

《庄子諳譚（上）》

图书基本信息

书名：《庄子諳譚（上）》

13位ISBN编号：9787208070967

10位ISBN编号：7208070962

出版时间：2007.6

出版社：上海人民出版社

作者：南怀瑾

页数：400

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《庄子謄譚（上）》

内容概要

《南怀瑾讲述:庄子謄譚(上)》内容简介：《庄子》一书内容博大精深，涵盖世间、出世间的重要观念法则和人生修身养心之道，是中华文化最伟大不朽的经典之一。《庄子》文章汪洋恣肆，仪态万方，但于现代人来说，却不免有其论莫测高深，其文艰深难明之感。上世纪八十年代初，南先生讲解《庄子》于台北十方书院，游乎经史子集，博征佛道乃至西方宗教学术观点，阐扬《庄子》之宗旨大义，清晰明白，通俗生动，精义迭出。据南先生的讲解录音整理成书的《庄子謄譚》是现代读者阅读、理解《庄子》的最好读本。

《庄子謄譚（上）》

作者简介

《庄子》艺术内容博大精深，涵盖世间、出世间的重要观念法则和人生修身养心之道，是中华文化最伟大不朽的经典之一。《庄子》文章汪洋恣肆，仪态万方，但于现代人来说，却不免有其论莫测高深，其文艰深难明之感，博征佛道乃至西方宗教教学学术观点，阐扬《庄子》之宗旨大义，清晰明白，通俗生动，精义迭出。据南先生的讲解录音整理成书的《庄子謄譚》是现代读者阅读、理解《庄子》的最好读本。

作者简介：

南怀瑾先生一九一八年出生于浙江温州乐清一个世代书香之家，抗日战争时期投笔从戎。后赴台湾，执教于台湾文化大学、辅仁大学。又远赴美国、欧洲等地，考察讲学。门生弟子遍天下。先生长期精研国学，读书数十万卷，于儒、道、佛皆有精湛造诣，兼通诸子百家、诗词曲赋、天文历法、医学养生诸学，对西方文化亦有深刻理解，学贯中西，著作等身，堪称一代宗师，在中西文化界享有巨大声望。

南怀瑾先生关心国家统一、民族振兴大业，一生致力于复兴中华优秀传统文化。近年来，以望九高龄，仍奔走各地，建立学堂，讲解传授，为弘扬、传承民族传统文化之精粹尽心尽力。其成就贡献、举世称誉；其执著精神，感人至深。

《庄子諠譁（上）》

书籍目录

出版说明.....1	台北老古文化繁体字版《出版说明》.....1	开场白.....1	为人为己之争.....1	温柔敦厚与空灵洒脱.....3	从容潇洒的人们.....4	外篇杂篇的影响力.....6	逍遥游第一.....7	逍遥解脱的人生.....7	具见和比喻.....8	物化被化自化.....9	大禹治水.....10	北冥的鱼.....12	怒而飞.....14	神奇古怪的记载... ..16	六月的飞行.....17	生命的力量.....18	多蓝多远的天.....19	大海般的胸怀.....21	大风高飞.....22	大鹏与小鸟.....24	计划之旅.....26	生命的长短.....28	北冥的天池.....31	大与小.....33	鹏程万里.....35	你是什么材料.....37	自视很高的人.....40	出格的高人.....41	第五种人.....42	陈抟老祖.....43	第六种人... ..46	第七种人.....48	至人神人圣人.....50	隐士的故事.....52	阳光和时雨.....54	大境界小境界.....57	世俗和出世的解脱.....60	藐姑射山的神仙.....62	知识的聋盲.....64	心能转物和禅定.....65	圣人与帝王... ..68	大瓜与祖传秘方.....71	瓜船.....73	大树和狐狸.....74	无何有之乡.....77	真正的逍遥.....78	齐物论第二.....80	南郭与颜成.....81	交臂非故.....83	忘我与齐物.....84	地球的呼吸.....86	纪晓岚的经历... ..89	依他起的风.....90	吓人的音声.....92	冷风飘风厉风.....93	人籁地籁天籁.....95	吹万不同.....97	无主宰非自然.....100	神气智慧.....100	惶恐可怜的人.....104	心态情态.....105	生命存在与意识流注... ..109	主宰是准.....111	迷悟不二.....114	谁是准非.....118	真正的是非.....122	言语是什么.....123	道与言语.....126	道被遮住了.....127	是非对错.....130	生死死生.....132	圣人如何如何得道.....135	天地万物一匹马.....138	最终的一同.....142	平凡的高智慧.....145	暮四朝三不习惯.....147	懂得调和的人.....150	宇宙万有开始前后.....151	音乐与道.....156	专心实证.....159	圣人追求的境界.....161	太极无极太太极... ..164	大小寿夭为一.....169	三以后是什么.....172	道可道非常道.....175	孔子的春秋.....179	仁义道德是什么.....182	道的宝库.....190	人伦之道.....192	庄子的论辩.....193	至人的境界.....199	求道与成道... ..204	说心物一元.....207	文字与言语.....211	归回何处.....213	梦与醒.....217	吊诡机锋.....220	谁是公评人.....223	生命的主宰.....226	蝴蝶梦.....231	小结《齐物论》.....233	养生主第三.....236	少知道少烦恼.....236	袁子才与郑板桥.....240	诸恶莫作众善奉行.....242	打通督脉.....245	督脉的三关.....248	要名利要成仙.....251	解牛的技艺.....254	庖丁说法.....256	人生的关键和枝节.....260	谨慎的人.....265	独立自主的生命.....268	崇高必有堕落.....271	无尽相传的薪火.....274	人问世第四.....277	颜回想当王者师... ..277	泥菩萨过江的颜回.....281	职业和事业.....286	道是道德是德.....287	道德的泛滥.....289	不通人情世故的人.....291	周围嫉妒的人.....296	笨的好人聪明的坏人.....299	颜回的修养.....302	外圆内方... ..304	学古人好吗.....307	君道臣道师道.....310	心斋是什么.....314	八风吹不动.....318	自欺欺人被人欺.....322	内圣的修养.....326	大使的痛苦.....330	宋真宗与寇准.....333	郭子仪的境界.....335	天下两件大事.....338	忠与孝.....343	外交政治哲学.....345	阳谋阴谋.....348	祸从口出.....351	有善心不刻薄.....353	不迁怒不二过.....356	太子的老师.....359	冯道的境界.....361	如何教育领导人.....364	不自量力的螳螂.....367	虎性马性人性.....369	齐国的大树.....374	树神说法.....376	韩非子说的故事.....380	奇才异能... ..383	好就是不好.....386	不祥就足大祥.....389	孔予楚国之旅.....393	小结人间世.....398
------------	------------------------	-----------	--------------	-----------------	---------------	----------------	-------------	---------------	-------------	--------------	-------------	-------------	------------	-----------------	--------------	--------------	---------------	---------------	-------------	--------------	-------------	--------------	--------------	------------	-------------	---------------	---------------	--------------	-------------	-------------	--------------	-------------	---------------	--------------	--------------	---------------	-----------------	----------------	--------------	----------------	---------------	----------------	-----------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	-------------	--------------	--------------	----------------	--------------	--------------	---------------	---------------	-------------	----------------	--------------	----------------	--------------	--------------------	--------------	--------------	--------------	---------------	---------------	--------------	---------------	--------------	--------------	------------------	-----------------	---------------	----------------	-----------------	----------------	------------------	--------------	--------------	-----------------	------------------	----------------	----------------	----------------	---------------	-----------------	--------------	--------------	---------------	---------------	----------------	---------------	---------------	--------------	-------------	--------------	---------------	---------------	-------------	-----------------	---------------	----------------	-----------------	------------------	--------------	---------------	----------------	---------------	--------------	------------------	--------------	-----------------	----------------	-----------------	---------------	------------------	------------------	---------------	----------------	---------------	------------------	----------------	-------------------	---------------	---------------	---------------	----------------	---------------	---------------	-----------------	---------------	---------------	----------------	----------------	----------------	-------------	----------------	--------------	--------------	----------------	----------------	---------------	---------------	-----------------	-----------------	----------------	---------------	--------------	-----------------	---------------	---------------	----------------	----------------	---------------

章节摘录

书摘插图 我们看到《庄子》这本书，就可以联想到《孟子》。在《孟子》这本书里，从来没有抨击过《庄子》；但是孟子颇为批判墨子及杨子。这两人都是属于道家的人物，墨子主张摩顶放踵，以利天下，也就是没有自我，只有救世救人。由头顶到足心，都可以牺牲了，以利天下。所以墨子是主张贤人的政治。杨子的思想跟墨子刚好相反，他是彻底的个人自由主义者，拔一毛以利天下不为也。为什么不为？因为每个人应该自己自尊，我不能拔一根毛有利于你，但是我也不想在你身上拔一根毛有利于我，各人自己管自己。 这两个人的思想，一个是绝对无我为公，忘己为人；一个是绝对为己的个人主义，自由主义。这是属于哲学思想的大问题。事实上，天地间的人，没有一个可以做到绝对的大公。譬如说，我们现在在这个十一楼，我们所照应的是这个楼上自己的人，下面同楼的人做什么，我们不管，也没有办法照应。所以这个公，只在这个楼的范围。如果扩充一点，我们照应到台北市，但没有办法照应到整个台湾；能照应到整个台湾，也没有办法照应到整个的世界。所以所谓公，都是比较的，要说绝对为公，只能说有这个理念，而很少有这个事实。 相反的，如果走杨子的路线，绝对为私好不好呢？也不可能。因为天下也没有一个人可能绝对的为私。我的东西你不要碰，你的东西我也不会拿，做不到。如果说我的东西你不能碰，你的东西就是我的，倒有不少人是愿意的。所以绝对做到自我为私，也不可能。孟子所抨击的这两位，就是讲这两点。 孟子代表儒家思想的为公，是可了解的，那是适当的保留个人一点自我与自私，是走中间的路线，属于中庸之道；认为只有如此，社会才可以安定。孟子在他的著作中，批评了墨子、杨子，但是并没有批评庄子。因此，有人认为庄子是在墨子之后，或者孟子是在庄子之前。这属于历史学术的考证范围，我们不去深究。不过，有一点我们可以确定的，就是孔、孟的文化思想，是代表周朝的文化，是齐鲁这个系统。尤其应该说是鲁国系统，是北方系统的文化思想。 温柔敦厚与空灵洒脱 我们中国人都念过《四书》，为了要写好文章必须要背《孟子》，更要背《庄子》。苏东坡曾经说过，如要写好文章，《孟子》与《庄子》及司马迁的《史记》，这三部书一定要熟背，才可以做大文章。《四书》的文章及它的文学境界，与《老子》、《庄子》是两回事，孔的文章孟的著作，敦厚严谨，也很风流。这个风流，不要搞错了，不是浪漫！《老子》、《庄子》是代表南方思想，是楚国的文化，它的文学境界是空灵洒脱的，后世认为，它又代表了道家。中国所谓道家的思想，同儒家思想，也是迥然有别的。 老庄之后，所谓南方楚国，在中国文学上极负盛名。代表性的作品有屈原的《离骚》、《楚辞》等。这一类的文章，与老庄都是同一系统，文章的气势与北方系统不同。表面上看来像是神经病说话，东一句西一句，像《庄子·齐物论》所讲的“吹”，这个字眼是庄子先开始用的。虽说是“吹”，但是他吹得非常有味。自古以来，中国的大文学家，大思想家，表面上都骂《老子》、《庄子》，实际上，每个人的文章，都偷偷在学他们。只有清朝这位文学思想家怪人金圣叹，才公开提出来推崇，把《庄子》列入他的六才子书，就是《庄子》、《史记》、《离骚》、《水浒传》、《杜甫律诗》、《西厢记》。他认为这是中国六位大才子的著作。如果懂了六才子书，所有文章的技巧都学完了，这种说法也是很有道理的。 我们现在说回来，《庄子》的文章思想是那么汪洋博大，但当时被视为正统文化的是齐鲁文化。不过在《孟子》一书里，却很少提到过孔子，而在《庄子》一书中，倒有很多提到孔子的地方。表面上看起来，庄子是在骂孔子，实际上规规矩矩，庄子都在捧孔子，捧得很厉害。要了解这一点，就要懂得文学的技巧了。 《庄子》这一部书，我们晓得它代表了道家，并且影响了中国几千年文化和知识分子。它内在潇洒，所讲的人生境界，形成了东汉到南北朝三四百年间特殊的文化思想境界。更有意思的是，直到现在我们仍然受到它很大的影响。

