



南怀瑾 指导
郭姮旻 主编

儿童中国文化导读 8

A 孟子（尽心章句上）
菜根谭（评议）

B 孟子（尽心章句下）
菜根谭（闲适）

诗经（三）
笠翁对韵下卷（六麻）

诗经（四）
笠翁对韵下卷（七阳）

儿童中国文化导读(八)

指导 南怀瑾

主编 郭姮晏 (Sami Kuo)



復旦大學出版社

图书在版编目(CIP)数据

儿童中国文化导读. 8/郭姮晏主编. —上海:复旦大学出版社, 2013. 3(2013. 11 重印)
(太湖大学堂丛书)

ISBN 978-7-309-09521-0

I. 儿… II. 郭… III. 中华文化-少儿读物 IV. K203-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 033528 号

儿童中国文化导读. 8

郭姮晏 主编

责任编辑/孙 晶 杜怡顺

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路 579 号 邮编:200433

网址:fupnet@fudanpress.com http://www.fudanpress.com

门市零售:86-21-65642857 团体订购:86-21-65118853

外埠邮购:86-21-65109143

山东鸿杰印务集团

开本 787×1092 1/16 印张 7.25 字数 34 千

2013 年 11 月第 1 版第 4 次印刷

ISBN 978-7-309-09521-0/K·407

定价:15.00 元

如有印装质量问题,请向复旦大学出版社有限公司发行部调换。

版权所有 侵权必究

凡 例

● 一字多音,是汉语的普遍现象。读音的不同往往反映了字义的不同。在古书中,许多文字的读音跟现在习惯的读音不同,这表明该字在文中的意思也跟现在通常的字义不同。

● 某些字在阅读时的发音会跟它固有的音不一样,这种现象叫做音变。声调的音变现象尤其突出。例如“一”的本调为阴平(一),但只有单用或处在句末时念本调,当它处在去声字前面时变为念阳平(如“一月”),在非去声字之前都念去声(如“一家”、“一国”);又如“不”的本调为去声(不),当它处在去声字前面时变为念阳平(如“不过”);又如上声字连续出现时,前面的上声变为阳平声。这类现象叫做变调。按照拼音正词法基本规则,标音时声调一律标原调,不标变调,但在阅读时须按变调来读。

● 为了培养儿童对原始文献的阅读能力,我们在每页下方以上下两栏相对照的方式标注古籍用字状况,包括繁简字、异体字、假借字和新旧字形等几个方面。凡该页前面曾经出现过的用字现象,除假借字外一般不再重复标注。

● 繁简字指简化字和跟它相应的繁体字的对应关系。繁体字是简化字颁布之前通行的汉字,至今仍在港台地区使用。简化字与繁体字的关系并不总是一一相应的,如繁体字中的“鐘”和“鍾”都简化为“钟”。如遇到这种情况,用字栏中只标注同该页简化字相应的繁体字的写法。

● 异体字是同一个字的不同写法。我们把现在规定的写法称为“今正体”,古书底本中所使用而现在不再使用的写法称为“古异体”。在古书中,异体字的使用非常普遍,我们只对底本中已形成习惯写法的异体字酌情加以标注。另外,对于印刷体新旧字形的明显差异,也酌情加以标注。

● 假借字是古书中常见的同音替代字,如感叹词“呜呼”在古书中有时也写作“於戏”。假借字的读音应该按照该词原来的读音来读。为了帮助认识读音和理解词义,我们用“假借字”表明它在原文中的写法,用“通行字”表示该词的一般写法。

编写理念

定位与目标

本系列丛书是专为十三岁以前少年儿童精心编定的国学启蒙读本。

大量的科学研究证明,少年时代是人格发展的关键时期,十三岁以前是人的一生中记忆力最好的年龄段。在此期间加强脑的记忆开发和知识训练,对人的一生都十分重要。

著名国学大师南怀瑾先生在长期传播国学的过程中,形成了一系列成熟的儿童启蒙理论和方法,本套读本就是根据先生的教育理念,并通过其精心选目而成,旨在从熟读到熟记,一部一部的学习古典诗文。并首先从《大学》、《中庸》、《论语》等国学基本典籍开始。因为有了这些基本经典的根底,会对孩子一生的语文根底以及培养读书兴趣颇有助益。在这一基础上,本系列还涵盖各门类的国学典籍,从而进一步增加儿童对于我国传统历史、地理、天文、数学、常识、文学、艺术等各方面知识的吸收。

