



拥抱庸碌竟成道 随而不逐即修为

《道德经》其实很现代！

《道德经》其实很未来！

《道德经》蕴涵了风水密码！

《道德经》让你分分钟把握明天！

每天设计新生活

每天设计新生活

《道德经》18讲

红尘 著

图书在版编目(CIP)数据

每天设计新生活:《道德经》18讲 / 红尘著.

—南京:江苏人民出版社,2012.2

ISBN 978-7-214-07610-6

I. ①每… II. ①红… III. ①道家 ②《道德经》—研究 IV. ①B223.15

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第228325号

书 名	每天设计新生活:《道德经》18讲
著 者	红 尘
责任编辑	王保顶
特约编辑	秦 蕊 李 丹
文字校对	陈晓丹
装帧设计	门乃婷工作室
出版发行	凤凰出版传媒集团 凤凰出版传媒股份有限公司 江苏人民出版社
集团地址	南京湖南路1号A楼 邮编:210009
集团网址	http://www.ppm.cn
出版社地址	南京湖南路1号A楼 邮编:210009
出版社网址	http://www.book-wind.com
经 销	凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷	北京市同文印刷有限公司
开 本	700毫米×1000毫米 1/16
印 张	17
字 数	171千字
版 次	2012年3月第1版 2012年3月第1次印刷
标准书号	ISBN 978-7-214-07610-6
定 价	30.00元

(江苏人民出版社图书凡印装错误可向本社调换)

自序

在大地写下自己的故事

很久以前，有几个英国人因为意外走进了香格里拉。这里没有邪恶和悲伤，没有自私与争斗，这是和平幸福的秘境，更是每个人心中遍寻不得见的福地。

更久以前，中国人为了寻找同一片福地费尽心血。有的人找到了，就写下找寻的方法。有的人没有找到，于是按前人的方法去创造。一代一代过去了，时间一去不回，可是寻找福地的法门沉淀成博大精深的风水学。英国人找不到进入香格里拉的路，华人却有一份厚厚的地理指南——风水。

多年以来，我以风水的名义不停地爬山涉水，我曾经认为，这些努力是为了寻找能为天下人和自己带来幸福的龙。一次次登高履险、饥餐渴饮，随着山脉起伏河流曲折带给尘世的兴衰成败、悲欢离合而狂喜痛哭，日晒雨淋中所见的风水堂局，慢慢在心田中连成一片广阔大地。终于有一天，我看出静止的大地原来活力奔腾，山川河流平原湖泊生机勃勃，环境在我眼中不再是麻木死物，这是个息息相关的有情世界。山是金龙，水是血脉，平原是肚腹，山谷是怀抱。我找到了

龙脉，却没有找到属于全人类的福地，但是我对此有绝对的信心，因为我终于看到大地发出的声音，尽管无法用语言文字去表达。

大地记录着历史，人类在大地上写自己的故事。大地向我们诉说早在人类文明之前就存在的天道，生活在大地上的人们却一直苦苦思索。那时，生活幸福的人尊重大地，在痛苦中挣扎的人向大地求助。不知道是不是真的，风水经典的记载总是能让人实现愿望。但是当我按图索骥去寻找，却发现“天地不仁，以万物为刍狗”，世间的痛苦和苦难是如此之多，命运是如此无可奈何，这片大地真的有照顾过我们吗？

