

王福振◎编著

庄子智慧人生

隽永深澈，韵味无穷的生命哲学

庄子的学问是生命的哲学，庄子的智慧是人生
的智慧，他透视现在，玄想未来，博大精深，深刻
阐述了关于人生根本问题的最高境界，庄子所悟透
的理想的人生境界是物欲之外的恬淡、世情之上的
超然！本书引导你以庄子的思考方式来认识庄子
的观念内涵，探求庄子的智慧之路。

中国商业出版社

隽永深澈，
韵味无穷的生命哲学

王福振◎编著

庄子

智慧人生集

中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

庄子智慧全集 / 王福振编著. — 北京: 中国商业出版社,
2007.7

ISBN 978-7-5044-5969-5

I. 庄... II. 王... III. ①道家②庄子—通俗读物 IV.
B223.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 095350 号

责任编辑：张超美

中国商业出版社出版发行
(100053 北京广安门内报国寺 1 号)
新华书店总店北京发行所经销
北京大运河印刷有限责任公司印刷

*

787 × 1092 毫米 16 开 20.5 印张 280 千字

2007 年 8 月第 1 版 2007 年 8 月第 1 次印刷

定价：42.80 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

版权所有 翻印必究



庄子

智慧全集

前言

《庄子》一书是道家与道教的经典著作之一，堪称中国哲学史上的一部奇书。中国古代的文人，特别是在高层知识分子中间，几乎没有不喜欢《庄子》的。特别是魏晋之后，《庄子》被玄学家尊为经典“三玄”之一。

唐代道教盛行，与《老子》并称“老庄”的《庄子》也是身价百倍，被尊为《南华真经》。受到许多著名的诗人、思想家、艺术家的欣赏和崇拜。历史上如唐代的李白、宋代苏东坡、清代曹雪芹都深受庄子的影响。

直到近代，《庄子》依然备受推崇。闻一多阅读《庄子》以后，特别崇拜庄子。他说：“读《庄子》的人定会为那思想的奇警而惊异，可当你在那踌躇时，忽然，又发觉一件事，你问那精微奥妙的思想何以竟有那样凑巧的、曲达圆妙的辞句来表现它，你更惊异；再定神一看，又不知道哪是思想哪是文字了，也许什么也不是，而是经过化合作用的第三种东西，于是你尤其惊异。这应接不暇的惊异，便使你加倍的愉快，乐不可支。这境界，无论如何，在庄子以前，绝对找不到，以后，遇着的机会确实也不多。”

当前，世界性的“庄子热”、“大道热”，其势汹涌澎湃。韩国最近几年高考论文题目中，出现频率最高的古典名著是中国的《庄子》，其次是《论语》，这不是出于偶然，而是庄子道德文化真理光辉的真实再现。在《庄子》这部书中，庄子提出许多重要的哲学思想，如万物一体的思想，他认为宇宙万物都是一气之化，虽千姿百态各不相同，却又同是气聚所成，同为一体。所以，人的精神只有摆脱一切世俗羁绊，化同大道，才能游于无穷的至大快乐之中。





庄子

智慧全集

对于个人人生，庄子强调“全性保真”，追求一种超凡脱俗，不为任何是非、好恶、喜怒、哀乐“内伤其身”，使人的自然天性能自由发展；对于那些孜孜于世俗名利的人，他讥之为麻雀与蝉，不识鲲鹏的广阔天地和宏大志愿。

