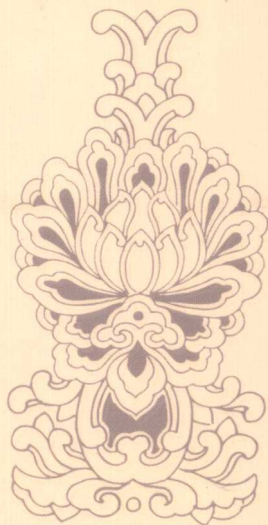


老子



本书旨在把老子《道德经》中隐含的低调处世的哲学思想做进一步的阐释和解读。编者立足于原文而又不囿于原文，充分地扩展和挖掘老子话语的深刻含义，并穿插古今中外的经典故事，力求通过通俗的语言、生动的故事阐释精辟的道理，尽可能地拉近生活在现代的我们与两千年前那位思想巨人的距离。

低调做人的哲学

Laozi

DIDIAO ZUOREN DE ZHEXUE



贵以贱为本，高以下为基



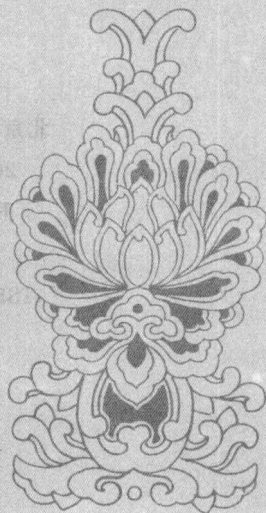
白山 边建强◎编著
中国三峡出版社

老子

低调做人的哲学

Laozi

DIDIAO ZUOREN DE ZHEXUE



贵以贱为本，高以下为基

白山 边建强◎编著
中国三峡出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

老子——低调做人的哲学 / 白山, 边建强编著. —北京:
中国三峡出版社, 2008. 10.

ISBN 978-7-80223-444-4

I. 老… II. ①白… ②边… III. 老子-人生哲学 IV. B223. 1

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第083199号

中国三峡出版社出版发行

(北京市西城区西廊下胡同51号 100034)

电话: (010) 66118778 66112758

KL7078@sina.com

E-mail:sanxiaz@sina.com

北京中印联印务有限公司印刷 新华书店经销

2008年10月第1版 2008年10月第1次印刷

开本: 787×1092毫米 1/16 印张: 22

字数: 250千字 印数: 1-10000册

ISBN 978-7-80223-444-4 定价: 35.00元



前

言



老子，姓李名耳，字伯阳，号老聃。老子学问博大精深，曾做过周朝的史官。他创立的道家文化对以后的诸子百家产生了深刻的影响，他是公认的“百家之祖”，乃中国古代文化的奠基人，并曾为孔子的老师。孔子曾对自己的弟子说：“鸟，我知道它能飞翔；鱼，我知道它能在游弋；兽，我知道它能奔跑。能奔跑的兽我可以用网捕捉它，能游的鱼我可以用绳子去钓它，能飞的鸟可以用弓箭去射。至于龙，我就知道了，他是否能乘风云飞上天呢？我看到老子，感觉他就像龙一样。”

晚年，老子越来越倾向于清静无为、遁世隐居，恰好此时周王室一场内乱使得他终于得以解脱。他骑上青牛，向西而行。在行至函谷关时，关令尹喜请求道：“先生要隐居了，请尽力写一部书吧！”于是，老子写成了《道德经》，然后驾牛出函谷关而去，不知所终。

《道德经》一书是老子思想的结晶。全书采取韵文体，约五千字，分为上下两篇，共八十一章。上篇起首为“道，可道，非常道；名，可名，非常名”，所以人称《道经》；下篇起首为“上德不德，是以有德；下德不失德，是以无德”，所以人称《德经》。故称《道德经》，亦称《老子》。

书中提出了一个以“道”为核心的思想体系，用“道”来说明宇宙万物的演变，提出了“道生一，一生二，二生三，三生万物”和“天下万物生于有，有生于无”的观点，强调人与自然和谐相处，



