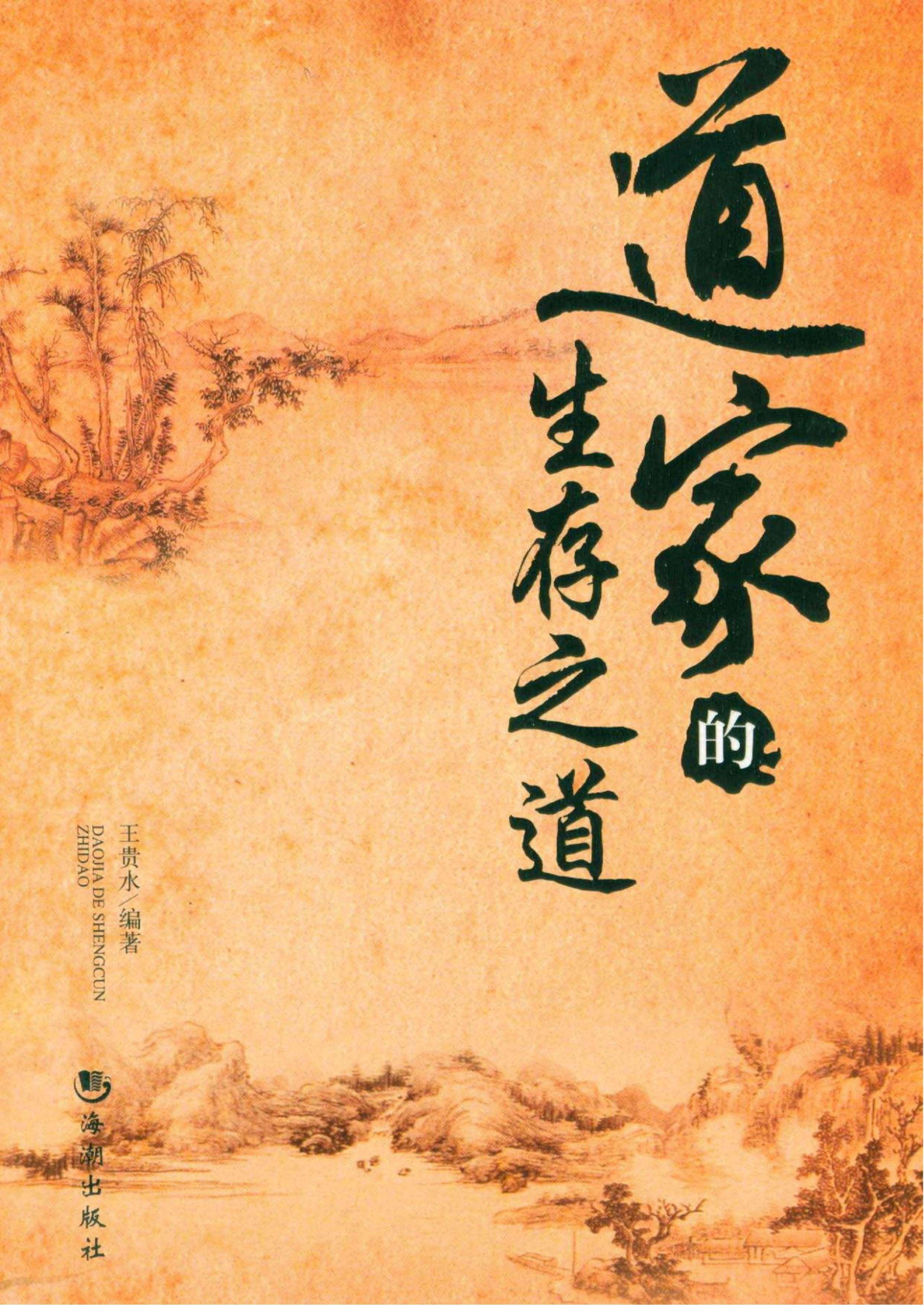


The background of the cover is a traditional Chinese landscape painting in ink and light color. It depicts a serene scene with misty mountains, a body of water, and a small boat. In the upper left, there are several pine trees growing on a rocky outcrop. The overall style is classical and elegant.

道家 生存之道

王贵水 / 编著

DAOJIA DE SHENG CUN
ZHIDAO



海潮出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

道家的生存之道 / 王贵水编著. — 北京: 海潮出版社, 2011. 11

ISBN 978 - 7 - 5157 - 0047 - 2

I. ① 道… II. ① 王… III. ① 道家—人生哲学—通俗读物
IV. ① B223 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 218101 号

书 名: 道家的生存之道

作 者: 王贵水

责任编辑: 张 慧

封面设计: 红十月设计

责任校对: 徐云霞

出版发行: 海潮出版社

社 址: 北京市西三环中路 19 号

邮箱编码: 100841

电 话: (010)66969738(发行) 66969736(编辑) 66969746(邮购)

经 销: 全国新华书店

印刷装订: 北京世纪雨田印刷有限公司

开 本: 710mm × 1000mm 1/16

印 张: 18.5

字 数: 238 千字

版 次: 2012 年 1 月第 1 版

印 次: 2012 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5157 - 0047 - 2

定 价: 36.80 元

(如有印刷、装订错误, 请寄本社发行部调换)

道家的生存之道

（代序）曾经的道家思想，现实的生存之道

道家思想对现代社会的影响是极其深远的，它的影响可以说是无处不在，涉及到医学、养生、建筑、美学、处世、管理等方方面面，本文中我们主要对道家思想的影响作以下几方面的考察：

首先，道家思想与和谐发展。

道家强调要顺应自然之道，遵循客观外界的规律，又强调率性，即顺应人的内在本然之性，重视个性的发展。要与“大道”这一自然社会的总规律相适应，在这一前提下发展自己的本性，而不能随心所欲，强作妄为。这一思想为个体的和谐发展提供了一个较为理想的模式，具有重大的理论意义和社会意义。

以老庄为代表的道家将率性与顺道相结合，率性而行是以顺应客观规律为理论前提的。正因为如此，道家在大谈抱朴守真、率性而行的时，又强调顺应自然、柔弱不争、崇俭抑奢，体现着对自然和社会规律的遵从，体现着协调人我关系、协调人群关系的自觉性。

此外，道家“顺应自然”的行为原则、“知止不殆”的告诫和“天人合一”的和谐整体观，皆有助于人们克服人类与自然对抗、人类万能以及滥采滥用自然资源等错误观念或行为，自觉地调节自身的思想和行为，在天人和一的基础上求得社会的进步与持续发展。