庄子主张“无我”、“无物”。也就是忘掉一切外物，连自己的形骸也忘掉。忘掉自我，与外物融为一体，当然也不会受外物所拘滞。庄子认为能达到这样的境界，才算逍遥游。

庄子把生死看作犹如春夏秋冬的转换，纯属自然，不知悦生，不知恶死，甚至认为死是摆脱了世俗烦恼而“反其真”，在妻子死后甚至“鼓盆而歌”。

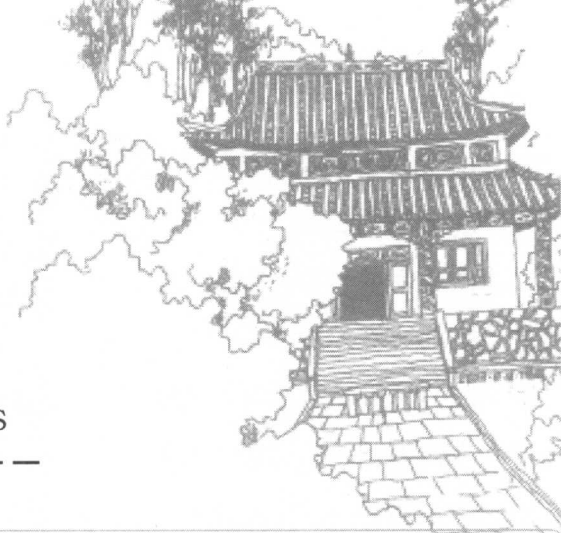
庄子说：“山木自寇也，膏火自煎也。桂可食，故伐之；漆可用，故割之。人皆知有用之用，而莫知无用之用也。”谈笑间把人世间的绝顶智慧一语点破。

庄子还是个十足的乐天派，是一个充满浪漫气息，几近于“神”的人。

哲人说，一人一世界。每个人眼中的世界都是不同的。通过与庄子跨越时空的对话，你对世界的看法，定能上升到一个新的境界。

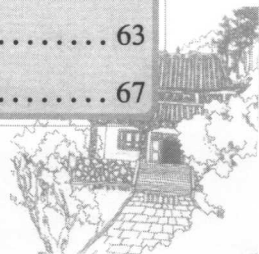
《庄子》智慧博大精深，如果我们能从中汲取其营养的千分之一就足以受用一生了。读过这本书，希望你成为一个像庄子一样逍遥，一样拥有大智大慧的人。

这是我们一个小小心愿！也是我们编著此书的初衷。



目录 CONTENTS

1.眼光不妨放远点	1
2.做人不可过于贪婪	4
3.自然而然 是长生之本	7
4.小聪明不如大智慧	11
5.看开名利	15
6.“无我” 是人生的最高境界	19
7.多一点“难得糊涂” 精神	23
8.是非由于多开口，烦恼皆因强出头	26
9.一定要懂得“无用” 的妙用与大用	31
10.笑对人生世象	36
11.拥有时要加倍地珍惜	40
12.简单，是最大的幸福	44
13.管住自己的嘴巴	47
14.不要庸人自扰	50
15.保持最佳距离	54
16.心静则清，心清则静	58
17.错过花，你将收获雨	60
18.忘记是人生最大的智慧	63
19.适者生存是自然界的规律	67





庄子

智慧全集



20. 不以物喜，不以己悲	70
21. 善待富贵与贫贱	73
22. 知人者智，自知者明	77
23. 识时务者为俊杰	80
24. 允许别人按他自己的方式生活，这叫宽容	84
25. 一切随缘，才有逍遥的人生	87
26. 凡事想得开——乐观做人	91
27. 每天都有一份好心情	94
28. “简单”的快乐	97
29. 和谐的才是最合适的	100
30. 生命中最不能缺失的是信念	102
31. 永远不要跟自己过不去	105
32. 施恩莫记，受恩莫忘	108
33. 天外有天，人外有人	111
34. 屈伸道：像水一样能适应	114
35. 人生得一知己足矣	117
36. 不攀不比，幸福一生	121
37. 慎思之，明辨之，笃行之	124
38. 沉住气，才能成大器	127
39. 识破生活中的小人	131
40. 走自己的路，让别人去说吧	135
41. 赞扬别人要恰如其分	139
42. 君子之交谈如水	142
43. 先控制自己再控制别人	145
44. 保持一份宁静、淡泊的心胸	148
45. 做事要能耐得住性子	152





庄子

智慧全集

46.多一物多一心，少一物少一念	155
47.快乐总在放下后	158
48.接受既成事实	161
49.让心灵做一次快乐旅行	165
50.养生之道：切莫暴躁	169
51.退一步海阔天空	172
52.别在太多的目标里迷失自己	175
53.知足者常乐	178
54.有所为，有所不为	181
55.万事勿强求	184
56.精明反被精明误	187
57.转个弯儿办事	190
58.低头是为了抬头	193
59.会说话，是本事	196
60.行胜于言	199
61.坚强的毅力助你走向成功	202
62.给自己的生活松松绑	204
63.远离世间的纷纷扰扰	207
64.把“真我”的牌匾挂起来	211
65.是非天天有，不听自然无	215
66.敢于面对自己的弱点	218
67.做人须带一份憨，一份痴	221
68.说话的艺术：不要处处显示自己智慧过人	226
69.多一个朋友多一条路，少一个冤家少一堵墙	231
70.花要半开，人要半醉	235
71.不要苛求完美	238





