



玉见钟毓 玉与道德

本书是你的，又不是你的

道德经

懂玉
知道德
余生不走偏



钟慧 钟涵予 钟林 著

“只许腹内藏污，不许玉镯有瑕”

这句话恰似人世间的双重标准：心藏杂念，腹有污秽，却以严苛的完美标准，去苛求器物与他人，这便是伪君子的底色。

在道德经里，“无”是混沌本然，“有”是起心分辨后的显化；正是人心分别，才诞生“完美、瑕疵”的概念。

一、世俗眼里：追逐完美手镯

世人以无棉、无结构、无水线、无裂纹、色泽匀净定义玉镯的完美，这属于“有”的层面，是人后天建立的评判尺度。玉石本是浑然天成，完美与瑕疵只是人的认知划分，并非玉石自带的属性。很多人无视自身腹内的污秽，却用手电去照射玉石内部的天然存在，拿自己都做不到的纯净，去要求天地造化的美玉。

二、道德经视角：瑕疵更贴近道之本然

万物源于道，天然之物本难绝对无瑕。棉絮、结构、水线、石纹、绺裂，是玉石亿万年造化留下的印记，是它原本的样貌，属于未被人为修剪的本真。

《道德经》讲：“大成若缺，其用不弊”。意思是真正完美的东西，反倒看起来有所欠缺，欠缺自有其功用，功用无穷无尽。一块看着有小缺憾的天然玉镯，虽不符合世俗完美标准，但它是完整的自然产物，没有经

过酸洗、注胶等人为改造去强行抹平缺陷。它守住了玉石本来的样子。人为追求出来的“工业级完美”，很多时候恰恰是人为修饰加工出来的“伪状态”。看着毫无缺憾，反而脱离玉石自然本然。

修行，恰恰要破除这种双标：接纳自己腹内本就有的“污秽”，承认心中杂念的客观存在，不伪装成毫无杂念的圣人；同时也接纳万物天然的瑕疵，不再拿一套虚假完美的所谓标准，苛责外物。

三、总结

以《道德经》来看，天然瑕疵的玉镯，境界高于人力造出的绝对完美。完美是人为标准，缺憾才是天地本真，真正的圆满本就包容不圆满，就像断臂维纳斯。

“只许腹内藏污，不许玉镯有瑕”，揭穿的正是世人的双重标准：人人皆有私欲妄念和污秽，却常常对自己网开一面，转而用严苛的完美尺度去要求世间万物。

选购和田玉手镯，并非为将来，而是当下的修身和修心：定之内径，抑口舌之欲；观镯中空，悟虚处之妙；感玉变化，知世事无常；看玉慢润，懂贵在持守；敛透不艳，学敦厚待人；呈环之形，见周而复始；归之于己，莫执为私物；承于家国，察己身自重。

钟慧 钟涵予 钟林
(抖店：玉见钟毓，淘宝：中国玉王)

道经（第 1-37 章）

第 1 章 道可道，非常道	6
第 2 章 天下皆知美之为美	12
第 3 章 不尚贤，使民不争	14
第 4 章 道冲而用之或不盈	16
第 5 章 天地不仁，以万物为刍狗	18
第 6 章 谷神不死，是谓玄牝	20
第 7 章 天长地久	23
第 8 章 上善若水	25
第 9 章 持而盈之，不如其已	27
第 10 章 载营魄抱一	29
第 11 章 三十辐共一毂	31
第 12 章 五色令人目盲	33
第 13 章 宠辱若惊	35
第 14 章 视之不见	37
第 15 章 古之善为士者	39
第 16 章 致虚极，守静笃	41
第 17 章 太上，不知有之	43
第 18 章 大道废，有仁义	45
第 19 章 绝圣弃智	47
第 20 章 绝学无忧	49
第 21 章 孔德之容	52
第 22 章 曲则全	54
第 23 章 希言自然	56
第 24 章 企者不立	58
第 25 章 有物混成	60
第 26 章 重为轻根	62
第 27 章 善行无辙迹	64
第 28 章 知其雄，守其雌	66
第 29 章 将欲取天下而为之	68
第 30 章 以道佐人主者	70
第 31 章 夫佳兵者，不祥之器	72
第 32 章 道常无名	74
第 33 章 知人者智	76
第 34 章 大道泛兮	78
第 35 章 执大象，天下往	80
第 36 章 将欲歛之，必固张之	82
第 37 章 道常无为而无不为	84
德经（第 38-81 章）	
第 38 章 上德不德	86
第 39 章 昔之得一者	88
第 40 章 反者道之动	90
第 41 章 上士闻道	92

第 42 章 道生一	94
第 43 章 天下之至柔	96
第 44 章 名与身孰亲	98
第 45 章 大成若缺	100
第 46 章 天下有道	102
第 47 章 不出户	104
第 48 章 为学日益	106
第 49 章 圣人无常心	108
第 50 章 出生入死	110
第 51 章 道生之	112
第 52 章 天下有始	114
第 53 章 使我介然有知	116
第 54 章 善建者不拔	118
第 55 章 含德之厚	120
第 56 章 知者不言	122
第 57 章 以正治国	124
第 58 章 其政闷闷	126
第 59 章 治人事天	128
第 60 章 治大国若烹小鲜	133
第 61 章 大国者下流	135
第 62 章 道者万物之奥	137
第 63 章 为无为	139
第 64 章 其安易持	141
第 65 章 古之善为道者	143
第 66 章 江海所以能为百谷王者	145
第 67 章 天下皆谓我道大	147
第 68 章 善为士者不武	149
第 69 章 用兵有言	151
第 70 章 吾言甚易知	153
第 71 章 知不知上	155
第 71 章 民不畏威	157
第 73 章 勇于敢则杀	159
第 74 章 民不畏死	161
第 75 章 民之饥	163
第 76 章 人之生也柔弱	165
第 77 章 天之道	167
第 78 章 天下莫柔弱于水	169
第 79 章 和大怨	171
第 80 章 小国寡民	173
第 81 章 信言不美	175
附录一：《道德经》教人不败，《阴符经》教人大成	173
附录二：地球上的 15 种主要“植物”	1752
后记：我们为什么这样解《道德经》	200

第 1 章 道可道，非常道

一、《道德经》第 1 章原典原文

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（jiào，边际）。此两者同出而异名，同谓之玄，玄之又玄，众妙之门。

二、中国玉王对第 1 章原文解文

道就是无，就是浑沌无形、未有名相的本始状态。

当道被人起心分辨，便从浑沌无形的本然状态，显化为有形有相的确定状态。

名就是有，就是道被起心分辨后显化出的有形有相的确定状态。当这个有形有相的确定状态被人再次起心分辨，便演化为因人而异认知里的不确定状态。

无，就是道，道是万物之母；有，就是名，名是万物之始。

所以，对于道，人若放下固有的认知成见，懂得道的混沌本态，便可以体察道的内在奥妙；倘若拘守固有的认知成见，就只能看见道的外部表象。

无与有，二者都源出于道，名字不同而已，都称为玄。由无到有，再由有复归于无，往复体察这种不同的无、不同的有，即一层又一层的玄，每一次起心分辨，都会生成一层新的“有”；每一次破除成见，又回归一层“无”，层层迭代，便是通往道的万千奥妙的总门。

三、中国玉王对第 1 章玉象通解

2003 年 GB/T16552 珠宝玉石国标出台前，唯有新疆和田产出的透闪石，才叫作和田玉。后来发现世界各地很多玉的主要成分同样也是透闪石。国标据此取消产地限定。这种认知过程，正是所谓“玄之又玄”。

四、社交的“众妙之门”

道在哪里？道就在每个人身上。人内在本具混沌叠加态的道——无、不确定、无欲；一旦起心分辨，便生出名——有、已确定、有欲。换句话说，人向内看则见道，向外看则成名。人是道最完美的载体。

人情是道的外化博弈，相处是玄之又玄的迭代修行，不懂道的规律，再真挚的心意也终究徒劳。

基于《道德经》第一章，中国玉王凝练出“社交十字心法”。前五字属与**柔术共情**，**向外悟道化有**，主打输出情绪价值、包容人心、滋养关系，由道生名、由无生有；后五字属与**刚术立己**，**向内归无守道**，主打筑牢自身格局、坚守本心底线、掌控人际节奏，由有归无、复归本源。刚柔并济、有无相生、层层迭代，正是“玄之又玄，众妙之门”的日用落地之道。

柔术有五种：对外共情攻心，由无生有，顺势显化

一、用 | 顺势借力，善用人心（大道顺势之妙）

高端的处世之道，从来不是单向付出，而是顺应人心规律、契合大道走势。

所谓“用”，便是善用人心、善用情绪、善用相处节奏，引导他人主动投入沉浸成本，不用卑微讨好，便能掌控关系主动权，是顺应天道人性的核心根基。

二、哄 | 柔化对立，消融妄念（情绪归无之妙）

世间多数矛盾纷争，皆源于人心起念、分别对立，是执着外相的“有欲之玄”。人性最核心的刚需，是情绪被接纳、被理解。

真正的“哄”，绝非卑微讨好，而是以柔和本心消解外在纷争、融化对立执念。不争对错、不执是非、不增妄念，先抚平他人的负面情绪，消融彼此的认知隔阂，让躁动的人心复归平静，以本心之无，化解外相之有。

三、夸 | 精准赋能，显化价值（正向生有之妙）

人人皆具大道本态，却常被自我执念、他人偏见遮蔽光芒。廉价的吹捧是虚妄的外相，精准走心的夸赞是见道的慧眼。

所谓“夸”，便是跳出世俗固化认知，看见他人隐藏的本心价值与闪光点，给予正向赋能与真诚肯定。破除片面评判的执念，滋养他人本心，让彼此在正向相处中迭代成长，由良性之念生出美好之相。

四、接 | 全然包容，不执分别（无分别大道之妙）

普通人执念改造、执着完美，困在自我认知的分别心中；悟道者全然接纳、不执对错，守住大道混沌的本真。

所谓“接”，核心先接住对方所有情绪，包容对方的喜怒哀乐、委屈与戾气，再接纳他人的善恶、优劣、

正负。不挑剔、不改造、不绑架、不定义，破除自我的分别执念与固有成见。坦然接纳万事万物、百般情绪的本然状态，不强行干预、不刻意改变，以本心之澄澈包容万象之百态，是最贴合大道的包容智慧。

五、奇 | 破局定式，迭代玄妙（玄之又玄之妙）

固化认知、一成不变，是困住人心、脱离大道的最大桎梏，也是人际倦怠的根源。大道本是层层迭代、玄变不止，人心修行亦当如此。

所谓“奇”，便是打破世俗固化的相处模式、跳出固有认知的局限，持续更新自我、迭代状态、保留本心玄妙。

不困于一成不变的陪伴，不流于麻木敷衍的相处，始终保持新鲜感与神秘感，做到天天是初见，夜夜是洞房，永远是新娘新郎。日日有新悟、次次有新态，层层破局、层层入玄，契合大道“玄之又玄”的迭代真谛。

刚术有五种：对内立己守局，由有归无，复守本源

六、藏 | 收敛锋芒，守本归无（藏道归虚之妙）

大道混沌无形、藏于万物，从不全盘显化、肆意张扬。人心处世亦是如此，全盘袒露、毫无保留，只会让真心被消耗、本心被拿捏。

所谓“藏”，便是收敛外在锋芒、隐藏自身底牌、收敛执念外相，不倾尽所有、不外露软肋、不张扬本心。待人留余地、处世守退路，褪去刻意彰显的“有”，复归混沌澄澈的“无”，藏道于身、守心于内，自带格局敬畏。

七、稳 | 定心守道，不随境移（本心恒定之妙）

外物变幻、人心起伏，皆是虚妄外相；本心恒定、大道不移，才是终极本源。多数人的内耗与慌乱，皆因被外相牵动、被执念裹挟，心神困于“有欲之相”。

所谓“稳”，便是守住本心大道，遇事不慌、遇乱不躁、遇挫不怨，不被外界风波、他人情绪牵动心神。始终保持本心澄澈、心态恒定，以不变的道心，应对万变的世相，为自己、为他人提供极致的安稳与底气。

八、虐 | 砺炼本心，破除虚妄（去伪存真之妙）

一味纵容、过度宠溺，会让人滋生虚妄执念、迷失本心，脱离大道本真。

所谓“虐”，绝非故意伤害，而是适度的情绪推拉、节奏制衡，破除相处中的惯性安逸与虚妄理所当然。平日温柔包容、顺势滋养，一旦对方执念泛滥、肆意消耗、越界失度，便及时收回热忱、抽离情绪，制造适度落差。

以起伏迭代破除虚妄外相，让人褪去执念、懂得珍惜，复归相处本真，契合大道有无相生、往复迭代的规律。

九、压 | 立住底线，掌控格局（守道立规之妙）

温柔无锋芒则为软弱，包容无底线则为卑微。人心博弈、世间相处，若无底线威慑，便会失序失度、偏离大道。

所谓“压”，是不动声色的格局压制、底线立威，无需争执吵闹，以眼神、气场、沉默、担当四维力量，稳住全局节奏、守住自身道规。不被他人情绪裹挟、不

被世俗乱象拿捏，清晰划定相处边界，让敬畏生于人心，让温柔有尺度、包容有锋芒。

十、尊 | 双向敬畏，本自具足（尊道敬人之妙）

人人皆具大道本态，皆是混沌与确定、无与有、玄与玄的统一体。

所谓“尊”。

尊人，便是敬畏他人本心大道，不贬低、不控制、不消耗、不绑架，尊重每个人的本然状态与独立格局；尊己，便是坚守自我本心、不卑微、不迎合、不内耗，守住自身的大道尊严与人格框架。

人与人相处，贵在相敬如宾、互相敬畏、双向成全，不恃爱行凶、不居高临下，以尊重守本心、以分寸护关系，契合大道众生平等、同源共生的终极奥义。

本章核心悟道小结

“用哄夸接奇”，以人心为器、以共情为用，拉近人际距离；“藏稳虐压尊”，以本心为根、以格局为骨，立住自我气场。

一柔一刚、一内一外、一无一有、一玄一妙，玄之又玄，层层迭代、闭环相生。

所谓社交秘诀，不必向外苦求、耗费心力钻研，只需向内观照本心，安住那份不被执念填满的虚空、不被得失牵动的空性、放下私念的无我之境，践行“十字心法”，便可步步入玄。

十字心法“用哄夸接奇，藏稳虐压尊”的每一式，皆由此如道一般的虚空心境生发而出。

第2章 天下皆知美之为美

一、《道德经》第2章原典原文

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，高下相倾，音声相和，前后相随。是以圣人处无为之事，行不言之教。万物作焉而不辞，生而不有，为而不恃，功成而弗居。夫唯弗居，是以不去。

二、中国玉王对第2章原文解文

美丑、好坏、有无、难易、长短、高下、音声、前后，这八组概念全是人起心分辨之后建立出来的名，也就是“有”，并非道本身的本然状态。

所以不能依靠这些人为的名去说教，而是以身行趋近于“无”来行事：顺应万物本来的状态，创造而不据为己有，有所作为而不自恃己能，功业成就而不占有功劳。

反之一旦把功绩归于自身，功业就变成依附个人名望的“名”。放下这份占有，功业脱离个人荣辱的束缚，自然不会因人的毁誉而湮灭。

三、中国玉王对第2章玉象通解

美丑善恶，不是天生的，是对比出来的。和田玉的好坏都是人为强加的，其实和田玉本身没有好坏之分，

每一块和田玉都是天然形成，都有属于自己独一无二的存在方式。玉圈里，有人把白润无瑕叫做美，把带杂带瑕叫做丑。但玉本身没有美丑——一块带皮的籽料，皮色是它地质演化的经历；一道水线，是它亿万年生长留下的痕迹。正如情人眼里出西施，抛开和旁人的比对，只专注事物本身，便会看见它自身独有的光彩，只因美本就诞生于比较，脱离参照，也就没有高下评判。没有丑，美就不存在；没有“有”，无就没有意义。它们是一对，分不开。明白这个道理，就不会执着于“只要好的不要坏的”“只要白的不要青的”，也不会用单一固化的审美，粗暴否定一块玉石的价值。

四、本章落地

美丑善恶，都是“比”出来的。你不比，就没事。操练：一、今天看任何东西，不评价好坏，只说“它是这样的”。二、如果你正在烦恼一件事，看看它的反面——也许“坏”的那一面正在帮你做成“好”的那一面。三、做一件好事，不说出去。不居功，功才不会丢。

本章核心悟道小结

有和无互相生，难和易互相成。你看哪一边，哪一边就成立。圣人用无为来做，用不言来教。生了不占有，做了不居功。不居功，所以功不会丢。读完这一章，试着不定义、不分别、不居功。你会发现，事情反而顺了。

第3章 不尚贤，使民不争

一、《道德经》第3章原典原文

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。

二、中国玉王对第3章原文解文

上一章讲了美丑等八组概念，本章继续讲另外三组概念：贤、贵、欲，这三组概念也是名，并非道本身的本然状态。

因此不能把贤能的人捧得太高，不然大家就会为了争名分而勾心斗角；不把稀罕的东西抬得太贵，大家就不会为了得到它去偷去抢；不展示那些让人起贪念的东西，大家的心思就不会被扰乱。

所以管理就是：虚其心，实其腹，弱其志，强其骨。让大家始终保持质朴，没有机巧之心，除去温饱之外不起过度欲望，那些有智巧的人也不敢妄为。用“无为”的方式去管理，就没有管理不好的。

三、中国玉王对第3章玉象通解

玉圈里也一样——不把“羊脂”“籽料”“大师亲工”捧上天，大家就不会为了追这些标签争得头破血流；不把某

些料子炒成天价，造假的人就少了；不天天在直播间里展示“这块料子涨了三倍”，人心就不会躁。真正的玩玉状态，是心放空，肚子吃饱，不强求“我非得有什么”，身体健健康康，安安静静玩自己的玉。这样没有多余的贪念和机心，那些靠话术割韭菜的“聪明人”也就没处使劲了。用这种“不折腾”的方式玩玉，没有什么玩不好的。玉道如此，生活也如此。

四、本章落地

不把谁抬太高，不把什么东西炒太贵，不总展示让人眼红的东西。这三条做到了，人就安分了。操练：一、今天看到别人晒好东西，不跟风、不眼红，告诉自己“那是他的缘分”。二、清理一个让你“想要更多”的源头——取关一个总让你心痒的账号，或者少看半小时直播。三、问自己一个问题：我现在追的这件事，是我真的需要，还是别人让我觉得我需要？

本章核心悟道小结

不捧人，人不争；不抬货，人不偷；不诱惑，心不乱。心里少装点杂念，肚子吃饱，身体练好，不强求、不贪心，那些“聪明人”就没办法收割你。读懂了“无为”，便少有处理不好的事。它不只是用于治国理政、团队管理、居家持家，同样适用于赏玩玉石，也渗透在寻常过日子的点滴之中。守住这份不妄为、不追逐后天名相的本心，便能身安心定，福气自会随之而来。

第4章 道冲而用之或不盈

一、《道德经》第4章原典原文

道冲，而用之或不盈。渊兮，似万物之宗。挫其锐，解其纷，和其光，同其尘。湛兮，似或存。吾不知谁之子，象帝之先。

二、中国玉王对第4章原文解文

前两章阐述了美丑、贤、贵、欲等十一组后天的表象名相，本章转而揭示道本身的功用：

1、道如同中空的容器，源源不断滋养供给万物，功用永不枯竭，所以道才是取之不尽用之不竭的资源；

2、道具备化解消融的力量，也就是挫其锐，解其纷，和其光，同其尘。它并不主动出手改造万物。世间棱角、纷争，皆是人心分别执着生出的后天名相。道以无取舍、无褒贬的混沌本态包容万物，这些人为偏执失去人为的加持，便自行消融，混同于凡俗，复归混沌本然，所以道才是战无不胜、攻无不克的力量；

3、道的存在状态幽隐不可见、似有似无，无法依靠人的感官去捕捉感知，所以道才是暗度陈仓的良策；

4、道居于本源地位，甚至早于天帝出现之前就已然存在，所以道才是世间一切格局赖以生成的根本框架。

三、中国玉王对第 4 章玉象通解

道像一只中空容器——那些真正养人的玉，不是满工的，是留白的。雕得太满，气就堵了；留出空白，玉才能呼吸。磨掉锋芒、解开纷扰——好玉不扎手，不刺眼，不跟人较劲。它温润，它包容，它不显摆。调和光芒、混同尘土——真正的好玉，不急着让人看见。你第一眼觉得“这也没什么”，戴久了才发现离不开了。它像道一样——“似或存”，好像有，又好像没有，但你知道它一直在。那些满世界叫卖“我有好玉”的人，往往手里没什么真东西；真正藏玉的人，不声不响，东西却一件比一件好。

四、本章落地

操练：一、今天留一小时“空”给自己——什么都不安排，什么都不做。二、找出一个你一直“锋芒毕露”的地方，试着收一收。三、做一件不让人看见的好事。

本章核心悟道小结

道是空的，但用不完；是深的，但看得清；是隐的，但一直在；是柔的，但能化一切。留白才能装新东西，收锋才能不伤自己，不抢眼反而更长久。懂得“空”的人，才真正“有”。守住这份空，就能容下万物，也能容下自己。虚空包容、藏锐合群、谦和无我，才是万物亘古不变的隐性大道本源。

第5章 天地不仁，以万物为刍狗

一、《道德经》第5章原典原文

天地不仁，以万物为刍（chú）狗；圣人不仁，以百姓为刍狗。天地之间，其犹橐籥（tuó yuè，风箱）乎？虚而不屈，动而愈出。多言数（shuò，迅速）穷，不如守中。

二、中国玉王对第5章原文解文

天地没有人类那种带有偏爱私情的仁爱，看待世间万物，如同祭祀所用的刍狗。刍狗在祭祀大典上被郑重陈设，仪式结束便被舍弃。圣人效法天地，同样不以个人私情式的仁爱对待天下百姓，看待万民也如同刍狗。天地之所以能做到“不仁”，根源就在于虚空，也就是本然无心；圣人要做到“不仁”，就要主动放下私心而持守虚静。天地之间，岂不就像一具大风箱？内里虚空无处不在，却不会屈闭穷竭；越是鼓动运作，生机便越是源源生发。风箱的妙用，全在于内部的虚空，倘若把内部填塞堵实，便再也生发不出风。天地正是凭借这份虚空成就造化，人也当效法这份虚空。若是内心被主观的仁爱填得满满当当，就会忍不住频频输出己见，不断施加干预。政令繁苛则民生疲困，思虑外驰则智虑耗穷，如此便会迅速走入穷途，不如持守虚静中正。

三、中国玉王对第 5 章玉象通解

天地造玉，不分贵贱，不分产地，不分品相，平等地孕育每一块玉料——不偏爱白润的，不嫌弃带瑕的。这就是天地的“不仁”——不是冷酷，是公平。

世人赏玉却不一样，总带着私心：偏爱籽料，嫌弃山料；高价追捧完美的，低价轻视普通的。

四、本章落地

天地不偏心，它不因为你是好人就多给你一口空气，也不因为你是坏人就少给你一寸阳光。它给所有人一样的阳光、一样的空气、一样的四季轮转。这就是“不仁”——最大的公平。话多的人，往往把简单的事说复杂了；不急着说、不乱干预的人，反而把事情做成了。

本章核心悟道小结

天地不偏私，对万物一视同仁，这才是最大的公平。圣人不偏袒，不以私情扰世事，这才是最高的治理。话多则穷，守中则安。说破天不如守住一颗安静的心。

天地像一只风箱——空着，才有用；动着，才有风。守得住中空，才容得下万物；管得住嘴巴，才留得住心神。一言一行如此，一生一世亦然。这不仅仅是治国之道，也是玩玉之道，更是为人处世之道。

第6章 谷神不死，是谓玄牝

一、《道德经》第6章原典原文

谷神不死，是谓玄牝（pìn，女性生殖器）。玄牝之门，是谓天地根。绵绵若存，用之不勤。

二、中国玉王对第6章原文解文

道就是无，如同功用永恒不灭的谷神虚空，这便是玄牝。玄牝之门，是天地万物生发的总根源。它连绵不绝、似有若无，造化出世间万物，也造化人的肉身、念头、情绪与种种名相。万物与人的念头情绪皆有生有灭，唯有谷神本体亘古，永不消亡。

谷神并非世俗所言的灵魂。灵魂偏向个体独有的精神神识，属于“有”的范畴；谷神是虚空混沌的大道本源，是一切心念意识得以生发的背景。心念、意识如同海面泛起的波浪，起灭无常；谷神如同大海，包容万相而自身不随波浪生灭。谷神不在血肉脏腑之中，显现于人的本心，人人内在都可以照见这份本源，但它并不专属于某一个个体。人放下分别评判，便安住谷神；一旦起心动念，便从无生有，生出万千名相。

放下分别评判，并非变成麻木无知、是非不分，而是不再被自己固有的成见、好恶、标签绑架。它的好处有三层：

第一，向内可以归守谷神本体，内心不再被得失、好恶、取舍来回撕扯，减少情绪内耗，心神安定澄澈，安住无欲之玄。不拿自己的标准强行丈量万物，便少很多愤怒、委屈、失望与执念。

第二，向外能够看清事物本真，不被主观名相遮蔽双眼。很多偏见、误解、矛盾，都来自预先的分别评判；放下成见，才能看见人、事、物本来的样子，对应和田玉认知破除固有产地执念、层层逼近本真的“玄之又玄”。

第三，落实到人际处世，正是十字心法里“接”的内核。放下分别评判，才可以全然接纳对方的情绪与真实状态，不改造、不挑剔，生出真正的包容，为柔法攻心打下根基。

但放下分别评判，不等于没有底线、不分善恶。内心可以不执主观好恶的分别，现实行事依旧可以立边界、守原则，刚柔并举。安住谷神之“无”，不代表废弃世间之“有”；无欲之玄，并不否定有欲之玄，二者同出而异名，互为迭代。

三、中国玉王对第 6 章玉象通解

道的能量无穷无尽，绵绵若存，永不耗竭。但人若是不守中道，一味多言妄作、肆意挥霍，便会将道的显化之物——人的肉体、和田玉以及世间各类自然资源，提前消耗殆尽。

四、本章落地

道像黑洞一样——你看不见它，但它吞纳万物，又生出万物。现代人最大的问题是：只盯着那些看得见摸得着的实物，忘了它们背后那个源源不断的源头。人不是靠物活着，是靠道活着。道像细丝，绵绵不断——它不是时有时无，是一刻都没断过。你在不在，它都在。你信不信，它都在。它供给着你呼吸的每一口气，养着你的每一块玉，转着你的每一个日子。操练：一、今天做一件事，不图回报，不惦记结果，只做——像道一样，给了就给了。二、去体会内心留有虚空余量的状态：不是一无所有、物资匮乏，而是欲望、思虑不过分满溢，一切刚刚好够用，留出内心的余地，静静感受这份状态。三、下次你觉得自己“快要枯竭”了，记住这句话：道的供给从来没断过，断了的只是你以为“只有靠自己”的那个念头。

本章核心悟道小结

谷神不死，玄牝之门，天地之根，绵绵若存，用之不勤——道是我们的来处，也是我们一直活着的那个持续供给的源头。它不生不灭，不增不减。少耗外求，养护元神，向内扎根固本，方能取之不尽。那道门从未关闭，那根脐带从未剪断，那缕细丝从未断绝——道始终与你相连，只待你回头守中，便能取用不尽。母亲的脐带早已剪断，人终须自立；而道的脐带，却从未剪断，也永远不会剪断。

第7章 天长地久

一、《道德经》第7章原典原文

天长地久。天地所以能长且久者，以其不自生，故能长生。是以圣人后其身而身先，外其身而身存。非以其无私邪（yé，吗）？故能成其私。

二、中国玉王对第7章原文解文

天长地久，是因为天地无我。圣人无我所以放下争先，反倒被拥戴推于前列；将得失置之度外，反得以保全。不正是因为无我吗？放下小我，方成就本真之我。

三、中国玉王对第7章玉象通解

玩玉的人，如果只盯着“我要拥有”“我要升值”“我要炫耀”，玉就成了工具，人也成了工具的奴隶。而那些真正懂玉的人，不急着占有，不算计得失，不自恃“这是我的”。他让玉养人，也让人养玉——彼此成就，彼此成全。这就叫“不自生”。

越是舍不得分享、越怕别人说自己眼光不行、越把玉锁在柜子里不敢让人看的人，反而离玉越来越远。而那些把玉戴在身上、与它一起经历日子、愿意把好玉拿出来让同好一起看的人，玉在他手上越养越润，人也越活越通透。不为自己的人，反而得了自己。

四、本章落地

天地不为自己的存在而存在，所以它们一直都在。人太把自己当回事，反而把自己活小了。试着往后站一站、往外退一退——你会发现，你以为会失去的东西，反而留得更久。

操练：

一、今天有一次“不为自己”的行动——为别人做一件事，不图回报，不说出去。

二、选一件你一直舍不得用的东西，今天把它用起来。

三、下次想争的时候，先退一步，看看退完之后会发生什么。

本章核心悟道小结

把“自己”放轻一点，把“别人”看重一点——反而什么都会少。不为自己，反而成就自己；不怕失去，反而得到更多。天地不言，却长久不衰；圣人不争，却天下归心。放下小我，才能看见更大的天地。那些你拼命想抓住的东西，抓得越紧反而越容易失去；那些你愿意放手的，反而会自己留下来。天长地久，不是因为它们有力，是因为它们无心。人也一样——不霸占、不争先、不算计，反而什么都有了。

第 8 章 上善若水

一、《道德经》第 8 章原典原文

上善若水。水善利万物而不争，处众人之所恶，故几于道。居善地，心善渊，与善仁，言善信，政善治，事善能，动善时。夫唯不争，故无尤。

二、中国玉王对第 8 章原文解文

最高的善就像水一样。水的善就是滋养万物却从不与万物争抢，它总是顺着本性流向众人所厌恶的低洼之处，所以最接近道。人要向水学习，亦当守住自身本真：处身，以谦下的处境位置为善；内心，以保持深沉宁静为善；交往，以真诚仁爱为善；说话，以守信可靠为善；为政，以清正治理为善；做事，以发挥才能为善；行动，以把握时机为善。做到以上七种善，便是放下争名夺利之心，就不会招致旁人怨恨。

