

需要全本请访问 www.ertongbook.com

第一章（源自《老子》）

治大国，若烹小鲜

源自《老子·六十章》：治大国，若烹小鲜。以道莅天下，其鬼不神；非其鬼不神，其神不伤人；非其神不伤人，圣人亦不伤人。夫两不相伤，故德交归焉。

治大国像烹小鱼一样，简单易行，关键在于道。有了道，鬼怪与圣人皆不伤人，则天下自安。

失道而后德

源自《老子·三十八章》：上德不德，是以有德；下德不失德，是以无德。上德无为而无不为，下德无为而有不为。上仁为之而无以为，上义为之而有以为。上礼为之而莫之应，则攘臂而扔之。故失道而后德，失德而后仁，失仁而后义，失义而后礼。夫礼者，忠信之薄而乱之首。前识者，道之华而愚之始。是以大丈夫处其厚，不居其薄；处其实，不居其华。故去彼取此。

上德无德，无为而无不为。实为道家之本根。故道家倡导为君者清静无为，为民者则居朴处实。

善行无辙迹

源自《老子·二十七章》：善行无辙迹，善言无瑕谪，善数不用筹策，善闭无关楗而不可开，善结无绳约而不可解。是以圣人常善救人，故无弃人；常善救物，故无弃物，是谓袭明。故善人者，不善人之师；不善人者，善人之资。不贵其师，不爱其资，虽智大迷。是谓要妙。

人的行为顺应自然之道，不慕名利，不事张扬，自然无辙迹可寻，此为人生一大境界。

自知者明

源自《老子·三十三章》：知人者智，自知者明。胜人者有力，自胜者强。知足者富，强行者有志。 不失其所者久。死而不亡者寿。

知别人需要智慧，而自知者最高明。人生在世，往往知人者多、而自知者少，故自知尤显珍贵。

生生之厚

源自《老子·五十章》：出生入死。生之徒十有三；死之徒十有三；人之生，动之死地亦十有三。夫何故？以其生生之厚。盖闻善摄生者，陆行不遇兕虎，入军不被甲兵；兕无所投其角，虎无所措其爪，兵无所容其刃。夫何故？以其无死地。

一个人出世为生，入地为死。善于养护生命的人，从不甘食悦色、纵情嗜情，故无死地可言，此乃生生之厚也。

圣人不行而知

源自《老子·四十七章》：不出户，知天下；不窥牖，见天道。其出弥远，其知弥少。是以圣人不行而知，不见而名，不为而成。

老子倡无为，无为乃天道，天道乃自然，故不出户则知天下。

万物负阴而抱阳

源自《老子·四十二章》：道生一，一生二，二生三，三生万物。万物负阴而抱阳，冲气以为和。人之所恶，唯孤、寡、不穀；而王公以为称。故物或损之而益，或益之而损。人之所教，我亦教之：“强梁者不得其死！”吾将以为教父。

万物皆有阴阳二气，二气相融才合谐。“满招损，谦受益”自然合其理也。

信言不美

源自《老子·八十一章》：信言不美，美言不信。善者不辩，辩者不善。知者不博，博者不知。圣人不积，既以为人己愈有，既以与人己愈多。天之道，利而不害；圣人之道，为而不争。

真实的语言不美丽，美丽的语言肯定不真实。见人辨言，此为道。

民之难治，以其智多

源自《老子·六十五章》：古之善为道者，非以明民，将以愚之。民之难治，以其智多。故以智治国，国之贼；不以智治

需要全本请访问 www.ertongbook.com

国，国之福。知此两者亦稽式。常知稽式，是谓玄德。玄德深矣，远矣，与物反矣，然后乃至大顺。

愚民易治，愚君国之福。顺应天道，返朴归真，在物欲横流的社会，无智无欲，难矣哉！

坚强者死之徒

源自《老子·七十六章》：人之生也柔弱，其死也坚强。草木之生也柔脆，其死也枯槁。故坚强者死之徒，柔弱者生之徒。是以兵强则灭，木强则折。坚强处下，柔弱处上。

常言道：柔弱胜刚强。刚者易折，柔者能韧，故能长生。人生之至理也。

民不畏死

源自《老子·七十四章》：民不畏死，奈何以死惧之？若使民常畏死，而为奇者，吾得执而杀之，孰敢？常有司杀者杀。夫代司杀者杀，是代大匠斫；夫代大匠斫，希有不伤其手者矣。

