

国

品读国学经典，汲取先贤智慧，铺就成功阶梯

受益一生的 国学智慧课

墨羽◎著

国学是支撑中华民族文化的根基
学习和了解国学，是每一位华夏儿女的责任

五千年的中华文化
哲学智慧、有修身养
的灵魂，是我们汲取
给我们最珍贵的遗产

博大精深、历久弥新。有
的人文精髓，是国人
圭范本，是祖先们留

学



中国商业出版社

受益一生的 国学智慧课

墨羽◎著

国学是支撑中华民族文化的根基
学习和了解国学，是每一位华夏儿女的责任



中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

受益一生的国学智慧课 / 墨羽著. -- 北京 : 中国商业出版社, 2018.5

ISBN 978-7-5208-0214-7

I . ①受… II . ①墨… III . ①国学—通俗读物 IV .

①Z126-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 019676 号

责任编辑: 姜丽君

中国商业出版社出版发行
(100053 北京广安门内报国寺1号)

010-63180647 www.c-cbook.com

新华书店经销
三河市三佳印刷装订有限公司印刷

*

710 × 1000毫米 1/16开 17印张 250千字

2018年5月第1版 2018年5月第1次印刷

定价: 39.80元

(如有印装质量问题可更换)

冯友兰先生在《中国哲学小史》中写道：“如果人类将来日益聪明，想到他们需要内心的和平和幸福，他们就会转过来注意中国的智慧，而且必有所得。”国学，源远流长，历史悠久，是中国智慧中最璀璨的明珠。国学，中华文化之本，荟萃百家，包罗万象，是先贤智慧之结晶，虽经朝代兴替，世易时移，但其价值一如江河行地，历久弥新。

从时间的跨度来看，国学与中华文明同步起源，至今已有五千多年的历史了；就人类文明而言，国学创造了华夏文明史，为后世子孙留下了许多宝贵的文化遗产；从精神层面来看，国学中既有君主的“治国之道”，也有世人的“普世情怀”，更有寻常百姓的“安身立命之本”。可以说，国学是支撑中华民族文化的根基，学习和了解国学是每一位华夏儿女的责任。

国学，是中国送给世界的礼物——人类文明的重要组成部分。对于个人而言，五千年的中华文明恢弘深广，五千年的国学文化博大精深、历久弥新——有哲学智慧、有修身养性、有治国韬略……蕴含着中华民族的人文精髓，是国人的灵魂。

从这个意义上讲，“国学”是我们汲取精神养素、修身养性、增长智慧的最佳范本，是祖先们留给我们最珍贵的遗产和精神财富。孔孟的儒、老庄的道、六祖慧能的禅，还有孙子的兵法，韩非子的法、术、

势，鬼谷子的谋略，黄帝的养生之道……

不足的是，国学包罗万象，初学者竟不知该从何下手，在最短的时间里掌握国学中的思想精髓。本书根据读者的阅读特点与阅读层次，从浩瀚的国学海洋中节选出了经典的、广为流传、脍炙人口、影响深远的国学精髓，由国学概论、国学知识、国学掌典三大部分组成。其中，国学概论部分系统、简洁，方便读者泛读、了解国学；国学知识部分旁征博引，延伸国学常识内涵，引导读者快速、准确地把握国学的精髓，同时增加学习国学的兴趣和阅读快感；国学掌典部分全面、系统介绍了历史中经典的国学范例，为读者提供生动、新鲜的文化感悟。

本书知识面广，涉及国学的方方面面，包括中国古典哲学、历史、伦理、诗词词赋、蒙学、科学、天文、地理、中医、文学、艺术、兵法韬略、国家政治、神话传说、民间风俗等文化范畴。在编排上主要介绍各方面的重要、经典、具有影响力和价值的内容，真正做到了博而精。

