

目次

序言

閱讀準備

上篇道經

第○一章 觀妙

第○二章 觀徼

第○三章 安民

第○四章 不盈

第○五章 芻狗

第○六章 谷神

第○七章 無私

第○八章 若水

第○九章 持盈

第○十章 玄德

第十一章 虛中

第十二章 為腹

第十三章 寵辱

第十四章 道紀

第十五章 為士

第十六章 觀後

第十七章 知有

第十八章 四有

第十九章 樸素

第二十章 食母

第廿一章從道	
第廿二章曲全	
第廿三章同道	
第廿四章不處	
第廿五章混成	
第廿六章輕重	
第廿七章襲明	
第廿八章常德	
第廿九章自然	
第三十章善果	
第卅一章貴左	
第卅二章知止	
第卅三章盡己	
第卅四章成大	
第卅五章大象	
第卅六章微明	
第卅七章無為	

下篇德經

第卅八章處厚	
第卅九章得一	
第四十章反復	
第四一章聞道	
第四二章沖和	

第四三章至柔	
第四四章知止	
第四五章清靜	
第四六章知足	
第四七章天道	
第四八章日損	
第四九章德善	
第五十章生死	
第五一章尊貴	
第五二章守母	
第五三章大道	
第五四章善建	
第五五章含德	
第五六章道貴	
第五七章治國	
第五八章察政	
第五九章長生	
第六十章治國	
第六一章為下	
第六二章道奧	
第六三章無難	
第六四章輔物	
第六五章玄德	
第六六章江海	

第六七章三寶
第六十八章不爭
第六十九章用兵
第七十章懷玉
第七十一章不病
第七十二章畏威
第七十三章天網
第七十四章可權
第七十五章貴生
第七十六章柔弱
第七十七章天道
第八十章不徙
第八十一章不積

□

序言

概述

老子生于公元前約五百七十年左右，所著《道德經》一書至今仍非常受人重視。他根據對宇宙自然的觀察，加上當時能獲得的人世間知識，憑他過人的想象力發展出一套他自己的「天地觀」，（簡言之為「道」），與「人世觀」（簡言之為「德」）。兩千五百多年前人類對宇宙了解當然不多，人世知識也有限。但他與旁人不同的是，他在大前提上不用「神」來解宇宙萬物，也不用迷信和宿命論來處理人世問題。只先肯定天地間有某種「道理」存在，作為一切變化的主導。無以名之為

「道」。再由「道」衍生出做人處世的準則，名之為「德」。他不牽強附會以不知為知，在追求真理的態度上，老子的做法與現代科學精神相符合。他將上述「天」、「地」、「萬物」、「道」的整體思想包括在他著作的《道德經》中。今本《道德經》后人編排整理，有五千余字，共八十一章，分上下二篇。上篇一到卅七章，內容假定以「道」為主，稱為「道篇」。其餘各章以人生及世事為主，稱為「德篇」。事實上全書「德」的文字遠較談「道」為多，所以「道篇」不但章數少，而且夾雜大量「德」的內容，可以想見的原因是使上下兩篇字數大致相近所致。

《道德經》自古流傳版本及研究的著作甚多，內容大同小異。一九七三年長沙馬王堆漢墓出土兩種帛書抄本，為目前最古老版本。學者們紛紛加以研究，因此而訂正以往版本若干錯誤。以往學者們對道德經的研究多注重于字句的考證與涵義的闡述，此一工作到目前為止可以說已做得相當完善。

本書的編寫原為個人研究心得的整理。目的在以現代眼觀來剖析老子思想；指出其何者適合于時代需要，何者不能適合。使讀者知道如何取舍受益，從而提昇人生品質，造福人群。本書對經文的每章分為「名稱」、「主旨」、「原文」、「解釋」、「討論」五部份，以便於掌握重點，作比較性研讀，附錄中收集老子傳記，名家論述多篇供補充參考。

《道德經》的內涵概略可分為五類性質：1、宇宙及道的概念。2、人性修養和處世哲學，3、理想工作方法，行政技巧，包括治國安民之道及所謂「帝王術」，4、軍事哲學，5

長生保健理論。下面先作綜合說明，有助對本書閱讀和了解。

方法論和宇宙觀：

《道德經》第一章「觀妙」中便以五十九個字敘述「道」與天，地，萬物的關連。並先點出「無特定目標研究」（無欲以觀其妙），與「有特定目標研究」（有欲以觀其微）兩種方法，與現代學術「理論」與「實用」的雙軌相結合。在宇宙觀方面，老子的想象與現代天文學家的見解也有驚人相似處，值得略為介紹。

老子認為宇宙原是空虛而無邊際的，時間起止也無究盡，

「道」早先就已存在，萬物因「道」而產生。「道」是尚無法完全了解的東西。以現代語表示，它可以說是某種未知「奧妙」的假設符號。現代科學上有一種假設，認為宇宙曾在若干億萬年前，在若干億萬分之一秒的短時內，從「一無所有」突然爆發產生兩種轉向相反，大小相等，各自近乎無窮大量的「能」以後部份能量轉變為物質，成各種星體包括太陽系。地球上生物因此衍生而來。近代宇宙論與老子兩千多年前的觀念雖不盡相同，至少是十分相容的。老子的說法如下：

「有物混成，先天地生，寂兮寥兮獨立而不改，周行而不殆，可以為天地母，吾不知其名，字之曰道。……」（二十五章），「天下萬物生于『有』，『有』生于『無』……」（四十章），「道生一，一生二，二生三，三生萬物，萬物負陰而抱陽，……」（四十二章）。

用數學來解釋，在無究大「時」、「空」四度空間裡，任何事物只要有可能，不論其可能性如何微小都會發生出來。宇

宙間星體，地球上生物林林總總，無奇不有，都是這樣產生的。

其中奧妙就是老子所謂的「道」了。

由此得一結論：宇宙的本體是一靜止，虛無，永恆，無窮大的四度空間，可以不斷向外擴張。它無感情意識，不主動也無所主張，只是默默地，在公無私地，為萬物，包括日、月、星辰等提供場所與時間。各自生生滅滅，有生必有滅，滅了可再生。

為人處世及治安之道：

老子根據宇宙自然法則司出了「道」，然後認為人是自然物之一，必然也離不開「道」的約束。認為如果順「道」行事，可以獲得安寧，穩定，甚些「沒身不殆」（永生。老子的「永生觀」）。既不是靈魂去天國，也不是輪迴轉世。而是因為無私，對人類有貢獻，肉體雖然化棄了，能長時為人憶念，精神不死；后人亦因此而可能受益。細想起來，任何人免不了一死，死後萬事成空。為身後想，老子的觀念真可說是最合事理而最高明不過的。

老子認為處世有一整套方略，簡單說來是：以靜制動，以柔克剛，以謙受益，簡易儉樸；大公無私，知止知足，善與人同，以及無為而治等。上面所謂「無為」是指「無為而無不為」。平時多預防準備，有事時以快速簡易高效率來做好。表面上似乎是消極，但因是以最佳方法，追求最佳境界，最理想效果，其實可以說是最積極的。他主張經常保持頭腦冷靜，見解明澈，手法高明，降低慾望。這種方法做人必然是快樂的，處事是成功的。可惜人類愈文明、愈富有；思想上、生活上與老

子倡導的境界愈背道而馳。問題也就曾出不窮。現世常見的社會問題，如子女教養，青少年犯罪，吸毒，墮胎，性病，凶殺搶劫，以及家庭不和，世風日下等，如適度採用老子思想是可以從根本上防止的。至於目前人類所面臨其他嚴重問題：如戰爭威協，人口膨脹，環境污染，生態破壞，能源枯竭等；使人擔心長此以往，人類浩劫，在所難免（宗教上早有預言）。防止之道，可從《道德經》中，得到很多啟示。

在「為人處世」的準則（德）方面，老子的思想多少受了《易經》的影響。雖然《易經》是一本占卜用的書，而老子基本上不談此道，但是《易經》的詞句內涵經卜官世世代代修改，促摸（或琢磨）人世禍福變化，自然準則，融會一套教人如何趨吉避凶的處世哲理。中國古代各學派都受易經的影響，老子當然不會例外。老子學說經後稱為「道家」。其餘各家如：儒、法、名、墨、陰陽等多少摭取道家之長而增加其實用效果。秦以後的帝王及名臣多有為「治道」而研讀（老子），故老子之學有人稱之為「帝王術」。後世道教借老子的名望和學說以立教，尊他為「太上老君」，事實上他只能稱是思想家或哲學家，與一般神道符錄，五行八卦等都扯不上關係。

有人說在複雜的社會尤其是政海中，如能適度運用老子的哲學，人們有更多的機會成為「最大受益者」。因此有人說老子是個「陰謀家」。此說其實不然。因老子雖在第卅六章中講過「將欲奪之必固予之」等類似欺敵的話，但那是指用兵的藝術而言；兵行詭道應是可以的。老子不但不倡言許詐術，他還曾指斥儒家仁義道德為「大偽」，他做人治國力主樸實的正道。

研習者之受益決非基於陰謀。此點不得不辨明。此外，老子以近四分之一的文字談治國安民之道。他的觀點是，人民的利益至上，尊重民意，使人了有生的樂趣，使人民過樸實的生活。

「虛其心實其腹」，「民不畏死」等，講得具體而深刻；足見他主張民主，反對封建極權。書中他稱統治者為「侯王」而不稱「天子」。他主張的「慈」，「嗇」（儉），「不敢為天下先」。三者等於「愛民」，「自奉儉樸」和「不貪戀權位」，不出風頭。

如何受益：

研讀老子可以使人受益，但如何受益而無害必須經過「揣摩研習」，「選擇過濾」和「旁徵博引」三步驟。

第一步驟是一面讀一面想。運用老子「無欲以觀其妙」與「有欲以觀其微」的方法，多遍閱讀，必然心領神會。

第二步驟是對其內容不能照單全收，必須知所選擇，避免誤解，下面幾點可供參考：1、做人的態度要「冷靜」但決不宜誤用而流于「冷漠」。2、老子所謂「柔弱」是指為了和諧及目的達成採用「柔性」或「具有彈性」的手法，決非「懦弱無能」之意。3、讓識老子的積極性不要誤以為消極，此點上面已有交代。4、老子主張「無知無欲」是強調要過樸實而健康的生活，避免虛華。5、戰爭雖不是好事，不可因此而疏于國防或降低人民尚武精神。6、老子「歸真返璞」不可誤作「阻止文明進步」。

第三步驟是學習老子學說的精華，同時還須學習其他學說的優點，分中國固有文化與現代世界思潮兩方面來說明。中國固

有文化方面：春秋戰國時百家爭鳴主要都是為了「救時之敝」（解決當時社會問題）。上面所述包括老子在內的「六家是比較著名的。想受益之道是用各家之長而去其短，不固執于一家。基於這一原則，除學習老子簡易和諧順乎自然之道等至理之外；還須重儒家的倫理道德觀念，仁民物與的情懷，以及修、齊、治、平的人生目標；法家的信賞必罰與制度化觀念；墨家的勤勞儉樸，捨己助人精神；以及名家的是非邏輯。近代世界思潮，涵蓄西方學術，可學應學的東西更多。科學、民主、法治精神、資本主義及社會主義思想，工業工程，人事工程，行政組織以及經營管理之道等等美不勝收；要按自己的需要作有選擇性的研習。人類文明的建立，由于文字累積經驗，傳播知識而來。所以人們愈能吸收旁人知識的精華，去其糟粕，而不應執于一家之言，則愈能以展自己的潛能。做人做事治家治國都將無往不利。總之，人的成敗關鍵在乎學習，關於學習，老子講過下面的話：「上士聞道，勤而行之；中士聞道，若存若亡；下士聞道，大笑之，不笑不足以為道」。學習要靠自己主動才有實效。他如此充份說明，足見其週到細密，發人深省。

後記：

《道德經》不但內容可貴，原文言簡意賅，為典雅活潑的散文詩，讀來音調鏗鏘，韻味盎然。中國很多富有哲理的成語如：禍福相倚，知足不辱，以德報怨，大智若愚，哀兵必勝，赤子之心，等等，都是以老子為淵源。讀者將本書中「原文」與「解釋」比較閱讀，對內容涵義不難掌握，讀者自己或根據他人著作對本書中解釋或有歧見。可以並存，互為參考，無需

