



阅读中国 · 外教社中文分级系列读物

Reading China Ридеры для всех уровней HSK



总主编 程爱民

走近老子

Постигая Лао-цзы

Уровень 5

编者 殷晓明
五级主编 敖雪岗

五级
3

Lingua

Издательство АСТ
Москва

上海外语教育出版社
外教社 SHANGHAI FOREIGN LANGUAGE EDUCATION PRESS

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ

Председатели:

Цзян Фэн – Шанхайский университет иностранных языков

Ван Нин – Шанхайский транспортный университет / Университет Цинхуа

Главный редактор:

Чэн Айминь – Шанхайский транспортный университет / Нанкинский университет

Члены совета:

Чжао Ян – Пекинский университет

У Инхуэй – Пекинский университет языка и культуры

Цзу Сяомэй – Нанкайский университет

Ло Цзяньбо – Фуданьский университет

Чжао Вэньшу – Нанкинский университет

Ван Юйфэнь – Чжэцзянский университет

Ван Айцзюй – Уханьский университет

Чжан Яньли – Шанхайский университет иностранных языков

Ли Чуньлин – Центральный университет финансов и экономики

Ван Цзюнь – Шанхайский транспортный университет

Ли Пэйцзэ – Hanban International Education Technology (Пекин)

Ван Цзиньхун – Chinese Plus

Licensed for distribution and sale throughout the world





ОТ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА

Всем, кто изучает иностранный язык, в начале обучения приходится нелегко, и они не могут читать практически ничего, кроме учебников. Много лет назад у меня был студент, который на первом курсе университета помогал расставлять книги в библиотеке Института иностранных языков. Тогда он случайно наткнулся на издание для детей «Шекспир в рассказах», пролистал несколько страниц, обнаружил, что понимает текст, и был мгновенно очарован. Позже он стал ходить в библиотеку и читать эту книгу, когда у него было время, а вскоре дочитал её и понял, что его уровень английского значительно улучшился. На самом деле это произведение, «Шекспир в рассказах», было оксфордской книгой для градуированного чтения на английском языке. Эта история говорит нам о том, как важно при изучении иностранного языка читать книги, соответствующие уровню владения языком.

Адаптированные по уровням книги для чтения на английском языке внедряются в Китае уже несколько десятилетий, но практика написания книг для градуированного чтения на китайском языке, ориентированных на международного читателя, только началась. На данном этапе ощущается нехватка подобных изданий, а также вызывает вопросы качество их подготовки. Поэтому после введения международного стандарта обучения китайскому языку мы задумались о создании серии книг для градуированного чтения, подходящих для изучающих китайский язык во всём мире, и таким образом мы пришли к созданию этой серии — «Reading China: ридеры для всех уровней HSK».

Книги этой серии составлены согласно основным принципам изучения китайского языка как иностранного. В основе пособий лежит концепция и метод написания текстов, адаптированных для каждого уровня владения английским языком как иностранным. В книгах серии затрагиваются характерные для Китая темы, используется повествовательный дискурс, учитываются привычки, психологические особенности иностранных читателей. Важно отметить, что серия «Reading China: ридеры для всех уровней HSK» — это первый в Китае и за рубежом комплект книг для чтения, по содержанию и языковому материалу соответствующий международному стандарту обучения китайскому языку. Серия состоит из 36 томов — 5 томов в каждом уровне с 1-го по 6-й и всего 6 томов для уровней с 7-го по 9-й.

Прочитать тысячи книг и проехать тысячи километров — вот два способа познания мира. Сегодня китайцы едут посмотреть мир, а иностранцы — Китай. Китай с его многовековой историей, богатой и разнообразной культурой, а также постоянными развитием, модернизацией действительно стоит того, чтобы его увидеть. Если вы изучаете китайский язык и интересуетесь китайской культурой, мы рекомендуем вам обратить внимание на эту серию книг. Они не только помогут вам лучше выучить китайский язык, но и понять трёхмерный, реальный и яркий Китай.

