

## 老子第十三至十七章注釋

参考書目：

- (1) 鄭成海，《老子河上公注斟理》
- (2) 张忆，《老子白话今译(先秦诸子今译丛书)》
- (3) 云尘子，《老子》说解

### 猷耻第十三

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

#### 【注釋】

**宠辱若惊：**若，乃，于是。受宠或受辱，就感到惊恐。

**贵大患若身：**大患，大的祸患。河上公注，“贵，畏也”。此句义不可通，疑原作“大患有身”，“有”，“若”篆形相近。下文“吾所以有大患者，为吾有身，及吾无身，吾有何患？”正申明此义，“有身”二字，前后相应（高亨）。贵，畏。若，至。畏大患至身，故皆惊。[郑] 另解：重视大的祸患出现，应当像重视自己的身体一样。[云] 重视身体就象重视大祸患一样 [张]

**何谓宠辱若惊？**河上公本无“若惊”二字。问何为宠，何为辱？宠者尊荣，辱者耻辱及身，还自问者，以晓人也。

**宠为下，**河上公本“辱为下”。下，下贱。[郑]。得宠并不光荣，而是卑下的。[张]

**何谓贵大患若身？**此句删改作“何谓大患有身”何故畏大患至身？[郑]

**吾所以有大患者，为吾有身：**我之所以有大患，是因为我有身体存在。老子认为大患来自人的身体，因此防止大患，应该先重视身体（贵身）。老子一向强调贵身，并没有动人弃身、轻身或忘身。但老子这里的意思，古往今来普遍被误解为劝人轻身、弃身。今从陈鼓应（以及古代司马光、范应元）的解释。[张]

**故贵以身为天下，若可寄天下：**寄，寄托，交付。以贵身的态度对待天下事，才可以把天交托给他。老子认为，贵身的人即“为腹”而不“为目”，只求生活的安这恬静，而不追求声色娱乐，这样的人才可能不因为荣辱毁誉而使自身受到损害，因而才可以担当天下的大任。[张] 因此，看重自己生命，而像对待自己的生命那样，让百姓也看重自己生命，这样来治理天下的人，似乎可以把天下寄托给他，但是，过分看重生命存在，恐怕难以长久拥有天下。[云]

**爱以身为天下，若可托天下：**以爱身的态度对待天下事，才可以把天下托付给他。[张] 爱自己的生命，而像对待自己的生命那样，让百姓也爱自己的生命，这样治理天下的人，才可以将天下真正托付给他，关键在于他爱自己并非只为了自己，而是为百姓，这样才能长久拥有天下。[云]

#### 【白話文翻譯】

得宠和受辱都感到惊恐，重视身体就象重视大祸患一样。

什么叫得宠和受辱都感到惊恐呢？得宠（本质上）是卑下的，得到宠爱感到惊恐不安，失去宠爱也感到惊恐不安，这就叫得宠和受辱都感到惊恐。什么叫重视身体象重视大祸患一样？我所以有大祸患，是因为我有这个身体，如果没有这个身体，我还会有什么祸患呢？

所以，能够看重自己的身体，并以这种态度去处理事情的人，才可以把天下文付给他；能够爱惜自己的身体，并以这种态度去处理事情的人。才可以把天下托付给他。

#### 【阐释】

老子认为，无论是得宠或是受辱，都是对自己人格的一种贬低。受辱损伤自尊，得宠则会使人感到这是意外的殊荣，因而战战兢兢、诚惶诚恐，独立的人格无形中便失去了。而一般人对于身外的宠辱毁誉，总是十分看重，有的甚至看得比生命还重，因此老子提倡“贵身”，就是让人们看重自己的生命。自己的人格，而轻视荣辱之类身外之物。

## 赞玄第十四

视之不见，名曰夷。听之不闻，名曰希。搏之不得，名曰微。比三者不可致诘，故混而为一。其上不皦，其下不昧。绳绳兮不可名，复归於无物。是谓无状之状，无物之象，是谓惚恍。迎之不见其首，随之不见其後。执古之道，以御今之有。能知古始，是谓道纪。

#### 【注釋】

夷：无色曰夷（河上公）希：无声曰希（河上公）微：无形曰微（河上公）。搏，索持也，即摸索而持之。

比三者不可致诘，故混而为一：比，应为“此”。三者，指视之不见的“夷”、听之不见的“希”和搏之不得的“微”。这三者是老子用以描述不可感知的“道”的。由于“道”没有确定的形体，我们的感官无从体验，因此难以用确切的语言描述它，只能以我们经验世界的这些概念去“证伪”它，通过对我们熟知的感性经验的一一否定，从而显示“道”的特征。致诘：究诘，追究。这句的意思是：无论夷，还是希，还是微，这三者形象是无法追究的，所以道是浑沌一体的。[张]

其上不皦，其下不昧：皦（jiǎo）：明亮、清晰。[张]言一在天上，不皦皦光明[郑]。昧：阴暗、不清楚。[张]言一在地下，不昧昧有所暗冥。

绳绳兮不可名：绳绳（mín）：渺茫、幽深、不可知。名：名状，描绘。[张]

