

中华通史故事

励志歌

徐潜
于永玉 / 编著

中华通史故事

励志歌

徐潜

于永玉 / 编著

图书在版编目 (CIP) 数据

中华通史故事. 励志歌/徐潜, 于永玉编著. --北京: 中华工商联合出版社, 2016. 10

ISBN 978-7-5158-1801-6

I. ①中… II. ①徐… ②于… III. ①中国历史—青少年读物 IV. ①K209

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 247851 号

中华通史故事·励志歌

编 著: 徐 潜 于永玉

出 品 人: 徐 潜

策划编辑: 魏鸿鸣

责任编辑: 林 立

封面设计: 周 源

营销总监: 曹 庆

营销推广: 王 静 万春生

责任审读: 郭敬梅

责任印制: 迈致红

出版发行: 中华工商联合出版社有限责任公司

印 刷: 三河市宏盛印务有限公司

版 次: 2016 年 12 月第 1 版

印 次: 2016 年 12 月第 1 次印刷

开 本: 710mm×1020mm 1/16

字 数: 200 千字

印 张: 16.75

书 号: ISBN 978-7-5158-1801-6

定 价: 36.00 元

服务热线: 010-58301130

销售热线: 010-58302813

地址邮编: 北京市西城区西环广场 A 座

19-20 层, 100044

<http://www.chgslcbs.cn>

E-mail: cicap1202@sina.com (营销中心)

E-mail: gslzbs@sina.com (总编室)

工商联版图书

版权所有 侵权必究

凡本社图书出现印装质量问题, 请与印务部联系。

联系电话: 010-58302915



中华通史故事·励志歌

序 言

在人类文明进化的历史中，曾经绽放出无数的文明之花，古老的两河文明；神秘的印加、玛雅文明；辉煌的希腊、罗马文明；灿烂的埃及文明；多彩的印度文明和深厚的中华文明。然而，除中华文明外，其他文明不是衰落就是中断，都被尘封在浩瀚的历史云烟中。只有中华文明，历经波折坎坷，从血雨腥风中存活下来，壮大起来，至今依然生生不息，散发着永恒的魅力，这是为什么？是因为中华文明传递的过程中，民族的脊梁没折，文化的血脉未断。这是中华文明能历久而弥新，永远屹立的灵魂。

今天，当我们来探讨中华文明长盛不衰的原因时，可以归纳出许许多多的内容，总结出各种各样的经验和规律。然而，真正的历史永远会比理论来得生动和丰富，因为历史是由人和故事熔炼成的，当我们了解那些人和故事，我们就能感知到那些历史，那是与我们生命息息相通的、有血有肉的历史。正如大诗人歌德所说：理论是枯燥的，只有生命之树常青。

我们这套中华通史故事，就想让读者用自己的心灵去感知那些倾注了民族脊梁和文明血脉的人和故事，去感悟中华文明生生



不息的生命力。这对我们提增民族自信，筑牢民族精神，涵养人生正气，都有着不可替代的价值。这套书从爱国、勤廉、智勇、励志、修身五个方面共收录了三百多个故事，满满的正能量，相信它们会给你带来丰富的人生营养，让我们的人生折射出更耀眼的光华。

