

易知易行《道德经》

叶传林◎著



中華書局

易知易行《道德经》

叶传林◎著



中華書局

图书在版编目(CIP)数据

易知易行《道德经》/叶传林著. —北京:中华书局,
2011.6

ISBN 978 - 7 - 101 - 08004 - 9

I. 易… II. 叶… III. ①道家②老子 - 研究
IV. B223.15

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 094557 号

-
- | | |
|------|---|
| 书 名 | 易知易行《道德经》 |
| 著 者 | 叶传林 |
| 责任编辑 | 彭玉珊 吴麒麟 |
| 出版发行 | 中华书局
(北京市丰台区太平桥西里 38 号 100073)
http://www.zhbc.com.cn
E-mail:zhbc@zhbc.com.cn |
| 印 刷 | 北京天来印务有限公司 |
| 版 次 | 2011 年 6 月北京第 1 版
2011 年 6 月北京第 1 次印刷 |
| 规 格 | 开本/880×1230 毫米 1/32
印张 9 $\frac{3}{4}$ 插页 2 字数 110 千字 |
| 印 数 | 1 - 24000 册 |
| 国际书号 | ISBN 978 - 7 - 101 - 08004 - 9 |
| 定 价 | 18.00 元 |
-

大观人生（代序）

《道德经》是一本从宏观角度谈论治国做人大道的书，其深无穷，其妙有灵。叶传林同志所著《易知易行〈道德经〉》一书，是他学习《道德经》的体会，讲得易懂易行，读后使我颇受启发，顿生灵感，乃作《大观人生》一文以为序。

人要活得有意义，特别是到了暮年更是如此。为了活得有意义，人的一生充满着奋斗，充满着艰辛，充满着传奇。人作为一个有血有肉、活生生的生命体是伟大的，但他面对一刻不停的时间、无边无际的太空，在来来往往、生生死死的茫茫人海中，又显得多么渺小啊！智者就是要善于处理伟大和渺小之间的关系，尽力发挥

渺小生命体在有限年华里的伟大作用。

一、圣人、伟人是人生的楷模

圣者，痴之至绝妙境界也。大公无私者是圣人（公而忘私者是贤人，先公后私者是善人，公私兼顾者是常人）。圣人像经典，内藏丰富的宝藏；伟人像灯塔，引领远方的航向。他们都是精神的化身，智慧的象征，人生的楷模。一般而论，善良是产生圣人和伟人的土壤，因为只有以天下为己任者，才可能成为圣人和伟人。

能在心灵深处同伟人、圣人对话的人，定能俯瞰众生，定有超然之气、惊人之举。大智者，才高深藏不露，即“大象无形”。

人不经历大的曲折和劫难，是不会大彻大悟的。一个大彻大悟的人，可能产生新的思想。能产生新思想的人，是力量无边的人，他能驾驭金钱和情感，主宰自己的命运。

世事洞明的人，大智若愚；厚积薄发的人，大勇若怯；妙手回春的人，大巧若拙。

圣人和伟人都有山的风骨、水的气度、火的品格。他们都是能站在历史潮头上讲话，能推动历史前进的人。做人应以他们为榜样。

二、立志，争取立大志

做人要立志，理想是未发芽的种子。人若没有追求，任何事情都难有吸引力。对事物没有兴趣的人，就难有所作为。理想是人生的精神支柱，目标越远大，人生可能越精彩。有人认为，选定奋斗目标，整个世界都会向你让路，做人要有这种气势。所以，理想是高天的彩云，能让深藏的黄金发光，能使隐身的宝石耀目。

敢于梦想、富于幻想的人，才有梦想成真的希望。在人群中，有出息的人，往往是那些随时都想远走高飞的人。幻想是理想的基础，是人生进步的灵魂，是人生飞跃的先导。富于幻想，又一次次成功的人，其结果令人兴奋，其过程令人回味无穷。

