

《道德经》系列读书会

第一期

李嘉图

陀门中哲分部

2025 年 4 月 6 日



① 老子与《道德经》

② 原文解读

第一章

第二章

第三章

第四章

③ 自由讨论

④ 参考资料

① 老子与《道德经》

老子生平



老子

(约公元前 571 年-前 471 年)

姓李名耳，字伯阳，谥号聃

- 春秋时期楚国苦县人（今河南鹿邑）
 - 曾任周朝“守藏室之史”
 - 晚年隐居，西出函谷关著《道德经》

《道德经》介绍



竹简本



帛书本



王弼《老子注》

- 成书时间被认为在春秋末期或战国初期
 - 郭店楚墓出土的竹简《老子》抄录于战国中晚期
 - 马王堆汉墓出土的帛书甲乙本抄录于汉文帝时期
 - 继西汉河上公注本后，通行本王弼注本成书于三国时期

“道”与“德”

何谓“道”

- 在金文中作“行”中置“首”，初指道路与方向。
 - “道”是天地间所有规律、真理的总称。
 - 代指人或物所必须遵循的客观法则。

何谓“德”

- 在甲骨文中与“直”同源，本义为“目视标杆以正行路”。
 - “德”是具体事物的规律、本性。
 - 已经被人掌握的这一部分道就叫作“德”。

② 原文解读

第一章

第二章

第三章

第四章

原文解读

上篇 · 道经

② 原文解读

第一章

第二章

第三章

第四章

第一章 • 注释

道可道，非常道¹。

名可名，非常名²。

无名³，天地之始。有名⁴，万物之母。

故常无欲，以观其妙⁵；常有欲，以观其微⁶。

此两者同出而异名，同谓之玄⁷。

玄之又玄，众妙之门⁸。

¹ 第一个“道”为名词，第二个为动词，下一句同。

² 第一个“名”指具体事物的名称。第三个称“道”之名。

③ 无名：即“无”。指未分化的混沌状态。

4有名：指构成万物的最基本的物质元素。

第一章 • 注释

道可道，非常道¹。

名可名，非常名²。

无名³，天地之始。有名⁴，万物之母。

故常无欲，以观其妙⁵；常有欲，以观其微⁶。

此两者同出而异名，同谓之玄⁷。

玄之又玄，众妙之门⁸。

5 第一个“道”为名词，第二个为动词。

⁶ 徼 (jiào): 边界。这里引申为表象。

⁷ 玄者，冥也，默然无有也。（王弼注）

8 玄：幽昧深远，形容道的深邃。

第一章 • 译文

道可道，非常道。名可名，非常名。

无名，天地之始。有名，万物之母。

故常无欲，以观其妙；常有欲，以观其微。

此两者同出而异名，同谓之玄。玄之又玄，众妙之门。

可以用语言描述清楚的道，就不是永恒不变的大道；能够用
来称呼的具体名称，就不是永恒不变的名称。

空虚无名的空间，是天地得以出现的开始；真实有名的基本物质，是万物得以产生的根源。

因此如果一个人能够经常保持清静无欲的心态，就可以观察空间和万物的微妙之处；如果经常处于多欲状态，就只能看到空间和万物的一些表面现象。

空间与物质同时出现而有不同的名称，它们可以说都是非常奥妙的。如果能够反复不断地去探索它们的奥妙，那么就能够打开通向天地万物奥秘的大门。

第一章 · 解读

道可道，非常道。名可名，非常名。
无名，天地之始。有名，万物之母。
故常无欲，以观其妙；常有欲，以观其微。
此两者同出而异名，同谓之玄。玄之又玄，众妙之门。

“道”作为所有规律的总称，其内涵丰富深奥、微妙复杂，所以很难用语言表达清楚。无论是最高真理，还是普通技能，都需要学习者亲自去体悟与实践，仅仅靠书本、语言，无法掌握其中的奥妙。