三、中国玉王对第 8 章玉象通解

天然和田玉承水而生、含水养人，玉水同源，和田玉的本性就像水一样：温润利他、养人安神，不张扬锋芒，可适配高低佩戴场景，接纳磕碰包容瑕疵，甘于平价低位、不与人玉相争，处卑而无怨。这份温润谦卑、利物不争的特质，就是和田玉贴合上善大道的隐性本源。俗人争美玉、争身价、争品相，困于高低表象；悟道者

惜玉性、修心性、学玉德，效法玉水不争之德，不攀比玉价、不争抢高货、不鄙夷劣玉，谦卑处世、温润待人，修得如玉如水的平和心性，契合大道无为。

四、本章落地

水往低处流——不是因为它怂，是因为它知道低处才能汇聚。人也一样，不急着往上爬，反而能走到更远的地方。不争，不是因为怕，是因为明白争来的东西都不长久。操练：一、今天把自己放低一次——不是贬低自己，是不抢着出头、不急着证明自己。二、观察水——看它怎么绕过石头，怎么慢慢改变地形，从中找找做人的灵感。三、下次想争的时候，先问自己：这件事值得我“动手”去争吗？还是可以不争而自得？

本章核心悟道小结

最高的善像水：利万物而不争，甘处众人之所恶。

七条修行：居善地，心安于位；心善渊，心静于深；与善仁，心诚于人；言善信，口实于信；正善治，政清于正；事善能，事成于能；动善时，动应于时。

不争，就没有人能跟你争；不争，就没有什么事能怪到你头上。把自己放低，把自己放软，把自己放到别人不愿意去的地方——这就是近道的活法。读懂本章，做人如水，做事如水，活着如水。

第9章 持而盈之，不如其已

一、《道德经》第9章原典原文

持而盈之，不如其已（yǐ，停止）；揣（chuī，捶打）而锐之，不可长保。金玉满堂，莫之能守；富贵而骄，自遗其咎（jiù，祸患）。功遂身退，天之道也。

二、中国玉王对第9章原文解文

端着容器一直往里面加，直到满溢出来，不如适可而止；把器物捶打到极致锋利，这种锋利是无法长久保持的。黄金美玉堆满了厅堂，没有人能长久守住它们；富贵之后又骄傲自满，就会自己给自己招来祸患。功业完成之后，自身要适时退下，不居功、不霸位、不把持不放——这是天道的规律。

三、中国玉王对第9章玉象通解

玩玉之人贪心囤积高货美玉，一味追求藏品满仓、品相极致完美，精工雕琢玉器棱角锋芒，炫耀玉财身价、恃玉骄矜，攀比藏品体量与价值，执念玉财盈满，这是贪心纵欲、张扬外露的显性表象，极易招致覬覦。天然和田玉顺应地质天成，大多留有皮纹、保留原石钝感，不会极致无瑕、棱角过锐，玉石能量盈亏有度、留有余地，不刻意盈满、不刻意锐利，这份天然知止、留白自持的物性，就是和田玉契合天道盈亏的隐性本源。俗人

贪玉满、求玉美、炫玉贵，盈满招祸、骄矜失玉；悟道者藏玉惜玉、按需藏纳、功成收心，藏品知足有度、不张扬身价，美玉钝光内敛，不逞锋芒、不贪盈满，顺应玉石盈亏天性，方能长久守玉、福运相伴。

四、本章落地

满了就别再倒了——这是最朴素的道理，但人总是忍不住再倒一点，就为了看那个“尖”冒出来。锋利的刀，用起来痛快，但也最易钝。金玉满堂，守不住；富贵了还骄傲，祸不远。功成了，就该退了。不是消极，是顺势——花开了自然会谢，人走到高处也要学会自己走下来。操练：一、今天找到一件“满”了的事，停下，不再加。二、检查自己最近一次“骄傲”的时候——如果当时收敛一点，结果会不会不同？三、做一件“功成身退”的事——做完，然后放下，不再提。

本章核心悟道小结

持而盈之，不如其已——满了就停，别等它溢出来。揣而锐之，不可长保——太尖的东西，最先钝。金玉满堂，莫之能守——再多也带不走。富贵而骄，自遗其咎——一骄傲，祸就来了。功遂身退，天之道也——成了就退，不占不霸。天之道如此，人之道亦然。凡事留三分余地，不追求极致的满、极端的锐、尽头的荣。知足知止、敛锐低调、功成退让，才能长久安全、守福避祸。读懂本章，学会在“正好”的时候停下来。

第 10 章 载营魄抱一

一、《道德经》第 10 章原典原文

载营魄抱一，能无离乎？专气致柔，能婴儿乎？涤除玄览，能无疵乎？爱民治国，能无为乎？天门开阖，能为雌乎？明白四达，能无知乎？生之畜之，生而不有，为而不恃，长而不宰，是谓玄德。

二、中国玉王对第 10 章原文解文

身体的欲望和内心的志向，能够不相撕裂背离吗？凝聚元气、调至极致柔和，能够回归婴儿那般纯粹本然的状态吗？擦拭幽深的心灵明镜，能够做到内心毫无尘垢杂念吗？管理团队、经营家庭、人际交往，能够做到不凭私意妄为吗？五官感官接触外界万物之时，能够做到守持谦柔沉静，不躁动张扬吗？洞察四方、通晓事理，能够做到洞悉世事而不卖弄机巧心机吗？修养若能抵达以上六个境界，便可像道一般滋养万物：生养万物却不据为己有，有所作为却不自恃功劳，成就万物而不刻意主宰，这便是道的本源显化的德，即玄德。

三、中国玉王对第 10 章玉象通解

天然和田玉澄澈无戾气，滋养人身心神却不占有、不主宰佩戴者运势，顺其自然温润渡人，这份身心合一、无尘柔和、无功利主宰的天性，就是玉石契合玄德大道

的隐性本源。初级玩玉者心随玉动、外耗心神，以智择玉、功利逐玉；高阶悟道者抱一守心，不以玉价扰动本心，心性澄澈柔和，借玉涤心、以玉静心，不掌控玉石价值、不依托玉石炫耀自我，修成如玉一般不争不宰、纯粹无为的玄德心性。抱一，就是不分裂；守柔，就是不硬顶；无为，就是不乱动；不宰，就是不控制。

四、本章落地

身心不离、气和、心净、不折腾、不张扬、不卖弄聪明。看起来简单，做起来难。难不在做不到，在忘不掉——忘不掉“我要证明自己”，忘不掉“我知道答案”，忘不掉“别人在看我”。操练：一、今天选一件事，做完之后不跟任何人说。二、有一个小时不碰手机，不跟人说话，只是待着。三、遇到争论，不说“你错了”，只说“我是这么看的”。

本章核心悟道小结

抱一、守柔、涤心、无为、守雌、无知——这六问，问的不是“你能不能”，问的是“你愿不愿”。你愿意，你就能。生而不有，为而不恃，长而不宰——做了不占有，成了不居功，养了不主宰。这就是玄德。不占、不居、不宰，不是让你什么都不做，是让你做了之后不惦记、不炫耀、不控制。读懂本章，把心神收回来，把身体放柔软，把心擦干净，不瞎折腾，不张扬，不卖弄聪明。

第 11 章 三十辐共一毂

一、《道德经》第 11 章原文原文

三十辐共一毂（gǔ，车轮中心的圆木），当其无，有车之用。埴（shān，搅拌）埴（zhí，黏土）以为器，当其无，有器之用。凿户牖（yǒu，窗户）以为室，当其无，有室之用。故有之以为利，无之以为用。



二、中国玉王对第 11 章原文解文

三十根辐条汇集在一个车毂上，正是因为车毂中间是空的，车轴才能穿过，车轮才能转动。搅拌黏土做成器皿，正是因为中间是空的，才能盛放东西。开凿门窗建成房屋，正是因为中间是空的，才能住人。所以，看得见的“有”提供了便利条件，看不见的“无”才真正发挥了作用。有给无提供了平台，无让有产生了价值。

三、中国玉王对第 11 章玉象通解

一件和田玉玉器，质地、颜色、证书、价格等都是看得见的“有”，那些刻意保留的物理层面的“空”、镂空、

留白才是玉器能戴、产生意境的关窍。更深一层的“无”，是上手时的温润感、佩戴时的安心感、人与玉之间日积月累的默契与陪伴。初遇被“有”吸引，佩戴后却离不开“无”——那份贴身佩戴的安稳、把玩时的静气、岁月沉淀后的情感归属，才是你一直戴着它的原因。至于棉、絮、裂、水线、小坑、斑点，你对它的态度，决定了它属于“有”还是“无”。你越在意，它越“有”，越成为过不去的坎；你不执着，它便“无”，不影响你佩戴的安心感。包容杂瑕，便是让“有”转化为“无”——杂瑕反而成了玉的“故事”和优点了。看得见的外观只是提供了佩戴的便利，看不见的温润、陪伴、杂瑕的“故事”与文化，才是玉真正的功用。满雕则滞，留空则灵；人与人之间，也是这样：保持距离和神秘感，反而长久。

四、本章落地

操练：一、今天给自己安排一段“无”的时间——什么都不做，什么都不想，只是待着。二、清理一件占地方但你不再需要的东西，试试看“空”出来的那块空间带给你什么感觉。

本章核心悟道小结

人与人之间，保持距离和神秘感，反而长久。所以，不要只盯着“有”——那些看得见的东西只会给你条件；要懂得珍惜“无”——那些看不见的部分，才是真正决定你能走多远、装多少、活多久的东西。

第 12 章 五色令人目盲

一、《道德经》第 12 章原典原文

五色令人目盲；五音令人耳聋；五味令人口爽（shuǎng，丧失）；驰骋畋（tián，打猎）猎，令人心发狂；难得之货，令人行妨（fáng，损害）。是以圣人为腹不为目，故去彼取此。

二、中国玉王对第 12 章原文解文

纷繁绚烂的色彩，会扰乱视觉觉知，使人看不清事物的本真；繁复嘈杂的音声，会扰动听觉，使人听不见真正的本音；浓烈厚重的滋味，会败坏味觉，使人尝不出本然味道；纵情追逐玩乐，会撩动内心，使人心神躁动狂乱；珍稀贵重的宝物，会勾起贪念，使人做出有损德行的行为。诱惑蒙蔽本心，便会心神失序、判断失真。所以得道之人，只求满足自身真实的生存所需，不追逐感官享乐的诱惑。舍弃向外泛滥的物欲，持守内在本真，这便是去彼取此。

三、中国玉王对第 12 章玉象通解

当你的眼睛被一块美玉吸引、欲望被各种想拥有的念头充满时，先别急，告诉自己：等等，先别被“想要”带走。停下来，问自己两个直指根源的问题：没有它，我的身体会不安吗？——这是“腹”的思维。没有它，我

的感官会难受吗？——这是“目”的思维。如果答案是“需要它来安身养神”，那么它就接近于“腹”的真实需求。如果答案是“只是想要它来满足眼目和虚荣”，那么它很可能就是“目”的想象欲望。如果是“感官想要”而非“身体需要”，就立刻放下。停下来不是失去，而是把主动权拿回自己手里。你不是在压抑欲望，而是在自主地选择和校准自己真正需要的东西。

四、本章落地

看得太多，反而看不见；听得太多，反而听不见；吃得太多，反而尝不出；跑得太快，心反而乱了；追得太猛，行为反而变形了。这个“反而”就是老子的核心提醒：你以为你在“多”，其实你在“少”。你以为你在“享受”，其实你在“麻木”。你以为你在“拥有”，其实你在“被拥有”。

本章核心悟道小结

五色、五音、五味，不是不能看、不能听、不能尝，是别被它们牵着走。看见了，知道“这是美”就够了，不必追；听见了，知道“这是声”就够了，不必迷；尝到了，知道“这是味”就够了，不必贪。关注真实的需要，不纵容被刺激出来的欲望。你真实的需求让你安宁，你被刺激出来的欲望让你饥饿。搞清楚你的身体到底需要什么，而不是你的感官需要什么。欲望是永远填不满的，但吃饱了就是吃饱了。读懂本章，分清“腹”和“目”，你就不会被商家和算法牵着鼻子走了。

第 13 章 宠辱若惊

一、《道德经》第 13 章原典原文

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。

二、中国玉王对第 13 章原文解文

受宠和受辱，都会令人心惊；把荣辱这类大患，看得如同自身一般重要。什么叫作“宠辱若惊”？宠本是上位施予下位的，带着卑下被动的意味。得宠时内心惶然，失宠时同样惶然，这就叫作宠辱若惊。什么叫作“贵大患若身”？之所以会生出重重忧患，根源在于过度执着于小我。倘若不再困囿于狭隘的自我，又还会有什么深重的忧患呢？这便是放下小我执念。所以，懂得珍重自身，并且以此心境去对待众人，才可以将大事托付给他；懂得爱惜自身，并且以此心境去顾及众人的人，才可以将众人托付给他。

三、中国玉王对第 13 章玉象通解

玉友得高货宠玉则欣喜自得，失去珍玉、收下劣玉则自卑焦虑，被市场定价、旁人评价牵动心境，因玉石

荣辱起伏情绪，执念玉石带来的身份荣辱，这是外物牵动心神的显性微相，由玉生忧、由价受惊。天地造物和田玉，本无高低宠辱之分，不因世人追捧而高贵，不因世人嫌弃而卑微，玉性恒定、本心自在，不依附外界评价定义自我价值，无荣辱得失执念，自在平和、不受外物牵绊，这份超脱品评、无我自在的天性，就是玉石安稳无患的隐性本源。玉不因你夸它就变好，也不因你贬它就变差。人也是一样。

四、本章落地

夸你两句你就飘，骂你两句你就垮——你的情绪开关在别人手里，你就不自由了。宠和辱是一样的：都是被别人拿捏。想要不被宠辱牵着走，只有一个办法——把“我”放小一点。不是你这个人不重要，是那个“别人怎么看我”的我不重要。操练：一、今天别人夸你的时候，别急着高兴，先停一下。二、今天别人否定你的时候，别急着难过，先停一下。三、找一件你一直很在意“别人怎么看”的事，问自己：如果没人知道，我还做不做？

本章核心悟道小结

宠是别人给的，辱也是别人给的。你越在意，就越被动。把“我”放轻一点，把“别人怎么看我”放轻一点，你的惊慌就少一点。宠辱若惊，不是因为宠辱厉害，是因为你有一个“我”要维护。忘掉那个“我”，就没有人能用宠辱来惊你了。读懂本章，看淡宠辱、放下小我，内心便不再被外界境遇牵绊。

第 14 章 视之不见

一、《道德经》第 14 章原典原文

视之不见名曰夷，听之不闻名曰希，搏之不得名曰微。此三者不可致诘（jié，追问），故混而为一。其上不皦（jiǎo，明亮），其下不昧（mèi，昏暗），绳绳（mǐn，连绵不断）兮不可名，复归于无物。是谓无状之状，无物之象，是谓惚恍。迎之不见其首，随之不见其后。执古之道，以御今之有。能知古始，是谓道纪。

二、中国玉王对第 14 章原文解文

道的颜色是看不见的夷，道的声音是听不见的希，道的形体是摸不见的微。此三种非物质属性，无法依靠物质感官去分辨穷究。此三种属性并非独立存在，而是浑然合一，就是道本身。

道不但没有声色形体，还跳出世间一切二元对立，不落入明 / 暗这类评判；它连绵无尽，叫不出名字，没有实体，这就叫作没有形状的形状，没有物象的物象，也就是若有若无的惚恍。迎着它，看不见它的开端；跟随着它，也看不见它的末尾。

虽然道无法感知，也无法命名，但人可以用它来解决现实问题：持守这亘古不变的道，遇事便不被表象迷惑，顺应事物本来的规律去应对世间万事；能够看透万事万物的本源，不被外在现象牵着走，这便是行事所要遵循的大道总纲。

三、中国玉王对第 14 章玉象通解

世人赏玉只信感官所见：眼看皮色品相、耳听玉质敲击声响、手摸细度油性，只认可看得见摸得着的玉肉、雕工、皮色，执着有形玉貌，否定无形玉气，这是感官受限、片面识玉的显性表象。和田玉承载天地气韵，玉气无形无色、无声无质，看不见、听不到、触不着，无法用五官捕捉，却贯通玉石本体、连通天地气韵，不分玉石高低品类，恒久存续、浑然归一。这份无感无相、贯通古今、无始无终的玉中道韵，就是玉石契合天地的隐性本源。你看得见的是玉，你摸得到的是玉，但真正让你感到安心的是那股看不见的“气”。

四、本章落地

看不见的东西，不代表不存在。你看见你的手，但你看见“力气”吗？力气看不见，但你握拳时它在。你看得见玉，但你看见“温润”吗？温润看不见，但你摸到好玉时你知道它在。

本章核心悟道小结

道不在感官里，道在感官背后。你看不见它的头，也找不到它的尾，但它从来没有离开过。握住了那个看不见的道，你就能应对看得见的世事。知道万物的来处，就找到了应对当下的钥匙。道看不见，但它能帮你应对看得见的一切。不是用眼睛看，是用心感受。读得懂这一章，就学会了在看不见的地方看见。

第 15 章 古之善为士者

一、《道德经》第 15 章原典原文

古之善为士者，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。孰能浊以静之徐清？孰能安以久动之徐生？保此道者，不欲盈。夫唯不盈，故能蔽而新成。

二、中国玉王对第 15 章原文解文

历来善道的人，玄妙深奥得无法被常人了解。因为无法被了解，只能勉强为他们做个形容：谨慎的像冬天过河，警觉的像怕惊动邻居，庄重的像在别人家做客，柔软的像冰融化，朴实的像未经雕琢的原木，开阔的像空旷的山谷，混同的像浑浊的水。谁能让浑浊的水慢慢自己变清？谁能让安静的东西慢慢生发？就是持守道的人——他们不求盈满。正因为不求盈满，所以才能在陈旧中生出新的来。

三、中国玉王对第 15 章玉象通解

市面量产炫雕高光美玉，刻意打磨光泽、雕琢纹样，剔除杂浊瑕疵，张扬华贵、特质外露，一眼便可判定品级价值，这是张扬显质的显性表象。原生和田原石未经打磨抛光，皮肉相融、清浊共生、外形质朴内敛，不显

油光、不露锋芒，有杂瑕、有糙皮，品相混沌朴素，外人难以判定内里玉质好坏——这份混沌质朴、不盈不满的原石本性，就是玉石契合高士道心的隐性本源。真正的好玉不急着证明自己是好玉，真正的高手不急着证明自己懂玉。

四、本章落地

真正的高手，不是那种一眼就能看出来“我很厉害”的人。恰恰相反，真正有东西的人，看起来像什么都不懂、什么都没有、什么都不是。谨慎、警觉、庄重、柔软、朴实、开阔、混同——这七个词，是高手的样子。不张扬，不较劲，不急着证明自己。操练：一、今天故意让自己“普通”一次——不发表看法、不展示特长、不出头。二、观察身边那些让你觉得“看不透”的人，他们做了什么让你看不透？三、找一件让你觉得“太完美”的东西，再看一遍，找找它“不完美”的地方。

本章核心悟道小结

真正的高手，你看不出来。不是他故意装神秘，是他的生命境界已经超出了你的判断标准。你能看清的，都是比你小的；你看不透的，才是比你大的。他们不求满，不急着成，所以陈旧的东西能在他们身上生出新的来。读得懂这一章，你就不再急着让别人看懂你了。不盈不满，才有余力生长。

第 16 章 致虚极，守静笃

一、《道德经》第 16 章原典原文

致虚极，守静笃。万物并作，吾以观复。夫物芸芸，各复归其根。归根曰静，是谓复命。复命曰常，知常曰明。不知常，妄作凶。知常容，容乃公，公乃王，王乃天，天乃道，道乃久，没身不殆。

二、中国玉王对第 16 章原文解文

修行的起点，是将内心虚空推到极致，把清静守到笃定。

向外观察，可以看见万物生长流转，循着循环往复的轨迹运行；世间物象纷繁万千，终究要各自回归自身的根源。

向内思索，提炼哲理：回归根源即是静，也就是回归生命的本然。透过现象直抵本质，回归生命本然，便是把握住世间恒常不变的规律。修行而洞悉这份恒常规律，便是明达之人。倘若不识此规律，肆意轻举妄动，便会招致凶险。

通晓恒常规律的明达之人，方能心怀包容；心怀包容，处事方能公正；处事公正，才可担当天下之重；担当天下之重，方能契合天道；契合天道，便是同于大道；同于大道，便可立身长久，终身免于危殆。

三、中国玉王对第 16 章玉象通解

玉石市场行情涨跌更迭、炒作热点轮番变动，玉友跟风追热点、追高价玉，随行情心绪躁动，频繁买卖置换，这是逐玉妄动、背离玉之本根的显性表象。万千和田玉品类样貌各不相同，无论籽料山料、高低品相，本质皆为透闪石聚合成形，亿万年扎根山石、静定蛰伏，繁华行情变动不改玉石内核本性，最终回归温润安神、固本养心的造物本源。虚空无欲、静定守根、不随行情异动，这份归根守静、恒定不变的玉性，就是玉石契合天命的隐性本源。石头静静待在那里，不急不躁，却比所有追着行情跑的人都活得久。

四、本章落地

心要空，不是让你脑子空空如也，是让你不装那么多杂念。静要稳，不是让你一动不动，是让你不被外界带着跑。万物都在循环——花开会谢，月满会缺，涨久必跌，跌久必涨。你看懂了，就不慌了。

本章核心悟道小结

把心放空到极致，把静守到最稳。这一章的逻辑链条极其漂亮：虚→静→观复→归根→复命→知常→明→容→公→王→天→道→久→不殆。从“放空自己”到“终身安全”，只隔这一条路。读得懂这一章，你就不会被行情带着跑了。

第 17 章 太上，不知有之

一、《道德经》第 17 章原典原文

太上，不知有之；其次，亲而誉之；其次，畏之；其次，侮之。信不足焉，有不信焉。悠兮其贵言。功成事遂，百姓皆谓：我自然。

二、中国玉王对第 17 章原文解文

最高等的管理者，大家却感受不到他的作为；次一等的，大家亲近他、赞美他；再次一等的，大家害怕他；最糟糕的，大家轻蔑他、侮辱他。管理者信用不足，就会有人不信任他。管理者要从容，要珍惜自己的言语。管理者把事做成了，大家还觉得“本来就该这样”。

三、中国玉王对第 17 章玉象通解

四等玩玉驭玉心性，对应本章四等行道境界：最下等玩玉者，强行高压雕琢、磨改玉石原生形态，苛求玉料完美无瑕，粗暴改造玉质皮色，损耗玉性玉韵，玉石气场反噬、玉缘离散，便是侮玉侮己。中等玩玉者，凭借高价、名气威慑玉圈，以身价定义玉石品级，众人畏其财力话语权。上等玩玉者，懂玉惜玉、分享玉善，受人亲近赞誉。顶级悟道玩玉者，顺应玉石天性，不强行雕琢、不刻意造势赋能，玉自润人、人自惜玉，双向无

痕共生——这就是“太上，不知有之”。真正的好玉，不需要天天夸它；真正的懂玉人，不需要天天证明自己懂。

四、本章落地

最高级的存在，是别人感觉不到你的存在。你帮了他，他不觉得你帮了他；你引导了他，他不觉得你引导了他；你在他身边，他不觉得你在他身边。不是你不存在，是你存在得太自然了，自然到没人注意。操练：一、今天做一件好事，不让任何人知道是你做的。二、给别人建议时，说完了就退后，不追问“你听我的了吗”。三、回想一下你生命中那些“感觉不到存在但一直在”的人——父母、朋友、老师，他们是怎么做到的？

本章核心悟道小结

一等做事，别人不知道你在做；二等做事，别人夸你做得好；三等做事，别人怕你做不好；四等做事，别人嫌弃你瞎做。最高级的不是被夸、不是被怕、不是被骂——是被忘记。你存在，但别人不觉得有压力；你做事，但别人不觉得被打扰；你成了，但别人觉得“本来就是这样的”。诚信不够，就没人信你。少说话，说话就值钱。事成了，大家说“我们自己弄的”——这是最高的境界。读懂本章，做一个让人感觉不到存在的人。不是因为你没本事，是因为你有本事到不需要证明。

第 18 章 大道废，有仁义

一、《道德经》第 18 章原典原文

大道废，有仁义；智慧出，有大伪；六亲不和，有孝慈；国家昏乱，有忠臣。

二、中国玉王对第 18 章原文解文

大道被废弃了，才会有仁义的提倡；智巧机心盛行了，大的虚伪便随之滋生；家庭不和睦了，才会有孝慈的标榜；国家混乱了，才会有忠臣的表彰。

三、中国玉王对第 18 章玉象通解

玉圈乱象丛生之后，玉料品质参差、造假泛滥、品相割裂，玉商才刻意标榜仁义诚信、保真厚道；玉石造假工艺精进、智巧手段变多，高仿伪玉、作假沁色大批量出现；玩玉圈层人情利益不和，才刻意标榜惜玉共情、圈层情义；玉市行情动荡乱象四起，才凸显守正保真、坚守本心的正道玉人。后天标榜德行、作假投机、刻意共情，皆是玉道本源崩坏后的补救表象。

玉道淳朴和合之时，人人惜玉诚信，无需标榜品德；玉道乱象崩坏之后，才大肆宣讲仁义保真、情义品行。悟道玩玉者，不盲从后天标榜的善心德行，守住本心淳朴，不贪作假捷径、不伪善惜玉，回归玉石天然本真。

四、本章落地

当一个东西开始被大力提倡的时候，往往是因为它已经稀缺了。诚信缺失的时候，满世界喊“诚信”；亲情淡漠的时候，满世界喊“孝慈”；行业混乱的时候，满世界喊“操守”。不是喊的人多了就会变好，是喊的人越多说明问题越严重。

操练：

一、今天留意那些“被大力提倡”的东西——标语、口号、广告、热搜——想想它们在提示什么缺失。

二、如果你发现自己在刻意标榜某种品质，停一下，问问自己：我真的有，还是在掩盖没有？

三、观察一个行业，看看它越是强调什么，越缺什么。

本章核心悟道小结

满世界都在喊的，往往就是世界最缺的。真不缺的时候，没人喊。仁义、孝慈、忠臣本身都是好的，但它们的出现，恰恰是正道已经崩坏的信号。最好的状态，是不需要标榜任何东西的状态——大道流行，人心淳朴，仁义自然，无需言说。读懂本章，就不会被“满世界的提倡”牵着走了。真正的好玉，不需要贴着“我是好玉”的标签。

第 19 章 绝圣弃智

一、《道德经》第 19 章原典原文

绝圣弃智，民利百倍；绝仁弃义，民复孝慈；绝巧弃利，盗贼无有。此三者以为文，不足。故令有所属：见素抱朴，少私寡欲。

二、中国玉王对第 19 章原文解文

抛弃对“圣人”的标榜和对智巧的推崇，民众的获利会增长百倍；抛弃对“仁义”的提倡，民众自然会恢复孝慈；抛弃机巧与贪利之心，盗贼就不会出现。仅仅把握弃圣智、仁义、巧利作为外在条文，是远远不够的，要引导众人找到内心的归宿：显露本色，守住质朴，减少私心，降低欲望。

三、中国玉王对第 19 章玉象通解

除却名家赋能、摒弃作假巧工，美玉不炒、玉人不诈，玉石保留天然皮纹、原生质地，不刻意美化、不刻意赋能，玉人守住本心厚道，不谋投机暴利，玉石自润、人心自善、圈层和睦。这份素颜质朴、无私寡欲、不加修饰的玉性本心，是玉石契合大道的隐性本源。俗人逐玉之名、逐玉之利、逐人之智，被名号利益裹挟，玩玉费心耗财；悟道者见玉素、抱玉朴，看淡玉雕名家光环、看淡溢价私利，舍弃辨玉机心，简单纯粹惜玉赏玉，私

心变淡、欲望变少，不受玉圈乱象牵绊，玉心合一、自在安然。

四、本章落地

圣智、仁义、巧利——这些东西本身不坏，但一旦被标榜、被追捧、被用来划分“谁高谁低”，就变味了。标榜多了，人心就乱了。最好的办法是不标榜、不推崇、不炒作，让人回归本色。

操练：

一、今天不评价任何人“厉害”或“不厉害”。

二、远离一次“追名”的机会——不晒、不标榜、不证明自己。

三、安静地问自己一次：如果没有人在看我，我还会做现在做的这件事吗？

本章核心悟道小结

如果只是贴在墙上，没用。真正有用的，是有人活出来给你看。呈现本真、怀抱纯朴、减少私心、减少欲望——有人活成这个样子，不用说话，别人自然跟着走。不立条文，不喊口号，不树榜样，不做宣传。不靠文字引导，靠的是让那些“见素抱朴、少私寡欲”的人真实地活着，别人看到了，自然会跟着走。

第 20 章 绝学无忧

一、《道德经》第 20 章原典原文

绝学无忧。唯（wéi，恭敬应答）之与阿（ē，怠慢应答），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；傫傫（lěi，疲倦）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。澹（dàn，辽阔）兮其若海，飂（liù，飘忽）兮若无止。众人皆有以，而我独顽且鄙。我独异于人，而贵食母。

二、中国玉王对第 20 章原文解文

放下对世俗学识、世俗智巧的执念，就能够免除世俗的烦忧。世人把恭敬顺从的应答，和敷衍怠慢的应答，看成截然不同的两件事，可二者本质的差距，又能有多大？世人眼中的善与恶，也是人为划定出来的，彼此的真实界限又究竟有多远？世俗这套是非标准，是世人普遍畏惧、看重的，我也不能完全无视。只是大道幽深辽远，漫无边际，世俗的评判标准，在大道面前显得十分有限。

