

罗浮山  
国学院  
藏书·系列

曾仕强 / 著

# 老子的人生智慧

读圣人言 修无为道 乐天知命 人生无忧

SPM

南方出版传媒  
广东经济出版社



# 老子的 人生智慧

曾仕强 / 著

**SPM**

南方出版传媒

广东经济出版社

· 广州 ·

## 图书在版编目(CIP)数据

老子的人生智慧/曾仕强著. —广州: 广东经济出版社, 2016. 6

ISBN 978-7-5454-4539-8

I. ①老… II. ①曾… III. ①老子-人生哲学-通俗读物 IV. ①B223.15

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第093874号

◆

出版	广东经济出版社(广州市环市东路水荫路11号11~12楼)
发行	
经销	全国新华书店
印刷	北京盛兰兄弟印刷装订有限公司(北京市大兴区黄鹅路西临89号)
开本	787毫米×1092毫米 1/16
印张	16.5
字数	142 000
版次	2016年6月第1版
印次	2016年6月第1次
书号	ISBN 978-7-5454-4539-8
定价	58.00元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与承印厂联系调换。

广东经济出版社常年法律顾问:何剑桥律师

• 版权所有 翻版必究 •

老子的人生智慧  
目录 /CONTENTS



导言 /001

壹

抬头三尺有神明

道可道，非常道 /025

偏道 /029

一阴一阳之谓道 /031

破名 /033

天人交战 /037

心量如天 /040

## 貳

### 道生万物，功成不居

- “橐籥”的艺术 /047  
生之畜之 /050  
一何以生二 /053  
天道无亲，常与善人 /056  
修道心法 /059

## 叁

### 道之真义，互通有无

- 何谓玄同 /065  
“一”与“多”同 /070  
无用之用，方为大用 /076  
有非本有，无中生有 /079  
兼顾“有”“无” /082  
无中生有，复归于无 /085  
玄之又玄，天人合一 /088  
常回归道心 /090

## 肆

顺其自然，听天由命

对立与对待 /095

反者道之动，弱者道之用 /099

圣人之圣 /103

无为与不居 /106

损有馀补不足 /111

听天由命 /116

修内堵外 /119

## 伍

上善若水，不争无尤

道冲不盈 /127

水几于道 /131

大国者下流 /137

争名、夺利、多欲、爱知 /141

弱其志，强其骨 /145

不出户，知天下 /149

知者不言 /153





陆

人生三宝，持而保之

- 孝慈 /159  
俭约 /165  
贵德 /167  
不敢为天下先 /171  
上德 /175  
知足 /182



柒

大道至简

- 自宾 /191  
尊道贵德 /195  
互不相伤 /199  
取“中” /202  
自作自受 /207  
保生与顾命 /210  
立公心 /215



捌

铅华如幻，厚朴立身

“欲”合乎道 /225

莫若嗇 /228

知止 /233

自由有度 /238

吃亏是福 /244







导  
言



## 道是什么

中华民族的学问，说起来就只是一个“道”字。可以将之称为“道学”，也可以将之简称为“道”。那么，“道”是什么呢？

“道”至少有三个层面的说法，分别为：第一，“可以说的”；第二，“很难说的”；第三，“不可说的”。

“可以说的”，一般人都明白。“道”就是我们所走的路，各不相同，却能够互通。“你走你的阳关道，我过我的独木桥”，到最后，人人都走向死亡。过程不一样，结局都相同。人生在世，各有各的生存之道，看似分道扬镳，却又殊途同归。这样一来，就进入了“很难说的”层面。

为什么“很难说”呢？因为这里面的变化十分复杂，并不是简单的三言两语就能够说得清楚的。我们只有一张嘴巴，在一段时间内，大概只能说出片面的道理，无法说得详尽、周全

而又完整。我们经常把“很难讲”当成口头禅，成日挂在嘴边，便是基于这样的实际困难，才逐渐养成习惯的。

真正的原因，以及奇妙的变化，属于“不可说的”层面。由于迄今仍无法获得科学的实证，不能提出大家一致公认的说法，所以说了也是白说。“信者恒信，不信者恒不信”，既然如此，还不如不说。于是佛说“不可说，不可说”。

