

圣贤指路丛书

随心

悟

汪海鸥 著

老子

道可道，非常道。名可名，非常名。无

天地之始。有名万。常欲以

观其妙。常有欲以。此两出

而异名，同谓之。妙之

门。

天下皆知美之为美，斯恶矣；皆知

善，斯不善已。故有无相生，难易相成，

长短相形，高下相倾，音声相和，前后相

随。是以圣人处无为之事，行不言之教。

万物作焉而不辞，生而不有，为而不恃，

功成而弗居。夫唯弗居，是以不去。



湖南人民出版社

圣贤指路丛书

随心

悟

汪海鸥
著

老子



湖南人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

随心悟老子 / 汪海鹏著. —长沙: 湖南人民出版社,

2008. 6

ISBN 978 - 7 - 5438 - 5235 - 8

I. 随... II. 汪... III. 老子 - 哲学思想 - 思想评论

IV. B223. 15

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 057601 号

随心悟老子

作 者: 汪海鹏

出 版 人: 李建国

责 任 编 辑: 喻 立

装 帧 设 计: 罗志义 黄 敏

插 画: 谢 静

出版、发行: 湖南人民出版社

网 址: <http://www.hnppp.com>

地 址: 长沙市营盘东路 3 号

邮 编: 410005

经 销: 湖南省新华书店

刷: 湖南东方速印科技股份有限公司

印 次: 2008 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

开 本: 880 × 1230 1 / 32

印 张: 4.5

字 数: 82000

书 号: ISBN 978 - 7 - 5438 - 5235 - 8

定 价: 15.00 元

营销电话: 0731 - 2226732

(如发现印装质量问题请与承印厂调换)

随心悟老子

 目录
CONTENTS

第一章 参透变化的道理

- 一 完善与缺陷 / 2
- 二 “少”即“得”，“多”便“惑” / 6
- 三 不能太过偏执 / 10
- 四 大智若愚的悲哀 / 13
- 五 凡事当学会变通 / 18

第二章 什么才是真正的智慧

- 一 聪明的危险 / 23
- 二 如何控制欲望 / 29



目 录

CONTENTS

第三章 物质时代怎样学会生活

- 一 物质太丰富了并非完全是好事 / 36
- 二 不做守财奴 / 41
- 三 欲望无止境 / 46
- 四 知足常乐 / 51

第四章 做人处世有学问

- 一 成功的最后一步是放弃 / 56
- 二 不要轻易为诱惑所动 / 61
- 三 强大的时候要知道柔弱 / 67
- 四 战胜自己才是强者 / 70
- 五 心静为上 / 75
- 六 水到渠成，无为而为 / 79

第五章 不妨低人一头

- 一 以低下的姿态居在高位 / 85
- 二 学会普通人的快乐 / 89

- 三 上善若水 /92
- 四 跪着的兵马俑 /95

第六章 无为的境界

- 一 明明做了，却像什么都没有做 /100
- 二 不可强行为之 /105
- 三 即使你认为是好的，也不能强加于人 /109
- 四 无为胜有为 /114
- 五 求学与求道 /118

第七章 竞争的艺术

- 一 善于退让的强者才是真正的强者 /122
- 二 不争而争，不胜而胜 /127
- 三 越简单越好 /131
- 四 取胜之道 /135

第一章 参透变化的道理

新，曲则全，枉则正，洼则盈，敝则一。
 为天下式，不自见，故明，不自是，故长。
 影，不自伐，故有功，不自矜，故长。
 夫唯不爭，故天下莫能与之爭。



一 完善与缺陷

完美无缺与一无是处，其结果可能会殊途同归。

2 老子说：凡有大成就的人，好像在某些方面总有不足之处，正因为有所不足才有发展空间，不至于衰竭；充盈的物质好像总显得虚空，正因为虚空才有余地，才使整体上用之不尽。有笔直似乎就有弯曲，有灵巧似乎就有笨拙，能言善辩，又好像总有笨嘴拙舌的时候。善于运动的人能战胜寒冷，善于守静的人能战胜酷热，明白了静能胜热的道理，就能为治理天下找到一条正确的途径。

老子的这段话让人想到断臂的维纳斯，还有病态的西施。断臂无疑是一种丑陋，却让维纳斯变得更美；病态自然也是让人不舒服的，可却让西施更加楚楚动人，以至东施效颦。

在一般人的常识中，完美就是完美，缺陷就是缺陷，两



者是不可能相容的。我们承认的是没有十全十美，但不会承认有缺陷的完美。

而在老子看来，一个东西之所以完美，正是因为它带有缺陷，恰恰是因有了缺陷才会完美，缺陷是完美的一部分。只是我们很固执地只把缺陷看做缺陷，于是什么东西都没有十全十美了。



为什么说缺陷是完美的一部分呢？比如说一个事业有成的人，当他的事业发展到某个高峰的时候，如果他再也找不到任何不足之处，认为一切都已完美，那他的危险就来了，因为完美就意味着终点，意味着结束。只有不足的存在，才有继续发展的空间，才有生机和活力，才会不断地趋向于真正的完美。所以老子说“大成若缺，其用不弊。”

