

青少年

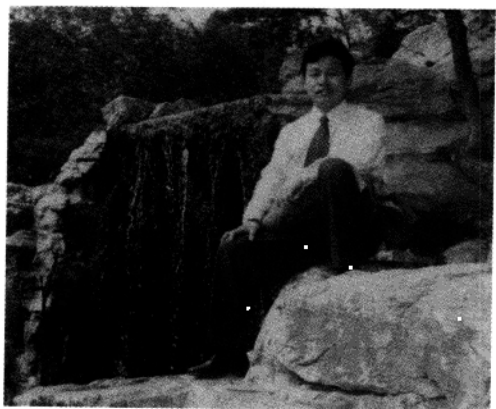
王建国◎编著

德育

经典

读诵

大象出版社



王建国，
湖南华容人。
早年毕业于岳
阳师范，后到
湖南师范大学
进修三年。小
学语文高级教
师。2002年，设
计的一套青少
年创新能力培
养活动方案，
获湖南省青少

年科技教育协会三等奖；2003年，指导学生参加由中华全国归国华侨联合会、中国国际广播电台、人民日报、中央电视台等十几家单位联合主办的世界华人小学生作文大赛，获优秀辅导奖；2005年，连续两项研究成果，在“新课程背景下语文教学的学科特点”专题研究活动中，分获湖南省教育科学院一、二等奖。同年，《在教学实践中提高教师素质》在《中小学教师继续教育》第5期发表；2006年，课题研究成果获国家教育部“十五”规划项目《自我教育与素质全面协同自主发展》课题组一等奖；2007年，经有关部门推荐，《谈如何进行新课程下的写字教学》一文入选《中国当代教育理论与实践》的第二章“教学管理与学校建设”。先后撰写其他教育教学论文多篇，文章总是长时间吸引专家和同行的关注，有比较广泛的社会影响。

前言

《弟子规》《千字文》《三字经》在我国流传甚广,直到现在普通百姓言谈中常常自觉不自觉地引用它们作为行为标准、道德准则,讲道理的依据。可以说这三部华章是目前国内被转述、引用最多,为现代人系统全面阅读最少的。这说明两点:一是它们口耳相传,成为了不需要用笔记录的作品,它们早已写入人心;二是整理一部便于系统学习的教材,促进青少年了解接受,是件拥有良好社会效益的好事。这便是《青少年德育经典诵读》的编著缘起。

《弟子规》《千字文》《三字经》曾是启蒙教材,经过时间的检验和清洗,得以流传,其经典价值毋庸置疑,它们所阐述的要义已经汇入了中国人的潜意识,成为中国民众精神道德面貌的特征。作为中国人,学习了解这些建构国人精神世界的元素就是学习了解我们中国人自身。把它们汇编后定名为《青少年德育经典诵读》,编排中我们考虑到了几个问题:

一、《弟子规》《千字文》《三字经》合辙押韵,朗朗上口,

易学易记,但它们毕竟是古汉语作品,为了解决阅读古汉语的障碍,使得青少年读其文,明其义,本书在编排上采取“整体介绍——局部分层”,“逐句翻译——小结大意——总揽全文”的体例,此外,我们还给每个字注上拼音,搜集配置了与文章内容有关联的生动故事,让青少年阅读时感到轻松,充满愉悦。

二、考虑到一些家长和学校可能会将它作为教材,书中设置了人性化、生活化的练习题,可供家长、老师和孩子们共同完成;一些动手实践类的练习题逾越了传统学习模式与生活的界限。

诚心向读者诸君求教,以期这部集子在下次付梓时更加完美。

目 录

前 言	(1)
《弟子规》导读	(1)
弟子规(原文)	(2)
一、总序	(6)
二、入则孝,出则弟	(7)
三、谨而信	(20)
四、泛爱众,而亲仁	(33)
五、行有余力,则以学文	(42)
《千字文》导读	(51)
千字文(全文)	(52)
第一节 讲天之大,地之广,人之多	(55)
第二节 专论修身之理,以及修身与从政的关系	(61)
第三节 渲染古代帝王奢侈豪华,文治武功	(70)

第四节 杂论治国、修身、持家之理	(81)
《三字经》导读	(99)
三字经	(100)

