


老子他说

初续合集

下

南怀瑾
— 讲述

人民东方出版传媒
 东方出版社

老子他说

初续合集

下

南怀瑾
— 讲述

人民东方出版传媒
东方出版社

图书在版编目(CIP)数据

老子他说/南怀瑾讲述. —北京: 东方出版社, 2014. 7

ISBN 978-7-5060-7534-3

I. ①老… II. ①南… 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(2014)第 121128 号

老子他说(初续合集)

南怀瑾 讲述

责任编辑: 孙 涵 孙立英

出 版: 东方出版社

发 行: 人民东方出版传媒有限公司

地 址: 北京市东城区朝阳门内大街 166 号

邮 编: 100706

印 刷: 环球印刷(北京)有限公司

版 次: 2014 年 8 月第 1 版

印 次: 2014 年 8 月第 1 次印刷

开 本: 640 毫米×960 毫米 1/16

印 张: 55.5

字 数: 577 千字

书 号: ISBN 978-7-5060-7534-3

定 价: 88.00 元(全二册)

发行电话: (010)64258117 64258115 64258112

版权所有, 违者必究 本书观点并不代表本社立场

如有印装质量问题, 请拨打电话: (010)64258029



下 经

下经自三十八章起，开始讲“德”，就是讲“道”的用，以及它的现象。下面很多的话，看起来是一样，仔细研究起来，有很大的差别。因为上经讲“体”，下经讲“用”。旧的观念说，上经讲“道”，下经讲“德”。所以，同样的字句，从“道”的角度看，与“德”的角度看是不同的。

| 目 录 |

下 经

- 第三十八章 (433)
上德下德 上仁上义上礼○德仁义礼失后该若何
- 第三十九章 (441)
得一与不二○以低下为基础的高贵
- 第四十章 (449)
反者道之动 弱者道之用
- 第四十一章 (453)
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 (465)
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 (475)
柔 水 空 无坚不摧
- 第四十四章 (479)
人生最重要的是什么

第四十五章	(485)
如何达到无为	
第四十六章	(489)
欲望造成祸乱	
第四十七章	(493)
智慧的成就	
第四十八章	(497)
为学要加 修道要减○圣人以道德行为得天下	
第四十九章	(503)
圣人的菩萨心肠	
第五十章	(507)
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	(515)
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	(525)
回归宇宙的根源——天下母○如何减少生命的消耗	
第五十三章	(533)

接受布施的严重性○爱抄小路取巧自利的人们

第五十四章 (539)

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 (551)

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 (565)

修养处世该如何

第五十七章 (571)

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 (585)

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 (599)
谁最慳吝○节省精气神的消耗○简化及善行积德的重要○音的真正精神○什么是长生久视
- 第六十章 (611)
烹小鲜的道理安在○如何降鬼伏魔
- 第六十一章 (617)
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 (625)
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 (633)
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 (647)
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 (661)

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 (669)
 谦和慈悲又不争的领导
- 第六十七章 (673)
 老子的道与三宝○打胜仗的主帅
- 第六十八章 (683)
 武士的精神和修养○以静制动 借力使力
- 第六十九章 (689)
 兵法中的道德应用○不战而胜 轻敌致祸
- 第七十章 (695)
 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 (703)
 强不知为知 毛病真大○装聋作哑 自在无争
- 第七十二章 (709)
 不愚弄社会人民 自爱而不自贵
- 第七十三章 (713)

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 (721)

生杀大权不可取代

第七十五章 (725)

老子所处的悲惨时代

第七十六章 (729)

要活就要软 想死就强硬

第七十七章 (733)

什么是天之道

第七十八章 (737)

你能做到以柔克刚吗

第七十九章 (741)

把握原则 不求至善尽美

第八十章 (745)

小国寡民就是地方自治

第八十一章 (749)

不美言 不争辩 不积财 多付出 效法天地

附录（一）：《老子》帛书甲乙本与《道德经》古本之 对照·····	(753)
附录（二）：历代学者对《老子》研究书籍目录 ·····	(797)



