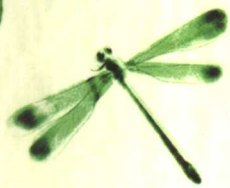


听南怀瑾讲《老子》

一骑青牛 归去不知红尘事
挥洒千文 道存自有世人评

许庆元 宿春礼◎编著



听南怀瑾讲《老子》

一骑青牛 归去不知红尘事
许庆元 宿春礼◎编著

挥洒千文 道存自有世人评



民主与建设出版社



图书在版编目 (C I P) 数据

听南怀瑾讲《老子》/许庆元,宿春礼编著. —北京:民主与建设出版社,2007.8

ISBN 978 -7 -80112 -787 -7

I. 听... II. ①许...②宿... III. 老子—研究
IV. B223.15

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 116369 号

©民主与建设出版社,2007

责任编辑 高志敏
封面设计 武未未
出版发行 民主与建设出版社
电 话 (010) 85698040 85698062
社 址 北京市朝阳区朝外大街吉祥里 208 号
邮 编 100020
印 刷 北京中印联印务有限公司
成品尺寸 170mm × 230mm
印 张 14
字 数 195 千字
版 次 2007 年 8 月第 1 版 2007 年 8 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978 -7 -80112 -787 -7/G · 340
定 价 23.00 元

注: 如有印、装质量问题,请与出版社联系。

序一 一骑青牛，归去不知红尘事

有人称南怀瑾先生为国学大师、易学大师、博学大儒；有人称他为佛学大师、禅宗大师、密宗上师；有人称其为当代道家或现代隐士。这些称谓其实都只涉及了南怀瑾先生学问人生的一个侧面，未窥其全貌。

南怀瑾先生博览群书，学贯中西，涵盖儒释道，融会百家学，更及于医卜天文、诗词歌赋，乃浮华尘世中的旷世贤师，正所谓“上下五千年，纵横十万里，经纶三大教，出入百家言”。

南怀瑾先生常说：“一个国家，一个民族，亡国都不怕，最可怕的是一个国家和民族连自己的根本文化都亡掉了，这就沦为万劫不复，永远不会翻身。”因此，任何时候都不能将自己民族的文化抛诸脑后。

对于中华民族来说，五千年的文明源远流长，文化的积淀犹如一部厚重的历史巨著，解读一部高深的经典著作，往往自然而然地追随其踏入历史的进程中，再现被时间的流沙淹没的遥远时代及先古人物。

道家是中国思想文化中光辉灿烂的一道光环，每提及道家，则必说到老子，因为老子是道家的创始人，老庄哲学历经几千年时光的打磨，历久弥新，陈香依旧。老子骑牛，归去不知红尘滚滚，只求清静无为；庄生梦蝶，醒来谁见白衣翩翩，但愿逍遥一生。

老子究竟何人？

《史记·老子列传》有关老子的记载是：老子是楚国苦县厉乡曲仁里人，姓李，名耳，字聃，做过周朝掌管藏书室的史官。

据说，孔子曾经前往周都，向老子请教礼的学问。老子对他说：“你所说的礼，倡导它的人及其尸骨都已经腐烂了，只有他的言论还在。一个人时运来了就驾着车出去做官，生不逢时，就像蓬草一样随风飘转。善于经商的人把货物积藏起来，好像什么东西也没有，具有高尚品德的君子，都谦逊得像愚钝的人。所以，你应该抛弃骄傲之气和过多的欲望，抛弃做作的情态神色和过大的志向，这些对于你自身都是没有好处的。我能告诉你的，就只有这些罢了。”孔子离去以后，对弟子们说：“鸟，我知道它能飞；鱼，我知道它能游；兽，我知道它能跑。会跑的可以织网捕获它，会游的可制成丝线去钓它，会飞的可以用箭去射它。至于龙，我就不知道该怎么办了，它腾云驾雾、驭风飞翔，我今天见到的老子，大概就是龙吧！”