参加本书撰写的还有刘建男、王放、王天辉、刘庆国、刘建伟、刘建平，在此一并表示感谢！

刘建伟
2016.11.8





中华通史故事·励志歌

目 录

女娲补天留英名 /1	张仲景攻克瘟疫 /63
精卫鸟衔石填海 /5	贾逵隔篱求学问 /65
夸父忍渴追烈日 /8	吕蒙笃志求上进 /67
大禹治水利天下 /13	王象羊馆变学者 /69
汤捕鸟网开三面 /17	皇甫谧自学成才 /72
愚公移山意志坚 /20	马德衡革新机械 /75
孔夫子韦编三绝 /22	陈寿勤奋读经史 /78
分享达人端木叔 /24	左思苦撰《三都赋》/81
樊迟好学不厌倦 /27	葛洪勤奋医著书 /83
鲁班的发明创造 /29	王羲之“墨池”佳话 /85
扁鹊的精湛医术 /31	法显艰苦取真经 /87
孙膑身残志更坚 /34	车胤囊萤夜读书 /89
李冰修筑都江堰 /37	江泌借月光读书 /91
淳于意酷爱医术 /40	祖冲之求是创新 /93
路温舒痴迷练字 /44	范缜创立《神灭论》/97
刘向整理古文献 /47	酈道元作《水经注》/101
蔡伦革新造纸术 /49	贾思勰研究农业 /104
匡衡凿壁偷光亮 /51	祖莹映炭夜读书 /107
王充借书成英才 /53	欧阳询三临碑刻 /109
班超出使建奇功 /55	孙思邈解百姓疾苦 /111
张衡发明地动仪 /59	玄奘历险取佛经 /114



刘知几探索史学 /117
吴道子蒸饼悟画 /120
僧一行观测天象 /122
李皋开仓济灾民 /126
韩愈百炼出华章 /129
白居易少有所为 /132
贾岛驴背思“推敲” /134
李贺呕心凝新诗 /136
半部《论语》治天下 /138
范仲淹“断齑划粥” /140
王惟一与针灸学 /142
“三多”“三上”著华章 /145
“警枕”促读司马光 /148
王安石锐意变法 /150
钻研科学话沈括 /154
李清照与《金石录》 /158
岳飞自幼苦读书 /160
郑樵立志著《通志》 /162
胡三省痴注《通鉴》 /164
宋慈与《洗冤集录》 /166
郭守敬钻研求索 /169
黄道婆革新纺织 /173
赵孟頫苦练书画 /175
王祯终身迷农研 /177
王冕潜心绘荷梅 /180
大学问家宋潜溪 /183
解缙出句显真功 /185

潘季驯治理黄河 /187
李贽老年更勤奋 /190
陈实功探索医理 /192
徐光启格物穷理 /196
《天工开物》宋应星 /200
“家食”堂里宋应星 /203
勤奋造就女诗人 /206
方以智好学勤记 /208
盲诗人刻苦治学 /210
吴又可专攻温病 /212
徐霞客远游探险 /214
谈迁矢志著《国榷》 /218
黄宗羲毕生求索 /221
顾炎武著书立说 /225
王夫之隐居著述 /229
王锡阐钻研天文 /233
阎若璩勤以补拙 /236
康熙注重学科学 /238
清代名医叶天士 /241
千奇百怪话儒林 /245
戴震勤思而善问 /248
王贞仪不让须眉 /250
魏源勤奋注《大学》 /252
少年练恕写历史 /255
王闿运读书求解 /257
华蘅芳自学数学 /259





女娲补天留英名

黄帝自在涿鹿之野战胜蚩尤之后，即被天神征召到天神那里成为主管农业的大神。黄帝一走，人间人类总统领的位置就出现了空缺。黄帝在位之时，曾在东、南、西、北四方，每方委任一位统领管理那一方的土地和人民。其中南方的统领名叫共工，他性如烈火，疾恶如仇。但由于性情暴烈，他总是不假思索地行事，南方的社会就不如北方的社会治理得那么好。北方的统领名叫颛顼，他为人和善，善于思考，很得北地民众的爱戴。共工和颛顼都想继黄帝之后成为人类的总统领。可是这个大统领的位置只有一个，黄帝又没有留下遗言让谁去当，而且那时候人类还没有发明选举制度，若是像蚩尤和黄帝那样来一场涿鹿大战的话，双方百姓损失必多。共工和颛顼都是正直无私的人，他们不愿把百姓拖入战争之中，于是他们决定在不周山上来一场单打独斗，谁胜谁就为总统领。这种办法就好比后来的剑客侠士比武决斗一样。

不周山在今昆仑山的极西极北之处，原本为盘古的右胳膊所化，它耸立在大地边缘的西北角上，山顶与天相接，是支撑天地之间的四根擎天柱之一。到了约定的时间共工和颛顼在不周山的山坡上聚齐了，两人按照礼节互致问候以后，就各展神通厮拼起来。这场比武大战一直打了七七四十九天，住在不周山下的老百



