

南怀瑾

南怀瑾讲述

老庄中的名言智慧

南怀瑾先生

长期精研国学，

对儒、道、佛皆有精湛造诣，

兼通诸子百家、诗词歌赋、天文历法、医学养生，

学贯中西，堪称一代宗师。

他常以亲身经历和独到见解，

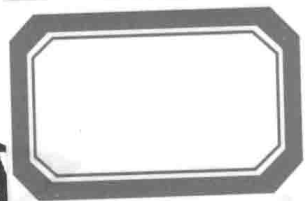
结合历史事实和先哲智慧，

阐扬优秀传统、人生哲学，

帮助现代人了解中国文化、历史、哲学的精深奥秘，

进一步建立文化归属感，

增强民族自信心。



为怀瑾

南怀瑾讲述

老庄中的名言智慧

图书在版编目(CIP)数据

老庄中的名言智慧/南怀瑾讲述. —2版. —上海:
上海人民出版社, 2014
ISBN 978-7-208-11831-7

I. ①老… II. ①南… III. ①道家②《道德经》—通俗读物③《庄子》—通俗读物 IV. ①B223-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 246198 号

责任编辑 金 婕

封面设计 陈 楠

老庄中的名言智慧

南怀瑾 讲述

世纪出版集团

上海人民出版社出版

(200001 上海福建中路193号 www.ewen.cc)

世纪出版集团发行中心发行

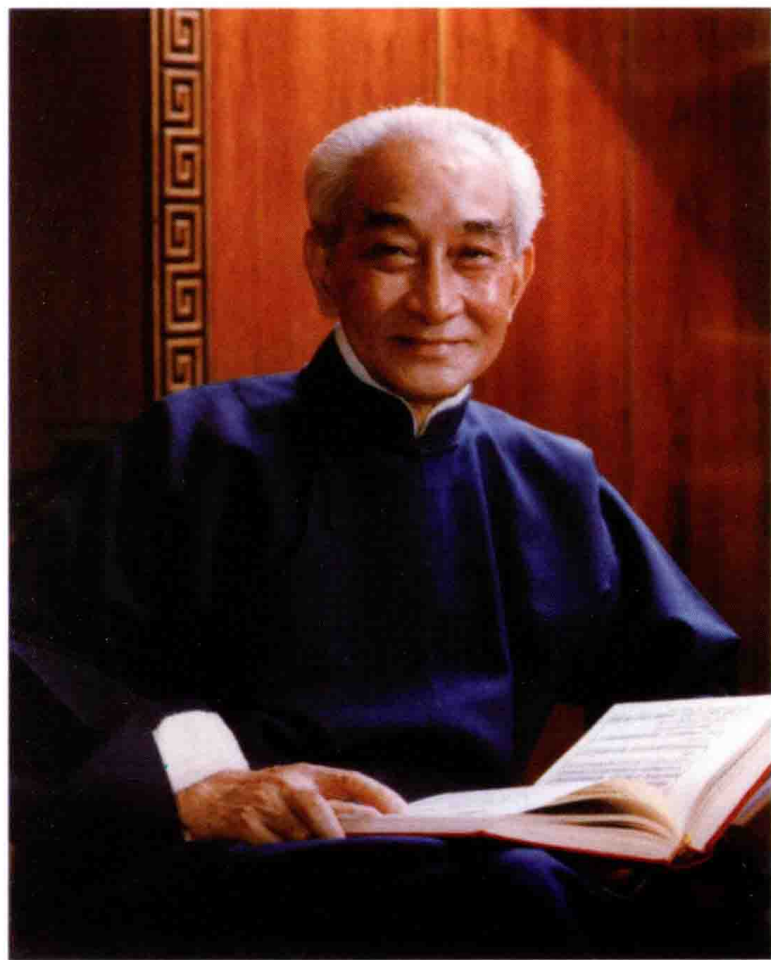
上海中华商务联合印刷有限公司印刷

开本 890×1240 1/32 印张 3.5 插页 3 字数 66,000

2014年5月第2版 2014年5月第1次印刷

ISBN 978-7-208-11831-7/B·1019

定价 20.00 元



南懷瑾

出版说明

南怀瑾先生一九一八年诞生于浙江温州乐清一个世代书香之家，抗日战争时期投笔从戎。后赴台湾，执教于台湾文化大学、辅仁大学。又远赴美国、欧洲等地，考察讲学。门生弟子遍天下。先生长期精研国学，读书数十万卷，于儒、道、佛皆有精湛造诣，兼通诸子百家、诗词曲赋、天文历法、医学养生诸学，对西方文化亦有深刻理解，学贯中西，著作等身，堪称一代宗师，在中西文化界享有巨大声望。