《庄子謄譚（上）》

编辑推荐

《南怀瑾讲述:庄子謄譚(上)》一书内容博大精深，涵盖世间、出世间的重要观念法则和人生修身养心之道，是中华文化最伟大不朽的经典之一。南怀瑾先生一九一八年出生于浙江温州乐清一个世代书香之家，抗日战争时期投笔从戎。后赴台湾，执教于台湾文化大学、辅仁大学。又远赴美国、欧洲等地，考察讲学。门生弟子遍天下。先生长期精研国学，读书数十万卷，于儒、道、佛皆有精湛造诣，兼通诸子百家、诗词曲赋、天文历法、医学养生诸学，对西方文化亦有深刻理解，学贯中西，著作等身，堪称一代宗师，在中西文化界享有巨大声望。南怀瑾先生关心国家统一、民族振兴大业，一生致力于复兴中华优秀传统文化。近年来，以望九高龄，仍奔走各地，建立学堂，讲解传授，为弘扬、传承民族传统文化之精粹尽之尽力。其在就贡献，举世称誉；其执著精神，感人至深。

《庄子諠譁（上）》

精彩短评

- 1、南怀瑾的书，内容非常好，怎么找了这么烂的出版社：纸张和草纸一样，写字都会印透纸背，在卓越买了N年书了，这是印刷最差的一次，上、下册都很差，奉劝 想买的同学到书店实地检查一下这本书的印刷到底如何再决定购买。书的内容的确很好。我同事买了台湾 付佩荣的很多国学书，觉得他的也不错，印刷的都非常好。
- 2、"古之至人，先存诸己而后存诸人。所存于己者未定，何暇至于暴人之所行！"这句如醍醐灌顶，每每想起，必力求躬行。效果可谓立竿见影，受益匪浅啊。
- 3、儒释道兼修
- 4、朝聞道夕死可矣。
- 5、高中時讀的第一本國學書籍，於我實有播道種之恩。南先生工夫精深，雖非學術文章，然實能啓人智慧。
- 6、经典
- 7、“周与蝴蝶，则必有分矣。此之谓乎化。”死没有什么可悲，活着也没有什么可喜，所以在妇产科前，不必送喜幛，殡仪馆前也不要送挽联！他说都差不多，不过一个是睡觉去了，一个是来做梦，如此而已。——《庄子諠譁》
- 8、One of the most overrated book. 说得太浅了
- 9、确实无法苟同
- 10、南怀瑾虽治学不严。可我，不学、无术，故于我无害
- 11、好
- 12、只能说,大师之作,就是深入浅出. 不艰深的文字却透出浓浓的国学意味,字里行间,是一个大师真正的人文关怀. 尤其适合,多年前,曾读过庄子,却因太难懂而放弃的人.
- 13、一与言为二，二与一为三。
- 14、读南师的讲读，真是一大享受！
- 15、入门读物。
- 16、比鱼蛋的写的好的 不知其几千里也鱼蛋的心得在南华面前简直就是贻笑大方
- 17、南师你好棒
- 18、此书我奉为垃圾
- 19、庄子内七篇
- 20、首先了解庄子是儿时蔡志忠的漫画，之后读的南。不说南这个人如何，《庄子》给了我童年直到现在别人没有给过我的想象空间，使我热爱写作与自己的想象，是给我影响最大的一本书。《庄子》5，这本4。
- 21、看的第一本南师的书籍，算是真正懂了庖丁解牛，让人收益良多。先秦的文化让人不得不佩服，流传千年，依然不衰。
- 22、书是很不错，就是包装太过于垃圾了
- 23、喜欢南怀瑾的版本
- 24、在书店看了，纸张质量，印刷质量极差，和盗版的一样。不知为何上海人民出版社出版的质量如此之劣！
- 25、南师讲课中相对比较浅显同时又比较完整的一套。看了豁然开朗，说是体悟到了人生的新境界也不为过，对此书有相见恨晚的感觉。
- 26、老先生用很平易的语言讲庄子讲的很明白
- 27、南某人也就这样了。
- 28、新华书店收款员只给打了一本书的钱，却送我上下册，感觉很内疚
- 29、我们人生只有十二个字：“看得破，忍不过；想得到，做不来。”
- 30、主要是冲着作者买的。
- 31、好书啊 国学著作
- 32、尼采超人哲学的源头，飘逸决绝的思想高度，佛性与儒性兼具，入世出世通达。
- 33、南老的文章堪称经典，值得反复琢磨。急等下册，无货。为何??????
- 34、或许是个俗人的缘故，我觉得这书里还是有很多值得去学习的東西，看了看评论，觉得年纪轻轻

《庄子誦誦（上）》

就开悟了的大师好多。我们年轻，更应该沉下心来看看老一辈的话。

35、看的东方出版社的那本，不错。

36、厉害，把庄子解释成了一个博学万能的民哲，常以诗、史、释解诸子，又以生活常识官场政治解之，南怀瑾将其解的支离破碎，不符庄子之道，有种“上班孔孟，下班老庄”的观感，光内七篇就讲了三本书，况且浅显而常不和逻辑。一个主题跟着一个主题，看似有理，华而不实。不知是讲稿还是其他缘由，常哼哼哈嘿不知所语，真乃活脱脱一个老傻逼。实在是推荐陈鼓应版本的，实在不济看看王博的庄子哲学或者傅佩荣《我读庄子》，千万不要看此三本。我也是年幼无知，罪过罪过。

37、虽然是国学大师，不是我读过解读庄子里最好的，偏鸡汤流。

38、南师讲《庄子》，过于信马由缰了，引申得太多，扯七扯八，内篇前四章就用了380页。。而于《庄子》的核心奥义，阐释得不够精深熨帖。

39、理解庄子的最好读本之一

40、挺好。快递也很给力· · 2天就到了。希望继续 又定了两本

41、独与天地精神而往来

42、白话庄子，有些玄，不是很可信。

43、用佛学来解释的一家之言，浅出。章太炎的庄子太难了，以古解古，深奥。每个人都每个人的庄子吧，你相信什么就看到什么。

44、反复读的好书，能够把如此难懂的庄子结合佛学和历史来讲，实在难得，颇有启发，常读常新

45、南怀瑾选集我只推荐两本。一本论语别裁，一本庄子喃喃，看了这两本，其它可看可不看。

46、宁静致远

47、很好的书，文章平易近人，南先生的书确实不错。

48、我个人觉得，南的庄子，多少有点“真”庄子，读来不厌。学者们的庄子，多是纸上庄子。

49、价钱实惠，书的印刷也还不错，值得收藏！

50、南师的风格是个人极喜欢的，深入浅出，旁征博引，不知哪里可以买到下册

51、床前的书

52、中国文化源头的溪流，南老用通俗易懂的语言讲解道家文化的精髓，包罗万象，变化万千，通其中精义，可立身，可立业，可济世，可出世。

53、我对南先生的讲解就不多说了，不过印刷啊印刷.....

54、南师的演讲足够精彩

55、放下执念

56、博大精深，浩瀚无边。

57、不知所云。

58、《内篇》：逍遥游——齐物论——养生主——人间世——德充符——大宗师——应帝王。人生以人生为目的。

59、第二次看了 第一本送人了 再买一本收藏

60、我很喜欢这个书 推荐 赞

61、看南师讲庄子，娓娓道来，平易近人。

62、序中说了此时2005年后改好后出的，对一些问题的回应必须看，便于理解书中内容，南师讲课不下结论，要你多读自悟，并不是有个什么秘密不说。

63、虽有明显谬误 当作聊天记录或另种解读角度还是好玩易读

64、不妨逍遥游。

65、少的一心在没有仔细考究文句的出处，不过这是在瑕不掩瑜

66、何必用佛语强行解释庄子，南怀瑾先生少了宇宙意识。

67、逍遥游第一齐物论第二养生主第三人间世第四

68、不错，喜欢南怀瑾的书，非常好！

69、看看可以，但没看完，有些也说的不对

70、读过

71、读的不是很认真

72、庄子五星，南师一星，学龄前读本

73、南先生的书要读，但不要信。

1、我读《庄子》的源头是南怀瑾先生的《庄子謄譚》，从此一发不可收拾。所以说《庄子》也必从《庄子謄譚》谈起。我时常向别人推荐南师的作品，但只一个好字，又怎能解得其中五味？我私下揣测，为什么当下那么多人爱读南师的书？说穿了，还是因为他学贯古今中外，且又能融而合之，想来今时今日能把儒释道三家学问再配以西方哲学放在一起讲的大家，早已经是凤毛麟角了吧。而南师这一特点，在《庄子謄譚》中得到了最大的体现。因为正如南师所言，无论是学佛还是学道，没有真切实在的修行功夫，只在那里读经辩意，是没有丝毫意义的，更妄谈功德了。那么是不是可以说，如果没有实际修行经验的人来讲《庄子》，都是不靠谱瞎起劲呢？这句话或许是重了点，但是看看当下书店里铺天盖地的“《庄子》解读”似乎也是有过之而无不及的吧。这样一来南师的《庄子謄譚》就显得弥足珍贵了。也更加凸显出《庄子謄譚》在众多和《庄子》有关著作中的卓越之处，因为内七篇里有很多是和切实的修行有关的内容，若讲读者无切身体会，实在如同隔靴搔痒，根本无法切入中心。好比“大块噫气”一说，其实是《庄子》书中解释这个器世界运作的一个重要环节，可如若《庄子今注今译》这样中规中矩的训诂书讲来，实在是乏善可陈，可在南师这里就能从外界的运作说到人身体的循环，甚至是修气脉到任督二脉的打通，实在是精彩到极致。有了这样的论调做基础，《庄子謄譚》的内容可谓是完全脱离传统训诂之流。当然这也是这些年来许多针对南师之批评的重点，我不能说谁是对的谁是错的，因为世间并无对错之分，只是世人自扰之罢了。更何况《庄子謄譚》和传统意义上的对于《庄子》的注解训诂更本就是两个体系，又怎么能放在一起比较呢？而且此书是根据南师的讲课内容整理而来，所以更秉承他一贯的浅显易懂的风格，其中更穿插着他很多触类旁通的感悟，有时读起来，会让人觉的云里雾里不知所言，但我觉得这些貌似散漫的内容，其实才是真正的精华，细细体味起来让人受益匪浅。更重要的是在《庄子謄譚》中，南师使用了用佛学来解释《庄子》这一重要的方法。虽然这个方法对于大读者来说貌似是不可能完成之任务，因为大家所掌握的佛学知识恐只是些皮毛中皮毛，况且也大都没有实证的功夫和经验。然而根据A的实际经验，可以用个简化的法子：就是用所知道的佛学和《庄子》放在一起相互印证，似乎能有意想不到的效果，很是触类旁通。对于学佛和学道都大有益处。无论如何，虽然当下解说《庄子》的书漫天都是，似乎人人都可来插一脚，但只稍稍一看就明白绝大多数都是滥竽充数之作。要么就是如同《庄子今注今译》一样的正经到枯燥的学问书，所以相形之下轻松易懂但又含义深刻的《庄子謄譚》可谓研习《庄子》入门的不二选择。只是《庄子謄譚》只有内七篇，并无外篇和杂篇的内容。要想完全读懂《庄子》恐怕大家要如我这样对着《庄子今注今译》这样的传统训诂书再下一番功夫。真可谓是月有阴晴圆缺，此事古难全。

