

林画
著 /

★ 人类原始的教育方法，
★ 只有一个，
★ 就是背诵。

南怀瑾谈

优秀孩子的经典教育

NANHUAJIN TAN
YOUXIUHAIZI DE JINGDIJIAOYU

任心灵纯净的童年时期
比诵下来的东西，

同每天的饮食，会变成营养，
为生命的一部分。

——南怀瑾



新世界出版社
NEW WORLD PRESS



南怀瑾谈

优秀孩子的经典教育

NANHUAJINTAN

YOUXIUHAIZIDEJINGDIANJIANYU

林画／著



 新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目(CIP)数据

南怀瑾谈优秀孩子的经典教育 / 林画著. —北京:
新世界出版社, 2014.12

ISBN 978-7-5104-5109-6

I. ①南… II. ①林… III. ①儿童教育—家庭教育
IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第147644号

南怀瑾谈优秀孩子的经典教育

作 者: 林 画

责任编辑: 黄晓林 周 珊

责任印制: 李一鸣 黄厚清

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京市西城区百万庄大街24号(100037)

发行部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8705 (传真)

总编室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版权部: +86 10 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印刷: 北京中印联印务有限公司

经销: 新华书店

开本: 710×1000 1/16

字数: 230千字 印张: 13.5

版次: 2015年1月第1版 2015年1月第1次印刷

书号: ISBN 978-7-5104-5109-6

定价: 29.80元

版权所有, 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638



但开风气不为师

从中国的传统文化来说，有一个重要的老问题。一个人为什么要读书？传统最正确的答案，便是“读书明理”4个字。明什么理呢？就是明白做人的道理。我们中华民族的老祖宗，早在5000年前，就开始建立一套文化，这其中还包括科学的、哲学的、宗教的、艺术的等文明，用意在于教育我们后代子孙怎样才能懂得“人伦”的基本道理，我们怎样作为一个人，作为一个优秀的人存在于这个世界上，完全不同于一切灵长类动物一样的原始状态。可见中国人素来的教育目的，就是为了“做人”，不是为了“谋生”。

但可惜的是，现代人所认识文化教育的基本目的，只是为了“谋生”。我们要孩子们去学习读书受教育，就是为了孩子们将来的前途，有好的职业或有高的待遇，或是能够赚很多的钱，过上很好的生活。有些人一生失意，于是把希望寄托在孩子身上，拼命迫他去上学读书。他们完全不考虑孩子们的个性和兴趣，也不了解孩子们的脑力和健康，只是一味地强迫孩子们读书学习，不知道“爱之反而害之”，害了孩子的一生。尤其是现代化的学校和课外补习的教育方法，简直是竭泽而渔的办法，使一般还未成年孩童的脑力健康受到过分负荷的伤害，反而阻碍了孩子的成长。

在南怀瑾看来，过去传统的教育方法是多么的轻松愉快，使儿童们在歌唱舞蹈的气氛中，达到文化教育目的。古人所说“弦歌不绝”，就是这种境界。尤其是所采用的古书，都是浓缩了“人文科学”和“自然科学”等多方面智慧的结晶，都是具有典范性、权威性的作品或著作，因而被后世的人尊称为“经典”。这些经典的古书，它本身的文字，便是文学的艺术作品，所以也叫它“文章”。好“文章”，就是文学的艺术，一定可以朗朗上口，是很有韵律的歌唱。古人把最难记的算术，和其他天文地理、物理等学识，都编成歌诀来唱，声声朗诵。那便是最高明的方法，使儿童不用绞尽脑汁去背记。这些知识

借由歌诀形式自然而然地进入儿童的记忆，一生到老也不容易忘掉。经验丰富的好老师才懂得运用这种非注入式的教育法，很自然地达到启发式的“注入”效果了。

南怀瑾从幼年开始，亲身经历了新旧各种教育法：文的、武的，中式的、洋式的，一边做学生，一边代老师上课。这让他清楚地看到现代的学校教育法，以及家长们对儿女的教育要求，他认为中国当前的教育不应再一味地“崇洋媚外”，信奉西方教育方法，而应当“反求诸己”，尝试传统文化的教育法，为后一代的民族幼苗，培养文化的读书种子，使他们懂得“人伦之道”的做人道理，懂得生存之道的生活艺术，学会让人生进入文学化的境界。

