

[活学, 活用, 多识]

《老子》是世界上文字最少, 而含义最广、最深的一部哲学著作。在中国这个历史悠久的文明古国中, 在浩如烟海的古代文化遗产中, 老子学说和他的《老子》是唯一可以和孔子学说及其《论语》相抗衡的。

我教孩子

Help Children learn the
Classic of Virtue of the Tao

学

老子

赵宁◎编著

开阔视野 充实知识 增长智慧

●《老子》文字简约, 说理透彻, 含义深邃, 富有辩证精神, 特别能启发人的思考。



赵宁◎编著



我教孩子 学老子

开阔视野 充实知识 增长智慧

 新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

我教孩子学老子/赵宁编著. —北京: 新世界出版社, 2007.4

ISBN 978 - 7 - 80228 - 321 - 3

I. 我... II. 赵... III. ①道家②老子 - 青少年读物

IV. B223.1 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 039299 号

我教孩子学老子

策划: 梁小玲

作者: 赵 宁

责任编辑: 梁小玲

封面设计: 创品牌工作室

出版发行: 新世界出版社

社址: 北京市西城区百万庄大街 24 号 (100037)

总编室: +86 10 6899 5424 6832 6679 (传真)

发行部: +86 10 6899 5968 6899 8733 (传真)

网址: <http://www.nwp.cn> (中文)

<http://www.newworld-press.com> (英文)

电子信箱: nwpen@public.bta.net.cn

版权部电话: +86 10 6899 6306 frank@nwp.com.cn

印刷: 九州财鑫印刷有限公司

经销: 新华书店

开本: 787 × 1092 1/16

字数: 260 千字 印张: 17.5

版次: 2007 年 4 月第 1 版 2007 年 4 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978 - 7 - 80228 - 321 - 3

定价: 34.00 元

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换



前言



老子（公元前570年左右~公元前470年左右），思想家。姓李名耳，字聃，有人说又称老聃。相传生活在春秋时期。老子著有《道德经》，是道家学派的始祖，他的学说后被庄周发展。道家后人将老子视为宗师，与儒家的孔子相比拟，并认为孔子曾学于老子。在道教中，老子是一个很重要的神仙，被称为太上老君。

老子的籍贯是楚苦县（今河南省周口市鹿邑县）厉乡曲仁里，鹿邑县境内仍有“老君台”遗址（另一说法是安徽涡阳，老子东太清宫是涡阳一处重要的人文景观，是佐证老子故里在涡阳的重要证据）。他曾经做过周朝的守藏吏，管理周朝的国家藏书。

老子作品的精华是朴素的辩证法。例如名句：“祸兮，福之所倚；福兮，祸之所伏。物或损之而益，或益之而损”。虽然他的作品中存在许多时代的局限，但是这部流传2000多年的《道德经》，的确是个跨时代的作品。

在修身方面，老子是道家性命双修的始祖，讲究虚心实腹、不与人争的修持；在政治上，老子主张无为而治、不言之教；在权术上，老子讲究物极必反之理。他的主要著作《老子》（也叫《道德经》），分上下两篇，81章，5000宋字，上篇37章，后人称为“道经”；下篇44章，称为“德经”。对后人影响很大。

《老子》一书是一个唯物主义体系，并具有朴素的辩证法思想。它宣扬自然无为的天道观和无神论。其唯物主义体系的核心是“道”，它以道为宇宙的根本，阐述了道的本质、特点及其运动变化的规律。老子反对天道有知，提出了天道无为的思想以及“道常无为，而无不为”的思想。

理。他的主要著作《老子》（也叫《道德经》）对后人影响很大。在政治上，老子主张无为而治、不言之教；在权术上，老子讲究物极必反之在修身方面，老子是道家性命双修的始祖，讲究虚心实腹、不与人争的修持；



在修身方面，老子是道家性命双修的始祖，讲究虚心实腹、不与人争的修持；在政治上，老子主张无为而治、不言之教；在权术上，老子讲究物极必反之理。他的主要著作《老子》（也叫《道德经》）对后人影响很大。

《老子》文字简约，说理透彻，含义深邃，富有辩证精神，特别能启发人的思考。老子提出的人生态度和社会政治理想，不免失之消极，但其思想中确也包含了深刻的智慧。它曾被人们广泛运用于各方面，发挥了重要的作用。在整个中国传统文化发展历程中，与儒家刚健有为的思想起着互补的作用。

