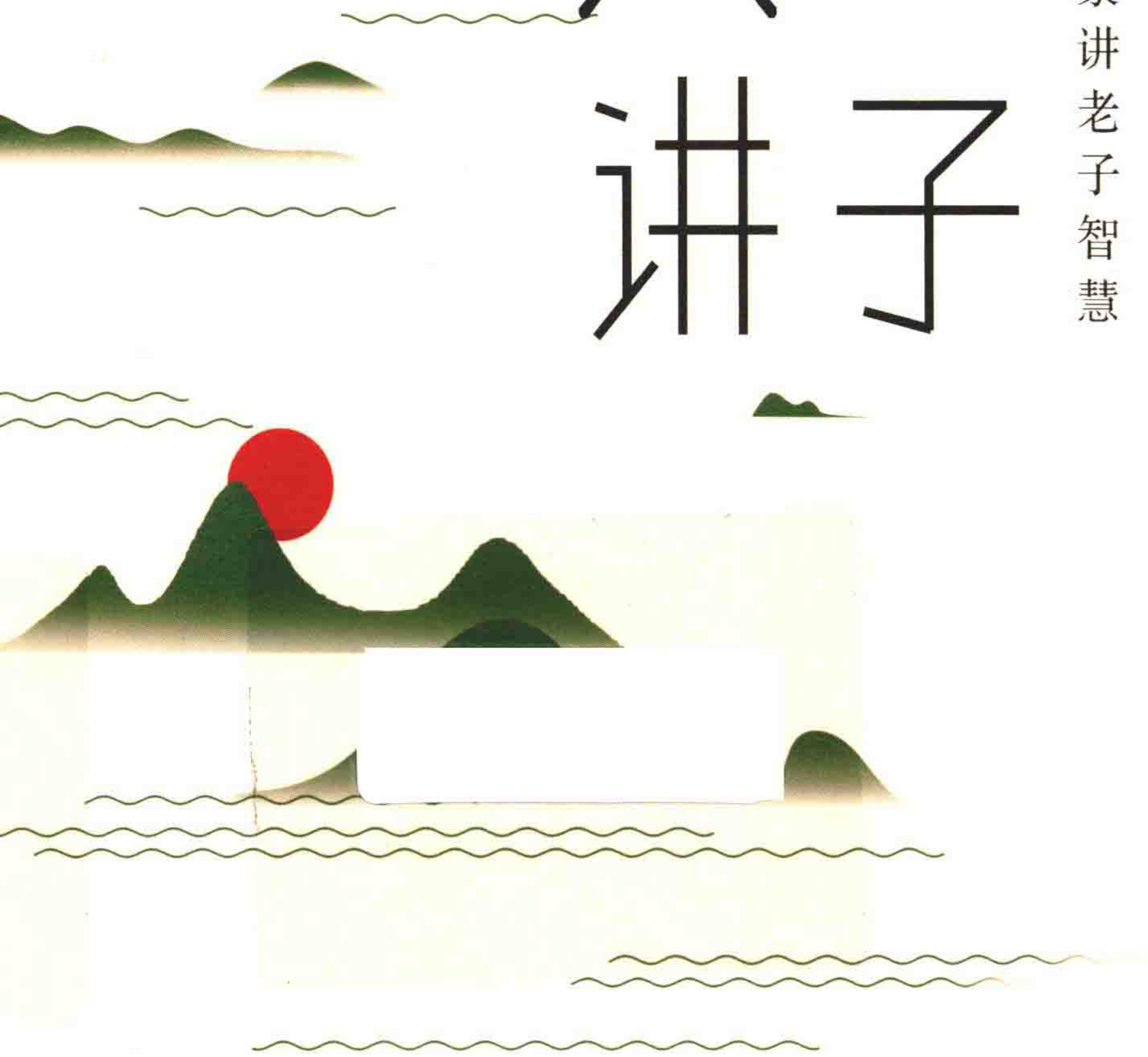


十老

人

讲子

王蒙讲老子智慧



老子
讲子

王蒙讲老子智慧

王蒙 著

 北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

老子十八讲 / 王蒙著. — 北京: 北京联合出版公司, 2017.7

ISBN 978-7-5596-0490-3

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 109079 号

老子十八讲

作者: 王蒙
责任编辑: 李征

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街 83 号楼 9 层 100088)