姓，在这四十九天中，每时每刻都能听到山腰处不时发出轰天巨响，大地为之震颤。到了四十九日的亥时之末，只听共工在山腰上大吼：“战你不过，活着何用，不如触山而死，把总统领之位让于你吧！”又听颛顼大声阻止说：“只要你不触不周之山，我宁愿将总统领之位让你。”这两位英雄一是性如烈火，争战不胜宁愿死去，也羞于活在世间，但他心粗少虑，却不知此不周山乃为天柱，一旦折断后果不堪设想；一是和善厚重心细思密，争战虽胜，但知如果共工触断天柱，那将给人类带来莫大灾难，于是他宁愿放弃总统领之位，也不愿共工去触不周之山。但他的劝阻毕竟迟了一步，共工已倾全力以头触上了不周之山。

不周山倒了，西北一角的天柱折了，紧接着由于天体失衡，东北、西南、东南三根天柱也咔咔碎裂断折下来。往昔盘古曾以其肠化为四条维系和固定天地的绳索，此时也由于天体的东侧西斜被崩断了。一时间天上的日月星辰陨落地面，点燃了山林草原，山精野兽冲出山林草莽到处为害；天河之水自天倾泻而下，大地一片汪洋，绝大多数人被泡在水中，水中巨兽逸出江河湖海，见人即噬。只有极少数的人，在天柱断折的那一刹那临危登高，才幸免于难。但田园被毁，家畜随波，没吃没穿，也只能奄奄待毙了。人类面临绝种的危险。

女娲自造人之后，即选一风景绝佳之处隐居起来，她白天放情山水，晚上秉烛抚琴，自得其乐，生活得好不惬意，就这样安安静静地过了几万年之久。一日她忽生奇想：“我乃盘古心脏所化，秉先天之灵气，具先天之神通，但我功力毕竟还有其限，比如盘古可开天辟地，而我却还不能改天换地，反正闲来无事，我何不再炼奇功，激发自身潜能，有朝一日也可做一番改天换地的伟业出来？”自那一起，她就闭关修炼起改天换地的奇功来。这一闭关，就又是一千多年过去了，就在共工怒触不周山的前一



刻，她从瞑目守神中睁开了眼睛，自觉这一千余年中，她的改天换地神功已有小成，可以告一段落了。她怀着喜不自禁的心情走出闭关室外，观望着满天星斗，神驰遐想。忽听得惊天动地的一声巨响，天塌了下来。这一刻，正是共工怒触不周山之时，随之所发生的一切，都被她历历收入眼底。当此之时，已不容她多想，急忙赶赴受灾最重地区。

女娲心里明白，要制止这场灾难的继续扩大，唯有先止住天塌，她这一千余年来日夜苦练的改天换地神功，正好可在此时发挥作用。于是她运起神功，从东洋大海捉来一只开天辟地时在盘古身上寄生的最大动物所化生的大鳌，用神功再将它催化成顶天立地之巨，让它暂时托负住还在下坠的天穹。然后砍下了它的四足立于断折的四根擎天大柱之处，让其依旧化为四座山峰，稳住了天顶的下滑。这时这只被砍断四足的大鳌已经没有用了，但女娲感念它在危急之时立下的大功，所以依旧将其放回东洋大海。无奈此鳌已无四足，不能游动，进入东洋大海以后想到此生再无畅游四海的乐趣，不由一叹：“既已舍掉四足为人类做了一件好事，不如好人做到底罢了！”即在东洋大海之内，化而为一个岛屿，现今东洋大海内的龟岛即是。

女娲重立擎天柱，天虽然已经不再塌陷了，但天顶多处已残缺不全，到处都有缺角开洞，天河之水仍在源源不断地下泻。女娲就在大地上遍采五色之石，利用日精月华将其焊接到天顶的缺口处。在将天修补完好之后，女娲又将落于大地上的日月星辰重新安装在天顶之上。至此女娲本应舒口气了，但大地之上的洪水仍无处宣泄，所剩之人民还局处一隅。如果没有大片膏腴之地供他们播种五谷，放牧牛羊，他们仍然不能生存下来。女娲又不辞辛苦，采集普天之下的芦苇堆积起来，取火点燃，用芦灰以堙洪水，营造了大片膏腴之地。从此大地上就出现了三山、六水、一



