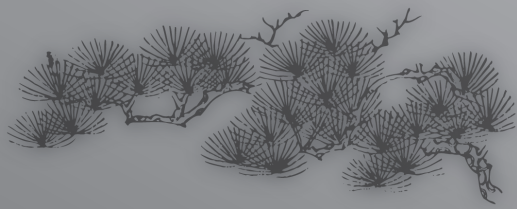




道德經釋義

據終南山樓觀臺元正書道德經碑

任法融





總論

一、引述 4

二、無極圖——○ 7

三、太極圖——☯ 9

四、無極圖與太極圖 12

道經

第一章 14

第二章 17

第三章 19

第四章 21

第五章 22

第六章 24

第七章 25

第八章 26

第九章 28

第十章 29

第十一章 32

第十二章 34

第十三章 35

第十四章 36

第十五章 38

第十六章 41

第十七章 44

第十八章 46

第十九章 47

第二十章 50

第二十一章 53

第二十二章 55

第二十三章 57

第二十四章 59

第二十五章 60

第二十六章 62

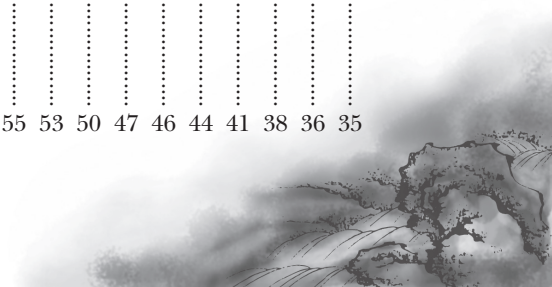
第二十七章 63

第二十八章 65

第二十九章 68

第三十章 71

第三十一章 74





德經

第三十二章	76
第三十三章	78
第三十四章	81
第三十五章	82
第三十六章	83
第三十七章	85
第三十八章	86
第三十九章	90
第四十章	94
第四十一章	98
第四十二章	100
第四十三章	102
第四十四章	103
第四十五章	104
第四十六章	105
第四十七章	106
第四十八章	107

第四十九章	108
第五十章	109
第五十一章	111
第五十二章	113
第五十三章	114
第五十四章	115
第五十五章	117
第五十六章	119
第五十七章	122
第五十八章	125
第五十九章	128
第六十章	130
第六十一章	132
第六十二章	134
第六十三章	137
第六十四章	139
第六十五章	142

第六十六章	144
第六十七章	145
第六十八章	147
第六十九章	148
第七十章	150
第七十一章	152
第七十二章	153
第七十三章	154
第七十四章	155
第七十五章	156
第七十六章	157
第七十七章	158
第七十八章	159
第七十九章	161
第八十章	162
第八十一章	163

釋「道」的十大特徵

一、虛無	164
二、自然	165
三、清靜	165
四、無為	166
五、純粹	167
六、素樸	168
七、平易	168
八、恬淡	168
九、柔弱	169
十、不爭	169

附錄：河上公本《道德經》

編校後記

編校後記	170
附錄：河上公本《道德經》	183

一、引述

老子是我國古代偉大的自然主義哲學家，他的不朽著作《道德經》（亦稱《老子》），是一部博大精深、詞意錘煉的哲理詩。這部被譽為「萬經之王」的神奇之書，像寶塔之巔的明珠，璀璨奪目，照耀着我國的古老文明，對我國古代的哲學、科學、政治、宗教等各方面，發生了深遠的影響。它無論對於中華民族的性格的鑄成，還是對於政治的統一與穩定，都起着不可估量的作用。

《道德經》是我國古老文明的智慧結晶，也是一個知識的寶庫。它不僅包含着宏奧的哲理，而且蘊藏着自然科學、社會科學、人體科學、思維科學、系統科學諸多方面的基本素材，猶如汪洋大海，內容包羅萬象。它以罕見的深度、廣度和精度而著稱於世，不僅驅使着古代萬千的學問家為之作注，探其玄秘，釋其奧義，而且吸引了越來越多的西方科學家步入這一古老殿堂，探索其中的重大科學奧秘，尋求人類文明的源頭，深究古代智慧的底蘊。

古今中外，研究和注釋《老子》的人難以計數，有關著述汗牛充棟。在古代，有從養生方面研究和注釋的，如河上公、呂洞賓；有從哲學方面研究和注釋的，如王弼；有從政治權謀方面研究和注釋的，如唐玄宗、宋徽宗等等。各述已見，莫衷一是。在現代，則有從科學和管理

等方面研究和注釋的。有人認為此書是一部養生學著作，有人認為此書是一部哲學著作，有人認為是一部政治著作，有人認為是一部兵法，有人認為是一部科學著作等等，眾說紛紜。這些理解既有片面性，又有合理性。「道」是渾全之樸，「眾妙之門」。從某一側面來理解，把它當成某一局部的東西，是盲人摸象，顯然是片面的。從另一方面看，「道」生成了萬物，又內涵於萬物之中。「道」在物中，物在「道」中，萬事萬物殊途而同歸，都通向「道」。從這方面來理解，也有其合理的一面。

在現代，一些人根據西方哲學概念，把「道」解釋成了「物質」、「精神」或「規律」，這些解釋都不符合《老子》本義。「道」既不是有形的「物質」，也不是思慮的「精神」，更不是理性的「規律」，而是造成這一切的無形無象、至虛至靈的宇宙本根。「物質」、「精神」、「規律」皆是「道」的派生物。「道」是先天一炁、混元無極，是宇宙中的能量，是太空的氣場，是其大無外，其小無內，至簡至易，至精至微，至玄至妙的自然之始祖、萬殊之大宗，是造成宇宙萬物的原始材料。「可道」、「德」、「下德」都是「道」的派生物。只有正確理解了「道」，才能正確理解「德」，從而以此為鑰匙，正確理解《老子》全書。

從常人的立場、觀點和方法，用通常的經驗和知識，順着常規的思路，不可能對「道」的妙諦有真正的徹悟。因而，一般學者，由於未能從萬有中超脫出來，他們從各個側面理解「道」，從常識的觀點說明「道」，由此偏離《老子》的本來意義，勢所難免。對「道」的片面理解，必然造成對《老子》一書的歪曲解釋，埋沒這本書的重大價值。

道教把老子奉為始祖，《道德經》是道教的基本經典，「道」是道教的基本信仰。「道」是《老子》一書的核心概念，是《老子》學說的精華所在。

道教本身對自己的基本經典《道德經》有傳統的理解，這種理解和一般人的理解大相逕庭。道教對此書的秘機是師傅口授，代代相傳的，對其玄理奧義是在修真養性的長期實踐中理解、頓悟的。據傳老子百六十餘歲而去，他本人就是功夫極深的修煉家。他所闡述的大宇宙的基本原理，只有在人身的長期修煉及直覺沉思中才能徹悟。「道」在天，亦在人；在身，亦在心。

筆者躬身研究道學三十餘載，謹研《老子》、《莊子》、《周易》二十餘年，對「道」尤為殫精竭慮，悉心研探，在長時間的修持中悟解。為《老子》作注，是多年研討、靜悟的結果，實非一時之願，一日之功。在中西文化融合，老莊研究成為熱門，道教養生法風靡世界的今天，用道家自己的方法和觀點，對《道德經》作出基於本來意義的闡釋，把其中的科學精華挖掘出來，使之宏揚於世，為振興中華和促進人類文明進步服務，便是本書的初衷。

《道德經》主要講了「道」、「可道」、「德」、「下德」幾部分。筆者認為，「道」和「德」乃是一無極圖（○），「可道」與「下德」則是太極圖（☯）。八十一章的全部內容，可以由這兩個圖囊括無遺。只要理解了這兩個圖，就抓住了全書的根本，就可以此為鑰匙，打開《道德經》這一神秘宮殿的大門，理解全書。

以下從縱橫兩個方面用此二圖對「道」、「可道」、「德」、「下德」作一闡釋。

二、無極圖——○

《老子》曰：「天下之物生於有，有生於無。」此「無」無形無象，無色無聲，無臭無味，無熱無寒，無左無右，無前無後，無內無外，無始無終，無邊無際，無情無思，無善無惡，恍恍惚惚，杳杳冥冥，無徵兆，無端倪，至虛至空，故稱「無」。此「無」本來無名，老子勉強把它稱為「道」。此「無」即「道」。

古人云：「無極生太極，太極生兩儀，兩儀生四象，四象生八卦。」此「無極」即「無」即「道」，道家用無極圖——「○」表示。

此「○」並非沒有，而是無所不在，無所不備，無所不涵，無所不包，無所不能，無所不至。它實際是「有」，是宇宙萬有所從以出的唯一總門，無此則無一切。

「無」即「○」，涵陰陽二氣，是陰陽二氣的合和與統一。陰陽二氣，一正一負，互相吸引，相互補充，必抵消中和為「○」。因此，「○」似無非無，此虛無之體只是相對於有色有相事物而言的一種狀態、一種形式，是假無真有，假虛真實，假空真物，它是含藏一切的最大「有」。「○」不是沒有，而是物質的一種初始狀態。此「無」在《老子》書中論述頗多：

一章曰：「無名，天地之始。」

六章曰：「谷神不死，是謂玄牝。玄牝之門，是謂天地根。綿綿若存，用之不勤。」

十四章曰：「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。其上不皦，其下不昧，繩繩不可名，復歸於無物。是謂無狀之狀，無物之象。是謂惚恍。迎之不見其首，隨之不見其後。」

二十一章曰：「道之為物，唯恍唯惚。惚兮恍，其中有象；恍兮惚，其中有物；杳兮冥，其中有精。其精甚真，其中有信。」

二十五章曰：「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。吾不知其名，字之曰道。」

以上這些生動的論述，都是對「無」、「無極」即「道」的描繪。這說明「道」是純粹、素樸的物質，但不是普通的常見之物，而是虛無之體，是先天一炁。說它「無」，卻能化生萬物；說它「有」，卻視而不見，聽而不聞，搏而不得。「道」就是這樣一種無形而又真實存在的東西。

「道」的這些體性，被後來的道家人物歸納為「虛無」、「自然」、「純粹」、「素樸」、「恬淡」、「平易」、「清靜」、「無為」、「柔弱」、「不爭」十大特徵。

這些體性、特徵從人身上體現出來，就是「上德」。「上德」是「道」的人格化、倫理化。「道」體現於人謂之「德」。

《老子》曰：「上德不德，是以有德。」又曰：「孔德之容，唯道是從。」

這就是說，最高尚的「德」是自然的、無形的，無迹象可睹，無端倪可察，是內在的、含蓄的、不顯露的、無意的，而不是人為的、故意的、彰示的、炫露的、外在的、形式上的。它的特性、功用與「道」相似。「道」是什麼特徵，「上德」就是什麼特徵，二者一脈相承。

「道」的十大特徵，「上德」全部具備。「上德」的特徵，就是「道」的特徵。

「道」和「上德」的基本特徵是「無」，用圖表示，即是「○」。這一「○」無所不在，無所不含，無限圓滿，至善至美，是至高無上的本體。

三、太極圖

《周易·繫辭上》云：「一陰一陽之謂道。」

《老子》曰：「萬物負陰而抱陽，沖氣以為和。」

此是說，「道」涵陰陽，是陰陽二氣的中和、平衡與統一。「道」分而為陰陽，陰陽合而為「道」。陰陽沖和之氣，生成萬物。

「道」是無極，陰陽則是太極；「道」是「無」，陰陽則是「有」；「道」用無極圖可以表示，陰陽用太極圖可以表示。

陰陽二氣，互相吸引，相互凝聚，必然生出一層一層的自然萬物。自然萬物皆分陰陽，植物動物皆分雌雄，人則分男女。氣、物、人皆分陰陽。陰陽並立，則為太極——☯。因而，太極是相反的、對立的矛盾體。

太極之陰陽是對立的、矛盾的，同時是統一的、互補的。這種關係，是對立統一的辯證關係。

《老子》一書，對這種對立統一之辯證關係的闡述，其文數不勝舉。

例如：

「有無之相生，難易之相成，長短之相形，高下之相傾，音聲之相和，前後之相隨。」

這是說，任何事物都由正反兩種因素組合而成，它們互相聯繫，互相依賴，互相滲透，互相補充，互為其根。有正必有反，二者對待存在，相輔相成。

再例如：

「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，必固與之。」

這就是說，事物的運動變化規律，是「物極必反，理窮必變」。任何事物達到極端，超過一定限度，就會走向反面。

宇宙萬物由陰陽二氣合和而成，陰陽是一對矛盾體，因而，由陰陽二氣組成的萬物無不包含着矛盾。沒有陰陽就沒有萬物，沒有矛盾就沒有世界。陰陽即矛盾，太極圖是對陰陽之矛盾的總括。

陰陽二氣，陽動陰靜，陽剛陰柔，陽熱陰寒，陽生陰殺，有形有象，有色有聲，有臭有味，有聚有散，由此生成的萬物，有生有死，有強有弱，可變可化，千姿百態，千變萬化，此謂「可道」。因盛衰興亡變動不居，不能永恆存在，又稱「非常道」。

例如：天的冬夏四季，地的寒熱五帶，物的陰陽剛柔，人的男女老少、生死動靜、吉凶禍福，就屬於「可道」。因其變動不已，就是「非常道」。

「道」是無形的、永恆的，由「道」生出的有形有象、可生可滅的萬事萬物，乃是「可道」、「非常道」，亦即太極。

「道」體現於人為「上德」，「可道」體現於人則必為「下德」。「下德」和「可道」一樣，是有形有象，可生可滅，變幻莫測的，不是內在的、永恆的、全面的、含藏的真常之德。這種「德」只是外在的、形式上的、局部的、片面的、暫時的東西。「上德」無心為「德」，「下德」有意為「德」。「上德」無為而無以為，「下德」有為而有以為。

太極圖囊括了《老子》一書中關於對立的、運動的、變化的觀點，總括了宇宙萬物的基本體性和規律。

四、無極圖與太極圖

無極即「無」，太極即「有」。

《老子》說：「有生於無，有無相生。」

這就是說，無極生太極，太極歸無極，二者是縱向的派生關係。無極是本，太極是末；無極是母，太極是子；無極是源，太極是流；無極是總，太極是分；無極是全，太極是偏；無極是定，太極是變等等。無極順而生太極，太極逆而歸無極；無極動而生太極，太極靜而歸無極。一本散為萬殊，萬殊歸於一本。

太極與無極的關係，是縱向的派生關係。太極中的陰和陽的關係，是橫向的對待關係。可以用前者是母子關係，後者是夫妻關係來形容。

對於前一種關係，《老子》主張「復歸於無極」，萬物「復歸其根」，人「復歸於嬰兒」，社會「復歸於樸」，一切復歸於本。「見素抱樸，少私寡欲」、「絕聖棄智」、「絕學無憂」以及「致虛極，守靜篤」、「抱一為天下式」等等，都是主張崇本息末，守母存子，以「道」為本。這樣，必能由一統萬，以寡治眾，為無為而無不為，為無為而無不治，永遠立於主動、不敗之地。「道」是全本全息全能的，抱守此「道」，必可使人自身得到昇華，發生質的、根本的變化，得道成真，成為全新的人。《老子》所說的「聖人」，是「道」的人格化，是具有「道」的體性、特徵、氣質、品格的人，是真正的「得道者」。

《老子》倡導的「知其雄，守其雌」、「知其白，守其黑」、「知其榮，守其辱」，皆是指從負面走向正面，達到伸展之目的。「去甚、去奢、去泰」、「守柔」、「處下」，亦是此意，目的在於「得道」。如果守雄，守白，守榮，守剛，居上，圖榮華，享富貴，爭名逐利，恣情縱欲，胡作妄為，如此就是失道失德。失道失德不但百事無成，而且自身會遭到凶禍與毀墜。

《老子》全書八十一章，主要闡述了無極圖和太極圖及其相互關係，講了天道和人道的關係，目的在於使人道取法於天道，由太極返回無極，使人回歸先天純粹的本性，使人的自然潛能得到全面的開發和利用，成為道德高尚的人。同時能使社會穩定，國邦振興，天下太平，壽命延長。

《老子》五千文，最終歸到人。旨在從人的生理、心理、智能、道德諸方面，從根本上解決人的問題。

《老子》發現了「道」，也發現了「人」。「人」是「道」的代表。「人」得了「道」，並與「道」合一，才能成為一個有益於自然，有益於社會，有益於他人，有益於自身的人。

道。

道教經典《清靜經》曰：「大道無形，生育天地；大道無情，運行日月；大道無名，長養萬物。吾不知其名，強名曰道。」《道德經》第二十五章曰：「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。吾不知其名，字之曰道。」由此可見，《老子》所謂「道」，實為陰陽未判之前的混元無極，宇宙之起源，天地之本始，萬物之根蒂，造化之樞機。它無形無象，無色無臭，無所不在，無所不備，充塞宇宙，遍滿十方，不增不減，永恆常存。它本無形而不可名，但卻真實存在。老子為了使人承認它，研究它，掌握它，運用它，故以「道」名。

可道，非常道。

混沌初開，陰陽始判，清濁肇分，乾坤定位，是謂太極。在天有日月星辰，風雲雷雨；在地有東西南北，山川湖海；天地之間有飛潛動植，人間社會。這些有形有象之事物，皆有生有滅，有成有毀，不能永恆常存。這些可生可滅的萬事萬物，皆屬「可道」的範圍。因有形質，處於變化之中，故謂「非常道」。

名。

此「名」指「道」之命名。混元無極大道，無形無象，立「道」為名，此名實為常名。

可名，非常名。

「可名」是指「可道」之名。「名」由何起？「名」由實存事物而起。名至於實，有物才有名。宇宙間的事事物物，千差萬別，各具特性，為了區別它們，才安名立字。由於這些名稱概念所代表的事物可生可滅，因而標誌它們的名稱概念也必然是可生可滅的「可名」。由「可名」代表的萬事萬物生滅運化，變動不居，故凡「可名」皆「非常名」。

無名，天地之始；有名，萬物之母。

「無名」是指無形無象的混元大道，因無形無象，故無名，「道」之名實為強名。虛無的大道無形而無名，它早於天地而存在，故謂「天地之始」。

「有名」是指宇宙天地。天地是指有形有象的具體事物，是最早的實物，其名亦是最早的名。萬物由天地而生，故有形有名的天地謂之「萬物之母」。

常無欲，以觀其妙；常有欲，以觀其微。

「常無欲」者，是指未被後天情欲鑿喪的先天體性，至清至靜，在杳杳冥冥之中能洞觀萬物至微不至的造化之機。「常有欲」者，是指先天的虛無體性已動，變為後天的情欲。心智可以思慮的，耳目可以見聞的，均屬事物粗糙的形體和外殼——微。

此兩者，同出而異名，同謂之玄。

「此兩者」，一是指至清至靜的先天性體，生化天地萬物的虛無妙氣，二是指後天有心有念的情欲，天地萬物的終成之微。兩者名雖不同，卻均由先天虛無的混元無極所生。物之始生之機為妙，物之終成之體為微；人心靜之為性，動之為情。兩者同出於宇宙的本源——無極大道。

玄之又玄，眾妙之門。

無朕兆，無端倪，無形象，無邊際，至為深遠者，謂之「玄」。至微又微，至遠又遠，至隱又隱，無法估量者，謂之「又玄」。玄之又玄、深不可測的虛空之中含藏着生育之機、萬化之妙，萬事萬物及其運行變化莫不由此而生出，故此真空妙相謂之「眾妙之門」。

第二章

天下皆知美之為美，斯惡已；皆知善之為善，斯不善已。

此章主旨，在於講「道」的辯證內涵。

天下事物，在表觀上總是分為真、善、美和假、惡、醜兩個對立的方面。然而任何事物或善或美、或惡或醜都具有兩重性和可變性，都是相對的而不是絕對的。它們可以「正復為奇，善復為妖」。美的可以造成惡的結果，善的會造成不善的影響。和氏璧人皆知其美，然而，正由此物引起了秦、趙相詐而興兵，以致為殘生傷性之不善。金無足赤，人無完人。任何美的和善的事物，本身都包含着不美不善的一面。一切事物都處於運動變化之中，美會轉化為不美，善會轉化為不善，乃是大道運化之必然，亦是事物發展之規律。把美的事物當成永恆的美，把善的事物視為絕對的善，必然事與願違，導致惡的、不善的結果。

故，有無之相生，難易之相成，長短之相形，高下之相傾，音聲之相和，前後之相隨。

大道周流六虛，變動不居，循環不已，周而復始。虛空可生出萬物，萬物可散而歸於虛空。物從虛中生，有從無中來。無可化為有，有可化為無。有無永遠處於相互轉化之中。

治國興邦，舉辦事業，乃至行萬事，必須慎終如始，多從困難處着想，不可掉以輕心，草率從事。如此，難可化為易。反之，若只想順利，只圖僥幸，不作好克服困難的充分準備，易也會轉化為難。難和易不是一成不變的，而是相互對待，相互轉化的。

事皆有別，物各有形。長和短是在相互比較中體現出來的。無長則無所謂短，無短亦無所謂長。

高以下為基，貴以賤為本。無下則無高，無高亦無下。二者相互對待，相輔相成。

「音聲之相和」、「前後之相隨」，亦如前理。

是以，聖人處無為之事，行不言之教。萬物作而不辭，生而不有，為而不恃，功成不居。夫唯不居，是以不去。

因此，體現真常自然之道的聖人，他們明曉天地萬物之理，深知自然運化之機，而能使自己體性合於大道，因任自然，清靜無為，以德化民，不施酷政，正己化人，使人民不知不覺地處於渾厚的淳風之中。

大道虛無自然，清靜無為，生化萬物而不推辭，創造了萬物而不據為己有，不自恃己能，不居功自傲。由於不居功，它的功績才永遠不會被埋沒。

大道具有如此偉大的品質，法天地自然之道的聖人，亦應具備如此品質，造福於人類而不求報。

第三章

不尚賢，使民不爭。

「不尚賢」，是指不會刻意標榜賢才。《莊子·天道》說：「宗廟尚親，朝廷尚尊，鄉黨尚齒，行事尚賢，大道之序也。」在宗廟祭祀時，以尊卑次序而排之；在朝廷者，論爵位之高低；在鄉鄰行處者，必以年齡大小而定其稱；在承辦事業中，則只推崇賢能者。這是自然之序，非有意作為。崇尚賢才，是自然而然的。若有意標榜，人工樹立，必使人們爭名逐利而不務實際，坐享其成而不作貢獻。賢名為形式障蔽，為投機者所用，必失其真，流於虛名，貽誤國家，危害社會。

不貴難得之貨，使民不為盜；不見可欲，使心不亂。

金玉珠寶，是謂難得之貨，本已珍貴，若再加提倡，必然促使人們去行盜。這說明人為地加尊於某種東西，必然導致不良後果。濃妝豔抹，賣弄媚姿，顯其麗色，必惑人之本性，亂人之常心，觸人之邪念，誘人之妄行。

同樣道理，為政者若彰榮華，顯富貴，揚虛名，倡奢靡，亦會惑亂民心，上行下效，弊病四起，紊亂綱紀，國政腐敗。

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。

因此，聖人心地純素，不留一物。性體圓明、虛朗，不甘陷入虛華的塵網之中。他們恬淡無為，心虛意靜，柔弱謙和，不與物爭，斂華就實，神凝氣聚，精全髓滿，自然百病不生，身康健。

若使人們保持淳樸的自然之性，不炫機智，不尚狡詐，返樸還淳，樂享天真，賢與貴賤相忘於德化之中，少數尚機詐者，自然不敢妄為。此乃以德化民之方，而非愚民之策。

為無為，則無不治矣。

道的體性是無，無形無象，無聲無色，不陰不陽，不上不下，空空洞洞，杳杳冥冥，似有非有，似無非無，一切皆無。然而萬類咸仗，群生皆賴，無所不生，無所不造。

這說明「道」的體性和功能是無為而無不為。

以此類推，人若法天地自然之道，使其體性合於大道，虛無自然，無私無欲，無執無偏，恬淡無為，以「道」的「無為」原則修身治國，必可無所不治，無所不達，修身身康壯，治國國太平，收到最佳之效果。