Чэн Айминь
май 2023 года



目 录

第一章 老子与《老子》

- 一、影响争议都很大：谜一样的老子很迷人 8
- 二、姓老还是姓李：国家图书馆负责人 11
- 三、孔子来请教：老子大概是一条龙吧 14
- 四、西出函谷关：留下五千字后不知去了哪里 17

第二章 继承与发展

- 一、前人思想文化的继承：智者可不止老子一个人啊 20
- 二、时代的影响：混乱的春秋末年 23
- 三、楚文化的体现：老子是楚国人吗？ 26
- 四、独特的隐士群体：不一般的隐士 29

第三章 道与德

- 一、“道”的字义：只是道路的意思吗？ 32
- 二、道是什么：看不见摸不着的道 35
- 三、道生万物：万物生于有，有生于无 38
- 四、德养万物：德是道的展现 41

第四章 自然与无为

- 一、自然：自然的才是最好的 44
- 二、无为：无为而无不为 47
- 三、自然的天：天也和万物一样 50
- 四、圣人：没有喜欢和不喜欢的差别 53

第五章 对立与循环

- 一、共存：离开了丑，就没有了美 56
- 二、转化：好事会变成坏事，坏事也会变成好事 59
- 三、转化的条件：千里的路是一步一步走出来的 62
- 四、回到最初：循环运动，永远不停止 65

第六章 社会与政治

- 一、走上大道：大道很平坦，人们却喜欢走小路 68
- 二、无为而治：治理国家要像烹制小鱼 71
- 三、无知无欲：是做头脑简单没有欲望的人吗？ 74
- 四、理想国：国家很小，人民很少 77

第七章 战争与和平

- 一、反对战争：武器是不好的东西 80
- 二、想得到先付出：老子是个有计谋的人吗？ 83
- 三、战火不断：还是欲望太多啊 86
- 四、三件宝贝：最重要的是慈爱 89

第八章 养生与修身

- 一、减少欲望：色彩太多，眼睛反而看不清楚 92
- 二、名利与生命：哪一样更珍贵呢？ 95
- 三、自然天真：回到婴儿的状态 97
- 四、心如明镜：擦去落在心上的灰尘 100

第九章 为人与处世

- 一、弱比强好：大风吹倒的是大树而不是小草 103
- 二、谦虚不争：完美的人就像水一样 107
- 三、慈爱的心：付出越多，内心越充足 110
- 四、功成身退：杯子里的水太满就会溢出来 113

练习参考答案 116

词汇表 117



第一章

老子与《老子》

一 影响争议都很大：谜一样的老子很迷人

老子是中国古代重要的思想家。以老子为代表的道家思想与以孔子为代表的儒家思想，是中国传统思想文化的主体。两家思想互相补充，形成了中国人精神的两个方面，也使得中国传统文化更加丰富而生动。

在中国文化史上，儒家思想长期处于主导地位；而在中国哲学史上，道家思想常常处于主导地位。老子在中国人的心中一直是一个智者的形象。

一个人遇到好事时，他往往会提醒自己不要太得意，因为好事可能会变成坏事；遇到坏事时，又会安慰自己不必太悲伤，因为坏事也会变为好事。着急不安的时候，人们会提醒自己内心要安静下来，这样更容易解决问题。在激烈的社会竞争中，有时候人们会主动地向后退一步，不仅心情会放松，而且反而会获得胜利。人们也会提醒自己不要过多地追求物质享受，因为这样不仅不能感到满足，还会感到痛苦，失去内心的平静。

人们也许没有意识到，以上这些都是老子的思想在指导着当代人的生活，而老子说过的话，不少仍然出现在人们日常使用的语言中。可见，老子的思想在今天仍然具有重要的影响，我们可以从他那儿获得丰富的人生智慧。如果你想了解