《老子》的哲学体系，标志着我国哲学思想达到了很高的程度，在中国哲学发展史上有重要的地位和深远的影响。要了解中国传统文化，不可不读《老子》。

也许，在很多人的印象中，《老子》是一本束之高阁、属于少数专家学者研究的学术著作，高深莫测，与平民百姓相去甚远，更不适合青少年看。但本书作者通过多年的努力，尝试用通俗易懂的语言，生动有趣的故事，积极向上的思想，深入浅出地对《老子》一书的重点句子和主要思想进行了最大众化的解说。

《我教孩子学〈老子〉》一书，内容厚实，文笔流畅，可读性和趣味性很强，是广大青少年开阔视野、充实知识、了解中国传统文化和道家哲学思想的入门教材，也是适合不同年龄和阶层的人提高修养、调剂心情、感悟人生的良师益友。



目录



第一章 《老子》的人生智慧

为了便于孩子理解和迅速把握原文的核心内容，以获得更多的收益，我们没有按照《老子》原文的顺序进行讲述，而是直接从人生智慧讲起。因为《老子》是一部辩证法的经典，也是一部人生智慧的宝典。

歌德指出：“人生的道路虽然漫长，但紧要处常常只有几步，特别是当年轻的时候。谁若游戏人生，他就一事无成；谁不能了解人生，就永远是一个生活的奴隶。”

怎样才能使孩子正确地认识人生，达观地看待人生，成功地把握人生，幸福地享受人生呢？在教孩子学《老子》的过程中，可以得到很多深刻的启迪。毫不夸张地说，《老子》能够净化灵魂，开启智慧，是一本教孩子人生智慧、立身处世的绝好教材！

关于老子的“道”，中国学术界众说纷纭，各有各的说法。但是，孩子在读《老子》时，从中一定要领悟到的一个最重要的问题，就是如何在日常生活中“为道”、“行道”。以追求“无为而无不为”的境界，在生活中左右逢源，无往不胜。

需要提醒孩子的是，“无为”的理念在《老子》中反复出现，这并不是罗嗦或无谓的重复，真正的道理是不怕重复的。重复实际上是在加深读者的记忆，让这一理念在读者的心中深深扎根。

理。他的主要著作《老子》（也叫《道德经》）对后人影响很大。在政治上，老子主张无为而治、不言之教；在权术上，老子讲究物极必反之在修身方面，老子是道家性命双修的始祖，讲究虚心实腹、不与人争的修持；

老子之“道”内涵非常丰富	3
老子提倡的“无为”，并不是什么都不做	6
要尊重客观规律	9





培养良好的习惯	12
把工作的细节做到极致	14
好事与坏事是可以相互转化的	17
在坏事发生之前采取措施	19
表面的现象都是暂时的	22
富人享有更多的资源	24



第二章 《老子》的为人之道

做一个有道德的人，对孩子的一生是至关重要的。

一个人学业上的缺陷并不一定会影响他的一生，而道德、人格上的缺陷却可能贻害他的终身。学会做人应从基本的道德要求做起，自觉培养道德情感和道德意志。培养自己的道德观念必须注意到知、情、意、行的统一，不能只讲动机而不计效果，也不能只根据效果去判断其善恶；要注重道德认知，处理好知与行的关系，要树立远大的理想，提高行动的自觉性，应注意实际行为的锻炼，在实践中增强道德情感、意志力，自觉遵守行为规范、服从纪律，使自己成为有理想、有道德的一代新人。

《老子》又名《道德经》，是培养孩子道德，教孩子学习做人的理想教材之一。

老子强调“不明之明、不彰之彰、不争之争”。现实生活中，许多人爱好张扬，争强好胜，自高自大，自傲自矜，这些人往往免不了要碰得头破血流，反而影响了自己的事业，阻碍了自己的发展。这是最不聪明的。其实，真正智慧和聪明的做法，就是老子所教导我们的：“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。”如果你能始终保持谦虚谨慎的态度，说话谦和，为人谦恭，行事谦虚，你就能永远立于不败之地。

