

南怀瑾智慧全解

三千年读史，九万里悟道

王颖一著



世事洞明皆学问，
人情练达即文章。
聆听南怀瑾解读中华文化
领悟跨越五千年智慧人生

时事出版社

南怀瑾智慧全解

三千年读史，九万里悟道

王颖著



时事出版社
北京

图书在版编目 (CIP) 数据

南怀瑾智慧全解：三千年读史，九万里悟道 / 王颖著 .—北京：时事出版社，2017.12

ISBN 978-7-5195-0153-2

I . ①南… II . ①王… III . ①南怀瑾 (1917-2012) - 人生哲学 - 通俗读物 IV . ① B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 262330 号

出版发行：时事出版社

地 址：北京市海淀区万寿寺甲 2 号

邮 编：100081

发行热线：(010) 88547590 88547591

读者服务部：(010) 88547595

传 真：(010) 88547592

电子邮箱：shishichubanshe@sina.com

网 址：www.shishishe.com

印 刷：三河市华润印刷有限公司

开本：787 × 1092 1/16 印张：28 字数：450 千字

2017 年 12 月第 1 版 2017 年 12 月第 1 次印刷

定价：56.00 元

(如有印装质量问题，请与本社发行部联系调换)

前言

南怀瑾先生的一生堪称传奇，他是一代国学大师，亦是一代禅宗大师，还是出色的哲学家、诗人、教育家，他用尽毕生心力弘扬中华传统文化。先生幼时在私塾中接受最严格的传统教育，读遍诸子百家，兼顾剑道、拳法等各类功夫，同时在诗词曲赋、文学笔墨、天文历法等方面也造诣颇深。

先生之传奇，其一在于成就，其二在于经历。1918年，南怀瑾先生在浙江温州出生，自幼在私塾中接受教育，嗜书如命，17岁时就已精通四书五经，诸子百家也多有涉猎；自12岁开始习武，在拳术、剑道等方面有其独到见解；19岁那年，眼见国难当头，先生投笔从戎，考入军校，毕业后在军校执教；随后辞去教职，寄情于山水之间，在名山大川间寻访高僧奇士，在深山古刹闭关修习佛法；31岁那年，先生远走他乡，来到台湾地区，他的处女作《禅海蠡测》也在那里诞生。先生著作等身，是一位名副其实的著述名家，他的作品多诞生于20世纪50年代至90年代之间。目前，业已出版的南氏著作达三十多本，其中最为人们所熟知的就有《论语别裁》《老子他说》《易经杂说》《孟子旁通》《历史的经验》《易经系传别讲》和《金刚经说什么》等，他对儒、释、道等各家学说进行比较与提炼，精辟的见解极具大智慧。

这个庞大的著作群构成了一个关于中华传统文化的宏大世界，内容涉及儒、释、道、中庸、易经等各家思想学说，乃至古代历史、哲学、文学等，可谓面面俱到。虽然先生的著作每每以传统文化为主题徐徐展开，但却丝毫没有刻板晦涩的学究之气，可谓深入浅出、触类旁通，以其流畅的文笔和独到的见解终成一家之言。早在20世纪70年代，先生的著述就在台湾地区和海外流行开来，从90年代初期起，他的著作在大陆也陆续得以出版，光是《论

语别裁》一书的销量就在短短几年间突破了百万册。

关于国家与文化之间的关系这一问题，南怀瑾先生有着独到的看法：纵观中国源远流长的古代历史，中国历经数朝乃至经受外来统治而不亡，究其根本，是因为中国文化有着蓬勃的生命力。正如先生所说：“这是一个很严肃的问题，国家不怕亡国，国家亡了，还有办法复国，但是，一旦文化亡了，就会永世不得翻身。不妨回顾一下古今中外的历史，无论哪个民族，如果文化亡了，就再无能翻身的前例。”寥寥数语间，先生将文化对历史和社会的深刻影响点明、点透。

儒、释、道三种思想发祥于同一时代，经过两千多年的融合，最终共同构成了中华传统文化的核心内涵。三者堪称中国传统文化殿堂之中的瑰宝，对此，先生的一个比喻颇为生动：“儒家是粮店，社会中的每个人每时每刻都离不开它；道家是药店，社会或个人有了什么问题，可以利用道论来调节、治疗；佛家是百货铺子，陈列的东西五花八门，让你看花了眼，你大可以进去走马观花，图个新鲜，也可以挑上一两件自己可心的。”

与此同时，先生传奇的一生也让他对人生有着独到的领悟，他熟谙人生的大智慧。先生一生好学，手不释卷，他的学识是一般人难以企及的；在修身养性、为人处世、求知教化等方面，他也有着别具一格的见解，他的成就与经历是我们漫步人生的灯塔。谈及人生在世的苦与乐、悲与欢，先生话语间充满智慧与禅趣。

如今，国学的活力再次焕发，先生在其著作中实现了人生智慧与中国传统文化中各种元素的融合与贯通。可以说，他就如一位德高望重的引路人，带领着更多人步入传统文化的殿堂，领略中华悠悠五千年文明的光辉与灿烂，同时启迪着他们的人生之路。