其实这就是天道，只是我们无法读懂，因为“人法地，地法天，天法道，道法自然”。人与道之间隔着天与地，人要走近道，那就让我们向着养育生命的大地来一起学习吧。

CONTENTS **目 录**
每天设计新生活

自序 在大地写下自己的故事 / 001

第 1 讲 顿悟非一日之功
——从龙脉看道 / 001

第 2 讲 找寻心灵之源
——寻龙路上悟得道 / 011

第 3 讲 适应规则最自然
——阴阳平衡须搭配 / 021

第 4 讲 放低身段易得支持
——胜人者有力，自胜者强 / 031

第 5 讲 以柔克刚话不争
——“上善若水”说尽道家核心 / 043

第 6 讲 勇敢接受先天命
——恰当运用命理学 / 057

第 7 讲 摆正心态应对命运
——在“无可奈何”中“安之若命” / 067

第 8 讲 知足是人生之宝
——“由我之命”正是维护天道 / 079

第 9 讲 顺应自然，善待自然
——知天道、合天道、守天道乃重中之重 / 091

第 10 讲 树立正确的善恶观
——用正义和善良完善自我 / 107

第 11 讲 领悟“无为”真意
——好风水其实浑然天成 / 123

第 12 讲 独立精神最可贵
——风水师应具备科学精神 / 137

第 13 讲 敢于存疑获取真相
——用实践科学验证风水学 / 155

第14讲 坦然正视缺陷与不足
——道家的完美无定式 / 169

第15讲 崇尚自由的信仰
——在“道”中成就自我 / 189

第16讲 属于华人的道教
——道法自然皆随缘 / 209

第17讲 维护平等意识
——万物并作才完满 / 229

第18讲 放开思想，深入思考
——新道家，新生活 / 245

后记 心中的日月 / 259

第 1 讲

顿悟非一日之功 ——从龙脉看道

农民不会因为耕田而成为农业科学家；驴友不会因为爬山而懂地理学；风水师看遍龙脉九星，龙也不会从山中幻化出来。世上本无龙，风水家只是用龙来比喻山脉。那不是一天的顿悟，而我也慢慢明白，龙代表的不只是那个形态，而是大地生生不息的精神。

史官发现道

有的人为什么伟大？因为他们超越了自私的小生命，把关怀投入全人类，全部生灵以至于天地万物。2500年前的老子必然以这样的心环顾过宇宙。道是什么？这是个大问题，可是我们应该先想这个问题的起点：老子为什么会想到道，为什么要写道？这只有一个原因，就是对人类生存下去的终极关怀。

这个白发男人眼中的世界充满人性之恶。那时周朝从宗法社会过渡到封建社会，科技在发展，机巧的工具日益增加，器具越来越华美，色彩和美食越发丰富，文明在提升，各种学说开始涌现，可是社会并没有因此令人快乐和满足，人类比氏族社会的时候更加堕落，堕落得让这位名叫李耳的周朝史官彻骨心寒。他的心里一定在想：“人类这么走下去，迟早会灭亡啊。”据记载，李耳因为一出生就满头白发，所以

被称为老子。他是世袭史官，工作就是负责阅读和整理人类历史。人类发展历程在他脑海里清晰的脉络，在大量的研究对比中，他得出一个结论，人之道与天之道背道而驰。文明程度越高，就越彰显人性之恶：凶残、自私、狡诈、势利、傲慢、偏见、无耻、媚上、欺下、纵欲、嗜杀、猜疑、贪婪、浮躁、奢华……如果要数下去起码还能多一页纸。

那时一场战争就要死几百几千人，老子的心被震撼了，为了让每个宝贵的生命能享尽天年，让每个人安居乐业好好地活过这一辈子，他迫不及待地寻找拯救人类之道。

《道德经》完成之后，历史进入战国时代，一场战争能夺去几十万人的生命，近代世界大战每次死亡几千万人，老子担心的一切都发生了，只有他的道没有普世实行。道家之道是为了“生”而存在的，以《道德经》发阐而出的道教，终极目标也是“贵生”，如此善待人类和人性的道有那么难懂吗？有那么难做到吗？道又是什么？

道中有希望

风水格言说：“三年寻龙，十年点穴。”此言不虚，以读者们的聪明程度，看山没三年经验，基本上不能把龙看出来，实际上我三年没

学会寻龙。可能一来红尘比较笨，二来 20 世纪 80 年代交通不发达，每要去看山，就要坐火车汽车穿州过府，到了山下整理好行李又要上山，这样一次折腾下来起码一个星期，可能龙没看到就先累倒了。