《弟子规》导读

古代的童养丛书中,通篇以三字为一句的,而且能与“三字经”媲美的,莫过于“弟子规”了。

书的作者李毓秀,山西绛州(今山西新绛)人,清康熙间秀才,在家乡以教书为主,此书即其在任教中编成。

“弟子规”的教育对象是针对刚入学读书的儿童;其教育的内容大的方面诸如立身处世,孝敬师长;小的方面包括从清晨起床到晚上入睡的一言一行,一举一动,都作了明确规定,甚至连如何大小便,如何走路转弯,如何揭帘入屋等亦作了训示,可见此书的详备周全,亦可见古代家长的用心良苦。

“弟子规”由于其以三字为句,合辙押韵,容易背诵,故流传甚广,清代的一些地方政府曾把“弟子规”列为私塾义学的儿童必读书,而李毓秀死后其牌位也因此进了先贤祠被供奉起来,可见其书不可轻视。

弟子规(原文)

弟子规,圣人训。首孝悌,次谨信。
泛爱众,而亲仁。有余力,则学文。
父母呼,应勿缓;父母命,行勿懒。
父母教,须敬听;父母责,须顺承。
冬则温,夏则清,晨则省,昏则定。
出必告,反必面,居有常,业无变。
事虽小,勿擅为,苟擅为,子道亏。
物虽小,勿私藏,苟私藏,亲心伤。
亲所好,力为具;亲所恶,谨为去。
身有伤,贻亲忧;德有伤,贻亲羞。
亲爱我,孝何难?亲恶我,孝方贤。
亲有过,谏使更,怡吾色,柔吾声。
谏不入,悦复谏,号泣随,挹无怨。
亲有疾,药先尝,昼夜侍,不离床。
丧三年,常悲咽,居处变,酒肉绝。
丧尽礼,祭尽诚,事死者,如事生。
兄道友,弟道恭,兄弟睦,孝在中。
财物轻,怨何生?言语忍,忿自泯。
或饮食,或坐走,长者先,幼者后。

长呼人，即代叫，人不在，己即到。
称尊长，勿呼名，对尊长，勿见能。
路遇长，疾趋揖，长无言，退恭立。
骑下马，乘下车，过犹待，百步余。
长者立，幼勿坐；长者坐，命乃坐。
尊长前，声要低，低不闻，却非宜。
进必趋，退必迟，问起对，视勿移。
事诸父，如事父；事诸兄，如事兄。
朝起早，夜眠迟，老易至，惜此时。
晨必盥，兼漱口；便溺回，辄净手。
冠必正，纽必结，袜与履，俱紧切。
置冠服，有定位，勿乱顿，致污秽。
衣贵洁，不贵华，上循分，下称家。
对饮食，勿拣择，食适可，勿过则。
年方少，勿饮酒，饮酒醉，最为丑。
步从容，立端正，揖深圆，拜恭敬。
勿践阈，勿跛倚，勿箕踞，勿摇髀。
缓揭帘，勿有声，宽转弯，勿触棱。
执虚器，如执盈；入虚室，如有人。
事勿忙，忙多错，勿畏难，勿轻略。
斗闹场，绝勿近；邪僻事，绝勿问。
将入门，问孰存；将上堂，声必扬。
人问谁？对以名，吾与我，不分明。
用人物，须明求，倘不问，即为偷。
借人物，及时还；人借物，有勿愠。
凡出言，信为先，诈与妄，奚可焉！
话说多，不如少，惟其是，勿佞巧。

刻薄语，秽污词，市井气，切戒之。
 见未真，勿轻言；知未的，勿轻传。
 事非宜，勿轻诺，苟轻诺，进退错。
 凡道字，重且舒，勿急疾，勿模糊。
 彼说长，此说短，不关己，莫闲管。
 见人善，即思齐，纵去远，以渐跻。
 见人恶，即内省，有则改，无加警。
 惟德学，惟才艺，不如人，当自励。
 若衣服，若饮食，不如人，勿生戚。
 闻过怒，闻誉乐，损友来，益友却。
 闻誉恐，闻过欣，直谅士，渐相亲。
 无心非，名为错，有心非，名为恶。
 过能改，归于无，倘掩饰，增一辜。
 凡是人，皆须爱，天同覆，地同载。
 行高者，名自高，人所重，非貌高。
 才大者，望自大，人所服，非言大。
 己有能，勿自私，人所能，勿轻訾。
 勿谄富，勿骄贫，勿厌故，勿喜新。
 人不闲，勿事搅；人不安，勿话扰。
 人有短，切莫揭；人有私，切莫说。
 道人善，即是善，人知之，愈思勉。
 扬人恶，即是恶，疾之甚，祸且作。
 善相劝，德皆建，过不规，道两亏。
 凡取与，贵分晓，与宜多，取宜少。
 将加人，先问己，己不欲，即速已。
 恩欲报，怨欲忘，报怨短，报恩长。
 待婢仆，身贵端，虽贵端，慈而宽。