2、南老先生的书从论语别裁开始就爱上了，一本本的往下读，很多人不理解我为什么看完了孔子，看老庄，我说我不知道我要相信什么，但是我只有了解之后才知道自己的想法是什么。很难得一本书，依旧是南老的风格，上册十一前读完了，依旧是爱不释手，背回家依旧想再背回学校，喜欢的不得了。看完之后很多感慨，其实也从一些侧面真正的了解了自己，难以用言语表达，也许下面该做的依旧是阳光下的书桌上一杯清茶，一本南老的书，品味着国学大宴，体味人生百味。

3、一位平易近人的老人对庄子的理解，像是和老前辈围炉边的夜话，平实又充满质感，幽默又随处可见智慧。书的纸质极好，装帧雅致。是爱不释手的一本书。

4、庄子謄譚，是我所见最好的一本关于庄子的讲记，也是我看到的第一本南怀瑾的书。后来又陆续读了很多，但仍然认为这本是最好的一套，后来又买了台湾的版本，才发现原有的理解障碍居然和简化字有关。这实在是无奈的事情。不过就个人读书和推荐的经历来看，我辈世间人从下开始看才是方便法门。下卷开篇就讲“德充符”正是一般人易解范畴，反而倒推逍遥本意可能更易读下去。仍然特别感谢当当网的缺货状态，才使我被迫从下起读。可谓缘分。

5、一只猪，遇到一棵老树。猪问：“您今年贵庚？”树说：“我今年300岁”猪问：“我现在身体特棒，浑身肉，从来无病痛，请问我能像你这么长寿吗？”树说：“不能。因为这么好的猪，明天就该被宰了。我之所以这么长寿，是因为我不开花不结果，木材质料又差，大家都觉得我没用，所以就不会把我砍掉了，我不但活到现在，还给人供奉为神树呢”猪听完，惊得一身冷汗，回到猪圈后马上乱搞公母关系，染上性病，被赶离猪圈，结果活到100岁，被供奉为“猪老强”。

6、对我来说，太过天马行空，抓不住当中的逻辑，有时候看完一段，回过头来想想都不知道在说些什么，不太适合初读庄子的。相比之下，陈鼓应的版本，考据比较多，虽然后面的今译部分往往比较

生硬，但它的精华应该是在注释当中，考据了众多研究庄子的人，会给出不同的见解，比较适合第一次读的。我看完陈版本之后在，回过来看南怀瑾的，勉强能抓住一二。难度的原因有几个，一来，南怀瑾已经入道，而且用佛学、禅宗来解释庄子，基本不拘泥于考究庄子的原意，所以如果没有一定的佛学知识，可能很多点都抓不住。其次，这本书本身就是一本语录，根据南怀瑾讲课的录音编写下来的，而讲课本来就是天马星空的，没有边际的，书中甚至有把听众的反应也有写入，比如有个地方南怀瑾讲了个笑话，后面会用括号备注（笑声）。所以如果没有一定的功底（无论是对庄子的，还是道、佛、禅等等），很难跟得上南怀瑾的节奏。抓不住中心——

——看完了，内篇7篇，看完之后比第一次看的时候，印象好多了，大概是第一次的时候，还没抓住南怀瑾讲话的习惯，所以很多地方更不上，但是庄子的一大特色就是一个道理翻来覆去来回讲，所以南怀瑾也翻来覆去的解释，看的多了，有些以前看不懂的也就看懂了，懂了之后发现，内篇7篇前后的联系还是紧密的，逻辑也是很严谨的。不过缺点还是和之前说的，口头话的东西太多，佛学的东西比较多，南怀瑾自己的东西很多，所以看完之后又去翻陈鼓应的《庄子今译今注》不过佛学的东西多，南怀瑾自己的东西多，即使缺点，也是优点。

7、南师解庄子内七篇，等我读完了后面基本已经忘了前面讲的是怎么了，也是我读这上下两册的时间跨度有点长了，当然经典是用不着时刻缅怀的。庄子和老子比起来，当然是鲜活有血肉的，其大无外，其小无内，仿佛道理就在你心里。老子教育我们知其雄受其雌知其白守其黑，庄子告诉我们知其远而守其近知其伪而守其真。长生久视，活着是一种修行。郭象解庄子偷空学习学习，开开窍，这南师的喃譁看完一遍还未见堂奥呀

8、看得很慢，因为原文颇费解，需要极深的古文根底。要弄懂每个字，需要另外参考陈鼓应的《庄子今注今译》，这需要极大的钻研精神和极为沉静的心。很难做到。不光是古文费解，想看陈鼓应是因为南师有的解释颇为跑马，实在感觉无边无际，已过于游离了。而陈鼓应又太过拘泥于文字。而且陈等考据学者最大的问题是本人不修道，无法理解庄子原文中与修道有关的文字，比如简单的“虚室生白，吉祥止止”是什么意思？对于修道人很简单的答案，他们完全无法理解，只能望文生义。一年前我对道家完全没有了解时，我不会认为这些解释有什么问题，虽然感觉莫名其妙；现在对道家有了一些了解，再读这些文字就觉出可笑。这些地方我宁可相信有过禅修经历的南师。也许他们合二为一更为全面，更接近庄子。不过，只看南师也很有意思，虽然那不一定是庄子（我几乎确认很多讲解一定不是庄子原意），而是南师自己理解的庄子，但那种理解也很有趣。南师有丰富的人生经验和修学修道经历，他对庄子的解读别有趣味，我从中也受益匪浅，可以看成南师的人生指南什么的，很珍贵，比看庄子原文或陈文有趣许多，从这里进入庄子也未尝不可。推荐。

9、约700页南怀瑾《庄子諠譁》读毕，深呼一口气。每个人都知道，庄开篇就说北冥有鱼，逍遥游啊游，就以为通篇都说这个鱼怎么变成鸟，怎么飞得远飞得高飞到世界以外。其实呢，鬼知道他最后讲了个冷笑话，八竿子打不着这条big fish。说，南极有个帝，北极有个帝，他们到天地中间的帝浑沌家来玩，浑沌给他们吃好的玩好的，他们很高兴。他们想报答浑沌，于是想了个办法，——人不是有七窍么，这个浑沌没有七窍，不如给他凿个七窍吧。他们一日凿一窍，七天过去，浑沌死了。你们自己去想怎么回事吧，他已经把道理全部说过了，最后留了个笑话让大家参一参。上次汤小伟听我说在读庄，他大变脸色，啊不要读那都是消极的啊消极死了对你没什么好处，去读法家吧。其实他不知道呢，法家从道家变过来的，讲道讲得过于苛刻了，要用法去恪守于是就成酷刑了。当然不是在诋毁法家，法治只是国家治理的一部分么，恩不是法制。道家说“以刑为体，以礼为翼”，法儒两家的思想都包含进去了。有天我也在妄想，如果立的不是孔孟教是老庄教呢，世界会变成什么样子。直到今天，春晚用它的北方大一统的普通话加儿话音向全世界华人拜年，可是那么多华人，都从广东福建过去的，怎么听得懂赵本山的包袱呢？可是南方方言又那么多，随便挑一个上台讲，也只是笑给那个地方的人听。恩头痛啊。——题外话。根本要驳斥汤小伟同学的是，庄一点都不消极。庄有七篇：逍遥游——齐物论——养生主——人间世——德充符——大宗师——应帝王。一脉相承下来，天地有道，先出世再入世，先修己再修人。道家的道，也不是炼丹的那个道；正如生死有命的命，也不是算命的那个命。生死是命的两端，方生方死，不生不死，各是一种机会。天地万物，轮着被造化，有一天你的左胳膊变成一只鸡为你报鸣，右胳膊变成马为你驰行，你一直都不死，生生以息。因此不悲观。虽逍遥游是开篇，但也等于了它的精彩预告，集了精华。我也喜欢齐物论，庄周梦蝶。庄喜欢调侃孔子，说了他好多故事。借他嘴巴来讲道理。南怀瑾真是大师啊大师，讲历史讲典故讲神话把佛儒道连在一起讲，深入浅出，又畅快淋漓。恩真正的大道理，其实不是空排比出来的，都是喻出来的。西方人对世

界有种悲观的看法，觉得人死会下地狱，因此有宗教指引你上天堂。科学研究总是显示某某病的发病率又高了多少百分比，新闻里今天是火灾明天是瘟疫。其实按这样下去，人早死了千百回了，那个被预言的世界末日早就来临了。可是，为什么这么多灾难过去了世界末日还没到呢，还是还有更大的灾难呢。按中国人的讲法，上古的世界才是最好的世界，现在的总是不好的。因此60年代的批判70年代的，70年代的谴责80年代的，总是一代不如一代，可尽管如此，世界不也在进步么，该有的道德观不还是有么，按老人的说法，我们不知道道德堕落了多少层呢都是个无底洞。科学对以后的人的样子的猜想，因为都在用脑，所以四肢渐渐退化没有了，都变成大头宝宝，但我看着我弟弟妹妹一个一个高得夸张的样子，总觉得以后的人的四肢其实是不断拉长的，以后都是踩高跷的人，背着地球走，苹果都砸不到，肯定更没有牛顿了。但他们会不会高到天呢，然后看到天外天。我乱七八糟的想。恩其实有太多世界观来解释这个世界是怎么回事。我爸爸妈妈真是虔诚的GC主义，他们的道德观价值观十分一致的维护着ZZD至今仍使用着“没有XXX就没有XXX”的句型，我就默默了。我不歌功颂德也不深恶痛绝，不是尧也不非纣。在我大学认真听课的那段日子里，我们专业的同学们其实都不愤青。因为啊，世界上并不是只有MKS主义这一种解释的方法，我们还有解构主义呢女性主义呢后现代主义呢，还有经济学的立场还有自由主义呢。我们知道一个国家有许多弊病，但其他的国家又何尝不是如此，甚至有更糟的无赖流氓呢。你跑去美国那么发达那么讲民主，其实它种族主义不知道有多厉害。我们也不分什么资本主义非资本主义的，世界也不是黑白两种颜色。等有一天，想不通了，就用解构主义把它们全部拆成块肢解了。以后有人谈起政治的时候，我们都收起嘴巴莫谈政治。其实世界都不只有政治这种东西，世界太大了。以前在国内的时候觉得怎么这么多FB啊真是灰心死了为什么外国就民主得很法治得有模有样，然后出了国了，又念起自己国家的好，觉得祖国真是太可爱了再多不好都是好，又听那么多人说着各自的故事，也知道世界真的是有七大洲四大洋的，世界真是个世界，大得很。你看现在我们也想通了，其实庄子那时候就想通了，举个例子，不就是贪官么，皇帝又不是不知道，但人还是要用，榨干他的才能为止，钱不就是那些钱，暂时替我存着而已，等你才尽了人老了，给你一锅端了，统统收到国库去，也算是人尽其才了。其实聪明人多的是，一物降一物，我们犯不着在这忧天。你看到的问题，他们没有看到么，他们没看到怎么能高高在上，在上面就有在上面的视角。所以言者不智智者不言，我默默，但尊重你说话的权利。有个故事很感人，就是涸水里的鱼相濡以沫，其实不是用来感人的。与其相濡以沫，不如相忘于江湖。鱼在这江湖里，就忘记了有江有湖。我们都在这空气里，就忘记了有空气。世界大，生命长。

