

老子生命哲学思想下的生命教育启示及 教学实践路径

曹明璇

哈尔滨师范大学教育科学学院, 黑龙江 哈尔滨

收稿日期: 2023年9月23日; 录用日期: 2023年10月19日; 发布日期: 2023年10月26日

摘要

老子的道家生命哲学文化在超然的理性主义精神中又富含人文意蕴, 对于生命本源、存在过程方式及人生价值都有独特的见地, 形成了独具特色的自然生命哲学理论, 对当前这个时代的教学具有重大的影响, 也具有不可忽视的指导意义。处于一定压力与期待下青少年应该接受充分的生命教育, 究其理论根源就是来源于一定的生命哲学思想。分析老子的贵生、无为、平衡的生命哲学思想并从中提取对生命教育有启示价值的珍爱生命、养生修身、朴素自然的观点, 提出从创设课程、跨学科、多方合作的实践路径建议。以老子思想加现实实践共同作用, 为我国的生命教育提供新的思路及方向, 为提高青年一代的综合素养奠基。

关键词

老子, 生命哲学, 生命教育

Enlightenment of Life Education and Teaching Practice Path under Laozi's Philosophy of Life

Mingxuan Cao

College of Education Science, Harbin Normal University, Harbin Heilongjiang

Received: Sep. 23rd, 2023; accepted: Oct. 19th, 2023; published: Oct. 26th, 2023

Abstract

Laozi's Taoist philosophy of life is rich in humanistic implications in the transcendental rational-

ism spirit, and has unique insights into the origin of life, the way of existence process and the value of life, forming a unique theory of natural philosophy of life, which has great influence on the teaching of this era and cannot be ignored. Under certain pressure and expectation, teenagers should receive adequate life education, the theoretical root of which is from certain philosophy of life. This paper analyzes Laozi's philosophy of life, which values life, does nothing and is balanced, and extracts the views of cherishing life, preserving health and cultivating oneself, and being simple and natural, which are enlightening to life education, and puts forward some practical suggestions from creating courses, interdisciplinary and multi-party cooperation. The combination of Laozi's thought and practical practice provides new ideas and directions for life education in China and lays the foundation for improving the comprehensive quality of the younger generation.

Keywords

Laozi, Philosophy of Life, Life Education

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

老子的道家哲学观主在道法自然，对于生命存在、过程及消亡予以超脱、坦然及智慧的理解。老子说：“人法地，地法天，天法道，道法自然”。天地万物都以自然为基本准则，老子强调万物的自然性，生死不过也是任其自然罢了，万物最终归属于“道”。在当前这个飞速发展的社会，人们面临着较之以前更大的压力和竞争，年轻人自我鲜明，在困境中和挫折下缺乏自我调控，不能很好地面对生命，缺少对生命的正确理解和教育，更有甚者通过伤害生命，如选择自残、自杀这些不珍视自身生命的行为，或者残杀、虐杀他人以及动物等不尊重其他生命的极端方式来逃避压力和宣泄情绪[1]。以老子的生命智慧主导生命教育，去审视、开展教学活动，对于正确理解生命意义、树立恰适的生命观以及学会面对生命消逝有重要的现实意义。生命教育可以说是最为基础重要的一个教育内容，生命教育就其自身来说是一种全人教育，尤其在树立人生观的重要时期更不能忽略对青少年的生命教育[2]。然而当下却显现出了生命教育一定程度的不足，以飞速发展的社会大环境为背景，折射出生命教育的状态，即总体上是普及生命知识、增强生命意识和掌握逃生技巧为主要内容，但却缺少对于生命的深刻理解，也就更无论是对于生命的尊重珍视与敬畏了。

