

列子臆说

(下册)

南怀瑾 著述



南怀瑾



列子臆說

(下冊)

南怀瑾 著述



图书在版编目(CIP)数据

列子臆说(下册)/南怀瑾著述. —上海: 复旦大学出版社, 2017. 8
ISBN 978-7-309-13000-3

I. 列… II. 南… III. ①道家②《列子》-通俗读物 IV. B223.2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 128746 号

列子臆说(下册)

南怀瑾 著述

责任编辑/邵 丹

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路 579 号 邮编: 200433

网址: fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>

门市零售: 86-21-65642857 团体订购: 86-21-65118853

外埠邮购: 86-21-65109143 出版部电话: 86-21-65642845

上海市崇明县裕安印刷厂

开本 787×960 1/16 印张 18.5 字数 211 千

2017 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

印数 1—5 100

ISBN 978-7-309-13000-3/B·609

定价: 35.00 元

如有印装质量问题, 请向复旦大学出版社有限公司出版部调换。

版权所有 侵权必究

書不盡言
言不盡意
自覺聖智
完成人格

辛卯冬二二年

九四頌堂

南懷瑾



出版说明

《列子》为道家重要典籍之一，与老庄并列。它高深莫测，易读而难懂，以故事、神话的形态，阐释道家的学术及观念。

《列子臆说》是南怀瑾先生关于《列子》的讲记，共分上中下三册。南怀瑾先生讲述列子，深入浅出、生动自在，以《列子》的内容为研究重点，带领读者进入广阔的视野、深入难测的奇妙境界，并打破了意识的种种局限。列子，这个御风而行的人，要我们从一切自设的框架中突围，成就天地间的自在逍遥。

本书原由台湾老古文化事业公司出版。兹经版权方台湾老古文化事业公司授权，复旦大学出版社将老古公司二〇一一年一月版校订出版，以供研究。

复旦大学出版社

二〇一七年六月



出版说明 / 1

下册

第五十六讲 / 1

(六) 周穆王篇 / 5

周穆王的故事 / 6

来自西方的化人 / 7

美色奢华也无用 / 9

第五十七讲 / 11

天上人间之别 / 12

神游归来 / 14

神游的种类 / 16

周穆王西游昆仑 / 18

第五十八讲 / 21

昆仑山的奇遇 / 23

观想 神游 幻网 / 26

如何修梦幻法 / 27

第五十九讲 / 31

幻化与生死 / 32

生命的幻化 / 33

幻化法修成了 / 36

第六十讲 / 39

列子说幻化 / 40

列子说觉与梦 / 41

列子解梦 / 45

不做梦的人 / 47

第六十一讲 / 49

西极之国 另类生活 / 50

中土的生活 / 53

劳力者的醒与梦 / 55

劳心者的醒与梦 / 57

第六十二讲 / 59

意外得鹿又失鹿 / 60

醒与梦纠葛不清 / 62

健忘的快乐 / 65

记忆的苦恼 / 67



列
子
说

龙
怀
瑾



第六十三讲	/ 69
一个反常的人	/ 70
老聃说正常与反常	/ 71
年老还乡空断肠	/ 73
（七）黄帝篇	/ 77
老祖宗黄帝	/ 78
第六十四讲	/ 81
黄帝的反省	/ 82
华胥国	/ 84
黄帝悟道之治	/ 87
列姑射山的超人	/ 88
第六十五讲	/ 91
列子的一个学生	/ 92
列子学道九年的经过	/ 94
列子学成之后	/ 97
吕洞宾的故事	/ 99
第六十六讲	/ 101
道人为何能乘风而行	/ 102
得道者的特点	/ 104
醉酒者的反应	/ 105
道门的奇事	/ 106
什么是真正的定力	/ 108

第六十七讲 / 111

古代的闻人 / 112

投奔闻人 / 114

被戏弄的人 / 117

什么是道 / 119

第六十八讲 / 123

中庸与道 / 124

现实的通俗道法 / 126

信心的力量 / 128

养虎的诀窍 / 129

虎性 人性 / 132

第六十九讲 / 135

颜回问驾船术 / 136

江湖人幽默读书人 / 137

孔子谈学习 / 139

谁不受外界的影响 / 141

激流中自在出入的人 / 143

第七十讲 / 147

功夫 方法 练习 / 149

专一凝神而功成 / 152

鸟也有神通 / 154

第七十一讲 / 157

石火中出入的奇人 / 158



列子说

尚怀远



子夏引述孔子的说法 /	159
列子醉心于神巫 /	162
壶子初示功夫 /	164
第七十二讲 /	167
壶子再示现功夫 /	168
修道的九个步骤 /	170
列子终于懂了 /	172
列子与司马光 /	174
第七十三讲 /	179
列子出名了 /	180
恭维皆毒药 高处不胜寒 /	182
杨朱向老子求教 /	184
什么是大白若辱 /	186
杨朱的转变 /	188
第七十四讲 /	191
美的标准 /	192
常胜有原则 /	193
强弱与刚柔 /	195
人心与兽心 /	196
鸟兽外形的先人们 /	197
第七十五讲 /	201
黄帝战炎帝 乐声聚鸟兽 /	202
智力不异于人的禽兽 /	204
与禽兽友好的时代 /	206