低调做人的哲学

尊重客观自然规律。“道”的思想代表了中华传统文化的精髓,《道德经》也就自然地成为了中国道德论的开山之作。

《道德经》不但影响了中国的思想史,而且也受到西方思想家的重视,成为世界哲学宝典之一。

德国哲学家尼采称赞《道德经》:“像一个不枯竭的井泉,满载宝藏,放下汲桶,垂手可得。”被誉为二十世纪最伟大的哲学家之一的海德格尔,更是被认为最直接地从《道德经》中吸取了思想资源。有文章写道:“值得注意的是,西方哲学家阅读老子思想,都是要从中获取能够拯救西方文明危机的良方。而他们的确发现,《道德经》对人与自然关系的和谐理解、为人处世的自然态度、德性培养的修行方法,对弥补西方文明中的精神失落和强权意志等,都具有非常积极的作用。”今日美国最富代表性的哲学家理查德·罗蒂、法国当代思想大师德里达,都明确表示自己的哲学理念与中国传统思想有异曲同工之妙。一位研究中国古典文化的美国学者芭莉娅,在读了《道德经》一书后曾崇拜地感叹道:“老子的智能是人类的智能。”她说,在美国历史上似乎还找不到像老子这样大彻大悟的哲学家。美国学者蒲克明肯定《道德经》是未来世界家喻户晓的一部书。而日本学者卢川芳郎说:“《老子》有一种魅力,它给在世俗世界压迫下疲惫的人们以一种神奇的力量。”当前,世界性的“老子热”、“道德热”如火如荼,并不是出于偶然,而是老子道德文化智慧光辉的再现。

《道德经》是一部被人们研究了两千多年的皇皇巨著。其内容涉及哲学、文学、美学、医学、军事学、社会学、伦理学、天文学、养生学,被誉为“万经之王”、“百科全书”。

老子丰富的生活阅历,使他创造的道家学说具有很强的生命力,不同的人都能在其中找到人生的智慧。例如,人们可以从“见素抱朴,少私寡欲”中得到清静无为可以养神长寿的智慧;可以从“祸兮福之所倚,福兮祸之所伏”中了解到世事常变化、矛盾和对立转化是永恒不变的规律、福祸相互转化的道理;从“知足不辱,知止不殆”中知道不追名逐利、控制贪欲就不会招致伤害

的哲理;从“无为而无以为”的观点中领略到管理艺术的至高境界……

总之,老子的思想体系包含着丰富、精妙的生存智慧、管理之道、处世哲学,其中的妙语箴言,即使经过千古岁月的洗礼,依然光彩熠熠。在这些博大精深的智慧当中,您也许可以隐隐地觉察到有一种东西自始至终贯穿在老子话语的字里行间,那就是“低调”二字。

老子身处礼崩乐坏、物欲横流的社会,对人们唯利是图、穷奢极欲的妄为、躁进的处世作风持批判的态度,于是,他从清静无为的养身体验中得出天道无为的结论,他认为那些过分高调的处世方式是不能长久的——“强梁者不得其死”。在老子提出的最重要的概念——“道”的本身里就富含着“低调”的成分。《道德经》第二章中就讲“道”是“生而不有,为而不恃,功成而弗居”。生养万物而不据为己有,培育万物而不自恃己能,功业成就而不自我夸耀。这是多么高尚的低调处世态度啊!

在八十一章中,老子倡导低调处世的观点比比皆是,如:“功成身退”,“兵强则灭,木强则折”,“少思寡欲”,“大直若屈,大巧若拙”,“自知不自见,自爱不自贵”,“柔弱”,“处下”,“不争”等等,不一而足。

本书的编写,旨在把老子《道德经》中隐含的低调处世的哲学思想做进一步的阐释和解读。编者立足于原文而又不囿于原文,充分地挖掘老子话语的深刻涵义,并穿插古今中外的经典故事,力求通过通俗的语言、生动的故事阐释精辟的道理,尽可能地拉近现代的我们与两千年前那位思想巨人的距离。

林语堂先生曾经说:“我觉得任何一个翻阅《道德经》的人最初一定会大笑,然后笑他自己竟然会这样笑,最后会觉得现在很需要这种学说。至少,这会是大多数人初读老子的反应,我自己就是如此。”在二十一世纪的今天,我们处在一个经济飞速发展的时期,同时也处在一个思想、观念发生重大转变的时期。在物质生活愈来愈富足的情况下,如何寻找到心灵上那份真正的平



前

言

和与安宁,如何在人生道路上走得安详与坦然,如何在短暂的生命里获得无尽的成功与快乐,是现代人愈来愈关心的问题。《道德经》无疑是一本解决新世纪人类各种矛盾和问题的睿智之书,其中富含的低调处世的哲学内容一定会为您的生活提供无穷的智慧 and 力量。

老子的思想包罗万象、博大精深,妄言完全参透其中的奥妙是不自量力的,本书在这里只做高山仰止之论,谬误之处敬请广大读者不吝赐教。



低调做人的哲学



目

录



第一章 贵以贱为本，高以下为基

001

低调者常使自己处在“人后”、“谦卑”、“下层”的地位，因为他们懂得贵是以贱为根本的，高是以下为基础的。把自己的姿态放得越低，能够学到的东西越多，人们就越愿意追随他，就越能够显出他的尊贵。低调者就像是容纳百川的大海。