2. 老子的生命哲学内涵

2.1. 中国传统哲学中的道家哲学

在中国哲学发展的历史长河中，道家思想以自然主义为倾向为特点充实了中国传统哲学思想，且恒久弥新，对中国的教育、文化、社会生活等各个方面产生了持续而深远的影响，并且随着时代的发展也在不断焕发出新的教育解读和价值意义，甚至为中国传统哲学以及文化的生机焕发和壮大进步起着孕育支持的作用[3]。因此在借鉴西方优秀哲学成果的同时，我们更应发掘中国的传统哲学文化中的教育教学思想。

冯友兰先生认为中国哲学的重要功能之一就是提高人的精神境界，真善美的统一也是中国哲人不懈的追求方向。而道家哲学对于人生境界有着自身独特的见解，在《道德经》中，“无为”一词出现了十二次，这便显示了老子对于这种精神境界的重视与提倡。“吾不知谁之子，象帝之先。”（《道德经第

4章》)可以看出老子与儒家思想不同的无神论观念,在老子看来,道是先于天帝的世界根源,是独立自主的自发自觉,因而可以理解为万物都效法其自身,一切依照自然本源的规律来运行。做到这样就可以“功成事遂,百姓皆谓我自然”(《道德经》第17章),这种“无为”能使宇宙自然发展,达到以无为到无不为。因此道家思想具有更为倾向于自然无为但并不消极的人生态度,事实上,道家以老子为代表的思想更具有独特的生命价值的理解。

2.2. 老子的道家传统生命哲学观

2.2.1. 贵生、重生

老子持有强调贵生重生的生命伦理观。有一些学者认为道家似乎存在轻视生命的思想。老子表示灾祸源自自身,死亡似乎更是一种解脱。然而细细反思,其实更是从侧面表明出要珍视身体的可贵,也强调非常重视生命,倡导“重己贵生”。从《道德经》中的“摄生”“贵生”“自爱”等词句可以看老子所认同的“贵生”思想。道家很早就确立了贵生重命的生命哲学观[4]。

2.2.2. 自然、无为

“人法地,地法天,天法道,道法自然。”“天地不仁以万物为刍狗”在老子看来,世间的根本为道法自然,人类应该顺其自然规律,即“道”,“人”应循“道”而行[5]。老子反对以人力改变客观规律,即“有为”,他倡导无为而无所不为有所自而有所然等信条。老子也提倡人们应该在日常生活中保持“见素抱朴,少思寡欲”的生活模式。

2.2.3. 阴阳、平衡

对于“道”这一人生追求,道家有这样的解释:一阳一阴之谓道。道家生命哲学还表现出阴阳平衡、柔中带刚的哲学思想。对于当下这个压力颇大的现实生活中如何平衡阴阳、刚柔并济是值得思考的,老子的这种阴阳平衡思想对于压力之中的青年一代该如何面对生命这一主题具有重要的指导价值,启示着我们应以平衡之法来面对生活,用自然之法来面对压力与难题。

3. 老子生命哲学对于生命教育的意义及启示

3.1. 老子的生命哲学教育意义

关于生命哲学,中西方不同学派的学者们有不同的见解与看法。比如柏拉图在《斐多篇》中描述苏格拉底所信仰的“灵魂不死”的哲学观。又或者同为中国传统学派的释家对于生命的理解是从生从何来、死往何处来思考,虽然重视生命,但最终追求的是生命的超越,以便达到“救世”目的,普度众生。

