

赵一

编著

和南怀瑾一起读《老子》



哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

和南怀瑾一起读《老子》

赵一 编著



哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

和南怀瑾一起读《老子》 / 赵一编著. — 哈尔滨:
哈尔滨出版社, 2016.3
ISBN 978-7-5484-2470-3

I. ①和… II. ①赵… III. ①道家②《道德经》—通俗读物 IV. ①B223.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第 000873 号

书 名: 和南怀瑾一起读《老子》

作 者: 赵 一 编著

责任编辑: 马丽颖 张 薇

责任审校: 李 战

封面设计: 主语设计

出版发行: 哈尔滨出版社 (Harbin Publishing House)

社 址: 哈尔滨市松北区世坤路738号9号楼 邮编: 150028

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京旭丰源印刷技术有限公司

网 址: www.hrbchs.com www.mifengniao.com

E-mail: hrbchs@yeah.net

编辑版权热线: (0451) 87900271 87900272

邮购热线: 4006900345 (0451) 87900345 或登录蜜蜂鸟网站购买

销售热线: (0451) 87900201 87900202 87900203

开 本: 880mm × 1230mm 1/32 印张: 8.5 字数: 200千字

版 次: 2016 年 3 月第 1 版

印 次: 2016 年 3 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5484-2470-3

定 价: 33.00 元

凡购本社图书发现印装错误, 请与本社印制部联系调换。 服务热线: (0451) 87900278
本社法律顾问: 黑龙江佳鹏律师事务所

序言

老子已乘青牛去，世上长存《道德经》

在中国历史文化中，道家文化是重要的组成部分。只要提到道家就会说到老子，因为老子是道家的创始人，老庄哲学经过几千年岁月的打磨，历久弥新，陈香依旧。老子骑着青牛归去，只求清静无为；庄生梦蝶似梦似真，但愿逍遥一生。

老子是何许人呢？

《史记·老子韩非列传》记载：老子是楚国苦县厉乡曲仁里人，姓李，名耳，字聃，曾担任周朝掌管藏书的史官。

这对老子寥寥数语的记载，不仅没有让后人对老子有一个清晰的了解，反而给他蒙上了一层神秘的面纱。他是谁，生活在哪个时期，这些都成为人们一直争论不休的“悬案”。有人说，老子是与孔子同一时代的楚国人老莱子；有人说，老子是太史儋……关于老子的身份，扑朔迷离，始终没有定论。司马迁根据传闻写出老子传，将传闻中几个不同时代的人杂糅在一起，但对于老子的真实情况，太史公也无从考究。不过，有一点可以肯定，那就是《老子》（又称《道德经》）一书是老子思想的唯一承载，也是研究老子的重要参考物。

老子思想之深之广，绝非一言以蔽之，在此简单介绍一下老子寥寥数笔勾勒出来的圣人形象。

效法天道，道法自然，为人处世遵循万事万物的自然规律，参照道的本意，无为而无所不为，虽然表面上看起来没有什么作为，但实际上是大有所为；处无为之事，行不言之教，不居功自傲，不争名夺利，以天下为己任，先天下之忧而忧，后天下之乐而乐；有容乃大，心系万民，胸怀天下，成为万民表率，集天时、地利、人和于一身，得人心者得天下；上善若水，以柔克刚，以曲求全，能屈能伸，保持淡泊虚静的心境；宠辱不惊，知足常足，慎终如始，不自大故能成其大；做人做事，图难于易，虚怀若谷，大智若愚，摒弃机心，和光同尘，不以蓬茅塞心，不为声色货利所动。总之，圣人能够看透世界和人生，透析世事和人心，一切都心中有数，胸有成竹。

