

# 《老子》与老年教育

罗运鹏<sup>1</sup>, 张 飞<sup>2</sup>

(1. 安徽开放大学 科研处, 合肥 230022; 2. 安徽开放大学 安徽老年教育研究院, 合肥 230022)

**摘要:**《老子》长生久视之道及老子本人的养生之道, 与现代老年人健康长寿的根本需求高度契合, 可为当代老年教育教学提供恰当的理论借鉴。当前的老年教育中, 应系统传播《老子》养生文化, 多渠道推进《老子》学习。

**关键词:**《老子》; 老年教育; 长生久视; 老年人健康

**中图分类号:**G777;B223

**文献标识码:**A

**文章编号:**2097-0625(2023)04-0042-05

《老子》, 又称《道德经》, 是我国道家经典, 被称之为“诸子之首”“万经之王”。据统计, 《老子》是中国典籍中最早被翻译, 且翻译语种最多的一部, 其翻译量仅次于《圣经》<sup>[1]</sup>。作为我国优秀传统文化的主要源头之一, 《老子》的思想对于现代很多行业均具有重要借鉴价值。近年来随着老年人口数量快速增长, 我国老龄化程度不断加深, 养老问题、老年人的健康问题逐渐成为政府与全社会关注的焦点。随着经济社会发展和人民生活水平的不断提高, 作为以“提高老年人的生命和生活质量”为主要目的老年教育, 不断得到社会各方面高度关注, 《老子》的养生思想及其博大精深文化正与现代老年教育的目的相契合, 其在老年教育中有着独特的地位和作用。

## 一、老子其人——“修道而养寿”

老子生于春秋末期, 大约公元前 571 年, 比孔子出生早约 20 年。《史记·老子韩非列传》:“老子者, 楚苦县厉乡曲仁里人也, 姓李氏, 名耳, 字聃, 周守藏室之史也。”关于春秋末期的楚国苦县, 有说是现在安徽省的涡阳县, 有说是现在河南省的鹿邑县, 争议未绝。涡阳县城距鹿邑县城不远, 直线距离 79 公里, 它们都位于涡河之滨。涡阳县是安徽省亳州市下辖县, 而鹿邑县城距亳州市区只 30 公里左右, 古代鹿邑曾属亳州管辖。在春秋末期, 人口稀少, 战乱不止, 行政区划变动不居。面对这些情况, 2 500 多年后的今天

论证老子准确的出生地, 无疑难度是很大的。

老子的人生轨迹大致如下: (1) 出生于楚国苦县, 曾从师于容成公, 学习天文地理、古今礼仪等。 (2) 年长辞家入周, 到周国的都城洛邑即现在的洛阳任“守藏室之史”, 负责国家典籍、档案等的管理。《列仙传》载老子先“为周柱下史”“转为守藏史”, 柱下史是负责奏议的官员, 这是老子在周国先期的职位。 (3) 离周至函谷关, 被留下著书。《史记》“老子韩非列传”:“居周久之, 见周之衰, 乃遂去。至关, 关令尹喜曰:‘子将隐矣, 强为我著书。’于是老子乃著书上下篇, 言道德之意五千余言而去, 莫知其所终。”老子见周国日益衰微, 就离周西去, 到了周国边塞函谷关, 守关官长尹喜知老子“真人也”<sup>[2]</sup>, 就请其著书立说, 《老子》或《道德经》一书, 即是老子于函谷关所著, 所以现在位于河南省灵宝市的函谷关被称为“道家之源”。 (4) 终南山说经讲学。司马迁说老子后来不知所终, 但据传, 老子离开函谷关, 继续西游入秦, 到了当时属于秦国的终南山, 在此说经讲学。现在终南山有著名的“说经台”, 又称“楼观台”。

