

老子大智慧

任宪宝编著

阅读改变人生 经典点亮智慧

让简单的故事变得深远，让厚重的国学变得生动。

用最短的时间将最丰富的国学了然于胸。

轻松阅读国学丛书



中国言实出版社

轻松阅读国学丛书

任宪宝 编著

老子
大智慧



中国言实出版社

图书在版编目(CIP)数据

老子大智慧/任宪宝编著.
—北京:中国言实出版社,2010.12
(轻松阅读国学丛书)
ISBN 978-7-80250-352-6

I. ①老…
II. ①任…
III. ①老子-哲学思想-通俗读物
IV. ①B223.15-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 180898 号

出版发行 中国言实出版社

地 址: 北京市朝阳区北苑路 180 号加利大厦 5 座 105 室

邮 编: 100101

电 话: 64924716(发行部) 64963101(邮购)
64924880(总编室) 64890042(三编部)

网 址: www.zgyschs.cn

E-mail: zgyschs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 北京鹏润伟业印刷有限公司

版 次 2010 年 12 月第 1 版 2010 年 12 月第 1 次印刷

规 格 710 毫米×944 毫米 1/16 13 印张

字 数 160 千字

定 价 24.80 元 ISBN 978-7-80250-352-6/B·232



老子（约公元前571年~公元前471年），字伯阳，又称老聃（dān），楚国苦县（今河南鹿邑县）人。我国古代最伟大的哲学家之一，道家学派创始人。老子的《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”。老子的思想被庄子所传承，并与儒家和后来的佛家思想一起构成了中国传统思想文化的内核。

老子是一位不喜言论的思想家，然而他说出来的每句话都字字珠玑——短短81章的《道德经》蕴含了老子智慧的精华。

老子的智慧可谓是“非常道”的智慧，他的智慧中蕴含着许许多多的哲学：他主张抛弃心机智巧，但谋略家却尊他为宗师；他主张清静无为，但历代帝王却将他的学说作为治国方针；他反对建功立业，但兵家却视他的言论为圭臬。这或许就是老子的智慧在几千年后的今天，依然受人追捧的原因。

当许多人走到人生尽头或者羁绊于三尺围墙之中时方才恍然悔悟：他们虽然得到了金钱、名利，抑或舒适的生活，然而却失去了人生之根本：自由与快乐！

老子的智慧除了能让人拥有一个快乐的心境之外，还能在为人处世方面给人们以指导，让人们以平常的心态、正确的方法去完成那些看似复杂的人生难题，使人们以一种轻松的心态去感悟、去印证人生的真谛。

老子指出：“道可道，非常道。”能够用语言表达出来的道就不是常道。同样，人生之苍茫，非三言两语所能明白，只有把诸多感悟融注于身心，细细体味“老子的智慧”，才能以正确的心态处世、正确的方法做事，拥有快乐而成功的人生。

本书从做人准则、处世准则、做事之道、修身养性四个方面对老子处世之道进行了较为透辟的分析，以古今中外一些经典事例为背景，采用了浅显易懂的文字进行叙述，让读者在一种愉悦的氛围下轻松感悟老子的这些人生智慧，为自己的人生之路增添几缕色彩。



做人准则 第一章

俗话说：“车走车路，马走马途。”任何事物只有走在自己特定的轨迹上，才能真正发挥自身的特点。人也不例外，每个人只有走在特定的人生法则上才能成功，才能够前进。而这个人生法则，几千年前老子就已给了我们。

1. 胜己者天下莫能敌 (2)
2. 突破平常思维 (6)
3. 行动——跨出成功的第一步 (10)
4. 积少成多，重视积累 (14)
5. 变冗为简 (18)
6. 于无形处发掘“有形物” (22)
7. 至柔治刚 (26)
8. 诚实守信，务实无虚 (30)
9. 知止而后得，不止而后失 (34)
10. 不必烦恼，办法总比困难多 (37)
11. 做正确的事比正确做事更重要 (40)



- 12. 一切都会好的 (43)
- 13. 天下事须做精、做细 (47)
- 14. “无为”,实则无不为 (52)