第四章

道沖，而用之或似不盈。

道這種虛無妙氣雖無形象，無端倪，不可見，卻無所不在，無所不備，體性圓滿，妙用無窮。

淵兮，似萬物之宗。

它深不可測，廣不可量，似有非有，似無非無，卻是萬物生化之母，主宰萬物的宗主。

挫其銳，解其紛，和其光，同其塵。

不顯聰明才智，不露棱角鋒芒，猶若渾圓之球體。萬事萬物，莫不有對。大千世界，無處沒有矛盾，沒有紛爭。道則若和氣藥、潤滑劑，處處起消除矛盾、和解糾紛之作用，造成宇宙的和諧與統一。天下事物，陰陽剛柔，美醜善惡，是非曲直，各具其性。道則含光內斂，體性圓明，在方為方，在圓為圓，在美為美，在醜為醜，超脫一切，又內涵於一切事物之中，不局限於一個方面。

湛兮，似或存。吾不知誰子，象帝之先。

大道之妙氣無形象，無方位，無終始，好像根本就不存在，其實它是的確確存在的宇宙本根。這說明道是自固以存、自根自本的自然存在物。

天地不仁，以萬物為芻狗；聖人不仁，以百姓為芻狗。

「不仁」，是無心仁慈，無意偏愛。「芻狗」是用草紮成的狗，上古時所用的祭祀品，人們對它並無愛憎。天地無情感，無意識，對萬物無所謂仁慈和偏愛，純任萬物自運自化，自生自滅。《陰符經》云：「天生天殺，道之理也。」亦是說天生萬物並非因為愛，天殺萬物亦非因為恨，而是自然運動變化之規律。天道運行，四時成序，陰陽消長，其中自有生殺之機。春夏到，陽長陰消，萬物應時而生長；秋冬至，萬物應時而收藏。此皆自然之道，而非有意作為也。

聖人法天地自然之道，治國理民，以無心為仁，不以個我意志加天下。人若無私無為，內充道德，處之以柔弱謙恭，必得人欽崇而尊之。反之，如人內失其德，處之以驕肆強暴，必為人厭棄而辱之。聖人無偏愛，無私情，開誠布公，替天行道，對王公貴族、庶民百姓一視同仁。

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。

「橐籥」是指風箱，此處取中空之意。《莊子·齊物論》提到「天籟」、「地籟」和「人籟」。橐籥和籟因中空，其中有自然之妙用，動則聲生，靜則音止。動可吹出無窮無盡的曲子，靜則無聲無息，一切為零。天地之間中空猶如橐籥亦如籟，靜則無生息，動則生萬物，千變萬化妙用無限量。

言辭再多，亦有不盡之處。橐籥既空，發氣無窮無盡。既知此理，不如致虛守靜，不言守中。

此章主旨在於講中虛之妙用，說明中虛具有無限生化之功能，守中抱本可「樞始環中，以應無窮」。至虛的真空妙氣潛藏着無限生機，永遠不會衰竭而永存不滅。

第六章

谷神不死，是謂玄牝。玄牝之門，是謂天地根。綿綿若存，用之不勤。

「谷」是空虛之意。「神」是變化的妙用。太空是虛無之體，變化的妙用確是不生不滅，不計年劫多少，永無止期，故稱「不死」。

「玄」是指虛無自然之無極。「牝」是指其中隱含着陰陽二氣的太極，也是指天地萬物從無到有的一個階段。無極一動是太極，太極一靜是無極，這是宇宙從無到有，從有到無而演化的縱向關係。無極一動，化為太極。太極中含着陰陽二氣，二氣合和，化生萬物。

「綿綿」是連續不斷的意思。「若存」是似有非有，似無非無的意思。「不勤」是其造化之機自然而然，不求而得，不為而成的意思。無極與太極的一動一靜，是天地萬物的總根，其中的造化之機，連續不斷，自然而然。萬匯品類，無不由此而始生。

至虛的真空妙氣潛藏着無限生機，它永恆存在而不會泯滅，它是生化天地萬物的大母。這一生化萬物的大母，是天地所從以出的宇宙本根。它雖空洞杳冥，無形無象，其妙用則無窮無盡。

第七章

天長地久。天地所以能長且久者，以其不自生，故能長生。

天能長生，地能久存。天地所以能長久存在，是因為天地沒有私情欲望，其運作不為己，無心自求長生，所以能夠長生。

是以聖人，後其身而身先，外其身而身存。非以其無私邪？故能成其私。

聖人法天地不求生而長生的自然之道，處事謙讓柔弱，把自身置於人後，而自然為人擁戴於先。使自身置之度外，捨己為人，不求身存，自然得到萬民的敬仰和保護，終身有保。這充分說明，只有無私，才能成其私（成就自己）。

本章的大意是借無私無情，更無意求其長生，反而能得到長生久存的道理，倡導人類亦應如此，順其自然，無私無為，不求其榮貴而處先，不為自我身存而貪其厚享，事事為國為民，時時為天下生靈，把己身置之度外。如此日久，德望日重，萬民欽佩。

上善若水，水善利萬物又不爭。處眾人之所惡，故幾於道。

最善的事物莫過於水。無水，則不能產生芸芸叢生的生命世界；無水，任何生物都不能生存。水生育萬物，滋潤群生而與物無爭，不求回報。它柔弱溫順，總是處於為人們所鄙棄的最低下的地方。所以，水最相似於道。

居善地，心善淵，與善仁，言善信，政善治，事善能，動善時。

常言道：「人向高處走，水向低處流。」人總是喜歡奉上欺下，攀高附貴，青雲直上，而水則總是流向低凹的、最安全的地方，無傾覆之患。

人心總是有私心雜念、七情六欲之煩擾，而水靜則清澈湛然，無色透明，無混無濁，可鑑萬物，若心靈之善淵。

水善養萬物，施恩不求報。植物皆沾滋潤之恩，動物咸獲飲食之惠，此乃仁慈也。

水利萬物，誠實和順，無假無妄，表裏如一，是謂「言善信」。

水之為治，若大匠取法，以「平中準定上下」，不左不右，不偏不倚，對萬物一視同仁，最為公平，是謂「政善治」。

水利萬物，能力非凡。去污洗濁，攻堅克固，行船渡筏，興雲致雨，生物育人，功用不可估量，此乃「事善能」。

春夏溫熱，萬物繁衍，最需要水。此時，水則蒸雲降雨，滋潤群生，降溫祛暑。秋冬漸寒，萬物成藏，水則結為堅冰，凝為霜雪，覆蓋大地，恰若天被，保護生靈，遮風禦寒。此乃「動善時」。

夫唯不爭，故無尤。

水之體性，雖有以上「七善」，但皆出於自然，與物無爭。所以，水才沒有過失。

此章以水喻道，也說明進道之人所應具備的品格。

第九章

持而盈之，不如其已。揣而銳之，不可長保。金玉滿堂，莫之能守。富貴而驕，自遺其咎。

「滿招損，謙受益」，此乃自然之理。器盛物過於盈滿，必有傾失之患；器物中空，則可容物受益。既知盈滿易失，不如寧欠勿足，適可而止。

刀劍磨得過於鋒利，最易鏗鈍，傷其鋒刃。人若鋒芒畢露，亦必受挫，不得常保。

人皆是一個腦袋兩隻手，雖其體智有別，收益有異，由勞動掙得的收益，不會懸殊太過。不勞而獲，以至金玉滿堂，必有不義。這些金玉必招禍患，不能常保。

身處富貴，最易驕肆。須知富貴而驕，必遭眾人所惡，咎禍自出。

功成名遂，身退，天之道。

既知過盈有傾失之患，銳利不可常保其刃，金玉滿堂無法守藏，富貴而驕必遭禍殃，萬事萬物「過猶不及」，那麼，功成名遂，已達頂點，退身於外，也就是理所當然的了。只有這樣，才能善終其功，善全其名，避免咎禍。

第十章

載營魄抱一，能無離乎？

此章中心在於闡明修真養性的要旨。

「營魄」指魂魄，實指人身中的元神和元精。元神屬陽，輕清易飛而上行。元精屬陰，重濁易凝而下行。二者相反而互補。先天元神本為清靜，因後天欲念所擾而散亂不安。若祛除妄念，清心寡欲，則神自清靜，元精也會自安。

「載」是元神元精同載於一車（喻搏入爐鼎之內），含有抱一不離，互為運轉之意。

《道教丹經》《悟真篇》卷中第一首詩云：「先把乾坤為鼎器，次搏烏兔藥來烹。既驅二物歸黃道，爭得金丹不解生。」這也是說煉養時必須首先在體內安爐立鼎，「鍛煉精華」，使魂魄合和抱一，聚結成丹。此可謂「清靜真一，不二法門」。

專氣致柔，能如嬰兒乎？

「專」是指專一之意。常人因私欲妄念所擾，心神散亂不能專一，在無意之中導致其氣粗暴，神氣不合，母子失守，陰陽不交，坎離分居，先天與後天脫離關係。因此，人在煉養時，必須心神專一，調和呼吸，由粗淺到深長，由強硬到柔和，若初生之嬰兒。

滌除玄覽，能無疵乎？

「滌除」是灑掃清除之意。「玄覽」是洞觀無礙之意。「疵」是弊病。

欲修真養性，必須清除心界一切雜念，使先天圓明的體性重現。《清靜經》中說：「常能遣其欲，而心自靜。澄其心，而神自清，自然六欲不生。」另有經云：「淨掃迷雲無點翳，一輪光滿太虛空。」皆強調修道之人的首要功夫是清靜心神，還其人之先天本性，洞觀無礙。

愛民治國，能無為乎？

「民」此處指人身中之精氣。「國」指大的整個軀體。愛惜精氣，強健身體，必須從自然無為入手。無為自然心虛，心虛自然神凝，神凝自然氣聚。神凝氣聚，自然精氣自調，百骸自理，九竅通暢，六腑調泰，五臟清涼，內無憂傷，外無邪侵，身康體壯，精足神旺。

天門開闔，能為雌乎？

「天門」指人的心淵性海。「開闔」指一動一靜。「雌」指柔和清靜。

先天性動（開），後天情欲即生。後天情欲靜（闔），先天之性即現。人生天地之間，必然運心應物。然而，在舉心運念時，不能讓情欲障蔽本性，而應以清靜無為處之。

《清靜經》曰：「真常應物，真常得性，常應常靜，常清靜矣。」

回。——
道教養生要義《呂祖百字碑》云：「真常須應物，應物要不迷。不迷性自住，性住氣自回。」

這些都強調，修真養性的根本在於「守雌」、清靜無為。

明白四達，能無知乎？

心淵純淨，不被情染；性海圓明，不為物牽。猶若皓月當空，無處不照，無處不明，此可謂明白四達。

生之，畜之，生而不有，為而不恃，長而不宰，是謂玄德。

心性與天地同體，清靜圓明，無為而化。生育萬物，不以為自有；順自然施化，不以為己之功；雖為萬物之長，而不自以為主。此謂深不可識，高不可稽，廣不可量，遠不可觀者之上德。

三十輻，共一轂，當其無，有車之用。

「轂」是車輪中心穿軸之孔。車的輪、軸等只是實體，唯有插軸之孔是車的至為關鍵的實用處。若無此小孔，整個車只是無用之物。

埴埴以為器，當其無，有器之用。

「埴埴」是水土和泥。用泥做成的器皿，壁、底、蓋等實體均為器皿之藉利，只有其內的中空處才是盛水藏物的實用部分。無此中空，器皿則無用。

鑿戶牖以為室，當其無，有室之用。

「戶」指門。「牖」指窗。房屋的牆壁、頂蓋等是實體，而其門窗和室內中空部分才是其實用處。內部之中空和門窗的虛無部分，只有通過其實有部分才有實用。無內部之中空和門窗之通口，房子則無用。

故，有之以為利，無之以為用。

「利」，藉依。

以上三例說明，事物由有與無、實與虛兩部分構成，其中的虛無部分只有通過其實有部分才能有實用。所以實有部分只是藉利，而虛無部分才是實用。由此可以說明，有與無二者，雖然互為利用，但不可否認「無」的特殊作用。

此章主旨是借用車、器、室中空部分為三者的實用之處，三者外殼的實有部分，只是藉利的道理，來闡明宇宙萬物柔能克剛，弱能勝強，虛空之中，更有無窮的妙用。人身尤為顯著，人身的肢體外殼為藉利，身中的一點虛靈不昧才是實用。五官七竅，更是起着全身的主要作用。



第十二章

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。

大道玄虛幽冥，無聲無色，無臭無味，此乃道之真體，為生化萬物之本根。五色、五音、五味，雖出之於道，卻是粗淺而外在之枝末。人之心性若為外在枝末所障蔽，則不能知其本。雖目能視，耳能聞，口能嘗，實則盲、聾、爽矣。故不可逐於外在枝末，而應體悟並抱守純素清淡的內在本。

「馳騁」是縱橫奔跑。「田獵」是騎馬狩獵。「行妨」是賊害。人的先天本性是虛靜清明，無貪無欲的。狩獵之人，整日馳騁奔逐，放蕩不羈，其心必狂，如此就失去了虛靜清明之本性。

難得之貨，最能誘人之邪念，勾人之心魂，使人行為不規，做不仁不義、賊害國民、陷己傷人之事。

是以聖人為腹不為目，故去彼取此。

「為腹」是注重修持內在之德性。「為目」是忘本逐末，迷於外物，求其虛華。

得道之聖人總是注重內德的修養，而不心神奔逐於外。因此，正確的態度應是重內德，重綱本，求實用。

第十三章

寵辱若驚。貴大患若身。何謂寵辱？寵為下，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，為吾有身。及吾無身，吾有何患？

「寵」是指偏愛、褒揚。「辱」是指責罰、貶斥。受到偏愛、褒揚或責罰、貶斥就驚慌失措。什麼叫「寵辱若驚」？其實，受寵並不光彩，而是低下的。得寵或失寵就驚慌失措，叫做寵辱若驚。得寵或失寵就驚慌失措，恐懼不寧，像大禍臨頭一樣。什麼叫做「貴大患若身」？是因為把個人看得太重。如果不把自己的名利、地位、虛榮等看得太重，而能淡然處之，不當回事，還有什麼驚慌失措的必要和大禍臨頭的感覺？大道無情，天地不仁，本無寵辱，加於人的寵辱全是情欲之所致。如能保得常清靜的天真本性，寵辱不必理會，哪有若驚的現象？所謂遇寵辱而感驚慌者，是因為人們把自我虛榮聲名看得太重的原故。

故，貴以身為天下，若可寄天下；愛以身為天下，若可託天下。

所以，自以己身為尊貴，其心志趨攀於高貴名顯之境者，猶若把自身寄給了天下。自以己身為重愛，其意念沉溺於名利地位者，等於將己身託付於天下。此兩者皆不合道，非長久之計。只有以虛靜恬淡自守，忘乎自我，忘乎貴賤，超脫榮辱，才是權宜之計。故本經第五十六章中說：「故不可得而親，不可得而疏；不可得而利，不可得而害；不可得而貴，不可得而賤。故為天下貴。」

視之不見名曰夷，聽之不聞名曰希，搏之不得名曰微。

「夷」是平易。「希」是少。「微」是細小。

大道本是純粹、素樸、無色之元氣，又是清靜、自然、無形之虛空。故以目視而無色可見，是真色無色；以耳聽而無聲可聞，是謂「大音希聲」；用手捉摸而無物可得，是謂「大象無形」。

此三者，不可致詰，故混而為一。

「詰」是用語言詢問的意思。無色可見，無聲可聞，無物可搏，此三者，只可心悟，無法睹聽與捉摸，難以用語言互相諮詢。所以「夷」、「希」、「微」三者是混成一物。

其上不皦，其下不昧，繩繩不可名，復歸於無物。

「皦」是潔白發光。「昧」是黑暗昏冥。「繩繩」是連續不斷。獨立無偶的混元大道，是虛明的靜體，它不上不下，不明不暗，陰陽由此而判，清濁由此而分。所以，在上而不見皦皦之光明，在下而不覺昧昧之黑暗。連續不斷，無法命名。它「即是空，即空是色」，不是一個具體的物象。

是謂無狀之狀，無物之象。是謂惚恍。

它似空不空，無形無狀，無體無象，可謂恍恍惚惚、杳杳冥冥的真空妙象。

迎之不見其首，隨之不見其後。

「道」在九霄之上不為高，在六極之下而不為低，在上古之先就存在，將來永遠不毀滅。它無頭無尾，無前無後，三界十方遍處皆是。所以，行之於前，而迎不到首，隨之於後，而見不到尾。

執古之道，以御今之有。

如能執持先於天地的亙古之道，就可以支配駕馭有形有象的萬事萬物。

能知古始，是謂道紀。

首章講的「無名，天地之始」、五十二章中講的「天下有始，以為天下母」、此章講的「古始」均是指無極大道。大道雖無形、無情、無名，但能生育天地，運行日月，長養萬物。所以，無名的道，是天地萬物的本始和綱紀。

古之善為士者，微妙玄通，深不可識。

「士」是善進道修德者。「微妙」是隱顯莫測的意思。「玄通」是對天地萬物的情理「洞觀無礙」的意思。有道之士，體道自然，恐懼乎其所不聞，戒慎乎其所不能睹，潛修密行，含光韜輝，恬淡清靜，不言而教，不為而成，是謂「深不可識」。

夫唯不可識，故強為之容。

就因為常人不識有道之士的修持，所以給予他們勉強的形容：

豫若冬涉川；

「豫」是憂慮，亦是事先戒慎而有準備的意思，如《周易·既濟》〈象〉曰：「水在火上，既濟。君子思患而豫防之。」有道之士，處事接物，謙恭謹慎，不敢肆意妄進，相似冬天履冰過河一樣，時時小心，步步謹慎，唯恐冰凝不堅，一足踏陷入水中。《論語·泰伯》中說：「戰戰兢兢，如臨深淵，如履薄冰。」與此義相近。

猶若畏四鄰；

有道之士，心德純全，動靜自然，處處謹慎小心。無論獨居一室，還是行於野外，他們舉心運念，一言一行，唯恐違背天道，逆物失理，猶如四鄰在身旁監視一樣。

儼若客；

有道之士的行為，端方正直，嚴肅認真，常常好似賓主互相恭敬一般。

渙若冰將釋；

「渙」是散解之意。有道之士，處於塵俗之中，貧而不諂，富而不驕，不貪不染，不留不滯，其心性如冰之遇陽光，釋化而不留任何形迹。

敦兮，其若樸；

有道之士的本來天性，未經人間世情歷練，與人相處出於真誠之心，與物相接本着忠厚之意，如同木之未雕，樸然渾全。

曠兮，其若谷；

「曠」是空虛寬廣之意。有道之士，心地虛明，胸襟開闊，沒有貴賤之分，上下之別，相似空谷一樣，無所不容，無所不納。

渾兮，其若濁；

「渾」是混然一體，沒有任何分解之意。在本書第四十九章中，「為天下渾其心」者，亦是此意。有道之士，性體圓明，湛然清澈，處於萬物之中，與天地渾然一體。民之所樂則樂，所猶則猶，和光同塵，沒有任何分別。

孰能濁以靜之徐清？

「徐」是緩慢之意。人的天真本性一動，貪求世味就變為後天的七情六欲，心念趨於塵淪之中，是為「濁」。誰能除盡後天七情六欲，蕩盡塵俗一切污濁，使其心寧靜呢？只有返回其先天的虛明性體，就如濁水緩慢而靜，才能澄清而重現。所以，有道之士，身雖處於塵俗之中，其性順物而自然，不染不着，不滯不留，相似渾濁一樣，其性體常住。

孰能安以久動之徐生？

此句是講命功的調養。有道之士，身雖處於世俗之中，其心不被世情染着，舉止自如，常順自然，其身自安。安之久而心自定，心定而神自清，神清而性自靜。如此這般，人身的真氣自然緩緩而發動，法輪自然常轉。

保此道者不欲盈，夫唯不盈，故能弊不新成。

「不欲盈」，虛心自斂，隱迹韜光之意。「弊」是指破舊之意。「新成」是世俗所謂功名成就、榮貴顯達、赫赫顯示之意。有道之士，常保其虛心自斂，隱迹韜光居於「為而不恃」、「功成不居」、「長而不宰」的清靜平易之境。相似破舊，沒有「新成」一樣。

第十六章

致虛極，

「虛極」者，是混元無極大道之體，是天地萬物之極。用何以致於至虛，必要「內觀其心，心無其心；外觀其形，形無其形；遠觀其物，物無其物。三者既悟，惟見於空。觀空亦空，空無所空。所空既無，無無亦無，無無既無，湛然常寂。寂無所寂，欲豈能生。欲既不生，即是真靜。」如此這般可悟大道的虛無之體。所謂「致虛極」者，即是此意。

守靜篤。

「篤」是純一渾厚，不動不易之意。靜而至靜者，是混元無極大道之性，造化之樞機，品彙之起始。常人不能體悟者，蓋因時動妄心，以驚元神，着萬物而生貪求，因貪求以致「煩惱妄想，憂苦身心，便遭濁辱，流浪生死，常沉苦海」。由此障迷自性，時在昏冥、盲聾之中。欲悟大道之體性者，唯獨專心致志，抱一篤守，寂然不動，方能體悟大道的清靜之性。

萬物並作，吾以觀其復。

人的心機始張，七情恣妄，知見炫露，猶如天地間的萬物品類，互為崢嶸，參差並作，忘本逐末，不知返本復命，故有生死之不常。吾獨以知七情皆為幻妄，故以返情歸性，復守其初，永顧其本。《老子》五十二章中說：「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，沒身不殆。……用其光，復歸其明，無遺身殃，是謂襲常。」又如《周易·復卦》云：「初九。不遠復，無祇悔，元吉。」此以卦爻論之，因初九陽剛，而處於復卦之初，是迷而不遠，有立即復本之意。以上均和本章此段經義相通。

夫物芸芸，各復歸其根。歸根曰靜，靜曰復命。復命曰常。知常曰明。

宇宙萬物雖然複雜萬端，但總會復歸於寂靜虛無的本初，現以人的性情嘗試論之：人的本性，為各種情態的命根，如性一動，就有喜、怒、哀、樂等情之出現，憂慮、感嘆、恐怖、畏懼之發生，浮躁、放縱、狂妄之顯露，但終不會永久如此。此情一靜，仍復歸於寂靜圓明的本然性體。又如草木逢春夏，千姿百態，崢嶸參並。時臨秋冬，自然枝枯葉落，歸根復命，仍返於靜根。再以萬物而論之：天地間的有形事物，飛潛動植，有情無情，錯綜複雜，形態各異，均由「虛極」而出，「靜篤」而入。由此足證「虛極」、「靜篤」的自然體性，是宇宙萬物的命根，它是永恆的。

不知常。妄作凶。

此段經義緊接上文。如肆意逞狂，追逐榮貴，快利耳目，露鋒炫智，不知復其清靜無為的真常之性，必流於欲海，迷於妄幻，宛轉世間，漂沉愛河，沉滯聲色，迷惑有無，猶如草木斷了命根，其枝葉必遭枯落之患。《周易·復卦》中說：「上六。迷復，凶，有災眚。用行師，終有大敗，以其國君凶，至於十年不克征。」此以卦爻論之：上六陰柔，居復卦之終，只顧前往，迷於世情，而終不復，是迷其真宗，忘其根本，以致凶敗。復卦上六的「迷復」，與此章「不知常。妄作凶」意義相通。

