

## 第一讲 反者道之动的辩证智慧

### 导 论

朴素的辩证法是老子哲学中最有价值的部分。在中国哲学史上，老子第一次深刻而系统地揭示了事物对立统一的规律。老子认为，事物的发展和变化都是在矛盾对立的状态中产生的，对立着的双方互相依存、互相联结，并能向其相反的方向转化。这是自然之道的根本性质，于是老子提出了“反者道之动”的基本规律。老子的辩证法是基于对自然和社会综合的概括，其目的在于找到一种合理的社会生活与政治模式。他所提出的一系列对立面，在人类社会生活中随处可见，如善恶、美丑、是非、强弱、成败、祸福等，都蕴含着丰富的辩证法原理。譬如说，如果人们没有对美好事物的认定和追求，也就不会产生对丑恶现象的唾弃；当你还沉浸在幸福或成功的喜悦中时，或许一场灾祸或不幸正悄悄临近。

老子的朴素辩证法对中国文化的影响极其深远。传统文学艺术中不少体现辩证思维的范畴，就与之有明显的渊源联系。例如，“有”与“无”这对范畴出自老子哲学，“有无相生”体现了事物对立统一的辩证关系，实际也体现了艺术创作的辩证关系。后世的作家、艺术家逐步从老庄哲学中引申出了这样一种思想：通过“有声”“有色”的艺术，

进入“无声”“无色”的深层艺术境界，才是至美的境界。与之相关，“虚”与“实”的概念也应运而生，而“虚实相生”理论也成为中国古代书法、绘画艺术美学中独具特色的理论。

“奇”与“正”这对范畴则涉及艺术创作中整齐与变化相统一的创造、表现方法，为中国古代作家、艺术家所常用。“正”指正常、正规、正统、整齐、均衡，“奇”指反常、怪异、创新、参差、变化，二者在艺术创造中是“多样统一”规律的具体表现之一。在创作者们看来，此二者意味着事物与事物或形式因素之间既有对称、均衡、整齐，又有参差、矛盾、变化，彼此相反相成，正中见奇，奇中有正，奇正相生，于是产生出和谐的、新颖的艺术美。倘若寻根究源，“奇”与“正”作为对立的哲学范畴，始见于《道德经》第五十七章：“以正治国，以奇用兵，以无事取天下。”奇正结合的思想被很多思想家和文艺理论家接受，并有了崭新的创造性发展，比如《孙子兵法》着重继承并发展了“以奇用兵”的思想，孙武被后世称为“兵圣”；而将这对范畴移用于文学理论研讨之中，则始于南朝齐梁年间刘勰的伟大著作《文心雕龙》；如此等等。

实际上，《道德经》全书八十一章，本身就是辩证法思想的智慧结晶，我们只要读一读原文就知道，这本书几乎全部是按照正反对比、反正逆向、正反合观的基本思维模式写作出来的，“正一反一合”或“反一正一合”是其使用最多的两种模式，在确立观点、生成句子、判定性质、论辩事物、阐述道理、揭示规律、创立学说等各方面，成为老子写作措辞的主要原理，涵盖了微观、中观、宏观各个层级，包括了自然规律、政治

治理、为人处世、明哲保身、不言之教、养生保健、财富观念、语言艺术、军事策略等不同的应用领域。因此，以辩证法为理论武器的老子哲学思想体系，是中国先秦诸子各家中理论研究最深、思想成就最高、哲学思辨最多、应用范围最广的一家。《道德经》奠定了中国哲学的基本范式，成为中国哲学的主要渊源。

正是因为辩证法思想的重大理论价值和应用价值，所以，我们将其放在本书的第一讲来阐述。

## 1. 《道德经》第四十章

反者<sup>①</sup>道之动，弱者<sup>②</sup>道之用。天下万物生于有<sup>③</sup>，有生于无<sup>④</sup>。

### 【注释】

① 反者：循环往复。一说意为相反、对立面。

② 弱者：柔弱、渺小。

③ 有：道的有形物质。

④ 无：超越有形质体的无形之道。

### 【今译】

循环往复的运动变化是道的运动，道的作用是微妙、柔弱的。天下的万物产生于看得见的有形物质，有形物质又产生于不可见的无形之道。

### 【解读】

在本章里，老子用极其简练的文字，讲述了“道”的运动变化法则和“道”产生天下万物的作用。本章和第四十二章都是就“道”的基本理论而论的。本章虽然只有两句话，但言简意赅，含义十分丰富。