在书中，读者可以与老子论道，与孔子论理，与司马迁述历史，与李时珍谈养生、与祖冲之一起研究天文历法、圆周率，陪着李太白云游四方，与诗歌为伴，参悟道家的无为、儒家的修齐治平、佛法的博大精深、兵家的雄韬伟略、法家的强国强家……国学承载着一个民族的兴衰，包容着一种文化的精妙，是一笔无法衡量的财富。

本书既让读者对国学知识有了清晰的认识和理解，又能激发读者的阅读情趣，可谓一举两得。相信所有的读者都能在享受知识盛宴的同时，感受到阅读的乐趣和先贤的智慧。下面，让我们一起静下心来，细品本书，感悟国学的魅力吧！

目录

上篇 国学概论

第一讲 所谓国学 / 003

国学的定义 / 005

国学的分科 / 006

不同的国学流派 / 008

国学与世界文化 / 010

研究国学的态度 / 012

第二讲 国学的发展脉络 / 015

史前文明 / 017

夏商国学 / 018

周王朝的政治、宗教 / 019

春秋时代的国学发展 / 021

诸子百家 / 023

略观秦国 / 025

布衣将相篇 / 027

隋唐盛世 / 029

宋元明清篇 / 031

中篇 国学知识

第三讲 哲学：思想精粹，东方大智 / 037

儒家：罢黜百家，独尊儒术 / 039

道家：道法自然，天人合一 / 041

兵家：运筹帷幄，决胜千里 / 043

法家：依法为家，依法治国 / 045

墨家：尚贤、尚同、尚爱 / 047

佛家：一花一世界，一叶一菩提 / 048

阴阳家：深观阴阳消息，而作迂怪之变 / 050

第四讲 史学：以史为镜，可知得失 / 053

“历史”之源起 / 055

史书的体裁 / 056

《山海经》 / 057

《春秋》 / 059

《史记》 / 060

《汉书》 / 062

《后汉书》 / 064

《三国志》 / 065

《贞观政要》 / 066

《新五代史》 / 068

《宋书》 / 069

《元史》 / 069

《明史》 / 070

第五讲 蒙学：开启人生智慧的第一步 / 073

识物学礼 / 075

《三字经》通解 / 077

- 《百家姓》通解 / 078
- 袖珍百科：《千字文》 / 079
- 金、木、水、火、土 / 080
- 述《礼记》 / 082
- 知六畜 / 083
- 识孔孟 / 084
- 晓七情 / 085
- 不以规矩，不能成方圆 / 087
- 圣人训：《弟子规》 / 088

第六讲 天人之学：上知天文，下知地理 / 091

- 天文学 / 093
- 地理学 / 095
- 历法 / 097
- 古代时间计量工具 / 098
- 张衡与地动仪 / 100
- 酈道元与《水经注》 / 100
- 一行与子午线 / 102
- 郭守敬与《授时历》 / 102
- 二志 / 103
- 古代的年、月、日、时 / 104

第七讲 文学：文学奇葩，智慧结晶 / 107

- 中国文学是如何分类的 / 109
- 古代文学的流派之分 / 112
- 文论 / 114
- 诗经六艺 / 116
- 春秋三传 / 117
- 百家争鸣 / 118

