

【帛书本】曲则全，枉则正，诚全归之。

【河上公本】曲则全，枉则直，诚全而归之。

=====

《道德经》的版本，原汁原味接近原版《道德经》首推马王堆汉墓帛书版。马王堆汉墓主人利苍是贵族，利用帛书摘抄《道德经》，因帛书极其珍贵就要求不允许出现差错。帛书版《道德经》最贴合老子本意，1973年，在湖南长沙马王堆汉墓出土了帛书版《老子五千言》甲乙两本，让世人对传世本《道德经》又有了重新认识。原来帛书版的《老子五千言》从内容上看有许多地方与传世本不同，甚至是背道而驰大相径庭。

帛书版并不叫《道德经》而是叫《老子五千言》，也不分“道经”和“德经”，还有就是前后顺序上帛书版的内容是“德经”在前“道经”在后。帛书版《老子》甲乙两本的传抄年代也略有不同，甲本应该在西汉初年刘邦登基以后，乙本在汉文帝登基之后。

帛书版《老子》与传世本《道德经》相校，帛书版的更接近老子本人的思想，也更接近老子所著《五千言》的本意。比如，马王堆出土的原版《道德经》与现在的相比，这几处发生了明显的改动。

### 第一处篡改

今本：“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。”

马本：“有，无之相生；难，易之相成；长，短之相形；高，下之相盈；音，声之相和；先，后之相随，恒也。”

从这一改动来看，最明显的就是出现了一个“之”字。中国汉字文化博大精深，一字之差相差千里，古今版本《道德经》也是这个道理。根据原本来看，解决了有无的先后问题，奠定了有由无而生，无为有之根本的哲学方法论。这一论述与后文也是有遥相呼应的地方，并且读起来也更好的解释。传世本的说法，就完全改变了《道德经》本义，变成了阴阳相生相克的论调。这么一来，也难怪后世有《道德经》出自儒家改编的《易经》的说法。这一处的篡改，本质上还是为了服务于独尊儒术的思想生态环境。

## 第二处篡改

今本：“大器晚成”

马本：“大器免成”

这一篡改，根本上还是为儒家学说倡导的积极入世提供一个理论依据。儒家主张修身齐家，就是让你活到老学到老，就是七老八十也要有为天下苍生谋幸福的宏图大志。这一篡改，很明显能够感到，马本《道德经》本义是人才的形成过程不用

过多干预，顺其自然便能成才。而今本《道德经》则是强调持之以恒的坚持，相信能够成才，有人为干预的意味在其中。如此一来，还是能够看出道儒两家后来经历了一番博弈。不管是儒家还是道家，早已是你中有我我中有你，二者难舍难分。从这一改动中，我们可以看到后来《道德经》的多处篡改，归根到底都是服务于儒家学说。

=====

老子《道德经》帛书校订版

该版是，祥子据马王堆汉墓帛书本、任继愈《老子今译（修订本）》（上海古籍出版社，一九八五年版）校订。

## 第一章（译注解读）

道可道也①，非恒道也②。名可名也③，非恒名也。无名④，万物之始也；有名⑤，万物之母也⑥。故恒无欲也⑦，以观其眇⑧；恒有欲也，以观其所徼⑨。两者同出，异名同谓⑩。玄之又玄⑪，众眇之门⑫。

## 第二章（译注解读）

天下皆知美之为美，恶已①；皆知善，斯不善矣②。有，无之相生也③，难，易之相成也，长，短之相刑也④，高，下之相盈也⑤，音，声之相和也⑥，先，后之相随，恒也。是以圣人居无为之事⑦，行不言之教，万物作而弗始也⑧，为而弗志也⑨，成功而弗居也。夫唯弗居，是以弗去。

## 第三章（译注解读）

不上贤①，使民不争；不贵难得之货②，使民不为盗③；不见可欲④，使民不乱。是以圣人之治也，虚其心⑤，实其腹，弱其志⑥，强其骨，恒使民无知、无欲也。使夫知不敢⑦、弗为而已⑧，则无不治矣⑨。

## 第四章（译注解读）

道冲①，而用之有弗盈也②。渊呵③！似万物之宗④。锉其兑⑤，解其纷⑥，和其光⑦，同其尘⑧。湛呵⑨！似或存⑩。吾不知其谁之子，象帝之先⑪。

## 第五章（译注解读）

天地不仁，以万物为刍狗①；圣人不仁，以百姓为刍狗。天地之间，其犹橐籥乎②？虚而不屈③，动而俞出④。多闻数穷⑤，不若守于中⑥。

## 第六章（译注解读）

谷神不死①，是谓玄牝②。玄牝之门③，是谓天地之根。绵绵呵④！其若存⑤！用之不堇⑥。

## 第七章（译注解读）

天长，地久①。天地之所以能长且久者，以其不自生也②，故能长生。是以圣人后其身而身先③，外其身而身存④，非以其无私邪⑤？故能成其私。

## 第八章（译注解读）

上善若水①。水善利万物而不争，处众人之所恶②，故几于道③。居，善地；心，善渊④；与，善仁⑤；言，善信；政，善治⑥；事，善能；动，善时⑦。夫唯不争，故无尤⑧。

## 第九章（译注解读）

持而盈之①，不如其已②；揣而锐之③，不可长保④。金玉满堂，莫之能守；富贵而骄，自遗其咎⑤。功成身退⑥，天之道也⑦。

## 第十章（译注解读）

载营魄抱一①，能无离乎？专气致柔②，能如婴儿乎③？涤除玄鉴④，能无疵乎？爱民治国，能无为乎⑤？天门开阖⑥，能为雌乎⑦？明白四达，能无知乎⑧？生之畜之⑨，生而不有，为而不恃，长而不宰，是谓玄德⑩。

## 第十一章（译注解读）

三十辐①共一毂②，当其无，有车之用③。埴埴以为器④，当其无，有器之用。凿户牖以为室⑤，当其无，有室之用。故有之以为利，无之以为用⑥。

## 第十二章 (译注解读)

五色①令人目盲②；五音③令人耳聋④；五味⑤令人口爽⑥；驰骋⑦畋猎⑧，令人心发狂⑨；难得之货，令人行妨⑩；是以圣人为腹不为目⑪，故去彼取此⑫。

## 第十三章 (译注解读)

宠辱若惊①，贵大患若身②。何谓宠辱若惊？宠为下③，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④？故贵以身为天下，若可寄天下；爱以身为天下，若可托天下⑤。

## 第十四章 (译注解读)

视而不见，名曰夷①；听之不闻，名曰希②；搏之不得，名曰微③。此三者不可致诘④，故混而为一⑤。其上不微⑥，其下不昧⑦，绳绳兮⑧不可名，复归于无物⑨。是谓无状之状，无物之象，是谓惚恍⑩。迎之不见其首，随之不见其后。执古之道，以御今之有⑪。能知古始，是谓道纪⑫。

## 第十五章 (译注解读)

古之善为道者①，微妙玄通，深不可识。夫不唯不可识，故强为之容②；豫兮③若冬涉川④；犹兮⑤若畏四邻⑥；俨兮⑦其若客⑧；涣兮其若凌释⑨；敦兮其若朴⑩；旷兮其若谷⑪；混兮其若浊⑫；孰能浊⑬以静之徐清？孰能安⑭以静之徐生？保此道者，不欲盈⑮。夫唯不盈，故能蔽而新成⑯。

## 第十六章 (译注解读)

致虚极，守静笃①；万物并作②，吾以观复③。夫物芸芸④，各复归其根。归根⑤曰静，静曰⑥复命⑦。复命曰常⑧，知常曰明⑨。不知常，妄作凶。知常容⑩，容乃公，公乃全⑪，全乃天⑫，天乃道，道乃久，没身不殆。

