

每天读点

道德经

一部穷天究地的中国智慧书

不读《道德经》，就很难体会中国传统文化的深刻含义。也许你没有看懂《道德经》全文，更没有透彻理解老子的思想精髓，不要紧，哪怕你仅仅记住了几句话，仅仅抓住了一点点思想的闪光，也会受益匪浅。



【春秋】老子 著 李向峰 解译



全国百佳出版社
中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

每天读点

道德经

不读《道德经》，就很难体会中国传统文化的深刻含义。也许你没有看懂《道德经》全文，更没有透彻理解老子的思想精髓要紧，哪怕你仅仅记住了几句话，仅仅抓住了，也会受益匪浅。

一部穷天究地的中国智慧书



【春秋】老子 著 李向峰 解译



全国百佳出版社
中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

图书在版编目(CIP)数据

每天读点道德经 / (春秋) 老子著; 李向峰注释 - 北京: 中央编译出版社, 2011.4

ISBN 978-7-5117-0823-6

I. ①每…

II. ①老… ②李…

III. ①道家②老子-注释

IV. ①B223.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 049096 号

每天读点道德经

出 版 人 和 龔

责任编辑 李媛媛

责任印刷 尹 珺

出版发行 中央编译出版社

地 址 北京西单西斜街 36 号(100032)

电 话 (010)66509360(总编室) (010)66509366(编辑室)
(010)66509364(发行部) (010)66509618(读者服务部)
(010)66161011(团购部) (010)66130345(网络销售部)

网 址 www.cctpbook.com

经 销 全国新华书店

印 刷 北京业和印务有限公司

开 本 710 × 1000 毫米 1/16

字 数 300 千字

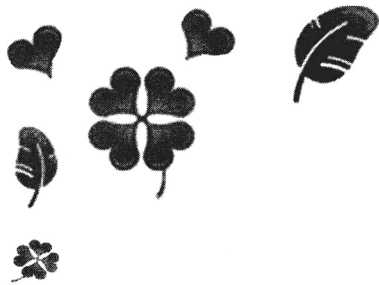
印 张 21.5 印张

版 次 2010 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

定 价 38.00 元

本社常年法律顾问: 北京大成律师事务所首席顾问律师 鲁哈达

凡有印刷质量问题, 本社负责调换。电话: (010)66509618



前言 Foreword

寻求人生的处世智慧并不是很容易,诚如德国伟大诗人歌德所言:“人生的道路虽然漫长,但紧要处常常只有几步,特别是当年轻的时候。谁若游戏人生,他就一事无成;谁不能了解人生,就永远是一个生活的奴隶。”

那么,如何去获得生存的智慧呢?有两方面我们可以借鉴,其一是通过自身的实践,其二是通过广泛的阅读。在当今这个时代,关于人生的书籍可以说是汗牛充栋,但我们认为言简意赅的《道德经》应该是对人生最有启发的经典之一。

《道德经》是中国传统文化的优秀代表,是修身处世的古老“东方圣经”,是第一部用诗化语言阐述中国哲学的巨著。这部旷世经典给后人带来了取之不尽、用之不竭的人生智慧。

《道德经》不仅是一部哲学经典,更可以被看作是一种特殊形式的诗作。它文字简洁、辙韵强劲,有人说《道德经》是哲学的诗化表述。

因此,我们向读者推荐《每天读点道德经》一书,全书从处世的角度对《道德经》予以通俗的解说,不追求玄远精深的哲学阐述,而注重实际操作层面的智慧解析。老子从人生最根本的概念“道”出发,层层剥离,反复阐述,经过不同的层次,渐渐指向人生处世的终极核心“治大国若烹小鲜”。从老子的大道无形、内省自胜、修身方法、涉世为人、修养玄德、事在人为、管理智慧、避祸智慧等方面对老子思想进行了与现实生活紧密联系的梳理和解说,



希望读者能从老子精奥莫测、幽深典雅的言辞中悟出老子语重心长、反复阐述的人生哲理和处世智慧。其内容博大精深、玄奥无极、涵括百家、包容万物,是一个人生智慧的锦囊!