现代科学研究也证明，朗读中国古文有助于儿童集中注意力、增强记忆力，而且可使儿童在人格、智慧、责任感、自制力等方面有明显进步。

南怀瑾曾借清人钱谦益的诗“枥中老马空知道，爨下车劳枉作薪”，感慨自己虽然是一匹识途的老马，但马老了，毕竟是无用了，只能作废，把它豢养在马厩里，当作一匹千里马的活标本罢了；感慨自己是在长年累月的旋转奔走之下，外表已磨得破败不堪的木头做的车轮，只能拿来当柴烧了。在倡导儿童读经方面，他也感叹自己力不从心，只能是“但开风气不为师”。

在南怀瑾的倡导下，儿童读经运动在我国得到迅速发展，全国各地的多所学校都开展了儿童读经活动，开始重拾传统文化的教育方法。我们撷取了南怀瑾在传统文化教育方面的精彩言论，从读经、家教、孝道、师道、怠慢、仁爱、明礼、诚信、宽容、勤敏、节俭、勇气、说话、交友这些与孩子的生活息息相关的方面，进行了深入的分析和解读，力图帮助家长和老师找到传统文化教育最有效的方法。

南怀瑾推荐 传统经典诵读次序

在南怀瑾看来，儿童成长的阶段不同，诵读的中国经典书籍也不同。为给予儿童读经具体的指导，南怀瑾亲自选目编排了一套《儿童中国文化导读》图书，将儿童读经分为3个阶段：基础阶段，提高阶段和学科阶段。

在基础阶段，南怀瑾推荐的儿童经典诵读顺序为：

- 1.《大学》《唐诗三百首（一）》《老子》（一~二十章）
- 2.《中庸》《唐诗三百首（二）》《老子》（二十一~四十章）
- 3.《论语·学而》《论语·为政》《弟子规》《笠翁对韵·上卷·一东》《笠翁对韵·上卷·二冬》《笠翁对韵·上卷·三江》《老子》（四十一~六十章）
- 4.《论语·八佾》《论语·里仁》《孝经》《笠翁对韵·上卷·四支》《老子》（六十一~八十一章）
- 5.《论语·公冶》《论语·长雍也》《庄子·逍遥游》《千字文》《笠翁对韵·上卷·五微》
- 6.《论语·述而》《论语·泰伯》《庄子·齐物论》《笠翁对韵·上卷·六鱼》《笠翁对韵·上卷·七虞》
- 7.《论语·子罕》《论语·乡党》《庄子·养生主》《庄子·人间世》《朱子治家格言》《重订增广贤文（一）》
- 8.《论语·先进》《论语·颜渊》《庄子·德充符》《笠翁对韵·上卷·八齐》《笠翁对韵·上卷·九佳》《重订增广贤文（二）》
- 9.《论语·子路》《庄子·大宗师》《笠翁对韵·上卷·十灰》《笠翁对韵·上卷·十一真》《重订增广贤文（三）》
- 10.《论语·宪问》《论语·卫灵公》《庄子·应帝王》《笠翁对韵·上卷·十二文》《笠翁对韵·上卷·十三元》《笠翁对韵·上卷·十五删》《重订增广贤文（四）》
- 11.《论语·季氏》《论语·阳货》《庄子·天下（一）》《笠翁对韵·下卷·一先》《笠翁对韵·下卷·二箫》《笠翁对韵·下卷·三肴》《重订增广贤文（五）》
- 12.《论语·微子》《论语·子张》《论语·尧曰》《庄子·天下（二）》《庄子·秋水》《重订增广贤文（六）》

在提高阶段，南怀瑾推荐的儿童经典诵读顺序为：

- 1.《孟子·梁惠王上》《诗经（一）》《菜根谭·修省》《笠翁对韵·下

卷·四豪》

- 2.《孟子·梁惠王下》《诗经（二）》《菜根谭·应酬》《笠翁对韵·下卷·五歌》
- 3.《孟子·尽心上》《诗经（三）》《菜根谭·评议》《笠翁对韵·下卷·六麻》
- 4.《孟子·尽心下》《诗经（四）》《菜根谭·闲适》《笠翁对韵·下卷·七阳》
- 5.《易经·本义卦歌》《易经·系辞上（一）》《幼学琼林·卷一（1）》《诗经（五）》《菜根谭·概论之一》《笠翁对韵·下卷·八庚》
- 6.《易经·系辞上（二）》《幼学琼林·卷一（2）》《诗经（六）》《菜根谭·概论之二》《笠翁对韵·下卷·九青》
- 7.《易经·系辞下（一）》《幼学琼林·卷二（1）》《诗经（七）》《菜根谭·概论之三》《笠翁对韵·下卷·十蒸》
- 8.《易经·系辞下（二）》《幼学琼林·卷二（2）》《诗经（八）》《菜根谭·概论之四》《笠翁对韵·下卷·十一尤》
- 9.《易经·说卦传》《幼学琼林·卷三（1）》《菜根谭·概论之五》《笠翁对韵·下卷·十二侵》
- 10.《易经·序卦传》《易经·杂卦传》《幼学琼林·卷三（2）》《菜根谭·概论之六》《笠翁对韵·下卷·十三覃》
- 11.《幼学琼林·卷四（1）》《菜根谭·概论之七》《笠翁对韵·下卷·十四盐》
- 12.《幼学琼林·卷四（2）》《幼学琼林·附录》《菜根谭·概论之八》《笠翁对韵·下卷·十五咸》《诫子书》