南怀瑾先生关心国家统一、民族振兴大业，一生致力于复兴中华优秀传统文化。近年来，以望九高龄，仍奔走各地，建立学堂，讲解传授，为弘扬、传承民族传统文化之精粹尽心尽力。其成就贡献，举世称誉；其执著精神，感人至深。

《老子》和《庄子》都是中国文化哲学、政治思想的重要源头之一，内容博大精深，涵盖世间、出世间的重要观念法则和人生修身养性之道，是中华文化的重要经典。其中大量简朴而充满智慧的话语，在国人口头和笔下早已成为名言警句。南怀瑾先生青年时期即遍研诸子百家之学，自立之年，又深入经藏道法，历经多年身体力行实证，深得老、庄精髓。《老

《老庄中的名言智慧》分别选自南怀瑾先生的《老子他说》、《庄子諵譚》两书。读者可通过南先生深入浅出充满睿智的解释,轻松喜悦地进入《老子》和《庄子》的境界,汲取其中的菁华,获得人生的智慧。

本书原在台湾以《老子中的名言智慧》和《庄子中的名言智慧》为题分别出版,今蒙南怀瑾先生独家授权,本社依据台湾薇阁文化事业有限公司繁体字版将两书合为一书,取名《老庄中的名言智慧》,重新排版出版。

上海人民出版社
二〇〇九年一月

上篇：《老子》中的名言智慧

美之为美，斯恶已。善之为善，斯不善已	001
有无相生，难易相成	002
长短相较，高下相倾	002
音声相和，前后相随	003
功成而弗居	004
不见可欲，使民心不乱	005
不贵难得之货，使民不为盗	006
虚其心，实其腹	006
挫其锐，解其纷	007
天地不仁，以万物为刍狗 圣人不仁，以百姓为刍狗.....	008
圣人后其身而身先，外其身而身存，非以其无私邪， 故能成其私	010
持而盈之，不如其已	010

上善若水	011
揣而棷之,不可长保。金玉满堂,莫之能守	012
富贵而骄,自遗其咎	013
五色令人目盲。五音令人耳聋。五味令人口爽。	
驰骋畋猎,令人心发狂	014
宠辱若惊,贵大患若身	015
孰能浊以静之徐清	016
万物并作,吾以观复	017
夫物芸芸,各复归其根,归根曰静,是谓复命,复命曰常	017
悠兮其贵言,功成事遂,百姓皆谓我自然	019
人之所畏,不可不畏	020
俗人察察,我独闷闷	021
曲则全,枉则直,洼则盈,敝则新	022
不自见故明,不自是故彰,不自伐故有功,不自矜故长	023
夫唯不争,故天下莫能与之争	025
飘风不终朝。骤雨不终日。孰为此者? 天地。	
天地尚不能久,而况于人乎	026
企者不立,跨者不行	027
人法地,地法天,天法道,道法自然	028
圣人终日行,不离辎重	028
虽有荣观,燕处超然	029

轻则失本,躁则失君	029
-----------------	-----

下篇:《庄子》中的名言智慧

举世而誉之而不加劝,举世而非之而不加沮	031
至人无己,神人无功,圣人无名	032
偃鼠饮河,不过满腹	033
越俎代庖	034
大而无用	036
槁木死灰	037
师心自用	039
道隐于小成,言隐于荣华	040
天地一指,万物一马	041
朝三暮四	042
秋毫之末	043
存而不论	044
大道不称,大辩不言	045
大仁不仁	046
大廉不赚	047
大勇不忮	048
止其所不知	048
一问三不知	049
孟浪之言	051
生有涯而知无涯	053

人皆知有用之用,莫知无用之用	054
德有所长,形有所忘	055
庄周梦蝶	056
为善无近名,为恶无近刑	057
缘督以为经,可以保身	058
技进乎道	059
官知止而神欲行	059
刀刃若新发于硎/游刃有余	060
怵然为戒/踌躇满志	062
人之貌有与也	063
神虽王,不善也	064
遁天倍情,忘其所受	065
安时处顺,哀乐不入,谓之县解	066
薪尽火传	067
道不欲杂	068
存己而后存人	069
德荡乎名,知出乎争	070
名也者,相札也;知也者,争之器也	071
绳墨之言	072
名实者,圣人之所不能胜也	074
内直外曲	075
与天为徒/与人为徒	075
听之以气	077