爭論，亦不必拘泥。胸襟豁達，心領神會之餘，吟誦原文警句。不但可以掌握智珠，發揮靈感，也可因其想像其人，神交遠古，另有一番風味。

1998年9月文席謀于洛杉磯

閱讀準備

一、名詞釋義（下列名詞散見于書中名章，先有了解，原文較易閱讀）：

* 道：宇宙間一切事物變化的原則，是邏輯的，科學的；人類不斷探求，遠未完全了解的。

* 宇宙：上下四方為宇，往古今來為宙，即自然界無窮大長，寬，高，時，四度空間。

* 自然：廣義的為「宇宙及其中的自然物」，狹義的為「地球及地球上的自然物」。

* 萬物：廣義的為宇宙中一切物與能，狹義的為地球表面的物與一般僅指生物而言。

* 天地：天即太空，即上下四方空間，地指地球。

* 天下：地球上，係指當時中國領域。

* 國、國家：指當時境內的大小邦國。

* 百姓、民：普通人民。

* 士：知識分子，或政府官員。

* 教父、官長：教父即施教導父親或師長，官長即政府高級官員。

* 君王、王侯、社稷主、天下王：國家最高領導。

* 聖人：聖智者，理想中能掌握「道」的原則的人。

* 左契、司契、司徹：左契為放債的契約，司契為保管

文契負責收債的人，司即稅吏。

* 德：一解、德者得也。優先顧及群體利益，自己利益自然不成問題。另解：處理人世問題的理想方法，包括為人處世，治國安家。

* 芻狗：古代祭神時焚化的祭品，以稻草捆扎而成，俗稱「煙包」。

* 橐龠：類似手風琴的樂器，或裝在手風箱上的樂器。

* 玄牝：母體。

二、老子思想：

1、道與宇宙為絕對而永恆的東西，道在宇宙間發生作用而生成萬物。「道」與「宇宙」可以合稱為「自然」。

2、「人法地，地法天，天法道，道法自然」（法即做法、學習、依據）。

3、自然，道，天（宇宙），地的共同特性如下：靜態，無生死，不自生（提供場所供萬在其中生生滅滅）。無私，公平，不感情用事，無言語，有自然法則。物競天擇，優勝劣敗，適者生存（與達爾文進化論相合）。

4、地球為宇宙間的「萬物」之一，人為地球上「萬物」之一。

* 人的行事如按「自然」「道」的法則，則稱之為「德」。

* 有德之人較多機會獲得成功，有較佳人緣，被人敬愛、推崇，生活過得愉快，較健康長壽，死後為人紀念，精神不死，後裔有較佳生存條件等。

* 人要不計較私利，而要關心人民利益，人民擁護他，不會讓他吃虧。

* 做事簡易，不一己包辦，他人自動出力，自己費力少而成功大。

* 人要對榮辱、生死、利害、得利，看得明白，不為慾望、財富、物質、享受及世俗的奴隸，則內心容易保持平衡。

5、老子崇尚真理，不迷信也不詭辯，能與現代科學哲學論相容合。了解之後容易欣賞容易信服。

上篇道經

第一章觀妙

主旨：“道”，“萬物”，“名”的關係及研究方法

原文：（59字）

道可道，非常道；名可名，非常名。無名天地之始，有名萬物之母。故常無欲以觀其妙，常有欲以觀其徼。此兩者同出而異名，同謂之玄。玄之又玄，眾妙之門。

解釋：

“道”就是“道理”或“真理”，但與一般所講的“道理”

意義不完全相同。“名”就是對事物的“名稱”或“說明”，

與一般認為的“名稱”不盡相同。天地萬物原是沒有名稱的。

萬物的名稱都是人加上的。人們對萬物不但予以命名，而且因了解、關係或立場不同而產生不同的印象、聯想或特殊意義。

例如：同樣一株樹木，對不同語言或地域有不同的名稱，對不同的職業或學術背景的人產生不同的觀感。所以，我們最先以客觀（無目的、不存成見）方式來看事物，了解其真象與本色；

然後以主觀（有目的、特殊用意）從不同的觀點、角度、立場來分析事物。這樣才能產生真知。這兩種觀察事物的手法雖然不同，但是為了獲得真知（真理、“道”）同是必要的。這樣觀察事物方能使人領悟出玄妙的真理。

討論：

1、“道”可解釋為宇宙奧妙，宇宙組成及變化的法則。

上下四方為宇，往古來今為宙。

2、“道”也可說是一種真理，與宇宙同存，先萬物而有，

迄今遠非人類所能完全瞭解。“名”為人類對事物的摹狀。語言、文字、文章、著述等都是。探求真理要運用科學方法。科學方法有理論或實驗、演繹或歸納、宏觀或微觀等種類。科學的本身也有基礎（或理論）科學及應用（或實用）科學之分。與本章“無欲以觀其妙”及“有欲以觀其微”大致相容。

3、有人將第二句斷句為“無，名天下之始；有，名萬物之母”。解釋與上述大不相同。

第二章觀微

主旨：認清事物的“差異性”、“相對性”、“無常性”；

凡事順乎自然，不勉強，且不過份重視自己利益。

原文：（84字）

天下皆知美之為美，斯惡已。皆知善之為善，斯不善已。

故有無相生，難易相成，長短相形，高下相傾，音聞相和，前後相隨。是以聖人處無為之事，行不言之教，萬物作焉而不辭。

生而不有，為而不恃，功成而不居，是以不去。

解釋：

假如世間某些事物都已達同一美好標準，沒有不美好的與之比較陪襯，顯示不出其好與不好，與都是不美好的沒有兩樣。

世間事物的品質與狀態，如美醜、好壞、有無、難易、長短、高下、聲音大小、位置前後等等，都是相對的，不會一致的。“聖人”了解這些差別的必然性，不致過份緊張，勉強使其完全一致，不因此而多做或多言。也就是因為有許許多多歧異和差別，整個世界因此而處於動態，社會因此而演進。“聖人”處世的原則是：多創造，多生產，但自己不必擁有其成果；做了事不要認為自己了不起；有所成就不居功勞。因為不貪婪佔有，不矜伐居功；自己反而不致損失，不致喪失優勢地位。

討論：

1、一件好差事如有很多人想做，自己不必攬“做”，讓他人去做；一句話，自己不說而有他人想說則不必爭“去說”。這就是“聖人處無為之事行不言之教”的詮釋。在人事複雜的場合可以免受人排擠、忌諱，取得人和。

2、這章內容屬“人事工程”，應屬德篇。是從道衍生出來的。

第三章安民

主旨：適度降低個人慾望，使民風淳樸，易于治理。

原文：（65字）

不尚賢，使民不爭。不貴難得之貨，使民不為盜。不見可欲，使民心不亂。是以聖人之治：虛其心，實其腹，弱其志，強其骨；常使民無知無欲。使夫知者不敢為也。

解釋：

不標榜特殊人物（如影歌星及選美），人們不會為做法而爭吵。不珍貴難得的貨品（如金銀飾物），人們不會為此而盜

竊。不看到過份希求的目標（人或物），心中自然平靜。聖人理想治道是：使虛心而有實質的（生活上必需的）滿足；使不產生奢望但具有實力。常使一般人民知道的東西不太多，慾望不高。即令群眾中產生特殊智能之士，也倡亂不起來。總之，不做不該做的事（不多事），國家沒有治理不好的。

討論：

- 1、在太古或封閉性社會這不失為一種保持社會安定的方式。在今世言之，需進一步作適當詮釋。為了便於統治而使人無知無識已不合時宜。但色情、奢侈、暴力、毒害性事物儘量使人民不接觸，以保持淳樸的民風是應該的。人民知識的追求，性靈的啟發。精神文明的充實對治道有益無害。
- 2、這種觀念對個人修心養性是很好的，名利淡薄一些，生活過得更愉快，人際關係可能處得更好。修身齊家同樣有益。
- 3、這哲學須活用，不可死用。本章內容應屬德篇，也是由道衍生而來。

第四章：不盈

主旨：說明“中空有容”與“無所不包”為“道”的特性之一。

原文：（43字）

道，沖而用之，或不盈。淵兮似萬物之宗。挫其銳，解其紛，和其光，同其塵。湛兮似若存，吾不知其誰之子，象帝之先。

解釋：

“道”有如一巨大的容器，永遠不致滿溢，它無所不包，

宇宙間萬物生生滅滅，一切變化都離不開它。它的能耐，足以挫折萬物的鋒銳，解決萬物間的糾紛，附和萬物的光輝，共有萬物的塵垢。“道”博大精深，若有若無。弄不清究竟如何產生的。在宇宙萬物起源之先早已存在。

討論：

1、本章可看作老子的宇宙觀。將道與宇宙合而為一。上下四方為宇，往古來今為宙，宇宙本無窮大的四度空間（X、Y、Z、T）。將道看作無窮大的知識（奧妙）。合宇宙而為五度空間（X、Y、Z、T、U）。

2、“道”可看作無窮數量的燈謎，不論是否為人猜出，早已存在。愛因斯坦的“相對論”，可看為猜出了其中的一個。

3、本章為對宇宙和“道”本質的描述。

第五章芻狗

主旨：“自然”是沒有感情的，空虛的，運行不息的，無言的，合乎中道的。

原文：（45字）

天地不仁，以萬物為芻狗。聖人不仁，以百姓為芻狗。天地之間其猶橐籥乎？虛而不屈，動而愈出。多言數窮，不如守中。

解釋：

“大自然”不以感情用事，萬物生生死死，無動于衷，看作祭神用的“芻狗”，（俗稱煙包，以稻草扎成），用畢燒化，一律無所愛惜。“聖人”治國對待所有人民也是如此，一視同仁，雖犧牲在所難免，但決無彼此厚薄之分。天地之間好比一

具手動鼓風器（或竹管排成吹奏用的樂器），裡面空無所有，不斷有風送出來，愈鼓動愈有。其實一件事情講多了講不清楚，不如適時停止。差不多就可以了。

討論：

- 1、此章繼前面第四章形容“道”，本質和本性。屬道篇範疇。但因聖人之心與天地相同，故也可看作德篇的一部份。
- 2、孔子之聖，西施之美，秦皇漢武的霸業，都與凡人及其他生物一樣，無所偏愛，最歸于老死。天地之心可說是最無情的，但絕對公平。它無言無語，不作任何說明解釋，態度始終如一，亙古不變。
- 3、此章歸納若干“自然”特性，供人做法，由道而言德。

第六章谷神

主旨：做法“谷神”低下，空虛，包容，作育，不息的精神。

原文：（25字）

穀神不死，是謂“玄牝”。玄牝之門，是謂天地根。綿綿若存，用之不勤。

解釋：

像山谷那樣精神，永恆存在於天地間，稱之為“玄牝”，

（母體的通稱），母體的某處所，生育萬物。不斷地生育，永遠不倦不息。

谷神的特質是靜態，空虛，低下，包容萬物，出育萬物，變化莫測，生生不息。

討論：

- 1、老子聯想力很強，譬喻很絕，想入非非。

2、宇宙、天地、自然的本身無生死，但不斷生育萬物。

萬物生生死死，無所惜顧。這是“道”的特性之一。

3、本章為對“道”的進一步描述。

第七章無私

主旨：倣法天地大公無私精神。

原文：（48字）

天長地久。天地所以能長久者，以其不自生，故能長生。

是以聖人後其身而身先，外其身而身存。非以其無私耶，故能成其私。

解釋：

儘管萬物生生死死，天地宇宙永恆存在。天地之所以能永久存在乃因它本身沒有生長，所以也就沒有死亡。“聖人”看出這層道理，把自己的利益放在後面，把自己置身事外，事實上受人擁護反而被推到前面，團體中少不了他。他以無私的態度行事，事實上他自己應得的一份也是少不了的。

討論：

1、自私的人，成不了大事。老子看出說出這層道理。

2、宇宙的本身沒有生老病死。絕無私心。人難免不了生老病死，但可倣法其“無私”。

3、本章由“道”而言“德”。

第八章若水

主旨：倣法“水”的德性。

原文：（49字）

上善若水。水利萬物而不爭。處眾人之所惡，故幾于道。

居善地，心善淵，與善仁，言善信，政善治，事善能，動善時。夫唯不爭，故無尤。

解釋：

水真是最好的東西。水對萬物有利，生物少不了它，它不與萬物相爭奪。水停留于卑下一般認為不好呆的地方，原則上與做人的最佳方式相符合。以“水”道做人的原則是①居于適當地位（不必太高），②有涵養（如水之深淵），③與好人為伍，④講話有信實，⑤辦理公務（或群眾事務）妥妥貼貼，⑥做事能幹而有原則，⑦不輕舉妄動，掌握最佳時機。因不與他人相爭，所以人際關係很好。

