

《道德经》传家版第四十章：

物极必反道之动

□董延喜

【原文】

反者道之动。弱者道之用。  
天下万物生于有，有生于无。

【新译】

走向反面，是道的运动。柔弱谦下，是道的功用。  
天下万物生于有形，而有形生于无形。

【会意】

反者道之动，弱者道之用。这是老子参透宇宙人生真谛之后的至理名言，也是有道之人修道成道和谋事成事的最高法则。  
“反者道之动”，说的是大道的运动规律和特点。前些年如果说谁“反动”，那可是摊上大事了！其实万事万物的运动规律都是“反动”的，从这个意义上说，“反者道之动”就是“反动”。由此可见“反动”这个词也是老子发明的，只是后来的使用者在这个词里加进了特定的政治因素，“反动”就变得可怕了。  
“反者道之动”的“反”有以下 3 种含义：

一种含义是返回、返还、反复的意思，是说宇宙万物的运动变化规律是反复、返还、返回式的，循环往复，周而复始。太阳早上升起在东方，下午在西方落下，第二天早上又升起在东方，下午又在西方落下。月亮每个月都有阴晴圆缺，下一个月又以同样的方式运行。年年都有春夏秋冬四季，光阴从未停止却又回到最初的起点。完成一个运动周期，也就构成了一个“返”。新月渐圆，满月渐缺，潮起潮落，花开花落，生生灭灭，周而复始，这都是一种“返”，返回、返还、反复，如环无端，始终相连。

“反”的第二种含义是反对、相反、相对。万物负阴而抱阳，无不内含着相对、相异和相反的对立面，对立面各自向着相反的方向渗透，这种内在的生命动力，既相互对立、相互依赖，又相互冲和，相互转化。老子与孔子的思维方式就不一样，孔子的思维是一种顺向思维，老子的思维是一种反向思维，孔子一般都是从正面论述，说“是什么”，老子喜欢从反面说事，说“不是什么”。孔子爱说“是”，老子爱说“不”。有细心的人查过，一部 5000 多字的《道德经》，老子竟然说了 227 个“不”字，占全文字数的 4.4%，比“道”字多了近 3 倍。其中《道德经》第六十章说了 6 个“不”，《道德经》第八十一章说了 8 个“不”。《道德经》第十四章说了 9 个“不”。正因为老子敢于说“不”，而且说了那么多的“不”，才使得《道德经》的历史作用经久不衰、永放光芒。

“反”的第三种含义是相反相成。阴中有阳，阳中有阴，阴极生阳，阳极生阴，阴阳相冲相荡，交通成和，两个对立的事物既相互排斥又相互促成，从而使得万物充满生机。就像中医说的：“善补阳者当阴中求阳，善补阴者当阳中求阴。”有反才有动，道者的思维常常是逆向思维，常常是“反弹琵琶”、“倒骑毛驴”。有一首插秧歌这样写道：“手把青秧插野田，低头便见水中天。六根清净方为道，退步原来是向前。”说的正是这种反者道之动的道理。从修道的角度来说：“顺则生人，逆则成仙。”常人是顺行从正面走向反面，走向泯灭；修道之人是逆行从反面走向正面，走向永生。反者道之动，就是指的逆则成仙。逆则逆向返还，不逆不返。

弱者道之用。柔弱是道的伟大作用。《道德经》中有多处论述柔弱胜刚强的道

理。老子主张学习水，学习婴儿，不要争强好胜，不要锋芒毕露。老子认为柔弱是道的基本属性，道的本质是柔和、天成、顺乎自然，任何新生事物的初始状态都是弱小的，人刚刚出生是弱小的婴儿，长到 20 岁称为弱冠，但这个弱小之中蕴含着无穷的生命活力和无限的生发动力，柔弱是事物和谐发展的最佳状态。任何事物都无法逃避消亡的最终结局，但我们可以把事物调整到柔弱、初生的状态，从而保持旺盛生发动力，延缓它的衰老进程。每个人都有自身的弱点，而只要你善于用弱，善于示弱，往往成为人生中的重大转机。

天下万物生于有，有生于无。这是老子宇宙创生论的重要观点，是对第一章“有名无名”、第二章“有无相生”的延伸。老子认为，无中含万有，无中含有无限生机，天下万物皆从无中化生。无中生有，有也生无，万有必返于无，归于无。有无相生，生生不息，我们不但要知有用有，而且要知无用无。任继愈先生说：“老子哲学在先秦哲学中的巨大贡献之一，就是无与有一对范畴的初步被认识。就这一点来说，就是人类认识史上一大进步。”