庄子

智慧全集



72. 宽容让人生更美丽	242
73. 幸福是种选择	246
74. 生活不是单纯的取与舍	249
75. 坦然面对朋友的离散	252
76. 积少成多，集腋成裘	254
77. 生命是一种缘	258
78. 嘴上留情，脚下才会有路	261
79. 直言直语是把双刃剑	264
80. 礼在人先，事在人为	268
81. 精诚所至，金石为开	271
82. 小心当面奉承你的人	275
83. 识人的学问	279
84. 知可为而为	283
85. 害人之心不可有，防人之心不可无	285
86. 别想在争辩中获胜	288
87. 天性藏于内心，人事现于外表	291
88. 后发制人是狠招	294
89. 给别人快乐，自己也快乐	297
90. 向前看，莫回头	300
91. 很多事情可意会不可言传	303
92. 人生乐在自逍遥	305
93. 做人，依靠自己	308
94. 人生有太多的无奈	311
95. 敢于认错，勇于纠错	314
96. 低调做人	316
97. 不亢不卑是明智	318





庄子

智慧全集

1. 眼光不妨放远点

【原文】

天之苍苍，其正色邪？其远而无所至极邪？其视下也，亦若是则已矣。

——《庄子·逍遥游》

【译文】

天空中那种青苍苍的样子，难道是它的真正的颜色吗？还是因为我们距离它太远而不能穷究它的本来面目呢？大鹏飞到九万里的高空再看下面，也会和我们从下往上看一样失去了事物的本原。

【解读】

庄子的言论和思想有很多是带有浓厚的辩证色彩的。看天，人的定点在地上；看地，鹏的定点在天上。互为定点的两个观察者，所观察到的结果是一样的，那就是都无法看透对方所在的背景。庄子是一个谦卑的不可知论者。他的结论是：天地很大，我们根本就不可能知其所以然；当我们自以为明白一点道理就以为很了不起时，还有一个相对于我们的观察者在另外一个方向上，在更高的位置，看到了更广阔的世界。当然，他的视野与真理还是相距甚远。所以，永远不要以为自己什么都知道了。

这就正如我们平时所说的：山外有山，人外有人。听起来是再简单不过的道理，但总有一些人把自己圈定在有限的范围内，坐井观天。比如，一个一辈子研究蒲松龄的人，认为《聊斋志异》是天下最伟大的一部著作——可惜还不被人所了解；一个老中医，在他看来，中医都是“治根”的，是“釜底抽薪”，而西医都是“治表”的，是“扬汤止沸”；任课老师都要讲“绪论”，在“绪论”中，该任课老师大都要把自己开的课程说成是“最重要的”。





庄子

智慧全集



这种现象，用禅理解释最为妥切。古时禅师说禅：“一个人觉得‘山即山，水即水’，但等他有所醒悟，他就会觉得‘山非山，水非水’，待他终于彻底大悟，他又会觉得‘山即山，水即水’。”但这时，他的境界已经不同以往。这时的山依旧是山，但已不复为以往之山；这时的水依然是水，但已不复为以往之水。如果一个人总是停留在第一个境界，那就是短视，也就是庄子所说的“天之苍苍”；如果进入第二层境界，那离真理的距离又近了一步，也就让庄子产生“其远而无所至极邪”的怀疑。如果达到第三层境界，就接近真理了。

生活中也是这样，很多时候我们只是达到了第一层境界，却以为自己什么都知道了。这就是短视。比如一些国家的选举，实际上有时民众对参选者了解得并不是很多，但是却把票投给了媒体肯定和大多数人呼声最高的候选人。

而“短视”与“自大”往往是一对兄弟。自大是什么？就是以为自己很了不起，总是带着有色眼镜，以偏概全，固执己见，以绝对的、片面的眼光看问题。为什么这样呢？因为他视野狭隘，看不到别人的长处，看不到还有更多更有本事的人在其左右。而真正有本事的人往往潜伏在暗处，静观其变，总是从长远的角度思考问题，而不计较一时的得失。

所以有人说：“世界上最贫穷的人并非是身无分文的人，而是没有远见的人。”只有看到别人看不见的事物，才能做到别人做不到的事情。

有一位哲学家到一个建筑工地分别问三个正在砌墙的工人：“你在干什么？”第一个工人头也不抬地说：“我在砌砖。”第二个工人抬了抬头说：“我在砌一堵墙。”第三个工人热情洋溢、满怀憧憬地说：“我在建一座教堂！”