知常容，容乃公，公乃王，王乃天，天乃道，道乃久。沒身不殆。

虛無清靜的真常之道，在人謂之性，不毀不滅，永恆存在，故曰「常」。與太虛同體，無所不容，無所不納，故曰「知常容」。真常之性，「湛然常寂」，視天下如一己，觀萬物似一身，無有彼此之介，愛憎之分，上下之別，是謂「容乃公」。無私情，無妄為，順自然，符物理，無為而自治，是謂「公乃王」。因時順理，因物附物，同天地之造化，同四時之運行，同日月之明晦，萬物生殺，各遂自然，是謂「王乃天」。真常之道，虛無自然，清靜無為，是天地之根，萬化之宗，無吉凶，無危險，不生不滅，永恆存在，是謂「天乃道，道乃久。沒身不殆」。

太上，下知有之。

「太上」指上古。「下」指庶民百姓。上古聖君治天下，本着真常的自然之德，上順天理，下應民情，無為無事。天下一統，萬民一心，人心淳樸，風俗渾厚。天下大治，而不知大治。有君王，而不知君王。君王無心親顯威名於下民，百姓亦無意對上阿諛奉承，上下相忘於渾厚的淳風之中，正如常言所說：「人在道中不知道，魚在水中不知水。」

其次，親之譽之。

次後，天道的運度趨於中古，純全的真常之德，逐漸被情欲毀喪，渾厚的淳風日益泯滅，人類開始崇尚賢能，讚譽善良，親近仁人，始分上下，衡其貴賤，別其親疏，異其賢愚。

其次，畏之，侮之，信不足，有不信。

次後，真常自然之德，愈來愈失，渾厚的淳風，愈來愈薄。在上者不道不德，恃其爵位，仗其權勢，高高在上作威作福。在下則人心乖戾，凶暴邪惡生。於是朝廷不得不彰示政令，頒布刑律，以威禁之。日後之刑政日繁，人民畏懼，自然滋生侮慢。上對下彰刑法以威而禁，下因畏懼以侮慢而應上。上失真誠自然之德以對下民，下民亦以不忠欺哄於上。人心失道，由此上下相欺，國政由之腐敗，百工由之若墜，民心由之而失，倫理由之而紊亂，故《虞書·益

稷》中有這樣的記載：「元首（君主）明哉，股肱（大臣）良哉，庶事康哉。」又云：「元首叢脞（繁瑣）哉，股肱惰哉，萬事墮哉。」

猶其貴言。

失去了真常自然之道，脫離了清靜無為之德，破壞了渾厚淳樸之風，無真誠之心，民已懷疑不信，再興科條，尚法令，貴言教，欲以治國平天下，取信於民，已是南轅北轍，難以奏效。

功成事遂，百姓謂我自然。

欲使天下太平，萬民康樂，必須重道德，尚無為，崇自然，復淳風。只有如此，才能成功。聖君雖以德化萬民，確「為而不恃，功成不處，其不欲見賢」，民耕而食，織而衣，各遂其生息，自然而然上下相和，天下大治。雖天下大治，而民不知是何原因，這是自然如此。

第十八章

大道廢，有仁義。

道德充實於內心，雖有仁義之行，而不知有仁義之行。如失道離德，仁義必然自顯。正因嚴年失德，淫樂無度，分外營求，強佔胡氏，迫使周仁之妻殺身成仁於府門之內。再如孤竹君有道不側，愛次子，乃有伯夷、叔齊死義於首陽之上。

智慧出，有大偽。

本來的天性良智不含斂自重，炫耀濫用，以假為真，以文滅質，只求虛華，不講實用，故「奇物滋起」，怪事百出。人之本性，由此而亂，物之常情，由此而失。

六親不和，有孝慈；

家庭失去了自然之道，父子、兄弟、夫婦，必然不和。孝慈之名，由此而生。瞽叟因失道離德，設計陷害其子，舜王由此才有孝名永垂千古。

國家昏亂，有忠臣。

治國者，如失去恬淡無為之「道」，不行無為之政，脫離了清虛自然之「德」，不用潛移默化，則必然君王昏昧，權奸執柄，濫用機智，勾心鬥角，互爭權位，迷戀酒色，醉生夢死，以致內憂外患並起，民情危急，怨聲載道，扶國忠良由此而出。如果宋高宗清明，群臣「以道佐人主」，朝綱大舉，國紀不紊，焉有忠勇岳飛死於風波亭？由此可見，國家無道昏亂時，才會出現忠貞盡節，殺身成仁，永垂千古的忠義之士。

第十九章

絕聖棄智，民利百倍。

天資敏捷，德性純全，睿通淵微，言行舉止符合於倫理者謂之「聖」。通曉萬物之理，洞觀遠近幽微之理者謂之「智」。有世以來，聖人效天地的運行之道，法陰陽消長之理，定綱紀，分科條，興法度，作典章。聖人以此含養自修，萬民以此樂而生息，自然而然國家大治，天下太平，人民康樂。當然天下皆知非「聖智」不能任其事。如聖人而張聖之名，玩弄機智，那不正者必竊而用之，這豈不又助於不正與不善者禍國殃民嗎？《莊子·胠篋》中說：「故跖之徒問於跖曰：『盜亦有道乎？』跖曰：『何適而無有道邪？夫妄意室中之藏，聖也；入先，勇也；出後，義也；知可否，知也；分均，仁也。五者不備而能成大盜者，天下未之有也。』由是觀之，善人不得聖人之道不立，跖不得聖人之道不行。天下之善人少而不善人多，則聖人之利天下也少而害天下也多。……聖人生而大盜起。掊擊聖人，縱舍盜賊，而天下始治矣。……故曰：『魚不可脫於淵，國之利器不可以示人。』彼聖人者，天下之利器也，非所以明天下也。故絕聖棄知，大盜乃止。……殫殘天下之聖法，而民始可與論議。」莊子這段論述，與這章講的「絕聖棄智，民利百倍」其意相通。

絕仁棄義，民復孝慈。

山中的老虎生下虎子，如遇持械的獵手，牠會不顧生死地保衛其子。在平時忍飢受餓喂養其子，用舌舔其毛，以表親暱。這般的慈愛，試問誰彰仁義之名而教之？由此可知，孝慈是物的天然之性，自然之德，非人為也。所以，彰仁義之名，必有害於民自然之性。這和《莊子·胠篋》中說的「削曾史之行，鉗楊墨之口，攘棄仁義，而天下之德始玄同矣。……人含其德，則天下不僻矣。」其意相通。

絕巧棄利，盜賊無有。

非正常的技巧，有害於民；非分之利，有害於國，故應絕棄之。燕銜泥壘窩以棲身，蜘蛛吐絲布網以求食，老鼠掘洞藏身以得安。萬物皆然，各因自性，各因所需，各施技能，自然而然，雖有巧利，未嘗有巧利。如朝廷專尚巧利，玩弄技巧，必被強盜、賊匪竊而用之。故《莊子·胠篋》中說：「毀絕鉤繩而棄規矩，擺工倕之指，而天下始有其巧矣。」

此三者，以為文不足。

「三者」是講「聖智」、「仁義」、「巧利」，這三者均屬文表和虛華。沒有實用，不足以治國修身。

故令有所屬，見素抱樸，少私寡欲。

「令」是教誡。「屬」是囑託。所以治國、修身的教誡和囑託是心地純潔，行事真誠樸實，少存私心和分外的欲念。

絕學無憂。

人在天地之間，如不知物性，不通人情，則難以生息。欲通物性，必以進學。既知如此，本經此章要講「絕學」者何謂。如單學一科，獨進一門，雖自感有進有益，實是以管窺天，以錐指地，不能復得天地之大全，事物之總體，悟性命精微之奧理，觀造化至極之妙用，通陰陽消長之情理。只有絕棄虛妄荒誕之學，持守大道的清靜之體，才能明曉萬物之理。《老子》第一章中說：「常無欲，以觀其妙。」十六章說：「復命曰常。知常曰明。」三十八章說：「前識者，道之華，而愚之始。」四十八章說：「為學日益，為道日損。損之又損，以至於無為。無為而無不為。」六十四章說：「學不學，復眾人之所過。」均與此條命旨相通。

唯之與阿，相去幾何？善之與惡，相去何若？

「唯」是謙遜柔和的應聲。「阿」是怠慢忿怒的回答。出口以謙讓柔和而應於人，人皆得好感而結善緣；以怠慢忿怒而回答人，人皆因反感而種惡恨。「唯」與「阿」同出於口，相去不遠。然而，因「唯」而得結善緣，因「阿」而會種惡感，其結果，相距天壤。

人之所畏，不可不畏。

性體一動一靜的微妙之機，確為善惡的因由。動之於「唯」結善緣，而得吉慶；動之於「阿」結惡果，而遭禍殃。真可謂「差之毫釐，失之千里」。故天地間的事物無不以此而畏懼，人亦不能脫離這種運化之道，故亦應畏之。

荒兮，其未央哉！

「荒」是雜草叢生。「央」是中心。常人失了性體的根本，流蕩身心，迷於世情，好像雜草叢生，荒蕪了靈根一樣，不知萬物的中心準則。

眾人熙熙，如享太牢，如春登臺，我獨怕兮，其未兆；如嬰兒之未孩，乘乘兮，若無所歸。

「熙熙」是嬉戲和悅之意。「乘乘」是似同駕車快然自如之意。眾人沉溺於妄見之中，還自感嬉戲和悅。迷惑於世情之內，似春登高臺，極目四望，自覺得意。唯獨我恬淡無為，心地未有一點貪念，猶如初生的嬰兒和混純的孩子一樣，無識無知，無憂無慮，無有歸往。

眾人皆有餘，而我獨若遺。我愚人之心也哉，純純兮。

眾人皆以為得意有餘，而我呢？卻感到空虛而有失遺，像愚人的心地一樣，篤厚真誠，純粹素樸。

俗人昭昭，我獨若昏；俗人察察，我獨悶悶。

俗人各炫聰明，各逞機智，而我卻好像昏昧不明。常人對大小事物能明察窺探，而我認為事物與我同體，悶悶然如無貴賤上下之分。

忽若晦，寂兮，似無所止。

常人因脫離了本，貪享世味，追求功名貨利，無涯無際，不能濟岸，不能自止。

眾人皆有以，我獨頑似鄙。

常人捨真逐偽，愈逐愈迷，愈逐愈深，認世情有味有為，而我相似愚頑者，沒有作為，並認為功名利祿皆為幻妄。

我獨異於人，而貴求食於母。

「母」指萬物的本根，即「道」。我和常人不同，常人忘本逐末，貪享世味，失去了本來性體，只顧枝梢，我只遵循和抱持大道。我貴養的是本根，本來的心淵性海。

第二十一章

孔德之容，唯道是從。

「孔德」是指空虛無為的「上德」，非有為的「下德」。「容」是對上德的形容。物之得於道者便是「德」。由德的功用中，又能體現出道的體性，從事物的運化中更能顯現出德的功能。所以，天地萬物無不是在上德的功能中不斷變化和生長。萬彙品類的體性完備，神全氣足，皆是「上德」的功能。因大道無形而無名，只有從德中才能體現道的體性。

道之為物，唯恍唯惚。惚兮恍，其中有象；恍兮惚，其中有物；杳兮冥，其中有精。其精甚真，其中有信。

混然一炁的真常之道，它恍惚似有，有而非有，無而非無。在恍恍惚惚、杳杳冥冥之中，有不可視聽的微妙運化之功。不但有微妙運化之功，而且確為真實。

自古及今，其名不去，以閱眾甫。

「閱」是觀看。「甫」是起始。這個混成一物的無名之樸，從古至今不變不易，以至於到無限的將來，仍不會離去。正因為大道能永恆不變，長久存在，所以能盡閱大千宇內無限事物的起始。

吾何以知眾甫之然哉？以此。

欲觀眾類之始，首先必體於道。因道的體性圓明，德的功能周遍。就本章大意可分三節：第一節是說道和德的關係是分不開的。道本無形，可由德的功用之中體驗。第二節是說道雖無形、無名，卻在恍惚杳冥之中，通過事物可以顯現，其妙用可證可信。第三節是說大道運化不息。正因為此，它才能盡閱萬物的起始。



第二十二章

曲則全，枉則直，窪則盈，弊則新，少則得，多則惑。

「曲」、「枉」是冤屈之意。弱己饒人，潛忍忿怒，忍柔委曲，自然周全己身，此是「曲則全」。「直而不肆」，「受辱不怨」，含冤受屈，自有伸展之日，如文王枉囚於羑里七載，終於成就周之大業。「恭敬一切」，虛心謙遜，不論遠近、貴賤之人，自然歸服於己，是謂「窪則盈」。守弊自修，方能日新而有上進。「道」為萬化之根本，只有一點，至簡至易，如求道者，可知萬物之性，曉萬殊之理。如妄追萬彙之繁，必然迷於歧途，如墜煙海。

是以聖人抱一為天下式。

萬物雖殊，皆秉道之一氣而生，故《周易·繫辭下》曰：「天下何思何慮。天下同歸而殊塗，一致而百慮。」古人曰：「得其一，萬事畢。」「一」是混元無極大道，在人身即謂一點虛靈不昧，在物則為自然之性體，即未散的一元之樞。因此，有道的聖人，常抱守自然真一的體性，而應於天下萬事萬物。

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。

含其明而不自以為是者，才是真正明白事理的人。不固執己見，其理必明。默默潛行，不炫耀己之有功，其功必能永存。雖有才能，但謙虛謹慎，不驕不躁，才是真正有才能的人。正因為他不與人爭，所以天下沒有人能爭過他。以上四點，是闡明「抱一」的道理。

古之所謂「曲則全」者，豈虛言哉？誠全而歸之。

「曲則全」一語，是古聖人之所言，並非虛言妄語。只要守真理，行正道，眼下委曲，將來能普行天下，全備己身。

第二十三章

希言自然。

陰陽造化之道的妙用，不牽強，不造作。在寂靜恬淡之中，自然而然，因時順理，「不言而善應；不召而自來；禪然而善謀」，是謂「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，而況於人乎？

天地的運化若正常而不失調，則陰陽平衡，晴雨適當，這是天地正常的自然之道。如陰陽失調，大旱大澇必作，定有暴風驟雨之異常。然而，大風、暴雨二者都不能長久。人若輕舉妄動，私欲過甚，悖戾多端，胡作非為，亦如飄風與驟雨而不得終朝與終日。

故從事於「道」者，「道」者同於「道」，「德」者同於「德」，「失」者同於「失」。

大千宇內的萬事萬物，其性雖通於一，但情狀不一，趨向各異，其結果亦殊。故有從於道的，有從於德的，更有從於失道失德者。

同於「道」者，「道」亦得之；同於「德」者，「德」亦得之；同於失者，失亦得之。信不足，有不信。

道雖虛無清靜，不施言令，但人舉心運念，從於道者，道仍以應之。德雖無為自然，無有賞罰施惠之動機，但人言談行事從於德者，德亦以應之。若人失道失德輕動妄為，雖用機智，以求治理，尚言教以彰法令，明玩技巧以求索，道則以失道失德而應之。在上者，對下民不體天地的好生之德，不懷真誠之意，而下民亦以此還報於上。

第二十四章

跂者不立，跨者不行。

腳跟不着地，是謂跂踵而立。邁着大步走，是謂跨行。此兩句是以人的「立」、「行」來闡明真常自然之道的要意。人站立時腳跟着地，身子不偏不倚，穩穩當當，自然平易舒服，可以久立而不疲，這是立的自然之道。如果腳跟不着地而站立，自感奇特有異於人，僥幸一時，卻失去了立的自然之道，必不能久立。人行走時，步子大小，隨着自己的足力，一步一步前行，自自然然，不勞不累，雖久行而不怠，這是行走的自然之道。如果不根據自己的足力，邁開很大的步子向前奔躍，自感快速，卻脫離了行走的自然之道，必不能久行。

自見者不明，自是者不彰，自伐者無功，自矜者不長。

固執己見者，是不明大理。以己為「是」者，是偏執一方，其「是」不可彰顯於眾。稍微有點功勞就自居，常在人前誇耀自己，必不能成其大功。自覺比人長，總感了不起，並在人前傲慢者，其實這樣的人沒有什麼長處。

其於道也，曰餘食贅行。物或惡之。故有道者不處。

「餘食」即剩飯。「贅」是多餘。「行」，古多作形解。「跂立」、「跨行」、「自見」、「自是」、「自伐」、「自矜」皆非自然之道，而是故意造作，是有為之舉，似同殘羹剩飯、多生之指頭，非但無用，而且有累。所以，有道德的人不去這樣做。

第二十五章

有物混成，先天地生。寂兮寥兮，獨立而不改，周行而不殆。

無形無名，無上無下，無頭無尾，無左無右，不變不易，不明不暗的虛無一炁，是為混成之物。它先於天地而早已存在，無始無終，無形無象，無聲無臭，不增不減，若亡若存，周流變化，永不停息。

可以為天下母。吾不知其名，字之曰「道」，強為之名曰大。大曰逝，逝曰遠，遠曰返。

它是「生生之本，化化之根」，是生天生地的始祖，眾生之父母，萬物的根蒂。我不知道它的名字，勉強把它叫做「道」。它無邊無際，故謂之「大」。它不斷流逝，故謂之「逝」。在九霄之上而不為高，在六極之下而不為低，故謂之「遠」。天地萬物都是切身所賴，須臾不可離，故謂之「返」。「道」是天地萬物的起源和始祖，但生物之後，它仍涵於萬物之內。

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。

道與天地萬物並主而共存，故此謂「道大、天大、地大、王亦大」。「王」者，一國之主也。人為萬物之靈，王為萬人之首。人因與物均有私情，故應取法地之至公的自然之德，地應取法天無不覆的無為之道，天應取法大道虛無清靜的真一體性。道本自然，「無為而無不為」。



第二十六章

重為輕根，靜為躁君。

行為狂妄是謂輕躁，姿情縱欲是謂飄浮。輕以重為根本，躁以靜為主宰。

是以君子終日行，不離輜重。雖有榮觀、燕處，超然。

行軍以車載戰械與軍餉者為「輜重」。因此，有道德的君子仁人，應事接物，一言一行，必守重靜，常率其性，猶如行軍運載着戰械與軍餉的車一樣，不敢輕躁妄動。「榮觀」、「燕處」是指聲色、貨利、榮貴、宴樂的勝境，此境最易使人失性動心。有道的君子遇此境，皆超然不顧。

奈何萬乘之主而以身輕天下？輕則失臣，躁則失君。

君子仁人，處事接物尚且不可輕舉妄動，理萬民之生息的萬乘大國君主，豈能輕舉妄為，恣情縱欲，貪享世情？

第二十七章

善行，無轍迹；善言，無瑕謫；善計，不用籌算；善閉，無關楗而不可開；善結，無繩約而不可解。

此章之意是借「善行」、「善言」、「善計」、「善閉」、「善結」五者來申述體道的聖人無為自然、潛移默化的特徵。有道的聖人，在處事接物、言行舉止上，應因時順理，自然而然，至簡至易。當行則行，是謂「善行」。當言則言，謂之「善言」。有道的聖人，因明瞭事物自然之理，不執己見，雖言而無弊病可謫，此謂「無瑕謫」。以道待人者，眾人必群策群力，為其效力而不計其利，事事物物，均有條有理，是謂「善計」。孟子曰：「固國不以山谿之險。」以道治國，人皆體德，則「路不拾遺，夜不閉戶」，此謂「善閉，無關楗而不可開」。接物必以道，如離道而求於人和者，相似以繩索捆約，終於不固而離散。以道接物者，雖千里之外必應之，是謂「善結，無繩約而不可解」。

是以聖人常善救人，故無棄人。常善救物，故無棄物。是謂襲明。

因此，有道的聖人，視物與我同體，視人與己同心，雖有物人不如己者，卻無分介之意，無厭棄之心，故以常善救助於人，救助於物。這是以己之明誘導人物仍以為明。

故善人，不善人之師；不善人，善人之資。不貴其師，不愛其資，雖知，大迷，是謂要妙。

舉心運念符合於道者，是謂善人。言行舉止，背道徇私者，是謂不善人。所以，不善人常以善人為師，導己為善。善人如沒有不善人，何以稱善？所以，不善人又是善人的資本。不善人，如不尊重善人以戒除不善，善人若因己之善而厭棄不善者，那就必形成兩個極端。以己為有知於人者，是為最糊塗的人。



第二十八章

知其雄，守其雌，為天下谿。為天下谿，常德不離，復歸於嬰兒。

「知」是通曉。「雄」是剛健。「雌」是柔弱。「谿」是低下。剛健勇為的本領，能克敵制勝，但若肆意剛勇，貪於妄進，則必遭天下厭惡。既知如此，應持守柔弱不爭，虛心謙下，猶如天下低的溪澗一樣。這樣，人身本來的自然常德才不會脫離，人的本性才能復歸於初生嬰兒一般。因此，老子所講的柔弱雌靜，其中含有剛健勇為的意思，而不是純粹的懦弱。

若將此道用於修身方面，就是道家提倡的最為基本的「性命」雙修要旨。「雄」引喻為人身的神，神性剛健輕浮躁進，奔馳飛揚於外（思念情妄）。欲得長生，必收視返聽，迴光返照，凝神「入氣穴」（意守丹田），這是「知雄」、「守雌」的要妙。如此煉之日久，人身的法輪自然常轉，百脈自然調諧，眾邪不侵，百病不生，萬魔自消，人身的常德自然可以永保，此謂返老還童之道。

知其白，守其黑，為天下式。為天下式，常德不忒，復歸於無極。

「白」是知見，聰慧。「黑」是昏暗，愚昧。「式」是楷模，法則。「忒」是差錯，變更。「無極」是事物的元始，含有無窮的生發之機。

通曉事物情理的銳敏智慧之人，不可炫露耀物，宜於內含自守，這和本書在第二十章中

說的「俗人昭昭，我獨若昏，俗人察察，我獨悶悶」以及第四十一章中所說「明道若昧」和五十八章中的「光而不耀」意義相通。把這作為天下事物的楷模和法式，則人的自然常德不會有過失。

由此段文中，可以看出老子所說的愚昧，不是純粹的蠢笨無知，而是有其明而內含，外用其愚以自謙。

知其榮，守其辱，為天下谷。為天下谷，常德乃足，復歸於樸。

「榮」是富貴顯達。「辱」是貧困卑賤。「谷」是空虛謙下。「樸」是道之大全，混沌之始，一元之初，渾全未破的原質。

事物得時得理，如草木逢春，必榮貴顯達。事物常因榮貴顯達，高亢其上，驕肆於天下。這樣人要遭禍殃，榮貴不能長久。既知如此，在得時得理的榮貴顯達之時，作為天下的空谷，仍以卑下、自謙虛心待物，本來的自然常德才能充足不弊，復歸到渾全未破的原始、真樸之地，具有無限的生命力。

樸散則為器。聖人用之，則為官長。故大制不割。

「器」是具體的事物。事物最原始的真樸，似一根圓木一樣，它是各種形器的根本。它能大能小，能方能圓，能曲能直，能長能短。在破散成器之後，拘於具體的形器之內，它再不會有渾全之妙用。體自然之道的聖人，還淳，返樸，復歸於事物最原始的真樸之狀，不恃雄強而凌雌柔，不以明白而侮黑暗，不稱榮貴而欺辱卑賤，物我同觀，公而無私，所以謂之「官」。能主宰萬物，並為萬物之首領，所以謂之「長」。順物施化，不為而成，故為「大制」。不以小害大，不以末喪本，不執有為，不拘於形器之末，故為「不割」。

