

六
卷
瀑
南
怀
瑾
讲
述

南怀瑾讲述

心兵难防

南怀瑾 著

古吴轩出版社

李怀瑾讲读

念奴娇

南怀瑾讲述

心兵难防



人的内心,随时有矛盾乱流,理性和情绪始终在心中斗争着、内战着。这种“自讼”的状况,随生命并存,永无停止。如果能修养到“心兵”不动,自心的天下就太平了。

本书选编自南怀瑾先生著述中的精华,让读者在南怀瑾先生轻松家常的口气中,认识中国文化、人生哲学,并找到为人处世,安顿身心的生命智慧。

图书在版编目(CIP)数据

南怀瑾讲述心兵难防 / 南怀瑾著. —苏州: 古吴轩出版社, 2006.6

ISBN 7-80733-047-3

I. 南… II. 南… III. 个人—修养 IV. B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 054661 号

策 划: 郭姮晏 陈雪春

主 编: 台湾老古文化事业公司编辑部 陈丰美 赵培珍

责任编辑: 洪 芳

见习编辑: 钱晓燕

装帧设计: 吴 林

插 图: 魏 克

责任校对: 孙宁宁

责任印刷: 蒋家宏

书 名: 南怀瑾讲述心兵难防

著 者: 南怀瑾

出版发行: 古吴轩出版社

地址: 苏州市十梓街 458 号 邮编: 215006

Http://www.szrbs.net/gwx E-mail: gwxcba@126.com

电话: 0512-65232286 传真: 0512-65220750

印 刷: 苏州恒久印务有限公司

开 本: 630 × 960 1/16

印 张: 8.5

印 数: 00001-10000

版 次: 2006 年 8 月第 1 版

印 次: 2006 年 8 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-80733-047-3/G·333

定 价: 12.00 元

如有印装质量问题, 请与出版社联系。

南怀瑾

一九一八年生于浙江温州，自小接受中国私塾传统教育，少年时期就阅读遍了诸子百家的各种经典。他精研儒、释、道，将中国文化各种思想融会贯通；除此之外，对于医学、卜算、天文、拳术、剑道、诗词等皆有专精，可谓一代宗师。

南怀瑾先生一生致力于弘扬中国传统文化，著述极为丰富，有《论语别裁》、《孟子旁通》、《原本大学微言》、《老子他说》等三十多种著作，曾被译成英、法、荷、西班牙、葡萄牙、意大利、韩国、罗马尼亚等八种语言，半世纪来影响了无数中外人士。

为了重整中华文化断层，近年来南怀瑾先生在全球推广“儿童经典导读”活动，反响热烈，已有超过数百万名儿童参与。中外至今仍有许多人士加入响应这个活动，南怀瑾先生推广中国文化的心愿，将“无成有终”地一直持续下去。

