

快 乐 国 学 经 典 读 本

千字文

(上)

张小宁 编著



快 乐 国 学 经 典 读 本

千字文

(上)

张小宁 编著



图书在版编目 (CIP) 数据

千字文 / 张小宁编著. -- 重庆: 重庆出版社, 2018.1
ISBN 978-7-229-12705-3

I. ①千 ... II. ①张 ... III. ①古汉语—启蒙读物 IV. ① H194.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 233791 号

千字文

QIANZIWEN

张小宁 编著

策 划: 夏华章同人

出版监制: 伍 志 徐宪江

责任编辑: 舒晓云

特约编辑: 王佳敏

营销编辑: 张 宁 初 晨

责任印制: 杨 宁

封面设计: 葛朝雷

插图设计: 姚皓歌 苏咏欣 许新桥 王春晓 彭艺 张肃

版式设计: 赵雪梅

 重庆出版集团 出版
重庆出版社

(重庆南滨路 162 号 1 幢)

投稿邮箱: bjhzttr@vip.163.com

三河市嘉科万达彩色印刷有限公司 印刷

重庆出版集团图书发行有限公司 发行

邮购电话: 010-85869375/76/77 转 810

 重庆出版社天猫旗舰店
cqcbst.tmall.com

全国新华书店经销

开本: 787mm×1092mm 1/16 印张: 12.5 字数: 240 千

2018 年 1 月第 1 版 2018 年 1 月第 1 次印刷

定价: 39.60 元 (全二册)

如有印装质量问题, 请致电 023-61520678

版权所有, 侵权必究



编委会

主 编：李 莹（吉林大学博士，牡丹江师范学院古代文学教研室讲师）
郑美丹（吉林大学硕士，北京通州区运河中学教师）

副 主 编：张小宁（北京师范大学博士，知名心理作家）
车红梅（南开大学博士后，牡丹江师范学院教授）
田连启（高级教师，北京市通州区梨园学校校长）
刘丽华（黑龙江大学博士，牡丹江师范学院副教授）
綦中明（黑龙江大学博士，牡丹江师范学院副教授）
沙 丹（牡丹江师范学院硕士，牡丹江职教中心讲师）
穆臣刚（吉林大学硕士，知名心理作家）

编 委：姚 敏 李姗芷 胡敏萱 魏文超 李爱琳 穆景富 寇硕恒
姚 珊 李 甦 荣丽双 肖 虹



前言

中国传统文化博大精深、源远流长、兼容并蓄、和而不同，是滋养民族灵魂的精神食粮。学习传统文化不仅能够提高自身修养，而且能使人从中学到做人的道理和处世的哲学。

《快乐国学经典读本》系列丛书，关注少年儿童文化素养的形成与发展，致力于提高少年儿童的品德修养和审美情趣，使同学们逐步形成良好的个性和健全的人格，承担起弘扬传统文化、复兴中华民族的重任。

《快乐国学经典读本》系列丛书的编写秉承“任务驱动、快乐学习”的课程理念，以“国学经典”为主线，以传统文化和历史故事贯穿，以“快乐国学”“快乐文化”“快乐活动”三个模块为载体，让同学们在诵读经典的过程中，品味国学经典，识记汉字，积累诗词，感受传统文化魅力。

在读本编写中，引入“快乐一家人”的人物形象来组织故事，营造情境，给孩子们创造“伙伴式学习”的氛围。同时，帮助孩子树立“勤学”“善问”“友爱”等意识，养成好习惯，培养好性格。读本还加入“每课一句国学经典”，扩大了知识的容量，引入“教育提示”，给教师教学提供了方向。

本册主体课文是《千字文》。它内容丰富，包罗万象，涉及天文、地理、农业、气象、物产、历史以及个人修养等多方面知识，堪称一部微型的“百科全书”。同时，它脉络清晰，文采飞扬，而且字无重复，语言洗练，在众多经典国学内容中独树一帜，被誉为“绝妙文章”。

打开课文，你会发现，展现在眼前的是一幅美妙多彩的画卷。你会为帝王将相的传奇而赞叹，为宫殿楼台的奢华而惊讶；你能够体悟古人的生活智慧，领略秀丽的自然风光；你还将进一步感受到祖国语言的优雅和精致，领悟到中华文化的博大和多彩，从而更加热爱、亲近我们脚下的这片神奇的土地。