听完回答，哲学家马上就判断了这三个人的未来：第一个心中眼中有砖，可以肯定，他一辈子能把砖砌好，就很不错了；第二个眼中有墙，心中有墙，好好干或许当一位工长、技术员；惟有第三位，必有大出息，因为他有“远见”，他心中有一座殿堂。

有远见的人心中装着整个世界；相反，没有远见的人只看到眼前的、摸得着的手边的东西，他们急功近利，只看到眼前的一点小小的好处，杀鸡取卵，结果不仅将原先得到的一点好处丧失掉，就是老本也未必能捞回来。





庄子

智慧全集

还有个故事，说的是一个穷人，很穷。一个富人见他可怜，就起了善心，想帮他致富。富人送给他一头牛，嘱咐他好好开荒，等春天来了撒上种子，秋天就可以远离那个“穷”字了。

穷人满怀希望开始奋斗。可是没过几天，牛要吃草，人要吃饭，日子比过去还难。穷人就想，不如把牛卖了，买几只羊，先杀一只吃，剩下的还可以生小羊，长大了拿去卖，可以赚更多的钱。

穷人的计划如愿以偿，只是吃了一只羊之后，小羊迟迟没有生下来，日子又艰难了，忍不住又吃了一只。穷人想，这样下去不得了，不如把羊卖了，买成鸡，鸡生蛋的速度要快一些，鸡蛋立刻可以赚钱，日子立刻可以好转。

穷人的计划又如愿以偿了，但是日子并没有改变，又艰难了，又忍不住杀鸡。终于杀到只剩一只鸡时，穷人的理想彻底崩溃。他想，致富是无望了，还不如把鸡卖了，打一壶酒，三杯下肚，万事不愁。

很快春天来了，发善心的富人兴致勃勃地送来种子，赫然发现穷人正就着咸菜喝酒，牛早就没有了，房子里依然一贫如洗。

富人转身走了。穷人当然一直穷着。

所以，在为人处世的过程中，我们要尽量看得全面些，长远些。识时务的人善于择势而为，因而能在社会中游刃有余。无论是从政、经商，还是在家庭生活中，都是如此。

再比如，在商业活动中，有这样一句话，叫做“庸者赚今天，智者赚明天”。也就是说如果希望有大的发展，一定要有高瞻远瞩的眼光，不能只盯着眼前的蝇头小利。清朝商人胡雪岩有这样一个信条：“如果你拥有一县的眼光，那么你可以做一县的生意；如果你拥有一省的眼光，那么你可以做一省的生意；如果你拥有天下的眼光，那么你可以做天下的生意。”眼界准，就能把握机遇，在经营中不走或少走弯路；眼界宽，就能在纷繁复杂的市场经济大潮中以小见大，看得全面透彻；眼界高，就会追求无止境，事业更辉煌。

人生如同下棋一样，平庸之辈往往只能看到眼前一两步，而高明的棋手则能看出后五六步甚至更多。能遇事处处留心，比别人看得更远、更准，这样的人才能战无不胜，决胜千里。





庄子

智慧全集

2. 做人不可过于贪婪

【原文】

吾生也有涯，而知也无涯。以有涯随无涯，殆已；已而为知者，殆而已矣！

——《庄子·养生主》

【译文】

人的生命是有限的，而知识是无穷的，以有限的生命去追求无穷的知识，就会搞得精疲力竭，既然如此，还去追求知识的人，就只能弄得疲困了。

【解读】

从小就学庄子的一句话：“吾生也有涯，而知也无涯。”老师也总是教导我们：“人的生命是有限的，而知识是无限的。所以你们一定要好好读书。”那时候以为庄子在勉励大家“学海无涯苦作舟”。可庄子接着说了：“以有涯随无涯，殆矣。”意思是说以有限的生命去追求无穷的知识，就会搞得精疲力竭。很多人年青的时候，总是用前半句来激励自己，让自己在茫茫大海中以桨划行而不知畏惧，平添一股蛮劲。慢慢才悟出，原来这真理还在后半句。看来，庄子在勉励好好读书的同时，隐含了另外的深意。