复归于无物：指“道”复归于它无形无象、混沌不分的状态。这与十六章“复归其根”是同一个意思。“无物”，并不是空无所有，而是指我们的感官不能知觉的、不具有任何形象的“道”。

无状之状，言一无形状，而能为万物之形状。[郑]

无物之象，一无物质，而为万物设形象也。[郑]

是谓惚恍，一惚惚恍恍，若存若亡，不可见之也。[郑]

迎之不见其首，言一无端末，不可预待也。[郑]

随之不见其后，言一无影迹，不可得而看。[郑]

执古之道，以御今之有：执，依据、根据；古之道，古来就存在的“道”。御：驾驭。在此当“利用、使用”解。今之有：眼前的具体事物。这里的“有”是指一般意义的上现实世界的存在物，不同于一章的“有”。[张]

以知古始，是谓道纪：古始：宇宙的开端、“道”的起始。道纪：纪，纲纪，规律。

道纪，“道”的纲纪，道的规律。[张]人能知上古本始有一，是谓知道纲纪也。[郑]

### 【白話文翻譯】

看它看不见，叫做“夷”；听它听不到，叫做“希”，摸它摸不着，叫做“微”。这三者的形象无法追究下去，它是浑沦一体的。它上面不显得光明，下面也不显得昏暗，渺茫幽远不可名状，（一切的运动都）会回归到无形的状态。这就叫做没有形状的形状，不见物体的形象，这就叫做“恍惚。”迎着它，看不见它的前头；跟着它，看不见它的背后。

根据早已存在的“道”来驾驭现在的具体事物。能够认识宇宙的起始，这就叫“道”的规律。

## 显德第十五

古之善为道者，微妙玄通，深不可识。夫唯不可识，故强为之容：豫兮若冬涉川；犹兮若畏四邻；俨兮其若客；涣兮其若凌释；敦兮其若朴；旷兮其若谷；混兮其若浊；  
【澹兮其若海；飏兮若无止。】孰能浊以静之徐清；孰能安以动之徐生。保此道者，不欲盈。夫唯不盈，故能蔽而新成。

### 【注釋】

古之善为道者：道，王弼本作“士”，傅奕本、帛书乙本作“道”。[张]

微妙玄通，玄，天也。言其志节玄妙，精与天通也。[郑]

深不可识：道德深远，不可识知。[郑] 细致、深邃而通达，深刻到一般人不能认识。老子认为“道”是深妙恍惚、不可捉摸的超验存在，而懂得“道”的人与一般为利欲所制约的俗人不同，显得静濇幽深，难以看到底。[张]

夫唯不可识，故强为之容：强，勉强；容，描绘、形容。正因为有“道”之人深刻到一般人不能认识，所以（只得）勉强去形容他。

豫兮若冬涉川：豫，帛书本作“與”，形容 迟疑慎重的样子。若冬涉川：象冬天涉足江河。冬天过河，即在冰上走，不敢无所顾忌，必如履薄冰，小心慎重。[张]

犹兮若畏四邻：犹兮：警惕戒备的样子。四邻：指周围邻国。[张] 若人犯法，畏四邻知之也。[郑]

俨兮其若客：俨兮：形容庄重严肃的样子。客：五弼本原作“容”，河上公本、傅奕本、景龙本及帛书本均作“客”，客、容字形相近，故疑王弼本为误写。[张] 如客畏主人，俨然无所造作也。[郑]

涣兮其若凌释：涣兮：形容融和疏脱的样子。凌释：凌，冰。指冰的融化。帛书甲、乙本均作“凌释”，但一般通行本作“冰之将释”。

旷兮其若谷：旷兮：形容空豁开广的样子。

混兮其若浊：混，浑朴厚道。[张] 浑者守举真，浊者不昭然也，与众合同，不自尊。[郑]

孰能浊以静之徐清：谁能够在浑浊中安静下来，慢慢地澄清。[张] 谁能知水之浊，止而净之，徐徐自清也。[郑]

孰能安以动之徐主：谁能够在长久的安定中变动起来，慢慢地趋进。[张] 谁能安静以久，徐徐生长也？[郑]

不欲盈：盈，满。不要求圆满。

蔽不新成：蔽，通“敝”，意思是虽破败但不会穷竭，不必作新补充。[张] 夫唯不盈满之人，能守蔽，不为新成。蔽，匿光荣也。新成者，贵功名。[郑]

### 【白話文翻譯】

古时候懂得“道”的人，细致、深邃而通达，深刻到难以认识的地步。

正因为难以认识，所以只好勉强地形容他：小心谨慎呵，象冬天踏冰过河；警惕疑惧呵，象提防着周围的攻击；庄重严肃呵，象在作客；融和疏脱呵，象冰柱消融；敦厚质朴呵，象未经雕凿的素材；空豁旷达呵，象深山幽谷；浑朴厚道呵，象江河的混浊；谁能够在浑浊中安静下来，慢慢地澄清？谁能在长久的安定中变动起来，慢慢地趋进？