世人全都兴高采烈，如同赶赴盛大的宴席，又好似春日登高远望。唯独我淡然沉静，内心不起一丝躁动的

念头；懵懵懂懂，如同还不会嬉笑的婴儿；闲散落寞，仿佛没有可以奔赴的归宿。众人样样富足充裕，唯独我总像有所缺失。我怀着一颗愚钝之人的心啊！

世人个个精明透亮，唯独我昏沉朴拙；世人凡事看得明明白白，斤斤计较是非得失，唯独我缄默沉静。我的内心安放于大道之中，大道浩渺宽广，如同汪洋大海；飘忽流转，永无止境。

旁人个个能干，处处有所作为；唯独我显得迟钝笨拙。我之所以与世人不同，根源在于：我看重、依凭着万物之母——大道。世人执着于世俗的评判，追逐看得见的功用与得失，也便容易被得失荣辱牵动心绪；我只守住万物的本源。外表看上去毫无用处、迟钝笨拙，这并不要紧。守住万物的根本，便不必被世俗的成败是非裹挟，得以安住本性，得到长久的安稳。并非我比世人更高明，只是取舍的方向各不相同。

三、中国玉王对第 20 章玉象通解

世人玩玉，兴高采烈地追热门料子、比谁的玉更白、更值钱、更有面子。但真正懂玉的人，往往安静地独处一隅，手中握着一块不起眼的素玉，不跟风、不攀比、不炫耀。他的玉或许不是最白的，但戴在他身上，温润妥帖。我们不必像隐士一样远离玉市，更不必舍弃对温润之物的喜爱——父母可赠玉传家，妻子可佩玉养心，孩子可玩玉识美，这些本身就是玉道的一部分。但我们可以学那个懂玉之人的心态：不被行情牵着走，不因攀

比而忘了最初为何爱玉。该看玉时看玉，该把玩时把玩，心里有一块地方是安静的——那块地方，不为估价所扰，只守着“玉以养人，人以润玉”这个根本。如此，便是普通人玩玉的“食母”之道了。

四、本章落地

老子写的这一段，像是在自言自语，又像是在对所有人解释：“你们热闹你们的，我安静我的。不是我不合群，是我想守的东西和你们不一样。”别人追热闹，他守安静；别人显聪明，他藏笨拙；别人找归宿，他无所谓。不是他孤僻，是他知道热闹过后还剩什么。

本章核心悟道小结

世俗的学问放下了，忧患就跟着放下了。恭维和怠慢，差多少？好和坏，差多少？大家都怕的东西，你也不能完全不当回事——道太大了，你得有敬畏。但敬畏归敬畏，你不必跟着大家跑。大家热闹，你安静；大家精明，你笨拙；大家有用，你无用。你偏偏和别人不一样——因为你守的是道，是根，是那个“母”。你守的东西和别人不一样，所以你看上去不一样。不是故意不合群，是因为你看重的东西和众人不同。

读懂本章，你不必和别人一样，也不必为了不一样而不一样。你只要守着你真正看重的东西，就自然和别人不一样了。那些热闹、精明、有用，不过是过眼云烟。守住了根，什么都不怕。

第 21 章 孔德之容

一、《道德经》第 21 章原典原文

孔德之容，惟道是从。道之为物，惟恍惟惚。惚兮恍兮，其中有象；恍兮惚兮，其中有物。窈兮冥兮，其中有精；其精甚真，其中有信。自古及今，其名不去，以阅众甫（fǔ，起始）。吾何以知众甫之状哉？以此。

二、中国玉王对第 21 章原文解文

大德的外在形态，完全依从于道。道是无形的本体，人无法直接捕捉；德，就是道投射到世间的功用与表现。我们看不见道本身，却可以通过德，把道落实到言行与万物之中。

道作为一种存在，是若有若无、隐隐约约的。在那种隐隐约约之中，有形象在呈现；在那种若有若无之中，有真实的东西在存在。深远幽暗之中，有最核心的精华；那精华非常真实，其中蕴含着可信的规律。从古到今，道的名字从未被遗忘，人们凭借它，来观察万物的起始。我凭什么知道万物的起始是什么样呢？就是凭借道。

三、中国玉王对第 21 章玉象通解

俗世玩玉之人，德行依附玉石价值，遇高价美玉谦和有礼，遇平价原石轻视怠慢，品行随玉价起伏变动，惜玉只为牟利炫耀，德行有条件、有取舍，依托外物而

生，这是德随物转、心性不稳的显性表象。天地大道凝于和田玉之中，玉性依从天道而生，虚实相融：肉眼可见皮肉品相为实，无形安神气韵为虚，玉中灵气精纯真切，守信恒定、亿万年不改物性。悟道玉人，品行依从玉道本心，不因玉贵谄媚、不因玉卑轻视，厚德惜玉、本心恒定，这份从道而生、恒久守信的品性，就是契合天道的隐性本源。俗人德随玉变，心被玉欲牵制；悟道者德依从道，心性跟随玉道恒定。

四、本章落地

道看不见，但德看得见。德就是道在人间的影子。一个人有没有道，不看他说什么，看他怎么活——他的样子、他的选择、他待人的方式，就是“德”。那块玉温不温润，就是它的“德”；那个人靠不靠谱，就是他的“德”。

本章核心悟道小结

大德的样子，完全跟着道走。道是恍恍惚惚的——看不清楚，但其中有象、有物、有精、有真、有信。从古到今，道一直没有消失，我们用它来了解万物的源头。你怎么知道万物的源头？就凭道本身。道看不见、摸不着，但它一直在这里——在每一块玉的温润里，在每一个人的本心里，在每一次你感到“对了”的那个瞬间里。德是道的影子，你看见了影子，就知道光在那里。读懂本章，不必追道，先修德。德修好了，道自然就在。

第 22 章 曲则全

一、《道德经》第 22 章原典原文

曲则全，枉则直，洼则盈，敝则新，少则得，多则惑。是以圣人抱一为天下式。不自见，故明；不自是，故彰；不自伐，故有功；不自矜，故长。夫唯不争，故天下莫能与之争。古之所谓“曲则全”者，岂虚言哉？诚全而归之。

二、中国玉王对第 22 章原文解文

能弯曲才能保全，能屈就才能伸展，低洼才能充盈，陈旧才能更新，少取才能真正得到，贪多反而迷惑。所以圣人持守大道，作为天下的范式。不自我显摆，反而通透明白；不自以为是，反而被人认可；不自我夸耀，反而有功劳；不骄傲自大，反而长久立身。正因为不争，所以天下没有人能与他争。古人说的“曲则全”，怎么会是空话呢？真的能做到，就真的能保全。

三、中国玉王对第 22 章玉象通解

俗人玩玉执念完美规整、棱角锋利、满色满盈，挑剔玉石弯瑕凹缺，偏爱张扬重工玉雕，争抢高价稀缺玉料，攀比藏品品级、不甘退让，贪心囤积玉器，最终被套耗财、选择迷茫，这是逞强求满、相争贪取的显性表象。天然和田玉多有弯弧、凹洼、皮痕旧敝，边角温润

不锐利，玉性曲柔不争、内敛谦和。玉身凹陷可聚气韵，玉质老旧可盘养翻新，不锋芒外露、不刻意彰显。悟道之人接纳玉石残缺弯曲，不贪多囤玉、不争抢高货，顺应玉性屈伸之道，这份曲柔守拙、少欲不争的物性心性，就是契合天道的隐性本源。须知玉之“曲”处，恰是其气韵汇聚之所；人之“屈”时，正是其蓄力待发之机。曲中求全，洼中纳福，少取多得——玉如此，人亦如此。

四、本章落地

你以为吃亏的，其实是保全；你以为占便宜的，其实是迷失。你想站得稳，就要学会弯腰；你想走得远，就要学会慢下来；你想真正得到，就要学会少拿一点。

本章核心悟道小结

弯曲才能保全，屈就能伸展，低洼才能充盈，陈旧才能更新，少取才能真得，贪多反而迷路。这六条每一条都和我们直觉相反——你觉得“直”好，老子说“曲”好；你觉得“多”好，老子说“少”好。不是老子故意反着说，是你一直想反了。抱一，就是抱住那个“反着来”的根本规律。不自我显摆，反而明白；不自以为是，反而被认可；不自己夸自己，反而有功；不骄傲自大，反而长久。不争，所以没人能跟你争。你以为你“退”了，其实你“进”了；你以为你“少”了，其实你“多”了。读懂本章，就不再怕吃亏、怕退让、怕少了。因为你知道，那些东西会以另一种方式回来。

第 23 章 希言自然

一、《道德经》第 23 章原典原文

希言自然。故飘风不终朝，骤雨不终日。孰为此者？天地。天地尚不能久，而况于人乎？故从事于道者，同于道；德者，同于德；失者，同于失。同于道者，道亦乐得之；同于德者，德亦乐得之；同于失者，失亦乐得之。信不足焉，有不信焉。

二、中国玉王对第 23 章原文解文

少说、不多才合乎自然之道。正如狂风不会持续一整个早晨，暴雨不会持续一整天。是谁造就狂风暴雨？是天地。天地施展的狂暴尚且不能长久，更何况是人呢。

万物同类相感，什么样的作为，就归入什么样的状态。

行事追随大道的人，收敛妄为，让自身的言行心性和大道的特质对齐，于是便与大道相契合；践行德的人，自身秉性与德相合，便与德相契合；行事背离道与德的人，放纵躁动妄为，就归入失道失德的状态。与大道相契合的人，大道便接纳滋养他；与德相契合的人，德便成全他；走向失道失德的人，就要承接失道失德带来的种种后果。自身对大道的信诚有所欠缺，既会失去与大道的相应，也难以获得他人的信任。

三、中国玉王对第 23 章玉象通解

玉圈商人多言造势、夸大品相、编造话术炒作玉价，刻意营销赋能、强行美化瑕疵玉料，高调鼓吹藏品价值，用话术干预买家判断，短期可以牟利，却无法长久立足，口碑极易崩塌，如同狂风骤雨转瞬即逝，这是多言妄为、造势牟利的显性表象。天地育玉静默无言，不张扬品相、不言语造势，亿万年静默存续、物性恒定，顺其自然风化成型、温润养人，不强行改造、不刻意赋能，寡言守性、自在运化。悟道玉人惜言守信，不夸大玉质、不套路成交，顺应玉性待人，诚信低调处事，人与玉双向同道共生，这份静默顺势、守信寡言的品性，就是契合天道的隐性本源。

四、本章落地

话多的人，往往靠不住；话少的人，反而可信。狂风暴雨看起来很猛，但一会儿就停了；真正持久的是微风细雨，不声不响，下一天一夜。人也一样——那些闹得最凶的，往往最早退场；那些安安静静的，反而能走到最后。

本章核心悟道小结

你说的话越少，越值钱；你走得越稳，越长久。道就在那里，不催你，不拦你，你走它也“乐意”。但后果你自己担。读懂这一章，话少一点，心定一点，路长一点。不是“随你便”，是“你自己选，自己扛”。

第 24 章 企者不立

一、《道德经》第 24 章原典原文

企（qǐ，踮起脚跟）者不立，跨者不行；自见者不明，自是者不彰，自伐者无功，自矜者不长。其在道也，曰余食赘（zhuì，多余）行（xíng，形）。物或恶之，故有道者不处（chǔ，停留）。

二、中国玉王对第 24 章原文解文

踮起脚尖想要站得更高，站不稳；大步跨跃想要走得更快，走不远；刻意显摆，内心会被自我执念蒙蔽，看不清事物的真相；自以为是的人，他的主张德行反而无法彰显，得不到世人认可；自我夸耀功绩的人，反而建立不起真正的功业；骄矜自负的人，无法长久立足。

这六种行为，从道的角度来看，就像吃剩的食物和身上多余的赘肉——多余又让人厌恶。万物都会厌恶它们，所以有道的人不会这样做。

三、中国玉王对第 24 章玉象通解

市面匠人刻意垫高玉底座、人工提亮玉面、过度繁雕堆砌纹饰，强行拔高玉石品相身价；玉友急于捡漏暴富、频繁换玉囤玉，攀比炫耀藏品，自恃懂玉高人一等，偏执自我辨玉标准，轻视他人见解。这类刻意美化、急

躁逐利、傲慢自矜的玩玉行为，多余造作、浮躁贪心，极易破坏原生玉性，损耗自身玉缘财运，属于造作浮躁、自损福报的显性表象。天然和田玉平地安生、皮肉共生，不借外物垫高身价、不靠繁雕美化外形，原石安然蛰伏、美玉温润自持，顺着天然肌理打磨雕琢，分寸有度、适可而止，不做多余纹饰、不做刻意改造。悟道玉人平常心玩玉，不急于暴富、不炫耀藏品、不自恃懂玉，尊重玉性、谦卑待人，这份本分自持、适度克制、沉稳守底的玉性人心，就是契合大道的隐性本源。

四、本章落地

踮脚的人以为自己高了，其实根基悬空；跨步的人以为自己快了，其实走不了多远。那些急着证明自己的人，往往最让人反感；那些觉得自己都对的人，往往最没人信。

本章核心悟道小结

踮脚立不稳，跨步走不远；看己看不清，你对没人信；自夸没功劳，骄傲不长久。这六种行为，在道眼里就跟剩饭赘肉一样——多余又招人嫌。有道的人不沾边。越想让自己显得高，越容易摔倒；越想让自己跑得快，越容易停下。真实的高度不需要踮脚，真实的速度不需要跨步。你是什么样，就是什么样，不用加戏。读懂本章，别再踮脚了，踏踏实实站着，反而比谁都稳。

第 25 章 有物混成

一、《道德经》第 25 章原典原文

有物混成，先天地生。寂兮寥（liáo，辽阔）兮，独立而不改，周行而不殆，可以为天下母。吾不知其名，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，王亦大。域中有四大，而王居其一焉。人法地，地法天，天法道，道法自然。

二、中国玉王对第 25 章原文解文

有一种浑然的存在，在天地形成之前就已经出现。它寂静辽阔，独立恒在，本性不改；循环运转永不停歇，可以作为化生天地万物的本源。我不知道它的名字，勉强把它称作道，勉强形容它为“大”。大，便向外运化；不断运化，便伸展到辽远无穷；抵达极致之后，又回转回归本源。所以道大，天大，地大，人也大。宇宙之中有这四大，人是其中之一。人要效法地：学习大地包容承载、安守本分；地效法天：学习天恒常运转、无私普照；天效法道，遵循道的运行规则；而道，只依从它自身本然的状态，不需要向外效法别的事物。

三、中国玉王对第 25 章玉象通解

天地混元大道，亿万年孕和田玉本源气韵，先山川而存、独立不改，寂静无形、循环不息，不受人文审美、

市场行情、人工雕琢影响，恒定温润、运化不息，滋养山川生灵。悟道玉人深知层级效法之道：惜玉顺玉、顺玉顺地、顺地顺天、顺天顺道，不逆玉性强行改造、不违天道贪心谋玉，全然顺应玉石天然本态，不妄为、不逆势，这份依从天性、顺道而行的心性，就是契合寰宇大道的隐性本源。玉从道中来，玉性即是道性。你顺着玉性走，就是顺着道走。

四、本章落地

道比天地还早，比一切都大。但你不用跑到天边去找它——它就在你脚下。人法地，地法天，天法道，道法自然。你站着的土地、头顶的天空、万物运行的规律、规律本来的样子——一条线下来的，你就在其中。

本章核心悟道小结

有一个东西，在天地之前就存在了。无声、无形、独立、循环、不灭——它是万物的源头。它大到无边无际，运行不停，远到极点又返回来。道大、天大、地大、人也大。人法地，地法天，天法道，道法自然。

你不是渺小的，你是四大之一。你有资格效法天地，也有责任回归自然。道不远人，你就在道中。读懂这一章，就知道自己不是来征服世界的，是来“法”天、“法”地、“法”道的。你本来就在链条里，别把自己摘出去。

第 26 章 重为轻根

一、《道德经》第 26 章原典原文

重为轻根，静为躁君。是以君子终日行不离辎（zī，辎重车）重。虽有荣观（guàn，楼观），燕处超然。奈何万乘（shèng，车）之主，而以身轻天下？轻则失根，躁则失君。

二、中国玉王对第 26 章原文解文

厚重沉稳，是外在灵动行事的根基；内心静定，是世事变动躁动的主宰。所以守道之人，终日行事，始终不离开这份厚重沉稳的大道根本。纵然身处华美显赫的境遇，也能够安然自处，不为繁华所牵绊。手握重大权柄的主事者，怎么可以丢掉厚重静定的大道，反而用轻率躁动的姿态去处置事务？倘若只知灵动行事而丢掉厚重沉稳，就会失去立身之本；任由躁动泛滥而失去静定的统御，就会丧失对自身与大局的主宰。

三、中国玉王对第 26 章玉象通解

天然和田玉，上手第一感是“重”——不是单纯的重量，是亿万年山川沉积淀入玉骨的那股厚重。这种重，让玉沉得住气、压得住手，不飘、不浮、不轻佻。皮色再艳、雕工再巧，若没有这份沉甸甸的底子，玉就缺了魂。玩玉的人最怕“轻”和“躁”。轻，是只看白度不看质地、

只听故事不看实物、只追热门不问本心。躁，是听到涨价就冲、见到跌价就慌、看到别人有好玉就坐不住。轻了，就失了玩玉的根——根是温润，不是证书；躁了，就失了主——主是自己，不是行情。悟道之人玩玉，重根守静。他选玉先看“压不压手”，再问“安不安心”；他遇涨跌不惊，逢热点不躁；他手里有重器，心里有定力。玉在他手上，不只是物件，是镇住心神的锚。这份重与静，让他在浮华圈子里稳得住、在纷乱行情中醒得清，最终玉养人、人养玉，两不相负。

四、本章落地

轻的东西没有根，飘着飘着就没了；躁的东西没有主，动着动着就乱了。你想要站得稳，就得有分量；你想要控得住，就得先静下来。

本章核心悟道小结

重是轻的根，静是躁的主。守道的人，整天不离开自己的根基。有再多荣华，也像燕子筑巢一样，住着但不贪恋。大国之主都不能轻率对天下，何况普通人？轻了，根就丢了；躁了，主就没了。钱再多，心浮了就守不住；本事再大，人躁了就控不住场。你所有的力量，都来源于你有多稳。你的钱包、你的手机、你的社交圈——这些都是“轻”；你的定力、你的判断力、你的不慌不忙——这些才是“重”。读懂本章，把根扎深，把心稳住。稳得住，什么都不是事；稳不住，什么都是事。

第 27 章 善行无辙迹

一、《道德经》第 27 章原典原文

善行无辙迹，善言无瑕谪（xiá zhé，瑕疵、指责），善数不用筹策，善闭无关键（jiàn，门闩）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。

二、中国玉王对第 27 章原文解文

行事能够不留人为造作的痕迹，是高明；言语文字周全，没有可以被指摘的破绽，是高明；决断大势，不靠机巧算计，是高明；善于闭藏，不用门闩，旁人也无法开启，是高明；善于维系联结，不用绳索捆绑，旁人也无法解开，是高明。除这五重高明之外，合道的人还有道的两个显化：总是成全人，所以没有被舍弃的人；总是善用万物，所以没有被废弃的物。这两个显化源自内心承袭大道的光明，不是向外施舍恩惠，而是内在这份光明自然外化出来的。

合道之人，可以作为偏离大道之人的老师；偏离大道之人，可以作为合道之人吸取教训的镜鉴。不敬重合道之人，不吸取偏离大道之人的教训，就算自身具备才智，终究也会彻底迷失方向。“贵师爱资”正是本章最关键的精妙之处。

三、中国玉王对第 27 章玉象通解

俗世玉人刻意行善保真、高调帮扶玉友，大肆宣扬善心德行，刻意雕琢瑕疵玉料强行美化品相，鄙夷杂裂原石、低端玉料，直接舍弃劣玉、区别对待客户，待人择玉全凭品相价值划分亲疏，行善留名、取舍功利、弃物弃人，这是有心行善、择物取舍的显性表象。大道育玉平等无别，高端籽料、杂裂原石、平价山料，各有天性功用，无高下废弃之分。悟道玉人行玉道善心从不张扬，保真待人润物无声，不刻意标榜厚德；接纳玉石天然杂瑕，因材施教雕、盘活劣玉价值，不随意弃玉；待人不分财力高低，平等结缘、真心相待，不靠套路捆绑客源、不靠利益维系人缘，无痕为善、包容万物、不弃人不弃物，这份平等包容、无为无痕、顺势成全的心性物性，就是契合天道的隐性本源。

四、本章落地

操练：一、今天做一件好事，不让任何人知道是你做的。二、说话前先停两秒，不让那句可能让人抓住把柄的话说出口。

本章核心悟道小结

不向合道之人学习，不吸取翻车之人的教训，再聪明也是糊涂蛋。没有无用之人，只有被放错位置的人；没有无用之物，只有没被发现的用处。能看见这一点的人，才不是糊涂蛋。

第 28 章 知其雄，守其雌

一、《道德经》第 28 章原典原文

知其雄，守其雌，为天下谿（xī，溪）。为天下谿，常德不离，复归于婴儿。知其白，守其黑，为天下式。为天下式，常德不忒（tè，差错），复归于无极。知其荣，守其辱，为天下谷。为天下谷，常德乃足，复归于朴。朴散则为器，圣人用之，则为官长。故大制不割。

二、中国玉王对第 28 章原文解文

深知何为雄强锋芒，却安守雌柔谦下，甘愿做天下的溪流。做天下的溪流，恒常的德就不会离失，回归到婴儿般纯真的状态。深知何为光耀显扬，却安守幽晦沉静，甘愿做天下效法的范式。做天下的范式，恒常的德就不会出现差错，回归到无穷无尽的本源境界。深知何为荣耀尊显，却安守卑下谦抑，甘愿做天下容纳万物的山谷。做天下的山谷，恒常的德才会充盈圆满，回归浑然质朴的本真。

浑然质朴的本真，会自然分化散开显现，由此演化出世间万千器物、分工与人才。合道的人秉持这份质朴的根本原则，善用这套自然分化出来的功用，由此承担治理者的职责。各类分工、器物与角色，各自发挥功用；最高明的治理，不会为了追求功用，就把人与事物原本浑然质朴的本性切割破坏掉，这就是“大制不割”。

三、中国玉王对第 28 章玉象通解

世人玩玉，多慕“雄”“白”“荣”之相。雄者玉之刚劲锋芒，白者玉之无瑕纯净、一眼可见的显白，荣者玉之高价名品、众人追捧的光荣。刻意打磨棱角、反复去杂提白、标榜名家稀缺，看似占尽优势，实则耗损玉性、离道已远——刚硬者易崩，无瑕者难真，追荣者必骄。悟道者深知“守雌”“守黑”“守辱”之智。雌者玉之温润柔韧，好玉不靠硬朗，靠的是上手时那股服帖的柔劲。黑者玉之混沌含藏——那层看不懂的皮色、那片看不透的质地、那团看不穿的混沌，好玉不靠一眼看穿的“显白”说话，靠的是皮壳下藏而不露的深沉。辱者玉之卑下璞拙，好玉不争高货之名，甘以璞石之身静候识者。守得住雌，温润之德不流失；守得住黑，深藏之气不泄露；守得住辱，质朴之根不动摇。如是玩玉，便回归了玉道的婴儿、无极、质朴之本。

四、本章落地

操练：一、今天有一次“明明可以说但我不说”的时刻。二、今天有一次“明明可以做但我不做”的时刻。

本章核心悟道小结

这世上最厉害的人，不是每次都赢的人，是明明能赢但不赢的人。最通透的人，不是什么都懂的人，是明明懂但不急着说的人。

第 29 章 将欲取天下而为之

一、《道德经》第 29 章原典原文

将欲取天下而为之，吾见其不得已。天下神器，不可为也。为者败之，执者失之。故物或行或随，或嘘或吹，或强或羸（léi，弱小），或挫或隳（huī，毁坏）。是以圣人去甚，去奢，去泰。

二、中国玉王对第 29 章原文解文

为了打天下而打天下，我看是达不到目的的。天下是神圣的存在，不可强行干预。强行干预万物就会败坏，强行把持秩序就会失去。万物有的走前面，有的跟后面；有的轻嘘，有的急吹；有的强，有的弱；有的安稳，有的毁坏。因此圣人去掉极端，去掉奢侈，去掉过度。越想掌控，越失控；越想占有，越失去。世间万物，各有各的节奏，不是你想怎么捏就怎么捏的。

三、中国玉王对第 29 章玉象通解

玩玉之人常犯的错，就是“取天下而为之”——总想按自己的意愿改造玉、掌控市场、操控价格。有人执念于把一块原石雕成某种既定器型，不顾玉料天然走势，强行切削打磨，结果玉性尽失、灵气全无。有人痴迷于囤积居奇，以为把持住稀缺料子就能掌控行情，最终行情转向、资金套牢。这便是“为者败之，执者失之”。玉

道天然，各有其性。同一块玉料，有的适合做器皿，有的适合做佩饰，有的天生就是一块素牌，多一刀便是多余。悟道者观玉，先看它“是”什么，再想它“能”做什么。不强求、不硬改、不执念，顺应玉之本然，反而能成全玉的最好状态。市场亦如此——涨跌本是常态，有人偏要强行干预，囤货居奇、炒作概念、操控价格，短期看似得利，长期必遭反噬。

四、本章落地

越想抓住的，越抓不住；越想控制的，越失控。你盯着手里的沙，握得越紧，漏得越快。万物各有各的步调，有人走得快，有人走得慢；有人强势，有人柔弱；有人顺遂，有人坎坷。你能做的，不是强行扭转，是接受它本来的样子。

本章核心悟道小结

为了打天下而打天下，打不到。天下是神圣的存在，不能硬来。硬来会败，死死抓着会失去。万物有先有后、有缓有急、有强有弱、有成有毁，各有各的节奏。

去掉极端，去掉过分，去掉过头。不极端、不过分、不膨胀，天下自来归附。越是想掌控一切的人，越容易被一切反噬。不“为”、不“执”，反而能成、能得。读懂本章，放下改造欲与掌控心，守中顺势，一生少败少失。

第 30 章 以道佐人主者

一、《道德经》第 30 章原典原文

以道佐人主者，不以兵强天下。其事好还。师之所处，荆棘生焉。大军之后，必有凶年。善者果而已，不敢以取强。果而勿矜，果而勿伐，果而勿骄，果而不得已，果而勿强。物壮则老，是谓不道，不道早已。

二、中国玉王对第 30 章原文解文

用道来辅佐君主的人，不以武力逞强天下。用兵这事容易遭到报复。军队驻扎过的地方，荆棘丛生。大战之后，必有荒年。善用兵的人只求达成结果罢了，不敢借此逞强。达成结果而不自大，达成结果而不夸耀，达成结果而不骄傲，达成结果只是不得已，达成结果而不逞强。事物过于强壮就会走向衰老，这叫作不合于道，不合于道就会早早消亡。你用什么样的力对世界，世界就用什么样的力回应你。以力服人，力尽则反；以道服人，不用力而人自服。

三、中国玉王对第 30 章玉象通解

玉界常有“强兵”之人——仗着资金雄厚囤货炒价，仗着人脉广博打压同行，仗着信息优势收割散户。这等以力服人的玩法，看似一时风光，实则“其事好还”。那些靠炒作起家的玉商，最终往往被市场反噬；那些靠打

压上位的玩家，最终往往被圈子孤立。大军过后必有荒年，玉市亦然——暴涨之后必有暴跌，狂热之后必是一地鸡毛。那些年追着“羊脂”“籽料”概念猛炒的人，如今大多套牢其中。悟道者玩玉，不逞强、不压人、不贪胜。他只是按照玉道的规律行事，时机到了就出手，时机不到就收手。得手了不炫耀，吃亏了不抱怨。他深知“物壮则老”——一块玉被炒到天价的时候，正是它走下坡路的开始；一个人膨胀到极点的时候，正是他衰落的起点。不逞强，不膨胀，方能长久。

四、本章落地

操练：一、今天不逞强，做一件事不是因为“我能做”，而是因为“该做”。二、如果一件事做成了，不炫耀、不居功，只在心里说一句“刚好而已”。三、回想一个“壮则老”的例子——某个人、某件事，在最强的时候突然转了向，问问自己为什么。

本章核心悟道小结

以力服人者，力尽则反；以道辅人者，不用力而人自服。打仗会遭报应，驻军之地荆棘丛生，大战之后必有荒年。善战者，只求结果，不借此逞强。成了不骄、不夸、不傲，知道这是不得已而为之。物壮则老——硬撑到极致，就是衰败的开始。不合道的东西，活不长。你越用力，越容易被反噬。你越不争，越没人能跟你争。读懂本章，收敛逞强之心，果而不矜、胜而不骄，一生少反噬、多长久。

第 31 章 夫佳兵者，不祥之器

一、《道德经》第 31 章原典原文

夫佳兵者，不祥之器，物或恶之，故有道者不处。君子居则贵左，用兵则贵右。兵者不祥之器，非君子之器，不得已而用之，恬淡为上。胜而不美，而美之者，是乐杀人。夫乐杀人者，则不可以得志于天下矣。吉事尚左，凶事尚右。偏将军居左，上将军居右，言以丧礼处之。杀人之众，以哀泣之，战胜以丧礼处之。

二、中国玉王对第 31 章原文解文

精良的兵器，属于不祥之器，为万物所厌弃，故有道之人不加以推崇。君子平素贵左，用兵之时则贵右。兵器不是君子日常所用之物，唯有迫不得已方才使用，贵在心境恬淡。战胜亦不可引以为荣。以战胜为荣者，便是以杀人为乐；以杀人为乐，便不可能得志于天下。吉礼尚左，凶礼尚右。军中偏将军居左，上将军居右，正是以丧礼对待战争。杀伤众多，当心怀哀痛；纵使战胜，仍要以丧礼处置。