老子不仅以其书而知名, 还以其“老”“寿”而被无数人仰慕。司马迁说“盖老子百有六十余岁, 或言二百余岁, 以其修道而养寿也。”<sup>[3]</sup>现在个别学者认为老子寿 80 岁<sup>[4]</sup>; 有的学者认为老子寿 100 岁<sup>[5]</sup>。相对来说, 司马迁距老子时代较近, 他的说法更准确些。

**收稿日期:**2023-08-15

**基金项目:**安徽省社会科学创新发展研究课题“《老子》正解新论——兼论《老子》管理思想”(项目编号:2022KD007)

**作者简介:**罗运鹏(1964—), 男, 安徽颍上人, 教授, 硕士。研究方向:企业管理、国学管理。

西汉刘向的《列仙传》,东晋葛洪的《神仙传》,都把老子列入其中,被作为修道高、寿命长、为数不多的“神仙级”的人物。特别是老子被奉为道家始祖,东汉末期产生了唯一的本土宗教——道教,老子被尊为道教教主。所有这些,都与老子善“修道而养寿”有很大的关系。

## 二、老年人的根本需求是健康长寿

近些年和今后一段时期,我国人口老龄化程度不断加深。2021年末,我国65岁及以上人口突破2亿,达到20056万人,占总人口比重达14.2%,按照国际标准,我国从2021年开始已进入中度老龄化社会。据预测,2035年前后我国将进入重度老龄化阶段。但老年教育教什么?这关乎教育规律,关乎教育效果,关乎老年教育高质量发展。坚持以需求为导向,根据老年人的需求特别是对教育的需求而教,这是解决“教什么”的关键所在。但需求分两个方面,一是表面的、显性的需求,如老年人因兴趣爱好学习书法、舞蹈等;二是隐性的、潜在的需求,亦即虽主观上未表露出来,但客观上已经存在的需求。比如有这样一种现象:有的老年人身藏疾病而不自知,且自以为很健康,例如有些农村老年人,平时疏于体检,外表看起来健康无病,种地除草忙个不停,但几个月后便发病离世了。从客观上说,如果这些老年人了解一些健康知识、养生之道,及早到医院检查、治疗,就可能避免“小病不治,大病难医”的窘境。教育者既要根据老年人的显性需求设置课程、安排内容,更要考虑到他们的潜在需求,按需设教。

我国老年人对健康长寿的需求,既表现为显性需求,又表现为潜在需求,两者有时分开,有时融合,因人而异。

从显性需求看,老年人特别是农村老年人健康问题还是严重的。有的学者通过对某地区农村老年人调查,认为多数农村老年人存在多病共存情况。其中心血管疾病患病率达76.47%,呼吸系统疾病患病率达72.22%,他们迫切需要了解慢性病知识、饮食营养知识、慢性病后遗症康复知识、急症及意外伤害的相关知识<sup>[6]</sup>。有学者对某城市社区进行调查,认为学历水平和社会层次越高的老年人越自律,对健康问题越关注,对健康教育的需求越高<sup>[7]</sup>。

从潜在需求看,求生、贵生、乐生是人的本性,《吕氏春秋·贵生》指出:“圣人深虑天下,莫贵于生。”认

为天下万事万物莫贵于生命。《老子》第四十四章说:“名与身孰亲?身与货孰多?”认为身体高于名利、钱财。《太平经》提出“人最善者,莫若常欲乐生”<sup>[8]</sup>,贵生、重生、乐生思想在《太平经》中表现得十分突出。人到老年期,身体功能逐渐下降,这种求生欲、贵生观得以强化,想方设法维持甚至提高自己的健康水平,延长健康生存时间,更长久地保持自己所期望的生活品质<sup>[9]</sup>,求生欲、贵生观自然演变为健康长寿思想。因此,健康长寿也是人的本性,是老年人的根本需求。