听得懂的人，根本就用不着说；听不懂的人，说了也没有用。“道”有其玄妙的部分，再怎么讲，也说不清楚。必须自己静下心来，细细玩味，用心领悟，才能怡然自得。人世间最快乐的“自作自受”，莫过于此，值得珍惜与深思。

老子说：“道可道，非常道。”“道”分成“常道”“非常道”，以及“介于‘常道’与‘非常道’之间”这三大部分。

“可以说的”，不过是“非常道”，也就是偏道。人人各有处境、立场，以及不得已的苦衷，很难保持客观，所以也就免不了相当主观。

“很难说的”，介于“常道”与“非常道”之间，经常是“公说公有理，婆说婆有理”。因为变量很多，时时都在变动，所以实在“很难说”。

“不可说的”，那就是“常道”。如如不动，永恒不变。实际上不可能不动，也不可能不变。面对错综复杂的情境，又

有累世所积下来的恩怨，加上意想不到、难以预测又无法掌握的内外变数……想要理都理不清，怎么可以说呢？

“道”所呈现出来，最容易为世人所理解的，便是世界万物万象。然而“世界”至少也有三个：“有的世界”“无的世界”，以及“介于有无之间的世界”。

“有的世界”，一般人都明白，因为那就是“物质世界”。由点构成线，由线构成面，再由面构成体。在这种一条线、一个平面、一个立体的三维空间中，生活了一辈子的，就叫作“凡人”——平凡得连点都看不见了。忘本的人，当然不可能返本归元、返回先天，只能充分依赖“眼、耳、鼻、舌、身、意”这些感知器官，做一个自以为是的“科学人”。

《易经》中“一阴一阳之谓道”的法则告诉我们：既然有一个“物质世界”，必然就有另外一个以精神为主的“反物质世界”。“物质世界”只有“长、宽、高”三维，称为“三度空间”，倘若再加上“时间”，就可能产生很大的变化。

“上下四方谓之宇，古往今来谓之宙”，表示宇宙有空间，也有时间。宇宙也被称为世界。“三千大千世界”，便是“空间”加上“时间”所产生的种种变化。这种“反物质世界”，我们原本是有能力完全感知的。

初生的婴儿，依然保有这种能力。不幸的是，我们的教育

可说是完全偏重于“物质世界”的认知，以致随着年龄的增长，对于“精神世界”反而愈来愈无法了解。先天本能丧失，后天知识增多，到了五六岁以后，先天认知精神世界的本能，反而变成人体潜能，需要加以开发、领悟，才能逐渐恢复。

老子说“反者道之动”，指出人生是一种“返本还元”的过程，由逐渐丧失先天的本能，到自我修炼以求恢复本性，需要十分坚定的意志、无比的毅力，以及正确的方法。在这段漫长的过程中，我们所接触的应该是“有无界”，也就是“若有若无、似真似假、空实不明”的迷糊世界。时而清醒、时而迷糊，各有体悟、深浅不同。

我们常说的“很难讲”，时间既长，应用也十分广泛。在这一段犹豫、挣扎、痛苦的时期，往往会出现若干自命不凡的“高人”，把自己加上某些响亮的称号。这种人通常只能扬名一时，经不起时间的考验，徒然是空欢喜一场罢了！