## 第十七章 (译注解读)

太上①，不知有之②；其次，亲而誉之；其次，畏之；其次，侮之。信不足焉，有不信焉。悠兮③，其贵言④。功成事遂，百姓皆谓“我自然”⑤。

## 第十八章 (译注解读)

大道废①，有仁义；智慧出②，有大伪；六亲不和③，有孝慈④；国家昏乱，有忠臣。

## 第十九章 (译注解读)

绝圣弃智①，民利百倍；绝仁弃义，民复孝慈；绝巧弃利，盗贼无有。此三者②以为文③不足，故令有所属④；见素抱朴⑤，少私寡欲；绝学无忧⑥。

## 第二十章 (译注解读)

唯之与阿①，相去几何？美之与恶②，相去若何？人之所畏③，不可不畏。荒兮④，其未央哉⑤！众人熙熙⑥，如享太牢⑦，如春登台⑧。我⑨独泊兮⑩，其未兆⑪；沌沌兮⑫，如婴儿之未孩⑬；傫傫兮⑭，若无所归。众人皆有余⑮，而我独若遗⑯。我愚人之心也哉⑰！俗人昭昭⑱，我独昏昏⑲。俗人察察⑳，我独闷闷㉑。澹兮㉒，其若海；飏兮㉓，若无止。众人皆有以㉔，而我独顽且鄙㉕。我独异于人，而贵食母㉖。

## 第二十一章 (译注解读)

孔①德②之容③，惟道是从。道之为物，惟恍惟惚④。惚兮恍兮，其中有象⑤；恍兮惚兮，其中有物；窈兮冥兮⑥，其中有精⑦，其精甚真⑧，其中有信⑨，自今及古⑩，其名不去，以阅众甫⑪。吾何以知众甫之状哉？以此⑫。

## 第二十二章 (译注解读)

曲则全，枉①则直，洼则盈，敝②则新，少则得，多则惑。是以圣人抱一③为天下式④。不自见⑤，故明

⑥；不自是，故彰，不自伐⑦，故有功；不自矜，故长。夫唯不争，故天下莫能与之争。古之所谓“曲则全”者，岂虚言哉？诚全而归之。

### 第二十三章（译注解读）

希言自然①。故飘风②不终朝，骤雨③不终日，孰为此者？天地。天地尚不能久，而况于人乎？故从事于道者同于道④；德者同于德；失者同于失⑤。同于道者，道亦乐得之；同于德者，德亦乐得之；同于失者，失亦乐得之。信不足焉，有不信焉！

### 第二十四章（译注解读）

企①者不立，跨②者不行；自见者不明；自是者不彰；自伐者无功；自矜者不长。其在道也，曰余食赘形③。物或恶之，故有道者不处。

### 第二十五章（译注解读）

有物混成①，先天地生。寂兮寥兮②，独立而不改③，周行而不殆④，可以为天地母⑤。吾不知其名，强字之曰：道⑥，强为之名曰：大⑦。大曰逝⑧，逝曰远，远曰反⑨。故道大，天大，地大，人亦大⑩。域中⑪有四大，而人居其一焉。人法地，地法天，天法道，道法自然⑫。

### 第二十六章（译注解读）

重为轻根，静为躁君①。是以君子②终日行不离辐重③，虽有荣观④，燕处⑤超然。奈何万乘之主⑥，而以身轻天下⑦？轻则失根⑧，躁则失君。

### 第二十七章（译注解读）

善行，无辙迹①；善言②，无瑕疵③；善数④，不用筹策⑤；善闭，无关键而不可开⑥；善结，无绳约而不可解⑦。是以圣人常善救人，故无弃人；常善救物，故无弃物。是谓袭明⑧。故善人者，不善人之师；不善人者，善人之资⑨。不贵其师，不爱其资，虽智大迷，是谓要妙⑩。

### 第二十八章（译注解读）

知其雄①，守其雌②，为天下溪③。为天下溪，常德不离，复归于婴儿④。知其白，守其黑，为天下式⑤，为天下式，常德不忒⑥，复归于无极⑦。知其荣⑧，守其辱⑨，为天下谷⑩。为天下谷，常德乃足，复归于朴⑪。朴散则为器⑫，圣人用之，则为官长⑬，故大制不割⑭。

### 第二十九章（译注解读）

将欲取①天下而为②之，吾见其不得已③。天下神器④，不可为也，不可执也⑤。为者败之，执者失之。是以圣人无为⑥，故无败，故无失。夫⑦物⑧或行或随⑨；或觑或吹⑩；或强或羸⑪；或载或隳⑫。是以圣人去甚、去奢、去泰⑬。

### 第三十章（译注解读）

以道佐人主者，不以兵强天下，其事好还①。师之所处，荆棘生焉。大军之后，必有凶年②。善有果③而已，不敢④以取强⑤。果而勿矜，果而勿伐，果而勿骄，果而不得已，果而勿强。物壮⑥则老，是谓不道⑦，不道早已⑧。

### 第三十一章（译注解读）

夫兵者①，不祥之器，物或恶之②，故有道者不处。君子居则贵左③，用兵则贵右。兵者不祥之器，非君子之器，不得已而用之，恬淡④为上，胜而不美，而美之者，是乐杀人。夫乐杀人者，则不可得志于天下矣。吉事尚左，凶事尚右。偏将军居左，上将军居右。言以丧礼处之。杀人之众，以悲哀⑤莅之⑥，战胜以丧礼处之。

### 第三十二章（译注解读）

道常无名，朴①。虽小②，天下莫能臣③。候王若能守之，万物将自宾④。天地相合，以降甘露，民莫之令而自均⑤。始制有名⑥，名亦既有，夫亦将知止，知止可以不殆⑦。譬道之在天下，犹川谷之于江海⑧。

### 第三十三章（译注解读）

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

### 第三十四章（译注解读）

大道汜兮①，其可左右。万物恃之以生而不辞②，功成而不有③。衣养④万物而不为主⑤，常无欲⑥，可名于小⑦；万物归焉而不为主，可名为大⑧。以其终不自为大，故能成其大。

### 第三十五章（译注解读）

执大象①，天下往。往而不害，安平太②。乐与饵③，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④。

### 第三十六章（译注解读）

将欲歛之①，必固张之②；将欲弱之，必固强之；将欲废之，必固兴之；将欲取之③，必固与之④。是谓微明⑤，柔弱胜刚强。鱼不可脱于渊⑥，国之利器不可以示人⑦。

### 第三十七章（译注解读）

道常无为而无不为①。侯王若能守之②，万物将自化③。化而欲作④，吾将镇之以无名之朴⑤，镇之以无名之朴，夫将不欲⑥。不欲以静，天下将自定⑦。

### 第三十八章（译注解读）

上德不德①，是以有德；下德不失德②，是以无德③。上德无为而无以为④；下德无为而有以为⑤。上仁为之而无以为；上义为之而有以为。上礼为之而莫之应，则攘臂而扔之⑥。故失道而后德，失德而后仁，失仁而后义，失义而后礼。夫礼者，忠信之薄⑦，而乱之首⑧。前识者⑨，道之华⑩，而愚之始。是以大丈夫处其厚⑪，不居其薄⑫；处其实，不居其华。故去彼取此。

### 第三十九章（译注解读）

昔之得一①者，天得一以清；地得一以宁；神得一以灵②；谷得一以盈，万物得一以生；侯王得一以为天下正③。其致之也④，谓⑤天无以清⑥，将恐裂；地无以宁，将恐废⑦；神无以灵，将恐歇⑧；谷无以盈，将恐竭⑨；万物无以生，将恐灭；侯王无以正⑩，将恐蹶⑪。故贵以贱为本，高以下为基。是以侯王自称⑫孤、寡、不谷⑬。此非以贱为本邪？非乎？故至誉无誉⑭。是故不欲碌碌如玉⑮，珞珞如石⑯。

### 第四十章（译注解读）

反者道之动①，弱者②道之用。天下万物生于有③，有生于无④。

### 第四十一章（译注解读）

上士闻道，勤而行之；中士闻道，若存若亡；下士闻道，大笑之。不笑不足以为道。故建言①有之：明道若昧，进道若退，夷道若颡②。上德若谷；大白若辱③；广德若不足；建德若偷④；质真若渝⑤。大方无隅⑥；大器晚成；大音希声；大象无形；道隐无名。夫唯道，善贷且成⑦。