在学科阶段，南怀瑾推荐的儿童经典诵读顺序为：

- 1.《古文观止（一）》《内经述（一）》
- 2.《鉴略（一）》《古文观止（二）》《内经述（二）》
- 3.《鉴略（二）》《古文观止（三）》《内经述（三）》
- 4.《鉴略（三）》《古文观止（四）》《内经述（四）》
- 5.《鉴略（四）》《古文观止（五）》《内经述（五）》
- 6.《礼记·曲礼上》《古文观止（六）》《内经述（六）》
- 7.《礼记·礼运》《古文观止（七）》《内经述（七）》
- 8.《礼记·学记》《礼记·儒行》《古文观止（八）》
- 9.《医学三字经·医学源流》《医学三字经·脏腑经络》《古文观止（九）》
- 10.《医学三字经·六经标本》《医学三字经·病因病机》《药性赋·寒性》《药性赋·热性》《古文观止（十）》
- 11.《医学三字经·脉法要诀》《药性赋·温性》《药性赋·平性》《周身经穴赋》
- 12.《医学三字经·药物性能》《古文观止（十一）》

目录

读经 接受前人的经验和智慧

人类原始的教育方法，就是诵读	002
儿童读经，先从认识中国字开始	004
孩子读书要先从“四书”开始	007
读书最重要的是“用其光”	009
读书万卷，和古人交朋友	011

诗教 讲学问修养，必须要读诗

讲学问修养，必须要读诗	016
读诗，先要懂音韵	018
诗是无形画，激发想象之美	021
诗言志：有才有情才是诗	024

家教 不要过分要求，让他自由发展

中国的教育是从胎教开始	028
母教是孩子成长最大的助力	030
教育儿童，初步先增强他的记忆力	033



注意他的幻想，幻想就是学问的基础	035
必不可缺的“洒扫应对”教育	038

孝道

孝是反过来还报的爱

孝是爱的回报：父慈才能子孝	042
孝，就是尽自己的力量	044
背着父母时，也要言行一致	048
父母的年龄不能不知道	050
兄友弟恭也是孝	052

师道

教育的目的就是教做人

经师易得，人师难求	058
教孩子立志，很坚定的意志	061
教育的目的就是教做人	063
人的智慧不能平齐，分三等教导	065
以问答问的教育方式	068

傲慢

一骄傲就容易失败

不管有多大学问，一骄傲就失败	072
傲要做在骨子里，对人不必傲	074
自以为是的人往往好争斗	078
过分自信，只会害了自己	080

仁 爱

仁就是能够爱一切人

仁就是能够爱一切人	084
先自爱，才能爱别人	087
自己认为劳苦的事情，不交给别人	090
“不践迹”就是“做好事不留名”	092
不迁怒，也是仁的表现	095

明 礼

礼仪之道绝非小事

礼是中和矛盾、调整偏差	098
笨一点没关系，但是要规矩	102
与人交往，要有恭敬的心理	104
不得不注意的称呼礼仪	107

诚 信

立身成事，一曰诚，二曰信

诚是做人最基本的原则	114
事事要发自内心的诚恳	116
有过错不要紧，只要能改	119
丧失了自信，再强也会被打垮	122
答应的话，一定做到	124



宽容

有容德乃大

- 不念旧恶，过去的就过去了 130
- 以德报怨，才能真正化解怨恨 133
- 感谢指出你缺点的人 135
- 包容一点，得理也要饶人 137

勤敏

小富由勤，大富由命

- 学问是靠勤敏而求得的 142
- 像颜回一样“语之而不惰” 145
- 学养须从日常行事中过来 147

节俭

奢则不孙，俭则固

- 俭——老子传世的三大法宝之一 152
- 现在最大的问题是过分的浪费 154
- 慢慢地用，俭省地用 158
- 平时节俭一点，才能避免危难 160
- 奢侈让人放纵，节俭才能踏实 163