三、中国玉王对第 31 章玉象通解

玉道之中，亦有“佳兵”。有人以工巧为利器，精雕细琢到极致，刀刀炫技，刀刀见锋，一件玉器雕得密不透风，全是“手段”却不见“玉性”。这等“佳兵”之作，看似

精美，实则匠气太重，玉道中人反而不取。真正的玉器，刀法隐于玉质之中，让看玉的人先见玉、后见工，工是器，不是目的。玩玉亦如是。有人以资金为利器横扫市场、以信息为利器低买高卖。这等“用兵”之法，即便得胜，亦是“杀人众多”——伤的是同行、断的是人缘、毁的是口碑。靠利器取胜的人，终将被利器所伤。悟道者玩玉，不得已而出手，出手亦点到为止，不赶尽杀绝，不留人以怨。胜而不美，赢了就赢了，不张扬、不炫耀、不以此为荣。

四、本章落地

操练：一、不用“语言兵器”——不讽刺、不挖苦、不阴阳怪气。二、回想你用过“佳兵”的时刻——赢了面子，输了什么？

本章核心悟道小结

偏将军在左，上将军在右，这是说用兵要以丧礼对待。杀人众多，要以哀痛哭泣，战胜了要以丧礼处置。

你有力量，但不拿力量去压人；你赢了，但不拿赢去炫耀。真正的强大，是能赢而不赢；真正的胜利，是不需要打的那一场。读懂本章，收起“佳兵”，收起“赢的执念”，不慕杀伐、不耀胜果。能不用就不用，用了也不以之为美，一生少树敌、多安稳。

第 32 章 道常无名

一、《道德经》第 32 章原典原文

道常无名，朴虽小，天下莫能臣也。侯王若能守之，万物将自宾。天地相合，以降甘露，民莫之令而自均。始制有名，名亦既有，夫亦将知止。知止可以不殆。譬道之在天下，犹川谷之于江海。

二、中国玉王对第 32 章原文解文

道永恒长存，不立世俗名号，本体幽微，世间没有力量可以令它臣服。执政者若能持守大道，万民万物自会归顺，各安其所。天地循道而阴阳交感，是以降下甘露，无须人为施令，恩泽自会均匀分布。万物生息繁衍，于是衍生出名分礼制；名分既已确立，便当知适可而止，恪守本分边界，克制妄求妄动，才可远离危亡。道存于天下，就如同百川千谷，自然而然归向江海。

三、中国玉王对第 32 章玉象通解

玉的源头是无名的。一块璞玉未出土时，没有名字、没有产地标签、没有大师背书，但它就是玉。那些被贴上“羊脂”“籽料”“大师亲工”标签的玉，一旦标签被剥离，剩下的才是玉本身。悟道者看玉，不看标签，只看玉性。标签会变，玉性不变。一块玉好不好，上手一摸便知，不需要看证书上写了什么，不需要听别人说了什么。朴

虽小，天下莫能臣——玉的质朴，无需臣服于任何外在标准。侯王若能守道，万物自宾。玩玉亦然——守住“玉以温润为本”这个根本，不追名、不逐利、不跟风，好东西自然会流向你。不是你去追玉，是玉来追你。那些天天追着热点跑的人，往往买不到真正的好玉；那些安静守住自己判断标准的人，反而常常遇上心仪的物件。天地相合以降甘露，民莫之令而自均——行情有涨落，市场有冷热，但你守住本心，不急不躁，该来的都会来，不必强行干预，不必四处打听。始制有名，名亦既有，夫亦将知止。玉被命名之后，就有了“羊脂”“白玉”“青花”这些名号。名号有了，就容易被人利用——炒概念、抬身价、造稀缺。玩玉一旦陷入“追名”的陷阱，就离玉的本质越来越远。聪明人知道适可而止，不追名、不执名、更不贪名。知止不殆，贪名必危。那些被“名”套牢的人，往往是离玉最远的人。

四、本章落地

你叫什么，不重要；你是什么，才重要。标签可以换，名号可以改，但质地变不了。一块玉如此，一个人也如此。追名的人，被名所困；守质的人，无事一身轻。

本章核心悟道小结

知止不殆——知道什么时候该停下来，就不会翻车。读懂本章，不被名困，不因名累。

第 33 章 知人者智

一、《道德经》第 33 章原文原文

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。

二、中国玉王对第 33 章原文解文

能识别人的人叫有智慧，能认识自己的人叫通透。能战胜别人的人叫有力量，能战胜自己的人叫强大。知足的人才是真正的富有，坚持力行的人才是真正的有志。不失根本的人才能长久，身死而精神不亡的人才是真正的长寿。

三、中国玉王对第 33 章玉象通解

玩玉之人，多喜“知人”“胜人”。知人者，一眼能辨产地、断玉质、估市价，圈内人称“火眼金睛”，这是智，不是明。胜人者，在拍卖会上举牌压过对手，在圈子里藏品碾压同好，这是力，不是强。真正的难处，不在识玉，在识己——你追一块玉，是真心喜欢，还是想证明自己买得起？你藏一块玉，是真爱它的温润，还是想炫耀它的价格？能看清自己的人，才是真通透。自胜者强。玩玉最难对手从来不是别人，是自己的贪念、攀比心、占有欲。明知不该追高的，忍不住举牌了；明知已经够了，还想再收一块；明知该收手了，总觉得下一块更好。

能胜过这些念头的人，才是真正的强者。不失其所者久——不丢掉“为什么玩玉”的初心，才能玩得长久。死而不亡者寿——一块玉传了几代人，玉还在，人已逝，但那个“曾有人真心爱过它”的故事，比玉本身活得更久。

四、本章落地

你能看透别人，不算本事；你能看透自己，才算入门。你能赢别人，不算强大；你能赢自己，才算真强。你觉得自己穷，是因为你总看自己没有的；你觉得富，是你发现已经够了。

本章核心悟道小结

看懂别人，是聪明；看懂自己，才是通透。赢过别人，是力量；赢过自己，才是强大。知足就是富，坚持就是志。不丢根本才能长久，身死而影响还在才是真正的长寿。

人活一辈子，最难的不是赢别人，是别输给自己。你对别人了如指掌，却看不懂自己为什么焦虑——这是最大的盲点。

你赢过所有人，却赢不了自己心里的那个声音——这是最大的失败。读懂本章，少看别人，多看自己；少赢别人，多赢自己。

第 34 章 大道泛兮

一、《道德经》第 34 章原典原文

大道泛兮，其可左右。万物恃之而生而不辞，功成不名有。衣养万物而不为主，常无欲，可名于小；万物归焉而不为主，可名为大。以其终不自为大，故能成其大。

二、中国玉王对第 34 章原文解文

大道广泛，无所不到。万物依靠它生长，它从不推辞；功业成就了，它不占有名誉。它养育万物而不自以为主，永远没有私欲，可以说它很渺小；万物归附于它而它不以为主，可以说它很伟大。正因为它始终不自以为伟大，所以才能成就它的伟大。

三、中国玉王对第 34 章玉象通解

大道泛兮，其可左右。一块美玉，从不挑选佩戴它的人——帝王戴得，平民也戴得；富贵时戴得，落魄时也戴得。玉的温润不会因佩戴者的身份而增减，不会因市场的冷热而改变。它不推辞任何人，也不占有任何人。万物恃之而生而不辞——玉养人，从不问“你配不配”。功成不名有——一件好玉器，雕工藏得深，刀法隐于内，你看它只觉得“这块玉真好”，却想不起“这块玉是谁雕的”。真正的好雕工，是不让你看见“工”的。他成就了玉的美，

却不留下“我雕了它”的痕迹。衣养万物而不为主——玉佩戴久了，人养玉、玉养人，彼此滋养，不分主从。玉不宣称“我是你的主人”，人不宣称“我是玉的主人”。常无欲，可名于小——玉从不主动吸引你，它只是在那里。万物归焉而不为主，可名为大——但每个人都会在某一个瞬间被它吸引。以其终不自为大，故能成其大——正因为玉不觉得自己了不起，不标榜、不宣扬、不争不抢，它反而成了人人珍视的存在。

四、本章落地

操练：一、今天做一件“不居功”的事——做了，但不说“是我做的”。二、找一件你一直在“为主”的事——某段关系、某个项目、某个圈子——试着退到“为辅”的位置。

本章核心悟道小结

大道像水一样，无处不在。万物靠它生长，它不拒绝；功成了，它不居功。养育万物而不自认为是主人，没有私欲，可以说它很渺小；万物都归向它，它仍不自以为是主人，可以说它很伟大。它之所以能成其大，是因为它从不觉得自己大。最大的，往往不说自己大；最真的，往往不证明自己真。越是在意“大不大”，越显得“小”；越是不在意，反而成了真正的“大”。不占、不居、不主宰，反而成了根本。读懂本章，学道的大——不是争来的大，是让出来的大。

第 35 章 执大象，天下往

一、《道德经》第 35 章原典原文

执大象，天下往。往而不害，安平太。乐与饵，过客止。道之出口，淡乎其无味，视之不足见，听之不足闻，用之不足既。

二、中国玉王对第 35 章原文解文

持守大道，天下人都来归附。归附而不互相伤害，天下就安平泰和。音乐与美食，能让过客停下脚步。道说出口来，却淡得没有味道，看它看不见，听它听不到，用它却用不完。

三、中国玉王对第 35 章玉象通解

一块真正的好玉，不需要大声吆喝。它就在那里，温润、安静、不张扬，但真正懂的人自然会走向它。执大象，天下往——你守住玉道的根本，不追热点、不炒概念、不迎合市场，反而会有对的人来找你。那些满世界发广告、搞直播、编故事的玉商，吸引来的多是过客，买完就走，留不下情分；而那些安静做品质、不声不响的人，等来的却是一批又一批回头客。往而不害，安平太——彼此不坑、不骗、不互相消耗，整个圈子才能安和太平。乐与饵，过客止——热闹的营销、精美的包装、诱人的话术，能吸引过客停下脚步，但停下来的只是过

客，不是同路人。道之出口，淡乎其无味——真正的玉道，没有花哨的话术，没有激动人心的故事，平淡到让人觉得“不过如此”。但正是这种平淡，才是真东西。那些一开口就让人热血沸腾的，多半是饵；那些平淡到让你觉得“没什么特别的”，反而是道。视之不足见，听之不足闻，用之不足既——玉的温润，不是一眼能看完的，戴久了才知道它的好；道的味道，不是一口能尝尽的，活久了才明白它的深。好玉不叫卖，真道不喧嚣。

四、本章落地

好东西不需要吆喝。你见过太阳打广告吗？你见过大地写文案吗？但谁离得开它们？真正的吸引力，不是靠声音大，是靠在那里。

本章核心悟道小结

守住大道，天下都会来归附。来了也不互相伤害，天下就安平泰和了。音乐和美食，能让过客停下脚步，但过客终究只是过客。道呢？说出来没有味道，看也看不见，听也听不到，但用起来却用不完。乐与饵，留不住真心；平淡的道，才是根本。那些热闹的、刺激的、让人上头的，只是过客的诱饵；那些平淡的、朴素的、不起眼的，才是真正值得留下的东西。好玉不叫卖，真道不喧嚣。读懂本章，不被“乐与饵”带走，不追热闹，不恋诱饵，安住于平淡和真实。平淡才是真，安静才是久。那些看似“无味”的东西，才是你真正离不开的。

第 36 章 将欲歛之，必固张之

一、《道德经》第 36 章原典原文

将欲歛（xī，收敛）之，必固张之；将欲弱之，必固强之；将欲废之，必固兴之；将欲夺之，必固与之。是谓微明。柔弱胜刚强。鱼不可脱于渊，国之利器不可以示人。

二、中国玉王对第 36 章原文解文

事物行将收敛，必是已然张扬；行将衰弱，必是已然强盛；行将废败，必是已然兴盛；行将被取，必是已然盈予。这便是道显现的物极必反之理。大凡张扬强盛的刚强之物，发展到极点便会走向衰败；唯有守持柔弱，不抵达满盈的极点，方能长久保全，是以柔弱恒胜于刚强。鱼儿不可离开赖以安身的深渊，倘若游至浅滩张扬，便容易遭人捕捉。国家的利器底牌，亦不可对外张扬。

三、中国玉王对第 36 章玉象通解

玉市之中，常有人先放消息“这块料子要大涨”，等人跟风追高，他悄悄出货；先造势“某品种要绝矿”，等人囤积居奇，他高位套现。将欲歛之，必固张之——先让你看到“涨”，再让你承受“跌”。是谓微明——这是极隐蔽的操控手法，一般人看不穿。柔弱胜刚强——那些不追涨、不跟风、看似“软弱”的玩家，反而在热潮退去后

安然无恙。鱼不可脱于渊，国之利器不可以示人——你真正的优势、真正的底牌、真正的判断依据，永远不要亮出来。亮出来，就不再是利器。玉中最耐久的，从来不是最硬的，而是最韧的。刚硬的玉易崩，柔韧的玉可传千年。那些不追高、不跟风、看似“软弱”的玩家，反而在热潮退去后安然无恙。鱼不可脱于渊——玉的本质是温润，就像鱼的本质是水。一旦脱离了“渊”（根本），玉就变成了石头，人就变成了投机客。国之利器不可以示人——你真正的判断依据，永远不要亮出来。亮出来，就不再是利器。

四、本章落地

操练：一、找出一个你现在“强”到极致的东西——看看它是不是正在转向。二、不亮底牌——你的底牌、你的底线、你的判断依据，藏好。

本章核心悟道小结

人最得意的时候，往往是转折的开始；事最强的时候，往往是衰败的起点。那些看起来“软”的人，反而活得最久。

你的底牌，永远不要亮完。你的锋芒，永远不要露尽。读懂本章，不被表象迷惑，不以强为荣，不将底牌示人。你越“弱”，越没人能拿你怎么样。

第 37 章 道常无为而无不为

一、《道德经》第 37 章原典原文

道常无为而无不为。侯王若能守之，万物将自化。化而欲作，吾将镇之以无名之朴。无名之朴，夫亦将无欲。不欲以静，天下将自定。

二、中国玉王对第 37 章原文解文

道永远顺其自然，天下却没有什麼不是它所运化。执政者若能持守它，万物将会自行化生。化生之际如若滋生贪欲，就要以身示范道的原始本真，让万物看见朴素的本态，躁动的贪欲自然平息。当万物重新安守于本真，过度贪求便失去滋长的根基，贪欲便无从萌发。不起贪欲而归向宁静，天下就自然安定。

三、中国玉王对第 37 章玉象通解

道常无为而无不为——天地育玉，从未刻意雕琢，却造出了最温润的石头。大自然从不对一块玉说“你要变白”“你要去杂”“你要升值”，但玉自成其美。玩玉之人若能守住这个心法——不强行干预市场、不刻意炒作行情、不执念短期涨跌——万物将自化，好的缘分自然会来，好的价格自然会到。你不需要天天发朋友圈证明自己懂玉，不需要逢人就讲“我这块料子如何如何”，不需要四

处打听“最近什么料子要涨”。你只是安静地看、安静地养、安静地等，玉自然会找到你。化而欲作——玉价涨了，贪念就起来了；行情热了，追高的冲动就按不住了。看到别人赚钱，心里痒；看到别人有块好玉，眼红。这些念头不是错，但不管住就会坏事。老子给的方法不是强行压制，而是“镇之以无名之朴”——回到玩玉最初的那个念头：我是因为喜欢，还是因为想赚钱？安静下来，问自己一个问题：如果这块玉明天就跌到原价，我还想买吗？无名之朴，夫亦将无欲——当你回到那个简单的初衷，贪欲自然就淡了。不欲以静，天下将自定——当你放下贪念，市场对你而言就安静了，不再有追不上的涨、怕跌的焦虑。你安定了，你玩玉的世界就安定了。

四、本章落地

不要急着“做什么”，先让它自己发生。你以为你需要出手、需要干预、需要力挽狂澜——大部分时候，你只需要安静等着。

本章核心悟道小结

道是无为的，但它什么都能成。用道的本真来镇，欲望就没了。欲望没了，心就静了。无为，不是“什么也不做”，是“不妄做”。不是不做，是不在事情还没成型的时候就乱做。你不需要控制一切，你只需要守住根本，其他会自然发生。不妄动、不贪心、不强行干预，安静守住本心。读懂本章，不要急着做，不要贪着要，不要乱着动。以静制动，以朴御欲，天下自定，万物自成。

第 38 章 上德不德

一、《道德经》第 38 章原典原文

上德不德，是以有德；下德不失德，是以无德。上德无为而无以为；下德为之而有以为。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。

二、中国玉王对第 38 章原文解文

上德，是不刻意修德，反倒具足德性；下德，是刻意修德，反倒失去德性。上德顺道不妄为，心中毫无功利图谋；下德刻意施为，存有求德的私心。上仁自然爱人，无心谋求回报；上义分辨善恶，行事带有主观执念。上礼刻意讲求客套规矩，若无人诚心回应，便强行拉扯逼迫他人遵从。故而大道散失，才讲求德；德之心性衰减，才推崇仁；仁心淡薄，才树立义；义道失守，才制定礼。礼制，是人忠信匮乏的产物，也是一切纷争祸乱的开端。前识，仅凭臆测预先判断，所见只是大道虚浮外表，是人走向愚昧的开端。有道之人立身醇厚笃实，不流于轻薄浅俗；内心质朴本真，不追逐浮华表象。所以舍弃舍本逐末的前识、刻意造作的上礼、分辨是非的

上义、向外施予的上仁、存有私心的下德，回归无为无求的上德。

三、中国玉王对第 38 章玉象通解

玩玉境界分三层。最上乘之人随心养玉、淡然自得，从不标榜有德，默默养玉修身，玉润人心静。次一等之人刻意卖弄懂玉、彰显德行，事事证明自己有德，恰应“下德不失德，是以无德”，越是刻意彰显，越显本心匮乏，终日喊诚信者，往往最无诚信。最下等玉商满口仁义，空许保真承诺，一旦无法兑现便即刻翻脸。

四、本章落地

越是标榜什么，越是缺什么。心理学称“反应形成”——以相反行为掩饰真实欲望。真正有德的人不觉得自己有德。盘玉、读书、深耕手艺，都是“厚”；晒朋友圈、追热点，都是“华”。选择前者。

本章核心悟道小结

标榜有德、以礼绑人、以智炫己，皆是离道越远的显性表象；上德不德、处厚居实、去华存朴，才是合于大道的隐性本源。越不标榜自己“有德”，越接近真德。读懂本章，放下证明之心，回到敦厚朴实。

第 39 章 昔之得一者

一、《道德经》第 39 章原典原文

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，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，侯王无以贵高将恐蹶。

故贵以贱为本，高以下为基。是以侯王自谓孤、寡、不谷。此非以贱为本邪？非乎？故致数誉无誉。不欲琬琰如玉，珞珞如石。

二、中国玉王对第 39 章原文解文

自古凡守道得一者：天得一则清明，地得一则安宁，神得一则灵验，溪谷得一则充盈，万物得一则化生，侯王得一则天下归正。反之，天失清明终将崩裂，地失安宁必将塌陷，神失灵妙灵气枯竭，谷失充盈便会空竭，万物失生机则消亡，侯王失正道必致倾覆。

贵依托贱而立，高凭借下而成。古来侯王常自称为孤、寡、不谷，便是自处卑贱、以贱为本的道理。故而追逐浮华虚名，终会失去尊荣。不做鲜亮的美玉，甘做质朴寻常的顽石。

三、中国玉王对第 39 章玉象通解

“得一”即得道。玉亦如此，得“一”便是得玉之根本——温润。失此“一”，玉便沦为顽石，再白再细也仅是好看的石料，不养人、不安神。天失清则裂，玉失温润则失魂。世人追捧极致白、完美无瑕，却不知那些被过度提白抛光的美玉，上手干冷生涩，已然“裂”了。

四、本章落地

人失根本，便如天失清而碎。贵以贱为本，高以下为基，人设若无根基支撑，一触即溃。不做精致包装、完美人设，做坚实可靠、经得起时间打磨之人。实操：一、问自己：我的“一”是什么？何物不可丢弃？找到它、守住它。二、检查你的“基”与“本”——现有高度之下的支撑是否稳固？三、做“珞珞如石”之人，老实、结实、经得住风雨。

本章核心悟道小结

失一则裂、废、歇、竭、灭、蹶，皆是背离根本、自取崩坏的显性表象；得一则清、宁、灵、盈、生、贞，贵以贱为本、高以下为基，才是合于大道、长久安稳的隐性本源。不欲碌碌如玉，宁可珞珞如石——真正力量不在光鲜，在坚实。守得住“一”，一生不裂不废。

第 40 章 反者道之动

一、《道德经》第 40 章原典原文

反者道之动，弱者道之用。天下万物生于有，有生于无。

二、中国玉王对第 40 章原文解文

循环往复，是道的运行规律；柔和守弱，是道的功用体现。天下万物生于有，有生于无。

三、中国玉王对第 40 章玉象通解

反者道之动——道是圆的。花开极致便谢，月圆最满便缺，玉价涨至顶峰便跌。玩玉追涨杀跌者，多被“反”所伤；懂“反者道之动”者，在别人贪婪时恐惧，在别人恐惧时贪婪。

弱者道之用——道以“弱”的方式运作。狂风不终朝，暴雨不终日；玉最坚硬处最脆，玉最温润处最韧。刚硬易崩，柔韧长存。

天下万物生于有，有生于无——玉从石中来，但玉的“温润”从何而来？自“无”中生出。证书、产地、价格皆

为“有”，皆源于“无”——玉本来的样子，无任何标签时的样子。你盯着“有”追，永远追不上；你回到“无”中看，反而看得清。

四、本章落地

“反”（循环）、“弱”（柔韧）、“无”（根本），三字解人生困局：越追越远，因“反者道之动”；越用力越糟，因“弱者道之用”；抓得越紧失去越快，因“有生于无”。那些真正长久的人，都懂这三条：低谷不弃，高峰不贪；不强攻，只浸润；不计一城得失，守住看不见的根本。心理学“回归均值”正是“反者道之动”的现代版。

实操：一、追不到时，停下甚至退一步，你退时它可能在向你走来。二、用力无效时松下来，柔一点反而更有穿透力。三、每天留点时间什么都不做、什么都不追，那个“无”才是你所有“有”的源头。行情最热时问自己一句：它正在向什么方向“反”？

本章核心悟道小结

追逐外物、用力过猛、执着于有，皆是背离大道、自取其疲的显性表象；循环往复、以弱为用、知有守无，才是合于大道、生生不息的隐性本源。越追越远，越退越近；越强越脆，越弱越长。读懂本章，知反、知弱、知无。

第 41 章 上士闻道

一、《道德经》第 41 章原典原文

上士闻道，勤而行之；中士闻道，若存若亡；下士闻道，大笑之。不笑不足以为道。

故建言有之：明道若昧，进道若退，夷道若颡（lèi，坎坷）。上德若谷，大白若辱，广德若不足，建德若偷，质真若渝。大方无隅，大器晚成，大音希声，大象无形。道隐无名。

夫唯道，善贷且成。

二、中国玉王对第 41 章原文解文

上士闻道，勤奋践行；中士闻道，半信半疑；下士闻道，嘲笑道。不被下士嘲笑，不足以称为道。

古语说：光明的道好似暗昧，前进的道好似后退，平坦的道好似坎坷。上德好似低谷，高洁好似污浊，广德好似不足，厚德好似敷衍，质朴好似浑浊。至大的方正，反而看不见棱角，最大的器物最晚完成，最大的声音听不见，最大的形象看不见。道幽隐无名。

唯有道，善于给予且成就万物。

三、中国玉王对第 41 章玉象通解

上士闻道，勤而行之——真正与玉有缘者，闻“玉以温润为本”，即刻上手感受、日复一日盘养，不问价，只问安不安心。中士闻道，若存若亡——半信半疑，行情涨时信，行情跌时疑，终其一生摸不到玉的门槛。下士闻道，大笑之——把玉当股票炒者，闻“温润”便笑：“温润值几个钱？”不笑不足以为道——真正有价值之物，必被多数人嘲笑。明道若昧——真懂玉者，看起来什么都不懂，不谈产地证书，只是一块玉摸了又摸。

四、本章落地

二十年前玩玉者被笑“买石头”，十年前囤籽料者被笑“接盘侠”，如今笑的仍是同一群人，只是笑自己当初没买。“大器晚成”即“延迟满足”——愿为长远价值放弃眼前诱惑者，终获更丰厚回报。

本章核心悟道小结

嘲笑大道、半信半疑、急于求成，皆是背离大道、自限其成的显性表象；勤而行之、大器晚成、明道若昧，才是合于大道、终成大器的隐性本源。

越是被人嘲笑的，越可能是真的。读懂本章，不被笑动、不被疑乱，一生行于道、终于成。

第 42 章 道生一

一、《道德经》第 42 章原典原文

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、不谷，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。

二、中国玉王对第 42 章原文解文

道生一，一生二，二生三，三生万物。万物皆含阴阳二气，阴阳激荡交融，化为中和之气。世人都厌恶孤、寡、不谷这类自谦卑下的称呼，王侯却以此自称。天地事理，减损反而有所增益，刻意增益反而招致亏失。古人留下训诫，我也以此教化众人：偏执刚强者，难得善终。这是修身行道最根本的戒规。

三、中国玉王对第 42 章玉象通解

道生一，一生二，二生三，三生万物——玉的生成如此：混沌生透闪石本质（一），透闪石生玉肉与皮色、白与杂（二），二生质地、颜色、形状的交织（三），三生世间千万种玉。万物负阴而抱阳，冲气以为和——玉皆阴阳共生，白为阳、杂为阴，肉为阳、皮为阴。阴阳交合，方有温润。追求“极致白”“完美无瑕”，是在割裂

阴阳、破坏和合。真玉有皮有肉、有润有涩，它不需要完美，它需要“和”。人之所恶，唯孤、寡、不谷——人皆厌“孤”“寡”，王公却用以自称。唯有处下方能成上，居贱方能得贵。玩玉亦然，越觉自己“不懂”，越能学到东西；越认“眼光不够”，越能避开陷阱。玉多雕一刀，看似增了工，实则损了性；少雕一刀，看似减了工，实则益了本真。

四、本章落地

从一到二（阴阳），从二到三（和合），从三到万物。万物非“一”直生，是经阴阳交合、冲气为和才出现。现代人最大困境是“停留在分裂里”——只见白，不纳黑；只要润，不接涩，于是卡在二里，生不出三。实操：一、接纳自身的“阴”与“阳”，不让任何一方消灭，让它们“冲气以为和”。二、主动“损”一次，放弃一个机会或承认一次错误，看“损”后有何“益”来。三、不说“我不行”，也不说“我行”，只说“我试试”——让三出来。

本章核心悟道小结

逃避“孤寡”、只取不损、只进不退，皆是背离阴阳和合之道的显性表象；知损知益、负阴抱阳、冲气以为和，才是合于大道、化生万物的隐性本源。接纳低、接纳少、接纳损，方能生三、生万物。

第 43 章 天下之至柔

一、《道德经》第 43 章原典原文

天下之至柔，驰骋天下之至坚。无有入无间，吾是以知无为之有益。不言之教，无为之益，天下希及之。

二、中国玉王对第 43 章原文解文

天下最柔弱之物，可穿透世间最坚硬之物。天下最无形之物，可进入世间最密实之物，我由此懂得无形之益。不靠强辞说教、不靠有形获益，天下少有之人能够企及。

三、中国玉王对第 43 章玉象通解

天下之至柔，驰骋天下之至坚——水至柔，可穿石；风至柔，可蚀山。玉虽坚硬，但雕玉靠的不是硬度，是“柔”——顺着玉的纹理走，顺着玉性雕。金刚石能切玉，却雕不出温润；柔顺于玉性的刀法，才能让玉活过来。无有入无间——无形的“气”最有力。玉不发声，却能让人安静；道不开口，却能让人通透。那些静默陪伴、不施压的温柔，比千言万语更有穿透力。吾是以知无为之有益——无为不是不做，是不用强力去做、不用蛮力去推。玉能养人，不是因为玉做了什么，只是因为玉在那

里。不言之教——最好的教育，不是你说了多少“你要怎样”，而是你本身就是怎样。你读的书、你做的事、你面对困难的态度，比一万句话都管用。无为之益，天下希及之——无为的好处，天下少有人真懂、真信、真做。

四、本章落地

水刀切钢，靠的不是硬，是持续。心理治疗中，越是抗拒痛苦，痛苦越深；越是接纳，痛苦越退。以柔克刚，心理层面亦然。孩子写作业，父母不说话地陪伴，比一直在旁纠错更有帮助——前者是“无有入无间”，后者是把本无裂缝的关系硬砸出缝隙。实操：一、想“用力”说服某人时，停一停，试试“无为”——不说话、不解释、不证明，只做自己该做的。二、找一件一直“用力过猛”的事，停下一段时间的“作为”，只“在”那里，看事情是否会自行变化。三、每天给身边人一段“不言之教”的时间，不说话，只活出自己的样子。

本章核心悟道小结

以硬碰硬、以强攻强、以言压人，皆是费力不讨好、事倍功半的显性表象；以柔克刚、以无入有、以不言为教，才是合于大道、事半功倍的隐性本源。至柔驰骋至坚，不是硬拼，是顺应。读懂本章，放下强求之手，回到柔顺之心。

第 44 章 名与身孰亲

一、《道德经》第 44 章原典原文

名与身孰亲？身与货孰多？得与亡孰病？是故甚爱必大费，多藏必厚亡。知足不辱，知止不殆，可以长久。

二、中国玉王对第 44 章原文解文

名声与身体，哪一个更宝贵？身体与财物，哪一个更重要？得到与失去，哪一个更伤身？以上三问无法直接回答，只能说过度偏爱名声，身体必会承受巨大损耗；过多囤积财物，终将遭受惨重损失。懂得知足便不会受辱，懂得适可而止方能远离祸患，知足知止，才能身体长久。

三、中国玉王对第 44 章玉象通解

有人为“名家”之名，耗尽积蓄追高货；有人为“藏家”之誉，背负巨债囤珍品。名是身外物，身才是自己的。身与货孰多——玉再贵，是身外之物；人再穷，身还在就可重来。得与亡孰病——追到那块玉，你以为得了；搭进了积蓄、时间、心神，其实是亡了。那些为一块玉倾尽所有的人，最后往往连玉也守不住。甚爱必大费——对玉执念太深，代价必大。为一块玉错过家人、错过