### 第四十二章（译注解读）

道生一①，一生二②，二生三③，三生万物。万物负阴而抱阳④，冲气以为和⑤。人之所恶，唯孤、寡、不谷⑥，而王公以为称。故物或损之而益，或益之而损。人之所教，我亦教之。强梁者不得其死，吾将以为教父⑦。

### 第四十三章（译注解读）

天下之至柔，驰骋①天下之至坚。无有入无间②，吾是以知无为之有益。不言之教，无为之益，天下希③及之。

#### 第四十四章（译注解读）

名与身孰亲？身与货孰多①？得与亡孰病②？甚爱必大费③，多藏必厚亡④。故知足不辱⑤，知止不殆，可以长久。

#### 第四十五章（译注解读）

大成①若缺，其用不弊。大盈若冲②，其用不穷。大直若屈③，大巧若拙，大辩若讷④。静胜躁，寒胜热⑤。清静为天下正⑥。

#### 第四十六章（译注解读）

天下有道，却①走马以粪②，天下无道，戎马③生于郊④。祸莫大于不知足；咎莫大于欲得。故知足之足，常足矣⑤。

#### 第四十七章（译注解读）

不出户，知天下；不窥牖①，见天道②。其出弥远，其知弥少。是以圣人不行为而知，不见而明③，不为而成④。

#### 第四十八章（译注解读）

为学日益①，为道日损②，损之又损，以至于无为。无为而无不为③，取④天下常以无事⑤；及其有事⑥，不足以取天下。

#### 第四十九章（译注解读）

圣人常无心①，以百姓之心为心。善者，吾善之；不善者，吾亦善之，德善②。信者，吾信之；不信者，吾亦信之，德信。圣人在天下，歛歛焉③为天下浑其心④，百姓皆注其耳目⑤，圣人皆孩之⑥。

#### 第五十章（译注解读）

出生入死①，生之徒②，十有三③；死之徒④，十有三；人之生，动之于死地⑤，亦十有三。夫何故？以其生生之厚⑥。盖闻善摄生⑦者，陆行不遇兕虎⑧，入军不被甲兵⑨。兕无所投其角，虎无所措其爪，兵无所容其刃。夫何故？以其无死地⑩。

#### 第五十一章（译注解读）

道生之，德畜之，物形之，势①成之。是以万物莫不尊道而贵德。道之尊，德之贵，夫莫之命而常自然②。故道生之，德畜之，长之育之，亭之毒之③；养④之覆⑤之。生而不有，为而不恃，长而不宰，是谓玄德⑥。

#### 第五十二章（译注解读）

天下有始①，以为天下母②。既得其母，以知其子③；既知其子，复守其母，没身不殆。塞其兑，闭其门④，终身不勤⑤。开其兑，济其事⑥，终身不救。见小曰明⑦，守柔曰强⑧。用其光，复归其明⑨，无遗身殃⑩；是为袭常⑪。

#### 第五十三章（译注解读）

使我①介然有知②，行于大道，唯施③是畏。大道甚夷④，而人⑤好径⑥。朝甚除⑦，田甚芜，仓甚虚，服文采，带利剑，厌饮食⑧，财货有余，是谓盗竽⑨。非道也哉！

#### 第五十四章（译注解读）

善建者不拔，善抱①者不脱，子孙以祭祀不辍②。修之于身，其德乃真；修之于家，其德乃余；修之于乡，其德乃长③；修之于邦④，其德乃丰；修之于天下，其德乃普。故以身观身，以家观家，以乡观乡⑤，以邦观邦，以天下观天下。吾何以知天下然哉？以此。

#### 第五十五章（译注解读）

含德之厚，比于赤子。毒虫①不螫②，猛兽不据③，攫鸟④不搏⑤。骨弱筋柔而握固。未知牝牡之合而媵作⑥，精之至也。终日号而不嘎⑦，和之至也。知和曰“常”⑧，知常曰“明”，益生⑨曰祥⑩，心使气曰强⑪。物壮⑫则老，谓之不道，不道早已。

### 第五十六章（译注解读）

知者不言，言者不知①。塞其兑，闭其门②；挫其锐，解其纷；和其光，同其尘③，是谓玄同④。故不可得而亲，不可得而疏；不可得而利，不可得而害；不可得而贵，不可得而贱⑤；故为天下贵。

### 第五十七章（译注解读）

以正①治国，以奇②用兵，以无事取天下③。吾何以知其然哉？以此④：天下多忌讳⑤，而民弥贫；人⑥多利器⑦，国家滋昏；人多伎巧⑧，奇物⑨滋起；法令滋彰，盗贼多有。故圣人云：“我无为，而民自化⑩；我好静，而民自正；我无事，而民自富；我无欲，而民自朴。”

### 第五十八章（译注解读）

其政闷闷①，其民淳淳②；其政察察③，其民缺缺④。祸兮，福之所倚；福兮，祸之所伏。孰知其极：其无正也⑤。正复为奇，善复为妖⑥。人之迷，其日固久⑦。是以圣人方而不割⑧，廉而不刿⑨，直而不肆⑩，光而不耀⑪。

### 第五十九章（译注解读）

治人事天①，莫若嗇②。夫唯嗇，是谓早服③；早服谓之重积德④；重积德则无不克；无不克则莫知其极，莫知其极，可以有国；有国之母⑤，可以长久。是谓根深固柢，长生久视之道⑥。

### 第六十章（译注解读）

治大国，若烹小鲜①，以道莅②天下，其鬼不神③。非④其鬼不神，其神不伤人。非其神不伤人，圣人亦不伤人。夫两不相伤⑤，故德交归焉⑥。

### 第六十一章（译注解读）

大邦①者下流，天下之牝，天下之交也②。牝常以静胜牡，以静为下。故大邦以下小邦，则取小邦；小邦以下大邦，则取大邦。故或下以取，或下而取③。大邦不过欲兼畜人④，小邦不过欲入事人。夫两者各得所欲，大者宜为下。

### 第六十二章（译注解读）

道者，万物之奥①，善人之宝，不善人之所保②。美言可以市尊③，美行可以加人④。人之不善，何弃之有？故立天子，置三公⑤，虽有拱璧以先驷马⑥，不如坐进此道⑦。古之所以贵此道者何？不曰：求以得⑧，有罪以免邪⑨？故为天下贵。

### 第六十三章（译注解读）

为无为，事无事，味无味①。大小多少②。报怨以德③。图难于其易，为大于其细；天下难事，必作于易；天下大事，必作于细。是以圣人终不为大④，故能成其大。夫轻诺必寡信，多易必多难。是以圣人犹难之，故终无难矣。

### 第六十四章（译注解读）

其安易持，其未兆易谋；其脆易泮①，其微易散。为之于未有，治之于未乱。合抱之木，生于毫末②；九层之台，起于累土③；千里之行，始于足下。为者败之，执者失之④。是以圣人无为故无败，无执故无失⑤。民之从事，常于几成而败之。慎终如始，则无败事。是以圣人欲不欲，不贵难得之货，学不学⑥，复众人之所过，以辅万物之自然而不敢为⑦。

### 第六十五章（译注解读）

古之善为道者，非以明①民，将以愚之②。民之难治，以其智多③。故以智治国，国之贼④；不以智治国，国之福。知此两者⑤，亦稽式⑥。常知稽式，是谓玄德。玄德深矣，远矣，与物反矣⑦，然后乃至大顺⑧。

## 第六十六章（译注解读）

江海之所以能为百谷王①者，以其善下之，故能为百谷王。是以圣人②欲上民，必以言下之；欲先民，必以身后之。是以圣人处上而民不重③，处前而民不害。是以天下乐推而不厌。以其不争，故天下莫能与之争。