本书以南怀瑾先生其人、其事以及他对各种古典著作进行分析与讲解时阐述的自家观点为出发点，并与现实生活的各个方面相结合，以期给广大读者以启示，让阅读本书的每一位读者都能拥有更美满的智慧人生。

目录

contents

第一篇

南怀瑾的人生哲学

第一章 做人有方圆，做事有尺度

1. 学会尊重，远离他人禁区 / 003
2. 坚持原则，有所为有所不为 / 006
3. 变通者，识时务者也 / 008
4. 进退有度，走好下坡路 / 010
5. 性格是人生修养的镜子 / 013
6. 有勇无谋，只会种下苦果 / 015
7. 得意忘形，怎知失意也会忘形 / 017
8. 德薄而位尊，实乃人生大忌 / 020

第二章 慎言慎行，性格即自身

1. 言多必失，说话三分为妙 / 022
2. 感同身受，把话说进心窝里 / 024
3. 以利交友者，利尽而散 / 027
4. 益者三友，损者三友 / 029

- 5. 拒绝，也是朋友相处之道 / 031
- 6. 做有本事没脾气的人 / 034
- 7. 让人惧易，让人敬难 / 036
- 8. 失言在先，失人在后 / 038

第三章 不抱怨，包容是一种强大

- 1. 以德报怨是正道 / 041
- 2. 静坐修道，心神不老 / 043
- 3. 放下欲念，才能轻松快乐 / 045
- 4. 安之若素，顺其自然 / 047
- 5. 吃亏是福，消解纷争于无形 / 049
- 6. 剔除妄念，让幸福充盈内心 / 051
- 7. 少抱怨，才能与幸福结缘 / 053
- 8. 止于至善，颐养天年 / 056

第二篇

南怀瑾的国学智慧

第一章 生也有涯，知也有涯

- 1. 知识也有善恶之分 / 061
- 2. 小不忍则乱大谋 / 063
- 3. 非淡泊无以明志 / 065
- 4. 玩物容易丧志 / 067
- 5. 刺激与诱导“双管齐下” / 070

6. 以大事小，以小事大 / 072
7. 学有所用，用其所长 / 074
8. 不战而胜，轻敌致祸 / 076
9. 贤者任人，故智尽而不乱 / 079

第二章 运筹帷幄，决胜千里

1. 专注小事情，成为大赢家 / 082
2. 自助、人助、天助 / 084
3. 好事多磨，刚柔始交而难生 / 086
4. 站稳脚跟，伺机而动 / 088
5. 人情练达与食古不化 / 090
6. 从观身到观天下 / 093
7. 曲高和寡，水清无鱼 / 095
8. 道常无名，朴实无华 / 098

第三章 见贤思齐，见不贤而自省

1. 自立，两大之间难为小 / 100
2. 看似无情却有情 / 102
3. 先存己而后存人 / 105
4. 曲则全，方圆之道 / 107
5. 人不尊己，危辱及之 / 109
6. 得时者昌，失时者亡 / 111
7. 行到有功即是德 / 113
8. 释放内心才是真正的解脱 / 115
9. 嗔念，一剂穿肠的毒药 / 117

第三篇

南怀瑾的经商之道

第一章 经商需用智，善谋方应市

1. 奇迹多是在逆境中出现的 / 123
2. 胸怀公众，实干先行 / 126
3. 赚钱与花钱都是一门学问 / 128
4. 把“逆耳忠言”听进心里 / 130
5. 在其位，善谋且只谋其政 / 133
6. 企业管理的藩篱：水至清则无鱼 / 135
7. 洞察人性，打开管理之门的钥匙 / 138
8. 管理切忌好为人师 / 140

第二章 闲静治事，不亲小节

1. 居高位者，要超然于毁誉 / 143
2. 分寸之拿捏，是一门艺术 / 145
3. 要有推功揽过的气度 / 148
4. 常拭心镜，眼见也未必是真 / 150
5. 明罚、明赏，皆为学问 / 152
6. 推己及人，不要对下属吹毛求疵 / 155
7. 知人善任，皆为我用 / 157
8. 入门休问荣枯事，但看容颜便得知 / 160

第三章 宁可输事，不可输心

1. 当“商业伦理”遇见“社会责任” / 163

2. 勤俭，让传统美德来教导商界修为 / 166
3. 圣人之道，为而不争 / 168
4. 居安思危，方可立于不败之地 / 170
5. 事业无贵贱，从大处着眼，小处入手 / 173
6. 审时度势，事业成功的“敲门砖” / 175
7. 欲成大事者：见其所见，不见其所不见 / 178
8. 小企业做生意，大企业做人 / 180

第四篇

南怀瑾的儒学思想

第一章 世事洞明皆学问，人情练达即文章

1. 千古难明，唯有自知 / 185
2. 凡夫重利，圣人重义 / 187
3. 先安身，后立命 / 190
4. 月盈则亏，把握分寸 / 192
5. 君子求诸己，小人求诸人 / 194
6. 大小之间，能屈能伸 / 197
7. 仁者，其言也仞 / 199
8. 君子讷于言，敏于行 / 201
9. 生命的辩证法：光明来自黑暗 / 203

