

南怀瑾



南怀瑾讲国学

【大师讲国学文库】

季风
编著

人生的最高境界是
佛为心，道为骨，
儒为表，大度看世
界。技在手，能在
身，思在脑，从容
过生活。

南怀瑾



ARCTIME
时代出版

时代出版传媒股份有限公司
北京时代华文书局

【大师讲国学文库】

季风
编著

南怀瑾讲国学



时代出版传媒股份有限公司
北京时代华文书局

图书在版编目 (CIP) 数据

南怀瑾讲国学 / 季风编著. -- 北京: 北京时代华文书局, 2015.10
ISBN 978-7-5699-0564-9

I. ①南… II. ①季… III. ①国学—通俗读物 IV. ①Z126-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 233094 号

南怀瑾讲国学

著 者 | 季 风

出 版 人 | 杨红卫

责任编辑 | 李 争

装帧设计 | 异一设计

责任印制 | 郑珊珊

出版发行 | 时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>

北京时代华文书局 <http://www.bjsdsj.com.cn>

北京市东城区安定门外大街 136 号皇城国际大厦 A 座 8 楼

邮编: 100011 电话: 010-64267120 64267397

印 刷 | 三河市兴达印务有限公司 0316-3515999

(如发现印装质量问题, 请与印刷厂联系调换)

开 本 | 710×1000mm 1/16

印 张 | 14.5

字 数 | 200 千字

版 次 | 2016 年 3 月第 1 版 2016 年 3 月第 1 次印刷

书 号 | ISBN 978-7-5699-0564-9

定 价 | 35.00 元

版权所有, 侵权必究

前言

1918年，南怀瑾先生生于浙江乐清柳市的一个书香世家，自孩提时代起，他就接受到正统严格的私塾式教育。到十七岁时，他除了精研四书五经之外，涉猎之广，遍及诸子百家。他还认真研究过拳术剑道、文学历史、琴棋书画、医药卜算、天文历法诸学，深得其精髓。他天资聪颖，勤奋好学，曾在峨眉山顶的大坪寺闭关三年，苦读佛家经典，批阅了全套《永乐大典》《四库备要》等经史典籍。多年以来的知识积累，奠定了他深厚的国学修养。

1969年南怀瑾先生在台湾创立“东西精华协会”，致力于宣讲中国传统文化。他的演讲范围极广，除了涉及儒、释、道三家学说之外，还扩展到文化脉络、韬略、中药、园林建筑、企业管理、诗词、书画、星相、卜易之学……他的讲解生动风趣，深入浅出，每每开课，讲堂内外，听众云集。更为难得的是，南怀瑾先生精通儒家、道家、佛家三派经典，三教精神存乎一心，运用自如。在通往国学殿堂的道路上，他是一位高尚的布道者，把先贤的智慧融会贯通，以更加通俗易懂的方式向我们娓娓道来。

南怀瑾先生终身以弘扬传统文化为己任。早年他曾响应政府号召，推动“中华文化复兴”运动，和钱穆、胡适、林语堂、

牟宗三、唐君毅往来台港两地，传播传统文化。他创立了“老古出版社”，发行《知见》，弘扬佛学，客观上提升了民众文化水平。

南怀瑾先生心系国家建设，于1988年，在家乡投资兴建金温铁路。工程于1996年4月竣工后，他将全部股份转让给地方，并赋诗一首：“铁路已铺成，心忧意未平。世间须大道，何只羨车行？”

南怀瑾先生，在晚年定居于太湖大学堂。九十多岁高龄还坚持外出授课，而且每天晚上会为弟子授课一个小时。读书、修行、育人是先生每天必做的三件事。直至2012年病逝，他对此从无懈怠。

南怀瑾先生讲解国学，深入浅出，生动幽默，成功地把艰深晦涩的经典拉下神坛，使读者直观地感受到国学智慧的深邃与广博。

本书在创作中，认真参考了南怀瑾先生的相关著作，引用先生的原话来阐述观点，保持了先生风趣幽默的语言风格，同时加入了一部分贴合主题的史实小品，力图以深入浅出的方式解读国学，还原经典。

本书通过南怀瑾先生特有的经史参合式的生动解说，化深奥晦涩为简单明了，引人入胜。

希望读者能在轻松愉快的阅读过程中，品味经典，增广见闻，徜徉在南怀瑾先生的讲述中，领略国学的不朽魅力。

第一章 南怀瑾谈道家：

功成，名遂，身退，天之道

- ① “三玄”是拨乱反正的救命药 \ 002
- ② 不可言说的“道”和“老子三宝” \ 006
- ③ 从“庄子的鱼”看道法自然 \ 010
- ④ 真善的境界是“止水澄波” \ 014
- ⑤ 福祸无门，惟人自召 \ 018
- ⑥ 善生也应不恶死 \ 021
- ⑦ 静坐方知“用心实不易” \ 024
- ⑧ 欲求“道”须知“道” \ 028

