

南怀瑾



老  
子  
也  
说



续集

南怀瑾【讲述】

東方出版社

南懷瑾



# 老子说



续集

南怀瑾【讲述】

東方出版社

---

**图书在版编目(CIP)数据**

《老子他说》续集/南怀瑾讲述.

—北京:东方出版社,2010.6

ISBN 978-7-5060-3918-5

I. ①老… II. ①南… III. ①道德经—研究②道家—研究  
IV. ①B223.15

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 102554 号

---

**《老子他说》续集**

南怀瑾 讲述

---

**责任编辑:** 孙 涵

**特约编辑:** 骈宇騫 胡喜云

**出版发行:** 东方出版社

**地 址:** 北京朝阳门内大街166号

**邮 编:** 100706

**邮购电话:** (010)65250042 65289539

**印 刷:** 环球印刷(北京)有限公司印刷

**经 销:** 新华书店

**版 次:** 2010年6月第1版

2010年6月北京第1次印刷

**开 本:** 640毫米×960毫米 1/16

**印 张:** 24.25

**字 数:** 260千字

**书 号:** ISBN 978-7-5060-3918-5

**定 价:** 39.00元

著作权所有 侵权必究

## 编者的话

---

南怀瑾先生是近年来享誉国内外，特别是华人读者中的文化大师、国学大家。先生出身于世代书香门第，自幼饱读诗书，遍览经史子集，为其终身学业打下了扎实的基础；而其一生从军、执教、经商、游历、考察、讲学的人生经历又是不可复制的特殊经验，使得先生对国学钻研精深，体认深刻，于中华传统文化之儒、道、佛皆有造诣，更兼通诸子百家、诗词曲赋、天文历法、医学养生等等，对西方文化亦有深刻体认，在中西文化界均为人敬重，堪称“一代宗师”。书剑飘零大半生后，先生终于寻根问源回到故土，建立学堂，亲自讲解传授，为弘扬、传承和复兴民族文化精华和人文精神不遗余力，其情可感，其心可佩。

二十世纪八十年代初，南怀瑾先生在台北十方书院开始讲解《道德经》，其中前二十六章的讲稿于一九八七年结集为《老子他说》在台湾出版，旋即引起强烈的社会反响，成为南师的代表作之一。一九九六年大陆出版了简体字版。二十多年来，海峡两岸的读者们一直热切盼望着该书下半部分的出版。二〇〇九年，几经努力整理的《道德经》第二十七章至八十一章讲稿终于正式推出，这就是现在的《老子他说

续集》。承蒙南怀瑾先生独家授权，我社在大陆首次出版该书的简体字版，献给广大热爱中国传统文化的读者。

《老子》又名《道德经》，由前三十七章《道经》和后四十四章《德经》组成，共五千余言，相传是先秦时期老子所著，是道家的主要经典。它率先提出了“道”这一最高的哲学概念，且含有丰富的辩证法思想，是中国古代思想的重要遗产，对中国的哲学、政治、文化等均产生了深远的影响。

两千多年来，古今中外对《老子》一书的解说不下七百余种。《老子》为何会有如此大的魅力？南怀瑾先生又是如何解读《老子》的？他眼中心里的老子会是一个怎样的人呢？本书延续《老子他说》，给出了一个系统、完整的答案。不同于大多数研究者“依文释义”的解读方式，南怀瑾先生主张经史相参、以经注经，将《老子》上、下经的篇章相互对照，以“知人论世”的思想为指导，融会儒、释、道三家之学，旁征博引、深入浅出地对老子关于战争的认识，“无为”、“愚民”、“小国寡民”等思想的内涵，以及中国隐士文化做了详尽的阐释，揭示出老子思想的真正内涵，为读者展示了一个真实生动、满怀忧国忧民之念的老人和智者的形象。

“上下五千年，纵横十万里；经纶三大教，出入百家言。”南怀瑾先生道家“全生保真”的生命哲学、儒家“经世致用”的济世情怀和佛家普度众生的修持理念在《老子他说续集》中有着很好的体现。比如，通过反省五花八门的《老子》研究者，他告诫世人应在平淡方面留意，因为真正的智慧是朴实无华的；再如，他考察了《老子》的军事思

想，并进一步探讨了中国兵家的思想和军事哲学，指出中国文化的特色就是绝对不侵略他人，但是也绝对不接受别人的侵略；另如，他以《老子》始终强调的“以无事取天下”的政治道德为标准衡量他所处时代的国际格局，指出我们中华儿女要深刻体会并懂得最高的政治道德和政治哲学，即《老子》所倡扬的谦下、包容、爱护他人，等等。

