“中华古诗文经典诵读”工程顾问
（按姓氏笔划为序）

王元化·张岱年·汤一介·杨振宁·季羡林

“中华古诗文经典诵读”工程指导委员会

名誉主任/南怀瑾

主　任/徐永光·中国青基会秘书长

副主任/李连宁·教育部基础教育司司长

中国青基会副理事长

委员/（按姓氏笔划为序）

王立文·中国关心下一代工作委员会副秘书长

王守常·国际儒学联合会副秘书长

孙寿山·全国少先队工作委员会副主任

张　旭·文化部社会文化司副司长

杨　光·国家语言文字工作委员会语言文字应用管理司司长

陈越光·中国青基会社区与文化委员会主任

袁正明·中央电视台新闻评论部主任

郗杰英·中国青少年研究中心主任

顾晓今·中国青基会副秘书长

魏常海·北京大学哲学系副主任、教授

需要全本请访问 www.ertongbook.com

致 读 者

这是一套为“中华古诗文经典诵读”工程编辑的读本。这一套书有下列几个特点：

1. **全套书为注音读本。**为朗读背诵的方便，选编的古诗文都以汉语拼音标出读音（基本按现代汉语语音注音，个别词语为了区别意义、音韵和谐的需要，按传统读法注音）。

2. **正文边栏备有简注。**为了集中注意力于朗读背诵，在熟读中体会古诗文原文的意境，正文部分只出现最必要的字、词简注，以帮助理解句子的基本逻辑结构。

3. **书后另备有各篇的题解、作者简介和注释，**以方便进一步查阅参考。

4. **各篇每页上方标有篇码，逐行页边标有行码。**正文部分与解注部分的篇、行标识一致，可逐篇逐行对应查找相关内容。

5. **版本从众，尊重教材。**版本选择尽可能与现行教材一致，教材未选篇目，选用通用版本。

6. **本套书共选编经典古诗文三百篇，分为十二集三函一套出版。**

7. **本套书各集配有朗读录音磁带。**正确的朗读，有助于正确的理解。铿锵悦耳的古诗文音韵魅力，可以加深印象，帮助记忆，提高朗读背诵的兴趣和效果。

中华古诗文读本



中国青少年发展基金会
社区与文化委员会　编
北京大学出版社　出版

序

激活传统　继往开来

陈越光
中国青基会社区与文化委员会主任

21世纪来临了，谁也不可能在一张白纸上描绘新世纪。21世纪不仅是20世纪的承接，而且是以往全部历史的承接。江泽民主席在1997年11月访美演讲中说："中国在自己发展的长河中，形成了优良的历史文化传统。这些传统，随着时代变迁和社会进步获得扬弃和发展，对今天中国的价值观念、生活方式和中国的发展道路，具有深刻的影响。"激活传统，继往开来，让21世纪的中国人真正站在五千年文化的历史巨人肩上，面向世界，开创未来。可以说，这是我们应该为新世纪做的最重要的工作之一。

为此，中国青少年发展基金会在成功地推展"希望工程"的基础上，又将推出一项"中华古诗文经典诵读"工程。该项活动以组织少年儿童诵读、熟背中国古诗文经典的方式，让他们在一生学习、工作压力最轻，记忆力最好的时候，以最便捷的方式，获得古诗文经典的基本熏陶和修养。根据"直面经典、有取有舍、版本从众"的原则，经专家推荐，我们选编了三百篇古诗文经典之作，分12册出版。能熟背这些经典，可谓有了中国文化的基本修养。据我们在上千名小学生中试验，每天诵读20分钟，平均三五天即可背诵一篇古文。诵读数年，终生受益。

背诵是儿童的天性。孩子们脱口而出的各种广告语、影视台词、校园俚语等等，都是所谓"无意识记忆"。有心理学家指出，人的记忆力在儿童时期发展极快，到13岁达到最高峰。此后，主要是理解力的增强。所以，在记忆