其次，道家思想与调适心理。

道家崇尚宠辱不惊的处世态度，这种态度既是一种淡泊名利，持守节操的高贵品德，又体现出较强的心理调适能力。道德心理学认为，道德对心理有着重要的调控作用，故这种心理平衡能力与个体的道德水平有着密切关系，具有独立人格，精神充实，有着崇高的人生目标的人，才能够真正做到宠辱不惊。道家以“善利万物而不争”、“容乃公”的宽阔胸怀，以祸福相倚，有无相生的深邃智慧，引导人们从更高、更广的角度来看待物质利益和眼前得失，不要为声名、财货这些世俗的物质利益而丧失了自我，扰乱宁静的心灵，损害自己的身心健康，而应“抱朴守真”、“安时处顺”、“不与物迁”。这就促使人们运用道德矫治手段，以这些思想原则及时地调节心理失衡，从容坦荡地对待人生历程中的成败得失，保持必要的心理平衡。

在社会生活中，宠辱不惊是一种十分可贵的心理素质。很多意志薄弱的的人在取得一些成功之后往往会随着随之而来的荣誉、地位而变得忘乎所以，在鲜花和掌声中走向平庸甚至陷入深渊。只有具备了宠辱不惊的心理调适能力，百折不挠、不畏艰难、不计功利、不怕压力、富于牺牲精神、敢于坚持真理的人，只有豁达乐观、淡泊名利、虚怀若谷的人，才有可能获得深刻而持久的成功。

第三，道家思想与协调人际关系。

老庄抱朴守真、谦下不争等思想主张来自于对社会、人生的客观规律的正确认识，因此能够在协调人际关系中发挥着积极的作用。从人际交往的角度来说，抱朴守真，就是要以一颗纯真无欺的诚心去对待他人；谦下不争就是要谦虚谨慎，尊重他人，不争私利，不恃己功。人际交往是双向互动的，俗话说，人心换人心，诚恳、谦让等友爱的言行，往往会引起对方相应的、积极的道德情感和行为。另一方面，在人际交往中，以诚相待，坦露心声，又有利于交往双方加强交流，加深理解，相互取长补短，形成道德认同，从而实现个体道德的升华，

促进并保持人际间的协调与合作，实现与社会环境高度协调，与他人高度协调的和谐状态。

第四，道家思想与抑奢戒骄。

道家告诫人们：“祸莫大于不知足，咎莫大于欲得”。这里所说的“不知足”、“欲得”是指对财富、权势的贪恋和追求，意在揭示贪得无厌的物欲对于人的危害。故其又明确指出：“金玉满堂，莫之能守；富贵而骄，自遗其咎”、“甚爱必大费、多藏必厚亡”，主张要自觉地避免盛满。“持而盈之，不如其已”，应该效法“功遂身退”的“天之道”，崇俭寡欲，柔弱不争，谦下谨慎，才能保持常德，扩充常德，才能保身保家，立于不败之地。中国历史上，谦受益，满招损；奢侈者败，俭约者兴的教训真是数不胜数。唐太宗崇尚道家思想，崇俭抑奢，求谏纳谏，“自守谦恭”，推功于臣下，终于达到了天下大治。隋炀帝骄矜自用，驱天下之民以足己之奢侈，终于落得“率土分崩”的下场。这些事实都充分说明着老子戒奢、戒骄的训条，促使其发挥着较强的社会警示功能。

奢侈挥霍是精神空虚、理想低俗的表现，而不知适可而止，挥霍无度，往往又会令人丧失奋发精神，见利忘义，以至出卖自己的灵魂，甚至触犯刑律，身败名裂，而自恃富贵，目无法纪，肆无忌惮，则更是自取其祸；骄傲自大是浅薄无知、目光短浅的反映，如果不尊重他人的意见，事事处处自以为是，唯我独尊，排斥异己，则必然极大地妨碍自我的进步，损害他人的利益，从而招人怨恨，造成人际关系的恶化，成为众矢之的，众叛亲离。老子以其敏锐的目光和精炼的词句从正反两个方面总结了立身处世的基本法则及其相应后果，这就促使人们时时反省自己、谦虚不骄、广采众长、持中有度、廉俭自律，促进自我完善和健康发展。

最后，道家思想与淡泊无求。

道家要人们淡泊名利，俭啬寡欲，“不为物累”、“不物于物”。努力体认大道，与大道合一，达到“无己”、“无功”、“无名”的圣人境界，这就是一个精神超越的过程。从积极的方面发扬这种超然物外的精神有着很大的现实意义：它启示人们“善利万物而不争”、“生而不有，为而不恃”，超越世俗的物欲和名利的羁绊，避免为财货物欲或名利地位而抛却人格，丧失自我；要求我们将生命看作一个过程，将个人一时的成败得失置于历史的长河中去认识和度量，从而使人们的胸怀更为宽广；激励人们克服环境的困扰，争取更高意义上的成功。

目录

智慧讲坛——道家的生存之道.....	1
（代序）曾经的道家思想，现实的生存之道.....	1
第一章，开篇 老子和庄子的智慧人生.....	6
和谐、稳健、值得终身奉行的道家智慧.....	6
老子，后世研读千年，何许人也？.....	7
神话中的老子，华夏传承的经典.....	9
老子，满世界的朋友和知音.....	10
庄子这一辈子，跌宕而生，起伏而去.....	11
庄子和他的书、他的思想、他的理想.....	13
第二章 逍遥自在，知足为万福之本.....	17
天下之道，知足则足，不足则缺.....	17
知足常乐，安泰福至，不贪心则安心.....	19
熟悉规律，顺势而去，逍遥自在.....	20
战胜人性，战胜贪婪，战胜自己.....	23
容所不容，忍所不忍，及他人所不及.....	27
生不带来，死则不随，名利乃身外之物.....	28
快乐随心，幸福随行，万物悠然.....	30
少有少得，多得不惑，知足常乐.....	34
低调做人，高调做事、中庸处事.....	36
第三章 以圆治刚，克敌掠阵的经权之道.....	38
骄兵必败，哀兵必胜，以不能换可能.....	38
早作打算，未雨绸缪，变坏之前解决之.....	40
退既是进，不争而争，得到自己想要.....	41
人无完人，善于倾听，让反对者有说话的机会.....	45
人外有人，天外有天，虚心以谋大事.....	47
侥幸成功，见好就收，不要得寸进尺.....	49
行动及时，把握时机，不是不动，时辰未到.....	50
将欲取之，必先予之，退一步进两步.....	52
忍辱负重，低头谋划，方堪大任.....	54