將欲取天下而為之，吾見其不得已。

「取」，治理。「為」，強作妄為。

不得已，是因任萬物之自然，不敢於物先，迫而後動的，不得不這樣做的意思。

將要治理天下這件事，據我看來應當以事物的自然之理，而不能肆意強作，背理妄為。如湯、武取天下，並非湯、武僥幸恃強，過分驕肆，貪功取勝，為榮貴而圖享樂，而是因桀、紂失道離德，塗炭生靈，民不聊生，在不得已的情況下才取治天下。孟子曰：「其君子實玄黃于筐以迎其君子，其小人簞食壺漿以迎其小人；救民於水火之中，取其殘而已矣。」所謂能如此深得民心者，皆因「不得已」而已。

天下神器，不可為也。為者敗之，執者失之。

「神器」是指天道人心。「為」是任意強行。「執」是把持的意思。

天下的生靈與萬民，皆有情感和意識，而非死物固體，最為靈感。所以，治國者不敢有絲毫僥幸強為的舉動。倘若有背理徇私，強作妄為之舉，就違背了生靈的自然之性，即有感應。如此，不但不能治理，反而愈治愈亂。事物是不斷地在大道中運化的，如天道的運行，有春生、夏長、秋收、冬藏，若專執一方，固守一隅，把持愈緊，反而愈失。

故，物或行或隨，或响或吹，或強或贏，或載或隳。

「行」是行之於前。「隨」是隨之於後。「响」是溫暖。「吹」是寒涼。「強」是剛強。「贏」是劣弱。「載」是安載。「隳」是危殆。

此段是進一步申述「天下神器，不可為也。為者敗之，執者失之」的道理。若不順任自然，而強行妄為，欲僥幸強行於前，那有隨之於後者，必厭而棄之。僥幸前行者不能久執，又因此反之於後。我欲响而溫暖，寒涼者必厭而棄之，有意的溫暖，又因此不能固守。我欲剛強於物者，羸弱者必厭而棄之，人為的剛強又因此不能久持。我欲安載於物者，危殆者必厭而棄之。有為的安載不能久在，又反之於危殆。由此，可以說明強行強為的前行、溫暖、剛強、安載是擾物之性，亂人之德的。也說明強行執持，不但不能固守，反而會變為後隨、寒涼、羸弱、危殆。

萬物皆因自性，各隨其形，適其所用，咸自然也。如陽性物剛躁，善行於前，陰性物柔靜，好隨從於後。獅、象居於熱帶而喜溫暖，北極熊生於寒帶而好寒冷。虎豹性烈好強而剛戾，羚羊性柔喜靜而慈善。牛馬體重喜安處於平地，猿猴體輕好玩在樹梢。

是以聖人去甚、去奢、去泰。

「甚」是過分。「奢」是過費不節。「泰」是平安無擾。

體現自然之道的聖人，深知宮中多怨女，世上多曠男，一人貪貨利，眾人遭貧窮，泰然享豪華，萬民有禍殃，所以不貪求分外的聲色，而能拋棄不義的貨利，不貪過分的豪華，循自然，務真誠，守本分，順天道，符人情，故無敗失之患。



第三十章

以道佐人主者，不以兵強天下，其事好還。

「佐」是輔助之意。「強」是強行壓制。

為臣者，要順天理，體民情，以自然之道，輔助人君治國理民，不可專尚武力，濫用兵革。孟子曰：「威天下不以兵革之利。得道者多助，失道者寡助。寡助之至，親戚畔之；多助之至，天下順之。」即是此意。作人君者，以道正心修德，國綱定會大振，上下定能同心同德，天下自然太平，萬民自然康樂，生靈自然不遭殺戮。倘若專尚兵革，橫暴強行而威鎮天下，必然無形中失去天地之和，擾亂生靈自然之性，人心背離，天下共怨，激起對方以兵力還報。常言道：「你有殺人之刀，逼起了他射人的箭。」試觀天下每次大亂，干戈四起，你還我報，一來一往，互相殘殺，皆因不以道治國，而由恃兵逞強所致。

師之所處，荊棘生焉，大軍之後，必有凶年。

「師」，軍隊。「荊棘」，有刺荊的灌木。

因興兵革，奪良民事農之力，服役於戰禍之中，干戈騷擾，庶民不能安居樂業，農事必廢，田園荒蕪，荊棘叢生。在震撼山嶽的殺聲中，無數軍卒傷亡，其隱惡含嗔之氣蕩於太空，留下的父母妻子無瞻無依，其傷感悲痛之情，號啕於人間。天人共怨，萬姓同誅。軍隊所過之

處，飛鳥不下，獸鋌亡群，國民饑饉，盜賊叢生，瘟疫流行，妖孽橫生，怪異滋起，故曰：「大軍之後，必有凶年。」

故善者，果而已，不敢以取強。

「果而已」，勝後即收兵。

既知興兵師，動干戈，遭天人共怨，萬姓同誅，那麼，在橫暴愚頑禍國殃民之時，鄰國恃強侵擾國土之際，不得已而用兵，戰勝之後，應立即停止戰爭。雖戰勝了，但卻不敢恃強多殺。

果而勿矜，果而勿伐，果而勿驕，果而不得已，是果而勿強。

「矜」，逞能。「伐」，自誇。「驕」，傲慢。

征戰成功，再不可以逞能、自誇、驕傲，而應該認為是這些橫行霸道、禍國殃民的愚頑之徒逼得我們不得已才這樣做。

物壯則老，是謂不道，不道早已。

物壯大了，超過了限度，就要趨向於枯老，這就失去了柔和自然之道。如失去了柔和自然之道，那正是滅亡的前因。

此章經義涉及於養生。人君者，是喻心。天下者，是喻身。人素日應懷念仁慈，潛忍忿怒，以柔和誠意而輔之於心，言行舉止，不可狂妄粗暴，如此這般不求長生而自長生。相反，如為求其生而喜怒哀樂過甚，舉止蠻橫粗野，便似用兵力強制一樣，必然無形中促使心情躁動，百脈不調，疾病來攻，有不幸還報於身。每當劇烈地舉心運念之後，渾身感覺不快，就是本章中所講的「師之所處，荆棘生焉，大軍之後，必有凶年」等喻。

夫佳兵者不祥之器，物或惡之，故有道者不處。

「佳」是優、好的意思。

精銳的軍隊和快利的兵器，是殘傷生靈的凶械，天下人無不厭惡之。有道德的仁人君子，以道輔國，無為服眾，而不主張持佳兵利器強天下。

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，恬惓為上。

「左」是取坐左邊，左邊是向東方，東方屬木，是草木逢春生長的一面。古人常說的「左青龍」是萬物吉祥之意。「右」是西方，西方屬金，是草木臨秋凋零的一方。古人常說的「右白虎」是萬物凶殺之意。

以兩臂言之，左臂謙讓柔和為善，其用力柔弱，不如右臂，以喻君子以道處事尚文。右臂強壯得力為惡，其用力剛健，強於左臂，喻小人處事尚武。

「恬惓」是淡然之意。

有道德的仁人君子，坐時貴的是萬物呈吉祥而有生氣的左邊，用兵貴的則是草木凋零而有殺氣的右邊。天下皆知兵不是吉祥之器，在不得已而用之，不能把用兵這件事看得太重要。

勝而不美，而美之者，是樂殺人。夫樂殺人者，不可得志於天下。

有道德的君子，因不得已而用兵。雖戰勝敵人，但因殺人甚慘，故不以戰勝為美。若把戰勝當作美事，就是以殺人為樂，以殘生為快。樂於殺人的人，不會深得民心，不能使天下人志願歸服。

吉事尚左，凶事尚右，偏將軍處左，上將軍處右，言以喪禮處之。殺人眾多，以悲哀泣之，戰勝則以喪禮處之。

上古從朝廷至下民，大凡吉祥善事的行禮儀式均以左邊為上，喪禮凶事均以右邊為上。打了勝仗慶祝戰績，這是一件可賀的事。把上將軍置之於右，是因為殘殺生靈，擾害百姓，損兵折將之故，所以這裏是按凶事喪禮的儀式處理的。

人有好生之德，君子仁人更有惜卒愛民之心，他們必然為此傷感悲痛。由於這個原因，戰勝了才按喪禮的儀式處理。

道常無名。樸雖小，天下不敢臣。侯王若能守，萬物將自賓。

大地是隨從天道春夏秋冬四時運化而才有生長收藏之功。朝中大臣是服從君主的，妻子是隨從丈夫的。地、妻、臣此三者均非主宰的倡導前行之道，皆是被支配者。太古之初，混元未破，恆常自然者，雖然微細而無具體名象可稱，但為宇宙萬象的主宰，誰也不敢把它當隨從者任意支配。侯王倘若守道，四海自然賓服，天下自然太平。

天地相合，以降甘露。人莫之令而自均。

「甘露」，及時而甘美的雨露。

天地不相交，陰陽不相合，大旱大澇必作，飄風驟雨必至，天災必來，萬物必殃。天地交，陰陽合，必降甘露，滋潤群生，五穀豐登，萬民康樂。

在修養方面，人若清靜無為，恬淡自然，無私無欲，心安理得，身內陰陽二氣自然交會，百脈暢通，口內甘美之津液自然產生，滋潤百骸。

始制有名。名亦既有，夫亦將知止。知止所以不殆。

天地間的自然萬物形成之後，均要按事物的類別特徵安名立字，提舉綱紀與科條彰示於外，以其尊卑、高下、先後、主次的次序而定法度。這些綱紀、科條、法度、典章，不過是事物的形式之名而已。倘若以這些形式之名伸張教令，是忘本逐末，不但不能大治，反而會擾亂事物之名。故應遵守柔和的自然之道，避免危殆。

譬道之在天下猶川谷之與江海。

「道」之在天下，猶如大海一般，處於最下，無所不納，無所不容，千萬條江河皆流注於它。有道的聖人像大海一樣，天下萬民無不願歸服於他。人若能心如明鏡，性如大海，一念不起，則天地之氣必然來聚，日月精華自然來會，自然氣足神旺，益壽延年。

知人者智，自知者明。

能知人之德才，察物之體性正邪是非者，只能算作睿智，而只有瞭解自己德才體性過失的人，才算明白。

勝人者有力，自勝者強。

能勝過別人的人，不過是強壯有力。只有能主宰和控制住自己的人，才是真正的強者。

知足者富。

體道返樸，方能澹泊自安，寡欲自守。只有知足知止，才能常感富裕滿足。

強行者有志。

在正確的道路上，能堅持不懈，始終如一，逢千磨能自強不息，遇百難能頑強拚搏，這樣才算有志。

不失其所者久。

富貴是可居之地麼？否！「富貴而驕，自遺其咎。」財貨是可止之所麼？否！「金玉滿堂，莫之能守。」然則究竟何處是長久之地，應止之所？唯獨虛無之妙道，天地之正氣，人倫之大德也。

死而不亡者壽。

體道之士、正人君子以應天理為常德，以順民情為心志，在心性上唸唸存誠而不妄，在言行上動止合義而不狂。為國效忠，於生靈有益，形體雖死，其功績永不磨滅，如此可謂「死而不亡者壽」。

此章以自然之道，闡述了養生修煉過程的六步功法：

一、不可外露機智，追逐物情，而應時時檢點素日的言行舉止，是否違道失德，舉心運念，是否有邪思妄為。

二、心地若動，一念不純，持行敷衍，有一事不正，應立即改正，似同斬鋼削鐵。為降念定心、凝神、入靜的主要功法。

三、修煉者必須看淡世情，視功名貨利為身外之物，知足知止。身雖貧困，但性體不虧。

四、千磨不退志，百折不回心，固守勿失，堅強不屈，至死方休，久持不懈。

五、天上地下唯道獨尊，大環宇內唯德最貴，唯有修道建德，復我本來的真本性才是應止之所，長居之地。

六、待成正果，與太虛同體，與造化同壽，與天地為一。形神俱妙，與道合真。形質雖化，性體永存。



第三十四章

大道泛兮，其可左右。

大道廣泛流行，無所不至，無所不達，無所不遍。它可左可右，可上可下，可順可逆，在方為方，在圓為圓，向無定向，形無定形，任其物性，順其自然。

萬物恃之以生而不辭，功成不名有，愛養萬物而不為主。

它生化萬物，創造世界而不推辭，作出巨大成就而不自以為有功，養育了萬物而不加宰制。

常無欲，可名於小，萬物歸之不為主。可名於大，是以聖人終不為大，故能成其大。

它不求名利，無私無欲，可稱它為「小」，萬物歸附於它而它自不以為主。稱它為「大」，由於他從來不自大，所以能成就其偉大。

第三十五章

執大象，天下往。往而不害，安平泰。

「大象」即道。因道大無法比擬，故假借「大象」描述。

倘若能執守修持無與倫比的自然之道，天下的品物萬類，「不言而善應；不召而自來」，無不賓服與歸往。不僅一一歸往與不相害，而且能平安康泰。

樂與餌，過客止。

利欲的美色、動聽的音聲、爽口的厚味、香鼻的肴饌，不過只能引人注其耳目，快利口鼻，猶如過客暫且逗留一時。

道之出口，淡乎其無味，視之不足見，聽之不足聞，用之不可既。

唯有純粹、素樸、清靜、無為的自然之道，雖淡而無味，視而不見，聽而不聞，但它的功能及作用是無與倫比的，任何事物是達不到的。

第三十六章

將欲歛之，必固張之。

「歛」是合攏，收縮。「張」是放開。如果將要收縮合攏，則首先要張開放大。如白起藉趙括之攻勢，首先張開國境，以詐敗誘趙兵入圍，然後封閉國境，斷其後路，終使數十萬趙軍成為俘虜。

將欲弱之，必固強之。

如果將要削弱它，必須暫時壯大它。

將欲廢之，必固興之。

如果將要廢棄它，必須暫時興舉它。

將欲奪之，必固與之。

如果將要奪取它，必須在開始先給與它。如易牙為了取得君主的寵信，殺子煮肉獻於齊桓公，而桓公終餓死於圍困之中。

事物如此變化，並非有意造作以及人為的詐術，而是天地氣運在大道運化中有升沉變遷、消息盈虛之數。萬物興亡，成毀起伏，離合盛衰，自然而已。《素書》中云「盛衰有道」，「成敗有數」，「治亂有勢」，「去就有理」蓋是此意。

是謂微明。

「微明」是自然之道在事物中的微妙玄機。

《陰符經》云：「其盜機也。」《周易·繫辭下》中說：「知幾其神乎，……幾者動之微，吉之先見者也。」正如上文所列舉的彰著、顯明、已成的張開、強勝、興旺、給與者收歛。

柔弱勝剛強。

柔弱中隱含着潛在的剛強。謙讓柔和的君子，常勝過橫暴剛強的小人。

魚不可脫於淵，國之利器不可以示人。

聖君明王深知大道運化萬物的微明之妙，他們潛修密行，正性修德，削殘除暴，敬天愛民，不僅能平治天下，而且能保持身固命堅。

若將此「利器」彰示於天下，橫暴愚頑的小人得之，必徇私舞弊，相詐逞狂，貶正敗賢，不僅禍國殃民，賊害天下，而且會因此身敗名裂。

以「魚不可脫於淵」，引喻「利器」示於天下不但不能修齊治平，而且會導致傾覆敗喪。這好似脫了淵的魚一樣，非但不能生息，而且會枯死。

第三十七章

道常無為，而無不為。

清靜無為的自然之道，永遠不勞心力，順應自然，沒有任何私意造作和妄為，但天下事物，各有條有理，皆是道之所成。

侯王若能守，萬物將自化。

侯王如能持守此道，心地純一，真誠不妄，清靜自然，國自治，民自化。此段經義在本書第五十七章再作詳解。

化而欲作，吾將鎮之以「無名之樸」。

在順化過程中，如出現起不正之欲、逞狂作怪者，不必要採取任何其他辦法，仍以清靜、無為、真誠、自然、渾全未破的無名之樸而鎮之。

將此段經義用於養生方面，就是說在心底起煩惱妄想、情欲纏繞時，應立即遏制守靜。

無名之樸，亦將不欲。不欲以靜，天下將自正。

渾全未破的「無名之樸」，即是自然之道的體性。在人身，就是未被情欲鑿喪的先天本性，它沒有任何思欲和情妄，至為清靜、純粹。它是自然的，能鎮百邪，能調理一切紛亂。能持守這一體性，身自修，天下自然太平。

此章是《道德經》下篇的首章。上篇開宗稱「道」，下篇起首明「德」。「德」繼之於「道」。「道」有「常道」、「可道」之分，「德」有「上德」、「下德」之別。「道」與「德」的特性已述於前，此章只談「道」、「德」、「仁」、「義」、「禮」五者的關係。

上德不德，是以有德。

「德」源於「道」，通於「道」，其體性特徵亦同於「道」。「道」無形無象，含藏而不顯露，空虛而無迹象，卻無所不有，無所不在，無所不為，無所不成。生育天地，運行日月，長養萬物，卻不自恃、自彰。此種特性應之於人，則為「上德」。「上德」和「常道」一樣是內在的、實質的、無形的、自然的，而不是外在的、表面的、形式上的東西。因而，無形的「道」是大「道」，無形的內在之「德」是「上德」。這種非形式主義的「德」好像無「德」，其實真正的大「德」、「上德」。

下德不失德，是以無德。

純粹素樸，虛無自然，至誠不妄，無心作為者，是「上德」之特性。反之，有意作為，故意彰示其德，做了好事只怕別人不知道，這種外在的、形式上的、故意彰示的「德」，是謂「下德」。「下德」處處顯示為很有「德」，其實還算不上「德」。

上德無為，而無以為，下德為之，而有以為。

「常道」的體性是自然無為，體現「常道」體性的「上德」是無為的，這種「無為」不是有意的，而是自然的，此謂「上德無為，而無以為」。「下德」的有為不是無意的、自然的，而是故意的、有心的、非自然的，此謂「下德為之，而有以為」。

上仁為之，而無以為；上義為之，而有以為；上禮為之而莫之應，則攘臂而仍之。

純粹素樸，真誠無妄，自然無為的「道德」充實於內，仁義禮智自然顯之於外。道德是根本，仁義禮是枝末。事物無本，焉能有末？故黃石公《素書》曰：「夫道德仁義禮，五者一體也。……夫欲為人之本，不可無一焉。」此言「道」、「德」、「仁」、「義」、「禮」五者的關係是根幹與枝葉的關係。

出於自然，不是有心有意去為「仁」者，謂之「上仁」。

有分別，有果決，懲奸除暴，濟困扶危，順天應人，不徇私情者，謂之「義」。長幼有序，男女有別，父慈子孝，恭謹訥直者，謂之「禮」。

「上仁」繼之「上德」，是無為的。

「上義」繼之「下德」，是有為的。

以「上禮」的科條禮教約束人，無人應聲和履行，這時，不得不伸出胳膊用力拉拽，強迫人們去遵守。

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。

「道」是主體，「德」是作用，「仁」、「義」、「禮」是主體的作用的表現形式。如失去了「道」（主體）而再去講「德」（作用），相似失去了車馬而論引重致遠，是為空談。再如失去了主體之作用而去講主體之作用的表現形式，猶如樹木根幹已毀再求枝葉豐茂，豈非妄言！尤其講到表現形式「禮」的時候「道德」基礎已無，忠信已薄，禍亂由此而始，故曰：「而亂之首。」

前識者，道之華，而愚之始。是以大丈夫處其厚，不處其薄，居其實，不居其華。故去彼取此。

「道」之本體貴乎斂華就實，守樸還淳。如持華去實，乃是愚昧的開始。

因此，頂天立地的大丈夫，能掌握本末之機，實華之要，還淳以復其厚，而不恪守澆薄；反樸以顧其實，而不炫識以求其華。因而，真正的進道修德之人應去其薄華，取其厚實。

昔之得一者：

「昔」指天地萬物的開始。「一」指先天的混元一炁，亦指陰陽平衡、和諧統一之特徵。未有天地萬物之前的混沌之初，是為先天的混元一炁，無上無下，無左無右，無大無小，無貴無賤，是謂混然一體，此謂「一」。

天得一以清。

天地萬物皆依次混然一炁而生，由一至萬，「降本流末而生萬物」。在陰陽始判，清濁兆分之際，輕清者上浮為天，重濁者下凝為地。因天得此「一」，故有日月星辰之運轉，春夏秋冬之交替，風雲雨雷之興作。天道運行，萬類自化，始終處於和諧有序狀態，一派清明之景，毫無混亂之象，此謂「天得一以清」。

地得一以寧，

先天混元一炁的基本特點，是陰陽平衡，和諧統一。由重濁之氣下降凝聚而成的地球，內有核、幔、殼三層，外分熱、溫、寒五帶，佈局嚴整，井然有序，自然運轉，平穩安寧。若陰陽不平，失去統一，必火山爆發、地震、山崩，災禍四起。只有得此「一」，方能不失常序，平穩安寧，此謂「地得一以寧」。

神得一以靈，谷得一以盈，萬物得一以生，侯王得一以為天下正。

《周易》曰：「神也者，妙萬物而為言者也。」又曰：「陰陽不測之謂神。」此「神」指陰陽二氣的功能及妙用。陰陽二氣交感，達到平衡與統一，是謂混元一炁，此「一」即「道」。「道」雖無形無象，卻生物生人，為「眾妙之門」。此生化之門至妙至靈，此謂「神得一以靈」。若陰陽不平，二氣不交，和諧破壞，則不能生物生人，妙靈之性亦必喪失矣。

「谷」即空谷。水止於平，道止於中。天道是背高就下，損餘補缺，自達平衡。谷若低凹之處，水自流來，自然充盈。谷所以能自然盈滿，全由「道」之平衡之理所致。

萬物由陰陽二氣合和而成，陰陽不合，不得統一，則萬物無由以生。孤陰不生，獨陽不長。只有二氣交感，合而為一，方能生出萬物。

侯王為天下至尊至貴者，此謂至上，而侯王常以「孤」、「寡」、「不穀」自稱，自認為至下。此至上與至下折中平衡，達至中平，此謂「一」。至高無上的侯王若能出之於言，踐之於行，自然無為，柔弱謙下，不貪財貨，不施暴政，以百姓心為心，以愛民為至上，則必為萬民擁護，四海賓服，天下太平，百業興旺，風氣淳正。

其致之：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，侯王無以貴高將恐蹶。

以上的「清」、「寧」、「靈」、「盈」、「生」、「正」，皆由混元一炁的平衡統一原理所致。相反地，若天不能保持「清」，則必然會紛亂破裂；地不能保持「寧」，則必然爆發火山地震；神不能保持「靈」，必然喪失靈妙之功能；谷不能保持「盈」，必然自行枯竭；萬物不能生長繁衍，必然衰亡絕滅；侯王不能保持權勢和地位，就要垮臺。

故貴以賤為本，高以下為基。是以侯王自謂孤、寡、不穀。此其以賤為本邪？非乎！故致數與無與。不欲瓌璋如玉，落落如石。

「道」的體性是中平，所以貴必須以賤為根本，高必須以下為基礎。只有這樣，才能合「道」。

因此，侯王自稱為「孤」、「寡」、「不穀」，這不正是「貴以賤為本」麼？難道不是麼？其實，侯王這樣做，正是為了達到平衡，以合於「道」。

這和造車的道理一樣。車未造成時，各種零件亂七八糟，各自分立，自以為是，而在車造

成後，各種零件則同合於一車之中，共同起着運載的功能，其零件的長短、大小、高低、貴賤等差別全部消失於此車之中。

美玉本來是珍貴的，石頭本來是粗賤的。為了使兩者達到平衡與統一，使其貴賤相合於一體之中，我不看重珍貴華美的瓌璋之玉，亦不厭棄粗糙鄙陋的落落之石，而將它們平等看待，不分貴賤。

此章總旨在於說明萬事萬物皆分為對立的兩個方面，這兩個方面的平衡、合和與統一，可以得到好的、吉的結果。反之，若彼此分裂，陰陽不交，不能合和與統一，則必然得到壞的、凶的結果。

