

〔印〕奧修◎著

道德經心釋
〔上〕

P223.15
521

道德經心釋

〔上〕

〔印〕奧修◎著



序言 老子他说

锲而不舍的河流

他，不到大海绝不停流

执着的道中之人

愿意为真理而舍弃利益的人

人生的旅程真的就像一条河流，有时候流到东，有时候流到西，有时候冲到北，有时候降到南，但是不管怎么样，最终的目的是不变的——大海。

带着热情和觉知，深入红尘，享受七情六欲的刺激，几阵滚翻之后，你就会渐渐了解：全然的欲望是到达无欲之路。然后，或许你就可以将同样的热情和觉知转向自己，在自己的身上下功夫。当你进入了这个方向，老子或许可以对你有所帮助，因为老子是生命的代言人，而且透过奥修的诠释，老子的道理更是活了起来。

虔诚地希望奥修的老子，或是老子的奥修，能够启发出你那锲而不舍的灵魂，推你、拉你、踹你、扶你，最重要的，引发你生命的热情和勇气——冲向大海……拖着生命在走似乎不怎么令人惬意……

本书所讲的内容有很多是非常宝贵的，而且是其他书上所没有讲到的，使我不禁觉得，“道”虽然只有一个，但是它的呈现却是可以非常多样化的。奥修不厌其烦地从各个角度来阐述真理，真是用心良苦，虽然他的“道”本来就是要这样走的，但是他何尝不是为了爱众生而承受一些对他来讲并不需要的

肉体之苦？在深深的感谢之余，只有默默地融入“道”之中，跟奥修以及所有宇宙的神性会合。

就我的了解，奥修的“道”横跨世俗面和修道面。“除了生活以外没有其他的神”。我看到有一些奥修的门徒在观念上躲入奥修那多样化的观念，有时候甚至在让人搞不大清楚的说法里，专门挑一些适合自己个性的部分来执着，以奥修的话语作为挡箭牌，以静心作为借口，结果弄得连一般的生活都照顾不好，让外界的人误以为奥修在教人颓废，笔者深不以为然。

奥修虽然崇尚老子的“无为”，那是针对修行面而言的真理。人生还有另外一面——工作。在工作上要有计划，有安排，才能成功。如果在工作上加进静心的质量，掺入求道者的精神和质量，那是很好的，那是工作的助力，不要因为了解奥修在修行面“无为”的真理，就变得没有工作能力，这不是正确的人生。如果说你已经真正彻底放弃物质面的欲求，你已经达到无欲，所以你想将所有的精力都投放在求道面，那当然没话说，但我所看到的是：他们没有勇气去接受社会的考验，不肯吃苦，所以不愿意好好工作，因此潜意识里带着不满足的物质欲望在做静心。

奥修也曾经提过，在“有用”和“无用”之间要取得平衡。

我在一家小庙的墙上看到一则标语：“要修天道，先修人道。”我觉得颇有道理。虔诚地希望，所有钻研奥修之道的人能够在人生的各个方面都有妥善的安排。笑要笑得很全然，哭要哭得很全然，享受时要很全然，静心时要很全然，工作时也要很全然。

活得尽致一点，活得强烈一点，活得危险一点，那是你的生命，不要因为别人教给你的任何愚蠢的观念而将它牺牲掉。

——(印)奥修



奥修，1931年12月11日出生于印度，21岁时开悟，1990年1月19日圆寂。早年以优异的成绩毕业于印度沙加大学哲学系，曾获全印度辩论冠军。在印度杰波普大学担任了九年哲学教授之后，周游各地进行演讲，根据他的演讲内容已整理出版了650多部著作，并被译成32种语言行销世界各地。



目 录

序 言 老子他说	1
第一章 知与道	3
第二章 道可道,非常道	23
第三章 欲取天下而为之	43
第四章 知其雄	65
第五章 知者不言	89
第六章 和光同尘	111
第七章 为无为	135
第八章 企者不立	159
第九章 慎终如始	183
第十章 无欲则刚	209

第一章

知与道



一个生活在知识里的人就是一个计划的人，而生命是一个没有计划的流，生命是自由，你无法将它框住在一个小洞里，你无法划定它的范围，那就是为什么一个生活在知识里面的人会错过生命。



译文:

老子说:不必出门,一个人就能够知道世界上发生的事;不必由窗户往外看,一个人就能够看到天道。

一个人越是追求知识,他所知道的就越少,所以,圣人不必到处跑就能够知道,不必看就能够了解,不必做就能够达成。

原文:

不出门,知天下;不窥牖,见天道。其出弥远,其知弥少。是以,圣人不行而知,不见而明,不为而成。

宗教并不是知识,它是知道。知识属于头脑,知道属于本质,它们之间的差别和距离是非常大的。

那个差别并非只在于数量,它同时也是质量上的差别。

“知识”和“知道”——它们的不同就像天堂和地狱，存在天壤之别，所以，第一件必须加以了解的事是：“知识”和“知道”之间的差别。

知识从来不属于现在，它总是属于过去。当你说你知道的时候，它已经是一件死的东西，已经在你的记忆上留下一个记号，就好像灰尘粘在你身上，你已经离开那里了。

知道永远都是当下的，就在此时此地，你不能够对它说任何事，只能成为它，当你去讲它的时候，甚至连那个知道也会变成知识，因此那些所有知道的人都说它是不能够被说出来的，你一去讲它，它的本质就改变了，它已经变成了知识，它已经不再是那个很美的、活生生的“知道”的现象。

“知道”没有过去，没有未来，只有现在。记住：现在并不是时间的一部分。

一般人们认为时间分成过去、现在和未来，这是完全错误的，时间被分成过去和未来，而现在根本就不是时间的一部分，你无法在时间里面抓住它。追求它，你将会错过，试着去抓它，它将永远都会让你抓不到，因为它是永恒的一部分，而不是时间的一部分。

现在是永恒正在跨越时间，它是一个会合点，在那里，“永恒”和“暂时”相会合。

在现在的是知道，在过去的是知识，知识创造出未来，过去创造出未来，未来是过去的副产品。

每当你知道，你就开始计划，你知道得越多，你就计划得越多。“知道”意味着过去，计划意味着未来，那么你就不让未来有自由，你试图去将它固定在过去的框框里，会认为它只是过去的重复，不论它是如何地被修饰和被装饰，你都会觉得它只是过去的重复。

一个生活在知识里的人就是一个计划的人，而生命是一个没有计划的流，生命是自由，你无法将它框在一个小洞里，你无法划定它的范围，那就是为什么一个生活在知识里的人会错过生命。他知道很多，但是他又什么都不知道；他知道得太多了，但他的内在是空洞的，你无法找到一个比“知识之人”更肤浅的人，他只重于表面，一点深度都没有，因为深度来自永恒。



时间是水平的，它在一条地平线上移动。永恒是垂直的，它进入深度和高度，那就是耶稣十字架的意义：时间横跨永恒，或是永恒横跨时间。

耶稣的手是时间，它们进入过去和未来，在时间里被钉死在十字架上，复活而进入永恒。他的本性是垂直的，每一个人的本性都是垂直的，只有身体、手和你的物质部分是水平的。

知识创造出未来，未来创造出担心。你知道得越多，你就越担心，越不安，永远无法安然地度过，无法像在家一样，而内在会有一个很深的颤抖，这是一种病态。然而一个“知道”的人是完全不同的，他生活在此时此地，这个片刻就是全部，好像明天不存在一样——它的确是不存在的，而且从来不曾存在过，它是头脑游戏的一部分，是“知识之人”的一个梦。

这个片刻就是全部。“知道”垂直地进入这个片刻，进入得越来越深。一个知道的人有深度，甚至连他的表面都只是深度的一部分。他没有肤浅的表面，他的表面就是深度的一部分，而一个“知识之人”呢？他没有深度，他的深度就是他表面的一部分。

那个似非而是的现象就是：一个“知道之人”(a man of knowing)知道，而一个“知识之人”(a man of knowledge)不知道。他不可能知道，因为知识无法跟生命碰头，它反而是阻碍，唯一的障碍，就好像是：一个母亲知道那个小孩是她的，而一个父亲具有这样的知识：那个小孩是他的。但父亲只有一个“相信”，在深处他是不知道的，只有母亲知道！

有一次，木拉那斯鲁丁在一个小的国家当大官。国王非常慷慨，虽然这个小国并不是很富有。那斯鲁丁每年都会去告诉国王：自己的太太生了一个小孩。国王就会给他、他的小孩和他太太很有价值的礼物，但后来变得太过分了，因为每年都会如此。

当那斯鲁丁的太太生下第十二个小孩时，他又来了。

国王说：“这太过分了，那斯鲁丁，整个世界都因为人口过剩而在受苦，你到底在干什么？按照这样的速度下去，你将会创造出一个小的国家——停止它！让这个小孩成为最后一个！如果你无法停止，那么最好去自杀。”

那斯鲁丁感到非常沮丧，而第十三个小孩又出生了，该怎么办？他想最好不要再去找国王了，干脆到森林里去自杀，就像国王所说的。因此他来到森林，准备好每一样吊死自己的东西，只要咔嚓一下，他就会吊死在树上。突然间他说：小心！那斯鲁丁！你或许吊错人了！

父亲只是相信，但母亲知道。“知道”就好像是一个母亲，“知识”就好像是一个父亲。

所有的知识都是一种相信，但“知道”并不是相信，它是真知，它是你的知觉、洞见和成长。它就好像是母亲——小孩子在她的子宫里成长，她知道那个小孩是她的一部分，是自己的延伸，是自己的存在、血液和骨头。父亲是外在的，并不是内在的，他只是相信那个小孩是他的。