討論：

- 1、觀察水的特性教人做法。
- 2、水的特性與道相合，本章以“道”言“德”。

第九章持盈

主旨：持盈保泰之道

原文：（41字）

持而盈之，不如其已。揣而銳之，不可常保。金玉滿堂，莫之能守。富貴而驕，自遺其咎。成功，名遂，身退，天之道。

解釋：

容器內裝盛太多必然滿出來，不如少盛一點。不斷的磨銳（如金屬切削用刀具），用不了很久便耗損喪失。家中財富寶物收藏太多，無法永久保存。仗“財勢地位而驕傲，遲早有吃虧倒霉之日。做人最好的方式是：做了對國家、社會有功勞的事，樹立好的名望，趁早退下來。

討論：

1、闡述“滿招損謙受益”的道理。教人如何持盈保泰。

做人對名利、權勢、財寶等身外之物不要過份貪戀。最高明的做法是：功成，名遂，身退。

2、本章以“道”言“德”。

第十章玄德

主旨：為“玄德”（最高德性標準）作解釋。

原文：（69字）

載營魄抱一，能無離乎？專氣致柔，能嬰兒乎？滌除玄覽，能無疵乎？愛民治國能無為乎？天門開闢，能為雌乎？明白四達能無知乎？生之，畜之；生而不有，為而不恃，長而不宰，是謂玄德。

解釋：

你能夠保持精神健旺，自有主宰，如靈魂之不離軀殼嗎？

你能夠像嬰兒那樣，渾元，柔軟充滿生命力嗎？你能夠使你心地明澈，有如新洗過的明鏡，沒絲毫塵埃沾附嗎？你能使不聲不響，愛護人民，治理好國家，好像沒有做什麼大事一樣嗎？

宇宙大自然的變化，有開朗的時候，也在閉塞的時候，你

能保持靜態，如雌性狀態，不以雄長自居嗎？你心理什麼都

知道，而像無知一般地謙遜嗎？你創造“”，生產“”，養育“”；但生育出來的東西，不據為已有；做好的事不自以為了不起；推出你為首長，你不一人主宰；這才是最高境界的德行。

討論：

詳述做人做事治國安民的心態和手法。以“道”言“德”。

第十一章虛中

虛中

主旨：虛無的妙，有無相生之理。

原文：（49字）

三十輻共一轂，當其無，有車之有。埴埴以為器，當其無，有器之用。鑿牖以為室，當其無，有室之用。故有之以為利，無之以為用。

解釋：

一支車輪以三十根輻條將輪邊與輪轂結合為一體，因為車轂上有一孔（無），才可以與車軸（有）配合為用。用陶泥做成罐碗碟等器物，因為都是中間空空的（無），可以容納東西（用）。一所房子牆上開窗開門，因為有了門窗空穴（無），使房子能住（用）。所以有一具體的東西（有）當然是好的，但須有某種形狀的空穴（無）與之配合，才能相互為用，得到利益。

討論：

1、有無是對立的，可以互相為用。例如有錢的人找沒有錢的做事，完成交易，各取所需。如果兩者都有錢或都無錢，都能做或都不能做，便無法配合完成交易。

2、不一定是充實滿足才是好，中虛欠缺的一方，也是必需的。

3、宇宙的本體就是空虛的。如果是滿的，便無法生育萬物了。

4、本章言“道”。

第十二章為腹

主旨：過度的感官享受之害

原文：（49字）

五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽，馳騁田獵
令人心發狂，難得之貨，令人行妨。是以聖人為腹不為目，故
去彼取此。

解釋：

五光十色的東西令人眼花繚亂。音響音樂（特別是卡拉OK
或搖滾樂）有時真是振耳欲聾。過多的體能活動如跑馬打獵
（加上現今的飆車，迪斯可舞等）令人瘋狂。一心想望不易到
手的東西令人打歪主意，走上歪路。所以“聖人”想法不同，
做法不同。為身心真正益處着想。不把自己在聲色犬馬物欲方
面放縱，做法與一般人不同。

討論：

- 1、俗諺“好色精神損，貪財血氣衰，謹防忙裡錯，愛惜
有時錢”可為本章註腳。人應過有節制的生活，不宜縱慾。
- 2、由“道”的清靜無為衍生正確的生活方式。
- 3、以“道”言“德”。

第十三章 寵辱

主旨：本身價值觀之確立與提高。重視多數人的利益。

原文：（86字）

寵辱若驚，貴大患若身。何謂寵辱若驚？寵為上，辱為下，
得之若驚，失之若驚，是謂寵辱若驚。何謂貴大患若身？吾所
以有大患者，為吾身，及吾無身，吾何患，故貴以身為天下者
可以寄天下。愛以身為天下者，可以託天下。

解釋：

常因他人對我重視與否而內心惶惶不安，等於自己完全為他人的好惡而活，做人很累，不是健康的心態。其所以如此，完全由于過份地重視自己所致。以為給你高位置或恭維幾句好話，便是受到了尊寵，為之飄飄然。或未予高位，稍遭冷落心中抑鬱不安。這樣就叫做“寵辱若驚”。這完全由于自以為了不起，對自缺乏正確的評價所致。假如不過份評估自己，何致如此呢。人若是一心為天下大眾着想，關心天下大眾事務，這樣的人，方可以居以高位，將天下的事務交給他辦理。

討論：

1．本章有兩層要義：第一要對自己有正確的價值觀。其次提高本身價值，方能有自我尊嚴，不為外方寵辱所困擾。范仲淹所為所謂先天下之憂而憂，後天下之樂而樂。就是要提本身價值，使本身感到活得有意義。

2．本章由“道”而言“德”。

第十四章道紀

主旨：“道”的基本觀念

原文：（95字）

視之不見名曰夷。聽之不聞名曰希。搏之不得名曰微。此

三者不可致詰，故混而為一。其上不嗅齧，其下不昧。繩繩兮兮不可名，復歸于無物。是謂無狀之狀，無象之象，是謂恍惚。迎之不見其首，隨之不見其後。執古之道，以御今之有。能知

古始，是謂道紀。

解釋：

看不見的東西叫它為“夷”，聽不清楚的聲音名之為“希”，

摸不著的東西稱之為“微”。這三者混合為一，是指一種極微

妙而弄不清楚的東西。所謂“道”也就是這麼一回事。有些事

含糊一點反而好些。在上位者不那樣“察察為明”（過份精明），下面的人不致過於緊張而失誤。“道”是無法形容，無法探索，沒有形狀，沒有影像的東西。只能說是一種恍恍惚惚，弄不清楚，但確實存在的東西。迎“它”看不見它的正面。跟隨

它看不到它的背面。只好歸納往古來推測它的常規變化。從了解歷史來了解“道”，稱之為“道紀”（道的記錄）。

討論：

1、宇宙間奧妙（道）無窮，人類迄今所知極微，仍在不斷摸索之中。

2、本章亟言“道”之難以全盤了解。

第十五章為士

主旨：理想行事的態度和方法。

原文：（94字）

古之善為士者，微妙玄通，深不可識。夫唯不可識，故強

為之容：豫兮若冬涉川，猶兮若畏四鄰，儼兮其若容，渙兮若

冰之將釋，敦兮其若樸，曠兮其若谷，渾兮其若濁，孰能濁以止以止？靜之徐清。孰能安以久？動之徐生。保此道者不欲盈。夫唯不盈。故能弊不新成。

解釋：

以往有才能，有真知灼見，善於辦事的人，舉止高明，一

般人莫測其高深。因其行事不易為人了解，勉強的譬喻說明如

後：他行事小心，好像冬天在結冰的河面走過。行事謹慎，如

在陌生而不友好的環境中生活。有時態度矜持，不敬言笑，好

像一端端莊美麗的貴婦。有時態度隨和，一切問題都似乎不難

解決，又好像即將融化的冰塊。樸質敦厚，有如原始樹木，未

經修剪砍伐。胸懷曠達，有如廣闊的山谷。不自恃清高孤芳自

賞，似乎能與濁世同于流俗。如何能將濁世轉變為治世？如同淨化污水，只能慢慢地澄清。如何使國家長治久安？要使人民勤勞活動，多方面生產，不斷提高生產力。用這種方法，不要自滿，隨時革除弊害，不斷進步，不斷創新。

討論：

做大事者要有真知灼見，有幹才，有膽識。但行事時還須極端小心謹慎，作周詳計劃準備，不浮誇放言高論，卻隨和，樸實開朗，不自鳴清高慢慢一步步把國家治好，勤勞，日新不自滿。

第十六章觀復

主旨：看清生命終極，作高明打算。

原文：（66字）

“致虛極，守靜篤。萬物並作，吾以觀復。夫物芸芸，各歸其根。歸根曰靜，靜曰復命，復命曰常，知常曰明。不知常，妄作凶。知常容，容乃公，公乃王，王乃天，天乃道，道乃久；沒身不殆。

解釋：

人的心地要保持極度謙虛，沉靜，而安靜。雖然宇宙間事物（包括人類和各種生物）不斷產生，爭榮競茂，我卻看清最終都免不了要回後的常態（觀復）。世間芸芸眾生都免不了趨向同一根本（根）。都免不了死亡（靜），死後須回復到元始的常態（常）。人們如果認清那常態，內心方始明澈（明）。如果常態的人心地較寬大（有容），處事公平（公），能獲大眾的擁護推崇（王），有機會處

理天下大事（天），能到理想完美程度（道），能長久于位（久），即令死了，永為世人紀念，精神不死（設身不殆）。

討論：

1、李白所謂“天地者萬物之逆旅，光陰者百世之過客”

萬物在天地間有一定壽命，活時有如在外旅遊，死後猶如回到老家。任何旅遊的人都要回家的。回家後才是永恆的常態，看清這層道理叫做“觀復”。看清這層，知道如何在一息尚存時做出有永恆價值的事，可以達到死後精神不死。

2、本章以“道”言“德”，立意高妙。

第十七章知有

主旨：政府為人民辦實事以建立良好關係

原文：（45字）

太上，下知有之；其次，親之譽之；其次畏之；其下，侮之。故信不足焉，有不信焉。猶兮其貴言。功成事遂，百姓皆謂我自然。

解釋：

這章講人民對政府的四種可能觀感和態度。最好的一種是人民只知有個政府的存在，彼此各守本份，沒有麻煩。其次人民親近政府，歌頌政府，第三種是人民怕政府。最不好的一咱是人民侮辱政府。政府的措施如果不足取信于民，人民當然不相信。我的理想做法是凡事從容不迫，不多講話。將所有工作一一完成，事務處理妥貼。人民認為我合乎自然之道，我和他們相安無事。

討論：

1、有些版本之第三字“下”為“不”。帛書本為“下”。

也很能解釋通順，故用“下”。有些人將最後一句之“我”字作為百姓的自言自語，似不如本文之合理。

2、本章以“道”言“德”。

第十八章四有

主旨：治國安民以大道為根本。

原文：（26字）

大道廢，有仁義。智慧出，有大偽。六親不和，有孝慈。

國家昏亂，有忠臣。

解釋：

因為國民道德敗壞，不正之風盛行，才標榜一些好人好事，要人做法。聰明的人太多了，智慧型的罪犯也盡出不窮。人們只講利害關係，不講親情，才顯出父慈子孝者的可貴。國家政治不上軌道，一團糟，真正為國為民的顯得特別可貴。

討論：

1、本章言治國安民的基本正道。是要基本的樸實和健全。

不在乎末節的補強和虛飾。

2、以“道”言“德”。

第十九章樸素

主旨：重視樸素，降低私欲

原文：（45字）

絕聖棄智，民利百倍。絕仁棄義，民復孝慈。絕巧棄利，盜賊無有。此三者，以為文不足，故令有所屬。見素抱樸，少私寡欲。

解釋：

為政者要講實際，不要專講好聽的話來掩飾，來標榜；不要聽信學養不成熟的所謂精英份子，老百姓的生活會好上百倍。不要老是教人如何仁如何義，百姓自然會更加父慈子孝。不要提倡高檔品，不喊利字當頭，投機倒把，攔路搶劫的人將會少些。這三種氣話乃因為只是用好聽的話來掩飾政治上的缺失，沒有注意實際治國安民之道。真正治國安之道，要少虛浮，講樸實，去私心，降低享受慾望。

