

中国圣贤人生丛书

# 老子：自然人生

戴建业

长江文艺出版社

老子不可悟透，不可说尽的  
神仙真人。

主张抛弃一切心机与智巧，

只以自然为宗，兵家又奉

老子为圭训，皇帝更从中悟出

治国安邦方略，不建学说，不立

功业，弃绝智慧的人，竟成了道家  
的仙祖，俗人心目中最大的智者。

《老子：自然人生》，察今观古，娓

妮诉出老子的人生体验，对处世

之道的精微洞见。于其中，读者看

到宇宙的大智慧，生命的大彻悟。

B223.15

2

88820

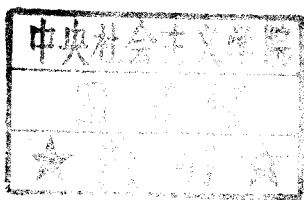
中国圣贤人生丛书

# 老子：自然人生

戴建业

长江文艺出版社

DG29/26



主编：洪质

编委（以姓氏笔划为序）

王耀辉 阮忠

李旭 陈伟

范军 曹海东

彭万荣 戴建业

鄂新登字 05 号

老子：自然人生

戴建业 编著

长江文艺出版社·发行

(武汉市解放大道新育村 63 号)

新华书店经销

新洲县印刷厂印刷

787×1092 毫米 32 开本 7.125 印张 2 插页 130 千字

1993 年 11 月第 1 版 1994 年 6 月第 2 次印刷

印数：10001—20000

ISBN 7-5354-1142-8

G·31 定价：5.00 元

本版图书如因印装质量不合格，可寄印刷厂调换

# ● 目 录

## 序：老子与《老子》……………（1）

1. 老子其人
2. 道：人生的根基
3. 自然：人生的境界
4. 悖论：不用智巧才是大巧

## 第一章 困境与出路……………（11）

1. 没有出口的山谷
2. 推销自己
3. 占有越多
4. 快乐与享乐
5. 饱暖生淫欲
6. 不失其所者久
7. 道为何物
8. 是“无”还是“有”？
9. 为人之本

## 第二章 自然与造作……………（27）

1. 什么是自然？
2. 自然的消失
3. 智慧出、有大伪
4. 归于婴儿
5. 知白守黑
6. 最高的境界
7. 阮籍送嫂
8. 裸体饮酒
9. 适情任性
10. 人类需要狂欢节

## 第三章 无为与有为……………（44）

1. 无为≠不为
2. 无为与有为的界线
3. 治大国，若烹小鲜
4. 企业家的法宝
5. 不

- 为而成 6. 其政闷闷 7. 聪明反被聪明误  
8. 人工树叶 9. 三年不鸣

#### 第四章 自知与知人 ..... (60)

1. 知人者智 2. 朝真暮伪何人辨? 3. 认识你自己 4. 只缘身在此山中 5. 破心中贼  
6. 战胜自我 7. 欲壑难填 8. 强行者有志  
9. 懒人无志

#### 第五章 生命与名利 ..... (76)

1. 名的用途 2. 名与命 3. 求名的代价  
4. 一生虚自囚 5. 虚名坑人 6. 读书不为功名  
7. 逃名者 8. 人为财死 9. 多藏必厚亡  
10. 螾蟥的负重 11. 贫与病的区别  
12. 王锸散财, 疏广挥金

#### 第六章 仕与隐 ..... (94)

1. 权势的代价 2. 爱权还是爱命 3. 官癖  
4. 求官的丑态 5. 不以穷通为怀 6. 孔子说穷通  
7. 两种选择, 两样结局 8. 豪杰风度  
9. 低头一拜屠羊说 10. 出仕与献身  
11. 闲话退休

#### 第七章 静与动 ..... (113)

1. 以静制动 2. 以静养智 3. 静如处女

4. 蚯蚓与螃蟹
5. 国王愚蠢不足怪
6. 小老鼠捉弄大文豪
7. 宁静致远
8. 静以养生
9. 保全本性与保养生命
10. 无欲则静

## 第八章 拙与巧 ..... (129)

1. 智慧树上的苦果
2. 智慧常常被盗贼偷走
3. 是最聪明还是最愚蠢?
4. 大智若愚
5. 机关算尽太聪明
6. 弄巧成拙
7. 吕端大事不糊涂
8. 有的人
9. 柔弱不是懦弱
10. 蠢虫的聪明

