

道家佛家的智慧

读国学经典 品传世文化

◎ 传统文化经典 ◎

道家佛家的智慧

佟 冰◎主编

双色版
精编插图

大道非恒，清静无为无不为，万法皆空，菩提非树亦非台。青牛函谷，神龟泥淖，老庄神龙野鹤自逍遥，割肉贸鸽，舍身饲虎，佛陀悲天悯人度世人。

道家佛家的智慧

北方妇女儿童出版社



传统文化经典

道家佛家的智慧

读国学经典 品传世文化

北方妇女儿童出版社

佟冰◎主编

双色版
精编插图



图书在版编目(CIP)数据

道家佛家的智慧/佟冰主编. —长春:北方妇女儿童出版社, 2010. 1

ISBN 978 - 7 - 5385 - 4345 - 2

I. 道… II. 佟… III. ①道家 - 研究②佛教 - 研究

IV. ①B223. 05 ②B948

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 011407 号

图书策划 刘刚 魏广振

设计制作  腾飞工作室
☎13810585133

装帧设计 创品牌



道家佛家的智慧

主 编 佟 冰

责任编辑 王天明 熊晓君

出版发行  北方妇女儿童出版社

地 址 吉林省长春市人民大街 4646 号

邮 编 130021

电 话 0431—85644762

经 销 全国新华书店

印 刷 北京佳明伟业印务有限公司

开 本 787 × 1092 1/16

印 张 22.5

字 数 360 千字

版 次 2010 年 4 月第 1 版

印 次 2010 年 4 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 5385 - 4345 - 2

定 价 36.80 元

图书若有印装问题,请联系印刷厂调换 电 话:010—69507991

目

录

→ 道家

老 子

淡泊名志	宁静致远		(3)	道常无为	而无不为		(30)
谷神不死	是谓玄牝		(5)	上德不德		(31)	
功遂身退	天之道		(7)	无生于有	有生于无		(33)
去彼取此	清静无为		(9)	损之而益	益之而损		(35)
宠辱不惊	乃真贤士		(11)	大直若屈	大巧若拙		(37)
微妙玄通	深不可识		(13)	知足之足	常足		(39)
大道废	有仁义		(15)	为学日益	为道日损		(41)
孔德之容	惟道是从		(17)	出生入死	顺其自然		(43)
企者不立	跨者不行		(19)	天下有始	为天下母		(45)
常善救人	常善救物		(21)	物极必反		(47)	
去奢去泰		(23)		为天下贵		(49)	
知止不殆		(25)		无为而治		(51)	
知人者智	自知者明		(26)	祸兮福倚	福兮祸伏		(53)
终不为大	能成其大		(28)	各得其所	大者谦下		(55)
				与物反矣	至于大顺		(57)
				我有三宝	持而保之		(60)
				不争之德	用人之力		(62)
				知不知上	不知知病		(64)
				自知自爱	不自见自贵		(66)

天网恢恢 疏而不失	(68)
无以生为者 是贤于贵生 ..	(70)
弱之胜强 柔之胜刚	(71)
天道无亲 常与善人	(73)

庄子

屈己从人才合道妙	(77)
随遇而安,以不变应万变	(78)
忘适之适	(82)
不材得终天年	(84)
庄周梦蝴蝶	(89)
不材之木	(92)
无用之用	(96)
德荡乎名,知出乎争	(99)
天之道,人臣道	(102)
圣人无名	(104)
天地之美	(107)
虚无无为	(110)
牺牛	(113)
养神之道	(117)

要有谦逊的品德	(120)
论盗	(123)
名成者亏	(125)
大愚者,终身不灵	(128)
圣人贵精	(131)
侵人自用,谓之贪	(132)
独成其天	(135)
知天知人	(138)
吊诡	(140)
识时务者为俊杰	(143)
自贵而相贱	(146)
相忘于江湖	(148)
中正修身	(151)
君子之交淡若水	(153)
行贤而去自贤	(156)
精诚所至,金石为开	(158)
以人之言不可受	(160)
知福避祸	(163)
风波之民	(167)
做“真我”	(170)
大仁不仁	(172)

佛家

金刚经

第一品 法会因由分	(177)	第五品 如理实见分	(186)
第二品 善现启请分	(179)	第六品 正信希有分	(189)
第三品 大乘正宗分	(181)	第七品 无得无说分	(192)
第四品 妙行无住分	(184)	第八品 依法出生分	(195)
		第九品 一相无相分	(197)
		第十品 庄严净土分	(202)