有人说，老子是与孔子同一时代的楚国人老莱子；有人说，老子是太史儋……关于老子的身份，扑朔迷离，历代莫衷一是，司马迁根据传闻写出老子传，将传闻中几个不同时代的人杂糅在一起，但对于老子的真实情况，太史公也无从考究。不过，有一点可以肯定，即《老子》一书是老子思想的唯一承载，老子研究道德学问，他的学说以隐匿声迹、不求闻达为宗旨。《老子》一书究竟都在讲述些什么呢？

《庄子·达生》中讲述了一个道家故事：孔子在一个叫吕梁的地方观赏风景，只见水从石崖上飞流直下有数十仞深，水花奔溅达几十里远，水流湍急，鱼儿也不能在其中缓游。孔子却看到一个人在水中游弋，孔子以为这个人要寻短见，于是便让学生沿着水流去救他。谁知那人在水里游了几百米远后便浮出水面，披散着头发唱着歌跃上岸边。孔子走过去询问道：“一开始，我还以为你是水鬼，细看才知你是人。请问你游泳的道术是怎样修来的呢？”那人回答：“我游泳并没有什么道术，只是安于水中，顺其自然。在游水中长大，对水感到安适，仿佛水中之雨，本性如此；不知道为什么这样做而去做了，就叫顺其自然。同旋涡一起入水，同涌浪一起出水，顺从水的规律，而不行使个人的意愿，这便是我游泳的方法。”

其实，老子讲述的许多道理都类似此人的水中感悟，用只言片语将深奥玄妙的天道与人道表述出来，看似一篇哲学诗，诗意中却更有深意。

《老子》原文不过五千余言，却包罗万象，微言大义，一方面综罗百代，集中了上下五千年文化的精要；一方面广博精微，细致微妙。

两千多年前，春秋战国时代，诸侯争霸，战乱频仍，人人自危，善恶混杂，明哲保身者退隐山林，争名逐利者嚣张于世，父不父，子不子，君不君，臣不臣，上古清明不复存在。

何为理想之国，如何自立于世，怎样济世救人，老子以一部《道德经》，提出了自己的救世良方。

老子以王朝兴衰成败、百姓安危祸福为鉴，著上下两篇，上篇开篇一句为“道可道，非常道，名可名，非常名”，故人称《道经》，下篇起首为“上德不德，是以有德，下德不失德，是以无德”，故人称《德经》，合称《道德经》。《道经》讲述了宇宙的本原，含天地变化之机，蕴阴阳变幻之妙；《德经》阐述了处世的方法，含人事进退之术，蕴长生久视之道。《老子》之言，寥寥五千，意义深远，语多超尘。后世之人，有的将其看作阴阳权谋的言论，有的将它作为养生修炼的根据，有的在其中寻求超脱自在之道，正所谓“仁者见仁，智者见智”。

追本溯源，后来兴起的兵家、法家、名家等诸学派都与道家思想密切相关，《老子》一书也成为历代开国之君休养生息、治理天下的圣典，其影响深入社会生活的方方面面，老子的信徒，不计其数。数千年来，无论身居庙堂之高，还是谪处江湖之远，上至良臣将相，下至闲云野鹤，都有人终其一生悉心研读此短短五千言。南怀瑾先生以《道德经》原文为基准，融会儒佛之道，百喻莲花，借着老子自证的现身说法，点石成金，道破道家思想在历史变迁中对人文、时势的影响。他剥离唐宋以后的注解，以经解经，融会贯通，在原文的逻辑性与连贯性中找寻作者的本意解答，正所谓“读书百遍，其义自现”。他将历史融入各家经典学说之中，以经为本，以史为鉴，旁征博引，以其渊博的知识，包罗诸子百家之思想精华，融会中外古今学说于一炉，含英咀华，触类旁通，将晦涩深刻的经史典籍娓娓道来，通古今之变，成一家之言。

老子是一位圣人，更是一名智者，他不仅看到了万事万物的正面，而且窥及了事物的反面，由表及里，扩大了人类思想的广度，增加了文化与哲学的深度。本书立足于《老子》原著精神与南怀瑾先生的讲解梳理，从自身出发，在领悟先贤道家思想的同时，汇集人生处世智慧，点拨社会人

