

普通高等教育通识课程系列教材

道可道，非常道；名可名，非常名。
 其微。此两者同出而异名，同之又玄。
 善，斯不己。故有无相生，难易相成，长短相较，高下相倾，音声相和，前后相随，恒也。
 事，行而不辞，生而不有，为而不恃，功成而弗居。夫唯不争，故天下莫能与之争。
 使民不争，使民知无欲，使夫智者不敢为也。为无为，则无不治。

道西游

曹全全 孙静 编著



天津大学出版社
 TIANJIN UNIVERSITY PRESS

普通高等教育通识课程系列教材

道西游

曹全全 孙 静 编著

 天津大学出版社
TIANJIN UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

道西游 / 曹全全, 孙静编著. — 天津: 天津大学出版社, 2018.7

普通高等教育通识课程系列教材

ISBN 978-7-5618-6191-2

I. ①道… II. ①曹… ②孙… III. ①《道德经》—研究—高等学校—教材②《西游记》研究—高等学校—教材 IV. ①B223.15②I207.414

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第164087号

出版发行	天津大学出版社
地 址	天津市卫津路92号天津大学内(邮编:300072)
电 话	发行部:022-27403647
网 址	publish.tju.edu.cn
印 刷	廊坊市海涛印刷有限公司
经 销	全国各地新华书店
开 本	169mm×239mm
印 张	16.5
字 数	305千
版 次	2018年7月第1版
印 次	2018年7月第1次
定 价	79.00元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页等质量问题, 烦请向我社发行部门联系调换
版权所有 侵权必究

千年共婵娟

第一次见到《道西游》的手稿，我被文中处处闪耀的智慧之光所吸引，当我见到作者本人的时候，虽然看过简历，已有思想准备，但还是有些惊奇，想象中作者应是饱经沧桑、腹有诗书的老者，但面前却是一位风华正茂的年轻人。作品完成时，作者尚不到三十岁，见面时，刚过三十岁生日。也是巧合吧，以一部《道西游》，作为自己而立之年的纪念。

虽然作者年轻有为，早已拥有最强大脑、世界记忆大师等称号，但我依旧相信《道西游》作为其而立之年的标志，其深远意义不亚于《最强大脑》栏目带给人们的震撼。此前若为立德立功，《道西游》则为立言。

作者另有上百万字的《〈道德经〉讲义》以及《大学》《孙子兵法》等国学著作解读已经完稿，我不太能想象一个年轻人怎样在短短时间内能完成如此分量的原创作品，但正如我无法想象他是如何捕捉二十四分之一秒的画面一样，事实在眼前，我只能接受。接受已知、接受未知，接受知见、接受突破，接受平凡、接受伟大，接受缺失、接受圆满……这也是我读曹全作品的感触，学习接受、认可、融入。接受平凡的自己，认可不完美的自己，活出更加精彩的自己！

《道西游》带给我们的启示和收获，我简单归纳为两部分内容，一是文化传承；二是人生智慧。

一、读《道西游》，传承中华优秀传统文化

习近平总书记在纪念孔子诞辰2565周年国际学术研讨会暨国际儒学联合会第五届会员大会开幕会上的讲话中提到：“文以载道，文以化人。当代中国是历史中国的延续和发展，当代中国思想文化也是中国传统思想文化的传承和升华，要认识今天的中国、今天的中国人，就要深入了解中国的文化血脉，准确把握滋养中国人的文化土壤。”

读《道西游》，我们能够了解中华文化的精髓，了解老祖宗的智慧，也能了解我们自己，因为我们与祖先一脉相承。也许有人会问：为什么《道西游》能够展现中华文化的精髓？实际上，优秀的经典都蕴藏着中华文化的精

髓，没有中华优秀传统文化精髓的著作也不会流传千百年而成为经典。虽然每一部经典都是独立存在的，每个读者都有独特的视角，没有人能够真正读懂它的全貌；但所有的国学经典都蕴含着优秀中华文化，不管从哪一本入门，我们的心都能感受到。