一个“知识之人”相信他知道，而一个“知道之人”是真的知道。

“真知”是你本质的一个蜕变，它就好像怀孕，你必须携带着它，必须生出你自己，再度复活而进入永恒。你必须离开时间而进入无时间，从头脑转变到没有头脑，它是某种非常重大的事，你知道它发生在你里面。

一个“知识之人”会继续从诸佛那里搜集灰尘，他相信那些知道的人，但任何他所相信的都是死的，他并没有生出他自己。他从别人那里把知识搜集过来——每一样东西都是借来的。知识怎么可以借用呢？存在的本质怎么可以借用呢？如果那个知识是真实的话，它将必须属于存在的本性。

戈齐福(Gurdjieff)常常会问一些人——有一些求道者会来找他。他经常问起的第一件事是：你对知识有兴趣，还是对本质有兴趣？

因为在这里我们要给予本质，我们不会顾虑知识，所以你要先决定好。如果你所顾虑的是知识，那么你要到别的地方去；如果你所顾虑的是本质，你就留在这里，但你要做出一个非常清楚的决定。

本质和知识之间有什么差别呢？那个差别就跟“真知”和“知识”之间的差别一样。“真知”就是本质。

它并不是某种加诸在你身上的东西，它是某种你借着成长而进入的东西。知识是某种加诸在你身上的东西，你不会透过它而成长，相反地，你会像



肩负一个重担一样地携带着它，所以你总是可以找到一个“知识之人”背负着重担，他的肩膀上扛着好几座山的知识。你可以看到他的脸非常严肃，死气沉沉地严肃。在重担的压迫之下，他的心已经完全被压碎了。

一个有真知的人是没有重量的，他没有携带任何东西，可以飞进天空，地心引力影响不到他，不会被拉向地面，因为地心引力只能把重的东西往下拉。他停留在地球上，但他不属于地球。那就是耶稣话里的意思，他一再地说：我的王国不属于这个世界，它属于另外的世界——本质的世界、永恒的世界。

如果你能够将这其中的区别了解得非常清楚，那么你要记住：永远不要走知识的路线，要走在本质和真知的途径上，因为唯有如此你才能够得到某些东西，并不是你有了更多的信息，就變得更多，那是必须加以了解的重点——你必须变得更多。

你的贫乏不在于信息，而在于本质。你是贫乏的，但是你继续透过累积东西来隐藏贫乏。知识也是一样东西，话语、理论、哲学、系统、神学，这一切都是东西，它们很不明显，十分抽象，但还是东西。你并没有在成长，你仍然保持原貌，在你的周围创造出一种欺骗，说自己已经知道。

老子的这些经文必须以这样的方式被了解。

不必出门，一个人就能够知道世界上发生的事。

因为在内在深处，你就是世界，世界只不过是你的扩大，事实上并不需要去任何地方，或是去知道任何事，如果你知道你自己，你就已经知道了整个人类；如果你知道了你的愤怒，你就已经知道了所有的愤怒；如果你知道了你的暴力，你就知道了所有的战争，不需要去越南，去韩国，去巴勒斯坦，或是去任何地方。如果你知道了你的暴力，你就知道了所有的暴力；你知道了你的爱，你就知道了所有的——整个爱的历史，从来没有被写下来的，从来不曾被知道的——甚至连这个你都知道，因为你就是种子！

这就好像从海洋中取来一滴水，你去分析它，如果你知道那一滴水，你就

知道了整个海洋，因为整个海洋都被浓缩在那一滴水里面，它是一个迷你的海洋。如果你知道它是由一氧化二氢所组成的，那么你就知道整个海洋都是由一氧化二氢所组成的，如此一来，就不需要一直分析下去，只要一滴就够了。如果你知道一滴海水的滋味，知道它是咸的，你就知道整个海洋都是咸的，而那一滴水就是海水就是你。

不必出门，一个人就能够知道世界上发生的事……

因为你就是世界，是一个极其微小的世界，每一件事都发生在你身上，在世界上所发生的或许规模更大，数量更多，但质量是一样的。当一个人了解自己，他就了解了一切。

在优婆尼沙经里有一个很美的故事：一个叫史维特凯图的年轻人从他师父那里回来，他已经变得很有学问，当然，和所有年轻人一样，他对他的学问感到非常骄傲因而十分傲慢，而且很自我。父亲乌达拉克从窗户看到儿子——史维特凯图正进入村子。他变得很伤心，这根本就不是学习！儿子变成了一个“知识之人”，这并不是真知。乌达拉克告诉他自己的心：我送他去学习并不是为了这个，他错过了要点，他浪费了他的时间。因为真知是谦虚的，而谦虚并不是自我的相反，跟自我根本没有关联，甚至不是它的相反，因为即使是它的相反也携带着它的某种东西。

