

第一章

道可道（可以语言交流的道），

非常道（非真正意义上的道）；

名可名（可以明确定义的名），

非常名（非真正意义上的名）。

无名天地之始（天地在开始时并无名称），

有名万物之母（名只是为了万物的归属）。

故常无欲以观其妙（因此常用无意识以发现其微妙），

常有欲以观其徼（常用有意识以归属其范围）。

两者同出异名（两种思维模式同出自一个地方但概念却不相同），

同谓玄之又玄（这就是玄之又玄的玄关窍）。

众妙之门（它是翻开一切微妙的不二法门）。

第二章

天下皆知美之为美（天下皆知美之所以为美），

斯恶已（是因为丑恶的心灵在作祟）；

皆知善之为善（皆知善之所以为善），

斯不善已（是因为不善的意念在作怪）。

故有无相生（因此而产生了有无相生）、

难易相成（难易相成）、

长短相形（长短相形）、

高低相倾（高低相倾）、
音声相和（音声相和）、
前后相随（前后相随等各种患得患失的主观意识）。
是以圣人（但是圣人），
处无为之事（处于无区别心之无为境界），
行不言之教（教化众生于不言之中），
万物作焉而不辞（顺应万物的开展规律而不横加干预）。
生而不有（生养万物而不据为己有），
为而不恃（竭尽全力而不自恃己能），
功成而弗居（功成业就而不居功自傲）。
夫为弗居（正因为他不居功自傲），
是以不去（所以他不会失去什么）。

第三章

不尚贤（不刻意招贤），
使民不争（使民众不去争名）；
不贵难得之货（不稀罕难得之货），
使民不为盗（使民众不为盗）。
不见可欲（不见引发欲望的根源），
使心不乱（就不会产生动乱的动机）。

是以圣人之治（所以圣人的治理方法是）：

虚其心、实其腹〔普及虚心、养身的道理〕，
弱其智、强其骨〔宣传弱智、强骨的好处〕，【注：弱者道之用】
常使民无知无欲〔常使人民深刻感悟无知无欲的益处〕，
使夫知者不敢为也〔使那些自作聪明的人无用武之地〕。

为无为〔以无为的境界处理政务〕，
那么无不治〔国家就没有治理不好的理由〕。

第四章

道冲〔道似一个器皿〕，
似万物之宗〔好似万物的根源〕，
渊兮〔它浩瀚无边啊〕，
而用之或不盈〔永远取之不尽〕。

挫其锐〔压制锋芒〕，
解其纷〔解脱纷扰〕；
和其光〔和顺光芒〕，
同其尘〔混淆尘垢〕。

湛兮〔高深莫测啊〕，
似假设存〔好似无处不在〕。

吾不知谁之子〔我虽然不知它的来源〕，
象帝之先〔但它却先于上帝〕。

第五章

天地不仁〔天地超越仁的概念〕，
以万物为刍狗〔任凭万物像草狗那样自生自灭〕；
圣人不仁〔圣人超越仁的概念〕，
以百姓为刍狗〔任凭百姓自作自息〕。
天地之间〔天地之间的一切生命〕，
其犹橐籥乎〔犹如风箱一样〕，
虚而不渥〔虚空但无穷尽〕，
动之愈出〔越动付出愈多〕。
多言数穷〔言多必然有失〕，
不如守中〔不如抱心守一〕。