第四章 无为而治，道法自然的管理智慧	56
无为而治，古学中用，现代管理取经	56
善于用人，慧眼用物，对症下药	58
抓大放小，有的放矢，治大国若烹小鲜	60
无所作为，善之善者，不战而屈人之兵	62
智者善断，慧眼识人，教你如何识别千里马	64
有所作为，有所不为，道常无为而无不为	65
谦和低调，尊重人才，善用人者为之下	67
物尽其用，人尽其才，每个人都是人才	69
腹有丘壑，有容乃大，管理者要胸襟开阔	71
第五章 圆润变通，曲折婉转的处世之道	73
我心向善，万物一般，行大道走正途	73
善假于物，善借他力，成就自己	75
多谋多智，不欺于人，安身立命之本	77
简单生活，万水归海，信奉万物规律	78
谦和尊人，恭俭礼让，不为天下先	80
顺势而为，量力而行，不做螳臂当车之事	82
高瞻远瞩，心纳百川，大眼光成就大未来	86
脚踏实地，直奔本真，不务虚名看实质	88
水满则溢，话多则失，凡事留有余地	90
把握距离，君子之交 亲疏有度	92
第六章 美言善行，高超的语言交际艺术	94
点到为止，避其尖锐，说话绕个弯	94
说漂亮话，做漂亮事，美言可市尊	95
美言不信，信言不美，真水无香	99
人都有短，嘴上积德，莫要揭人短处	101
言多必失，多言数穷，说话谨慎思量	102
阿谀奉承，糖衣炮弹，奴才是最凶险的	104
时机不当，诸事皆荒，说话要把握时机	106
第七章 奇兵诡谲，克敌无形的商场之道	108

保护机密，守口如瓶，不可以利器示人	108
屈伸自如，明白通达，在逆境中学会坚强	110
正视对手，注意细节，千万不要轻敌	112
蓝海战术，不争而胜，找到自己的蓝海	114
事看两面，物分长短，善于扬长避短	116
合抱之木，生于毫末，学会并善于积累	118
经商重德，诚心做人，经商之本	120
逆向思维，灵活应变，回到起点思考	121
小处打孔，深度挖进，选择小事成就大业	123
第八章 上善若水，醇厚雍容的修身之道	125
淡泊如水，水归大海，宁静而致远	125
有所选择，有所放弃，懂得什么是重要的	126
乐观自在，旷达随行，生命没有负担	128
透彻感悟，适时放弃，比宝石更珍贵	130
相信自己，潜力无限，身体中蕴含无限潜能	133
知人者智，自知者明，审清形式看清自己	135
永不言弃，坚持到底，风物长宜放眼量	137
知足不辱，知止不殆，贪得无厌难善终	139
耐住性子，学会等待，有绵长的韧劲	141
大器晚成，顺时而待，人生在于积累	142
第九章 淡静智雅，爱意融融的居家之道	144
和风细雨，化敌无形，善战者不怒	144
知人者智，自知者明，谨慎选择自己的婚姻	146
得一则足，得一则以，先爱情后婚姻	147
金玉其内，不重外表，五色令人目盲	148
真爱在心，道德使之，用爱经营爱情	150
守静持重，立身之本，宁静安然居家	151
祸福相依，起伏相至，笑对人生悲与喜	153
婚前去爱，婚姻会爱，应该懂得怎样去爱	155

第一章，开篇 老子和庄子的智慧人生

和谐稳健，值得终身奉行的道家智慧

在我国漫长的历史上，儒家和道家共同构成了中华民族传统文化的主干。儒家学说表现出自强不息，积极有为、锐意进取和入世的人生态度，它对我们民族性格的塑造起着积极的推动作用。但是，漫长的人生道路不可能是一帆风顺，而是充满着曲折和坎坷的。当人们怀才不遇，壮志难酬，建功立业的志向受阻时，当各种不幸或灾难来临时，当人们为物质利益和眼前得失所困扰的时候，他们需要寻求心灵的慰藉和精神的寄托，以便从沮丧、消沉、痛苦等消极情绪中解脱出来，重新调整人生的航程。

而道家的思想正好适应了这一需要。道家提出的顺应自然、超然物外，守朴尚俭、以退为进、以柔克刚和不以物迁的行为原则与道德要求，不仅在中国历史上发挥着指导人生、净化风俗、稳定社会秩序、协调人际关系的积极作用；而且，时至今日，其中的思想精华并未随着时间的流逝而失去光彩。在今天，我们通过对道家乃至中国传统文化进行全面分析，并使其与时代精神相融合，赋予其时代意义，从而引导人们超越世俗的名利地位或一时一事的成败得失，“不为物累”、“安时处顺”，以“体道”、“悟道”为价值目标，在更高的精神境界中实现心理平衡，并在生活工作中为我们所用具有十分重要的现实意义。

（一）道生万物，顺道而为的朴素精神

“道”是道家思想中最为重要的范畴，道家认为，“道”是天地万物的根源和基础，又是统领、支配天地万物和人的法则：“有物混成，先天地生。寂兮寥兮，独立而不改，周行而不殆，可以为天下母”；“道者，万物之所由也”。由于“道”是天地万物的根本规律，因此人们必须遵循道的规律来行动：“是以万物莫不尊道而贵德，道之尊也，德之贵也，夫莫之命而常自然”；“以辅万物之自然而不敢为”。“尊道”而“不敢为”，不是无所作为，而是顺应自然规律，不强作妄为，以求达到“无为而无不为”的效果。《庄子·养生主》中通过庖丁解牛的故事，强调了“依乎天理”、“因其固然”的重要性，启示我们要充分发挥主观能动性，掌握事物的内在规律，进而利用为我们所用

（二）率性而为，探究真理的人生旨趣

《庄子·至乐》篇中说：“鱼处水而生，人处水而死。彼必相与异，其好恶故异也。故先圣不一其能，不同其事。”这句话告诉我们，万物各自有自己的特性，各有好恶长短，应该充分认识和应顺万物的自身规律。任何事物都是自己自然而然地生发出来的：“物各自生而无所出焉”，“无待”于任何力量的主宰。

