

<<深入浅出慢读细品道德经>>

图书基本信息

书名：<<深入浅出慢读细品道德经>>

13位ISBN编号：9787511326744

10位ISBN编号：7511326749

出版时间：2012-9

出版时间：中国华侨出版社

作者：张易山

页数：274

字数：210000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<深入浅出慢读细品道德经>>

### 前言

中华民族上下几千年文明流传下来的遗产，尽管汗牛充栋，但论及能总括中华民族的基本传统、思想与精神且能“一言以蔽之”者，毋庸置疑，当首推老子的《道德经》。

其精炼的九九八十一章，仅以简洁优美的五千文字，洋洋洒洒深邃博大地构造出了一个朴素、自然、豁达、飘逸的宇宙观、人生观、方法论的宏大框架。

其融汇于儒、释，铸成三位一体的华夏文明的基本肌骨，随着中华民族走向世界。

《道德经》无疑是一本奇书，是中国文化的一个重要源头。

它的内容概括起来即为“道德”。

所谓“道”，就是万事万物变化发展的规律，它是客观存在的，是不以人的意志为转移的，是虚无缥缈但无处不在的。

所谓“尊道”，就是人尊重事物变化发展的规律，凡事要顺应规律而不能逆规律而动。

所谓“德”，就是人依据“道”而形成的行为规范。

所谓“贵德”，就是尊从人合乎万物之“道”的人的行为规范，依“德”而行，而不可做无“德”之行。

《道德经》不仅是一部哲学经典，它还被称作文字简洁、辙韵强劲的特殊形式的诗。

但是，它比我们通常所说的诗更具有完整、丰富的哲学内涵和人生哲理。

如今我们耳熟能详的许多哲理成语，比如“福祸相倚”，“知足不辱”，“大智若愚”，“哀兵必胜”，“和光同尘”，“千里之行，始于足下”，“为而不恃”等，都源自《道德经》。

其短短五千言，字字珠玑。

道家智慧浸透了中国人的思维，是影响中华民族几千年的强大精神力量。

道家智慧概而言之就是：道生一、一生二、二生三、三生万物——大宇宙观念的智慧。

《道德经》所讲述的思想体系包含着丰富、精妙的生存智慧与管理智慧，其中的妙语箴言，即使经过两千多年岁月的洗礼，依然光彩熠熠。

即使是在21世纪的今天，我们也可以将《道德经》当做解决新世纪人类社会各种矛盾和问题的睿智之书，从中汲取无穷智慧和力量。

本书语言简洁，条理分明，分别从做人、做事、快乐、修身、管理、养生等方面选择性地阐述了《道德经》内的相关内容，能够帮助我们在人生道路上更好地生活和工作，使我们短暂的生命获得无尽快乐与成功。

## <<深入浅出慢读细品道德经>>

### 内容概要

《道德经》所讲述的思想体系包含着丰富、精妙的生存智慧与管理智慧，其中的妙语箴言，即使经过两千多年岁月的洗礼，依然光彩熠熠。

即使是在21世纪的今天，我们也可以将《道德经》当做解决新世纪人类社会各种矛盾和问题的睿智之书，从中汲取无穷智慧和力量。

《深入浅出慢读细品道德经》语言简洁，条理分明，分别从做人、做事、快乐、修身、管理、养生等方面选择性地阐述了《道德经》内的相关内容，能够帮助我们在人生道路上更好地生活和工作，使我们短暂的生命获得无尽快乐与成功。

《深入浅出慢读细品道德经》由张易山编著。

## <<深入浅出慢读细品道德经>>

### 书籍目录

#### 第一章 欲齐家者，必先修其身——做人的智慧

1. 不争一时一己之私
2. 战胜自己才是真正的强者
3. 谦虚是成长的土壤
4. 朋友相处应保持适当距离
5. 做人要有同情心
6. 人应该学会宽容
7. 人贵有自知之明
8. 以德报怨，忘记仇恨
9. 学会取舍，不要太过贪婪
10. 轻诺必寡信，多易必多难
11. 示弱以待，至柔至坚
12. 拥有谦逊的做人态度