第六章

谷神不死〔掌握采集大道能量的方法就可以长寿〕，
是谓玄牝〔就好比掌握了复制生命的方法〕。
玄牝之门〔复制生命的不二法门〕，
是谓天地根〔是与天地同寿的根本〕。

绵绵假设存（绵绵不断的生命形式就是这样存在的），

用之不勤〔大道的能量是用之不竭的〕。

第七章

天长地久〔天长地久〕。

天地之所以能长且久者〔天地之所以能长久〕，

以其不自生〔因为它不为自己而生〕，

故能长生〔所以能长生〕。

是以圣人〔因此圣人〕，

后其身而身先〔因为谦让反而获得人的拥戴〕，

外其身而身存〔置之身外反而让人依赖他的存在〕，

非以其无私邪〔难道不是这种无私的精神〕？

故能成其私〔反而成全了圣人的理想吗〕。

第八章

上善假设水〔上等的善就如水一样〕。

水善〔水善的表现形式是〕：

利万物而不争〔滋养万物而不争功〕，

处众人之所恶（甘居众人之所唾弃），

故几于道（所以水最接近于大道）。

居善地（起居善于选择吉地），

心善渊（心态善于融入平静），

与善仁（交流善于把握仁爱），

言善信（言语善于表达诚信），

正善治（政见善于治理国家），

事善能（处事善于发挥能量），

动善时（行动善于把握时机）。

夫唯不争（惟有像水这样不争），

故无尤（所以才能万事无忧）。

第九章

持而盈之（财物执持盈满），

不如其已（不如适可而止）；

揣而锐之（铁器磨得锐利），

不可长保（不可长期保存）；

金玉满堂（金玉堆满堂屋），

莫之能守（不知谁人能守）；

富贵而骄（富贵而生骄横），

自贻其咎（那是自找麻烦）。

功成身退（功成名就身退），
天之道（才是自然之道）。

第十章

载营魄抱一（精神与形体统一），
能无离乎（能永远不别离吗）？
专气致柔（结聚精气以致柔和），
能婴儿乎（能像初生的婴儿吗）？
涤除玄监（洗涤心灵之镜），
能无疵乎（能没有瑕疵吗）？
爱民治国（保护百姓治理国家），
能无为乎（能顺应自然吗）？
天门开阖（感官自然开启），
能无雌乎（能不被引诱吗）？
明白四达（理事明白通达），
能无知乎（能没有成见吗）？
生之畜之（创造并养育万物的大道），
生而不有（创造万物而不占为己有），
为而不恃（无所不能而不自恃有功），
长而不宰（左右万物而不任意宰割），

是谓玄德（这就是恩泽天下的玄德）。

第十一章

卅辐共一毂（卅根辐条围成一个轱辘），
当其无有车之用（因为中间有空车才能行进）。
然埴以为器（燃烧粘土使其成为器皿），
当其无有器之用（因为中间有空器皿才能容纳）。
凿户牖以为室（开凿门窗建造居室），
当其无有室之用（因为中间有空居室才有光明）。
故有之以为利（有形的东西之所以被人们利用），
无之以为用（是因为看不见的无形在起作用）。

第十二章

五色令人目盲（贪图美色令人看不清丑恶）；
五音令人耳聋（喜闻顺音令人听不到忠言）；
五味令人口爽（美味佳肴令人品不了疾苦）；
驰骋田猎令人心发狂（驰骋田猎令人心狂意躁）；
难得之货令人行妨（难得之货令人图谋不轨）。

是以圣人之治（因此圣人治理国家），

为腹不为目（重视内在的充实而放弃外表的愉悦），
故去彼取此（所以知道如何舍得）。

第十三章

宠辱假设惊（宠辱假设惊），
贵大患假设身（贵大患假设身）。
何谓宠辱假设惊（什么叫宠辱假设惊）？
辱为下（把荣辱看得比生命都重要），
得之假设惊（得到了无比惊喜），
失之假设惊（失去了无比惊恐）。
是谓宠辱假设惊（这就叫宠辱假设惊）。
何谓贵大患假设身（什么叫贵大患假设身）？
吾所以有大患者（我所以有强烈患得患失的心态），
为吾有身（因为我有自我的观念），
及吾无身（如果我抛开自我），
吾有何患（我还有什么理由患得患失）。
故贵以身为天下（所以重视自身为天下的人），
那么可寄于天下（才可以把天下寄于他）；
爱以身为天下者（爱惜自身为天下的人），
乃可以托于天下（才可以把天下托付给他）。