## 第六十七章（译注解读）

天下皆谓我“道”大①，似不肖②。夫唯大，故似不肖。若肖，久矣其细也夫③！我有三宝④，持而保之：一曰慈，二曰俭⑤，三曰不敢为天下先。慈故能勇⑥；俭故能广⑦；不敢为天下先，故能成器长⑧。今舍慈且⑨勇；舍俭且广；舍后且先；死矣！夫慈，以战则胜⑩，以守则固。天将救之，以慈卫之。

## 第六十八章（译注解读）

善为士者①，不武；善战者，不怒；善胜敌者，不与②；善用人者，为之下。是谓不争之德，是谓用人之力，是谓配天古之极③。

## 第六十九章（译注解读）

用兵有言：“吾不敢为主①，而为客②；不敢进寸，而退尺。”是谓行无行③；攘无臂④；扔无敌⑤；执无兵⑥。祸莫大于轻敌，轻敌几丧吾宝。故抗兵相若⑦，哀⑧者胜矣。

## 第七十章（译注解读）

吾言甚易知，甚易行。天下莫能知，莫能行。言有宗①，事有君②，夫唯无知③，是以不我知。知我者希，则④我者贵。是以圣人被褐⑤而怀玉⑥。

## 第七十一章（译注解读）

知不知①，尚矣②；不知知③，病也。圣人不病，以其病病④。夫唯病病，是以不病。

## 第七十二章（译注解读）

民不畏威①，则大威至②。无狎③其所居，无厌④其所生。夫唯不厌⑤，是以不厌。是以圣人自知不自见⑥，自爱不自贵⑦。故去彼取此⑧。

## 第七十三章（译注解读）

勇于敢则杀，勇于不敢则活①。此两者，或利或害②。天之所恶，孰知其故？是以圣人犹难之③。天之道④，不争而善胜，不应而善应，不召而自来，繹然⑤而善谋。天网恢恢⑥，疏而不失⑦。

## 第七十四章（译注解读）

民不畏死，奈何以死惧之。若使民常畏死，而为奇①者，吾得执②而杀之，孰敢？常有司杀者③杀。夫代司杀者④杀，是谓代大匠斫⑤，希有不伤其手者矣。

## 第七十五章（译注解读）

民之饥，以其上食税之多，是以饥。民之难治，以其上之有为①，是以难治。民之轻死，以其上求生之厚②，是以轻死。夫唯无以生为③者，是贤④于贵生⑤。

## 第七十六章（译注解读）

人之生也柔弱①，其死也坚强②。草木③之生也柔脆④，其死也枯槁⑤。故坚强者死之徒⑥，柔弱处生之徒⑦。是以兵强则灭，木强则折⑧。强大处下，柔弱处上。

## 第七十七章（译注解读）

天之道，其犹张弓与？高者抑下，下者举之，有余者损之，不足者补之。天之道，损有余而补不足。人之道①，则不然，损不足以奉有余。孰能有余以奉天下，唯有道者。是以圣人为而不恃，功成而不处，其不

欲见贤②。

## 第七十八章（译注解读）

天下莫柔弱于水，而攻坚强者莫之能胜，以其无以易之①。弱之胜强，柔之胜刚，天下莫不知，莫能行。是以圣人云：“受国之垢②，是谓社稷主；受国不祥③，是为天下王。”正言若反④。

## 第七十九章（译注解读）

和大怨，必有余怨；报怨以德①，安可以为善？是以圣人执左契②，而不责③于人。有德司契，无德司彻④。天道无亲⑤，常与善人。

## 第八十章（译注解读）

小国寡民①。使②有什伯之器③而不用；使民重死④而不远徙⑤；虽有舟舆⑥，无所乘之；虽有甲兵⑦，无所陈之⑧。使人复结绳⑨而用之。至治之极。甘美食，美其服，安其居，乐其俗⑩，邻国相望，鸡犬之声相闻，民至老死不相往来。

## 第八十一章（译注解读）

信言①不美，美言不信。善者②不辩③，辩者不善。知者不博④，博者不知。圣人不积⑤，既以为人已愈有⑥，既以与人已愈多⑦。天之道，利而不害⑧。圣人之道⑨，为而不争。

=====

根据内容显示：《道德经》通行本（即王弼本）和楚简同出一源，而楚简是马王堆帛书甲乙本的修改版。其中乙本是甲本的修改版。所以马王堆帛书甲本《道德经》是目前发现的最早版本，大约也是最为接近原著的版本。因帛书有缺，甲本文字丢失部分用乙本补足，乙本亦缺失的以通行本补足。帛书上篇为《德经》，下篇为《道经》，或也可称《德道经》。

## 德经

### 01（通行本38）

上德不德，是以有德；下德不失德，是以无德。上德无为而无以为也；上仁为之而无以为也；上义为之而有以为也；上礼为之而莫之应也，则攘臂而乃之。故失道。失道矣，而后德；失德而后仁；失仁而后义；失义而后礼。夫礼者，忠信之泊也，而乱之首也。前识者，道之华也，而愚之首也。是以大丈夫居丕厚而不居丕泊，居丕实而不居丕华，故去皮取此。

### 02（通行本39）

昔之得一者：天得一以清。地得一以宁。神得一以灵。浴得一以盈。侯王得一而以为正。丕致之也：冒天毋已清，将恐莲；冒地毋已宁，将恐发；冒神毋已灵，将恐歇；冒浴毋已盈，将恐渴；冒侯王毋已贵以高，将恐蹶。故必贵而以贱为本，必高矣而以下为基。夫是以侯王自冒曰孤寡不。此丕贱之本与？非也。故致数，与无与。是故不欲禄禄若玉，硌硌若石。

### 03（通行本41，40）

上士闻道，堇能行之；中士闻道，若存若亡；下士闻道，大笑之，弗笑不足以为道。是以建言有之，曰：明道如费，进道如退，夷道如类。上德如浴，大白如辱，广德如不足，建德如偷，质真如渝。大方无禺，大器免成，大音希声，天象无刑。道隐无名。夫唯道，善始且善成。反也者，道之动也；弱也者，道之用也。天下之物生于有，有生于无。

### 04（通行本42）

道生一，一生二，二生三。三生万物。万物负阴而抱阳。中气以为和。

### 05（通行本42）

天下之所恶，唯孤、寡、不谷，而王公以自名也。勿，或益之而隘，隘之而益。故人之所教，夕议而教人。故强良者不得死。我将以为学父。

### 06（通行本43）

天下之至柔，驰骋于天下之致坚，无有入于无间，五是以知无为之有益也。不言之教，无为之益，天下希能及之矣。

### 07（通行本44）

名与身孰亲？身与货孰多？得与亡孰病？甚爱必大费，多藏必厚亡。故知足不辱，知止不殆。可以长久。

#### 08 (通行本45)

大成若缺，其用不弇；大盈若冲，其用不穷。大直如诘，大巧如拙，大赢如绌；躁胜寒，靓胜炅。请靓，可以为天下正。

#### 09 (通行本46)

天下有道，却走马以粪；天下无道，戎马生于郊。罪莫大于可欲，祸莫大于不知足，咎莫大于欲得。故知足之足，恒足矣。

#### 10 (通行本47)

不出于户，以知天下；不规于牖，以知天道。忞出也弥远，忞知也弥少。是以圣人不行而知，不见而名，弗为而成。

#### 11 (通行本48)

为学者日益，闻道者日蹙。蹙之有蹙，以至于无。为无为，而无不为。取天下也，恒无事。及其有事也，不足以取天下。

#### 12 (通行本49)

圣人无恒心，以百省之心为心。善者善之，不善者亦善之，德善也；信者信之，不信者亦信之，德信也。圣人之在天下歛歛焉，为天下浑心，百姓皆属耳目焉，圣人皆咳之。

#### 13 (通行本50)

出生入死。生之徒十有三；死之徒十有三。而民生生，动皆之死地之十有三，夫何故也？以忞生生也。盖闻善执生者，陵行不辟矢虎，入军不被甲兵；矢无所投忞角，虎无所昔忞蚤，兵无所容忞刃；夫何故也？以忞无死地焉。