中华民族历来喜福重寿。3000多年前,先哲就谈到人生“五福”,其中“寿”被列为五福之首。即《尚书》“洪范”所载:“五福:一曰寿,二曰富,三曰康宁,四曰攸好德,五曰考终命。”《尚书》“洪范”讲的是治国大法,共介绍了九种治国大法,即“洪范九畴”,第九畴除了“五福”之外,还有与之相对的“六极”:“一曰凶短折,二曰疾,三曰忧,四曰贫,五曰恶,六曰弱。”<sup>[10]</sup>“凶短折”即早死,与“寿”相对。“五福”和“六极”是先哲根据人性所喜或所恶而采取的奖励或惩罚的治国方略。道教最重视生命,最关心延年益寿,长生不死,《太平经》提出:“三万六千天地之间,寿最为善。”<sup>[8]222</sup>天地间最美好的就是长寿。“五福惟寿先,寿固人所欲”,几千年来,中国人的这种福寿观念一直延存未改,现代老年人也不例外。同时《尚书》五福里面的“康宁”,即健康安宁,“考终命”即老而善终,均与健康长寿有关。

综上,健康长寿是老年人的根本需求。在老年教育中,虽然老年人参加教育活动的动机有多种,如满足兴趣爱好、扩展人际交往、跟上社会发展、弥补教育遗憾、实现自我价值,但是主要还是为了促进身心健康。因此,老年教育要紧紧抓住老年人这一根本需求,设计教学内容,开设相应课程,这样才能实现老年教育的高质量发展,赋能老年人高品质生活。

## 三、老子的主要思想是长生久视

“长生久视”出自《老子》第五十九章。该章提出“身国同治”“治身如治国”,国长久、人长生的大道,这个大道就是就是“啬”,亦即爱惜、保养之意。“有国之母,可以长久”“是谓深根固柢,长生久视之道”。视,活也,长生久视即长久地生活、健康长寿。按照司马迁的记载,老子“修道而养寿”,即老子善于修养身心、保养身体、延年益寿,从《史记》所记老子的年龄看,老子确实是高寿之人。《史记·老子韩非列传》又说:

“老子修道德，其学以自隐无名为务。”“老子，隐君子也。”老子隐声匿迹，不求闻达，是一位自隐无求的君子。从司马迁的简短介绍可以看出，老子的主要思想是不求名利，淡泊功业，追求长寿。这种思想在其书《老子》中多有反映，这里作一简单概括。

#### （一）在工作中贵身、重生

这里的工作，在老子所处时代主要指君主治国安邦，政府人员管理百姓，如《老子》第十章：“爱民治国，能无为乎？”工作中贵身、重生即在工作与身体的关系上，老子倡导要始终把身体放在第一位，把生命放在第一位，如《老子》第十三章又说：“贵大患若身”“贵以身为天下”“爱以身为天下”；除此之外，还体现在以下三方面：

第一，要“为无为”。“无为”是《老子》的重要思想，与儒家倡导的“有为”相反，如孔子“知其不可为而为之”。老子也追求“为”，但要以“无为”的方式去为，故称“为无为”。《老子》第三章：“为无为，则无不治。”无为的方式就是顺应自然的方式，不勉强的方式，按照事物自身规律的方式，即老子讲的“道”的方式。这样去做事，无不成功。多为，管理者身劳而又烦扰百姓，事倍功半，甚至一无所成，又伤身体；无为，管理者身少劳而又少搅扰百姓，确实是一种贵身、重生的工作智慧。所以，《老子》第四十四章说：“名与身孰亲？身与货孰多？得与亡孰病？”这里充分体现了老子在名利、钱财面前，视身体、生命为第一的思想。

第二，要“事无事”。《老子》第六十三章：“为无为，事无事，味无味。”“事无事”即以无事的心态对待做事，把有事当无事；对事情不急于求成，也不多言多事。按河上公注，要“不预设备，除烦省事”，按王弼注，要“以不言为教”。《老子》第四十八章：“取天下常以无事，及其有事，不足以取天下。”《老子》第五十七章：“以无事取天下”“我无事而民自富。”按河上公和王弼注，“事无事”体现老子贵身、重生思想。