在一般人看来，缺点这个东西是不讨人喜欢的。如果

缺点是在自己身上，那就要不想方设法不让别人知道，要不就死不承认。如果缺点是在别人身上，我们恐怕会把它当做攻击别人的靶子，不是嘲笑就是幸灾乐祸了。

所以当我们看到缺点的时候总是会感到一种压抑或厌恶，只有老子会像发现了宝贝一样高兴。他会说：好啊，既然有缺点，说明还有希望，没有到寿终正寝的时候！

大成若缺，其用不弊。大盈若冲，其用不穷。大直若屈，大巧若拙，大辩若讷。躁胜寒，静胜热。清静以为天下正。

——《道德经》第四十五章

一个“追求完美”的人，以我们平常的观点，自然是个有进取心，希望取得大成就的人，而实际上真正有大成就的人绝不追求完美，因为他知道世界上没有完美。

我们不妨先来看看苏格拉底。这位古希腊的伟大哲学家有句名言：我唯一知道的就是知道自己的无知。这位“无知”的哲学家不但认为自己无知，也认为同时代的那些自认为有学问的人、有钱的人、有地位的人同样无知。于是他一有机会就找这些人辩论，直到他们理屈词穷，自相矛盾，露出他们的无知为止。也正是如此，他在他活着的时候很不讨人喜欢，以至于他的城邦非要把他处死而后快。

再来看看亚里士多德。这位古希腊哲学的集大成者，是一位百科全书式的大学者。

他在努力向先哲们学习的同时，从不相信他们是完美的，要找出他们的缺陷和错误。



当他成为伟人的时候，他也同样希望别人把他看成一个有缺陷的人，可惜别人不听。据说当时有很多亚里士多德的信徒，把凡是亚里士多德说的一切都当做真理。现实中的一切，他都说到了，将来的一切他也预见到了。考察某种事物是否合理就看它是否符合亚里士多德的教导。

正因为如此，亚里士多德的学说后来被发展成神学，人们相信有一个至真至美至善的全能的上帝。而当这样一个完美无缺的上帝出现的时候，西方就进入了黑暗而漫长的中世纪，在这近一千年的岁月里，几乎没有什么伟人出现，即使好不容易出现一个，也要被扼杀了，因为有一个上帝就足够了。

直到后来一个叫阿尔伯特的人提出“理解而后信仰”，指出上帝也会是缺陷的，后面的伟人才一个接着一个地出现，如培根、笛卡尔、洛克、康德等等。当完美的上帝出现缺陷之后，人类才又开始有了新的进步。

二 “少”即“得”，“多” 便“惑”

少则得，多则惑。

老子说：能低头就能保全，能委曲就能伸直，水处于低洼地就满，少了就有收获，多了就会失去。因此，圣人以“道”作为天下的表率。不坚持己见，所以才能明察秋毫；不自以为是，所以能辨是非；不自居自夸，所以才能获得功劳；不自尊自大，所以才能领导别人。正因为他不与人争，所以天下的人没有能与他争胜的。

我们都说老子的思想深奥，实际上他的思想相当简朴。老子说：“人法地，地法天，天法道，道法自然。”他的道都是来源于自然，他不过是看到了一些常见的现象，然后就有了一些别人很难体会到的感受。也许他是在一场暴风



雨中，看到了一些坚强的大树被摧折，而那些随风而弯的小草反而丝毫无伤，因而想到“曲则全”；看到只有低洼的地方在大雨过后才有积水，所以“洼则盈”；他又发现人在饥饿的时候，吃什么都有味，而吃饱之后，则很多东西都没味。

由此他给我们提出了处世的规劝：不要太自以为是，不要太张扬，不要总是咄咄逼人，不要不知足，不要总是与人争霸，要做“老子天下第一”。唯有如此，才能够视野开阔，眼明心慧，平易近人，不使人提防、畏惧、讨厌，甚至仇恨，也就不会给自己树敌，让自己处于危险的境地。所以老子说：“不自见，故明；不自是，故彰；不自伐，故有功；不自矜，故长。”

老子在这里接连提出了四个“不自”。“自”就是“自我”。这四句话概括成一点就是：人不应只知道以自我为中心。而人的弱点正是绝大多数时候只知道自我，以自己的感受为感受，以自己的爱好为爱好，因而出现一些通病，如自以为是，自我炫耀，自私自利、因为自私自利，就想把天下一切自己喜欢的、认为对自己有好处的东西统统占为己有。先是为得到这些好处而劳心劳力，后又为守住这些好处而处心积虑，总之不会有轻松的时候，如此一来，这些“好处”实际上成为“负担”，岂不可笑？