一个人的哲学观指导着他的教学观,所以基于什么样的生命哲学就会生发出相应的生命教育及教学。西方普遍持有一种理性客观且富有逻辑的哲学观,亚里士多德把哲学研究的逻辑体系发展完善,他认为逻辑推理分析是探究一切的工具,而中国传统哲学则更偏向于一种混沌统一的大哲学理念,如老子认为“道”的获取依靠“玄览”也就是一种直觉[6]。从源头来说,中国传统文化与根基就预示了哲学的发展方向,中国哲学区别于西方的纯粹思辨与客观哲理,它是更具人文关怀且富含对于生命与生活的剖析的安身立命之思想。在中国曾出现的最负盛名的儒释道哲学学派中,道家最极致地体现出这一特点。生命教育是为了看清楚世界、他人和自己,通晓如何开始、为何存在、怎样离别,从而找寻自己生命的价值和意义,并点亮黑暗中引导灵魂的一盏明灯,指导自身树立更为健康正确的人生观。老子的《道德经》在动荡的古时候成为战乱者灵魂的启明与抚慰,而且对于新时代高速发展带来的压力巨大以及对物欲的需求渴望的青年人来说,老子生命哲学中追求的“自然”“无为”势必能够给焦虑不安与迷茫困惑的青年人以抚慰。以老子朴素也玄妙的思想与生命教育相融合,对于正确理解生命的出现、尊重生命的存在、

提升生命的价值、拓宽生命的维度及面对生命的消亡有重要的现实意义。

中华优秀传统文化孕育了伟大的生命哲学，在当下这个布满了风险机遇与挑战的时代，我国生命教育面临着新的需求，更应该从传统文化中汲取养分，“取其精华、去其糟粕”，开展设置以我们独特中华文化为哲学根基的生命教育。而老子的哲学思想作为其中的翘楚，则具有更为闪耀的时代教育意义。

3.2. 《道德经》中对于生命教育具有指导意义的内容

3.2.1. 珍爱生命

《道德经》中多处表明对生命的重视与珍爱，如“道生一，一生二，二生三，三生万物”。“生”有生机、生命的含义，《道德经》中多次出现“生”以及强调身体生命的重要。老子的思想饱含对生命的重视和尊重，这种“爱生”思想在低阶来看直指对个体生命本身的重视。《道德经》中对名利与身体生命进行了比较与选择，直言身体与生命的重要。生命的存在是自然之法，根据老子的“无为”思便可知不能对生命进行残杀。

更重要的是，老子的哲学思想还将深度开拓到了珍爱众生的高阶指向，不仅提倡人人平等，而且认为人与物也平等。道家这种尊重生命，人与自然和谐与共的思想对年轻人树立正确生命观念、爱自身爱他人爱自然等有重要意义。当下虐待动物这一恶劣事件越来越低龄化，在谴责与约束的同时，我们更应该深究其背后看不见的起源——对于生命的不足够认识与珍惜，这与老子的“重生”思想显然相悖。

作为教育的对象以及国家社会的重要希望，青少年群体对于生命的正确认识显然还不足够。近年来，青少年漠视个体生命甚至侵犯他人生命的事件频发。据统计，我国每年死于自杀的青少年占死亡总人数的19%，10.86%~30.5%的青少年考虑过结束自己的生命^[5]。2019年，青少年聚众斗殴、寻衅滋事、强奸犯罪人数较2016年上升92.22%、77.88%、101.85%，这些触目惊心的数字为教育界带来深思，生命教育的迫切进入大众视野^[7]。虐待动物、自伤、伤害他人甚至是走向犯罪之路，这背后显然都昭示着当代人们自小对于生命正确认识与敬畏尊重的缺乏。生命教育是对生命存在的正确理解、对生命价值的审视与尊重，以及追寻更深刻的精神世界，更是关系着教育为我国培养输送了什么样的人才，倘若青少年不能接受到符合当下时代的正确生命观教育，当他们怀揣着扭曲错误的生命观走向世界的时候，这是否意味着教育的失职，以及对国家社会的不负责。因此生命教育也是保障社会和谐和实现健康中国的重要组成部分。在重生思想的关怀下，教育人们珍视生命，敬畏自然，爱己也爱他，那么的扭曲生命观相信可以得到相当程度上的教育与指导。