第三，要“为而不争”。《老子》第八十一章：“圣人之道，为而不争。”“为而不争”即但行好事，不与人争。《老子》共有 7 章 8 处提到“不争”。为什么不争？《老子》第八章里讲了两点：一是我们要学习水。“水善利万物而不争”，这是接近道的；二是“夫唯不争，故无尤”。与人不争，就会减少怨恨、伤害。第二点阐明了不争对身体之利，以平和的心态，顺应大道，为所当为，去掉“争心”，快乐工作，这样才有益于个人身心健

康。“私心和嗜欲太重的人往往心胸狭窄，情绪紊乱，争名于朝，争利于市，会使心神处于无休止的混乱之中，戕害身心，加速衰老。”<sup>[11]</sup>

#### （二）在生活中修身、养生

《老子》第五十四章：“修之于身，其德乃真。”一个人修道于身，他才能真正有所得，他的“德”才是纯真的。《老子》一书阐述很多修身思想，例如第十六章：“致虚极，守静笃。”“虚”和“静”是修身的至高境界。“虚谓虚心，静谓静气，乃性命双修之玄要也。”“安静虚无云者，无劳尔形，勿摇尔精，一念不起，万缘皆空，心若太虚，一物不着。”<sup>[12]</sup>虚至极致，静至极致，更是常人难以达到的妙境。又如第三十三章的“自胜者强”“知足者富”等，强调战胜自己的弱点才是真正的刚强，内心知足才是真正的富有。

修身是养生的基础，老子养生思想还包括很多方面，这里仅举几例。例如第十二章：“五色令人目盲；五音令人耳聋；五味令人口爽；驰骋畋猎，令人心发狂；难得之货，令人行妨。”大意是对声色淡泊，对财物不贪。第十九章：“见素抱朴，少私寡欲。”即返朴归真，减少私心和欲望。第五十九章：“治人事天，莫若啬。”“啬”即爱惜，珍惜，与第二十九章的“去甚，去奢，去泰”，第六十七章的“俭”意义相近。除《老子》书中丰富的养生思想外，在实际生活中，老子如此长寿，重视养生，必定有具体的养生技巧。有人说老子是气功大师，经常习练气功。当然，这无从考证。

#### （三）以道和德养寿

自古及今，养生的方法多如牛毛，但关键在悟大道、修大德，偏离了道、德，均达不到养生的效果。《庄子》“达生”中讲了两个养生的例子：一个是鲁国的单豹喜欢养生，居岩穴饮山泉，与世无争，年岁七十而面如婴儿，但不幸遇到饿虎，被老虎吃掉了。另一个是鲁国的张毅也喜欢养生，他外面人际关系好，穷的富的都与他交往，但四十岁就因患内热病而死。一个养其内而伤其外，一个养其外而伤其内，顾此失彼，都不符合老子的道、德要求，结果适得其反。

根据司马迁的记载和《老子》的阐述，我们可以看出，老子以道和德养生，以期长生久视。道和德是《老子》全书的主线。据统计，王弼本《老子》中，“道”字出现 76 次，“德”字出现 43 次。在养生方面，《老子》提倡“尊道而贵德”的养生大道。在《老子》看来，《庄子》里的单豹和张毅养生均失之偏颇，均是短期行为，只

有掌握大道、具备大德以养生,才算是善于养生者。正如《老子》第五十章所言:“盖闻善摄生者,路行不遇兕虎,入军不被甲兵。”善于养生者,在陆地行走不会遇到犀牛、老虎等野兽,在战场上打仗不会被刀枪等兵器伤害,就是说,具有避开危险之地的智慧。《老子》第五十九章又说:“重积德则无不克。”河上公于此章注:“先得天道,是谓重积德于己也”“重积德于己,则无不胜。”<sup>[13]</sup>修道得之于身,谓之德,人悟得大道,积德纯厚,则无不能胜,天灾人祸也能远离。《老子》第七十九章:“天道无亲,常与善人。”天道是公允无私的,但它常帮助善人。《周易·大有卦》也说:“自天佑之,吉无不利。”以道和德养生,即顺天道而为,得道多助,如此养生,才是长生久视之道。