每个读者的视角不同，对经典的理解也不同，每个人心里都有一本自己的《西游记》，《道西游》也有它独特的视角。《道德经》对世界的影响力很大，仅仅五千多字，但有多少人完整地读过一遍？又有多少人完整地读过《西游记》原著，了解它的内在精神？大部分人并没有读过仅五千多字的《道德经》，大多数人还是通过连环画、评书、影视剧接触的《西游记》。读完《道西游》，相信读者对《道德经》会有较为全面的理解。而对《西游记》，也不再停留在奇幻精彩的层面，更多的是体会其内在的逻辑、蕴含的正能量以及深刻的人生智慧。

二、读《道西游》，启迪人生智慧

首先，《道西游》有助于正确人生观、价值观的树立。《道德经》第五十四章说“修之于身，其德乃真；修之于家，其德乃余；修之于乡，其德乃长；修之于国，其德乃丰；修之于天下，其德乃普。”修身是基础，打好这个基础，才能更好地回馈社会、报效祖国、服务人类。《西游记》的主线是师徒五人为益利众生，历尽千难万险取得真经。当我们融入故事中时，自然会树立利国利民的更大格局的人生观和价值观。

其次，《道西游》有助于坚强人格的锻造。树立了更大格局的人生观、价值观之后，要树立具体的目标；实现目标，需要顽强拼搏、坚韧不拔的精神。无论《道德经》还是《西游记》，都给我们以启示，增长我们的智慧，塑造我们的人格。《道德经》讲“大器晚成”“千里之行始于足下”“明道若昧、进道若退、夷道若颡”；《西游记》中每一难，都是坚强毅力的呈现。

最后，《道西游》中的智慧，教给我们实实在在克服困难的方法，增强了必胜的信心。唐僧本是如来的二徒弟金蝉子，如来直接把经书给他可以吗？可以。他有能力、有资历讲经吗？他是大唐圣僧，他有这个实力。但是，经历这八十一难取得真经再讲经说法，他会更有信心！取经，取的就是经历。有了这份经历，才懂得团队合作的重要；有了这份经历，才懂得怎样做到心脑合一；有了这份经历，才知道只要目标是益利众生，总会有贵人相助；有了这份经历，才能识别什么是贵人、什么是诱惑、什么是妖怪；有了这份经历，才知道只要不忘初心，终究会成功。同样，《道西游》给我们的智慧，需要我们一篇篇阅读、经历、开启。

无论是上班族、学生族，还是管理者、基层工作者，或者是全职主妇、懵懵懂懂的小朋友，《道西游》都会给以人生启示。特别是对于在校大学生更有裨益，对他们人生观、价值观的树立，坚强高尚人格的塑造以及如何正确处理在择业中和未来工作中遇到的困难，都有直接的帮助。

人民有信仰，民族有希望，国家有力量。期待读者，特别是当代大学生，从《道西游》中汲取能量，实现中华民族伟大复兴的中国梦。

王洪礼于天津大学

2018 年惊蛰

于忽明忽暗处相见

《道德经》虽寥寥五千言，然辞微旨远。幼时我曾读此书，不及曹老师颖悟，未能领会，粗略读过便随意抛却了。然而此后数十年至今，偶有一事触及脑海中只言片语，往往有醍醐灌顶之感。至于《西游记》，童稚之时，每读此书常有兴味。大概是我一直在为全脑教育行业努力的缘故，虽然忙碌，身上总是会携几本书，仍旧觉得国学典籍甚众，诸子百家、先贤大师的智慧难以尽知，难得全解。曹老师的《道西游》刚完稿我便彻夜翻阅，读罢觉得心中的这点遗憾得以了了，以经典解读经典，以智慧诠释智慧，这样的巧思实在难得，而这本《道西游》中所蕴藏的见解，令我惊喜，不住掩卷而思。孔子云：“四十而不惑，五十而知天命”，现代社会中谁能有这样的好运？多是不解之惑伏于心底挥之不去，否则现下哪来这么多关于“焦虑”的讨论呢？卡夫卡讲生之雾霭永不消散，若果然如其所说，我也无可忧惧了，因为人生若逢忽明忽暗处，我必与《道西游》相见，柳暗花明的境界也就抵达了。