处世准则 第二章

无论是老子说的“大成若缺”、“大盈若冲”,还是“曲则全,枉则直”,无不体现出一种“守弱”的主张。老子认为,柔弱是保存力量因而成为刚强的方法,也是人们能够立身于世的最佳姿态。

- 1. 不显山不露水,真君子也 (58)
- 2. 为人者更是为己 (62)
- 3. 摆正心中的天平,平等待人 (66)
- 4. 留足空间利发展 (70)
- 5. 包容者兴万事 (73)
- 6. 付出时不要想着回报 (77)
- 7. 能屈者即能伸者 (81)
- 8. 听人劝,吃饱饭 (85)
- 9. 处事不惊,谨慎思维 (89)
- 10. 未雨绸缪,提高预测能力 (92)
- 11. 虚实并进,胜人一筹 (97)
- 12. “功成”不可等“名就” (101)
- 13. 迎击风雨,志存高远 (105)

做事之道 第三章

佛语云：“时时勤拂拭，勿使惹尘埃。”说的无非是让我们勤于自省，多加改正自身的不足，才能有长足的进步。老子曾说过的“用其光，复归其明，无遗身殃，是为习常”，与此观点不谋而合，发人深省。

1. 视不足为缺憾，方能进取 (110)
2. 生于忧患，死于安乐 (114)
3. 好高骛远终是梦 (118)
4. 要“慎”也要“重” (122)
5. 做人要“厚道” (126)
6. 得失常挂心，宠辱皆心惊 (129)
7. 忠言多逆耳，美言常害人 (133)
8. 妄言自损，守中多做 (136)
9. 放低姿态，虚心进取 (139)
10. 不居功，功自言 (142)
11. 傲气常戒助成功 (146)
12. 就事论事，挣脱思想枷锁 (150)
13. 善始善终必有成 (154)

修身养性 第四章

道家的养生观点可谓是修身养生的佳酿。而作为道家始祖的老子所提出的“道法自然”、“少私寡欲”、“自谦之德”等养生原则及由此推导出来的具体养生方法，无论过去还是今



老子

大智慧

天,都是行之有效的保健方法,对人们身心的健康都有着深远的影响。

1. 简单的快乐,用心地做“我” (160)
2. 内敛方能成名士 (163)
3. 少私寡欲,心无忧 (167)
4. 贪欲是隐形“杀手” (170)
5. 当于静处品人生 (173)
6. 以仁爱换人爱 (177)
7. 刻意求私,必不得果 (181)
8. 取长补短,完善自我 (186)
9. 藏身暗处以观“明” (189)
10. 得意时莫忘形 (193)
11. “不争”是种好心态 (196)



第一章

做人准则



俗话说：“车走车路，马走马途。”任何事物只有走在自己特定的轨迹上，才能真正发挥自身的特点。人也不例外，每个人只有走在特定的人生法则上才能成功，才能够前进。而这个人生法则，几千年前老子就已给了我们。