河北鹏润印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数: 272 千字 880 毫米 × 1230 毫米 1/32 印张: 11

2017 年 9 月第 1 版 2017 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5596-0490-3

定价: 39.80 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有, 侵权必究

如发现图书质量问题, 可联系调换。质量投诉电话: 010-82069336



说明

二〇〇八年夏，我完成了《老子的帮助》一书的写作。

二〇〇九年一月，此书出版，并受到读者与一些师长、友人的厚爱。

二〇〇九年三月上旬至七月初，我在 BTV “中华文明大讲堂”开讲《老子的帮助》，讲座名虽与书名相同，但为了适应口语与观众的特点，我其实是重新思考，重新结构，自成体系了一部新的书稿。为此，我特别感谢北京电视台刘爱勤台长、BTV 卫视陈大立与杨东主任、于瀛编导，没有他们的多方鼓励与创造条件，我不可能讲出这个系列来。我深深体会到，把一些抽象的哲学道理讲明白，讲亲切，讲得易于接受，远比把它们讲高深要有趣也困难得多。

原安排十二讲，后应观众与 BTV 的要求，扩充为十八讲。后六讲中，有一些引文和讲解与前十二讲有重叠，经过删减，留下的是角度不同、说法不同的部分。

BTV 播放的是经过该台编辑的内容。我后来按原始稿全文整理增删，成为现在的书稿，并定名为《老子十八讲》。

在 BTV 讲课时，有主持人姜华女士的协助与点拨呼应。整理书稿时，则是按我与 BTV 的协议，以我的讲演记录稿来作书的。谨感谢 BTV 的推动与大力协助，并感谢姜华女士在成就此书方面做出的卓越贡献。

第一讲：你为什么需要一个大道

道的概念高于一切 · 002

我们需要一个参照 · 003

“道”是世界与人生的主心骨 · 004

寻“道”可以增智慧 · 005

老子的眼光与众不同 · 007

你能看几步棋 · 008

谁也做不到从胜利走向胜利 · 008

“道”是哲学，也包含着信仰 · 009

怎么样去总结一下“道”呢 · 010

不争与共享 · 011

把你的时间、精力投放在什么地方 · 012

回到婴儿状态去 · 013

又精微，又模糊 · 015

解读概念与改革开放 · 016

寻“道”是不是宗教信仰 · 016

寻找大道的过程乃是一个命名的过程 · 017

第二讲：道法自然

- 人要像地一样有所承担 · 020
- 天地的道化或道德化 · 020
- 经验达不到的地方智慧却达到了 · 021
- 自然就是自然而然 · 022
- 相信自然而然的是人民的共识 · 023
- 为什么说车到山前必有路 · 024
- 理想的政治是自然而然地做事的 · 025
- 为什么说知道了美反倒丑恶起来了 · 026
- 老子的天地不仁说太刺激了 · 028
- “道”像雨露一样 · 030
- 老子捅破了你的窗户纸 · 031
- 微笑是有定价的吗 · 032
- 夫妻间需不需要每天说“我爱你” · 033
- 要自然而然，不要刻意作秀 · 034
- 不能操之过急 · 035
- 从道法自然的角度看计划经济与市场经济 · 036

第三讲：无为是关键

- 为，还是不为 · 038
- 越是不那样做，越是能够达到目的 · 039
- 善于干什么，就用不着刻意去干什么 · 040
- 美丽的无为令人陶醉 · 042
- 应做的事各种各样，不可以做的事应有共识 · 043
- 怎么样分辨好人和坏人 · 044
- 精兵简政 · 045
- 不要想那些永远做不到的事 · 046