《每天读点道德经》一书,行文通俗易懂,并结合当前社会生活,对《道德经》中的经典章句进行了详细的解说,我们相信通过阅读《每天学点道德经》,一定能使你领悟到“为道”、“行道”的精髓,从而进入“无为而无不为”的境界,在生活 and 工作中左右逢源,无往不胜。

我们应该细细品味《每天读点道德经》,边读边悟,取其精华,学以致用,跟随老子修道,尽自己的天性实现人生的最大完美。

目录

第一章 大道无形——因势成形,以无胜有

将“无”转换成“有”	2
直进受阻时绕行也是一种策略	6
“刚”性太强,便以“柔”性掩之	10
真正的作为不在表面	14
高明的人懂得适当地保持沉默	18
懂得何时该“为”何时不该“为”	21
位高权重时,保持头脑清醒	26
化繁为简,事半功倍	30
以虚实并用的策略来获得胜利	33

第二章 内省自胜——参玄悟道,追求真朴

狂妄的话多说无益	38
没必要去在乎外界的流言蜚语	41
改邪归正只在一念之间	45
摒除傲气,人生的舞台更加宽广	48

懂得内敛而不张扬	51
视不足为缺憾,方能进取	54
不要纵容自己为所欲为	58
越是伟大的人就越觉得自己渺小	61
路留一步,味留三分	64
勤于自省,完善自我	68
量他长补己短,完善自我	72

第三章 修身养性——身心脆弱,欲望重负

秉持内心的清正,留本质的澄澈明净	76
在欲望和有限的资源之间建立平衡	80
功名可求不宜贪	84
让心中的杂念、妄想静止	88
静下心来细细地品味人生	92
不患得患失,缺也会是圆	95
你所拥有的一切就是现在	98
用心体会生活的快乐	101
心境平和,顺天而行	104
不要让心灵被贪欲占据	107
安贫守道,不奢身外	110
欲望越小,人生就越成功	114
驱除心魔,取决于肯定思维	117

第四章 涉世为人——圆通涉世,真诚为人

处事须“留白”	122
善于隐藏,不露峥嵘	126
诚信能赢得所有人的尊重	130
接受朋友的建议,对我们有益无害	134
逞口舌之利毫无意义	137
时常拂拭漂浮着的微尘	140
许诺之前先三思	143
不可逞强斗胜,而应柔顺谦虚	147
以退为进,以弱胜强	151
用心鉴别美言和忠言	155

第五章 修养玄德——品质高尚,人性美德

为别人着想,别人才会反过来帮你	160
用仁爱的气质和包容的态度待人	163
平等地对待身边的每一个人	166
有德不必望感,施恩勿念回报	169
抑制愤怒才能有和气	172
时刻与“德”为伴	175
要真心诚意地关心关爱他人	178
真诚赞美别人也是自己进步的开端	181
仁义待人,容纳非议	184
朋友不在多,而在于真诚	187

勿以恶小而为之	190
宽恕敌人,忘记仇恨	193
左手给予爱,右手收获爱	196

第六章 事在人为——苦想无盼,苦干有奔

留足空间利发展	200
凡事要三思,但比三思更重要的是三思而行	203
步子不在于跨得有多大,而在于有多稳	206
顺之而行,办事才能得心应手	209
做正确的事比正确做事更重要	212
直面挫折,你会发现自己是强者	215
沉着和冷静是办大事者必备的素质	218
勤奋做事,自然脱颖而出	221
灵活变通是立足的必备技能	225
每个细节都是你关注的焦点	228
不平凡就是平凡的积累	231
行动是成功的前提	234
如果要挖井,就要挖到水出为止	237

第七章 管理之道——人本之道,基业长青

将合适的人放在最恰当的位置上	242
及时“瘦身”,杜绝官僚主义	246
听得进意见才能撑得起场面	250
将恩惠布施给下属	254

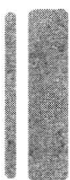
领导者要以身作则,带头执行	257
适当给下属自由的空间	260
简单管理才能简约、高效	263
以亲和的文化氛围吸引和留住人才	266
树立权威需要令出必行	271
引导下属实现自我控制、自我管理	273
放弃个人的私利,赢得世人的信任	277
赏罚得宜,发挥下属的聪明才智	279

第八章 退身忘私——处高能下,逆境可伸

不用自吹,更不能狂妄	284
谦退,是保身第一法	287
炫耀是做人的最大障碍	291
功成身退保全自身	295
被利益蒙住眼睛就只能任人宰割	298
若怯若愚,不玩弄聪明	302
应时刻保持危机感和紧迫感	306
得利不要忘害	309
讲究适中,注意适可而止	312
勿让“矜”字侵蚀人心	316