《庄子》中庖丁解牛的故事就是一个较典型的例子，在庄子看来，“技”主要是谋生的工具，它是与世俗的功利联系在一起的，而“好道”、“率性”则是超越了功利层面而达到了精神的升华和人性的觉醒，它蕴含着一种乐于探索的可贵精神。

（三）包容万物，公正无私的人生倾向

宽容精神是道家学派的共同倾向，《道德经》说：“圣人常善救人，故无弃人；常善救物，故无弃物……故善人者，不善人之师；不善人者，善人之资。”圣人能够包容一切，兼收并蓄，因性而治，使人尽其才，物尽其用。《庄子》认识到到个体的知识和能力的局限性，故书中强调“百家众技皆有所长”；《淮南子》亦强调应充分认识人才的特性，使天下之才“大小

修短各得其所宜……无可弃者”。

兼收并蓄、中立不偏的主张体现出道家对学术自由、思想自由的追求，弘扬这一精神是极具意义的。在我们的认识过程中，往往会由于各自的知识背景、看问题的角度、思维方法、知识结构等差异而导致不同的结论或观点，但这一切都在某种程度上反映了客观世界的不同侧面，即使是谬误，也能从反面给人以启迪和教训。因此，尊重并能够宽容地对待这一切，允许各种意见或学派的并存和自由争鸣，才能促进对客观世界认识的不断深化，克服片面性，取长补短，促进科学技术的更新与发展。

（四）不为物役，宠辱不惊的独立风格

道家主张超越世俗的物质欲望，倡导淡泊名利、俭啬寡欲的人生态度。老子告诫人们：“祸莫大于不知足，咎莫大于欲得”，不要为财货物欲或名利地位而抛却人格，丧失自我；庄子反对“丧己于物”。这种价值取向，不是来自外在的权威或压力，而是出自主体对生命的珍爱、对自然的热爱等更高层次的精神需要。

道家还认为，人生的真正幸福或快乐不在于外在的感官享乐：“借外物以乐之，外物虽丰，哀亦务矣。有主于中，以内乐外，虽无钟鼓，乐已具矣”。依靠外在的物质享受所获得的快乐是短暂而且浅薄的，“有主于中”的精神充实和“以内乐外”的精神快乐才是持久和可贵的。这既是一种淡泊名利的高贵品德，又体现出宠辱不惊的心理调适能力。现实生活中，有很多意志薄弱者因为随之而来的荣誉、地位变得忘乎所以，在鲜花和掌声中走向平庸甚至陷入深渊。而不为物累、宠辱不惊的恬淡心态则可帮助人们从容坦荡地对待人生历程中的成败得失，既能从挫折和失败中较快地摆脱出来，又能在成功的喜悦中保持清醒和冷静。

（五）处厚尚朴，去伪弃诈的价值观念

老子视“朴”、“厚”等品质为最高的理想道德，主张保持淳朴天真的自然本性，保持和发展自身的本质和规定性，“见素抱朴”，渴望改变浇薄浮华的世风，使天下“复归于朴”。道家求真尚朴、去伪弃诈的思想是针对人类文明发展所带来的虚伪欺诈等各种弊端而提出来的，它启示人类：文明的进步不应该限制约束人类的自然本性；科学技术的发展应该合乎人性，如果高科技的发展不以道德和人性为标准，势必造成灾难，甚至带来人类的自我毁灭。

老子，后世研读千年，何许人也？

老子，姓李，名耳，又叫老聃，是中国古代伟大的思想家。他开创了我国古代哲学思想之先河，创立了可与孔子及其儒家学说相抗衡的道家学说，对我国长达两千多年的文化产生了深远的影响。

关于老子的生平事迹，史书虽大都有所涉及，但记载的并不多也不详细。时至今日，大多数人认为，对老子生平记载稍多的还是《史记》。其中卷六十三《老子韩非列传第三》对于老子有这样的记述：

“老子者，楚苦县厉乡曲仁里人也，姓李氏，名耳，字聃，周守藏室之史也。”

关于他的出生，充满了神话色彩，有种种不同的版本。据说老子出生时，他的母亲感应到天空有一颗大流星入腹，怀孕十一个月之后才生下老子，他母亲却因难产而死。又有人说，老子的母亲怀了他七十二年才剖开左腋生下了他，一出生就是白发苍苍，所以才叫老子。后世的另一种为众人所普遍采纳的解释是，“老”是年高德重的意思，“子”是古代对男子的

美称，“老子”是人们对他的尊称。但是老子的生卒年月不详。

据记载，老子有一位知识渊博，对许多问题都有奇特而独到的见解的老师，名叫常枞。常枞是一位精通殷商礼乐的学者，他学识渊博，教诲学生孜孜不倦。而且常枞对李耳的教导都要李耳自己去体悟。他告诉老子，人在经过故乡时要下车，表示不忘故旧根本；在高大的树旁经过要弯腰伛背，以示其对长辈的尊敬。

有一天，常枞病了，老子去看望他。他俩便有一段著名的对话。

常枞张开口问：“你看，我还有牙齿吗？”老子看看说：“没有了！”常枞吐着舌头问：“那么，还有舌头吗？”老子说：“有，有，舌头还在！”常枞问：“你懂得我的意思吗？”老子说：“懂了，就是说，坚硬的已经掉了，柔软的还在。”常枞高兴地说：“好，好！是这个意思。”于是，老子在老师的启发下，提出了“柔弱胜刚强”的思想。

老子研读《尚书》的时期是他思想发展的成熟期。当时的老子已经声名鹊起，许多学者都慕名前来讨教。据说孔子就专程前往洛邑向老子问礼。他们在庙堂阶前看到一尊“三缄其口”的金人，孔子就象老子请教，背后的铭文“无多言，多言多败；无多事，多事多虑”是什么意思。

老子告诉他说：“你所说的礼，倡导它的人和骨头都已经腐烂了，只有他的言论还在。况且君子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。我听说，善于经商的人把货物隐藏起来，好像什么东西也没有，君子具有高尚的品德，他的容貌谦虚得像愚钝的人。抛弃你的骄气和过多的欲望，抛弃你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，它是驾着风而飞腾升天的。我今天见到的老子，大概就是龙吧！”

老子不但满腹学问，据说还十分长寿，活了二百多年，并被广纳贤才的周文王请到朝中，委以西伯之职，主管国家存藏的竹简（相当于现在的国家图书馆馆长或历史博物馆馆长），所以他谙于掌故，熟于礼制。