我比曹老师年长十余岁，尊他老师不是什么“商业互吹”。曹老师自小熟稔国学经典，单《道德经》他便诵至万遍。他是世界记忆大师，眼下热播的《最强大脑》，他曾于第二季挑战“捕风捉影”，记诵国学典籍于他自是不在话下。我尊敬他不是因为“技”，而是他的“道”。适逢知识变现的大浪潮，为知识付费已经是种趋势，他本可以开知乎live、做微博问答、搞新媒体……以他的才智可以轻而易举地收获世俗上的成功，可他偏偏关起门来写书，除《道西游》外，他还有解读《道德经》《大学》《孙子兵法》等国学典籍的著作。曹老师今年正好是三十而立的年纪，这个年轻人选择背起更重的责任——把国学典籍中先贤的智慧解读给众人，关心他者的人生，关心中华古典文化的传承。《道德经》讲“上善若水，水善利万物而不争”，曹老师是春风化雨，润物无声。因为国际青少儿脑力锦标赛形象代言人的身份，加之又是我集团特聘的国学讲师，所以我有幸见识过他在台上讲解典籍的风采。一支话筒、一个背板、一支笔，在方寸之地，幻灯交错迷离之间，他指引我们与先哲论道、与古人对谈，解读千年来中华民族所固有的“大道至简”“道法自然”等哲思，为我们揭示百家思想的智慧与影响。一言一行，

谈笑顾盼之间，眉眼间自有一份从容、平静。

习近平总书记在文艺工作座谈会上指出，要结合新的时代条件传承和弘扬中华优秀传统文化。开展国学教育是传承和弘扬中华优秀传统文化的重要途径。连续两年，两会谈及传统文化。在今年的两会上，教育部部长提出新编中小学教材会继续增加优秀传统文化的内容，特别是经典名篇的比重。优秀传统文化里包含中国人怎样看待世界、看待生命。先贤的世界观、人生观、价值观，有着非常丰富的资源，阐述得很系统。如果不能了解、继承，人生的方向就会偏离。而在传统文化走进校园的问题上，国家将大力提高覆盖率，争取覆盖教育的各个学段，同时将经典内容融汇到教材体系中，贯穿到整个人才培养过程中，这是国家的“固本工程”“铸魂工程”“底色工程”。

文化立国立人，以文化人，化成天下。我们骨子里本就有传统的情怀和气质。这是珍贵的财富，值得血脉相传。而《道德经》作为传统文化的精髓，它对中国历朝历代的政治、经济、军事等方面的影响颇深。在科技飞速发展的现代文明下，《道德经》仍在发挥巨大影响。这种影响是国际性的、全球性的。《西游记》作为中国古典四大名著之一，为各方人士所喜爱，关于它的解读也是说法不一。读完《道西游》，对于老子的哲学和《西游记》，每个人都可以收获另一种维度的理解，体会其中的能量和智慧。不管你是懵懂稚子、意气书生，还是上班族、管理层、基层，抑或全职主妇，都可以从《道西游》中得到启示。不管是塑造三观的方法，还是养成品格的秘诀，或者实实在在脱离困境的智慧、人际交往的哲学，我们都能从中得到。

而立之年，著书一部，拨开奇幻，留立身处世之箴言，继圣贤之学问，传国学之经典，曹老师有古风！唯愿中国传统文化的继承和弘扬之道，多一些曹老师这样的人。人生路漫漫，曹老师年轻有为，以其人之才智风华以后必然会给我们带来更多惊喜！我以曹老师自勉，多多研习经典，师法古人，为全脑行业的发展持续献力！

李长城

李长城：

中国著名亲子教育专家

国际青少儿脑力锦标赛组委会主席

国际全脑教育高峰论坛协会执行主席

国际巅峰大脑脑科学院研究院院长

北京家有儿女巅峰大脑教育集团董事长

用其光，复归其明

习近平总书记在中共中央政治局第十三次集体学习时的讲话中提到：“中华文化源远流长，积淀着中华民族最深层的精神追求，代表着中华民族独特的精神标识，为中华民族生生不息、发展壮大提供了丰厚滋养。中华传统美德是中华文化精髓，蕴含着丰富的思想道德资源。”

在纪念孔子诞辰2565周年国际学术研讨会暨国际儒学联合会第五届会员大会开幕会上习近平总书记讲道：“不忘历史才能开辟未来，善于继承才能善于创新。优秀传统文化是一个国家、一个民族传承和发展的根本，如果丢掉了，就割断了精神命脉。我们要善于把弘扬优秀传统文化和发展现实文化有机统一起来，紧密结合起来，在继承中发展，在发展中继承。”

