



国学经典 诵读丛书

[明] 陈继儒 原著
焦金鹏 主编

小窗幽记



二十一世纪出版集团
21st Century Publishing Group



国学经典
诵读丛书

[明] 陈继儒◎原著
焦金鹏◎主编



二十一世纪出版社集团
21st Century Publishing Group

小窗幽记

图书在版编目 (CIP) 数据

小窗幽记 / 焦金鹏主编. -- 南昌 : 二十一世纪出版社集团,
2015.12

(国学经典诵读丛书. 第 4 辑)

ISBN 978-7-5568-1374-2

I . ①小… II . ①焦… III . ①人生哲学—中国—明代
—少儿读物 IV . ① B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 261188 号

新浪微博: @二十一世纪出版社官方

小窗幽记 焦金鹏 主编

责任编辑 张宇

出版发行 二十一世纪出版社集团

(江西省南昌市子安路75号 330009)

www.21cccc.com cc21@163.net

出版人 张秋林

经 销 新华书店

印 刷 北京华平博印刷有限公司

版 次 2016年1月第1版 2016年1月第1次印刷

开 本 787mm × 1092mm 1/16

印 张 6

字 数 80千

书 号 ISBN 978-7-5568-1374-2

定 价 12.80元

赣版权登字—04—2015—845

如发现印装质量问题, 请寄本社图书发行公司调换 0791-86524997

前 言

焦金鹏

《三字经》《百家姓》《千字文》《论语》《弟子规》《老子》《庄子》《增广贤文》等作为国学蒙学经典，凝聚了我国数千年传统文化的精华，体现了中华民族博大精深的文化精髓。这些蒙学经典作品既包含了丰富的天文地理、历史文化知识和治国理政的社会管理知识，也包含了道德伦理、修身养性的知识。从儿童学习的特点来看，蒙学经典非常切合孩子学习的特点，可诵可读，朗朗上口，前后连贯，行文流畅，辞藻华丽，气势磅礴。古往今来，一代一代中华儿女，无数少年儿童从这些蒙学经典中起步，汲取知识，陶冶情操，提高修养，成人成材。

为什么孩子从小就要学习国学经典呢呢？俗话说得好，好的开端就是成功的一半。教育也是一样，蒙学之初就有一个高起点，对于孩子的良好成长和未来的发展，对于人的一生，有着举足轻重的影响。大脑生理学家们发现，儿童的智力和性格在6~8岁间完成90%，8岁以后的发展则渐趋缓慢，13岁左右，大脑发育最关键的敏感期就基本结束了。这表明孩子的聪明与否到七八岁已基本定型，所以教育应当把握关键的黄金时间，切莫坐失良机。

许多教育专家根据儿童教育的生理特点，大力推荐中小学生学习国学蒙学经典，他们认为最好从幼儿阶段就开始蒙学教育，并且推荐采用《三字经》等传统蒙学经典作为启蒙教材。据不完全统计，我国0~13岁的儿童大约有2亿，目前大约有2500多万儿童在学习国学经典。经过近几年的实践证明，儿童进行国学蒙学经典诵读2~3个月后会就会发生明显改变，从开始的每天记忆20~30个字，到每天可以熟记100~200个字。语言能力的提高需要日积月累，孩子从小开始接受丰富的语言知识，一点一滴积累在脑海里，潜移默化然后喷薄而出，需要运用时便能脱口而出，出口成章。古人提倡“厚积薄发”就是这个道理。在国学蒙学经典诵读中，孩子的语言潜能和记忆力潜能都可以获得有效的开发，为他们未来的学习和发展打下良好的基础。

父母是孩子最好的老师，实践证明，由父母带着尚未成年的孩子一起学习国学蒙学经典，被认为是一项最好的亲子活动，不仅能提高孩子学习的效果，而且能增进亲情；在教学互动中两代人积极沟通，可以形成和谐的家庭氛围；在诵读中孩子进步了，在孝亲、礼仪、个人修养方面迅速获得提高，在家能孝顺父母，出门能尊敬师长，开始形成良好的礼仪教养、高尚的道德品质、儒雅的精神气质。随着知识水平的提高，孩子的素质有了显著的提高，家长在陪伴孩子诵读的过程中，也得到了一次重新学习的机会。因此，国学蒙学经典诵读，不仅是儿童启蒙教育的有效方法，也是国民素质教育的康庄大道。