分田的地貌格局。本来女娲还想多营造些膏腴之地，无奈芦灰已经用尽了。尽管大地上的土地面积少了点，但由于都是芦灰造成的腐殖土，所种五谷的产量却比天塌之前还要高出许多。从此人们过上了安居乐业的生活。

女娲被公认为中华民族的始祖，她为了生存不怕艰辛的补天事迹，永远激励着华夏子孙。





精卫鸟衔石填海

炎帝以清净无为治理天下，那时候普天下的人都非常朴实厚重，世界上还没有出现过劫杀掳掠、争名夺利的事情，人与天地自然达到了高度的和谐统一。因而人的自身潜能极易得到开发，特别是那些由女娲精心雕塑而化生的人，他们不仅是盘古的肌肉而化生的，而且被女娲灌注了先天神通，许多人都具有了超于常人的神通伟力。这些人就是我们今天所称之为仙人的人，炎帝就是这些仙人之一。后来女娲对这些仙人都委以了重任。有的管天，有的管地，有的管生，有的管死……

炎帝是管地的大神，由于他把大地的人类社会治理得井井有条，因而他得到了管天大神的帮助。他与管天的大神共同订立天地盟约：天神每月的初五日要给大地降一次雨，称之为行雨；每到初十日再降一次雨，称为谷雨；每到十五日又需降一次雨，称为时雨。就这样天神每隔五日为大地降一次雨，大地实现了年年风调雨顺，因而人们又称炎帝为神农。

炎帝的妻子叫作听訞，她和炎帝共同生了一儿四女。他们的儿子叫做炎居，他们的女儿一名少女，一名帝女桑，一名瑶姬，一名女娃。炎居辅佐他父亲管理天下。少女与炎帝的大臣掌管行云施雨的雨师赤松子相恋，赤松子经常往来于炎帝和天神之间。那时，天神和人类都共住在大地上，天神的住地在昆仑山上。一



次赤松子去昆仑山与天神商量给大地施雨的雨量问题，少女追随赤松子也去了昆仑山，从此她就留在了昆仑山上，成了一名天仙。帝女桑居住在现今湖北省的南阳愕山桑树之上学道成了仙，她每月两次变化，前半月她变化成白色的喜鹊为人们报喜，后半月她又恢复成美丽女子形象。后来她也驾云飞往昆仑山，成了一位天仙。瑶姬是一位美丽多情的姑娘，她非常向往凡俗人的生活，几万年以后，她与春秋战国时的楚襄王有一段美丽动人的梦恋故事，被宋玉写成了《高唐赋》。

炎帝最小的女儿女娃是位性格开朗，最喜欢游山玩水的女孩子。她从小在父母身边长大，炎帝和听沃虽然很喜欢她，但对她的管教很严，从来不许她随意玩耍。到了她18岁那一年，她听父亲身边的大臣说：东海之上有仙山，一名蓬莱，一名瀛洲，一名方丈。山上仙姬乘鹤弄箫，仙乐杳杳，清泉流瀑，奇花异草，美不胜收。于是她就萌生了东游沧海，登临仙山之想。

这一日，她偷出家门，出神农架一直向东行去。一路上她游历于桑林田陌之间，眼见着田舍村夫村妇成双入对，男耕女织，尽享天伦之乐，她自己虽然孑子独行，但小女孩情窦未开，亦不以为意，反而人乐亦乐，自己也乐不可支。似这样她走走停停，更行二百余里来到了发鸠之山。其山多生柘木，体坚叶阔，一株柘木之上落有一鸟，体型大小有如乌鸦，毛色黑白相间，头生凤冠五彩斑斓，喙白足赤，甚是美丽。她忽而童心大起，以口作哨音作鸟鸣，哨音一起，那鸟亦振翅长鸣，其音嘹亮而略带哀伤，有如童稚之少女大呼“精卫、精卫”，此鸟之名即为精卫。女娃生于炎帝之家，虽父母管教甚严，却也不知哀伤之为何物，耳听此鸟鸣声略带呜咽，也不禁受其感染，想到自己形单影只，为看仙山这些日子来也着实吃了不少苦，不免也有点悲从心来，同情之心油然而生。禁不住对那鸟儿柔声说道：“莫悲，莫悲，假如人死还能托生，来生我一定变一个与你一模一样的鸟儿前来伴你。”没