#### 14 (通行本51)

道生之而德畜之，物刑之而器成之，是以万物尊道而贵德。道之尊，德之贵也，夫莫之爵，而恒自然也。道，生之畜之，长之遂之，亭之毒之，养之复之。生而弗有也，为而弗寺也，长而勿宰也，此之谓玄德。

#### 15 (通行本52)

天下有始，以为天下母。既得忞母，以知忞子。复守忞母，没身不殆。塞忞闷，闭其门，终身不堇；启忞闷，济忞事，终身不棘。见小曰明，守柔曰强。用忞光复归忞明。毋道身央，是胃袭常。

#### 16 (通行本53)

使我秆，有知也；行于大道，唯他是畏。大道甚夷，民甚好解；朝甚除，田甚芜，仓甚虚。服文采，带利剑，厌食货，财有余，是胃盗夸。盗夸非道也。

#### 17 (通行本54)

善建者不拔，善抱者不脱。子孙以祭祀不绝。修之身，忞德乃真；修之家，忞德有余；修之乡，忞德乃长；修之国，忞德乃丰；修之天下，忞德乃普。以身观身，以家观家，以乡观乡，以邦观邦，以天下观天下，吾何以知天下之然兹？以此。

#### 18 (通行本55)

含德之厚者，比于赤子。逢毒虫地弗螫，据鸟猛兽弗搏。骨弱筋柔而握固，未知牝牡之会而媵怒，精之至也；终日号而不嘎，和之至也。和曰常，知和曰明；益生曰祥，心使气曰强。物壮即老，胃之不道，不道蚤已。

#### 19 (通行本56)

知者弗言，言者弗知。塞忞闷，闭忞门，和其光，同忞尘，坐忞阅，解忞纷，是胃玄同。故不可得而亲，亦不可得而疏；不可得而利，亦不可得而害；不可得而贵，亦不可得而贱。故为天下贵。

#### 20 (通行本57)

以正之邦，以畸用兵，以无事取天下。吾何以知忞然也才？夫天下多忌讳，而民弥贫。民多利器，而邦家兹昏。人多知，而何物兹起？法物兹章，而盗贼多有。是以圣人之言曰：我无为也，而民自化；我好静，而民自正；我无事，民自富；我欲不欲，而民自朴。

#### 21 (通行本58)

忞正闵闵，忞邦屯屯；其正察察，其邦咲咲。祸，福之所倚；福，祸之所伏。孰知其极？忞无，正也。正复为奇，善复为妖，人之迷也。忞日固久矣。是以方而不割，兼而不刺，直而不继，光而不眺。

## 22 (通行本59)

治人事天，莫若嗇。夫惟嗇，是以蚤服；蚤服是胃重积德；重积德则无不克；无不克则莫知忒极；莫知其极，可以有国；有国之母，可以长久。是胃深槿固氏，长生久视之道也。

## 23 (通行本60)

治大国若亨小鲜。以道立天下，忒鬼不神。非忒鬼不神也，忒神不伤人也。非忒申不伤人也，圣人亦弗伤也。夫两不相伤，故德交归焉。

## 24 (通行本61)

大邦者，下流也：天下之牝也，天下之郊也。牝恒以靚胜牡，为忒靚也，故宜为下。大邦以下小邦，则取小邦；小邦以下大邦，则取于大邦。故或下以取，或下而取。故大邦者不过欲兼畜人；小邦者不过欲入事人。夫皆得忒欲。则大者宜为下。

## 25 (通行本62)

道者，万物之注也，善人之竖也，不善人之所竖也。美言可以市，尊行可以贺。人人之不善也，何弃之有？故立天子，置三卿，虽有共之璧，以先四马，不善坐而进此。古之所以贵此者何也？不胃求以得，有罪以免輿。为天下贵。

## 26 (通行本63)

为无为，事无事，味无未。大小多少，报怨以德。图难乎其易也，为大乎忒细也。天下之难作于易，天下之大作于细。是以圣人冬不为大，故能成其大。夫竝若必寡信，多易必多难。是以圣人猷难之，故冬于无难。

## 27 (通行本64)

忒安也，易持也；忒未兆也，易谋也；忒脆也，易判也；忒微也，易散也。为之于忒未有也，治之于忒未乱也。合抱之木，生于毫末；九成之台，作于羸土；百仁之高，始于足下。为之者败之，执之者失之。是以圣人无为也，故无败也；无执也，故无失也。民之从事也，恒于忒成事而败之。故慎终若始，则无败事矣。是以圣人欲不欲，而不贵难得之夜；学不学，而复众人之所过；能辅万物之自然，而弗敢为。故曰：为道者非以明民也，将以愚之也。

## 28 (通行本65)

民之难治也，以忒知也。故以知知邦，邦之贼也；以不知知邦，邦之德也。恒知，此两者，亦稽式也。恒知稽式，此胃玄德。玄德深矣，远矣，与物反矣，乃至大顺。

## 29 (通行本66)

江海所以能为百浴王者，以忒善下之，是以能为百浴王。是以圣人之欲上民也，必以忒言下之；忒欲先民也，必以忒身后之。故居前而民弗害也，居上而民弗重也。天下乐，隼而弗厌也。非以忒无诤与？故天下莫能与诤。

## 30 (通行本80)

小邦寡民，使十百人之器毋用；使民重死而远送。有车周无所乘之，有甲兵无所陈之。使民复结绳而用之。甘忒食，美忒服，乐忒俗，安忒居。邻邦相望，鸡狗之声相闻，民至老死不相往来。

## 31 (通行本81)

信言不美，美言不信；知者不博，博者不知；善者不多，多者不善。圣人无积：既以为人，已愈有；既以予人，已愈多。故天之道，利而不害；人之道，为而弗争。

## 32 (通行本67)

天下皆胃我大，大而弗宵。夫唯大，故弗宵。若宵，细久矣。我恒，有三葆。之一曰兹；二曰检；三曰不敢为天下先。夫兹，故能勇；检，故能广；不敢为天下先，故能为成事长。今舍忒兹，且勇；舍忒后，且先；则必死矣。夫兹以单则胜；以守则固。天将建之女，以兹垣之。

## 33 (通行本68)

善为士者不武，善战者不怒，善胜敌者弗与，善用人者为之下。是胃不诤之德，是胃用人，是胃天古之极也。

## 34 (通行本69)

用兵有言曰：“吾不敢为主而为客，吾不进寸而芮尺”。是胃行无行，襄无臂，执无兵，乃无敌矣。祸莫于于无适，无适斤亡吾。吾葆矣，故称：兵相若，则哀者胜矣。

## 35 (通行本70)

吾言甚易知也，甚易行也；而人莫之能知也，莫之能行也。言有君，事有宗。元唯无知也，是以不我知。知者希，则我贵矣。是以圣人被褐而怀玉。

### 36 (通行本71)

知不知，尚矣；不知不知，病矣。是以圣人之不病，以元病病也，是以不病。民之不畏；畏则大，畏将至矣。

### 37 (通行本72)

毋闻元所居，毋厌元所生。夫唯弗厌，是以不厌。是以圣人自知而不自见也，自爱而不自贵也，故去被取此。

### 38 (通行本73)

勇于敢者则杀，勇于不敢者则活。此两者，或利或害？天之所立，孰知元故？天之道，不单而善胜；不言而善应；不召而自来。弹而善谋。天网恢恢，疏而不失。

### 39 (通行本74)

若民恒，且不畏死，奈何以杀惧之也？若民恒，是死，则而为者，吾将得而杀之，夫孰敢矣。若民恒，且必畏死，则恒有“司杀者”。夫伐司杀者杀，是“伐大匠”斲也。夫伐大匠斲者，则希不伤其手矣。