追求高尚的道德	33
把追求美德放在最重要的位置	36
不敢居于天下人之先	39
修身养性，战胜自己	42

在修身方面，老子是道家性命双修的始祖。讲究虚心实腹、不与人争的修持；在政治上，老子主张无为而治、不言之教；在权术上，老子讲究物极必反之理。他的主要著作《老子》（也叫《道德经》）对后人影响很大。





理。他的主要著作《老子》（也叫《道德经》）对后人影响很大。在政治上，老子主张无为而治、不言之教；在权术上，老子讲究物极必反之；在修身方面，老子是道家性命双修的始祖，讲究虚心实腹、不与人争的修持；



要拥有一颗高贵谦卑的心	46
永不自满，培养谦虚的品格	48
天网恢恢，疏而不失	50
要能够使自己静下来	53
追求大公无私的境界	55
知者不言，言者不知	61
知道自己的不足才算得聪明	64
不要自以为是，不要刚愎自用	67
成就万物而不自居有功	70



第三章 《老子》的处世哲学

“学会共处”是现代社会对每一个孩子的基本要求。

要教会孩子做一个和谐的人。要让他知道，一个人不是只为自己活着，而是社会的一员，是自然界的一员，是自始至终生活在群体、生活在大自然之中的。所以，一个心理健全的人，必须学会与人相处，与自然相处，做一个和谐的人。只有学会了与人相处，工作、学习、生活才能够事事顺手，时时顺心。

老子的处世哲学，对历代中国人都有深刻的影响。

在处世方面，老子提出了“大智若愚”的理念。他指出，真正的大智慧外貌若愚，真正的大聪明难得糊涂。在一定意义上，大愚就是大智，大糊涂就是大聪明，所谓“物极必反”这个道理在这里也是适用的。

在《老子》中，说话、办事、处世、交往的智慧无所不包，如果孩子能够认真领会和灵活借鉴，对他未来的人生一定会产生积极而深远的影响。

信言不美，美言不信	77
强大的一方特别应该谦卑忍让	81
对待万事万物一视同仁	83
美好的言行可以换来别人对你的尊重	86
口才好的人说话滴水不漏	89

在修身方面，老子是道家性命双修的始祖，讲究虚心实腹、不与人争的修持；在政治上，老子主张无为而治、不言之教；在权术上，老子讲究物极必反之理。他的主要著作《老子》（也叫《道德经》）对后人影响很大。



要和光同尘，不要标新立异	92
体谅他人的难处，包容他人的个性	95
敢于为他人付出	101
不可轻易许诺	104
使用无言战术来达到目的	108
宠辱不惊，追求豁达	111
对“智”与“愚”持辩证的观点	114
不要显露锋芒	118
退一步海阔天空	120
保持冷静，善于忍耐	122
适当谦让而不斤斤计较	126
尽量用化解而不是还击的方法	130
大巧者若拙，处处谦虚谨慎	134
曲则全，枉则直	139
合理把握办事时机	144
最大的祸害莫过于忽视敌人	146
欲夺先与，欲擒故纵	148
不要怕被别人批评	151



第四章 《老子》的努力法则

21世纪对人类的素质和能力提出了更高、更新、更全面的要求，也加剧了每个年轻人希望通过学习把握时代潮流的紧迫感。青少年时期是人生搏击的开始，需要作好一系列的准备工作。孩子能力和综合素质的提高，有没有切实可行的方法和途径？怎样通过学习和有效的努力，站在时代的潮头？这些问题都可以从《老子》中去寻觅答案。

老子指出，祸可以转化为福，福也可以转化为祸。但都是在一定的条件下才是如此。主观的努力或不努力，努力的方法不对等，都是条件。

必须让孩子注意的是，老子所主张的“清静无为”，绝不是



目录



理。他的主要著作《老子》（也叫《道德经》）对后人影响很大。在政治上，老子主张无为而治、不言之教；在权术上，老子讲究物极必反之在修身方面，老子是道家性命双修的始祖，讲究虚心实腹、不与人争的修持；



消极避世、不思进取的思想。在《老子》中，“无为”的终极目的是“无不为”。老子主张“后身则身先，无私则私成，无身则可以寄天下。”老子教给我们的一条重要智慧，就是如何在一个“乱世”中全身保命，进而又教我们如何用智慧而不是用武力去争先，再进而又教我们如何做才能成就伟业。