阿仁

姓名：孟良
性别：男孩
年龄：11岁
性格：淘气、仗义



小义

姓名：少谦
性别：女孩
年龄：5岁
性格：乖巧可爱、胆小



小丽

姓名：叔礼
性别：女孩
年龄：9岁
性格：爱看书、爱学习



小智

姓名：季智
性别：男孩
年龄：8岁
性格：聪明伶俐、全面发展



阿信

姓名：仲温
性别：男孩
年龄：10岁
性格：能吃爱吃，憨厚



韩老师

姓名：韩林
性别：男
年龄：28岁
性格：开朗、学识渊博



盟老师

姓名：上官盟
性别：女
年龄：26岁
性格：温柔、细心



人物介绍



目录

千字文·上

前言	v
1 天地与节气	1
2 大地与物产	9
3 三皇与五帝	16
4 政治与盛世	24
5 敬畏与宽容	31
6 正直与善行	38
7 孝亲与爱国	46
8 坚毅与清廉	53
9 五伦与八德	60
10 仁爱与守志	67
11 宫殿与都城	74
12 武将和世族	82



第一课

1

天地与节气



阿仁哥哥，你什么都知道，能告诉我为什么有时候阳光
灿灿(càn)灿，白云朵朵，有时候星光闪闪，月光柔柔呢？



我听说，很久很久以前……

讲故事：盘古开天地

远古时候，天地不分，整个宇宙像个大鸡蛋，里面睡着一个名叫盘古的英雄。他睡了一万八千年，终于醒来了。他睁开眼睛，发现身体被紧紧包裹(guǒ)，于是抓起一把大斧，用力一挥，大鸡蛋破裂了，其中轻的东西向上不断飘升，变成了天，重的东西渐渐下沉，变成了大地。

盘古害怕天地重新合拢，就用头顶着天，用脚踏(tà)住地。几万年后，终于天稳地固，这时他才放下心来。这时，盘古已经筋(jīn)疲(pí)力尽，再也没有力气支撑(chēng)自己，他巨大的身躯(qū)轰然倒地了。

盘古的眼睛变成了太阳和月亮，头发和胡须变成了星辰(chén)，



头和手足变成了高山，血液变成了江河湖泊，筋脉化作了道路，肌肉化成了土地，皮肤和汗毛化作花草树木。从此开始有了世界。

快乐国学——千字文

诵经典

天地玄黄 (tiān dì xuán huáng)

日月盈昃 (rì yuè yíng zè)

寒来暑往 (hán lái shǔ wǎng)

闰余成岁 (rùn yú chéng suì)

宇宙洪荒 (yǔ zhòu hóng huāng)

辰宿列张 (chén xiù liè zhāng)

秋收冬藏 (qiū shōu dōng cáng)

律吕调阳 (lǜ lǚ tiáo yáng)

拼音识字

洪荒 hóng huāng 盈昃 yíng zè 长宿 chén xiù
闰余 rùn yú 律吕 lǜ lǚ 调阳 tiáo yáng

注释

- ① 宿：天空中某些星的集合体叫做“宿”。
- ② 闰余成岁：中国古代历法以月亮圆缺变化一次为一个月，十二个月为一年，但人们实际经历一年（地球绕太阳运行一圈所用的时间）和它之间存在差额，这个时间差额被称为“闰余”。
- ③ 律吕：乐律的统称。旧说我国古代用十二个长度不同的律管，吹出十二个高度不同的标准音，称作“十二律”。十二律从低到高依次排列，奇数各律为阴律，叫“六律”；偶数各律为阳律，叫“六吕”，合成“律吕”。

【译文】

上古时期，天是青黑色的，地是黄色的，宇宙无边无际，处于混沌蒙昧的状态中。太阳正了又斜，月亮圆了又缺，星辰布满太空。寒冷和暑热循环交替。秋天收割庄稼，冬天储藏粮食。积累数年的闰余并成一个月，放在闰年里。古人用六律六吕来调节阴阳。