对谦虚的哲学表述·047

上善若水·048

感悟水，喜欢水·049

虚与静·051

第四讲：有、无，一、二、三

当然是“无”中生“有”·054

“无”才有用·055

老子的哲学是对生活的发现·056

“无”的优越性·056

“无”是想象浪漫的前提·058

哲学的魅力在于发现生活·060

中华文化对于“一”的追求与崇拜·061

“道生一”兼论解读老子的可能性·062

“道”的根本在于从无到有又从有到无·064

“道”本身包含了自己的对立面·065

一分为三·066

超越简单的两分法·068

在“一、二、三”的讨论中看中西方文化观念的差别·069

崇拜“一”也警惕“一”·070

第五讲：宠辱无惊

朝为座上客，夕为阶下囚·074

得宠这个话并不好听·074

范进中举与小公务员之死·075

《红楼梦》中的得宠与失宠·076

谁能做到宠辱无惊·077

大患若身 · 078
这是不是老子的荒谬 · 078
消化痛苦，提高人格 · 079
以尊严和信心对待宠辱 · 081
谦卑与钝感 · 082
多几个世界 · 083
对宠辱都要有准备 · 084
宠辱无惊与物极必反 · 085
宠与辱的两面性 · 086
宠辱的不可预见性 · 087
零心态与从零做起 · 088
论万世、高境界 · 091

第六讲：知白守黑

黑格尔盛赞“知白守黑” · 094
保持温和 · 094
绅士的风度 · 095
摄像镜头的启示 · 095
老子为什么提倡低调 · 096
知与守并不统一 · 098
知白守黑的延伸 · 099
韬光养晦 · 100
磨难是必要的 · 103
难得糊涂与愚不可及 · 104
大智若愚 · 105
大雅若俗 · 107
和光同尘 · 107

第七讲：治大国若烹小鲜

中山服与西服并不截然对立 · 112

老子的立言无与伦比 · 112

他要力挽狂澜 · 113

谁能举重若轻 · 114

似曾相识燕归来 · 115

小事有时候要当大事来做 · 116

下知有之最好 · 117

大道乌托邦 · 118

治国的化境 · 119

烹小鲜论 · 120

烹小鲜的美感 · 121

连鬼神都不闹腾了 · 123

老子对不良政治的抨击 · 124

民本思想的萌芽 · 127

老子的三宝 · 127

第八讲：老子会怎样用兵

老子其人 · 132

老子的神奇兵法 · 132

老子是不是阴谋家 · 133

弱也可能胜强 · 135

利用对手的弱点 · 136

王熙凤是怎样灭尤二姐的 · 137

欲取先予 · 138

相反相成 · 138

老子的反战思想 · 139

毛泽东的军事思想 · 140
哀兵必胜 · 141
弱者的智慧 · 142
要不要秘密武器 · 144
以正治国，以奇用兵 · 145
善战者不怒 · 146
从军事说到用人 · 148
骄兵必败 · 149

第九讲：老子的养生理论

中华文化中的养生问题 · 152
生命与大道合一 · 153
达·芬奇论生与死 · 154
苏东坡话生死与寿命 · 155
三个“十有三” · 156
日月之精华 · 157
循大道而养生 · 158
生命的自我调整 · 159
日本人注意人事与季节的配合 · 160
贪欲、有为与宠辱催人灭亡 · 160
过度的营养、医疗与锻炼修为 · 162
养生的诀窍在于不养生 · 163
无死地最重要 · 163
以恬淡养生 · 166

第十讲：老子为什么求愚非智

为什么老子喜欢“愚” · 170

不出户，知天下·174
人常常会在常识上犯错误·176
要本土化而不能过分远洋化·177
不应该是无知的本土化，而是学贯中西又立足本土·177
牛顿挖两个猫洞·178
智者的放弃·179
学然后知不足·180
以“嗇”治天下·181
抵御有害信息·182
传统文化中的非智基因·183
你把智用到了什么地方·184

第十一讲：小国寡民的乌托邦

老子的非大国主义·188
效率与标准化的悖论·189
老子的“非发展观”·190
复杂能不能变成简单·191
紧缩人际关系·192
当代的反全球化思潮·192
什么样的发展才算得上科学·193
人类能不能返璞归真·194
欲望的满足与控制·196
遥控器是不是灾难·197
饶了吧，音乐·198
简朴永远是美德·198
学会掂量，学会舍弃·199
一个有名的故事·200
发展与幸福·201