在老子看来，天地万物作为“有（物质）”，是在与“无（空间）”相对立中显现的。“有无相生”这一辩证思想，贯穿了《道德经》全书。

② 原文解读

第一章

第二章

第三章

第四章

第二章 • 注释

天下皆知美之为美，斯恶已¹；皆知善之为善，斯不善已。故有无相生²，难易相成，长短相较³，高下相倾⁴，音声相和⁵，前后相随。

是以圣人处无为之事⁶，行不言之教。

万物作焉而不辞⁷，生而不有，为而不恃⁸，功成而弗居。
夫唯弗居，是以不去⁹。

¹ 恶：丑。此处用作动词，显露出丑陋。

2 有：物质存在。无：空间。

3 相较：在相互比较中存在。

4 相倾：相互依赖。

5 经过修饰的声音叫作“音”，自然而然发出的声音叫作“声”。

第二章 • 注释

天下皆知美之为美，斯恶已¹；皆知善之为善，斯不善已。故有无相生²，难易相成，长短相较³，高下相倾⁴，音声相和⁵，前后相随。

是以圣人处无为之事⁶，行不言之教。

万物作焉而不辞⁷，生而不有，为而不恃⁸，功成而弗居。
夫唯弗居，是以不去⁹。

6 处：行，做。无为：顺应自然而为。

⁷ 作：兴起，出现。不辞：不拒绝，不限制。

恃：依赖。引申为追求回报。

9 是以不去：因此不会失去。

第二章 · 翻译

天下皆知美之为美，斯恶已；皆知善之为善，斯不善已。故有无相生，难易相成，长短相较，高下相倾，音声相和，前后相随。

是以圣人处无为之事，行不言之教。
万物作焉而不辞，生而不有，为而不恃，功成而弗居。
夫唯弗居，是以不去。

如果天下的人都知道美好的东西是美好的话，那么丑陋的东西就显露出来了；

如果都知道善良的事情是善良的话，那么不善良的事情就显露出来了。

有和无在相互对立中得以形成，难和易在相互对应中得以产生，长和短在相互比较中得以显现，高和下在相互依赖中得以存在，音和声在相互应和中得以区分，前和后在相互对比中得以出现。

第二章 • 译文

天下皆知美之为美，斯恶已；皆知善之为善，斯不善已。故有无相生，难易相成，长短相较，高下相倾，音声相和，前后相随。

是以圣人处无为之事，行不言之教。

万物作焉而不辞，生而不有，为而不恃，功成而弗居。
夫唯弗居，是以不去。

因此圣人所做的事情就是顺应自然而不提倡人为的干涉，圣人推行的是不用语言的教育。

圣人顺应万物的生长而不加以限制，生养了万物而不据为已有，帮助了万物而不要求它们的回报，建立了功劳而不据为已有。正因为圣人从不居功，所以也不会失去自己的功劳。

第二章 · 解读

天下皆知美之为美，斯恶已；皆知善之为善，斯不善已。故有无相生，难易相成，长短相较，高下相倾，音声相和，前后相随。

是以圣人处无为之事，行不言之教。
万物作焉而不辞，生而不有，为而不恃，功成而弗居。
夫唯弗居，是以不去。

相互对立的东西必须相互依赖才能存在。既然没有“无”就没有“有”，那么没有“无为”，自然也就没有“无不为”；没有占有，自然也就没有失去。

由“不言之教”联想到《庄子·德充符》中的兀者王骀。“鲁有兀者王骀，从之游者与仲尼相若。……立不教，坐不议，虚而往，实而归。固有不言之教、无形而心成者邪？”

① 老子与《道德经》

② 原文解读

第一章

第二章

第三章

第四章

③ 自由讨论

④ 参考资料

第三章 • 注释

不尚贤¹，使民不争；
不贵难得之货²，使民不为盗；
不见可欲³，使民心不乱。
是以圣人之治：虚其心⁴，实其腹；弱其志⁵，强其骨。
常使民无知无欲，使夫智者不敢为也⁶。
为无为⁷，则无不治。

¹ 尚：崇尚，重用。国家“尚贤”则民众好名。

² 不看重金银珠玉之类的财物。

³ 见（xiàn）：同“现”，显露。可欲，即上文要破除的名利。

⁴ 使人们的内心虚静而无太多的欲望和杂念。

⁵ 志：志向。这里泛指欲望。

第三章 • 注释

不尚贤¹，使民不争；
不贵难得之货²，使民不为盗；
不见可欲³，使民心不乱。
是以圣人之治：虚其心⁴，实其腹；弱其志⁵，强其骨。
常使民无知无欲，使夫智者不敢为也^{6,7}。
为无为⁸，则无不治。

⁶ 指世俗社会所认为的聪明人，而非真正的智者。

⁷ 为：与“无为”相对，指按照主观意愿行事。

⁸ 执行“无为”的政策。

第三章 · 译文

不尚贤，使民不争；
不贵难得之货，使民不为盗；
不见可欲，使民心不乱。

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

不要崇尚、重用贤人，百姓就不会去争夺美名；
不要看重贵重难得的金银财宝，百姓就不会去做盗贼；
不显露那些可以引起人们欲望的事物，百姓的心就不会被搅乱。
因此圣人治国的原则是：减少百姓的杂念，填饱他们的肚皮；降低
百姓的欲望，增强他们的体质。