信仰是力量的源泉，不但可以净化人的心灵，还可以照亮前进的方向。信仰不是唯心的空想，而是精神的推动力和创造生命奇迹的物质力量。

诚信是无形的，但它有一种魅力；激情是无形的，但它能使人永葆活力；精神是无形的，但它是事业成功的动力。欲望无形也有形，它虽能产生动力，但过度则会将人毁灭。

理想和感情这两个砝码一旦失衡，人就会变得轻狂。能驾驭追求和理想的人，才可能达到理想的境界。

自信必须依靠精神和物质两种因素来支撑，才能持久和成功。

三、创业，争取创伟业

人的一生既漫长，又短暂，因此要争取有大的作为。勤奋是成功之源，学习要勤奋，创业也要勤奋，创大业更需要勤奋。成功的人，必然勤奋，但勤奋的人不一定都成功。能立宏志创大业的人寥寥无几，但不能因为难度大、高不可攀就不去奋斗。做人要有雄心壮志，在逐步积累知识、经验、智慧的前提下，要善于捕捉天时、地利、人和给自己带来的机遇，走好人生的关键几步棋，最大限度地实现人生的价值。

一个人来到世上，可能因为时代、家庭、经济、教育、环境的不同，再加上先天带来的智力差距，使人与人之间，在知识、智商、情商等方面有所差距。有些人“总有天光照前程”，也有些人经历风风雨雨，却一事无成。不管如何，人必须要有自己的追求，有追求才可能成功。

人都是有欲望的。有人追求金钱，有人追求名望，有人追求知识，有人追求奉献。无论追求什么，只要合情、合理、合法，就应该得到社会的肯定和赞扬。社会上也有不少人，因为自己的实力和欲望差距太大，往往在奋斗之初就埋下了失败的种子，但这种精神值得提倡，

失败并不可怕，要把它作为成功之母，再奋斗，再拼搏。人的一生贵在科学定位，一旦确定了大目标，就要从一个个小的目标开始奋斗，每实现一个目标就上了一个台阶，逐步接近大目标。世界上的事有时会有偶然性，一旦机遇成熟，就可能发生质的飞跃，产生事先没有想到的效果，但关键是要抓住机遇。不管如何，人都要有明确的奋斗目标和自强不息奋发向上的精神，一切尽力了，人生也就不后悔了。

四、悟理，争取悟真谛

感悟是在形象生命中吸收营养，来维护有限生命。在有限的生命中，构建无限的形象生命，它是人生的真谛。感悟，必须通过灵感来升华。灵感来源于对生活的激情、知识的沉淀、实践的进取、艺术的启迪。它不是偶然侥幸所能产生的，而是常年知识积累，思维突破，顿然爆发的产物。感悟人人都可能实现，但感悟升华达到神悟，却不是一般人所能具备的。升华，是再提炼的无机物，突破常规的再思维。同时，它也是胆略的张扬、智慧的脱颖、净化灵魂的再塑造。简单说，就是把感觉的东西提炼得炉火纯青，发生新的飞跃。神悟是高人智慧的结晶，神悟所到之处，往往是伟人的历史预言，是生命深处的火花，是灵魂深处梦幻的提示。

做人要有自己的思想，因为思想是实践的提炼。做人还要善于感悟，勇于升华，向神悟奋斗，悟出人生的大道理。

五、成功——重在实践，贵在运作

立大志也好，创伟业也罢，万里征程，始于足下，重在践行，贵在运作。

首先，要积累知识。一要善于学习。学问在于学，在于思，在于问。先要向书本学。书本上的知识绝大多数都是古今中外名家对经验的总结。读好书如漫步芳林，把自己摆进去，再钻出来。这样，书里的精华和营养就会被自己吸收，所以读书在于精。再要向实践学。一个人工作生活的实践，本身也是一本书，要认真品味和阅读，而且这本书读活了，会更加有用。还要向别人学习。智者往往能找到别人身上最闪光的亮点。一个人的阅历、智商、情商和知识各有不同，要认真地观察别人的长处，谦虚谨慎地学习别人的优点，才能增长自己的才干。二要学会思考问题。人只有思考，方能知之。有人说思考问题如畅饮甘醇。善于独立思考的人，思想之花有可能瞬间爆发。思考书本上的、工作生活中的和别人的问题，并把思考出的结论，提炼成自己的知识，这是最关键、最重要的。

其次，要勇于实践。学到知识之后，不能坐而论道，空想空谈，而要勇于实践。抓住机遇，勇于出手的人，才可能成就一番事业。只磨剑而不敢亮剑的人，永远没有成功的希望。成功在于敏感，要善于捕捉机遇；成功在于勇敢，该亮剑时毫不犹豫。有时成功就在关键一步，这一步往往是智者和懦夫的区别。所以，人在关键时刻决不能放弃最后的机会，好的机会并不多，一旦失去很难再有。