序

力最好的时候，少记点广告词，多背点经典，不求甚解，但求熟背，是做一种终生可以去消化、理解、受益的文化准备。这很难是儿童自己的选择，主要是家长的选择。

我们的大学生(尤其是理工科学生)语言文字基础差，大学毕业不会写文章，这是许多教育工作者感慨和不满的现状。中国的语言文字之根在古诗文经典，这些千古美文就是最好的范文。学习古诗文经典的最好方法就是幼时熟背。现在的学生们往往在高中、大学时期为文言文伤脑筋，这时内有各科考试压力，外有各种挡不住的诱惑，可谓既有“丝竹之乱耳”，又有“案牍之劳形”，此时再来背古诗文难道不是事倍功半？这一点等到学生们认识到往往已经晚了，师长们的远见才能避免“亡羊补牢”。

读千古美文，做少年君子。随着“中华古诗文经典诵读”工程的逐年推广，一代新人的成长，将不仅仅受益于千古美文的文学滋养——“天下为公”的理念；“宁为玉碎，不为瓦全”的风骨；“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的胸怀；“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”的操守；“位卑未敢忘忧国”的精神；“无为而无不为”的智慧；“己所不欲，勿施于人”、“己欲立而立人，己欲达而达人”的道德原则……这一切，都将成为新一代中国人重建人生信念的重要精神资源。

愿有共同热情的人们，和我们一起来开展这项活动。我们只需做一件事：每周教孩子背几首古诗或一篇五六百字的古文经典。

书声琅琅，开卷有益，文以载道，继往开来！

一九九八年一月十八日

需要全本请访问 www.ertongbook.com

目录

	陈越光 *激活传统 继往开来*	ii
1	《论 语》三章	1
	质胜文则野	1
	君子坦荡荡	1
	仲弓问仁	2
1	题解·作者·注释	58
2	《老 子》二章	3
	天长地久	3
	有物混成	4
2	题解·作者·注释	59
3	《管 子》一则	6
	先生施教	6
3	题解·作者·注释	60
4	《墨 子》一则	8
	古者王公大人	8
4	题解·作者·注释	61
5	《孟 子》二则	12
	今夫弈之为数	12
	君子有三乐	13
5	题解·作者·注释	62
6	《庄 子》一则	15
	秋水时至	15
6	题解·作者·注释	63
7	《国 语》一则	18
	叔向见韩宣子	18
7	题解·注释	64

目录

8	《礼　记》一则	22
	诚者,天之道也	22
8	题解·作者·注释	66
9	司马迁　《报任少卿书》节选	24
9	题解·作者·注释	67
10	崔　瑗　《座右铭》	31
10	题解·作者·注释	69
11	朱　熹　《四书章句集注》一则	33
	致知在格物	33
11	题解·作者·注释	70
12	袁　枚　《黄生借书说》	35
12	题解·作者·注释	71
13	《诗　经》一首　《静　女》	39
13	题解·注释	72
14	屈　原　《橘　颂》	40
14	题解·作者·注释	73
15	曹　操　《龟虽寿》	42
15	题解·作者·注释	74
16	陶渊明　《归园田居》其一	43
	少无适俗韵	43
16	题解·作者·注释	75
17	王　翰　《凉州词》其一	45
	葡萄美酒夜光杯	45
17	题解·作者·注释	76

目录

18	王　维　《鸟鸣涧》	46
18	题解·作者·注释	77
19	张　继　《枫桥夜泊》	47
19	题解·作者·注释	78
20	孟　郊　《游子吟》	48
20	题解·作者·注释	78
21	李商隐　《无　题》	49
	相见时难别亦难	
21	题解·作者·注释	79
22	李　璟　《摊破浣溪沙》	50
	菡萏香销翠叶残	
22	题解·作者·注释	80
23	晁补之　《盐角儿·亳社观梅》	51
23	题解·作者·注释	81
24	杨万里　《小　池》	52
24	题解·作者·注释	81
25	陆　游　《卜算子·咏梅》	53
25	题解·作者·注释	82
26	萨都剌　《念奴娇·登石头城》	54
26	题解·作者·注释	83
27	纳兰性德　《金缕曲·赠梁汾》	56
27	题解·作者·注释	83
	版本一览	85
	对照年表	86

