



# 《典籍周口》

## 智慧之光 道德经 随谈



扫码可在周道 APP 上观看  
视频和《典籍周口》栏目稿件。

## 《道德经》第二十四章

本期撰稿人：宋丹丹 老子学院(研究院)研究员  
李晓英 周口师范学院老子暨中原文化研究中心教授、博士

传承优秀文化，解读历史经典，开启智慧之光。今天我们共同学习《道德经》第二十四章。

原文：企者不立；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，曰余食赘形。物或恶之，故有道者不处。

通读本章之后，大家会发现，这一章的内容和前面的第二十二章极为相似，谈论的都是个人品德和修养问题。第二十二章从正面说明“不自见”“不自是”“不自伐”“不自矜”的益处，而本章则是从反面指出“自见”“自是”“自伐”“自矜”的危害。这一正一反的论说方式，辩证地说明了急于求成和以自我为中心导致的后果。

首先在开篇老子便从踮着脚尖站立，跨着大步走路这些非正常的“立”和“行”来阐明遵循自然之道的要意。“企”，是指踮起脚尖站立，即使是芭蕾舞演员或者是练过功夫的人，这种姿势也很难保持长久，所以踮脚站立失去了站立的自然之道；跨着很大的步子向前奔跃，这只能是偶尔的动作，必不能走得太远，所以跨步前行脱离了行走的自然之道。我们常说“好高骛远”，其实表达的也正是这种不切实际，“企者”就是好高，“跨者”就是骛远，梦想的实现应该是建立在对自身对当下最精准的认知上，脱离实际偏向高远的方面去追求，不是自讨苦吃，就是甘愿自毁。与其高歌猛进、好高骛远，不如成熟稳重、行稳致远。人生的路，只有稳步前行，才能越走越远、越走越顺，身体稳、家庭稳、事业稳，才是高质量的人生。《论语·子路》中记载着孔子的学生子夏因为要到鲁国莒地为官，所以特地向孔子请教执政之道，孔子告诉他“做事情不要那么着急，不要贪求小利。求快反而达不到目的，贪求小利就做不成大事。”这就是“欲速则不达”这个成语的由来，民间也有一些俗语“食紧弄破碗”“心急吃不了热豆腐”表达的都

是这个意思。北宋时期，王安石为了达到国家富强的目的，于是推行了一连串的变法革新活动。他的能力和主张都很好，但坏就坏在他急功近利，没有从实际出发，没能使改革的主张深入人心，也没能培养出一批足以实施新政的人才，导致新法成为一些别有用心的人用来升官发财的工具，最终导致变法失败。“企者不立，跨者不行”，寥寥数语揭示了“欲速则不达”和“适得其反”的深刻道理，强调了顺其自然的重要性，蕴含着极其高深的人生智慧。

本章中的“自见者不明；自是者不彰；自伐者无功；自矜者不长”这四句话与第二十二章的“不自见，故明；不自是，故彰，不自伐，故有功；不自矜，故能长。”从字面上看，只是一个倒装句而已，实际上在境界和层次方面还是有差别的。第二十二章的“不自见、不自是、不自伐、不自矜”这“四不”重点讲的是圣人为人处世的方法和原则，而本章重点讲的是行为的因果关系，强调“自见、自是、自伐、自矜”这些是人生中四种最典型的心理疾病，是成功的大忌。

第一种是“自见”。刻意自我表现是唯恐别人小看自己，其实表现得越多，越容易被别人看破，这种心理源于内心的自卑和虚荣。实力不足，还死要面子，以为这样可以美化自己，殊不知只会让自己越来越看不清自己，更让别人心生厌恶。唯有多去聆听、敢于请教、谦逊学习才能提升实力，实力决定自信。

第二种是“自是”。自以为是的往往固执己见，总认为自己的见解最高明，总是反驳与自己相悖的意见。很显然，这样的人往往自视过高，把主观有限认识当成真理，恐怕生活中是争论不休、矛盾不断。有分歧的时候，聪明的人懂得自知，懂得沟通和协调，懂得尊重和让步。

第三种是“自伐”。现实中有不少人，一方面喋喋不休夸耀自己过去的光辉历史，从不提及自己的失误；另一方面夸耀自己对别人如何好，对

工作对单位有多么呕心沥血，却很少谈及别人对自己的帮助和恩情，这样的人虚伪虚荣。成就属于过去，荣誉属于集体，如果大家都这般去表功争功，只会搞得不团结不和谐，到最后谁又会记得这到底是谁的功劳呢？

第四种是“自矜”。能力弱的人容易自卑，能力强的人容易自负，自矜说的就是人的自负。自负常常会因为自身的优越感而恃才傲物，往往会过于相信自己犯经验主义错误，以自己主观想象代替客观现实，没有预留空间，只会把自己搞得穷途末路。