强行者有志	157
成功需要付出相当的努力	159
弱能胜强，柔能胜刚	162
慎终如始，善始善终	164
要学会坚持和等待	166
要肯于从细小的事做起	169
学会专注，用心去做	172
自己去努力才能学到知识	174
做事不能太急躁	177
持续不断地去追求“道”才能做到	179
要天天有所收获，不断追求进步	181



第五章 《老子》的谋略智慧

人类已进入21世纪，世界科学技术的发展日新月异，知识经济时代已经来临。知识经济的基本特征，就是知识不断创新，高新技术迅速产业化。为了让孩子适应现代社会的发展需要，必须注重培养和提高思维 and 创新能力，学习一些谋略的常识。

在竞争的社会，智慧和谋略是取得优势地位的保障。谋略是创造思维的产物，谋略的灵魂是创造，是出人意料，欲擒故纵，欲取先与。在《老子》中充满了这样的谋略智慧。

老子提出了“阴柔”的理念。“阴柔”的精要之处就在于：示人以柔弱，胜人以阴谋。它告诉人们要潜下心来用计谋，不跟对手硬碰硬。计谋的特性和功用就是四两拨千斤，以巧取胜，以少胜多，以弱胜强。

在《老子》中，谋略的应用，常常体现在奇与正、先与后、虚与实、弱与强、进与退、寡与众等对立与辩证之中，甚至不是



在修身方面，老子是道家性命双修的始祖，讲究虚心实腹、不与人争的修持；在政治上，老子主张无为而治、不言之教；在权术上，老子讲究物极必反之理。他的主要著作《老子》（也叫《道德经》）对后人影响很大。



你去策划别人，就将有别人来策划你。而真正的大策划、大谋略智慧，则往往在小中求大，死里求生、虚中藏实、绵里露针、无中生有……

大胆采用违反常规的做法	185
采取虚虚实实、真真假假的手法	187
以屈求伸，以退为进	191
以守为攻，后发制人	193
以柔克刚，战胜顽敌	196
不战而屈人之兵	198
天之道，不争而善胜	200
千万不可犯轻敌的错误	204
大辩不言，大智若愚	206



第六章 《老子》的快乐主张

快乐幸福无疑是人生的伟大目标，我们每个人都在寻求自己的幸福之路。

幸福和快乐依靠什么？是依靠物质和外在的其他各种条件吗？

很多人认为，快乐是有条件的，快乐的本质是患得患失，快乐的存在是依赖于外在环境和事物的。这种看法是错误的！你拥有满抽屉的高级金笔，它却不能帮助你写出美丽的诗句；你拥有整个房间的衣物，穿在你身上的也只是一套。对物质无止境的追求，非但不能追求到幸福本身，还能剥夺已到手的幸福。

一定要让孩子了解的是，幸福和快乐就在他的身边，他的内心，就看他抱持什么样的心态，去追求什么，怎么去追求！

老子提出了“知足常乐”的理念，他说：“祸莫大于不知足，咎莫大于欲得。故知足之足，常足矣。”

要教会孩子通过阅读《老子》，理解幸福和快乐的真谛，使自己从生活中的各种痛苦中解放出来，靠自己的力量，达到了心理的和谐和平衡，活出生命的意义，活出快乐和幸福，走向健康成长的道路。



理。他的主要著作《老子》（也叫《道德经》）对后人影响很大。在政治上，老子主张无为而治、不言之教；在权术上，老子讲究物极必反之在修身方面，老子是道家性命双修的始祖，讲究虚心实腹、不与人争的修持；



不去过分追求生活享受	211
摒弃物欲的诱惑	213
欲海难填，自我克制	216
知足的人就是富裕幸福的	219
要学会享受自己的生活	222
失落很快就会过去	225
把坏情绪遏制在萌芽状态	227



第七章 《老子》的领导方略

如果仔细考察《老子》一书，就会发现其中对天道的重视和推崇，对历史及礼制的熟悉和了解，辩证的思维方式以及以侯王为主要的说话对象，全书中都充满着“推天道，以明人事”的味道。在很大程度上可以说，老子是统治术或者统治方法之父。