第十一品	无为福胜分……	(205)	第二十六品	法身非相分 ……	(246)
第十二品	尊重正教分……	(207)	第二十七品	无断无灭分 ……	(248)
第十三品	如法受持分……	(209)	第二十八品	不受不贪分 ……	(251)
第十四品	离相寂灭分……	(213)	第二十九品	威仪寂静分 ……	(253)
第十五品	持经功德分……	(218)	第三十品	一合理相分 ……	(255)
第十六品	能净业障分……	(221)	第三十一品	知见不生分 ……	(257)
第十七品	究竟无我分……	(224)	第三十二品	应化非真分 ……	(260)
第十八品	一体同观分……	(228)			
第十九品	法界通分分……	(232)			
第二十品	离色离相分……	(234)			
第二十一品	非说所说分 ……	(236)			
第二十二品	无法可得分 ……	(238)			
第二十三品	净心行善分 ……	(240)			
第二十四品	福智无比分 ……	(242)			
第二十五品	化无所化分 ……	(244)			

坛 经

行由品第一……………	(265)
般若品第二……………	(297)
疑问品第三……………	(316)
定慧品第四……………	(327)
坐禅品第五……………	(334)
忏悔品第六……………	(338)

坛 经

行由品第一	(265)
般若品第二	(297)
疑问品第三	(316)
定慧品第四	(327)
坐禅品第五	(334)
忏悔品第六	(338)



道家

老子



我国古代伟大的哲学家和思想家，是道家学派创始人，世界文化名人。《道德经》含有丰富的辩证法思想，老子哲学与古希腊哲学一起构成了人类哲学的两个源头，老子也因其深邃的哲学思想而被尊为“中国哲学之父”。



淡泊名志 宁静致远

原文

不尚贤^①，使民不争^②；不贵难得之货，使民不为盗；不见可欲^③，使民心不乱。是以圣人之治，虚其心^④，实其腹，弱其志^⑤，强其骨。常使民无知无欲，使夫智者不敢为也。为无为，则无不治。

注释

- ① 尚贤：标榜贤才。
- ② 不争：指不争功名。
- ③ 可欲：多欲之意。
- ④ 虚其心：使人的心灵开阔。
- ⑤ 弱其志：使人的意志柔韧。“虚”“弱”，为聪明人特有用词，都是正面的、肯定的意义。

译文

不崇尚、器重贤能的能力，会使人民没有争当贤能的欲望；
不以难得稀有的财货为贵，会使人民不产生偷盗和抢劫的欲望；
不用能够引起冲动的事引诱人民，人民的心就不会乱。

因此，圣人治理政事所采取的方法是：

使人民清心寡欲，满足民众的温饱，人人都不强化自己的意志，人人都练就一副强壮的体魄。

永远使人民的意识保持在无知识、无欲望的状态,即使有少数有才智的人明白如何去争名夺利、满足私欲,他们也不敢真的去做了。

如果能够这样“无为”地去实践,那么天下也就没有不长治久安的了。

智慧应用

清朝乾隆、嘉庆年间,辽阳城里出了一位才子,名叫王尔烈。他从小就很会诗文,书法也写得很好,非常聪明,才资出众;长大做官以后,清廉不贪,有双肩明月、两袖清风之誉。有一次,王尔烈从江南主考回来,恰逢嘉庆皇帝登基继位,皇帝召见他说:“老爱卿家境如何?”王尔烈回答:“几亩薄田,一望春风一望雨;数间草房,半仓农器半仓书。”嘉庆说:“老爱卿为官清廉,我是知道的,朕现在派你去安徽铜山铸钱,你去上任几年,光景就会不错了。”王尔烈到了铜山铸钱,因为那里有座清朝御制通宝的铸钱炉。

他在那里工作了三年,又奉诏回到京城,嘉庆召王尔烈上殿,问:“老爱卿,这一回可以安度余年了吧?”言外之意是,这一回从钱堆里爬出来,该有不少“收获”吧。王尔烈听了以后,笑了笑:“臣依然是两袖清风,一无所存。”嘉庆说:“不会吧,你再查查看!”王尔烈只好又回手一掏,从袖套里掏出三个铜钱来,只见一个个磨得溜光雪亮,原来是铸钱时用的模子。嘉庆皇帝见王尔烈如此清廉,十分感动地说:“卿真可谓老实!”