主 编：

中原孔子书院院长◎焦金鹏

副主编：

于亚伟 史晓辉

编 委：（按照英文字母排序）

倍 颀	常彩虹	陈会斌	崔中伟	曹永利	范清琴	高鑫淼
耿红斌	郭彦坤	郭晓维	黑艳丽	胡 霞	黄建华	金洲钢
靳凡玮	康 建	李鸿斌	李 杰	李文革	李 霞	李 艳
李跃会	李 永	刘东志	刘 敏	刘 涛	刘忠恒	刘 浩
牛 超	彭济岭	全瑞英	史玉江	宋 健	孙西峰	吴 迪
王红艳	王建中	王 刚	解建民	姚淑芳	杨 静	杨建新
杨建伟	严 丽	张红梅	张少东	张玉华	张二红	张随堂
张 威	张莹莹	赵海峰	赵丽琴			

诵读国学经典，开启人生智慧

全面提升记忆力， 博闻强记， 过目不忘

全面提升认知力， 明辨是非， 正本清源

全面提升表达力， 舌灿莲花， 脱口成章

全面提升逻辑力， 下笔千言， 一挥而就

全面提升交往力， 高山流水， 风行云从

全面提升自省力， 三省吾身， 谦谦君子

全面提升创造力， 学以致用， 栋梁之材





卷一 醒	01
一、安得一服清凉散，人人解醒	03
二、澹泊之守，镇定之操	05
三、市恩不如报德之为厚	06
四、有面前之誉，不若无背后之毁	07
五、天薄我福，吾厚吾德以迎之	08
六、澹泊之士，必为浓艳者所疑	09
七、好丑两得其平，贤愚共受其益	10
八、情最难久，故多情人必至寡情	11
九、真廉无名，大巧无术	12
十、谭山林之乐者	13
十一、伏久者，飞必高	14
十二、天欲祸人，必先以微福骄之	15
十三、世人破绽处，多从周旋处见	16

- 十四、山栖是胜事 17
- 十五、轻财聚人，律己服人 18
- 十六、将难放怀一放，则万境宽 19
- 十七、大事难事看担当 20
- 十八、以我攻人，不如使人自露 21
- 十九、宁为随世之庸愚 22

卷二 情 23

- 一、当为情死，不当为情怨 25
- 二、几条杨柳，沾来多少啼痕 30
- 三、弄柳拈花，尽是销魂之处 31
- 四、花柳深藏淑女居 33
- 五、枕边梦去心亦去 34
- 六、豆蔻不消心上恨 35
- 七、慈悲筏济人出相思海 36
- 八、缩不尽相思地，补不完离恨天 37
- 九、天若有情天亦老 38
- 十、我幸在不痴不慧中 39
- 十一、吴妖小玉飞作烟 40

- 十二、虚窗夜朗，明月不减故人…………… 41
- 十三、蝶憩香风，尚多芳梦…………… 42
- 十四、千古空闺之感，顿令薄幸惊魂…………… 43
- 十五、多情成恋，薄命何嗟…………… 44
- 十六、初弹如珠后如缕…………… 45
- 十七、那忍重看娃鬓绿…………… 46
- 十八、良缘易合，知己难投…………… 47
- 十九、截住巫山不放云…………… 48

卷三 峭…………… 49

- 一、封疆缩地，中庭歌舞犹喧…………… 51
- 二、放得仙佛心下，方名为得道…………… 52
- 三、身世浮名，余以梦蝶视之…………… 53
- 四、达人撒手悬崖…………… 54
- 五、一失脚为千古恨…………… 55
- 六、有假兢业的心思…………… 56
- 七、仕夫贪财好货，乃有爵之乞丐…………… 57
- 八、有百折不回之真心…………… 58
- 九、立业建功，要从实地着脚…………… 59