### 40 (通行本75)

人之饥也，以元取食税之多也，是以饥。百姓之不治也，以元上有以为也，是以不治。民之竝死，以元求生之厚也，是以竝死。夫唯无以生为者，是贤贵生。

### 41 (通行本76)

人之生也，柔弱；其死也，坚仞贤强。万物草木之生也，柔脆；元死也，枯槁。故曰：坚强者，死之徒也；柔弱微细，生之徒也。兵强则不胜，木强则恒。强大居下，柔弱微细居上。

### 42 (通行本77)

天下之道，西张弓者也。高者印之，下者举之；有余者损之，不足者补之。故天之道，盈有余而益不足。人之道则不然，盈不足以奉有余。孰能有余，而有以取，奉于天者乎？唯又道者。是以圣人为而弗又，成功而不居也。若此，元不欲见贤也。

### 43 (通行本78)

天下莫柔弱于水。而攻坚，强者莫之能胜也，以元无以易之也。水之胜刚也，弱之胜强。天下莫弗知，而莫之能行也。故圣人之言，线曰：“受邦之菝，是胃社稷之主；受邦之不祥，是胃天下之王”。

### 44 (通行本79)

正言若反。和大怨，必有余怨，焉可以为善？是以圣右介。而不以责于人。故有德司介，无德司彻。夫天道无亲，恒与善人。

## 道经

### 45 (通行本01)

道，可道也，非恒道也；名，可名也，非恒名也。无，名万物之始也；有，名万物之母也。故，恒无欲也，以观其眇；恒有欲也，以观其所徼。两者同出异名；同胃玄之，有玄，众眇之门。

### 46 (通行本02)

天下皆知美，为美，恶已；皆知善，訾不善矣。有无之相生也；难易之相成也；长短之相刑也；高下之相盈也；音声之相和也；先后之相隋也；恒也。是以声人居无为之事，行不言之教。万物昔而弗始也，为而弗志也，成功而弗居也。夫唯弗居，是以弗去。

### 47 (通行本03)

不上贤，使民不争。不贵难得之货，使民不为盗。不见可欲，使民不乱。是以声人之治也：虚其心，实其腹，弱其志，强其骨，恒使民无知无欲也（使夫知，不敢弗为而已）。则无不治矣。

### 48 (通行本04)

道冲而用之，有弗盈也。渊呵，始万物之宗。铍元锐，解其纷，和其光，同其尘。湛呵，似或存。吾不知其谁子也，象帝之先。

### 49 (通行本05)

天地不仁，以万物为刍狗。声人不仁，以百省为刍狗。天地之间，其犹橐龠。虚而不屈，动而俞出。多闻数穷，不若守于中。

50 (通行本06)

浴神不死，是胃玄牝。玄牝之门，是胃天地之根。绵绵呵若存，用之不堇。

51 (通行本07)

天长地久。天地之所以能长且久者，以其不自生也故能长生。是以圣人芮其身而身先，外其身而身存。不以其无私舆？故能成其私。

52 (通行本08)

上善治水。水善利万物而有争：居众之所恶。故几于道矣。居善地；心善瀟；予善信；正善治；事善能；动善时。夫唯不争，故无尤。

53 (通行本09)

持而盈之，不若汙已。揣而允之，不可长葆之。金玉盈室，莫之守也。富贵而骄，自遗咎也。功遂身芮，天之道也。

54 (通行本10)

戴营魄抱一，能毋离乎？专气致柔，能婴儿乎？修除玄蓝，能毋疵乎？爱民恬国，能毋以知乎？天门启闢，能为雌乎？明白四达，能毋以为乎？生之畜之。生而弗有，长而弗宰，是胃玄德。

55 (通行本11)

卅辐同一毂，当其无，有车之用也；然埴为器，当其无，有埴器之用也；凿户牖，当其无，有室之用也。故有之以为利，无之以为用。

56 (通行本12)

五色使人目盲；驰骋田猎使人心发狂；难得之货使人之行方；五味使人之口爽；五音使人之耳聋。是以声人之治也，为腹而不为目。故去罢耳此。

57 (通行本13)

龙辱若惊，贵大患若身。苟胃龙辱若惊？龙之，为下得之若惊，失之若惊，是胃龙辱若惊。何胃贵大患若身？吾所以有大患者，为吾有身也；及吾无身，有何患？故贵为身于为天下，若可以橐天下矣；爱以身为天下，女何以寄天下。

58 (通行本14)

视之而弗见，名之曰微；听之而弗闻，名之曰希；搏之而弗得，名之曰夷。三者不可至计，故混而为一。一者，其上不谬，其下不昧。寻寻呵不可名也。复归于无物。是胃无状之状；无物之象；是胃惚望。隋而不见其后，迎而不见其首。执今之道，以御今之有，以知古始。是胃道纪。

59 (通行本15)

古之善为道者，微妙玄达，深不可志。夫唯不可志，故强为之容曰：与呵，其若冬涉水；猷呵，其若畏四邻；严呵，其若客；涣呵，其若冰泽；沌呵，其若朴；混呵，其若浊；旷呵，其若浴。浊而静之，徐清；女以重之，徐生。葆此道，不欲盈。夫唯不欲盈，是以能蔽而不成。

60 (通行本16)

致虚极也，守静表也。万物旁作，吾以观其复也。天物云云，各复归于其根，曰静；静是胃复命；复命常也；知常，明也；不知常，芒，芒作凶；知常容；容乃公；公乃王；王乃天；天乃道；道乃久；没身不殆。

61 (通行本17)

大上，下知有之；其次，亲誉之；其次，畏之；其下，母之。信不足，案有不信。猷呵，其贵言也。成功遂事，而百省胃：“我自然”。

62 (通行本18)

故大道废，案有仁义；知慧出，案有大伪；六亲不和，案有畜兹；邦家乳，案有贞臣。

63 (通行本19)

绝声弃知，民利百负；绝仁弃义，民复畜兹；绝巧弃利，盗贼无有。此三言也，以为文未足，故令之有所属：见素抱朴；少私而寡欲；绝学无忧。

64 (通行本20)

唯与诃，其相去几何？美与恶，其相去何若？人之所畏，亦不可以不畏人。望呵，其未央才。众人熙熙，

若乡于大牢而春登台；我泊焉未佻，若婴儿未咳，僂呵，如无所归。众人皆有余，我独遗。我禹人之心也，沌沌呵。鬻人昭昭，我独若昏呵；鬻人蔡蔡，我独阒阒呵。惚呵，其若海；望呵，其若无所止。众人皆有以，我独顽以悝。吾欲独异于人，而贵食母。

#### 65 (通行本21)

孔德之容，唯道是从。道之物，唯望唯惚。惚呵望呵，中有象呵；望呵惚呵，中有物呵。幼呵冥呵，中有请呵。其请甚真，其中有信。自今及古，其名不去，以顺众父。吾何以知众父之然？以此。

#### 66 (通行本22)

炊者不立，自视不章，自见者不明，自伐者无功，自矜者不长。其在道曰：余食赘行，物或恶之，故有欲者弗居。

#### 67 (通行本23)

曲则金，枉则定，洼则盈，敝则新，少则得，多则惑。是以声人执一以为天下牧。不自视故明，不自见故章，不自伐故有功，弗矜故能长。夫唯不争，故莫能与之争。古之所胃曲金者，几语才。诚金，归之。

#### 68 (通行本24)

希言自然。飘风不冬朝，暴雨不冬日，孰为此？天地而弗能久有，况于人乎？故从事而道者同于道；德者同于德；失者同于失。同于德者，道亦德之；同于失者，道亦失之。

#### 69 (通行本25)

有物昆成，先天地生。萧呵缪呵，独立而不改。可以为天地母。吾未知其名，字之曰道。吾强为之名曰大；大曰筮；筮曰远；远曰反。道大，天大，地大，王亦大。国中有四大，而王居一焉。人法地，地法天，天法道，道法自然。