第二章 南怀瑾谈儒学：

爱人，知礼，守信，儒之道

- ① 儒学的价值体现在哪里？ \ 032
- ② 以礼相待，学善用礼 \ 036

- ③ 孔儒之孝的真正含义是什么？ \ 040
- ④ 不自傲是做人的长远之道 \ 044
- ⑤ 交友之道在于“易其心” \ 047
- ⑥ 君子之道在于“讷于言，敏于行” \ 051
- ⑦ 何谓“经师易得，人师难求”？ \ 055
- ⑧ 大勇，才是真正的勇敢 \ 059
- ⑨ 君子何以“施仁爱，轻利益” \ 063

第三章 南怀瑾谈哲学：

刚柔者立本，变通者趣时

- ① 得意与失意都不可忘形 \ 068
- ② 进退之道：“上台”“下台”都要心如止水 \ 072
- ③ 夫唯不盈，故能蔽而新成 \ 075
- ④ 圣贤如何掌握“犯颜进谏”的分寸？ \ 078
- ⑤ 多言多败，故智者讷于言 \ 081
- ⑥ 刚柔者，立本者也；变通者，趣时者也 \ 083

- ⑦ “难得糊涂”的人生哲学 \ 086
- ⑧ 只有做到爱人如己，才算是真正的仁 \ 090
- ⑨ 古人为什么要教育后人“以德报怨”？ \ 094

第四章 南怀瑾谈修养： 岁寒，然后知松柏之后凋

- ① 只有“自强不息”才能“厚德载物” \ 098
- ② 怎样才能算是“君子之交”？ \ 101
- ③ 积善之家，必有余庆 \ 105
- ④ 身心修养是做人的根本 \ 107
- ⑤ 谦恭是内在品德的高度表现 \ 111
- ⑥ 心静，方能不迷途 \ 115
- ⑦ 正视自己才是修养的关键 \ 119
- ⑧ 坚守本心的君子修养之道 \ 123
- ⑨ 何谓君子以诚为贵？ \ 126
- ⑩ 君子以节俭为德，辟其危难 \ 130

第五章 南怀瑾谈教育：

不读书，不学习，必然言之无物

- ① 善于学习，更要善于思考 \ 136
- ② 学者为己，方为至乐 \ 139
- ③ 学习，与年龄无关 \ 143
- ④ 学习如逆水行舟，不进则退 \ 147
- ⑤ 为何古人从小就背诵律诗？ \ 149
- ⑥ 书读百遍其义自见 \ 153

第六章 南怀瑾谈文学：

一部文学史就是一部心灵史

- ① 好的文章应该不偏不倚 \ 158
- ② 为什么在古典文学中蕴藏着很深的禅宗意味？ \ 162
- ③ 文化的基础在文学，文学的基础在诗词 \ 166
- ④ 文人下笔须谨慎 \ 170

- ⑤ 裁剪得体才能出好文章 \ 174
- ⑥ 小说的“前世”与“今生” \ 178
- ⑦ 文字是一把通往人文殿堂的钥匙 \ 181
- ⑧ 古代文人的治世情怀 \ 184

第七章 南怀瑾谈佛学： 在娑婆世界里寻找自己的信仰

- ① 有过执念，才能放下执念 \ 188
- ② 大疑大悟，小疑小悟 \ 192
- ③ 平凡事中处处有佛 \ 197
- ④ 忍辱，不只是忍受侮辱 \ 202
- ⑤ 在娑婆世界，总会遇到各种缺陷 \ 206
- ⑥ 慈悲就是仁之爱 \ 210
- ⑦ 清净无为才是真正的福报 \ 214

第一章



南怀瑾谈道家： 功成，名遂，身退，天之道

以老子和庄子为代表人物的道家学派，在我国由来已久，源远流长。不同于曲解老庄学说、片面追求长生不老的道教，道家学术思想崇尚“清静无为、返璞归真、顺应自然”，是一种朴素的哲学思想。一个“道”字，囊括了中国哲学的一切——人生哲学、政治哲学、军事哲学、经济哲学，乃至一切种种哲学。南怀瑾先生对其有过高度的评价：“道家学术思想的内容，也就是中国文化的原始宗教思想、哲学思想、科学理论，与科学技术的总汇，笼络贯穿中国文化上下古今的大成。”清代学者纪晓岚也曾经以“综罗百代，广博精微”八个字来赞美道家的学术思想，认为它包罗万象又精微至极，是中国传统文化的无尽宝藏。南怀瑾先生曾经以一个生动的比喻来说明，道家学术思想与儒学、佛学的区别以及其在中国历史文化中的重要地位，他指出“每当时代变乱到极点，都要靠道家思想来拨乱反正”。先生还为我们深入浅出地解释了老子和庄子的主要观点，说明“道”是天地自然的规律，我们只有顺应自然规律，放弃一些不适当的“妄念”，保持人性中的简单和质朴，才能获得内心的平静和美好。



