

每天学点 老子

人类所能达到的最高境界就是
师法自然，而不是自以为是。

王少农 著

人法地，地法天，天法道，道法自然。

一、“法”就是师法，就是某物向某物学习。人向地学习，地向天学习，天向道学习，道向自然学习。自然是老师的老师，是祖师爷。

二、“法”就是要有法约束。人被地统治，地被天统治，天被道统治，道被自然统治。自然实指规律，可遵循可顺从，但不可违背。



九州出版社
JIUZHOU PRESS

每天学点 老子

王少农 著



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目(CIP)数据

每天学点老子 / 王少农著. —北京:九州出版社, 2010.12

ISBN 978-7-5108-0779-4

I. ①每… II. ①王… III. ①道家 ②老子—通俗读物
IV. ①B223.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010) 第 243651 号

每天学点老子

作 者 王少农 著

出版发行 九州出版社

出 版 人 徐尚定

地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号(100037)

发行电话 (010)68992190/2/3/5/6

网 址 www.jiuzhoupress.com

电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com

印 刷 北京义飞福利印刷厂

开 本 787 毫米×1092 毫米 16 开

印 张 15.75

字 数 146 千字

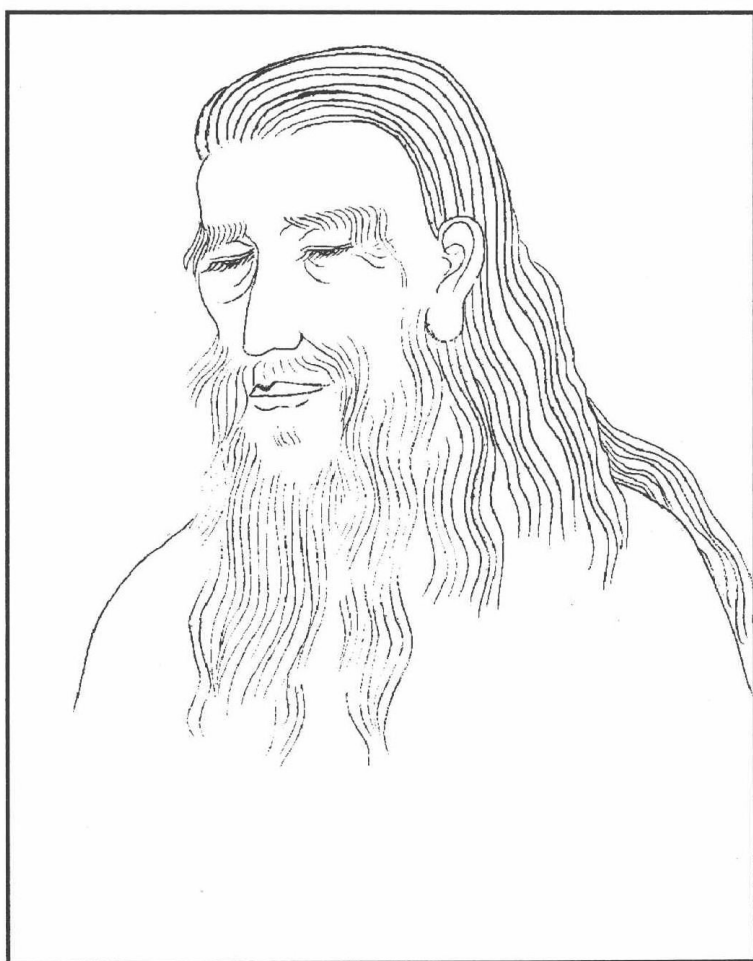
版 次 2011 年 4 月第 1 版

印 次 2011 年 4 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5108-0779-4

定 价 25.80 元

★ 版权所有 侵权必究 ★



人法地，地法天，天法道，道法自然。

老 子

序

人法地，地法天，天法道，道法自然。（《老子·二十五章》）

人类所能达到的最高境界就是师法自然，而不是自以为是。

老子这句最著名的话有两解：

一、“法”就是师法，就是某物向某物学习。人向地学习，地向天学习，天向道学习，道向自然学习。自然是老师的老师，是祖师爷。

二、“法”就是要有法约束。人被地统治，地被天统治，天被道统治，道被自然统治。自然实指规律，可遵循可顺从，但不可违背。

回归自然说白了就是臣服于自然，甘心顺其自然。“甘心？”这个说法又让人受不了。人要听自然的话，无条件地遵循一切的自然规律，不甘心还能做什么？

中国古代士人最大理想是做帝王师，就是为了做主人的“主人”。

老子说“道法自然”，包含了一个重要的思想：

人类对智慧的天生依赖，并不因地位的颠倒而颠倒，而因智者的引导而引导。

也就是说，谁有道，谁就是主人，谁就能成功。



千钧一发之际，谁能明白一些简单的道理，就可以反败为胜。

“臣服于自然”，最终为“自然之主”，这就是人类应有的智慧。

老子所说非常道就是自然道，它都强调了一个转换的问题。这种转换不是凭空的，而是要实实在在地做好自己份内之事。

所谓份内之事也不是天生的，而是从份外划进份内。所有的工作都是找来的，人类不断地学习与工作，会发现道在长大，手中的份内之事越来越多，作用越来越大。

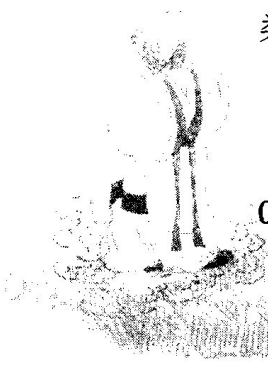
成就这一切的当然是学习，向自然学习，回归大道。

通过“臣服于自然”最终为“自然之主”，基础当然是“师法自然”。

古希腊哲学家德谟克利特常常坐在石阶上观看蚂蚁和牧羊犬。有人问他为什么对自然之物有那么大的兴趣？德谟克利特说：“所有人都是自然的学生，智者更不例外。我们从蜘蛛身上学会了纺织，从蜜蜂身上学会了建筑，从百灵鸟身上学会了歌唱。”