## 第九章 攻与守 ..... (145)

1. 欲弱先强
2. 欲废先兴
3. 欲取先与
4. 打人要先缩回拳头
5. 以弱胜强
6. 兵家的正与奇
7. 暗渡陈仓
8. 鸽与狸
9. 蜘蛛杀蛇

## 第十章 祸与福 ..... (159)

1. 无用之用
2. 散木的启示
3. 失马与落第
4. 司马迁受刑
5. 祸就是福
6. 生于忧患
7. 大难兴邦
8. 穷才开心
9. 幸灾乐祸

## 第十一章 生与死 ..... (173)

1. 生就是死,死就是生
2. 生死如昼夜
3. 生死存亡属一体
4. 老子之死
5. 地球照

样转 6. 生前死后 7. 庄子悼妻 8. 汉文帝谈死 9. 应尽便须尽 10. 青年和老年

## 第十二章 美与丑 ..... (190)

1. 自然之美 2. 美与无为 3. 有人工而无痕迹 4. 何必珠围翠绕 5. 至美则丑 6. 企者不立 7. 明星效应 8. “丽人行” 9. 超越丑陋 10. 形残神全 11. 精神残废

## 第十三章 始与终 ..... (207)

1. 闲话开头 2. 难始于易 3. 一双象牙筷子 4. 千里之行,始于足下 5. 跨者不行 6. 勇气 7. 慎终如始 8. 笑到最后

## 序：老子与《老子》

长期以来，老子被人戴上了哲学家的礼帽，穿上了文人考究的长衫，吓得那些穿粗衣短袄的老百姓不敢亲近他；加之历代喜欢咬文嚼字的学者们，把老子所说的那些一目了然的真理弄得玄而又玄，使一般人更对他敬而远之。如今使用“千里之行，始于足下”、“天网恢恢”、“大巧若拙”、“无为而治”、“有无相生”、“自知之明”、“天长地久”这些名言的人虽然不少，但知道它们是出自于老子之口的人却不多。假如我们摘下老子头上的礼帽，脱下他身上的长衫，让他摆脱只会说“之乎者也”的骚人墨客的纠缠，重新走到他本来很感兴趣的平民百姓中间，人们一定会更容易也更乐意从他那儿吸取生活的智慧。

### 1. 老子其人

要在这儿为老子画一幅逼真的肖像，实在是一件十分困难的事情。他的生平我们知道得太少，唯一可靠一点的材料就是《史记》中的老子传，而这篇传记不仅十分简略，而且还含糊其辞。司马迁一下说老子可能是与孔子同时的老莱子，一下又怀疑他是后孔子一百二十多年的太史儋。不过，司马迁还是倾



向于认为老子是春秋末年的人，孔子还曾向他求过学。

下面关于老子的模糊肖像，只是对《史记》中老子传的临摹——

老子出生在春秋时期楚国苦县厉乡曲仁里，姓李，名耳，字聃。那时楚国的苦县就是今天河南的鹿邑县。李耳为什么被称为“老子”呢？史无明文交待。《神仙传》说：他在妈妈怀里整整七十二年才出生，一落下地就是一位白发苍苍的老头了，他妈妈便把她这个老头儿子叫“老子”。这作为笑话来谈谈当然可以，但要把它作为生平介绍那就真要闹“笑话”了。唐代陆德明在《经典释文》中说：“古者，称师为子。”古人把老师称为“子”，“子”大概有点像我们今天所说的“老师”或“先生”，“老子”也许就是“老先生”的意思。至于何以把他写的书称为“子书”，等一下再作交待。

老子无疑是当时的饱学之士，在周朝出任过国家藏书室的史官，这个职务相当于今天国家图书馆馆长，一般都由学术界的领袖或名流担任。

孔子曾与鲁国的南宫敬叔一起到周的都城，向老子请教礼的问题。临别时老子告诉孔子说：“富贵人用钱财送人，有学问的人用言辞送人。我当然算不上富贵人，只是窃取了有学问的虚名，所以我还是用言辞为你送行吧。”他停了一会儿又说：“孔丘呵，你所要恢复的周礼，当年倡导它的人的骨头都已烂了，周礼也失去了生命力。况且，君子时运来了就驾着车去做官，生不逢时就像蓬草一样随风飘转。我听说，善于经商的人把货物藏起来，好像什么货物也没有；具有高尚道德的君子，容貌谦虚得像个愚笨的人。抛弃你的骄气和过多的欲望；抛弃你做作的神态和过大的志向吧，这些东西对你没有好