#### 四、当前我国老年教育应重视《老子》文化的传播

当前我国老年教育在“传道授业”方面,还多停留在“授业”上,诸如书法、绘画、音乐、舞蹈、非遗等,在“传道”方面做得较少,诸如《老子》《大学》《中庸》《论语》等我国传统文化经典上主要还是重在解读,“道”的内容略少。如前所述,当前我国老年教育尤其要重视《老子》文化的传播,其中不光是长生久视之道,与其相联系的还有人生智慧、品行修养、汉字文化、文学修辞等。老年教育传播《老子》文化,要结合老年人的身体、思想等实际,树立问题意识,对《老子》文化进行创新性转化。

##### (一) 内容上,系统传播《老子》养生文化

###### 1. 修心至静思想

《黄帝内经》说,心为君主之官,心主血脉,心主神明,心是全身的总指挥,是生命之本,所以养生首在养心。如何养心?修心是最重要的方法。修心就是修正自己的心。人受先天和后天的影响,如先天性格好动,遇事急躁;后天受外界的各种引诱,心总是难安难静,有些人至老不改,这是不利于健康的。这些都需要修心。《老子》认为“静”是道的本性,得道者应“致虚守静”。《老子》第十五章描写了得道者的修养、容貌,“孰能浊以静之徐清?”通过“静”使心里的混浊慢慢澄清。《老子》第十六章对“虚静”作了深刻的论述,“夫物芸芸,各复归其根。归根曰静,静曰复命”,静是万物的根本之性,万物纷纭,最后都回归自己的根本之性,即回到静的状态,在静中渐渐恢复其本性。《老子》第三十七章:“不欲以静,天下将自定”,第四十五章:“清静为天下正”。这些都是《老子》修心至静思想所在。

###### 2. 修身德真思想

我国老年人中,也存在少数人倚老卖老、缺乏修养的问题。修身德真即《老子》所说“修之于身,其德乃真”,也就是个人的德行修养。《老子》一书涉及这方面内容十分丰富,有“包容之德”“知足之德”“不争之德”“谦下之德”“利他之德”“慈爱之德”“俭德之德”“诚信之德”等。例如,第四十九章的“善者吾善之,不善者吾亦善之”,第六十二章的“人之不善,何弃之有”,第七十九章的“报怨以德”等,对不善的人也要善待他们,对于仇怨以德回报,为人包容、宽厚,这些都反映了《老子》的“包容之德”。又如,第八章的“上善若水,水善利万物而不争”;第八十一章的“圣人不积,既以为人己愈有,既以与人己愈多。天之道,利而不害。”人要多积德为善,为他人、为社会多做好事。这些都反映了《老子》的“利他之德”。

###### 3. 外身无生思想

现在一些老年人过度养生,过于注重保健,甚至乱买养生用品,乱吃一些保健食品,实际上不利于身体健康。《老子》的思想是辩证的,一方面贵身、重生,另一方面又强调不自生、外其身。《老子》第七章首先阐述了这一思想:“外其身而身存”,即把自己身体置之度外反而能保全身体,因为天地“以其不自生,故能长生”。《老子》反对“生生之厚”,即过于厚养生命,过于看重生命,这样反把自己置之死地。《老子》第七十五章:“夫唯无以生为者,是贤于贵生。”贵生即厚养生命。人不贵生胜过贵生。养生在身外,按《老子》的观点,万事不可刻意人为,须顺任自然,有时忘掉身体、不养生胜于养生。

##### (二) 形式上,开发各种《老子》学习方式

要以老年大学为载体,主要注意以下几个方面:

