



编辑/郭怡晨 E-mail/zkwbgye@sina.com

《道德经》传家版第十九章：

绝学无忧得大道

□董延喜

【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，绝学无忧。

【新译】

抛弃自我标榜的圣人和智慧，老百姓就能得到百倍的好处；
抛弃自我包装的仁爱和义举，老百姓就能恢复慈爱的天性；
抛弃投机取巧的机心和谋略，盗贼就会失去滋

生的土壤。

上述三者均属于虚华和巧饰，不足以修身治国。要使百姓心灵有所归属，必须坚持三项基本原则：追求纯洁，抱持真朴；减损私心，收敛欲望；彻悟大道，快乐无忧。

【会意】

这一章老子提出了“治国三抛弃”和“修身三原则”。

“治国三抛弃”即抛弃圣明和智慧，抛弃假仁和假义，抛弃机巧和私利。老子所处的时代，到处是战场，老百姓处于水深火热之中。随着人们欲望的不断扩大，人类的本性被污染、被损害。一些自我标榜为圣人的才智之士贪图私利，卖弄聪明，尔虞我诈，以仁义道德作为口号去侵略他国，把一个文明大国带入无休止的疯狂战争之中，对这种社会乱象，老子陷入深深的痛苦和不满之中。所以老子从人性清静的本原出发，主张绝圣弃智、绝仁弃义、绝巧弃利的“三绝”“三弃”原则。

一是“绝圣弃智，民利百倍”。“绝”本义为断绝，引申为抛弃。“弃”是放弃，引申为放下。这句话的意思是只有放下对圣人、对智慧执着认知，回归真我的自然质朴之性，才能放下盲目崇拜，客观地反映事物的本然状态。“绝圣弃智”不是不要圣人，不要智慧，而是要放下我执，放下主观有为，以无为的应对去认知真正的圣人，获得真正的智慧。人们只有放下有为的妄想与奢求，不去追求维系生命活动之外的虚名浮利，才是“民利百倍”，才是老百姓最大的利益。老子提出“绝圣弃智”，不是说圣人不好，智慧不好；不是说不要圣人，不要智慧。一部《道德经》就是一部圣人学，就是一部智慧学。《道德经》中三十多处写到圣人如何，就是在让我们去践行圣人人格，以圣人为榜样学习怎样做人。《道德经》中有三百多处大道原理，都是宇宙人生的大智慧。老子主张“绝圣弃智”要摒弃的是那种自我标榜的圣人，卖弄聪明的智慧。前段时间就有一批自封的“紫微圣人”们，在网上争的一塌糊涂，他们一个比一个自负，一个比一个狂妄。社会不宠他们，是他们自己宠坏了自己的。说到底不过是一群把世界关在门外的自我膨胀的自恋狂。

二是“绝仁弃义，民复孝慈”。这句话的意思是只有从自身做起，修养身心，放下有为之“仁”，有执之“义”，处无为之事，行不言之教，保持人类的本真之性，才能做到父慈子孝，六亲和睦，才能真正得到人生幸福，享受人间至乐。老子提出“绝仁弃义”，不是说仁义不好，不是说不要仁义，而是要抛弃那种披着仁义外衣的假仁、假义，老子是让人们不要本末倒置，不要打着仁义的旗号祸害老百姓，不要让仁义脱离了道德这个根本，从而做到有仁义、不执仁义而又不失仁义。如果世人都能无我忘我地去孝敬父母和爱养子女，都能无私忘我地去与他人相处，家庭就会成为和谐、幸福的家庭，社会就会成为和谐、有序的社会。

三是“绝巧弃利，盗贼无有”。“绝巧弃利”的“利”，不是“民利百倍”的“利”。这个“利”是锋利、锐利之利，是凭借小聪明而敏察利害之利。这句话的意思是让世人从净化身心入手，放弃那些有为的机心和智谋，不要为了谋取私利而奋不顾身、不择手段地强作妄为。如果人人做好了净化身心的功课，人人都不去投机取巧，人人都回归质朴的本性，人人都脱离堕落的深渊，也就没有了盗贼产生的土壤，那就真的是天下无贼了。

怎么样才能让人们回到清静不争、无知无欲的本性中去，让人们的心灵有所归属，让人们淳厚朴实的本来面目得以复苏呢？老子提出了他的“修身三原则”：见素抱朴，少私寡欲，绝学无忧。如果人类真正坚持了这三项基本原则，那社会就美好了，天下就太平了。