第二章 不争，天下莫能与之争

1. 有求皆苦，无欲则刚 / 206

2. 道不远人，人人皆可为道 / 209
3. “过”与“不及”，都是一种病 / 211
4. 不迁怒，不贰过 / 213
5. 治国难，齐家更难 / 217
6. 弗知而言为不知，知而不言为不忠 / 219
7. 苦中作乐，箪食瓢饮在陋巷 / 221
8. 量力而为之，谦虚好学之 / 224

第三章 学以聚之，问以辩之

1. 享受寂寞，为学问而学问 / 227
2. 尊师重道，人类文明的共性 / 229
3. 可逝而不可陷，此乃君子风骨 / 232
4. 唯淡泊以明志 / 234
5. 身心兼修，人身是一个小天地 / 237
6. 所谓宁静，无须用心去求 / 239
8. 仁者也，不忧不惧 / 243

第五篇

南怀瑾的道家心悟

第一章 南怀瑾谈道学中的为人处世

1. 曲则全，枉则直 / 249
2. 持而盈之，不争故无忧 / 251
3. 大智若愚，智者的生存之道 / 253

4. 善者不辩，辩者不善 / 256
5. 轻诺者，必寡信 / 258
6. 上善若水，求教于水的人生艺术 / 261
7. 学会专注，意之所属着其行 / 263
8. 人生境界有大小：小知不及大知也 / 265

第二章 君子淡以亲，小人甘以绝

1. 名利上，不争天下先 / 268
2. 善言无瑕，滴水不漏 / 270
3. 安时处顺，哀乐不能入 / 273
4. 君子之交，亲疏有度 / 275
5. 开拓眼界，由观身到观天下 / 277
6. 不尚贤，则民不争也 / 280
7. 大道无为，无为而治 / 282
8. 天下有道，故知足之足 / 284

第三章 祛病延年，有道可修

1. 静的艺术：致虚极，守静笃 / 287
2. 养生至简：睡眠养生，少睡不困 / 290
3. 学会笑，以自得为功 / 292
4. 身病易治，心病难医 / 295
5. 阴阳四时，万物之始终，死生之根本 / 297
6. 喜怒哀乐，心态也，情态也 / 300
7. 相濡以沫，不如相忘于江湖 / 302
8. 难作于易，大作于细 / 305

第六篇

南怀瑾的易经杂说

第一章 五十以学易，可以无大过

1. 变易与变通 / 311
2. 守规矩而成方圆 / 313
3. 小事着手，成就大业 / 316
4. 刚柔相摩，八卦相荡 / 318
5. 至简至易，得天下之理 / 320
6. 千变万化，非进则退 / 323
7. 无咎者，善补过也 / 325
8. 刚柔相推，而生变化 / 328

第二章 君子以成德为行

1. 忠信，所进德也 / 331
2. 积善之家，必有余庆 / 333
3. 功在天下，而不傲慢 / 336
4. 知至至之，知终终之 / 338
5. 利贞者，性情也 / 341
6. 居上位而不骄，在下位而不忧 / 344
7. 学、问、宽、仁，领导人的修养 / 346
8. 学以聚之，仁以行之 / 348

第三章 过中道生活，是非不挂于心

1. 韬光养晦，假痴不癫 / 351

2. 无妄也，无贪妄之念 / 353
3. 困中生智，以困解困 / 357
4. 家和万事兴，治家“读”家人 / 359
5. 安土敦仁，而恒爱 / 362
6. 安心不易，安身更难 / 364
7. 天之道：功成，名遂，身退 / 366
8. 所谓运气，就是阶段 / 369

第七篇

南怀瑾的中庸之学

第一章 中庸内涵：不勉而中，不思而得，从容中庸

1. 君子中庸，小人反中庸 / 375
2. 戒惧谨独，执中之道 / 378
3. 人性本善，天命之谓性 / 379
4. 庸德之行，不敢不勉 / 381
5. 素隐行怪，不要哗众取宠 / 383
6. 修身则道立，尊贤则不惑 / 385
7. 知而修身，知而治人 / 387
8. 慎独中正，坦荡心安 / 390

第二章 为人处世：庸德之行，庸言之谨

1. 忠恕之道，推己及人 / 393
2. 留下退路，有余不敢尽 / 396

3. 言顾行，行顾言 / 398
4. 宽柔以教，注重文教 / 400
5. 学而知之，困而知之 / 403
6. 施恩，但要有度 / 405
7. 时中而立，摆正自身 / 409
8. 无信不立，威望源于以德服人 / 411

第三章 进退智慧：中规中矩，知进知退

1. 以静安身，才能自我更新 / 415
2. 顺逆安危，万物相辅相成 / 417
3. 盛极必衰，物极必反 / 420
4. 执满之道，过于圆满，得不偿失 / 422
5. 欲速则不达，合理把握节奏 / 425
6. 素位而行，乐天知命 / 427
7. 平衡，极端与中和之间的智慧 / 430

第一篇

南怀瑾的人生哲学