结构及学习设置

本系列分为蓝色、黄色和橙色三大系列。使用时可大致分为三个阶段进行学习。

蓝色系列为基础编,包括《大学》、《中庸》、《论语》、《孝经》、《老子》、《庄子》等儒、道这两个中国古代影响最大的本土思想的核心典籍,以及《唐诗三百首》、《笠翁对韵》、《千字文》、《弟子规》、《朱子治家格言》、《增广贤文》等古时家弦户诵的童蒙读物,通过本编张弛有度的节奏设置,初学儿童可以初步了解传统国学的核心内容和入学门径。

黄色系列为提高编,其中《孟子》、《易经》、《诗经》是在上编基础上对儒家文化的进一步深发,《易经》、《诗经》更是集中反映中国初民思想文化的重要文献。同时,本编中的《菜根谭》、《幼学琼林》都是享有盛誉的展现我国传统社会文化的读物,前者以清新洗练的语言综合反映儒释道三家思想,后者以百科的形式囊括了传统社会各门类的知识体系。儿童在熟读了上编之后,接以此编,当能对中国传统文化有进一步的了解。

橙色部分为学科编,其中《礼记》是了解上古礼仪制度的必读文献;《古文观止》

是中国古代流传最广的古文选本,勾勒出了近二千年中国传统思想的变化和文风的演进。《鉴略》以五字韵文的形式,概括了中国历朝历代的兴亡轨迹。《内经述》等书,从经脉、病理、药物等方面展现了传统中医的博大精深。通过阅读本编,儿童可以初步进入中国传统政治、民俗、文学、历史、医学等学科的学习。

使用方法

每日诵读二十至三十分钟。如在学校学习,可由老师利用课间、早自习或分组活动的时间,分几个时段背诵(因儿童集中力有限,所以以时间短、多次为佳)。回家后,再由家长带动诵读,既能培养亲子关系,又能把诵读经典的乐趣与好处,和家人分享。儿童的学习速度,将在三个星期后明显加快,因此可采取渐进的方式,原则上:

第一个月:每天熟读或背诵半页。

第二个月:每天熟读或背诵一页。

第三个月:每天熟读或背诵一页半。

诵读的先后顺序由老师根据小朋友的兴趣决定;能够按照图书设计的次序则效果更好。如果是在学校集体诵读,以一个班级的二分之一小朋友能背诵,就可以进行下一单元。落后的小朋友,只要多少背一点,也有相当的功效。如果是在家中诵读,则建议家长共同背诵,以利于检查小朋友的背诵进度。

使用情况和效果

目前,本系列丛书成为台湾上百万儿童诵读的经典;香港也有众多小朋友在学习受益;大陆地区,郭姮晏校长主持的太湖国际实验小学已将“儿童中国文化导读”作为重要的教学内容,并得到许多同行与家长的认同。同时,本系列也已被一些中小学选为教学参考书,收到了良好的反响。

目 录

A

- 3 孟子(尽心章句上)
- 26 诗经(三)
- 36 菜根谭(评议)
- 54 笠翁对韵下卷(六麻)

B

- 61 孟子(尽心章句下)
- 82 诗经(四)
- 87 菜根谭(闲适)
- 102 笠翁对韵下卷(七阳)



儿童中国文化导读(八)

A

孟子(尽心章句上)

诗经(三)

菜根谭(评议)

笠翁对韵下卷(六麻)

mèng zǐ

孟子

jìn xīn zhāng jù shàng

尽心章句上

○ 孟子曰：“尽其心者，知其性

也。知其性，则知天矣。存其心，

养其性，所以事天也。天寿不貳，

修身以俟之，所以立命也。”