討論：

1、此章是老子批評儒家“偽善”所用的偏激論調。老子主張樸素。儉樸有益于治道是正確的，在資源不足人口眾多的國家只能如此。提倡消費以刺激生產有時行不通。尤其在本國生產力產力未建立前不能如此。

2、本章在關治國安民，以“道”言“德”。

第二十章食母

主旨：淡泊無為的處世哲學

原文：（131字）

絕學無憂。唯之與阿，相去幾何。善之與惡，相去若何。人之所畏，不可不畏。荒兮其未央哉。眾人熙熙，如享太牢，如登春臺；我獨泊兮其未兆，如嬰兒之未孩，乘乘兮若無所歸。眾人皆有餘，而我獨若遺。我愚人之心也哉，沌沌兮。眾人昭昭，我獨昏昏。眾人察察，獨我悶悶。澹兮其若海，漂兮若無所止。眾人皆有以，我獨頑且鄙。我獨異于人，而貴食母。

解釋：

放棄學問的追求，煩惱可能少些。隨便附和與一味阿諛，兩者沒有多大差別。其實所謂善與惡究竟又有多少分別呢？一般都怕的不得不怕。這些都是些荒誕不稽的話。一般人趕熱鬧，沒事酒肉徵逐，到處遊覽，一味享受和逸樂，只有我保持淡泊不合潮流，心態有如嬰兒般的無知。我又像乘坐馬車無所適從的樣子。很多人變成了“富有”，好像吃不完用不完似的，只有我好像被遺棄的人一樣。我是愚蠢的人吧，懵懵懂懂的。他人都是聰明的，只有我昏昏的；他人多是精明的，只我是迷糊的。我好像乘船漂流在海面，不知會漂到何方。一般都大有作為似的，只有我不識時務，做些固執而不重要的事。總之我和他人不一樣就是。但我也有我的好處，像抱“母奶的嬰兒無憂無慮健康地在生活”，保持天真。

討論：

本章老子敘述自己處世哲學。雖然不合潮流，但非常自我肯定，認為合“道”的原則。

第二十一章從道

主旨：以‘孔德’來說明‘道’

原文：（71字）

孔德之容，惟道是從。道之為物，惟恍惟惚。惚兮恍兮，其中有象。恍兮惚兮其中有物。

杳兮冥兮其中有精。其精甚真。其中有信。自古及今，其名不去，以閱眾甫。吾何以知眾甫之然哉，以此。

解釋：

孔（空缺）代表一種包羅萬象的特性，它這特性與道相符

合。然則道是甚麼東西？道也不易講行很具體。似乎包括抽象的理論，也包括具體的實物。其中有某種精微的抽象的東西，這種精微的東西是真實的，可驗證的。自古至今不斷有人去探求其究竟。等待將來更多人去探求發掘。也會要問怎知道未來不斷有人者探求呢？因為上面講過它的內容還遠未弄清楚。

討論：

1、“道”是宇宙奧妙，不但老子無法了解，近代科學家所知亦屬有限。老子以“孔德”來勉強形容。

2、本章敘述的完全是“道”。

第二十二章曲全

主旨：滿招損謙受益

原文：（78字）

曲則全，枉則直，窪則盈，弊則新，少則得，多則惑。是以聖人抱一為天下唯，不自見故明，不自是故彰，不自伐故有功，不自矜故長。夫唯不爭，故天下莫能與之爭。古之所謂曲則全者，豈虛言哉。誠全而歸之。

解釋：

山中樹木彎曲的比較不易被人採伐去利用，得以暫時保全。

等到自己要用時經過一番矯正也可變直一樣好用。地面餘窪處所可以積水備用。舊的衣服器有更新的可能（有希望有於地作進一步改善）。家中財物少少的，有增多的可能。太多了，不能再增，形成困擾與麻煩。所以聖人根據道定出為人處世的原則，作為世人的楷模。不過份重視自己，表現自己，自己的優點反易為人肯定。不自以為是反而獲得表彰。不自吹自擂，人們反而推崇。不爭權奪利，反易獲得他人擁護，沒有人鬥得過他。古語有曲木能保全，真是不假。照這哲理做，不但保全，

還能使眾人誠心歸附哩。

討論：

1、這是明哲保身之道。例如：人的待遇與職位偏低，工作能力偏高有獲昇遷可能。不景氣時不易被辭退，且易贏得他人合作。

2、本章以“道”言“德”。

第二十三章同道

主旨：養成行道德的習慣，避免失誤的習慣和後果。

原文：（83字）

希言自然。飄風不終朝，驟雨不終日。孰為此者？天地。

天地尚不能久，而況人乎？故從事于道者，道者同于道，德者同于德，失者同于失。同于道者，道亦樂得之；同于德者，德亦樂得之；同于失者，失亦樂得之。信不足焉，有不信焉。

解釋：

寧靜無譁是天地間自然常態。激烈反常情況不多見，不長久。狂風暴雨，氣候反常不可能持續太久。天尚如此，何況人

呢。（人的行事也有一定習慣人生常態，要以堅定信念建立好的習性，避免壞的習性。）按“道”為準則行事的人習慣于按道行事，按德行事的人習慣于德。做事失誤者習慣于經常失誤。行道的人能有道的結果，行德的人能有德的結果，失誤的人結果也總歸是失誤。如何養成行道行德的好習慣，避免行事失誤的壞習慣要靠自己堅定自己信念。自己信念不足，決心不夠，不能有預期的效果。

討論：

1、本章帛本後段各有不同：故從事而道者同于道，德同

于德，失者同于失。同于德者道亦得之。同于失者道亦失之。

2、本章首段強調習慣成自然。天地萬物如此，人也不能例外。隨後說明人要養成“同道”“同德”的良好習慣，不要“同失”的壞習慣。最後強調因果律，好有好報，壞有壞報。

3、原文中從今本有“樂”字，可根據帛書本刪去。最後“信不足焉，有一焉”在第十七章也有出現，解釋各不同。

4、本章以“道”言“德”。

第二十四章不處

主旨：教人不要自見，自是，自伐，自矜。

原文：（43字）

跂者不立，跨者不行，自見者不明，自是者不彰，自伐者無功，自矜者不長。其於道也，曰餘食贅行，故有道者不處。

解釋：

腳跟不落地站不長久，大步跑步走不長久，只並自己見解不聽他人意見的人見事不明，自以為是的人不為他人表揚，自吹自擂的人無功，自以為比他人高明的不能長久。自見，自是，自伐，自矜等四種心態與行為在有道之士看來，可比之為“多餘的食物或不必要行為”，不足取法。

討論：

1、跂而立，跨而行，如說能長久當然是吹牛。老子以比譬，自見，自是，自伐，自矜；又比之于餘食贅行。古人云：“惟爾不矜，天下莫與爾爭功”。意義相同。自誇自傲確實不是件好事，戒之戒之。

2、此間以“道”言“德”，但“德”的成份為主。

第二十五章混成

主旨：道法自然，道與天地人相關連。

原文：（ 8 5 字）

有物混成，先天地生，寂兮寥兮，獨立而不改，周行而不殆。可以為天下母。吾不知名，字之曰道。強為之名曰大，大曰逝，逝曰遠，遠曰返。故道大，天大，地大，王亦大。域中有四大，而王居其一焉，人法地，地法天，天法道，道法自然。

解釋：

宇宙間，有一種混沌弄不十分清楚的東西，先宇宙而存在，寂靜無聲，廣闊無比，照自己一貫的方式進行，一次次的進行，永不停止。可以把它當作宇宙萬物的母體。因為沒有適當名稱，姑稱之為道。又勉稱為大，或又稱之為逝，或遠，或返，可以夠得稱大的東西有：道（真理），天（宇宙），地（地球），王（政府）。上述四者稱之為自然界的“四大”。王算得上其中之一，人類離不開地球，地球離不開宇宙，宇宙離不開道，道離不開自然。

討論：

1、本章分為兩段，前段為老子的宇宙觀，後段敘述天地人的關係。絲毫沒有迷信觀念。雖很簡客，卻是正確。

2、本章言“道”。

第二十六章輜重

主旨：人生以清靜穩重為安。

原文：（ 4 7 字）

重為輕根，靜為躁君，是以君子終日行，不離輜重，雖有榮觀，燕處超然。奈何莫乘之主而以身輕天下。輕則失臣，躁

則失君。

解釋：

重的東西為輕的東西的根本。態度安靜者為急躁者的君主。

人們終日活動離不開日食所需的輜重。在外游蕩雖有好的景觀比不上居房舍中的安樂。怎能以萬乘君王之尊而常奔走于外，輕身遠離？輕離則失去臣下的供奉，急躁則易失去君王之位置和體統。

討論：

- 1、本章言領導術及“帝王術”，講究“主逸，臣勞”及以靜制動的哲理。
- 2、本章以“道”言“德”。

第二十七章 襲明

主旨：善用人才，以最佳方法行事。

原文：（90字）

善行無轍跡。善言無瑕謫，善計不用籌策。善閉無關楗而

不可開。善結無繩約而不可解。是以聖常善救人。故無棄人。常善救物，故無棄物。是謂襲明。故善人者，不善人之師；不善人者善人之資。不貴其師，不愛其資，雖智大迷。是謂要妙。

解釋：

好行動不留車軌痕跡。好的言辭不會落人把柄，給他人批評指謫。好的計算（心算）不需要籌碼。好的封藏雖不用鎖鑰，別人也無法進入。好的捆扎，不用繩索他人無法解開。所以聖人常能救人助人，沒有棄而無用的人；善於利用物，沒有棄舍不可用之物，這叫你襲明。所以好人是坏人的師表，不好的人是好人救助改造的對象，好人和坏人的都有用處，假如不重視師表，不愛惜對象雖然聰明一世，也會糊塗。這叫作要妙。

討論：

1、本章為兩部份。第一部份為理想行事原則，費力小而效果大。第三部份為運用能力強的指導能力較弱的人。使從有用。

2、本章為以“道”言“德”。

第二十八章常德

主旨：實質美好程度超過外表予人的印象，遠較外表超過實質為佳。為有利。

原文：（86字）

知其雄守其雌，為天下谿；為天下谿，常德不離，復歸

如嬰兒。知其白，守其黑，為天下式；為天下式，常德不忒，復歸於無極。知其榮，守其辱，為天下谷；為天下谷，常德

乃足，復歸於樸。樸散則為器。聖人用之則為官長，故大制不割。

解釋：

雖然自己實力雄厚，保持于不出色不自滿的狀態，便如-

- 容納百川，常常受益。又如嬰兒般富有生命力。

雖然自己潔白無瑕，不因此標榜保持如有虧欠的心態，使
能成為眾人榜樣，眾人愛戴，受益不淺。

雖然自己名譽好，值得驕傲，不但不驕傲，且忍受委屈，
形勢將如山谷，實質好處自然流向。譬如山中的樹木，可用以
製造器具。

形勢成為領導者，所以能形成共大，能控制，群眾離不了
他。

討論：

1、使具有實際力量，實質的美好，不爭虛名，能立於不敗之地。

2、以章為以“道”言“德”。

第二十九章自然

主旨：做人不宜登峰造極，乃為安穩。

原文：（56字）

將欲取天下而為之，吾見其不得已。天下神器，不可為也。為者敗之，執者失之，故物或行或隨，或歔或吹，或強或羸，或戰或隳，是以聖人去甚去泰。

解釋：

要做一個國家的領袖，是出於不得已才去做的。國家領袖這種位置是神聖的位置，不是這樣的人，不能去追求一定失敗，勉強佔有一定喪失。試觀察宇宙萬物（含人事）：有為主動的，有為隨從或被對的，有吸之而聚的，有吹之而散的。有強有弱。有載之以行，有棄之而走。所以聖人不求過份，不求奢侈逸樂。避免登峰造極。