第三，要不断攀登。成功者往往是敢于摘取皇冠上明珠的人。做大事是一个循序渐进的过程，逐步积累知识、经验，把每一个小目标都完成得很出色，就会不断接近大目标。做人、干事业既要善于总结过去的成功经验，又要不断提出未来的奋斗目标。只有饱经风霜而又坚韧向上的人，才能悟出真谛，才能有惊人之举，才能不断冲刺惊人的目标。

第四，要有视天下为己任的思想。孤芳自赏天地小。仁善通玄境，有德启智慧。世界是大舞台，人生是小舞台，能融为一体者是大智的人。只有如此，才能用哲人的思想和眼光看待人类和大自然，才能真正成就一番宏伟的事业。

六、艺术是大美，学会创造和欣赏

人的心灵从美学角度看是美的，而美的心灵是一块

神圣的宝地。艺术的灵魂传达着人类高尚的精神语言。做人也是一门艺术，必须积累丰富的知识来充实自己，才能有更高的艺术价值和品位。审美的最高境界只能意会，无法言传，这也是禅学追求的最高境界。艺术能打开人的心扉和想象空间，使世界变得缤纷灿烂、生动有趣、活力无限。

一切美好的艺术都来自人的精神，不需要外表更多的修饰，有生命的艺术往往是野生的、自然的。

艺术的感悟不是天赐的，是生活的浪花在心灵深处的提示，灵感在艺术一次次地呼唤中得到升华。

生活是创作的源泉，不懂得生活就不懂艺术，不理解生活就没有灵感。只有对生活细细咀嚼的人，才有深度，生活才有味道。艺术有道，奇妙在悟。艺术家应该善于用敏感的眼光发现美，用智慧的心灵创造美，用高超的艺术传播美。

艺术的真实是“物象”与“心象”的巧妙结合。

中国画讲意境，意生于悟，境出乎真情。

画的绝巧，是似像非像之间，太似显得俗，非似又有欺世之嫌。齐白石说：“学我者生，似我者死。”画是无言之诗，诗是有声之画。

艺术有一种惊人的力量。一幅好的绘画作品，是一个艺术大师的宝贵眼睛。

人生应该丰富多彩，要学会创造艺术和欣赏艺术。

七、要做快乐的老人，必须老有所为

生前不归我管，死后我管不了，昨天已经过去，明天还未到来，人生最重要的是总结过去，谋划明天，干好今天。干好千千万万个今天，人生就会变得无限精彩。

退休后的人，要争取第二个青春期早些到来。“夕阳”是人生的黄金季节，它沉淀了多年的知识和经验，正如晚开的花、陈年的酒。“夕阳”未必逊于晨曦。人应该像太阳一样，既要有光辉的起点，又要有灿烂的终点。

善于在最短的时间内调整好思想感情的人，是最有修养、最会保健的人。

人老最可怕的是精神萎缩，没有希望和追求也就没有生活的意义。生活像照镜子，你笑它也笑，你哭它也哭。幸福是一种理念，也是灵魂深处的一种感受。幸福存在于内心的满足之中，不知足的人即使主宰整个世界，也会感到不幸福。积极的心态可以驾驭生命。人要有“三分童真，七分侠气”的心理境界。养心在静守丹田，养身在运动筋骨。宁静养性，安和养心，忠诚养志。养精、提神和补气是长寿的秘诀。静心观看天上月，动情忙做佛中人。养生的要义“是用心回归自然”，坚守“红尘金石，浊浪清泉”。

品味人生是一种幸福，清者自清，污者自污。人老了要学会反思，在反思中总结经验，产生思想，增加智慧。

心中有彩虹，脚下才有光明的道路；心中有梦想，人生才有辉煌。人生最高雅的快乐，是从必然王国向自由王国进军。积德天相助，行善福泽生。人生要像蜡烛一样，从头燃烧到底都是光明的。这就是说老年也要有所作为，要争取朝阳夕霞两辉煌。这种作为不是为自己，而是为人类，为社会。

