



全国优秀校本课程出版工程

中学生人文阅读系列



阳光阅读 国学讲堂

总主编：张金豹
本册主编：袁桂萍
本册副主编：黄郁郁

阅读国学讲堂·人生智慧无限
嘉言善行 立德修身 务本乐学

让青少年受益一生的智慧讲堂



江苏凤凰教育出版社
Jiangsu Education Publishing House, Ltd.



总 主 编：张金豹
本 册 主 编：袁桂萍
本册副主编：黄郁郁

阳光阅读 国学讲堂



江苏凤凰教育出版社
Phoenix Education Publishing, Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

阳光阅读. 国学讲堂 / 张金豹总主编. — 南京: 江苏凤凰教育出版社, 2016.5

ISBN 978-7-5499-5717-0

I. ①阳… II. ①张… III. ①阅读课—中学—教学参考资料 IV. ①G634.333

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第090099号

书 名 阳光阅读: 国学讲堂

总 主 编 张金豹

责任编辑 雷利军 李佃云

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司

江苏凤凰教育出版社 (南京市湖南路1号A楼 邮编210009)

苏教网址 <http://www.1088.com.cn>

照 排 红十月图文设计有限公司

印 刷 三河市九洲财鑫印刷有限公司

厂 址 河北省三河市灵山大口

开 本 787毫米×1092毫米 1/16

印 张 7.25

字 数 103千字

版 次 2016年5月第1版 2016年5月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5499-5717-0

定 价 24.00元

网店地址 <http://jsfhjycbs.tmall.com>

邮购电话 025-85406265, 85400774 短信 02585420909

E - mail jsdp@vip.163.com

盗版举报 025-83658579

苏教版图书若有印装错误可向承印厂调换

提供盗版线索者给予重奖



前言

国学经典是中华民族最具代表性、最优秀、最有价值的文化精品，是中华民族几千年勤劳和智慧的结晶，是中华民族文化的根。它不仅是中国传统文化的明证，也是传统道德价值体系的载体。它所蕴含的文化资源和道德价值是每一个中国人的立身处世之本，也是每一个中国人不可或缺的精神力量。

随着现代化进程的不断加快和信息化社会的发展，受到各种非道德文化的影响和多元价值观的冲击，社会上出现了一些道德缺失、行为失范、价值扭曲的现象。在这种大环境下，在校中学生的行为习惯也出现了一些偏差，所以，新形势下的德育工作急需找到一个突破口。自2006年起，二桥中学开始酝酿新一轮的教育改革，并把德育放在了首要位置。经过多方讨论，二桥中学确立了“阳光教育”的办学理念，即用生命培育生命，用爱心培养爱心，用温暖传递温暖，用尊重播撒尊重，用智慧启迪智慧。2007年秋季，学校研究决定，在课表中安排固定时间用来组织学生诵读经典，用经典的力量培养学生阳光的心态和良好的行为习惯。

二桥中学的国学经典诵读活动以诵读儒家经典为主，目的在于培养学生成熟的个性心理品质；让学生学会遵守规则；让学生学会“忍”和“让”的生活智慧；让学生学会换角度思考问题；让学生学会理智、冷静地处理事情；让学生学会感恩父母、老师和他人；让学生学会尊重他人。

自诵读经典活动实施以来，二桥中学在传承中华文化，继承中华传统美德，弘扬和培育民族精神，激发学生智慧潜能方面取得了显著成效，学生的精神面貌发生了巨大的改变并培养了很多好的行为习惯。校园环境变得更加文明，更加和谐。



在诵读经典活动取得成效的同时，我们也在思考如何将这项活动持久地开展下去。在做了大量前期工作的前提下，我校组织部分老师编写了这本《阳光阅读·国学经典》。这本书中选取部分国学精华，能够增长学生的智慧，陶冶学生的情操，开阔学生的眼界。希望这本书能伴随学生成长，成为学生的良师益友。