“三玄”是拨乱反正的救命药

关于儒道佛三家，南怀瑾先生提出过一个很生动的比喻：“儒家好比粮食店，为人们提供必不可少的精神食粮；佛家是百货店，日常用品，林林总总，一应俱全；道家则是药店，灵丹妙药，用以救人救世。儒家店必须光顾，圣人曰：‘饮食男女，人之大欲’；佛家店则随时可以逛逛，有钱则购，无钱则望，其中应有尽有，为人生之不可或缺之物；道家店则是无事不必登，有病必须看，否则病人病人膏肓，悔之晚矣。”

南怀瑾先生说：“儒佛道三家学术思想，二千余年间，迹虽相距，理常会通；外则各呈不同之衣冠，内容早已汇归一途，共阐真理。如儒家则偏重伦理，留心入世，善则无可非议，弊易入霸道；佛家则偏重心理，志求解脱，善则无可非议，弊则流于疏狂，而皆以心法入门，超拔精神进于形者；道家则偏重生理，从形质入门，善则出神入化，弊则易落私吝，而亦终外形器，而达形而上者。”

嵩山少林寺有一个供奉老子、孔子、释迦牟尼的地方，该地方的对联是：“百家争理，万法一统；三教一体，九流同源。”这说明儒道佛三家历经几千年的演变融合，已相互渗透，相互同化，从某种角度看，早就已经“三教一体”了。比如，在个人修养的

观点上，儒家讲“修身、治世、平天下”；佛家讲“见性、救世、通万通”；道家则讲“养生、遁世、穷万物”。虽然说法不一，其本质却大同小异。

南怀瑾先生在分析儒道佛三家的差异时说，儒家是讲入世的，勇猛精进，百折不挠，它的精义是“工作”；道家在出世入世之间，行云流水，顺其自然，它的精义是“生活”；佛家是讲出世的，似空非空，云空未必空，它的精义是“睡眠”。

比如，在理解世界的观点上，儒家重视现世的修为。孔子说：“未能事人，焉能事鬼？”就是说，人们要先懂得生活，再谈论死亡。孔子还告诉人们“穷则独善其身，达则兼济天下”。道家讲究穷尽变化，老子一直不厌其烦地为人们讲述万事万物的变化规律，让人们效法天道，顺应自然，在自然之道中学习为人处世之道。佛家则讲“缘起性空”、“四大皆空”。

南怀瑾先生说：“相对而言，儒道两家，对于中国历史文化的影
响更为深远，可以说华夏几千年的历史舞台上的精魄就是道家思想和儒家思想。”

自公元前163年以后，人们对儒道两家的信奉，开始有了明显的变化——“文人崇老，官吏推孔”。然而，一旦“崇老”的文人墨客步入官场，将乌纱帽一戴，就改变口径张扬地推崇起儒家来，而那些“崇老”的勾当只好在暗地里进行。但对于儒道思想之于社会的意义，南怀瑾先生如是说：“华夏文明，数千年的历史有一个不易的法则，即每当时代变乱到极点，最终都要靠道家思想来拨乱反正。汉唐宋元明清开基立业的鼎盛时期，都是由‘三玄之学’——《易经》《老子》《庄子》出来用世，内用黄老，外示儒术，外面标榜的是‘孔孟之道’，实际运用的却是‘黄老

之学’。”

众所周知，最能代表道家思想的是老子，他对道家思想有最为系统、具体的阐述。而《庄子》又对《老子》进行了最全面、精细的阐释，发展和弘扬了道家学说。道家学说论辩的道理，在政治、教育、军事各个方面，都有一定的指导作用。

关于道家，南怀瑾先生解释说，现代人对道家的观念，是汉、唐以后的人所持的观念。在秦汉以前，“道家”与“儒家”，并没有分开，都是一个“道”字，其代表了中国的宗教观，也代表了中国的哲学——包括人生哲学、政治哲学、军事哲学、经济哲学，乃至一切哲学，都涵在此“道”字中。