健康、错过安宁，都是大费。多藏必厚亡——囤玉太多，必遭厚亡。玉商囤货炒价，行情一转向，全盘皆输；玩家囤而不养，玉在保险柜里积灰，人也离玉越来越远。知足不辱——知足者，不以玉价定高低，不以藏品论输赢，不被市场情绪羞辱。知止不殆——该收手时收手，该放手时放手，不被玉牵着走，方能长久。

四、本章落地

世人三大错：为名损身，为货舍身，为得忘失。心理学中“损失厌恶”与此相通：人害怕失去，反而因害怕失去而失去更多。知足不辱，知止不殆——知道“够了”的人，不被羞辱；知道“停了”的人，没有危险。实操：一、买玉前问自己：是我需要它，还是我需要“拥有它”的感觉？后者止。二、每年盘点一次，清理那些“只是放着”的东西，不囤不积。三、定一个“知止线”——到这条线就不再加码。

本章核心悟道小结

逐名舍身、贪货忘身、得而实亡、甚爱大费、多藏厚亡，皆是背离大道、自取困顿的显性表象；知足不辱、知止不殆、贵身轻物，才是合于大道、长久安顿的隐性本源。读懂本章，分清身外之物与立身之本，该舍则舍，该止则止。

第 45 章 大成若缺

一、《道德经》第 45 章原典原文

大成若缺，其用不弊。大盈若冲，其用不穷。大直若屈，大巧若拙，大辩若讷。躁胜寒，静胜热。清静为天下正。

二、中国玉王对第 45 章原文解文

合乎道的成果需要有欠缺，欠缺的作用是成果不被限死。合乎道的装满需要有空隙，空隙的作用是还能承载。合乎道的直需要有弯曲，合乎道的巧需要有笨拙，合乎道的辩需要有木讷。躁胜寒，静胜热，都是偏执一端、极尽无缺，都只能临时起效，无法长久，只有动静均衡的清静才是天下的正道。

三、中国玉王对第 45 章玉象通解

一块玉有裂，顺着裂雕，反成绝品；一个器型不周正，恰因那点不周正，才有了呼吸感。大盈若冲，其用不穷——最充盈的状态，看起来反而虚空。真正的好玉，不是把所有的“好”都堆上去的。留白的素牌比满工的摆件更耐看，不是因为“少”，是因为“虚”才有空间让人进入。大直若屈——最直的路径，看起来像弯的。玩玉和做人

一样，硬碰硬走不远的。顺着玉性雕，看似弯了，实则是直抵本质的路。大巧若拙——最巧的工艺，看起来像笨的。那些刀痕毕露、炫技满满的雕件，一眼看穿，不耐品；那些藏锋于内、不显山露水的素器，越看越有味道。

四、本章落地

本章全是反向逻辑：大成似缺，大盈似空，大直似弯，大巧似拙，大辩似讷。人总以为“成”要满、“盈”要实、“直”要硬、“巧”要显、“辩”要快，老子说——反过来。看起来不够满的，反而用不完；看起来太慢的，反而走得远。心理学中“不完美效应”与此相通：完美无缺的东西让人有距离感，带点缺憾反而更真实可信。实操：一、做事不追求“看起来完美”，留一点余地、留一点可改进的空间。二、说话不必滴水不漏，留一点“拙”反而更可信。三、每天留一段“清静”时间，不看屏幕、不说话、不思考问题，只是安静地待着。

本章核心悟道小结

求全求满、求直求巧、求辩求显，皆是背离大道、自限其用的显性表象；若缺若冲、若屈若拙、若讷清静，才是合于大道、用之不穷的隐性本源。你以为的“缺”，正是真正的“成”；你以为的“空”，正是真正的“盈”。读懂本章，不再怕缺、不再求满。

第 46 章 天下有道

一、《道德经》第 46 章原典原文

天下有道，却走马以粪。天下无道，戎马生于郊。祸莫大于不知足，咎莫大于欲得。故知足之足，常足矣。

二、中国玉王对第 46 章原文解文

天下有道，遣返战马以务农；天下无道，战马出生于野外。世间最大的祸患莫过于不知满足，最大的过失莫过于贪求无度。因此懂得知足而生出的富足，才是恒久不变的满足。

三、中国玉王对第 46 章玉象通解

玩玉有道时，人人按自己喜好选玉，不追、不炒、不囤，市场自然清静。天下无道，戎马生于郊——世道乱时，战马出生在荒郊野外，象征人心慌、行情乱、人人焦虑。玉市亦然，一旦人人都怕买不到、怕错过、怕比别人少，贪念就主导了一切。祸莫大于不知足——玩玉最大的祸患，不是买贵了，不是买错了，是永远觉得“还不够”。有了山料想要籽料，有了籽料想要羊脂，有了羊脂想要完美无瑕，永远有下一块。咎莫大于欲得——最大的过错，是贪得无厌，什么都想要。贪念一起，判断力就下降，该收手时不收手，该停时不停，最后高

价接盘、重仓套牢，皆是“欲得”之过。知足之足，常足矣——知道满足的那个“足”，才是永恒的富足。不是拥有的多，是需要的少。

四、本章落地

知足常足——这是整章的核心。知足不是“不要了”，是“够了”。一个人觉得“够了”，他就真的够了；一个人永远觉得“不够”，他就永远缺。心理学中的“适应水平理论”与此相通：人对物质的满足感会快速适应，得到之后阈值立刻提高，所以永远觉得“还不够”——这就是“祸莫大于不知足”的现代版本。实操：一、每得一件新玉，问自己：如果没有它，我还是我吗？如果答案是“还是我”，那就可以不买。二、整理已有的藏品，把每一件拿出来看看，回想当初为什么买它，找回“够了”的感觉。三、每月做一次“减法”，不是扔掉东西，是清理内心“还要更多”的念头。

本章核心悟道小结

不知足、欲得无厌、贪多求满，皆是祸患之源、自取困顿的显性表象；知足之足、适可而止、少欲清心，才是合于大道、恒常富足的隐性本源。知足不是拥有得多，是需要的少。读懂本章，不再被“还不够”追着跑，一生常足。

第 47 章 不出户

一、《道德经》第 47 章原典原文

不出户，知天下；不窥牖（yǒu，窗），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。

二、中国玉王对第 47 章原文解文

不出门户，反而能知天下之事；不望窗外，反而能见天道运行。走得越远，知道得越少。所以圣人不必远行就能知晓，不必眼见就能看见，不必作为就能做成。

三、中国玉王对第 47 章玉象通解

不出户，知天下——玩玉至此，不在市场里转、不在直播间蹲、不追着行情跑，反而能看清全局。那些天天泡在市场里的人，被价格波动牵着走，反而看不清真正的玉性。不窥牖，见天道——不打开窗户看外面，反而能见到天道。不是不看不听，是不被外在的信息淹没。看得太多，反而看不见；听人说得太太多，反而听不到自己的判断。其出弥远，其知弥少——跑得越远，知道得越少。那些追着热点跑、到处求证“这块值多少钱”的人，跑遍天下也找不到答案。安静下来，手上一块玉摸了又

摸，才知道什么是好东西。不行而知——不行走，却知道。不是靠脚力，是靠心静。不见而名——不亲眼见，却明白。不是靠眼见，是靠感应。不为而成——不刻意作为，却能成就。不是靠用力，是靠自然。

四、本章落地

现代人被信息淹没。手机、直播、消息、弹窗，每一条都在说“你应该看看这个”“你应该知道那个”。信息越多，判断越难；跑得越远，知道越少。老子说“其出弥远，其知弥少”——不是反对走路，是反对依赖“多”来替代“深”。心理学中的“信息过载”与此相通：当信息超过大脑处理能力时，决策质量不升反降。最远的路径，往往是从外走到内。实操：一、每周一天不看玉市行情、不刷直播间、不向任何人请教，只静心盘手里的玉。二、遇到问题，先向内问自己，而不是向外问别人。三、减少信息来源，留下一个真正可靠的，其他全部关掉。

本章核心悟道小结

远求多闻、贪看妄听、向外驰逐，皆是离道越远、知见越浅的显性表象；不行而知、不见而名、不为而成，才是合于大道、静观自得的隐性本源。

走得越远，知道越少；静得下来，万事自明。读懂本章，不再向外追赶，回到静观。

第 48 章 为学日益

一、《道德经》第 48 章原典原文

为学日益，为道日损。损之又损，以至于无为。无为而无不为。取天下常以无事，及其有事，不足以取天下。

二、中国玉王对第 48 章原文解文

求学，知识一天天增多；求道，欲念一天天减少。欲念减少又减少，直到达到没有欲念的无为状态。无为反而没有什么是做不到的。治理天下常以不扰民为要，一旦扰民，就不足以治理天下了。

三、中国玉王对第 48 章玉象通解

为学日益——初玩玉时，需要学产地、辨皮色、看证书、记价格，知识越积越多。这是必要的，但不能停在这里。为道日损——真正深入之后，要开始“减”——去掉那些知识带来的偏见和执念。不再纠结“是不是籽料”“够不够白”“证书上写什么”，只问一句：温润吗？安心吗？损之又损，以至于无为——减到最后，连“我在玩玉”这个念头都没有了，不再为了证明什么而玩，不再为了收藏而藏，只是自然而然。无为而无不为——当你不

再执念于“一定要买到什么”，反而能遇到最适合你的玉；当你不再执念于“一定要盘出什么效果”，玉反而越养越润。

四、本章落地

为学日益，为道日损——八个字，说透了从“懂”到“通”的路。大部分人停在“日益”里：证书越来越多、知识越来越多、收藏越来越多，但离玉越来越远。少部分人走进“日损”：越玩越简单，越玩越少，越玩越不执着。心理学中的“奥卡姆剃刀”与此相通：如无必要，勿增实体——多余的，去掉。玩玉如修行，不是往里加东西，是往外减东西。实操：一、每月清掉一件“多余”的东西——不只是实物，也可以是执念、偏见、非买不可的冲动。二、下次买玉前，先问自己：如果不让我告诉任何人我有这块玉，我还想买吗？不想，就不买。三、每年重新审视自己的收藏，不是看多了什么，是看还剩什么。

本章核心悟道小结

学日益而道日损、为学日增而为道日减，皆是加法与减法两条路的分野；损之又损、以至于无为、无为而无不为，才是合于大道、无所不能的隐性本源。真正的进步，不是拥有更多，是舍弃之后剩下的那点。读懂本章，开始做减法。

第 49 章 圣人无常心

一、《道德经》第 49 章原典原文

圣人无常心，以百姓心为心。善者吾善之，不善者吾亦善之，德善。信者吾信之，不信者吾亦信之，德信。圣人在天下，歛歛（xǐ，收敛）为天下浑其心。百姓皆注其耳目，圣人皆孩之。

二、中国玉王对第 49 章原文解文

圣人没有固定的心念，以百姓的心为自己的心。善良的人我善待他，不善良的人我也善待他，我的善谓之德善。诚信的人我信任他，不诚信的人我也信任他，我的信谓之德信。圣人治理天下，收敛自己的意志，使天下人心归向浑朴。百姓全都执着于耳目见闻，圣人则怀婴儿般淳朴无执之心包容万民，引导众人回归浑厚质朴的本心。

三、中国玉王对第 49 章玉象通解

圣人无常心，以百姓心为心——真正懂玉的人，没有“我必须买什么”“我必须怎么玩”的固定念头。他的喜好不是固定的、僵硬的，而是随着每块玉的本性而变化。善者吾善之，不善者吾亦善之——遇到好玉，善待它；

遇到有瑕疵的玉，也善待它。不是因为它“值不值得”，是因为玉本身值得被善待。这样，善才不会挑剔、不会分别。信者吾信之，不信者吾亦信之——遇到可信的玉商，信他；遇到不可信的玉商，也以真诚待之。

四、本章落地

圣人无常心——没有固定的“我要怎样”。这是玩玉的最高境界：不被自己的执念框住。善与不善，皆善之；信与不信，皆信之。这不是傻，是选择自己成为一个什么样的人——选择成为一个无论遇到什么都能保持善意和真诚的人。心理学中的“无条件积极关注”与此相通：不因对方的表现而改变自己的态度。实操：一、本月尝试买一块“不符合你风格”的玉，打破“我只喜欢什么”的执念。二、面对一个不诚信的玉商，不发怒、不谴责，只是平静地离开，不让自己被对方的“不信”带偏。三、看玉时，关掉“值不值”的判断，只问“美不美”。

本章核心悟道小结

固执己心、以善对善、以信对信、分别取舍，皆是背离大道、自限格局的显性表象；无常心、善不善皆善、信不信皆信、浑其心、孩之，才是合于大道、包容万物的隐性本源。圣人不挑人，不挑玉，不挑境——他只是善，只是信，只是真。读懂本章，不再被自己的执念框住。

第 50 章 出生入死

一、《道德经》第 50 章原典原文

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（sì，犀牛）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。

二、中国玉王对第 50 章原文解文

本章论述生死之道。顺应自然、得以长寿善终的人，占十分之三；先天孱弱或遭遇意外而早早夭折的人，占十分之三；原本可以安享长寿，却因肆意妄为、行事过度，最终一步步走向险境死地的人，同样占十分之三。为何妄为会招致杀身伤身之祸？只因世人要么过分刻意地滋养身体、贪恋安逸厚养自身，要么执着名利、为生计欲望过度操劳透支。

还有十分之一，是真正懂得养护生命的人。他们行走山野，会避开犀牛猛虎的栖息领地；置身军旅，绝不处在兵刃交锋的杀伤范围之内。犀牛无处戳刺尖角，猛虎无处挥动利爪，兵器无处施展利刃。为什么犀牛、猛虎和兵器都伤害不到善于养护生命之人？因为他们从不将自身置于夺命险境。

三、中国玉王对第 50 章玉象通解

出生入死——玩玉人也有“生死”：生路，是按自己的节奏慢慢玩、慢慢养；死路，是被行情牵着走、被贪念推着跑。真正善于玩玉的人，不会被市场伤害。行情涨跌伤不到他，因为他不过度投入；假货骗局伤不到他，因为他从不贪便宜；别人套牢时他安然无恙，因为他懂得“无死地”。

四、本章落地

理财上当的人，往往是因为太想赚钱；感情受伤的人，往往是因为太想抓住；玩玉踩坑的人，往往是因为太想捡漏。实操：一、不贪最后一分钱——卖出时留一点余地，买入时留一点空间。二、不做“最后一块”——玩玉不追“最后一块极品”，不赌“最后一次捡漏”。三、定期检查自己的“死地”——哪些地方最容易让你亏钱、受伤、失控？远离它们。

本章核心悟道小结

求生太厚、贪心过重、自陷死地，皆是背离大道、自取灭亡的显性表象；善摄生者、不置死地、知止知足，才是合于大道、保全自身的隐性本源。

越急于求生，越容易赴死；越不设死地，越不会死。读懂本章，放下求生之厚，避开死地之境。

第 51 章 道生之

一、《道德经》第 51 章原典原文

道生之，德畜（xù，养育）之，物形之，势成之。是以万物莫不尊道而贵德。道之尊，德之贵，夫莫之命而常自然。故道生之，德畜之，长之育之，亭之毒之，养之覆之。生而不有，为而不恃，长而不宰，是谓玄德。

二、中国玉王对第 51 章原文解文

道生出万物，德养育万物，万物各自禀赋形体，依托时势环境最终自然而成。所以万物没有不尊崇道而珍贵德的。道之所以受尊崇，德之所以受珍贵，是因为它们不发布命令却常顺自然。所以道生出万物，德养育万物，使它们生长、发育、成熟、结果，保护它们、庇佑它们。生出万物却不占有，成就万物却不居功，长养万物却不主宰，这就是我们应当效法的终极德行。

三、中国玉王对第 51 章玉象通解

道生之——玉从道中来。没有道，就没有玉的“温润之理”。德畜之——德是道的具体显现，是玉的温润在每一块玉身上的落实。物形之——道和德通过具体的“物”来呈现。每一块玉都有它自己的形状、颜色、质地，这是道的显化。势成之——玉的生成需要千万年的地质运

动、温度压力、山川变迁，这是“势”——环境的力量。生而不有——道生出玉，却不占有它。玉不属于任何人，它属于天地。玩玉之人若悟此理，便不会“占有”玉，只是“暂时保管”。为而不恃——道成就了玉，却从不居功。玉的温润不是谁的功劳，它就是那样。长而不宰——道长养万物却不主宰它。玉自己长，自己润，自己成器，道不插手、不干预，只是看着它。是谓玄德——不占有、不居功、不主宰，这就是最深远的德。

四、本章落地

心理学中的“依恋理论”与此相通：安全型依恋是“你在我身边，但我依然是我”，和“生而不有”是同一种状态——拥有而不占有，亲近而不控制。实操：一、选一块随身玉，戴满一年，期间不评、不与人比。二、做一件好事，不让第二个人知道。三、每天给自己十分钟“不主宰”的时间——不安排任何事情，只是待着。

本章核心悟道小结

强占拥有、居功自傲、主宰掌控，皆是背离大道、自限格局的显性表象；生而不有、为而不恃、长而不宰，才是合于玄德、与道同行的隐性本源。真正的德，是不占有、不居功、不主宰。读懂本章，放下占有之手，松开主宰之念。

第 52 章 天下有始

一、《道德经》第 52 章原典原文

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（duì，孔窍），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。

二、中国玉王对第 52 章原文解文

之所以有天下，是本源这个道产生的。既知本源这个道，就知道了天下的来源；既知天下的来源，就要遵守本源这个道，就能一辈子都不会陷入险境。收住感官、隔绝欲望，一生身心不劳苦内耗；放开感官、追逐外物，一辈子深陷烦恼痛苦，无可解救。能察觉事物细微苗头，才算真正通透清醒；能守住柔软谦卑，才是真正强大。用能察觉事物细微苗头的的能力，反观自己使其通透清醒，就不会招致身心祸患，这就需要恒久持守。

三、中国玉王对第 52 章玉象通解

天下有始，以为天下母——玉道也有“始”。这个始，就是“温润”。温润是玉的母亲，一切玉的品质都从它来。

既得其母，以知其子——你知道了“温润”这个根本，就能看懂每一块具体玉的好坏。知道了玉的好坏，还要再回去守住“温润”这个根本。塞其兑，闭其门，终身不勤——玩玉最怕“开其兑”——眼睛到处看、耳朵到处听、心到处跟风。今天追羊脂，明天追籽料，后天追大师工——欲望的门一打开，终身都忙不过来。把多余的感官刺激堵上，安安静静玩自己的玉，反而轻松。见小曰明——能从细微之处察觉到玉的变化，才是真正的“明”。守柔曰强——能守住温润、柔和，比追求硬度、白度更有力。

四、本章落地

心理学中的“感官过载”与此相通：信息越多，判断越差。实操：一、本月只玩一块玉，不看任何其他玉的信息，感受“关门”带来的专注。二、每天有一次“塞兑”时刻——关闭所有通知，只是安静地待着。三、选一件日常之物，每天观察它的细微变化，练习“见小”。

本章核心悟道小结

忘本逐末、贪多求新、开兑济事，皆是背离大道、自取困顿的显性表象；知母守子、塞兑闭门、见小守柔，才是合于大道、终身无患的隐性本源。知道了源头，就回头守住它。读懂本章，回到根本，不追不逐。

第 53 章 使我介然有知

一、《道德经》第 53 章原典原文

使我介然有知，行于大道，唯施（yí，通迤，斜）是畏。大道甚夷，而民好径。朝甚除，田甚芜，仓甚虚，服文彩，带利剑，厌（通餍，享受）饮食，财货有余，是谓盗夸。非道也哉！

二、中国玉王对第 53 章原文解文

即便我笃定知道该走大道，但我也要时刻警惕不要偏离大道，因为大道虽然非常平坦，但人心都偏偏喜欢小路。偏离大道的人把房舍建的很奢华，偏离大道的人把农田荒芜了很多，偏离大道的人的粮仓很空荡；偏离大道的人穿华服、偏离大道的人佩利剑、偏离大道的人吃美食、偏离大道的人囤财货。以上是盗和炫，不是道啊！

三、中国玉王对第 53 章玉象通解

玩玉的正道其实很平坦：上手、感受、判断、选择。就这么简单。但大多数人偏偏喜欢走“小路”——打听“内幕消息”，研究“捡漏攻略”，追“潜力股”。朝甚除，田甚芜，仓甚虚——玩玉的人里也有这种现象：自己的主业

荒废了，积蓄耗尽了，却还在追。朝甚除——心思都在玉上，本职工作一塌糊涂；田甚芜——该做的事不做了；仓甚虚——钱包空了，货堆满了。服文彩，带利剑，厌饮食，财货有余——穿得好、戴得好、吃得好、囤得多，表面上像个“成功藏家”，其实是把所有的力气都用在“像藏家”上面了。是谓盗夸，非道也哉——这种人表面风光，其实是在盗窃自己的时间、精力、人生。这不是道，是偷。

四、本章落地

当你把所有精力都放在追玉上，你的本业荒了、你的积蓄空了、你的生活乱了。实操：一、本月不做任何“研究”——不看行情、不查资料、不请教专家，只凭自己的感受选一件东西。二、检查自己的“朝”——你的主业还在不在？你的根基还在不在？三、如果必须放弃一个，你会放弃哪个？这是检验“是否走偏”的最好方法。

本章核心悟道小结

好径走偏、荒业耗财、外表光鲜内里空虚，皆是背离大道、自取困顿的显性表象；行于大道、唯施是畏、守本务实，才是合于大道、长久安稳的隐性本源。路明明很平，人偏不走。读懂本章，回归正道，不被捷径诱。

第 54 章 善建者不拔

一、《道德经》第 54 章原典原文

善建者不拔，善抱者不脱，子孙以祭祀不辍。修之于身，其德乃真；修之于家，其德乃余；修之于乡，其德乃长；修之于国，其德乃丰；修之于天下，其德乃普。故以身观身，以家观家，以乡观乡，以国观国，以天下观天下。吾何以知天下然哉？以此。

二、中国玉王对第 54 章原文解文

善于立道者，根基不会动摇，善于守道者，本心不会丢失，能这般立住大道、守住德行，家族家风就能一代一代传下去，不会断。把道修在自己身上，自己心里才有真品德；把道修在家庭里，好德行就能满家传开；把道修在乡里，好德行就能传遍整个家乡；把道修在一国之中，好德行就能传遍整个国家；把道修在普天之下，好德行就能传遍天下所有人。所以拿自己修好德行的样子，去看旁人做人；拿自家修出的好家风，去看别的家庭；拿咱们乡里的好风气，去看别的乡里；拿一国修来的善政，去看别的国家；拿普惠天下的大道，去看世间万事。我凭啥能看清天下万事的本来面目呢？靠的就是这个道理：先修好自身德行，由近及远推行正道，拿自己修出来的本心当尺子，去看待世间所有人和事。

三、中国玉王对第 54 章玉象通解

修之于身，其德乃真 —— 好好修养自身心性，你品玉、懂玉的感受才是最真实的。不用旁人教你分辨好坏玉石，自己心里清清楚楚。不必拿外人的评判标准去看待自己收藏的玉，只用自己内心真切的感受，评判属于自己的玉。

四、本章落地

实操：一、写下你对“好玉”的五个标准，不看任何资料，只凭自己的感受写。这就是你的“建”。二、未来三个月，不修改这五个标准，行情变不变、别人怎么说，都不动摇。三、以己观己——这个月不评价任何别人的玉，只评价自己手里的玉。

本章核心悟道小结

建而不固、抱而易脱、修而不真，皆是根基不稳、难以持久的显性表象；善建不拔、善抱不脱、由己及人，才是合于大道、世代相传的隐性本源。

自己立得住，才能影响别人。读懂本章，从自己开始，从根基开始。

第 55 章 含德之厚

一、《道德经》第 55 章原典原文

含德之厚，比于赤子。毒虫不蜇（zhē，叮咬），猛兽不据（jù，抓取），攫（jué，猛禽）鸟不搏。骨弱筋柔而握固。未知牝牡之合而媵（zuī，男性生殖器）作，精之至也。终日号而不嘎（shà，声音嘶哑），和之至也。知和曰常，知常曰明，益生曰祥，心使气曰强。物壮则老，是谓不道，不道早已。

二、中国玉王对第 55 章原文解文

含德深厚的人，好比初生的婴儿：毒虫不叮，猛兽不抓，猛禽不扑。婴儿筋骨柔弱却握力牢固，小男婴不知男女交合之事，生殖器却能勃起，这是精气充足的缘故。整天啼哭而声音不哑，这是和气充足的缘故。懂得身心调和，才是生命恒常的正道；看懂这份恒常，才算通透明理。刻意强求长寿、过度滋补求生，会招来灾殃；任由私心欲望驱使血气，便是强行逞刚。万物过于强盛满盈就会走向衰老，这叫作不合大道，凡是不合大道的，都会早早消亡。

三、中国玉王对第 55 章玉象通解

玩玉之人若能修到“赤子”之心——没有偏见、没有执念——玉也会以同样的柔和回应你。玩玉之人若懂得

“守柔”，便不会在行情波动时硬撑、不会在谈判时硬怼，柔中自有定力。玩玉之人若能全身心投入每一块玉——不一边盘玉一边想“值多少钱”、不一边看玉一边想“能不能出手”——他的“气”就通，就不会累。

四、本章落地

玩玉若能做到“赤子”——不因市场波动而焦虑，不因别人评价而动摇，不因拥有多少而骄傲——便近道了。知和曰常——现代人最大的问题是“不和”：身体不和、情绪不和、关系和、人与玉不和。不和就累，累了就不长久。物壮则老——这也是对“不知和”者的警告：你把自己逼到极致，就是把自己逼向衰败。实操：一、选一块玉，连续七天只盘它、不看它，用触觉代替视觉——回到婴儿用感官的方式。二、下一次想“用力”买玉时，停一下，问自己：我是在“求”，还是在“等”？求是壮，等是和。三、每天睡前看一遍自己的藏品，不是看值多少钱，是看哪一块让你心动。只留心动的，不留“壮”的。

本章核心悟道小结

精足气和、柔而不弱、知和知常，是合于大道、长久不衰的隐性本源；物壮则老、强求速成、心使气强，是背离大道、早已自毁的显性表象。回到婴儿状态，不惧不贪、气和精足。读懂本章，养和养柔，不壮不老。

第 56 章 知者不言

一、《道德经》第 56 章原典原文

知者不言，言者不知。塞其兑，闭其门，挫其锐，解其纷，和其光，同其尘，是谓玄同。故不可得而亲，不可得而疏；不可得而利，不可得而害；不可得而贵，不可得而贱。故为天下贵。

二、中国玉王对第 56 章原文解文

真正知道道的人不说，说的人不知道。不说，是因为知道道太深了，没法说；说，是因为不知道道有多深，以为说说就能说明白。那怎么知道道很深呢？就仿佛闭上眼睛、捂住耳朵、堵塞鼻子、闭上嘴巴、缩回双手，不争辩，不执念，不显摆，不特别。做到这些，就进入了“玄同”——跟道融为一体，跟什么都不对立。到了这个境界，别人没法跟你套近乎做朋友，也没法跟你拉远距离做敌人；没法从你身上得到好处，也没法在你这里吃亏；没法在你面前显得高贵，也没法在你面前感到低贱。所以“玄同”是天下最宝贵的：该决策的时候，心不被干扰信息带偏；该说的时候，不争辩、不炫耀、不证明自己；该工作的时候，不为了抢、不为了占、不为了赢过谁；该听的时候，听得比谁都清楚；该谈钱的时候，谈得比谁都坦然，因为不怕吃亏也不占便宜。

三、中国玉王对第 56 章玉象通解

那些口若悬河、滔滔不绝讲玉的人，反而不太懂。玉圈太吵，每天都有新说法、新热点、新品种。关上门，安静盘自己的玉。不是每块玉都要比出好坏，解开被价格、证书、产地、名家搅乱的纷扰，看玉就是看玉，不看标签。

四、本章落地

那些到处说“我懂”的人，往往最不懂。这是人生的最高境界：不被市场波动影响，不被他人评价左右，不被价格标签定义。实操：一、本周不在任何群里讨论玉、不向任何人请教玉、不查任何资料，只凭自己的感受判断。二、下次有人问你“这块玉好不好”，只回三个字“还行吧”。把“滔滔不绝”换成“知者不言”。三、把你最喜欢的那块玉放在桌上看三天，不看它的价格、不看它的产地，只看它本身。

本章核心悟道小结

多言示知、分别亲疏、计较高低、趋利避害，皆是困于对立、自陷局中的显性表象；塞兑闭门、挫锐解纷、和光同尘、玄同一体，才是合于大道、不可得而亲疏利害贵贱的隐性本源。真正珍贵的人，不是比人高，是无人可及也无人可比。读懂本章，言说有度，进入玄同。

第 57 章 以正治国

一、《道德经》第 57 章原典原文

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；民多利器，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。

二、中国玉王对第 57 章原文解文

治国，要用正道；用兵，要用奇谋。治国用兵的核心是无声无息即“以无事取天下”。

我凭什么知道要“以无事取天下”？凭四个方面：

1. 明令越多，百姓谋生受限越多，日子就越贫苦。
2. 百姓日子越贫苦，用于纷争的锋利器具越多，国家越混乱。
3. 为了纷争，百姓发明创造了各种稀奇古怪的锋利器具。
4. 为了平息纷争，法令更加严苛，盗贼反而越来越多。因此领袖说过：我不随意妄加干预，百姓自然安分守礼；我自身内心清静不躁动，百姓自然品行端正；我不频繁下发政令、不苛扰民众，百姓自然安居乐业、衣食富足；我克制自身贪欲、不搜刮盘剥，民间风气自然敦厚质朴、不争不抢。