第一章 《增广贤文》选读	1
真心做人，诚心处事	2
待人以诚，相识天下	3
心随境迁，随遇而安	4
谋事在人，成事在天	6
人情似水，交友分高下	7
业精于勤，严于律己	9
真诚做人，莫道是非	11
光阴似箭，时不我待	12
平心静气，随遇而安	13
高瞻远瞩，当机立断	14
隔墙有耳，恶事莫做	16
君子固穷，穷且志坚	17
三思后行，脚踏实地	18
事须躬亲，莫怨他人	19
人生一世，勤学须早	21
雪中送炭，济人于危难	22
不失本真，不移己诺	24
但依本分，无须烦恼	25
少壮读书，天必佑之	27
无伤人之心，有先见之明	28
择师须明，从师要虚	29
脚踏实地，莫贪小利	31
常省己身，善恶分明	32
内因为本，外力为辅	33
人各有长，不可貌相	34
百折不挠，自强不息	36



行事有道，善恶有报	37
言而有信，不失大义	39
隐恶扬善，孝道当先	40
知足常乐，随遇而安	42

第二章 《论语》选读 45

学而时习之，不亦说乎	46
巧言令色，鲜矣仁	47
吾日三省吾身	48
君子不重则不威	49
吾十有五而志于学	50
父母唯其疾之忧	52
人而无信，不知其可也	53
温故而知新，可以为师矣	54
学而不思则罔，思而不学则殆	55
知之为知之，不知为不知，是知也	56
德之不修，学之不讲	57
三人行，必有我师焉	58
我欲仁，斯仁至矣	58
君子坦荡荡，小人长戚戚	59
逝者如斯夫，不舍昼夜	60
譬如为山，未成一簣	61
三军可夺帅也	62
岁寒，然后知松柏之后凋也	63
敏而好学，不耻下问	63
晏平仲善与人交	64
益者三友，损者三友	65



益者三乐，损者三乐	67
侍于君子有三愆	68
君子有九思	69
知之者不如好之者	70
贤哉	71
里仁为美	72
富与贵，是人之所以欲也	73
朝闻道，夕死可矣	74
君子喻于义，小人喻于利	75
放于利而行，多怨	76
见贤思齐	76
古者言之不出	77
 第三章 《礼记》选读	 79
玉不琢，不成器	80
虽有嘉肴	81
大学之教也	82
大学之法	84
善学者	86
良冶之子	88
大德不官	89
 第四章 《大学》选读	 91
大学之道	92
物格而后知至	93
汤之盘铭	94
听讼	95



心不在焉	96
所谓齐其家	97
故谚有之	98
所谓治国	99
所谓平天下	100
所恶于上	101

第五章 《中庸》选读	103
天命之谓性	104
君子之道费而隐	105
君子素其位而行	107
自诚明	108

第一章
《增广贤文》选读*



* 参考张齐明译注《增广贤文》中华书局2013年版



真心做人，诚心处事

当时若不登高望，谁信东流海洋深。两人一般心，无钱堪买金。
一人一般心，有钱难买针。

【译文】

倘若不是登高远望，谁又能知道向东流的水最终会汇入深深的海洋呢。两个人一条心去努力，就算没钱也能想办法买到黄金。假如一个人一个心眼，那么就算有钱也买不了一根针。

【评析】

这几句话强调的是“心”字，不管是有心、无心，还是真心、假心，只要有了这个“心”，万物就有了灵魂。而作为最具智慧的典范——人心，确实令人捉摸不透。它需要长时间的考验才能辨别真伪，需要坦荡清白才能平和安详。

总之，“人心”是一个难以捉摸的东西，它看起来只有拳头那么大，却可以将大千世界汇聚其中。它有时像大海般辽阔，有时却比针眼儿还小；它有时像白云一样无拘无束，有时却又为自己带上枷锁；它有时泰山崩于顶而面不改色，有时却又风声鹤唳、草木皆兵。它看起来是那样千变万化，而其实却又只在人的一念之间。人若能放心、安心，就能不畏艰险，经受考验；就能与他人精诚合作，共创辉煌；就能光明磊落，自由洒脱。没有躁心，没有私心，没有妄心，没有亏心，自然能够拥有恒心，拥有公心，拥有平心，拥有安心。心是指导人们前进的路标，它指向哪里，人就会走向哪里。



