

老子 的心事

雪煮《道德经》

第壹辑

雪漠
TAO TI CHING
作品



宇宙的原创力

道可道，非常道。

名可名，非常名。

无，名天地之始；有，名万物之母。

无，欲以观其妙；有，欲以观其微。

两者，同出而异名。

之玄，玄之又玄，

之门。

老子 的 心事

雪煮《道德经》

第壹辑

雪漠
TAO TE CHING
作品

图书在版编目 (CIP) 数据

老子的心事：雪煮《道德经》. 第一辑 / 雪漠著. —北京：

中国大百科全书出版社，2017.2

ISBN 978-7-5202-0011-0

I. ①老… II. ①雪… III. ①《道德经》—研究

IV. ①B223.15

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 322017 号

出 版 人 刘国辉

责任编辑 李默耘

责任印制 魏 婷

装帧设计 U-BOOK

出版发行 中国大百科全书出版社

地 址 北京阜成门北大街 17 号

邮 编 100037

网 址 <http://www.ecph.com.cn>

电 话 010-88390603

印 刷 北京君升印刷有限公司

开 本 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

字 数 260 千字

印 张 15.5

版 次 2017 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

定 价 48.00 元

壹

2016年春天，我开始讲《道德经》，跟之前解读《金刚经》一样，这是我多年的心愿。很久之前，我就想开一个国学讲堂，办一些公益讲座，让大家从另一个角度了解中国的传统文化。

我看过很多解读国学的书，虽然很好，但大多缺少了一种真正的、东方哲学的角度。就是将道理融入生命，将哲学化为生活，提升自己的精神境界。这跟西方哲学是很不一样的。

存在主义哲学创始人海德格尔，是一位非常伟大的哲学家，但生活中的他有很多不完美的地方，比如和女学生爱得死去活来，比如对恩师胡塞尔忘恩负义，又在希特勒统治时期当了大学校长，因为诸如此类的行为，一些人非议他，觉得他的行为和哲学不一致，思想上很伟大，有些行为反而不如一般人。这就是西方哲学的特点，西方哲学不要求哲学家言行一致，但东方哲学有这种要求。东方哲学认为，你认可什么哲学、推行什么思想，就需要像你认可的那样活着，用你的行为来表达你的思想。比如，老子既然写了《道德经》，就必须骑

青牛出关，如果他在官场或党校讲坛上讲《道德经》，人们就会觉得他很滑稽；庄子既然写了《逍遥游》，他就必须卖草鞋，他如果不卖草鞋，跑去当宰相，大摇大摆，装腔作势，别人也会笑话他；孔子推行“仁”，推行天下为公，就必须像丧家之犬那样，到处推行他的哲学。换句话说，你的生命必须和你的哲学融为一体。东方哲学关心的是人该怎么活，人为什么而活，人活着时应该在乎什么等问题。但是，很多讲国学经典的人，在这一点上，没有讲明白。

讲《道德经》的人数以千计，虽然都讲得很好，各有所长，但大多把《道德经》作为学问进行注解和讲解，我不想这么讲，我想讲的是传统智慧如何用，也就是如何解决心灵问题，如何改善生命质量，如何改变命运。有很多朋友对我说，雪漠老师，您讲讲《道德经》吧，您的《道德经》，肯定跟别人讲的不一样。我问他为什么？他说，《道德经》是老子的境界呈现，是证量的东西，不是学问，也不是知识，您从修道的角度去讲，或许更能讲出老子的本意。当然，这只是他的看法。不管怎么样，我会讲出我独有的东西。在深解《金刚经》的时候，我称之为“为世界留下另一种解读”，对《道德经》的解读，其实也是这样。

贰

《道德经》只有五千二百五十四个字，很精炼，多一个字嫌多，少一个字不足，诸子百家的很多著作都是这样。那时写书要刻在竹子上，刻五千言就需要很长时间了，当时的学者作家们就没办法把文章写长，一般都写得非常精炼。你可以想象一下，如果有人写得像《大

漠祭》《猎原》《白虎关》那么长，上百万字，他得刻上多久才刻得完啊？所以，当时的学富五车，听起来虽然很多，但事实上，一车书也就一百来卷，不会太多的。这么小的篇幅之中，却涵括了那个时代人类智慧的精髓，这不能不让人敬畏。

