

回归教育

Return to Education

谢作松〔著〕

 DIXIE W PUBLISHING CORPORATION U.S.A.
美国南方出版社

回归教育

谢作松 著

责任编辑：向 辉
版面设计：侯国强

Return to Education © 2026 by Zuosong Xie

Published by
Dixie W Publishing Corporation
Montgomery, Alabama, U.S.A.
<http://www.dixiewpublishing.com>
All rights reserved.

No part of this book may be reproduced in any form or by any electronic or mechanical means including information storage and retrieval systems, without permission in writing from the publisher. The only exception is by a reviewer, who may quote short excerpts in a review.

This book is an original interdisciplinary work of philosophy and mathematics. Discussions involving mathematics, quantum theory, biology, medicine, education, and Eastern philosophy are intended for intellectual exploration and should not be interpreted as established scientific consensus or professional advice. The author's interpretive and philosophical viewpoints are clearly distinguished from widely accepted scientific facts throughout the text.

本书由美国南方出版社出版
• 版权所有 侵权必究 •
2026 年 9 月 DWPC 第一版

开本：210mm x 148mm
字数：73 千字

Library of Congress Control Number
美国国会图书馆编目号码：2026948676

国际标准书号 ISBN-13：978-1-68372-897-9

目 录

前言：万法归一，归于教育	i
总纲：五阶育人全景图	iii
第一卷 生命教育	001
第一章 生命本真教育	003
第一节 人这一生，最先需要教育的不是知识， 是生命认知	003
第二节 现代人最大的悲哀：懂万千道理，不懂 自己生命	005
第三节 生命有节律、有气血、有情绪、有本心 ..	008
第四节 身体发出的五种信号	010
第五节 所有内卷、焦虑、内耗，都是生命教育 缺位	012
第二章 灵魂根基：女性教育	015
第一节 核心定位：女人乃一家之魂，女性教育 为教育之根本灵魂	016
第二节 当代核心矛盾：传统角色未卸，现代重 担叠加，女性价值观教育全面缺位	017

第三节 女性教育核心内核：守本心、明本位、 行中正	019
第四节 本心教育：守住生命底色，入世做事， 出世安心	020
第五节 自我价值重塑：走中正东方之路，分阶 段安顿人生	023
第六节 婚姻与阴阳和合：女性教育的核心落地 载体	026
第七节 身心、独处与心性修养	028
第八节 家风与代际传承：女性教育决定后代 根基	029
第九节 当代女性精神出路与生命圆满之路	031
第三章 身心安顿教育	033
第一节 身体的教育：不耗、不熬、不躁	033
第二节 心性的教育：安静、包容、松弛、归位 ..	035
第三节 当代人最大疾病：心不安、神不宁	037
第四节 教育不是让人变强，是让人回归正常 生命状态	038
第四章 人生归途教育	041
第一节 生命有来处、有归途	041
第二节 中年之后的人生课题	043
第三节 人的一生，是不断回归的过程	045

第四节 所有成长，都是回归本心、回归纯粹、 回归本真	046
第一卷结语	048
第二卷 女性教育	049
第五章 当代女性的时代错位教育	051
第一节 几千年的传统角色：守家、内敛、隐忍 ..	051
第二节 现代女性：走入社会、并肩世界、负重 前行	052
第三节 时代变了，女性价值观教育没有跟上	054
第四节 当代女性最苦、最累、最迷茫、最煎熬 ..	056
第六章 女性本心教育	058
第一节 女性天性：母性、柔软、包容、本心	058
第二节 角色再多变，本心不能变	061
第三节 真正的女性教育：入世做事，出世安心 ..	063
第四节 女性自我对话的五个问题	064
第七章 女性自我价值重塑教育	066
第一节 不做极端女权，不做复古女德	066
第二节 走中正东方女性之路	068
第三节 女性四个生命阶段的安顿	070
第四节 在男性主导的世界里活出自己的天地	073
第二卷结语	076

第三卷 心性涵养教育	077
第八章 人心归依教育	079
第一节 现代人最大空虚：无敬畏、无归处、无 精神坐标	079
第二节 没有精神教育的人，越聪明越浮躁	081
第三节 真正的精神教育，是心安、归位、知止 ..	084
第四节 没有敬畏之心，是时代教育最大失败	086
第九章 敬畏教育	088
第一节 敬畏天地	088
第二节 敬畏因果	090
第三节 敬畏人生	091
第十章 静定教育	094
第一节 一切智慧，从静中来	094
第二节 所有浮躁，都是教育只教动、不教静	096
第三节 心定则身安，身安则万事可成	098
第四节 四时静定之法	099
第三卷结语	102
第四卷 商道处世教育	103
第十一章 财富认知教育	105
第一节 现代教育最大的偏差：唯金钱至上	105
第二节 真正的商道：先做人，后做事，再赚钱 ..	107

