

〔印〕奥修◎著
老子心解



出版社

老子心解

〔印〕 奥修 / 著

陕西师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

老子心解/(印)奥修著;谦达那译. —西安:陕西师范大学出版社,
2007.6

ISBN 978-7-5613-3701-1

I.老... II.①奥... ②谦... III.老子-研究 IV.B223.15

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 090991 号

图书代号:SK7N0587

This book's copyright is owned by
Shaan Xi Normal University Publishing House,
now published in China and registered in CIP(2007, 090991).
No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or
by any means, electronic, chemical or mechanical, including photocopying,
any information storage or retrieval system without a licence or other permission
in writing from the copyright owners.

All rights reserved.

责任编辑: 周 宏

封面设计: 门乃婷工作室

版型设计: 祝志霞

出版发行: 陕西师范大学出版社

(西安市陕西师大 120 信箱)

邮 编: 710062

印 刷: 北京佳信达艺术印刷有限公司

开 本: 787×1092 1/16

印 张: 15

字 数: 228 千字

版 次: 2007 年 9 月第 1 版 2007 年 9 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5613-3701-1

定 价: 29.80 元

注: 如有印、装质量问题, 请与印刷厂联系



序言

奥修每天的演讲是奇怪而且很棒的现象；流动的、音乐的、不合逻辑的、具有爱心的。它们并不是争论，也不是博学的解释，它们是一个成道头脑的流动，带着爱心，以一种幽默的方式自然流露出来，那些讯息来自一个醒悟的人，倾倒给在睡梦中跋涉人生的一般人。

他使用老子、耶稣或佛陀的话语，不是以固定的理性评论的主题来使用它们，而是按照它们原来活生生的、仍然在那些大师口中的样子来使用它们，按照这些话语尚未被埋葬成严肃的经典之前的样子来使用它们，因为一个成道的人并不是在谈论“关于”老子，而是直接谈老子，差别在哪里呢？当奥修谈话的时候，他就是老子，老子就是他。他的谈论来自所有成道者所共同居住的天堂。当你能够抓到这些师父们所共有的那个瞥见，他们所存活的时代和语言的不同就变得不重要了。奥修将我们一直在奋斗的头脑带进这个神秘的领域。

奥修不仅要你听他的话语，以及这些话语的清晰、慈悲和了解，而且还要让你去听这些话语与话语之间的宁静。他要你注意话语与话语之间的宁静，那是不受可能会误导的话语所限制的，在那个宁静当中，他成道的意识放出光芒，那是他和老子都知道的，他们将这些无限丰富的宝贵的光照射在围绕在他们周围那些幸运的人身上。他说：“我的谈话只是为了不要让你们走开，事实上，我比较喜欢你们来分享我的宁静。”

一个人的头脑会去编织，它那冷静的西方观念会被遗忘，它会抓住怀疑论，然后隔天的演讲会打击你，那个编织就加快了；它会去尝试犬儒主义，然

后那个编织就会倒转过来；它会试着去分析和反驳，他会笑你的方向，然后那个编织会缩紧；它会抓住一个错误的参考架构，或一个极端不正确的东西，然后他会用一个软性的结论来作为演讲的结束，使得一个扮演从事破坏工作的理性主义者觉得很尴尬，有时候甚至会流泪。头脑到了最后还是会粉碎，然后一个人会被赤裸裸地留下来，而开始觉知到超出头脑的神秘领域，那个领域通常被逻辑和理智保护着，但是有了奥修的引导，我们可以考虑进入。

在朋友的说服之下，我有点紧张地来到了印度普那，手中仍然紧握着我的回程机票，充满着对印度师父传统性的负面看法。如果要我去想象普那的话，我会想到紫色鼻子的、猎杀野猪的皇族上校，而不是想到穿着橘袍的加州求道者。我每一条带着怀疑的神经都振奋起来，想要来对付外来的攻击，但是并没有任何攻击来临，只有接受、了解和幽默，以及竭尽个人之所能去尝试那个只能够被称之为“爱”的东西。