“吾生也有涯，而知也无涯。”所以，我们要多读书。

然而，人的精力是有限的，学习上总该有所选择，有所侧重，不能什么都想学，太贪婪往往让自己得不偿失。“以有涯随无涯，殆已。”庄子的话，不是反对读书，不是反对求知，而是告诉人们一个道理，即书富如海，知识与智慧是无止无尽的，我们无法穷尽，最多也就能掌握其冰山一角。而人的



庄子

智慧全集

精力有限，所以读书要善于选择，要明确该学什么，不该学什么，该先学什么，后学什么。如果什么都想学，什么都想涉猎，那么到最后只会搞得自己筋疲力尽。

有一个人布置书房。书房很大，三面都是书架，书架上全都摆满了书。知道的明白这是书房，不知道的还以为是书店。据说这些书花了五六万，还是打四、五折买的。

他的朋友见了都说：“这些书可够你这辈子读了！”

书房主人指着墙上装裱得相当精致的一幅字读道：“‘吾生也有涯，而知也无涯’——知识的海洋是无边无际的啊，如果有可能，我还得买更多的书来读！”

书房主人的精神可嘉。只是不知道他整天在商场官场奔忙，这一宏伟的读书工程是否能得到实施？

也许他不一定非得把这些书真的全读了。只要他能够随手从书架上的诸子百家中抽出一本，而刚好抽到了《庄子》，又刚好看到了庄子所说的这句话的全文，终于明白了这话的真正意思——那他一屋子书也算是值了。

有时候我们有点贪了，人心不足蛇吞象，想想蛇吞象的样子，会是一种什么感受——咽不进，吐不出，要多别扭有多别扭。有一篇报道说：有一位销售经理，不到40岁，却猝死在去与客户谈判的路上。医生检查的结果是亚健康。亚健康是怎么出现的？按庄子的说法应该是“以有涯随无涯”，也就是以有限的精力去做没完没了的事情，结果是“殆已”，也就是精疲力竭。

所以，我们不能太贪，知识无穷、智慧无穷，财富无穷。不能苛求自己要穷其所有，要学会合理地安排自己的人生之路。如果什么都想学，什么都想要，就会使自己的才智过早地耗尽，当你需要发力的时候，自己却没有力气了，那样就会连自己的健康的身体都保不住，更不要说成功了。比如，在长跑赛场上，我们经常看到这样的情景：有的人一路领先，最后还领先；有的人先保持中游，最后领先；有的人一路领先，最后却没有取上名次。有经验的教练都会告诉自己的运动员，如何根据自身的特点和路程的长短，来安排速度。尚未到终点就跑不动了或到了终点还余勇可嘉的安排都是不科学





庄子

智慧全集

的，科学的安排是力量将要用完的时候人也到了终点。

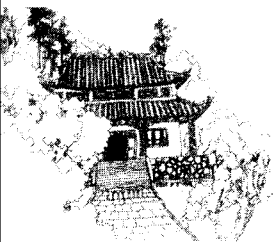
庄子同时认为，生命有限而知识无际。所以面对浩瀚的知识，处于知识激增的今天，我们每个人都要独立思考。如果一切都是别人给你现成的答案，久而久之，我们就会慢慢地养成思维懒惰的习惯。对于书本知识，他人的经验，不可囫圇吞枣，不可全盘吸收，不可生搬硬套。否则，就会把自己淹没在知识的海洋里，那知识就不是知识，而是垃圾了。

孔子说：“学如不及，犹恐失之。”恨不得把全天下的知识全部收归囊中，这一点孔子就不如庄子明智了。庄子明白了知识的无限性，能够抓主要矛盾。教大家在学习上不要“苦作舟”，而要在快乐中学，该学的学，不该学的不学，因为知识是永远也学不完的。

还有一个更厉害的，老子说“为学日益，为道日损，损之又损，以至于无为，无为而无不为。”（《老子·忘知第四十八》）

举个例子，我们学习很多知识，刚开始学的时候发现知识真多，比如项目管理，九个知识领域，无穷无尽的名词解释，不头晕才怪，但等你学完，才发现不过如此，顺着项目操作的流程看起来就简单了，所以到这个地步就是“为道日损，损之又损，以至于无为”，没什么好学的了。而这个时候你对项目管理的把握已经“无不为”了，也如同武林高手的“无招胜有招”。

