

《老子》原文及译文

《老子》，又称《道德真经》《道德经》《五千言》《老子五千文》，是中国古代先秦诸子分家前的一部著作，为其时诸子所共仰，传说是春秋时期的老子李耳（似是作者、注释者、传抄者的集合体）所撰写，是道家哲学思想的重要来源。道德经分上下两篇，原文上篇《德经》、下篇《道经》，不分章，后改为《道经》37章在前，从38章开始为《德经》，一共81章。是中国历史上首部完整的哲学著作。此版本为通行本。

《道经》

第一章

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，欲以观其徼。此两者同出而异名，同谓之玄，玄之又玄，众妙之门。

可以用语言表达的“道”，不是永恒的道；可以用语言命名的“名”，不是永恒的名。无名是天地的开始，有名是万物的根源。所以，从“无”中观察道的奥妙，从“有”中观察道的边界。这两者同出一源而名称不同，都可以称为“玄”，玄妙又玄妙，是一切奥妙的门径。

第二章

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，长短相形，高下相倾，音声相和，前后相随，恒也。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。（高下相倾一作：高下相盈；万物作焉而不辞一作：万物作焉而不为始）

天下人都知道美之所以为美，丑的观念就产生了；都知道善之所以为善，不善的观念就产生了。所以有和无相互生成，难和易相互成就，长和短相互比较，高和下相互依存，音和声相互和谐，前和后相互跟随，这是永恒的规律。因此，圣人以“无为”的态度行事，以“不言”的方式教化，让万物自然生长而不加干涉，生养万物而不占有，有所作为而不自恃，功成而不居功。正因为不居功，所以功绩不会消失。

第三章

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。使夫知者不敢为也。为无为，则无不治。

不推崇贤能，使百姓不争斗；不珍视难得的财物，使百姓不去偷盗；不显露可欲的事物，使百姓的心不被扰乱。因此，圣人的治理方法是：让百姓心灵空虚，肚子吃饱；削弱他们的欲望，增强他们的体魄。常使百姓没有知识和欲望，使那些聪明人不敢妄为。以“无为”的态度治理，就没有治理不好的事情。

第四章

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。

道是不可见的虚体，虽空虚无形，但它的作用却无穷无尽，不可估量。它是那样深邃，好像是世间万物的根本。它能消磨锋锐，解除世间的纷扰，并收敛它的光耀，混同于尘垢。它看起来幽隐虚无却又实际存在。我不知道它是怎么来的，在可见的具体事物形成之前，它就已经存在了。

第五章

天地不仁，以万物为刍狗；圣人不仁，以百姓为刍狗。天地之间，其犹橐籥乎？虚而不屈，动而愈出。多言数穷，不如守中。

天地无所谓仁爱，把万物当成刍草扎成的用作祭祀求福的刍狗；圣人无所谓仁爱，把百姓当成刍草扎成的用作祭祀求福的刍狗。天地之间，岂不像个风箱的皮囊？空虚但不会穷竭，愈鼓动风就能愈多地产生出来。政令繁多反而更加使人困惑，更行不通，不如保持虚静。

第六章

谷神不死，是谓玄牝。玄牝之门，是谓天地根。绵绵若存，用之不勤。

谷神永远不会消亡，它被称为“玄牝”。玄牝的门户，是天地的根源。它绵延不绝，似乎存在却又无形，使用它却不会耗尽。

第七章

天长地久。天地所以能长且久者，以其不自生，故能长生。是以圣人后其身而身先，外其身而身存。非以其无私邪？故能成其私。（后其身 一作：退其身）

天地长久存在。天地之所以能够长久，是因为它们不为自己而生，所以能够长生。因此，圣人把自己放在后面，反而能领先；把自己置之度外，反而能保全自身。这不正是因为他无私吗？所以反而能成就他自己。