10、其实南怀瑾想要表达的内容是可以理解的，关键是这本书不是作者写出来的，而是通过录音整理出来的，所以书里头的水分很重，假如让南师亲自写一本庄子该是很不错的。不过对于那些刚开始接触庄子的人来说还是一本不错的读物。

11、南怀瑾的讲解多是触类旁通式的，旁征博引一气呵成，写的逍遥，看的逍遥，可惜没外篇和杂篇

12、說今天心情好，那絕對是在騙自己。不可能心情好的。問題是如何讓自己心情好起來。我選擇的是看書，隨手抓起這本看起來。看了又看的書不多，這本算是。仿佛是第一次看一般，潛心去讀去體會。每次都有不同收穫。仿佛是在對自己的當下不快樂而說。實時提醒自己，知道自己在意的是什麼，其它的，都是浮雲過眼。被別人牽著走的情緒，自己牽回來就是了。就這麼簡單。平淡，放鬆。我是凡人，放下強加給自己和別人的責任，大家都會快樂。

13、五月风筝2008-12-11 22:56:14看完南老师这本书后，只有一个感觉：“五岳归来不看山，黄山归来不看岳！”从此，这书架上一大半的书，都在这本书的面前黯然失色，我不知道，其中的很多本，是否还会有兴趣看完。一位极其非凡的老师，有着如此睿智的头脑，心如明镜。虽然是大师，却不以大师自居，如此谦虚。他的语言古朴生动，简洁明了，他对《庄子》这部书，有这样透彻的理解，生动有趣，令人读来犹如当头棒喝，一下就醒悟了。拜读他的书，是一种享受；读这样的《庄子》，更是一种极其自在而逍遥的境界。老师在书中的一些观点，令我茅塞顿开。时常会有过度的思虑，导致了心情的起伏，并影响到睡眠质量。老师在书中说：在夜里，心水降下，肾水上升，便达到魂与魄交合，睡得安稳。读完后，睡觉也轻松多了，感觉长期以来多余的思绪是困扰自己的原因。世间的俗事，更是影响自己健康的病毒。只有《庄子》，在三千多年前给我们最自在最直指人心的哲学道理、养生之道，使人能获得发自内心的最真切的喜悦。如孩童般的快乐才是真正的快乐。南老师所以长寿，所以快乐，所以健康。因为他真正懂得《庄子》。

14、中国人不知国学，或国学知道太少，不以此为荣，反觉得国学难。——这是我看此书之前的状态。看过此书，才知国学的精髓。爱上古文，特别经典古文，此书是一大功臣

15、大一的时候读的，完全震撼到。于是去买了怀师的全集。别指望从中得到什么，只是去读就乐趣无穷了。至于下册和它本来都是一次讲座的内容，当然要一并读完。至于很多人质疑怀师假道学prudish我觉得大可不必如此，不谈政治只谈人生，谈哲理，多好的一件事情，是福分是福分。

16、感觉象一个白胡子老头捋着胡须给一群小孩讲课，不庄重、不严肃，从形式到内容。与其听这半吊子讲，稀里糊涂，不如我自己去啃原著。

17、我暂不清楚我会将这本书读几遍，到目前为止，也只看完书的四分之一，先絮叨第一次亲密接触后的碎语：我是越看越发觉自己就一文盲，中国古文博博大精深，其文字更是深不可测，那深度深到新华字典第10版修订里都测不到。不过我喜欢，我喜欢挑战，俗话说喜欢折腾自己。虽然这是一本让我颈椎病濒临复发的书。还没看完，先记下里面一句印象挺深的话：所以，人不能固执成见。以为自己什么都是对的。

18、一直以来都很喜欢看《庄子》，但看完南怀瑾的《庄子諠译》后发现自己对庄子有很多误解，现在准备好好看再一次《庄子》，试着把与庄子间的误会彻底消除。知道南怀瑾是老师的推荐，但真正觉得他有意思是看了《南怀瑾与彼得圣吉》之后，他关于呼吸、止观以及生命的一些看法都让我受益匪浅。之后又看了他的《南禅七日》的影像，也很受启发。我以为南怀瑾是主要研究佛学的，但后来才知道他对于儒道佛等学问都有研究，也出版了很多有关方面的专著，但我并不知道他还解释过庄子。在图书馆偶然发现这本书，好家伙，厚厚的两本书，但翻开一看还是通俗的对话式语言，原来是几十年前的录音文字。用了差不多两个星期看完，现在满脑子里都是庄子。就我现在所能想到的，这本书让我对《庄子》有了以下几方面的重现认识：其一，庄子所说的道与佛家的禅等思想是一致的，事实上，真正意义上的儒道佛是不分家的，正如南怀瑾说的三家思想“此心同，此理同”；其二，《庄子》内七篇所讲述的重点并不是要你出世，而是要修养自身才能更好地入世，做天下的领导者，即“用出世的精神做入世的事”；其三，道家在历史上的影响更多地体现在帝王的统治上，体现在“内道外儒”，还体现在《大宗师》一句话中“以刑为体，以礼为翼，以知为识，以德为循”，南怀瑾认为这是历史上任何太平治世的帝王都会遵循的原则；其四就是道家与法家、兵家的关系，原来后两者都是道家的延伸。这当然只是第一次读完后的不完全总结，但我想让我感触最多的还是道与佛的联系，以及它们关于一个人修养训练的重视。最近也在看宗撒钦哲仁波切的《佛教的见地与修道》，也是非常好的一本书。好吧，算是一个小小的总结，也可作为我品读庄子的开始，希望更多的人读完本书后也能或多或少地消除与庄子或道家产生的或小或大的误会。

19、由于是讲课录音的整理，我觉得通俗性还是比较好的。读书嘛，总要语言有些趣味，尤其是看比较晦涩的古文。之前看过一个精简出来的版本，受一些启发，但从“庄子”的角度来看可能并不完整。本书弥补了这一缺憾。不过，也许听完了各种阐释，合起来寻一本一字不释的“庄子”读读，才能真的逍遥游吧。

20、上中学的时候，关于庄子，最先听到的就是“北冥有鱼，其名为鲲……”，然后是庄周梦蝶，最后是一个关于乌龟的比喻，于是我有了庄子很会讲故事的印象，同时想当然地以为道家追求逍遥出世的。的确，庄子很会讲故事。他讲那只由鲲变成的鹏“之背不知其几千里也；怒而飞，其翼若垂天之云”，不知是怎样壮丽巍然的场面；他讲“列子御风而行，泠然善也，旬又五日而后反”，虽只是地仙，却也令我等凡人欣羡不已；他讲庖丁解牛，“手之所触，肩之所倚，足之所履，膝之所踣，砉然向然，奏刀騞然，莫不中音。合于桑林之舞，乃中经首之会”，像是舞蹈一般。看过诸般故事，就算是我这种读过伊索，看过格林，打过小怪兽，追着海贼王的人也能找到故事中的乐趣，不得不佩服庄子的想象力，但是……其中的寓意我是不懂的。这时，南怀瑾的作用就体现出来了。他认为庄子内七篇不仅是一个整体，而且是一个逻辑上层层推进的过程，也就是逍遥游 齐物论 养生主 人间世 德充符 大宗师 应帝王。首先给你点甜头，看看逍遥的人生是怎样的，什么御风而行啊，什么游无穷，然后讲吹万相同，养生修行，如何一步步道德兼备，直至大宗师，乃至成为人间帝王。所以，庄子的思想绝对不是单单消极避世的，而是要先学会修身之道，成为一个道德完备的人，才能入世。庄子曰：古之至人，先存诸己，后存诸人。也是这个道理，只有有道之人才可以入世应世。但入世也不一定就是去应帝王，所谓时也、命也，都是要考量的方面。像孔子那样身处乱世而宣扬仁政，明知不可为而为之，是“天罚之人”，在道家看来是不推崇的，当然，也可看出庄子对孔子的佩服情怀。同时，南师在长达700页的书中，除了对《庄子》的解读，还有就是将儒释道融会贯通地使用，对于庄子中的某句话，他不仅提出字面上的解释，还可以提出儒家和佛学中类似的观点予以补充。这也是南师的优势，许多语句，字面上是很难解释的，像“缘督以为经”，南师就提到了督脉三关，是一些气脉之

学。在此，不得不感叹南师的博学。当然，这也增加了阅读本书的乐趣和难度。读完全书，我算是对庄子有了一点点了解，听了庄老夫子讲故事，然后又听南夫子讲故事。比较遗憾的是，南师讲学“不斤斤于微末细节”，会提到一些类似气功、打坐入定方面的知识，不知可信度，不辨其真假。哈哈，看来也学了不少庄子天马行空的本事。另外，南师讲的比较有意思的地方是古代帝王实际上都是“内用黄老，外示儒术”的，许多有名的皇帝都是学的道家“以形为体，以礼为翼，以知为时，以德为循”的方法，还有无为之道、增加自身神秘感等等。还有，我觉得要是得道的人有情感，是会瞧不起那些隐士和吃斋念佛的人的，隐士为的是虚名，和尚束缚太多不自由，原本都是为了追求身心的自由，去超脱涅槃，结果反而弄得自己不自由了。所以庄子提出看穿本质，把什么都看成一样的，而电视剧中的侠道，也都是一副浪荡样，喝酒做事由着性子来，这才是真逍遥，真自由！至于好不好，就又是一个问题了……PS：呼！终于写完第一篇书评了，好长时间没写长文章（好吧，其实还是很短），确实生疏，以后还得偶尔写一些，练练手。

21、我是先看到电子版后，觉得读的不过瘾才到当当上买回来书读的，每天睡觉前翻看十数页，不舍得读呀，看完了咋办，哈哈

22、我平生阅读，从未有引以为耻的事，但是自南怀瑾的这书开始，我引以为耻，遂付之一炬，潜心学习古典，不听这帮人瞎扯淡了……

23、看这种书就喜欢看南怀瑾的版本。这本书也只看了点点——我知道该接受批评了我。作者把庄子分析的很细。庄子第一篇就是逍遥游。作者认为逍遥，才能游。观点很明确的一本书。可以提高道德修养。

24、两星期前去济南出差，原本打算去祭孔，在网上下载了李里的论语讲义，买了南怀瑾读庄子的书，结果未能成行。两本书都看了，看后的感觉一如事前的选择，下载和购买。庄子深邃的思想，让我想起了一句话：聪明难，由聪明转为糊涂更难。以前觉得这句话要做到不可能，除非是在装糊涂。通过南怀瑾先生的通篇解读，看后我明白了其实是放下，懂得放下是人生的大智慧。此书值得常翻阅，自思量。

25、首先我是一名读国学的学生。陈鼓应先生的注解确实不错，可是偏颇的地方还是很多，而且其训诂也不足，其擅自篡改顺序更为注译之大忌，尽管如此其书尚有可读之处。而南怀瑾先生的书，尽管训诂虽不详，有斟酌之地。可是读书非要字字皆准，其“道枢”应是精神的传递。在此方面，南怀瑾先生可以传达有方，实属不易。鄙人不才略看南华真经注疏，我个人觉得南怀瑾先生确能和其意，又出于其类。文字之详非一日之功可得，然非谓无训诂之能，而不读古书，所以言南怀瑾先生之书，大众皆宜。