道家认为：只有减少后天的思想意识，也就是“为道日损”，让“识神”退位，到了“损之又损，以至于无为”的时候，自然“元神”用事，本能意识恢复原位，也就无为了。

佛家主张“六根清净”：有眼不看，有耳不听，有鼻不闻，有舌不尝，有手不拿，有意根不用。

儒家倡导“修己安人”，不妄想、不执着。

由此观之，道、佛、儒三家殊途同归，都在教人“舍弃小聪明，挽回大智慧”。然而这样一来，自我是提升了，内心是清静了，但是对于人群社会、世界万物，又能有什么贡献？活着又有什么价值？上述问题，成为进入“无”的世界所产生的新困惑！

这时候，《易经》中的“贞下起元”便发挥了“回归原点”的作用。回过头来，重新开始，把“有”和“无”通通破掉，不执“有”也不执“无”。于是深深领悟老子所说“此两者同，出而异名”，因而发现“同谓之玄”，进入“玄之又玄，众妙之门”，真的是妙不可言了！

从“道”所呈现的“象”来看，一般人只看到“表象”，变化无穷，因此热衷于求新求变。

稍微深入一些，可以看出“实象”。亲眼看到的，还错得了？没错，但这不过是实象而已，未必就是真的。一般人都相信“眼见为实”，直到有一天，才明白“真象”并非如此，很多人都有这种经验，所以心里经常怀疑：“到底是不是真的？”

“一阴一阳之谓道”，当我们说“眼见为真”的时候，同时也含有“不知道是不是真的，只好勉强当作真的看待。至于各人的反应，还是看各人的福德”这样微妙的感觉。“真象”大部分是“锁码”的，并非一般人可以看见，否则又有什么玄妙可言？

可见“道”是三合一的，“可以说”“很难说”“不可说”原本是通的，随时都在切换。“道”太大了！如果不是这样，又怎么能够四通八达、毫无障碍？

我们于一生当中，先摒弃先天带来的婴儿无邪，经由努力学习，才能长大成人，明白何谓“人禽之辨”，才能培养“有所为，有所不为”的判断力与实践力。若能做到识神退位而元神复位，千万不要得意忘形，否则反而害人害己。这时候应该更加谦卑，尽量回归到婴儿的天真无邪——什么都清楚，却好像什么都不明白。那就是我们常说的“马马虎虎不马虎，糊里糊涂不糊涂，随随便便不随便”，真正是三界合一，达到《易经》所提示的“不可为典要，唯变所适”，孔子所说的“无可无不可”，老子所倡导的“道可道，非常道”的破道境界。

连“道”也要破，岂不是很奇怪？一点也不。实际上，很多人终其一生执着于“道”，最终却成了实实在在的“假道学”，令人心酸！

司马迁说：“数始于一，终于十，而成于三。”“道”只有“一”个，那就是宇宙大道，内涵十分丰富。“十”代表全，所以说“十全”。但是大致可分为三界、三类、三时或三层次，也就是“成于三”。

大道是整全的，不可分割的，互通的。不论三界、三类、三时、



三层次，都是合一的。居于不同的时、空背景，站在不一样的立场，当然要有不同的说法。因此“名可名，非常名”，符合《易经》中所说“不可为典要，唯变所适”，也就是孔门所秉持的“无可无不可”的总原则。

我们为了方便起见，把“道”分成“变易”的（可变的）和“不易”的（不可变的）两大部分。前者称为“权宜应变”，后者则是“经常坚持”。

做人做事，依循“经常坚持”的“经”，便是“持经”；然后衡量当时的各种变数，包括“人、时、地、物、事”而“权宜应变”，即为“达权”或“应变”——合起来称为“持经达变”或“以不变应万变”（以不变的经，因应万变的情境）。这是中华民族最高的处世智慧，必须随时练习，务求得心应手，恰到好处。

“道”是用来实践的，叫作“行道”。在实践中学习，称为“做中学”。光是用嘴巴说，只凭看、读、写，并不能够真正领悟。古往今来，有多少人熟背经典，却依然食古不化，实在令人惋惜。

但是，有一些基本认识，相当于打地基，还是有必要的。所以，我们接下来要探究一下“道从哪里来”。