曲则全，枉则正，洼则盈，敝则新，少则得，多则惑。
是以圣人抱一为天下式。不自见，故明；不自是，故彰；不自伐，故有功；不自矜，故长。夫唯不争，故天下莫能与

之手。

——《道德经》第二十二章

真实客观的世界只有一个，可是在不同的人的眼中，却有着不同的世界。正如古希腊一位叫普罗泰戈拉的哲学家所说：“事物对于你就是它向你呈现的样子，对于我就是它向我呈现的样子。”

可见不同的人，世界是不相同的。在常人的眼中，世界往往就是他们感官所感觉到的样子，高就是高，低就是低，美就是美，丑就是丑，好就是好，坏就是坏，一切都是静止的、永恒不变的，所以会有“刻舟求剑”。

而老子目光深刻敏锐，他能看到现象背后的本质，能看到静止后面的变动，看到“曲”如何变“全”，“枉”如何变“直”，“洼”如何变“盈”，“敝”如何变“新”，“少”如何“得”，“多”如何“惑”。看到那些完全相反的东西是如何相克相生，相存相依，所以他说：“有无相生，难易相成，长短相形，高下相倾，音声相和，前后相随。”

总之，他看到了一个在不断变化的世界。正如和他差不多同时代的另一个叫赫拉克利特的西方哲学家所看到的一样。这位哲学家也说：“太阳每天都是新的”，“人不能两次踏进同一条河流”。

而一般常人是无法看到这些变化的，不说是将来的变化，就是已经发生了的变化也觉察不出。正因如此，常人才会执着于一人一物，一得一失，一时一地。执着固然是令人感动的，可是时间并不因为你的执着而凝固不动，执

着又有什么用？生命不会因你的执着就不会消亡，爱人也
不会因你的执着就不会离去。你悲伤也罢，哭泣也罢，要
发生的还是会发生，你能让自己哭泣一辈子么？

我们总以为金钱是好的，它可以给我们带来一切物质
享受，甚至名誉、地位、权力、爱情，于是会有人不知满
足地追求它。金钱果真总是好的么？也许开始的时候，它
的确让你感到生活的享受不尽，让你感到自己是君王，甚
至是上帝，是天下最快乐的人、最幸福的人、最了不起的
人。于是你越是觉得金钱的好，你就会越是贪求它。殊不
知，不知不觉中，金钱可能就把你推到了危险的边缘——
不是有无数的人死于金钱么？

既然世界是变化的，人唯有随之变化才可生存。当然，
这样的变化不是盲目改变，必须把握时机，该变的时候才
变，也一定要变。“随机应变”的道理谁都懂，可能做到的
并不多。不然我们怎么会看到现实中有如此多的人不知
节制，不懂收敛，不知改变，以至于把自己逼到困境甚至
于死地。



【第一章 参透变化的道理】

三 不能太过偏执

放弃就会拥有，失去才会得到。

宇宙中有太多相互对立的東西，甚至可以说，没有东西不存在它自己的反面，如美丑、善恶、高下、难易、前后、长短、有无等等。

这些相互对立的東西，在一般人眼里，只有美、善、高、易、前、长、有被看做好的一面，讨人喜欢；而另一面则被看做坏的一面，惟恐避之不及。

10

然而这些相互对立的東西总是如影随形，丑是美的影子，恶是善的影子，低是高的影子。

老子当时虽然没能提出“矛盾”这一概念，但已经深刻洞察到了其内涵：事物总是存在着矛盾，矛盾的对立双方并非就是绝对简单的水火不容，而是相互依存、相互转化，互为存在的前提，一方不存在了，另一方也就不存在。



明白了这个道理，我们就会理解老子为什么会说：“天下皆知美之为美，斯恶已；皆知善之为善，斯不善矣”。

老子又说：“难易相成。”

我们可以把世间事分为两类：一类为难，一类为易。可具体到某件事，我们说它是难还是易呢？这就不能说绝，因为难与易是处于不断变化之中的，而这种变化既有主观因素，也有客观因素。

古人曾说过这样一句话：为事有难易乎？为之则难者亦易，不为则易者亦难。而老子也说：“图难于其易，为大于其细；天下难事，必作于易，天下大事，必作于细。是以圣人终不为大，故能成其大。”

这两句话可以理解为难易变化的主观因素。前者强调我们做事要积极主动，要“为”，即要有所行动，不能只停留在幻想上；后者则指出我们要懂得方法，要把难事解决，必须从易事做起。

在所有变化当中，得与失的变化可能是最让人心动的，因为它们在最大程度上决定着我们的喜怒哀乐，幸福与悲伤。而在老子看来，我们实在不应该让自己这样被得与失牵着鼻子走，既不值得为得而喜，也不值得为失而悲。因为它们都不是永恒的，不是绝对的。当你为有所得而大喜过望的时候，没准你就乐极生悲，由得而失了；而当你为失而悲伤不已的时候，没准你又因祸得福，由失而得了。既然如此，我们又为什么不把得与失，有与无，高与下等等这些东西看得淡然一些呢？得也好，失也好，有也好，无