1. 胜己者天下莫能敌

【原典】

胜人者有力，自胜者强。

——老子《道德经》 第三十三章

【释义】

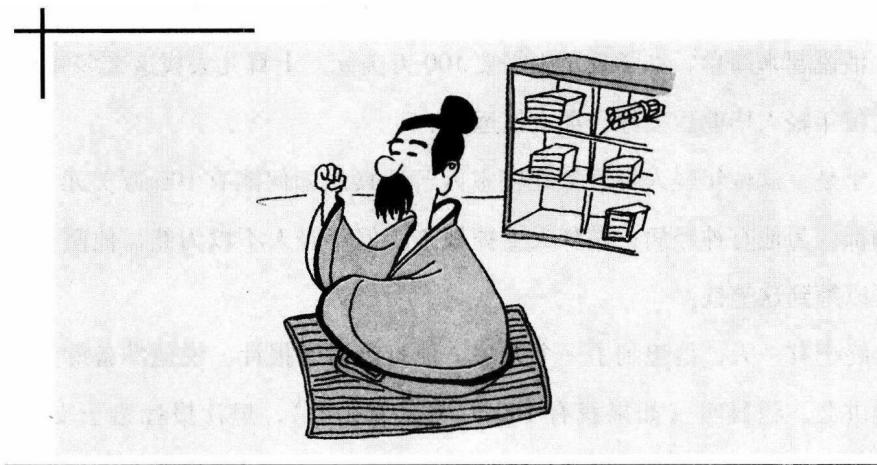
能战胜别人的人，是有力的人；能战胜自己的人，才是真正的强者。

老子认为的“胜人者有力，自胜者强”，拨云见日般地指出了人们在生活中经常失败的根源所在——不能胜己。

如果说影响人生成功最大的障碍是物质方面的客观因素，那么，那些白手起家的企业家，那些身处困境而大有作为的人就不会在历史中存在。细心体味，影响人生成功的最大障碍应该与老子说的不谋而合——自己。

人生虽然面对着各种各样的艰难困苦，但是这些困苦并不能使那些拥有坚强意志、坚信自己能够成功的人俯首称臣。相反，这些人利用坚强的

意志克服了物质甚至生理上的障碍，揭开了自己人生光辉的篇章。



有一位老师，他带领的班级在学校所有的竞赛中总是名列前茅，有人向他取经，他走到黑板前写下两个大字：“不能。”然后问全班同学：“我们该怎么办？”

学生们马上异口同声地大声回答：“把‘不’字擦掉。”

是的，这就是答案了，擦掉“不”字，“不能”就变成“能”了。

不仅仅是这些学生，即使我们也需要这样的教导。我们必须随时提醒自己，把“不”字去掉，只要“能”，这就是我们获胜的秘诀。如果“不能”这个字在心中扎根，最终你会发现，即使是你擅长的事业，也会在激烈的竞争中败下阵来。

一个人生活在世上，要面对的东西有很多，烦恼、朋友、敌人……在对外界事物应对自如的时候，我们往往忽略了一个最重要的对手——自己。于是，有了这样一个难题：有人能轻易打败敌人，却不能战胜自己。

一位上大学的年轻人，有一天他忽然发现，当时大学的教育制度存在



许多弊端，便马上向校长提出。他的意见没被接受，于是他决定自己办一所大学，自己当校长来消除这些弊端，让教育体制更适合学生的发展。

话说起来简单，办学校至少需要 100 万美元。上哪儿去找这么多钱呢？等这位年轻人毕业后去挣，那太遥远了。

于是，这位年轻人每天都在寝室内苦思冥想如何能有 100 万美元。同学们都认为他有神经病，做梦天上掉钱来。但年轻人不以为然，他坚信自己可以筹到这笔钱。

终于有一天，他想到了一个办法。他打电话到报社，说他准备筹备一场演讲会，题目叫《如果我有 100 万美元怎么办》，想让报社给予支持。报社被这个异想天开然而创意独特的想法打动了，决定在报纸上给这位有创意的年轻人以支持。

在一切准备就绪之后，演讲会如期举行了，他的这一演讲创意吸引了许多商界人士的参与。面对台下诸多成功人士，年轻人在台上全心全意、发自内心地说出了自己的构想。

演讲结束以后，一位叫菲立普·亚默的商人站了起来，说：“年轻人，你讲得非常好。我决定给你 100 万美元，就照你说的办。”

就这样，年轻人用这笔钱办了亚默理工学院，也就是现在著名的伊利诺理工学院的前身。而这位年轻人就是后来备受人们爱戴的哲学家、教育家冈索勒斯。

年轻时候的冈索勒斯并没有因为别人的讥讽、资金的缺乏而放弃自己的梦想。相反，他拥有了坚定的信念，积极地思考解决方法，最终获得了人生的成功。可以说，这也是胜己者的成功。

历史上胜己的成功者比比皆是：司马迁遭宫刑，依然完成了历史巨作《史记》；中国人民解放军仅拥有小米加步枪，却打败了飞机加大炮的美国

佬；建国初期贫穷落后的新中国靠自己的努力，依然爆破了“蘑菇云”……

古人云：“胜己者赢天下。”对于现代人来说也是如此，好吃懒做的思想令人眼高手低；意志薄弱的心理常常令人浅尝辄止。如果人们能够体会到老子这一“自胜者强”的智慧，切实地战胜自己的懒惰，坚定自己的意志，那么就不会再像从前一样只能收获失败的苦果，而是能面露微笑地品味成功的甘甜了。