上德不德，是以有德，下德不失德，是以无德。上德无为而无以为，下德为之而有以为。上仁为之而无以为，上义为之而有以为。上礼为之而莫之应，则攘臂而扔之。故失道而后德，失德而后仁，失仁而后义，失义而后礼。夫礼者，忠信之薄，而乱之首。前识者，道之华，而愚之始。是以大丈夫处其厚，不居其薄，处其实，不居其华，故去彼取此。

上德下德 上仁上义上礼

“上德不德，是以有德”，真正上品的道德，以现在观念而言，就是说一个真正有道德的人，一个大善人，并不以为善是了不起的好事，他做善事，只是他的普通行为，表面看不出是在做善事。如果让人看得出他是“善人”，是在做道德的事，这已经差太远了。

上古的文化，对于道德的行为，始终注重四个字，就是“阴功积德”。主张做好事要“阴”的一面，不是“阳”的一面，要使人看不见；为别人做了好事，别人并不知道，帮助了别人，受帮助的人也不知道。这就是阴德，这也就是“上德不德，是以有德”。



“下德不失德，是以无德”，以老子的观念来看，所谓“下德”，是不上品的道德。“不失德”就是已经被人看出来的德行，那是着了相，所以是“下德”。依佛家来讲，“着相”就不高明了，《金刚经》也是叫我们不着相。

“上德无为而无以为”，这句话是解释上品的道德行为，是说做了善事，看不出他在做善事。“上德无为”是说上德的作用，是合于形而上的道体；“而无以为”是说他在作用的时候，是自然的，不会给人看出来，没有一个目标，也是很轻松地把一件事做了。

“下德为之而有以为”，等而下的“下德”，就差一点了，是有所作而有所为的，看起来孜孜为善，人人知道他是好人，又做好事。这是划分“上德”与“下德”的原则标准。

下面解释“德”字的无为，继续说到“仁”。“上仁为之而无以为”，这个“仁”字的说法，与“德”字一样，如果重复起来，亦有四句，这就不重复了。“仁”字之后就是“义”，“上义为之，而有以为”，解释这句话，与前面相同：上品的仁义，是看不出仁义，看得出来所做是仁义的事，已经差得多了，所以那是假货，伪造的假药。

“上礼为之，而莫之应，则攘臂而扔之。”“仁”、“义”过了就是“礼”，真正的“礼”并不是代表礼貌，礼貌是中国文化“礼”的一种，“礼”字是我们国家民族文化的根本之一。中华民族被称为“礼义之邦”，并不是说中国人看到人就作揖叩头才叫做礼，那只是礼仪、礼貌。真正的“礼”是高度的文化，以现在观念而言，文化包括一切精神文明、物质文明、历史文化，乃至个人做人做事的原则规律等等，



所谓政治、军事、教育、经济、社会等等一切都包括在内，这都是“礼”。

老子说，“上礼为之”，真正的“大礼”，所注重的文化究竟是什么？那是形而上的基础，那个最高处“而莫之应”，那是看不出形态的。所以，我们中国自己认为文化衰微的时候，会给自己粉饰门面，去把老子这句话解释成我们的文化没有衰微，“莫之应”，只是你们看不出来而已！

其实，真正的“礼”，看不出“礼”的作用，普通的人更是不懂，所以“攘臂而扔之”，膀子一举就把它丢掉了。大礼看起来好像是礼一样，其实真正的礼貌，在乡下偏僻的地方可以看到，人们表示欢迎的方法，不懂得叩头作揖，更不懂得握手鞠躬，只要一看到人就叫：“哦！客人来了！”这就是礼。可是我们都市中讲究礼貌的人，看到这种礼“攘臂而扔之”，挥手丢之，认为乡下人没有受过教育，不懂礼貌。其实，那才是对的，那是至诚自然的礼。甚至他只说一声：“嘿！你来了！”真不晓得有多么亲切！那是真正的礼。只不过我们在都市社会搞惯了，看到这个情境“攘臂而扔之”，觉得自己倒霉，碰到这个没有教养的人。这都是因为我们不真正懂得礼的原故。

这一篇文章虽然很浅，意义却颇深，因为老子讲到了道、德、仁、义、礼等五个阶段。上经已经讲过了“道”，这里不再讲了。这一篇他究竟说些什么呢？这与《易经》的《系传》一样，就是一篇人类文化进化史的描述，也可以说是对人类文化进化史的感叹。严格地说，他是感叹人类文化的退步。站在东方道德文化的立场来看，乃至以西方宗教文