26、我只是在讲我的悟。言语的本身。本来应该是没有保留的使人懂。可是人因为听了言语。反而不懂了。变成有是有非。言语没有办法完全表达人类的思想和情感。在与他人交往中应该都会遇到这样的矛盾。你所说的话并没有弦外之音。而听者却误会而认定这是在讽刺或不动声色的讥笑。或是你随便开了个玩笑。但听者却把你的话当真了或许还会认为你在耍他。奇诺之旅里有这么一个国家。那里的人都互相清楚彼此的心意。对方的思想可以直接像数据连线一样传输到自己的心里。他们以为只要大家都理解别人就不会再有误会或是矛盾。但却渐渐地。他们无法再在同一个屋檐下生活。因为生活在这个世界上。人就必须作出一定的忍让与谎言。但人却又不愿意接受谎言。当一个人为了迁就对方而作出的忍让被对方发现是谎言时他们之间就产生了矛盾。而那个互相清楚心意的国家里的人则是天天产生这种矛盾直到无法承受的一天。言恶乎隐而有是非。其实重要的不在言。心才是根源。复杂的人心是无可避免的。这无法用人类引以为豪的教育解决。甚至受教育程度越高就越复杂。就算你明白这样的道理。看过了很多的书。受到了良好的熏陶。却还是无法避免这样的趋势。因为第一你生活在这个社会中。其次你不是莲花。

27、欲了解宇宙人生之真理，俗世出世之真谛有一本书不得不看，那就是《庄子》但，2000多年前的文字非常难懂，况且《庄子》又是出了名的支离其言，寓言迭出，重言杂生……所以，推荐你一本书，南怀瑾的《庄子諠譁》当当网或者新华书店都有的卖鲁迅先生说，中国文化的根底在道教，诚哉斯言！道家大成当在老庄，而庄子又较为特别：庄子的思想汪洋博大，事实上任何一个中国人内心深处都是道家的；庄子的文章神妙风流，当为中国第一等的文章，后世大家无不学习模仿。就解《庄子》一书而言，以我浅见，古往今来有三个人是很不错的：一、明末王船山《庄子解》；二、大师南怀瑾《庄子諠譁》；三、今人张远山《庄子奥义》。王夫之和张远山先生的书，都类学术专著，较为枯燥。独南怀瑾先生解的庄子，因是根据其若干年前的讲课内容整理，故更口语化，比较容易懂。南师有誉：上下五千年，纵横十万里，经纶三大教，出入百家言。我以为是当得起的。尤其是对佛教，有非

《庄子誦誦（上）》

常精深的造诣。

28、读了南师的书，才能真正明白老师的可贵，并不在于炫耀自己的学识，而是如何将知识以最容易理解的方式告诉给你。

29、第245到251页讲到了修行是打通督脉的经过的三个关，解释了《静坐养生与长生不老》中提到的修行中遇到的现象的原因。

30、有时候想想，于丹讲《庄子》讲《论语》，语气里总是这书里是多么多么的有智慧啊有大道啊，用心感受就能获得人生真谛啊，这不是鸡汤又是什么。当然绝大多数读者是不太有脑子的，自己也不会多想，只是觉得教授啊大师啊所讲的话当然是正确无误的，所以也就盲从了。可谁又知道这些所谓的教授大师又有谁是真才实学谁是迷信盲从？这本书的前言里还说，南怀瑾只是从个人的观点来解读《庄子》，并非力求学术上的严谨，所以被其它学者诸多刁难也是正常。看了前面几十页才发现，这哪是因为你见解奇特刁难你啊，完全就是你乱说一气。《庄子》其实就是很直白的一些道理。一个事物，大家都觉得方法A是正确的，但是庄子却说其实B也是可以的，如果你从另一个方面去想的话。至于大鲲大鹏，只可当做比喻。非要牵强附会地说古代真有这样的大鸟，那《逍遥游》里被嘲笑的小虫也当真可以说话？比如作者以为地球的南极和北极是相通的，还说在北极会被大风吸进去然后直达南极，这完全就是没有科学素养吧。还把文中的南冥北冥牵强附会成南北极，真是可笑。总之看了几十页就看不下去了，太文盲了。

章节试读

1、《庄子諠譁（上）》的笔记-32

且夫水之积也不厚，则负大舟也无力。

2、《庄子諠譁（上）》的笔记-第21页

且夫水之积也不厚，则负大舟也无力。覆杯水于坳堂之上，则芥为之舟；置杯焉则胶，水浅而舟大也。——你要成大功、立大业，就要培养自己的器度，像大海那样大；培养自己的学问能力像大海那样深。

3、《庄子諠譁（上）》的笔记-齐物论

小恐惴惴，大恐纒纒。其发若机括，其司是非之谓也；其留如诅盟，其守胜之谓也；其杀若秋冬，以言其日消也；其溺之所为之，不可使复之也；其厌也如缄，以言其老洫也；近死之心，莫使复阳也。喜怒哀乐，虑叹变热，姚佚启态；乐出虚，蒸成菌。日夜相代乎前，而莫知其所萌。已乎，已乎！旦暮得此，其所由以生乎！

非彼无我，非我无所取。是亦近矣，而不知其所为使。若有真宰，而特不得其朕。可行己信，而不见其形，有情而无因。百骸、九窍、六藏，赅而存焉，吾谁与为亲？汝皆说之乎？其有私焉？

一受其成形，不忘以待尽。与物相刃相靡，其行尽如驰，而莫之能止，不亦悲乎！终身役役而不见其成功，荼然疲役而不知其所归，可不哀邪！人谓之不死，奚益！其形化，其心与之然，可不谓大哀乎？人之生也，固若是芒乎？其我独芒，而人亦有不芒者乎？夫随其成心而师之，谁独且无师乎？奚必知代而心自取者有之？愚者与有焉。未成乎心而有是非，是今日适越而昔至也。是以无有为有。无有为有，虽有神禹，且不能知，吾独且奈何哉！

4、《庄子諠譁（上）》的笔记-第一篇

这是庄子的文章，要学吹牛，要学写文章，就要学庄子。据说唐代有名的诗人杜甫，想作诗，就说：“语不惊人誓不休。”要说话说得惊人，就要学庄子吹牛那么大。有兴趣写作的青年同学，要特别注意庄子的文章，还有他写作的境界。

这段话写得很有趣，我这个人有一个特点就是不喜欢吹牛，甚至有些自谦，一切以务实作为我自己的想法，和他们完全是不同一种的人，成长，不断丰富自我，而不是单一的价值观，一眼望到底，没意思。

5、《庄子諠譁（上）》的笔记-第36页

有一幅古人的画，只画了一只鸟站在树枝上，嘴巴闭着不动，就是这么一只鸟。中国画的境界，一定要配上文学，自己再会题诗写字才好。这个人拿起笔来一提，把这幅画题绝了，也是拿鸟的故事来形容：“世味尝来浑是蜡，莫教开口向人啼。”世间的味道一点意思都没有，像吃白蜡一样。但是人虽艰难困苦，也不要向朋友去诉说，更不要向人去埋怨；要闭着嘴巴像这只鸟一样。

6、《庄子諠譁（上）》的笔记-第354页

《庄子諠譁（上）》

克核太至，则必有不肖之心应之，而不知其然。所以一个人不要刻薄，如果对自己道德的要求太严格，或者要求别人太严格，就是“克核太至”。

7、《庄子諠譁（上）》的笔记-第36页

世味尝来浑是蜡，莫教开口向人啼

8、《庄子諠譁（上）》的笔记-第37页

“今天开始，特别要求同学们注意文字的学习，大家程度太差了，差得已经没有办法再文学革命，因为没得命了，不需要革了。”

这话说的确实。

9、《庄子諠譁（上）》的笔记-第23页

风之积也不厚，则其负大翼也无力。故九万里，则风斯在下矣。而后乃今培风；背负苍天而莫知夭阏者，而后乃今将汝南。

那这个道理比喻人生，你要想事业成功，就要本钱，本钱就是你的风。有许多青年，要这样，要那样，讲了半天你有资本没有？一点钱都没有，你就是没有风，当然飞不起来。那你就乖乖在家里打坐吧！不要飞多好呢！要想飞就要培养这个风力，风力愈大，飞得愈高。所以，年轻人想要做一番大事业，你的学问，你的能力才智都要去养成，那就是你的风。风力愈大，愈能飞上九万里的高空，往下面一看，就是所谓的驰骋天下，天下万物都在你的下面，非常渺小。那个时候，你已经不觉得自己伟大了，没有伟大可讲了。

10、《庄子諠譁（上）》的笔记-逍遥游

朝菌不知晦朔，蟪蛄不知春秋，此小年也。楚之南有冥灵者，以五百岁为春，五百岁为秋，上古有大椿者，以八千岁为春，八千岁为秋。

11、《庄子諠譁（上）》的笔记-第13页

庄子一开始，已经告诉了我们人生的道理，当一个人倒霉没有办法的时候，沉潜在深水里头，动都不要动。

12、《庄子諠譁（上）》的笔记-第358页

且夫乘物以游心是自己非常清醒，心情非常解脱，不要被物质所累，该做就做了，也就是佛学所谓的解脱，那样才是“乘物以游心”。所谓先出世，而后入世。出世是找到自己的心，自己人生的渴望和梦想，让自己内心有种方向，而后入世则为之努力，排除许多干扰和欲望。抱有真正的梦想活着，活着就是为了改造世界，用积极的心态努力生活。不被凡事所累，

13、《庄子諠譁（上）》的笔记-第56页

名者，實之賓也。現世求實者數數然，而求名者何其多。

《庄子諠譁（上）》

14、《庄子諠譁（上）》的笔记-第8页

如果人生不得解脱，这个人生根本就是一件痛苦的事，如何能够逍遥呢？从哲学观念来讲，什么是人生？我们可以给一个答案，就是痛苦的积累叫做人生。

15、《庄子諠譁（上）》的笔记-第13页

北冥有鱼，其名为鲲。鲲之大不知其几千里也。化而为鸟，其名为鹏。

所以，他说，海里头有条鱼，突然一变，飞上天，变成一只大鹏鸟。这里提出来两件事，“沉潜飞动”四个字。沉下来，潜在深海里头，突然一变，远走高飞。就是这两件事。

庄子一开始，已经告诉了我们人生的道理，当一个人倒霉没有办法的时候，沉潜在深水里头，动都不要动。深水里头本来有动物，海底的动物多得很哪！深海里头动物都很庞大，二深海里头是黑的，没有亮光深海里头的动物，本身都带光、带电，头上或翅膀上都有亮光。所以，道家的只是非常渊博。一个人在年轻的时候，或者修道没有成功。需要沉潜，修到相当的程度就变化了，飞动升华；

《易经》第一卦：乾乾为天，乾上乾下。 初九：潜龙，勿用。
龙德而隐者也。不易乎世，不成乎名；遯世而无闷，不见是而无闷；乐则行之，忧者违之；确乎其不可拔，乾龙也。

16、《庄子諠譁（上）》的笔记-第1页

前言。。。开始读前言部分。我应当沉下心来读一读南怀瑾的庄子，因为工作以后压力很大，需要适当调节一下。希望能够一切顺利。每天给自己一点监督。让我读完这部著作。希望有人跟我一起。

17、《庄子諠譁（上）》的笔记-庄子諠譁

如只是个单单研究庄子的学者来写这些，可能不能融汇到其他经典理论和著作的要义，是我们能够触类旁通。

18、《庄子諠譁（上）》的笔记-全书

《逍遥游》就告诉我们：解脱的见。人生不要被物质的世界，不要被现实的环境所困扰。假如是被物质世界、现实环境所困扰了，那么人生的见解已经不够了。所以能够具备了高远的见解以后，那就不会被物质的世界所困扰，不会被人生痛苦的环境困惑了，自然会超越，会升华。