永远使百姓没有多少知识和欲望，使那些所谓的聪明人不敢按照
主观意愿去为所欲为。

执行无为的政策，天下就会安定太平。



第三章 · 解读

不尚贤，使民不争；
不贵难得之货，使民不为盗；
不见可欲，使民心不乱。
是以圣人之治：虚其心，实其腹；弱其志，强其骨。
常使民无知无欲，使夫智者不敢为也。
为无为，则无不治。

老子主张破除人们的好名、好利之心。认为一旦君主提倡重用贤人，真正的贤人未必就去出仕，而那些不贤的人为了名利权势而投君主所好，假扮成贤人的模样，获得权力后危害国家和百姓。

“虚心”之人，随遇而安，无可无不可，高官厚禄无法使他欣喜，穷困潦倒无法使他悲伤，命运无法给他带来丝毫的痛苦。

无奈命何，委顺以待终。命无奈我何，方寸如虚空。（白居易《达理二首·其二》）



① 老子与《道德经》

② 原文解读

第一章

第二章

第三章

第四章

③ 自由讨论

④ 参考资料

第四章 • 注释

道冲¹，而用之或不盈²。

渊兮，似万物之宗³：

挫其锐，解其纷⁴；和其光，同其尘⁵。

湛兮，似或存⁶。

吾不知谁之子，象帝之先⁷。

¹ 冲：空虚，无形无象。一说同“盅”，器虚也。

² 而：如果。用：遵循。盈：盈满。

³ 大道如深渊般深邃奥妙，难以认识。宗：宗主，主宰者。

⁴ 挫去万物的锋芒，解除世间的纷扰。

⁵ 指不露锋芒，与世无争。

第四章 · 注释

道冲¹，而用之或不盈²。

渊兮，似万物之宗³：

挫其锐，解其纷⁴；和其光，同其尘⁵。

湛兮，似或存^{6,7}。

吾不知谁之子，象帝之先⁸。

⁶ 湛：无形无象、看不见摸不着的样子。

⁷ 似或：好像。或：也许，似乎。

⁸ 象者，有形之始也；帝者，生物之祖也。（王安石注）

第四章 · 译文

道冲，而用之或不盈。
渊兮，似万物之宗：
挫其锐，解其纷；和其光，同其尘。
湛兮，似或存。
吾不知谁之子，象帝之先。

道是无形无象的，如果遵循它办事，也许就不会要求把事情办到盈满、极盛的状态。

大道就像深渊那样深邃奥妙而难以认识，它好像是万物的主宰者：

它挫去万物的锋芒，从而化解它们之间的纠纷；调和它们的优点，从而使它们都有一定的缺陷。

道是无形无象的，但似乎确实存在着。

我不知道是谁产生了它，只知道它出现于万物之前。



第四章 · 解读

道冲，而用之或不盈。
渊兮，似万物之宗：
挫其锐，解其纷；和其光，同其尘。
湛兮，似或存。
吾不知谁之子，象帝之先。

“日极则仄，月满则亏”，做人做事不能过分追求盈满，而要留有一定的余地；

“木秀于林，风必摧之”，老子建议人们以“和光同尘”的保身原则处世；

老子认为“道”先于世间万物而存在，处于宇宙的本源地位。

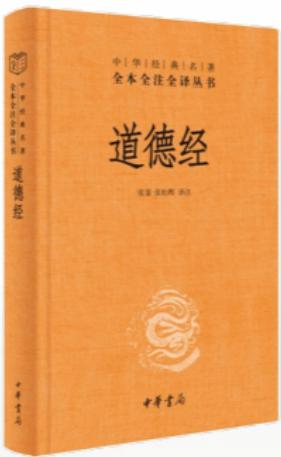
③ 自由讨论

讨论主题

- ① “道”与“名”的联系与区别是什么？
 - ② 怎样理解“有无相生”的辩证思想？
 - ③ 老子所推崇的“无为而治”是否等同于消极不作为？
 - ④ 是否应该认同“和光同尘”的圆滑处世之方？
 - ⑤ 《道德经》包含的哲学思想属于主观唯心主义吗？
 - ⑥ “道”应该被当作一种客观存在来认识，还是作为一种虚无归因来理解？

4 参考资料

参考资料



《道德经》
中华书局出版

推荐读本

- 《道德经》(张景、张松辉译注)

拓展资料

- 王弼 《老子道德经注》
 - 陈鼓应 《老子今注今译》
 - 任继愈 《老子绎读》

书法欣赏



任法融书法作品

谢谢倾听！