庄子不主张拼命地学，无休止地学，因为这样会摧毁人的健康。一肚子学问，大笔的财富，让人仰慕的地位，到头来却精疲力竭，未老先衰，那这些对我们又有什么用呢？大概我们从小都是在一种“积极”的思想中“茁壮”成长起来的，所有的人都说：“要努力，要上进”，“有志者事竟成”，“只有想不到，没有做不到”，“付出就会有收获”。我们为金钱、地位拼命奋斗，在“笑贫不笑娼”的情况下，没有人会说，人活着就是为了吃饭睡觉，只要快活就好。于是可以放下心中的重负，休息一下的人越来越少，这些人生的基本要求，对我们很多人来说也是奢侈而遥不可及的。





庄子

智慧全集

3. 自然而然就是长生之本

【原文】

为善无近名，为恶无近刑。缘督以为经，可以保身，可以全生，可以养亲，可以尽年。

——《庄子·养生主》

【译文】

养生的人不做好事去追求名声，也不做坏事而触犯刑律，顺着自然规律去做，就可以保护生命，保全天性，可以养护精神，享尽天年。

【解读】

郭沫若对这段话的解释为：外象美不要贪名声，外象丑不要拘形迹，守中以为常，那就可以平安长寿了。

这就是中国人常说的中庸之道。一个人的行为若是很坏，受到社会惩罚，显然不是全生的方法。但是一个人的行为若是太好，获得美名，这也不是全生的方法。自然一体，低调做人，人的精神和形体也就能得到最好的养护，也就能长命百岁。

庄子这一段话对中庸之道做了最好的诠释，但崇尚中庸的国人对这句话并不认同，我们历代的教育家说不出口，认为它非常消极，也很逃避，是不负责任的表现。

我们从字面上理解这句话：“为善无近名”，做善事应该的，做到了没得名气可捞，别人不晓得你在做善事；“为恶无近刑”，每一个人内在的私生活上总有不对的地方，但是做坏事不会达到犯法的边缘，不会达到受打击痛苦失败到极点的边缘。就是说善恶之间恰到好处，你说这人好吗？好不到哪里





庄子

智慧全集

去，坏吗？也不坏。这两句话表面上看起来是这样。所以有人研究了《庄子》，认为道家都是逃避的、消极的。

不过，只要我们深入分析一下，就会发现实际上不是这样，庄子的本意并非如此。

“为善无近名”是什么意思呢？我们可以理解为“做好事不是去追求名声”，这里省略了两个字，本意应该是不故意做好事去追求名声，也就是不为名声而故意去做好事，这样才能安心，心平则气和。为了做好人而做好事，为了让人家去表扬，为了让人家叫我们好人，看到我们做了善事，那就不算善事了。比如，有很多人捐款救助别人而不留下姓名，不企求任何汇报，这就是“为善无近名”。

从这里我们可以看出，庄子“为善无近名”实际上是说抛开功利心，自然而然地去做善事，这样心灵才能得到升华，才能“养护精神，享尽天年。”

《聊斋志异》第一篇故事叫《考城隍》。故事梗概为：

一个名叫宋焘的秀才，在梦中参加冥府题为“一人二人，有心无心”的考试。宋焘在应试八股文中提出“有心为善，虽善不赏。无心为恶，虽恶不罚”，就是说一个人有心地去做好事，表现给别人看，或表现给鬼神看，虽然是好事，也没有什么值得奖励的。又例如有一把刀不好用了，随手丢掉，而不幸伤了人，实在没有存心要伤害他，那么虽然是一件坏事，也不该处罚，这与现代法律制度中的“过失犯罪”或“正当防卫”有些类似。宋焘的观点备受考官们的称赞，认为其才很适合做河南一个地方的城隍，于是当即任命。宋焘称家有老母亲无人照料赴任有困难云云，考官们当场从生死簿册上查得宋母尚有九年阳寿。主考官说，考虑到你的一片孝心，那就准你九年假期让你侍奉母亲，九年后你即当赴任。九年届时宋母寿终，宋焘在安葬母亲后即履约赴任。

这个故事说明“为善为恶，顺人性，和天理”的道理。

庄子主张：“为善无近名，为恶无近刑”是讲做好事不要奢求马上受到称赞，做坏事不要触及到刑法，但我们切不可因为做好事没马上受到称赞而不做；做一点坏事而没触及到刑法就去做。因为做好事的早晚会受到别人的称赞，而做坏事的人终究要受到惩罚，所以我们做人要处处行善，即便小德都不能违反。