老子心中的“圣人”是“道”的化身，是能够体会天道、感悟天道、依道而行的理想化人物，仿佛是历史高台上矗立的标杆，古今中外几乎无人能满足此要求。

老子仿佛是一泓清水，清明透彻又深不可及，任何对其思想的解读都只能在水面荡起一圈涟漪，根本无法触及深藏在水中的真正瑰宝。

既然《老子》一书是老子思想的体现，那么它讲述的是什么呢？

《老子》原文仅有五千余言，却包罗万象，微言大义。不仅综罗百代，概述了五千年文化的精要，而且广博精深，细致微妙。

《老子》分为上下两篇，上篇开篇首句是“道可道，非常道；名可名，非常名”，故被人称为《道经》；下篇开头是“上德不德，是以有德；下德不失德，是以无德”，故被人称为《德经》。《道经》和《德经》合称《道德经》。《道经》讲述的是宇宙本原，含天地变化之机，蕴阴阳变幻之妙；《德经》阐释的是处世方式，

含人世进退之术，蕴长生久视之道。《老子》的寥寥五千言意义深远，博大精深。后世之人，有的将其作为养生修炼的根据，有的把它看作阴阳权谋的言论，还有的在其中寻求超脱自在之道，每个人都能够在其中找到自己需要的东西。

后来兴起的兵家、法家、名家等许多学派都与道家有着密切的联系，借鉴了道家的思想，而《老子》一书也成为历代开国之君休养生息、治理天下的圣典，其影响涵盖了社会生活的各个方面。数千年来，无论是居庙堂之高的良臣将相，还是处江湖之远的闲云野鹤，总有人终其一生悉心研读这短短五千言。

《老子》中记载的“功遂身退，天之道也”确实是中国文化中治道的精髓，老子所言的“道”蕴含着华夏历史中沉淀的人生哲学、政治哲学、军事哲学等内容。其中看似“奸猾”的权谋哲学实际上是和平、宽容、简朴、知足的最高境界，汇集了愚者的智慧、隐者的利益、弱者的力量，以及真正通晓世故者的简朴，上善若水、持盈保泰、载营魄抱、宠辱不惊、致虚守静都是修身处世的要诀。

南怀瑾先生对此的解读是：人要效法天道，圣人以不束缚、不歪曲、不干涉的无为态度为人处世，以自己具体的无为行动影响人民、教化人民。天地生化万物而不推辞，创造了万物不据为己有，不自恃己能，不居功自傲。由于不居功，它的功绩才永远不会被埋没。天地能持久长生，那是它不以为自己在生长，所以能长生不老。天地生万物，无私无偏无求，一切自然而生、自然而灭。

南怀瑾先生以《老子》原文为基础，借助于儒佛之道，采用老子自证的现身说法，点石成金，道破道家思想在历史变迁中对

人文、时势的影响。他摒弃唐宋以后的注解，以经解经，融会贯通，通过原文的逻辑性与连贯性探寻作者的本意解答，正所谓“读书百遍，其义自见”。他将历史融入各家经典学说之中，以经为本，以史为鉴，旁征博引，以其渊博的知识，包罗诸子百家之思想精华，将古今中外学说融于一炉，含英咀华，触类旁通，娓娓道出晦涩深刻的经史典籍，通古今之变，成一家之言。

本书精心提炼南怀瑾先生在《老子他说》中讲解的道家思想的核心观点，结合独特的人生感悟深入拓展，在博大精深的道家学说中领悟处世智慧。全书通过拓展梳理南怀瑾先生对老子思想的独特解释，借鉴其在道家学说、历史文化中的智慧讲解，讲述了从老子学说中感悟到的人生哲理和处世哲学，在南怀瑾先生的智慧精华中发掘人生新意。

一百个人读《老子》会有一百种不同的感悟，因为每个人都在著述中寻找适合自己的东西，无论是《老子》的原文，还是南怀瑾先生的解读，细细品味都会有所收获。在阅读此书之前，希望读者先通读一遍附录中的《道德经》原文，因为这里面蕴含着所有思想的源头。读过附录，再细读本书正文，一定能够有更深的体会。