上海老古 友情联络

www.laokubook.com (021) 54046219

试读结束：需要全本请在线购买：www.ertongbook.com

古吴轩出版社隆重推荐

南怀瑾讲述论语中的名言

南怀瑾讲述庄子中的智慧

南怀瑾讲述心兵难防

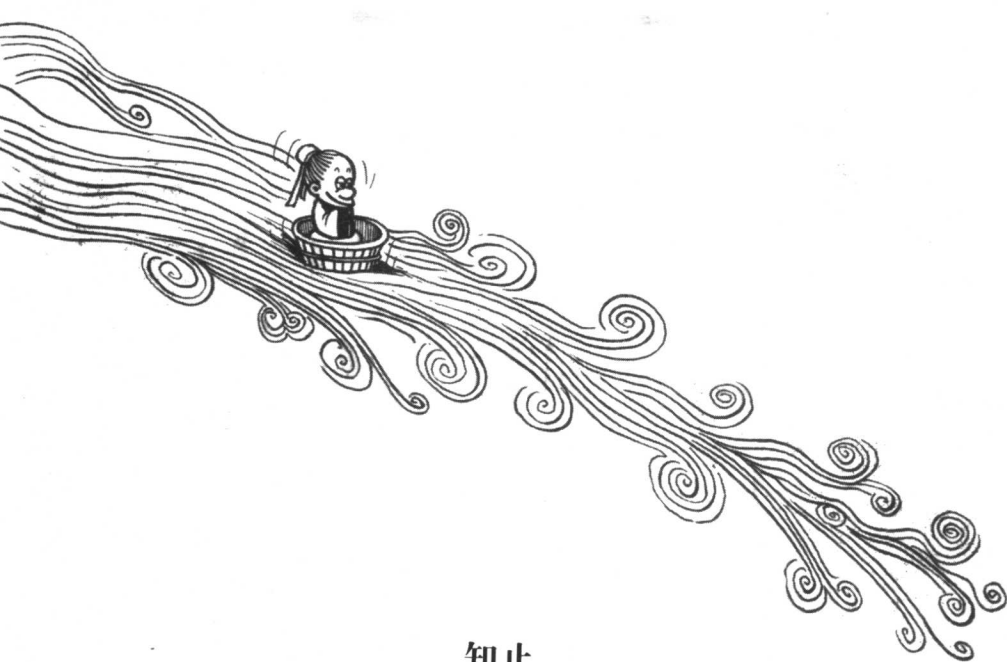
南怀瑾讲述生活与生存

目 录

知止	1
临济偈语	2
淡泊宁静	4
意的衍生	5
无情何必生斯世?	7
自欺欺人	8
诚中形外	10
心兵不动	11
人身难得	12
心能转身	14
诚意自谦	17
静的修养	18
人心惟危	21
克除妄念	24
无所住心	27
身非我有	31
做人为本	33

不逆诈	37
想得到,做不来	38
看得破,忍不过	40
质朴可贵	42
好人?坏人?	45
争也君子	46
看镖!	47
丧事前后	49
中庸之道	50
仁者境界	54
弋不射宿	57
德必有邻	59
不可欺也	61
仁者乐山	63
自我反省	65
改过自新	67
上善若水	68
阴功积德	70
恕道待人	71
光风霁月	73
不苟富贵	74
富贵可求吗?	76
富贵如浮云	77
性非罪?	78
优美的情歌	79

贤贤易色?	80
欲无止境	81
矢上加尖	85
亢龙有悔	86
宠辱若惊	88
虚舟难覆	92
进退存亡	95
钱财聚散	97
贫而无怨	99
少私寡欲	101
有求吃苦,无欲则刚	102
自强自立	104
百尺竿头	106
平凡境界	109
英雄本色	112
诗可以怨	114
人生如水	116
从容就难	120
动之徐生	123



知止

在一天的生命历程中,能够数得清、记得完全经过的,有多少思想、乱想、幻想?

至于其中所起浮生灭的各种大大小小的情绪,就更不用说了。

谁能把此心思绪,清清静静、平平安安地时常摆在一个清明、清静、安详的境界中呢?恐怕是绝对不能做到的吧。

答案是能够做到的。问题是人们不知道自己怎么来“知止”。

所以我常说,英雄可以征服天下,而不能征服自己。圣人之道,首先要征服自己,不想征服天下。征服天下易,征服自己难。降伏自己的心思而反归平静,初步能做到如老子所说的“专气致柔,能婴儿乎”才能渐渐达到“知止”而进入“明德”的境地。



临济偈语

“沿流不止问如何？真照无边说似他。

离相离名人不禀，吹毛用了急须磨。”——临济大师

“沿流不止问如何”是说：我们人的思想、欲望、情绪、意识等等，由生到死，每一天、每时、每秒，所有这些心思，犹如一股滚滚洪流，滔滔不绝，对境动心，或起心造境，绵延不断地流动，永远无法使其停止。自问，问你，怎么办才能得止啊？

“真照无边说似他。”但你要自己反省，认识自己天生自性本来就有一个“能知”的作用存在。你要自己提起那个“知性”，如无边际的照妖镜一样，自己来看住、管住那些妄想和妄情。