想到此言竟成谶语，后来她溺死东海，灵魂真的变成了精卫鸟。

小女孩悲伤来得快去得也快，想到即将到仙山，她又高兴起来，这一天她就在发鸠之山上东游游西逛逛玩耍了一天，夜晚她就席草宿在柘木之下。第二天早起，她临溪梳妆完毕，继续向东进发，不一日她就到达东海岸边。

古人说：“无风三尺浪，有风浪千尺。”女娃到达东海岸之时，正赶上风高浪急之日，凶猛的大风推动着海浪拍向岸边，拍得海岸岩石轰轰作响，甚是吓人。面对如此汹涌的大海，女娃还真的有点怕了，但当她登上海岸的最高处，放眼向东望去的时候，海外三仙山那飘飘缈缈似真似幻的影像，却坚定了女娃要一探仙山的勇气。那时候世界上还没有人造出船来，对于海外三仙山，除了像炎帝那样的陆地神仙和天神天仙外还没有人上去过。女娃那一年刚刚 18 岁，还没有修炼成陆地神仙。但是要一探三仙山的欲望，促使女娃决定泅过海峡，登上三仙山。于是她纵身跳入大海，奋力向三仙山的方向泅去。她刚刚泅出不远，大海的波涛就吞噬了她。就在她的肉体已经死亡的时候，她的灵魂却没有灭去，怀着满腔的怨恨和哀伤化作了一只精卫鸟，从她被淹没的地方冲出，展翅飞回到发鸠之山，与发鸠之山上的那只精卫鸟结成了伴侣。她怀恨大海夺去了她的宝贵生命，决心填平这个夺去她宝贵生命的大海。自那以后，她就与她的伴侣，不停地衔来西山之石以填大海。她的子孙后代也按照她的意愿，世世代代，生生不息填海不止。直到今天，我们还可以看到精卫鸟衔石填海的壮举。

精卫填海表现的是一种不屈不挠的奋斗精神和勇于搏斗的惊人壮举，这正是中华始祖留传下来的美好品德。





夸父忍渴追烈日

在玉皇大帝任命的管理天上、人间、幽冥三界的各路大神中，有一位是专门管理三界邮政业务的大神，他的名字叫夸父。夸父是玉皇大帝的第八世孙。他出生时玉皇大帝还在人间当总统领，还没有被天神召往昆仑山。那时候的玉皇大帝还称为炎帝。炎帝生炎居，炎居生节并，节并生戏器，戏器生祝融，祝融生共工，共工生后土，后土生信，信生夸父。从炎居算起，到夸父整整是第八代。

玉皇大帝任命夸父当管理三界邮政业务的大神，和他一起被任命的还有他的两个助手，一名顺风耳，一名千里眼。顺风耳能听得见千里之内人说话的声音，不过若超过千里就听不到了，而且还需没有干扰的情况下，如果他要倾听千里之内某个人在说什么，在某人左近出现锣鼓喧天的干扰视听的现象出现，那他也就听不到了。千里眼能看见千里之内所发生的事情，超过千里他也就看不见了，而且他也特怕对他视觉的干扰，如果他要观察千里之内某人在干什么，在某人左近出现了红旗招展的场面，那他也就看不见了。所以玉皇大帝的身边虽然有千里眼、顺风耳这样具有特殊神通的大神，也还是需要夸父这样脚力特好的大神去担负信息传递方面的工作。