#### 第二章 顺应天理，方能成自然——快乐的智慧

1. 做人要学会知足常乐
2. 做人不要太斤斤计较
3. 人为乏趣，天机自然
4. 善待他人就是善待自己
5. 贪得无厌是人生的大忌
6. 简单的快乐，用心做自我
7. 修身养性，远离物质享乐
8. 承担责任的价值
9. 快乐来源于简单生活
10. 挣脱心灵的枷锁
11. 学会快乐，不要享乐

#### 第三章 有规有矩，求办事之道——做事的智慧

1. 第一的位子不好坐，高处不胜寒
2. 锋芒不宜太露
3. 避开与强者的正面相争
4. 学会控制自己的情绪
5. 忍耐是一种难能可贵的品质
6. 学会忍辱负重
7. 鸡蛋碰石头的可能
8. 抑制浮躁情绪
9. 天下大事必作于细
10. 坚持是成功的基础
11. 把困境转化为顺境
12. 善始善终才能成大事
13. 学会选择和放弃
14. 富贵不骄，全身而退

#### 第四章 圆融通达，善说者为智——说话的智慧

1. 滴水不漏的说话技巧
2. 漂亮话的作用
3. 说话要讲究方式方法
4. 此时无声胜有声

<<深入浅出慢读细品道德经>>

5. 谨防祸从口出

第五章 道法自然，元为胜有为——管理的智慧

1. 老子的管理理念
2. 有所为有所不为
3. 领导变引导的魅力
4. 管理者应以身作则
5. 扬长避短识人才
6. 用人者要学会礼贤下士
7. 对员工一视同仁
8. 重视员工的利益

第六章 乐天知命，生命元止息——养生的智慧

1. 人应该珍惜自己的生命
2. 养生的关键是要有一个好心态
3. 学会享受自己的生活
4. 与自然规律相协调
5. 道家的无为养生法
6. 养生过度有损健康

附录：《道德经》精析

第一章【道可道，非常道】

第二章【天下皆知美之为美】

第三章【不尚贤】

第四章【道冲，而用之或不盈】

第五章【天地不仁】

第六章【谷神不死】

第七章【天长地久】

第八章【上善若水】

第九章【持而盈之】

第十章【载营魄抱一】

第十一章【三十辐共一毂】

第十二章【五色令人目盲】

第十三章【宠辱若惊】

第十四章【视之不见】

第十五章【古之善为道者】

第十六章【致虚极】

第十七章【太上，不知有之】

第十八章【大道废，有仁义】

第十九章【绝圣弃智】

第二十章【唯之与阿，相去几何】

第二十一章【孔德之容】

第二十二章【曲则全】

第二十三章【希言自然】

第二十四章【企者不立】

第二十五章【有物混成】

第二十六章【重为轻根】

第二十七章【善行，无辙迹】

第二十八章【知其雄】

第二十九章【将欲取天下而为之】

<<深入浅出慢读细品道德经>>

- 第三十章【以道佐人主者】
- 第三十一章【夫兵者，不祥之器】
- 第三十二章【道常无名】
- 第三十三章【知人者智】
- 第三十四章【大道泛兮】
- 第三十五章【执大象】
- 第三十六章【将欲歛之】
- 第三十七章【道常无为而无不为】
- 第三十八章【上德不德】
- 第三十九章【昔之得一者】
- 第四十章【反者道之动】
- 第四十一章【上士闻道】
- 第四十二章【道生】
- 第四十三章【天下之至柔】
- 第四十四章【名与身孰亲】
- 第四十五章【大成若缺】
- 第四十六章【天下有道】
- 第四十七章【不出户，知天下】
- 第四十八章【为学日益，为道日损】
- 第四十九章【圣人常无心】
- 第五十章【出生入死】
- 第五十一章【道生之】
- 第五十二章【天下有始】
- 第五十三章【使我介然有知】
- 第五十四章【善建者不拔】
- 第五十五章【含德之厚】
- 第五十六章【知者不言】
- 第五十七章【以正治国】
- 第五十八章【其政闷闷】
- 第五十九章【治人事天】
- 第六十章【治大国，若烹小鲜】
- 第六十一章【大邦者下流】
- 第六十二章【道者万物之奥】
- 第六十三章【为无为】
- 第六十四章【其安易持】
- 第六十五章【古之善为道者】
- 第六十六章【江海所以能为百谷王者】
- 第六十七章【天下皆谓我道大】
- 第六十八章【善为士者，不武】
- 第六十九章【用兵有言】
- 第七十章【吾言甚易知】
- 第七十一章【知不知】
- 第七十二章【民不畏威】
- 第七十三章【勇于敢则杀】
- 第七十四章【民不畏死】
- 第七十五章【民之饥】
- 第七十六章【人之生也柔弱】