三、中国玉王对第 57 章玉象通解

玩玉也有“正”“奇”“无事”三策。正，是守住玉道根本：温润、厚道、不欺不诈。奇，是面对市场上那些投机炒作的“奇兵”——别人造势，你不动；别人囤货，你出清；别人跟风，你观望。无事，是最高境界：你不用做什么，市场自然会找到你，好玉自然会流向你。

四、本章落地

老子四句话：无为、好静、无事、无欲。心理学的“自组织”理论与此相通：一个系统越少被外部强制干预，内部秩序越容易自发形成。实操：一、本月不参与任何“规矩”的制定——不建群规、不立标准、不评判他人。二、删掉三个“利器”——不常用的鉴定 APP、关注过多的玉商公众号、收藏夹里的“捡漏攻略”。三、本周多听少说，多听玉说话，少听别人说话。

本章核心悟道小结

多忌讳、多利器、多伎巧、多法令，皆是扰动人心、滋生乱象的显性表象；无为、好静、无事、无欲，才是合于大道、自化自正自富自朴的隐性本源。管得越少，活得越好；折腾越少，得到越多。读懂本章，以无事之心玩玉，以无欲之念处世。

第 58 章 其政闷闷

一、《道德经》第 58 章原典原文

其政闷闷，其民淳淳；其政察察，其民缺缺。祸兮福之所倚，福兮祸之所伏。孰知其极？其无正。正复为奇，善复为妖。人之迷，其日固久。是以圣人方而不割，廉而不刿（guì，刺伤），直而不肆，光而不耀。

二、中国玉王对第 58 章原文解文

管理宽厚，人员淳朴；管理严苛，人员狡诈。说狡诈是祸，但它在福的旁边；说淳朴是福，但它在祸的里边。该宽厚，还是该严苛？无正确的标准。正道会变成邪道，善良会变成邪恶。人们迷惑于“到底该宽厚，还是该严苛？到底是福，还是祸？到底是正道，还是邪道？到底是善良，还是邪恶？”这个问题已经很久了。

领袖给出的答案是这样的：一、你有原则，但不要拿原则去伤害别人；你的标准是你的，不是用来审判别人的尺子。二、你有锋芒，但不拿锋芒去扎人；你可以有立场，但不要用自己的立场压人。三、你说话直，但不能直得没分寸；话到嘴边留三分，给彼此留余地。四、你优秀、你有见识，但不拿这份优秀去贬低他人；你的光是用来照自己的，不是用来晃别人眼睛的。

三、中国玉王对第 58 章玉象通解

玉价暴跌时，正是真正的玩家入场的时候。玉价暴涨时，灾祸就藏在里面。你以为是“好”的标准，换个角度看可能已经成了“不好”。玩玉的标准一直在变，今天追捧的，明天可能就过时了。

四、本章落地

祸福相依——这是老子最被人记住的话。乐极生悲，否极泰来。这不是玄学，是规律。实话该说，但别把实话当武器。你有光芒，但别亮得刺眼。

实操：一、本周找一件“祸兮福倚”的经历——一次失败、一次亏损、一次错过，看看它带来了什么好处。二、如果过去你对某人某事“方而不割”做得不好，去调整一下。三、下次行情暴跌时，不慌，先看三分钟，问问自己：祸里的“福”在哪里？

本章核心悟道小结

政令严苛、标准僵化、祸福不分、正奇不变，皆是背离大道、自乱阵脚的显性表象；政宽民淳、祸福相依、方而不割、光而不耀，才是合于大道、知变通权的隐性本源。方正而不伤人，明亮而不刺眼。读懂本章，知祸福相依，守方正之道。

第 59 章 治人事天

一、《道德经》第 59 章原典原文

治人事天，莫若嗇（sè，爱惜）。夫唯嗇，是谓早服。早服谓之重（chóng，持续）积德，重积德则无不克，无不克则莫知其极，莫知其极，可以有国。有国之母，可以长久。是谓深根固柢（dǐ，树根），长生久视之道。

二、中国玉王对第 59 章原文解文

做事，没有比“爱惜”更重要的了。只有爱惜，才能算“一开始就顺天道”。“一开始就顺天道”被称为延续不断地修身。延续不断地修身就没有什么不能攻克的。没有什么不能攻克，就不知道极限在哪里。不知道极限在哪里，就有资格承担大事，凭借这个根本就可以长久做事。深埋爱惜之根，筑牢修身之干，只有这样才能久立于世。

三、中国玉王对第 59 章玉象通解

玩玉之人最要紧的，不是“买得多”，是“嗇”——爱惜自己的精力、爱惜自己的眼光。不随便出手，不随意跟风，不浪费能量在无谓的追逐上。不瞎买的人，遇到真

正的好东西时手里有钱；不乱玩的人，遇到真正的好玉时眼里有光。

四、本章落地

不浪费精力在无谓的争抢上，不浪费钱在不是真心喜欢的玉上，不浪费时间在跟风追热点上。啬的人，手里不空；不啬的人，囤了一堆，关键时刻全是废铁。早服——早早做好准备，不是临时抱佛脚。深根固柢——根深了，才能长久。玩玉不是冲刺，是马拉松。跑得快的人不一定到得了终点，根扎得深的人一定能走到最后。

五、本章案例：天地造人，本源立啬，是大道之大早服

《道德经》第 31 章：吉事尚左，凶事尚右。人面南而立，左对应东方朝阳，主生发、缘起、和合生机；右对应西方落日，主肃杀、割裂、损耗消亡。

天地初造男子，以尘土塑身，骨肉完备却孤苦无依。造物者不取代表杀伐破损的右肋，独取男子近心口的左侧肋骨造女子，以左之生和气，定男女一体同源的根基，“骨中之骨，肉中之肉”，人本一体两分，唯有彼此相融，方能复归圆满。此为造人之初第一层预埋的大道。

天地深知：若二人轻易相守，无磨砺、无缺憾，人必恃情放纵，肆意消耗彼此温情，背离“啬”收敛惜

守的本心。是以大道设局，将二人分隔于万古冰封荒原，令彼此离散。

二人历尽九九八十一难，冰渊、暴雪、孤寂、生死劫难接踵而至，九死一生，方才在雪原之巅重逢。重重磨难洗去人心轻慢，让二人懂得缘分来之不易，天然生出珍重之心，此为造人之初第二层教化。

久别相逢，万般相思难抑。女子跋涉千里身疲力竭，长久安坐万年寒冰，彻骨寒意凝入臀股血脉；男子见爱人受尽苦寒，满心疼惜，长久双膝跪卧冰面贴身相伴，以自身暖意护持女子，霜寒浸透膝骨。这份寒凉并非后天临时留下的伤痕，而是天地在生命本源之初，烙印在人类血脉里的先天缺憾。自男女婴孩降生伊始，这份体征便与生俱来：女子臀股常凉，本能渴求暖意；男子双膝畏寒，天生深知寒凉苦楚。

天地不曾著书立说、不靠后天言语说教去教导世人相爱相惜，而是在造人、婴儿初生的“早”时，直接将互补相怜的根性刻入肉身。女子有寒，需人体恤；男子知寒，能生怜悯。二人各有残缺，天然需要彼此取暖、收敛私欲，不肆意透支对方包容——这便是天地在万物起源之时，完整践行“嗇”的早服。

若人执着向外追逐，听信世俗纷杂言语、攀比计较情爱得失，便是《道德经》第52章所言“开其兑，济其事，终身不救”。想要读懂天地造人的这份早服深意，必要塞耳目之窍、闭向外求索的心门，放下外界一切教

化说辞，向内观照自身血肉，体察自身与生俱来的寒凉缺憾，方能窥见造物初心：大道从生命源头便安排好彼此互补的天性，教人惜缘、不耗情。

由这个造人案例，便可通透“夫唯啬，是谓早服”的真义：世俗之人，往往待到感情消磨、矛盾丛生，才想着收敛脾气、体恤伴侣，是事后补救，谈不上早服；而天地化生人类，在造人本源初始，便以左肋定一体之缘、以八十一难淬炼珍惜之心、以先天寒凉缺憾种下相互体恤的本能，从生命根柢安放“啬”的法则，无需后天约束，本性自存惜守之心，这才是真正的早服。

何谓大道之啬？绝非吝啬冷淡，而是惜守本源元气，不妄耗他人身心情意，收敛泛滥索取之欲，接纳彼此先天残缺，珍重同源而生的缘分。

男子亲历膝间寒凉之苦，天然收敛刚锐，主动予女子温暖；女子自带一身寒意，自知有所缺失，常怀柔软体恤男子筋骨劳损。

二人一体两分，各有短板，唯有相守互暖、不肆意消耗彼此，方能保全左道生生不息的和气。

寻常人情，处处是“耗”：耗耐心、耗包容、耗爱意，向外无尽索求，本源情意日渐损耗，趋近右道肃杀之弊。

圣人所倡之啬，便是止住无端消耗，效法天地造人本源的早服之道，向内存养体恤、包容、珍重之心，便

是“重积德”。此处积德，非向外刻意求善功，而是日日养护不伤人、不耗情的本心根基。

日积月累积存这份本源啬德，则心中无偏执怨怼，世间人情万事皆可调和，是为“无不克”；这份体恤珍重的力量根植造化本源，无穷无尽，不见边界。

持守这套自造人之初便立定的法则，小可安顿夫妻家庭，令拆分骨肉重归圆满；大可治理邦国，长久养护万民生息。抓住这份造化育生的根本，方能长久安稳。

所谓深根固柢、长生久视，四层核心道理皆藏于天地造人的早服案例之中：

一、遵《道德经》第31章贵左好生之理，取男子近心左肋造女子，左为东方缘起生机，定男女一体和合、生生不息的天命；

二、天地设九九八十一难分隔二人，二人遍历冰原绝境、历经生死风霜磨砺人心，使人先天懂得惜缘，不轻易损耗彼此情意；

三、于人类初生之时预埋男女寒凉缺憾，不靠后天言语教化，肉身本能自带相惜之心，是本源层面彻彻底底的早服；

四、悟道需依“塞其兑，闭其门”之法，隔绝外界浮华说辞与世俗偏见，向内体察自身，方能读懂造物预埋在血肉里的大道。

第 60 章 治大国若烹小鲜

一、《道德经》第 60 章原典原文

治大国若烹小鲜。以道莅（lì，临、治）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。

二、中国玉王对第 60 章原文解文

做事好比煎小鱼，不能急也不能用力过猛。以道做事，就不会出幺蛾子。即便出了幺蛾子，也不伤人。幺蛾子不伤人，圣人也不伤幺蛾子。双方都不伤对方，所以双方的德就合二为一了。

三、中国玉王对第 60 章玉象通解

治大国若烹小鲜——小鱼很嫩，翻一次就碎了。治理大事也一样——不要反复折腾、不要频繁干预、不要事无巨细地插手。玩玉亦如此。一块好玉，不需要你天天拿出来擦、天天换绳子、天天换搭配。你越折腾，玉越受不了。让它安安静静待着，它自己会养出来。以道莅天下，其鬼不神——当你在道上做事，那些乱七八糟的东西就起不了作用。玩玉时，你回归到“温润”这个根本，造假、炒作、跟风这些“鬼”就迷惑不了你。德交归

焉——当你不伤人，别人也不伤你，事情就顺了。玉圈里，你不骗人、不压人、不踩人，别人也不会骗你、压你、踩你。德是互相的。

四、本章落地

治大国若烹小鲜——翻得越勤，烂得越快。你越盯着、越干预、越不放心，事情越容易出问题。放一放，反而自己就好了。其鬼不神——当你守住正道，邪门歪道在你面前就失效了。不是它们不存在，是它们伤不到你。德交归焉——德不是从一个人流向另一个人，是双方互相交汇、彼此成就。你不伤人，别人也不伤你，德就聚在一起了。实操：一、选一件玉器，连续一个月不做任何干预——不擦、不换绳、不重新搭配，看看它会不会自己变好。二、本周遇到冲突时，先停一下，别急着反击，看看“不伤人”之后会发生什么。三、每天给自己一段时间“不翻小鱼”——不刷手机、不处理信息、不做任何干预，只是待着。

本章核心悟道小结

反复折腾、频繁干预、用力过猛，皆是背离大道、自乱阵脚的显性表象；以道莅天下、不伤人不伤物、德交归焉，才是合于大道、彼此成就的隐性本源。小鱼不要乱翻，大事不要乱管。读懂本章，该放手时就放手，该安静时就安静。

第 61 章 大国者下流

一、《道德经》第 61 章原典原文

大国者下流，天下之交，天下之牝（pìn，雌性）。牝常以静胜牡（mǔ，雄性），以静为下。故大国以下小国，则取小国；小国以下大国，则取大国。故或下以取，或下而取。大国不过欲兼畜（xù，养育）人，小国不过欲入事人。夫两者各得其所，大者宜为下。

二、中国玉王对第 61 章原文解文

强者，要像江河的下游一样，是百川交汇、守持柔静的所在。柔静常能胜过躁动刚强，这叫以清静本心自居谦下。所以强者对弱者谦下，就能赢得弱者的信任归附；弱者对强者谦下，就能得到强者的包容接纳。所以有的因谦下主动收拢人心，有的因谦下得以被包容接纳。强者不过是想兼容蓄养众人，弱者不过是想依附借力、安稳立身。双方皆能达成心中所求，弱者本就势微自然谦卑，而强弱相处的平衡命脉掌握在强者手中，因此强者尤其应当居于谦下之位。

三、中国玉王对第 61 章玉象通解

那些不争不抢、不声不响的人，反而收到最多好玉；那些四处打听、到处抬价的人，反而常常空手而归。玉

圈里那些真正有格局的人，不会因为自己懂玉就看不起新手，反而愿意分享、愿意托举别人。你越是这样，别人越愿意跟你玩。有能力、有资源、有话语权的人更应该放低姿态，才能让更多人愿意靠近。

四、本章落地

下流——不是“卑鄙下流”，是“处下之位、谦卑守柔”。整章的核心就一个字：下。大国要下，小国也要下。大国不下就傲慢，小国不下就紧张，双方都不自在。“下”能化解一切——大国放低姿态，小国就不紧张了，关系就顺了。牝常以静胜牡——柔能胜刚，静能制动。你越争，对方越防你；你越让，对方越信你。实操：一、下次被误解时，不急着争辩，先听对方说完。二、如果你在一个圈子里处于“高位”，试着主动请教一个“低位”的人。三、把所有“我应该被尊重”的念头暂时放一放，试试看什么都不证明，看看关系会不会变轻松。

本章核心悟道小结

争高、逞强、占据上位、以势压人，皆是背离大道、自失人心的显性表象；居下、守静、谦卑自处、以柔取人，才是合于大道、赢得人心的隐性本源。

下者，不争而天下归之；弱者，不抗而万物聚之。读懂本章，学会往下走，反而能成其大。

第 62 章 道者万物之奥

一、《道德经》第 62 章原典原文

道者万物之奥。善人之宝，不善人之所保。美言可以市尊，美行可以加人。人之不善，何弃之有？故立天子，置三公，虽有拱璧以先驷马，不如坐进此道。古之所以贵此道者何？不曰求以得，有罪以免邪？故为天下贵。

二、中国玉王对第 62 章原文解文

道为万物根本。善人奉之为宝，恶人亦受道护。良言受人敬重，善行感化世人。纵使人心不善，大道从不舍弃。拥立天子、委任三公，纵有玉璧驷马的皇家礼驾，亦不及静守大道所得。道之所以珍贵，不在于有求必应，而能使人少走弯路、规避祸患，故为天下至贵。

三、中国玉王对第 62 章玉象通解

一句好话能换来尊重，一个好行为能影响别人。玉圈里，你说话客气，别人愿意跟你打交道；你做事靠谱，别人愿意跟你合作。

四、本章落地

美言可以市尊——好好说话。玉圈里能走远的人，不是最懂玉的，是最不呛人的。你说话让人舒服，别人就愿意跟你合作。美行可以加人——好好做事。你有信用、不坑人、不忽悠，别人就会靠拢你。人之不善，何弃之有？——别看不起那些“还在路上”的人。你曾经也是从那里过来的。与其嫌弃，不如拉一把。不如坐进此道——那些排场、头衔、炫耀，不如静下来待在道里。拱壁驷马是给别人的，道是自己的。求以得，有罪以免——道不是让你求到想要的东西，是让你避开那些会让你翻船的事。预防大于补救。

实操：一、本周对遇到的每个人说一句好话——不是拍马屁，是真心说一句让对方舒服的话。二、回想一个你认为“不善”的人，想想他为什么会变成这样，尝试理解他。三、今天如果有一件让你焦虑的事，停下来，不要急着去“求”，先坐进道里安静片刻。

本章核心悟道小结

区别对待、嫌弃不善、追逐排场、有事才求道，皆是背离大道、自限格局的显性表象；道者万物之奥、善与不善皆保、美言美行、坐进此道，才是合于大道、天下为贵的隐性本源。最贵的东西不是求来的，是坐在道里等来的。读懂本章，不弃不善，不逐外饰，安心坐道。

第 63 章 为无为

一、《道德经》第 63 章原典原文

为无为，事无事，味无味。大小多少，报怨以德。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。

二、中国玉王对第 63 章原文解文

把“无为”当作作为，把“无事”当作做事，把“无味”当作品味。大生于小，多起于少，用德来回应怨恨。处理困难要从容易处入手，成就大事要从细微处开始。天下的难事必从容易处做起，天下的大事必从细微处做起。所以圣人始终不自以为伟大，反而能成就其伟大。轻易许诺必然少有信用，轻易许诺是因为觉得太容易，觉得太容易就会轻视事物，事物有自己的节律，不会因为你觉得太容易就配合你，于是你自然遇到麻烦，最终完不成导致失信。所以圣人总是把事情看得艰难，反而最终没有困难。

三、中国玉王对第 63 章玉象通解

玉的温润，初上手不惊艳，戴久了才知道它的好——像白粥，没味道，但你离不开。天下难事必作于易——再难的玉，也是一刀一刀雕出来的；再复杂的判断，

也是一点一点积累的。大事必作于细——一块好玉的温润，是一个分子一个分子长出来的。你手上的包浆，是一次又一次触碰积出来的。把话说满的人，往往站不住。多易必多难——觉得“玩玉很简单”的人，最终会发现自己掉进了最深的坑。圣人犹难之，故终无难——那些始终觉得“我还有很多不懂”的人，反而少栽跟头。

四、本章落地

大事是小事堆出来的。轻诺必寡信——不要轻易承诺，不要随口答应。话说满了，后面就难收场了。多易必多难——觉得“这很简单”的时候，往往是坑最深的时候。保持警惕。圣人犹难之，故终无难——始终觉得“这事不容易”的人，最终反而不会有太大的麻烦。实操：一、本周做一件“无味”的事——没有回报、没有反馈、没有意义，就是做。二、把一件你觉得“很简单”的事重新审视一遍，找出其中三个可能出问题的环节。三、下次想轻易承诺时，先停三秒，想想自己是否能做到。

本章核心悟道小结

追逐大事、轻视细节、随意承诺、好高骛远，皆是背离大道、自设障碍的显性表象；为无为、事无事、图难于易、为大于细，才是合于大道、终成其大的隐性本源。天下大事起于细，天下难事起于易。读懂本章，从小处着手，从易处起步，不轻诺、不贪大。

第 64 章 其安易持

一、《道德经》第 64 章原典原文

其安易持，其未兆易谋，其脆易泮（pàn，分解），其微易散。为之于未有，治之于未乱。合抱之木，生于毫末；九层之台，起于累土；千里之行，始于足下。为者败之，执者失之。是以圣人无为故无败，无执故无失。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。

二、中国玉王对第 64 章原文解文

安静时容易把持，未动时容易谋划，脆弱时容易化解，细微时容易消散。做事要在事情未发生之前着手，治理要在混乱未出现之前开始。合抱的大树，生于微小的奇点；九层的高台，起于泥土的累积；千里的远行，始于双脚的下面。强行作为就会失败，执着把持就会失去。所以圣人不妄为所以不会失败，不执着所以不会失去。人们做事，常常在快要成功时失败。如果结尾能像开头一样谨慎，就不会有失败的事。所以圣人把无欲当作欲望，把不贵当做贵重，把不学当作学习，之所以要无欲、不贵和不学，是因为世间走歪的路、走偏的认知和被忽略的根本太多。把偏的校正回来，把根本重新扎

稳，新的发现和创造才有了坚实的起点。以此辅助万物的自然发展，而不敢妄为。

三、中国玉王对第 64 章玉象通解

很多人不是一开始不认真，是快到手的时候放松了。为者败之，执者失之——强行去追的，反而追不到；死死抓着的，反而会失去。

四、本章落地

开头容易，坚持难；坚持不难，收尾难。但如果你收尾能像开头一样认真，就不会有完不成的事。实操：一、检查一件你一直拖着没处理的小事，趁它还没变大，今天处理掉。二、回顾一件你差点放弃的事，看看它当初的“毫末”是什么，把它写下来。三、在你的列表里找一件“快成了”的事，重新用开头的心态核对一遍。

本章核心悟道小结

临危补救、事后再想、轻视积累、虎头蛇尾、强行作为、执着把持，皆是背离大道、事倍功半的显性表象；安时持守、未兆先谋、慎终如始、无为无执、辅万物之自然，才是合于大道、无败无失的隐性本源。大生于小，远始于近。读懂本章，趁早动手、善始善终、不追不执。

第 65 章 古之善为道者

一、《道德经》第 65 章原典原文

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。

二、中国玉王对第 65 章原文解文

从古至今深谙道的人，不会教人钻研算计他人的小聪明，而是劝导人心回归淳朴厚道。如果相处矛盾重重，就是因为心眼太多。所以用智巧治理国家，是国家的祸害；不用智巧治理国家，是国家的福气。懂得这两者的区别，就懂得了治国的法则。永远守住这个法则，就是深远的德。深远的德，深远啊，与万物一起回归本真，然后达到最大的顺遂。

三、中国玉王对第 65 章玉象通解

民之难治，以其智多——玉圈为什么乱？因为聪明人太多了。今天有人说“这块料的皮色对”，明天有人说“证书上的密度有讲究”，后天有人说“这个产地快绝了”。聪明人一多，真正的好东西反而没人看了。以智治国，

国之贼——玉圈里那些靠“话术”、靠“套路”、靠“信息差”收割新手的人，就是“贼”。他们看似在教人，实则在害人。不以智治国，国之福——那些不玩套路、不编故事、不靠话术吃饭的人，才是玉圈的福气。玉圈真正干净的时候，不是聪明人最多的时候，是聪明人不瞎用的时候。与物反矣，然后乃至大顺——回到最朴素的判断标准：上手摸，温润就是好玉。看似“倒退”，其实是最大的顺——你顺着玉性走，玉就顺着你养。

四、本章落地

操练：一、下周跟人聊玉时，主动去掉所有术语——不谈产地、不谈证书、不谈行情，只问对方“你摸着觉得怎么样”。二、在你觉得“这人不靠谱”的时候，先停一下，想想他是不是因为“太聪明”才让你不舒服。三、每天给自己十分钟“愚”的时间——不看信息、不学习、不思考，只是待着，回到最简单。

本章核心悟道小结

以智巧立身、以话术取信、以信息差牟利，皆是短期有效、长期消耗、背离大道的显性表象；非以明民、将以愚之、不以智治国、玄德深矣远矣，才是合于大道、回归淳朴、乃至大顺的隐性本源。聪明人太多的时候，反而是最乱的时候。读懂本章，放下聪明，回归淳朴。

第 66 章 江海所以能为百谷王者

一、《道德经》第 66 章原典原文

江海所以能为百谷王者，以其善下之，故能为百谷王。是以欲上民，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。

二、中国玉王对第 66 章原文解文

江海之所以能成为百川汇聚的地方，是因为它善于处在低处，所以能成为百川之王。因此，想要居于民众之上，必须用谦下的言语对待他们；想要引领民众，必须把自身利益放在后面。所以圣人位居上位而百姓不感到负担，站在前面而百姓不感到妨碍。天下人都乐意推举他而不厌弃他。因为他不争，所以天下没有人能与他争。

三、中国玉王对第 66 章玉象通解

江海能为百谷王，以其善下之——玉圈里真正能聚人的人，不是站在高处发号施令的，是蹲下来跟人平视的。你越是把自己放低，越能让人愿意靠近你。你端着架子，别人绕着你走；你蹲下来，别人就坐下来跟你聊。

处上而民不重——真正有威望的人，不会让人觉得压迫。你说的话，别人愿意听，不是因为怕你，是因为信你。处前而民不害——你走在前面，别人不觉得你挡路，反而愿意跟着你走。天下乐推而不厌——大家心甘情愿把你推上去，而不是被迫服从。不争，故天下莫能与之争——你不争，别人没法跟你争，因为没有对手。

四、本章落地

善下——不是装出来的低姿态，是真的不觉得自己比别人高。你不端着，别人就不紧张。处上而民不重——你越是往上走，越要往下看。站得高的人，最容易让人觉得有压力。主动放低，压力就散了。实操：一、跟人聊玉时，先问对方“你觉得呢”，让对方先说。二、下次有人夸你懂玉，回一句“我也还在学”。三、把你最懂的一个领域暂时放一放，去请教一个新手——不是为了学东西，是为了练习“处下”。

本章核心悟道小结

居高临下、言语傲慢、处处争先、与民争利，皆是背离大道、自失人心的显性表象；善下处卑、谦言后身、不争不竞，才是合于大道、天下归心的隐性本源。不争，所以没人能跟你争；处下，所以能成其大。读懂本章，学会往下走。

第 67 章 天下皆谓我道大

一、《道德经》第 67 章原典原文

天下皆谓我道大，似不肖。夫唯大，故似不肖。若肖，久矣其细也夫！我有三宝，持而保之：一曰慈，二曰俭，三曰不敢为天下先。慈故能勇；俭故能广；不敢为天下先，故能成器长。今舍慈且勇，舍俭且广，舍后且先，死矣。夫慈，以战则胜，以守则固。天将救之，以慈卫之。

二、中国玉王对第 67 章原文解文

天下人都说我的道宏大，不像任何具体事物。正因为博大，所以没有固定模样；倘若它像某一样具体东西，早就变得渺小细碎了。我有三件珍宝，时刻遵守：第一，待人多体谅，不刻薄伤人，懂得护惜成全他人；第二，不挥霍钱财，不透支身体、情绪与精力，凡事留有余地；第三，好处、风头、虚名不去争抢，不抢夺功劳、卖弄自己。心存护惜成全，遇事才能生出担当的勇气；懂得收敛不肆意耗损，处事才有开阔的余地；不在虚名上争先逞强，反而能得到众人信服。可如今的世人，丢掉这份护惜本心，却一味逞强好斗；放弃节制蓄养，却妄想铺张做大；不肯谦退，处处非要抢在人前，这便是自取败亡。这份护惜成全的心，用来应对纷争便能取胜，用

来安守自身便能稳固。上天想要庇佑一个人，正是用这份本心来保全他。

三、中国玉王对第 67 章玉象通解

玩玉的人，不乱买、不贪多，精力集中在一两件上，反而越玩越深。不敢为天下先——不急着出头，不急着证明自己，反而能成事。那些急着跳出来说“我懂”的人，往往最先翻车；那些慢慢看、慢慢摸的人，最后成了。

四、本章落地

实操：一、从今天起，选一块你真正喜欢的玉，不再查它的价格。二、本月只买一件东西，选你真正心动的那件。三、下次想抢着说话时，先停三秒，让别人先说。

本章核心悟道小结

舍慈求勇、舍俭求广、舍后争先，皆是背离大道、自取灭亡的显性表象；持慈则勇、持俭则广、不敢为天下先，才是合于大道、长久成器的隐性本源。三宝不是让你变弱，是让你真正有力。读懂本章，守住三宝。

第 68 章 善为士者不武

一、《道德经》第 68 章原典原文

善为士者不武，善战者不怒，善胜敌者不与，善用人者为之下。是谓不争之德，是谓用人之力，是谓配天古之极。

二、中国玉王对第 68 章原文解文

善于做将帅的人，不炫耀武力；善于作战的人，不轻易动怒；善于战胜对手的人，不跟敌人硬拼缠斗；善于用人的人，待人谦下自居。这就是不与人争的德行，这就是善于借助他人的力量，这就是契合上古以来至高的天道。

三、中国玉王对第 68 章玉象通解

善为士者不武——真正懂玉的人，不需要靠嗓门大、靠摆架子、靠甩证书来证明自己懂。他上手一摸，心里有数，不争不吵。善战者不怒——碰到一块玉被人说“不行”，他不动气，也不急着反驳。玉好不好，时间会说。善胜敌者不与——遇到争论，他不跟人正面交锋。你说你的，他做他的，最后谁对谁错，结果会说话。善用人

者为之下——真正能用好别人的人，不是高高在上的，是愿意蹲下来的。

四、本章落地

善胜敌者不与——真正赢的人，不是打赢的，是根本不需要打。你不跟人争，别人就没有对手可争。实操：一、下次有人跟你争一块玉的好坏，不说“你错了”，说“我看法不太一样”。二、看到别人犯错，不急着纠正，先看看他是不是需要你说话。三、跟人合作时，先问“你觉得应该怎么做”，而不是先说“我觉得”。

本章核心悟道小结

真正能赢的人，不是靠厮杀硬拼打赢的，是尽量走到不需要打的局面。读懂本章，学会不争、不怒、不与、为之下。

世间多数人习惯靠锋芒、情绪、对抗去争夺结果，以压过别人当作胜利，殊不知怒气会蒙蔽判断，硬拼会损耗自身，逞强好胜往往赢了一时，埋下长久祸患。谦下不争绝非软弱退让，而是收敛意气，善借众人之力，避开正面冲突，保全自己也减少无谓伤害，这正是上一章“慈”与“不敢为天下先”落到处事上的实操。遇事少逞血气之勇，放低姿态，方能不战而蓄势。