###### 1. 设置专题课程

当前各类老年大学开设的传统文化课,主要包括太极拳、书画、诗词、民乐等文体类,传统文化经典研习类课程开设较少。有的学校则是在文学课中开设几讲《老子》欣赏课,内容不系统、解读不深入,亟待加强。今后可开设《老子》文化欣赏课等,将《老子》的“长生久视”、生命教育等思想融进老年学员的日常学习生活中。

###### 2. 编制教材资源

现在出版的有关《老子》的学术专著有很多,但不适合直接用作老年大学教材,市面上不少《老子》版本

译文不准确、良莠不齐、晦涩难懂。因此,针对老年学员的年龄特征、精神需要、学习特点等各方面条件,老年大学可适时组织主讲教师编写适宜老年人学习的《老子》教材,一方面可以满足老年大学学员学习需求,另一方面也助力老年大学教材建设,丰富完善教材体系。同时可根据教材内容制作系列微课视频资源,利用网络传媒技术,以通俗易懂、生动活泼的形式把《老子》81 章分类做成视频,供老年大学学员观看学习,如道类、德类、养生类、修养类、政治类等,便于对特定专题有兴趣的学员选择性学习。

### 3. 组织学习团体

《老子》的文化传播需要通过一些老年学习团体、老年学习共同体来组织共同学习。融合健康养生、生命教育等内容,营造共同学习的氛围,让老年学员既能学习《老子》的知识内容,又能通过诵读、讲解、跟读、思索、研讨来把握精髓,学以致用。一些老年学习团体还可组织老年学员以传统文化游学的方式来体悟《老子》思想,通过实地踏访,边“游”边“学”,在轻松愉悦的文化交流当中,亲身体验不同地域的风土人情,了解老子的生活环境,不仅可以开阔视野,更可以体验到不一样的精彩人生,开辟了文化养老的特色新体验。

### 4. 遴选专家师资

《老子》一书去今久远,有些文字晦涩难懂,文义

深奥玄虚,对其正解难,乱解者不少,应慎重遴选这方面的专家和师资,否则学员易被导入歧途。各级老年大学可聘请普通高校精通《老子》的文学研究专家,筛选优秀的师资供老年大学聘用。《老子》第二十七章说:“故善人者,不善人之师;不善人者,善人之资。不贵其师,不爱其资,虽智大迷,是谓要妙。”有道者是失道者的老师,失道者是有道者的借鉴。老子本人从道德教育的角度把教师的作用看得很重要,强调“贵其师,爱其资”,学习《老子》文化更要遴选优秀的专家和师资。

《老子》一书成书于 2 000 多年前,而老年教育是现代社会的事,初看两者风马牛不相及,实则它们之间存在密切的联系。据预测,我国“十四五”期间老龄人口将突破 3 亿人。老年人是国家之福,健康的 3 亿老年人更是我国珍贵的财富,而如果这些老年人患病率高,百病丛生,就会给国家带来沉重的负担。文化、教育因素是影响人的健康、寿命的重要因素,《老子》的道德文化、养生文化是我国传统文化的精华,不仅有助于老年人提升传统文化修养、增进文化认同,还能够为守护老年人健康提供有益指导。各类老年教育机构应高度重视《老子》文化的教育与传播,并不断推及其他优秀传统文化,这也是老年人精神养老、文化养老的重要选择。