第三节 商道是人与社会相处的教育	108
第四节 财富的真相：金钱是工具，心安是目的 ..	110
第十二章 取舍教育	112
第一节 人生成败，皆在取舍	112
第二节 功利教育让人贪多，东方修养教育让人 知止	114
第三节 知道不要什么，比知道要什么更重要	116
第十三章 社会立身教育	120
第一节 如何在世俗中立足	120
第二节 如何在竞争中不变质	122
第三节 如何在繁华中不迷失	123
第四节 立身之本：本事、人品、心安	125
第四卷结语	126
第五卷 科学数理教育	127
第十四章 科学不能代替人心	129
第一节 数学是规律，不是人生	129
第二节 现代教育重科学、轻心性，导致人情冷漠 ..	131
第三节 数理让人清醒，心性让人温暖	132
第四节 数理教育是“术”，人心教育是“道”	134
第十五章 理性与温柔的平衡教育	136
第一节 数理让人清醒：看懂世界的底层规律	136

第二节 心性让人温暖：感受人间的真实温度	138
第三节 科学精神与人文精神，本是一体两面	139
第四节 教育要培养“懂数理但有人情味的人”	141
第十六章 万物规律教育	143
第一节 看懂数字、看懂因果、看懂秩序	143
第二节 科学教育让人尊重规律，不蛮干	144
第三节 规律认知的五层台阶	146
第四节 顺应天道，是最高级的智慧	147
第五节 科学数理教育的终点：敬畏规律、顺从 天道	148
第五卷结语	150
第六卷 四层完整大教育	151
第十七章 家庭教育——根的教育	153
第一节 家是人生第一课堂，也是最后一堂课	153
第二节 所有人生问题，源头都在家风	155
第三节 家教不是“管孩子”，是“做父母的人正” ..	156
第四节 父亲教育的独特价值	158
第五节 母爱是根中之根	160
第十八章 环境育人教育——行的教育(上)	162
第一节 社会是终身学校	162
第二节 你身边的人，就是你的教材	164

第三节 环境育人的四个故事	165
第十九章 经历与圈子育人教育——行的教育(下)	170
第一节 经历是最好的老师	170
第二节 我的三次教训	172
第三节 你的阶层可以不高,但你的认知必须高	174
第二十章 国家教育——格局的教育	176
第一节 时代的风向,就是最大的教育	176
第二节 教育要自主,国家才能独立	178
第三节 大国民的四个维度	183
第四节 文化导向,是国家的隐形课程	184
第五节 立国之本在立德	186
第二十一章 科技教育——智的教育	188
第一节 智能时代,人心比算法更珍贵	188
第二节 数字时代,必须平衡“智”与“慧”	190
第三节 新时代的教育:既要懂代码,也要懂人心	191
第四节 用东方智慧,为科技发展立心	192
第六卷结语	194
后记:所有回归,终归于教育	195

前言

万法归一,归于教育

人生如梦,翻过一页又一页。

人生百年,不过三万天,已走过大半,其中三十年,行走人世间。观照生命,观照时代,观照男女,观照商业,观照数理。每写一本书,我都以为已经把那个领域写透了——《回归生命力量》写身安心安,《回归东方之美》写女性本真,《回归信仰力量》写精神归处,《回归商道》写立业之道,《回归数学》写数理人文。

五本书,五个领域。

可写完最后一本的那个夜晚,我坐在老宅里,泡了一壶白茶,对着窗外的远山,忽然有个问题冒出来,怎么也按不下去:这五本书,合在一起,到底是什么?

我一本一本翻过去。生命、女性、信仰、商道、数学。每一本都在回答一个问题:人该怎么活。可“人该怎么活”这件事,往根上再问一层,是什么?