老子之道，高深精微，只可意会不可言传，正所谓：一骑青牛，归去不知红尘事；挥洒千文，道存自有世人评。

目录

CONTENTS

第一章 道，妙不可言

难易的相对论

『高下相倾』中的真理

有无的相生相灭

无为之中的大有所为

不可言说的道

成有因，败也有因

道的真谛：只可意会，不可言传

003 008 011 015 018 022 026

第二章 多言数穷，不如守中

不盈不满，雅量容天下

多言数穷，不如守中

031 036

观水学做人

矢上无须再加尖

老子传给后人的『三件宝』

第三章 出世心境入世行

以出世之心，做入世之事

抛弃『劳生』，追求『徐生』

若有若无的把握，不必太执着

眼见不一定为实

『曲线救国』的处世艺术

『四不』的领导哲学

功遂身退天之道

046 043 040

074 071 067 063 060 057 053

第四章 心中有道，走好自己的路

天纵睿知，大智若愚

『愚者』的真智慧

极私就是至公

人生如局棋，输赢无定论

心中有道，走好自己的路

时时勤拂拭，勿使惹尘埃

人生像一场旅行，用心欣赏沿途风光

人生准则：战战兢兢，如履薄冰

106 101 097 094 091 087 084 081

第五章 毋用乱世换取贤德的假面

111

老子：被误解的『阴谋家』

『尚贤』偏方的后遗症

人乃万物之盗

浮于表面的仁义道德

成者王侯败者寇，因果循环是天道

贤德的代价

129 126 122 118 114

第六章 声色货利多陷阱

不在名利上争先

宠辱不惊，去留无意

声色货利多陷阱

聪明反被聪明误

欲望犹如无底洞，知足才能常乐

154 150 146 142 139 135

『唯』和『阿』的深层含义：真诚不佞和虚伪造作

158

智慧与奸诈之间的一线之隔

第七章 处无为之事，行不言之教

163

顺应天道，无须执着

166

言传不如身教

170

无用之材有大用

174

理所当然，何必居功

178

顺其自然是最大的善举

182

老子的长生秘诀：营魄抱一

第八章 心如空谷，返璞归真

189

保持初心，坚守本性

善恶没有绝对的标准

打破虚空乃真静

保持纤尘不染的心

直心是道场

耐得住寂寞，守得住本心

208 204 200 197 194

第九章 人生的最高境界

人生难以摆脱的四种宿病：自见、自是、自伐、自矜

老子认为的人生价值：参赞天地之化育

前世劫灰与后世资源，保护环境与珍爱生命

人生的最高境界：见素抱朴

大地讲授的一堂课

228 225 220 216 213

232 重是轻的根源，静是躁的主宰

236 道在寂寥人世间

附录：
《道德经》

241 上篇 道经

249 下篇 德经

第一章 道，妙不可言

难易的相对论

《老子》里面有句话是：“有无相生，难易相成，长短相形，高下相倾，音声相和，前后相随，恒也。”也就是说对于一切事物来说，相反的两种属性总是相互融合、相互统一的。南怀瑾先生在解释“难易相成”时说，难与易，互为成功的原则，其重点在于难易相成的“成”字。天下没有容易成就的事，但天下事在成功的一刹那，都会显得十分容易，凡事都是看似容易，做起来艰难，“图难于易”，正是成功的要诀。

天下事有难易乎？为之，则难者亦易矣；不为，则易者亦难矣。人生中所有伟大的成功，都是由于做到了看起来不可能做到的事情而取得的。

3岁时，莫扎特已经学会弹奏古钢琴，并能记住只听过一次的乐段。

7岁时，波兰钢琴家肖邦创作了《G小调波洛涅兹舞曲》。

10岁时，爱迪生建立了一个实验室，开始了他的发明事业。

12岁时，格特鲁德·埃德成为女子800米自由泳最年轻的世界纪录创造者。