那么，我们当好了自然的学生，将来可以当自然的老师吗？回答也是肯定的。当然，我们当不了大自然的老师，可以当小自然的老师，“小自然”就是人类社会。

所谓“师法自然，可以成道”就是这个意思。





目 录

第一章 有时封闭自己才能进入状态 001

本章讲《老子·五十二章》 “塞其兑，闭其门”。
根本不理一切试探，只有封闭状态才能成就自身。

第二章 清静中见动感 008

本章讲《老子·四十五章》 “清静以为天下正”。
狮虎闭目养神时雷打不动，一旦动起来天下大动。

第三章 抓住源头等于抓住力量 019

本章讲《老子·四十二章》 “三生万物”。
依靠自然，神奇如自然。

第四章 且把黑暗当成光明的投影 024

本章讲《老子·二十八章》 “知白守黑”。
既不向往光明，也不畏惧黑暗。

第五章 懂得退让就可以享受成功 034

本章讲《老子·九章》 “功成名遂身退”。
追求为了到手，到手的往往是匕首。





第六章 心不乱就没有乱局

045

本章讲《老子·三章》 “使心不乱”。

心不乱则天下不乱，心一乱则天下大乱。

第七章 无心偏能成好事

055

本章讲《老子·四十九章》 “圣人无心”。

无心插柳柳成荫，事情要靠“无心”做成。

第八章 遗憾就是动力

066

本章讲《老子·二十章》 “绝学无忧”。

把遗憾留给自己，把完美留给别人。

第九章 就当自己并不存在

076

本章讲《老子·十三章》 “可寄天下”。

一切都不过暂时存在，唯有本心是真。

第十章 不可以无限重复

085

本章讲《老子·一章》 “玄之又玄众妙之门”。

看破一切柳暗花明，拒绝人生山重水复。

第十一章 笑人者人亦笑之

096

本章讲《老子·四十一章》 “不笑不足以为道”。

越好笑的事往往越有理，不笑不思考。





第十二章 失去的往往是不必要的 106

本章讲《老子·二十九章》 “天下神器”。
不窥神器，自然成王者。

第十三章 超然一点就接近一点 115

本章讲《老子·二十六章》 “燕处超然”。
任他世界繁华，我只清静一身。

第十四章 相信“柔”的力量就像水 125

本章讲《老子·三十六章》 “柔弱胜刚强”。
刚者嘎嘣脆，柔者有弹性。

第十五章 生生不息大过死死不放 132

本章讲《老子·八十一章》 “圣人不积”。
大道生生不息，停留必有失。

第十六章 别让享受变难受 144

本章讲《老子·十二章》 “五色令人目盲”。
手上越多越累，求完美即自杀。

第十七章 善于从自然中做出“有” 154

本章讲《老子·十一章》 “当其无有”。
“没有”空间才大，一旦“有”了就赶紧交换。





第十八章 善始善终已接近永恒 **168**

本章讲《老子·六十四章》 “慎始如终”。
善始善终，才能一往无前。

第十九章 放弃虚妄才能收获实有 **176**

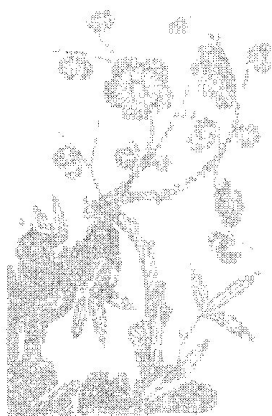
本章讲《老子·十九章》 “绝圣弃知”。
放弃越大，收获越多。

附录一 老子通读 **188**

附录二 老子反读 **200**

附录三 老子正读 **221**

后 记 **243**





第一章 有时要封闭自己才能进入状态