风水巨著《撼龙经》上记载了天下龙脉走势、大小形态，还记载了龙脉山顶的九种变形，也称“九星之变”，可以说繁复到极点。我把《撼龙经》记载的九星形态全部亲眼看过一遍，大概是在我学风水后第七年，当时大为感叹《撼龙经》的作者怎么可能知道天下的山有这么多形态，而且还分散在大江南北，难道他也一一走过？虽然 20 世纪 80 年代没有高速公路，没有空调大巴，没有后来我专门用于登山的越野车，可是我毕竟是坐汽车到山脚才开始爬。难以想象古代地师怎么能以双脚走天下，三年完成寻龙课程。那一定是令人发疯的三年，疲于奔命的三个春秋。

农民不会因为耕田而成为农业科学家，驴友不会因为爬山而懂地理学；风水师看遍龙脉九星，龙不会从山中幻化出来，没有悟就是没有悟。世上本无龙，风水家用龙来比喻山脉，就像老子用道来比喻“那个”一样不知所云。七年过去了，我眼中的山还是山，偶尔想象成龙形也是一个不伦不类似是而非的雕塑，等我把山看成活物的那一天，已经是十年之后。

那不是一天的顿悟，而是在龙脉上发生的人类历史像拼图一样缓慢完成的观照。我慢慢明白，龙代表的不只是那个形态，而是大地生生不息的精神。正如《撼龙经》说：龙神二字寻山脉，神是精神龙是质。

人要师法大地，就是学习大地的无私和好生。人把愿望寄托给大地并形成风水学，正是因为大地的厚德载物给人以稳定和信任。风水不仅仅是为了混饭吃而存在的。寻找这条龙，就是寻找人类的幸福和希望。道不也是在人类因为文明而堕落之时产生的智慧吗？这智慧必定要背负起人类的希望。

探求生命力之源

登山寻龙就是寻道，龙与道有着月亮与光的关系。其实，道和什么没有关系呢？

道冲而用之久不盈，深乎万物宗。挫其锐，解其忿，和其光，同其尘。湛常存。吾不知谁子？象帝之先。（《道德经》第四章）

明明是空虚的道却用之不尽，深远而像万物的起源。道不显露锋芒，以简驭繁；道在光明时如光明，在尘垢处如尘垢。在幽暗中依然不湮灭。我不知道从何而来，仿佛在天帝存在之前就存在。

道是宇宙的起源，以至于在天帝或造物主之前就有了道，这个形而上的深刻，超越了人类一切知识与想象，在老子的同一时代，还有谁提出过这样的追问？“象帝之先”的观点对应了《道德经》第一章结尾的两句：玄之又玄，众妙之门。玄是指黑色幽深的无明之地，也代表万物的起源状态，玄之又玄则是指起点之起点，老子的追问直逼宇宙核心的核心，开始的开始。宇宙和我们都因为道而存在，我们和天地万物都带着道的基因，只是远近有别。

人离道远矣，大地才是道的直接表现。龙脉是一切风水的起点，没有寻找到龙脉的风水分析是徒然。天下龙脉发源于昆仑，南龙奔入中国又分支出各祖山，一切龙脉都有共同的起点，可是表现到每条龙脉时又产生了个性。不关注背后龙脉的形态特质，只把眼光看在眼前一片小地的龙虎案砂水向之上，就像以“活在当下”为借口，放纵及时行乐的欲望，最终走向形体与精神的过早死亡。

不少风水师不愿意浪费时间精力爬到最高峰判研龙脉吉凶，更多的风水师是根本看不懂龙脉为何物，只管走到山腰漫点龙穴，伸手一指背几句似是而非的口诀，一点两点三点都是吉穴，有如摘苹果一样轻松。就算点穴之法都用对了，没有龙脉之气在后面支持，穴中又怎么会有强大的福力呢？好龙脉就像无名隐身在后的道，我们站在穴前看不到背后的山有多高，有多美好，可是真正的力量偏偏来自我们看不到的地方。而不得龙脉之穴就像华丽的水龙头拧开之后流不出一滴水。更糟糕的是头上龙脉凶煞破败，却在山下出现一个漂亮花假穴，