这是一个日臻伟大的时代，民族昌盛、文化繁荣。《道西游》正是在这样的时代背景下应运而生的。顾名思义，《道西游》以《道德经》和《西游记》这两部国学经典为基础创作，我们首先对两部基础经典做简单介绍。

《道德经》是中国传统文化的代表作品，相传为春秋时期老子所作。全文仅五千余字，在思想家眼里它是哲学经典；在军事家眼里它是兵法奇书；在修行人眼里它是修持秘籍；在执政者眼里它是治国纲要……据不完全统计，自古以来，研究注释、解释《道德经》的著作就有数千部。

孔子曾数次拜见老子，谓弟子曰：“鸟，吾知其能飞；鱼，吾知其能游；兽，吾知其能走。走者可以为罔，游者可以为纶，飞者可以为矰。至于龙吾不能知，其乘风云而上天。吾今日见老子，其犹龙邪！”（《史记·老子韩非列传》）

《西游记》更是一部家喻户晓的作品，是四大名著之一，相传为明代小说家吴承恩所著。以孙悟空、猪八戒、沙悟净、白马（俗称白龙马）保护唐僧西行取经为主线，一路降妖伏魔，经受八十一难，九九归一，终于取得真经，五圣成真。以《西游记》为主题的各类作品深受欢迎。

《道西游》旨在弘扬与传承中华民族传统文化，以《道德经》与《西游记》这两部国学经典为基础，以《道德经》的思想分析解读《西游记》，以

《西游记》的故事诠释《道德经》的道理，使读者通过《道西游》，同时理解《道德经》和《西游记》的精髓。首次对两部国学经典进行双解和互解，重在将中华文明的古老智慧融于现代社会实践中，是一部弘扬与传承中华文明的国学教育的优秀著作。

《道西游》有以下特色。

（一）以经典解读经典，用其光复归其名

一般对经典的解读，以经典本身为主线，旁征博引，引经据典。《道西游》将两部经典交织为一条主线，以经典解经典，如完整的太极，自成体系。用《道德经》解析《西游记》，实现对故事本身的突破，透过故事本身看其内在道理，从心脑合一的角度、人与自然天人合一的角度分析八十一难之间的关联，探索事物发展变化的规律。

（二）解读经典三部曲，分析、转化和破除

《道西游》是“全全论道”系列作品之一，“全全论道”系列对经典的解读分三步：分析、转化、破除。我们举例说明。

《道德经》第四十一章，“上士闻道，勤而行之；中士闻道，若存若亡；下士闻道，大笑之”，字面上是描述上士、中士、下士听到“道”的态度，引申到我们生活中，就像单位里有积极的员工，就会有消极的员工；一个班级里，学生的成绩必然分好、中、差，当我们认识到这一点，会多一分包容，坦然接受各种存在。这是分析。

一般情况，上、中、下会有些矛盾冲突，上可能会自负，下也许会自卑。上士、中士、下士的存在，也是辩证法对立统一的体现，没有下，哪有上？没有上，也就没有下。当认识到这一点，上士会多一份谦逊，多一份感恩，没有成绩差的同学的衬托，哪里有“好”成绩的学生？成绩差的同学也有优势，很容易进步，前进一名就是进步。没有永远的第一名，也没有永远的最后一名。其实，明白了道理，自然就转化了。当转化时，就已经破除了。

再举一例，《道德经》第二十三章，“飘风不终朝，骤雨不终日，孰为此者，天地。天地尚不能久，而况于人乎。”我们想象一下大自然，刮大风没有刮一早晨的，暴雨没有下一整天的。天地尚不能长久，何况于人呢？往往精进自律的同学，对于松懈很排斥。学习这一章，我们要接受自己（别人）松散的那一面，不能一直紧绷着冲刺，因为天地都做不到，何况我们？对人对己会有更多的接受和认可，这是转化。如果你能做到始终冲刺的状态，你会超越天地。因为天地都做不到，你做到了。我们想想，高考冲刺的孩子