《道德经》影响了诸多西方作家、政治家和哲学家，如尼采、黑格尔、甘地和托尔斯泰等。托尔斯泰曾在很多作品中介绍过老子，尼采和黑格尔们对老子也非常敬仰和熟悉。海德格尔的哲学中也有《道德经》的很多痕迹，可见，他的思想与老子有着千丝万缕的关系。据说，《道德经》是世界上发行量仅次于《圣经》的文化典籍，德国每四个家庭就有一本《道德经》，奥地利、瑞士等国有很多人还把《道德经》送给女儿，作为结婚贺礼。

叁

关于老子，有很多谜团，他的姓氏就是其中的一个谜团。有人说他姓李，叫李耳，但这更像是代号，因为老子的耳朵很大，两耳垂肩，就像人们叫我大胡子一样；有人说他不姓李，姓老，叫老聃，因为那个时代没有姓李的人；还有人说老子也不姓老，因为那个时代同样没有姓老的人，但《二十四孝》中就有个老莱子，他就是春秋时代的楚国人，他就姓老，有人认为，老莱子与老子就是同一人；甚至有人认为，老子不是一个人，而是好几个人的“集合体”，《道德经》也不是一个人写的，而是几代人的思想结晶。答案到底是哪一个？说不清，没有人能证明，毕竟那已经是两千多年前的事情了。但我更倾向于有老子这个人，世界也更倾向于有老子这个人……总之，他的存

在就像是一个谜团，充满了神秘的色彩。

不过，我觉得这一切都不重要，他姓老还是姓李，并不重要，关于他的很多讨论到底答案如何，都不重要。真也罢，假也罢，都过去了。留下的只是他的著作，影响世界的，也是这些著作。如果没有这些著作，他姓什么叫什么，没有人会关心；有了这些著作，他姓什么叫什么，都没关系。因为，他的作品已经构成了他，《道德经》那短短的五千言，已经为他赢得了整个世界的敬仰，让他成了一个任何时代都忽略不了的伟人。

我常对学生们说，读好书，首先就要读老庄。为啥？因为你登上山顶，才能窥得万象。如果始终在山脚下转来转去，你一辈子都不会知道高境界是什么样的境界，什么书才是好书。我从小就读老庄，十八岁起，把《道德经》和《逍遥游》录在录音机里，当成我每日背诵的功课。每天早上起床，我首先会打开录音机，一边洗漱扫地，一边跟着录音背老庄。我当然没有想到几十年后的一切，更不知道有一天我会坐在这里，为大家解读《道德经》。

命运中有一些很奇怪的事情，你说不清。一个果子成熟之前，有很多小小的细节，都在促成它最后的结果。我的很多书都是这样出来的。一个因缘推动另一个因缘，最后就出了一本书。当然，出现这本书最早的缘起，定然是老子与尹喜——也叫关尹子——在函谷关的相遇。因为，如果没有关尹子的求道，就不会有《道德经》；有了《道德经》，但没有关尹子的传播，它也不会广传于世；没有《道德经》的广传于世，我就不会在十八岁的时候背诵《道德经》、从中汲取营养；没有当年在《道德经》中汲取营养的那段经历，也许我今天就不会解读《道德经》。那么，看了《老子的心事——雪煮〈道德经〉》

之后，读者中又会发生什么样的故事呢？拭目以待吧。这至少说明，不管世界如何变幻，有些东西始终还是有意义的，它就是承载了真善美的行为。它是我们唯一可以在虚无中建立的存在，也是人类对抗无常的唯一方法。