一场欢喜一场空还是小事，错定都城选址伤害无数生命才是真正的灾难。《撼龙经》说：

吉星之下无不吉，凶星之下凶所存。况是凶龙为不穴，
只是闲行引过身。纵然有穴必是假，假穴如何保久存。

龙脉山顶是吉形，下面的龙穴也不会差。龙脉山顶是凶形，下面也生不出好穴。何况凶龙脉不会生出真龙穴，只是无穴可用的行龙，就算有穴也是假。

做学问从根基做起，看风水从龙脉看起，学道从源头学起。龙脉分五行九星，这些可以从《撼龙经》中学习，不在此赘言。在这里和大家分享更回归根本的龙脉吉凶辨别法。通过这些辨龙之法，可以简单准确地体现道的本性，就算不懂五行九星繁复变化，一样可以在多数情况下看准龙脉吉凶。在城市，可以通过龙脉判研估计此城的大吉凶与发展前景以决定去留；在住宅，可以估计出是否有长久吉运，如果附近有良好的龙脉，做好家居风水就会大有前途；在祖先墓地，可以看龙脉估计吉凶的倾向，就算自己不精通风水，也不至于懵然无知大难临头才请风水师来救应。

勘察龙脉

勘察龙脉不用马上爬到龙脉山顶，反而要远离龙脉，从正面和侧面观察。

首先要看龙脉的行动。山不会动，可是山体分支形态会表现出龙脉之气的“动势”。

最常见的山脉是“行龙”，行龙的特征是山脉的支脚向后支撑，就像龙舟前进时，船夫把船桨用力向后划动。支脚向后越长越有力，行龙之势也就越猛。这种龙脉之下不宜建大城镇，也不宜有阴宅墓地。行龙之下常见的环境是田野和小村落，往往是长途公路经过的地方。

“止龙”之势不常见，见则离真穴不远了。止龙的山脚与行龙的形态正好相反，两个或四个山脚分左右向前撑去，就像跑起来的小狗急停时的动作，这一刹止正好把两支前山脚形成了包围明堂的青龙白虎两砂手。换言之，止龙已经形成结穴的大前提。

《道德经》第二十六章写道：“重为轻根，静为躁君。”意思是说稳重为轻浮的根本，平静是躁动的君主。道不静不为道，龙不止非真龙。但是止住的是什么龙，就要看得更细。

而最有生机的莫过于“生龙”，它的特征不在于山有多高，而是在于山脊起伏和左右腾挪有多活跃。起伏腾挪的山势证明此龙生气勃勃，就算龙首和支脚呈止龙之势时，依然可以感到蕴藏其中的活力，像精力充沛经常运动的青少年，就算静静站着都能感到浑身是劲。“生龙”最

适合用于有活力的事业和Activity力强的场所。

“生龙”对立的反面是“病龙”，同时还有类似的“恶龙”，两者大体上都是山石嶙峋、树木稀少，泥土流失没有植被，龙脉行走路线不活跃，只是一味向前直去。不同的是，“病龙”势弱起伏不大，“恶龙”山体强横顶刺张扬。这两种龙脉就算止住也没好地可用。

又有“福龙”和“肥龙”，都是山体肥胖圆润，土多树多而石头少，不同的只是“福龙”的土层更厚，而“肥龙”的土层更加滚圆，从原理上说没有必要这样细分，总之看起来结实肥壮的山脉都是吉祥的，在《撼龙经》里都被归类为“雌龙”，其作用是发家致富。

“福龙”和“肥龙”对立的反面是“瘦龙”和“急龙”，两种龙脉都是高耸狭窄，石多树少。不同的是，“瘦龙”不一定不好，有些“瘦龙”山体硬朗高洁，上有巨大优美圆满的石块从山体冒出，这称为“曜星”，是龙脉精神旺盛不可不泄之象。不少名山有这种仙风道骨，形态吉祥的称为“雄龙”，多旺军政要人与状元人才。而“急龙”是指山坡非常陡峻的高山，无论山体植物绿化如何，都是大凶大煞之地，无穴可结无地可用。鉴于“雄龙”不易分辨吉凶，所以建议大家不要擅自判断，没有专业人士协助时，最好另选宝地。

从上面的选择可以看出，风水认为雌龙比雄龙更重要，更容易把握。在地理学上，低圆而树木茂盛的雌龙，正是土地肥沃、人民富裕的典型地貌。

知其雄，守其雌，为天下溪。（《道德经》第二十八章）