老子在《道德经》里，多次涉及“事物的矛盾和对立转化是永恒不变的规律”，概括了自然和人类社会的现象与本质，这是十分光辉的思想和精辟的见解。对于“反者道之动”，历来解释者有两种观点：一是说矛盾着的对立物各自向着自己的对立面转化；二是说事物运动变化的规律是循环往复。其实这两种解释的意思是相同的。因为老子承认运动，承认运动循环往复、周而复始。“弱者道之用”，是说“道”在发挥作用的时候，用的是柔弱的方法。这不完全是消极的，同样也有积极的一面。道创造万物，并不使万物感到有什么强迫的力量，而是使万物自然而然地发生和成长。用弱和用强，也就是“无为”和“有为”的区别。老子把有与无当成相互对立的两个哲学范畴，有与无都是道的属性，是道产生天地万物时由无形质落向有形质的活动过程。

## 2. 《道德经》第四十二章

道生一<sup>①</sup>，一生二<sup>②</sup>，二生三<sup>③</sup>，三生万物。万物负阴而抱阳<sup>④</sup>，冲气以为和<sup>⑤</sup>。人之所恶，唯孤、寡、不谷<sup>⑥</sup>，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<sup>⑦</sup>。

### 【注释】

① 一：这是老子用以代替“道”这一概念的数字表示，即道是绝对无偶的。

② 二：阴气和阳气。“道”本身包含对立的两方面。阴阳二气所含育的统一体即“道”。

因此，对立着的双方都包含在“一”中。

③ 三：由两个对立的方面相互矛盾冲突所产生的第三者，进而生成万物。

④ 负阴而抱阳：背阴而向阳。

⑤ 冲气以为和：冲，冲突、交融。此句意为阴阳二气互相冲突交和而达至均匀和谐状态，从而形成新的统一体。

⑥ 孤、寡、不谷：这些都是古时候君主用以自称的谦词。

⑦ 教父：有根本和指导思想的意思。父，有的学者解释为“始”，有的解释为“本”，有的解释为“规矩”。

### 【今译】

道是独一无二的，道本身包含阴阳二气，阴阳二气相交而形成一种适匀的状态，万物在这种状态中产生。万物背阴而向阳，并且由阴阳二气的互相激荡而成新的和谐体。人们最厌恶的就是孤、寡、不谷，但王公却用这些字来称呼自己。所以一切事物，如果减损它反而会得到增加，如果增加它反而会得到减损。别人这样教导我，我也这样去教导别人。强暴的人死无其所。我把这句话当作施教的宗旨。

### 【解读】

本章的前半部分讲的是宇宙生成论，其中的“一”“二”“三”，是指“道”创生万物的过程，这是继第四十章之后，又一段关于“道”的基本原理的重要论述。宇宙万物的总根源是“混而为一”的“道”，对于千姿百态的万物而言，“道”是独一无二的。后半部分则警诫王公贵族要以贱为本、以下为基，其理论渊源在于老子提倡的辩证法思想——矛盾的双方既是对立的，又是统一的，事物相反相成，双方并非不变，而是可以互相转化的，比如，平民陈胜就曾高呼“王侯将相宁有种乎”的反抗口号，发动了历史上第一次农民起义。因此，老子讲的柔弱退守，实际上是政治治理与为人处世的重要原则，《尚书》云：“满招损，谦受益。”这也合乎辩证之道。

在基本解释了老子的辩证法思想之后，我们来看一看《道德经》全书中对这一重要法则的运用。以下所选的文字内容，是《道德经》书中比较明显地体现辩证法思想的部分，因为文字太多，不能全书都讲，所以只选了一部分。大家在学习之后，可以在课后阅读原著，再从中选一部分出来，自己思考体会。

## 3. 《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。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。是以圣人处无为之事，行不言之教；万物