○ 孟子曰：“莫非命也，顺受其

正。是故，知命者，不立乎岩墙之

下。尽其道而死者，正命也；桎梏

死者，非正命也。”

mèng zǐ yuē qiú zé dé zhī shě zé shī

○ 孟子曰：“求则得之，舍则失

zhī shì qiú yǒu yì yú dé yě qiú zài wǒ zhě yě
之，是求有益于得也，求在我者也。

qiú zhī yǒu dào dé zhī yǒu mìng shì qiú wú yì yú
求之有道，得之有命，是求无益于

dé yě qiú zài wài zhě yě
得也，求在外者也。”

mèng zǐ yuē wàn wù jiē bèi yú wǒ yī

○ 孟子曰：“万物皆备于我矣。

fǎn shēn ér chéng lè mò dà yān qiǎng shù ér xíng
反身而诚，乐莫大焉。强恕而行，

qiú rén mò jìn yān
求仁莫近焉。”

mèng zǐ yuē xíng zhī ér bú zhù yān xí

○ 孟子曰：“行之而不著焉，习

yǐ ér bù chá yān zhōng shēn yóu zhī ér bù zhī qí dào
矣而不察焉，终身由之而不知其道

zhě zhòng yě
者，众也。”

mèng zǐ yuē rén bù kě yǐ wú chǐ wú

○ 孟子曰：“人不可以无耻；无

chǐ zhī chǐ wú chǐ yǐ
耻之耻，无耻矣。”

○ 孟子曰：“耻之于人大矣。

wéi jī biàn zhī qiǎo zhě wú suǒ yòng chǐ yān bù chǐ
为机变之巧者，无所用耻焉。不耻

bú ruò rén hé ruò rén yǒu
不若人，何若人有？”

○ 孟子曰：“古之贤王，好善而

wàng shì gǔ zhī xián shì hé dú bù rán lè qí
忘势；古之贤士，何独不然？乐其

dào ér wàng rén zhī shì gù wáng gōng bú zhì jìng jìn
道而忘人之势。故王公不致敬尽

lǐ zé bù dé qì jiàn zhī jiàn qiě yóu bù dé qì
礼，则不得亟见之；见且由不得亟，

ér kuàng dé ér chén zhī hū
而况得而臣之乎？”

○ 孟子谓宋句践曰：“子好游

hū wú yǔ zǐ yóu rén zhī zhī yì áo áo rén
乎？吾语子游：人知之亦嚣嚣，人

简化字：况嚣

繁体字：況囂



bù zhī yì áo áo
不知亦噤噤。”

yuē hé rú sī kě yǐ áo áo yǐ
曰：“何如斯可以噤噤矣？”

yuē zūn dé lè yì zé kě yǐ áo áo
曰：“尊德乐义，则可以噤噤

yǐ gù shì qióng bù shī yì dá bù lí dào qióng
矣。故士穷不失义，达不离道。穷

bù shī yì gù shì dé jǐ yān dá bù lí dào gù
不失义，故士得己焉；达不离道，故

mín bù shī wàng yān gǔ zhī rén dé zhì zé jiā
民不失望焉。古之人，得志，泽加

yú mín bù dé zhì xiū shēn xiàn yú shì qióng zé
于民；不得志，修身见于世。穷则

dú shàn qí shēn dá zé jiān shàn tiān xià
独善其身，达则兼善天下。”

mèng zǐ yuē dài wén wáng ér hòu xīng zhě
○ 孟子曰：“待文王而后兴者，

fán mín yě ruò fú háo jié zhī shì suī wú wén wáng
凡民也；若夫豪杰之士，虽无文王

yóu xīng
犹兴。”

mèng zǐ yuē fù zhī yǐ hán wèi zhī
○ 孟子曰：“附之以韩、魏之

jiā rú qí zì shì kǎn rán zé guò rén yuǎn yǐ
家，如其自视欷然，则过人远矣。”

mèng zǐ yuē yǐ yì dào shǐ mǐn suī láo
○ 孟子曰：“以佚道使民，虽劳
bú yuàn yǐ shēng dào shā mǐn suī sǐ bú yuàn shā
不怨；以生道杀民，虽死不怨杀
zhě
者。”

mèng zǐ yuē bà zhě zhī mǐn huān yú rú
○ 孟子曰：“霸者之民，驩虞如
yě wáng zhě zhī mǐn hào hào rú yě shā zhī ér
也。王者之民，皞皞如也。杀之而
bù yuàn lì zhī ér bù yōng mǐn rì qiān shàn ér bù
不怨，利之而不庸，民日迁善而不
zhī wéi zhī zhě fú jūn zǐ suǒ guò zhě huà suǒ cún
知为之者。夫君子所过者化，所存
zhě shén shàng xià yǔ tiān dì tóng liú qǐ yuē xiǎo bǔ
者神，上下与天地同流，岂曰小补
zhī zāi
之哉？”