夸父之所以擅长奔跑，是因为他生具异禀，他天生得头小颈



长，腹短腿修，肌肉虬结，筋骨外露。少年之时，他曾与同村少年比赛爬山。那一天正赶上炎帝闲来无事，也到爬山现场去看热闹，围观的众人见炎帝亲自到场观看比赛，就恭请他老人家做发令官，那时候人类还没有发明发令枪，即使是铜器也还没有发明出来。炎帝就在身边采了一支粗大的竹子，找了一根枯木棒，约定以敲竹为号作为出发之令。夸父与所有参加爬山比赛的少年，齐刷刷站在规定的起跑线之后，只见炎帝高举木棒猛然下击，只听咚的一声发出了起跑的命令。夸父率先冲出起跑线，只见他登岩越涧如履平地，疾如奔马，不一会儿就冲上了山顶。他到达山顶往下一看，那些与他比赛爬山的少年所达之处，尚不足山脚到山顶路长的十分之一。从此炎帝发现了他这个八世孙的特殊才能，此后凡有传递信息，需长途奔跑之事，炎帝多让夸父去做，夸父善跑也在人类各部落中传为美谈。

一晃，夸父已到成年，青年时期的夸父自负身怀绝技，不免眼高于顶，周围的人皆不在他眼下。与人交往，常现洋洋自得之态；谈起天下之事，往往浪言没有什么不可办到的；如遇庸碌之辈，则又常常出言讥诮。长此以往，不免得罪了一些心胸狭窄之人。其中有一人名叫饕餮，其人极善烹饪，但最是心胸狭窄，睚眦必报。

一日，饕餮纠集几个曾被夸父讥诮过的人聚而为谋，设计要出一次夸父的洋相。为了让夸父看不出他们是有意设计羞辱于他，饕餮拿出自己的看家本领，刻意精心做了几样可口小菜，请夸父赴宴。夸父是个直肠直肚之人，不知有诈，一请即欣然赴席。几杯老酒下肚，几个人都喝得酒酣耳热，饕餮即按预定之谋拿话往上引。他说：“说起来天下之事做起来有难有易，但难做之事也并非就没人做到，天下尽有些能人把那些难做之事都般般件件地做了出来，但只有一件事自古至今没有做到，恐怕今后也



永远没人做到了。”夸父一听，又激起了满腔豪情，急忙问道：“但不知那是一件什么事，我就不信我做不到。”饕餮回答道：“此事做起来极难，要做成此事几乎没有可能，不说也罢！”夸父听罢大怒道：“你怎能如此轻视于我，快快说将出来，我即刻去办。”饕餮这才慢条斯理地说：“夸父老兄莫急，我所说的这件事就是到太阳里去看看，那里究竟是什么样子，为什么会发出那么强烈的光。”谁知夸父听后非但没有恼怒，竟然双手拢袖向饕餮深深一揖道：“亏得你老兄竟然有这般头脑，此前多有冒犯，尚请恕罪。”听了夸父这句言语，饕餮不由得大喜，心想：“你终于承认世上还有你办不到的事了。”正想趁此讥讽夸父一番，把他大大羞辱一下。谁知夸父接着所说的话，却使他大吃一惊，张开的嘴再也合拢不起来了。至今饕餮的嘴还总是张着，吃东西只会吞咽不会咀嚼。夸父所说的是这样一句话：“兄弟就此告别，一定追上太阳到太阳里看看，回来时也好将所见所闻讲给诸位听。”在饕餮的预谋设计之中，猜想夸父听他说出到太阳里看一看这件难题之后，一定承认自己办不到这件事，闹个大红脸，从此让他永远不敢讥讽别人。谁知这个夸父竟真的要进入太阳去瞧上一瞧，而且说走就走，真的要去追赶太阳了。

夸父辞别饕餮，推衣而起，看准日影所在放腿疾奔，日之将落则疾奔向西，日之刚升则疾奔向东。如此往返奔波，足迹遍及东西南北，至今在我国的许多地方都留下了夸父追日的足迹：台州有座覆釜山，山上有几个巨大的脚印，这几个脚印就是夸父追日时所踏出的脚印；辰州东有三座山，鼎足而立，直插云天，夸父追日时在此煮饭，此三山就是当时夸父煮饭时用以支鼎的石头；振履堆据说也是夸父追日时振履于此，因此才叫做振履堆；唐朝时吴天观有位道士会用易经之理算卦，他经过推算后对太乙元君说：“古老相传都说是沉香劈山救母，才把华山劈开，实际