只是借着这个人的在，问题就被遗忘了，反对就被溶解了。他似乎是无法被定义的，他超越了快乐和不快乐、欲望和挫折、爱和恨的二分性，而我们却是用这些二分性的东西在衡量一个人，这种衡量有其限制，而也就是因为这些东西，我们在我们的周围筑起了一道墙，但奥修是没有墙的。就好像一架太空船碰到一个未知的力量，所有的仪器都走样了，都超出了仪器的刻度，而留下不可能的仪表图。在这种情况下，我所感受到的并不是对即将来临的灾难的害怕，而是一种惊畏、高兴和兴奋，就好像一棵植物感受到光和热，除了转向奥修之外别无选择。作这种决定没有什么可怕，只是去承认那个似乎是自然的法则。

因此我就当上了门徒，奥修还轻轻地揶揄我想要去延缓那个不可避免的事——加入他那不寻常的家庭——的最后企图。千千万万人，他们来自各种不同的年龄、性别、肤色、国家和背景，表面上除了带着一个末端有一个小匣子的串珠项链，以及穿着橘红色衣服之外并没有共同点，但是有一个看不见的连结——每一个人都让他的心被一个活的师父所感动，而且他们都或强或弱地反应于那个古老的邀请：“来，跟着我来。”

一个成道的人或许相当于一个神秘的太空黑洞：一个无所不包的空、一



一个没有物质的力量、一个纯粹的万有引力、一个纯粹的存在。在这样一个人的口中，带有灰尘的“宗教”这个字变得能够自己抹去它的灰尘而变成活生生的。西方那些胡搞瞎搞而走上穷途末路的陈腔滥调和不得不认错的自由主义，以及东方那些虚张声势的钟声、气味和偶像都被遗忘了，跟着被遗忘的还有政治学和其它的宣传。这是一个活生生而且很美的宗教。

当你在读这些演讲时，同时想象一下当时发生的情景。时间是早上八点钟，太阳刚开始变温暖，但是还不强。奥修花园里的树木和不规则的绿色植物之间透出雾光。由大柱支撑的礼堂四周是敞开的，强度越来越强的太阳渐渐爬进来，穿越这个礼堂。小鸟飞过，它们对那两、三百个穿着橘红色衣服聚精会神地听奥修演讲的门徒一点都不在乎，那两、三百个门徒形成一片橘红色的地毯，倾听着——一位穿着白袍，坐在大厅后面一个小小的、高举的平台上的——人物。那个大厅似乎是花园的一部分，而花园也似乎是那个大厅的一部分。不必刻意去想象，那个花园和小鸟也可以被看成是听众的一部分。偶尔有麻雀无礼地突然停在他的麦克风支撑杆上，过分的假装虔诚也偶尔会遭到低空飞行的印度空军军机震耳欲聋的扫射。远处有火车的鸣笛声和冲撞声，然而，虽然二十世纪离我们并不远，但是总有一个感觉，在这一块有红花绿叶的净土上所发生的事是不同的、是享有特权的。至少到九点半为止，某种不寻常的事情都在进行着，某种比二十世纪来得更大的事情在进行着，那些事能够驱走一切噪音。

传说中有这样的事情，常佛陀经过，树木虽然不合季节，但也会开花，而当马哈维亚讲话的时候，连蛇都会跑来听。那些传说只是在说：当一个成道的人在的时候，情况就会变得不一样。飞机和火车并不会为奥修保持宁静，麻雀也不会为他停止吱吱叫，但是就某方面而言，它们都变得更温驯，因为它们都被包括在这整个气氛里，它们跟这整个气氛是分不开的。

一切都包含在这个人里面，他散发给周遭一切事物的那个宁静是无法被打破的，因为它是最终的。就是因为它是最终的，所以它是无法被分裂的；就是因为它是最终的，所以如果他所讲出来的没有被听到或甚至被拒绝，他也不会受打扰。他已经在他自己里面找到喜悦的泉源，所以他不需要从别人那