俗话说：“困难像弹簧，你弱它就强。”我们每走一步都会遇到困难，感受到困难的威胁和压力。如果我们一味退缩，困难就会变大……直至我们主动放弃，这样的结果只有一个：失败。相反，我们如果坚信了“赢”的力量，让成功的渴望战胜苦难的恐惧，困难就会越来越简单，简单得只要我们去做就能克服，就能成功。



2. 突破平常思维

【原典】

道可道，非常道；名可名，非常名。

——老子《道德经》 第一章

【释义】

可以说出来的东西，就不是恒常的，可以用名去称谓的，就不是恒常的名称。

老子的“常道”我们可以理解为一般的做事方法，那么“非常道”自然就是非同一般的做事方法。它可以是逆向思维，也可以是特殊的思维方法，总起来说就是一种突破性思维方法。

一般的“常道”思维，只能使人处于常规状态，容易导致保守、停滞。若想能够有所成就，就必须采取某种“非常道”的思维。

“非常道”的思维往往能够运用不平常的方法，出奇制胜。“非常道”的思维并不是否定一切平常的思维模式，而是在“常道”的基础之上引申

而来的。

三国时期，司马懿率领几十万大军直逼诸葛亮把守的西城。而当时蜀军的主力不在城中，城里只有一些老弱病残者。按常理而言，面对来势汹汹的大军，自己的实力又弱，理应紧闭城门，坚守城池，等待援军的到来。而诸葛亮审时度势，命令士兵大开城门，自己则坐在城楼上安闲地抚琴。结果，司马懿几十万大军被吓退了。



诸葛亮之所以能吓退司马懿大军，采取的就是“非常道”——司马懿深知诸葛亮用兵一向谨慎，从不打无把握之仗。然而，正是基于这种“常道”思维，当诸葛亮采取“非常道”之时，司马懿也就不知虚实了！谨慎的司马懿为防止遭到伏击只能不战而退。

诸葛亮的这种“非常道”对于大多数人来说虽然可望而不可及，然而“非常道”并不一定都是那些高深莫测、难于思考的东西，有时它就存在于“常道”之中，只是我们忽略了而已。

上个世纪，美国宇航局曾悬赏 10 万美元向全世界征集设计一种在任意方向下都能书写的笔：不用吸水、不受地球引力限制、可以较长时间供字



航天员在太空使用。

人们普遍认为这种笔要求那么多，一定很先进，科技含量一定很高。于是，全世界许多人设计了许多种科技含量很高的笔，但都无法通过最后的检验。一个德国科学家突破了常人认为“需要高科技”的思维定式，给美国宇航局写了一封信，信中写道：用铅笔。仅仅三个字，既解决了宇航员太空书写的难题，又赢得了10万美元，可见，逆向思维的重要所在。

事实上，人们在日常生活中常常会凭着“想当然”的思维定式去分析和解决问题。这样的结果往往不那么见效，反而常会导致失败的结果。如果人们能够在常态中采取常法解决问题，在非常态中采取一种突破性思维进行思考，那么任何难题都会迎刃而解的。

1943年，第二次世界大战进入白热化。为了能够更有效地打击法西斯势力，盟军决定给希特勒设一个圈套。负责策划实施这一计划的是盟军之一——英国。

为了让希特勒彻底相信盟军的进攻重点是萨迪尼亚和希腊的伯奔尼撒，而不是西西里，他们决定在海上漂浮一具尸体，在其口袋里装入与进攻计划有关的内容。

他们把实施这一计划的地点确立在西班牙海岸，因为那里的德国人活动频繁。如果一切进展顺利的话，尸体就会被德国人发现，假情报就会使他们受骗上当。

英国人利用人们习惯于“想当然”的思维定式，把所有的细枝末节都策划得天衣无缝，连尸体都像经历了一场空难而掉进海里一样。

经过仔细搜寻，他们终于找到一具最合适不过的尸体——一名死于肺炎又暴尸荒野的男性，他们给他取名为威廉姆·马丁少校。

策划者们在尸体的口袋里装入的东西有戏票、银行开出的一张透支通