那时候，俯视天下万物，你不会觉得自己伟大，已经没有伟大可言了，一个个都很藐小。你到了高空上面，如果下面有个英雄拿个大刀在玩，很了不起，你一看，会好笑：哎！这个小孩子在干什么？你想想这个境界，人生被那么一讲啊，看看我们还有什么意思？一层一层道理还很多，都是禅宗的话头。

“十年踪迹走红尘，回首青山入梦频。”陈抟生当乱离的时代，在他少年或壮年时期，何尝无用世之心。只是看得透彻，观察周到，终于高隐华山，以待其时，以待其人而已。“紫绶纵荣争及睡，”周主请他当宰相当军师都不干。“紫绶”，古代做大官，穿紫袍，系玉带，我们看戏就知道，戏中的大官出来，在腰里挂那个带子，好象有水桶那么大，这并不是为了把衣服捆紧，而是拿来做官阶的装饰。“朱门虽豪不如贫。”富贵人家的房子门口，都是用最好的红油漆粉刷的。可是陈抟认为世界上最享福的是穷，一无牵挂。接着是他当时看到的情况：“愁看剑戟扶危主，”因为陈抟生在唐末到五代的乱世之中，几十年间，这一个称王，那一个称帝，都是乱七八糟，一无是处。但也都是昙花一现，每个都忙忙乱乱，扰乱苍生几年或十多年就完了，都不能成为器局，所以才有“愁看剑戟扶危主”的看法。同时又感慨一般生存在乱世中的社会人士，不知忧患，不知死活，只管醉生梦死，歌舞升平，过着假象的太平生活，那是非常可悲的一代。因此便有“闷听笙歌聒醉人”的叹息。因此，他必须有自处之道，“携取旧书归旧隐，野花啼鸟一般春。”高卧华山去了。这是隐士思想的代表作。我们小的时候都晓得：“彭祖年高八百岁，陈抟一睡一千年。”他老人家睡醒了一问：“我那个老朋友彭祖呢？”“已经死掉了。”“短命鬼，才活了八百岁就死了。”你们看，这幅字就是他写的，很有神仙味道。实际上陈抟是介乎道家和儒家之间的人物。

庄子提出了第七种人，这是真正的榜样，比那些飞起来的神仙高得多了。但是他在哪里呢？在最平凡当中！越是这样的人，越是平凡。所以了不起的人在哪里找？就在现实世界最平凡中去找。因为“圣人无名”嘛。菩萨、神人绝不挂一个招牌说我是菩萨，我是神人，如果挂招牌，那是广告公司的事情，与他没有关系。

尤其明白了“圣人无名”这一句，我们就可以了解老子所讲的“圣人不死，大盗不止。”一般人粗浅地读过去了，认为老子是骂圣人，不错，是骂圣人，骂哪一种圣人？其实老子骂的是标榜自己是圣人的圣人。真正的圣人非常平凡，绝不承认自己是圣人。如果觉得自己有道，那是贴标语，喊口号，没有用的，这已经不是圣人了。所以，“圣人无名”。无所谓圣人不圣人，最伟大的在最平凡里头，能够做到真正的平凡，“无己”、“无功”、“无名”，功盖天下而自己觉得没有做过事，道德修养才能达到圣人的境界。

我们的中华民族的历史文化，为什么那么推崇古代隐士的这种思想和做法呢？其实这些高士、隐士走的就是“至人无己，神人无功，圣人无名”的路线。历史变乱到了极点，他们出来拨乱反正，等国家天下太平了，又一个个都溜掉。

如果真的到达了“无何有之乡”，了无一物可得的时候，这是真正的逍遥。跟后来禅宗讲的“本来无一物，何处染尘埃”同一个道理。这是讲归到真正的解脱，必须要了解本体，佛学的名词叫法身，必须要达到法身的境界。所谓的身，也无所谓一个身，而是假定一个名称，代名词。

我们现在坐在这里，都可以体会到，只要是清醒的，一定有思想。但回转来反盛体会一下，没有一个念头，没有一个思想是永恒存在的。一个个很快地过去了。我们脑子里的意识形态，只要一想到“我现在”，便又立即过去了，现在是不存在的。未来还没有来，我们说一声“未来”，就已经变成现在了，这个“现在”又立即过去了。像流水的浪头一样，一个个过去了。所以大家做功夫做到亡我，还是你自己在捣乱，你那个“我”就不存在，它每秒总是自己就把你亡掉了，过去了。这个道理要把握住然后，庄子说你要懂生灭无常这个道理，只有达到亡我的境界才可以体会，既然不能亡我，那已经到了形而下。

庄子讲形而上的本体“无何有之乡”，了无所有，了不可得，由形而上到形而下，“是唯无作，作则万窍怒呶。”研究佛学多年的人要特别注意这两句话，形而下起用，就是佛学唯识学的一个名词，叫作“依他而起”。如果不靠万物，不“依他”，那个本体的功能就呈现不出来。不靠外物作用和现象，本体的功能哪里看得出来？但是本体有没有功能呢？有！一切万有的用就是它的用，一切万有的现象都是它的现象，是“依他而起”。庄子形容风没有起作用，静态的时候，什麼都看不出来，等它一

《庄子諠譁（上）》

起作用，动态一来，什麼现象都出来了。这是讲风，讲气，同时要注意这也是形容我们心的境界。我们心里平静的时候，什麼现象都没有，心里念头一动，什麼喜怒哀乐，什麼怪象都来了，同庄子形容的风一样。

如果我们检查自己的心理，就会发觉每天都在恐怖中，恐怖自己钱掉了，恐怖自己生病了，恐怖自己没有事情做，自己没有饭吃了，一天到晚都在伤脑筋，活着没有一天痛快过。

高兴或者悲哀到极点，都可以使人死亡，因为太高兴，气就散了，虚了，所以说“乐出虚”。这两种理由都成立，重点在于人的心理同生命的作用向外发展厉害了，就会空虚。

昼夜生命在互相交流，我们人一天到晚，思想、运动、作用，但自己找不到主宰是什么？生命的主宰找不到，因此就把现在的现象，姑且当成人生就是这个样子。

天地间有没有是非呢？也可以说有。形而下的是非，是空间、时间，加上人的思想感觉产生了是非的观念。对于形而上真正的真理，万象都在动，它一动都没有动。但形而上真正的真理，它有没有是非的存在？有！那个是非是混齐是非的是非，是看起来没有是非的是非。这是最好的观点了。

我们一看到无穷，一提到无量无边，一定在观念上尽量扩大，错了！你忘记了自己，边际就在这里，无穷，也无开始，不要忘记了这个起点，即无始无终。

“庸”不是庸庸碌碌，也不是后世所讲的笨人叫做庸人，而是高度的智能，最高的智能到了极点，看起来很平常，但“得其环中，以应无穷。”

现在我们经常讲时代在进步，在哲学的观点、逻辑的观点上，时代究竟在进步？还是在退步？很难讲。在东方的文化，我们的固有文化里，一切宗教原有的文化开始，认为人类的文明在衰落退步，越到后世越乱，是退步的。我们现在讲社会时代进步了，是站在物质文明的发展立场来讲。所以用逻辑用哲学的观点，只能说人类的物质文明，越向后是进步的，至于人类道德文明不能是进步的，退化了的，我们的文化素来这样认为，佛家的文化也讲人类越向后走，越堕落，越退步。

古人并没有著书骗我们，物质文明越发达，社会越复杂，思想之混乱，是非善恶观念之复杂，都是障道的因缘，而且人类教育越普及，知识越开化了，学问越设有基础了，知识并不一定是学问，我是站在庄子的立场来说明这个道理。

天下都是在很乱的时候，学说思想非常发达，可是社会给思想挠乱子，所以庄子痛恶搞论辩搞思想。

天地间，人世间的一切学问，不管是宗教的，哲学的，科学的，古代诸子百家的，现在的科学分门别类，都有一个大原则，一切学问与人身心性命没有关系的，它不会成立不会存在。

对西方把“道”翻译成本体，我们已经习惯了，有了这个名称后，现在研究哲学，一讲到本体，已经不是道的那个境界，思想观念已经有了个东西，就偏向唯物的思想去了。

无量无边，无穷无尽，是有的发展，但是一般学佛的把这个名词当成空的观念，错了，在禅宗又要吃棒了。

印度有两个原因，不大讲究自己的历史：没有时间观念，也没有数字观念。它的民族文化究竟好与不好？很好，很解脱。所以修道优哉游哉，饿了躺在香蕉树下，拿根香蕉吃吃，起来后打个坐；没有裤子，拿片叶子遮一遮，这很好。讲人文文化就不对了。

天地生万物，是非常的仁慈，好的它也生，坏的它也生，稻子它也生，毒药它也生，它包容万象，一

《庄子諷譎（上）》

一切都是它所爱的，下雨也一样，好的地方下，坏的地方也下，太阳光也是这样。所以，天地是无心的，没有特别有个观念，没有特别有个标榜，它看万物都是平等的，自然而然。如果把人当成刍狗，万物也是刍狗，把刍狗当成人，人也就是刍，真正的“大仁”，如太阳一样，如天下雨一样，普遍的，自然的，它并没有对某一方面特别的仁。如果你有心来求，已经不是“大仁”，那是做出来的。

譬如流行的瑜伽的打坐，学道的打坐，学佛的打坐，你坐起来干什么？坐在那里辩论，收里自己给自己辩论：这个不对吧？这个不大静吧？这个不是功夫吧？这个气脉没有通吧？这个恐怕不是道吧？都是闭着眼睛坐在那里心里思辩。真到达了内心无争的境界，没有思辩，脑子里心里绝对的清净，“不言之辩，不道之道”，也没有管什么方法，什么都不管了，那么，你已经跟道的东西接近了，就是庄子讲的“此之谓天府”。修养到了这个境界：“注焉而不满，”像流水一样，永远把水灌进去都不满，所以老子也讲，此时才叫“虚怀若谷”，心中空空洞洞的，像山谷一样，流水尽管灌进去，一万年一亿年的流水也灌不满，它没有底的；同样的，“酌焉而不竭，”像流水一样，你把它舀掉，也永远舀不完，它不增不减。

以庄子的观念，我们现在不是人，因为把人的本钱玩掉了，虽然我们活着，都在玩掉自己的本钱。人的本钱真做到会变成仁人，人变成仁人就超神入化，超出了物质的世界，升华到精神与物质的统一。我们人活在世间，没有达到人的真正价值，没有做到这个标准，道家叫做行尸走肉。我们是个尸体在走，里头空空洞洞的，没有东西，只是几十斤肉在街上跑就是了。但是人做到了，不是条尸走肉，那叫作做人。有时，同学跟我说笑，老师，你越来越瘦了，我说这是所谓标准的“行尸”，胖一点就是“走肉”。

注意啊，你看这一段，描写千古以来一般修道的人都是这样，打坐三天就想气脉通了，神通来了，再不然明心见性悟道了。有个学生曾经问我，老师啊，我在你这里坐了四个礼拜，一点都没有什么，我说这个楼上本来就没有什么，谁叫你来坐的呀。看到蛋就想到公鸡，看到了子弹就想到野味明天上桌子了，挨老师的骂是当然的。

中国文化道家的思想，宇宙都是万物在互相变化，宇宙是一个大化学的锅炉，我们不过是锅炉里的化学品而已。我们把青菜、饭、萝卜等装进去，化学出来，变成身上营养成分等，等我们死了以后，肉烂了变成肥料，又变成青菜、萝卜。彼此都在化，化来化去“物化”了。生与死，道家称为“物化”。另一个生命的变化开始了，没有什么可悲的，活着也没有什么可喜的。所以在妇产科前不要送喜帖，殡仪馆前不要送挽联，不过是一个睡觉去了，一个来做梦，如此而已。