勇气

好大勇不好小勇

- 勇，就是要敢为天下先 168

好大勇不好小勇	169
好勇而无礼的人很危险	174
不做有勇无谋的傻瓜	176

说话

人与人之间说话最难

说话要忍一点，慢慢来	180
不吹牛，就很少过错	183
该说话却不说，这是隐	186
在别人痛苦时讲得意事，这是瞽	188

交友

交益友受益，交损友受损

交益友受益，交损友受损	192
跟有本事没脾气的人交朋友	194
结交志同道合的朋友	197
对朋友的规劝要适可而止	201

读经
Du Jing
接受前人的经验和智慧





人类原始的教育方法，就是诵读

人类原始的教育方法，只有一个，就是诵读。尤其是读中国书，更要高声朗读。高声朗读，有什么道理呢？这个含义很多，朗读多了，自然懂得言语与文字的音韵学；换句话，也懂得文字和语言之间拼音的学问。

——南怀瑾《谈诵读的重要性》



精彩导读

南怀瑾所提倡的“诵读”，其实就是儿童读书，不管是称儿童读书、儿童诵读，还是儿童中国文化导读，本质都是一个背书的方法，就是教儿童肯读书、肯背书、肯唱歌，没有别的东西。诵读的内容，囊括了中国传统文化中儒家基本的思想，中国的基本文化。

许多人会觉得奇怪：都进入21世纪了，怎么还要教小孩子背书？南怀瑾对此的观点是：人类原始的教育方法，只有一个，就是诵读，尤其是读中国书，更要高声朗读。高声朗读多了，自然懂得言语与文字的音韵学，简单点说就是懂得文字和语言之间拼音的学问。不管中文、外文，高声朗读，慢慢悟进去了，等长大了，音韵学懂了之后，将来的学问就广博了，假使学外文，不管英文、法文、德文，统统会悟到音韵的拼法，一学就会。

要知道，在中国古代，诵读是最普通的教育法。但自从20世纪中国开始接受西方文化后，对儿童的教育不再采取朗诵、背诵的方法，而着重知识的灌输与理解。因为西方文化在教育上讲“实用主义”，主张教育就是生活，认为念诵、背诵是像打针一样注入式，又像喂鸭子硬喂进去，只会把人喂坏了，对儿童的成长有害，于是推翻了古人背书的传统，采取较放任儿童的方式，不需要背诵，只要求他懂得，来启发他的脑筋，开发他的智慧。然而，这种“实用主义”的教育在一定程度上使得新的一代人变得没有文化根基，因为中国五千年文化，以及西方文化都是靠背诵流传下来的。

 亲子
诵读

训学斋规（节选）

凡读书，须整顿几案，令洁净端正，将书册齐整顿放，正身体，对书册，详缓看字，子细分明读之。须要读得字字响亮，不可误一字，不可少一字，不可多一字，不可倒一字，不可牵强暗记，只是要多诵遍数，自然上口，久远不忘。古人云，“读书百遍，其义自见”。谓读得熟，则不待解说，自晓其义也。余尝谓，读书有三到，谓心到，眼到，口到。心不在此，则眼不看仔细，心眼既不专一，却只漫浪诵读，决不能记，记亦不能久也。三到之中，心到最急。心既到矣，眼口岂不到乎？

解析：

凡是读书，必须先整理好读书用的桌子，使桌子干净平稳，把书册整齐地放在桌子上，让身体坐正，面对书册，仔细从容地看清书上的文字，清清楚楚地朗读文章。必须读得每个字都很响亮，不可以读错一个字，不可以少读一个字，不可以多读一个字，不可以读颠倒一个字，不可以勉强硬记，只要多读几遍，就自然而然顺口而出，即使时间久了也不会忘记。古人说：“书读的遍数多了，它的意思自然会显现出来。”就是说书读得熟了，不依靠别人解释说明，自然就会明白它的意思了。我曾经说过：读书讲究“三到”，即读书时要专心，要认真看，要诵读。心思不在书本上，眼睛就不会仔细看，心和眼既然不专心一意，却只是随随便便地读，那一定不能记住，即使记住了也不能长久。“三到”之中，心到最要紧。心已经到了，眼口难道会不到吗？

 故事
链接

巴金背书

我国古今许多文人、学者在孩童时都是从诵读经典启蒙，著名作家巴金也不例外，他在《写作生活的回顾》中就提到小时背书的好处：“老师平日讲得少，而且讲得简单。他唯一的办法是叫学生多读书，多背书。我背得较熟的几部书中间有一部《古文观止》。这是200多篇散文的选集；从周代到明代，有



