第三十七章

② 自由讨论

第三十六章·注释

将欲歛^{xī}之，必固张之^{1,2}；将欲弱之，必固强之；
将欲废之，必固兴之；将欲取之，必固与之³。
是谓微明⁴，柔弱胜刚强⁵。
鱼不可脱于渊，国之利器不可以示人⁶。

- 1 歛 (xī): 敛，合。
2 固: 暂且。
3 与: 给予。
4 微明: 微妙的先兆。
5 泊: 淡:，恬静。未兆: 没有迹象，形容不炫耀自己。
6 利器，指国家的刑法等政教制度。示: 炫耀。

第三十六章·译文

将欲歛之，必固张之；将欲弱之，必固强之；
将欲废之，必固兴之；将欲取之，必固与之。
是谓微明，柔弱胜刚强。
鱼不可脱于渊，国之利器不可以示人。

想要收敛它，必先扩张它，想要削弱它，必先加强它，想要废去它，必先抬举它，想要夺取它，必先给予它。这就是几先的征兆。柔弱可以战胜刚强。鱼不能脱离池渊而生存，国家的刑法政教也不可用来耀示威吓百姓。

① 原文解读

第三十二章

第三十三章

第三十四章

第三十五章

第三十六章

第三十七章

② 自由讨论

第三十七章·注释

道常无为而无不为¹。侯王若能守之，万物将自化²。

化而欲作³，吾将镇之以无名之朴⁴，
镇之以无名之朴，夫将不欲⁵。不欲以静，天下将自定⁶。

- ¹ 无为：顺其自然、不妄为。无不为：没有什么是它所不能为的。
- ² 自化：自我化育、自生自长。
- ³ 欲：指贪欲。
- ⁴ 无名之朴：“无名”指“道”。“朴”形容“道”的真朴。
- ⁵ 泊：淡泊，恬静。未兆：没有迹象，形容不炫耀自己。
- ⁶ 自定：一本作“自正”。自然安定祥和。

道常无为而无不为。侯王若能守之，万物将自化。

化而欲作，吾将镇之以无名之朴，
镇之以无名之朴，夫将不欲。不欲以静，天下将自定。

道永远是顺任自然的，然而没有一件事不是它所为。侯王如果能持守它，万物就会自生自长。自生自长而至贪欲萌作时，我就用道的真朴来镇服它。用道的真朴来镇服它，就会不起贪欲。不起贪欲而趋于宁静，天下便会自然而然地达到稳定、祥和。

第三十七章·解读

道常无为而无不为。侯王若能守之，万物将自化。

化而欲作，吾将镇之以无名之朴，
镇之以无名之朴，夫将不欲。不欲以静，天下将自定。

“静”、“朴”、“不欲”都是“无为”的内涵。统治者自身如能做到清静、真朴、不贪欲，治理国家顺应规律而不加以干预，让百姓们能够自由地生活，社会就能形成真朴的民风，人民也将获得安宁。而即使有人起了不正当的念头，统治者也能以合理的方式将它们镇压在萌芽阶段。

② 自由讨论