白天跟梦里一样，梦境跟白天一样。如果没有达到这个境界，不要谈禅宗，那是讲理论的，这是实际的。做到了“醒梦一如”，还没有“了生死”。真要把把握装物化”才能“了生死”。所以“醒梦一如”是初步的境界，做到了真正“了生死”要“觉梦双清”。“觉”就是悟道。大彻大悟以后，“觉梦双清”几年来接近了达到道的境界。所以偶尔做做功夫，蛮像修道的样子，在梦中完全反复，那是两回事。庄子梦到变蝴蝶，我们梦到变糊涂了，就不对了。所以，年青人不要随便谈禅，什么青蛙“扑通”一声跳进水也是禅。

学问到了极点，要“入乎其内，出乎其外”，进得去，跳得出来，然后把一切书本知识丢光，白纸一张，到这个境界，可以养生，可以谈道，可以学禅。

少烦恼，知识学问越高，痛苦烦恼越大，尤其生当乱世，知识学问越高的人，所谓忧世、忧国、忧民的心理，随时都有忧烦中。

物质文明发展了，人为了追求物质的文明，自己不能安祥，为生活在奔走，为生存而竞争时，自然感觉到知识越高，欲望越发展，痛苦越大的道理。

青年同学注意，人的欲望，随着年龄、知识、经验在升高，非常可怕，假使一个人的欲望不跟着这些

《庄子諠譁（上）》

升高，差不多可以修道了，减退更好。

其实，岂止历史上汉武帝，大概所有学佛修道的都是汉武帝的徒弟，都犯了“内多欲而外施仁义”这个毛病。

我们肉体的生灭是两头的现象，生命的根本不在这个现象上，那个能生能死的生命，它的光辉永远不生不灭，无穷无荆庄子用“薪尽火传”这个比喻，表达了道家的思想，和佛家儒家的思想一样。我们了解了这个道理，对于生死，就看得非常解脱，非常轻松，非常自在，因此呀，自然就哀乐不入心中了。

我们人最可怕的，就是每一个人都有自卑感，任何的英雄也有自卑感。人受到环境的影响、打击，自卑感也就产生了。所以我们常说，一个非常傲慢的人，就是因为他自卑感太重。因为傲慢是对自卑的防御，生怕别人看不起自己，所以要端起那个架子来。没有自卑感的人很自然，你看得起我，还是看不起我，我就是我，我就是这个样子，是很自然的。人到了这个境界，是真的认识了自我。所以人顶天立地，古往今来，无非一个我。

人年青的时候总犯一个毛病，自己还不会爬，就想去辅助别人站起来，觉得自己很高明有很多的主意。

越是知识分子，越要争名争意见，固执得很有害。所以古人说，普通没有受过教育的人，常常为欲望而吵架，欲望满足了，就不吵了，知识分子不是为欲望，欲望满足了也要吵，意见之争！为了意见的不同，而彼此间不得了。用现代的说法就是：知识意见的战争比什么都可怕。历史上历代的“党祸”，看了令人伤心呀，统统狠了“德荡乎名，知出乎争”这几个字的毛病这里面就牵涉到名心的问题，名心并不一定是在报上有个知名度，这个名包括了战国时期的名理这学，也就是逻辑意见和观念的差别。

人家叫我是牛，很好，叫我是马，也好，人把虚荣心去掉了，呼牛呼马而能依人呼，随便你叫。

达到颜回这一步修养的人，不管学瑜伽，学道，学佛的都很多，都在那里“采色不定”，闭眉闭眼，煞有介事，做起一副很有道的样子，然后都要去教化人。这一套就是孔子所写的颜回走的路线。所以孔子说，你到这个程度固执而不变化，固执这个就是道，永远不会进步了。

常常看到青年同学刚刚得了一点清静境界，虽然在老师面前不敢多讲，但我看那个“采色不定”，“洋洋然如有所得”的样子，当着我的面装出那个老实相，一背人的时候，他很想出去教化人家，想把这点空传给人家，就是这个错误。你既然还有个东西要传给人家的话，已经不空了，不空了那已经不对了嘛。注意啊若有所得者，不改作此想。”

维摩居士说，一切大阿罗汉，八十八结使断了，但余习未断，剩余那个根根的一点习惯还没有断。虽然见色而不爱色，此习气的根没有拔，平常守斋硬是绷起来不敢动，目不斜视，好象已经空到家了，实际上那个习气的根一爆发不得了，所以天花到身上都沾住了。到了大菩萨的身上那天花自然就掉下去了，因为习气已经断了。

一个为国家天下担任公职的人，有时候的任务是自己并不愿意的，实在是“不得已”而为之。因为“不得已”，不能不做，“而忘其身”，把自己生命身体都奉献出去了，这是为国家为天下担任公职的人应当如此的。所以在这个真理之下，没有时间，没有工夫给你想着贪生怕死。这就是把生死看空了，在行为上的了生死，这是大乘的了生死。不是说你靠打坐，然后了了生死，死的时候没有痛苦，打一个盘腿，人家给你拜一拜，阿弥陀佛，我走了。那还是小乘的了生死。

我们大家要注意，人生有一点聪明的人，最容易犯的毛病是玩巧，自己以为聪明，专门在那里玩聪明

《庄子諠譁（上）》

。你要晓得你玩巧，碰到一个诚恳的人你就完了，这个人直直的，笨笨的，你怎么玩还是那一套，你巧来巧去，像猴子一样蹦来蹦去，一拳头就把你打死了，讨厌嘛。

人生的境界，第一，不能玩巧，第二，不能怀“奇乐”。你自己认为这两天很得意，很高兴，用自己的花样蹦呀跳呀，乐极生悲，说不定你倒霉就在明天。上帝早给你看牢在那里，阎王更给你登记起来，菩萨是不管事的，闭目在那里打坐。

学佛、修道、学宗教的人就是这样，对自己要求严格，对别人要求也严格，都犯了“克核太至”这个毛病因此，宗教心理病是很难医的，在西方医学里头，宗教心理病几乎没有办法治疗。

宗教家，宋明理学家，儒家的人，最容易犯“克核太至”这个毛病因此你们注意了，做人，是要学儒家的原理，不能学宋明理学家的态度，那都是神经病学佛也是一样，要知道修戒行，但是戒行是要求自己不能“克核太至”，更不能要求人家“克核太至”。所以往往拿戒行要求人家，这样不对那样不对，你早就自己不对了，已经进入变态心理状况还不知道，就完了。

所谓忏悔者，就是“不二过”。不像有的同学错了，“哎呀，老师，我忏悔了。”明天又不对，“老师，我又忏悔了。”他永远在忏悔中，那还叫忏悔？

游戏人间不是吊儿郎当，是自己心境非常轻松，做人非常本份，该做就做了。也就是佛学说的解脱，不被物质所累。

其实庄子讲得很客气，虎和人不同类，并不是说人比老虎好。人有兽性，兽也有人性。

任何一个人，都有自由的意志，生物也是一样，马也好老虎也好都是这样，“意有所至”，它那个毛病来了，一发作了，人跟马跟老虎没有什么两样，他爱好就是那一点，专注在那一点的时候，什么也转他不了，这就要研究唯识中第八识阿赖耶识中习气的根。一个人入迷的时候，你要劝他“回头是岸”，苦海茫茫，回头岸在何处啊？你什么般若呀，真如呀，都没有用。所以，明知道你爱他，有时候他出于自己的利益需要，就忘记你爱不爱他了。因此夫妇之间，父子之间，兄弟朋友之间，人与人之间很难相处，总之是“意有所至而爱有所亡”啊！

道是体，就是内涵，是每个人修养学问的内涵；德是用，得了道体就能起用，即用世之道。

人的心理状况永远像一股流水一样，自己的心波识浪不能停止，永远不能悟道，永远不能得道。要认识自己，必须要把心中的杂念、妄想静止，才可以明心见性。

尧、禹固然都很了不起，但他们的身世都没有舜艰苦，舜出身的家庭，父母不好，兄弟也不好，在这个不好的家庭环境中，他能够始终止定一个人生；走正路，最后能够“君临天下”，“率天下以正”，所以庄子特别提出舜来说。我们做人也要以舜为榜样。

有道之人看东西听声音，都是象征性地用一用耳目，他不被声色所左右，并没有被耳目骗了。普通人没有到达这个修养，看东西没有不被眼睛所骗的，有道之人看东西，觉得像看电视一样，这个人怎么扮演成这个样子？就哈哈一笑。这是形容有道之人的外形。

社会上不知道学问修养的人，差不多都是如此。如朋友夫妻吵架，错的都是你，不是我。该死的都是对方，像我倒霉还碰到你，“天亡我也！”都同项羽一样。所以啊，世界上能“自状其过”，自己能够反省的人很少。

什么叫道德充满的境界？庄子引用的都是外形残废的人，但他们都有道。所以，一个人道德充沛不在于外形美与不美，有的人身体很健康很美，像项羽一样，力拔千斤，但是蠢人，就是一堆肉而已，里

《庄子諠譁（上）》

面没有灵魂，他的道德不充沛。

了了生死的人，“死生为一条”了。处在人世间，可以和不可以，“为一贯者”，都差不多，生活优越不优越，做人得意与不得意，都是一样。

孔子的救世之心同老子的出世之道没有两样，都是合于自然。

救世救民并不是为了求名，孔子救世为了一种仁慈，结果留了万古的大名，这并不是孔子希望的。每个圣人教主也是一样，开始都是一番救世之心，后来他的教化变成了宗教。那是后世人假借他的招牌。

千万不要被所谓的知名度骗了，你不想想，你知名度再大，你到另一个地方不讲我是某人，谁也不理你，那个名同我有什么关系呢？毫不相干。人被名声困住了，在受罪，这就叫做死要面子活受罪，何苦呢？

我们的历史很有趣，都是一般儒家人物在写作，有稍稍涉及奇异的，都“攻乎异端”，都去掉了。所以读历史光读正史，不容易了解历史，要读反面的历史，譬如看历朝名臣的奏折，史外的资料，就可以了解当时的情形。

一个修道的人，修养到心中没有杂想，没有妄念，“情”就是妄情，佛家叫妄想，没有这些意识上乱七八糟后天加上的妄想，完全恢复到婴儿的清静无为那个状态，生命的功能就会发出来了。

情是后天加上的意识，在佛学里，把第六识所形成的意识统称为染污，就是现在称的污染，现在人把佛学名称倒过来用，就成了最新名词。我们的思想我们的学问都是后天的污染，污染越多，我们生命的天性越少。

你弹琴做诗伤害还不大，最厉害的是搞思想搞逻辑学哲学。本来人生活着就自然地活着，但搞逻辑的就问，“怎么才叫活着？你给活着下个定义。”等你把活着的定义下完以后，“什么又叫吃饭？”有人也可以吃面啊，并且饭也可以把它变成米粉，面也可以把它变成面包，搞逻辑的就会一路追到底。庄子说，你活得不耐烦吗？“坚石非坚”，“白马非马”等，要事逻辑去研究，那你就慢慢地逻辑吧，一直逻辑到底，定会把你逻辑死了为止。

我们现在这个知识所了解的，是生命的第二重投影，在这个能思想有知识学问的上面，有一个根本，那个根本还没有找到，所以我们只晓得用自己生命的第二重投影，第一重的还不知道。如果知道了就叫得道，得道需要高度的学问，高度的智能。如果我们把那个根本求了出来，求出来时什么？“不知”，一无所知。有一个“知”存在，就“非道也”。