附录:《道德经》全文	319
------------------	-----

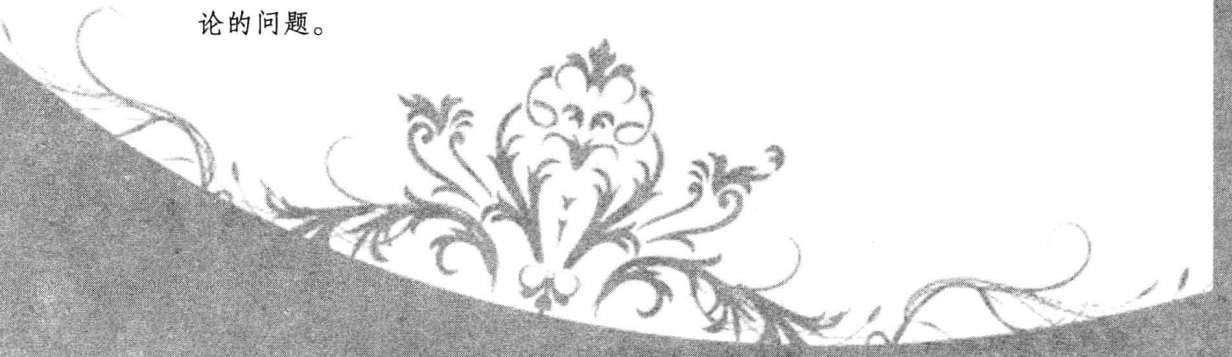
参考文献	334
------------	-----



第一章 大道无形

——因势成形，以无胜有

道是“有”和“无”即物质和规律的统一体，其形态是不断运动着的“玄”，“玄”蕴藏着人生和宇宙奥妙。然而，玄不是人的外部感官所能认识的，外官所认识的只是事物的表面现象，属于感性认识。首章开宗明义，确立了道的哲学概念。道的本意是道路、方法、规律的意思，人的一生应该走什么样的道路，这是由人的价值观所决定的。而正确价值观来源于正确的宇宙观。要获得正确的宇宙观就必须去认识宇宙的本原，因此，老子把宇宙本原赋予道的哲学内涵。要把握世界内在的本质和规律，必须反观内视，开发悟性认识，前提条件是“无欲”，这就关系到认识论的问题。



将“无”转换成“有”

在一开篇，老子就指出所要讨论的主旨为宇宙的起源，其目的是去寻找万物的“始”和“母”。为了达到目的，老子划定了不同的范畴：常道，非常道；常名，非常名；无名（=无），有名（=有）；无欲，有欲；玄（玄1），又玄（玄2）；妙，徼；等。老子认为，通过这些范畴的种种关系就能最终了解造成宇宙源起的最微小因素“众妙”。

原文

道可道^①，非常道。名可名^②，非常名。无名^③，天地之始；有名^④，万物之母^⑤。故常无欲^⑥，以观其妙^⑦；常有欲，以观其徼^⑧。此两者同出而异名，同谓之玄^⑨，玄之又玄，众妙之门^⑩。

——《道德经·第一章》

辩义

①第一个“道”是名词，指的是宇宙的本原和实质，引申为原理、原则、真理、规律等。第二个“道”是动词。指解说、表述的意思，犹言“说得出”。

②第一个“名”是名词，指“道”的形态。第二个“名”是动词，说明的意思。

③无名：指无形。

④有名：指有形。

⑤母：母体，根源。

⑥故：因此。常：常常。无欲：没有自我外在欲望。自我外在欲望即目之色欲，耳之声欲，口之味欲，鼻之嗅欲，体之

亲欲和意之名利之欲。自我欲望在外，而妙景在内，所以，只有无外欲，才能进入客观存在的道的境界，能体会宇宙之奥妙。

⑦妙(miào)：微妙的意思。就道境而言，是人脑透过心灵对微观世界的直观感受。这一妙境，用庄子的话说，就是“造适不及笑，献笑不及排。”

⑧徼(jiào)：边际、边界。这里是指矛盾的对立层面。

⑨谓：称谓。此为“指称”。

⑩玄：深黑色，玄妙深远的含义。即对道的存在形式的形象描绘。玄，作为客观存在，它必然是结构的、秩序的、规则的、运动的，所以，玄还有“旋转”的含义。门：之门，一切奥妙变化的总门径，此用来比喻宇宙万物的唯一原“道”的门径。

白话释义

天地万物都从无形中转化而来，又包含在有形之中。所以，事物总是处于无形，以保持绵绵不断的变化；同时又处于有形状态，以体现造化的结果。有形和无形是同一事物的两个方面，只是名称不同。两者的关系非常玄妙。它们相互转化，是一切事物变化和发展的规律所在。