《史记·老子韩非列传》记载了老子和关尹子相遇的故事：“老子修道德，其学以自隐无名为务。居周久之，见周之衰，乃遂去。至关，关令尹喜曰：‘子将隐矣，强为我著书。’于是老子乃著书上下篇，言道德之意五千余言而去，莫知其所终。”老子过去是周朝的“守藏室之官”——相当于图书馆馆长——大概在他七十多岁的时候，周室诸侯开始争权夺势，战乱频发，民不聊生，老百姓也不再尊重周天子了，老子知道周室将亡，于是辞官西去，途经流沙河，想沿着西域到印度去。过函谷关的时候，他遇到了辞官转任函谷关令的尹喜。尹喜向老子求道，老子推辞了好几次，尹喜一再坚持，怎么都不肯放老子出关，于是老子便为尹喜传道，写下了五千言的《道德经》，分为上下两篇。《列仙传》对此也有记录，还提到了“紫气东来”的故事：“老子西游，关令尹喜望见有紫气浮关，而老子果乘青牛而过也。”尹喜精通历法，善观天象，能知过去而见未来，还是个修道之人，懂得看气。有一天，他看到一片紫气冉冉而来，知道有高人来了。因为，据说气的颜色代表此人的功夫，气呈紫色，说明此人功夫很高。于是尹喜沐浴斋戒，迎候圣人。没过几天，果然迎来了骑着青牛的老子。关于这一点有一种说法：尹喜做了函谷关令后的某一天，观星象得知老子要来；还有一种说法：尹喜观星象知道有圣人西来，于是辞去大夫一职，转任函谷关令，专门在函谷关迎候老子。不管哪种说法才是真的，关尹子都确实是在函谷关等到了老子，向老子拜

师求法，随后老子写出《道德经》，再由关尹子广传于世。

关于老子后来的行踪，世人也有很多说法，甚至有人说老子继续西行，去了印度，收了释迦牟尼做弟子，《老子化胡经》就有相应记载。但这种说法不对，是道人杜撰的，他只是想显示道家的高明而已。不过，道家确实有一种东西跟佛家是契合的，非常了不起。本书侧重的正是这方面内容。《庄子·天道篇》还有一种说法，认为老子最后回了故乡，也就是今天的河南鹿邑，离孔子所在的山东曲阜不远。据说，孔子还去拜访过老子，向老子求道。《吕氏春秋》《韩非子》《庄子》中都有记载。也许这种说法是真的。

至于老子是什么时候死的，说法也有很多，有人说不知所终，有人说九十一岁，也有人说一百多岁。《庄子·养生主》中还记载了众人吊唁时的情形。据说，当时整个村子的人都在痛哭，老人哭得像死了孩子一样，年轻人哭得像父母死去一样。老子的朋友秦佚来吊唁时，却干号三声就离开了。有人追上来问，你不是老子的朋友吗？怎么能这样吊唁呢？秦佚说，“然。始也吾以为至人也，而今非也。向吾入而吊焉，有老者哭之，如哭其子；少者哭之，如哭其母。彼其所会之，必有不蘄（通祈）言而言，不蘄哭而哭者。是遁天倍情，忘其所受，古者谓之遁天之刑。适来，夫子时也；适去，夫子顺也。安时而处顺，哀乐不能入也，古者谓是帝（帝者，天也）之悬解。”这句话说的是秦佚不伤心的原因，他认为，生也好，死也好，都是顺应自然，当你顺应自然的时候，哀乐的情绪就自然不能进入你的心。这是古人对治烦恼的一种智慧。

不过，也有人认为，上文谈到的老子，是另一个老子。人们更愿意接受一个出了函谷关，不知所终的老子。

中国古代有很多优秀的哲学思想，都能解决人的心灵问题、灵魂问题，甚至是命运的问题，但现代人大多不知道，远离“道”，而专注于“术”，正是现代社会充满精神困惑和烦恼的原因。

就像《道德经》，虽然大家都知道它，但看过的人有多少？尤其在现代社会，有多少学者以外的人，会去研究《道德经》？有多少人会真正实践《道德经》里的智慧？德国每四个家庭就有一本《道德经》，很多外国人从小就看《道德经》，黑格尔甚至称之为“真正的哲学”，还承认自己的很多思想都源于《道德经》。可惜，很多中国人对《道德经》也罢，对老子也罢，反而不甚了解。

肆

当然，我不会从哲学的角度解读《道德经》。一来，很多人都这么解读，不缺我一个，我只想讲一些别人没讲过的东西；二来，尹喜向老子请教的时候，不是求学，而是问道，也就是说，《道德经》是讲如何修道的。这是《道德经》最重要的一个目的。如果远离这个目的，我的解读也就没有意义了。