### 参考文献:

- [1] 陈鼓应. 道德经译注[M]. 北京:中信出版社,2020:15.
- [2] 王叔岷. 列仙传校笺[M]. 北京:中华书局,2007:18.
- [3] 司马迁. 史记[M]. 北京:中华书局,2005:1703.
- [4] 张景,张松辉. 道德经[M]. 北京:中华书局,2021:2.
- [5] 陈大明. 老子与道德经[M]. 北京:中国文史出版社,2017:30.
- [6] 梁丽芬,于为民,赵静,等. 农村老年人对健康教育需求的现状调查及对策分析[J]. 护理研究,2022,36(13):2380-2385.
- [7] 刘堃,翟向明,刘丽萍,等. 老龄化背景下社区老年人健康教育需求[J]. 中国老年学杂志,2021,41(2):863.
- [8] 王明. 太平经合校[M]. 北京:中华书局,1960:80.
- [9] 李晶. 中国老年教育的现实需求和供给对策[J]. 中国远程教育,2022(5):27.
- [10] 李民,王健. 尚书译注[M]. 上海:上海古籍出版社,2004:229.
- [11] 张岚,邹纯朴. 《老子》情志摄生思想探析[J]. 中国中医基础医学杂志,2017(4):504.
- [12] 董沛文. 天乐集[M]. 北京:宗教文化出版社,2013:138-140.
- [13] 王卡点校. 老子道德经河上公章句[M]. 北京:中华书局,1993:231.

(下转第 81 页)

- [4] 付瑞. 新文科建设背景下经管类实训课程思政改革探索[J]. 兵团教育学院学报, 2021, 31(6): 17-20.
- [5] 余双好, 马桂馨. 新时代高校思想政治工作的主要成就、基本经验与发展趋势[J]. 思想理论教育, 2022(2): 33-39.
- [6] 侯荣新, 徐铭阳. 应用型高校经管类专业课程思政实施路径[J]. 黑龙江工业学院学报(综合版), 2022, 22(7): 42-46.
- [7] 林泰. 在“传道”和“解惑”的结合中做好立德树人工作[J]. 思想理论教育导刊, 2022(3): 160-163.
- [8] 韩宪洲. 专业思政: 深化课程思政的逻辑遵循与实践要求[J]. 中国高等教育, 2023(5): 33-36.
- [9] 杨波, 苏波. 大思政背景下高校课程思政建设刍议[J]. 学校党建与思想教育, 2022(12): 46-48.
- [10] 王宜刚. 高校经管类专业课程的思政教育路径[J]. 山西财经大学学报, 2022, 44(S1): 149-151.

## Ideological and Political Teaching Reform of Economics and Management Courses in Colleges and Universities

SUN Wenming<sup>1</sup>, JIANG Leilei<sup>1</sup>, YAO Yanjie<sup>2</sup>, DU Juan<sup>2</sup>

(1. School of Economics and Management, Anhui Open University, Hefei 230022, China;

2. School of Literature, Law and Education, Anhui Open University, Hefei 230022, China)

**Abstract:** With the deepening of the socialist market economy with Chinese characteristics, the society has put forward new higher requirements for the ability and accomplishment of students majoring in economics and management. The ideological and political construction of courses in the field of Economics and Management in colleges and universities has the characteristics of leadership, closeness, and coordination. It should follow the principles of student-centered, equal emphasis on morality and talent, and systematic design. With the construction of professional curriculum system as the starting point, the ideological and political construction of courses in economics and management in universities should be promoted through channels such as changing educational concepts, strengthening team capacity building, innovating teaching methods, and promoting the integration of industry, academia, and research to achieve practical results.

**Keywords:** colleges and universities; major in Economy and Management; ideological and political

[责任编辑 汤诗华]

---

(上接第 46 页)

## *Laozi* and Elderly Education

LUO Yunpeng,<sup>1</sup> ZHANG Fei<sup>2</sup>

(1. Institute of Scientific Research, Anhui Open University, Hefei 230022, China;

2. Institute of Anhui Elderly Education Research, Anhui Open University, Hefei 230022, China)

**Abstract:** The principles of longevity in *Laozi* and Lao-tzu's own way of nurturing life are highly in line with the fundamental needs of modern elderly people for health and longevity, and can provide appropriate theoretical references for contemporary elderly education and teaching. In the current elderly education, it is necessary to systematically promote the health culture of *Laozi* and promote the learning of *Laozi* through multiple channels.

**Keywords:** *Laozi*; elderly education; longevity; health of elderly people

[责任编辑 汤诗华]