作焉而不辞，生而不有，为而不恃，功成而弗居。夫唯弗居，是以不去。

### 【今译】

天下人都知道美之所以为美，那是由于有丑陋的存在。都知道善之所以为善，那是因为恶的存在。所以有和无互相转化，难和易互相形成，长和短互相显现，高和下互相充实，音与声互相谐和，前和后互相相随——这是永恒的。因此圣人用无为的观点对待世事，用不言的方式施行教化；听任万物自然兴起而不为其创始，使其生长而不专有，有所施为但不加自己的倾向，功成业就而不自居。正由于不居功，就无所谓失去。

### 【解读】

本章内容分两层。第一层集中而鲜明地体现了老子朴素的辩证法思想。他通过日常的社会现象与自然现象，阐述了世间万物之间都具有相互依存、相互联系、相互作用的关系，论说了对立统一的规律，确认了对立统一的永恒的、普遍的法则。在前一层意思的基础上，展开第二层意思。人们应当如何对待矛盾对立的客观世界呢？老子提出了“无为”的观点。此处所讲的“无为”不是无所作为、随心所欲，而是要以辩证法的原则指导人们的社会生活，帮助人们寻找顺应自然、遵循事物客观发展的规律。他以圣人为例，教导人们要有所作为，但不是强作妄为。老子认识到，宇宙间的事物都处在变化运动之中，事物从产生到消亡都是有始有终的、经常变化的，宇宙间没有永恒不变的东西。老子在本章里指出，事物都有自身的对立面，都是以对立的方面为自己存在的前提，没有“有”也就没有“无”，没有“长”也就没有“短”，反之亦然。这就是中国古典哲学中

所谓的“相反相成”。本章所用“相生、相成、相较、相倾、相和、相随”等，是指相比较而存在，相依靠而生成，只是不同的对立概念使用了不同的动词。显然，在老子哲学中有发挥主观能动性，去贡献自己的力量，去成就大众的事业的积极进取的因素。我们将在“无为而无不为的处世智慧”一讲中进行分析。

#### 4. 《道德经》第七章

天长地久。天地所以能长且久者，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。

##### 【今译】

天长地久。天地之所以能长久存在，是因为它们不为了自己的生存而自然地运行着，所以能够长久生存。因此，有道的圣人遇事谦退无争，反而能在众人之中领先；将自己置之度外，反而能保全自身生存。这不正是因为他无私吗？所以能成就他的自身。

##### 【解读】

本章由道论人，反映了老子以退为进的思想主张。老子认为，天地由于“无私”而长存永在，人间“圣人”由于退身忘私而成就其理想。如大禹为人民治水，十三年在外，三过家门而不入，人民拥戴他为天子。老子用朴素辩证法的观点，说明利他（“退其身”“外其身”）和利己（“身先”“身存”）是统一的，利他往往能转化为利己。老子想以此



说服人们都来利他，这种谦退无私精神，有它积极的意义。对天地来说，“以其不自生，故能长生”。对圣人来说，“非以其无私邪？故能成其私”。不自生故能长生，不自私故能成其私，其中包含辩证法的因素，说明对立着的双方在互相转化。通俗地讲，老子所赞美的圣人能谦居人后，能置身事外，他不是对什么事都插手，而是从旁边把事情看清了再帮一把，这样反而能够站得住脚。这种思想，也可以在普通人中践行，可以看作为人处世的智慧，以无争而争，以无私而私，以无为而为。

## 5. 《道德经》第八章

上善若水。水善利万物而不争，处众人之所恶，故几于道。居善地，心善渊，与善仁，言善信，正善治，事善能，动善时。夫唯不争，故无尤。

### 【今译】

最善的人好像水一样。水善于滋润万物而不与万物相争，停留在众人都不喜欢的地方，所以最接近于道。最善的人，居处最善于选择地方，心胸善于保持沉静而深不可测，待人善于真诚、友爱和无私，说话善于恪守信用，为政善于精简处理，能把国家治理好，处事能够善于发挥所长，行动善于把握时机。最善的人所作所为正因为有不争的美德，所以没有过失，也就没有怨咎。