里得到什么，他的喜悦从他的本性流露出来，它是否掉进在他面前那个人的心里面，或是溅在地面上，然后消失，那都没有问题，他整年、整月、整日都在庆祝，他除了邀请别人来跟他一起庆祝之外，他不对任何人要求任何东西。只要你能够经得起他游戏的步调，他就可以邀你一起来庆祝。他说：生命就是为了庆祝，其它没有什么事要做。

据说在法国的派里歌尔德区，当农夫们要找一只新的“特拉福猪”，他们就会拿一片特拉福菌类植物在一窝刚生下来的小猪面前挥动，如果其中有一只离开它母亲的乳头，举起鼻子来嗅，那么它就是一只“特拉福猪”。

一个成道的人就是带着那种稀有的美味。奥修谈及围绕在成道周围的芬芳：有一些神秘，可能具有心灵的超能力，芳香围绕着一个已经在他自己里面达成最深真理的人。它可能被错过，因为它是那么地精微，但凡是可以感觉到空气中有某种有趣的东西的“特拉福猪鼻”都可以嗅得出来。它就在这本书的文字当中，所以，你们就开始嗅吧！但是要留意：如果你能够抓住它，那个芳香也能够抓住你。就好像奥修很高兴地说：“你被钩住了。”在未来的日子里，不论以什么样的方式，你都将会去找寻那个“特拉福猪”。



引言

奥修大师在讲老子《道德经》之前所讲的话：

我谈论马哈维亚 (Mahavir: 耆那教的创始者)，我将它视为我责任的一部分，我的心从来没有跟着他，他太数学化了，他不是一个神秘家，他的本性没有诗意，他是伟大的、成道的，但就好像是一片广大的沙漠，在他里面你无法碰到一个绿洲，然而因为我生为一个耆那教的教徒，我必须偿一些债，我谈论他是基于责任，但是我的心不在里面，我只是以头脑来谈。当我谈论马哈维亚的时候，我是以一个局外人的身份来谈的，他不在我里面，我也不在他里面。

同样地，在摩西和穆罕默德的情况也是如此，我不觉得喜欢谈论他们，因此我没有谈论他们。如果我不是生为一个耆那教教徒，我也绝不会谈论马哈维亚。有很多次，我的回教门徒和犹太教门徒来到我这里说：“为什么你不谈论穆罕默德和摩西？”我很难跟他们解释，有很多次，看着他们的脸，我决定要讲，有很多次，我一再一再地详细看摩西和穆罕默德的文字，然后我就再度延缓它，在我的内心里，那个钟还没有响。如果我去谈论，我一定不会是活生生的，那一定是一件死气沉沉的事，对于它们，我甚至不觉得像我对马哈维亚一样，是一个责任。

他们都是属于同一类的：他们太过于计算，是极端主义者，他们错失了相反的那一端，他们是单一的音符，不是和声，不是交响乐。单一的音符有它本身的美，有一种朴实的美，但它是单调的，偶而一次还可以，但是如果一直持续，你会觉得无聊，你会想去停止它。马哈维亚、摩西和穆罕默德的人格就好像是单一的音符——简单、朴实，有时甚至是优美的，然而如果我在路上碰到

马哈维亚、摩西或穆罕默德，我会向他们表示我的尊敬，然后逃之夭夭。

我谈论克里虚纳，他是多层面的，他是一个超人，他是奇迹般的，但他似乎更像是一个神话，而比较不像是一个真实的人，他太不寻常了，以至于他是不可能存在的。在这个地球上，这么不寻常的人是不可能存在的，他们只有在梦里才存在，而神话只不过是集体的梦，整个人类都一直在梦想它们……很优美，但是不能令人相信，我谈话克里虚纳，谈得很高兴，就好像一个人在享受一个优美的故事，以及享受谈论一个优美的故事，但那不是非常有意义的，那是一个宇宙的闲聊。