民不畏死，奈何以死惧之。历来帝王将相，能有几人践行之。

圣人之治

源自《老子·十三章》：不尚贤，使民不争；不贵难得之货，使民不为盗；不见可欲，使民心不乱。是以圣人之治，虚其心，实其腹，弱其志，强其骨。常使民无知无欲，使夫智者不敢为也。为无为，则无不治。

虚心实腹、弱志强骨，可见圣人之治也是愚民而化天下

也。

合抱之木，起于毫末

源目《老子·六十四章》：其安易持，其未兆易谋，其脆易泮，其微易散。为之于未有，治之于未乱。合抱之木，起于毫末；九层之台，起于累土；千里之行，始于足下。民之从事，常于几成而败之。慎终如始，则无败事。是以圣人欲不欲，不贵难得之货；学不学，复众人之所过，以辅万物之自然而不敢为。

任何事业都是从小事做起。离开了小事，亦无伟业可言。

我无欲而民自化

源自《老子·五十七章》：以正治国，以奇用兵，以无事取天下。吾何以知其然哉？以此：天下多忌讳，而民弥贫；人多利器，国家滋昏；人多伎巧，奇物滋起；法令滋彰，盗贼多有。故圣人云：“我无为而民自化，我好静而民自正，我无事而民自富，我无欲而民自朴。”

老子教导治国者，清静无为，而民风自然朴实，返朴归真，乃天道也。

善为道者

源自《老子·十五章》：古之善为道者，微妙玄通，深不可识。夫唯不可识，故强为之容：豫兮若冬涉川，犹兮若畏四邻，俨兮其若客，涣兮若冰之将释，敦兮其若朴，旷兮其若谷，混兮其若浊，澹兮其若海，飂兮若无止。孰能浊以静之徐清？孰能安以动之徐生？保此道者不欲盈。夫唯不盈，故能蔽

而新成。

能蔽新成，奥妙玄通，天道难形客，不可言说者才是大道。

道法自然

源自《老子·二十五章》：有物混成，先天地生。寂兮寥兮，独立不改，周行而不殆，可以为天地母。吾不知其名，强字之曰“道”，强为之名曰“大”。大曰逝，逝曰远，远曰反。故道大，天大，地大，人亦大。域中有四大，而人居其一焉。人法地，地法天，天法道，道法自然。

道法自然，不可强求。人间万事皆如此，强求之物也难得。

俗人昭昭，我独昏昏

源自《老子·二十章》：唯之与阿，相去几何？善之与恶，相去若何？人之所畏，不可不畏。荒兮，其未央哉！众人熙熙，如享太牢，如春登台。我独泊兮，其未兆；沌沌兮，如婴儿之未孩；儽儽兮，若无所归。众人皆有余，而我独若遗。我愚人之心也哉！俗人昭昭，我独昏昏；俗人察察，我独闷闷。众人皆有以，而我独顽且鄙。我独异于人，而贵食母。

人人皆有余，而我独若遗。永远保持一个不满足之心，缺乏之感，或许是人进步的一个阶梯吧。

贵以贱为本

源自《老子·三十九章》：昔之得一者：天得一以清，地得一以宁，神得一以灵，谷得一以盈，万物得一以生，侯王得一

以为天下贞。其致之也，谓天无以清，将恐裂；地无以宁，将恐废；神无以灵，将恐歇；谷无以盈，将恐竭；万物无以生，将恐灭；侯王无以贞，将恐蹶。故贵以贱为本，高以下为基。是以侯王自称孤、寡、不穀，此其以贱为本邪？非乎？故至誉无誉。是故不欲琭琭如玉、珞珞如石。