贵以贱为本，高以下为基 / 001

大者宜为下 / 005

不为大，故能成其大 / 010

江海为百谷王，以其善下 / 012

善用人者，为之下 / 015

贵其师，爱其资 / 023

第二章 上德无为而无以为，下德无为而有以为

029

低调是一种高尚的“德”。真正的低调不是装出来的；真正的低调是一种名利难动的心境，是一种清静无为，是一种自然流露的气质。低调者，不会追求形式上的低调，而把低调深深植入了心灵深处。



低调做人的哲学

致虚极，守静笃 / 029

大道废，有仁义 / 036

见素抱朴，少私寡欲 / 040

泊兮，其未兆 / 045

去彼取此，为腹不为目 / 050

处其厚，不居其薄；处其实，不居其华 / 053

负阴抱阳，冲气为和 / 055

第三章 功遂身退，天之道也

061

杯满则溢，月盈则缺。老子认为，不论做什么事情都不可过度，恰到好处为最妙。锋芒毕露、富贵而骄、居功贪位都是过度的表现，难免招致灾祸。所以，为人之道的一条要旨就是凡事留有余地，不要把事情做得太过，不要被胜利冲昏了头脑。

功遂身退，天之道也 / 061

生而不有，为而不恃 / 067

为而不恃，功成而不处 / 071

三知三守 / 077

第四章 大直若屈，大巧若拙

083

世上的万物之间的关系往往都是辩证的。曲直、巧拙、先后、成缺……其实讲的是一个内在状态和外在表现的关系。不在外形上表露，而在生命的含藏内收，此乃低调处世的人格。

和其光，同其尘 / 083

曲则全，枉则直 / 089

大巧若拙，大辩若讷 / 095

大白若辱，大方无隅 / 101

混兮其若浊 / 104

后其身，而身先；外其身，而身存 / 109

大成若缺，大巧若拙 / 112

第五章 兵强则灭，木强则折

117

低调是与高调相反的。高调处世，锋芒毕露，就容易遭到别人的反击。故而，越是春风得意，越要韬光养晦，不可逞强斗胜，而应低调处世，柔顺谦虚。

涣兮其若凌释 / 121

飘风不终朝，骤雨不终日 / 121

轻则失根，躁则失君 / 125

直而不肆，光而不耀 / 131

兵强则灭，木强则折 / 135

慎终如始，则无败事 / 141

豫兮若冬涉川 / 145



目

录

第六章 善者不辩，辩者不善

149

病从口入，祸从口出。一个人如果不注意说话的内容、方式、对象与分寸，很容易招惹是非，授人以柄。在言辞上低调是做人的一种重要品质。在与人交谈时切不可把话说尽说绝，说话多了就会智穷辞穷，所以不妨适时沉默，也切不可在言语上让人感到你有傲气，瞧不起人，挖苦人。

多言数穷，不如守中 / 149

善者不辩，辩者不善 / 154

犹兮其贵言 / 160

希言自然 / 165



知者不言，言者不知 / 169

美言可以市尊 / 174

第七章 自知不自见，自爱不自贵

181

低调的人都有自知之明，所以不会强求；低调的人很珍惜自己但不抬高自己，所以不会得意忘形。真正的自知和自爱，不强调自己对自己的肯定，而看重他人对此的感受。人们所尊敬的是那些谦逊的人，而绝不会是那些爱慕虚荣和自夸的人。

企者不立，跨者不行 / 181

不自见，故明；不自是，故彰 / 186

知人者智，自知者明 / 192

抗兵相若，哀者胜矣 / 196

知不知，尚矣；不知知，病也 / 200

自知不自见，自爱不自贵 / 203

第八章 祸莫大于不知足，咎莫大于欲得

209

祸咎来于不知足与欲得，所以，对待名利要适可而止，知足知乐，这样才可以避免遇到危难；反之，为名利奋不顾身，贪心不止，则必然落得身败名裂的可悲下场。

知足不辱，知止不殆 / 209

知足之足，常足矣 / 212

祸莫大于不知足，咎莫大于欲得 / 216

为学日益，为道日损 / 220

去甚，去奢，去泰 / 224

知止可以不殆 / 227

物壮则老，谓之不道 / 231

第九章 大音希声，大象无形

237

宽容的心胸是低调者不可缺少的品质。低调做人，不但对自己有低调的要求，而且乐于宽容他人，因为对他人的强逼和苛刻同样有失低调。在处理人际关系上把握宽容和低调，不仅给了别人一个台阶，更重要的是也给自己留了一条后路。