教育提示

通过故事引发儿童好奇心，引导孩子们探寻自然，了解宇宙。



快乐国学——节气



小丽，你知道一年有几个季节吗？

当然知道啦！这难不倒我！

那你知道一年有多少节气吗？

咦？什么叫节气？



节气指二十四时节和气候，是中国古代订立的一种用来指导农民伯伯从事农事的补充历法。一年分为二十四节气，由于节气对于古时候农事的进行起着非常重要的指导作用，所以聪明的人们编写了很多快速记忆节气的歌谣。如：春雨惊春清谷天，夏满芒夏暑相连，秋处露秋寒霜降，冬雪雪冬小大寒。

节气故事：冬至娇耳

早晨，西北风呼呼地刮着，空中落叶随风起舞，一棵棵树，挺住腰杆，坚强地在风中站立着。



孩子们，我要去播报天气了。今天是冬至，是一年之中最冷的时候。

阿~嚏(tì)~真冷啊!

小义妹妹，你可要照顾好自己啊!你太瘦了，把身体养得壮壮的才能抵抗冬天的严寒。



小智哥哥，冬至这个节气是什么意思啊?



冬至这一天，北半球白天最短，黑夜最长，古代的人们在这一天要吃饺子……

真的吗?哥哥，给我讲讲与“冬至”有关的故事吧。

东汉的张仲(zhòng)景是一位著名的医学家，被尊(zūn)为“医圣”，他著有《伤寒杂病论》一书，集医家之大成，被历代医者奉为经典。“冬至”吃饺子的风俗就与他的经历有关。

他曾经担任长沙太守，访病施(shī)药，大堂行医，医术非常高明。后来，他辞官回乡，为乡邻治病。当时正是冬季，许多乡亲因天气寒冷生了冻疮(chuāng)，耳朵都冻烂了。他便让其弟子在南阳东关搭起医棚，支起大锅，在冬至那天舍“祛(qū)寒娇耳汤”，为大家医治冻疮。

他把羊肉、辣椒和一些祛寒药材放在锅里熬煮，然后将羊肉、祛寒药物捞出来切碎，用面包成耳朵样的“娇耳”，煮熟后，分给来求药的人每人两只，再加一大碗肉汤，人们食后就能浑身暖和，两耳发热，冻伤的耳朵就治好了。后来人们学着“娇耳”的样子，包成食物，就是“饺子”。