受益一生的国学智慧课

元曲四大家 / 119

古代大文豪 / 120

《离骚》 / 123

古代四大名著 / 124

第八讲 文艺：琴棋书画，一脉相传 / 127

音乐 / 129

戏曲 / 131

绘画 / 133

书法 / 135

篆刻艺术 / 137

中国古代建筑 / 139

象棋 / 142

第九讲 民俗文化：衣食住行，生活百态 / 143

传统节日 / 145

习俗文化 / 147

见面礼仪 / 150

饮食文化 / 152

茶文化 / 153

服饰文化 / 154

第十讲 中医：千年历史，中华国粹 / 157

养生的原则 / 159

四季之应，养生之道 / 160

饮食养生 / 162

起居养生 / 163

运动养生 / 165

中医的理论基础 / 166

药剂与药膳 / 167

针灸疗法 / 168

人体经络理论 / 169

古代神医 / 170

第十一讲 科学：科技之光，智慧之芒 / 173

古代科学家 / 175

数学 / 176

物理学 / 177

生物学 / 179

造纸术 / 181

指南针 / 182

火药 / 183

活字印刷术 / 184

第十二讲 国家政治：国之神器 / 187

官吏选拔制度 / 189

官称 / 191

大政治事件 / 194

兵制 / 197

刑制 / 199

税赋制度 / 201

下篇 国学掌典

第十三讲 警世箴言：国学箴言 / 205

求知·治学 / 207

惜时·勤勉 / 209

修身·立德 / 211

大志·宏图 / 213

受益一生的国学智慧课

为人·处世 / 215

家国·大义 / 217

第十四讲 史事流传：国学故事 / 221

司马光举才 / 223

子思拒礼 / 224

马首是瞻 / 225

二桃杀三士 / 226

成也萧何，败也萧何 / 227

刚正的冯道 / 228

三年不鸣，一鸣惊人 / 229

丘逢甲入座 / 230

“强项令”董宣 / 231

不知收敛的杨修 / 233

醉打金枝 / 234

唐太宗放囚 / 235

缙萦救父 / 236

外举不避仇，内举不避亲 / 237

触龙说赵太后 / 238

第十五讲 神话星空 / 241

盘古开天地 / 243

女娲造人 / 243

女娲补天 / 244

嫦娥奔月 / 245

精卫填海 / 246

后羿射日 / 247

神农尝百草 / 247

沉香救母 / 248

白泽神兽 / 249

炎、黄大战 / 249

蚕马 / 250

尧的传说 / 251

骊山老母 / 251

吴刚伐桂 / 252

贤帝大舜 / 253

上 篇

第一章 国学概论

第一讲

所谓国学

所谓国学，实为国魂，是中华民族的智慧结晶。千百年前，祖先们在恶劣的自然环境下顽强地生存，千百年后，先辈们在列强环伺的险境中坚强地崛起，国学展现给世人的不仅仅是人与自然的关系，还包括人与人、人与心灵的关系。在信息高速发展的时代中，我们必须正确看待国学，理性思索：中华民族的传统智慧中，哪些应该活着，进而发扬光大？哪些应该死去，进而辞旧迎新，继往开来？

国学的定义

国学之名，从什么时候开始有的呢？

秦、汉之前，学术的分类多用“教”、“家”之类的词汇，如：《礼记·经解篇》中的“六艺”指：诗教、书教、礼教、易教、乐教、春秋教；《汉书》中也用“道家”、“法家”、“儒家”、“阴阳家”、“墨家”等等之类的词汇来区别国学各派系。直到西汉末年，刘歆在《七略》中将研究文学古训的学问称之为“小学”，自此，以“学”字命名学问类别才正式成立，如：经学、汉学、理学、儒学、道学、医学、数学、天文学等等，国学之名也由此而来。

何为国学？

《周礼·春官·乐师》中记载：“乐师掌国学之政，以教国子小舞”，这是“国学”作为名词最早期的相关记录。这里的“国学”指的是古代国家级别的学校，后期又曾改之，称之为“太学”、“国子监”、“书院”、“学堂”，乃至今天的“学校”、“学府”。很显然，《周礼》中提到的“国学”与我们今天所提及的“国学”不是同一概念。

清末年间，国力衰弱，国门被西方列强以枪支弹药强行打开。一时间，中西文化强烈碰撞。为了跟上时代的脚步，一些有识之士开始积极学习西方文化，洋务运动盛行。对此，张之洞说道：“中学为体，西学为用”。后来，这句话中的“中学”被换成了“国学”，此处的“国学”即近代意义上的“国学”概念。

那么，国学到底是什么呢？

曹聚仁的《国故学之意义与价值》一文中是这样记录的：“国学者，