十、执拗者福轻	60
十一、君子宁以风霜自挟	61
十二、宇宙内事，要担当	62
十三、待人留不尽之恩	63
十四、无事如有事时提防	64
十五、士大夫爱钱，书香化为铜臭	65
十六、心为形役，尘世马牛	66

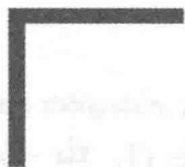
卷四 灵 67

一、天下有一言之微	69
二、眼里无点灰尘，方可读书千卷	70
三、眉上几分愁，且去观棋酌酒	71
四、好香用以熏德	72
五、胸中有灵丹一粒	73
六、独坐禅房	74
七、无端妖冶，终成泉下骷髅	75
八、人生莫如闲，太闲反生恶业	76
九、读史要耐讹字	77
十、勿无事而忧	78

十一、人生三乐	79
十二、不作风波于世上	80
十三、破除烦恼，二更山寺木鱼声	81
十四、完得心上之本来，方可言了心	82
十五、人有一字不识，而多诗意	83
十六、必出世者，方能入世	84

一、安得一瓶“清凉散”，人人解醒

【0101】



juàn yī xǐng

卷一 醒



【0102】



【0103】

【0104】

【0105】



yī ān dé yí fù qīng liáng sǎn rén rén jiě chéng
一、安得一服^①清凉散^②，人人解醒

【原文】

shí zhōngshān zhī jiǔ yí zuì qiān rì jīn zhī hūn hūn zhú
食中山之酒^③，一醉千日。今之昏昏逐
 zhú wú yí rì bú zuì wú yì rén bú zuì qū míng zhě zuì yú
逐，无一日不醉，无一人不醉。趋名者醉于
 cháo qū lì zhě zuì yú yě háo zhě zuì yú shēng sè chē mǎ
朝^④，趋利者醉于野，豪者醉于声色车马，
 ér tiān xià jìng wéi hūn mí bù xǐng zhī tiān xià yǐ ān dé yí fù qīng
而天下竟为昏迷不醒之天下矣！安得一服清
 liáng sǎn rén rén jiě chéng
凉散，人人解醒^⑤。

【注释】

①服：剂。

②散：药末（多用于中药名）。

③中山之酒：相传产于中山的一种名酒，又称千日酒。

④朝：朝廷。



⑤醒：喝醉了神志不清。

【译文】

喝了中山酒，一醉千日。当今世人迷于俗情世务，终日追逐声色名利，没有一日不在醉乡，没有一个人不醉。好名的人醉于朝廷，好利的人醉于民间，豪富的人则醉于妙声、美色、高车、名马，而天下竟然成了昏迷不醒的天下！如何才能获得一剂清凉的药，使人人服下，获得清醒。

【文眼】

吾嘗嘗之令。日千朝一，醉之山中禽。
 于朝暮各致。朝不人一天，朝不日一天，致。
 再幸適或于朝暮暮，復于朝暮休致，
 素取一醫矣！矣不天不醒不數昏伏喪不天而
 醒朝人人，將忘

【注释】

① 醉：醉。

② 朝暮：早晨和晚上。

③ 朝不人一天，朝不日一天：早晨不是一天，早晨不是一日。

④ 醒：醒。



èr dàn bó zhī shǒu zhèn dìng zhī cāo

二、澹泊之守，镇定之操

【原文】

dàn bó zhī shǒu xū cóng nóng yàn chǎng zhōng shì lái
 澹泊之守，须从浓艳场中试来；
 zhèn dìng zhī cāo hái xiàng fēn yún jìng shàng kān guò
 镇定之操，还向纷纭境上勘过。

【译文】

淡泊清静的操守，必须在声色富贵的场合中才试得出来；
 镇静安定的志节，要在纷纷扰扰的闹境中考验过。