处。——我要送给你的话就只这些。”

回到鲁国后，孔子对他的弟子们说：“我知道鸟会飞，我知道兽会跑，我知道鱼会游。会跑的可以挖陷阱去捕获它，会飞的可以用箭去射杀它，会游的可以用丝线去钓它。至于龙，我就不知道该怎么办了，它是驾着风飞上天的。我见到的老子大概就是龙吧。”

老子虽然很有学问，不过他的学说以不求闻达为宗旨，他肯定不会像今天有些学者那样，为知名度不高而苦恼，更不会为著作的署名问题，与别人上法院去打官司。

他在周的都城呆的时间一长，对统治者腐败、愚蠢、淫乱越来越厌恶，周朝日益衰微，大权逐渐落入各诸侯手中，于是他辞掉藏书史官的职务，决心一走了之，便骑着一头青牛向西域大沙漠走去，远离这个声色犬马尔虞我诈的是非之地。

路过函谷关，关令尹喜因久闻他的大名，盛情地款待了他。老子将要离开函谷关那天，尹喜对他说：“您就要隐居了，可您把那么多的学问烂在肚子里，多可惜。为我们写一本书吧，难为您了。”

关令大人的饭当然不会让老子白吃，他死死缠着老子不放，于是老子就坐下来写了一本《老子》。

古人并不是随便把什么书都称“子书”的。只有那些建立了自己的思想体系，卓然成为一家之言的著作，才配称为“子书”。

后人把《老子》分为上下两篇，上篇称为道经，下篇称为德经，因而《老子》又被尊称为《道德经》，把它称为“经”地位就更高了，当然这是道教兴起以后的事。全书大约五千多字，还不及今天一个短篇小说那么长，但它和《论语》一样，堪称塑造

中华民族灵魂的“圣经”。

写了这本书后就没有人知道他的下落，有的说他活了一百六十多岁，有的说他活了两百多岁，至于道教徒称他长生不死，那就说得太云里雾里了。

## 2. 道：人生的根基

尽管老子反复说“道”不可言说，但他说“道”的次数最多。《老子》第五十二章说：“天下一切生命都有自己的源头，这个源头就是一切生命的根基。一旦掌握了万物的根基——母，就能认识世间的万事万物——子。即使已经认识了万事万物，已经把握了一切生命，还必须坚守着生命的根基——道。”

也许他觉得只说“道”是生命的根基太笼统太抽象，所以他又把“道”比成雌性的生殖器。为了大家便于理解，这里把《老子》第六章的原文引下来：

谷神不死，是谓去牝。

玄牝之门，是谓天地根。

绵绵若存，用之不勤。

“谷”是山谷的简称，这儿用它形容中空的形态。“牝”是指女性的生殖器。“玄”形容一种深远幽暗的样子。“玄牝”是指一种深远幽暗的女性生殖器。老子通过人类的生育来说明天地万物的生成。人类的生育必须经过男女的结合。男性的生殖器叫“牡”。远古每个民族都有很长的生殖器崇拜期。有的原始宗教崇拜男性生殖器，认为天地万物是由“牡”产生的。《老

子》则以女性生殖器为崇拜对象。大家知道，新生命都孕育于女性生殖器中。由于女性生殖器是中空的，形状有点像四边高中间空的山谷，所以老子用“谷”来形容它；又由于这儿的“玄牝”不是一般的女性生殖器，它永世长存而不衰老，所以又叫它“谷神”；天地万物无不从这儿生出来，所以这像谷神的生殖器就是天地的根源。它绵绵不断地存在，它的作用无穷无尽。

把道形容为“母”或生殖器，不过是为了形象地说明“道”是万物的根基，不要因此而产生误解，以为老子的“道”像“母”和“牝”那样可触可感。相反，“道”并不是一种感性的存在，它并不是一种在时间和空间中存在的具体东西，它无形无声无名，它不仅看不见听不见，甚至无法用语言来言说，“能用语言说出来的道，就不是那永恒的道”（《老子》第一章）。

“德”是“道”在现实生活中的表现。老子所说的“道德”不同于孔子的“道德”。孔子的道德强调人们行为的伦理因素，仁义是他的道德的主要内容，所以儒家把“仁义道德”并称；而老子的“道德”与仁义是尖锐对立的：“失去了‘道’以后才有‘德’，失‘德’以后才有‘仁’，失‘仁’以后才有‘义’，失‘义’以后才有‘礼’”（《老子》第三十八章）。“仁义”是老子所说的“道”被破坏后的产物。