王尔烈并不富有,而且可以说是清贫得很,可他过得充实满足。但生活中的许多人却并不如此,他们有太多的追求。著名作家林清玄曾在文章中讲过这样一个故事:自己一位朋友的亲戚的姑婆从来没穿过合脚的鞋子,她常穿着巨大的鞋子走来走去。晚辈如果问她,她就会说:“大鞋小鞋都是一样的价钱,为什么不买大的呢?”

许多人不断地追求巨大,其实只是被内在的贪欲推动着,就好像买了特大号的鞋子,忘了不合自己的脚一样。不管买什么鞋子,合脚最重要;不管追求什么,总要适可而止。

现在许多人似乎觉得只有钱财才能带给自己安全感,所以疯狂地聚敛钱财,这种人把钱财看得比性命还宝贵,为了钱什么事情都敢干,投机行险、贪赃枉法、徇私舞弊、玩忽职守,那么等待他的也将是法律的严惩。



老子骑牛图



谷神不死 是谓玄牝

原文

谷神^①不死^②，是谓玄牝，玄牝^③之门^④，是谓天地根^⑤。绵绵^⑥若存^⑦，用之不勤。

注释

- ① 谷神：谷指空虚如谷的道；神是指道的运动变化的力量。
- ② 不死：不停止。
- ③ 玄牝(pìn)：玄指玄妙、奇妙；牝指母体。
- ④ 门：孕育之门。
- ⑤ 根：根源。
- ⑥ 绵绵：连绵不断。
- ⑦ 若存：指不易察觉的、好像不存在似的。

译文

大道虚空而变幻莫测，它是博大无边、无所不能、永恒不灭的。它不仅深远无限，而且更是崇高伟大的母性。

天地万物从它那里诞生，所以说它是天地万物的根源。

浩瀚无际的万物仿佛早已存在于这崇高伟大的母亲的怀抱之中，从中获取源源不断的生命和享用不尽的养料。

智慧应用

早年，孟子一家居住在城北的乡下，他家附近有一块墓地。墓地里，送葬的人忙忙碌碌，每天都有人在这里挖坑掘土。死者的亲人披麻戴孝，哭哭啼啼，吹鼓手

吹吹打打，颇为热闹。年幼的孟子，模仿性很强，对这些事情感到很新奇，他看到这些情景，也学着他们的样子，一会儿假装孝子贤孙，哭哭啼啼，一会儿装着吹鼓手的样子。他和邻居的孩子嬉游时，也模仿出殡、送葬时的情景，拿着小铁锹挖土刨坑。

孟母一心想使孟子成为好读书、有学问的人，看到儿子的这些怪模样，心里很不好受。感到这个环境实在不利于孩子的成长，认为“此非所以居吾子也”，就决定搬家。

不久，孟母把家搬到城里。战国初期，商业已经相当发达，在一些较大的城市里，既有坐商的店铺，也有远来做生意的行商。孟子居住的那条街十分热闹，有卖杂货的，有做陶器的，还有榨油的油坊。孟子住家的西邻是打铁的，东邻是杀猪的。闹市上人来人往，络绎不绝。行商坐贾，高声叫卖，好不热闹。孟子天天在集市上闲逛，对商人的叫卖声最感兴趣，每天都学着他们的样子喊叫喧闹，模仿商人做买卖。孟母觉得家居闹市对孩子更没有好影响，于是又搬家。这次搬到城东的学宫对面。

学宫是国家兴办的教育机构，聚集着许多既有学问又懂礼仪的读书人。学宫里书声朗朗，可把孟子吸引住了。他时常跑到学宫门前张望，有时还看到老师带领学生演习周礼。周礼，就是周朝的一套祭祀、朝拜、来往的礼节仪式。在这种气氛的熏陶

下，孟子也和邻居的孩子们做着演习周礼的游戏。“设俎豆，揖让进退。”不久，孟子就进了这所学宫学习礼、乐、射、御、术、数这六艺。孟母非常高兴，就定居下来了。

孤儿寡母，搬一次家绝非易事，而孟母为了儿子的成长，竟然接连三次搬迁，可见孟母深知客观环境对于儿童成长的重要性。常言说：“近朱者赤，近墨者黑”，这一点在少年儿童身上体现得更为明显。因此，创造良好的客观环境虽然不是一个人成才的唯一条件，但也是其中必不可少的条件之一。孟子以后既没有选择墨学、道学等曾经显赫一时的学说，又没有像苏秦等纵横家那样，从个人的权利思想出发，图得个人平生的快意，而是偏偏选择儒家学说作为他毕生奋斗的事业，终于成为一位在现实的人生中，不为一己之身而谋，舍生取义，只为忧世忧人而谋国、谋天下的“圣人”，这与孟母早期的影响是分不开的。