中国传统的思想与文化，如果你想全面深入地了解当代中国人的思想与生活，就一定要对老子的思想有一些基础的认识。

老子不仅属于中国，也属于全世界。早在唐代，《老子》就被翻译为外国文字。中国古代文化书籍中，《老子》翻译为外国文字的次数最多。在世界范围内，有两本书被翻译的次数最多，一本是西方的《圣经》，一本就是中国的《老子》。

这么重要的人物，我们对他的了解一定很多吧？事实正好相反，对于老子，我们知道的非常少，这也使得老子成为中国古代重要思想家中争议最多的一位，甚至有人否认有老子这个人的存在。那么老子真实存在吗？老子究竟是谁？他是哪个时代的人？《老子》这部书是谁写的？是一个人完成的吗？是什么时候写成的？要回答这些问题并不容易，不过这是我们介绍老子与老子思想的开始，无法回避。

对于老子的争议还表现在对其思想的理解：有人说老子不关心现实社会，抱着一种消极的态度，有人说老子关心现实社会，并积极寻找解决社会矛盾的方法；有人说老子教人使用计谋，有人说老子最反对使用计谋，他希望人们都单纯得像个婴儿；有人说老子主张不让人民变聪明，以便管理，有人说老子希望人民保持单纯，真诚相处，因为他觉得比谁更聪明，比谁的方法更好，只会让社会越来越乱。

类似的争议还有很多，而这些对老子的看法几乎完全对立，那么到底哪一面才是真正的老子呢？我们该去哪里寻找答案？是不是由于老子的时代距离现在太久，我们就永远无法回答了昵？

幸运的是，不同时代的人几乎都对研究老子有着很高的热情。我们可以从流传下来的古书中，从地下发现的材料中，无限接近真实的老子。

对于今天的我们，老子真像一个难猜的谜，却又是那么地迷人！

本级词:

争议 zhēngyì | спор, противоречие
迷人 mírén | очаровательный,
 привлекательный
主体 zhǔtǐ | основная часть, субъект
使得 shǐde | заставляя, приводить к
主导 zhǔdǎo | ведущий
安慰 ānwèi | утешение
悲伤 bēishāng | печальный
竞争 jìngzhēng | конкуренция, соревнование
物质 wùzhì | материальный, вещество
享受 xiǎngshòu | наслаждение
意识 yìshí | сознание, осознавать

超纲词:

章 zhāng | глава
与 yǔ | и
谜 mí | загадка
道家 Dàojiā | даосизм
儒家 Rújiā | конфуцианство
哲学 zhéxué | философия

当代 dāngdài | современный, современность
全世界 quán shìjiè | весь мир
人物 rénwù | персонаж, личность, фигура
回避 huíbì | избегать, уклоняться
其 qí | его, её, их, этот
消极 xiāojī | пассивный, негативный
矛盾 máodùn | противоречие
聪明 cōngmíng | умный, сообразительный
以便 yǐbiàn | чтобы, для того чтобы
真诚 zhēnchéng | искренне, честно
对立 duìlì | противопоставление, оппозиция
有着 yǒuzhe | иметь, обладать
猜 cāi | гадать, предполагать

智者 zhìzhě | мудрец
智慧 zhìhuì | мудрость
书籍 shūjí | книги
次数 cìshù | количество раз
计谋 jìmóu | интрига, хитрость
婴儿 yīng'ér | младенец

练习



1. 在世界范围内, 被翻译次数最多的中文书是_____。
A. 《论语》 B. 《诗经》 C. 《老子》 D. 《圣经》
2. 为什么说老子像一个不容易猜出答案的谜语?
3. 老子与道家思想在中国文化中具有什么地位?