lún yǔ sān zhāng
《论语》三章

一

zǐ yuē zhì shèng wén zé
子曰："质胜文则
(1) (2)
yě wén shèng zhì zé shǐ wén zhǐ
野，文胜质则史。文质
(3) (4)
bīn bīn rán hòu jūn zǐ
彬彬，然后君子。"
(5)
xuǎn zì yōng yě piān dì liù
选自《雍也篇第六》

(1)质：朴质。指内容。
(2)文：文采。指形式。
(3)野：粗野。
(4)史：指过分修饰，不实在。
(5)彬彬：文质各半的样子。

二

zǐ yuē jūn zǐ tǎn dàng
子曰："君子坦荡
dàng xiǎo rén cháng qī qī
荡，小人长戚戚。"
(6)
xuǎn zì shù ér piān dì qī
选自《述而篇第七》

(6)戚戚：忧愁不乐的样子。

三

zhòng gōng wèn rén zǐ yuē
仲弓(7)问仁。子曰：

chū mén rú jiàn dà bīn shǐ mín
“出门如见大宾，使民

rú chéng(8) dà jì(9) jǐ suǒ bù yù
如承大祭。己所不欲，

wù shī yú rén zài bāng wú yuàn
勿施于人。在邦无怨，

zài jiā wú yuàn zhòng gōng yuē
在家无怨。”仲弓曰：

yōng suī bù mǐn qǐng shì(10) sī yǔ
“雍虽不敏，请事斯语

yǐ
矣。”

xuǎn zì yán yuān piān dì shí èr
选自《颜渊篇第十二》

(7)仲弓：孔子的学生，姓冉，名雍，字仲弓。

(8)承：承当，承办。

(9)大祭：重大的祭祀活动。

(10)事：从事，实践。

lǎo zǐ èr zhāng

《老子》二章

一

tiān cháng dì jiǔ tiān dì suǒ

天长地久。天地所

yǐ néng cháng qiě jiǔ zhě yǐ qí bù

以能长且久者，以其不

zì shēng gù néng cháng shēng shì yǐ

自生，故能长生。是以

shèng rén hòu qí shēn ér shēn xiān wài

圣人后(1)其身而身先(2)；外

qí shēn ér shēn cún fēi yǐ qí wú

其身(3)而身存。非以其无

sī yé gù néng chéng qí sī

私(4)邪？故能成其私。

(1)后其身：把自己放在后面。

(2)身先：自身在前面。

(3)外其身：不把自身放在其中。

(4)私：自身，自己。

xuǎn zì shàng piān dào jīng qī zhāng

选自《上篇道经七章》

二

需要全本请访问 www.ertongbook.com

2

(5)物:指"道"这种东西。
(6)混成:指浑朴的状态。

yǒu wù hùn chéng xiān tiān dì
有物混成(5)(6)，先天地

shēng jì xī liáo xī dú lì
生。寂兮寥(7)兮，独立

(7)寥:虚,空旷。

ér bù gǎi zhōu xíng ér bù
而不改，周(8)行而不

(8)周:循环。

dài kě yǐ wéi tiān dì mǔ
殆(9)，可以为天地母。

(9)殆:通"怠",停息。

(10)强:勉强。

wú bù zhī qí míng qiǎng zì zhī
吾不知其名，强(10)字(11)之

(11)字之:给它取名。

yuē dào qiǎng wéi zhī míng yuē
曰道，强为之名曰

(12)大:形容"道"没有边际,无所不包。
(13)逝:指"道"的进行周流不息。

dà dà yuē shì shì yuē yuǎn
大(12)。大曰逝(13)，逝曰远，

yuǎn yuē fǎn
远曰反(14)。

(14)反:即"返",指返回原状。

gù dào dà tiān dà dì
故道大，天大，地

dà rén yì dà yù zhōng yǒu
大，人亦大。域中(15)有

(15)域中:无形的空间之中,即宇宙中。

sì dà ér rén jū qí yī yān

四大，而人居其一焉。

rén fǎ dì dì fǎ tiān tiān

人法地，地法天，天法道，道法自然。(16) (17)