第八章

上善若水，水善利万物而不争。处众人之所恶，故几于道。居善地，心善渊，与善仁，言善信，政善治，事善能，动善时。夫唯不争，故无尤。

最高的善就像水一样，水善于滋养万物而不与万物相争。它停留在众人所厌恶的低洼之地，所以最接近于“道”。居住要选择合适的地方，心境要像深渊一样沉静，待人要仁慈，言语要诚信，为政要善于治理，做事要善于发挥能力，行动要善于把握时机。正因为不与人争，所以没有过失。

第九章

持而盈之，不如其已。揣而锐之，不可长保。金玉满堂，莫之能守。富贵而骄，自遗其咎。功遂身退，天之道也。

持握得太满，不如适可而止；锋芒太露，难以长久保持。金玉满堂，没有人能守得住；富贵而骄傲，只会自招灾祸。功成身退，这是自然的规律。

第十章

载营魄抱一，能无离乎？专气致柔，能如婴儿乎？涤除玄览，能无疵乎？爱民治国，能无为乎？天门开阖，能为雌乎？明白四达，能无知乎？生之、畜之，生而不有，为而不恃，长而不宰。是谓玄德。（玄览 一作：玄鉴）

精神和形体合而为一，能够不分离吗？集中气息达到柔和，能像婴儿一样吗？清除杂念，深入观照，能够没有瑕疵吗？爱护百姓，治理国家，能够做到无为而治吗？天地的门户开合，能够像雌性一样柔顺吗？明白通达一切，能够保持无知的状态吗？生成万物，养育万物，生养而不占有，作为而不自恃，引导而不主宰。这就是最深远的德性。

第十一章

三十辐共一毂，当其无，有车之用。埴埴以为器，当其无，有器之用。凿户牖以为室，当其无，有室之用。故有之以为利，无之以为用。

用三十根辐条制造的一个车轮，当中空的地方可以用来装车轴，这样才有了车的作用。用泥土烧成的器皿，当中是空的所以才能放东西，这样才有了器皿的作用。开凿门窗建造房屋，有了门窗四壁内的空虚部分，才有房屋的作用。所以，“有”供人方便利用，正是“无”起了作用。

第十二章

五色令人目盲；五音令人耳聋；五味令人口爽；驰骋畋猎，令人心发狂；难得之货，令人行妨。是以圣人为腹不为目，故去彼取此。

五光十色绚丽多彩的颜色，容易使人眼花缭乱；纷繁嘈杂的音调，容易使人耳朵受到伤害；香馥芬芳、浓郁可口的食物，容易败坏人的口味；纵情狩猎，使人心情放荡发狂；稀有的物品使人行于不轨。因此，圣人致力于满足基本需求即可，不耽于感官的纵情享乐，所以面对诱惑要有所取舍。

第十三章

宠辱若惊，贵大患若身。何谓宠辱若惊？宠为下，得之若惊，失之若惊，是谓宠辱若惊。何谓贵大患若身？吾所以有大患者，为吾有身，及吾无身，吾有何患？故贵以身为天下者，若可寄天下；爱以身为天下者，若可托天下。

受到宠爱和受到侮辱都感到惊恐，重视大患，就好像重视自己的身体一样。为什么说受到宠爱或侮辱都感到惊恐呢？宠爱是卑下的，得到它会感到心惊不安，失去它也会惊恐万分。这就叫做得宠和受辱都感到惊恐。为什么说重视大患就好像重视自己的身体一样？我之所以有大患，是因为我有身体；如果我没有身体，我还会有什么祸患呢？所以，把天下看得和自己的生命一样宝贵的人，才可以把天下的重担交付于他；爱天下和爱自己的生命一样的人，才可以把天下的责任托付与他。

第十四章

视之不见，名曰夷；听之不闻，名曰希；搏之不得，名曰微。此三者，不可致诘，故混而为一。其上不皦，其下不昧，绳绳兮不可名，复归于无物。是谓无状之状，无物之象，是谓惚恍。迎之不见其首，随之不见其后。执今之道，以御今之有。能知古始，是谓道纪。（执今之道 一作：执古之道）

看它看不见，把它叫做“夷”；听它听不到，把它叫做“希”；摸也摸不着，我们把它叫作“微”

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。

如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/295310033344012101>