有之以为利，无之以为用 / 237

旷兮其若谷 / 239

善有果而已，不以取强 / 244

执左契而不责于人 / 248

夫唯道，善贷且成 / 252

报怨以德 / 256

不见其首，不见其后 / 261



目

录

第十章 弱之胜强，柔之胜刚

267

要保持住刚强，不是立足于正面，而是立足于反面；不是运用刚强，而是保持“柔”与“弱”。老子认为，“柔弱”是万物具有生命力的表现，也是真正有力量的象征。在处世交际中，有时刚强解决不了的问题，用柔术反而可以成功。“以柔克刚”是一句人们熟知的俗语，而这里面所蕴含的低调处世哲学还有待于我们去深刻地思考。

柔弱胜刚强 / 267

静胜躁，寒胜热 / 272

见小曰明，守柔曰强 / 275

弱之胜强，柔之胜刚 / 279

强大处下，柔弱处上 / 284

强梁者不得其死 / 290

天下之至柔，驰骋天下之至坚 / 295

天下莫柔弱于水 / 299

第十一章 不争，故天下莫能与之争

305

一不争，故无尤；不争，而善胜；不争，而利万物；不争，故天下莫能与之争。不争是老子提出的处理社会生活的最高原则，也是低调做人所遵循的最基本的处世原则。

夫唯不争，故无尤 / 305

不争，故天下莫能与之争 / 311

不敢为天下先 / 315

不争之德，用人之力 / 319

天之道，不争而善胜 / 325

水善利万物而不争 / 329

人之道，为而不争 / 332



低调做人的哲学



【第一章】

贵以贱为本，高以下为基

低调者常使自己处在“人后”、“谦卑”、“下层”的地位，因为他们懂得贵是以贱为根本的，高是以下为基础的。把自己的姿态放得越低，能够学到的东西越多，人们就越愿意追随他，就越能够显出他的尊贵。低调者就像是容纳百川的大海。

贵以贱为本，高以下为基

故贵以贱为本，高以下为基。是以侯王自谓孤、寡、不穀。此非以贱为本邪？非乎？故致数舆无舆。是故不欲琤琤如玉，珞珞如石。

——《道德经》

我国的大智者老子在他所著的《道德经》一书中主要讲了低调处世的为人处世的哲学。在现在这个物欲横流的社会里，一定要学会给自己定位，这个问题很重要，定位定不好，就是坐标系没有选好，那怎么能不出问题呢？老子的处世定位就是“低调”。

现在有很多人的理念是，高者贵者在上，低者贱者在下。而老子在处世中讲究“低调”，也就是要自己处在“卑微”、“无知”、“下层”的位置。高要以下为根基，贵以贱为根本。这是一种低调处世的哲学。

大家已经了解老子的理念了，这就是一切遵循道而行动，而道就



「第一章」
贵以贱为本，高以下为基



低调做人的哲学

是讲求卑微的,所以交往中要选择“低调”。

古代人群中间最高位的要算皇帝了,《道德经》的第三十九章、第四十二章中两次解读了同样的例子,就是解读古代侯王称呼中的意义和智慧,即要“卑微”。从而开导我们,皇帝尚且要如此,其他人当然就可想而知了。第三十九章说:

故贵以贱为本,高以下为基。是以侯王自谓孤、寡、不穀。此非以贱为本邪?非乎?故致数舆无舆。是故不欲琤琤如玉,珞珞如石。

这段话意思是:贵是以贱为根本的,高是以下为基础的。因此,皇帝自称为“孤”、“寡”、“不穀”。这不就是以贱为本吗?所以说,最高的称誉就是没有称誉,作为皇帝最好不要表现自己,不要像玉那样显示它的光彩,宁可像石头那样坚实无华。

我国古代的皇帝为什么要自称“孤”、“孤家”,自称“寡”、“寡人”,自称“不穀”?皇帝的自称就表明自己是孤独的人,也表明自己既是孤独者,还是一个寡德之人,也就是缺少道德的人。既然孤独、寡德,那么,就希望臣民来拥护我,支持我。我们从文献上看到,楚国的王自称为“不穀”。什么叫“穀”?“穀”就是善,“不穀”就是不善之人,就是才德不好的人。范应元注:“穀,善也,又百穀之名也。春秋王多称不穀。”这也是希望臣民来辅助自己。