后来武王继位，老子负责记录朝廷朝政议论。当时等级森严，除武王可伏几而座外，其余的朝臣们只能无依无靠地席地而坐。然而，老子却被特封为“柱下吏”，可依柱而坐，来记录政事。

到了成王执政的时候，老子被派出使西极大秦、竺乾等国，他到处讲学，颂扬周德。由于这位仙风道骨的长者，学识渊博，令人钦敬，所以，各国的君主朝臣都尊称他为“古先生”。

轮到昭王执政，老子事周已近百年。料知将要干戈四起的老子，再也忍不下这尔于我诈的争斗，于是，他辞去朝官，骑了头青牛，西出函谷关，去昆仑山隐德修行。

老子在经过函谷关的时候，函谷关关令尹喜知道他即将隐去，于是请老子著书，老子挥手下写了五千字，也就是他留给后人唯一的著作《道德经》，或者称为《老子》，在这本书里他阐述了道德的本意，然后悄然离去，以后再没有人知道他的下落。

神话中的老子，华夏传承的经典

关于老子的传说很多。在中国古代神话中，老子是一个显赫的人物；在《封神演义》中，洪均老祖亲传的三大弟子——原始天尊、老子、通天教主分别创立阐、道、截三教，老子为道教教主。至于老子到底有多大本事，当时并没有人知道，因为他留下的《道德经》太过玄妙，后世的人们在景仰之余相互传诵，越传越奇，逐渐把老子捧为寿与天齐的神仙，并用神话的方式把他描述出来。

在我们熟悉的《西游记》中，老子被称为太上老君，连玉皇大帝也让他三分，当初孙悟空大闹天宫时，太上老君掷出金圈，将孙悟空打晕。后来唐僧西天取经时，太上老君的炼丹童子和青牛都可以到下界横行无忌，孙悟空虽然自称“齐天大圣”也奈何他们不得。

老子是一个在中国的思想、文化、宗教史上都有着巨大影响的人物。老子本身是人，但从宗教文化去研究，他又是神，是道教的教主和祖师爷，老百姓们尊称他为老君爷。老子从人到神也有一个历史衍化过程。唐代封老子为“太上玄元皇帝”并不是突然而来，因为早就有“太上玄元”的名称。从司马迁讲“盖老子百六十岁，或言二百岁，以其修道而养寿也”来看，说明西汉时已流传着老子修道养寿是活了几百岁的活神仙了。东汉边韶《老子铭》里说：“老子先天地而生”，又说“老子离合于混沌元气，与三光为始”。老子在后汉时期已经完全神化，成为尊神、教主，所以汉桓帝把黄老与浮屠并列，前者是道教的教主，后者是佛教的教主。这里所谓的“黄老”就是指的老子。因此在汉桓帝延熹八年（公元165年）命中常侍左官到苦县（鹿邑）去祭祀老子。延熹九年（166年）桓帝在濯龙宫亲祠老子。可见这时候老子已经成为神圣的教主。现在全国各地都有道教宫观，鹿邑的太清宫始建于汉延熹八年，老君台始建于唐初，香火久盛不衰，老子以太上老君受到群众的尊奉。

中华民族上下几千年文明流传下来的遗产，尽管汗牛充栋，但论及能总括中华民族的基本传统、思想和精神并“一言以蔽之”者，无容质疑，当首数老子的《道德经》（或者称为《老子》）。它精炼的九九八十一章，仅仅用简洁优美的五千文字，就洋洋洒洒深邃博大地构造出了一个朴素、自然、豁达、飘逸的宇宙观、人生观、方法论的宏大框架。而且内容方面还涉及哲学、文学、兵学、美学、医学、社会学、伦理学、天文学、养生学，被誉为是百科全书。他的清静无为的学说，深邃的天人之际的哲理，以及独特的辩证理论，两千五百多年来一直影响着中国人的思想和行为。并且作为文化基因，渗透到人们的生存方式、生活方式和思维方式之中，影响着中国人的世界观、人生观、价值观、审美观、生死观等各种文化观念。《道德经》不但影响了汉代以来两千年的思想史，而且也受到西方思想家的重视，已成为世界哲学宝典之一。从古至今注释者三千余家，出版发行量居世界第二。当今，兴起了全球的“老子”热，老学研究空前高涨。最近几年各地连续召开国际性的老子学术研讨会议。

老子的智慧对于解决现代人类所面临的种种问题也具有启迪意义。他提出了作为人生价值根源和基础的“道”。老子的“道”既是宇宙万物的根源，又是万物存在和发展的基础。

这种形而上的“道”落实到人与自然的关系，人与社会的关系，人与自身的关系上，就成了人的行为和处世方式。在人与自然的关系上，老子强调人的主体性和自然规律的客观性，主张人应顺任自然，反对人对自然的掠夺。在个人与他人、与群体的关系上，老子提出“无争”的处世原则，主张挫锐解纷，和光同尘，反对争取功名利禄，达到人与人、人与社会的和谐相处。在个体生命的自我完善上，老子提出了“深根固柢”的“长生久视之道”。老子思想不仅对中国传统文化的形成和发展产生了重大影响，而且对人类目前和未来的文化和生活都提供了积极的智慧。

老子，满世界的朋友和知音

老子的这一团紫气，在中国飘了几千年，又飘出了国门，给世界带去了智慧的荣光。罗马天主教教士波捷第一个用拉丁文翻译了《道德经》。

1891 年俄国圣彼得堡一位出版家询问托尔斯泰，世界上哪些作家和思想家对他影响最大。他回答说，受中国的孔子和孟子的影响“很大”，而受老子的影响则是“巨大”。在他的一篇日记中这样写道：“我认为我的道德状况是因为读孔子，主要是读老子的结果。”托尔斯泰非常喜欢老子，后来他开始翻译老子的言论，可以说《道德经》在俄国的流传，早期得力于他的编译本。这样，俄国的一位大思想家、大文学家成了中国古代大哲人老子的知音了。

老百姓需要老子，因为老子对于受伤的心灵的抚慰是一剂良药。

政治家也特别喜欢老子。老子说：“治大国，若烹小鲜。”（第 60 章）这就是说，治理一个大国就像煎一条小鱼，要慢慢地将它煎熟，要自然而然，不要多翻动，否则就使鱼破碎得不成样子了。据说美国的一位总统就很欣赏老子的这一智慧，他在“国情咨文”中就用这一理念来指导美国那时的经济政策。