本章主要講了對立面合和統一的重要性。

反者，道之動。

宇宙萬物繁盛的反面——虛靜之處，含藏着無窮的生發動力，故《周易·繫辭下》云：「尺蠖之屈，以求信也；龍蛇之蟄，以存身也。精義入神，以致用也；利用安身，以崇德也；過此以往，未之或知也；窮神知化，德之盛也。」

現以十二月之卦象的運變為例，闡述這一規律：

十月，為至陰至靜之時，其卦為坤，其象為☷，六爻皆陰，是純陰之體。此純陰之體不能久留，必移於十一月。

十一月，雖為至寒，但一陽已生於下，其卦為復。復者，一陽來復也，其象為☱，五爻屬陰，一爻屬陽。所謂「冬至一陽生」，乃是此意。漸趨於十二月。

十二月，其卦為臨，其象為☱。臨即天地之生氣到來之意。由此漸移於正月。

正月，其卦為泰，其象為☰。泰者，通也，即天地生氣通暢之意，萬物草木皆應此而生。此時三陰三陽，陰陽相等，氣候溫平，所謂「三陽開泰」即是此意。天開於子為一陽，地闢於丑為二陽，人生於寅為三陽。「春」字三橫是表示三陽，中間透一「人」字，是取人生於

寅之意，下有一「日」字，是取日光普照才得春暖花開之意。春暖花開，萬物復甦，由三陽所致。天道運行，必移於二月。

二月，其卦為大壯，其象為☱。壯者，草木由幼弱至壯之意。此卦四陽二陰，陽大於陰，此為壯盛之意。漸移於三月。

三月，其卦為夬，其象為☱。夬者，決也，陽決陰也。只有一陰，陽勢強大逼決一陰之意。漸移於四月。

四月，其卦為乾，其象為☰。乾為純陽，是陽極之謂，此時萬物迅猛生長，達至極盛。物極必反，陽至而陰。在陽達至極之時，必然生陰，故至陽的四月必移於一陰的五月。

五月，其卦為姤，其象為☴。姤者，遇也，陽遇陰也。雖上有五陽，但下已有一陰漸生，事物發展的總趨勢已開始逆轉，向陰回復。漸移至六月。

六月，其卦為遯，其象為☶。遯者，退藏也，是陰漸長而陽漸退藏的意思。

七月，其卦為否，其象為☷。否者，塞也。此月雖是陰陽平衡之時，但生氣已閉塞，與正月相反。正月是三陰在上而漸消，三陽在下而漸長，七月則是三陽在上而漸消，三陰在下而漸長，此謂之否。

八月，其卦為觀，其象為䷓。觀者，看也，是陰氣顯著而大為可觀之意。

九月，其卦為剝，其象為䷖。剝者，落也，即萬物凋零、衰落之意。

十月，又復坤卦，達至純陰，萬物枯亡，生機已盡，但陰極必反陽，冬至一陽生，又會陽長陰消，進入下一週期。坤卦雖是純陰之體，天地萬物的生機均含藏於其中。

從以上事例可以看出，萬物是在陰陽消長中，往來伸屈，周而復始地運化着，但繁盛的反面即虛靜之處，含藏着無限的生發動力，這就是「道」的運化規律。所謂「反者，道之動」，蓋是此意。

弱者，道之用。

事物的運化是向反面趨移，是陰至而陽，陽至而陰，物極必反。

從這一運動的規律看，立足於冬，必走向夏；立足於夏，必走向冬；立足於晝，必走向夜；立足於夜，必走向晝；立足於盛，必走向衰；立足於衰，必走向盛。

同樣道理，立足於剛，則必走向柔；立足於柔，則必走向剛；立足於強，則必走向弱；立足於弱，則必走向強。只有立足柔弱，才能走向剛強。「合抱之木，生於毫末。」凡強大之物皆來自弱小。因而，只有處事柔弱、不爭、謙下，方可成就大事業，達到成功之目的，這就是「無為而無不為」。

天下之物生於有，有生於無。

「有」是指天地陰陽之有形象的事物。「無」是指無形無象的混元無極，即「道」。「天下之物」指芸芸叢生的億萬生靈。

天下芸芸叢生的億萬生靈產生於天地陰陽，天地陰陽來自混元一炁的無形大「道」。

本章主要講了自然界的辯證法。



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。

清靜無為的真常之道，視之不見，聽之不聞，搏之不得，空洞虛無，至為微妙，完全不同於凡見的萬事萬物。天性純全，未被後天機智情欲鑿喪的上等之士聞之，必能領悟其奧妙，躬身以行。天性半備的中等之士聞此道，雖能略知其中奧妙但較膚淺，半信半疑，因而若行若止，顧慮重重。下等之士，其天性全被七情六欲、機智巧詐蒙蔽，不知進道修德，只想貪享世味，追逐名利，其心其行，背道而馳。因而，他們聞知恬淡無為的大道，根本不屑一顧，甚至嗤之以鼻，哈哈大笑。如果不被這般人嗤笑，就不足以顯示它的重大意義了。

建言有之：明道若昧，進道若退，夷道若類，

關於上士聞「道」的勤行、下士聞「道」的大笑，於此立言明示：

明瞭大「道」的人，不露鋒芒，含藏內斂，不尚機智，庸庸愚愚，似無所知。對大「道」有進向的人自然無為，潛默自修，闔然自養，事事不敢為天下先，處處以為己不足。講「道」之人，言行舉止，平常自然，於眾生同處，而絲毫不出風頭，無異常人。

上德若谷，大白若辱，廣德若不足，建德若偷，質真若渝，

「無為」之德，謂之「上德」，「上德不德，是以有德」，因而，廣大之德，亦如空谷一樣，不見其德。大白妙道之人，修內而忘外，不擇貴賤，不介是非，忘其尊卑，居下而自安。有大德的人，謙虛自慎，常常感到自己德不足。建德之人，雖積德已厚，卻自以薄處。天真純素，真誠不妄之人，內心雖樸實敦厚，外貌如素體，可隨方就圓，順五色而變。

大方無隅，大器晚成，大音希聲，大象無形，道隱無名。夫唯道善貸且成。

端方正直的人，雖坦然大公，堂堂正正，卻似一大中至正之圓，無稜無角，不傷害他人。成大器的人，無不經受長期磨煉，艱苦奮鬥。姜尚直至八十餘歲才輔助文王、武王滅紂興周，大展宏圖，功勳卓著，此乃「大器晚成」的典型例子。大「道」「聽之不聞」，猶「視之不見」，因而最大的聲音是無聲，謂之「希聲」。「道」無形象，「視之不足見」，因而最大的物象是無形之象。

虛無自然的真常之道，隱含在天地萬物之內，無名象可睹可聞，此謂「道隱無名」。大「道」雖無形象，下士聞之而大笑，但只有「道」善於輔助，萬物才得之以成。

道生一，一生二，二生三，三生萬物。

無極太空生出一氣，一氣分出陰陽二氣，二氣合和生出中合之氣，陰、陽、和三氣生出自然萬物。

這是宇宙起源論，指出三氣由虛空生出，萬物由三氣生出。

萬物負陰而抱陽，沖氣以為和。

自然萬物雖千差萬別，形態各異，但它們都由陰陽二氣合和而成，都包含着陰陽兩種物質因子，包含着內在的矛盾。這兩種相反而矛盾的物質因子是互相補充、彼此和諧的，它們是對立統一的。

陰陽二氣的妙用在於和。

人之所惡，唯孤、寡、不穀，而王公以為稱。故物或損之而益，益之而損。

常人最厭惡的是「孤」、「寡」和「不穀」，而至為尊貴的帝王卻自稱為「孤家」、「寡人」，這是虛心謙下，上下取和之意。事物常以謙下損己而得益，以尊貴益己反招禍。為人謙下，則受益不淺；高傲自大，必有損於己。

人之所教，亦我義教之。強梁者不得其死。吾將以為教父。

古之以此道理教化人們，教人戒驕戒躁，謙讓居下，忍辱仁柔，我也以此而教之。

橫暴強梁之人，仗權勢，施淫威，傷天害理，他們必自種惡果，成為眾矢之的，不得好死。我將以此為鑑鏡，作為教育別人的根本。

第四十三章

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

遍滿太空的真空妙氣，雖至虛至柔，卻可馳騁天下，滲入任何緻密而堅硬的物體，在裏面自由出入，穿來穿去。我由此可以類推，「無為」也和這種無形之氣一樣，可以無所不至，無所不為，無所不成，收到特殊的效果。「道」不言而教，不令而從，無為無造，無形無象，然而，它的功能是天下任何事物不能期及的。



第四十四章

名與身孰親？身與貨孰多？得與亡孰病？

虛榮和身體相比，那個最親？身體和錢財相較，那個最多？得到名利卻命喪黃泉，那個是「病」？

是故甚愛必大費，多藏必厚亡。

貪圖名利之心愈甚，勞人身心、耗人精氣愈多。不義之財積藏得越多，招禍身亡的危險性越大。

知足不辱，知止不殆，可以長久。

名譽錢財皆為身外之物，人不可沒有它們，但取之有道，得之有理，享之有量，不可貪之過甚。只有知道滿足，才不會遭辱身之禍，只有適可而止，才不會遭亡身之災，而可以平安無事，免遭禍殃，壽益天年。

第四十五章

大成若缺，其用不弊。大盈若沖，其用不窮。

生萬物、成萬物者，是氣化的自然之道，然則無形無象，猶若缺然不足。充滿宇宙的自然元氣，好似真空一樣，但它可生物生人，妙用無窮無盡。

大直若屈，大巧若拙，大辨若訥。

真空妙氣，生育成就萬物而不存私，最為正直。然而它卻因物順物，不與物爭，好似受委屈一樣。天地間飛禽走獸，品物萬類，千姿百態，精巧無比，它們無不由「道」雕琢而成。然而「道」無為無造，好似笨拙者一樣。天道運行，四時成序，寒暑往來，晝夜交替，極有規律，一清二楚，然而它卻一言不發。

躁勝寒，靜勝熱。清靜為天下正。

寒與熱即陰與陽，它們是兩種相反的能量，陽動陰靜，作用功能截然相反。然而，人急走或奔跑可以戰勝寒冷，安靜下來則可以克服暑熱。由此可知，陰陽二端，各有所偏，相勝相負，皆非大中至正的自然真一妙道。只有清靜無為的虛無大道，體性圓滿，中正不偏，是謂天下之正道。

第四十六章

天下有道，卻走馬以糞；天下無道，戎馬生於郊。

恬淡無為的自然之道行於天下，各國必安守本分，無爭無戰，和平相處。馬亦守其本分，事農耕田，引重致遠，為正常的人生效力。

天下無此無為之道，人失其常，物棄其分，各國必爭城掠地，互相攻伐，互相殘殺，戰火不息。馬亦棄分，長年作戰於郊外。

罪莫大於可欲，禍莫大於不知足，咎莫大於欲得。

所有這些興兵動戰、傷殘百姓的罪惡，皆由私欲過甚、貪得無厭引起。因而，災禍沒有大於不知止足的，罪過沒有大於貪得無厭的。

故，知足之足，常足矣。

所以，只有具有知足之心的人，才會經常感到滿足，而不去侵奪別人，避免咎禍和罪過。

第四十七章

不出戶，知天下；不窺牖，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。

有「道」之人，視天下人之身亦我之身，天下人之心亦我之心。我之所惡，天下人亦必惡之；我之所好，天下人亦必好之。雖不出門，而返觀我之身心，則天下人之身心盡知矣。

橫暴強梁，我之所厭而棄之；柔弱謙下，我之所愛而好之。強梁橫暴者不得善終，柔弱謙下者必獲吉慶，此乃自然之理。知此道理，不窺窗外，亦可知此乃天道矣。

大千世界，複雜萬端，變幻無窮。若捨己而外索，追逐事物的外在之末，捨己求外，忘本逐末，則走得越遠，懂得越少。所以，立足自身，抱其根本，是為至要。人是一小宇宙，天地是一大宇宙。不知小宇宙，焉知大宇宙？不知自我，焉知外物？

所以，聖人不必走得很遠就可知道物我之情，不必事事經歷就可明曉物我之理，不必強作妄為就可達到成功。

本章主旨在於強調調人的認識應首先立足於自我，只要返觀內照，認識了自己的一切，就可明曉外物之理。「自我」是第一認識對象。

第四十八章

為學日益，為道日損。損之又損，以至於無為。無為而無不為。

常人為學，旨在積累知識，日積月累，其知識量亦日益俱增，乃至博學多才。

與此相反，修道的人則在不斷地剔除雜念，減少思慮，以至達到一念不起、性體圓明、自然無為之境界。達此境界，則心若明鏡，亦若皓月，對天地萬物的微妙玄理，無不洞觀普照。

取天下常以無事。及其有事，不足以取天下。

同樣道理，治理天下的君王，仍須以「無為」為本，少私寡欲，不施苛政，不動兵戈，持以無事。若貪欲過甚，妄施機詐，亂施淫威，壓迫人民，則必遭人民反抗，天下紛亂，難以治理。

第四十九章

聖人無常心，以百姓心為心。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。

有道的聖人，他們無私無偏，不固執個人之見。他們大公無私，不貪名利，而以百姓之心為己之心，以萬民利益為至上，能熱愛百姓，處處為百姓着想，先天下之憂而憂，後天下之樂而樂。

對萬民百姓、善良的人，我以善心對待之。不善良的人，我也以善心對待之。這樣，可使不善者轉變為善者，使人們同歸於善。對於信實之人，我以誠信之心對待之。對於不信實的人，我也以誠信之心對待之，使不信實的人，轉變為信實之人，使大家同歸於忠誠信實。

聖人在天下慄慄，為天下渾其心，百姓皆注其耳目，聖人皆孩之。

「慄慄」是恐懼。

聖人在天下處處謙虛謹慎，含藏內斂，不露鋒芒，與萬民和光同塵，不論尊卑，不分貴賤，對大家一視同仁，平等看待，其心與萬民之心渾為一體。

常人多專注於耳目之見聞，限於個人之利益。聖人之心則如初生嬰兒之心，潔白純素，無私無欲，無執無偏，天性渾然純全。

第五十章

出生入死。生之徒十有三，死之徒十有三，人之生，動之死地，十有三。夫何故？以其生生之厚。

人生為出，死去為入。生來死去，新陳代謝，乃自然之規律。然而，人生死大致分三種情況：

- 一、順自然而生息，無病無災，享盡天年而亡的，十分中約有三分。
- 二、因先天不足，體質較差或生病傷殘而未盡天年，中途夭亡的，約佔十分之三。
- 三、因恣情縱欲，貪色好酒，追名逐利，生活奢侈，享受過甚，貪生過厚而夭亡的，亦佔十分之三。這第三類條件優越而夭亡是什麼原因呢？是因為生活條件太優厚了。

古代帝王生活條件最為優厚，而大都短命，就是這方面的突出例子。

蓋聞：善攝生者，陸行不遇兕虎，入軍不被甲兵。兕無所投其角，虎無所措其爪，兵無所容其刃。夫何故？以其無死地。

聞知精於養生之道的人，十分中只有一分。他們恬淡無為，少私寡欲，心地善良，體性圓明，物我一體，無所不容，大慈大悲，毫無惡念。由於他們德行極高，且有善良的精神信息感應於外，或因煉功已達上乘功夫，具有某種特異功能可以控制身外生命的意念及行為，因而他

們能陸行不與兕虎遭遇，入軍不被甲兵所傷。所以，兕牛用不上牠的角，猛虎用不上牠的爪，甲兵用不上他的刃。這又是什麼原因呢？是因為他們沒有致死的地方。

有的住在深山密林中而功夫很深的人，終年與野獸打交道，但從未受傷殘。

據《樓觀先師碑石》載，魏廢帝時，有張法樂隱居耿谷，樂道忘懷，「嘗有猛虎造室，恬然不顧，亦不加害。養奇禽千計，呼皆就掌取食，了無驚猜。」魏文帝時，真人陳寶熾，密行於樓觀，「抱負弘闊，人莫能窺，出入山間，時見白虎馴逐」，因此文帝招訪治理之道，並問馴虎之術，對曰：「撫我則厚，虎猶民也；虐我則怨，民猶虎也。何術之有？」自原始時代，人心淳樸，性體清靜，無念無欲，人與獸同居而互為相助，人無獵獸害命之心，獸亦無反傷人之舉。次後由於人的情欲動、貪心起，欲獵獸以滿口福，於是禽獸與人結下了不可解的怨仇，故始有人害獸而獸傷人往還之報。這是一種精神信息的感應現象，並無神秘之處。

第五十一章

道生之，德畜之，物形之，勢成之。是以萬物莫不尊道而貴德。道之尊，德之貴，夫莫之爵，而常自然。

天地萬物無不由渾淪一炁的無極大「道」所生。

物之得於「道」者，便是「德」。含蘊滋潤，輔翼陶成者，皆是「德」之所蓄。

萬物由「道」生「德」（蓄）而後有其形體。

有形體後必由小至大，發育成熟，生殖繁衍。

萬物的生、長、成、藏皆由「道」和「德」造成，因而他們沒有不尊「道」而貴「德」的。「道」之所以尊，「德」之所以貴，是因為它生養成藏萬物並非有意作為，而是自然而然的變化過程。

故道生之、畜之、長之、育之、成之、熟之、養之、覆之。

化機滋暢謂之生，陰陽內含謂之蓄，晝夜變化謂之長，五氣潤和謂之育，體性完全謂之成，神全氣正謂之熟，保根固性謂之養，護其所傷謂之覆。萬物從無到有，由始至終，無不是「道」、「德」之所為。

生而不有，為而不恃，長而不宰，是謂玄德。

「道」生萬物，「德」蓄萬物，而不以為自有功。生化成藏皆是「道」之所為，而它卻不自恃其能，長養了萬物而不加宰制，這就是廣大深遠的至極之德。



第五十二章

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，沒身不殆。

宇宙間的萬事萬物有一個統一的、共同的起始，這個起始就是產生萬事萬物的本根。如果認識並掌握了這個本根，就可以理解由此而產生的萬事萬物。遵循這個本根的原則，終身不會有危險。

塞其兌，閉其門，終身不勤。開其兌，濟其事，終身不救。

「兌」為口，「門」為眼。虛無大道，無色無聲，無臭無味。色、聲、味、臭之有形有象者，皆非「道」之體性。若貪求色聲美味，追逐名利地位，逐末忘本，必背道失道，終身不可救藥。若清心寡欲，閉目塞口，不追逐這些身外之物而恬淡自養，積精累氣，固根抱本，則可延年益壽，終身不會有病災。

見小曰明，守柔曰強。用其光，復歸其明，無遺身殃，是謂襲常。

任何事物都是由小至大，由微而著發展而成的。只有謹察事物至微之原始，而不是忘本逐末，才算明智。柔弱謙下是「道」之妙用，它可制服任何剛強之事物，水就是一例。只有持守柔弱的人，才是最剛強者。柔能克剛，陰能勝陽，柔弱勝剛強。發揮內含着的光和熱，遇事有先見之明，就不會帶來危險和禍殃，這就是守本固根的「常道」。

使我介然有知，行於大道，唯施是畏。大道甚夷，民甚好徑。

使我深刻地領悟到了清靜無為之道的玄理妙用，我就以此去實行。然而我最擔心的是在實
行中走邪路。其實，清靜無為的自然之道猶如平坦的大路，很平坦，至簡至易，以此道治國必
然國泰民安。然而，常人因私欲太重，貪求享樂，每每妄為而背離了此道，卻好走繁難、艱
險、崎嶇之小道——邪路。

朝甚除，田甚蕪，倉甚虛。服文采，帶利劍，厭飲食，財貨有餘。是謂盜誇，
非道也哉。

朝廷的宮殿修得高大宏偉，精緻華麗，國民的精力、資力皆耗於此。

農民由於不能盡力耕作，延誤農時，田園由此荒蕪，年歲無收，以致民無積蓄，國無庫
存。然而，君王、貴族、豪門身着華美的錦衣，以風流耀顯於民，飽餐着高等飲食，耗用民
脂民膏，仗權位私積財貨，導致國民經濟危困，不自省悟，反認為他是萬民之主，是治國理民
者，其實不然。民視之如寇仇，是謂天下最大的強盜。

這樣做，是對「道」的背叛，絕非以「道」治國。如此必然遭到天道的懲罰，人倫的譴
責，天人共怨，萬姓同誅，自然走向滅亡。

善建者不拔，善抱者不脫，子孫祭祀不輟。

自然萬物，生滅興衰，無不處於時時變易之中，唯有大中至正的虛無之道「獨立而不
改」。以「道」的原則舉事立業，治國安邦，其基必固，不可動搖。抱此「道」者，可根深蒂
固，長治久安，無有失脫亡國之患。如此這般，可受到子孫萬代的敬仰、懷念、頌揚和祭祀。
修之身，其德乃真；修之家，其德乃餘；修之鄉，其德乃長；修之國，其德
乃豐；修之天下，其德乃普。

用「道」的原則修身，其德可以樸實純真；將此原則貫徹於治家，其德可以綽綽有餘；將
此原則貫徹到鄉，其德可以作為楷模；將此原則用之於國，其德可以使民心真樸，風氣純正，
路不拾遺，夜不閉戶；將此原則貫徹於天下，則可使純正之德普遍廣大，若皓月當空，無處不
照，使天下安定，萬國九州，和睦相處，相安無事。

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。

所以，我身因修此「道」，能心正意誠，神旺氣足，身康體健，以此觀他人之身，亦必同理；我家因修此道，六親和睦，父慈子孝，家業興旺，以此觀他家，亦然；我鄉因修此道，相親相愛，和睦相處，無爭無鬥，以此觀他鄉，同樣；我國因修此道，君正臣忠，民心淳樸，百業興旺，國泰民安，以此觀他國，無異。今道行天下，德遍九州，普天同慶，萬民安樂，以此觀未來，必然如此。

我怎麼能盡知天下會如此呢？就是用了以上「由近及遠，由此及彼」的類推方法。

第五十五章

含德之厚，比於赤子。毒蟲不螫，猛獸不據，攫鳥不搏，骨弱筋柔而握固，未知牝牡之合而股作，精之至；終日號而不嘎，和之至。

此章以「赤子」比喻修道之深、養德之厚的妙用。《莊子·逍遙遊》云：「藐姑射之山，有神人居焉。肌膚若冰雪，綽約若處子。不食五穀，吸風飲露。乘雲氣，御飛龍，而遊乎四海之外。其神凝，使物不疵癘而年穀熟。」又云：「將旁礴萬物以為一，世蘄乎亂，孰弊弊焉以天下為事！之人也，物莫之傷，大浸稽天而不溺，大旱金石流土山焦而不熱。」這是對得道之妙用的具體描繪。

得道之真人，氣足神旺，身體健康，冬天不冷，夏天不熱，入水不溺，入火不焚，體性純全，自我調控，邪魔不入，百病不生，體格柔和，動靜自如，元氣淳和，無思無慮，若初生之嬰兒。毒蟲見之不刺，猛獸見之不撲，惡鳥見之不抓。雖然骨嫩筋柔，握持卻很牢固。雖不知男女交合之事，陽物卻常勃起。這是因為他的元精、元氣、元神極為充沛。他終日哭叫而聲不啞，這是因為他先天元氣淳和之故。

知和日常，知常曰明，益生曰祥，心使氣曰強。

知道了陰陽平衡，元氣淳和，就叫做「常」。知道了「常」就叫做「明」。

為了長命而厚其生，欲人為地追求長生，愈達不到目的。只有自然無為，不貪生，不厚生，無意於長生，才能自自然然延長壽命。靜極生動，只有心靜下來，去除雜念，不想不想，元氣才能自行暢通，流經百脈。如果用意志支配精氣，必然破壞氣流的正常秩序，擾亂它的正常運行，這是「有為」，是人為的逞強，此乃煉功之大忌。