尽管古代的皇帝中许多人是做不到这一点的,但是选择这样的称呼的最初的出发点就是要表示“低调”。这种“低调”,就是“贵以贱为本,高以下为基”。尊贵的用卑贱的作为根本,高位的用低下作为根基。大家想,有这样的根本,有这样的根基,不就根深蒂固了?那么,你的尊贵就不会倒下,你的高位就不会颠覆了。这“低调”之道不就是处世的一个宝?我们都知道“水能载舟,亦能覆舟”。舟比喻为君王,水比喻为百姓;舟在上位,水在下位。如果船经常想到船下面的水,认识到这是我所以能高贵、高高在上的根本、根基、基础,常常居上思下,处尊思贱,就不会发生危险。如果忘了根本、失去了根本,那么就危险了。



皇帝的这些称呼都不是老子起的，但是他发掘出这中间的含义和智慧。试想，皇帝尚且要求如此，那么，一般人当然更应该“低调”了。

大家也许觉得这一理念离开我们现代人太远了，古代皇帝的名称与现代人有什么关系啊？其实不是这样的，老子的理念还在我们的生活中，不过因为融化了，显不出间隔距离，因为大家太熟知了，反而浑然不知其来源了。

在人生的舞台上，每个人都希望获得掌声。而那些身处卑微之境、从未走向人生前台的人，要想获得掌声实在是太难了！世界上有人为尊贵者献花，却没有人为卑微者喝彩。要想获得这难得的掌声，必须经历痛苦的排练，献上精彩的演出。要想听到赞叹的掌声雷鸣般响起，就绝不能甘于做一名欣赏别人演出的观众，而要力求做一名为观众所欣赏的演员。这样，人生才能走出卑微，走出泥泞，走出一路风采。

吕磊，今年刚刚三十出头，可已经成为了某企业集团的一位部门经理。但你可能想不到，他几年前刚到公司时，是从地位最低微的组装工人开始干起的。

六年前的一天，一个人告诉吕磊，有一家大公司10点钟将有一次求职面试。

尽管时间尚早，吕磊还是决定去碰碰运气。10点钟一过，排队的人开始缓步地向前移动。不久，轮到吕磊面试了。

“你想找个什么样的工作？”一位人事官员问道。

“我要你们所有的工作中薪水最低的工作。我急需一份工作。”吕磊说。

“来吧，我们雇用你了。”

吕磊十分高兴，这是他生活中的低潮阶段——无业、无家，可以说在这个世界上孤孤零零。他需要一个起点，哪怕是最底层的一个起点。

第二天一早，吕磊去上班，被安排在组装线上。他的工作是将



低调做人的哲学

带着铜铆钉的带子缠绕在铁环上。他的薪水是每天 20 块钱。

吕磊发现手工劳动有趣而令人满意。人们一生几乎都要有用手劳动的过程，这一工作对他来说并不难。然而，头一天在组装线上，钉铆钉时锤子就把他的手重重地砸青了。吕磊很担心这一事故对工作造成不便。在得到老板许可后，吕磊在下班后继续留下来，要研究出一个能帮助手指工作的工具。

吕磊在车间里寻找，终于找到了他所需要的工具和材料。他制造了一个木头节子，用它把铆钉固定住，工人就可以毫不费力地从事工作并不致受伤。

第二天，吕磊很早起来就去试用他新制的工具。他在其他工人到来之前开始做工。惊人的成功！这个木节子能固定铆钉，不用再拿手去扶，如同多了一只手。这样，他就能比原先用手扶的方法做更多的活。老板夸奖了吕磊的新改进。

有了这个木节子，吕磊的工作速度比原先加快了一倍。有了剩余时间，他向老板要求更多的工作，被委以一大堆杂务。他帮助组装线上的妇女调整工作台的高度，她们干得顺手，也提高了效率。吕磊在任何可能的环节中协助自己的老板。吕磊总是来得很早，下班后还留下帮助清理整顿，为第二天做准备。吕磊认为这是一份不错的工作，满足了自己目前的需求。

公司里的人对吕磊就像一家人一样，他也投入到公司的一些娱乐活动中。公司有个足球队，每周都有与其他一些小公司的足球队比赛。吕磊成了球队的一名管理员。在公司后面的球场上，吕磊结识了刘涛，他是球队队长，又是公司的采购员。一天练球时，他们谈到了工作。

“你为公司工作感觉如何？”刘涛问。

“不错。”吕磊说，“但我对钉铆钉有点烦了。我想找点更具挑战性的事情做，我可以学到更多的东西。”

“你愿不愿意到采购部门做一个订货员？”刘涛问。他解释了订