什么是哲学家？乡下的那些毫无知识的老太婆，一辈子离家没有超过二十哩的范围，端根板凳坐在门口，看到太阳升起来又落下去，看到牛回来了，看到下雨了，田里的水涨起来，一辈子也就看到那么个境界，也没有爬过阿里山，也没有到过东亚饭店，但是你问她：“老太太，很苦埃”她回答你一句话：“没有什么，命嘛。”认命了就是大哲学家，所有哲学家都不及他。你说政治哲学，中国古代讲“风调雨顺，国泰民安。”老百姓只要安居乐业就好了，所有什么主义什么思想，都离不开这八个字。这就是哲学，这就是人最起码的话，它合于最高道德的天理。知识分子所解释的，宗教家所解释的，天堂又怎么样，你到我这里来就没有罪啦，不到我这里来就有罪啦，这些都是挂羊头卖狗肉，都靠不住。庄子都给你讲明了，最平常的道理，最平常的东西就是最高的真理。真理在什么地方？在最平凡的地方，平凡就是最高真理。

我们的心理状况都在三段里聚会，追想从前，遐想未来，现在把握住不放，生怕他飞掉，其实你越抓得紧它飞得越快，绝对是把握不住的。

《庄子諠譁（上）》

我们把一个婴儿抱在手上，你骂他两句，算不定他笑了，他以为你逗他笑。可惜，我们当婴儿那本有的境界，长大后被后台的情识污染了。如果忘掉了后天的情识，去掉了后天的污染，就恢复到婴儿哪个无所为的境界了。“是之谓不以心捐道，”这就叫不用心去求道。为什么用“捐”呢？“捐”就是减少。我们打坐求空，空是一个方法，是叫你减掉。教你念佛念咒子，那是加法。佛法叫你“不增不减”，不要去加，也不要去减。但普通人都是“以心捐道”，以减法来。你有心去空，认为这是修道，不对了，有心修道不是道，“捐道”不对。

中国过去读书人做官，制定任何一个政治上的方略，实施任何一个政治上的举动，都不可避免的有一个很严重的观念，自己这个政策出来，是否有百年大计，不是只故眼前的。还有一个很严重的观念，在个人的方面，要使自己后世的子孙能抬起头来。如果做了在历史上有污点的事情，后世的子孙永远无法抬头。

戒律是一个道德的规范，对自己要求管理得很严格，就产生了法家的精神。所以法家在中国文化思想上，它就是戒律，是对整个社会，对全民的戒律，用之太过就变成酷刑了，用之适当才好。所以法家自适最重要。

真正一个修道的人，他入世处事，日理万机，外表看起来忙得不得了，但他的内心什么事都没有，很逍遥很自在，这就叫无为之道，因为他处理一切都有一个制度一个规范，都弄好了的。

生是一个变化的现象，死也是一个变化的现象。得到了这个生命这个形体，也无所谓约束，失去了这个生命这个形体，也无所谓悲哀。这就是中国道家所谓的自然。这个自然没有主宰，很自然的变化。

我们人生病，不管是中医也好，西医也好，在医理上有一个最大的原则，学医的同学们更要注意，任何病痛只有三分，我们心里加重了七分，变成了十分的病痛。尤其是生病的人喜欢别人照顾，等于小孩子一样，“小孩见到娘，无事哭三潮，无事都要哭一下的，人生病的时候，最喜欢人家来看他，来照顾他，“痛不痛啊？”“痛得很。”其实没有那么痛，都是心理作用，因为恐怖病，心理把病痛加重了。恐怖病是下意识的心理作用，这个心理作用加上以后，使病的消除增加很多苦难。所以在中医西医上，我们可以看见很多医学事实，往往有人把药吃错了，病却好了，因为信仰医生信仰病，认为药吃下去自己得救了，在医学上有很多这样的例子。

人之所以不能得道，就是被两样东西困住了，一个是空间观念，一个是时间观念。所以大家打坐，“哎呀！大概坐了半个钟头。”因为思想被时间观念困住了，就不能“鱼相忘乎水，人相忘乎道术”。有些修道人还非要面对东方才能打坐，“哎呀，北方打不得坐。”哪一方不住人啊？那一方不生人？那一方不死人？我问你，为什么东方一定是生气方？北方还叫不空如来呢？那对着北方岂不是更好？都是人智能不够，被时间空间困住了，很可怜！人把时间空间观念忘掉了，不晓得有多痛快。

人生现在究竟是清醒还是在做梦，这是一个大问题。譬如，昨天作了很多事，我们绝不承认是在睡觉的，但是，我们回想一下昨天的事，还不是一个现成的梦吗？是瞪着眼睛做的，但我们不了解，把闭着眼睛的思想活动精神活动，认为才是梦，还认为自己很笨，被梦骗了，其实现在更笨！现在是瞪着眼睛在做梦，被什么骗了？被眼睛骗了。不相信？我们闭着眼睛看一看，梦马上没有了。究竟那个梦的样子是醒了，还是现在是醒了？我也不知道。

人有了仁义善恶是非的观念以后，换句话讲，就是现在讲的价值问题来了。这里有一个问题，老一辈年纪大的在一起，常常讲，现在越看越看不惯，现在的年轻人不讲道德，看年轻人这不对，那不对，这个社会多坏！其实都在说梦话。所以我经常说，道德的观念，不管古代人、现代人、将来人、中国人、外国人都有，说法不同而已。中国古代人的道德都是宗教性的，不道德怕背因果，“哎呀！不得了了，死了会到阎王那里问案了”或者，“菩萨会处罚你下地狱或上天堂”等。这一套现在年轻人不信了。年轻人没有道德吗？有道德，就是价值观念，也就是利害观念。一件事情有没有价值，有价值

《庄子讲读（上）》

才干。这也是道德观念一个标准而已，不能说没有标准的，凡是一个人，都有一个标准的，就是动物，也有它的标准的，形态不同，思想语言观念的不同，不要管变成什么样子，再变来变去，人总是晓得饿了张嘴要吃饭，冷了晓得穿衣服，这两样是不会变的，除非把这两样都变了，所以，只是文化意识形态不同而已。

你们打坐就要这样“坐忘”，也不知道自己坐在这里，也没有我，也没有身体，也没有人，也没有时间，也没有空间，也没有天地，什么都放下，连放下也放下。但不是那么一副死相坐在那里，好象比长途赛跑还吃力。看你们打坐，两个手叉起来，不知道在干什么？那叫结手印？又不怕魔又不怕鬼，不知道在搞什么？都不是道，真正的道要坐忘。

一般人犯了两个错误，用聪明！统统在那里用聪明，所以不能得道。聪明是修道最坏的东西。

以道家的思想，道衰了才有德，德衰了才有礼，礼衰了才有仁，仁衰了又行不通了，才有义，是一路下来的。我们上古老祖宗那个时候，人都自然，不用修道，个个有道，在道的境界。他在睡觉时时“徐徐”，“徐徐”是怎么个睡法？就是睡觉很悠然，舒服得很。难道现在的人睡觉不悠然？现在的人睡觉是很不悠然，很紧张。尤其是在外国文化生活影响之下，每一分每一秒都紧张得很，所以睡觉睡得很不好，加上闹钟也闹不醒，很可怜。

学道悟道的人有没有烦恼？有烦恼，圣人的烦恼，所谓悟道以后必须修道，修个什么？调心而已。所以佛家道家儒家的任何方法，不管任何高明的方法，总而言之，一个名词：调心，调整自己的心境。

世界上的一切宗教，哲学，一切的学问，一切的知识，只有一个名词：“调心”。如何调整自己的心境，永远使它平安。“游心”与“调心”是两个形容。人的个性是喜欢优游自在的，但是人类自己把自己的思想情绪搞得很紧张，不能使心境永远优游自在，所以不得逍遥不得自由。

壶子说，我之所以不传你道，你认为学了道“与世亢”，“亢”就是傲慢，一般学道人爱犯这个毛病，我学了道，超越世界了，世界上第一了。佛也好道也好，越学越谦虚越平凡，才可以学。因为你觉得自己有道有法，处处保持一脸道气，满嘴道话，所以人家一看你，就知道你是修道的，就把你看出来了。等于我们这里有些人，一看就是学佛的，一身佛味就来了，很难受。

所谓禅定的境界，气住脉停还是容易，思想念头都关闭了，这个比气住脉停还要困难。我们晓得“杜德机”不止气住脉停，思想完全关闭了，身体上呼吸几年来完全停止了，血脉也不流行了，摸到手上，到处的脉搏都停止了，那么这两种身心配合起来，就是“杜德机”的境界。

庄子说到了这个境界是“名实不入”，“名”代表一切外在的现象，“实”代表我们认为的一切真实的环境。换句话说，到了这个境界，内外不是隔绝，外面的一切境界影响，虽然过来，此心自然不动念，不是有意的控制它，是自然的。

“善”是代表阳，所以我们中国讲修养“为善最乐”，那不是理论，是一人实际的事。人真正做了善事，会非常快乐。快乐不是高兴，高兴还不算快乐。因为“善”的思想代表阳，所以做善事，是阳机发动，阳气就充满，生机就充满。做坏事，忧愁苦怒代表阴，所以人在忧愁苦怒之中，或做恶事做得越多，阴气越来越重。普通一个看相的也看得出来。

懂了道的人，处在这个世间如梦如幻，一切皆是在游戏中，连生死都是游戏，现实更是游戏，没有哪一样不是游戏，不必要那么去认真的，或者你认真也无妨，认真也是游戏，不认真也是游戏。像在这个大地球大汤圆上，幸而生了我们这些穿衣服和不穿衣服的生物，这些生物就在这个大汤圆上，莫名其妙地搞了几千万年，实际上都是在玩，都是在游戏，没有哪个是究竟。

有道之士到这个世界上做任何事都是“无与亲”，就是佛学讲的不执着。所以，人生应该做的事都该

《庄子諠譁（上）》

做，做完了不执着，不抓得很牢，如行云流水，游戏人间。譬如第一个，不要对自己生命抓得很牢，年纪大了总有一天要再见，再见就再见，也没有什么关系，一切都很自然。万事不执着，才能入世。

我们人生只有十二个字：“得得破，忍不过；想得到，做不来。”这就是我的咒语，是无上咒，无等等咒，能除一切苦，真实不虚。庄子这个道理，我们一听非常有理，但做不到。要怎么样做到呢？对不起，从《逍遥游》第一篇开始，就要有这个道的修养，有这个道的修养，才能真做到这样，所以很难了。（《庄子諠譁》）

19、《庄子諠譁（上）》的笔记-第22页

人的境界不同，看到的景象也不同，同样一块石头，蚂蚁看到的可能是一座泰山，而人看到的可能是一粒沙子。生活的烦恼，亦如那块石头。

20、《庄子諠譁（上）》的笔记-逍遥游第一

读的是东方出版社的版本，不过好像内容是一样的。

具见

要先见道才能修道，所以要了解人生才能够懂得如何做一个人。

北冥的鱼他说，海里头有条鱼，突然一变，飞上天，变成一只大鹏鸟这里南师说庄子提出了两件事“沉潜飞动”

有点像“厚积薄发”与“量变引起质变”的结合。但是隐含的内容却更多。

说在年轻或是“修道没有成功”的时候，需要沉潜。修到了相当的程度就变化了，飞动升华；

下面是庄子内篇逍遥游一段鹏之背不知其千里也；怒而飞，其翼若垂天之云。

是鸟也，海运则将徙与南冥。南冥者，天池也。然后南师说要学吹牛，要学写文章，就要学庄子据说杜甫想做诗就说“语不惊人誓不休”

21、《庄子諠譁（上）》的笔记-开场白

庄子的逍遥就是佛家的放下

《庄子諷譎（上）》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com