张世军

2011年3月15日

（张世军，原中共河南省委常委、省政法委书记、省人大常委会副主任。）

前言

首先，我要告诉读者写书不是我的专长。我写书，只是想原原本本地说一说心里话。我本人的主业是经营企业，开设信念食品销售公司加大了我对人才的渴求和对人才的认识。我认为，经营企业说到底就是经营人才。从经营企业的那天起，我就在探索人才的奥秘。两年前，我写了《我的人才观》一书。随着对人才研究的深入，我越来越认识到人才的本质与品德的本质很接近。什么是品德？品德是道德品质的简称。什么是道德？说法不一。为了找到令人信服的答案，我翻阅了很多资料，最后被《道德经》深深地吸引住了。

《道德经》是一部古老的书，是古代流传最广、影

响最大、最为人称道的经典之一。有人认为这是一部非常神奇的书，甚至认为没有神的帮助是不可能写出这样伟大的著作的。《道德经》的作者老子在书中说：“吾言甚易知，甚易行。”老子坚信书中的道理及方法对人们的行为不仅非常有用，而且容易践行。是什么方法呢？总体说来就两个字“道德”，说得更明确一些就是善慈、虚心、无私、相信群众、“无为”和自然。这些观点和主张每个人都知道，而且都有能力做到。但很多人由于被贪欲所蒙蔽，自己便不能理解，不能践行。真能一生如此的人，往往是死而不亡，被世人永远怀念的。为了充分论述自己的主张，老子不仅讲了很多深奥的道理，还列举了天、圣人和自己的一些做法，使人更容易理解和掌握。

《道德经》问世以后，“道德”这个词便在神州大地上广为使用，而且随着人类社会的发展，越来越多的人开始讲道德。道德不仅是用来规范他人的准则，更是我们自己获得幸福与成功的捷径。坚守道德，我们的人生就会少走弯路；坚守道德，我们就会幸福一生！当今社会，“道德”人人都在讲，人人都在做，人人都怕别人说自己没道德。但不同的人对“道德”有不同的理解，因此坚守道德的信念和标准也有较大差异。要深刻理解“道德”，探寻为人良策，阅读《道德经》是非常必要的。

《道德经》虽然只有五千多字，长度上只相当于一篇不太长的现代学术论文，但它言简意赅，博大精深。由于当时没有纸张，更没有印刷机，所以只能用石刀刻写在竹简上。后人在整理它时，刻错字、放错竹简顺序是常有的事。加之当时没有《新华字典》统一字意，而作者的语言又玄妙诗意，含蓄深长。所以，《道德经》的版本很多，注释更多，不同的人甚至同一个人在不同时期也会有不同的理解。尽管如此，只要方法得当，我们还是能够大体掌握作者的中心思想。

把握作者整体思想的方法很多，我的方法是：把《道德经》中描述吾（老子）、圣人、天、道的句子挑出来，归类总结并找出它们的共同之处。老子说：“我有三宝，持而保之。一曰慈，二曰俭，三曰不敢为天下先。”“圣人常无心。以百姓心为心。”“终不自为大，故能成其大。”“上善若水。水善利万物而不争，处众人之所恶，故几于道。”从老子、圣人、天、道的言行和做法中，我们可以把握作者的思想体系，再读《道德经》时，会感觉易知易行。

同时，我也深知自己的水平很有限，所以我把写书当做请教的过程。鹿邑老子故里文化研究会副会长刘景亮教授是我请教最多的老师之一，可以说，没有他的帮助，我是没有信心和能力完成此书的。他对《道德经》

研究了几十年，在他的帮助下，我们成立了《道德经》研究小组，小组成员还有长期在军事院校从事教学、科研、管理工作的周世明教授、具有多年电视编导工作经验的纪德胜编导，以及一直帮助我整理文稿的贾利红、贺静静等同志。书稿完成后，河南省社会科学院文学研究所原所长王永宽教授又对全文作了校正。在此，我对这些给予我鼓励和支持的人深表谢意！

本书中，《道德经》的原文依据陈鼓应著《老子注译及评介（修订增补本）》（中华书局 2009 年版），对《道德经》原文的理解仅代表我个人的立场和观点。由于本人能力有限，书中定有不妥之处，恳请读者批评指正！我真诚希望这本书能对读者有所帮助。

叶传林

2011 年 3 月于郑州