势服人，心不然，理服人，方无言。
同是人，类不齐，流俗众，仁者稀。
果仁者，人多畏，言不讳，色不媚。
能亲仁，无限好，德日进，过日少。
不亲仁，无限害，小人进，百事坏。
不力行，但学文，长浮华，何成人！
但力行，不学文，任己见，昧理真。
读书法，有三到，心眼口，信皆要。
方读此，勿慕彼，此未终，彼勿起。
宽为限，紧用功，功夫到，滞塞通。
心有疑，随札记，就人问，求确义。
房室清，墙壁净，几案洁，笔砚正。
墨磨偏，心不端，字不敬，心先病。
列典籍，有定处，读看毕，还原处。
虽有急，卷束齐，有缺损，就补之。
非圣书，屏勿视，蔽聪明，坏心志。
勿自暴，勿自弃，圣与贤，可驯致。

弟子规

清·李毓秀

一、总序

【原文】

dì zǐ guī^① shèng rén xùn^② shǒu xiào dì^③ cì jǐn xìn^④。
fàn ài zhòng ér qīn rén^⑤ yǒu yú lì zé xué wén。
弟子规^①，圣人训^②。首孝弟^③，次谨信^④。
泛爱众，而亲仁^⑤。有余力，则学文。

【注释】

- ①规：准则。 ②训：教导。
③弟：通“悌”（弟弟敬爱哥哥）。
④信：诚信。 ⑤仁：仁厚道德。

【译文】

“弟子规”是圣人的训言；首先是孝顺父母，尊敬兄长，其次要约束自己，诚实可信。

博爱、亲近有仁有义人士，同时，如有剩余力量，就去学习文化知识。

二、入则孝，出则弟

【原文】

fù mǔ hū yìng wù huǎn fù mǔ mìng xíng wù lǎn
 父 母 呼 ， 应 勿 缓 ^① ； 父 母 命 ， 行 勿 懒 。
 fù mǔ jiào xū jìng tīng fù mǔ zé xū shùn chéng
 父 母 教 ， 须 敬 听 ； 父 母 责 ， 须 顺 承 。

【注释】

①缓：迟缓。

【译文】

父母呼唤，即刻答应，不可慢慢吞吞；父母要你做事，即刻行动，不可推诿偷懒。

父母教训，须恭恭敬敬听从，父母责备，须虚心接受，不可顶撞，强词夺理争辩。

【原文】

dōng zé wēn xià zé qīng chén zé shěng hūn zé dìng
 冬 则 温 ， 夏 则 清 ^① ； 晨 则 省 ^② ， 昏 则 定 ^③ 。
 chū bì gào fǎn bì miàn jū yǒu cháng yè wú biàn
 出 必 告 ^④ ， 反 ^⑤ 必 面 ； 居 有 常 ， 业 无 变 。

【注释】

①清：清凉。

②省：请安。

③定：侍候父母睡下。

④告：相告。

⑤反：同返。

【译文】

天寒地冻时，要使父母暖和；酷热时要使父母凉爽；早晨要向父母请安，晚上要照顾父母睡下。

外出有事，一定要告知父母，办事回家，也要再告父母，免得父母大人牵挂，居住应当固定，职业也要稳定。

【故事1】

相传东汉时期有一个叫黄香的孩子，因母亲早逝，和父亲相依为命。黄香虽然很小，却知道孝敬父亲。夏天天气热，每天晚上他都先给父亲扇枕席，以便父亲安歇；冬天天气寒冷，他每天晚上都要先上床，用自己的体温把被褥焐热。黄香小小年纪，就有这样的孝心，也使他在做人，求学上有所成就。后来他当了官，成为以孝闻名，以孝施教的榜样。他的事迹千古传颂，成为有名的“二十四孝”之一。