二

姓老还是姓李：国家图书馆负责人

老子与老子的思想在秦以前的书中多次被提到，那么首先可以肯定的是，老子在历史上是真实存在的。

西汉的《史记》是最早介绍老子的史书，书中说，老子姓李，名为耳，字为聃。中国的古人有名也有字，一般是出生后由父亲取一个名，长大后再取一个字，名与字往往有意义上的联系。老子的字“聃”有“耳朵又长又大”的意思，也许老子的耳朵与一般人相比有些特别，所以用“耳”作为名，“聃”作为字。古书中的老子与老聃显然是同一个人。

关于我们最熟悉的“老子”也有两种说法：一种说法是尊敬的名称，“老子”就是老先生的意思；另外一种说法是“老”是姓，那么“老子”就与“孔子”“孟子”一样，是在姓后加“子”字，表示尊敬。古代有“老”这个姓而无“李”这个姓，老子姓李、名耳的说法可能是由“老聃”这个名字转变来的，



“老”与“李”古代读音相同，“耳”与“聃”字义互相对应，所以老聃就变成了李耳。中国古人的名字真是又复杂又有趣啊。

关于老子的出生和姓名，民间还流传着不少有趣的故事。有一个故事说，老子的母亲年轻时是一个温和善良的姑娘，有一天在河边洗衣服，突然看到水里有一颗金黄色的李子，她从来没有见过这么漂亮的李子，拿起来就咬了一口，果然又香又甜。没想到刚吃完这个李子，这个姑娘就觉得胃里很不舒服，一直想吐，没多久她发现自己竟然怀孕了，过了八十一年才生出一个男孩。更奇怪的是，这个男孩与普通的孩子不一样。他不仅一出生就会说话，而且头发、胡子都是白色的，因此人们就叫他“老子”。他还指着一棵李子树说：“我就姓李。”人们总是喜欢给历史上的名人编一些奇怪的故事，大概是因为人们根本就不相信普通人能取得那么大的成就吧。

老子姓名的问题差不多讲清楚了，我们再来看一看老子的工作。《史记》明白地告诉我们，老子曾经是周朝的一个官员，负责管理国家文化与历史方面的书籍，和现在的国家图书馆负责人差不多。

这样的职位一般都是由学问比较大的人担任，可见老子在当时也是一个非常有学问的人。在那个时代，学问都是一代一代传下来的，那么老子很可能出生在一个文化水平很高的家庭。这个职位让老子对于前人的书籍与思想越来越熟悉，对世界的认识也更加深入，老子变得越来越有智慧。

《史记》中提到孔子曾到周向老子请教学问，这件事在中国文化史上是一件特别重要的事，他们的谈话内容，《史记》中也有记录，我们将在下面一部分专门介绍。这件事一方面说明，老子在当时一定是个很有名的学者；另一方面，我们已经知道孔子生活的年代，那么由此可以知道老子与孔子都生活在春秋末年，老子可能比孔子大20岁左右。

本级词:

负责人 fùzé rén | ответственное
лицо

肯定 kěndìng | подтверждать

耳朵 ěrduo | ухо

熟悉 shúxī | быть знакомым с

说法 shuōfǎ | утверждение

尊敬 zūnjìng | уважение

对应 duìyìng | соответствовать,

温和 wēnhé | мягкий, нежный

咬 yǎo | кусать

胃 wèi | желудок

吐 tǔ | рвать, тошнить

胡子 húzi | усы

职位 zhíwèi | служебное положение

将 jiāng | будет, собираться (что-то сделать)

学者 xuézhě | учёный, исследователь

由此 yóucǐ | отсюда, исходя из этого

超纲词:

古人 gǔrén | древние люди

字义 zìyì | значение иероглифа,
буквальный смысл

李子 lǐzi | слива

怀孕 huáiyùn | беременная

官员 guānyuán | чиновник, должностное лицо

前人 qiánrén | предшественник, предок

练习



1. 老子和下面哪一个名字是同一个人? _____

A. 孔子

B. 李耳

C. 孟子

D. 司马迁

2. 为什么说老子在当时是一个非常有学问的人?

3. 老子作为国家图书馆负责人的身份与他后来的成就有什么关系?