科学家也喜欢老子。著名的物理学家汤川秀树关于老子说过这样的话：“早在两千年前，老子就预见到了今天人类文明的状况”，“可能正是这个原因，他才写下了《老子》这部奇书。不管怎么说，使人感到惊讶的是，生活在科学文明发展以前某一时代，老子怎么会向近代开始的科学文化提出那样严厉的指控”。这个问题没有人能够找到答案，也正因为这样，人们对他产生了更加浓厚的兴趣。

当然哲学家对于老子更有兴趣了。西方的哲学家对老子有很高的评价，黑格尔把老子的思想和欧洲人老祖宗的哲学相比，认为它们有重要的共同之处，“有点像我们在西方哲学开始时那样的情形”。黑格尔尊崇老子哲学，把它同希腊哲学一样看成是人类哲学的源头。

现代西方有一个大哲学家叫海德格尔，影响很大。他的思想和西方哲学逻辑的传统不一样，倒与中国的老子很合拍。比如老子说“有无相生”，还说“有之以为利，无之以为用”等等，这种思想给海德格尔一看，太吻合了，这就叫知音啊！所以他对老子的一系列思想都非常赞赏。

他还请人用中文把《老子》第 15 章中的两句话写在硬纸片上，悬挂在自己书房的墙上，朝夕相对。这两句话是：“孰能浊以静之徐清，孰能安以动之徐生。”这两句太美妙了，太哲学了，又太文学了，然而又太深奥了！也许正因为如此，这位大思想家才特别喜欢这一美言。

再说东方，比如在日本，他们的汉学很兴旺，喜欢并研究《老子》的人不少，翻译《老子》的也不少，《老子》对他们的影响很大。被视为 20 世纪首屈一指的禅学大师铃木大拙就受到老子很深的影响。他不仅称号“大拙”来源于老子说的“大巧若拙”一语，而且老子所说的“大器晚成”也是享龄近百岁的铃木禅学自我发展的最佳写照。

当代著名的人文主义物理学家卡普拉曾说过：“在伟大的传统中，据我看，道家提供了最深刻并且最完善的生态智慧。它强调在自然的循环过程中，个人和社会的一切现象和谐在两者的基本一致。”这话说得很好！

可见，在 21 世纪的今天，中国还需要老子，世界也还需要老子！

庄子这一辈子，跌宕而生，起伏而去

庄子，名周，字子休，战国时期宋国蒙（今河南商丘东北）人，一般认为大约生于公元前369年左右，卒于公元前286年之前，与孟子同时而稍晚。

庄子早年曾作过一段时间的漆园吏（看管漆树园的小官），但没过多久，就引退归隐，当了隐士。

庄子的生活十分贫苦。有一次，他穿着一身打着补丁的粗布衣裳，一双用麻绳拴在脚上的草鞋去见魏王。魏王很奇怪地问：“先生，您怎么这样狼狈？”庄周回答他说：“我只是穷，并不是狼狈。一个人的道德不行，才叫狼狈；而破衣草鞋，只是穷而已，我是生不逢时啊！”（《山木》）

庄周本来可以不穷，但是他却主动选择了贫穷。他不想自命高洁，更不想混迹于势利小人之中，依靠阿谀奉迎，为虎作伥，来换取荣华富贵。

有一次，一位叫曹商的人，因为替宋王跑腿，刚去了一趟秦国，宋王便送给他一百辆车作犒赏。他得意洋洋地来找庄子，嘲笑道：“我曹商缺的，是您在陋巷危房之中，困窘不堪，面有菜色；我擅长的，是开悟君王，一下子就得到了一百辆车。您呢？”

庄子看了看这位昔日的学友在显耀今日的显贵，说：“秦王有病，招医生来治，能使毒疮溃散的奖一辆车，愿意为他舔痔疮的，奖五辆。治的方法越卑下，得到的车辆就越多。你就是舔痔疮的那位吗？怎么得到这么多的车呢？赶紧出去，不要污染了我的房子！”（《列御寇》）

曹商只好灰溜溜地走了。后来楚王的使者来了。但是这次却不是来嘲笑庄子，而是拿了重礼来聘他为楚相。当时庄子正在濮水边钓鱼，但是并不像姜太公那样垂而不钓，专等君王来请他。

听完了使者们一番苦口婆心的劝诱，庄子依然持竿凭钓，根本没有回头，说：“我听说楚国有只神龟，已经死了三千多年，被盛在竹篮里，盖着麻巾，当作珍贵的物品安放在宗庙的大堂之上。你们说，这只龟是想死而留骨，为人珍藏呢，还是愿意活着，自由自在地在混水中曳尾而游呢？”“当然是愿意在水里活着了。”使者们说。“好，那你们走吧！我宁愿在混水中生活一生，也不愿被名利尊荣所羁绊，损害生命。你们不要玷污我了，我以终身不仕为快乐。”（《秋水》；《史记·老子韩非列传》）

其实，庄周本是楚国贵族的后代，他父亲一辈为逃避楚国内乱，举家迁到宋国。但是自甘贫穷，逍遥一生，是庄子对自己生存方式的选择。孔子说，不义既富且贵，于我如浮云。庄子则说，富贵仁义者是戕害生命的东西，于我亦如浮云。

他的好友惠施做了魏国的宰相，庄子去看他。有人对惠子说，庄子来魏国，是想取代您作相国！惠子很恐惧，下令在城中搜捕庄子三天三夜，也没有搜到。庄子反而主动找上了门，

对惠子说：“南方有种鸟，名叫鹓鶵，乃是一种凤凰，你听说过吗？鹓鶵啊，从南海出发飞往北海，非梧桐不落，非洁白的竹实不吃。非清澈的甘泉不饮。有只猫头鹰得到一只腐烂的老鼠，视若宝物，见到鹓鶵飞过，唯恐腐鼠被抢走，便仰头吓唬鹓鶵。如今你想因为你的魏国那只腐鼠来吓唬我吗？”（《秋水》）

庄子就这样过着隐居的生活。这使他避开了连绵不息的战火和世人对名利地位无休止的追逐。夜晚的时候，庄子独坐户外，默默地体察人生，体悟生死，体认天道。同时也奋笔著书，将自己的心得精心写成文章，阐发逍遥无为的主旨和自由纯洁的精神。