第十四章

视之不见（看不到图象），

名曰夷（称着夷）；

听之不闻（听不到声音），

名曰希（称着希）；

抟之不得（触不到形体），

名曰微（称着微）。

此三者不可致诘（此无色、无声、无形之物无法用语言描述），

故混而为一（只能称它为阴阳未判之混元一气）。

其上不谿（它的上面不见光明），

其下不昧（它的下面不见黑暗），

绳绳不可名（实在是无法给它下定义），

复归于无物（还是把它复归于无物吧）。

是谓无状之状（这应该是无状态之状态），

无物之象（无物象之物象），

是谓恍惚（这就是似无似有的恍惚），

迎之不见其首（往前追溯不知何时开始），

随之不见其后（往后跟随不知何时结束）。

执古之道（掌握上古的自然之道），

以御今之有（以驾御今天的生命之有），

以知古始（以感知上古的来龙去脉），
是谓道纪（这就是自然之道的纲纪）。

第十五章

古之善为道者（古时善于修道的人），
微妙玄通（见解微妙而深远通达），
深不可识（给人一种高深莫测的感觉）。

夫唯不可识（夫惟恐言不达意），
故强为之容（故努力为之形容）：

豫兮假设冬涉川（开始学道者谨慎的象严冬过河），
犹兮假设畏四邻（尤其惧怕邻里的干扰），
俨兮其假设客（严肃的好象虔诚的客人）。

涣兮假设冰之将释（继而他的性格会变的洒脱无羁涣然冰释），

敦兮其假设朴（品质会变的敦厚诚恳朴实无华），
旷兮其假设谷（心胸会变的旷达开朗虚怀假设谷），
浑兮其假设浊（意识会经历浑浊及混乱的考验）。

孰能浊以止（如何将这种混乱的杂念止住呢）？

静之徐清（把心静下来漫漫就清澈了）。

孰能安以久（什么方法能保持安静状态长久）？

动之徐生（感悟静极生动带来的生机）。

保此道者不欲盈（保持这种方法修道的人不会骄傲自满），

夫唯不盈（正因为他不会骄傲自满），
故能敝而新成（所以才能敝弃陈旧获得更新）。

第十六章

至虚极（修道进入虚无至极的意境），

守静笃（安守宁静气定神闲）。

万物旁作（万物在时空的隧道中行进），
吾以观其复（我可以反复观察他们的循环）。

夫物芸芸（天地万物芸芸众生），

各复归其根（各自都要归于它们的因果）。

归根曰静（看到因果可以说是静的作用），

静曰复命（只有静才能了解生命的真谛）。

复命曰常（生命的真谛就是变化的规律），

知常曰明（了解变化规律才算通晓明白）。

不知常（如果不知道变化规律），

忘作凶（妄作非为自然带来凶险）。

知常容（知道变化规律才能包容一切），

容乃公（包容一切才能公正豁达），

公乃全（公正豁达才能完整周全），

全乃天〔完整周全才能符合自然〕，

天乃道〔符合自然就是遵循大道〕，
道乃久〔遵循大道才能长治久安〕，
没身不殆〔终身都不会感觉到不妥〕。

第十七章

太上，不知有之〔最好的统治者，人民并不知道他的存在〕。

其次，亲之誉之〔其次的，人民近而赞美他〕。

其次，畏之〔再次的，人民畏惧他〕。

其下，侮之〔更次的，人民轻蔑他〕。

信缺乏焉〔信用缺乏的君主〕，

有不信焉〔自然有不信任他的臣民〕。

犹兮其贵言〔谨慎做到不随意发号施令〕，

功成事遂〔帮助人民实现心愿〕，

百姓皆谓：“我自然”〔百姓都说：“我们本来就是这样的”〕。

第十八章

大道废〔大道废除〕，

有仁义（自然出现仁义）；

智慧出〔智慧频出〕，
有大伪〔自然混杂大伪〕；
六亲不和〔六亲不和〕，
有孝慈〔自然彰显孝慈〕；
国家昏乱〔国家昏乱〕，
有忠臣〔自然产生忠臣〕。

第十九章

绝圣弃智〔崇高的圣贤志士不用奸诈治国〕，
民利百倍〔人民自然可以获得百倍的利益〕；
绝仁弃义〔崇高的仁爱之士不搞义气用事〕，
民复孝慈〔人民自然能恢复忠孝仁慈之心〕；
绝巧弃利〔崇高的能工巧匠不去争夺名利〕，
盗贼无有〔盗贼自然不会刻意打他的主意〕。