老子所讲的“道”具有伟大而崇高的母性，天地和万物从它那里诞生，并从它那里获取源源不断的生命和享用不尽的养料。它养育着却不占为己有，给予却不自恃有功。这种奉献而不索取的品质和精神恰似养育我们的父母。我们的父母对我



孟子

们付出了毕生的心血,作为子女的就应该尊重父母、孝顺父母,也就是要尊重他们的人格和情感,尊重他们的付出和劳动,尊重他们为家庭、为社会所做的贡献。古代的仁人君子都给我们做出了良好的榜样。



功遂身退 天之道

原文

持而盈之^①,不如其已;揣而锐之^②,不可长保。金玉满堂,莫之能守;富贵而骄,自遗其咎^③。功遂身退^④,天之道^⑤也。

注释

- ① 持:执也,握也,即把持;盈,满也,即丰盈。
- ② 揣:置也,放也,即存放;锐,尖利。
- ③ 咎:祸咎。
- ④ 身退:指敛藏锋芒。
- ⑤ 天之道:符合道的自然法则。

译文

执持盈满,不如适时停止;
显露锋芒,锐势难保长久。
金玉满堂,无法守藏;
富贵而骄,自取祸患。
功业完成,含藏收敛,是合于自然的道理。

春秋战国时期的文种，他不听范蠡的劝告，迷恋相位，遭致杀身之祸。灭吴之后，越王勾践进入吴国，在吴王的文台上举行盛大的酒宴，以庆贺胜利。文种上前献祝辞称颂说：“皇天佑助，我王受福。良臣共谋，我王之德。先君显灵，辅君成事。君不忘臣，臣尽其能。功配上天，德不可掩。举酒祝君，万福无疆！”越王听了这一番言辞，却默然无言。文种再上祝辞说：“我王仁贤，怀道抱德，灭仇破吴，不忘返国。赏无所吝，群邪杜塞。”越王仍然面无喜色。

这时范蠡已看出勾践这个人，只可共患难，而不可共成功。他不惜群臣之死，以成就自己的功业，却不愿封赏功臣，他面有忧色而不乐。这时范蠡就已暗下决心，要离越而去。因此等到勾践从吴返越，又北上争霸中原，意得志满，凯旋之后，范蠡便劝文种说：“现在已是离开越王的时候了，否则必有杀身之祸。”文种却不以为然。范蠡又写信给文种说：“我听说天有四时，春生而冬伐；人有盛衰，泰极而否来。知进退存亡而不失其正道，大概只有贤

人才能做到吧。范蠡虽才能低下，还能明白进退之道。飞鸟已尽，良弓当藏；狡兔已死，良犬当烹。越王的为人，脖子长而嘴如鸟喙，目如鹰视，行步如狼，可与共患难，不可与处荣乐；可与历危，不可与处安。您如不忍离去，必为所害！”但文种始终不信越王会加害于己，到底没有离去。

勾践大业成就之后，果然对他的功臣们态度逐渐冷淡起来，并且愈来愈疏远他们。文种因此而心中郁闷不乐，整日忧心忡忡，并且多日辞病不上朝。于是有人向越王诬告文种说：“文种自以为是才使君王得有今天，但他却官不见加，地不见封，因此他心怀怨恨，愤疾于内，而色形于外，故而不来朝见君王。”勾践听了这一番话，便开始对文种产生恶感。有一天，文种对越王说：“臣多年来之所以早朝而晚归，苦身焦思，就是为了助王灭吴。现在吴国已灭，大仇已报，君王也就不再有什么可忧虑的了。”勾践听出了文种话中的意谓，心中不快，默然不语。

周元王四年（公元前472年）的一天，越王召文种问道：“我听说，知人易，自知难。难道有谁能知道相国您究竟是什么样的人吗？”文种回答说：“君王提出这样的问题，令人感到太可悲了。君王知臣之勇，不知臣之仁；知臣之忠，不知臣之信。臣多次劝谏大王损声色，减淫乐，对王尽心竭忠，言无所讳，因此多次触犯了大王。不