我社与南怀瑾先生结缘于太湖大学堂。出于对中华优秀传统文化的共同认识和传扬中华文明的强烈社会责任感、紧迫感，承蒙南怀瑾先生和太湖大学堂的信任 and 厚爱，独家授权，我社将陆续推出“太湖大学堂”系列的南怀瑾先生作品简体字版，其中既包括世已有公论的著述，更有令人期待的新说。作为一代国学宗师，南怀瑾先生“通古今之变，成一家之言”，毕生致力于民族振兴和改善社会人心。我社深感于南先生的大爱之心，谨遵学术文化“百花齐放，百家争鸣”之原则，牢记出版人的立场和使命，尽力将大师思想和著述如实呈现读者。其妙法得失，还望读者自己领会。

东方出版社

二〇一〇年六月

## 出版说明

一九八〇年三月，南师怀瑾先生在台北十方书院开始老子《道德经》的课程。当时由蔡策记录，再经编辑及南师先后整理，随即每期于《知见》月刊发表。

五年后（一九八五年），南师应邀赴美，当时《道德经》已全部讲解完毕，所发表者仅廿六章，后因故暂停，以致上篇未能全部刊登完毕。

由于读者的反应，企盼成书出版，故于一九八七年将已刊登的廿六章集结印行，书名为《老子他说》上集，时在南师赴美两年之后。

自从该书出版后，读者陆续催问下集者不绝，二十年来，未能接续印行出版，究其根源，实因文稿随同南师资料书籍运赴国外，数年后又辗转运回香港，直至二〇〇七年始再运转国内，落脚太湖之滨。

整理工作于焉开始，在南师指导下终于全部完成，因内容包包括部分上篇及全部下篇，故特定名为《老子他说续集》。

总括《老子他说》上集一册及续集一册，合为《道德



经》一书的全部讲记。

此书经历漫长廿二年，今经我等继续努力，终能出版完全，对热心的读者有所交代，不免一则以喜，一则以憾，盖人世一切成败因缘，常非人力之可及也。

刘雨虹 记

二〇〇九年五月



# | 目 录 |

出版说明 .....	( 1 )
第二十七章 .....	( 1 )
不着痕迹的善行○会说 会做 又会教	
第二十八章 .....	( 10 )
知阴阳乾坤善恶而后○回复本来面目○生理 心理 行为三方面修养	
第二十九章 .....	( 18 )
私心取天下的后果○圣人的作为	
第三十章 .....	( 24 )
老子的军事哲学思想	
第三十一章 .....	( 29 )
兵不血刃而取胜○为何以丧礼纪念胜利○军事哲学的 的另一面观点○楚庄王和周武王的道家思想○仁政 重于武力	
第三十二章 .....	( 41 )
朴实无华的精神	

第三十三章	.....	(46)
	自知之明 知人之智	
第三十四章	.....	(51)
	什么是大 什么是小	
第三十五章	.....	(54)
	掌握天地万象的法则	
第三十六章	.....	(58)
	欲擒故纵的道理○从微细而明了重点○柔弱胜刚强	
第三十七章	.....	(67)
	无为而无所不为的道○无为 无欲 无名	

## 下 经

第三十八章	.....	(74)
	上德下德 上仁上义上礼○德仁义礼失后该若何	
第三十九章	.....	(81)
	得一与不二○以低下为基础的高贵	
第四十章	.....	(89)
	反者道之动 弱者道之用	
第四十一章	.....	(92)
	三品闻道的人○黎明前的黑暗○真正有修养的人○ 大器晚成 小时了了○声音 形象 见道	

第四十二章 .....	(104)
一二三的奥秘○自身阴阳须调和○好恶与损益○过刚则易折	
第四十三章 .....	(113)
柔 水 空 无坚不摧	
第四十四章 .....	(117)
人生最重要的是什么	
第四十五章 .....	(122)
如何达到无为	
第四十六章 .....	(126)
欲望造成祸乱	
第四十七章 .....	(129)
智慧的成就	
第四十八章 .....	(133)
为学要加 修道要减○圣人以道德行为得天下	
第四十九章 .....	(139)
圣人的菩萨心肠	
第五十章 .....	(143)
生死是什么○谁掌握生命的去留○善于摄生的神仙	