物壯則老，是謂不道。不道早已。

氣強硬，使肌膚強壯，然而物強壯了就要衰老，走向反面，這就失了中和之性——「常」，也就是背離了「道」。背離了「道」，不僅不能長生，反而會過早夭亡。

養生之道和處世之道，最宜謙下柔和。若心靜神清，其氣自然柔和深長。心不靜則意不定，意不靜則神不凝，神不凝，心必粗暴、強硬。氣的柔和及強硬，其根在心。

第五十六章

知者不言，言者不知。

太上混元無極大道，是天地之始，萬物之本，其妙用無窮，只可意會，言語無法表達，此謂「知者不言」。書不盡言，言不盡意，言語能表達出來的，是粗淺的、有形的事物之末，而不是微妙玄通的「天地之始」，此謂「言者不知」。

塞其兌，閉其門。

「兌」是口。「門」是眼、耳、鼻。既知「微妙玄通」始物之妙，言語無法表達，應「塞兌靜養」，《老子》首章提到「常無欲，以觀其妙」正是此意。天地之始，萬物之母，造化之機，口不能言，目不能視，耳不能聞，鼻不能嗅，故第十四章中說：「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。」

此段是教人要塞兌閉門，靜養天真，清靜六根，斷諸邪障。

挫其銳，解其紛。

「銳」，刀劍之鋒刃。「紛」，紛芸雜亂。

人因貪名逐利，自知、自見、自伐、自矜、自是，機智炫露，似同刀劍之鋒刃。與接為構，日以心鬥，互為交爭，致使靈臺不能清靜。修身者，必以不自知、不自見、不自伐、不自矜、不自是為首要功夫，含光韜輝，慎養天真。所謂「挫其銳」者，即是此義。

人因情欲過度，致使「憂苦身心，流浪生死，常沉苦海，永失真道」。日昏夜茫，無有頭緒，猶如攀籬縱橫交錯，紛擾束縛，元神不能自主。欲求解脫，何時解脫？「能屏眾緣，永除染着，外相不入，內相不出，於正念中，乃得五臟清涼，六腑調泰，三百六十骨節之間，有諸滯礙十惡之業，百八十煩惱之業，眾苦罪源，悉皆除蕩。」是謂「解其紛」。

和其光，同其塵。

「光」，智能、德行。「塵」，塵世、俗情。

此段是說修身者素日不可炫露己德，以己為是，應取「聖人無常心，以百姓心為心」、「方而不割，廉而不穢，直而不肆，光而不耀」，於眾物各自發揮，如同火照火，水入水，渾為一體，此乃「和其光」。不能樹己身而異於人，不能以己之高潔而棄醜陋，無人我之分，賢愚之介，打起塵勞，如土和土，此謂「同其塵」。

是謂玄同。

「玄」是深遠不測的意思。與物能「和其光，同其塵」，這才和深遠不測的無極大道同為體用了。

故不可得而親，不可得而疏；不可得而利，不可得而害；不可得而貴，不可得而賤。故為天下貴。

深遠不測的無極大道是混成一炁，本無內外之分，豈有親疏之別；本無左右之異，那有利害之論；本無高下之等，怎有貴賤之殊。無內無外，無左無右，無上無下，無有親疏、利害、貴賤的混元無極大道才是最為珍貴的。

以正治國，以奇用兵，以無事取天下。

「正」，端方、貞固。「奇」，詭詐、怪異。

此段經義是說執政者要遵循天道自然的規律，順從人間倫理常情，大公無私，端方正直治理國家。但用兵卻相反，要採用虛虛實實、聲東擊西的詭詐之術。要取得天下太平，須安分守己，不可妄生事端。《老子》第四十六章中說：「罪莫大於可欲，禍莫大於不知足，咎莫大於欲得。故，知足之足，常足矣。」天下大亂皆因不知足，以致妄生事端。要想天下太平，必須知足安分，不可妄生事端，擾亂庶民。只有這樣，人民才能安居樂業，四海寧靜，天下太平。

吾何以知天下其然哉？以此：

我為什麼能知道以無事能取得天下太平呢？就由以下根據才知道：

天下多忌諱，而民彌貧；人多利器，國家滋昏；人多技巧，奇物滋起；法令滋章，盜賊多有。

君王施政，令繁則奸出，禁多則民困。禁令繁多，必妨民事，使民不能盡其生發。民不能盡其生發，如束手手足，必然貧困，無法自拔。

「利器」者，指聖人以自我德行、智能遵循天道之自然，順人倫之常情，總國家之綱紀，持權柄治國理民。《莊子·胠篋》曰：「彼聖人者，天下之利器也，非所以明天下也。」他是說，聖人的德行、智能只可內含自修，使民潛移默化，而不可昭昭炫露。如彰示於人，那不仁者必竊之，致使上下顛倒，是非混淆，橫施天下，導致國家昏亂。

國民最宜同處在渾厚樸實的淳風之中。器機者，是民在生息中之所必需。《周易·繫辭下》說：「包犧氏沒，神農氏作，斲木為耜，揉木為耒，耒耨之利，以教天下，蓋取諸〈益〉。……服牛乘馬，引重致遠，以利天下，蓋取諸〈隨〉。重門擊柝，以待暴客，蓋取諸〈豫〉。斷木為杵，掘地為臼，臼杵之利，萬民以濟，蓋取諸〈小過〉。弦木為弧，剡木為矢，弧矢之利，以威天下，蓋取諸〈睽〉。上古穴居而野處，後世聖人易之以宮室，上棟下宇，以待風雨，蓋取諸〈大壯〉。」由此可知，從古到今，器械按民之所需而出於自然。因機智出，技巧生，非正常而並沒有實用價值的古怪奇物隨之滋生，民必棄常而務技巧，濫用資力，此謂「人多技巧，奇物滋起」。

教民內修道德，外行仁義，知天理之當然，曉人倫之常規，舉止皆符於天理人情，故《論語·為政》中說：「道之以政，齊之以刑，民免而無恥；道之以德，齊之以禮，有恥且格。」民如慎修之德於內，謹行仁義於外，根本不會違法亂紀。相反，人如內心失去道德，外無仁義之行，他就不怕犯法，法令愈嚴，相應盜賊愈多，此謂「法令滋章，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。

所以，體現自然之道的聖人，取法天地生長萬物的自然無為之德，不背理循私，而事事順乎天理，應乎人心，不作不為以感天下之眾。因此，天下之民眾皆安居樂業而自化，此謂「我無為而民自化」。人君戒除貪欲之心，不好事，不妄為，不求榮貴，不勞民力，不妨民事，民能盡力耕而食，織而衣，樂其俗，安其居，美其服，甘其食，豐衣足食，此謂「我無事而民自富」。能取法自然無為之道的清靜體性，虛心恬淡，自然而然，事事物物必順其條理，各得其所，各有所用，各有所適，鳥不教而自在空中飛，獸不馴而自在山上跑，魚不學而自在水中游，人自然父慈子孝，君正臣忠，此謂「我好靜而民自正」。

第五十八章

其政悶悶，其民淳淳；其政察察，其民缺缺。

治國者，應以自然、寬宏、沒有高下、貴賤、賢愚、榮辱分別之心，體天地無不覆載的自然好生之德，國民自然會得到妥善的治理。王弼曰：「言善治政者，無形、無名、無事、無政可舉，悶悶然卒至於大治。」此謂「其政悶悶」。民不知不覺各得其宜，各有所適，上下彼此不爭不競，而生活在淳樸厚實的渾化之中。又如王弼注曰：「其民無所爭競，寬大淳淳。」此謂「其民淳淳」。失去好生之德，政令煩苛，事事明察，物物檢點，榮辱不共，貴賤有殊，「立刑名，明賞罰，以檢姦偽」，此謂「其政察察」。而人民始感彼此有別，上下相隔，缺缺不足，此謂「其民缺缺」。

禍兮，福所倚；福兮，禍所伏。

宇宙間的品物萬類，雖然複雜萬端，其造化之機及運化規律，莫不過對立統一而已。

「禍」是難、凶害、災殃之類。「福」是吉、榮貴、昌達之類。無論那一類事物，它的變化規律是向相反的方向轉化。陰極生陽，陽極生陰，夏至後必移於冬，冬至後移於夏，周而復始，無有休止，人類亦是此理。人在貧窮時，與人相處態度謙恭，在事業方面向上奮發，其結果，人必輔助，事業必成功。貧窮雖是禍，可它無形中相攜着福。人若富貴，為人處事易橫蠻驕傲，對事業易輕率為之，久而久之，人必厭惡，而事業必敗。富貴雖是福，可它無形中隱含

着禍，故《老子》第九章中說：「富貴而驕，自遭其咎。」孟子曰：「生於憂患而死於安樂也。」亦與此意相通。社會變遷，仍遵循這一規律，猶如水向東流，一浪趕一浪，興了又向衰的一方轉化，衰了又隱含着興的因素。每個朝代在剛興盛時期，必內修道德，外施仁政，處處以國事生民為重，政通人和，事事得宜。待至日久，以得民富國強，執政者貪求享樂，以榮貴執權，驕肆於民，於是引起了人民的反抗，釀成天下大亂。所謂「禍兮，福所倚；福兮，禍所伏」即是此意。

南 貴善生福興成吉盈晝
極 夏熱明陽賢富正強榮



陰晦寒冬夜虧凶敗衰 北
禍死惡賤辱弱邪貧愚 極

孰知其極？其無正邪？正復為奇，善復為妖。民之迷，其日固久。

天地間一切事物就這樣成敗交替，陰陽相易，禍福相倚。這種轉化，或正或奇，或善或妖，是沒有定向的。正可以轉化為奇，善可以轉化為妖。常人對這種轉化原因，久已迷惑。

是以聖人方而不割，廉而不穢，直而不肆，光而不耀。

明瞭事物轉化規律的聖人，明知品德端方，心性清廉，處事正直，智能聰明，是善、是好、是福，卻不以端方、清廉、正直、聰明炫示於外，強加於人。聖人的品德雖然端方，卻不以端方妨害於人；雖然心底清廉，卻不以清廉剝傷於人；處事正直，卻不以正直撞擊於人；智能聰明，卻不以聰明炫耀於人，這正是「知其雄，守其雌，……知其白，守其黑，……知其榮，守其辱」，與萬物「和其光，同其塵。是謂玄同」的長生久視之道。

治人事天，莫若嗇。

「嗇」，儉約。

教天下之民遵循人倫的自然常情，六親和睦，長幼有序，上下慈孝，朋友有信，夫倡婦隨，勤躬耕織，以求衣食。使民各遂其生，互不交爭，安然相處，此為治人之義。虔誠謹儼，遵循天理，存心養性，不敢有絲毫傷天害理之心，是為事奉上天之義。常人以為治民和奉天是兩回事，其實不然，無論是治民或奉天均須以「嗇」。「嗇」是收斂神氣，儉約情欲，不敢見景忘真，肆意妄為。「治人事天」，莫過於此。

夫唯嗇，是謂早服。早服謂之重積「德」。重積「德」，則無不克。

「服」有注為身心佩服，須臾不離謂之「服」。常人行事，臨渴掘井，遇寒製衣，所以事被動。「治人事天」，雖以遵循天理，純全本性，收斂神氣，虔心真誠，但最起碼的，是預先身心佩服，嚮往須臾不離，行持不輟。只有這樣才會治人必靈，事天必應。預先身心佩服，久而行之，自然全其天地之大德。深積厚養天地之大德，不但能「治人事天」，而且可做到無所不克。

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。

「母」是根本。

積德深厚，不但可以做到無所不克，而且莫知其限量。重積德之妙用，不知其限量，而天下國家無有不在道德渾化之中。由此可知，治國之本是深積無有限量的渾厚之德。如具備無有限量的渾厚之德，必可長治久安，根深蒂固，任何力量也拔不掉，解不脫。

此章經義是說，無論治理國民或事奉上天，事先均須心地純一，真誠不妄，素養重積渾厚之德。以此為本，則民無不順，事無不理，國無不治，並能穩固長久。

第六十章

治大國若烹小鮮。

「小鮮」，小魚。

常言道，善於烹調者，可以治國。大國民眾，風俗有殊，三教九流，其旨各異。若一一檢點，必難辦到。有道之君，欲治者，不論大小，均以投之於釜，掌握好火候。不輕舉妄動，而能一心一意，文烹武煉，使火候不過、不及。先後緩急得宜，則魚雖熟，其形大小自然齊全，不會攪爛。治國者，如不知此道，恣情縱欲，妄用機智，其政察察，法令滋彰，猶如烹魚之在釜，不慎火候，胡亂攪動，魚肉不待熟而潰散，愈攪愈混，愈治愈亂。

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。

「蒞」當臨解。「鬼」，不務正業，禍國殃民的愚頑之徒。「神」，神通。

天地間一切事物由道生德蓄，故萬類無不尊道而貴德。聖君以清靜、虛無妙道、天地好生之德臨天下，治國理民，不但賢仁君子能盡其力，輔國安民，而且那些愚頑刁民不會興妖作怪，玩弄神通。這並非那些刁頑者沒有神通可耍，而是他的神通反於國民效力，其因何由？是因為有道可以一正壓百邪。若聖人以道蒞天下，視百姓如手足，愛萬民若骨肉，對生靈不懷傷

害之心，那些刁頑者在聖德感化之下，便不會胡作非為，擾國亂民。聖君體天地好生之德，亦不傷害國民。兩者均不傷民，其道同德合，同歸於大順。所謂「兩不相傷，故德交歸焉」，即是此意。

此章是說，以道蒞天下，仁者、不仁者、智者、愚頑者、正者、邪惡者，在聖德的感化下，其德互為交歸，互不相傷，同為國民效力。

大國者下流，天下之交。

天下大亂，每因大國恃其強盛，欲吞併四海，獨霸一統，擴張國土，有本錢凌辱小國，以致興兵動戰，萬民遭殃。欲得天下太平，首先大國、強國要主動安守本分，取法水性，去高就下，虛心謙讓。能以此交於天下，天下的國家必來投歸而相處。

天下之交牝，牝常以靜勝牡。

「牝」，陰性，主靜。「牡」，陽性，主動。

陰陽相交，陰性主靜，陽性主動，牝必能制勝於牡，這是天地陰陽相交的自然之理。

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。

既知陰以靜取勝，那麼大國就應效其陰靜處下之道。所以，大國以謙讓居下而交於小國，猶如牝以靜定勝於牡動，是以不勞而自益，不戰而自勝，天下小國近悅而遠誼，必四海賓服，如水東流而自歸於江海。小國本沒有威脅大國的力量，亦應安分守己，謙虛謹慎，安其小而從其大。本着真誠之心，以靜處下，必能取得大國的撫愛和庇佑。

故或下以取，或下而取。大國不過欲兼畜人，小國不過欲入事人。

所以，或因效牝靜虛心自下，取得小國投歸擁戴，或以安分居下而取大國的容納庇佑。總之，大國的願望不過是欲想小國都來歸順賓服，小國的願望不過是想不受大國、強國的侮辱欺凌，國土得以完整，百姓得以安寧，不被拋棄而已。

兩者各得其所欲，故大者宜為下。

如果大小國效法牝靜，虛心謙下，定能達到兩者的願望。但最適宜的是大國首先虛心謙下，對小國撫之恩德，視天下如一家，大小同等。天下安危，主要由大國決定。



道者萬物之奧。

「奧」，深，且含有妙運的意思。

清靜虛無的自然之道生出了天地萬物，天地萬物又深藏於此道之中。大在六合之外，小在粒米之間，可謂造化萬物之本始，生成萬物之根蒂，其妙用無窮無盡。

善人之寶，不善人之所保。

「寶」，珍貴之意。

「保」，保全、保持。

能深究大道之奧理，行大道之妙用，體用悉備者，可謂善人。天資愚蠢，行事蠻橫，背天理、逆人倫者，可謂不善人。凡善人，體道修之於身，行之於萬事，無一時不本道以為用。所以能為善人者，是以道為寶。不善人因不體道之妙用，時行不善而遭罪咎。臨罪咎而生悔悟，能戒除背道之行、離德之為，方可免去禍咎，保全身命，此為一義。又一義者，胡作非為的不善人，常賴寬宏大量的有道之人來保全他。

美言可以市，尊行可以加人。人之不善，何棄之有？

善人以道為寶，其言行必法於道。「道之尊，德之貴，夫莫之爵，而常自然。」美者，人入以有道德之言悅服，有道德的善言最為公平，人人悅服，故曰：「美言可以市。」善人之寶在道，善人必遵道而行。為善，故稱美。有道德的善言，不只圖善於己，當能公諸於眾。市者，聚眾以公平交易之場所。有道之行，人人必尊，故曰：「尊行可以加人。」《周易·繫辭上》說：「君子居其室，出其言善，則千里之外應之，況其邇者乎；居其室，出其言不善，則千里之外違之，況其邇者乎；言出乎身，加乎民，行發乎邇，見乎遠；言行，君子之樞機，樞機之發，榮辱之主也；言行，君子之所以動天地也，可不慎乎。」善人之所以為善人者，是因清靜虛無之妙道充實於內心，自然好生之德發行於外身，其言行必善美而尊貴。如人人皆如此，善人由何而說起呢？就因有不善者，才顯出善人。既如此，人之不善，何可棄之？故曰：「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。

常言道：「貴為天子，富有四海。」然天子所貴者，仍貴之以道。如離道，貴不可長保。三公、太師、太傅、太保都是朝廷最大的卿臣，但仍以道佐人主，修振朝綱，治國理民，三公之爵才可久立。如失道離德，禍國殃民，擾害生靈，必削其職，仍加其刑。拱璧是以雙手捧起的玉璧，可謂珍貴之寶。如人與親人在生死關頭，可以棄千金之璧，負赤子而趨，既知此，千金之璧，不如人道之所貴。拱璧不足以為貴，而貴者乃道也。駟馬是為天子所乘，可算威嚴，然而不體之以「道」，不行之以「德」，百姓必感以厭惡，不悅而棄之。由此足證，天子之貴，三公之尊，拱璧駟馬以先，都不如修道建德重要。

古之所以貴此道者，何不日求以得？有罪以免邪？故為天下貴。

試考其上古之聖君，無不以此清靜無為的自然之道治天下，統萬民。既知如此，為什麼不日修此道呢？求道有什麼罪咎，可以不求免而自然會免掉？罪由何來？皆因失道離德、妄貪、妄為而自招。如日修此道，滌除妄念，摒除妄為，以恬淡素樸處之，罪咎自然消除。所以最珍貴的還是道。

第六十三章

為，無為；事，無事；味，無味；

聖人體虛無之妙道，法天地自然之德，不背理徇私，無為而自然成就。以無為而為，人不能知，不能見。如天道無為而無不覆，地德自然而無不載，兩無為相合，萬物自然化生，雖「無為而無不為」。聖人順天理，合人情，無有造作，不敢妄為，故國治而天下太平。常人貪名逐利，飲酒作樂，以此情欲為味。常言說：「君子之交淡如水，小人之交甘如醴。」小人專尚情欲之味，非長久之樂味。聖人以道為味，是無味之味。雖是無味之味，其味長久至極。

大、小、多、少，報怨以德。

修道者，不論大、小、多、少，於我有怨者，均以德報。「善者，吾善之；不善者，吾亦善之。」信者，吾信之；不信者，吾亦信之。「常人不然，不分大、小、多、少，以怨報怨，人由怨而加於我，我以怨還報於他。你還我報，一來一往，無有止期。如怨以德報，人必以德感，彼此相化為無事，其怨頓消。」

圖難於其易，為大於其細。天下難事，必作於易。天下大事，必作於細。是以聖人終不為大，故能成其大。

欲圖難事，先從易處着手；欲為大事，先於細處起步。天下難事，須從易處着手；天下大事，須從細處起步。這一規律是不可逆轉的，可謂必然規律。因此，依循這個規律的聖人，欲振國綱，治理天下，首先要從細微的心地上，存其善良，建立好生之德，謙讓處下。久而久之，德馨天下，聲震四海，欲平天下，不求然而自然成功。常人則不然。《周易·繫辭下》中說：「善不積不足以成名，惡不積不足以滅身。小人以小善為無益而弗為也，以小惡為無傷而弗去也。故惡積而不可掩，罪大而不可解。」《太上感應篇》言：「故吉人語善、視善、行善，一日有三善，三年天必降之福；凶人語惡、視惡、行惡，一日有三惡，三年天必降之禍。」舉心運念，語、視、行雖為細小，但久而久之，量大質必變，其結果所帶來的禍福卻不小。方寸之心的一念雖小，起於正者有福，動於邪者種禍。

夫輕諾必寡信，多易必多難。是以聖人猶難之，故終無難。

喜歡誇海口，妄自輕諾，以言語輕易許之於人，言行不能兌現，必無着落。行事不思前慮後，不量事之輕重，審事之可否，而輕浮淺躁，認為事事容易，其結果必然被動，困難重重。因此，聖人知易守難，常以易當難而作準備，所以終無困難。

第六十四章

其安易持。

事物在安靜的時候容易把持，如動盪起來，就難以把持了。修身者，更為切要。在內念未發，外物未接的寧靜之時，洗心澄慮，萬念俱消，才能達到清靜真一，元神自在，母子相抱，神氣相守，坎離相交，水火既濟的境地。如不然，情欲一起，外物牽動，以致「煩惱妄想，憂苦身心，便遭濁辱，流浪生死，常沉苦海，永失真道」。

其未兆易謀，其脆易破，其微易散。為之於未有，治之於未亂。合抱之木，生於毫末；九層之臺，起於累土；千里之行，始於足下。為者敗之，執者失之。

治國、謀事、修身亦然，均應在安靜之時，未兆之先，脆弱之際，微小之期，未發生，未動亂之時，防患於未然。《周易·繫辭下》曰：「子曰：危者，安其位者也；亡者，保其存者也；亂者，有其治者也，是故君子安而不忘危，存而不忘亡，治而不忘亂，是以身安而國家可保也。」又曰：「其亡其亡，繫於苞桑。」「知幾其神乎，君子上交不諂，下交不瀆，其知幾乎，幾者動之微，吉之先見者也。」「顏氏之子，其殆庶幾乎。有不善，未嘗不知；知之，未嘗復行也。」天地間夫物芸芸，千雜百亂，它的產生發展，都是從未兆開始的。人的成形，或善或惡，或福或禍，或正大，或邪僻，在初生時，同樣是一個無知無識的素體嬰兒，其性體如一張潔白的素紙，無污而純潔。如欲教他成才，首先其父母在素日的舉止運念中，以道德給孩

子做表率，再在言行儀表上公正無私，不狂妄，莊重端嚴，這就給孩子在視聽上作了一個楷模。久而久之，其孩子漸長，情欲漸開，在無形中不知不覺地成了才。反之，如在微小細脆之時不着手，待久習成性，那就不易解決了。合抱的大樹，是從微小的毫末長成的。九層的高臺，是用一筐筐的土累起來的。千里之遠行，一步步走才能到達。

此段的中心旨意，是教人在安泰時要有預防危險的準備。國家在大治時，要有預防變亂的準備；存在時，要有消亡的準備。不能在大治時貪求享樂，在安靜時橫行逞狂，在富裕時揮霍浪費。貪其享樂，橫行逞狂，揮霍浪費，不能認為是小事。如不在未兆、微小時糾正，而放任自流，將會蔓延發展，鑄成大錯，不可收拾。

是以聖人無為，故無敗；無執，故無失。民之從事，常於幾成而敗之。慎終如始，則無敗事。

背理徇私的有為之為非敗不可，違逆人倫的有執之執非失不可，因此聖人「知微知彰」，體虛無之妙道，循天理，順人情，符物之自然而無為無執，所以無敗無失。常人則不然，始以道德戒慎，行至中途，因貪世情而忘其道，往往將近成功而敗之。如能始終如一，則定能成功。