因此，此心必须澄净明澈，才不会使人迷失方向，乃至走上不归之路。修心是每个人人生的必修之课。

【阅读思考】

正所谓，“水深难量，人心难测”。真心待人是做人的根本。平日里，你是怎样对待身边的亲人、朋友的呢？

待人以诚，相识天下

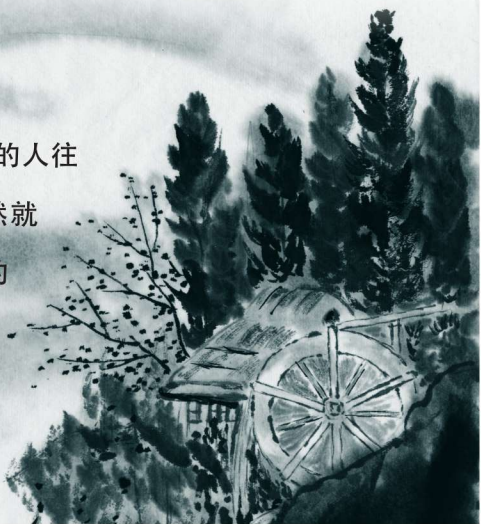
黄金无假，阿魏无真。客来主不顾，应恐是痴人。贫居闹市无人问，富在深山有远亲。

【译文】

贵重的黄金难造假，阿魏之类的药材却很少有真货。有客人光顾时，主人不招呼，这样的人恐怕是傻瓜。贫穷时，即使住在闹市也无人理睬；而人一旦富贵了，就算住在深山里也会有人登门认亲。

【评析】

中国人讲究礼尚往来，热情好客的人往往相识满天下，而怠慢朋友的人自然会缺少朋友。人的交往是一个互动的过程，“投之以桃，报之以李”，投之以冷眼，当然报之以冷遇。人的心理是需要得到一种平衡的，不懂得付出，自然难以得到回报，





虚情假意的客套同样得不到以诚相待的真心。感情是需要交流的，并且需要一个长期的过程，否则你会发现朋友用时方恨少。交朋友是如此，做生意也是如此。现代社会要求微笑服务，顾客就是上帝，没有人愿意花钱找气受。一个会做生意的商家是不会冷落自己的“衣食父母”的。利益是一种令人难以抗拒的诱惑，常常使人趋之若鹜，除非商家是个笨蛋，否则没有不懂得迎合顾客之道的。

【阅读思考】

对人多一分理解和宽容，其实就是支持和帮助自己，善待他人就是善待自己。如同俗语所说，授人玫瑰，手留余香。有句话说得好：“幸福并不取决于财富、权力和容貌，而取决于你和周围人的相处。”你想做个幸福快乐的人吗？那么就从善待他人开始吧！你打算如何与你的同学相处？

心随境迁，随遇而安

闹里有钱，静处安身。来如风雨，去似微尘。长江后浪推前浪，世上新人赶旧人。近水楼台先得月，向阳花木早逢春。

【译文】

喧闹繁华的地方有钱可赚，偏僻幽静的地方最适宜安身。来势像狂风暴雨，退去似微尘飘落。长江水总是后浪推涌着前浪，世上的新人追赶着旧人。接近水的楼台最早映照到月亮的倒影，面朝阳光的花树最早接受春天的滋润。

【评析】

繁华的地方适合发展，清净的地方适合生活。因此，人们往往在年轻的时

候选择在繁华的大都市谋求出路，在人越多的地方越容易积累财富，生活的繁忙是一种自我价值的证明；而到了老年之时，又会选择一个适宜生活的地方颐养天年，生活在宁静中才能品出真味。由此看来，环境很重要，它可以改变人生的际遇和生活的轨道。就像“近水楼台先得月，向阳花木早逢春”一样，有利的条件，会增加人成功的砝码。虽然成功来源于自身的努力，但环境依然会影响甚至改变努力的结果。而人类是一种趋光度很强的动物，有着敏感的趋利避害的神经，哪里适合生存自然就会向哪里靠拢。

至于人在繁华落尽、归于平淡之后，应该保持一种怎样的心态，就需要提前有心理准备。人不可能总是处于风头浪尖之上，再辉煌的时代都会有过去的一天，人生总是要面对风平浪静、尘埃落定的结局。有些人欣然接受归于平淡，将精彩留给后辈；有些人不肯面对现实，苦苦挣扎，结果依然回天乏术。盛衰本是再自然不过的规律，不自然的是人们的心态。若能在繁华中保有一颗平常的心，那么在繁华过后至少还能享受生活和回忆；而如果过于执着，那么在繁华过后就只能面对落寞和失意。若有“闹里有钱，静处安身”的心境，那么无论环境怎样改变，都能找到生命中的“近水楼台”！