也许有人会问，如果《老子》是写给统治者、写给“领导”看的，那我们普通人看有什么用呢？对于青少年来说，学习领导方略有什么实际意义呢？

实际上，每个人，每个孩子学习和了解一些领导方略都是有好处、也是有必要的。从某种角度上来说，我们每个人在生活中都会想寻找“领导”的感觉，也都会部分地拥有“领导”的感觉，毕竟我们都可能成为某个小团体的“头头”，每个孩子都可能成为小伙伴中的“首领”，从这个意义上来说，适合于真正领导者的老子的领导智慧同样也适合于每一个人。

在老子看来，应该怎样当好领导呢？

他首先主张采取一种节制的态度，尤其是对权力的节制。有权力的人总是有一种使用权力征服他人的冲动，以一种高高在上的姿态，任意地支使着在下的人们。这显然不是“无为”，“无为”的体现是“生而不有，为而不恃，长而不宰”，创造而不拥有，成功而不骄傲，领导而不主宰。

治大国若烹小鲜	231
以“无为”的方式去处理	233



我教孩子学《老子》



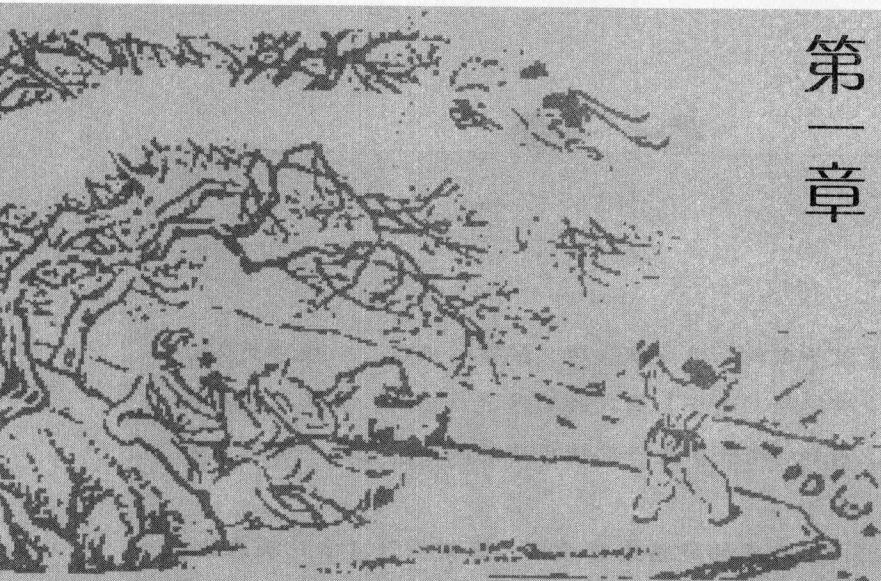
在修身方面，老子是道家性命双修的始祖，讲究虚心实腹、不与人争的修持；在政治上，老子主张无为而治、不言之教；在权术上，老子讲究物极必反之理。他的主要著作《老子》（也叫《道德经》）对后人影响很大。



做到了无为，实际上也就是有大为	235
先抓大局，再看细节	240
知人者智，自知者明	242
不要被下属的花言巧语所蒙蔽	245
要善于发现和利用别人的优点	249
不尚贤，使民不争	254
圣人行不言之教	256
要以诚待人，不能高高在上	259
充分尊重每一个下属	261
重视员工的想法和意见	265

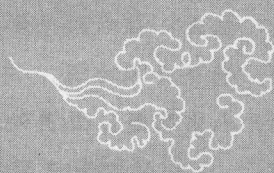
《老子》的人生智慧

第一章



我教孩子学

《老子》





为了便于孩子理解和迅速把握原文的核心内容，以获得更多的收益，我们没有按照《老子》原文的顺序进行讲述，而是直接从人生智慧讲起。因为《老子》是一部辩证法的经典，也是一部人生智慧的宝典。

歌德指出：“人生的道路虽然漫长，但紧要处常常只有几步，特别是当年轻的时候。谁若游戏人生，他就一事无成；谁不能了解人生，就永远是一个生活的奴隶。”

怎样才能使孩子正确地认识人生，达观地看待人生，成功地把握人生，幸福地享受人生呢？在教孩子学《老子》的过程中，可以得到很多深刻的启迪。毫不夸张地说，《老子》能够净化灵魂，开启智慧，是一本教孩子人生智慧、立身处世的绝好教材！