答案只有一个字:教育。

世间所有问题,归根到底都是教育的问题。

人心不安,是心性教育缺失。女人迷茫,是角色教育缺

失。社会浮躁，是立身教育缺失。商业乱象，是商道教育缺失。科学冰冷，是数理人文教育缺失。世人无归，是生命教育缺失。

我前五部书，分写生命、女性、信仰、商道、数学，实则全部是大教育的分科——生命教育教人身安，女性教育教人位正，信仰教育教人心定，商道教育教人业稳，数学教育教人理明。五科归一，就是教育。

世人写教育，只写学校、考试、分数、刷题。我写教育，写人的一生。真正的教育分四层：家庭教育养根，社会教育养行，国家教育养格局，科技教育养智。四层合一，才是完整的东方教育。

这本书，是我三十年所有沉淀的总结之书。写完这本，我的“回归体系”才真正闭环。

愿天下人，回归本心教育，回归生命教育，回归东方正道教育。

是为前言。

总 纲

五阶育人全景图

题记：教育是分层筑基、循序渐进的灵魂塑造工程。

《回归教育》全书核心立论，一言可蔽：万法归一，归于教育。

人的完整生命成长，无法依赖单一学段、单一课堂完成。自幼儿懵懂起步，至青年学成入世，每一段成长周期皆承载独一无二的育人使命。各阶段层层夯实根基、环环递进升华，如同树木逐年生长的年轮，次第交织，最终造就人格完整、格局开阔的生命个体。

完整育人脉络清晰分明：幼教铸灵魂根基，小学立秩序本心，初中拓多维思辨，高中定型三观，大学成就独立人格与家国担当。

五阶教育，一脉贯通。由内而外，由浅至深，搭建完整的“人”。往微观看，决定个体一生身心安稳；往宏观看，维系家庭和睦、净化社会风气、传承民族精神。

教育无捷径可走，任何学段皆不可省略、不可偏废。

一、幼儿教育：以母爱滋养安全感

大众普遍存在认知误区，将幼儿园简单等同于托管场所、学前识字培训班。实则幼教乃天下根本大事，幼教领域无细碎小事。

孩童两三岁初次离开父母全天候庇护，踏入全然陌生之集体环境。幼儿心性柔软敏感，长久脱离原生家庭温情滋养，内心极易产生割裂、空虚之感，衍生持续不安、躁动、恐惧等情绪。幼年长期心绪不宁，直接损耗气血、扰乱内在心性，为成年后的焦虑、自卑、精神内耗埋下深层隐患。

幼儿心智尚处混沌本真状态，尚未具备完整逻辑思维。其第一需求从来不是书本知识，而是稳定、包容、无条件的纯粹之爱。

幼师核心身份，是替代性母爱，是孩童童年恒久不变的温暖光源。幼师需自觉收敛自身一切负面情绪，常怀温和祥和之心，以母性底色包容孩童所有哭闹、随性与稚嫩。坚决摒弃管控、驯化式幼教模式，粗暴约束只会封闭孩童内心，造成长久心理隔阂。

幼儿心理学是一切幼教行动的底层支撑。唯有读懂孩童行为背后潜藏的情绪诉求，洞察其细腻脆弱的内心世界，方能把“守护孩童内心安稳”奉为第一准则。孩童拥有充足安全感，心底自会滋生长久阳光与正向能量。这份幼年积淀的安定感，正

是世界观、人生观、价值观萌芽最原始的精神养分。

拉高时代与民族维度审视幼教：万千孩童的灵魂底色由幼教奠定；心性安稳之孩童长大，方能构筑和睦安稳之家庭；无数温暖平和之家庭汇聚，足以消解社会浮躁与人际对立；一代内心充盈、心怀善意的少年，方能撑起民族柔软坚韧的精神脊梁。天地万物，本源为爱与光明。幼教，便是将本源之爱根植于灵魂深处的奠基伟业。

二、小学教育：以逻辑收束混沌

孩童结束混沌自由的幼儿阶段，步入小学，迎来人生秩序构建的关键转折——从随性无序到规范自持的蜕变。

小学教育承载三重核心使命：逻辑启蒙、集体教化、五心立德。

其一，数理搭建底层秩序思维。自然数、基础算术是启蒙逻辑最朴素的载体。加减运算、数字次序、等量关系，教会孩童分辨先后、因果、对错，梳理散乱跳跃的思绪，摆脱随心所欲的混沌天性。逻辑不止运用于做题，更是为人处事的内在标尺——分清主次、恪守分寸，令言行思绪皆有章法。

其二，集体培育团队意识与礼仪修养。班级乃微型社会，集体生活天然孕育集体主义精神。朝夕相伴之中，孩童习得待人接物之礼，学会换位思考、互助包容，主动收敛私欲，