犹如自己注定视线，对镜照面，一直照，不动摇地照，渐渐就看不见镜子里的面目幻影了。镜子清静了！空灵了！如果这样用功反省反照，那更可以说很像接近“他”了！“他”是谁？勉强说，“他”是道啊！

但是即使是这样，还只能说好像“似他”，但并非是究竟的

大道。

第三句：“离相离名人不禀。”这是说，人的生命自性究竟的道体，是离一切现象的名和相的。但是人们始终自己不明白，自己不理解，也说不清楚。它也不是永远禀赋在你身上，因为此身长短是虚空啊！

第四句：“吹毛用了急须磨。”吹毛，是古代形容锋利的宝剑，只要把毛发对着剑锋，一吹就断，它太锋利了。

这是形容人们的聪明智虑，不管你有多么锋利，多么敏捷能干，如果不能随时回转反省自修而还归平静，包你很快完蛋，而且此心被习气所污染，就如滚滚旋转的车轮，不停不回，堕落不堪了。

所以说，就算你聪明伶俐得像一把吹毛宝剑一样，也必须要知道随时随地，好好保养它，轻轻一用，就必须再磨砺干净啊！



淡泊宁静

如果只从人们的心理意识来讲，一个人如果把心一定下来时，当然便有一种较为宁静的感受。尤其人的生活，每天活在极度的忙碌紧张当中，只要能够得到片刻的宁静，就会觉得是很大的享受。

但有些人习惯于忙碌紧张的生活，一旦宁静无事下来，反而觉得无比的寂寞，甚至自生悲哀之感。在人群社会中，这种人的比例，比爱好宁静的人，至少超过三分之二以上。

诸葛亮的千古名言“淡泊明志，宁静致远”，这总算是真正的的宁静吧！答案：差不多了！不过，你需要特别注意的，孔明先生这两句话的要点，首先在于“淡泊明志”的“淡泊”上，既然肯淡泊，而又甘于淡泊，甚至享受淡泊，那当然可以“宁静致远”了！

一个人淡泊到了如孔子所说的“饭蔬食，饮水，曲肱而枕之”、“不义而富且贵，于我如浮云”，那当然是人生修养达到一种高度的宁静意境。孔明一生的学问修养，就得力在这两句心腹之言。

意的衍生

如果用文字艺术来比方,例如李后主的词说:“剪不断,理还乱,是离愁,别是一番滋味在心头。”那想剪断它、理顺它的,是“所知”。剪也不断,理也不顺,似乎在心中去不了的,便是“意”的作用。

又如苏东坡的词说:“十年生死两茫茫,不思量,自难忘。”自己并不想去思念它,但在心中,永远存在着、排遣不开的,这就是“意”。

所以“意”的作用,又有一个别名,也叫“念”,就是念念不忘的“念”。又有形容“意”是具有强力的作用,便叫做“意志”,它配合生理的作用,就叫做“意气”了。

人生多意气,大丈夫立身处世,意气如虹,那是多么美丽的豪语。





无情何必生斯世？

所谓“喜、怒、哀、乐之未发谓之中”，是指“情绪”没有发动的境界。换言之，是并未动情，更未引发“意气”的情况。

但人到底是有情的动物，“无情何必生斯世”，“天下谁能不动情”，只要“发乎情，止乎礼义”，“知止而后有定”，便能做到“发而皆中节谓之和”了。

因此子思把“中和”的境界和作用，高推到“天地位焉，万物育焉”的圣境上去，是多么的真善美，而且又很切实于人情的平凡状况。

这就是人道的真现实，并不外于人情。



自欺欺人

我读古人笔记，看到明代有一个人，对于买卖古董的看法，说了特别高明的三句话，他说：“任何一个人，一生只做了三件事，便自去了。自欺、欺人、被人欺，如此而已。”

我当时看了，拍案叫绝。

岂只是买卖古董的人，即使是古今中外的英雄豪杰，谁又不是如此？