化的道德角度来看，人类没有进步，只有退步；也就是，物质文明是越来越进步，精神道德的文明越来越退步，越衰弱。假使我们不仔细留意去读，会觉得老子这些文章没有什么道理，何必啰唆！实际上，这里《老子》所说的，等于《礼运·大同篇》孔子感叹人类文明的退化一样。

德仁义礼失后该若何

“故失道而后德”，上古的人个个有道，只要讲到道，大家都是有道之士。时代向前，“道”渐行消失，才产生了“德”，用“德”作为行为的标准。“失德而后仁”，时代更向前走，到孔子的阶段，拼命提倡“仁”。到了孟子战国时代，“仁”又靠不住了，又提倡“义”。每个时代产生的思想主张，所表达、号召的都不同，所以说，“失仁而后义，失义而后礼”。到了“礼”这个阶段，包括有了法制，“礼”与“法”是连在一起的，因为社会人心坏了，所以在文化教养方面，希望个个有“礼”。

“礼”是属于教化方面的，教育亦难成功，人长大后进入社会，竞争使彼此相互伤害。所以，只好构成法律，就是“礼”而后有“法”，“法”没有效用之后而有“刑”，不守法的人，只好把他抓来用刑了。若连刑都不起警吓作用时，那就无法讲了。所以说，老子这里是一种感叹。

“夫礼者，忠信之薄而乱之首”，在老子的时代，社会已经退步到提倡“礼”的阶段。我们要如何读老子的书呢？我们看人类社会，整个世界科学文明的发展，在工商业发达的国家，教育跟着也普及了。照说，教育越普及，人应该越好



啊！可是，事实上天下思想反而越乱，社会的犯罪行为越多。反转来看乡野的地方，乡野之人没有受过教育，他却不敢犯罪，行为比较朴实。所以说，人类缺乏忠信才需要“礼”，“夫礼者，忠信之薄而乱之首”就是这个道理。

我们一生从事教育的，深深感觉到所谓教育，不知究竟是过还是功，教育的确是一个值得探讨的问题。人读书是为了多得知识，不过，是有知识好呢？还是没有知识好？在我个人来说，现在深深感到，当年如果不读书，现在不晓得多舒服！很后悔自己年少的时候，为什么要读书，为什么不去学耕田？春天种田多舒服啊！知识越多痛苦越深，学问越渊博烦恼越大。所以很多人对道德学问的观念极为担忧，不但忧国忧民，学了佛的人，还要担忧众生。你说，这个知识对我们有好处吗？

“前识者，道之华而愚之始”，“前识”就是预知，等于西方宗教说的“先知”，东方称之为“神通”，也就是未卜先知。一个人坐在那里打坐，希望能晓得明天的事，晓得前世的事，可是老子说：“前识者，道之华而愚之始”，有了神通的人，最后家也丢了，都变成了精神病。不要以为有神通就有好处，其实有了神通，智慧越大，痛苦越大；没有智慧的人，还只是担忧明天怎么吃饭；有了智慧的人，要担忧未来的世界怎么变，又要忧愁社会怎么变，也就是担心这芸芸众生要怎么变。自己肚子都度不了，还要度众生，这就是“前识者，道之华而愚之始”。

从老子这个论点看来，他好像是一个笨人，而且越来越笨。但是，不必先骤下断语，再看他下面的说法。



“是以大丈夫处其厚，不居其薄，处其实，不居其华，故去彼取此。”老子说真正的大丈夫，走实在的路子，只有修道。道是什么？无为。依照佛家来讲，就是“万缘放下”，大丈夫不走微末的路子，要走实在的路子。“道”就是把所有的知识，一切统统丢开了，聪明智慧都丢掉，回归到朴实无华。“去彼取此”，去掉那些外表的华丽知识，找回自己生命本来的朴实。老子的榜样是什么呢？就是“专气致柔能婴儿乎”！回归到在妈妈怀抱时期那个状态，什么都不知道。你骂他时是笑笑，那多好啊！骂与赞扬都差不多，没有分别。牛奶与剩菜混在一起，他也不分别，那都是“朴”，回到那个朴实的身心。