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。

常人之所欲者，是功名貨利，口得美味，耳聞樂音，目視麗色，孰不知功名顯達，貨利色味，皆快於一時。聖人所欲，不是常人所欲，而是無為、無味、無事的無欲之欲。常人貴難得之貨，聖人已知因貴以致禍端，故「不貴難得之貨」，使民不為盜。有的人以奸詐詭怪為學，是奇是巧，棄真效偽。聖人所學的是清靜無為虛無自然的不學之學，要回復到眾人所過的無味之地，順乎萬物的自然生息，不敢有絲毫的故意造作和任性妄為。



古之善為道者，非以明民，將以愚之。

「明」，機智巧詐，僥幸炫耀。

「愚」，渾厚淳樸，真誠自然。

道為天地之始。天地有始，日月往來，陰陽升降，寒暑交替，四時成序，萬物自然而然，有條不紊地生長收藏，未嘗明彰法制、禁令，亦沒有任何名教、法規，所以「道」在天地萬物之中而天地萬物不知。故古之聖君、明王善於法「道」的純厚樸素之性，行無為之政，真誠自然地去治國理民。不教民玩弄機智，爾虞我詐，而是以純粹樸素，真誠無妄導之於民，使民返樸還淳，去妄存誠，養其本來良知良能。以德化民，使君民默化在渾厚的淳風之中。「非以明民，將以愚之」，即是此意。

民之難治，以其智多，故以智治國，國之賊；不以智治國，國之福。知此兩者亦楷式。

人民為什麼難治呢？是因為治國者以己為是，以己為然，內不充實道德。上對下以機智巧詐，欺哄於民，下者必以機智欺瞞於上。上下相欺，國綱必亂，倫理必乖，其賊害國民必不淺。善以道治國者，順物自然，內心真誠，外行持以和光、同塵，不逆於理，不背於道。含其

輝，韜其明，無事、無為、無欲，天下自然太平，其福莫大於此。以「智」巧治國，不但不能成功，反而倒遭賊害。不以機智治國，體無為，順自然，隨民情，又簡又易，有福於民，以智「賊」不以智「福」。此兩者為治國平天下之法式。

常知楷式，是謂「玄德」。玄德深矣！遠矣！與物反矣！然後乃至大順。

既然已知，不以智治國為法式，就應永恆持守，須臾不離，存誠不妄，這就合於清靜自然真常之道的體性。自然真常之道的體性是無名相，無頭緒，視之不見，聽之不聞，搏之不得。其用為德，德之用其量無窮，不可測度，故稱「玄德」。「玄德」，又深又遠，與有形有象的事物相反。萬物以私利為快，昭昭察察以自明，而「玄德」處其厚，不處其薄，居其實，不居其華，長而不宰，為而不恃，功成不居，此為「玄德」之妙用。道本虛無自然，德合自然無為之體。以此理民，民無不理，以此治國，國無不治，故稱「大順」。

第六十六章

江海所以能為百谷王者，以其善下之，故能為百谷王。

最低處，百川皆歸，自然而然。江海所以能為百谷王，是因為它居於最下處。

是以聖人，欲上人，以其言下之；欲先人，以其身後之。

因此，聖君明王，取法江海善於處下而為百谷王。欲在萬民之上，首先應謙虛處下。《周易·謙卦》云：「謙。亨，君子有終。」《象》曰：「謙，亨，天道下濟而光明，地道卑而上行。天道虧盈而益謙，地道變盈而流謙，鬼神害盈而福謙，人道惡盈而好謙。謙，尊而光，卑而不可逾，君子之終也。」此段的中心意思是說，無論天之道、地之道、人之道、神鬼之道，均宜謙恭卑下，方可亨通永久，方能光明，方能成功。雖處低下，任何事物不能超越它。《象》曰：「勞謙君子，萬民服也。」因此，聖人能在人上者，是因為他謙恭自卑，虛心接物；能在人前者，是因為他謙讓，「不敢為天下先，故能成器長」。故曰：「是以聖人，欲上人，以其言下之；欲先人，以其身後之。」

是以處上而人不重，處前而人不害，是以天下樂推而不厭。以其不爭，故天下莫能與之爭。

聖人處上，使萬民悅服，所以受人擁戴而不以為重；聖人處前，使萬民推崇，所以受人崇拜而不以為害。天下樂舉，萬民自然不會厭惡和拋棄。因為他處於自然，而非有意去爭，所以天下萬民沒有和他去爭的。

第六十七章

天下皆謂我道大，似不肖。夫唯大，故似不肖。若肖，久矣，其細也夫。

「道」大無不包，細無不入，不能用形名色象論比。就因為道大，才不能以具體的形象事物論比。如有形象比擬，就成為一個具體的事物了，那「道」就細小了。

我有三寶，保而持之：一曰慈，二曰儉，三曰不敢為天下先。

道內含着三寶，其一是仁慈。天地萬物皆在道的慈愛中生長。其二是儉約。不造作，不妄為，清靜、自然、無為，順乎天，應乎人，任物自然。其三是不自見，不自是，不自伐，不自矜，謙退處下，不以機詐、強暴炫示於事物之先。

夫慈，故能勇；儉，故能廣；不敢為天下先，故能成器長。

道本無為，自然於萬物慈，天下事物無不歸服於仁慈。以此可不戰而勝，不攻而克。道本儉約而無奢侈不節之兆，天地萬物皆在無為、儉約中自化。它廣大悉備，無所不有，無所不包。江海處下能為百谷王，「無名之樸」雖不當器用，但眾「器」皆由樸而出，故稱眾器之長。

今捨其慈且勇，捨其儉且廣，捨其後且先，死矣！夫慈，以戰則勝，以守則固。天將救之，以慈衛之。

項羽勇冠三軍，氣吞山河，並非不勇，然而終敗亡於烏江。秦始皇築長城，非不堅固，然而子嬰自降於劉邦。兩者皆因無德所致，這就突出了一個「慈」字。人能體無為之道，懷仁慈之德，天道的運行之序是救助慈善的，並以慈善護謙退的。體恤百姓，慈愛萬物，以此行於天下，則戰必勝，守必固。

第六十八章

善為士者不武，善戰者不怒，善勝敵者不爭。

此章以用兵之道，喻示人們處事接物宜於真誠仁慈，含虛自斂，晦迹韜光。以此理事，而事事必理；以此接物，而物物順應。天道不爭而萬物自化，聖人不爭而萬民自歸。作為將帥，以修德畜眾，不以威武耀示於人，三軍自然誠服。項羽在鴻門設宴，暗施埋伏，刀出鞘，弓上弦，武士林立，欲殺劉邦，卻被一個手無寸鐵的張良所挫敗。劉邦心懷仁慈，入咸陽未動一刀一槍，而子嬰自縛納降。因封府庫，散宮女，封三秦，以此深得秦民之心。

善用人者為之下。

不以己為能，而以國事為重，以萬民為上，禮賢下士，恭敬一切，賢能者定能效其力。劉邦築臺拜將，本着一片赤誠之心，感韓信為漢室效力。劉備三顧茅廬，才得諸葛亮匡扶漢室，鞠躬盡瘁。此乃「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。

如能體其真常之道及無為而無不為的自然之德，必能在修身、齊家、治國、理民，以至於處事接物，皆能隨心應手，不爭而自得，不勞而自成，賢能者自然效其力。天道的運行，上古的行事，雖有德而不自以為德，更不有意為德。

第六十九章

用兵有言：吾不敢為主而為客，不敢進寸而退尺。

「主」，無故興師，首先主動出兵。

「客」，不得已而應戰。

對於用兵之道，古人說過這樣的話：「不可恃其強暴而貪圖好殺，以佳兵利器而凌加於人。妄動兵戈必敗。」「兵者不祥之器，不得已而用之。」如敵人無故用兵於我，則以自衛應之。我用兵雖出於不得已，但仍不敢恃勇妄進，寧願後退一尺，不敢妄進一寸。

是謂行無行，攘無臂，仍無敵，執無兵。

「攘」，用力伸臂。「仍」，臨敵就敵。「兵」，刀槍劍戟。

有道的聖君明王，懷仁慈之德於蒼生，看不出行兵的行迹，而四海自然賓服。沒有伸出打人的胳膊，但人人畏威。臨敵沒有殺人之心，而敵人必敗。沒有操持殺人的刀槍劍戟，但敵人必怕。

禍莫大於輕敵，輕敵則幾喪吾寶。

恃勇輕敵而好殺，其致禍不淺。如輕敵好殺，無故用兵，恃強妄進者，是喪失了道的「慈」、「儉」、「不敢為天下先」的自然體性。若心不懷好生之德，天道必以災禍懲罰。

故，抗兵相加，哀者勝矣。

兩軍對陣，在兵力相當的情況下，誰勝誰負，其結果只能是心懷仁慈、哀民痛命、體恤蒼生的哀兵獲勝。





第七十章

吾言甚易知，甚易行。

體清靜、虛無真常自然之道以為言，其言本乎無為，至為簡易，使人最易明曉，最易行持。

天下莫能知，莫能行。

「大道甚夷，民甚好徑。」人不知易知之言，反而以智慮求奇，巧言令色以亂物性。不走平夷之路，反履崎嶇之徑。

言有宗。

體道之言，有根有據，有綱有領。

事有君。


體道之行，有軸有心，有主有宰。

夫唯無知，是以不我知。

為什麼人不理解我呢？是因為我本自然無為、無事、無欲，非智慮有為而彰之於外，非自是、自伐、自矜而昭之於眾。

知我者希，則我者貴。是以聖人被褐懷玉。

道本虛無自然，無有形迹。那麼，理解我的人就不多，因為知道我的人少，我才珍貴了。因此，體現真常自然之道的聖人，「處其厚，不處其薄，居其實，不居其華」。我身外表雖破舊，但內心確存着珍貴的「道德」。



第七十一章

知不知，上。不知知，病。夫唯病病，是以不病。聖人不病，以其病病，是以不病。

太陽高懸於空，普照萬物，上下四方無不透澈。明道聖人，恬淡自養，不露聰明，不顯機智，好似無知一樣，這才是上知，是謂「知不知，上」。常人不然，如火炬在暗室，只照一角，而自以為亮。以小知自見、自是、耀人眼目，本來無知，而自以為有知，是謂「不知知，病」。誰將強不知以為知當作病，那他就不會有強不知以為知的毛病了。明道的聖人，為什麼沒有這種強不知以為知的毛病呢？就是因為他們把強不知以為知當作病，所以才不會有這種毛病。



第七十二章

民不畏威，則大威至。

「禍福無門，惟人自召。善惡之報，如影隨形。」「天網恢恢，疏而不失。」常人為其貪生之厚，恣情縱欲，無所不為，不知「大小過惡，各有所歸」，急如風火，形影緊隨，「以小惡為無傷而弗去也。」久而久之，是以惡積而不可掩，罪大而不可赦，乃致殺身之禍臨頭。

無狹其所居，無厭其所生，夫唯不厭，是以不厭。

既知天理昭彰，毫釐不差，只有修道德，上順天理，下符人心，中應萬事，方可無所不周，無所不宜。不敢處於背理徇私、利欲妄為的窄狹之地，以免天道懲罰。重養自我天真，恬淡世情，不可因貪生之厚，胡作非為，遭刑法而致命。人不輕生，而能享盡天年，是因為不因求生之厚，不輕易拋棄自己的生命。

是以聖人自知不自見，自愛不自貴，故去彼取此。

聖人涵養其知，不以機智彰示於外，而能愛其自我本來的天真，謙恭處下，不自我尊貴。

勇於敢則殺；勇於不敢則活。知此兩者，或利或害。天之所惡，孰知其故？是以聖人猶難之。

剛強橫暴，冒然從事者，謂之「敢」。柔弱謙下，審時度世，探其深淺者，謂之「不敢」。逆天理，背人倫，逞剛強，胡作非為，肆無忌憚，輕生粗暴的這類人，不是遇毒手以傷身，便是遭刑罰以殞命，故稱「殺」。時懷仁慈之心，體恤生靈，「明乎盛衰之道，通乎成敗之數，審乎治亂之勢，達乎去就之理」，見義勇為，謙虛謹慎之人，天下共服，人人擁戴，此乃「活」。「敢」與「不敢」，兩種結果不同。勇於「敢」，因剛強而喪命，是「害」。勇於「不敢」，持之以柔弱謙下，可以保身，是「利」。當然天道循環，仍然厭惡的是勇於恃強，橫暴不體仁慈者，但常人有所不知。此兩者，即使是通曉事物情理的聖人也感到尚難把握。

天之道，不爭而善勝；不言而善應；不召而自來；繹然而善謀。天網恢恢，疏而不失。

四時運行，有生有殺。秋冬不爭，萬物自然凋零而收藏。春夏不言，自然冰消雪融，萬物生長。不須召喚，寒暑交替，晝夜往來。天道運行，寬緩平易，萬物自然而生化。由此說明，天道的運化規律，自然法網的孔雖大，卻粒米不漏。「勇於敢則殺；勇於不敢則活。」或正或邪，或善或惡，無論大小多少，只要為下，定有所報。

民常不畏死，奈何以死懼之？若使民常畏死而為奇者，吾得執而殺之，孰敢？

犯分越理的凶頑之徒，習性惡劣，內心奸詐，外行蠻橫，根本不怕遭懲罰。既知如此，怎麼能以國法、禁令去威嚇他呢？對這類不怕天道懲罰的凶頑之徒，究竟如何懲處才好呢？以死刑將他處斬於市，以彰法令，行嗎？可是那些犯分越理，違法亂紀之人，為了避免當時的殺身之禍，卻可以勉強暫時不敢作案，將會待機而動，這不是萬全之策。

常有司殺者殺。夫代司殺者殺，是謂代大匠斲。夫代大匠斲，希有不傷其手矣！

「天生天殺，道之理也。」違法亂紀的刁頑橫行者，必將自行入於死地。只要幹下壞事，一個也逃不脫，天道是一張恢恢的法網。執政者以刑律處殺，往往出之於私情，處殺未必公道。所以，獄中必有冤囚。這就好像代替主管殺人的人殺了人。這樣做，好比不會木匠手藝，卻去代替巧匠斫木一樣，必有失誤。

此章經義是說，對於習性惡劣，不怕死的愚頑之徒，不能只靠刑法恐嚇他們，必兼之以德化，教之以道義，使之曉天理昭昭而不可違，良心不可昧的自我省悟。

第七十五章

民之飢，以其上食稅之多，是以飢。

聖君明王治天下，隨物自然而無為。有的執政者，貪其享樂，奢侈不節，只求宮廷豪華，徵民役而修宮室，恣耳目以求聲樂，縱科派之條，橫徵暴斂，不恤民之飢寒。民遭饑饉之患者，蓋因於此。

民之難治，以其上之有為，是以難治。

百姓為什麼難治呢？是因為執政者政令繁苛，任意妄為至甚，故難治。

民之輕死，以其求生之厚，是以輕死。

有的人為什麼享不盡天年而中途夭亡呢？其原因有二：一是求其生存與厚享，操勞過度，以致精神疲憊，氣血枯竭，故早死去。二是因求生之厚，分外貪求，以致觸其刑法而喪命。求生愈厚，其死愈快。

夫唯無以生為者，是賢於貴生。

求生者，反至於死；厚生者，反自輕生。唯有存心養性，恬淡世情，「外其身而身存」，不求生，反而長生。

第七十六章

民之生也柔弱，其死也堅強。萬物草木生也柔脆，其死也枯槁。

剛出生的嬰兒，心性純素，肢體柔軟，時時趨向於生長。在年長時，情欲繁多，氣血枯竭，筋骨僵硬，逐漸轉化於死。萬物草木亦然，在幼小時枝幹柔弱，趨向於生長，在將近死的時候，枝葉枯槁。

故堅強者死之徒，柔弱者生之徒。

所以，堅強者是屬於死的一類，柔弱者是屬於生的一類。

是以兵強則不勝，木強則共。

因此，行兵佈陣，應心懷仁慈，順天應人，不可恃強暴而橫行。倘若貪殺恃強，不得人心，必然敗亡，猶如乾枯的草木一樣，一折就斷。

強大處下，柔弱處上。

由此可知，堅強者實則居下，柔弱者實則居上。

第七十七章

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。

天道運行，不偏不倚，至為公平。就像張弓射箭一樣，過高了就壓低一些，過低了就抬高一些，多餘的減去，不夠的補足，直到達到適宜合理為止。

天之道，損有餘而補不足；人之道，則不然，損不足以奉有餘。孰能以有餘奉天下？唯有道者。

天之道，是減損有餘的而補充不足的，使二者中和平衡，是消滅差別的。人之道，則相反，是減損不足的而奉給有餘的，不是雪中送炭，而是錦上添花。

誰能減損有餘的豪富而救濟不足的貧困者？只有有道和「替天行道」的人才會這樣做。

天道是「中平」，人道相反，是「兩極分化」。只有防止兩極分化，消滅懸殊的貧富差別，均貧富，等貴賤，方能合乎天道，這是社會發展的必然規律。

是以聖人為而不恃，功成不處，其不欲見賢。

因此，有道的聖人為天下謀福利而不自以為是，做出了偉大的成就而不居功自傲，謙虛謹慎，含光內斂，從來不願彰示自己的功勞和才幹。

本章以射箭為喻，闡明了天道是中平適宜。人類的行為只有合乎這一原則，才能與道合真。

第七十八章

天下柔弱莫過於水，而攻堅強者莫之能勝，其無以易之。

天下的東西沒有比水更柔弱的。水在方為方，在圓為圓，染紅則紅，染藍則藍，去高就下，順其自然，可謂柔之至，弱之極，然而攻克堅強的力量沒有什麼東西能勝過它。水斬關奪道，決堤沖壩，穿石毀物，無堅不摧，無所不至，它的這種性能沒有什麼東西能改變。

故，柔勝剛，弱勝強，天下莫不知，莫能行。

水至柔至弱，卻可以戰勝任何堅固強大的東西。然而，天下的人莫不知道柔弱的妙用，卻很少有人以此修身、治國、行萬事。

體性至柔，其用至剛；體性至弱，其用至強。常人大都懂得這個道理，實行的人卻很少。

是以聖人言：「受國之垢，是謂社稷主；受國不祥，是謂天下王。」

「垢」是屈辱。「不祥」是災患。

因此，聖人說：「能承受全國的屈辱，才配做國家的君主；能承受全國的災患，才有資格做天下的君王。」

大禹為天下人民生息治水，三過家門而不入，千辛萬苦，百姓擁戴。其命歿，而民如葬其考妣（父母）。

周武王為天下共怨征討，將自身生存置之度外，罹受無數艱難，方才四海投歸，天下共服。

正言若反。

柔的能夠克服剛，弱的可以戰勝強，能承受屈辱、災患的人才配做天下王。這好像是在說反話，是在顛倒黑白，其實，這才是符合實際的至理名言，是顛撲不破的真理。



第七十九章

和大怨，必有餘怨。安可以為善？

人若利欲熏心，爭權奪利，爾虞我詐，互相攻伐，必結怨結仇。即使設法和解了重大的怨仇，心中還會遺留餘恨。種了怨，再和解，這怎能算做最根本、最妥善的辦法呢？

是以聖人執左契而不責於人。故有德司契，無德司徹。天道無親，常與善人。

人若能去掉私欲和分外的貪心，充其自然之善，不求和怨而怨自和。契者，是借財物的文約，一張分為兩半，左半張由債權者持留，右半張由債務者收存。債務按期還債時，必持右半張與債權的左半張相對以求信。始借時借債者必然感激出借者，還債時仍由借債者自行持約償還。不論借與還，均非出借者有意味和，如此豈有致怨之處。所以有德者好比債權者持左契一樣，先施惠於人，使人在無形中感恩感德，不求合而自合。無德者，如同收稅的，原未施於人，卻向人索取，必致萬民恨之在心，怨之在口。

天道公正無私，無所偏愛，對任何人一視同仁。種惡得惡，種善得善，總是懲罰惡者，救助善者。

第八十章

小國寡民。使有什伯之器而不用，使民重死而不遠徙。雖有舟輿，無所乘之；雖有甲兵，無所陳之；使民復結繩而用之。

「什伯」，十、百。「器」，軍械。「徙」，遷移。「舟輿」，戰車。「甲兵」，披甲戴盔，全副武裝的士兵。

國家要小，人口要少。要立大國，創霸業，必然會發動戰爭，互相兼併，互相殘殺，給天下人民帶來災難。天下有道，各安本分，國小就小，民少就少，根據各自國情治理，互不侵犯，和諧相處，則不會有戰爭。沒有戰爭，刀槍鎧甲則無有用場。使民各安本分，不貪身外之物，保重自己的生存。不因分外貪求領土以交爭，雖有戰車和戰船，亦無處用，雖有甲兵，亦無所陳。使民享受淳厚素樸的天然之樂，相似於上古結繩記事時代的淳樸之風。

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。

各地根據各自所處的地理、物產，享用自產的糧食就感香甜可口，身穿自製的服裝自覺舒適美好，居於自建的房子就感心安理得，自處實行自己的風土民俗就感自樂。

這是一種自給自足的自治體，在這種自治體中，沒有貧富之分，沒有貴賤之別，各盡所能，各得其所。人與人之間和睦相處，國與國之際，相安無事，只聞見雞鳴狗叫的自然之音，永無戰馬嘶鳴之聲。天下太平，萬民康樂。

第八十一章

信言不美，美言不信；善者不辨，辨者不善；知者不博，博者不知。

有德之人，外行莊重，內心真誠，其言着實而真樸，並不悅耳動聽。無德之人，外行輕躁，內心狡詐，其言動聽悅耳，卻未必真實可信。

有道的人，德充其內，含光內斂，不譁眾取寵。無道的人，自作聰明，口巧舌辯，卻未必誠善。

體道之士，深明萬物之性，宇宙玄理，他們執本馭末，執簡馭繁，舉綱張目，而不奔逐於外，追逐粗淺的外在之學，有其知而未必博。博學的人，知其末而不知其本，知其微而不知其妙，此雖博學，未必是真知。

聖人不積。既以與人已愈有，既以與人已愈多。

聖人不積攢財貨，無所保留。他們為百姓作的貢獻越大，自己感到越滿足；給予百姓的越多，自己感到越富有。

天之道，利而不害；聖人之道，為而不爭。

天道自然，生養萬物而不宰制，有利於萬物而不加害。聖人之道，為萬民造福而不求報，為天下奉獻而不索取。

釋「道」的十大特徵

道的特徵頗多，其中有十個主要方面，現分述於下：

一、虛無

虛無是大道的本體常態，一切形象世界都是從虛無中化生出來的，最後仍歸於虛無。「實」、「有」只是大道在局部空間中暫時的變態。虛無者不受時間空間限制，實有者有形有象，有始有終而不能常住。虛無者正以其虛無而蘊含有無限的生發可能性。道教經典中對道有這樣的描述：「是有非有，是無非無，是色不色，真空不空。」「大道洞玄虛。」「虛無之妙道。」本經內對道體的描述是：「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。其上不曠，其下不昧，繩繩不可名，復歸於無物。是謂無狀之狀，無物之象。是謂惚恍。迎之不見其首，隨之不見其後。」「夫唯大，故似不肖。若肖，久矣，其細也夫。」意即道雖大，它沒有具體的形象，若有具體的形象，那就把道說得細小了。

二、自然

自然是大道運化萬物的過程。大道生化萬物，不假外力，自己如此，故謂自然。道是整個世界，說它「大」，「其大無外」，說它「小」，「其小無內」，但總是一體，它就是它自己，獨立無朋，「獨立而不改」。各種物質現象，都按一定的規律生生滅滅而發展。日中則昃，月滿自虧，春生夏長，秋收冬藏，魚在水中游，獸在山中跑，鳥在空中飛。「民食芻豢，麋鹿食薦，蛆蛆甘帶，鴟鴞耆鼠。」種瓜得瓜，種豆得豆，心地動善機，結福果，動惡機，結禍果等，均自然也，皆不可用自己的主觀意志發號施令改變和派使。