【阅读思考】

心态很重要。以什么样的心态生活，便会面临什么样的人生际遇。作为中学生的我们，人生才刚刚开始，思考过要用什么样的心态生活了吗？





谋事在人，成事在天

山中有直树，世上无直人。自恨枝无叶，莫怨太阳偏。大家都是命，半点不由人。

【译文】

山里有长得笔直的树，世上却没有正直之人。树木只应抱怨自己的枝上无法长出叶子，不要抱怨太阳偏心。一切都是命运的安排，由不得自己控制。

【评析】

此话有点宿命论的味道，而且似乎太过悲观了。世界上好像不存在好人，人的命运也完全无法由自己掌控。这种观点当然是不足取的，若真如其所说，那人类便不需要努力，完全听天由命，坐着等死就好了。这样的人生还有什么价值和意义？不排除这些话是先人经过人生的种种磨难之后，发出的无奈的感叹。社会的发展是一种合力的作用，如果每个人都朝着不同的方向努力，那么作用力的方向自然会发生始料未及的变化，这种变化不是某一个人能够左右的。努力的结果不尽如人意在所难免，可是难道人们能够就此放弃所有努力吗？那样世界将会变成什么样子？自己又将变成何种面目？因此，努力是必要的，因为不努力更加一无所有，只不过对于努力的结果不必过于强求。

世上的事难以预料，世上的人心更加难以看透。人是一个矛盾的统一体，我们不能强求千人一面，连我们自己都无法要求自身保持一种绝对稳定不变的性格。“世上无直人”的言论有些偏颇，但“人无完人”的观点是可



以肯定的，因为人不可能做到十全十美。其实，大千世界、芸芸众生中并不缺正直的人，更不缺好人，只不过每个人身上都或多或少有些缺点罢了。但也正是因为这些缺点，人才变得可爱。真正完美的人是高不可攀的，也是难融于世的。人只要努力使自己接近完美就已经非常难能可贵了，没有必要因为有一些缺点就对人类悲观失望。

生活依然是美好的，做人应该乐观一些，将眼光放长远一些，这样才不会因为时运不济、人心难测而对生活失去希望和热情，日子也能过得轻松一些。

【阅读思考】

爱默生说过：“自信是成功的第一秘诀。”培根也说：“深窥自己的心，而后发觉一切的奇迹在你自己。”你是一个自信的人吗？你了解自己的缺点吗？读完本段后，你要如何重新认识自己？

人情似水，交友分高下

结交须胜己，似我不如无。但看三五日，相见不如初。人情似水分高下，世事如云任卷舒。会说说都是，不会说无礼。

【译文】

交朋友最好交胜过自己的人，与自己差不多的朋友还不如没有。往往同友人交往三五天后，印象就没有刚见时那么好了。人的情意像水一样有高有下，不必去计较；世上的事像云一样，任凭它变化多端。会说话的人，给人感觉说的都是对的；不会说话的人，给人感觉像是不懂礼义。

【评析】

本段谈的是交友和识人。如何选择朋友以及分辨人的高下是人们涉世和提升自我所必须掌握的一门学问。

交朋友要有选择性，不能泛滥。“狐朋狗友”与“良师益友”当然有着天壤之别，对自己人生的影响更加不可同日而语。跟自己水平相当的人，不需多交，因为对自身的提高不会有什么帮助。人以群分的结果是每个人都原地踏步，不会有任何进步。每个人都差不多，便很难从别人身上发现自己的短处，人只有在仰望时才能发现自己的渺小。因此，多结交那些能让你仰望的人才能使你不断发现自己的不足，并且迎头赶上。当然，这也不是绝对的。如果人人都只结交胜过自己的人，那么所有的人都不会有朋友了。再者说，“三人行，必有我师焉。择其善者而从之，其不善者而改之”，每个人身上都有自己的闪光点，懂得欣赏别人的长处也是一种善于交友的表现。同时，仅仅善于交友是不够的，友情是一种美酒，只有懂得储藏的人才能获得陈年佳酿。

人情如流水，总有高低险滩；世事如浮云，总会风吹云散。人世的纷纭变化虽然令人眼花缭乱，但也并非全无规律可循。一个人肤浅还是深刻，可以从言谈中看出端倪。思想深刻、知识渊博的人往往视野开阔，他们的话题和关注点常常是国家天下、国计民生，同时见解独到。而思想贫乏肤浅的人