fǎ dào dào fǎ zì rán

(16)法：取法，效法。

(17)自然：指无为状态。

xuǎn zì shàng piān dào jīng èr shí wǔ zhāng

选自《上篇道经二十五章》

3

guǎn zǐ yī zé

《管子》一则

xiān shēng shī jiào dì zǐ shì

先生施教，弟子是(1)

zé wēn gōng zì xū suǒ shòu

则(2)。温恭自虚，所受

shì jí jiàn shàn cóng zhī wén

是极(3)。见善从之，闻

yì zé fú wēn róu xiào tì

义则服。温柔孝悌，

wú jiāo shì lì zhì wú xū

毋骄恃力。志毋虚

xié xíng bì zhèng zhí yóu jū

邪，行必正直。游居

yǒu cháng bì jiù yǒu dé yán

有常，必就(4)有德。颜

sè zhěng qí zhōng xīn bì shì

色整齐，中心必式(5)。

sù xīng yè mèi yī dài bì

夙(6)兴夜寐，衣带必

(1) 是：指代先生所教的内容。

(2) 则：效法。

(3) 极：极点，最大限度。

(4) 就：接近。

(5) 式：法式，规范。

(6) 夙：早。

chì zhāo yì mù xí xiǎo xīn yì
饬(7)。朝益暮习，小心翼翼(8)，一此不懈，是谓学则。

(7)饬：使整齐。

选自《弟子职篇》

4

mò zǐ yī zé

《墨子》一则

zǐ mò zǐ yán yuē gǔ zhě

子墨子言曰："古者(1)

wáng gōng dà rén wéi zhèng guó jiā

王公(2)大人(3)，为政国家

zhě jiē yù guó jiā zhī fù rén

者，皆欲国家之富，人

mín zhī zhòng xíng zhèng zhī zhì rán

民之众(4)，刑政之治(5)。然

ér bù dé fù ér dé pín bù dé

而不得富而得贫，不得

zhòng ér dé guǎ bù dé zhì ér dé

众而得寡，不得治而得

luàn zé shì běn shī qí suǒ yù

乱，则是本(6)失其所欲，

dé qí suǒ wù shì hé gù

得其所恶，是何故

yě zǐ mò zǐ yán yuē zhí

也？"子墨子言曰："执

(1)子墨子：墨子弟子对墨子的敬称。

(2)王公：指天子、诸侯。

(3)大人：指有地位的贵族。

(4)众：多。

(5)治：安定，治理得好。

(6)本：从根本上。

yǒu mìng zhě yǐ zá yú mín jiān zhě
有命者(7)以杂于民间者

zhòng zhí yǒu mìng zhě zhī yán yuē
众。执有命者之言曰：

mìng fù zé fù mìng pín zé
‘命富则富，命贫则

pín mìng zhòng zé zhòng mìng guǎ zé
贫，命众则众，命寡则

guǎ mìng zhì zé zhì mìng luàn zé
寡，命治则治，命乱则

luàn mìng shòu zé shòu mìng yāo zé
乱，命寿则寿，命夭(8)则

yāo mìng suī qiǎng jìng hé yì
夭，命虽强(9)劲何益

zāi yǐ shàng shuì wáng gōng dà
哉？’以上说(10)王公大

rén xià yǐ zǔ bǎi xìng zhī cóng
人，下以阻(11)百姓之从

shì gù zhí yǒu mìng zhě bù
事，故执有命者不

(7)执有命者：主张有天命的人。

(8)夭：短命。

(9)强：尽力。

(10)说：游说，劝说。

(11)阻：通“阻”。

需要全本请访问 www.ertongbook.com