你可以想象一下，如果现在来了个客人，问你：“你学过算术吧？能不能告诉我一加一等于几？”你会怎么回答他？你会不会说一些天文学的知识？或是物理学的知识？还是哲学的思辨？不会。假如你这么回答的话，人家会觉得你很荒唐。所以，尹喜问道的时候，老子讲的也是修道的东西。我这次就想从这个角度入手，把修道的东西讲出来。我觉得，这可能更接近老子的本意。我也不去谈兵家的东西，虽然很多人都会读到兵家的东西。我只想从修道和妙用层面讲一

讲《道德经》。

中国的道家文化太伟大了，老子真是功不可没。为什么佛教从印度传到中国时，马上就成为中国重要的文化支柱呢？老子的传道起了铺垫作用。老子对“道”的表述，和佛教的“真如”“空性”非常相似。我上面说的，道家跟佛家契合的东西，也正是这一点。因为这种相似性，佛道后来浑然一体，佛道之间你中有我、我中有你。比如，佛教中有“五级证道”的说法，其中包括资粮道（创造求道所需要的条件）、加行道（求真理所付出的劳动）、见道（看到道是什么、它在你生命中有什么样的状态呈现）、修道（慢慢保任见到的道）、无修道（在生命中证得道体）。这里的“道”，还有得道高僧的“道”，“平常心是道”，都源于老子。这是一个非常有意思的现象。

可惜，道教现在鱼龙混杂、人才凋零，很少有人真正把道家文化传播开来、发扬光大。整个中国文化都是这样，其中也包括儒家文化。实际上，儒家和道家都有很多优秀的东西，不在佛家之下。世界之所以不了解它们，不是它们本身的问题，而是传播的问题。历史上出现过很多大师，但人们传播得不够，有时也太过于片面，没有办法让世界真正地了解他们，也没有办法让世界真正地了解中国文化。比如道教，很多人对道教的传播都偏重于道术，像算命、阴阳、风水等，它们只是道教文化中的小术，属于道的妙用，还不是道体。道教有太多的好东西，后人没有挖掘出来。现在的很多道书之中，很少见到能让人眼前一亮的东西。要是没有修道，没有访道，也没有证道。他很难进入真正的道家 and 道教。道教和佛教一样，都是必须实证，才能真正进去、真正见道的。

中国传统文化太伟大了，它们可以铸就一个有智慧的、大写的、自在的、世界无法忽视的人。

很小的时候，我就亲近过道教，还经过了认真的修道，后来遇到佛教，觉得佛教更超越，就在佛教中钻研了二十多年。现在回过头来看道教的东西，不得不惊叹老祖宗的伟大。老祖宗留下了这么多宝贝，却没有被人真正地挖掘出来，还被片面地解读和传播了，有时甚至会被歪曲。这实在是太可惜。如果有缘，我将来可能会写点东西，也为中国的道家文化做点事情。

当然，现在有很多很好的学者都在研究儒释道，比如北京的学者们，他们都为传统文化做出了很多了不起的贡献。希望在大家的努力下，中国文化能真正被世界所了解，能真正为世界输入东方哲学的营养；也希望，我的这次解读能成为一扇窗，让大家重新认识《道德经》，重新认识中国传统文化，从中汲取有益心灵、有益人生的营养，把老祖宗的宝贝传承下来。

这也就是张载所说的，“为往圣继绝学”。

为往圣继绝学（代序）

第一章

在有无生灭中，触碰众妙之门

- 壹 宇宙的原创力 / 2
- 贰 无中生有 / 6
- 叁 众妙之门 / 9

第二章

无为中，看破分别的虚幻

- 壹 善恶与美丑 / 15
- 贰 有无相生 / 19
- 叁 无为之境 / 24

第三章

窥破欲望，做生命的「王」

- 壹 欲念方起，民心已乱 / 33
- 贰 「民」即是自心 / 38
- 叁 圣人之治 / 43
- 肆 无知无欲 / 47
- 伍 虚心健体，身心自在 / 51