### 【解读】

在上一章以天地之道推及圣人之道后，本章以水为喻，教人养善、行善。老子首先用水性来比喻有高尚品德者的人格，认为他们的品格像水那样，一是柔，二是停留在卑下的地方，三是滋润万物而不与争。最完善的人格也应该具有这种心态与行为，不但做有利于众人的事情而不与争，而且还愿意去众人不愿去的卑下的地方，愿意做别人不愿做的事情。他可以忍辱负重、任劳任怨，能尽其所能地贡献自己的力量去帮助别人，而不会与别人争名争利，这就是老子“善利万物而不争”的著名思想。

这与孔子关于水的观点也是相近的。《荀子·宥坐》记载了孔子回答子贡问水的一段对话：“孔子观于东流之水。子贡问于孔子曰：‘君子之所以见大水必观焉者，是何？’孔子曰：‘夫水，大徧与诸生而无为也，似德。其流也埤下，裾拘必循其理，似义。其洸洸乎不涸尽，似道。若有决行之，其应佚若声响，其赴百仞之谷不惧，似勇。主量必平，似法。盈不求概，似正。淖约微达，似察。以出以入，以就鲜洁，似善化。其万折也必东，似志。是故君子见大水必观焉。’”在此处，孔子以水描述了他理想中的具备崇高人格的君子形象，这里君子涉及德、义、道、勇、法、正、察、志以及善化等道德范畴。其中的观点与老子有某些相似之处。

## 6. 《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。

### 【今译】

执持盈满，不如适时停止；显露锋芒，锐势难以保持长久。金玉满堂，无法守藏；如果富贵到了骄横的程度，那是自己留下了祸根。一件事情做得圆满了，就要含藏收敛，这是符合自然规律的道理。

### 【解读】

本章的主旨在于写“盈”，而选择财富与地位作为论证对象，同时也有明哲保身的道理在其中。“盈”即满溢、过度，自满自骄都是“盈”的表现，持“盈”的结果，将不免于倾覆的祸患，所以老子谆谆告诫人们不可“盈”，一个人在成就了功名之后，就应当身退不盈，这才是长保之道。老子在这里说出了知进而不知退、善争而不善让的祸害，希望人们把握好度，适可而止。贪慕权位利禄的人，往往得寸进尺；恃才傲物的人，总是锋芒毕露、耀人眼目，这些是应该引以为戒的。否则，富贵而骄，便会招来祸患。就普通人而言，建立功名是相当困难的，功成名就之后的正确对待，更殊不易。老子劝人功成而不居，急流勇退，以保全天年。然而有些人则贪心不足、居功自傲、忘乎所以，结果身败名裂。秦国丞相李斯就是如此。李斯在秦国为官，已经做到丞相之职，可谓富贵功名于一身，权大势重不可一世。然而最终却做了阶下囚。临刑时，他对儿子说，“吾欲与若复牵黄犬，出上蔡东门，逐狡兔，岂可得乎？”不仅丞相做不成了，连做一个布衣百姓与儿子外出狩猎的机会也没有了，这是多么典型的

一个事例啊！然而，对普通人而言，若未曾经历身败名裂之事，是不大可能领会“功成身退”的真谛的。

在物质财富极为丰富的今天，人们应以怎样的心态来对待财富？怎样才能传播财富观念的社会正能量？探究这些问题，都可以从本章的论述中展开思路，故而本章具有重大的当下价值。

## 7. 《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。

### 【今译】

缤纷的色彩，使人眼花缭乱；嘈杂的音调，使人听觉失灵；丰盛的食物，使人舌不知味；纵情狩猎，使人心情放荡发狂；稀有的物品，使人行为不轨。因此，圣人但求吃饱肚子而不追逐声色之娱，所以摒弃物欲的诱惑而保持安定知足的生活方式。

### 【解读】

老子生活的时代，正处于新旧制度相交替、社会动荡不安之际，奴隶主贵族生活日趋腐朽糜烂。他目睹了上层社会的生活状况，认为社会的正常生活应当是为“腹”不为“目”，务内而不逐外，但求安饱，不求纵情声色之娱。他希望人们能够丰衣足食，建立