情世故，抽丝剥茧，深入浅出地诠释如何按“道”的法则去为人处世。

本书精心提炼南怀瑾先生在《老子他说》中对道家思想系统讲解的核心观点，结合独特的人生感悟深入拓展，在博大精深的道家学说中领悟处世智慧。全书通过拓展梳理南怀瑾先生对老子思想的独特解释，结合其在道家学说、历史文化中的智慧讲解，以读书心得的方式讲述由老子学说中感悟到的人生哲理和处世哲学，在南怀瑾先生的智慧精华中发掘人生新意。

一百个人读老子，会有一百种不同的感悟，因为每个人都在著述中寻找着自己人生的痕迹，无论是老子的原文，还是南怀瑾先生的解读，细细品味，语有回甘，掩卷而思，翻然有悟。这是一本读书笔记，又似一簿心灵记录，读老子，读历史，读南师，读人生。翻阅此书，希望读者先将附录中的《道德经》原文通读一遍，因为所有思想领悟的源头都在这浓缩的精华之中。读过原文，再细读本书正文，一定能够举一反三，更有所悟。

最喜李泌《长歌行》中的语句，行文颇有老子的道骨仙风：“天覆吾，地载吾，天地生吾有意无。不然绝粒升天衢，不然鸣珂游帝都……”老子之道，高深精微，只可意会，不可言传，正是：一骑青牛，归去不知红尘事；挥洒千文，道存自有世人评。

序二 老子思想一面观

纪晓岚在《阅微草堂笔记》中借一个社撰人物守藏神之口说，儒家学说注重修己治人，道家学说讲究宁静阴柔，佛学讲求慈悲入定，宗旨虽有所差别，但在教人为善方面，却是殊途同归的。儒家学说仿佛五谷，一日不吃，会感到腹中饥饿，几日水米不进，恐怕就要死了；道家学说如同灵药，当人们面对生死得失的烦扰，面对喜怒哀乐的影响，要想消除心中愤懑抑郁，道家学说便是最为快捷的解决方法。

儒道两家其实有许多相通之处，只不过是儒家侧重于站在社会人的角度强调人所应当具备的道德品质，而道家则是站在自然人的角度申明应当组成一个什么样的社会。

老子曰：“我有三宝，持而宝之：一曰慈，二曰俭，三曰不敢为天下先。”《庄子》一书中有一则有趣而深刻的故事，便准确阐释了老子思想的精髓。庄子行走于山中，看见一棵大树被奉为社神，这棵树大到可以隐蔽几千头牛，树干有数百尺粗。树梢有山头那么高，树干几丈以上才分生枝杈，很多枝杈都可以做成小船。伐木的人停留在树旁却不去动手砍伐。问他们是什么原因，伐木人不屑一顾地说：“那是没有用的散木。用它做船会沉，做棺材会很快腐烂，做器具就会毁坏，做门窗会流出汁液，做梁柱会生蛀虫。就是因为一无是处，所以才能长得那么茂盛。”庄子感慨说：“这棵树就是因为不成材而能够终享天年啊！”正是百无一用有大用，不争反而能为先。《老子》中所言的“功成、名遂、身退，天之道也”实为中国文化中治

道的精要，老子所言的“道”代表了华夏几千年历史中沉淀的人生哲学、政治哲学以及军事哲学等内容。老子看似“奸猾”的权谋哲学实际却是和平、宽容、简朴和知足的最高理想，其中汇集了愚者的智慧、隐者的利益、弱者的力量和真正通晓世故者的简朴，上善若水、持盈保泰、载营魄抱、宠辱不惊、守静致虚都是修身处世的要诀。

南怀瑾先生将深奥玄远的《老子》精读解析，引类设譬，将其脉络结构清晰地勾勒出来，读出了这五千余字的言外之意。

人要效法天道，圣人以不束缚不歪曲不干涉的无为态度来为人处世，以自己具体的无为的行动来影响教化人民。天地生化万物而不推辞，创造了万物不据为己有，不自恃己能，不居功自傲。由于不居功，它的功绩才永远不会被埋没。天地所以能持久长生，是因为其不自以为自己在生长，所以能长生不老。天地生万物，无私无偏无求，一切自然而生，自然而灭。