魏晋南北朝这一阶段，正是《易经》《老子》《庄子》“三玄”之学最流行的时代。但是，当时的社会，动荡不安，非常混乱，政治、经济、文化是中国历史上最衰败的两百多年。可是在哲学思想方面，由于知识分子的高谈阔论，也提升到极点，于是有人说，“三玄”之学，是衰乱之书，因为每到一个衰乱的时代，“三玄”之学就会特别受人欢迎。这是因为在动乱不安中，人们的精神失去寄托，所以便希望从精神方面，找到一条出路。其实，持“三玄”之学为衰乱之书的观点未免有失偏颇，在中国历史上，汉、唐、宋、元、明、清开基立业的鼎盛时期，都是由“三玄”之学出来用世的。而且，在中国历史上，有一个不易的法则，每当时代变乱到极点，无可救药时，出来“拨乱反正”的人物，都是道家人物。不过，他们有他们的一贯作风——“功成，名遂，身退，天之道也”。他们帮助人家打好天下，成功了，或在私人事业上，帮助别人发财，当上了老板，然后自己飘然而去。如商汤时的伊尹、傅说，周朝的姜太公，春秋战国时期的范蠡，汉朝的张良、陈平，三国时的诸葛亮，都是道家人物。姜太公与范蠡，完全做到了“功成，名遂，身退”；张良则差一点，最后欲退而

不能，本事不算大；至于诸葛亮，他的立身处事，完全是儒家的态度。将“鞠躬尽瘁，死而后已”用在他的身上，再合适不过了。

纪晓岚曾经用八个字精炼评价道家思想：“综罗百代，广博精微。”他甚至认为道家的文化，包含了上下五千年的整个中华文明。“广博”是说它包罗众多，“精微”则是说它精细到了极点。老子的《道德经》虽然只得五千言，但因为它包罗万象又精微至极，因此是世界范围内影响最大的哲学著作，其中三五个字就足够我们这些普通人参悟一生了。

贰

不可言说的“道”和“老子三宝”

《老子》洋洋洒洒五千言，开篇第一句就是：“道可道，非常道。名可名，非常名。”老子之所以要给所谓的“道”一个固定的名称，只是为了表达方便，姑且命名为“道”而已。正如每一个人都有名字，而名字只是一个符号和象征而已，是人为的艺术设定。

南怀瑾先生认为，老子将“道”这一名词提出，同时又强调，不可将“道”看为一般的常道，不可执着于名相而寻道。他还进一步解释说，“道”是一种看不到、听不见、抓不住的东西，恍恍惚惚，无形无状，混而有一。它是宇宙唯一的存在，“先天地生”，为“万物之母”，是终极所在，是万物根源。“道”是天地万物运行的法则，是天地万物表现出来的一种基本品质。它是整体性的，在本质上既不可界定也不可言说，不能以任何对象来限定，也不能将其特性有限地表达出来。

所以，“道”的本质特点，即不可说。

齐桓公在堂上读书，木匠在堂下做车轮。木匠问齐桓公在读什么，齐桓公敷衍他说：“圣人之言。”

“圣人还活着吗？”

“已经死了。”

“那么说您读的就是古人留下的糟粕了？”

齐桓公闻言大怒，要木匠说清楚。木匠解释说：“我制作车

轮的时候可以让榫眼不松不紧，嘴里虽然说不出这榫眼的尺寸，心里却是非常有数的。我心里的这个数没办法传给我儿子，我儿子也没办法从我这里继承。所以我都六十多岁了，还在这里给您做轮子。圣人已经死了，他悟出来的道理也就消亡了，能够用语言表达出来的是很浅层次的东西。所以我说您读的书不过是古人留下来的糟粕罢了。”

齐桓公听罢若有所思。

道，妙不可言，莫可名状，只能心领神会。

南怀瑾先生指出，修道不可执着于道德名相，不然便只会流于表面。“道”有时也可以叫作“无”“朴”“一”。它是一种不受局限的、无终止的、一切事物的源泉与原始浑朴的总体。它不是静止不变的实体，而是永远不停息地流转与变迁的过程。那究竟什么是道？老子讲“人法地，地法天，天法道，道法自然”，人依靠土地来繁衍生息，土地依靠天时来化育万物，天时则依据大道来运行变化，大道就是顺其自然。南怀瑾先生在《禅宗与道家》中指出：“近代人翻译西洋传入的哲学与科学的概念时，借用了老子的‘自然’这个词来表达整个物理世界，即‘自然界’这个意思。但这不是老子‘自然’一词的原义。在老子的那个时代，中文文法是单字造句，因此老子所说的‘自然’只能是‘自己如此’‘自然而然’。”

南怀瑾先生进一步解释说，大道无名，并非一般凡夫俗子心中的常道，人们为形而上的道建立起一个至真、至善、至美的名相境界，反而偏离了道的真义。有至真、至善、至美，就有至假、至恶、至丑，有人追求真善美，也有人甘愿沉沦苦海，也就是说，只要二中取一，就是背道而驰。因此不执着于真假、善恶、美丑，才是道法自然，才能道有所成。

所谓“人之初，性本善”，其实我们每一个人的本性都没有