内在宁静恬淡的生活模式，而不是外在贪俗的生活模式。一个人越是投入外在的漩涡，越会流连忘返，产生自我疏离感，而心灵则会日益空虚。所以，老子才提醒人们要摒弃外界物欲的诱惑，保持内心的安足清静，确保固有的天性。

现代文明高度发达，许多人只求声色物欲的满足，价值观、道德观严重扭曲，在许多场合可以看到这类事例。仅以高校这个小社会为例，日趋严重的“网贷”乃至“裸贷”现象、形势严峻的大学生艾滋病感染率不断增高现象、不断出现的所谓“精致利己主义者”……表明部分学生在价值观念上是扭曲的，追求物质与身体的享乐成了第一要务，精神动力与高远志向严重不足。因此，社会的精神文明应与物质文明同步发展，正能量应该得到广泛传播。普通人若能明白适度欲望的合理性，则可以从思想认知层面实现自我控制、自我调节。鼓励物质享受和精神享受，但要适度，要合理，要无害于社会与他人，要有利于身心之健康。我们将在“适度欲望的生活智慧”一讲中进行分析。

## 8. 《道德经》第十三章

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。

### 【今译】

得到宠爱和受到侮辱都感到惊慌，把荣辱这样的大患看得与自身生命一样珍贵。什么叫作得宠和受辱都感到惊慌失措？得宠是卑下的，得到宠爱感到格外惊喜，失去宠爱则令人惊慌不安。这就叫作得宠和受辱都感到惊慌。什么叫作重视大患像重视自身生命一样？我之所以有大患，是因为我有身体；如果我没有身体，我还会有什么祸患呢？所以，爱惜自己的身体是为了治理天下，天下就可以托付给他；爱惜自己的身体是为了治理天下，天下就可以依靠他了。

### 【解读】

老子强调“贵身”的思想，论述了宠辱对人的危害。老子认为，一个理想的可以寄托天下给他的人，首要“贵身”，不胡作妄为。只有珍重自身生命的人，才能珍重天下人的生命，才可使人们放心地把天下的重责委任于他，让他担当治理天下的任务。在上一章里，老子说到“为腹不为目”的“圣人”，能够不以宠辱荣患损易其身，才可以担负天下重任。此章接着说“宠辱若惊”。在他看来，得宠者以得宠为殊荣，为了不致失去殊荣，便在赐宠者面前诚惶诚恐、曲意逢迎。他认为，“宠”和“辱”对于人的尊严之挫伤，并没有两样，受辱固然损伤了自尊，得宠何尝不损害人自身的人格尊严呢？得宠者总觉得受宠是一份意外的殊荣，便担心失去，因而人格尊严无形地受到损害。如果一个人未经受任何辱与宠，那么他在任何人面前都可以傲然而立，保持自己完整、独立的人格。

道家是先秦诸子中唯一强调贵身、爱身的思想流派，在列子、庄子等人的努力建设

下，道家养身保健的观念得以明确建立起来。除老子的言论之外，庄子《养生主》可以看作道家养生论的理论宣言。其后，道家内丹学派与道医学、养身论完美结合，成为具有鲜明民族特色的中医学体系中的重要内容。这样，从哲学理论到养身理论再到健康实践，道家的智慧在应用领域广开生面，造福亿万生灵，善莫大焉。我们将在“顺应自然的养生智慧”一讲中拓展分析。

## 9. 《道德经》第二十六章

重为轻根，静为躁君。是以圣人终日行不离辘重，虽有荣观，燕处超然。奈何万乘之主，而以身轻天下？轻则失本，躁则失君。

### 【今译】

厚重是轻率的根本，静定是躁动的主宰。因此君子终日行走不离开载装行李的车辆，虽然有美食胜景吸引着他，却能安然处之。为什么大国的君主，还要轻率躁动以治天下呢？轻率就会失去根本，急躁就会丧失主导。

### 【解读】

在这一章里，老子举出两对矛盾的现象——轻与重、动与静，而且进一步认为，矛盾中一方是根本的。在重轻关系中，重是根本，轻是其次，只注重轻而忽略重，则会失去根本；在动与静的关系中，静是根本，动是其次，只重视动则会失去根本。在本章里，