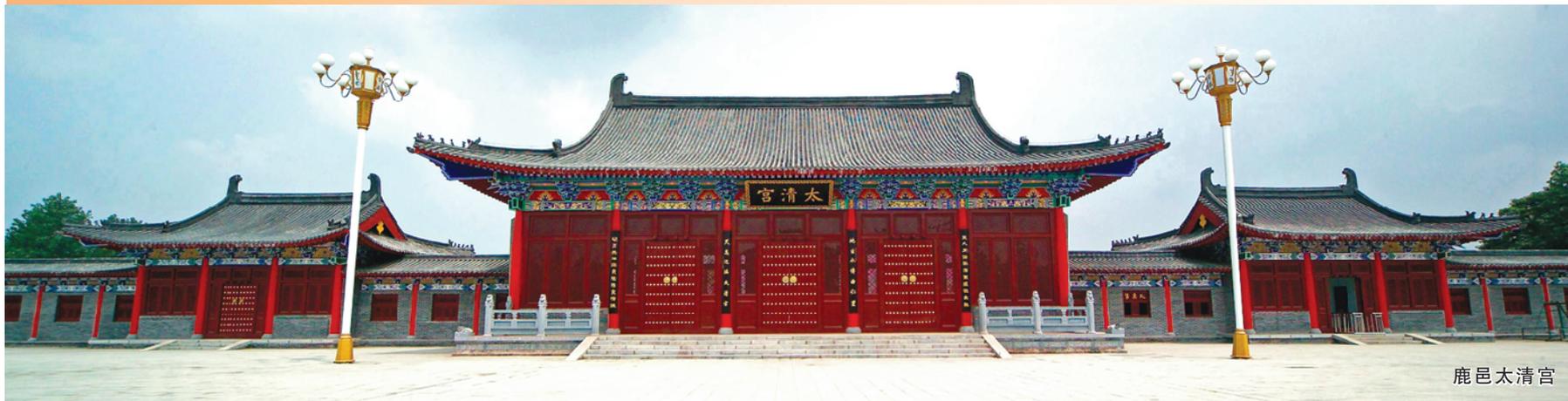
从以上的解析可以看出，“自见、自是、自伐、自矜”完全是执着自我、迷恋自我、标榜自我等心理行为方面的刻意之举，这不仅仅是修身处世的大忌，更是不顺从自然的表现，以道的角度来看，简直就是剩食和赘余，非但无用，还有损身心。自古以来，固执己见，自以为是和自我标榜，自矜骄傲者多生危险，遭遇灾祸，难以长久，这是一条颠扑不破的人生铁律。历史上“力拔山兮气盖世”的西楚霸王项羽，他在巨鹿之战获胜后，便不再把刘邦放在眼里，最后却落得一个“自刎乌江”的下场；三国时期的袁绍，自以为手握雄兵，刚愎自用，草率决定与曹操一决雌雄，最终落得兵败官渡，丢掉大好江山的下场。这类事例还有很多，值得我们认真借鉴和警醒。与此相反，圣贤立功于世，向来是淡然处之，不居其功。我们都很熟悉《出师表》中的一段话：“臣本布衣，躬耕于南阳，苟全性命于乱世，不求闻达于诸侯。先帝不以臣卑鄙，猥自枉屈，三顾臣于草庐之中，咨臣以当世之事，由是感激，遂许先帝以驱驰。后值倾覆，受任于败军之际，奉命于危难之间，尔来二十有一年矣。”诸葛亮非常谦卑地接受了刘备的请求，出山与刘备共谋天下，他也确实做到了在《后出师表》中所说的“鞠躬尽瘁，死而后已”。在诸葛亮身上我们看不到老子所说的“自见”“自是”“自伐”和“自矜”，反而彰显出诸葛亮的优秀品质

：谦卑能够聚敛人气与智慧，诚信能够施展才能与方略。“惊奇喜异者，无远大之识；苦节独行者，非恒久之操”喜欢标新立异的人，绝对不会有高深的学识和远大的见解；只知道苦苦恪守名节而自以为清高独行其是的人，绝对无法保持长久的恒心，人生需要的是脚踏实地。

在我们的优秀传统文化中，道家、儒家还有佛家，它们不仅是对世界不同的认知观念体系，更是各有千秋的生命哲学体系。道家在修养身心上重点强调顺从自然，强调敛藏，知足知止、谦逊不争，反对那些极端的行为，主张柔弱与谦和；儒家在修身方面强调“敬”“诚”“静”，这是身心修养的阶梯，也是一种极高的精神境界；佛家尤其是中国化的佛学，强调“放下”，去除妄念执念。尽管各家在解决“人如何活着”这一根本性问题上提出各自不同的方案，但修炼身心的最高境界是一样的，原不过是完成一个人的意义之所在。所以任何哲学，倘若最终不能落实在“人”的层面上，不能对人的生命进展有所指引与启迪，那么这种哲学终究是空谈，是不切实际的。

总之，这一章老子以日常行为做比喻，揭示了一切违反自然的行径必然适得其反的朴素规律，不仅是这种刻意躁进的行为不可取，而且暗指肆意妄为的政举也会为人所共弃，为我们勾画出了一幅反面教员的形象图。所以在本章结束前，我们可以综合前面第二十二章的内容为大家做一个合并的总结，老子通过这两章，直言告诫我们因为“自见者不明；自是者不彰；自伐者无功；自矜者不长”，所以才应该坚持“不自见；不自是；不自伐；不自矜”。顺其自然，不矫揉造作，摒弃“自我、自大、自夸、自傲”的不良风气，培育“自知、自省、自谦、自律”的优秀品质，时刻铭记尺有所短、寸有所长，这样我们才能不断进步、不断成长。①6

(记者 黄佳 整理)



鹿邑太清宫