一者，道也。道之理可喻为贵以贱为本，高以下为基。居贱则为居，居下则为高。

小国寡民

源自《老子·八十章》：小国寡民。使有什伯之器而不用，使民重死而不远徙。虽有舟舆，无所乘之；虽有甲兵，无所陈之。使民复结绳而用之。甘其食，美其服，安其居，乐其俗；邻国相望，鸡犬之声相闻，民至老死，不相往来。

小国寡民。邻国相望，鸡犬之声相闻，民至老死，不相往来。这是典型的乌托邦。在经济全球化的时代，这显得太可笑了。

众妙之门

源自《老子·一章》：道可道，非常道；名可名，非常名。无名，天地之始；有名，万物之母。故常无，欲以观其妙；常有，欲以观其徼。此两者同出而异名。同谓之玄。玄之又玄，众妙之门。

道者，微妙玄奥，不可言说，言说者，非道也。故大道无名，不可言说，但它却是万物之本根。

天下大事必作于细

源自《老子·六十三章》：为无为，事无事，味无味。大小多少。图难于其易，为大于其细；天下难事必作于易，天下大事必作于细。是以圣人终不为大，故能成其大。夫轻诺必寡信，多易必多难。是以圣人犹难之，故终无难矣。

做大事先从小事做起，做难事先从易事做起。浅近之理，世人总是不思量，小事不做，大事不成，信矣哉。

百谷王

源自《老子·六十六章》：江海所以能为百谷王者，以其善下之，故能为百谷王。是以圣人欲上民，必以言下之；欲先民，必以身后之。是以圣人处上而民不重，处前而民不害；是以天下乐推而不厌。以其不争，故天下莫能与之争。

海纳百川乃为百谷王，人能容人才能为至人。“从谏如流”即是言其理也。

天下皆知美之为美

源自《老子·二章》：天下皆知美之为美，斯恶已；皆知善之为善，斯不善已。故有无相生，难易相成，长短相形，高下相盈，音声相和，前后相随，恒也。是以圣人处无为之事，行不言之教，万物作焉而不为始，生而弗有，为而弗恃，功成而弗居。夫唯弗居，是以不去。

世人皆知美之为美，是因为恶产生了，任何事物都有对立两方，有与无、难与易、长与短、高与下、前与后。我们做事情、想问题，都要于对立中把握统一。

宠辱若惊

源自《老子·十三章》：宠辱若惊，贵大患若身。何谓宠辱若惊？宠为下，得之若惊，失之若惊。是谓宠辱若惊。何谓贵大患若身？吾所以有大患者，为吾有身；及吾无身，吾有何患！故贵以身为天下，若可寄天下；爱以身为天下，若可托天下。

世人皆愿受宠而惧辱，唯高人宠辱若惊而求无为，爱惜自身而不为身外之物所累。

天地不仁

源自《老子·五章》：天地不仁，以万物为刍狗；圣人不仁，以百姓为刍狗。天地之间，其犹橐籥乎！虚而不屈，动而愈出。多言数穷，不如守中。

天地无偏爱，万物自蓬勃。圣人无偏爱，百姓自安居乐业。噫乎，至言也。

柔能克刚

源自《老子·七十八章》：天下莫柔弱于水，而攻坚强者莫之能胜，以其无以易之。弱之胜强，柔之胜刚，天下莫不知，莫能行。是以圣人云：“受国之垢，是谓社稷主；受国不祥，是为天下王。”正言若反。