我谈论耶稣基督，我对他感觉有很深的共鸣，我想要跟他一起受苦，我想要在他旁边帮他背一下他的十字架，但我们是平行的，我们从来不碰头，他是那么地悲伤，那么地重负，重负着整个人类的悲惨，他不能够笑，如果你跟着他一起走太久，你将会变得悲伤，你会丧失欢笑，有一种忧郁的气氛会围绕着你。我为他感觉，但是我不想像他一样，我能够跟着他走一阵子，分担他的负担，但是之后我们就分开了，我的方式是不同的方式，他是好的，但是太好了，好到几乎不像是人。

我谈论查拉图斯特，谈得很少，但是我爱他就好像一个朋友在爱另外一个朋友，你可以跟他一起笑，他不是一个道德家，不是一个清教徒，他能够享受生活，以及每一样生活所给予的东西，他是一个好朋友，你可以永远跟他在一起，但他只是一个朋友，友谊是好的，但还不够。

我谈论佛陀，我爱他，多少世纪以来，多少世以来，我都爱着他，他非常优美，特别优美，棒极了，但是他不在地球上，他不走在地球上，他在天上飞，没有留下脚印，你无法跟随他，你从来不知道他在哪里，他像一朵云，有时候你会碰到他，但那是偶然的，他是那么地精微，他无法在这个地球上植根，他的存在是为了某种更高的天堂，他是单面的，地和天不在他里面会合，他是天堂的，但是地球的部分失去了，他好像是一道火焰，绚丽辉煌，但是没有灯油、没有容器，你可以看那个火焰，但是它一直向上窜升，没有什么东西将它拉住在地上。我爱他，我从我的内心来谈论他，但是我们之间仍然有一个距离，它一直停留在爱的现象里，你会走得越来越近，但是再怎么近也有一个距离，那是



所有爱人的不幸。

我谈论老子，那是一个完全不同的情况，我不是与他关连，因为即使是关连也需要一个距离，我不爱他，因为你怎么能够爱你自己？当我谈论老子，就好像我在谈论我自己，我的存在跟他的存在合而为一；当我谈论老子，就好像我在看着一面镜子，我的脸被反映出来；当我谈论老子，我完全跟他在一起，即使说“我完全跟他在一起”也是不对的，我就是他，他就是我。

历史学家在怀疑他的存在，但是我不可能怀疑他的存在，因为我怎么能够怀疑我自己的存在？我变成可能的那个片刻，他对我来讲就变成真的。即使历史证明他从来没有存在过，那对我来讲也没有什么差别，他一定存在过，因为我存在，我就是证明。在随后的这些日子里，当我谈论老子，那不是我在谈另外一个，我是在谈论我自己，就好像老子透过一个不同的名字、不同的具身在谈。

老子不像马哈维亚，他根本不是数学的，但是在他的疯狂里，他是非常非常合乎逻辑的，他有一个疯狂的逻辑！当我们贯穿他的话语，你就会感觉到它。它不是那么明显、那么清楚，他有一个他本身的逻辑：荒谬的逻辑、似非而是的逻辑、一个疯狂人的逻辑，他会当头棒喝。

即使瞎子也能够了解马哈维亚的逻辑，但是要了解老子的逻辑，你将必须去创造眼睛，它非常微妙，它不是逻辑家的一般逻辑，它是一个隐藏的生命，一个非常微妙的生命逻辑，任何他所说的在表面上是荒谬的，在深处却活着一个非常伟大的一致性，一个人必须去贯穿它，一个人必须改变他自己的头脑来了解老子，你可以根本不必改变你的头脑就能够了解马哈维亚，他跟你走在同一条线上，不管在你前面有多远，他或许已经达到了目标，但他还是跟你走在同一条线上、同一条轨道上。

当你试着去了解老子，你会发现他左弯右拐，你会看到他有时候走向东方，有时候走向西方，因为他说，东就是西，西就是东，它们两者是一起的，它们是一体的，他相信相反两极的联合，生命就是如此。