智慧解析

老子云：“天下万物生于有，有生于无。”这就明确肯定了“有无相生，无中生有”的必然性。老子从万物创生的角度立论，其哲学思想给予我们深刻的管理启示：“有无相生，无中生有”是创造的本质特征，创造就是使原先“没有”的东西变成“有”，使原来“不存在”的东西成为“存在”。商场上的创业就是典型的“无中生有”的过程：正因为原来“没有”，所以我们就要创造“有”，创业的机会来自现在“不存在”的一切现象之中。一个真正的创业者，一定是个善于把握

“无为”与“有为”在《老子》一书中是很重要的，它直接影响到我们做事的态度。所以对它关注的人很多。“有为”与“无为”是两个不同的概念。人的“有为”与“无为”是受其大脑所控制的。它们之间是可以转化的，你可以随意选择“有为”或“无为”。而实际上每个人都会认为自己在实际中的“有为”，是正确的。因为只有“有为”，才能建功立业。绝对地“无为”（不作为）是什么事情也做不成的。然而，有为、无为只是相对而言的。过度的作为，只会伤精劳神。



只有做到了“无为”，才有可能会有作为。因为，只有在“无为”的时候，人的头脑才是最清醒的，不会受到任何条条框框的束缚，创造的过程中没有任何条条框框的束缚，创造者的创造力才能充分有效地发挥出来。

市场机遇的先行者。

“无”是天地万物的本始；“有”是天地万物的根源。所以，应该根据“恒无”来观察它的奥妙；根据“恒有”来观察它的界限与端倪。“无”与“有”这二者来自相同的源头（道），而称呼不同，并指明事物处于“常无”、“常有”状态，处于不断运动和变化之中。

“有无相生”是道家哲学的一个重要命题。所谓“有无相生”，是说有生于无，无生于有，有和无是相互转化的。并且这种“有无相生”的过程是“周行而不殆”的，而每一次“周行”都是事物的推进与上升。这显然是一个合理的辩证法命题。

“有”与“无”作为道家最基本的辩证范畴，在中国军事历史上也得到充分的运用。

张巡借箭智退敌兵的故事和孔明草船借箭一样，是历史上有名的“无中生有”的经典案例：安史之乱中期，安禄山的叛军派唐朝的降将令狐潮领兵四万进攻雍丘（今河南杞县）。雍丘附近有个真源县，县令张巡招募了一千来人，先行占领雍丘。叛军到后，张巡身先士卒，率兵直冲敌营，打退叛军。但叛军不断攻城，日子一久，城里的箭用尽。眼看绝境将至，张巡想出了一个“无中生有”的妙计。这天深夜，张巡命令士兵扎上千草人，裹以黑衣，用绳子从城头吊下。叛军发现后，马上不断向草人射箭，直到天亮，才发现是些草人。待守军拉回草人，净得几十万支箭。第二天晚上，张巡选了五百勇士，仍用绳子吊下城。叛军以为又是草人骗箭，笑而不理。这五百勇士乘机袭击令狐潮军营，叛军大乱，焚垒而逃。张巡取得了战斗的胜利。张巡此计，不仅妙在“无”中生出了箭，更重要的是“无”中还生出了战机。显然，一切事业、一切财富、一切成就皆源于“无”。“无中生有”不仅是世界的必然性，也是一切创造性行为的必然性。

假如从一般人的肯定思维模式出发，肯定“有”的作用的话，那么道家则从否定思维模式出发，更为肯定“无”的

作用。从肯定“有”的正面价值出发，往往表现为尊重传统，循规蹈矩，不标新立异的旧的思维定势；从肯定“无”的负面价值出发，往往表现为否定现状，具有反传统、反权威、反世俗的意义；善于开拓创新，具有标新立异的创新精神。

在现代企业中，许多著名的管理学家面对经济转型和激烈的市场竞争，把道家的“有无相生”的哲学智慧运用于企业经营，将“无”转换成“有”，把提倡改革创新、反对墨守成规看成是企业管理的重要内容。

日本著名企业家松下幸之助在《谈经营秘诀》中指出：“只有努力创新的商店或生产公司，才会有前途，墨守成规或一味模仿他人，到最后一定会失败。不可为商品的滞销找借口，一定要拿出魄力和决断力，在创新方面去寻求机会。”美国的卡斯特认为，企业的成功，“依赖于不断地适应和创造。”德鲁克指出：“管理者必须抛弃过去，丢弃已经存在和为人所知已过时的东西，他必须创造未来。”英国的罗杰·福尔克指出：“革新和改革是企业进步必不可少的因素。”