三、清靜

清靜者無中生有，靜中生動，故清靜者是大道的本性，是萬物的本始和歸宿，也是對修道者的最高要求，故道教經典中往往見到「常清常靜」、「清靜真一，不二法門」、「真心清靜道為宗」等對道性的命名。《莊子·天道》中說：「聖人之靜也，非曰靜也善，故靜也。萬物無足以鏡心者，故靜也。水靜則明燭鬚眉，平中準，大匠取法焉。水靜猶明，而況精神。聖人之心靜乎，天地之鑑也，萬物之鏡也！夫虛靜恬淡，寂寞無為者，天地之平而道德之至。故帝王聖人休焉。」《文子續義》中說：「天清地靜故能長久，聖人以清靜為治者法天地也，心清則內合乎道，體靜則外合乎人，是以不出戶而化行。」以上均是對道清靜的本性的闡述。

四、無為

無為是大道之性能，自然之功用，順物之性，附物之情，因任自然，依從着事物固有的規律輔之以自然，而不是強作妄為之意。這和背理徇私，僥倖造次，故意作孽，節外生枝，妄生事端的隨心所欲、任意所為截然不同。「無為」並不是一無所為或者無所作為，更不是消極的、厭世的、不主張發揮人的主觀能動性的，而是大有作為，大有成功，誰也比不上的大為。老子在本經中將此無為而有大有為這一命旨曾多次講得很透澈，如：

二十四章「自見者不明，自是者不彰，自伐者無功，自矜者不長。」

二十九章「天下神器，不可為也。為者敗之，執者失之。」

三十七章「道常無為，而無不為。」

五十七章「我無為而民自化。」

六十三章「為，無為。」

六十四章「為之於未有，治之於未亂。」

六十六章「是以聖人，欲上人，以其言下之；欲先人，以其身後之。是以處上而人不重，處前而不害，是以天下樂推而不厭。以其不爭，故天下莫能與之爭。」

八十一章「聖人不積。既以與人己愈有，既以與人己愈多。天之道，利而不害；聖人之道，為而不爭。」

《莊子·至樂》：「天無為以之清，地無為以之寧。故兩無為相合，萬物皆化。芒乎芴乎，而無從出乎！芴乎芒乎，而無有象乎！萬物職職，皆從無為殖。故曰：天地無為也而無不為也。」

《莊子·天道》：「夫帝王之德，以天地為宗，以道德為主，以無為為常。無為也，則用天下而有餘；有為也，則為天下用而不足。故古之人貴夫無為也。上無為也，下亦無為也，是下與上同德，下與上同德則不臣；……故古之王天下者，知雖落天地，不自慮也；辯雖彫萬物，不自說也；能雖窮海內，不自為也。天不產而萬物化，地不長而萬物育，帝王無為而天下功。」

《莊子·在宥》：「故君子不得已而臨蒞天下，莫若無為。無為也，而後安其性命之情。」

以上均是對無為而無不為的闡述。由此足證老子所說的「無為」不是消極的，更不是無所作為的，而是大有作為的。

五、純粹

純粹是獨一篤厚，純一不雜，精美無瑕，淨潔無垢，無絲毫穢污渣滓之意。道「虛」而「大」，窈窕冥冥，混混沌沌，但那是純然一體，不雜別物，正因如此才不害其空靈妙用。宇宙的本質不在於複雜性和多樣性，而在於純粹性、簡單性和萬能性。

六、素樸

素樸又是道的另一層屬性。粉面、塗唇、燙髮、描眉，非素也，雕琢、刻削、異器，非樸也。素是一切事物未經眾色彩繪渲染的本色，樸是一切器物渾全未破的原質。

七、平易

平者平夷，易者簡易。從始到終是一個過程，在這個過程中，道路是平坦寬闊的，通過的方式是簡單易行的。從無極到有極的過程就是這樣，從有天地到生萬物的過程也是如此。《周易·繫辭上》云：「乾以易知，坤以簡能。」天道生萬物，地道養萬物，都順應自然，不是有為造作，看起來不搞什麼運動，但萬事萬物卻都出現了這個「平易」，體現着「無為」。人要成道，同樣也只需要在平坦的路上隨便走就行。老子說：「大道甚夷，民甚好徑。」蓋是此意。

八、恬淡

恬淡是恬靜、清淡之意。恬靜者悠閒自在，清淡者少私寡欲。老子曰：「道之出口，淡乎其無味。」大道的運行是至簡至易的，看起來無所事事，不急不躁，但卻「不為而成」。凡俗過客則不然，他不知虛無清靜的妙處，酒色財氣，樂之不疲，內臟百骸不得調理，心中煩惱也自不絕，結果一生愁苦，難得善終。

九、柔弱

「反者，道之動。弱者，道之用。」道是柔弱為「用」的。視之不可見，聽之不可聞，搏之不可得，空若無物，非柔弱而何？萬物既生，才有剛體，故柔弱是剛強的本根，「柔弱勝剛強」，「天下之至柔，馳騁天下之至堅」。「堅強者死之徒，柔弱者生之徒。」剛強之物不會長久，最終仍歸於柔弱，因為柔弱也是道的特徵。柔弱的東西包容剛強的東西，而剛強的東西無論如何損傷不了柔弱的東西，因為它無處着力，猶如抽刀斷水水更流。

十、不爭

大道是「不爭」的，它不着意追求爭競什麼，它擁有一切，而且這一切的出現與消失的結果都不是它「爭」，更不會有什麼東西會跟大道相爭。說淺近一些，人也是這樣。希望佔有某些東西的人，往往不能佔有，不希望的人才會得到。你處後處下，別人才會信任，使你居前居上。當然「不爭」還有更深的含義，還有更大的作用，那就是與道同體，無為而無不為。那時人與道合一，什麼都不需要，而什麼都有。這種效果的得到又非常簡單，只需貫徹「不爭」二字，一爭反倒失去了。

附錄：河上公本《道德經》

第四章

道沖而用之，或不盈。淵乎似萬物之宗。挫其銳，解其紛，和其光，同其塵，湛兮似若存。吾不知誰之子，象帝之先。

第一章

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，以觀其微。此兩者，同出而異名。同謂之玄。玄之又玄，眾妙之門。

第二章

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，音聲相和，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，功成而弗居。夫惟弗居，是以不去。

第三章

不尚賢，使民不爭；不貴難得之貨，使民不為盜；不見可欲，使心不亂。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，使夫智者不敢為也。為無為，則無不治。

第六章

谷神不死，是謂玄牝。玄牝之門，是謂天地根。綿綿若存，用之不勤。

第七章

天長地久，天地所以能長且久者，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。

第八章

上善若水。水善利萬物而不爭，處眾人之所惡，故幾於道。居善地，心善淵，與善仁，言善信，正善治，事善能，動善時。夫唯不爭，故無尤。

第九章

持而盈之，不知其已。揣而銳之，不可長保。金玉滿堂，莫之能守。富貴而驕，自遺其咎。功成、名遂、身退，天之道。

第十章

載營魄。抱一，能無離，專氣致柔，能嬰兒。滌除玄覽，能無疵。愛民治國，能無為。天門開闔，能為雌。明白四達，能無知。生之、畜之。生而不有，為而不恃，長而不宰，是謂玄德。

第十一章

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

第十二章

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。

第十三章

寵辱若驚，貴大患若身。何謂寵辱？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，為吾有身。及吾無身，吾有何患？故貴以身為天下者，則可寄於天下，愛以身為天下者，乃可以託於天下。

第十四章

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。其上不皦，其下不昧。繩繩不可名，復歸於無物。是謂無狀之狀，無物之象，是謂惚恍。迎之不見其首，隨之不見其後，執古之道，以御今之有，以知古始，是謂道紀。

第十五章

古之善為士者，微妙玄通，深不可識。夫唯不可識，故強為之容。與兮若冬涉川，猶兮若畏四隣，儼兮其若客，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，故能蔽不新成。

第十六章

致虛極，守靜篤，萬物並作，吾以觀其復。夫物芸芸，各復歸其根。歸根曰靜。是謂復命。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。

第十七章

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

第十八章

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。

第十九章

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。

第二十章

絕學，無憂。唯之與阿，相去幾何？善之與惡，相去何若？人之所畏，不可不畏。荒兮其未央哉。眾人熙熙，如享太牢，如春登臺，我獨怕兮其未兆，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。俗人昭昭，我獨若昏；俗人察察，我獨悶悶。忽兮若海，漂兮若無所止。眾人皆有以，而我獨頑似鄙，我獨異於人，而貴食母。

第二十一章

孔德之容，唯道是從。道之為物，唯恍唯忽。忽兮恍兮，其中有象；恍兮忽兮，其中有物，窈兮冥兮，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。

第二十二章

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式。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。

第二十三章

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，而況於人乎？故從事於道者，道者同於道，德者同於德，失者同於失。同於道者，道亦樂得之；同於德者，德亦樂得之；同於失者，失亦樂失之。信不足焉，有不信焉。

第二十四章

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。物或惡之，故有道者不處也。

第二十五章

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，吾不知其名，字之曰道。強為之名曰大。大曰逝，逝曰遠，遠曰反，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。

第二十六章

重為輕根，靜為躁君。是以聖人終日行，不離輜重。雖有榮觀、燕處，超然。奈何萬乘之主，而以身輕天下？輕則失臣，躁則失君。

第二十七章

善行無轍迹，善言無瑕謫，善計不用籌策，善閉無闕楗而不可開，善結無繩約而不可解。是以聖人常善救人，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。

第二十八章

知其雄，守其雌，為天下谿。為天下谿，常德不離。復歸於嬰兒。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。

第二十九章

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，或响或吹，或強或贏，或載或隳。是以聖人去甚、去奢、去泰。

第三十章

以道佐人主者，不以兵強天下，其事好還，師之所處，荊棘生焉。大軍之後，必有凶年。善者果而已，不敢以取強。果而勿矜，果而勿伐，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。

第三十一章

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。恬惔為上。勝而不美，而美之者，是樂殺人。夫樂殺人者，則不可以得志於天下矣。吉事尚左，凶事尚右，偏將軍居左，上將軍居右，言以喪禮處之。殺人眾多，以悲哀泣之。戰勝，以喪禮處之。

第三十二章

道常無名，樸雖小，天下不敢臣。侯王若能守之，萬物將自賓。天地相合，以降甘露，民莫之令而自均。始制有名。名亦既有，天亦將知之。知之，所以不殆。譬道之在天下，猶川谷之與江海。

第三十三章

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。

第三十四章

大道汎兮，其可左右。萬物恃之而生，而不辭。功成而不名有。愛養萬物而不為主。常無欲，可名於小。萬物歸焉而不為主，可名為大。是以聖人終不為大，故能成其大。

第三十五章

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。

第三十六章

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，必固與之，是謂微明。柔弱勝剛強。魚不可脫於淵。國之利器，不可以示人。

第三十七章

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，天下將自定。

第三十八章

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。上禮為之，而莫之應，則攘臂而仍之。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。前識者，道之華。而愚之始。是以大丈夫處其厚，不處其薄；處其實，不處其華，故去彼取此。

第三十九章

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，侯王得一以爲天下正。其致之，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，侯王無以貴高將恐蹶。故貴必以賤爲本，高必以下爲基。是以侯王自稱孤寡不穀，此非以賤爲本耶？非乎！故致數車無車，不欲琮璣如玉，落落如石。

第四十章

反者道之動，弱者道之用。天下萬物生於有，有生於無。

第四十一章

上士聞道，勤而行之；中士聞道，若存若亡；下士聞道，大笑之，不笑不足以爲道。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，建德若掄，質直若渝，大方無隅，大器晚成，大音希聲，大象無形，道隱無名，夫唯道善貸且成。

第四十二章

道生一，一生二，二生三，三生萬物。萬物負陰而抱陽，沖氣以爲和。人之所惡，唯孤寡不穀，而王公以爲稱。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。吾將以爲教父。

第四十三章

天下之至柔，馳騁天下之至堅。無有入於無間。吾是以知無爲之有益。不言之教，無爲之益，天下希及之。

第四十四章

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

第四十五章

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，靜則熱，清靜爲天下正。

第四十六章

天下有道，卻走馬以糞；天下無道，戎馬生於郊。罪莫大於可欲，禍莫大於不知足，咎莫大於欲得。故知足之足，常足矣。

第四十七章

不出戶以知天下，不窺牖以見天道，其出彌遠，其知彌少。是以聖人不行而知，不見而名，不爲而成。

第四十八章

爲學日益，爲道日損。損之又損之，以至於無爲，無爲而無不爲。取天下常以無事，及其有事，不足以取天下。

第四十九章

聖人無常心，以百姓心爲心。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。聖人在天下怵怵，爲天下渾其心。百姓皆注其耳目，聖人皆孩之。

第五十章

出生入死。生之徒十有三，死之徒十有三，人之生，動之死地十有三。夫何故？以其求生之厚。蓋聞善攝生者，陸行不遇兕虎，入軍不被甲兵，兕無所投其角，虎無所措其爪，兵無所容其刃。夫何故？以其無死地。

第五十一章

道生之，德畜之，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，德畜之，長之育之，成之孰之，養之覆之。生而不有，爲而不恃，長而不宰，是謂玄德。

第五十二章

天下有始，以爲天下母。既知其母，復知其子；既知其子，復守其母，沒身不殆。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。

第五十三章

使我介然有知，行於大道。唯施是畏。大道甚夷，而民好徑。朝甚除，田甚蕪，倉甚虛，服文綵，帶利劍，厭飲食，財貨有餘，是謂盜誇。盜誇，非道也哉！

第五十四章

善建者不拔，善抱者不脫，子孫祭祀不輟。修之於身，其德乃真；修之於家，其德乃餘；修之於鄉，其德乃長；修之於國，其德乃豐；修之於天下，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。

第五十五章

含德之厚，比於赤子。毒蟲不螫，猛獸不據，攫鳥不搏。骨弱筋柔而握固。未知牝牡之合而腹作，精之至也。終日號而不啞，和之至也。知和曰常，知常曰明，益生曰祥，心使氣日強。物壯則老，謂之之道，不道早已。

第五十六章

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。

第五十七章

以正治國，以奇用兵，以無事取天下。吾何以知其然哉？以此。天下多忌諱而民彌貧。民多利器，國家滋昏。人多技巧，奇物滋起。法物滋彰，盜賊多有。故聖人云：我無為而民自化，我好靜而民自正，我無事而民自富，我無欲而民自樸。我無情而民自清。

第五十八章

其政悶悶，其民醇醇；其政察察，其民缺缺。禍兮福之所倚，福兮禍之所伏。孰知其極，其無正，正復為奇，善復為詖。人之迷，其日固久。是以聖人方而不割，廉而不害，直而不肆，光而不耀。

第五十九章

治人，事天，莫若嗇。夫唯嗇，是謂早服。早服謂之重積德。重積德則無不剋，無不剋則莫知其極，莫知其極則可以有國。有國之母，可以長久。是謂深根固蒂，長生久視之道。

第六十章

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

第六十一章

大國者下流，天下之交，天下之牝。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。或下以取，或下而取。大國不過欲兼畜人，小國不過欲入事人。夫兩者各得其所欲，大者宜為下。

第六十二章

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，何不日以求得？有罪以免耶，故為天下貴。

第六十三章

為無為，事無事，味無味。大小多少。報怨以德。圖難於其易，為大於其細。天下難事必作於易，天下大事必作於細。是以聖人終不為大，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。

第六十四章

其安易持，其未兆易謀，其脆易破，其微易散。為之於未有，治之於未亂。合抱之木，生於毫末；九層之臺，起於累土；千里之行，始於足下。為者敗之，執者失之。聖人無為故無敗，無執故無失。民之從事，常於幾成而敗之，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。

第六十五章

古之善為道者，非以明民，將以愚之。民之難治，以其智多。以智治國，國之賊；不以智治國，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。乃至大順。

第六十六章

江海所以能為百谷王者，以其善下之，故能為百谷王。是以聖人欲上民，必以其言下之；欲先民，必以其身後之。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。

第六十七章

天下皆謂我大，似不肖。夫唯大，故似不肖。若肖久矣。其細也夫。我有三寶，持而保之：一曰慈，二曰儉，三曰不敢為天下先。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，夫慈，以戰則勝，以守則固。天將救之，以慈衛之。

第六十八章

善為士者不武，善戰者不怒，善勝敵者不與，善用人者為下。是謂不爭之德，是謂用人之力，是謂配天，古之極。

第六十九章

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，仍無敵，執無兵。禍莫大於輕敵，輕敵幾喪吾寶。故抗兵相加，哀者勝矣。

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。夫惟無知，是以不我知。知我者希，則我者貴。是以聖人被褐懷玉。

第七十一章

知不知上，不知知病。夫唯病病，是以不病。聖人不病，以其病病，是以不病。

第七十二章

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

第七十三章

勇於敢則殺，勇於不敢則活。此兩者，或利或害。天之所惡，孰知其故？是以聖人猶難之。天之道，不爭而善勝，不言而善應，不召而自來，繚然而善謀。天網恢恢，疏而不失。

第七十四章

民不畏死，奈何以死懼之？若使民常畏死，而為奇者，吾得執而殺之，孰敢？常有司殺者。夫代司殺者，是謂代大匠斲。夫代大匠斲者，希有不傷手矣。

第七十五章

民之飢，以其上食稅之多，是以飢。民之難治，以其上有為，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，是賢於貴生。

第七十六章

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，木強則共。強大處下，柔弱處上。

第七十七章

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

第七十八章

天下柔弱莫過於水，而攻堅強者莫之能勝，其無以易之。弱之勝強，柔之勝剛，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。

第七十九章

和大怨，必有餘怨，安可以為善。是以聖人執左契，而不責於人。有德司契，無德司徹。天道無親，常與善人。

第八十章

小國寡民，使民有什伯，人之器而不用。使民重死，而不遠徙。雖有舟輿，無所乘之；雖有甲兵，無所陳之，使民復結繩而用之。甘其食，美其服，安其居，樂其俗。鄰國相望，雞狗之聲相聞，民至老死不相往來。

第八十一章

信言不美，美言不信。善者不辯，辯者不善。知者不博，博者不知。聖人不積。既以為人，己愈有；既以與人，己愈多。天之道，利而不害。聖人之道，為而不爭。

※以上據王卡點校《老子道德經河上公章句》（北京：中華書局，二零零六年）。

編校後記

- 一、本次重印以一九八八年三秦出版社的初版為底本，並參考北京白雲觀印贈的版本，予以校訂。
- 二、《道德經》原文，以《古樓觀石刻道德經》（西安：西安出版社，二零零七年）所收「元正書道德經碑」拓本參校。
- 三、為方便一般讀者，文中的異體字，均代以常用字，例如強（彊、彊）、疏（踈、疎）、蒞（莅）、牖（牖）、樸（朴）、歛（噏）、迹（跡）、昏（昏）、斲（斲）等，本文中不另行註明。
- 四、書末附錄河上公本《道德經》，以方便讀者參考。

蓬瀛仙館出版目錄

蓬瀛仙館道教文化叢書·神仙傳記系列

1. 謝清果《紫氣東來：太上道祖聖傳》
2. 蔣朝君《斗轉星移：張陵天師大傳》
3. 陳耀庭語譯《太歲神傳略》
4. 于國慶《甘水仙源：王重陽的全真之路》
5. 常大群《全真脊梁：丘處機大傳》
6. 范恩君《道教神仙》
7. 劉海燕《翰墨英風：文昌帝君與關聖帝君》
8. 高致華《金華牧羊：黃大仙大傳》
9. 李菁《神化妙通：純陽呂祖大傳》
10. 劉曉艷《壩城妙韻：八大女仙的風采》
11. 范正義《保生大帝：吳真人信仰的由來與分靈》
12. 曹劍波《坐虎針龍：濟世救人的藥王孫思邈》
13. 范正義、黃永鋒《民俗八神：揚善止惡的象徵》
14. 張崇富《濟世度人：八仙傳說及其啟示》
15. 賈來生《鐵肩道義：劉一明大傳》

蓬瀛仙館道教文化叢書·藝術精華系列

1. 王宜峨《卧游仙雲：中國歷代繪畫的神仙世界》

蓬瀛仙館道教文化叢書·博士論文系列

1. 袁康就《鍾呂內丹道德觀研究》
2. 張宏《秦漢魏晉遊仙詩的淵源流變論略》

蓬瀛仙館道教文化叢書·道教科儀系列

1. 任宗權《道教戒律學》
2. 《拜太歲》

蓬瀛仙館道教文化叢書·文藝系列

1. 童翊漢《中國道教與戲曲》



道教音樂匯演

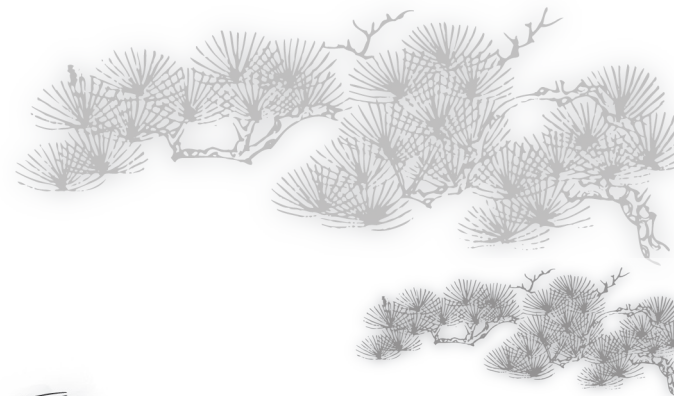
1. 《首屆道教音樂匯演 (2001)》
2. 《第二屆道教音樂匯演 (2002)》
3. 《第三屆道教音樂匯演 (2003)》
4. 《第四屆道教音樂匯演 (2004)》
5. 《第五屆道教音樂匯演 (2005)》
6. 《第六屆道教音樂匯演 (2006)》
7. 《第七屆道教音樂匯演 (2007)》
8. 《第八屆道教音樂匯演 (2008)》
9. 《第九屆道教音樂匯演 (2009)》

仙樂集

1. 《仙樂集 (第一輯)》
2. 《仙樂集 (第二輯)》
3. 《仙樂集 (第三輯)》
4. 《仙樂集 (第四輯): 道琴》

九美德徵文比賽作品集

1. 《忠孝美德與現代生活 (2004)》
2. 《廉節美德在現代生活中的意義和價值 (2005)》
3. 《談仁說義 (2006)》
4. 《誠信與施惠 (2007)》
5. 《生活有禮 (2008)》





蓬瀛仙館和香港中文大學文化及宗教研究系合辦
香港中文大學道教文化研究中心出版目錄

道德經釋義

任法融

蓬瀛仙館

地址：香港粉嶺百和路 66 號

電話：(852) 2669 9186

傳真：(852) 2669 8777

網址：<http://www.fysk.org/>

<http://wiki.daoinfo.org/>

<http://www.facebook.com/fysk1929/>

編校：陳敬陽 簡煒豪

版次：一九九零年十月 第一版

二零一零年八月 第五版

二零一二年二月 第六版

ISBN：978-962-86409-5-9

1. 黎志添、游子安、吳真《香港道堂科儀歷史與傳承》
香港：中華書局，2007年。
2. 游子安、游學華編《書齋與道場：道教文物》
香港：香港中文大學文物館，2008年。
3. 《道教研究學報：宗教、歷史與社會》(第一至三期)
香港：香港中文大學出版社，2009-2011年。
4. 《香港新界太平清醮的道教儀式》DVD
香港：香港中文大學道教文化研究中心，2009年。
5. 《呂祖無極寶懺》CD
香港：香港中文大學道教文化研究中心，2010年。
6. 黎志添、游子安、吳真《香港道教：歷史源流及其現代轉型》
香港：中華書局，2010年。