所以老子只是一个生命的发言人。如果生命是荒谬的，那么老子就是荒谬的；如果生命有一个荒谬的逻辑，那么老子对它也是有同样的逻辑。老子只

是反映生命，他不加任何东西在它上面，他不从它里面选择，不论事实是怎么样，他只是接受。

一个佛的灵性很容易就可以看到，非常容易，不可能错过它，他是那么地不平凡，但是要看到老子的灵性是困难的，他是那么地平凡，就像你一样，你将必须在悟性上成长。一个佛经过你，你会马上认出有一个超人经过你，他在他的周围带着超人的魅力，要错过他是很困难的，几乎不可能错过他，但是老子……他或许是你的邻居，你或许一直在错过他，因为他是那么平凡，他是那么不平凡地平凡，那就是它的美。

要变成不平凡是容易的：只需要努力、只需要精炼、只需要培养，那是一个深的内在训练，你可以变得非常非常洗炼，你可以变成某种完全不属于尘世的东西，但是要成为平凡真的是最不平凡的一件事，努力是帮不上忙的，需要的是不努力，练习是帮不上忙的，没有办法、没有工具可以帮上任何忙，只有了解，甚至静心也无法帮上任何忙。要变成一个佛，静心是有帮助的，但是要变成一个老子，甚至静心也帮不上忙，只要了解，只要按照生命本然的样子来了解它，还着勇气来生活，不要逃避它，不要把自己隐藏起来，带着勇气来面对它，不论它是怎么样，好或坏，神圣或罪恶，天堂或地狱。

成为一个老子或认出一个老子是非常困难的，事实上，如果你能够认出一个老子，你已经是一个老子。要认出一个佛陀，你不必成为一个佛陀，但是要认出老子，你必须成为一个老子，否则那是不可能的。

据说孔子去看老子，老子已经老迈，孔子比较年轻，老子默默无闻，而孔子则名满天下，各地君王大帝不时传他进宫，智者也经常来求教于他，他是当时中国最具有智慧的人。但是渐渐地，他一定是感觉到他的智慧或许对别人有用，但是他并不快乐，他并没有达成任何东西，他已经变成一个专家，或许对别人能够有所帮助，但是对他自己并不能够有所帮助。

于是他开始了一个秘密的找寻，想要发现某一个能够帮助他的人。一般的聪明人是不行的，因为他们以前都来求教于他，伟大的学者也不行，因为他们以前来问过他关于他们的问题，但生命是浩瀚的，一定在某一个地方有某一个人，于是他开始尝试一个秘密的找寻。



他派他的门徒去找寻某一个能够帮助他的人，他们带回来一个消息说有一个人，没有人知道他的名字，人家称他为老家伙，老子的意思就是老家伙，老子并不是他的名字，没有人知道他的名字，他是这么不知名的一个人，没有人知道他什么时候出生，没有人知道他是谁生的——他的父亲是谁，或者他的母亲是谁，他活到九十岁，但是只有非常少数的人碰过他，非常少，只有那些别具慧眼的人能够了解他，他的存在只是为了非常少数的人，他是如此平凡的一个人，只有人世罕有的心智才能够了解他。

就某方面而言，老子是平凡的，就另一个方面而言，他是最不平凡的人，他不是像佛陀一样的不平凡，他的不平凡以一种完全不同的方式呈现出来，他的不平凡并没有那么明显，它是一个隐藏的宝藏，他不像克里虚纳那么奇迹般的，他没有做出任何奇迹，但是他的整个存在就是一个奇迹——他走路的方式、他看起来的样子、他存在的方式。他的整个人就是一个奇迹。

他不像耶稣那么悲伤，他能够笑，他能够捧腹大笑，据说他生下来的时候就在笑，平常小孩子生下来的时候都会哭，但是据说他生下来的时候就在笑，我也觉得那一定是真的，像老子这样的一个人一定是生下来就在笑。他不像耶稣那么悲伤，他能够笑，大声地笑，但是他笑声的深处有一个悲伤、一个慈悲——一个对你的悲伤，以及对整个存在的悲伤，他的笑不是肤浅的。