老子著名的“无为”之说，也是根据天道自然的至理，用“无为”一词来说明天道的境界和功能。天道“无为”“无不为”说明人应效法天地，行其所当行，止其所当止，做到真正无私而大公的标准，才是天理的固然。

老子对仁义道德的解读是，争王称霸的作为，打着仁义道德的招牌，争名夺利，实属伪圣。真圣人，救世济人，犹如天地之心，平等无私，义所当为则自然而为，不沽名钓誉，不假托仁义。

对于老子被后人称之为阴谋权术的教唆者一说，更是不实。老子说，要用物品吸取东西，必须先使该物品处于张开的状态；要减弱某物的能量，必须先使该物处于有能的状态；要废弃某人的职位，必须先使该人处于较高的阶级；要夺取某人的财物，必须先使该人拥有较多的财物。表面看来，或许像是在玩弄阴谋权术，其实老子只是点明了宇宙万物与人事因果相成的必然法则，告诫人们“天道好还”，“反者，道之动，弱者，道之用”的道理，指明如果不顺应自然的道德规律行事，一味以权诈争夺为事，终将一败涂地。

老子的摄生养生之术亦是修身养性之道，虚极静笃，修养恢复到生命原型的静态，才合于常道。由静极而进于绵绵若存，精神魂魄合二为一，达到柔弱如婴儿的状况，便可洗涤心智，宁静致远。一个人的修养，如果

到达恍惚至精的境界，便能心神灵明静然，涵容万类真实。

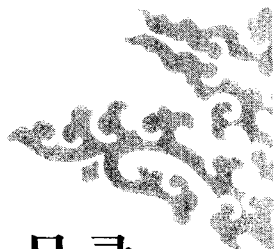
南怀瑾先生曾说过，了解道家思想，有一经可细细参读，即《清静经》（全称《太上老君说常清静经》），如云：“老君曰：大道无形，生育天地。大道无情，运行日月。大道无名，长养玩物。吾不知其名，强名曰道……”此书被认为是三国时葛玄仿效佛教《心经》的依托之作，乃融会贯通儒释道三教思想的必读之书，禅宗五祖曾评价说，后世的人们如果依据此经修行，也可以达到道的境界。

老子的思想之深之广，绝非一言可以蔽之，到此，便可在心中描绘出老子寥寥数笔勾勒而出的圣人形象。

效法天道，道法自然，为人处世依照万事万物的自然规律，遵照道的本意，无为而无所不为，表面看来是没有什么作为，其实却是大有所为；处无为之事，行不言之教，不居功自傲，不争名夺利，以天下为己任，先天下之忧而忧，后天下之乐而乐；有容乃大，心系万民，胸怀天下，成为万民表率，集天时、地利、人和与于一身，得人心得天下；上善若水，以柔克刚，以曲求全，能屈能伸，保持淡泊虚静的心境；宠辱不惊，知足常足，慎终如始，不自大故能成其大；做人做事，图难于易，虚怀若谷，大智若愚，摒弃机心，和光同尘，不以蓬茅塞心，不为声色货利所动。简而言之，圣人能够看透世界和人生，透析世事和人心，一切皆心中有数，胸有成竹。

老子笔下的“圣人”是“道”的化身，是体道悟道依道而行的理想化人物，仿佛一个历史高台上矗立的标杆，古今中外，少有人及。

老子仿佛一泓清水，无边无底，清明透彻又深不可及，任何对其思想的解读，都仅仅是在水面荡起了一圈涟漪，波光浮动，光华闪现，但真正的瑰宝还深藏在水中，愿每位读者都能从老子的思想中采撷到智慧的珍珠。



目录

CONTENTS

第一讲 成王败寇的权术历程	1
儒释道三家店	3
被误读的“阴谋家”	6
道,妙不可言	8
假作真时真亦假,无为有处有还无	11
“东施效颦”的闹剧	14
成王败寇的权术历程	18
第二讲 图难于易的成功要诀	21
图难于易的成功要诀	23
低头便见水中天	27
人生不过是路过,用心享受沿途风景	30
釜底抽薪,只问前因	33
无为之中的大有所为	36
拈花微笑的不言之教	39
第三讲 传世“三件宝”的历代演绎	43
“尚贤”偏方的后遗症	45
“盗”的正反面	48
传世“三件宝”的历代演绎	51
前世劫灰与资源利用	54