当时没有多少人能理解庄子的行为，更不要说他的思想了。他们固执地拘泥于是是非非、一孔之见，师心自用，自以为得，哪里能知道天的高远，海的博大，大道的深邃而平易呢？哪里能够想象得出怒极而飞、直上九万里的鲲鹏呢？

庄子独与天地精神相往来，与外生死、无终始者为朋友，但并不骄矜于万物，夸耀智慧。人间世界充满罪恶，但是大千世界却天机盎然，丰富多彩，让人如何不留恋？庄子不参与人世的纷争，但并不逃避人世，而是在一定的距离外审视它。他也希望这个世界和平而美丽，但并不想以一种暴力来平息另一种暴力，以一种罪恶来消除另一种罪恶。庄子始终保持着一颗高贵而自然的内心与俗世相处。他的内心充实，犹如长江大河，源远流长，犹如瀚海无边，波澜壮阔。

他也不向任何权贵低头，不向任何俗见让步。那并不是伪装出来的深沉和高贵，而是自然的深邃和崇高，纯粹而无瑕疵。

因此，《庄子》一书，虽然是满是梦幻奇言、漫无边际，但其中却没有辛酸和哀怨，而是升华出一份永恒的追求。

庄子的哲学也是参悟生死的哲学，是不遣是非、休乎天钧的哲学，是得意忘言、逍遥自由的哲学。它也许根本就不是一种学问，而是一种生存方式，一种对生活的选择、对天道的感悟。庄子的精神，犹如一块宝石，虽身陷污泥，命运多舛，但总会光芒四射……

也是因为这个，许多有志于勘破生死的年青人走到庄子的身边来。晚年的庄子，放弃了漆园小吏的工作，专心的著书和教授徒弟。对于清心寡欲的庄子来说，只要弟子稍微有所侍奉就足够了；而对弟子们来说，他们选庄子为师，并不是为了追逐名利或升官发财，而是出自内心的对老师的追随，对天道的追求。但这样的人毕竟不会多，不会有“多者数万乘，步行者数百人；少者数十乘，步行者数十人”（《吕氏春秋·不屈》）的显赫权势和壮观景象。

庄子随着弟子们游山玩水，品味自然，随机而发，诲人不倦。笑傲王侯，永记江湖，悠游岁月，颐养天年。

庄子由于一直过隐居的生活，平生独行，使他并不为很多的人知道。他的弟子也一心求道，不事功名，默默无闻，无法为老师扬名于世，树碑立传。因而，文献不足考究，连司马迁也语焉不详。

但是根据后世学者的考证，后人认为较为合适的是，庄子生于公元前 368 年或稍后，卒

于公元前 268 年或稍后，庄子对公孙龙子的了解较多，而后者的生卒年代已经基本确定在公元前 325—前 250 年，而他的主要活动是在公元前 284 年之后。很有可能庄子关于公孙龙等名家思想的了解是通过与好友惠施的交谈获得的。因而庄子的思想形成恐怕在公元前 300 年之后。

后来，庄子的妻子死了，庄子失去了与自己相依为命的伴侣。他鼓盆而歌，把内心的悲痛化为对生死的达观和对世俗礼制的蔑视，歌词是这样的：“生死本有命，气形变化中。天地如巨室，歌哭作大通。”

再到后来他的好朋友惠施也死了。庄子失去了平生最好的朋友和最大的辩论对手，悲从中来，在写《天下》篇的时候，想起惠施，非常伤心，为他写了五百余言作为最好的纪念。

当庄子觉得自己快要离开人世的时候，他的心情很平静。弟子们都想厚葬他们的老师，庄子觉得弟子们在这关键时刻并没有看破生死关。于是他说：“我以天地为棺槨，以日月为（陪葬的）美玉，以星辰为珍珠，天地用万物来为我送行，我的葬物还不齐备吗？”

徒弟们不觉垂泪，说：“我们怕乌鸦和老鹰吃您的遗体啊。”

庄子笑了：“天上有乌鸦和老鹰来吃，地上也有蝼蚁来吃啊，要是夺了前者的食物给后者享用，这不是太偏颇了吗？”（《列御寇》）

庄子终于弃世而去。

庄子和他的书、他的思想、他的理想

庄子既是思想丰富的哲学家，又是富于浪漫主义精神的文学家。他善于通过意味深长的寓言故事，来表达自己的思想和感情。在他的笔下，从人物到鸟兽，甚至于一草一木，都是那么栩栩如生，让人抚之可得。

庄子给我们留下《庄子》一书，现存三十三篇，分为内篇七，外篇十五，杂篇十一。这些文章思想性和艺术性以及写作风格略有差异，可能不是出自庄子一人之手，而有弟子们的著作掺杂其中，但通篇的基调是一致的，所以可以把它看作庄子的思想。这部书，既给人以无限快乐的艺术享受，又能让人充分领略到深刻的哲理，所以庄子既是艺术大师，又是哲学大师。

在哲学上，庄子继承了老子的思想，对自然界进行了广泛的研究，提出了世界的本原是“道”的思想。

庄子认为，“道”是看不见、摸不着的，在没有天地以前，“道”就存在着。天地万物都由它产生，连上帝鬼神都靠它显示作用。他把贯通整个天下的东西都看作是气，万物由气而生，人也由气而生。人的生死只不过是气的聚散，因此，生不值得看重，死也不值得可惜。他的妻子死了，他竟然盘着双腿敲着瓦盆唱歌，使前去吊唁的惠施大吃一惊，批评他违背人理。而他却不以为然，认为人的生死不过和春夏秋冬四时的运行一样，是自然而然的事，妻子安

睡在天地这个大房子里，得到了宁静，不应该用哭泣破坏她的安宁。（《至乐》）

庄子还探讨了时间和空间的无限问题。他认为时间是无限的，没有开端，没有结束。同样，空间也是无限的。他举例说，中国在四海之内，就像一粒米放在大仓里一样；而四海在天地之间，就像蚂蚁穴放在大湖里一样。（《秋水》）这个比喻对于开拓人们的视野，从而认识空间的无限性，是有启发作用的。

庄子还强调了运动的绝对性，他认为整个世界是变动不居的，正如月亮有圆有缺一样，不能停留在某一种状态。一切事物都处在生长消亡、终则有始的运动变化之中，这是万物的道理。一切事物都像马奔腾向前，永远不停地变动迁移着。（《秋水》）