老子的“道”是万物的“母”或本原，“德”则是万物所呈现出来的道的特性。万物由“道”而生，由“德”而长，道与德是万物发生和发展的根据。《老子》五十一章说：“道生成万物，德养育万物，所以万物没有不尊崇道而珍贵德的”。万物合道则昌，失道则亡，同样，人离了道就会像树木离了土鱼儿离了水一样，失去了存在的根基和依据。

社会上的虚伪、奸诈、贪婪、荒淫，人类的苦难、哀伤、不

幸，都是由于背离了大道的恶果。要想人类和谐安宁，要想自身幸福快乐，要想不丧失自我的本性，我们就必须重新回到“大道”上来，重新找回自己生命的根基。

### 3. 自然：人生的境界

老子虽然把道描绘得恍兮惚兮，但它并不是不可捉摸。道既然创造了万事万物，万事万物当然就会呈现出道的本性。什么是道的本性呢？《老子》二十五章回答说：

“道大，天大，地大，人也大。宇宙中有四大，而人是四大之一。人效法地，地效法天，天效法道，道纯任自然。”

“自然”是“道”的根本特性，也是他所提倡的一种生活态度，是他所推崇的一种最高的人生境界。

那么，什么是“自然”呢？老子的“自然”本来很容易理解，后来经过许多真格的和冒牌的哲学家多次解释，到现在被搅得越来越难懂了。其实，“自然”就是自然而然，它是指一种没有人为的天然状态。现代一位大名人解释“自然”说：“‘自’是指自己，‘然’是指这个样子。‘自然’就是自己是这个样子，或者自己如此。”这种意义上的自然与人为相对。

比如说，牛马生下来就有四只脚，它在露天吃野草饮泉水，在森林原野自由自在地奔跑游荡，这就是自然；而人类用轡头套在马头上，用缰绳穿过牛鼻孔，又在马脚底钉上铁蹄，用马厩或牛栏把它们关起来，这就是人为，就是违反自然。

落实到人类自身，“自然”就是指人的天然本性，也即人的

真性情真思想，这种意义上的“自然”又与虚伪做作相对。在老庄那儿“真”与“自然”是同一个意思——“真”的也就是“自然”的，“自然”的也同样是“真”的。

随着人类文明的不断发展，不仅大自然遭到了人为的破坏，人类自身天然的纯真也被做作所代替，袒露真情被认为粗野，暴露真思想被认为幼稚，敷衍成了人们交往的主要手段，说谎甚至成了修养的标志。鲁迅有一篇散文《立论》，非常生动地揭示了人与人之间关系的虚伪——

“一家人生了一个男孩，合家高兴透顶了。满月的时候，抱出来给客人看，——大概自然是想得一点好兆头。

一个说：‘这孩子将来要发财的。’他于是得到一番感谢。

一个说：‘这孩子将来要做官的。’他于是收回几句恭维。

一个说：‘这孩子将来是要死的。’他于是得到一顿大家合力的痛打。

说要死的必然，说富贵的说谎。但说谎的得好报，说必然的遭打。”

远离了自然的本性，抛弃了赤子的天真，大家还欣欣然自以为聪明，似乎人们还没有认识到这是自己在给自己制造灾难和不幸。如果人与人之间没有真诚，相互的理解和同情就成了空话；如果人们彼此说谎和暗算，整个社会就成了一个犬陷阱，他人也就成了自己的地狱。

“逢人不可露真情，话到嘴边留三分”，“到什么地方唱什么样的歌，见什么样的人说什么样的话”，圆滑世故，八面玲珑，连在自己的妻子或丈夫面前也要随机应变，这样活着不是太累了吗？人间还有什么温暖和真情呢？

儿童般的自然纯真状态，常常被认为是一种十分美好的

黄金时代，但人类和个人都不可能永远是儿童。人类必然要不断走向成熟，个人同样要从儿童步入中年和老年。成熟和世故难道是一对难分难舍的同胞兄弟？见惯社会的险诈，经历了人生的坎坷，难道必然就要变得伪善狡猾？难道自然就只能属于儿童，而做作虚伪必然是成人的宿命？