mèng zǐ yuē rén yán bù rú rén shēng zhī
○ 孟子曰：“仁言，不如仁声之
rù rén shēn yě shàn zhèng bù rú shàn jiào zhī dé mǐn
入人深也；善政，不如善教之得民

yě shàn zhèng mǐn wèi zhī shàn jiào mǐn ài zhī
也。善政，民畏之，善教，民爱之。

shàn zhèng dé mǐn cái shàn jiào dé mǐn xīn
善政，得民财；善教，得民心。”

mèng zǐ yuē rén zhī suǒ bù xué ér néng
○ 孟子曰：“人之所不学而能

zhě qí liáng néng yě suǒ bù lǜ ér zhī zhě qí liáng
者，其良能也；所不虑而知者，其良

zhī yě hái tí zhī tóng wú bù zhī ài qí qīn
知也。孩提之童，无不知爱其亲

zhě jí qí zhǎng yě wú bù zhī jìng qí xiōng yě
者；及其长也，无不知敬其兄也。

qīn qīn rén yě jìng zhǎng yì yě wú tā dá
亲亲，仁也；敬长，义也。无他，达

zhī tiān xià yě
之天下也。”

mèng zǐ yuē shùn zhī jū shēn shān zhī zhōng
○ 孟子曰：“舜之居深山之中，

yǔ mù shí jū yǔ lù shǐ yóu qí suǒ yǐ yì yú
与木石居，与鹿豕游，其所以异于

shēn shān zhī yě rén zhě jī xī jí qí wén yí shàn
深山之野人者几希；及其闻一善

yán jiàn yí shàn xíng ruò jué jiāng hé pèi rán mò zhī
言，见一善行，若决江河，沛然莫之

néng yù yě
能御也。”

mèng zǐ yuē wú wéi qí suǒ bù wéi wú
○ 孟子曰：“无为其所不为，无
yù qí suǒ bù yù rú cǐ ér yǐ yǐ
欲其所不欲，如此而已矣。”

mèng zǐ yuē rén zhī yǒu dé huì shù zhī
○ 孟子曰：“人之有德慧术知
zhě héng cún hū chèn jí dú gū chén niè zǐ qí
者，恒存乎疢疾。独孤臣孽子，其
cāo xīn yě wēi qí lǜ huàn yě shēn gù dá
操心也危，其虑患也深，故达。”

mèng zǐ yuē yǒu shì jūn rén zhě shì shì
○ 孟子曰：“有事君人者，事是
jūn zé wéi róng yuè zhě yě yǒu ān shè jì chén zhě
君则为容悦者也；有安社稷臣者，
yǐ ān shè jì wéi yuè zhě yě yǒu tiān mín zhě dá
以安社稷为悦者也；有天民者，达
kě xíng yú tiān xià ér hòu xíng zhī zhě yě yǒu dà rén
可行于天下而后行之者也；有大人

简化字：恒

繁体字：恆



zhě zhèng jǐ ér wù zhèng zhě yě
者，正己而物正者也。”

○ 孟子曰：“君子有三乐，而王
tiān xià bù yǔ cún yān fù mǔ jù cún xiōng dì wú
天下不与存焉。父母俱存，兄弟无
gù yí lè yě yǎng bú kuì yú tiān fǔ bú zuò yú
故，一乐也；仰不愧于天，俯不怍于
rén èr lè yě dé tiān xià yīng cái ér jiào yù zhī
人，二乐也；得天下英才而教育之，
sān lè yě jūn zǐ yǒu sān lè ér wàng tiān xià bù
三乐也。君子有三乐，而王天下不
yǔ cún yān
与存焉。”

○ 孟子曰：“广土众民，君子
yù zhī suǒ lè bù cún yān zhōng tiān xià ér lì
欲之，所乐不存焉。中天下而立，
dìng sì hǎi zhī mín jūn zǐ lè zhī suǒ xìng bù cún
定四海之民，君子乐之，所性不存
yān jūn zǐ suǒ xìng suī dà xíng bù jiā yān suī
焉。君子所性，虽大行不加焉，虽
qióng jū bù sǔn yān fèn dìng gù yě jūn zǐ suǒ
穷居不损焉，分定故也。君子所