3.2.2. 养生修身

“少私寡欲，致虚守静”是《道德经》中对于养生的剖析。曾经老子的无为与寡欲思想曾一度被认为是消极的，不可取的。但随着社会经济深入，人们观念的改变，道家养生哲学得到了广泛关注，人们开始返璞归真追求宁静寡欲。随着社会经济的迅速发展，年轻学生显露出对物质资源的巨大追求，并伴随对学习的淡漠、对物质娱乐的过度沉溺，会造成对生命本质的茫然，对生命到来的轻率，对生命存在的忽视，对精神追求的冷淡。对他们进行养生修身的哲学教育具有现实的引导意义。

老子还以水为喻，指出勤俭慈善、安然平和、以弱胜强的处世哲学，正是所谓上善若水，水善利万物而不争。老子提倡善、慈、俭、不敢为天下先的谦卑道德修养，提倡低调、包容、灵敏，刚柔并济，慈善、宁静、不争、安于卑下等养生之道。这对指导学生面对繁华世界的浮躁与功利，以及如何学习、认识生命价值与人生道路，培养出温和宁静刚柔并济的人生状态具有现实价值。

3.2.3. 朴素自然

老子根据他的“复归于朴”的基本思想，反对违背淳朴的奢华之美，认为自然有其本源的规律，因

此“无为”便是绝美。这种追求朴素自然的哲学思想影响了后世许多文学家的创作。如陶渊明的“恬淡自然”的田园诗歌，或诗仙李白“清水出芙蓉，天然去雕饰”的纯然诗句。这对纠正一些虚伪的、浮夸的和庸俗的生活品味、价值取向和生命观念具有很大的现实意义。

老子的生命哲学观点能让人对生命有一个正确的认识，生命的价值尺度并非由物质世界所丈量，而是要以珍爱身体为基础前提，以慈爱、包容的心情容纳自然万物，与自然共生，体会生命的豁达。当越来越多青年人在生命的理解上出现偏差，应以这种智慧的生命哲学予以教育引导，培养能够正确面对功利主义和焦虑失落的生命智慧。

4. 老子生命哲学观的教学实践路径

我们要通过窥探、梳理、创新发展与延续这样一种具有旺盛生命力的中国传统哲学来生发出具有独特中华文化的生命教育。而生命教育的真正落实就有赖于教学的具体实践。并依此来书写生命教育的新课题，更新生命教育的内涵，使年青一代在我们独具特色的生命教育中幸福生活，健康成长。

4.1. 创新以老子哲学为基础的生命教育课程，培养“重生”“自然”的生命观

老子的道家生命哲学中表达出浓重的“重生”的观点，也就是珍爱生命、亲近自然。在现代教育中想要把思想转化为具体实践，那路径必然是相应的课程设计。近些年生命教育开始渐渐走入大众视野，但是在课程与教学中，生命教育仍然存在许多的问题，如形式化、表面化、内容狭窄等。首先在课程上，生命教育课程没有整体的目标作为纲领，缺乏系统性，体系略混乱，且缺乏衔接；而且生命教育内容的狭窄也是一个现存的问题。有研究者提出生命教育从“生命与自我”、“生命与自然”、“生命与社会”来展开[8]。在此基础之上就可以以老子的生命哲学加以融入，增加生命教育的厚度，以重生、自然为主题纲领开展与设计，依据学生生命成长的规律，在以老子生命哲学为站位理解生命的基础上，设计相关课程及活动，建构以老子哲学为基础的特色生命教育课程指导框架，在课程中深化珍爱生命、尊重自然的价值内涵。另外更要将生命教育落在具体实处，而不是流于表面，完成任务，能够真正做到开展生命教育课程并将其融入生活，贯穿始终。