本章讲《老子·五十二章》 “塞其兑，闭其门”。

根本不理一切试探，只有封闭状态才能成就自身。

《老子·五十二章》

(以魏王弼注《老子道德经》为底本，下同)

天下有始，以为天下母。

既得其母，以知其子。

既知其子，复守其母。

没身不殆。

塞其兑，闭其门，终身不勤。

开其兑，济其事，终身不救。

见小曰明，守柔曰强。

用其光，复归其明，无遗身殃，是为习常。

老子说：

天下有个开始，世界有个起源，那就是道，道是天下万物的母亲。既然知道了这个母亲，就应该知道她的儿子，那就是人。人是大道儿子。既然知道我们是大





道的儿子，就应该紧紧守住我们的母亲，这样就终生都没有害处。讲具体点，你要闭上你的嘴，关上你的门，不用那么累。如果你狮子大张口，一定要想办成所谓的大事，那么到死都没人救得了你。看见细微，才叫有眼力。坚守不去伤害的原则，才叫有能力。你要用你获得的大道回归正途，也就是回归自然，不要自己给自己惹祸，这就叫抓住了常有之道，可得解脱。

“天下母”，天下万物的母亲，指道。

“不殆”，没有危害。

“兑”，嘴巴。

“济其事”，想办成他的事。“济”，成功。

“明”，好眼力。

“柔”，不逞强，甘愿为下，甘愿孤独。此处指不去伤害。

“用其光”，用你的大道。光，智慧，指大道。

“明”，光明世界，指本来宇宙，天堂，也可解释为自然。

“习常”通“袭常”，抓住、获得常道。袭不是袭击，也不是承袭，指迅速抓住。

老子这章主要讲要封闭自己，才能接通黑暗之光，进入大道。不要太放纵自己，否则就是为别人献祭。

《世说新语》上讲，东晋名士顾和做扬州从事，月初去上朝。到了没多久，先把车停在大门外。



大臣周凯去见丞相王导，经过顾和身边。顾和扞虱而坐，好像没看见周凯。

周凯已经走远了，又走回来，指着顾和的心说：“你这里面有什么呀？”

顾和扞虱如故，说：“这里面是深不可测的东西！”

周凯进了大门，对王导说：“您手下的一名小吏我看都有大臣之才。”

周凯说错了，顾和根本不是大臣之才，而是大匠之才。我的意思是，只有他伤别人的，别人伤不了他！当然，他更懂得彼此不相伤。《庄子·人间世》上讲有个大匠（大师级别的木匠），碰到一棵神木，大匠的弟子要砍，大匠敬畏这棵神木，决定不砍，彼此不相伤。

总有些东西让人敬畏。

总有些东西让对手敬畏。

总有些东西让敌人敬畏。

明白这个，你就真正地无畏了。

顾和为官凶险极大，他不惊不乱，做自己该做的事，无机心，无巧手，就不会被更大的机心与巧手掐灭。

在这里欣赏的显然不只是顾和“扞虱而谈”的风度，而是欣赏他风度背后的智慧。

顾和是拙而巧者。看似笨拙，其实巧妙。

周凯是巧而拙者。看似巧妙，其实笨拙。

周凯就因为做人太乖巧，后来被王敦杀掉。周凯先前在王导与王敦间穿行，又经常调和王导与皇帝、王导与群臣间的关系，看似巧手，其实他的力全部没落到点

子上。有一次有人说王导坏话，皇帝要杀王导，多亏周凯救了王导。但在这节骨眼上，周凯竟然不对王导明说是他周凯救了王导，还对王导开玩笑，使王导误以为周凯也是害他的人中的一个。后来王敦叛乱，拿群臣开刀。王敦要杀周凯，王导没有意见。等到再后来王敦之乱平息了，王导检查过去的文书，忽然发现了周凯当日救他的奏章，这才明白周凯救过他。王导本是性情中人，不由大哭：