没有感觉到儿子的谦虚，父亲变得非常伤心。他已经渐渐变老了，而现在儿子却浪费掉他生命中好几年的时间——他为什么看起来那么骄傲？真知永远都会使你变谦虚。

谦虚(humble)这个词是很美的，它来自 humus 这个词根，这个字根真正的意思是泥土的，属于大地的，不矫饰的，这个字根也是人类(human)和人性(humanity)这两个词的词根。唯有当你变成谦虚的，你才会具有人性，唯有当你属于大地，你才会变成谦虚的，这里所指的大地意味着不矫饰的、单纯的、没有被制约的、纯朴的。



他看到他儿子变得很骄傲，很傲慢，他一定是变成了一个知识之人——他的确是变成了这样的人。史维特凯图回到家里，向父亲行了顶礼，但那只是一个仪式。一个已经变得那么自我主义的人怎么能够鞠躬？

父亲说：史维特凯图，我看到你的身体弯下来，但是你并没有弯下来，到底是什么不幸的事发生在你身上？你为什么看起来那么傲慢？一个有真知的人会变得很谦虚。你听过任何关于那个“一”的事吗？知道了那个“一”，一个人就知道了一切。

史维特凯图说：你在说什么？一个人怎么能够借着知道“一”而知道一切？那是荒谬的！我在大学里面知道了一切能够被知道的，在那里所教导的主题上面，我都尽可能去深入学习，我已经学尽了一切。我师父告诉我：现在你已经知道了一切，你可以回家了。我是到了这样的程度才回家的，但你在说什么，那个“一”？从来没听过，在大学里从来没有人谈过它。我们学了语法、语文、历史、神话、哲学、神学、宗教和诗歌，任何人们所知道的，我都学了，而我对那些科目都很熟悉，我以最佳的成绩毕业，但我们从来没有听过那个“一”，你在说些什么？你疯了吗？一个人怎么能够借着知道“一”而知道一切？

乌达拉克说：是的，那个“一”就是你。史维特凯图，那个就是你。如果你知道这个“一”，你就知道了一切，而你现在所知道的都只是一些没有用的烂东西，你浪费了你的能量，回去！除非你知道了那个“一”，由它你才可以知道一切，否则永远不要再回来。因为，乌达拉克告诉他的儿子：在我们的家族里，没有一个人只是名义上的婆罗门，我们称自己为婆罗门，因为我们知道梵天。如果你不知道那个“一”，你就不属于我们这个家族，回去！

那个“一”就是你，一颗非常小的种子，小到你几乎看不见，除非你追寻得很深，追寻了很久，不屈不挠，否则你碰不到它。

那颗种子就在你里面，那是你的内在，整个广大的世界只不过是你在一张广大的画布上。人就是人类，你就是世界。

老子说：

不必出门，一个人就能够知道世界上发生的事；不必由窗户往外看，一个人就能够看到天道。

不需要由窗户往外看，窗户就是你的感官——眼睛、耳朵、鼻子——这些就是窗户。

不必由窗户往外看，一个人就能够看到天道。

你可以在内在看到那个最终的。

你是否曾经看过佛像，眼睛闭起来静静地坐着，一动也不动？

在印度有一些关于那些静坐很久的人的故事，小鸟开始栖在他们身上，并且在他们的头发上筑巢，很多蚂蚁在他们身上爬，这些蚂蚁完全不知道这里坐着一个人，它们已经开始住在那里。

这些人到底在干什么？昆虫在他们身上爬，把这一身体视为一个很好的支撑。他们坐在那里一动不动，到底是在干什么？他们并没有在做任何事。关起他们所有的窗户，他们是在看奇观中的奇观，是在看他们自己，这是一个很大的奥秘，这是一个非常美的现象，在其他地方都永远无法碰到像这样的事，因为不论你到哪里，不论你看到什么东西，那个报告都将是第二手的。

我可以看到你的脸，但是我的眼睛将会是居间者，它们将会报告，我永远无法直接看到你的脸，它将永远都是间接的。我可以到玫瑰花园去看漂亮的花，但那个美是二手的，因为我的眼睛将会报告，有一个代理的东西在中间，我无法直接跟玫瑰接触，眼睛永远都是居间者，芬芳的气味会透过鼻子而来。我可以听到小鸟的歌唱，但歌唱将永远都是二手的，除非你知道第一手的，否则你怎么能够知道天道？怎么能够知道那个最终的？那个存在的最初基础？只有一个可能性能够直接跟最终的直接接触，立即接触，不要有任何居间者，那就是：在你自己里面。关闭所有的门和窗户，进入内在。

曾经被生下来最有智慧的女人之一就是拉比亚，她是一个苏菲徒，一个