第 69 章 用兵有言

一、《道德经》第 69 章原典原文

用兵有言：吾不敢为主而为客，不敢进寸而退尺。是谓行无行，攘无臂，扔无敌，执无兵。祸莫大于轻敌，轻敌几丧吾宝。故抗兵相加，哀者胜矣。

二、中国玉王对第 69 章原文解文

古时兵家有句话：不主动挑起矛盾，只做被动应对；不贪着往前争那一点小好处，宁可主动退让一步。也就是：就算有底气，也不张扬摆姿态；就算要反击，也不动怒火逞强；就算遇上对手，也不把对方当成死敌；手里有筹码，也不炫耀自己的力量。人最大的隐患，就是小看对手、轻视难题。一旦骄傲轻敌，差不多就丢掉了那三件立身之宝：体谅他人、节制收敛、不争风头。当双方实力差不多的时候，心怀敬畏、不得已才相争、不喜欢争斗伤害人的那一方，更容易胜出。

三、中国玉王对第 69 章玉象通解

不敢进寸而退尺——玉圈里那些真正走得远的人，往往不是冲在最前面的。别人追热点的时候，他退一步看看；别人抢货的时候，他收手等等。退一步，不是输

了，是看清了再走。行无行——做了好像没做。你把玉养润了，不是你“做”了什么，是你没乱动。攘无臂——举了好像没举。你指出一块玉的问题，不用力、不压迫，点一句就够了。扔无敌——面对好像没有面对。你遇到一块让你心动的玉，不扑上去，先退一步，看看它是不是真的值得。执无兵——拿着好像没拿。你有判断力，但不急着用它来压人。你觉得一块玉很靠谱，不加验证就收了——这就是轻敌。哀者胜——真正在玉圈里站稳的人，往往是被坑过的。那些被坑过、吃过药、交过学费的人，比没吃过亏的人更稳、更沉、更不容易再被坑。

四、本章落地

实操：一、下次遇到一块让你“非买不可”的玉，先退一步，过三天再决定。二、被人说“你这玉不行”时，回一句“谢谢提醒”，不争辩。三、复盘一次你吃药的经历——当时你轻敌了吗？你觉得“这太容易了”了吗？

本章核心悟道小结

主动出击、争先进寸、轻视敌人、暴露底牌，皆是背离大道、自取祸患的显性表象；为主为客、进寸退尺、行无行、执无兵，才是合于大道、保全三宝的隐性本源。最大的祸患是觉得“这太容易了”。读懂本章，退一步，守得住。

第 70 章 吾言甚易知

一、《道德经》第 70 章原典原文

吾言甚易知，甚易行。天下莫能知，莫能行。言有宗，事有君。夫唯无知，是以不我知。知我者希，则我者贵。是以圣人被褐（hè，粗布衣）怀玉。

二、中国玉王对第 70 章原文解文

我的道理很好懂，也很好落实。单看文字谁都看得明白，日常生活也完全可以照着做。可现实当中，天下人却理解不了，也做不到。不是看不懂字面，而是内心接纳不了这套价值观。之所以会这样：真正合乎大道的言语，要有恒定不变的核心宗旨；真正合乎大道的行事，要有稳固坚定的内在主心骨。有道的人外表朴素平凡，把金玉一般珍贵的德行修养藏于内心。求道的人不必渴求外界的理解与认可，选择低调向内修养，守好自己内心的德行就足够。

三、中国玉王对第 70 章玉象通解

玉圈里，大家都知道“玉以温润为本”，但能做到的人少。都知道“不要追高”，但追的人还是多。不是道理

难懂，是心难静。言有宗，事有君——说话要有根据，做事要有主心骨。你评判一块玉，不能凭感觉，要有依据；你决定收一件东西，不能靠冲动，要有自己的判断标准。知我者希——真正理解这些话的人少。不是因为话难懂，是因为要真做到，得放下很多东西。圣人被褐怀玉——外表看起来很普通，甚至有点寒酸，但怀里揣着好东西。真正有底蕴的人，不需要把玉挂在外面让人看。

四、本章落地

吾言甚易知，甚易行——老子的话不难，难的是做。实操：一、选一句你觉得“对”的话——比如“不争”——试着一周不跟人争论任何事。二、下次你忍不住想炫耀自己的玉时，停一下，想想“被褐怀玉”四个字。三、找一个你一直觉得“知道但做不到”的事，别想太多，先做一天。

本章核心悟道小结

道理易知难行、言无宗旨、事无主见、炫耀外露，皆是背离大道、自惑自困的显性表象；言有宗旨、事有主见、被褐怀玉、知者希而贵，才是合于大道、内藏真宝的隐性本源。真正珍贵的东西，不需要挂在外面给人看。读懂本章，收起炫耀，守住怀中之玉。

第 71 章 知不知上

一、《道德经》第 71 章原典原文

知不知，上；不知知，病。夫唯病病，是以不病。圣人不病，以其病病，是以不病。

二、中国玉王对第 71 章原文解文

人最难的不是求知，而是认清自己认知的边界，能自知有所不知，代表内心保有敬畏，不会盲目自大；可大多数人，碍于面子、执念，不懂也要强撑，强行下判断，这就是认知上的弊病。这个毛病看不见摸不着，不会自动消失，不能放任不管，必须主动警惕克制。圣人不是全知全能什么都懂，不是他从来没有迷惑，而是他时刻提防“自以为知”这个毛病，时时自省，所以才不会陷入自以为是的过错。

三、中国玉王对第 71 章玉象通解

知不知，上——玩玉越久的人，越不敢轻易下结论。“这块玉我看不准”“这个皮色我不确定”——敢说“我不知道”的人，才是真懂的人。那些一上来就拍着胸脯说“一眼真”“绝对没问题”的人，反而最靠不住。不知知，病——

——明明看不准，偏要说“我确定了”；明明不确定，偏要装懂。这就是玩玉最大的毛病。夫唯病病，是以不病——只有把“装懂”当成病去防，才不会犯病。你每次想说“这块肯定是真的”之前，停一下，问自己一句：“我真的确定吗？”圣人不病，以其病病——真正高手不是不出错，是比普通人更警惕自己会出错，所以出错少。

四、本章落地

知道“我不知道”，比知道“我知道”更难。承认自己不懂，反而能学到东西；硬撑自己懂，反而把自己堵死了。操练：一、本周至少说一次“这个我看不准”——对玉，对人，对事。二、有人向你请教时，先承认你也有不确定的部分。三、回想一次你“装懂”的经历，下次遇到类似情况停一下。

本章核心悟道小结

不知道偏说知道、装懂硬撑、不敢承认无知，皆是背离大道、自阻进步的显性表象；知道自己有所不知、把毛病当毛病、以病为戒，才是合于大道、永不自满的隐性本源。很多人碍于脸面执念，惧怕暴露自身局限，于是用虚浮的优越感蒙蔽自己，隔绝了成长的可能。敢说“我不知道”的人，才是真懂的人。读懂本章，放下虚荣，坦然承认无知，守住内心的敬畏。

第 72 章 民不畏威

一、《道德经》第 72 章原典原文

民不畏威，则大威至。无狎（xiá，逼迫）其所居，无厌（yā，压迫）其所生。夫唯不厌，是以不厌。是以圣人自知不自见，自爱不自贵。故去彼取此。

二、中国玉王对第 72 章原文解文

百姓不害怕威压时，更大的祸患就要来了。不要逼迫百姓的安居，不要压榨百姓的生计。正因为不去压榨逼迫，百姓才不会心生憎恶反抗统治者。

不要仗自身优势不断挤压别人的边界，把人逼到退无可退，最终一定会迎来冲突反噬。所以圣人自己了解自己，但不向外炫耀表现；爱惜珍重自己，但不自视高贵凌驾他人。所以要舍弃自我炫耀、自显高傲，守住自知清醒、自重自爱。

三、中国玉王对第 72 章玉象通解

民不畏威，则大威至——玩玉的人，如果已经不怕市场波动了，说明更大的危机已经来了。当大家都在说“这次不一样”“玉价不会跌”的时候，就该警惕了。无狎其

所居——不要逼得太紧。你追一块玉，追得太紧，对方反而抬价；你看一块玉，看得太紧，自己反而看不清。不厌其所生——不要压榨玉圈生存空间。那些靠压价、靠垄断、靠信息差生存的人，最终会把圈子做死。是以圣人自知不自见——真正有底蕴的人，自己知道自己的斤两，不需要满世界证明。他手里有东西，但不急着拿出来给人看。自爱不自贵——他爱惜自己的眼光和判断，但不拿这个去压人。他懂玉，但他不说“我比你懂”。

四、本章落地

不逼、不压、不炫耀——老子的意思是：你越不逼别人，别人越不反你；你越不炫耀，别人越尊重你。操练：一、下次跟人聊玉时，不主动提自己有什么好东西。二、遇到一块想要的玉，不急、不逼、不压价，给对方空间。三、检查自己在哪件事上“逼得太紧”——放一放。

本章核心悟道小结

以威压人、以势逼人、自我炫耀、自显高贵，皆是背离大道、自招反噬的显性表象；自知不自见、自爱不自贵、不厌不逼，才是合于大道、长久安稳的隐性本源。不逼人，人不反；不压人，人不厌。读懂本章，收住压迫之手，守住自知之明。

第 73 章 勇于敢则杀

一、《道德经》第 73 章原典原文

勇于敢则杀，勇于不敢则活。此两者，或利或害。天之所恶，孰知其故？是以圣人犹难之。天之道，不争而善胜，不言而善应，不召而自来，繹（chǎn，坦然）然而善谋。天网恢恢，疏而不失。

二、中国玉王对第 73 章原文解文

勇于逞强妄为，往往招来杀身之祸；勇于克制不为，常常得以保全性命。这两种“勇”，有时得利，有时受害，结局并无固定模板。天道究竟厌弃什么，现实里偏偏有人逞强却安然无恙，有人退守反而遭遇灾祸。天道因果背后的深层缘由，凡人很难看透。不能凭着眼前一两件事情的结果，就武断判定天道的好恶。所以即便是圣人，也不会拍胸脯笃定“敢就必死、不敢就必活”，对天道幽微复杂的运行保持谨慎敬畏，不轻易下绝对结论，不主观臆测天意。天道的运行，不去争抢却善于取胜，无须言语自有回响，不用召唤万事自会如期而至，从容淡然之间自有周全谋划。天道之网广大无边，看上去网眼稀疏，却什么都不会遗漏。

三、中国玉王对第 73 章玉象通解

天之道，不争而善胜——那些不争的人，最后反而得了好玉。不是追来的，是等来的。不召而自来——不是你去找玉，是玉来找你。你安静地待着，好东西自然会出现在你面前。天网恢恢，疏而不失——那些靠造假、靠忽悠、靠信息差赚钱的人，不是不报，时候未到。圈子就这么大，谁在做事，大家迟早知道。

四、本章落地

勇于敢——是莽撞；勇于不敢——是克制。真正的勇气，不是敢冲，是该退的时候退得下来。操练：一、下次看中一块玉，先给自己三天冷静期，不急着下手。二、看到别人“敢冲”赚了钱，不眼红，不信“这次不一样”。三、回想一次因为“不敢”而错过的事，如果再来一次，你还会“不敢”吗？

本章核心悟道小结

逞强蛮干、莽撞冒进、不知进退，皆是背离天道、自取祸患的显性表象；勇于不敢、不争不言、坦然待之，才是合于天道、善胜善应的隐性本源。有些“不敢”比“敢”更需要勇气。读懂本章，分清哪一种“勇”是真正的勇。

第 74 章 民不畏死

一、《道德经》第 74 章原典原文

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，是谓代大匠斫（zhuó，砍削）。夫代大匠斫者，希有不伤其手矣。

二、中国玉王对第 74 章原文解文

如果不怕死，你拿死亡去威胁，是不起作用的。如果怕死，那死亡的威慑才能够起到约束效果。不过生杀祸福，终究是天道执掌的事。人可以依照法度规矩惩治作恶的人，并不是说不能处罚坏人。但不能凭着自己的怒气、个人好恶，越过本分滥用生杀的权力。就好比手艺生疏的人，硬要顶替资深木匠去砍木头。抢着去做本该由天道掌管的决断，凭着私心肆意重罚他人，多半会失手，伤到自己，惹来祸端。

三、中国玉王对第 74 章玉象通解

民不畏死，奈何以死惧之一一玉圈里，如果有人已经不在乎亏钱了，你再用“会亏”吓他，没用。那些被深度套牢的人，反而最淡定，因为他已经不怕了。常有

司杀者杀——市场有它自己的规律，该出局的人自然会出局。你不必替市场做裁判。代司杀者杀——你替市场做判断、替别人做决定，往往最后伤的是自己。比如你替朋友鉴定一块玉，万一错了，责任在你；你替别人判断行情，万一错了，对方怪你。夫代大匠斫者，希有不伤其手——你替木匠砍木头，最后砍到自己的手。玉圈里那些替别人掌眼、替别人决策的人，最容易被反噬。不是不帮，是别替对方做决定。

四、本章落地

不替别人做决定，不让别人替你做决定——这是本章的核心。操练：一、有人让你帮忙看玉，说出你的看法，但把最终决定权留给对方。二、不替别人判断行情走势，只说“我看不太准”。三、如果有人替你做决定，先问一句：“万一错了，算谁的？”

本章核心悟道小结

替天行罚、替人做主、越俎代庖，皆是违背天道、自伤其手的显性表象；天有其司、人有其命、各归其位，才是合于天道、不伤己身的隐性本源。切勿凭个人喜怒、私心执念肆意评判、惩戒他人，强行干预世事规则。不要替市场做裁判，不要替别人做决定，不越权、不逞强、不妄断。读懂本章，守住做人处事的边界，恪守本分、顺势而为，方能规避反噬、安稳立身。

第 75 章 民之饥

一、《道德经》第 75 章原典原文

民之饥，以其上食税之多，是以饥。民之难治，以其上之有为，是以难治。民之轻死，以其上求生之厚，是以轻死。夫唯无以生为者，是贤于贵生。

二、中国玉王对第 75 章原文解文

日子过得艰难、入不敷出，是因为上层索取过多。人心浮躁、难以安定，是因为规矩繁杂，干预折腾太多。人之所以豁得出去、敢于铤而走险，是因为生存空间被挤压，生活被过度压榨，自然也就不再畏惧死亡。究其根源，都是上层一味厚待自己、追求奢华享受造成的。上层懂得克制自身欲望，不过分追求自身优厚享乐，这才远比一味贪图自我享受要高明。

三、中国玉王对第 75 章玉象通解

民之饥，以其上食税之多——玉圈里真正让新手“吃不饱”的，不是行情，是那些层层加码的“税”——证书费、鉴定费、中介费、溢价空间，一层一层剥下来，新手还没摸到玉，钱已经花了一大半。民之难治，以其上之有为——玉圈之所以乱，是因为“管”的人太多了。今天有

人搞个标准，明天有人立个规矩，后天有人弄个体系，越管越复杂，越管越让人摸不着头脑。轻死，以其上求生之厚——那些被收割的新手，为什么还敢往里冲？因为上面的人总是展示“我靠玉赚了多少钱”“我捡了个多大的漏”，把玩玉描绘成一条暴富的路。新手一看，觉得“我也行”，结果进去就是填坑。无以生为者，是贤于贵生——真正高明的人，不把“玩玉能发财”当回事，反而比那些整天想着“靠玉暴富”的人走得更远。

四、本章落地

民之饥，以其上食税之多——上面的吃得太多，下面的就饿；上面的收得太狠，下面的就没得剩。操练：一、如果你是新手，不再轻易相信“玩玉能暴富”的故事。二、如果你是老手，带新人时不收割、不套路，多给真实信息。三、在做任何决定之前，先问自己：我是不是被“发财”的念头带着走了？

本章核心悟道小结

诸多困局乱象，往往源于上层索取无度、肆意折腾、厚待己身。一味优先满足自己，就会压缩他人的生存余地。收敛私欲，不把自身安逸建立在消耗他人之上，少干预、少索取，不执着于优待自我，才是合于大道的立身治事准则。上层的贪婪，是下层饥饿的根源。读懂本章，管住自己的手，别让贪心饿死了别人。

第 76 章 人之生也柔弱

一、《道德经》第 76 章原典原文

人之生也柔弱，其死也坚强。万物草木之生也柔脆，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。强大处下，柔弱处上。

二、中国玉王对第 76 章原文解文

人活着的时候身体是柔软的，死了以后就变得僵硬。万物草木活着的时候是柔韧脆弱的，死了以后就变得干枯坚硬。所以坚硬的东西属于死亡一类，柔软的东西属于生存一类。所以军队逞强就会灭亡，树木坚硬就会被折断。强大的反而居于下位，柔弱的反而处在上位。

三、中国玉王对第 76 章玉象通解

人之生也柔弱，其死也坚强——你摸一块活玉（一直在养、一直在戴的玉），它是温润的、柔和的、贴手的。你摸一块死玉（久放不碰、干涩冷硬的玉），它是僵的、涩的、不亲人的。玉有没有在养，上手一摸就知道。坚强者死之徒——玉最怕的不是不白，是“死”——干、僵、没有油性。越硬的玉，越容易崩；越脆的玉，越留不久。反而那些质地细腻、柔韧度好的玉，能传很

久。柔弱者生之徒——温润的玉是活的——它在你手上慢慢变润，像有了呼吸。那些不逞强、不硬碰的玉，才能陪你走很远。木强则折——玉雕里，硬碰硬的雕法留不住玉性；顺着料子走的，反而出好活。强大处下，柔弱处上——你越觉得自己“强”，越容易崩；你越懂得温润、柔和，反而能走在前面。

四、本章落地

柔弱者生之徒——你能活多久，不看你多硬，看你多柔。操练：一、今天遇到争执时，不硬顶，试着用软的方式处理。二、看看你身边那些活得最长久的东西——是不是都是软的、韧的？三、选一件你觉得“太硬了”的东西，换一件柔软些的替代它。

本章核心悟道小结

强梁刚硬、逞强不退、以硬碰硬，皆是趋向死亡、自取折断的显性表象；柔弱温润、柔韧不争、处下守柔，才是趋向生命、长久存续的隐性本源。

软不是弱，是活。为人处世切忌恃强逞能、咄咄逼人，刚极易折、强极必败。

懂得示弱、包容退让、顺势变通，方能稳住局面、长久立身。读懂本章，该软就软，守住生命的气。

第 77 章 天之道

一、《道德经》第 77 章原典原文

天之道，其犹张弓与？高者抑之，下者举之；有余者损之，不足者补之。天之道，损有余而补不足。人之道，则不然，损不足以奉有余。孰能有余以奉天下？唯有道者。是以圣人为而不恃，功成而不处，其不欲见贤。

二、中国玉王对第 77 章原文解文

天道，不就像拉弓一样吗？高了就压低它，低了就抬高它；有余的就减损它，不足的就补给它。天道，是减损有余的去补给不足的。人间之道却不是这样，是减损不足的去奉养有余的。谁能把有余的拿来奉养天下？只有有道的人。所以圣人有作为却不自恃，有功劳却不居功，他不愿意表现自己的贤能。

三、中国玉王对第 77 章玉象通解

天之道，损有余而补不足——玉圈里，行情涨得太高了，总会跌回来；跌得太低了，又会涨回去。天道在自动调节。那些涨价太猛的料子，迟早要回落；那些被低估的好玉，迟早被看见。人之道，损不足以奉有余——现实往往是：越有钱的越容易赚钱，越没钱的越容易

被收割。新手攒了半年的钱，冲进去买了一堆“故事”，老手轻松出货。这就是“损不足以奉有余”。孰能有余以奉天下？唯有道者——谁能打破这个循环？只有那些真正懂道的人。他手有余，但不贪；他有机会，但不收割。他愿意把好东西分享给那些还没入门的人，而不是趁他们不懂就割韭菜。圣人为而不恃，功成而不处——他做了事，但不觉得自己多了不起；他帮了人，但不把功劳挂在嘴上。他不需要让别人知道“是我帮了你”。

四、本章落地

天道告诉我们：好的状态是平衡的，不是一方永远占着所有好处。你手有余，就分一点给不足的人——不是施舍，是校正失衡。你站得高，就别把下面的人压得更低——压到极致，反弹只会更猛。你做得成事，就别把功劳全揽在自己身上——揽得越多，别人越不想靠近你。本章没有一条是“你该怎么做”的指令，但每一条都在说：如果你想长久，就不要让自己成为那个“有余而不肯补不足”的人。

本章核心悟道小结

损不足以奉有余，是人间常态；损有余而补不足，是天之道。弱肉强食，人之道；平衡公正，天之道。读懂本章，做那个“有余而能奉天下”的人。

第 78 章 天下莫柔弱于水

一、《道德经》第 78 章原典原文

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。

二、中国玉王对第 78 章原文解文

天下没有比水更柔弱的东西，可是冲击坚硬之物，没有什么能比得上水，因为水这份至柔的力量，是无可替代的。弱可以胜强，柔可以胜刚，这个道理天下人都懂，可是却很少有人落实到行动上。所以圣人说：能承受国家的屈辱，才配做社稷的主人；能承担国家的祸难，才配做天下的君王。真话听起来反而像反话。

三、中国玉王对第 78 章玉象通解

天下莫柔弱于水——玉中最柔润的东西，往往是最养人的。你戴一块温润的玉，它不硬、不冷、不扎人，反而比那些“刚猛”的东西更能陪你走过长日子。攻坚强者莫之能胜——水看似弱，但石头能被水磨圆；玉看似温润，但一块好玉能让人心服。那些靠强势、靠硬压、

靠话术的人，反而走不远。弱之胜强，柔之胜刚，天下莫不知，莫能行——道理都懂：温和比强硬管用。但一到事上，人还是本能地想要“硬碰硬”。受国之垢，是谓社稷主——能承受别人不愿意承受的东西，才是能扛事的人。被误会、被低估、被冷落，你还能待得住，你就有做大事的底子。正言若反——老子这些话，听着像反话，其实是大实话。

四、本章落地

柔能胜刚，天下皆知，但没人真信——一遇到事，还是觉得“硬”更管用。其实不是“柔”没用，是你没有像水一样持续地柔。水磨石，不是靠一下，是靠一直流。操练：一、本周遇到冲突，试一次“软处理”——不是退让，是不用硬的方式回应。二、回想一次你“硬碰硬”之后的结果，如果换一种方式会不会更好。三、观察水：看它怎么绕过石头，怎么慢慢改变地形。

本章核心悟道小结

以硬碰硬、以强凌弱、以刚克刚，皆是背离大道、自陷困局的显性表象；守柔处弱、如水随形、以柔克刚，才是合于大道、无往不胜的隐性本源。天下最软的，反而是最硬的。读懂本章，像水一样活。

第 79 章 和大怨

一、《道德经》第 79 章原典原文

和大怨，必有余怨，安可以为善？是以圣人执左契，而不责于人。有德司契，无德司彻。天道无亲，常与善人。

二、中国玉王对第 79 章原文解文

深重的仇怨就算和解，也必定会留有残余怨恨，所以不可能彻底妥善解决。更高明的做法，是从根源上就不种下仇怨。所以圣人即便握着别人欠账的凭据，也不会逼迫对方偿还。有德之人，手握凭据却不苟责索取；无德之人，就像掌管赋税一样，分毫计较、苛求于人。天道没有私情偏爱，不会偏袒任何人；但行事懂得留有余地的人，所作所为契合天道，自然能收获安稳的局面，看上去就好像天道一直在护佑他。

三、中国玉王对第 79 章玉象通解

和大怨，必有余怨——玉圈里，一旦有了过节，即便双方表面握手言和，心里那道裂痕也很难完全愈合。你卖了一块玉给朋友，后来他觉得买贵了，你们吵了一架，最后和解了，但以后他再看到你，心里还是会有个疙瘩。

所以最好从一开始就别结怨——不坑人、不压价、不忽悠，比事后补救管用得多。有些裂痕可以修，但修过的地方永远不是原样。你在玉圈里帮过一个人，他没还你的人情，你记着，但不提。你帮他看过一块玉，他后来也没谢你，你知道，但不再说。有德的人手里有账，但他不拿出来翻；无德的人手里有一点账，逢人就说、见人就翻，生怕别人忘了欠他的。老天爷不偏向谁，但总是站在愿意放下、不纠缠、不记仇的人那一边。你放过了别人，其实也是放过了自己。

四、本章落地

结怨容易，消怨难。所以最好从一开始就不要结怨。能过的就让它过，能不追的就不追，能不追究的就放下。操练：一、今天起，不再追究一件已经过去的小过节——你记得，但不再提。二、如果你手里有“别人欠你的账”，试着把那张“欠条”收起来，不拿出来。三、每天结束前，问自己一句：今天有没有做了什么可能让人记恨的事？

本章核心悟道小结

事后补救不如事前避开，和解大怨不如不结怨。手上有账，不催；心中有数，不说。天道不偏不倚，总站在善良的一边。真正的高手，不是擅长和解，是根本不结怨。读懂本章，不欠账，也不追账。

第 80 章 小国寡民

一、《道德经》第 80 章原典原文

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。

二、中国玉王对第 80 章原文解文

不必追求规模扩张，守住自己的基本盘就好。就算手里有很多高效的工具、手段，也不去拿来投机、攀比、向外争夺。看重安稳的生活，不要为了追逐利益四处漂泊奔波。就算拥有便利的出行条件，也不必为了追逐欲望而到处奔波；就算具备对抗的能力，也没有必要用到争斗上面。放下算计、套路，回归简单质朴，吃普通饭菜也觉得香甜，穿着普通也觉得舒心，居住简单也觉得安稳，接纳自己当下的生活状态。人与人彼此距离很近，互相看得见、听得到动静，但不去打扰、不去算计纠缠，更不强行介入对方的生活。

三、中国玉王对第 80 章玉象通解

玉圈也是一样——圈子小一点，人少一点，反而干净。人一多，是非就多；圈子一大，什么人都往里进，

最后浊了。放大镜、证书、仪器、软件，用得越多，越不相信自己的手感。不用那些东西，反而回到最朴素的判断方式。不必满世界追货，不必四处打听消息。你安心待着，该来的会来。玉圈里能走到最后的人，不是赚得最多的，是玩得最踏实的人。

四、本章落地

老子这一章不是在讲“要不要发展”，是在讲“什么是足够”。你不需要拥有全世界，只需要拥有一个让你安心的小世界。操练：一、清掉一个你不需要的玉圈群，留下真正有交集的。二、把你每天刷行情的时间减少一半，用来看手里已有的玉。三、列出你“真正需要”的清单和“想要但不需要”的清单，对比一下。

本章核心悟道小结

一味向外扩张追逐、攀比竞争、处处算计，是滋生焦虑矛盾的显性表象；收敛欲望、安守本分、守住边界不随意干涉他人，才是获得内心安宁的隐性本源。能力工具可以具备，但不被欲望驱使去争强夺利，不必总羡慕外界的繁华，不盲目跟风追逐不属于自己的东西。幸福并非来自不断向外索取，而是源于内心知足自洽。懂得接纳自身现状，减少无谓的内耗纠缠，不强行改变他人。读懂本章，守好自身节奏，不随意介入别人的生活。

第 81 章 信言不美

一、《道德经》第 81 章原文原文

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。

二、中国玉王对第 81 章原文解文

真实可信的言语，往往缺少华丽修饰；言辞听起来悦耳动听，往往并不真实。不只言语是这样，行事、求知也是同一个道理：真正合于大道的人，不热衷于口舌争辩；一心争辩争输赢的人，是不合于大道的人。拥有真知洞见的人，不会炫耀见闻广博；卖弄见识广博的人，并没有真正通透的认知。圣人不把利益据为己有：越是帮助别人，自己反而越发充足；越是给予别人，自己反而越发丰富。天道的法则，滋养万物而不加伤害；圣人的准则，有所作为，但不与人争夺。

三、中国玉王对第 81 章玉象通解

假话都好听——“绝版珍藏”“错过再无”“保证升值”。你愿意听哪一种？善者不辩，辩者不善——真正靠谱的人，不争辩。你说他的玉不好，他笑笑，不解释。那些非要跟你辩到底的人，往往心里没底。知者不博——真

正懂玉的人，不会告诉你他什么都懂。他只说自己看准的那一点。那些什么产地都知道、什么料子都认得的，反而可能连温润都分不清。圣人不积——真正通透的玩玉人，不囤货、不压货、不占着好东西不放。他越分享，反而越不缺；他越舍得，反而来得越多。既以为人已愈有——你越帮别人看玉，你自己的眼力涨得越快。你越分享经验，你自己的体会越深。给出去的，其实都加倍回来了。

四、本章落地

最后这一章，老子把话收回来了：真的不好听，假的好听；真人不辩，辩的不是真人；真懂不博，博的不是真懂。不积、不占、不争、不害——是终点也是起点。

本章核心悟道小结

追求言辞华美动听、热衷口舌辩胜、卖弄学识才华，是重表象轻实质的显性表象；言语质朴求真、不执着口头输赢、不炫耀才智，才是洞察事物本质的隐性本源。看透外在修饰，看重内在真实，放下占有囤积之心，利他付出反而收获自我充盈。效法天道，多做滋养他人之事而不加伤害；做人可以积极担当做事，但不追逐名利输赢。读懂本章，重实质轻浮华，务实行事，践行为而不争。