【故事2】



唐代时，有一个叫沈季铨的人，他从小就失去了父亲，是母亲把他抚养成人。沈季铨很听母亲的话，从来不和别人争吵计较。

别人对他没礼貌，他从不生气，总是一笑了之。这种情况多了，就有人笑他：“你怎么这样懦弱呢？”他回答说：“我不是真的懦弱，我想的是孝敬母亲，

所以处处不想让母亲操心，你想想，和人家争吵计较，你骂人家，人家骂你，父母无故受到侮辱，我真的不是懦弱啊！”人们听了他的话，对他更加敬重。

贞观年间，一次，沈季铨陪母亲到亲戚家去。在侍奉母亲过江时，突然刮起了大风，船失去控制，母亲不幸掉进江里，情急之下，沈季铨奋不顾身地跳下江去救母亲，可是母亲没救上来，他自己也沉入江底。

第二天，江上漂出母子的尸体来，打捞上来时沈季铨还紧紧地抱着母亲的胳膊。人们看见后都深受感动，并将他们安葬在江岩高处，起名为“孝子坟”。

【故事3】

闵子骞是春秋鲁国人，是大思想家孔子的学生。

闵子骞的生母很早就去世了，后娘开始对他很好，可是生了两个儿子后，就对闵子骞很不尽心。

有一年冬天，后娘拿出新棉衣让弟兄几个穿上，后娘的儿子穿着新衣服，在屋外高兴地玩着，一点儿也不觉得外面寒冷，可是闵子骞却觉得浑身发冷。

这天，闵子骞外出干活，冷得直打哆嗦。父亲见他面色发青，就知道是冻坏了。他拽开闵子骞的棉衣，发现里面没有一点棉花，全是芦花，不冷才怪呢。

回家后，父亲气愤地叫出后娘，坚决要休掉她。闵子骞连忙跪在地上恳求父亲：“不要让娘走，娘在家里，要冻只我一人受冻，如果娘离



开了我们，兄弟几个都要受冻了”。后娘听了他的话，惭愧得不敢看闵子骞，父亲终于没有休妻。从此，后娘对闵子骞像亲生儿子一般，一家人和睦相处，非常幸福。

【原文】

shì suī xiǎo wù shàn wéi gǒu shàn wéi zǐ dào kuī
 事 虽 小 ， 勿 擅 为 ， 苟 擅 为 ， 子 道 亏 。
 wù suī xiǎo wù sī cáng gǒu sī cáng qīn xīn shàng
 物 虽 小 ， 勿 私 藏 ， 苟 私 藏 ， 亲 心 伤 。

【注释】

①苟：如果。 ②伤：难过。

【译文】

虽然是小事，也不要随便去做，如果自作主张地去做，那不合乎为人子女的道理。

虽然是一些小物品，不可以私自收藏，如果私自收藏，父母心里会十分伤心难过。

【故事】

陶侃是东晋人，从小勤奋好学，而且人品端正。陶侃长大了，担任了管理渔业的小官。这一年，他托人带回家



一坛腌鱼孝敬母亲。母亲却把它退了回

去。并且附上一封信：“儿啊，你是国家的官员，怎么能用公家的东西孝敬老人呢？这是为政不廉啊！”陶侃从此不忘母亲的教诲，最终成为闻名晋朝的清官。

【原文】

qīn suǒ hào lì wéi jù qīn suǒ wù jīn wèi qù^① ②。
亲所好，力为具；亲所恶^①，谨为去^②。
shēn yǒu shāng yí qīn yōu dé yǒu shāng yí qīn xiū^④。
身有伤，贻^③亲忧；德有伤，贻亲羞^④。

【注释】

①恶：讨厌。 ②去：避免避开。

③贻：遗留。 ④羞：羞耻。

【译文】

父母喜欢的东西，尽力准备齐全，父母讨厌的东西，要小心避开。

身体不适，有伤痛，父母会担心得不得了，思想品德有了毛病，父母会蒙受羞耻。

【故事 1】

郯子是古代一位大孝子。

这一天，郯子的母亲想喝鹿乳，郯子就到山上去，想尽办法来获取鹿乳。山上鹿虽然不少，却不易接近，为了得到鹿乳，郯子披上鹿皮，小心翼翼地在鹿群中，终于有一天，他得了鹿乳，带回家让母亲喝了，从此，这一段佳话也就被传颂开了。