们，是不是都是超越天地的状态。

书中这样的例子，举不胜举，仅举两例，对书的特色做简单说明。

（三）重在结合实践，执古之道以御今之有

学习与弘扬中华文化，要学习经典的智慧、赋予它时代内涵。“以百姓心为心”“执古之道以御今之有”。将经典融入生活，在实践中运用经典，这是“全全论道”系列的另一个特色。

笔者另有一部百万字原创作品《〈道德经〉讲义》（尚未出版），在对《道德经》原文进行分析、转化和破除的三步曲解读后，均结合实践，落在日常实实在在的工作和生活中，将中华文明的古老智慧融于现代社会实践中，倡导正能量，以《道德经》的智慧照亮人生，“用其光复归其名”。

因为对《道德经》有专门的论著，《道西游》中不再对《道德经》进行分析与解读，只是做了文言文转白话文的简单解释，直接用《道德经》来解读《西游记》。《道西游》保持“全全论道”的一贯特色，重在实践，落在日常工作和学习生活中。在此举几个小例子。

提起《西游记》，很多人想起的是孙悟空大闹天宫。这个家喻户晓的美猴王的故事，并不是八十一难之一。《西游记》的前三难是金蝉遭贬、出胎几杀、满月抛江，从这几难的名字就能看出唐僧不易，出生前后就历经三难。告诉我们的道理是，但凡做大事的人，往往会经历更多磨难。

第八难是两界山头，过了两界山，就出了大唐国界。也就是说，唐僧取经还没出国界，已经八难了。到两界山的时候，唐僧真是不敢前行了，请镇山太保刘伯钦再送他一程。出城逢虎、折从落坑，一难接着一难，生生把一个寺院长大的文弱僧人，逼入走投无路的境地。“明道若昧，进道若退，夷道若颡”，《道德经》和《西游记》的故事，都是给我们智慧，立志做大事，一开始磨难就会很多，这一个个的磨难，就是在磨练我们的意志，坚定我们的信念，增强我们战胜困难的勇气和力量！

人人都熟悉的女儿国也是一难。温柔、诱惑，是最难战胜的。“天下莫柔弱于水，而攻坚强者，莫之能胜”，温柔的力量比刚强还强大。诱惑，比艰难困苦、妖魔鬼怪更难战胜。因为其他的困难，是你不想要的，只要你够强大，就能战胜。但诱惑，是你想要的。这一难，告诉我们在面对诱惑时，如何不忘初心，慎终如始。

相信这几个小例子，已经展现出《道西游》重在实践的特色，对帮助我们解决工作、学习和生活中的问题有一定作用。《道西游》对大学生会有更独特的影响力，能帮助他们树立正确的人生观、价值观，培养使命感、社会

责任感，磨练他们坚韧不拔的性格、脚踏实地的精神，解决他们在学习以及未来工作中遇到的实际问题。

凝聚着先人智慧与汗水的中华文化是一座宝库，就像黄沙不能淹埋丝绸之路，优秀传统文化永远闪耀光芒。希望《道西游》为您推开《道德经》和《西游记》的大门，通向中华文明绚烂无比的宝库。希望通过《道德经》，弘扬与传承中华文化，实现民族复兴中国梦！

曹全全

2018年春节

导读与说明

关于《道西游》章节顺序的说明。

《道德经》有八十一章，《西游记》有八十一难，《道西游》共八十一篇，以《道德经》每一章对应《西游记》每一难展开。《道德经》的八十一章因版本不同顺序也不同，我们以中华书局王弼版为主要参照。《西游记》八十一难的顺序，各个版本也有出入。我们采用人民文学出版社的版本，参考其第九十九回，观音菩萨手中八十一难的目录，以这个目录的顺序为基础，稍作改动。

正文和目录差异较大的有黑河沉没、棘林吟咏、稀柿拜秽三处，另外有六七处顺序虽有差异，但差异不大。这些差异是怎么形成的，我们不做学术探讨。经典在传承过程中形成数个版本是很常见的现象，我们要做的是了解其内涵、掌握其精髓。特别是《道德经》与《西游记》的双解，无论怎样对应，都不影响本书的主旨。在此做一简单说明。