柔弱胜刚强。世人皆知而不能行，何也？追逐名利，贪图酒色，皆为身外之物所累也。

需要全本请访问 www.ertongbook.com

第二章（源自《庄子》）

轮扁难桓公

源目《庄子·天道》：桓公读书于堂上。轮扁斫轮于堂下，释椎凿而上，问桓公曰：“敢问，公之所读者何言邪？”公曰：“圣人之言也。”曰：“圣人在乎？”公曰：“已死矣。”曰：“然则君之所读者，古人之糟魄已夫！”桓公曰：“寡人读书，轮人安得议乎！有说则可，无说则死。”

轮扁曰：“臣也以臣之事观之。斫轮，徐则甘而不固，疾则苦而不入。不徐不疾，得之于手而应于心，口不能言，有数存焉于其间。臣不能以喻臣之子，臣之子亦不能受之于臣，是以行年七十而老斫轮。古之人与其不可传也死矣，然则君之所读者，古人之糟魄已夫！”

匠人轮扁善斫轮，不徐不疾，得之于手而应之心。何者？道也。道存实践中，而桓公只知读死书，死读书，自然只得糟魄也。可见，读书为次，体道为主。

丽姬悔泣

源自《庄子·齐物论》：予恶乎知说生之非惑邪？予恶乎知

恶死之非弱丧而不知归者邪？丽之姬，艾封人之子也。晋国之始得之也，涕泣沾襟；及其至于王所，与王同筐床，食刍豢，而后悔其泣也。予恶乎知夫死者不悔其始之蕲生乎？

梦饮酒者，旦而哭泣；梦哭泣者，旦而田猎。方其梦也，不知其梦也。梦之中又占其梦焉，觉而后知其梦也。且有大觉而后知此其大梦也，而愚者自以为觉，窃窃然知之。君乎？牧乎？固哉！丘也与女，皆梦也；予谓女梦，亦梦也。是其言也，其名为吊诡。万世之后而一遇大圣，知其解者，是旦暮遇之也。

夜梦饮酒者白天哭泣；夜梦哭泣者，而白天田猎。梦幻成真，真亦梦幻，几人清醒几人醉。世事无常，一切皆然，何必太认真。

宋人贩帽

源自《庄子·逍遥游》：宋国有个人贩卖帽子到越国去，但是，越国的人都是头发剪得精光，身上刺花纹，帽子对他们是毫无用处的。尧治理天下的人民，海内政治清平，假如他到了遥远的姑射山中，汾水之北，拜见了四位得道的真人，那么，他将会恍然大悟，把天下忘掉的。

宋人贩帽者，南辕北辙，画蛇添足，不搞调查研究，盲目行事，总是要失败的。

明王之治

源自《庄子·应帝王》：阳子居见老聃，曰：“有人于此，向疾强梁，物彻疏明，学道不勘。如是者，可比明王乎？”老聃曰：“是於圣人也，胥易技系，劳形怵心者也。且也虎豹之

文来田，猨狙之便，执㹴之狗来藉。如是者，可比明王乎？”阳子居蹴然曰：“敢问明王之治。”老聃曰：“明王之治，功盖天下而似不自己，化贷万物而民弗恃；有莫举名，使物自喜。立乎不测，而游于无有者也。”

明王之治也，功德布于四方而不自居，恩降施及万物而不自恃。原因在于明王得道也。顺道者，万物皆然，万民皆化。

朝三暮四

源自《庄子·齐物论》：可乎可，不可乎不可。道，行之而成；物，谓之而然。恶乎然？然于然。恶乎不然？不然于不然。恶乎可？可于可。恶乎不可？不可于不可。物固有所然，物固有所可。无物不然，无物不可。

故为是举莛与楹、厉与西施，恢恑憰怪，道通为一。其分也，成也；其成也，毁也。凡物无成与毁，复通为一。唯达者知通为一，为是不用而寓诸庸。庸也者，用也；用也者，通也；通也者，得也；适得而几矣。因是已。已而不知其然，谓之道。