討論：

- 1、高位不能強求，必須衡量客觀形勢與自己實力。
- 2、水到渠成被人推舉而上為上策，安守本份為中策，強求失敗為下策。
- 3、以道言德。

第三十章善果

主旨：要以取得實際利益和果實為目標，不要爭逞強能。

原文：（77字）

以道佐人主者，不以兵強天下。其事好還。師之所處，荊

棘生焉。大兵之後，必有凶年。故善者果而已。不敢以取強。

果而勿矜，果而不伐，果而勿驕，果而不得已，果而勿強。物壯則老，是謂不道，不道早已。

解釋：

以好方法來襄助國君的人，不建議國君發展強大武力從事侵略。打仗不是件好事。戰火燒過的地方長滿荊棘。國家經過一次大戰，隨後必有歉收的荒年。所以高明的做法是取得需要

的成果而已。不要勉強去取。取得後不銜耀，不多講，更不能

驕傲。當做不得已才取得那成果的樣子。這就是只要“果實”

不要“強勢”的意義。任何事物（包括一切生物，人，甚至國

家），一經壯大，使開始衰老，這是因為不合“道”的原則。

不合“道”的原則，將提早死亡。

討論：

1、強調要實惠的果實，而不要追求銜耀強勢和武力。

2、經道言德。

第卅一章貴左（非兵）

主旨：擁有強大武力用於侵略決非好事。

原文：（1 1 4 字）

夫佳兵者不祥之器。物或惡之，故有道者不處。君子居則貴左，用兵則貴右。兵者不祥之器，非君子之器，不得已而用之。恬談為上，勝而不美。而美之者，是樂殺人。夫樂殺人，不可得志于天下。吉事尚左，凶事尚右。偏將軍處左，上將軍處右，言以喪禮處之。殺人之眾，以悲哀泣之。戰勝則以喪禮處之。

解釋：

有好的軍隊武力並不是件好事。你如果有了，他人（他國）

都不高興。‘有道’的人不講究武力。如果以左右表示吉凶，做儘可能居左邊。用兵不得已才佔右邊。武器（武力）不是吉祥令人喜悅的東西。好人平常不會用它。不得已才用。個人或國家，總以平和為上策。打鬥（或打仗）勝了也不是件好事。

如果認為這是好事，豈不是以殺人為樂吧？中國自古以左邊表示吉祥，右邊表示凶否。在軍隊中如正副將領並排站，偏將站左，主將站右，乃符合喪禮原則。傷亡（包括敵人）很多時，免不了要悲哀哭泣，戰爭勝利也以喪禮相處。

討論：

老子反對窮兵凌武，但不反對不得已時整軍經武以捍衛國家。

第卅二章知止（言道）

主旨：解釋“道”是主宰萬物的原理原則。

原文：（69）字

“道常無名。樸雖小，天下不敢臣。侯王若能守，萬物將自寶。天地相合，以降甘露，人莫之令而自均。始制有名，名亦既有，夫亦將知止。知止可以不殆。譬道之天下，猶川谷之于江海。

解釋：

“道”沒有一適當的名稱加以形容，譬如生長中的樸樹，人們無法斷定它將來長成多大或小看它。侯王如果能守“道”的原則，各方人物都將歸服。由于“道”的作用，自然界雨露的下降，沒有人力安排，各地大致均勻。創建大事業的人享有盛名，不被人忘記。“道”之于宇宙。猶如川谷之如河海。萬

物因“道”而呈現于“宇宙”。水流經由川谷進到河海。

討論：

1、本章對道作進一步描述。

第卅三章盡己

主旨：認清自己，克制自己，保持內心平衡，努力不懈，
建立自己正確價值。

原文：（48字）

“知人者智，自知者明。勝人者有力，自勝者強。知足者富。強行者有志，不失其所者久。死而不亡者壽。”

解釋：

能了解別人雖可稱為智者，能認識自己才真正聰明。能戰勝別人雖可稱為有力，能克制自己才真正剛強。知足的人常感富有，心中舒坦。（不知足的人常感欠缺，心常憂戚。），刻苦努力的人必有一番抱負。（人要有崇高意境才活得有意義，有尊嚴）安份守紀，不迷失自己，才能保持安穩的生活，無所擔心。死後為人懷念（精神不死）才真叫“長壽”。

討論：

1、立身處世的人生哲學，高明之至。

2、以道言德。

第卅四章成大

主旨：多替人服務，不爭名位，自然能獲得大名位。

原文：（69字）

大道汎兮，其可左右。萬物恃之以而不辭。功成不名有。衣養萬物而不為主。常無欲，可名于小。萬物歸之而不為主，

可名于大。是以聖人終不為大，故能成其大。

解釋：

“道”影響的範圍非常廣泛，左右逢源，無所不包。萬物都靠它生長運行而它也從不推辭。事情辦成但不需為此而出名。衣被養育萬物而不為萬物的主宰。它沒有慾望，你小看它也沒關係。萬物歸順它，它不為主宰，把它看得重大也應該。所以“聖人”做法它，不自己稱大，所以他人尊他為大。

討論：

- 1、做人做事立身處己，掌握良好人際關係的原則。
- 2、以道言德。

第卅五章大象

主旨：掌握有利形，使之相安無事。

原文：（42字）

執大象，天下往。往而不害，安平太。樂與餌，過客止。
道之出口，淡乎其無味。視之不足見，聽之不足聞，用之不可既。

解釋：

掌握大好形勢的人（或國家），他人（或國家）都將趨附。如果對趨附者能容納，不加迫害，彼此相安無事，勢力日益龐大。如果路旁有人對所有過客樂于（免費）提供飲食，過客都會停下來，不願離走。‘道’的能使人歸服與此相似。‘道’說出來是平談無味的，它本身沒有什麼好看的形像，沒有什麼好聽的聲音，但運用得當，妙用無窮。

討論：

- 1、對他人有利，則能掌握形勢和人心。

2、以道言德。

第卅六章微明

主旨：以弱用強，採用權謀手段。

原文：（36字）

將欲歛之，必固張之。將欲弱之，必固強之。將欲廢之必固興之。將欲奪之，必固予之。是謂微明。柔勝剛，弱勝強。魚不可脫于淵，國之利器，不可示人。

解釋：

打算歛蓋收藏之前，故意裝作亮開。打算把對方弄弱，故意姑且使其暫時強盛。打算將對方廢掉，故意先使其暫時興旺。打算自對方取走，故意先給些便宜。這道道地地叫做陰謀。以柔克剛，以弱用強。就得運用這種方式。還有魚離不開水。國家精銳武器不要讓人知道。就是說要站得穩坐得牢，自己的好東西要保密。

討論：

1、歷史上這類故事很多，越王色踐對付吳王夫差就是這樣。這是為了求生存，復仇雪恥，沒有辦法中的辦法，不是平常做人之道。

第卅七章無為

主旨：簡樸，不多事，降低慾望，求安定平靜。

原文：（49字）

道常無為而無不為。侯王若能守之，萬物將自化。化而欲作，吾將鎮之以無名之樸。無名之樸，亦將不欲。不欲以靜，天下將自正。

解釋：

掌握“道”的簡易原則，儘可能不多事，不需要費大力氣，沒有做不好的事。國家領導若能按“道”的原則行事，一切事物都將自動演變進化，自行治理好。人民慾望太多太高時不好治理，應應簡樸的手法處理。簡樸而使人慾望降低。慾望降低再使其安靜，天下的人自然趨向正道。

討論：

這是老子一貫的治國原則，慾望超過供應能力，人心得不到滿足，形成亂階。加強供應，降低慾望社會可致平靜。

□

第卅八章處厚

主旨：處厚務實，摒棄虛華

原文：（130字）

上德不德，是以有德。下德不失德，是以無德。上德無為而無以為。下德為之而有以為，上仁為之而無以為，上義為之而有以為。上禮為而莫之應，則攘臂而扔之。故失道而後德，失德而後仁，失仁而後義，失義而後禮。夫禮者，忠信之薄而亂之首也。前識者，道之華而愚之始也。是以大丈夫處其厚不居其薄，處其實不居其華。故去彼取此。

解釋：

‘上德’的人口裡不講德，但是有德。‘下德’的人口中離不開德實際上是無德（缺德）。上德的人不多事，經常閑~無事。下德的人老是忙~做，有做不完的事。上仁的人也常做到沒有可做的。上義的人經常做，事做不完。上禮的也是做，如果沒有回饋，他將扔開不做。事實上，喪失了道才用德來補救，喪失了德才用仁來補救，喪失了仁，才用義來補救，喪失了義才用禮來補救。所以禮，可以說大家沒有忠信以後的產物，實在是亂的開端。有遠見，可以說是道的虛華，但也可說是愚蠢的開端。所以正常行事的人要站在厚的地方，不要站在薄的地方；要實在，而不要虛華。行事應有所選擇。

討論：

1 . 此章對儒家的仁義和禮教痛下貶辭。

□下篇德經（第卅九章至八十一章）

第卅九章得一

主旨：‘一’字的哲理

原文：（1 3 6 字）

昔之得一者：天得一以清，地得一以寧，神得一以靈，谷得一以盈，萬物得一以生，侯王得一以為天下貞，其致之一也。天無以清將恐裂，地無以寧將恐發，神無以靈將恐歇，谷無以盈將恐竭，萬物無以生將恐滅，侯王無以貞而貴高將恐蹶。故貴的賤為本，高以下為基，是以侯王自稱孤寡不穀。此其以賤為本耶？非乎？故致譽無譽，不欲碌碌如玉，珞珞如石。

解釋：

‘一’字的涵義是：專一，統一，表裡如一，前後一致。很多東西都是因掌握一的原則而好的：如天因一而清朗，地因一而寧靜，神因一而靈驗，山谷因一而長得滿滿的，萬物因一

而生生不息。侯王因一而為天下尊貴，這些都是一的效果。天不能不清，不清會爆裂。地不能不寧，不寧會地震。神不能

不靈，不靈則無人供奉。山谷不豐滿將空虛荒涼，生物沒有

生長將滅種。侯王如果不能保持尊貴將被人推翻。所以顯貴的

人以微賤的人為根本，高位的人以低下層為基礎，很多侯王自慊為孤寡不幸者，豈不是看重基層為根本。刻意追求美譽，反而得不到美譽。與其光華如玉，不如樸實如石。

討論：

1 . 抱一，務實，重視基層草根。

第四十章反復

主旨：反向手法的運用

原文：（21字）

反者道之動。弱者道之用。天下萬物生于有，有生于無。

解釋：

如果遭遇困難，改變方向，或反向而走，可能找到更好的出路，使“道”能永恆推動。所以“反向”可以說是“道”能保持“運動”的一種方法。摻雜柔性的手段來辦事比一味剛強為有利。地球上事物的發展，由無到有，由有而多，就是用這種方式來的。進不了退一步再來，硬的不成來軟的，這樣才能生存，才能發展。

討論：

- 1、遭遇困難有三種考慮：a．堅持到底 b．改變方向 c．反向退後。究以何者為最佳，要看原來的方向是否完全正確而定。反向不一定是最佳決策，只能說是考慮之一。
- 2、另一種講法是人事工程及心理學的應用。如一辦法遭對方反對，你權且放棄自己的觀點，按對方意見設想，然後，以理由證明其非，使對方心服口服，回到你原來的意見。領馬術中有時牽騾馬，有時使騾馬使性，不遵領馬者的方向，可先反向走動兜圈子轉彎摸角走回要走的方向無不成功，便是一例。

第四十一章聞道

主旨：聞道貴于實踐

原文：（95字）

上士聞道，勤而行之。中士聞道，若存若亡。下士聞道大笑之。不笑不足以為道。故建言有之：明道若昧，進道若退，

夷道若類。上德若谷，大白若辱，廣德若不足，建德若偷，質真若渝。大方無隅，大器晚成，大音希聲，大象無形，道隱無名。夫惟道，善貸且成。

解釋：

上等智慧的人士聽了“道”以後，完全信服，照“道”去做。

中等智慧的人士聽了“道”以後，即令有印象，但不照做。下

等智慧的人士聽了“道”以後，大不以為然，反笑其非。不同

程度的人對“道”有不同的感受，“道”有時被非笑是可能的。

這一事實可以說明如後：明白的“道”好像模糊，進步的“道”