关于老子的“道”，中国学术界众说纷纭，各有各的说法。但是，孩子在读《老子》时，从中一定要领悟到的一个最重要的问题，就是如何在日常生活中“为道”、“行道”。以追求“无为而无不为”的境界，在生活中左右逢源，无往不胜。

需要提醒孩子的是，“无为”的理念在《老子》中反复出现，这并不是罗嗦或无谓的重复，真正的道理是不怕重复的。重复实际上是在加深读者的记忆，让这一理念在读者的心中深深扎根。



老子之“道”内涵非常丰富

《老子》原文

“道可道，非常道。”

译 解

道可以用语言说出来，就不是通常意义上的道。

老子哲学的理论基础，是由“道”这个观念引发出来的。“道”，是老子哲学的中心观念。

老子的“道”指什么？它的确切含义是什么？对这一涉及老子哲学的根本问题，至今人们还在努力探索，尚无定论。但是，对“道”的内涵的丰富性，人们都是首肯的。也就是说，老子的“道”是一个多层次的概念，用在不同地方，有不同的含义。那么，它的内涵究竟是些什么呢？在《老子》中，“道”共出现 70 多次，主要有如下几种含义：

(1) “道”是客观存在的宇宙本源。“有物混成，先天地生。寂兮寥兮，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。”这段话的意思是：有一个混然而成的东西，在天地还没有形成以前就已存在。它既没有声音，也没有形体，但却超越万物之上而永久不变，它无时无刻不在运动而永不停止。它创造天地万物，可以说是天下一切的根源。我不知道它的名字，把它叫做“道”，再勉强给它取个名字叫做“大”。

在这里，老子用“可以为天下母”，来明确表达出“道”是宇宙本源的内涵。同时，对作为宇宙本源的“道”的本质特点，作了精辟的论述。这就是，它“先天地生”，是混沌未分的原始物质；这种原始物质，“寂兮寥兮”，





无声无形；它超然万物之上，无一物可以与它匹敌，所以“独立”；道生万物，万物无时不在变化，而道永恒不变，所以“不改”。作为宇宙本源的“道”是绝对、永恒的，道是永恒运动着的物质实体。

老子在描述作为宇宙本源的“道”的特征时说：“视之不见名曰夷，听之不闻名曰希，博之不得名曰微。此三者不可致诘，故混而为一。其上不微，其下不昧，绳绳兮不可名，复归于无物。是谓无状之状，无物之象，是谓恍惚。”这段话的意思是：道，看不见它叫“夷”，听不到它叫“希”，摸不着它叫“微。”这三者是无法穷原竟委的，而是混沌一体。它上面不显光亮，下面也不显阴暗，渺渺茫茫，不可言状，只好把它归之于无物。这就叫没有固定形状的状态，不能用任何形象来比拟的形象，这就叫“恍惚”。

老子用“视之不见”、“听之不闻”、“博之不得”来描述“道”的外在特征，说明它是我们感官所无从认识的，它超越了人类一切感觉知觉的作用。道无色，无音，无形，无声，无质，无量，没有明确的形体，无法加以名状。但是，它并非空无所有，而是混沌的原始物质。对此，老子说：“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。”这是说：道这个东西，说它是无又似乎有，说它是实又似乎虚，它非有非无，亦虚亦实，是恍恍惚惚，若有若无，不可辨认的。可是，在恍惚之中，它又具备了宇宙形象；在恍惚之中，它又涵盖了天地万物。它是那么深远而昏暗，可是其中却具有一切生命物质的原理和原质。这原理和原质是非常真实的，其中有非常信验真实的东西。“其中有象”、“其中有物”、“其中有精”、“其中有信”，这一切说明，“道”是一个实有的存在体。

(2)“道”是自然万物运行的规律，也包括人类社会发展的规律。在《老子》所出现的“道”中，这种含义是数量最多的。老子说：“道之出口，淡乎其无味，视之不足见，听之不足闻，用之不足既。”这是说：“道”用言语表示出来，是淡而无味的。它没有形体，看也看不到。它没有声音，听也听不到。但是，如果遵循它的原则去运用，就永远也用之不尽。

这里所说的“道”，很明显不是宇宙本源之“道”，而是指客观规律。对于宇宙本源之道，老子认为是不可言语的。《老子》这部书的第一句