

## 道德经与亲子教育

主讲：吴孟恩

### 一、课程背景:

习近平主席回答外国记者提问时，引用了中国老子“治大国若烹小鲜”这句话，阐明其施政纲领。俄罗斯总理梅德韦杰夫在 2010 年圣彼得堡经济论坛上引用老子名言：得与亡孰病？甚爱必大费，多藏必厚亡，故知足不辱，知止不殆，可以长久。阐述他对世界经济困局的观点。

纵观中华民族，曾有辉煌的汉唐盛世，而汉代的文景之治、唐代的贞观之治，均采用老子为代表的道家思想来治理国家。由此可见老子的思想在古今中外都有深远的影响，以至于 2000 多年后的今天仍然透着东方神韵，让世界人瞻仰。

本课程让学员在不知不觉中畅饮道德经的智慧甘泉，领悟中国传统古文化的方法精髓，提升自己的心智修养，让家庭更加顺利与和谐。

### 二、课程收益：

- 1、感悟道法自然的老子思想
- 2、运用道的原则从而让自己拥有良好心境
- 3、体会人生的哲学思想，让自己家庭更顺畅

### 三、培训对象：政府机关单位、企事业单位、中高层管理者

### 四、培训时间：1天

### 五、课程大纲:

#### 开篇导入 认识《道德经》感悟老子心

- 1、习近平：治大国若烹小鲜
- 2、《道德经》的成书及总论

#### 第一讲 负阴抱阳 冲气为和-----夫妻合作 家庭和谐

##### 1.阴阳共存：

机会与危机并存的风险思维

优点与缺点并存的人性思维

天使与魔鬼并存的立体思维

##### 2、阴阳互补：

运用阴阳原则打造互补的家庭关系

运用阴阳原则建设和谐的家庭氛围

##### 3、阴阳互变：

潜龙与显龙的阴阳思维

明白大势之变，成就大事之能

---

#### 4、阴阳调和：

从阴阳辨证知人体健康的唯一标准

从阴阳调和原理学会自我养生保健

从阴阳原则学会家庭食疗调理

### 第二讲 虚极静笃 化繁为简-----以道御术、简易思维

#### 1、以简入道：

让躁动的心情复归于平静：心如止水

复杂的生活中是否有简单的大道

#### 2、舍弃法术：

感受法与术的技巧与经验

放下任何的经验技巧，回归自然的无知无为

化繁为简的方法与策略

#### 3、回归于道：

工作、家庭的质与量

幸福生活的质与量

功名利禄的质与量

亲子陪伴的质与量

参悟影响一切事物的命与运的关系

### 第三讲 为学日益 为道日损-----大道生一 人道载一

#### 1、道生一、一生二、二生三、三生万道

如何运用道生一：让自己生活更顺利

如何运用损益法：让自己的家庭更和睦

#### 2、损之又损，以至于无为：

舍弃与得到的损益之学

利者义之和也：千古不变的人生处世哲学

庄子对学习的损益观给现代人的启示

#### 3、无为无不为，无事取天下：

以正治国、以奇用兵：奇正的处世运用哲学

道生一的核心思维模式：看透事物的核心因素

### 第四讲 上善若水 不争而争-----不战而胜、逍遥人生

#### 1、水利万物而不争

高人是让，常人爱争

感悟让而不争的大境界、大格局、大智慧

---

运用不争的策略与方法

2、无为之争、争易坏事

永远不要忘记你的使命与责任

讨论日常争论的必要性问题

家庭中应去掉哪些无为的争吵

争论的关键原则是什么，应注意点什么

#### 第五讲 反者道动 弱者道用-----以弱胜强 换位思考

1、物极必反：家庭相处之中需有空间

2、对立面反向思考：对方是你的孩子

学会尊重你的孩子

学会研究你孩子的真实需求

明白孩子讨厌什么内容

研究你的孩子害怕什么问题

3、示弱是一种强大：正视、直面存在的人生问题

4、反其道行之：与对方反向行事的家庭智慧

#### 第六讲 道法自然 复归婴儿-----望子成龙、望女成凤

1、复归于婴儿

婴儿值得我们学习什么

婴儿握固的养生之法

2、道法自然：

赢在起跑线上的教育是否正确？

百米赛与马拉松的游戏规则思考

3、行不言之教：

孩子的学习成长动力是什么？

如何培养孩子的自我学习的动力系统

为何在中国会富不过三代，如何解千年难题