- 向后看 · 202
- 对朴素的向往与怀念 · 204
- 阿 Q 的经验与教训 · 205

第十二讲：老子智慧的快乐与烦恼

- 老子的智慧无可争议 · 210
- 通向终极的悟性 · 210
- 通过思辨与感悟走近终极 · 211
- 你能理解九方皋吗 · 212
- 大道的至上感与优越感 · 213
- 文学语言的道性 · 213
- 老子有多牛 · 214
- 智慧令人快乐 · 216
- 老子不可摧毁 · 217
- 好箭也可保存欣赏 · 217
- 智慧也是一种美 · 218
- 老子的苦恼与牢骚 · 219
- 智慧的痛苦 · 220
- 国产最佳寓言：不争论 · 221
- 智商太高了太麻烦 · 222
- 智慧的遭遇与命运 · 222
- 老子也俗了一把 · 223
- 智慧之路是坎坷的 · 224
- 老子是怎样被中华民族所接受的 · 224
- 精神上的巅峰体验 · 226
- 让老子来吧 · 228

第十三讲：得与失、成私与无私

关于私利 · 234

不有、不恃、不宰 · 234

道性非私 · 235

把私摆在哪里 · 236

对私的实事求是的讨论 · 237

争取私利的代价及其他 · 238

大处不算小处算是人类通病 · 239

过分自私只能适得其反 · 240

拉弓的启示 · 241

奉天下才是大道 · 242

不要太膨胀 · 243

知足与知止 · 245

你不可能得到所有的“点儿” · 247

物壮则老 · 248

付出必须超前，收益往往滞后 · 249

牙与花生的人生况味 · 250

第十四讲：得道者的风度

风度与举止 · 252

深不可识 · 253

勉为其难的形容 · 254

解冻说的滥觞 · 255

温温恭人 · 256

孔子、老子的风度说比较 · 258

森吉德玛与兰花花 · 259

动静与浊清 · 260

风格是可以自我调节的·261
踮着脚站不稳·262
起码不要惹人讨厌·263
风度表现了人的生活质量·264
提倡淡泊·265
老子有时会说反话·267
至柔为上·267
风度与软实力·268

第十五讲：逆向切入的处世方法

为什么老子喜欢反着说话·270
大成就必然带着遗憾·270
为什么大直若屈，大盈若冲·271
巧要靠拙功夫积累·272
曲则全，枉则直·274
悖论的分析·275
一生真伪有谁知·277
不能急于求成、一根筋·279
论臭皮匠与诸葛亮关系的多种可能性·280
为什么A常常不像A·282
大仁若伪，大智若妖·284
大方无隅还是外圆内方·285
晚成还是免成·286

第十六讲：大国之道

大国怎样才能长治久安·288
大国与小国·289

越大越谦虚 · 291
高潮化与正常化 · 292
关于速度 · 292
谁能做到报怨以德 · 293
脚踏实地 · 296
治国不能忽悠 · 296
小谎易破与大谎难缠论 · 297
老子的非战思想 · 298
不能无理想，也不能太理想主义 · 299
坚持和平发展 · 299
为道日损，损之又损 · 300
以百姓之心为心 · 301
防微杜渐，避免被动 · 302
坚持到底 · 303

第十七讲：虚静、复命、知常

让我们一起体悟道的特征 · 306
道的名称与美好特质 · 306
虚静是道的一个侧面 · 307
观复的意义 · 308
万物万象都要归根 · 308
归根实大不易也 · 310
归根的踏实感 · 310
归了根就静了，复了命了 · 311
从“知常”一步一步上台阶 · 311
虚与静的含义 · 313
有什么也不能有病有恶 · 313
静才能进入最好的状态 · 314

- 能婴儿乎 · 315
- 婴儿论与弗洛伊德 · 316
- “和”才是“常” · 317
- 怀念婴儿时期 · 318
- 但愿童心未泯 · 319
- 删繁就简 · 320
- 为什么不断出现原孩旨主义 · 321

第十八讲：老子仍然活着

- 谈论老子，其乐何如 · 324
- 《老子》的文学性 · 325
- 经典文体与弹性论述 · 325
- 中华经典的特点之一：易于背诵，难以解说 · 325
- 是同义反复吗 · 326
- 诗体的《道德经》 · 328
- 老子有利于人们的自我安慰 · 328
- 老子教我们说话 · 330
- 哀兵必胜的煽情性 · 331
- 词句也是不能任意置换的 · 332
- 再谈儒道互补 · 333

第一讲：你为什么需要一个大道