查拉图斯特也笑，但他的笑是不同的，在他的笑里面没有悲伤，老子像耶稣一样地悲伤，同时又不像耶稣一样地悲伤，老子像查拉图斯特一样地笑，但同时又不像查拉图斯特一样地笑，他的悲伤有笑在里面，而他的笑有悲伤在里面，他是一个相反两极的会合，他是一个和声、一个交响曲。

记住……我不是在对他下评语，他和我之间没有距离，他透过我来对你讲话——不同的身体、不同的名字、不同的具身，但是是同样的精神。

老子活到九十岁，事实上他除了生活以外什么事都没做，他完完全全地生活，有很多次他的门徒要求他写东西，但他总是说：能够说出来的道并不是真正的道，能够说出来的真理就马上变成不真了，所以他什么都不说，什么都不写，这样门徒们跟着他要做些什么呢？他们只是跟他在一起，那就是沙特桑(satsang)的意思——跟他在一起，他们跟他生活在一起、跟他一起活动，他们

只是吸取他的存在，他们试着在靠近他的时候对他敞开，他们试着在靠近他的时候不要去想任何事情，靠近他，他们变得越来越宁静，在那个宁静当中，他会触及他们、他会来到他们、他会敲他们的门。

有九十年的时间，他拒绝写任何东西、拒绝说任何事情，这是他的基本态度：真理是不可言说的，真理是不能教的，你一说出关于真理的那个片刻，它就已经不再是真实的了，说出它就等于将它虚假化了。你无法教它，最多你只能够去指出它，而那个指出应该就是你的存在、你的整个生命，它无法用语言来指出。他反对文字，他反对语言。

老子生活在沉默里，他总是在逃避他所达成的真理，他总是拒绝他应该为未来的人写些什么这个概念。

九十岁的时候，他离开他的门徒，向他们道别说：“现在我要到山上去，到喜马拉雅山上去，我要到那里去准备死。当你活着的时候，跟人们生活在一起是好的，生活在世界上是好的，但是当一个人接近死亡的时候，进入完全的单独是好的，这样你可以在你绝对的纯粹和孤独里移向那原始的泉源，而不为世界所污染。”

门徒们觉得非常伤心，但是他们能够怎么样呢？他们跟随着他跟随了几百里路，但是老子渐渐地劝他们回去，然后他单独越过边界，边界的警卫说：“除非你写下一本书，否则我不让你走出边界，你必须为人类做这件事——写一本书，这是你必须偿还的债，否则我不让你通过。”所以老子被他自己的门徒囚禁了三天。

这是一个非常优美而令人喜爱的故事。他被强迫——老子的《道德经》这一本小小的书就是这样诞生的，他必须写，因为门徒不让他通过，他是警卫，他有权，他可以不让他通过，所以老子必须写那本书，而他在三天之内完成。



目 录

序 言	1
引 言	1
第一章 了解永恒的道	3
第二章 无选择	25
第三章 争胜是没有用的	47
第四章 佛和傻瓜	69
第五章 道家的品质	91
第六章 修行与控制	113
第七章 最柔软的东西	137
第八章 在存在里面没有问题	155
第九章 清静	181
第十章 每一个佛都会使宇宙变得更丰富	207



第一章

了解永恒的道



人们一个片刻接着一个片刻去生活,就好像明天不存在。



译文：

达到被动性的最极致，紧紧地守住宁静的基础。

万物形成，然后进入活动，我观照着它们退回到静止状态。就好像植物茂盛地成长，然后又回到它所长出来的根部（泥土）。

回到根部就是静止，它被称为回到一个人的命。回到一个人的命就是找到永恒的道，知道永恒的道就是成道。不知道永恒的道就会招致灾难。

原文：

致虚极，守静笃。万物并作，吾以观其复。夫物芸芸，各归其根。归根曰静，静曰复命。复命曰常，知常曰明。不知常，妄作凶。

死亡就是命运，它必须如此，因为它就是一切的来源，你来自死亡，也回归到死亡。生命只是两个空无之间的一个片刻，只是一只小鸟在两个不存在的状态之间的飞翔。