在认识论方面，庄子最突出的是反对儒家和墨家独断论的真理观，认为真理没有客观标准。儒家认为他们的仁义礼智是绝对真理，墨家认为他们的尚贤尚同是绝对真理。庄子认为，历史在不断发展着，不同的历史时代有不同的情况，把一种道理奉为绝对真理是完全错误的。他举例说，人睡在潮湿的地方就腰疼，但泥鳅也这样吗？人爬到高树上就害怕，但猴子也这样吗？这三种东西到底谁的生活习惯最合乎标准呢？人类吃肉，麋鹿吃草，蜈蚣吃小蛇，猫头鹰和乌鸦却喜欢吃老鼠，这四种东西到底谁的口味最合标准呢？毛嫱和西施都是世上公认的美人，但鱼见了要深入水底，鸟见了要飞向高空，麋鹿见了要飞速逃跑，这四种东西究竟哪一种的美最合标准呢？（《齐物论》）

庄子还认为是非是相对的，真正的是非是无法确定的，主张消弭一切是非。从另一方面，庄子认为人的生命是有限的，而认识的事物却是无穷的，用有限的生命去追求无限的认识事物，只能使自己很疲困。既然这样还要去追求认识，那就会弄得更加疲惫不堪，这就是庄子《养生主》里说的：“吾生也有涯，而知也无涯。以有涯随无涯，殆已。已而为知者，殆而已矣。”对于人应该怎样来对待认识的问题庄子提出了“知有所待”的思想，他认为认识要有一定的条件才能判断其是否正确，而这所待的一定条件却是变化无定的。因此，要想取得认识，就必须超脱普通感情，要有特殊修养，达到真人的境界。这样才能取得真正的认识。

相对主义是庄子哲学最重要的特色。他看到矛盾是普遍存在的，鲲鹏与蜩鸠之间，有形体大小的不同，飞翔有高低、远近的差别。早晨生晚上死的小虫不知一个月的时光，春天生夏天死、夏天生秋天死的寒蝉不知道一年的时光。而楚国南边有只灵龟，以五百年为一春季，五百年为一个秋季；上古更有一棵大椿树，以八千年为一个春季，八千年为一个秋季；人类中的彭祖以七百岁为高寿。这些都是寿命长短的不同（《逍遥游》）。事物和事物之间有差别，任何具体事物内部也都包含着有无、大小、美丑、善恶等等各种矛盾。但庄子并不是到此为止的，他更进一步认为，人们在发现矛盾一方的同时，又可以发现它的对立一方。他看到许多矛盾对立面之间的相互依存和相互转化，片面地夸大了事物变化的绝对性，错误地认为转化是没有条件的，因而是绝对的，否定了事物在一定条件下的相对静止，于是也就否定了事物质的规定性。这样，每个事物都既可以是有，又可以说是无；既可以说是大，又可以说是小；既可以说是它自己，又可以说不是它自己。最终也就认为事物之间、矛盾对立

方面之间是彼此无别的。庄子提出了“万物一齐，孰短孰长”（《秋水》）的名言，认为世间万物是一样的，没有什么差别。这种思想在《齐物论》篇作了最集中的阐述。

庄子还认为，任何事物都有它大的方面，也都有它小的方面。如果从大的方面去看，万物没有不大的；从小的方面去看，万物没有不小的。明白了天地和米粒一样小，毫毛和丘山一样大，也就看到了万物量的差别。（《秋水》）事物的有用和无用也是这样，对别人的“无用”，正是对自己的“大用”，因为对别人无用，别人就不会侵犯自己，这样就可以保全自己。为此庄子还讲了一个故事说明这个问题。有一次，他在山中走着，看到一棵很大的树，枝叶长得那样茂盛，但伐木的人却停在树下不去砍伐它。他问伐木人为什么不去砍伐，回答却是“没有一点用处”。庄子说：“这棵树正是因为不中用才能终享天年。”后来，庄子从山上下来，到朋友家去。朋友很高兴，让童仆杀一只鹅款待他。童仆问主人说：“一只鹅会叫，另一只鹅不会叫，杀哪一只好呢？”主人让童仆杀那只不会叫的。第二天，学生们问庄子说：“昨天山上的树林因为没有用所以享尽自然的寿命，而主人的鹅却因为‘不材’而被杀，请问先生怎样才能自处呢？”庄子笑着回答他们说：“我将处于‘材’和‘不材’之间。‘材’和‘不材’之间，看来是处在恰当的位置，但其实仍不能免于祸患。不如顺其自然而处世，既没有美誉也没有毁辱，永远不偏执于任何一个固定点。”（《山木》）庄子强调了要完全解脱祸患，干脆必须消灭“材”与“不材”即有用和无用之间的差别。

为了贯彻这种万物一齐的思想，庄子提倡“天钧”和“两行”。庄子说，人们往往竭尽心智去求取一致，但是并不知道它本来就是相同的。有一个养猴子的人，喂一群猴子吃栗子，对这些猴子说：“早晨给你们三升栗子，晚上给四升。”这些猴子急了，都很生气。养猴子的人又说：“那么早晨给你们四升，晚上给三升。”猴子们听了都高兴起来。其实栗子数量并没有变，但猴子的喜怒却因为顺序的不同而不同，这也只是顺着猴子主观的心理作用罢了。所以圣人不执着于是非的争论而保持着“天钧”（自然均衡），这就叫做“两行”。（《齐物论》）庄子所说的“两行”，就是让世俗的谁是谁非的争论得到调和，用彼此没有分别的自然均衡去平息争辩，实际上也就是取消是非。

庄子认为要做到齐万物，首先还得做到齐“物我”，即泯灭外物和主体、客观世界与主观世界的界限。事物的差异不是客观事物本身所固有的，而是认识主体观察问题的角度不同所造成的。（《秋水》）如果单从差异的角度去观察事物，那么，即使同一身体内脏中的肝和胆，也会被看作像楚国和越国那样遥远，差别那样大；但如果单从相同的角度去观察万物，万物又没有差别了，所以庄子认为人的最高境界就是“至人无己，神人无功，圣人无名”（《逍遥游》）。只有忘掉为功名所束缚的小我，才能达到和天地精神往来的境界，进入没有矛盾和差别的世界。

庄子有着自己的理想中的社会，有自己的处世态度。他的理想社会就是“至德之世”，在这个社会里，没有君子和小人之间的分别，人和鸟兽同居，和万物并聚，大家都不用智谋，也都没有贪欲，所以都可以不离失本性，纯真朴实，人们自然而生，自然而死，过着“织而