明人绘孔子像

能顺从大王之意而言，必然难免获罪。臣不敢畏死而不言，但愿言而后死。从前子胥被吴王所杀，临死前曾说：‘狡兔死，良犬烹；敌国破，谋臣亡。’范蠡临行前，也和我说过同样的话。从大王之问，臣可见大王之志了。”勾践默然不应。文种回到家里，对他的妻子说：“我已看出，君王有杀害忠良之意。我的性命难保，只不过在须臾之间了。”



文种

果然不久，勾践又召文种，对他说：“你有谋略兵法，克敌制胜的九术之策，今用其三，即已灭吴。还有六术在你那里，望你能用其余的六术辅我前王于地下，以谋灭吴之前人。”于是文种仰天叹道：“可悲呀！我悔不从范蠡之谋，而终为越王所杀！”勾践赐给文种一把剑。文种得剑，又叹道：“本为南阳之宰（这是说自己本是楚国宛令，宛即南阳），而今为越王所擒！”又自笑道，“后世百代，忠臣必以我为鉴！”说罢，便伏剑而死。文种死后，勾践把他葬在国都郊外的西山。

可怜一代相才文种，死得如此悲惨。



去彼取此 清静无为

原文

五色^①令人目盲^②，五音^③令人耳聋^④，五味^⑤令人口爽^⑥，驰骋^⑦畋猎令人心发狂^⑧，难得之货令人行妨^⑨。是以圣人为腹不为目^⑩，故去彼取此^⑪。

注释

- ① 五色:指青、赤、黄、白、黑。
- ② 目盲:喻眼花缭乱。
- ③ 五音:指角、徵、宫、商、羽。
- ④ 耳聋:喻听觉不灵。
- ⑤ 五味:指酸、苦、甘、辛、咸。
- ⑥ 口爽:口病。“爽”,引申为伤,亡,喻味觉差失。
- ⑦ 驰骋:纵横奔走,喻纵情。
- ⑧ 心发狂:心放荡而不可制止。
- ⑨ 行妨:伤害操行。“妨”,害,伤。
- ⑩ 为腹不为目:只求安饱,不求纵情于声色之娱。
- ⑪ 去彼取此:摒弃物欲的诱惑,而持守安足的生活。
“彼”,指“为目”的生活;“此”,指“为腹”的生活。

译文

五光十色会使人眼花缭乱。

五音混杂会使人重听耳聋。

五味佳肴会使人口涩失味。

纵情狩猎会使人放荡不羁。

稀有财货会使人产生贪求之欲。

因此,圣人只求饱腹不求声色悦目。

所以,要摒弃那些而保守这些,就得明白以上所说的这些道理并切身去实行。

智慧应用

有一天,著名教育家夏丏尊先生前来拜访弘一大师(李叔同)。吃饭时,只见他吃一道咸菜,夏先生不忍心地说:“难道您不嫌这咸菜太咸吗?”

弘一大师回答:“咸有咸的味道!”

过了一会儿,弘一大师吃好后,手里端着一杯开水,夏先生又皱皱眉头说:“难道没有茶叶吗?怎么每天都喝这平淡的开水啊?”

弘一大师笑一笑说:“开水虽淡,但淡也有淡的味道。”



李叔同

夏丏尊因为和弘一大师是青年时代的好友，知道弘一大师在年轻时代，有过歌舞繁华的日子，所以这么问。但是，弘一大师早就超越咸淡的分别，这超越并不是没有味觉，而是真正能够品味咸菜的好滋味与开水的真清凉。

弘一大师的“咸有咸的味道，淡有淡的味道”是一句多么令人回味无穷的禅理啊！



宠辱不惊 乃真贤士

原文

宠^①辱^②若惊，贵大患若身。何谓宠辱若惊？宠为上，辱为下。得之若惊，失之若惊，是谓宠辱若惊。何谓贵大患若身？吾所以有大患者，为吾有身；及吾无身，吾有何患！故贵^③以身为天下者，若可寄天下；爱以身为天下，若可托天下。

注释

- ① 宠：尊荣。
- ② 辱：耻者，耻辱。
- ③ 贵：珍惜。

译文

得到恩宠和受到屈辱都会使人感到心神震惊而不得安宁。重视大的祸患，就像重视自己的身体性命一样。