读《道西游》，我们建议一天读一篇，读的过程中体会国学经典与现实生活的相通之处，真正让经典融入生活。同时，可以每天把对应的那一章《道德经》多诵读几遍，背诵下来，感受经典的能量。《道西游》的解读，并非标准答案，我们共同诵读经典，思考人生，感悟生活，希望《道西游》能为您的生活添一抹色彩。

作者简介

捕风者曹全全：

世界记忆大师终身荣誉称号

特级记忆大师终身荣誉称号

江苏卫视《最强大脑》第二季“捕风捉影”项目挑战者

国际青少儿脑力锦标赛道德监督委员，终身形象代言人

国家级非物质文化遗产“拦手门”武术第八代传人

中国武术协会会员，武术五段

中国武术段位考评员、指导员

天津科教频道《记忆梦工厂》节目专家

北京家有儿女巅峰大脑教育集团特聘国学讲师

北京华夏易理环境科技研究院副院长

孙静：

中国人民大学法学学士

中国人民大学经济学学士

北京大学经济学硕士

天津大学管理学博士

目录

第一篇	金蝉遭贬	1
第二篇	出胎几杀	4
第三篇	满月抛江	7
第四篇	寻亲报冤	10
第五篇	出城逢虎	14
第六篇	折从落坑	17
第七篇	双叉岭上	20
第八篇	两界山头	24
第九篇	陡涧换马	27
第十篇	夜被火烧	29
第十一篇	失却袈裟	32
第十二篇	收降八戒	34
第十三篇	黄风怪阻	37
第十四篇	请求灵吉	40
第十五篇	流沙难渡	44
第十六篇	收得沙僧	47
第十七篇	四圣显化	50
第十八篇	五庄观中	53
第十九篇	难活人参	56
第二十篇	贬退心猿	59
第二十一篇	黑松林失散	63
第二十二篇	宝象国捎书	66
第二十三篇	金銮殿变虎	69
第二十四篇	平顶山逢魔	72
第二十五篇	山压大圣	75
第二十六篇	洞中高悬	78
第二十七篇	盗宝更名	81

第二十八篇	乌鸡国救主	85
第二十九篇	被魔化身	88
第三十篇	号山逢怪	91
第三十一篇	风摄圣僧	93
第三十二篇	心猿遭害	96
第三十三篇	请圣降妖	99
第三十四篇	搬运车迟	102
第三十五篇	大赌输赢	105
第三十六篇	祛道兴僧	108
第三十七篇	路逢大水	111
第三十八篇	身落天河	114
第三十九篇	鱼篮现身	118
第四十篇	金兜山逢怪	121
第四十一篇	普天神难伏	124
第四十二篇	问佛根源	128
第四十三篇	吃水遭毒	131
第四十四篇	女国留婚	133
第四十五篇	琵琶洞受苦	135
第四十六篇	再贬心猿	138
第四十七篇	识得猕猴	141
第四十八篇	火焰山高（一借芭蕉扇）	144
第四十九篇	求取芭蕉扇（二借芭蕉扇）	147
第五十篇	收缚魔王（三借芭蕉扇）	150
第五十一篇	赛城扫塔	152
第五十二篇	取宝救僧	155
第五十三篇	小雷音遇难	158
第五十四篇	困天神	160
第五十五篇	朱紫国行医	163
第五十六篇	拯救疲癯	166
第五十七篇	降妖取后	169
第五十八篇	七情迷没	171
第五十九篇	多目遭伤	174
第六十篇	路阻狮驼	176

第六十一篇	怪分三色	179
第六十二篇	城里遇灾	182
第六十三篇	请佛收魔	185
第六十四篇	比丘救子	187
第六十五篇	辨认真邪	190
第六十六篇	救女怪卧僧房	193
第六十七篇	无底洞遭困	195
第六十八篇	灭法国难行	198
第六十九篇	花豹迷人	200
第七十篇	凤仙国求雨	203
第七十一篇	失落兵器	206
第七十二篇	会庆钉耙	208
第七十三篇	元夜观灯	211
第七十四篇	赶捉犀牛	214
第七十五篇	天竺招婚	216
第七十六篇	铜台府监禁	219
第七十七篇	黑河沉没	222
第七十八篇	棘林吟咏	225
第七十九篇	稀柿拜秽	228
第八十篇	凌云渡脱胎	230
第八十一篇	通天河落水	233
《道德经》全文		236
致谢		244