

中等职业教育规划新教材

国学  
GUOXUE  
JINGDIAN DUBEN  
经典读本

XUE SHENG BAN

(学生版)

主编 舒洪



中南大学出版社  
www.csupress.com.cn

中等职业教育规划新教材

国 GUOXUE  
学 JINGDIAN DUBEN  
经典读本  
XUE SHENG BAN  
(学生版)

主 审 罗尚刚 王 勤  
主 编 舒 洪  
副主编 陈树刚  
编 委 向吉刚 姚 华 肖 辉  
严 梅 张芝华 胡彦双



中南大学出版社  
www.csupress.com.cn  
·长沙·

第一篇 蒙学之养.....	1
第一课 《三字经》经典语句.....	3
第二课 《弟子规》经典语句.....	14
第三课 《百家姓》.....	25
第四课 《增广贤文》经典语句.....	33
第五课 《孝经》经典语句.....	49
第二篇 民族之魂.....	57
第六课 诗经篇.....	59
第七课 唐诗篇.....	75
第八课 宋词篇.....	91
第三篇 励志修身.....	101
第九课 《论语》励志经典语句.....	103
第十课 《孟子》励志经典语句.....	112
第十一课 《道德经》励志经典语句.....	116
第十二课 《大学》励志经典语句.....	122
第十三课 《劝学》励志经典语句.....	125
第四篇 诚信立人.....	133
第十四课 《论语》诚信经典语句.....	136
第十五课 《道德经》诚信经典语句.....	139
第十六课 《中庸》诚信经典语句.....	142
第十七课 《庄子》诚信经典语句.....	144
第五篇 湖湘文化.....	149
第十八课 忧国忧民.....	151
第十九课 心系天下.....	160
第二十课 修身齐家.....	167
第二十一课 敢为人先.....	174
第二十二课 激扬文字.....	178
第二十三课 乡村桃园.....	181
第二十四课 官场写实.....	191

附录	197
附录一 中国茶艺文化	199
附录二 中国瓷器文化	201
附录三 中国书法——文房四宝	203
附录四 国粹京剧	208
附录五 湖湘文化概说	209
附录六 国家级非物质文化遗产——京剧豫戏	211
附录七 湖南名人录	213
参考文献	218

# 国学经典

## 第一篇 蒙学之养

为什么四大文明古国中的古埃及、古巴比伦、古印度只留下让人哀叹让人遗憾的历史陈迹,唯有中华文明从古至今生生不息、繁荣不止呢?许多研究者认为:其他文明古国之所以走向衰败,是因为它们缺乏有足够支撑力度的智慧体系;而中国之所以能在绵延的历史长河里结出璀璨的现代文明之果,是因为华夏民族有她独特的智慧体系。

那么究竟是什么智慧让华夏文明久盛不衰呢?毋庸置疑,是国学,是在中国形成和发展起来的具有鲜明特色和稳定结构的、世代相传并影响整个社会历史的宏大、精萃的古典文化体系。大到治国方略,小到修身方法,国学无所不包。她是众多先贤智慧的结晶,是华夏五千年文化的沉淀,是中华儿女的精神家园,是我们文化自信的根本所在。

作为长期从事中职德育管理和德育教育者,面对当下喧嚣的时代和功利的气氛给予孩子太多的“时代性格”:自私、懒惰、厌学、偏执、好斗、沉迷游戏等现状,我们把眼光投向曾经哺育了五千年华夏文明且绵延不息的国学。拥有34年办学历史的溆浦县职业中等专业学校在德育路上一直倡导“求真务实、开拓进取”,一直凸显着湖湘文化“经世致用、敢为人先”的精髓。就这样,历时三十余载,学校实现了多次跨越式发展,从一所默默无闻的边缘农村职业中学成为武陵山片区具有引领示范作用的省级卓越中等职业学校。文化底蕴是名校之根,于是我们把眼光投向了国学。

国学可以让孩子们汲取民族精神的源头活水,陶冶道德情操,提高人文素养,形成良好的人格品质;国学可以让孩子们于琅琅的诵读声中体会华夏民族的人生智慧和理性之光;国学可以树立中国人的文化自信。学习国学不仅可以启迪童蒙,还可以励志、劝勤、勉学、悔戒、明德。可以说,只要从国学汪洋中撷取一缕神韵,就能让国力强盛、校垂青史、人成大器。