第四章

湛然空寂，游龙画凤

- 壹 道冲显万相 / 56
- 贰 和光同尘 / 61
- 叁 三车和尚 / 65
- 肆 所谓道体 / 69

第五章
在一叶一花中，默然起舞

第六章
无中生有，有中生妙

第七章
在无私的行为中，成就公心

第八章
圣人如水，滋润万物

- 壹 圣人以万物为刍狗 / 74
贰 天人合一 / 78
叁 天地像个大风箱 / 81
肆 多言无益，不如守「中」 / 84
伍 如何守中？ / 88

- 壹 大道不死 / 92
贰 道乃天地之根 / 98
叁 修道者的玄关 / 101
肆 绵长的呼吸 / 103

- 壹 何谓圣人？ / 108
贰 两位不同的圣人 / 112
叁 因不自生，故能天长地久 / 114
肆 退其后，德显前 / 118
伍 外其身，反而长生 / 121
陆 因其无私，能成其私 / 123
柒 无我之美 / 127

- 壹 上善若水，处恶不争 / 130
贰 圣人如水 / 133

第九章
退一步，海阔天空

参 水之七德 / 137
肆 水性的修行 / 141

第十章
圣人修炼的三部曲

壹 过犹不及，默默转身 / 145
贰 在谦卑中慢慢生长 / 149
叁 雕栏玉砌今何在？ / 154
肆 财富买来不来生死 / 158
伍 「退」的智慧 / 161

第十一章
心中有「空」，天地自宽

壹 主宰精神和思维的三魂 / 166
贰 主宰身体的七魄 / 171
叁 修气至柔，成就婴儿之身 / 179
肆 有慧故能看清，无执故能包容 / 183
伍 玄德的三种境界 / 188

第十二章
如何应对纷繁世界？

壹 「有」因「无」而生妙用 / 191
贰 看似无用的大用 / 194
叁 留白天地宽 / 197
肆 一空生万有，心空容万物 / 201
伍 「无」中生「有」 / 205
陆 因为虚心，才能接纳 / 208

第十三章

宠辱不惊，身心兼修

- 壹 为什么要出离？ / 214
- 贰 修道者的选择 / 218
- 叁 简朴地生活，做该做之事 / 221
- 肆 身心坚守，外息诸缘 / 226
- 伍 圣人如何修定？ / 232

第十四章

用身心融入得道者的境界

- 壹 片片宠爱意，隐隐受辱心 / 240
- 贰 如爱身般爱天下 / 243
- 叁 在破执中惜身 / 248
- 肆 消除分别心，宠辱随风飘 / 253

第十五章

穿行于红尘的圣者

- 壹 在一视听搏一中感悟道 / 259
- 贰 超脱纷繁，混元为一 / 264
- 叁 斩断红尘累，怡然赏佳音 / 269
- 肆 证道的十四个特性 / 275

第十六章

融入虚静，以笃诚滋养人生

- 壹 像猴子一样谨慎小心 / 280
- 贰 保持距离又贴心贴肺 / 283
- 叁 智者的另外四种德行 / 286
- 肆 智者的四种能为 / 292
- 伍 素女采桂子 / 295

第十七章 如何治理家、国、心？

- 壹 修道中的「虚静笃」 / 299
- 贰 在红尘中寻找那唯一的水恒 / 304
- 叁 人如何才能做到宽容？ / 311
- 肆 让虚静变成你的活法 / 317
- 伍 放空心灵，采天地之灵气 / 322

第十八章 守候大道，返璞归真

- 壹 以道治国，春风化雨 / 328
- 贰 以德治国，感动民心 / 333
- 叁 刑法治国，威慑人心 / 336
- 肆 教育的四种境界 / 340
- 伍 人格修炼的五种境界 / 345

第十九章 探寻绝学无忧的秘密

- 壹 不该提倡仁义、智慧和忠孝吗？ / 350
- 贰 越简单，越接近解脱 / 355
- 叁 老子的向往 / 359
- 肆 小孝孝于庭闱，大孝孝于天下 / 363
- 伍 大智若愚，大巧若拙 / 368
- 壹 谋士的智慧和阿斗的智慧 / 372
- 贰 历史上的「诸葛亮」们 / 374
- 叁 为什么说「道法自然」？ / 377
- 肆 老子是怎么让心属于他自己的？ / 382
- 伍 道在儒释之间 / 386