道家对动物的平等观 / 208

养猴子的心理学 / 209

第七十六讲 / 213

养斗鸡与养气 / 214

勇与力 / 217

孔子和墨子的勇与力 / 219

第七十七讲 / 221

(八) 天瑞篇 / 223

列子在郑国时 / 224

宇宙万物的来源 / 227

造化 不化 / 229

自然功能 生灭变化 / 231

第七十八讲 / 233

阴阳四时 变化不休 / 234

道家的修道 / 236

第七十九讲 / 241

一切都靠自己 / 242

气形质 精气神 / 244

易是什么 / 246

易的变化 / 247

第八十讲 / 251

冲和气 中气 / 252



列子说

尚
懷
序

不完美的人和事 /	253
无始无终 为而无为 /	255
续补——《天瑞篇》后半部 /	259
生命的一切变化 /	260
变化 生灭 始终 /	262
人生的四个阶段 /	265
两个快乐的老人 /	266
子贡想休息 /	269
狂荡人 智谋人 虚静人 /	271
感觉不到的变化 /	272
天地会坏吗 /	274
你的身心性命属于谁 /	276
偷 盗 /	277
南怀瑾先生著述目录 /	280



第五十六讲

列子
臆说



上次讲到关尹子说的“知而忘情，能而不为”，譬如说神通是道之花，不是道之果，一切修行证果离不开这些花朵，但是要记住不要管花朵，因为原则是“知而忘情，能而不为”，那才是真知真能，才是得道，无所不知，无所不能。

关于“能而不为”，我常常告诉学经济学财政的同学，你们的经济学是书本上学来的，我的经济学是钞票买来的。我也常常跟工商界的头子们讲，你们有赚钱的经验，有没有蚀本的经验？当然没有。没有的话你就不算完全，我是全都经历过。我说我的经济原则是，今天赚了一百万用掉了，才算赚钱。我看你们钱很多，一毛钱都舍不得花，那你比没有钱的人还可怜，买黄金放在家里怕被偷，放银行，利息降低怎么办？一天到晚在那里发愁。世界上最大的财富是一毛钱都没有，睡觉都安稳。这就说明一个道理，真有钱的时候需要忘记了钱；同样的道理，真得道的人需要忘记了道。如果还觉得我得道了、我成道了，这就完了，可能精神有病！

所以“真知真能”的人，等于是无知无能，因此从《中庸》的“天命之谓性，率性之谓道，修道之谓教。道也者，不可须臾离也；可离，非道也”开始，到最后一句结论，“上天之载，无声无臭”，什么都没有，这是“天命之谓性”，这就是道，是空的。所以佛讲空嘛，这是“真知真能”，得了道。

“发无知，何能情？发不能，何能为？”那么你说得了道的人，忘情而不为，无为，这是“真知真能”，等于无知无能。讲话也好，做事也好，慈悲也好，该做的都做，心中不留一点儿世俗的感情，做过了就忘了。如果做了善事自己还记得，那还叫善事吗？你那是做生意，投资赚钱，想求功德嘛！真正的大功德心中是没有事的，救遍了天下人，自己心里都忘了，连天下都忘了，何况人呢！那是道了。

所以得道的人，看这些荣华富贵，“聚块也，积尘也”，这个地球不过是泥巴堆拢来而已，是一点一点尘土累积起来的，几十层高楼也是如此。“虽无为而非理也”，虽然得了道，一切无为境界，看起来好像有个道理，又像是没有道理，似乎都在对与不对、可与不可之间。

下面接着要看《周穆王》这篇了，这一篇说的是神话，但有很深的哲学道理。周穆王我们前面已经提到过，现在再提，唐诗中也有关于他的诗文。

讲到唐诗，我讲一个故事，在我们跟日本作战时，很多朝鲜人流亡到中国，都在我们军校培养，李承晚也是我们军校培养的。抗战一胜利李承晚就回去了，他跟中国感情很深厚。李承晚有一次做寿，蒋介石叫秘书拟一副寿联给他，秘书都作了很好的寿联，不过不是那个味道，因为蒋介石和他的感情不是别人能够了解的。结果蒋介石自己写了一副，就是唐王勃送别友人杜少府的诗中的两句，“海内存知己，天涯若比邻”。后来蒋介石过世了，据说棺木里还带一部《唐诗三百首》，那是我们小时候一定要背的书。



六 周穆王篇