<<深入浅出慢读细品道德经>>

第七十七章【天之道】

第七十八章【天下莫柔弱于水】

第七十九章【和大怨】

## &lt;&lt;深入浅出慢读细品道德经&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：【慢读细品】保罗迪克的祖父留给他一座美丽的森林庄园。

他一直为此而自豪。

可是不幸发生在那年深秋，一道耀眼的雷电引发了一场山火，无情地烧毁了那片郁郁葱葱的森林。

伤心的保罗决定向银行贷款，以恢复森林庄园以往的勃勃生机。

可是银行却拒绝他的申贷。

沮丧的保罗茶饭不思地在家里躺了好几天。

太太怕他闷出病来，就劝他出去散散心。

保罗走到一条街的拐角处，看见一家店铺的门口人山人海。

原来一些家庭主妇在排队购买用于烤肉和冬季取暖用的木炭。

看到那一截截堆在箱子里的木炭，保罗忽然眼前一亮。

回去后，他雇了几个炭工，把庄园里烧焦的树木加工成优质木炭，分装成1000箱，送到集市上的木炭分销店。

结果，那1000箱木炭没多久便被抢购一空。

这样，保罗便从分销商手里拿到了一笔钱。

第二年春天他购买了一大批树苗。

终于，他的森林庄园又绿浪滚滚了。

一场大火烧毁了前人留给他的一座美丽的森林庄园，也毁掉了他曾经拥有的自豪。

面对挫折和失败，主人公用自己的聪明才智战胜了困难，重新赢回了失去的一切。

“胜人者”，凭借的是自我个体的蛮力，“自胜者”，凭借的是坚强的意志。

能够战胜自我的人，是具有天地之志的人。

天地之志是收获大道、战胜一切的力量源泉。

只有“自胜者”，才是真正的强者。

能以己之长胜过别人，则可以形容为“有力”。

而真正做到战胜自己不合于大道的种种欲望，消除自己的弱点和缺陷，才是真正的“强”。

老子说的“自胜”，可能包含了两种不同的意义。

前一种就是克制、战胜自我。

老子认为“自胜”比“胜人”更为困难，是因为我们自身的人格缺陷以及恶劣的习性，都是根深蒂固的东西，是“自我”的构成因素。

比如当一个人的权利、名誉、地位和利益应有尽有的时候，他最害怕什么呢？

那就是伴随而来的孤独。

人有时在面对自己的时候是很脆弱的，战胜自己也就显得如此困难。

然而，一个人如果无法战胜自己，一直在做自己认为不该做的事，就不能称之为成功的人。

从另一种意义上看，“自胜”可以理解为：在自我与他人的关系中，不必把注意力放在如何压倒别人、把自我与他人置于对抗的位置，而只需要关心如何发展自己、完善自己。

这一层意义与前一层意义，其实是一件事情的两面。

人必须战胜自我的人格缺陷，才谈得上完善与发展。

一般人谈“胜”的时候，总是把眼睛盯着某个对手，而不能达到真正的“强”。

“自胜者强”，这是一种更高层次上的“胜”，也可以说是不胜而“胜”。

其实，一个真正强大的人，不需要说自己胜过什么人。

成功不是超越别人，而是超越自我。

“强者”这顶桂冠只能戴在那些战胜了自己的人头上。

古人说：“破山中贼易，破心中贼难。”

这话实在有道理。

每个人都有自己不健康的情感、不良的生活习惯，甚至还有一些个人的欲望。

如果我们成了这些情感、欲望的俘虏，我们就会变得荒淫、自私、贪婪、怯懦、懒惰，那样，什么坏



<<深入浅出慢读细品道德经>>

事和丑事都干得出来，我们就成了披着人皮的野兽，任何一件有价值的工作都办不好。

## <<深入浅出慢读细品道德经>>

### 编辑推荐

《深入浅出慢读细品道德经》分别从做人、做事、快乐、修身、管理、养生等方面选择性地阐述了《道德经》内的相关内容，能够帮助我们在人生道路上更好地生活和工作。

<<深入浅出慢读细品道德经>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>