- 第五十一章 ..... (150)  
 摄生处世之道 四两拨千斤○道之尊 德之贵 不是乡  
 愿○天地自然的道德功效
- 第五十二章 ..... (159)  
 回归宇宙的根源——天下母○如何减少生命的消耗
- 第五十三章 ..... (166)  
 接受布施的严重性○爱抄小路取巧自利的人们
- 第五十四章 ..... (171)  
 善于把握生命的中心则不辍○修身 修家 修乡 修国  
 修天下○以观身到观天下○生命如何走向结局
- 第五十五章 ..... (183)  
 纯厚自然的赤子○婴儿的精之至○保持气的平和○  
 生命来之不易○先来后去的生命之灵○意识的形成  
 ○精气神消耗完的时候
- 第五十六章 ..... (196)  
 修养处世该如何
- 第五十七章 ..... (201)  
 以正治国 以奇用兵○给日本公民的一封公开信○  
 以正为奇 天下归心○忌讳造成的影响○科技愈发  
 发达 精神愈昏扰○法令多 犯法的人更多○无为 好静  
 无事 无欲

第五十八章 ..... (214)

对社会人民有益的领导○宋太祖的理想和作风○铁面无私 包公又若何○铁面御史 潇洒沐春风○察见渊鱼的颜回○是偏是正 祸福相倚伏○令人生厌的修行人

第五十九章 ..... (227)

谁最悭吝○节省精气神的消耗○简化及善行积德的重要○啬的真正精神○什么是长生久视

第六十章 ..... (239)

烹小鲜的道理安在○如何降鬼伏魔

第六十一章 ..... (245)

水唯能下方成海○风尘三侠的故事○大小相处之道

第六十二章 ..... (252)

好人要救助 坏人更要救助○财富名位比不上坐进此道○如何消免自己的罪过

第六十三章 ..... (259)

平淡处事的一流人才○对人生茫然的人们○以德报怨的问题○大事不难 小事不易○谁是轻诺寡信的人

第六十四章 ..... (272)

宜未雨而绸缪 勿临渴而掘井○闲棋一着○万丈高楼从地起○智慧 从势 待时○将成功时反致失败  
○圣人的欲望是什么

- 第六十五章 ..... (285)  
 智与愚○从商鞅到刘邦到文景之治○了解楷式 知道变通
- 第六十六章 ..... (293)  
 谦和慈悲又不争的领导
- 第六十七章 ..... (297)  
 老子的道与三宝○打胜仗的主帅
- 第六十八章 ..... (306)  
 武士的精神和修养○以静制动 借力使力
- 第六十九章 ..... (312)  
 兵法中的道德应用○不战而胜 轻敌致祸
- 第七十章 ..... (318)  
 平凡的老子 难懂的老子○老子与佛教的因明○无知的智慧是什么○老子《参同契》隐士
- 第七十一章 ..... (326)  
 强不知为知 毛病真大○装聋作哑 自在无争
- 第七十二章 ..... (331)  
 不愿弄社会人民 自爱而不自贵
- 第七十三章 ..... (335)  
 敢与不敢的勇气○那股冥冥不可知的力量○如何做到不争 不言 不召○一切都是自己的作为

第七十四章 .....	(343)
生杀大权不可取代	
第七十五章 .....	(347)
老子所处的悲惨时代	
第七十六章 .....	(351)
要活就要软 想死就强硬	
第七十七章 .....	(354)
什么是天之道	
第七十八章 .....	(358)
你能做到以柔克刚吗	
第七十九章 .....	(361)
把握原则 不求至善尽美	
第八十章 .....	(365)
小国寡民就是地方自治	
第八十一章 .....	(369)
不美言 不争辩 不积财 多付出 效法天地	

不着痕迹的善行

会说会做又会教

# 第二十七章





善行无辙迹，善言无瑕谪，善数不用筹策，善闭无关键而不可开，善结无绳约而不可解。是以圣人常善救人，故无弃人；常善救物，故无弃物。是谓袭明。故善人者，不善人之师；不善人者，善人之资。不贵其师，不爱其资，虽智大迷，是谓要妙。

### 不着痕迹的善行

这一章所讲的修道标准，非常符合佛教传入中国后，所特别强调的大乘道精神。道家和儒家本来就融通了出世与入世两条生命路线，只是在表达的方式和因时因地的制宜方法上有所不同而已。而大乘佛教在这方面，开发了中国有史以来儒道不分家的精神。要修养到这种儒道两家出世入世不相妨碍的程度是相当困难的。当然历史上并非没有此等人物；也许有些为帝王的，或者为国家良臣大将的，甚至那些平凡凡、普普通通的市井小民，有人也许有可能做到如此的境界。

前面讲到万乘之主，不以身轻天下的重点，必须有“终日行而不离辘重”的身先天下的责任感；但在作为上，又须