教育提示

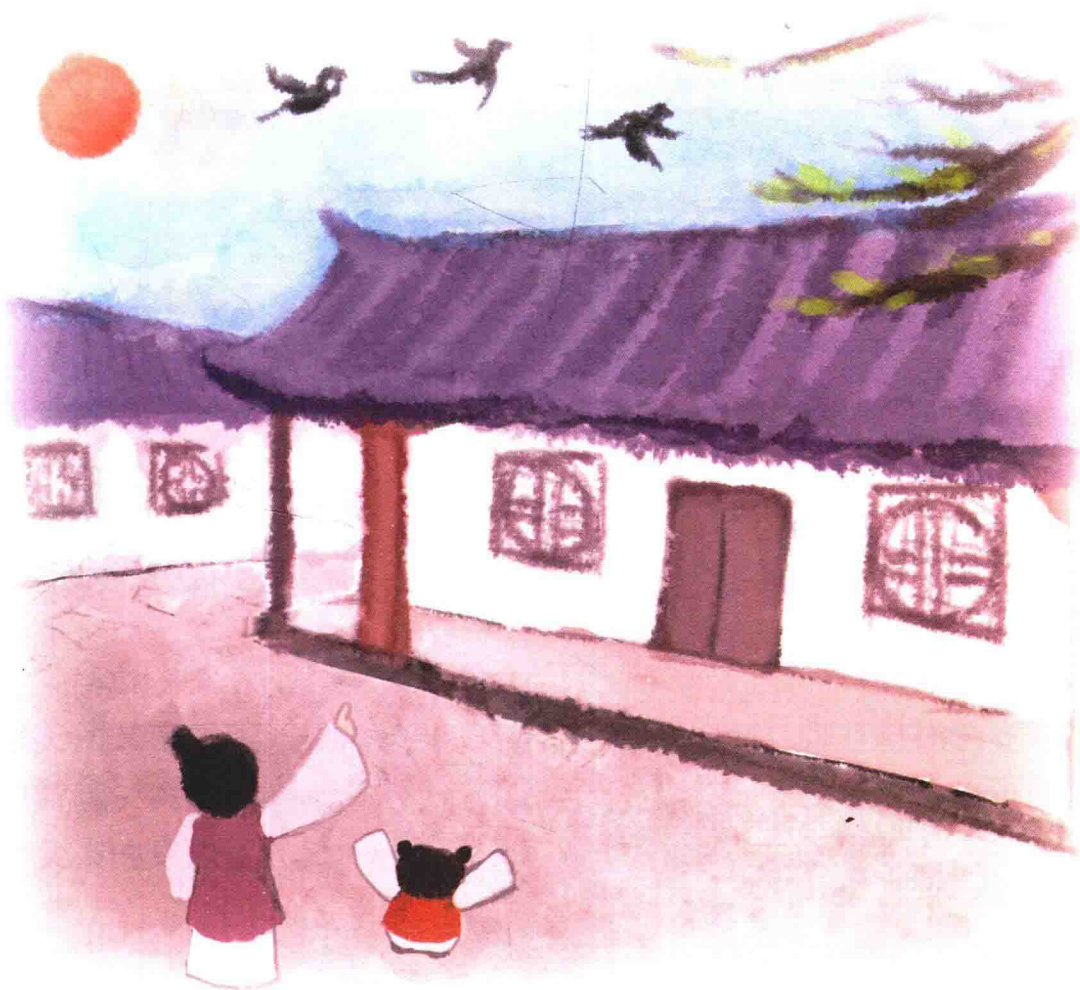
讲述节气与季节的关系。尝试角色扮演，让孩子们体验节气变化带来的神奇。

快乐活动

任务一：小朋友们，你能从下面的节气中挑出哪些是属于冬季的节气吗？

雨水、惊蛰、春分、清明、冬至、小寒、大寒、立春、谷雨、立夏。

任务二：小猴子和小熊是好伙伴，两个人的关系非常要好，他们经常在一起玩耍。快过年了，小猴子想把储(chǔ)存的粮食送给狗熊当做新年礼物，可怎么敲门狗熊都不给开。小猴子以为狗熊不见了，急得哇哇大哭，猴妈妈赶忙来安慰他。听了她的安慰(wèi)，小猴子立刻就不哭了。小朋友，你知道猴妈妈说了什么吗？





任务三：小义知道一个季节中有6个节气，可当阿仁哥哥问她春天和夏天这两个季节一共有几个节气时，她怎么也算不出，她很着急，你能帮助她吗？

任务四：小朋友，一年四季你最喜欢哪个季节呢？把你最喜欢的季节画成一幅画吧。



教育提示

活动中引导学生锻炼独立思考和数学思维能力。



第二课

2

大地与物产



阿仁哥哥，你这个暑假和爸爸妈妈去旅行，都看到了哪些有趣的景物呢？

哦，小义妹妹，我和爸爸妈妈去看大海了。大海边有金色的沙滩、坚硬的礁石、湛（zhàn）蓝的海水，还有美丽的海鸟。

我知道，我知道，大海很大很大，小鸟很小和小。

是啊，我在那听到了一个关于大海和小鸟的故事，我讲给你听。很久很久以前……



讲故事：精卫填海

太阳神炎帝有一个心爱的小女儿，她的名字叫做女娃。她是一个美丽又坚强的姑娘。有一天，女娃独自一人驾着一只小船在东海中游玩。突然，海上刮起了大风，女娃被波涛吞没了，再也不能回到父亲的身边了。

女娃痛恨无情的大海夺去了自己的生命，于是她的精（jīng）魂（hún）化作了一只小鸟。它的形状很像乌鸦，有带着花纹的羽



毛，白色的小嘴和红色的小脚。它常常发出“精卫、精卫”一样的叫声，所以人们亲切地称这只小鸟为“精卫”。

精卫日夜不停地从它居住的西山上用嘴衔(xián)来树枝和石子填充东海。大海不停地嘲(cháo)笑精卫：“小家伙，还是算了吧，你一只小鸟怎么能够对抗我呢，还是省省力气吧！”精卫十分认真地说：“哪怕是努力一千年，一万年，我也不会停止，早晚有一天我会把你填平，这样就不会有人和我一样，被你夺去生命了。”



精卫善良的愿望和锲(qiè)而不舍的精神感动了很多。它由于敢于向大海抗争的精神成为我们的榜样。这就是小鸟和大海的故事。