我们在生活中不必循规蹈矩地要求自己事事都与他人一样，越是别人没用过的方法，越是能吸引人。在许多场合，把思维广度扩展一下，便会引发一连串创意。对一件失败的事情，只要换一下思维视角，就会变为一件成功的事。发散思维产生的结果不见得都是正确的，但却都有其自身的价值。人们应该锻炼这种能力，采取某种不合常规的方法，强制自己的头脑转换方向，朝思维盲点发散，走出一条创新之路。



道家是能出世也能入世的，有体有用。“曲则全”、“枉则直”，都是极其实用的生活智慧。“曲则全”便是做人处世与自利利他之道。为人处事，善于运用巧妙的曲线，便可事事大吉了。换言之，做人要讲艺术，便要讲究曲线美。比如说要批评别人，直接指责的话当事人当然受不了，可是如果换种口气，说得委婉一些，那么对方接受起来就容易多了。所以，直道而行固然好，可是适当情况下走走曲线也是很有帮助的。

直进受阻时绕行也是一种策略

原文

曲则全，枉则直^①，洼则盈，敝则新^②，少则得，多则惑。

——《道德经·第二十二章》

辩义

①枉：屈、弯曲。

②敝：凋敝。

白话释义

能柔曲的因而能自我保全，懂得纠正的便能变直，能低洼凹陷的则能自我充盈，懂得护守现成的稳定则能得到真正的逐渐更新，索取少则能得到更多，索取多则反而导致自身的混乱迷惑。

智慧解析

据说汉武帝有个奶妈，把他从小带大，两个人感情十分深厚。奶妈因为皇帝是自己带大的，有靠山，所以在外面做了犯

法的事情。后来汉武帝知道了，准备依法严办。奶妈只好求救于东方朔。

东方朔教奶妈一个办法，说：“你切勿求皇上饶恕你，这件事情只用嘴巴来讲是没有用的。等皇上下令要办你的时候，会叫人把你拉下去，你什么都不要说，只要走两步便回头看看皇上，不断地回头看他。切记，什么求饶的话都不要说，喂皇上吃奶的事更不要提，否则一定会人头落地。可是如果按照我教你的方法去做，或许还有希望保全你。”

于是，奶妈就照着东方朔的吩咐，在汉武帝要办她的时候，走一两步，就回头看看皇帝，鼻涕眼泪直流。东方朔站在旁边说：“老太婆，你还看什么看啊？皇帝已经长大了，还要靠你喂奶吃吗？你就快滚吧！”东方朔这么一讲，汉武帝听了很难过，想起了从前奶妈的种种好处，毕竟是从小被她带大的，现在要把她绑去砍头，心里实在不忍。于是“帝凄然，即赦免罪”。

这便是“曲则全”的艺术。

如果东方朔直接去向汉武帝求情，汉武帝就会更加生气，甚至可能会怀疑东方朔同奶妈有不法的往来，连东方朔也一起抓起来查办。可是东方朔设的这个计策，用不着直接求情，皇上自己就后悔了，也不会怪东方朔与奶妈有往来。而且当皇上的，特别像是汉武帝这样“穷兵黩武”、很有个人主见的，尤其讨厌被臣子所左右，东方朔用这种方式可以把恩惠算在皇上身上，不至于让皇上觉得自己被臣子的意见所左右而反感。

“枉则直”，歪的东西把它纠正过来，就变成直的了。但是如果纠正太过，又会变成弯曲的，所以有“矫枉过正”的成语。

东周时的齐相晏婴有一次对曾子说：“车轮虽然是圆的，可是却是用山上的木头做成的，木头可是直的啊。这是因为有好的工匠把直的木头拿来加工，使之变成弯曲的圆，中规中矩。木头的本身虽然有枯槁的地方，或者是有结疤鼓出来，或者是有个地方凹下去，这都是缺点。可是经过木工的雕琢，这

军事战争中最难处理的是把迂回的弯路当成直路，把灾祸变成对自己有利的形势。也就是说，在与敌的争战中迂回绕路前进，往往可以在比敌方出发晚的情况下，先于敌方达到目标。人生如攀登，为了登上山顶，有时我们就必须根据具体情况，绕道而行，表面上看这样做似乎与原来的目标背离，但事实上，我们这样做正是为了顺利地到达目的地。当你用一种方法思考一个问题或从事一件事情时，如果遇到思路被堵塞之时，不妨另用他法，换个角度去思索，换种方法去重做，也许你就会茅塞顿开，豁然开朗，有种“山重水复疑无路，柳暗花明又一村”的感觉。