好像退步，一致的“道”好像分出很多種類。上等的德行好像

居于谷底，大大的潔白好像含羞受辱，使廣大的群眾受了惠反

覺其施惠不夠多，有好的建樹覺得有偷工減料事情，真正的質

料好像被染壞了的，方方正正的東西看不見它的棱角，偉大的

器物很久才做成，宏大的聲音不常發音，大的形像反而見不到

原形。“道”是不顯露也不出名的。也只有“道”真能傳授，使人成功。

討論：

1、“道”的本質與外面感受頗一致。對道要有真了解，

不能人云亦云。

第四十二章沖和

主旨：沖和累積而受益

原文：（72字）

道生一，一生二，二生三，三生萬物。萬物負陰抱陽，沖

氣以為和。人之所惡，惟孤寡不穀；而王公以為稱。故物或損之而益，或益之而損。人之所教，我亦教之。強梁者不得其死。

吾將以為教父。

解釋：

宇宙萬物的發生以“道”為起點，由無到有，由少到多（最先什麼也沒有，因為“道”而突然發生，逐漸增多，一而二，二而三，累積成萬物）。宇宙間萬物（一切生物）都傾向于背離陰暗面嚮陽光的，接受陽光的生命之氣而調和之。一般人都喜歡成為“孤”“寡”“不吉祥”。但是古時地位高的王公常用這類字句來自稱。世上的事很奇怪的。有時要損害它，它反而受益；有時與它好處反而害了它。他人獲得經驗或教訓我取為已有。有人一味逞強，最後沒有好下場。這報應具有教育意義，我把他看成老師。

討論：

前句可看成老子宇宙論的一部份。隨後引陰陽二極及其調和。以後述吉凶禍福之無常。教人吸取此教訓。

第四十三章 至 柔

主旨：以柔克剛，以靜制動。

原文：（40字）

天下之至柔，馳騁天下之至堅。無有入于無間。吾是以知無為之有益。不言之教，無為之益，天下希及之。

解釋：

看到天地間最柔弱的東西能在最堅強的東西之間奔馳（如水在石縫中流過）。沒有形體的東西，可以在沒有間隙的東西（銅牆鐵壁）間出入，我領悟到“沒有”的好處。不講話而充份產生教導的效果。不要做事而使獲益。你如能做到這

地步，眾人都比不上你。

討論：

“柔弱”的好處，“沒有”的好處，“不言”的好處，“不做”的好處。

第四十四章 知止（知足）

主旨：知止知足以獲保全。

原文：（39字）

名與身孰親，身與貨孰多，得與亡孰病。是故甚愛必大費，多藏必厚亡。知足不辱，知止不殆，可以長久。

解釋：

一個人的“虛名”與自己“身體”那個要緊？（當然身體要緊。）自己身體比收藏貨物那個重要？（當然身體重要。）

“得到”與“喪失”那一樣使人難過？（當然喪失使人難過）。

過度貪愛虛名令人操勞，收藏的太多喪失的也多，知道滿足不致受辱，知道適時停止不致遭受危害或失敗。如此人可活得愉快活得長久。

討論：

知足知止不作奢求。

第四十五章 清 靜

主旨：行清靜之道表面不利，實際有利。

原文：（40字）

大成若缺，其用不弊。大盈若沖，其用不窮。大直若屈。大巧若拙。大辯若訥。躁勝寒，靜勝熱。清靜為天下正。

解釋：

大的成就好像有缺陷，但是功用功能沒有不好的地方。真正的豐滿富裕，好像見不到什麼東西，但是總是用不完。其他尚有：大的巧妙看起來好像笨拙，最有辯才的人似乎口吃不會講話。運動可以克服寒冷，寧靜可以克服炎熱。清靜乃是天下行事的正道。

討論：

韜光養晦，清靜無為的處世哲學。

第四十六章 知 足

主旨：知足常足。

原文：（46字）

天下有道，卻走馬以糞。天下無道，戎馬生于郊。罪莫大于可欲，禍莫大於不知足，咎莫大於欲得。故知足之足常足矣。

解釋：

天下太平有道時，軍馬養在廄中，糞便供種田肥料之用。天下不太平，兵馬在外奔馳。人的罪莫大於慾望太多太高。禍莫大於不知滿足。困難莫大於對某一事物抱必得之心。所以適當滿足于既有的，便可以說是常常滿足無缺的了。

討論：

人不斷增進知識與能力，但也要適度克制對財富的貪求與感官過度享受的慾望，才不致痛苦，且可避免禍害。

第四十七章 天 道

主旨：講求方法而使有成，不要徒事辛勞。

原文：（36字）

不出戶，知天下。不窺窗，見天道。其出彌遠，其知彌少。

是以聖人不行而知，不見而名，不為而成。

解釋：

一個人不出門可以了解天下的事，不看窗外可以知道天氣的好壞。所以“聖人”不到處跑可以知道很多事，不自己表現，名望為人仰慕。不必辛辛苦苦的做，事業有成就。

討論：

‘聖人’並非不求瞭解情況，不做事。而是以簡易有效的方法求瞭解和做事。

第四十八章 日損

主旨：儘可能減省而使有實效。

原文：（4 3 字）

為學日益，為道日損。損之又損，以至於無為。無為而無不為矣。故取天下者，常以無事，及其有事，不足以取天下。

解釋：

就做學問工夫及增加知識而言，每日學的愈多愈好。但在“道”而言，原則是做的愈少愈好。不斷的減少以至於完全不做。但事實上，效果上沒有絲毫欠缺。如果要主宰國家大事，儘可能發揮他人的力量來做事，自己少管事。多事的人反而得不到天下。

討論：

1、儘可能讓他人多做事多表現，自己只做他人不能做的事，只要事情能辦好，自己儘可能少做甚至不做。這才合乎道的原則。

2、另一解釋，只要達到實際效果，做的愈少愈好。

第四十九章 德 善

主旨：民主真諦。

原文：（69字）

聖人無常心，以百姓之心為心。善者，吾善之；不善者，吾亦善之；德善矣。信者，吾信之；不信者，吾亦信之；德信矣。聖人之在天下歛歛焉，為天下渾其心。百姓皆注其耳目，聖人皆孩之。

解釋：

“聖人”（理想的國家領導）沒有自己的成見，以人民的意見為主。人民的意見是好的固然稱讚採納；不好的意見也當作好的意見來認真研究處理。大家樂于提意見，心中悅服。人民講的可信的固然信服，不可信的也姑且信之。彼此信心自然建立。“聖人”治理天下（或國家）內心處於惶恐小心狀態。對人有時裝迷糊，人民的內心都自動表現出來，使他聽得到，看得見。他內心有數，把人民看成自己的小孩。

討論：

老子這思想與現代民主精神相合。

第五十章 生 死

主旨：攝生之道。

原文：

出生入死，生之徒十有三，死之徒十有三。人之生，動之死地者亦十有三。夫何故以生生之厚。蓋聞善攝生者，陸行不遇兇虎，入軍不被甲兵。兇無所投其角，虎無所措其爪，兵無所容其刃。夫何故，以其無死地。

解釋：

很多人一同經過一生死存亡的危險狀態，有的人還活著，有的人因此而死亡。人的一生免不了要經歷一些危險情況。人世生活複雜而多樣，危機在所難免。善於保護自己的人，各種情況下都不致遇危險。原因在他小心謹慎，不輕易冒險。隨時隨地作萬全考慮。

討論：

小心謹慎，保護自己，為重要處世之道。

第五十一章 尊 貴

主旨：道德對宇宙萬物的功能。

原文：

道生之，德蓄之，物形之，勢成之。是以萬物莫不尊道而貴德。道之尊，德之貴，夫莫之命，而常自然。故道生之，德蓄之。長之，育之，成之，熟之，養之，覆之。生而不有為而不恃，長而不宰，是謂玄德。

解釋：

以道來產生，以德來養蓄，以物使具形象，以勢來成業。所以道與德對萬物言非常重要值得尊貴，雖然如此，以道德處理萬物事務不是以強迫命令的方式，而是順乎自然。不但道生之德育之而已，事實上萬物的生長，培育，促成，成熟，培養，保護，都是受道與德的影響。此外還要生了後並不處為己有，做了很多工作不要依仗自以為了不起。為其尊長不要多加干涉主宰。這種方式稱為玄德。

討論：

治國安民的原則。

第五十二章 守 母

主旨：天人合一沒有死亡也沒有失敗之道。

原文：

天下有始，以為天下母。既得其母，以知其子；既知其子，復守其母；歿身不殆。塞其兌，閉其門，終身不勤。開其兌，濟其事，終身不救。見小曰明，守柔曰強。用其光，復歸其明，無遺身殃，是謂習常。

解釋：

天下（世界）有一元始（起源），將這元始看成天下的母體。由這位母體（元始）我們探測它子體（天下萬物或人民）。或由于知道了它子體（天下萬物）再守“母體（元始）即令死了其人精神永遠存在。

將有害的門路儘量阻塞住，可使一輩子用不“大操勞。能將小處看清楚（見微知著），可以明事物真象，守“柔道（以低姿態行事，不逞強，）可謂真強（不致被人整垮）。處事光明正大，見事明白，不要使你有何傷害，這樣習以為常，謂之習常。

討論：

本章有兩部份：一為‘守母’，另一為‘習常’。

第五十三章 大 道

主旨：為人行事之正當大道

原文：

使我有介然有知，行于大道，惟施是畏。大道甚夷，而

民好徑。朝甚除，田甚蕪，倉甚虛。服文採，帶利劍，厭飲食，貨財有餘，是謂盜誇。非道也哉。

解釋：

雖說我自認有了正確的見解，且依大道的原則行事，但對我的一切施為（表現的行為外表）還是畏懼不放心。大道本是平坦的路，但一般人舍此而走僻徑小路。朝廷都市佈置整齊，但農村地田荒蕪，倉廩空虛。穿“華貴，帶配利劍，美好食物吃到不想吃，家中貨財存集用不完，這樣的表示像是盜竊者以不義之財相誇耀，決不是有道者的表現。

討論：

今世以不義之財誇耀富有者甚普遍。

第五十四章 善 建

主旨：說明人的抱負和人生價值的因素

原文：

善建者不拔。善抱者不脫。善拓者，子孫以祭祀不祿。修之于身，其德乃真；修之于家，其德有餘；修之于鄉，其德乃長；修之于國，其德乃豐；修之于天下，其德乃普。故以身觀身，以家觀家，以鄉觀鄉，以國觀國，以天下觀天下。吾何以知天下之然哉？以此。

解釋：

善於建造的人，建造的東西不易倒塌。善於捆抱的人，捆搶的對象脫身不了。善開拓的人，后人繁庶祭祀不停。一個人對自己本身做好，得到的最真切；對一家處理好，一切有餘；對所住的環境處理好，能住長久；對自己國家作重大

貢獻，所得報酬也將豐碩；對全世界有貢獻，將得到全世界的敬仰。所以由一個人自身的表現可以看得出他的修身工夫。由他的家中情況看出他治家的能力。由他所處環境對他的評價可以看出他對環境的貢獻。由國人對他的評價可以看出他愛國及為國出力的程度。由天下後世人對他的評價可以看出他對人類的貢獻。我的看天下人，就是以這種方式來衡量。

討論：

此章與儒家修身，齊家，治國，平天下的理念相合。

第五十五章 含 德

主旨：由赤子之心，悟養生之道。

原文：

含德之厚，比于赤子。毒蟲不螫，猛獸不處，攫鳥不搏，骨弱筋柔而所至。未知牝牡之合而媵作，精之至也。終日號而不嗷，和之至也。知和曰常，知常曰明，益生曰祥，心使氣曰強。物壯則老，是謂不道，不道早已。

解釋：

人的稟賦厚，生命力強，莫過於初生出的嬰兒。因它不知驚慌恐懼，遇到毒蟲不一定會螫它，猛獸也不一定攻擊它（攻擊出於防衛），攫鳥不一定搏取它。它骨弱筋柔談不到有多大氣力，但它手握得很緊很牢固。它對性事一無所知但它的小麻雀有時脹得大大硬硬的。這乃是它精力極端充沛所致。它有時整日啼哭但聲音不致沙啞，乃是因它極柔所致。所以人知道如何保持柔和才能保持常態（長久）。知道如何保持常態才能心情明朗。人對生（健康）有益才稱得上吉祥。