第一个原则是见素抱朴。“见”在这里读“现”，呈现的意思。“素”本义为未染的生绢，引申为本色、本性、本质。“见素”就是人的思想观念要纯净无染；“朴”是未经雕琢、质地优良的原始木头，“抱朴”就是要怀抱原始天然的质朴。“见素抱朴”是一种生命境界，有

了这种境界的人心底纯洁无瑕，衣着朴素无华，行为精诚无妄，说话真实无假，做人不藏机心，做事不要奸滑，当哭就哭，当笑就笑。决不会哭装哭，猫哭老鼠假慈悲；不笑装笑，弄出那皮笑肉不笑的事儿来。

第二个原则是少私寡欲。老子没有让人大公无私，公而忘私，做到绝对的“无私无欲”，做到彻底的无私无欲，那就超凡入圣，成神仙了。少私寡欲说的是要减损自己过度谋求和贪婪占有的欲望，以清静安详之心合于自然。“寡”也是少的意思，可引申为淡而无味，老子还说过“味无味”，从无味中品出真味来，这是净化身心之后才能达到的境界。在这方面庄子是我们的榜样。庄子认为私是万恶之源、百病之根。一个人如果私心缠身，必定斤斤计较，患得患失，日思夜虑，不得安宁。这样又会导致形损精亏，积劳成疾。庄子认为欲不可绝，但也不可纵，纵欲必然会“闯祸染病”。一个人如果少情欲，则不会欺男霸女；节物欲，则不会图财害命；寡官欲，则不会投机钻营。少私寡欲，才会身心健康，安然处世。庄子认为一个人如果终日不得安宁，思想不得止息，定会百病丛生。只有心平气和，“头空、心静、身稳”，有很强的自控能力，才能少受外界干扰，保持平静的心态和健康的体魄。

第三个原则是绝学无忧。“学”包含世上一切知识，所有的文化知识都属于“学”的范畴。“绝学”不是不学，而是学而不执，有知而不执所知，也就是“无知”的境界。对书本知识不要过于执着，“无忧”就是大明白、大洞透、大彻大悟，达到无忧无虑、了无牵挂、自在快乐的境界，是学道的最高境界。“绝学无忧”就是放下对文化知识的主观偏执，使身心活动处于自然和谐状态之中。在大道面前，一切知识都显得那样浅薄。理解“绝学无忧”，要结合老子“为学日益，为道日损”“少则得，多则惑”“知者不博，博者不知”等论

述，结合庄子“吾生也有涯，而知也无涯；以有涯随无涯，殆矣”的论述一并参悟。两千多年来知识大爆炸，书本何止万卷、万万卷，你永远不可能学完，但智慧不会爆炸，智慧还是那些智慧，《道德经》被誉为“经中之经”“万经之王”，老子道学被称为“千古绝学”，是人类的最高智慧。经从无字处悟，道从会意处明。《道德经》是一部值得读一辈子的经典。读经典最好读原著，不要被名人忽悠，不要二手货。不要太过执着于书本和文字，要自己去悟，去会意，要用心去读无字天书。读到什么时候算读懂了老子？读到突然有一天你心中豁然开朗，大彻大悟：“哎呀！这哪里是我在读老子，明明是老子在读我，他读到了我内心的最深处，读到我的骨头缝里去了。”古代经典完全能够解读今天的世人心，老子把我们心里那点小九九全都看破了。现代社会许多人对物质的追求超过了对精神的追求，渐渐泯灭了道性，丢失了本真。老子道学可以让人们复活道性，找回那个原本快乐无忧的真我；可以让人们知足常乐，离苦得乐，自得其乐，安居乐业，快乐幸福地度过自己的人生！

许多学者包括一些大师级的人物把“绝学无忧”解读为“抛弃学问，可以使人生无忧”，并以此批评老子要毁灭一切文化，这是一种严重误读误解误导，读者万万不可上当。如果按他们所说的老子反对知识、反对学习，老子为什么还要留下一部《道德经》供后人学习呢？

对“绝学无忧”这句话，有人主张放在十九章之尾，有人主张放在《道德经》第二十章开头。我认为放在《道德经》第十九章结尾更为恰当。一是这句话与见素抱朴，少私寡欲，连为一体，构成修身三原则，与上部分的“三绝”“三弃”有着内在的因果关系；二是“绝学无忧”不仅总结了本章大旨，而且是本章的落点和升华，若无此句，本章就不完整了。

【道歌】

三绝三弃是国策，惟大英雄能本色。
绝学无忧得大道，牢记修身三原则。

(感谢三河汇老子学社提供信息支持)