寡不道以欢成/有德者能之	078
安之若命	079
福轻乎羽,莫之知载	080
以巧斗力	080
忿设无由,巧言偏辞	081
兽死不择音	082
无迁令,无劝成	083
乘物游心	084
螳臂挡车	084
形莫若就,心莫若和	085
意有所至而爱有所亡	086
肝胆楚越	087
人莫鉴于流水,而鉴于止水	088
受命于天	089
鉴明则尘垢不止	090
自状其过	091
游于羿之彀中	092
以其知之所知,以养其知之所不知	093
其嗜欲深者,其天机浅	094
翛然而往,翛然而来	094
不忘其所始,不求其所终	095
死生,命也	096
相啍以湿,相濡以沫,不如相忘于江湖	096

大块载我以形,劳我以生,佚我以老,息我以死	097
藏舟难固	099
撝而后成	100
莫逆之交	101
安时处顺	102
忘其肝胆,遗其耳目	103

上篇：《老子》中的名言智慧

美之为美，斯恶已。善之为善，斯不善已

无论后世哪一种宗教，或教育哲学，
都会树立一个美和善的架构(标的)。

殊不知变生于定，二由一起。

凡是人为所谓的美与善的道，
一落痕迹，早已成为不美不善的先驱了。

故老子说：“天下皆知美之为美，斯恶已。皆知善之为善，斯不善已。”

老子说：

“知不知，上。不知知，病。

夫唯病病，是以不病，

圣人不病，以其病病，是以不病。”

这就是说明真是天纵睿知的人，

决不轻用自己的知能来处理天下大事。

有无相生，难易相成

有与无，是彼此互为因果，相生互变的，

它的重点在相生的这个“生”字。

难与易，本来互为成功的原则，

它的重点在难易相成的这个“成”字。天下没有容易成就的事，

但天下事当在成功的一刹那，是非常容易的。

而且凡事的开始，看来都很容易，做起来却都太难。

但“图难于易”，却正是成功的要诀。

人生的遭遇，成功与失败，

吉、凶、祸、福，都有它的原因，

真有智慧的人，要知道它的原因，

不需要烦恼，不需要忧愁。

长短相较，高下相倾

高与下，本来就是相倾而自然归于平等的。

它的重点，在相倾的这个“倾”字。

高高在上，低低在下，从表面看来，绝对不是齐一平等的。

但天地宇宙，本来便在周圆旋转中。

凡事崇高必会倾倒，复归于平。

即使不倾倒而归于平，

在弧形的回旋律中，高下本来同归于一律。

音声相和，前后相随

音与声相和，才构成自然界和谐的音律，

因此又有“禽无声，兽无音”的说法。

前与后，本来是相随而来，相随而去，没有界限的，

无论是时间的或空间的前后，都是人为的界别。

它的重点，在这个相随的“随”字。

前去后来，后来又前去，

时空人物的脚步，永远是不断地追随回转，而无休止。

总之，老子指出无论有无、难易、高下、音声、前后等现象界的种种，都在自然回旋的规律中相互为用，互为因果。

没有绝对的美或不美，善或不善的界限。

因此，他教人要认识道的妙用，

效法天地宇宙的自然法则，

不执着，不落偏，不自私，不占有，为而无为。

所以他便说：

“是以圣人处无为之事，行不言之教。
万物作焉而不辞，生而不有，为而不恃，
功成而弗居。夫唯弗居，是以不去。”

“处无为之事”——

一切作为，应如行云流水，
义所当为，理应为。
做过了，如雁过长空，风来竹面，
不着丝毫痕迹，不有纤芥在胸中。

功成而弗居

我们做人处世，要效法天道。

“作焉而不辞，生而不有。”

尽量地贡献出来，而不辞劳瘁。

但是自己却决不计较名利，功成而弗居为己有。

这是禀承天地生生不已、长养万物万类的精神，

只有施出，而没有丝毫占为己有的倾向，

更没有相对地要求回报。

人们如能效法天地存心而做人处事，这才是最高道德的风范。

如果认为我所贡献的太多，

别人所得的也太过便宜，
而我收回的却太少了，
这就是有辞于劳瘁，
有怨天尤人的怨恨心理，
即非效法天道自然的精神。

不见可欲，使民心不乱

我们要确定欲是什么？

广义的欲，便是生命存在的动力，包括生存和生活的一切需要。

狭义的欲，一般说来，都是指男女两性的关系和饮食的需求。

也许有人会说，人欲正是可爱的动力，
人类如果没有占有支配的欲望，
这个世界岂不沉寂得像死亡一样没有生气吗？
是与非，真难说。但转个方向来看，
这正反映了老子的“不见可欲，使民心不乱”的说法吧！

“万物作焉而不辞，生而不有，为而不恃。”

反而使人们更尊敬、更体认自然的伟大。