劳神明为一而不知其同也，谓之“朝三”。何谓“朝三”？狙公赋芧，曰：“朝三而暮四。”众狙皆怒。曰：“然则朝四而暮三。”众狙皆悦。名实未亏而喜怒为用，亦因是也。是以圣人和之以是非而休乎天钧，是之谓“两行”。

朝三而暮四。人皆知之，而猴子莫晓。万事万物皆有可与不可，成与毁，超乎常人之理，常人之是非，融会贯通，则近道矣。岂能为朝三暮四所蒙蔽。

天地有大美而不言

源自《庄子·知北游》：天地有大美而不言，四时有明法而不议，万物有成理而不说。圣人者，原天地之美而达万物之理，是故至人无为，大圣不作，观于天地之谓也。

合彼神明至精，与彼百化，物已死生方圆，莫知其根也，扁然而万物自古以固存。六合为巨，未离其内；秋毫为小，待之成体。天下莫不沉浮，终身不故；阴阳四时运行，各得其序。惛然若亡而存，油然不形而神，万物畜而不知。此之谓本根，可以观于天矣。

天地化育有其道，四时轮转有其道，万物变化有其理，故圣人观于天地而得道。为人处事皆应循其理也。

山木自伐之

源自《庄子·人世间》：山木自寇也，膏火自煎也。桂可食，故伐之；漆可用，故割之。人皆知有用之用，而莫知无用之用也。

山木因其有用而被伐，人因其有才而被利用，自然之理也，然离道远矣。

鸱得腐鼠

源自《庄子·秋水》：惠子相梁，庄子往见之。或谓惠之曰：“庄子来，欲代子相。”于是惠子恐，搜于国中三日三夜。

庄子往见之，曰：“南方有鸟，其名为鹓鶵，子知之乎？夫鹓鶵，发于南海而飞于北海，非梧桐不止，非练实不食，非醴泉不饮。于是鸱得腐鼠，鹓鶵过之，仰而视之曰‘吓！”今子欲以子之梁国而吓我邪？”

鸱鸟寻得一只死耗子，以为人皆爱之，虎视眈眈，不可一世，实为以小人之心，度君子之腹，不可取也。

圣人死则大盗止

源自《庄子·秋水》：夫川竭而谷虚，丘夷而渊实。圣人已死，则大盗不起，天下平而无故矣；圣人不死，大盗不止。虽重圣人而治天下，则是重利盗跖也，为之斗斛以量之，则并与斗斛而窃之；为之权衡以称之，则并与权衡而窃之；为之符玺以信之，则并与符玺而窃之；为之仁义以矫之，则并与仁义而窃之。何以知其然邪？彼窃钩者诛，窃国者为诸侯；诸侯之门而仁义存焉，则是非窃仁义圣知邪？故逐于大盗，揭诸侯，窃仁义并斗斛权衡符玺之利者，虽有轩冕之赏弗能劝，斧钺之威弗能禁。此重利盗跖而使不可禁者，是乃圣人之过也。

圣人之过者，制礼仪以规矩天下，订法度以限制人民。然而，诸侯之门存仁里，是为重利盗跖也。圣人死则大盗止，返朴归真，道之然也。

涉海凿河

源自《庄子·应帝王》：肩吾见狂接舆。狂接舆曰：“日中始何以语女？”肩吾曰：“告我：君人者以己出经式义度，人孰敢不听而化诸！”狂接舆曰：“是欺德也。其于治天下也，犹涉海凿河而使蚊负山也。夫圣人之治也，治外乎？正而后行，确乎能其事者而已矣。且鸟高飞以避智弋之害，鼷鼠深穴乎神丘之下以避熏凿之患，而曾二虫之无知？”

涉海凿河者，不懂事理，事与愿违。过海应造船，凭船可过海。世间往往有人过于聪明，聪明反被聪明误。

需要全本请访问 www.ertongbook.com