4.2. 融入老子生命哲学思想建构生命教育的跨学科学习网络

根据当前的教学热点，跨学科学习成为一种趋势，而生命教育作为一种凸显人文关怀与素质培养的教育，更应该以开展跨学科的教学。可依托老子的生命哲学思想，在具体的教学实践中建构出特色的跨学科学习网络，将生命教育渐入学习的各个科学、环节与部分。如人教版四年级语文下册《生命生命》，七年级道德与法治上册“生命的思考”，以及苏教版八年级生物上册《生命的诞生》等，教师在讲授这些关于生命内容时，可以创设跨学科课程，将立足于老子生命哲学思想的生命思考融入各个学科，促进学生对“生命”这一主题进行思索，引发学生真正的对于生命的深刻感受，唤醒生命意识，从而对于生命的存在、过程、消失生成理解、珍爱及尊重。

4.3. 多方协作共同推进开展生命教育相关教学

教学的主要场所存在于学校，但学生的成长与学习不能够单一片面的去看待。学校、家庭、社会三者配合工作才能良好推进老子生命哲学思想理论下的特色生命教育的开展。如国家面对当前青少年生命教育缺失的社会背景就出台了相关文件。2019年12月，《关于印发〈健康中国行动——儿童青少年心理健康行动方案(2019~2022年)〉的通知》强调，要形成学校、社区、家庭、媒体、医疗卫生机构等联动的心理健康服务模式，广泛开展生命教育。为进一步加强青少年生命教育，2021年11月，教育部印发了《生命安全与健康教育进中小学课程教材指南》，就“生命教育融入中小学课程教材、实践育人机制”

提出具体措施。可见以这种哲学思想为内核的生命教育的推进需要多方联动，共同努力。在学校方面来看，可以从教师着手，建设高质量高素质的教师，要求教师本身对于生命首先要有正确的认识才能言传身教的教好学生，在教学中以正确的生命思想为出发点遵循“道”培养学生树立正确生命观。在社会范围上，舆论导向是重要的影响因素。网络快速发展的今天，青少年的许多观念受社会舆论的影响，一些孩子以“抑郁症”为独特标榜自己的不健康心理，还有一些过度迷恋西方文化的青年由于对西方文化的误解，片面追求“自由”的现象也有出现。对于这些轻视生命的现象，社会大环境应予以正确的引导并创设良好环境，广泛宣传，使珍爱生命与热爱自然的思想蔚然成风。在家庭方面，家长是孩子的第一任老师，家长也应学习正确的生命教育相关知识，营造良好氛围，以关爱、和谐对孩子进行影响与教育。

5. 小结

老子的道家生命哲学理论闪烁着理性主义的光辉又富含浓浓的人文关怀，本文立足于此，提取其中对于当下生命教育有所启示的内容加以分析，提出了建构课程、跨学科设计、多方合作的生命教育实践路径。将生命进行深刻理解，以此哲学思想为根基创新生命教育的新内涵，落实具有中国传统特色文化的生命教育理念与课程教学，对于新一代青年的终身发展具有重要的现实价值。

参考文献

- [1] 阚宗兰. 论道家生命哲学的现代教育意义[J]. 学理论, 2017(10): 90-91.
- [2] 席文哲, 涂鹏. 中国传统生命哲学观照下生命教育的当代回归[J]. 吉林省教育学院学报, 2022, 38(2): 152-158.
- [3] 张之乐. 浅论道家生命哲学[J]. 自然辩证法研究, 2015, 31(3): 71-75.
- [4] 罗祥相. 自爱不自贵——老子生命观思想辩正[J]. 人文杂志, 2012(5): 33-40.
- [5] 刘士豪. 道家学派与斯多葛学派自然观的分析和比较——以《道德经》和《沉思录》为例[J]. 国际公关, 2019(9): 243-244.
- [6] 吴金娜. 从思维方式上看中西方哲学的差异[J]. 今古文创, 2022(21): 65-67.
- [7] 麻超, 王瑞, 曲美艳. 家校社协同推进青少年生命教育: 基于交叠影响域的视角[J]. 当代教育论坛, 2022(5): 1-9.
- [8] 安桂清, 刘宇, 张静静. 中小生命教育课程指导纲要的构建理路[J]. 课程·教材·教法, 2020, 40(4): 16-22.