#### 70 (通行本26)

重为根竝，根竝为躁君。是以君子众日行不离其甿重。唯有环官。燕处则昭若。若何万乘之王而以身竝于天下？竝则失本，躁则失君。

#### 71 (通行本27)

善行者无达迹；善言者无瑕适。善数者不以筹策；善闭者无关籥而不可启也；善结者无绳约而不可解也。是以声人恒善救人而无弃人，物无弃财，是胃袭明。故善人，善人之师；不善人，善人之资也。不贵其师，不爱其资，唯知乎大迷，是胃眇要。

#### 72 (通行本28)

知其雄，守其雌，为天下溪；为天下溪，恒德不离；恒德不离，复归于婴儿。知其白，守其辱，为天下浴；为天下浴，恒德乃足；恒德乃足，复归于朴。知其白，守其黑，为天下式；为天下式，恒德不衰；恒德不衰，复归于无极。朴散则为器，圣人用则为官长。夫大制无割。

#### 73 (通行本29)

将欲取天下而为之，吾见其弗得已。夫天下，神器也。非可为者也。为者败之，执者失之。物或行或随；或兑或吹；或强或羸；或陪或隳。是以声人去甚，去大，去楮。

#### 74 (通行本30)

以道佐人主，不以兵强于天下。其事好还。师之所居，楚棘生之。善者果而已矣，毋以取强焉。果而毋骄；果而勿矜；果而毋伐；果而毋得已居；是胃果而不强。物壮而老，是谓之不道。不道蚤已。

#### 75 (通行本31)

夫兵者，不祥之器也。物或恶之，故有欲者弗居。君子居则贵左，用兵则贵右。故兵者，非君子之器也。兵者，不祥之器也，不得已而用之，恬袭为上。勿美也，若美之，是乐杀人也。夫乐杀人，不可以得志于天下矣。是以吉事上左，丧事上右。是以便将军居左，上将军居右，言以丧礼居之也。杀人众，以悲依立之；战胜，以丧礼处之。

#### 76 (通行本32)

道恒。无名。朴唯小，而天下弗敢臣。侯王若能守之，万物将自宾。天地相合，以俞甘洛。民莫之令而自均焉。始制有名。名亦既有，夫亦将知止。知止所以不殆。俾道之在天下也，猷小浴之与江海也。

#### 77 (通行本33)

知人者，知也；自知者，明也。胜人者，有力也；自胜者，强也。知足者，富也；强行者，有志也。不失其所者，久也；死不忘者，寿也。

78 (通行本34)

道泛呵，其可左右也。成功遂事而弗名有也。万物归焉而弗为主。则恒无欲也，可名于小。万物归焉而弗为主，可名于大。是以声人之能成大也，以其不为大也，故能成大。

79 (通行本35)

执大象，天下往。往而不害，安平大。乐与饵，过格止。故道之出言也，曰：谈呵其无味也，视之不足见也，听之不足闻也，用之不可既也。

80 (通行本36)

将欲拾之，必古张之；将欲弱之，必古强之；将欲去之，必古与之；将欲夺之，必古予之。是谓微明。柔弱胜强。鱼不脱于渊。

81 (通行本37)

道恒，无名。侯王若能守之，万物将自化。化而欲作，吾将闾之以无名之朴。闾之以无名之朴，夫亦将不辱。不辱以情，天地将自正。

=====
《老子道德经》全文

老子:「道德经」: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。

老子:「道德经」:第二章
天下皆知美之为美，斯恶已。
皆知善之为善，斯不善已。
有无相生，难易相成，长短相形，高下相盈，音声相和，前后相随。恒也。
是以圣人处无为之事，行不言之教；
万物作而弗始，生而弗有，为而弗恃，功成而不居。
夫唯弗居，是以不去。

老子:「道德经」: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。
使夫智者不敢为也。
为无为，则无不治。

老子:「道德经」:第四章
道冲，而用之或不盈。
渊兮，似万物之宗；湛兮，似或存。
吾不知谁之子，象帝之先。

老子:「道德经」: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。

老子:「道德经」: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。

老子：「道德经」：第七章  
天长地久。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。

老子：「道德经」：第八章  
上善若水。而争，故几于道。水善利万物而不争，居众人之所恶，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。

老子：「道德经」：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。

老子：「道德经」：第十章  
载营魄抱一，能无离乎。专气致柔，能如婴儿乎。涤除玄鉴，能无疵乎。爱国治民，能无为乎。天门开阖，能无知乎。

老子：「道德经」：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。故有之以利，无之以用。

老子：「道德经」：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。

老子：「道德经」：第十三章  
宠辱若惊，贵大患若身。何谓宠辱？若惊。何谓贵？大患若身。夫何谓贵？大患若身。吾所以有大患者，为吾有身，及吾无身，吾有何患。寄天下；爱以身为天下，若可托天下。

老子：「道德经」：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。三者不可致诘，故混而为一。其上不皦，可名，复归于无物。是谓惚恍。

迎之，不其首，随不之，不其  
执古，之道，以御，今道之有，见其  
能知古始，是谓道纪。

老子：「道德经」：第十五章  
善为不可识，微妙玄通，深不可识。  
夫唯豫兮，若冬涉川；  
涣兮，若冰将释；  
敦兮，其朴；  
混兮，其浊；  
澹兮，其止；  
飏兮，其静。徐清。  
孰能安以静之。徐生。  
保此道盈，故能蔽而新成。

老子：「道德经」：第十六章  
致虚极，守静笃。观复。  
万物并作，吾以观复。复。  
夫物芸芸，各复归其根。根。  
归根曰静，静曰复命。复命。  
不知常，妄作凶。妄作凶。  
知常容，容乃公。容乃公。  
知常全，全乃天。知常全。  
天乃道，道乃久，没身不殆。

老子：「道德经」：第十七章  
太上，不知有之；  
其次，亲而誉之；  
其次，畏之；  
其次，侮之。有不信焉。  
悠兮，其贵言。百姓皆谓：「我自然」。

老子：「道德经」：第十八章  
大道废，有仁义；  
智慧出，有大伪；  
六亲不和，有孝慈；  
国家昏乱，有忠臣。

老子：「道德经」：第十九章  
绝圣弃智，民利百倍；  
绝仁弃义，民复孝慈；  
绝巧弃利，盗贼无有。  
此三者以为文不足，故令有所属。  
见素抱朴，少思寡欲，绝学无忧。

老子：「道德经」：第二十章  
唯之与阿，相去几何。  
善之与恶，相去若何。  
人之所畏，不可不畏。  
荒兮，未央哉。  
众人熙熙，如享太牢，如春登台。  
我独泊兮，其未兆；



是虽有君君子终日行不离辘重。  
虽有何荣观，燕处超然。身轻天下。  
轻则失根，躁则失君。

老子：「道德经」：第二十七章  
善行无辙迹，善言无瑕谪；  
善数不用筹策；善闭无关键而不可开，  
善结无绳约而不可解。故无弃人；  
是以圣人常善救人，故无弃物。  
不善人之师；  
不善人之资。  
不贵其师，不爱其资，虽智大迷，是谓要妙。

老子：「道德经」：第二十八章  
知其雄，守其雌，为天下溪。为天下式，守其黑，为天下式。为天下式，守其辱，为天下谷。复归于朴，朴散则为器。圣人用之，则为官长，故大制不割。

老子：「道德经」：第二十九章  
将欲取天下而为之，吾见其不得已。天下神器，不可为也，不可执也。是以圣人无为，故无败；无执，故无失。夫物或行或随；或嘘或吹；或强或赢；或挫或隳。是以圣人去甚，去奢，去泰。

老子：「道德经」：第三十章  
以道佐人主者，不以兵强天下。其事好远。师之所处，荆棘生焉。大军之后，必有凶年。善有果而勿矜，果而勿骄。果而勿得已，果而勿强。物壮则老，是谓不道，不道早已。

老子：「道德经」：第三十一章  
夫兵者，不祥之器，君子居则贵左，用兵则贵右。兵者，非君子之器，乐杀人。吉事尚左，凶事尚右。将军居右，言以丧礼处之。杀人以丧礼处之。