“我不杀伯仁（周凯字伯仁），伯仁却因我而死！冥冥之中，负此良友。”

这就是中国历史上著名的“王导杀伯仁案”的来由，教训不在于王导，而在于像周凯一样的人。王导当然无过错，错在周凯因乖巧而丧生。

我们当然不要做周凯，也不要做王导，要做顾和。顾和不但不吃周凯那一套，而且不吃王导那一套。王导是贤相也好，权臣也好，跟他没关系。他做官也就是有碗饭吃，那是他的工作，他有平常心。

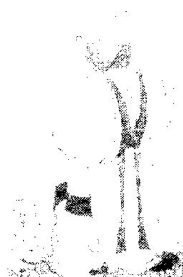
有了这种心态，才能把官做好。做官是他的工作，他当然要把工作做好。

做人方面，顾和也很高明。他根本不理一切试探。

不是要你从容应对试探，而是要你根本不理一切试探。

试探之后，即是陷阱。

你不看他的眼睛，他的眼神就毒不到你。当然，你看他的眼睛又何妨！你清清亮亮的眼睛还怕他么！



你不与他说话，他话里的针就刺不到你。当然，你与他说话又何妨！不过是一根针，你让他刺空气去！

周凯问得蠢，他问顾和：“你的心里都装了些什么呀？”

顾和回答得绝，他说：“我的心里装的东西深不可测！”

顾和让周凯明白：“你想干什么我都知道，我知道的却非你所想。”

一句话就把周凯挡回去了。

试探之所以是试，就是要你接招。你不接招，他的一切高明手段必然落空，便无麻烦。

当然，接招又何妨。智者最大的招数就是“无”，让对方的针刺空气去。

老子说：“塞其兑，闭其门”，就是要我们在很多时候都闭上嘴巴，关上门，适当封闭自己，倾听自己的心灵，思考自己的人生，而不是到处乱碰乱试。

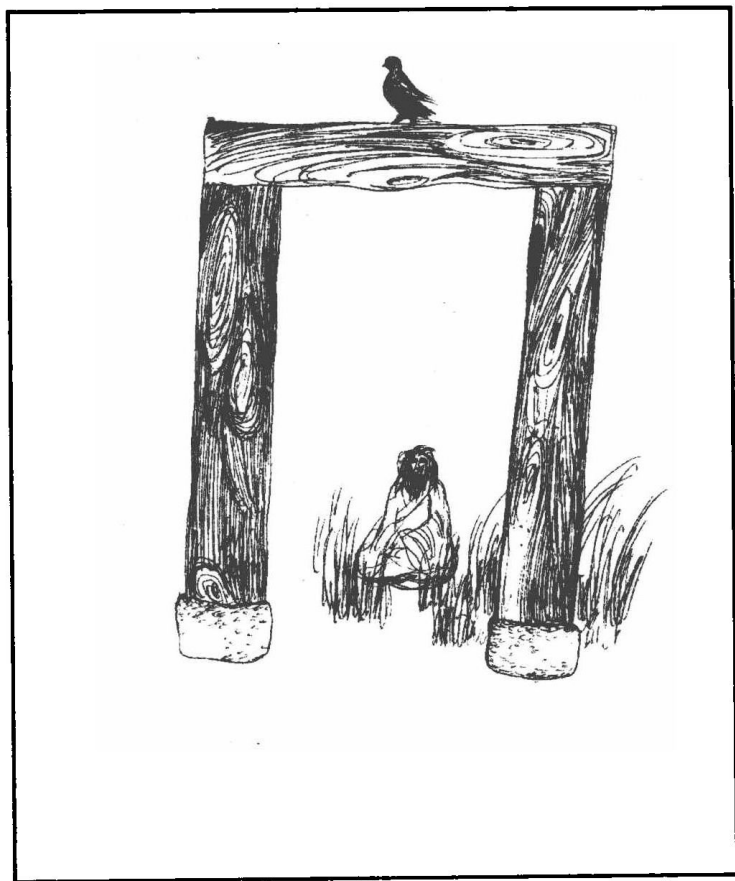




顾和不理一切试探

不是要你从容应对试探，而是要你根本不理一切试探。你不接招，他的一切高明手段必然落空，便无麻烦。

老子说：“乐与饵，过客止。”讲音乐与食物，让经过的人停下来。我们不要管这动人的音乐，并且自带粮食，就可以走自己的路。不受诱惑，收获更大。不理试探，心性更坚。干大事的人过此两关，则前路坦荡。



老子闭门