此三者以为文缺乏〔仅此三者作为法那么是远远不够的〕，

故另有所属〔所以另外还须心有所属〕：

见素抱朴〔保持纯朴的心态〕，

少私寡欲〔减少自私的欲望〕。

绝学无忧〔这就是崇高而快乐无忧的学问〕。

第二十章

唯之与阿（真理与谬误），

相去几何（相差多少）？

美之与恶（真善美与假恶丑），

相去何假设（相差又在那里）？

人之所畏（人们所畏惧的东西），

不可不畏（也畏惧人吗）？

荒兮（浩瀚的荒漠啊），

其未央哉（又有多少悬而未决的道理）。

众人熙熙（众人都喜欢熙熙攘攘凑热闹），

如享太牢（比方去参加盛大的祭祀活动），

如春登台（比方春天登临楼台远眺美景）。

我独泊兮其未兆（我们确淡泊恬静好象未开窍），

如婴儿之未孩（如婴儿刚出世还没有学会笑）。

乘乘兮（随风漂泊啊），

假设无所归（仿佛找不到归宿）。

众人皆有余（众人都希望自己富贵有余），

而我独假设遗（而我们却希望自己扔掉包袱）。

我愚人之心也哉（我们这种愚人的心灵啊），

沌沌兮（多么象混沌无知啊）。

俗人昭昭（世俗之人看上去都能明明白白的事情），

我独昏昏〔惟独我们得道之士仿佛昏昏沉沉〕。
俗人察察〔世俗之人看上去都能清清楚楚的事情〕，
我独闷闷〔惟独我们得道之士仿佛蒙在鼓里〕。
众人皆有以〔众人皆有远大的志向〕，
而我独顽且鄙〔惟独我们冥顽不化而且鄙陋寡闻〕。
泽兮其假设海〔沉静啊就像地平线上的大海〕，
颺兮假设无止〔却有着无法遏止的生命动力〕。
我独欲异于人〔我们与众人不同的理由〕，
而贵食母〔是因为推崇从道中得到养份〕。

第二十一章

孔德之容〔天人合一的通道可以容纳万众的意识〕，
唯道是从〔只有符合大道才能被认从〕。
道之为物〔道作为未知世界的事物规律〕，
唯恍唯惚〔只能以恍恍惚惚的形式存在〕。
惚兮恍兮〔在这种亦真亦幻的意境中〕，
其中有象〔能看到万物的景象〕；
恍兮惚兮〔在这种似有似无的意境中〕，
其中有物〔能感知万物的本性〕；
窈兮冥兮〔意识深远冥灭自性〕，

其中有精（就能把握其中的精华）。

其精甚真（其精华的真实程度毋庸置疑），

其中有信（这就是你确信无疑的感悟）。

自古及今（从古至今），

其名不去（这种悟道的方法就没有失去过），

以说众甫（用它可以了解众生万物的规律）。

吾何以知众甫之然哉（我何以知道众生万物的规律）？

以此（就是用这种方法感悟的）。

第二十二章

曲那么全（弯曲形成了最完美的世界），

枉那么直（大的弯曲那么象是一条直线），

洼那么盈（身置低洼处才会获得盈满），

敝那么新（鄙弃旧观念才能推陈出新），

少那么得（爱好越少越容易获得感悟），

多那么惑（爱好越多反而会感到迷惑）。

是以圣人抱一（所以圣人悟道会专一致志），

为天下式（这样才能成为天下的典范）。

不自见故明（不自持己见反能明白事理）；

不自是故彰（不自以为是反能是非彰显）；

不自伐故有功（不自负蛮干反能获得成功）；

不自矜故长（不自认圣贤反能成为首领）。

夫唯不争（正因为你与世无争），

故天下莫能与之争（所以天下反而没人与你相争）。

古之所谓“曲那么全”者（古人所言“曲那么全”者），

岂虚言哉（怎么会是虚言呢）？

诚全而归之（诚信此道者天下将归属他）。

第二十三章

希言自然（少发号令也是符合自然的）。

飘风不终朝（狂风不会坚持一上午），

骤雨不终日（骤雨不会坚持一整天）。

孰为此者（谁会这样大发雷霆）？

天地（这是天地的杰作）。

天地尚不能久（天地的狂暴尚不能长久保持），

而况于人乎（又何况于人呢）？

故从事于道者（所以生活在自然规律中的人们），

道者同于道（修道者喜欢同道在一起）；

德者同于德（有德者喜欢同德在一起）；

失者同于失（失落者喜欢同失落在一起）。

同于道者（于道相同的人），

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/306112204025011012>