学习本章要把握的要点是：一是要向老子学习反向思维法。反向思维法贯穿于老子《道德经》中几乎所有的章节，它反映老子的一种独特视角和思维方式。正因为借助于这种反向思维方法，老子才把博大精深的道揭示得淋漓尽致、细致入微。老子用高度浓缩的语言，为我们凝练出一套整体宇宙观，这是人类思想史上空前绝后的理论创举。宇宙观、世界观、人生观决定着价值观、伦理观、道德观，决定着人的思想和行为取向。反向思维法着眼于事物发展变化的全过程，是从事物演化的结果进行反向推演、反向思考，它属于一种动态观察法，是立体地、全息地、多维地观察问题、分析问题的方法，得出的结论自然是更客观、更全面、更深刻、更准确。一些世俗的常规思维，往往只着眼于事物发展的片段，静止地、平面地看问题，结论往往有很大的局限性。学习老子的反向思维法，能帮我们解析当今世界的诸多困惑。现代人的思维常常被商业利益集团所“绑架”，患了高度的物质依赖症，丢失了自我，丢失了精神，丢失了灵魂，人们成了金钱、物质的奴隶，找不到自己的精神家园。老子的智慧能帮我们再造精神世界与物质世界之间的平衡，使人性回归自然，回归本真。现代社会的道德危机、精神危机和心灵危机，是人类社会的重灾区。用老子的反向思维法，才能正本清源。老子的反向思维法是催生和谐世界、大同世界的思想方法。如果人人都向老子学习，都效法他的思想境界，自觉掌握这种方法论，那么我们的世界就不会是今天这个样子，人类将返璞归真，出现社会道德大提升、人类文明大升级的可喜局面。道都是反过来的，世上的事也常常是反过来的。一个人要想成就自己，一定要反过来先成就别人，在成就别人的同时也成就了自己。

一个人要想让别人对你好，一定要反过来先对别人好，上天肯定不会亏待你。比如范仲淹为官为人，都很少为自己着想，很少为自己家族的利益着想，而是为天下人着想。范公在苏州做官时，托人买了一块地，懂风水的人说，这个地方好，子孙必定昌盛。范公一听，说自家子孙昌盛，不如国家人才昌盛，就把地捐出来办了学校。范仲淹一生用自己的俸禄供养了 300 多户人家，而自己却过着非常清苦的生活。他一生出将入相几十年，到年老的时候连丧葬费都不够。范仲淹道德传家，子孙昌盛。他的 4 个儿子都做了宰相、公卿和侍郎，而且个个都道德高尚，舍财济人。他的曾孙辈也都非常发达，到了清朝的时候，范家出了 70 多位做到部长级以上的官员。子孙后代一直传承到今天，上千年而不衰，并保持着兴办义学的传承，受到世人的尊敬。

二是要向老子学习用弱、示弱。示弱，不仅是一种勇气，而且是一种智慧。韩信忍“胯下之辱”，终成一代名将；勾践忍“尝便之苦”，终建复国之功；项羽不能忍一时之败，落得乌江自刎。一个人太强势，不管出发点是不是好的，定会受到伤害，这种伤害几乎无法挽回，所以很多人遍体鳞伤，因为他们不懂得示弱。生活中有许多矛盾并不涉及大是大非，也不涉及原则问题。诸如朋友间的误解、夫妻之间的争吵、父母与孩子之间的隔阂等等。若一味地逞强，有时会失去难得的亲情、友情和爱情。在日常生活中，父母可以善意地说“我不行”，激励孩子养成独立自主的意识，并进而培养孩子的自信与生活能力；老师也可以善意地说“我不懂”，鼓励学生勇于发表意见，培养他们独立探究的能力。这种示弱，可以说是父母和老师有意借己之“弱”，以培养孩子学生之强。示弱是一个强者遇到事情以后，所表现出来的优雅风度。它在某件事上示弱，不等于他是一个弱者，恰恰表明他心里的强大。强者示弱是一种美德。有一个沈从文示弱的故事。说沈从文小说写得很好，不过讲课和小说比起来稍逊一筹。沈教授没有掩饰，上课开头就说：“我的课讲得不精彩，你们要睡觉，我不反对，但请不要打呼噜，以免影响别人。”这么“示弱”地一说，反而赢得满堂彩。一个没有大智慧的人，应该不敢在自己的学生面前说这种示弱的话。强者以弱者的姿态行事，别人肯定乐于接受。如果女人学会示弱，境界就更高了，懂得示弱的女人肯定活得轻松，人前给足了男人的面子，还怕他不俯首帖耳地为你卖命。一个示弱就把婚姻、家庭、生活统统搞定。如果有谁敢欺负示弱的女人，肯定会被群起而攻，绝对没好果子吃。懂得示弱的女人在保护自己的同时，也捎带着和谐了家庭，和谐了社会，这是多大的智慧呀！一个甘心示弱、敢于示弱、主动示弱的人，必定是一个豁达大度、宽宏大量的人；必然是一个堪破世事、洞透人情的人；必然是一个思维超常、充满智慧的人！

【道歌】

物极必反道之动，柔弱谦下道之用。  
参透有无通玄妙，归根复命度众生。