能控制自己脾氣才能堅強。任何生物達到壯大的階級便開始衰老。衰老與道是不相合的。不照道的原則行事容易衰老，甚至提早死亡。

討論：討論：

從嬰兒的特徵悟出養生之道。

第五十六章 道 貴

主旨：立身處世治國安民的原則

原文：

知者不言，言者不知。塞其兌，閉其門，挫其銳，解其紛，和其光，同其塵，是謂玄同。故不可得而親，亦不可得而疏；不可得而利，亦不可得而害；不可得而貴，亦不可得而賤。故為天下貴。

解釋：

真正聰明有了解的人不多講，多講的人不見得聰明有了解。把不好的門路儘早閉塞，不良的動機早予打擊。將糾紛早予解決。眾人（或國人）的榮辱與之相共，這樣境界稱之為玄同。保持一定分寸和距離，無法和我特別親近，也無法完全疏離。無法利誘也無法加害，無法用名位來寵絡也無法使我失勢。這樣使我保持於超然不敗之地位。為天下之最貴。

討論：

此章言為人高明遠禍害之道。

第五十七章 治 國

主旨：無為而治的哲學

原文：

以正治國，以奇用兵，以無事取天下。吾何所知其然哉，以此。天下多忌諱，而民彌貧。人多利器，國家滋昏。人多伎巧，奇物滋起；法令滋彰，盜賊多有。故聖人云：我無為而民自化。我無事而民自富，我好靜而民自正。我無欲而民自樸。我無情而民自清。

解釋：

用正道（誠信與法制）治國，用奇謀（兵不厭詐）用兵，以無事（與民休息）取得天下的歸順。如問我怎知道這原則呢？下面事實證明：天下忌諱的事越多，人民愈貧苦。世間愈多好的器物，國家政治越糟。人民越多伎巧，離奇古怪的事層出不窮。法令越多，治安越壞。所以聖人有言：我儘可能少做，人民自然歸化。我不多事，人民自然富足。我好靜，人民自然走正路。我沒有多大慾望，人民自然純樸。我不感情用事民風自然澄清。

討論：

使國家在安定中進步。反對文明進步的理論，與時代不盡相宜。

第五十八章 察 政

主旨：人心莫測，禍福無常，為人宜適當寬厚。

原文：

其政悶悶，其民淳淳。其政察察，其民缺缺。禍兮福所倚，福兮禍所伏。孰知其極？其無正耶。正復為奇，善復為妖。人之迷也，其日固久矣。是以聖人方而不割，廉而不剝。直而不肆，光而不耀。

解釋：

為政者（或主管）適當渾沌，人民（或下屬）易于純樸。
為政者（或主管）過於精察，人民（或下屬）有缺失感覺到緊張。禍福是相隨的互為因果的。如何掌握福禍變化的關鍵呢，不要只看事物的正面。正面情況可以變為反面情況，好的可以變為壞的。人們往往因此而迷惑。這種情況存在已久。所以聖人自己雖然方正但不強人所難，自己廉潔不過份苛待他人。自己雖然直率但不對人放肆。自己有光榮的一面，不銜耀而使他人難堪。

討論：

此章內容合乎人事工程原則，主管者適度謙和寬厚可贏得部屬的愛戴與合作。一般人按此行事，可獲良好人緣，持盈保泰。

第五十九章長生

主旨：採緊縮政策易于成功。

原文：

治人事天莫若嗇。夫惟嗇，是謂早服。早服謂之重積德。重積德則無不克。無不克則莫知其極，莫知其極可以有國。有國之母可以長久，是謂深根固蒂；長生久視之道。

解釋：

人事管理及處理天下大事要帶些吝嗇之心。吝嗇有含蓄，節儉，收斂而保留余地之意，使人莫測高深，懷有希冀之心。易于歸服。便於掌握形勢，有逐步放鬆維繫人心的可能，維繫了人心，沒有問題不能解決。能解決問題，事業沒有止境。

事業愈大便可主宰國家命運。有了國家作為基礎，愈可長久，
可以深根固蒂。歷久不衰。

討論：

由儉入奢易，由奢入儉難。對人手面太鬆將難以為繼。

第六十章 治大國

主旨：治國必須真正為國為民。

原文：

治大國若烹小鮮。以道蒞天下，其鬼不神。非其鬼不神，
其神不傷民。非其神不傷民，聖人亦不傷民。夫兩不相傷，
故德交歸焉。

解釋：

治理大國如烹小魚一樣要掌握正確的原則和方法。有了
正確的原則和方法，任何牛鬼神蛇都無法和你為難加害。並
非邪門歪道不夠厲害，而是邪門歪道不會與人民大眾為敵。
賢明的領導者（聖人）本質上也是不與人民大眾為敵的。有
了這一共同基礎（一切為人民），大家能一條心將國家治理
好。

討論：

有人解釋治大國若烹小鮮，認為烹魚不宜多拌動，否則
魚肉碎爛，不成樣子。治國也是一樣不宜多攪動。

第六十一章 為下

主旨：以低姿態獲益而致勝。

原文：

大國者下流，天下之交。天下之交，牝常以靜勝牡。以

靜為下。故大國以下小國則取小國。小國以下大國則取大國。故或下以取，或下而取。大國不過欲兼蓄人。小國不過欲入事人。兩者各得其所，故大者宜為下。

解釋：

國際間交往之道，大國應該將就小國。自然界動物的交配，雌的常因處於靜態而勝過雄的（雌蜘蛛交尾後將雄蜘蛛吃掉便是一例）。運用靜態，被動，將就等，種種低姿態戰略。大國（運用低姿態）可以併吞小國，小國也可能（以低姿態）來戰勝大國。故國與國之間，有的併吞，有的戰勝。大國用的策略是能容納他人，小國用的策略是提供服務。兩種方式都能成功。這樣看來，大的對小的總以採低姿態為宜。

討論：

國家有實力，有勵精圖治之心，行政措施處處得宜，對他國採低姿態不但不致降低國格，且可爭取與國。

第六十二章 道 奧

主旨：自己真知灼見應儘量貢獻出來，幫助改善。

原文：

道者，萬物之奧，善人之寶，不善人之所保。美言可以市，尊行可以加人。人之不善，何棄之有？故立天子，置三公，雖有拱璧以先駟馬，不如坐進此道。古之所以貴此道者何？不曰求以得，有罪以免耶？故為天下貴。

解釋：

所謂道就是萬物間存在的奧妙道理。好人固然以此為寶，

受益無窮。不好的人也可用此而免除災難獲得保障。好的意見好的言論對人有價值。做好事可以建立良好機緣。對不好的人也不要鄙薄遺棄。所以對國家元首及最高位行政主管及領導，與其奉獻拱璧駟馬那類庸俗之物，不如建議好的治國之道。自古以來人們對「道」應是很看重的。因為它能使人對需要的東西能獲得。對罪過能避免。道應該是世上最值寶貴的東西。

討論：

有好主意不要藏在心中不講。為政者要博採輿情。

第六十三章 無 難

主旨：做事原則與方法

原文：為無為，事無事，味無味。大小多少，報怨以德。

圖難于易，為大於細。天下難事，必作于易。天下大事，必作于細。是以聖人終不為其大，故能成其大。夫輕諾必寡信。多易必多難。是以聖人猶難之，故終無難。

解釋：

要注重實效與機先。不該做的儘可能不做，不該管的事儘可能不管，不該嘗試的不去嘗試，儘量簡省。處理事務不管大小，多少，對人對事一概以好心腸，即令對方最先存心不良也須如此。做難事先從易處“手。做大事先從小處“手。世間困難工作都是許多較容易的工作累積而成。偉大的工作是許多較小的工作累積而成。所以聖人不是一下子將大事扛“做（而是先做些較小的準備工作），而最後能將大事做成。人輕易承諾必然容易失信。常將事情看得太容易必然

常遭到大困難。所以聖人常將一件看成比較難，小心從事，沒有克服不了的困難。

討論：

報怨以德為一為人處世以及行政管理上的哲學，與儒家忠恕之道相合，有化敵為友之功。但必須具有功力促使對方變好，取得合作，而又能預防其惡化與為害乃為上策。

第六十四章 輔物

主旨：辦事原則，避免失敗之道。

原文：

其安易持，其未兆易謀，其脆易判，其微易散。為之于未有，治之于未亂。合抱之木，生于毫末；九層之臺，起于累土；千里之行，始于足下。為者敗之，執者失之。是以聖人無為，故無敗。無執，故無失。民之從事，常幾于成而敗之。慎終如始，則無敗事。是以聖人欲不欲，不貴難得之貨；學不學，復眾人之所過；以輔萬物之自然，而不敢為。

解釋：

安定局面容易保持。問題存在而未爆發之先容易設法處理。一樣東西脆弱時容易將其切斷，壞份子或不良因素數量不多時容易驅散或消滅。問題未發生時早作處理，動亂未爆發早作治理。雙手抱圍的大樹是由細小的樹芽長成的。九層樓臺是從地面一鏟鏟的土累築而成，行上千里路程開始在第一步。有的人辦事常常失敗，有的人想要獲得的得不到。聖人不隨便動手做，但沒有要做而做不成的事，不輕易取，沒有想要而得不到的東西。很多人辦事常常在快到成功時而

失敗。做事在最後階仍須保持在開始時那樣小心謹慎，便不會有失敗的事，所以聖人不存奢望，得不到的東西不去尋求，學不會的東西不去學它，別人做過成功的才去做。幫助他人一同達到自然完美境界，自己不敢輕易嘗試，避免失敗。

討論：

此章所言凡事須小心謹慎，有始有終，避免失敗。是正確的。在缺乏開創精神方面不足為法。

第六十五章 玄 德

主旨：採「愚民政策」便於統治。

原文：

古之善為道者，非以明民，將以愚之。民之難治以其智多。故以智治國，國之賊。以不智治國，國之福。知此兩者亦楷式。常知楷式，是謂「玄德」。玄德深矣，遠矣，與物反矣。然後乃至太順。

解釋：

古時善於治理國家的人主不是設法提高人民文化水平（使其聰明），而是採愚民政策。人民的難治理就是因為知道的東西多，智慧太高。所以標榜智慧（高文化水平）來治國，將為國家帶來災難。以低度智慧（低文化水平）來治國，國家有福。

了解這兩點，可以作為模式。常按此模式辦事謂之玄德。這種玄德的學問很高深。與一般趨勢相反，然而可使人民順服，秩序良好。

討論：

人民知識多，思想複雜當然比較難統治，這在上古封閉社會沒有鄰國競爭，用此手法完全基於易于統治，不失為一種方

法，近世民智大開，用此手法乃不可能。為了防止其弊害，須有周詳的法制，並借道德，禮節來約束。使不致為亂。

第六十六章 江 海

主旨：採低姿態不與人爭反能受益。

原文：

江海所以能為百谷王者，以其能下之。故能為百谷王。故聖人欲上民，必以言下之。欲先民，必以身後之。是以聖人處上而民不重，處前而民不害。是以天下樂推而不厭。以其不爭。故天下莫能與之爭。

解釋：

江海為地面一切山谷的總彙，因江海地勢低，所有山谷的水皆流到江海。所以聖人作為人民首長，必須在言辭上採謙下態度。地位在人民之上，本身利益要在人民之後才好。那樣雖處於上位，對人民沒有壓迫感。排名在前，人民不感害怕。人民一致高興地擁護他。因為他不爭，沒有人爭得過他。

討論：

這是老子帝王術的精義。古今中外成功事例多與此相合。

第六十七章 三 寶

主旨：闡述「慈」「儉」「不敢為先」的好處。

原文：

天下皆謂我「道大，似不肖」。夫惟大，故似不肖。若肖，久矣其其細也夫乎。我有三寶，持而保之。一曰「慈」，二曰「儉」，三曰「不敢為天下先」。夫慈故能勇，儉故能廣，不敢為天下先故能成器長。今舍其慈且勇，舍其儉且廣，舍其後且先，死矣。夫以慈以戰則勝，以守則固。天將救之，以慈衛之。