附录一：《道德经》教人不败，《阴符经》教人大成

一、三才相盗

《道德经》只讲万物相生、有无相成，教人包容不争，《阴符经》点破世界运转的底层实相：一切生机、资源、成就、运势，皆来自相互汲取、能量互换。

《阴符经》原文：

天地，万物之盗；万物，人之盗；人，万物之盗。
三盗既宜，三才既安。

中国玉王解文：

天地攫取万物，万物攫取人，人攫取万物。三者攫取有度，天、地、人便可相安。

中国玉王解释：

三才指天、地、人。无论是男女之情，还是事业，不要执念“一味付出、一味退让”，要攫取资源、抓取机遇，才能长久和成功。

二、五贼在心

《道德经》只说“反者道之动”，阐明物极必反之理，主张守心克制以求立身不败；《阴符经》建立矛盾制衡、利弊生克的主动操控体系，洞察规律顺势布局，进而成事大成。

《阴符经》原文：

天有五贼，见之者昌。五贼在心，施行于天。宇宙在乎手，万化生乎身。

中国玉王解文：

天有五贼相互攫取，洞悉此规律者便可昌盛。将此规律存为内心准则，顺应相互攫取的天道行事，掌控系统运行，参悟系统变化。

中国玉王解释：

此处五贼不局限于金木水火土五行天地范畴，可延伸至所有闭环系统：大到天地自然，中到家族、单位、商会，小到人的五脏五官、身心情志。

任何完整体系内部，各个组成部分皆存在相互汲取、相互制衡的关系，这便是广义层面的“五贼相攫”。

看懂任一系统内部制衡运化的法则，便可驾驭整个体系。

三、天人合发

《道德经》选择退守自保，避开动荡杀机，从而安稳不败；《阴符经》直面杀机，看懂变革大势，主动借助洗牌的势能布局，顺势破旧立新，最终成就大成。

《阴符经》原文：

天发杀机，移星易宿；地发杀机，龙蛇起陆；人发杀机，天地反覆；天人合发，万化定基。

中国玉王解文：

天开启变革，星辰发生变化；地开启变革，龙蛇不再蛰伏；人开启变革，秩序发生翻转；天人一起开启变革，万物变化的根基就此奠定。

中国玉王解释：

安稳不是常态，变革洗牌才是天道常态，不要惧怕动荡，动荡是借势翻盘的契机。

人生最大的成功，不靠个人努力，而靠天人合发：个人行动踩中时代大势、天道节律，一举奠定格局。

四、三要守心

《道德经》只警示“五色令人目盲，五音令人耳聋”，点明外在环境损耗心神，却并未传授止耗、锁神、静心的实操方法。《阴符经》一语道破：人之所以心神散乱、无端内耗、终生一事无成，根源在于眼、耳、口三处失守。

《阴符经》原文：

九窍之邪，在乎三要，可以动静。心生于物，死于物，机在目。

中国玉王解文：

人体有九窍，九窍都能招致邪念消耗自身，最重要的是把控好其中的眼、耳、口三处，心神便可动可静。心念因双眼所见外物而生，亦可闭目断缘从而止息消散，管控眼耳口三要，重中之重在于守住双眼。

中国玉王解释：

九窍是人躯体与外界相通的九个通道：左眼、右眼、左耳、右耳、左鼻孔、右鼻孔、嘴巴、泌尿生殖孔和肛门。

成事第一要务：关闭感官外驰，锁住能量耗散。不看是非、不听杂言、不说妄语；静时锁神储能，动时顺势发力，静能蓄势、动能成事；止耗即是积福，锁神即是造运。

五、绝利一源

《道德经》讲少私寡欲、清心少求，是修身修养；《阴符经》讲绝利一源、凝神聚势，是成事战术。寡欲是不贪，绝利是舍弃所有分散目标、无效社交、杂乱念想，把所有精气神、时间、心力，集中于唯一一事。

《阴符经》原文：

瞽（gǔ）者善听，聋者善视。绝利一源，用师十倍；三返昼夜，用师万倍。

中国玉王解文：

盲人听觉敏锐，聋人视物清晰。斩断杂念只守一个目标，效能提升十倍；时时刻刻管好眼、耳、口三处，收心凝神，功力便可激增万倍。

中国玉王解释：

一生平庸，根源从来不是天赋不足，而是心力分散、欲望太多、目标太杂；断绝万缘、专注一源，平凡人的能力可十倍倍增；日夜凝神内收，可成万倍之功。

六、祸福互根

《道德经》只粗略讲“福祸相依”，一语带过，未细化人生祸福转化的实操判断。

《阴符经》直白剖开人生真相：所有顺遂恩情里，藏着衰败的隐患；所有磨难伤害里，藏着翻盘的契机。

生是死的伏笔，死是生的开端，世间没有绝对的吉凶。

《阴符经》原文：

生者，死之根；死者，生之根。恩生于害，害生于恩。

中国玉王解文：

生命诞生之日，便埋下走向消亡的伏笔；事物消亡之后，又会孕育新生的根基。恩惠往往从磨难祸患中诞生，灾祸隐患也常常潜藏在优待恩惠之中。

中国玉王解释：

顺境必藏隐患，懂得收敛守拙；磨难即是转机，困境是新生的根基，绝境可翻盘；不以一时得失定终身，看透恩害转化，方能避凶趋吉、逆转命运。

七、至私至公

《道德经》讲“天道无亲、常与善人”，偏向温情教化；《阴符经》揭露天道最真实、最冷峻的底层规则：天道只为自身循环运转，看似极度自私、毫无情感、不分善恶；但正因无私情、无偏爱，最终普惠万物、绝对公平。

《阴符经》原文：

天之至私，用之至公。自然之道静，故天地万物生。

中国玉王解文：

天道恪守自身法则，看似极致自私，可它化生万物之时，对待众生一视同仁，又是极致公平。

自然大道本体虚静不乱，天地万物方能安稳化生、生生不息。

中国玉王解释：

不要用人情道德绑架天道，规律从不偏袒任何人；想要成功，不求人情、不求好运，只求合道、顺势、守律；极致的公正，来自极致的无情；极致的成就，来自极致的守静合道。

以上是中国玉王从《阴符经》中总结出的《道德经》里没有展开论述的七大人生秘籍。

《道德经》给人格局与底线，《阴符经》给人时机与手段。老子教人守柔不争、清静长久；阴符教人锁能止耗、洞察制衡、捕捉天机、借势造运。

若无《道德经》修身立德，学《阴符经》则沦为权谋小人，轻命招祸；若无《阴符经》驭势成事，学《道德经》则只会清修自保，难以建功立业。

合参《道德经》和《阴符经》，方是内圣外王、静可修身、动可成事的完整人生大道。

附录二：地球上的 15 种主要“植物”

世人想学，但困于学海浩渺、学说繁杂，穷尽毕生亦难览尽天下典籍。世间所有成熟思想、文明学说，皆是宇宙大道的局部侧写、分层演绎、落地变体。

为方便读者规整认知，本篇章将全球十五类核心思想体系，仅按起源诞生时间从古先后排序，时序先后不代表思想优劣、文明高下；同时划分四级草木意象：巨型古树、中型古树、丛生灌木、微末小草；详述各家存续时序、核心思想，并对照《道德经》本源义理，厘清本末、辨明主次。

七株巨型古树为文明本源主干，承载大道全域阐释；一株中型古树为区域完整大道变体；五丛丛生灌木为局部领域分支思潮；两株微末小草为小众偏执衍生论调，不可本末倒置，以支流代主干、以偏执代本源。

1、印度教【巨型古树】：

萌芽于公元前 2500 年古印度河谷文明，公元前 1500 年《吠陀》成型立派；历代持续传承，至今仍是印度本土主流信仰，根深叶茂。

（1）核心思想：

古印度文明本源主干，拥有完整宇宙本体论、创世体系、生命轮回与阶层秩序体系。核心要义为梵我合一、业力轮回、因果报应、顺从天道秩序，认为宇宙本源为“梵”，万物皆由梵化生，生命轮回往复，依业力流转，终极追求个体灵魂与宇宙本源合一，实现终极解脱。

(2) 与《道德经》的对应关系：

印度教 “梵为万物本源、万物归宗、顺应天道、循环往复” 的宇宙观，完全契合《道德经》“道生万物、万物复归于道、周行不殆” 的核心规律。其因果轮回、顺应秩序的理念，对应《道德经》“天道无亲、常与善人、物壮则老、顺势而为” 的天道法则。

(3) 与《道德经》的主要区别：

印度教构建了人格化梵神与轮回体系，而《道德经》的 “道” 是无象、无为、自然的客观宇宙规律，更本源、更纯粹、无宗教偏执。

2、犹太教【巨型古树】：

公元前 1800 年亚伯拉罕立约，公元前 1200 年摩西完善律法；历经千年民族迁徙离散，文明脉络从未断裂，族群核心信仰稳定延续至今。

(1) 核心思想：

西亚文明核心主干思想，亚伯拉罕诸教源头，依托上古启示建立完整的一神创世、天道契约、善恶准则与生命归宿体系。核心要义为唯一真神创世、恪守神圣契约、遵行天道戒律、善恶有报、坚守正道，以神圣律法规范言行、界定正邪，构建族群与世界长久稳定的秩序体系。

(2) 与《道德经》的对应关系：

犹太教 “敬畏天道、恪守秩序、惩恶扬善、顺应本源法则” 的核心，对应《道德经》“畏天、守道、不妄

为、天道酬善” 的理念。其律法约束、止恶向善的内核，等同于《道德经》“知止、守柔、去甚去奢去泰” 的修身守道准则。

（3）与《道德经》的主要区别：

犹太教将大道人格化为神圣主体、以契约律法固化规则，而《道德经》阐释的是自然无为、自在运行的客观大道，无具象人格、无强制契约，是规律本源而非人为规约。

3、琐罗亚斯德教【中型古树】：

又称祆教、拜火教，公元前 1000 年由琐罗亚斯德创立，在古波斯帝国时期走向鼎盛。阿拉伯帝国扩张之后，信仰遭受巨大冲击，信众规模持续萎缩。魏晋至隋唐传播广泛，朝廷特设专门机构管理祆教相关事务。

（1）核心思想：

上古西亚原生成熟思想体系，拥有完整的宇宙二元本体论。核心要义为善恶二元对立、光明与黑暗恒久博弈、择善而行、坚守光明、顺应天道秩序。认为宇宙本源存在光明善神与黑暗恶神两大力量，世间万物、人心世事皆为二元博弈的体现，人生核心是弃恶从善、坚守光明、践行正道，深刻影响后世整个西亚文明及亚伯拉罕诸教的善恶、正邪、末日审判等核心理念。

（2）与《道德经》的对应关系：

祆教的善恶二元、阴阳对立、正邪相生体系，正是《道德经》“万物负阴而抱阳、有无相生、难易相成、

高下相倾” 的阴阳辩证大道的上古具象化表达。其坚守正道、摒弃邪妄、顺势向善的主张，契合《道德经》“天道无亲、常与善人、反者道之动、守正祛邪” 的核心规律。

（3）与《道德经》的主要区别：

《道德经》主张阴阳一体、相生相化、无绝对割裂的圆满平衡之道；祆教将阴阳二元固化为永久对立博弈的两套独立体系，二元不可相融，格局存在局限。

4、道家【巨型古树】：

春秋时期，公元前 600 年前后老子著《道德经》立说；战国百家争鸣兴盛，两汉盛行黄老之学，以道家无为思想治国；儒道互补贯穿华夏文明，两千余年绵延不绝，至今生机长存。

（1）核心思想：

以“道”为宇宙唯一本源与终极规律，道先天地而生、独立不改、周行不殆。核心要义为道法自然、无为不争、反者道之动、弱者道之用。主张万物顺其自然、不妄为、不强执，个人返璞归真、修身守静，治理顺应天道、清静安民，秉持阴阳辩证、物极必反、功成身退的宇宙底层逻辑；思想根基汲取上古《易经》阴阳变易智慧。

（2）与《道德经》的对应关系：

道家本就是《道德经》衍生的完整思想体系，全书义理皆源自老子五千言，八十一章句句阐释大道本体、

运行规律、处世法则、治国真谛，是所有思想体系的终极源头。其余一切学说，皆是对道家大道的局部截取、片面解读、世俗适配。

（3）与其他思想的核心优势：

纵观全部思想体系，唯有《道德经》所载大道体系具备独一无二的完备性：

①维度全覆盖，无内容短板

其余各类思想皆只截取大道某一片段深耕：各大宗教多偏重信仰救赎与善恶伦理，儒家专攻人间人伦秩序，法家、马基雅维利思想仅局限治国权谋，斯多葛、尼采哲学只聚焦个体身心，古希腊理性学派单一钻研认知逻辑，祆教固化阴阳二元对立；而《道德经》一体贯通四层维度——天地宇宙本源规律、内在心性修养、人与人的伦理相处、天下邦国治理，自然、身心、社会、政治融为一体，不存在视角盲区。

②辩证中正，无偏执极端

其余所有思想都会陷入单一偏向：一神教固化人格化创世神，形成教条约束；法家重法度轻仁德，尼采推崇强势进取，极端社会达尔文主义鼓吹弱肉强食，撒旦教派放纵私欲，虚无主义否定一切价值。它们或是偏“有为”、或是偏“对立”、或是偏“欲望”、或是偏“强权”，执一端而失全貌。《道德经》以阴阳辩证为根基，主张守中、知止、无为不争，承认矛盾却不割裂矛盾，接纳万物差异却不走向极端，始终保持平衡中正。

③本源第一，其余皆为分支变体

其余思想，本质都是从大道这一根主干上分出去的侧枝、花叶，甚至畸变杂草。

各家只是抽取《道德经》里某一条道理，单独放大、改造、适配地域文化，再衍生出独立学说；但没有任何一套外来、后世思想，能反过来完整涵盖道的全部义理。

④无具象束缚，普适不受时代地域限制

其余思想绑定地域族群、神话人设、固定戒律、特定时代制度，换文明、换时代就会出现适配裂痕。

《道德经》所言“道”是客观自然恒常规律，不依附神明、礼法、族群规则，无论古今中西，均可通用解读。

5、儒家【巨型古树】：

公元前 551 年孔子创立学说；汉武帝后定为华夏正统主干；宋元明清持续完善扩充，贯穿东亚文明全程，至今持续生长传承。

（1）核心思想：

华夏文明核心主干思想，依托易经阴阳、时变思维构建人伦体系；聚焦人间秩序、人伦道德、社会治理、修身立德。

核心内核为仁、义、礼、智、信，主张中庸适度、克己复礼、修身齐家治国平天下，强调人与人、人与社会的和谐共生，构建稳定的世俗伦理体系与社会秩序。重修心立身、礼法规范、家国担当，弱化天地本源的终极探讨，专注人间入世之道。

（2）与《道德经》的对应关系：

儒家是《道德经》“人间入世、守中适度、修身安民”思想的世俗化落地。《道德经》“知止不殆、守柔处中、爱民治国”的内核，被儒家细化为人伦礼法与处世准则。儒家所有处世、治国、修身理念，皆不出《道德经》“守中、知足、谦和、安民”的大道范畴。

（3）与《道德经》的主要区别：

道家以天地大道为根本，兼顾出世修身与入世治国；儒家偏重人间人伦、社会礼制，较少深究宇宙本源、天地造化的底层规律，其宇宙观完全取自《易经》变易理论。

6、佛教【巨型古树】：

公元前 500 年释迦牟尼于古印度悟道立教；两汉传入华夏，隋唐全面兴盛；分支遍布东亚、南亚、东南亚，全球广泛存续，传承不绝。

（1）核心思想：

古印度原生主干思想，聚焦生命解脱、心性本源、因果轮回、破除执念。核心要义为缘起性空、诸行无常、诸漏皆苦、慈悲向善，主张破除我执、放下贪嗔痴，通过修心悟道脱离烦恼、超脱生死轮回，探寻生命终极真谛，构建完整的心性修行与生命解脱体系。

（2）与《道德经》的对应关系：

佛教“无常、无执、虚静、归真”的核心，与《道德经》“万物生于有、有生于无、致虚极守静笃、

功成而弗居” 高度契合。《道德经》言天地万物流变不止、虚实相生，佛教言世事无常、执念皆空；道家守静归道，佛教修心归真。

（3）与《道德经》的主要区别：

道家兼顾天地宇宙、社会治理、万物规律，兼顾入世与出世；佛教只专注心性解脱、生死轮回，缺少完整的世间治理、天地运行体系。

7、先秦法家【丛生灌木】：

萌芽于春秋，战国公元前 400 - 前 233 年成熟成型；秦朝达到鼎盛，法度思想融入历代王朝制度。

（1）核心思想：

华夏本土核心治理支线思想，聚焦国家治理、制度规范、权责秩序、功利实效。核心要义为以法治国、严明法度、赏罚分明、因时制宜、强化集权、摒弃虚礼，主张以刚性制度约束世人、规整社会、强国安民，深刻影响中国历代王朝制度体系。

（2）与《道德经》的对应关系：

法家是《道德经》“治国安民、去伪存真、因势而为、规制乱象” 思想的极端落地版本。

《道德经》第五十七章 “我无为而民自化，我好静而民自正”、第七十五章治理安民义理，是顺势无为的治本思路；法家截取其中 “规整秩序” 局部，衍生出刚性管控之术。

道家为无为治本，法家为有为治标。

（3）与《道德经》的主要区别：

《道德经》主张无为而治、以德辅法、包容柔和。

法家重严刑峻法、功利集权，舍弃柔性、包容、不争的核心，走向极端管控。

8、古希腊理性哲学【丛生灌木】：

公元前 4 世纪成型，古希腊、罗马时期繁荣，中世纪沉寂，文艺复兴后重新复苏，成为现代西方科学、哲学底层根基，持续分支繁衍。

（1）核心思想：

西方文明根基哲学，核心为理性思辨、逻辑求证、认知世界、探究本源、界定规律、完善认知体系。

柏拉图提出理念论，认为世间万象皆为本源理念的投射。

亚里士多德深耕逻辑、实证、伦理、政治，搭建西方最早的完整理性认知框架，以人的理性思维拆解世界、阐释万物、构建认知与秩序。

（2）与《道德经》的对应关系：

古希腊哲学“探究万物本源、界定世界规律、思辨求真”的核心追求，与《道德经》“观其妙、观其微、洞察天地大道、明晰万物规律”的认知逻辑同源。

《道德经》“常无欲以观其妙，常有欲以观其微”，是兼顾感性与理性的顶级宇宙思辨。

（3）与《道德经》的主要区别：

古希腊完全依靠人类有限理性、逻辑拆解有形万物，局限于具象观测；《道德经》以身心体悟直达无形大道，兼顾有形万物与虚无本源，维度更完整。

9、斯多葛学派【丛生灌木】：

公元前 300 年芝诺创立；古罗马时代全面兴盛；中世纪后学派消亡，仅典籍留存，无固定传承群体。倡导顺应宇宙秩序、修身自律，诸多理念与东方道家思想遥相呼应。

（1）核心思想：

西方古典人生哲学，建立了以永恒宇宙秩序为根基的世界观。核心要义为顺应天地规律、克制情欲、内心自律、安守本分、直面命运、淡泊外物。主张宇宙存在恒定统一的自然秩序，人生最高智慧便是顺应规律、节制私欲、维持内心平和，不因外物得失动摇本心，专注品德与内在修行，是西方经典的处世修身体系。

（2）与《道德经》的对应关系：

斯多葛学派主张宇宙自有恒定秩序，人当顺应天地规律、自律自持、清心寡欲，恪守自身本分，与《道德经》“道法自然、少私寡欲、致虚守静、知足不辱、顺势而为”思想高度契合。学派倡导克制欲望、不追逐身外浮华、守住内心笃定，恰好对应《道德经》“去甚、去奢、去泰”的修身准则。

（3）与《道德经》的主要区别：

斯多葛只侧重个体内心隐忍自律，无完整天地本源、家国治理体系；道家修身之外，兼具天地大道、治国安民完整理论。

10、基督教【巨型古树】：

公元 30 年脱胎于犹太教成型；罗马帝国时期兴盛，传遍欧美、全球各大洲；两千年来持续演化传播，信众遍布世界。

（1）核心思想：

由犹太教衍生发展而来的信仰体系，核心为一神创世、原罪救赎、博爱宽恕、信守正道。主张众生平等、爱人如己、宽容向善、忏悔自省，通过坚守信仰、践行善德获得救赎，构建全球通用的伦理道德、生命归宿与社会价值体系。

（2）与《道德经》的对应关系：

基督教“博爱、谦卑、宽恕、向善、自省克制”的教义，完美契合《道德经》“上善若水、水利万物而不争、谦卑处下、少私寡欲”的核心品性。其克制私欲、弃恶从善的主张，对应《道德经》“去奢去泰、虚静守朴”的修身之道。

（3）与《道德经》的主要区别：

基督教以人格化创世神为核心，侧重原罪、来世救赎；《道德经》“道”是自然客观规律，无神灵崇拜，侧重现世修身、顺应天地自然。

11、伊斯兰教【巨型古树】：

发源于阿拉伯半岛，公元 610 年穆罕默德开始宣讲教义，逐步构建完整思想体系；思想向外辐射西亚、北非、中亚，传播至世界各地；绵延千年持续传承，现今拥有数量众多的信奉者。

（1）核心思想：

拥有系统的一神论理念、道德准则与生活规范。该体系内部视穆罕默德为思想传递者，倡导信奉独一主宰、守持中庸、向善修身、处事公允，主张节制私欲、知行合一，形成覆盖个人修养、社会交往与日常起居的完整行为框架。

（2）与《道德经》的对应关系：

伊斯兰教“敬畏本源、顺从天道、守中正、克私欲、行公正”的核心，与《道德经》“道法自然、守中无为、克制妄为、天道公允”高度同源。其严谨自律、不偏不倚的处世准则，对应《道德经》“万物负阴而抱阳、冲气以为和”的中正大道。

（3）与《道德经》的主要区别：

伊斯兰教以单一人格化真神为万物起源，设立严格宗教戒律；《道德经》大道自然自生，无神灵崇拜，无硬性宗教戒律，讲究随心合道。

12、马基雅维利现实主义政治思想【丛生灌木】：

16 世纪文艺复兴时期成书定型；近代政治学底层理论根基；无独立流派，仅作为分析工具依附各类政治学说长期沿用。

（1）核心思想：

西方经典政治学范式思潮，核心为政治现实主义、去道德化、功利至上、权变处世、务实治国。主张政治治理无需拘泥于世俗道德，以结果、实效、稳定、权力存续为核心，善于权变、因地制宜、审时度势，摒弃理想化、道德化的政治幻想，聚焦现实政治博弈与秩序稳定。

（2）与《道德经》的对应关系：

马基雅维利 “审时度势、因势权变、务实不虚” 的思维，契合《道德经》“顺势而为、因时制宜、圣人无常心、以百姓心为心” 的权变智慧。

（3）与《道德经》的主要区别：

马基雅维利完全剥离道德底线，唯权力与结果论；《道德经》治国以善、德、不争为根基，权变不离中正仁义底线。

13、尼采权力意志哲学【丛生灌木】：

19 世纪末著作完整成型；20 世纪风靡欧美人文领域；无固定信仰群体，仅作为学术小众思潮持续流传演化。

(1) 核心思想：

现代颠覆性核心哲学思潮，核心为权力意志、生命张扬、自我超越、打破桎梏、重估一切价值。主张生命的本质是自我扩张、自我突破、强势生长，摒弃传统道德束缚，超越平庸、创造自我、实现生命价值，否定虚无盲从，推崇强者精神与主动创造，是现代西方人文颠覆与重构的核心支线。

(2) 与《道德经》的对应关系：

尼采 “万物生长、自我突破、动态演化、破除僵化”的内核，契合《道德经》“反者道之动、生生不息、破除偏执、不执成见”的动态大道。

(3) 与《道德经》的主要区别：

尼采推崇向外扩张、强势征服；《道德经》主张柔弱胜刚强、谦卑不争、向内修身，二者价值取向完全相反。

14、纯粹虚无主义、极端社会达尔文主义【微末小草】：

成型于 19 世纪欧洲；仅在人文、社会学小众圈层传播，无稳定传承体系，根基浅薄。

(1) 核心思想：

现代极端衍生思潮，无千年文明根基与完整本体世界观。纯粹虚无主义否定一切价值、一切规律、一切意义，认为万物空无、善恶无别、天道无序；极端社会达尔文主义主张弱肉强食、优胜劣汰、极致竞争、强者通

吃，否定包容、不争、慈悲、共生，将生物竞争极端放大为人类社会唯一准则，偏执、片面、极端。

（2）与《道德经》的对应关系：

二者完全背离大道底层逻辑，无正向契合点。《道德经》明确万物有恒定规律、善恶自有因果、天地生生不息。

（3）与《道德经》的主要区别：

虚无主义全盘否定价值与秩序，极端社会达尔文主义推崇弱肉强食；《道德经》肯定天道秩序、善恶分野，倡导共生包容、柔下不争。

15、撒旦主义 / 暗黑教派【微末小草】：

近现代逐步成型；受众规模极小，仅零散碎片化传播，无完整、正统的文明传承脉络，影响力微弱。

（1）核心思想：

小众亚文化秘教思潮，核心为反传统、反秩序、崇尚私欲、放纵本能、背离公序良俗，否定主流善恶观、天道秩序、向善准则，主张极致自我、放纵欲望、突破一切约束，属于非主流、圈层化极端思想，无完整正向宇宙观与文明传承体系。

（2）与《道德经》的对应关系：

完全背离《道德经》核心大道，不存在正向契合之处。

（3）与《道德经》的主要区别：

《道德经》核心守道向善、克制私欲、包容共生、顺应天地秩序；该思潮刻意逆反一切正道，放纵私欲、对抗秩序，与大道中正完全相悖。

以上十五种“植物”，需特别说明：

时序仅记录各类思想诞生早晚，七株巨型古树属于同等层级的全域文明本源，无高低之分。

放眼全球文明，唯有华夏同时孕育道家、儒家两株巨型古树，二者互补共生，形成完整贯通天地、人伦、治国的完备思想体系，这是其他单一古文明不具备的独特优势。

《易经》为华夏万经之首，诞生于商周之际，是儒、道两大巨型古树共同的上古思想源头，阴阳辩证、天地变易的底层逻辑滋养全部中华思想，是整套草木体系的总根，因不属于独立学派，未单独列入十五类思想草木之中。

纵观以上全球十五大思想体系，无论东西古今、宗教哲学、主流小众，一切正向思想皆源自《道德经》的大道本源，一切偏颇思想皆为大道局部截取与极端异化。

七株巨型古树（印度教、犹太教、道家、儒家、佛教、基督教、伊斯兰教），是大道全域、心性、伦理、秩序的完整正向阐释；一株中型古树（琐罗亚斯德教），是大道辩证规律的上古独立演绎；五丛丛生灌木（先秦法家、古希腊理性哲学、斯多葛学派、马基雅维利思想、尼采哲学），是大道修身、治国、思辨、生命演化、政治权变的局部细分应用；两株微末小草（虚无主义 + 极

端社会达尔文主义、撒旦主义），是背离大道中正、偏执极端的异化产物。

天下学说看似纷繁林立、各成一派，实则同源一道、万理归一。

读者熟读本书《道德经》八十一章解文，通透天道本源、辩证规律、处世准则、治国根本，便无需遍览群书、疲于求学。

天下所有知识、学说、思想，皆可在此本源体系中找到出处、看清局限、辨明真伪。

悟透道德经，即悟透天地万物、人间百态、天下诸学。大道至简，一通百通。

后记：我们为什么这样解《道德经》

这本《道德经》解文，起于一个朴素的初心：以玉悟道，以日常读懂老子。

市面上多数《道德经》注解，要么困于字词考据，要么流于玄理空谈，读完似懂非懂，无法落地。但我们始终相信：老子从不是在讲脱离人间的高深学问，他所言的大道，本就是朴素、日常、贴合人性与生活的底层规律。只是岁月更迭、语言变迁，让最通俗的人生真理，变成了世人眼中难懂的玄言。

所谓“无为”，从来不是躺平不作为，而是不妄为、不瞎折腾；所谓“不争”，不是怯懦退让，而是不盲目较劲、不内耗逐利；所谓“守中”，不是模棱两可，而是不偏执、不走极端。老子的每一句箴言，皆是处世立身的实用法则，而非束之高阁的空洞理论。

因此，我们注解此书，只做一件事：把两千年前的古老哲思，转化为现代人听得懂、用得上的大白话，打通断裂的逻辑，还原老子最本真、最通透的本意。

玉之性，温润内敛、藏锋守拙、质朴包容，恰合大道品性。美玉从无绝对完美，有棉有裂、有瑕有痕，却正因不完美，才足够真实、独一无二。人世亦是如此，得失相伴、祸福相依、起落相随，没有十全十美的人生，接纳缺憾、顺应规律，便是通透。我们将每一章的大道义理，融入赏玉、玩玉、藏玉的日常场景，让抽象的天道人理，落地为可感、可见、可践行的生活智慧。道理唯有扎根生活，才有温度；经典唯有贴合当下，才有价值。

老子行文极简，思维通透、一气贯通，常常一笔带过、省略中间推理，仅以一字“故”承接因果。于彼时同道之人，自然心领神会；但于两千多年后的现代读者，这般跳跃式表达，极易造成理解断层，让人只知结论、不懂成因，看似读懂，实则未通。我们全程梳理、补全隐匿的因果逻辑，串联起现象、根源、规律、践行的完整脉络，不篡改原义、不附会私念，只为还原老子最完整、最真实的思维体系。

全书体例清晰、层层递进，每一章皆包含原典原文、通俗解文、玉象通解、落地实操方法、核心悟道小结。从读懂文字、看透本质，到践行落地、修身正心，让古老的大道智慧，真正适配现代人的生活、处世、修身。

我们落笔的初衷，从不是卖弄学识，而是希望让经典走出古籍，让大道融入日常。不求人人精通经典，但求人人读懂生活。若读完此书，你能褪去对大道的神秘滤镜，对无为、不争、守中等智慧有具体、真切的认知，能在困顿、浮躁、纠结之时，借古人智慧安身立心、从容处世，便是此书最大的意义。

温润和田玉，承载大道本心；古老道德经，治愈人间万象。感恩每一块天然美玉，让我们得以具象悟道；感恩每一位驻足阅读的读者，愿意沉心探寻古老智慧的真谛。

愿你读完此书，不止读懂道理，更能通透人生。

钟慧 钟涵予 钟林

（抖店：玉见钟毓，淘宝：中国玉王）

玉王璀璨映苍穹，



温润凝脂苍穹， 温润凝脂韵自浓。
匠艺精赅万古， 华夏瑰宝耀千重。



中国玉王

1. 7万和田玉手镯检索淘宝下单系统 (www.vank.cn) ,
系统加载的王文化已覆盖约174个国家, 支持22种语言:

中文, English, Русский, Français, 한국어, Bahasa, Latin,
Melayu, mal'nu, Bahasa Indonesia, العربية,
ニホンゴ, Español, Português,
Deutsch, Nederlands, Italiano, Svenska, Polski, Türkçe