名利本为浮世重,古今能有几人抛	57
老子的一声叹息	60
●●● 功成身退天之道	63
同流世俗不合污,周旋尘境不流俗	65
上天暗笑我辈痴	68
浮于表面的仁义道德	71
言满天下无口过	74
时时长拂拭,莫使惹尘埃	77
功成身退天之道	80
●●● 只身存天下的最佳安排	83
只身存天下的最佳安排	85
一水三面镜,观水学做人	88
莫让身边的幸福悄悄溜走	90
如何保住人生宝剑的锋刃	93
老子的长生秘诀	96
大智若愚的领导艺术	99
●●● 人生剧场宠辱观	103
中空无用有大用	105

	声色货利多陷阱	108
	人生剧场宠辱观	111
	不畏浮云遮望眼,只缘身在最高层	114
	如履薄冰的人生准则	117
	莫让蓬茅堵塞你的心窍	120
●●●	孝子贤臣相对论	123
	眼中不容尘埃,亦不容金屑	125
	从从容容才是真	128
	打破虚空乃真静	131
	人生不过一念间	134
	高下皆有大智慧	136
	孝子贤臣相对论	139
●●●	人生一局棋,输赢终无定	141
	一线之隔的智慧与奸诈	143
	聪明反被聪明误	146
	“见素抱朴”的人生至境	149
	学习真诚不佞的“唯”,避免虚伪造作的“阿”	151
	善恶只合转眼看	154
	人生一局棋,输赢终无定	157

●●●● 人生艺术,道家精髓:	
曲全、枉直、洼盈、敝新	159
出世心境入世行	161
人生艺术,道家精髓:曲全、枉直、洼盈、敝新	164
独善其身,兼济天下	167
“四不”的领导哲学	170
生命中不可言说的“道”	173
志在利他的寂寞者	175
●●●● 莫以身轻失天下	179
世事无常又何必把握	181
人生难逃四种病	183
人生本寂寥	185
老子对于人生价值的解答	188
大地讲授的一堂课	191
莫以身轻失天下	194
附:老子道德经	197

第一讲

成王败寇的权术历程



儒释道三家店

对于儒释道三家，南怀瑾先生有个生动的比喻：儒家好比粮食店，为人们提供必不可少的精神食粮；佛家是百货店，日常用品，林林总总，一应俱全；道家则是药店，灵丹妙药，用以救人救世。儒家店必须光顾，圣人曰：饮食男女，人之大欲。佛家店则随时可以逛逛，有钱则购，无钱则望，其中应有尽有，为人生之不可或缺之物。道家店则是无事不必登，有病必须看，否则病人膏肓，悔之晚矣。

西方学者评出的“东方三大圣人”，第一是老子，第二是孔子，第三是六祖慧能，正好代表了中国的道儒释三家：以老子为代表的道家，以孔子为代表的儒家，以禅宗六祖慧能为代表的中国佛家。

经过几千年的演变融合，道、儒、释三家已然相互渗透、相互同化，从某些角度看，已经“三教一体”了。嵩山少林寺有一个供奉释迦牟尼、老子、孔子的地方，对联是：“百家争理，万法一统；三教一体，九流同源。”少室山上还有一副对联：“才分天地人总属一理，教有儒释道终归一途。”概括精辟，点明了三家殊途同归的本质特点。

三家对于个人修养的观点说法不一，但大同小异，儒家是“修身、治世、平天下”，道家是“养生、遁世、穷万物”，释家是“见性、救世、通万有”。儒家尽“人道”，释家求“佛道”，道家穷“天道”。儒家讲求“正心”，释家讲究“明心”，道家追求“炼心”。儒家重“治世”，道家讲“治身”，佛家求“治心”。

对于世界的解悟，儒家重视现世的修为，孔子说，“未能事人，焉能事鬼？”人们要先懂得生活，再谈论死亡，穷则独善其身，达则兼济