未必。

老子阅尽了人世的沧桑，饱尝过鸡虫的得失，明白人世难逢开口笑，也知道社会的黑暗丑恶，但他在看惯了这一切的同时也就看穿了这一切，反而觉得人们的尔虞我诈虚伪做作，既可怜又可笑，因而自己又返回到了自然纯真。悲伤时就抱头痛哭，高兴了就放声大笑，他从儿童那种无知的天真自然走向了超然物外的自然天真，比起前者来，老子的这种自然应该说是更高更可贵的境界。

可见，世故和虚伪不见得是人类的必然归宿，人类无疑会返朴归真。

怎样才能“回到自然”呢？老子开的药方是：要自然就必须无为，不以主观的欲望来破坏天然，不用矫揉造作代替自己的天性，只有无为才有自然，同时无为的本身也就是自然，因而人们把它们合称为“自然无为”。

#### 4. 悖论：不用智巧才是大巧

老子一生憎恶智巧，然而他却是古今的大智者；他一生痛恨阴谋，却又被人说成是阴谋家；他一生讨厌权术，专讲权术

的韩非子却向他取经；他咒骂了一生统治者，而历代统治者却向他讨教治国的方略。你说这怪不？

一点也不怪。

老子认为人应该取法天地自然。自然界的水流花开，鹰飞鱼跃，春华秋实，这一切都不是刻意追求的结果。大自然是无意识的，但处处充满了生机；天地并不想去实现什么，但又样样都实现了。人类何不像大自然这样以“无为”的态度对待一切呢？处处顺应自然的规律，不背离自然去追求个人目的，这样反而能达到自己的目的——老子把这叫做“无为而无不为”，表面上什么都没有干，其实什么愿望都实现了。难怪从历代当权者到今天的企业家，都对“无为而无不为”感兴趣了，这也许是中国一种最特殊最神秘的管理手段。

卖弄小聪明只是自作聪明，卖弄机巧更是愚不可及，因为这样违背了自然无为的生活态度。老子认为只有抛弃机巧才是大巧：“最圆满的东西好像有所欠缺，可是它的作用不会衰竭；最充实的东西好像仍旧空虚，可是它的作用不会穷尽；最正直的好像是弯曲的，最灵巧的好像是笨拙的，最好的口才好像结结巴巴的”（《老子》四十五章）。“大巧若拙”，以及由此引申出来的“大智若愚”，已经成了一种民族的智慧，它和“无为而无不为”一样，是老子独特的反向思维的典型例子。弄巧必成拙，大愚却不愚。

当然，我们也忘不了他那“无私才能成其私”的名言。有人把自私贪婪看成机灵，把大公无私看成傻气。他们像蠢虫一样为了填饱自己的肚子，宁可蛀空别人的大梁；他们为了煮熟自己一个鸡蛋，宁可烧掉别人一栋房子。然而，自私者到头来总是一事无成，坑害别人最后总是坑了自己。让我们来听听老子的



教诲吧：人们应该效法天地自然，俗语不是常说“天长地久”吗？天地之所以能够长久，就是因为天地不为自己而活着，它无私地养育万物，它不为自己生存反而得以长生。假如人能像天地一样，处处把自己放在最后，那么自己反而能占先；把自己的安危置之度外，生命反而能保全；正是由于自己毫不自私，反而容易达到自私的目的。因为不把自己的利益放在前头，就能赢得大家的尊敬和信任；时时关心别人的冷暖，就会被拥戴为大家的首领；处处不打自己的小算盘，才能完成自己的大业（《老子》第七章）。

同样也是依据自然无为的原则，老子为我们留下了“贵柔”、“不争”和“处下”的智慧。逞强斗狠，出人头地，鹤立鸡群，现在已成为一个人能力或成功的标志，而在老子看来这正是一个人无能和失败的病根。花岗石看起来够强硬的吧，最后却被柔弱的水滴穿了；大海能成为一切河流的领袖，就是因为大海甘心呆在一一切河流的下游。假如大海也像我们人类一样，老是想跑到小河的前面或上面，小河就绝不会奔向大海，大海当然也不可能成为一切河流的中心。要想成为万民之上的领袖，就必须站在万民之下；要想成为众人的带路人，就必须把自己摆在众人的后边；要想天下人都争不赢你，你就必须不与天下人争（《老子》六十三章）。

这种不用机巧的巧妙，不用智慧的智慧，使老子成为中国大智若愚的典型。

老子是一位崇尚自然诅咒智巧的先驱，而《老子》却是一座装满了机巧智慧的宝库。