传，有记，有序，有书，有表，有铭，有赋，有论，还有祭文。里面一部分我背得出却讲不清楚；有一部分我不但懂而且喜欢，像《桃花源记》《祭十二郎文》《赤壁赋》《报刘一丈书》等。读多了，读熟了，常常可以顺口背出来，也就能慢慢地体会到它们的好处，也就能慢慢地摸到文章的调子。但是当时也只能说是似懂非懂。可是我有200多篇文章储蓄在脑子里面了。虽然我对其中任何一篇都没有好好地研究过，但是这么多的具体的东西至少可以使我明白所谓‘文章’究竟是怎么一回事，可以使我明白文章并非神秘不可思议，它也是有条有理，顺着我们的思路连下来的。这就是说，它不是颠三倒四的胡说，不像我们常常念着玩的颠倒诗：‘一出门来脚咬狗，捡个狗来打石头……’这样一来，我就觉得写文章比从前容易些了，只要我的确有话说。

“……我仍然得感谢我那两位强迫我硬背《古文观止》的私塾老师。这200多篇‘古文’可以说是我真正的启蒙先生。我后来写了20本散文，跟这个‘启蒙先生’很有关系。”

儿童读经，先从认识中国字开始

有朋友说，古文很难念，我说古文很好念，繁体字更好念。中国的方块字，有边读边没边读中间；你这样读下去只要半年一年，古文也就懂了。

——南怀瑾《小言〈黄帝内经〉与生命科学·读古文的方法》



精彩导读

南怀瑾认为，儿童读经的第一步是认识中国的方块字。中国古代的小学教育主要是私塾教育，私塾老师用一年多的时间就能让儿童过了识字关。学习的方法也很简单，就是让儿童背诵认读一些识字课本，史传《史籀篇》《仓颉篇》就是秦汉以前的蒙童识字课本，魏晋以后一直到清末1400多年间，逐步形成了一套以《三字经》《百家姓》《千字文》为主要版本的比较稳定的识字教材。识字之后便开始进行诵读训练，即大量诵读经典之作，熟练之后再由老师讲义，古代叫“开讲”。学童学完《三字经》《百家姓》《千字文》，就能识字1500个（实际是1496个字），这以后才可以开始读“四书五经”。

古代的儿童能一年多通过识字关，首先是因为古代的课本都是韵语成文，排列整齐，平仄押韵，读起来朗朗上口，便于儿童记忆。现代心理学也认为，韵语是最古老也是最有效的一种记忆方法，世界上许多民族的历史就是靠诗歌这种韵语的形式流传下来的。

其次是因为古代的儿童识字教材一般都是4字，只有《三字经》是3字一句。4字一句符合汉字组词的习惯，也便于儿童记忆。从生理学的角度来讲，儿童学语的过程是个训练发声的过程，因其控制声音的肌肉不发达，所以一次读的音节一般不超过4个。有实验证明六七岁儿童读5个以上的音节的完整性大大不如读4个以下的音节，古人早就意识到了这一点。

可见，要想让孩子识字快、识字多，还是要从诵读《三字经》《百家姓》《千字文》这些古代的识字教材开始。此外，南怀瑾还教给儿童识字的一个规律：中国的方块字，有边读边没边读中间。



三字经（节选）

人之初，性本善。性相近，习相远。苟不教，性乃迁。教之道，贵以专。
 昔孟母，择邻处，子不学，断机杼。窦燕山，有义方，教五子，名俱扬。
 养不教，父之过。教不严，师之惰。子不学，非所宜。幼不学，老何为？
 玉不琢，不成器。人不学，不知义。为人子，方少时，亲师友，习礼仪。
 香九龄，能温席。孝于亲，所当执。融四岁，能让梨。弟于长，宜先知。
 首孝弟，次见闻，知某数，识某文。一而十，十而百，百而千，千而万。
 三才者，天地人。三光者，日月星。三纲者，君臣义，父子亲，夫妇顺。
 曰春夏，曰秋冬。此四时，运不穷。曰南北，曰西东。此四方，应乎中。
 曰水火，木金土。此五行，本乎数。曰仁义，礼智信。此五常，不容紊。
 稻粱菽，麦黍稷。此六谷，人所食。马牛羊，鸡犬豕。此六畜，人所饲。
 曰喜怒，曰哀惧，爱恶欲，七情具。匏土革，木石金，与丝竹，乃八音。
 高曾祖，父而身。身而子，子而孙。自子孙，至玄曾。乃九族，人之伦。
 父子恩，夫妇从。兄则友，弟则恭。长幼序，友与朋。君则敬，臣则忠。
 此十义，人所同。凡训蒙，须讲究。详训诂，明句读。为学者，必有初。