保持这种“道”的人，他不要求圆满。正因为不自求圆满，所以虽然破败，却不会穷竭，不必制造新的东西去补充。

## 归根第十六

致虚极，守静笃。万物并作，吾以观复。夫物芸芸，各复归其根。归根曰静，静曰复命；复命曰常，知常曰明。不知常，妄作凶。

知常容，容乃公，公乃全，全乃天，天乃道，道乃久，没身不殆。

### 【注釋】

**致虚极，守静笃：**尽量使心灵达到虚寂状态，牢牢地保持这种宁静。“虚”、“静”都是老子认为的心灵应该保持的状态，即一种没有心机、没有成见的状态，这种状态是消除了利欲的引诱和外界的纷扰而得到的空明宁静。[张] 得道之人，捐情去欲，五内清静，至于虚极。[郑]

**万物并作，吾以观复：**作，生也。万物都在蓬勃生长，我因此观察到了循环往复的规律。[张] 言一只以观见万物，无不皆归其本也，人当念重本也。[郑]

**芸芸：**纷繁茂盛的样子。常形容草木繁茂。

**各复归其根：**根，根本，指事物本来具有的性质。**复归其根，**回归本原，即返回自然的本性。（与“天命之谓性，率性之谓道”的道理一样吗？）

**复命：**复归本性，这里指回到虚静的本性。老子认为，“道”的本质是虚静的，天地万物（包括人类）是由“道”这个根本所产生的，因此它们回归本原便是回到虚静的状态。老子的“复命”思想，对后世哲学思想的发展影响很大，宋代“复性”思想，便可从老子这里找到根源。老子的复归思想，一方面说明了人性本是虚静淡泊的，因后天的种种欲望使心灵被扰乱；另一方面又体现了老子对世界的认识——事物是循环往复地运动变化着的。[张]

**常：**指事物运动变化中不变的规律，也就是永恒的法则。[张]

**明：**事物的运动变化都依循着循环往复的规则，对这种规则的认识，就叫做“明”。[张] 能知道之所常行，则为明。[郑]

**不知常，妄作凶：**对事物的运动变化规律不了解，轻举妄动就会出乱子。[张] 不知道道之所常行，妄作巧诈，则失神明，故凶也。[郑]

**容：**包容、宽容。[张] 能知道之所常行，去情忘欲，无所不包容也。[郑]

**公：**公平。[张] 无所不包容，则公正无私，众邪莫当。[郑]

**王：**即天下归顺的意思。[张] 公正无私，则可为天下王。[郑]

**天：**代指自然。[张] 能王，德合神明，乃与天通 [郑]

**天乃道：**德与天通，则与道合同也。[郑]

**道乃久：**与道合同，乃能长久。[郑]

**没身不殆：**没身，指死亡。**殆，**危险。[张] 能公、能天、通天、合道、四者纯备，道德

弘远，无殃无咎，及与天地俱没，不危殆也。 [郑]

### 【白話文翻譯】

尽量使心灵达到一种虚寂状态，牢牢地保持这种宁静。

万物都在蓬勃生长，我由此观察到了循环往复的规律。

万物纷繁茂盛，（最终）各自又会返回到它的出发点。归回本原叫“静”，静叫做“复命”，复命叫做“常”，认识了常叫做“明”。不了解“常”，轻举妄动就会出乱子。

认识了“常”，才能无所不包；无所不包就能但然公正；但然公正才能天下归顺；天下归顺才能符合自然；符合自然，才能符合“道”；符合“道”，才能长久，到死都不会遭受危险。

## 淳风第十七

太上，不知有之；其次，亲而誉之；其次，畏之；其次，侮之。信不足焉，有不信焉。悠兮其贵言，功成事遂，百姓皆谓：我自然。

### 【注釋】

太上：最好的、至上的、第一流的。这里指最好的政治。 [张]

不知有之：（人民）不知道有君主的存在。 [张]

其次，亲而誉之：比这次一等的，（人民）亲近他而且赞扬。 [张] 其德可见，恩惠可称，故亲爱而誉之。 [郑]

其次畏之：设刑法以治之 [郑]

信不足焉，有不信焉：（统治者的）诚信不足，才会有（老百姓）不信任他的事情。 [张] 君信不足于下，下则应之以不信，而欺其君也。 [郑]

以上一段表现出老子的政治理想，便是统治者行“无为而治”而使老百姓自由满足、心目中根本没有权威的压力与威胁，也就是说政权的威慑力完全消解，大家生活在安闲自适的氛围中。 [张]

悠兮：悠闲的样子。贵言：以言为贵。意思是不轻易发号施令。自然：自己本来的样子。 [张] 百姓不知君上之德淳厚，反以为只自当然也。 [郑]

### 【白話文翻譯】

最好的政治，人民根本意识不到统治者的存在；其次的政治，人民亲近君王、赞扬君王；再次一等的，人民害怕统治者；更次一等的，人民轻侮统治者。统治者的诚信不足，人民才对他不信任。

（最好的统治者）是悠闲自如的呵，他不轻易发号施令。事情办成功了，百姓都说：“我们本来就应该是这样的。”