解釋：

世上很多人認為我的「道」確是很大，但和別人講的不同。其實，就是因為我的道大，所以和他人講的不同。如果和他人講的一樣，我這「道」也就沒有什麼了不起。講實在的，

我有三樣寶，受益極大。一件是「慈」，二件是「儉」，三件是「不敢為先」。因為仁慈他人不致反對，可以放手推動，勇于從事。因為節儉，財用有余，正當的用途可以廣泛的推動。因為不為人先，所以不易挫敗，保持長久，假如我沒有慈和勇，沒有儉和寬裕，一味爭先行事，我老早敗亡了。用仁慈的手法，作戰時攻則取，守則固。似乎天在救我，事實是以慈來守衛自己。

討論：

這三點是老子成功秘訣，很富哲理。但是，如果都不為先，誰來開創為先呢？世上的事總得有人帶頭。帶頭的人有成有敗。

第六十八章 不 爭

主旨：人棄我取，不爭而勝。

原文：

善為士者不武，善戰者不怒。善勝者敵不與，善用人者為之下，是謂不爭之德。是謂用人之力。是謂配天古之極。

解釋：

有學問善做事的人不並藉暴力。善用兵作戰的人不發怒。常打勝仗的人敵人多聞風而逃不與相爭。善用人者對人慊下，採低姿態。這些者是具有不爭的品德，且善於動用他人之力。這才合天道和古老的真理。

討論：

不爭而勝上策，爭而後勝中策，爭而不勝為下下策。

第六十九章 用 兵

主旨：行事如用兵，必先研究清楚，準備週到，一舉成功。

原文：

用兵有言：「吾不敢為主而為客，不敢進寸而退尺。」是謂行無行，攘無臂，扔無敵，執無兵。禍莫大於輕敵。輕敵則幾喪吾寶。故抗兵相加，哀者勝矣。

解釋：

一善於用兵者作戰講過下面的話：‘我不敢先發動攻打，寧後動手，不願先進佔少許土地，而隨敗退喪失更多土地’就是說，不到要前進的時機，不要接近敵人；不到用武器的時候不用武器。打仗最怕輕敵。如果輕敵，一切有利條件均將喪失。所以雙方軍隊作戰，如果實力相當，心懷哀戚的一方輕易取勝。

討論：

要準備周詳，一舉而成。不可輕率燥進而失敗。作戰千萬不能輕敵。在情況不明時，‘先發制人’不如‘後發制人’。

第七十章 懷 玉

主旨：掌握真知，不必為人了解。

原文：

吾言甚易知，甚易行。天下莫能知，莫能行。言有宗，事有君。夫唯無知，是以不我知。知我者希則我貴矣。是以聖人被褐懷玉。

解釋：

我所講的很容易了解，也很容易照做。但是一般人對我講的卻不了解，更不能照做。我所講的都是有宗旨有內容的，每一事都有重點。少些人知道也有好處。因為對我講的東西不了解，對我的為人更不會了解。知道我的人少，我不是更珍貴

吧。所以聖人外表穿“不講究，身上卻懷”有玉器寶石。

討論：

掌握真知，不必為世人了解。要注重實質，不必講究外表。

第七十一章 不 病

主旨：要表裡如一，不佯裝不知為知。

原文：

知不知上，不知知病。夫唯病病，是以不病。聖人不病以其病病。

解釋：

內心知道，外表好像不知道這形勢比較好。內心不知，外表好像知道，這是病態的，非常不好。如果知道這是不好，而不去佯裝不知為知，這種病態不會出現于你身上。聖人沒有這種強裝不知為知的毛病，就是因為他看清楚了這種毛病而不去犯它。

討論：

人不可自以為是，自欺欺人。要表裡如一。

第七十二章 畏 威

主旨：解決人民生活問題，不必藉立威來治理。

原文：

民不畏威，則大威至。無狹其所居，無厭其所生，夫唯不厭，是以不厭。是以聖人自知不自見，自愛不自貴。去彼取此。

解釋：

如果政府對人民失去了威信，則政府將面臨一重大威脅。不要使人民居處太窄狹，不要使人民對生活感到厭倦，人民對

生活不厭倦，對政府也不會厭倦。所以聖人自己了解但不作自我表現。自己愛護，但不講求尊貴。捨棄一些東西（自見，自貴），把握一些東西（自知，自愛）。

討論：

此章應與下面74，75兩章並讀。

第七十三章 天 網

主旨：要運用智術不輕言冒險。

原文：

勇于敢則殺，勇于不敢則活。此兩者或利或害，天下所惡，孰知其故，是以聖人猶難之。天之道：不爭而善勝，不言而自應，不召而自來，繹然而善謀。天網恢恢，疏而不失。

解釋：

不該做的事如逞勇敢冒險去做（俗稱挺而走險），常遭殺傷或敗亡。凡事小心謹慎，不該講的不講，不該做的不做，不輕言冒險，可保平安無事。上述兩種處事態度和做法的好壞顯而易見。但是世上很多的人偏偏選擇前面有害的做法，（明知山有虎，偏向虎山行），真是令人不解。這種毛病有時智慧高的人也有犯的。高明的辦法是：不與人爭而能達到目的，不講而能使人照你的意旨去做。不催請而使人自己送上門來。這確是可以辦到的。只要看清情勢，摸清性格，運用比較高妙的辦法（包括暗示）使其就範。布下看不見的天羅地網，萬無一失。

討論：

掌握自然理則趨勢發展，不勉強行事更不要冒險。

第七十四章 司 殺

主旨：不能單靠殺人來止亂。

原文：

民不畏死，奈何以死懼之。若使人常畏死，而為奇者，吾得而殺之，孰敢？常有司殺者殺。夫代司殺者，是謂代大匠斲。夫代大匠斲者希有不傷其手矣。

解釋：

人民有時不怕死，怎能用死來嚇唬住他們呢？假如他們絕對怕死，對付罪犯抓一就處決，誰敢犯罪。（事實上罪犯不斷出現，足見有不怕死的人）。真正掌有生殺大權的人，遵守法律手續，以正道殺人是可以的。事實上有很多冤枉被殺的。那些不該殺人而也動輒殺人的，有如自己不是木匠亂用斧斤刀具，少有不砍傷自己手的。

討論：

此章應與下面第七十五章（貴生）並讀。

第七十五章 貴 生

主旨：使人民感覺生活有意義，生命之可貴，則易治理。

原文：

民之飢，以其食稅之多，是以飢。民之難活，以其上之有為，是以難治。民之輕死，以其求生之厚，是以輕死。夫唯無以生為者，是賢于貴生。

解釋：

人民飢餓主要是由于人民付出的租稅太重。人民的不易治理，因為政府要求的太多。人民不怕死，（挺而走險甚至自殺），主要因為生活太困難。生活太困苦，使人對生存無留戀，則不易治理。解決社會問題，治安問題，首先要使人民生活無問題，感到生之可貴。

討論：

民生問題為治國以基本。

七十六章 柔 弱

主旨：富彈性的處世作風較剛強的死硬派易于保全長久。

原文：

人之生也柔弱，其死也堅強。萬物草木之生也柔脆，其死也枯槁。故堅強者死之徒，柔弱者生之徒。是以兵強則不勝，木強則兵。強大處下，柔弱居上。

解釋：

人活的時候，全身肌肉柔軟；老後死後自然硬化。草木甚至各種生物活的時候都是柔嫩的，死了便變枯槁。因此我們聯想悟出一道理：堅強性質的東西屬於死亡的一類，柔弱的東西屬於生存的一類。歷史上靠武力而逞強的國家最後免不了失敗。樹木很強的多有砍伐的。社會上，性格堅強暴躁的多吃虧，或居下位；性格柔和有彈性的人多成功或居上位。

討論：

這是一種哲理，以物性來比喻人們行事的作風。具有彈性總比無彈性好些，最好的方法是剛柔適當的配合，不是絕對剛或柔。

第七十七章 天 道

主旨：不要佔盡好處，而要分潤他人，乃合天道。過份自私，最後可能一無所有，古今事例甚多。

原文：

天之道其猶張弓乎：高者抑之，下者舉之；有餘者損之，不足者與之。天之道損有餘而補不足。人之道則不然，損不足以奉有餘。孰能以有餘以奉天下？惟有道者。是以聖人為而不恃，功成而不處，不欲見賢。

解釋：

天地宇宙間自然趨勢好像拉弓，高的部份拉下，低部抬上，（也有人將「張弓」解作用木條製造弓，高出的削掉你低處填補）。自然界是損有餘而補不足的。人世間情況與此相反，是損不足而補有餘的。誰能以有多餘的供給不足的大眾呢？唯有「有道者」才如此。所以「聖人」祇是做而不自恃，成功而自居，不願意顯示自己本領大。

討論：

天之道其猶張弓乎，一句很費解，但涵義很明白。

第七十八章水德

主旨：效法水的特性，作為人的德性。

原文：

天下柔弱莫過乎水，而攻堅強者莫之能勝，其無以易之。故柔勝剛，弱勝強。天下莫不知，莫能行。故聖人云：“受國之垢，是謂社稷主。受國之不祥，是謂天下王。正言若反。”

解釋：

水為流體，為一種最常見典型的‘柔弱’東西。但若決開河堤，以洪水攻擊敵人陣地，無人能抵禦。以柔克剛，以弱勝強的道理，很多人知道；但未必照做。古‘聖人’有言：“在國內受盡屈辱，吃不少虧的人，多有機會最後成為‘社稷主’，甚至‘天下王’。這話聽來好像不對，但卻有這樣的事實。”

討論：

以柔弱之道避免吃眼前虧，存心取得最後勝利，為老子倡導的哲理。重要的是以有目的，有計劃的讓步來換取另一方面的，或另一時期的收穫。而不是一味讓步吃虧，永無回報。此點很要緊。

第七十九章左契

主旨：要與人為善，不要與人為惡。

原文：

和大怨必有餘怨，安可以為喜。是以聖人執左契而不責于人。故有德契，無德司徹。天道無親，常與善人。

解釋：

所解一時大的衝突事件，短時間內雙方多少存有殘餘芥蒂。最好先避免衝突，免傷和氣。所以“聖人”

有時雖然握有借據，而為了免傷和氣，不一定向他人去討債。用有德的人管理借據(多餘的錢才放債，收不回就算了)。用無德的人辦稅收(稅收不能短少)。

老天爺對世人沒有親疏之分，但對好人必給好報。

討論：

人與人間避免衝突，避免傷和氣，和平相處，是應該的。但是放債不追討，當然是一種誇大的範例。

第八十章不徒

主旨：敘述生活在一理想小國度，過“和平悠閑生活的可貴。

原文：

小國寡民，使有什佰之器而不用。使民重死而不遠徙。雖

有舟車無所乘之。雖有甲兵無可陳之。使民復結繩而用之。
甘其食，美其服，安其居，樂其俗。鄰國相望，雞犬之音相
聞。民至老死不相往來。

解釋：

國家小，人民少，每家有些設備器具，不一定常用。使人民貪生怕死，不願遠離家鄉。國內的交通工具雖有，但用的人不多，國家的軍隊武器裝備雖然有，但少有作戰的機會。一般百姓對自己吃的穿的，對自己風俗都很滿意。鄰國在邊界上可以看見，雞鳴狗吠之聲可以彼此聽到，人民老死不相往來。

討論：

這是古代，理想中和平寧靜的生活景象。後來人類愈進步，互相征伐，人民生活于顛沛流離中，這種生活方式難能可貴。現世交通發達，這種烏托邦式生活已無可能。

第八十一章不 積

主旨：

前段言「真實」與「真知」之可貴，後段言「無私」精神之可貴。

原文：

信言不類，美言不信。善者不辯，辯者不善。知者不博，博者不知。聖人不積。既已為人已愈有，既已與人已愈多。天之道，利而不害。聖人之道，為而不爭。

解釋：

真實可信的話不一定好聽，好聽的話不一定真實可靠。好人好事不需要自己辯解說明，辯解說明的很可能不是好人好事。

對某一事物有真知的人對其他事物不一定都知道，號稱博學而萬事通的人對每一事物可能只知道一些皮毛。絕頂高明的智者不完全為自己利益打算。他看得清楚，愈為他人為大眾的利益着想，自己也會愈有。給他人的愈多，自己也會愈多。天地宇宙間最好且最受歡迎的做法是對他人有利而無害。「聖人」看清了這道理，只管做事，不與他人爭名利。

討論：

本章分為兩部份，前面“信言不美……博者不知”言凡事有能有所不能，有所為有所不為。以後部份則點明「無私」，和「造福人群」的抱負合乎「天道」也為自己快樂的泉源。

□