如何在浩如烟海的国学经典中撷英呢?我们先后编写了如《三字经》《弟子规》《朱子家书》等简易读本,但总觉得比较散乱,不正规、不严谨,不能体现湖湘人的精气神,不能展现地方文化特色。2014年3月,教育部印发了《完善中华优秀传统文化教育指导纲要》的通知,我们由此得到了启发,开始了国学经典渗透与学校德育教育相结合工作的尝试。2016年,湖南省教育厅下发了《关于做好职业院校教育教学改革项目申报工作的通知》,我们结合研究现状成功申报了《国学经典在偏远农村中职德育教育中的实践研究》项目。为了落实该项目工作,根据用人单位对学生能力和道德的要求,我们在祖国优秀传统文化资料中节选出适合我校学生的篇目、图片资料,认真组织编写了这本教材。

本书的内容主要分为六大部分:第一部分蒙学之养,第二部分民族之

色，香气浓郁，颜色青翠。有时湖面上的大片烟雾完全消散，皎洁的月光一泻千里，有时湖面上微波荡漾，浮动的月光闪着金色；有时湖面波澜不起，静静的月影像沉在水中的玉镜。清幽的歌声响起了，一唱一和，这种乐趣真是无穷无尽！这时登上这座楼，就会感到胸怀开阔，精神愉快，光采和屈辱一并忘了，在清风吹拂中端起酒杯痛饮，那心情真是快乐高兴极了。

唉！我曾经探求古时品德高尚的人的思想感情，他们或许兼有以上两种心情，这是什么缘故呢？是因为古时品德高尚的人不因外物好坏和自己得失而或喜或悲，在朝廷做官就为百姓忧虑；不在朝廷做官而处在僻远的江湖中间就为国书忧虑。这样他们进入朝廷做官也忧虑，退处江湖也忧虑。虽然这样，那么他们什么时候才快乐呢？那一定要说“在天下人忧思之前先忧，在天下人快乐之后才快乐”吧！唉！如果没有这种人，我同谁一起高兴呢！

写于庆历六年九月十五日

#### 作家简介

范仲淹（989—1052），字希文，死后谥号文正，史称范文正公。和包拯同朝，为北宋名臣、政治家、军事家、文学家、思想家，祖籍鄆州（今陕西省彬县），后迁居苏州吴县（今江苏省吴县人）。出仕后有敢言之名，曾多次上书批评当时的宰相，因而三次被贬，宋仁宗时官至参知政事，相当于副宰相。幼年丧父，对下层人民的痛苦感受较深。1043年（宋仁宗庆历三年）范仲淹对当时的朝政的弊病极为痛心，提出“十事疏”，主张建立严密的仕官制度，注意农桑，整顿武备，推行法制，减轻徭役。宋仁宗采纳他的建议，陆续推行，史称“庆历新政”。可惜不久因为保守派的反对而不能实现，因而被贬至陕西四路宣抚使，后来在赴颍州途中病死，卒谥文正。有《范文正公集》传世。

#### 课后练习

1. 背诵原文

2. 将下列句子补充完整

(1) 衔远山，吞长江，\_\_\_\_\_，\_\_\_\_\_，气象万千。

(2) 若夫淫雨霏霏，连月不开，\_\_\_\_\_，\_\_\_\_\_，山岳潜形；商旅不行，\_\_\_\_\_，\_\_\_\_\_，虎啸猿啼。

3. 谈谈你对“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的理解。

4. 不以物喜，\_\_\_\_\_；居庙堂之高则忧其民，\_\_\_\_\_。

## 第二十课

### 修身齐家

应以慎、独、主敬、求仁、习劳相勉

曾国藩

一曰慎独则心安。自修之道，莫难于养心。心既知有善知有恶，而不能实用其力，以为善去恶，则谓之自欺。方寸之自欺与否，盖他人所不及知，而已独知之。故《大学》之《诚意》章，两言“慎独”。果能好善如好好色，恶恶如恶恶臭，力去人欲，以存天理，则《大学》之谓之自谦，《中庸》所谓戒慎恐惧，皆能切实行之。即曾子之所谓自反而缩，孟子之所谓仰不愧，俯不怍，所谓养心莫善于寡欲，皆不外乎是。故能慎独，则内省不疚，可以对天地质鬼神，断无行有不慊于心则馁之时。人无一内愧之事，则天君泰然，此心常快足宽平，是人生第一自强之道，第一寻乐之方，守身之先务也。

二曰主敬则身强。敬之一字，孔门持以教人，春秋士大夫亦常言之，至程朱则千言万语不离此旨。内而专静纯一，外而整齐严肃，敬之工夫也；出门如见大宾，使民如承大祭，敬之气象也；修己以安百姓，笃恭而天下平，敬之效验也。程子谓上下一于恭敬，则天地自位，万物自育，气无不和，四灵毕至。聪明睿智，皆由此出。以此事天饗帝，盖谓敬则无美不备也。吾谓敬字切近之效，尤在能固人肌肤之会筋骨之束。庄敬日强，安肆日偷，皆自然之征应。虽有衰年病躯，一遇坛庙祭献之时，战阵危急之际，亦不觉得