老子：「道德经」：第三十二章

道常无名。下莫能臣。将自宾。之令而自均。  
朴虽小，天守之以名，降亦知止，犹川谷之于江海。  
侯王相与道之在天下，犹川谷之于江海。

老子：「道德经」：第三十三章  
知人者智，自知者明。  
胜人者有力，知足者富。  
强行者有志。久而不死者寿。

老子：「道德经」：第三十四章  
大道泛兮，其可左右。功成而不有。  
万物恃之而生而不辞，常无欲可名于小；  
衣养万物而不为主，可名为大。  
以其终不自为大，故能成其大。

老子：「道德经」：第三十五章  
执大象，天下往。安平泰。  
往而不害，过客止。其无味，用之不足既。  
乐与饵，过客止。其无味，用之不足既。

老子：「道德经」：第三十六章  
将欲歛之，必故张之；  
将欲弱之，必故强之；  
将欲废之，必故兴之；  
将欲取之，必故与之。  
是谓微明。柔弱胜刚强。  
鱼不可脱于渊，国之利器不可以示人。

老子：「道德经」：第三十七章  
道常无为而无不为。万物将自化。  
侯王若能守之，万物将自化。无名之朴。  
化而欲作，吾将镇之以无名之朴。  
无名之朴，夫亦将不欲。  
不欲以静，天下将自定。

老子：「道德经」：第三十八章  
上德不德，是以有德；  
下德不失德，是以无德。  
上德无为而无以为；  
下德无为而有以为。  
上仁为之而无以为；  
上义为之而有以为。  
上礼为之而莫之应，  
则攘臂而扔之。  
失德而后仁，失义而后礼。  
夫礼者，忠之薄也，而乱之首。  
前识者，道之华，而愚之居。  
是以大丈夫处其厚，居其简，用其光。



老子:「道德经」:第四十六章  
天下有道，却走马以粪。  
天下无道，戎马生于郊。  
祸莫大于不知足；咎莫大于欲得。  
故知足之足，常足矣。

老子:「道德经」:第四十七章  
不出户，知天下；不窥牖，见天道。  
其出弥远，其知弥少。  
是以圣人不行而知，不见而明，不为而成。

老子:「道德经」:第四十八章  
为学日益，为道日损。  
损之又损，以至于无为。  
无为而无不为。  
取天下常以无事，及其有事，不足以取天下。

老子:「道德经」:第四十九章  
圣人常无心，以百姓心为心。  
善者，吾善之；不善者，吾亦善之；德善。  
信者，吾信之；不信者，吾亦信之；德信。  
圣人在天下，歛歛焉，为天下浑其心，  
百姓皆注其耳目，圣人皆孩之。

老子:「道德经」:第五十章  
出生入死。生之徒，十有三；死之徒，十有三；人之生，动之于死地，亦十有三。  
夫何故？以其生之厚。  
盖闻善摄生者，路行不遇兕虎，入军不被甲兵；  
夫何故？以其无死地。

老子:「道德经」:第五十一章  
道生之，德畜之，物形之，势成之。  
是以万物莫不尊道而贵德。  
道之尊，德之贵，夫莫之命而常自然。  
故道生之，德畜之；长之育之；成之熟之；养之覆之。  
生而不有，为而不恃，长而不宰。是谓玄德。

老子:「道德经」:第五十二章  
天下有始，以为天下母。  
既得其母，以知其子，复守其母，没身不殆。  
塞其兑，闭其门，终身不勤。  
开其兑，济其事，终身不救。  
见小曰明，守柔曰强。  
用其光，复归其明，无遗身殃；是为袭常。

老子:「道德经」:第五十三章  
使我介然有知，行于大道，唯施是畏。  
大道甚夷，而人好径。  
朝甚除，田甚芜，仓甚虚；  
服文采，带利剑，厌饮食，  
财货有余；是为盗夸。  
非道也哉。

老子:「道德经」:第五十四章

善建者不拔，子以祭祀不辍。  
善抱者不脱，其德乃真；  
修之于身，其德乃余；  
修之于家，其德乃长；  
修之于乡，其德乃丰；  
修之于邦，其德乃普。  
修之于天下，其德乃普。  
故以身观身，以家观家，以乡观乡，以邦观邦，以天下观天下。  
吾何以知天下然哉。以此。

老子:「道德经」:第五十五章

含「德」之厚，比于赤子。  
毒虫不螫，猛兽不据，攫鸟不搏。  
骨弱筋柔，握固。峻作，精之至也。  
未知牝牡之合而峻作，精之至也。  
终日号而不得，和之至也。  
知和曰「常」，知常曰「明」。  
益生曰祥。心使气曰强。  
物壮则老，谓之「不道」，不道早已。

老子:「道德经」:第五十六章

知者不言，言者不知。  
挫其锐，解其纷。  
和其光，同其尘，是谓「玄同」。  
故不可得而亲，不可得而疏；  
不可得而利，不可得而害；  
不可得而贵，不可得而贱。故为天下贵。

老子:「道德经」:第五十七章

以正治国，以奇用兵，以无事取天下。  
吾何以知其然哉。以此：  
天下多忌讳，而民弥贫；  
人多利器，国家滋昏；  
人多伎巧，奇物滋起；  
法令滋彰，盗贼多有。  
故圣人云：  
「我无为，而民自化；  
我好静，而民自正；  
我无事，而民自富；  
我无欲，而民自朴。」

老子:「道德经」:第五十八章

其政闷闷，其民淳淳；  
其政察察，其民缺缺。祸兮福之所伏。  
孰知其极。其无正也。  
正复为奇，善复为妖。  
是以圣人方而不割，廉而不刿，直而不肆，光而不耀。

老子:「道德经」:第五十九章

治人事天，莫若嗇。  
夫唯嗇，是谓早服；重积德则无不克；  
早服谓之重积德；重积德则无不克；  
无不克则莫知其极；莫知其极，可以有国；  
有国之母，可以长久；  
是谓深根固柢，长生久视之道。

老子:「道德经」:第六十章



老子：「道德经」：第六十七章  
天下皆谓我道大，似不肖。  
夫唯肖，故似不肖也夫。  
我有三宝，持而保之。  
一曰慈，二曰俭，三曰不敢为天下先。  
夫慈，故能广；能广，故能成器长。  
夫俭，故能且；且，故能且。  
夫不敢为天下先，故能先。  
夫先，故能死；死，故能生。  
夫死，故能生；生，故能死。  
夫生，故能死；死，故能生。  
夫死，故能生；生，故能死。  
夫死，故能生；生，故能死。

老子：「道德经」：第六十八章  
善为士者，不武；  
善战者，不怒；  
善胜敌者，不与；  
善用人者，为之下。  
是谓配天古之极。

老子：「道德经」：第六十九章  
用兵有言：「吾不敢为主，而为客；  
不敢进寸，而退尺。」  
是谓无行，攘无臂；  
无敌，执无兵。  
轻敌几丧吾宝。  
抗兵相若，哀者胜矣。

老子：「道德经」：第七十章  
吾言甚易知，甚易行。  
天下莫能知，莫能行。  
言有宗，事有君。  
夫唯无知，是以不知我。  
知我者希，则我者贵。  
是以圣人被褐而怀玉。

老子：「道德经」：第七十一章  
不知知，尚矣；  
不知知，病也。  
圣人不知病，以其病病。  
夫唯病病，是以不病。

老子：「道德经」：第七十二章  
民不畏威，则大威至。  
无狎其所居，无厌其所生。  
夫唯不厌，是以不厌。  
是以圣人自知不自见；  
自爱不自贵。故去彼取此。

老子：「道德经」：第七十三章  
勇于敢则杀，勇于不敢则活。  
此两者，或利或害。  
天之所恶，孰知其故？  
天道不争而善胜，不言而善应，不召而自来，蹊然而善谋。  
天网恢恢，疏而不失。



圣人不积，既以为人已愈有，  
既与人已愈多。；  
天之道，利而不害；  
圣人之道，为而不争。