

第一章

启蒙教育——蒙学

## 内容导读

蒙学者，启蒙教学也，即通过识字教学和诗礼教育开发童蒙智慧。蒙学被古人视为“圣功”，是一项伟大的事业。

在我国古代，儿童开蒙、接受教育的年龄一般在4岁左右；现在也有一种观点认为，4岁恰好是儿童学习汉字的最佳年龄段。蒙学阶段采用的主要教材就是所谓“三百千千弟子规”（《三字经》《百家姓》《千字文》《千家诗》《弟子规》），同时在开蒙阶段也让儿童接触“四书”（《大学》《中庸》《论语》《孟子》）等经典书目，为日后的学习打下基础。蒙学教育通常采用个别教育的手段施教，注重背诵与练习。

蒙学教育的基本目标是培养儿童认字和书写的能力，养成良好的日常生活习惯，并具备基本的道德伦理规范，同时掌握一些中国基本文化的常识及日常生活的常识。

以《三字经》《百家姓》《千字文》《弟子规》等为代表的旧时启蒙读物，堪称我国传统文化中影响最大的典籍，其在历史上曾对普及文化知识、加强道德教育发挥过积极的作用。这些蒙学经典大都出经入史，集百家之精华，并参以人们从长期生产生活实践中总结出的人生哲学、处世方略等，易学易懂，朗朗上口。重读古代蒙学经典，对于提高国人的国学素养，促进其道德修养及良好习惯的养成仍大有裨益。

中华民族之所以历经磨难而不衰，其中的一个重要原因是源于蒙学而产生的民族向心力和人文精神。

## 第一节 三字经

### 阅读提示

《三字经》是我国古代的儿童识字课本，为宋代王应麟所作，但后世对它有过加工，是中国传统的儿童启蒙教材。在传统教育中，儿童都是通过背诵《三字经》来识字知礼的。在中国古代的经典中，《三字经》是最浅显易懂的读本之一，历久不衰。《三字经》与《百家姓》《千字文》同为国学三大启蒙读物，合称“三百千”。

《三字经》自宋朝至今已 700 多年的历史，可谓家喻户晓。其共 1 722 字，三字一句的韵文极易成诵，内容包括中国的教育、历史、天文、地理、伦理道德及一些民间传说等，广泛生动且言简意赅。

《三字经》的内容分为六部分，每部分都有一个中心。

从“人之初，性本善”到“人不学，不知义”讲述的是教育和学习对儿童成长的重要性，认为后天教育及时、方法正确可以使儿童成为有用之才。

从“为人子，方少时”至“首孝悌，次见闻”强调儿童要懂礼仪，要孝敬父母、尊敬兄长，并举了黄香和孔融的例子。

从“知某数，识某文”到“但略说，能知原”介绍的是生活中的一些名物常识，有数字、三才、三光、三纲、四时、四方、五行、五常、六谷、六畜、七情、八音、九族、十义，方方面面，一应俱全，而且简单明了。

从“凡训蒙，须讲究”到“文中子，及老庄”介绍中国古代的重要典籍和儿童读书的程序，这部分列举的书籍有四书、六经、三易、四诗、三传、五子，基本包括了儒家的典籍和部分先秦诸子的著作。

从“经子通，读诸史”到“通古今，若亲目”讲述的是从三皇至清代的朝代变革（民国流行版本），一部中国古代史的基本面貌尽在其中。

从“口而诵，心而惟”至“戒之哉，宜勉力”强调学习要勤奋刻苦、孜孜不倦，只有从小打下良好的学习基础，长大才能有所作为，“上致君，下泽民”。

《三字经》内容的排列顺序极有章法，体现了作者的教育思想。作者认为：教育儿童要重在礼仪孝悌，端正孩子们的思想，知识的传授则在其次，即“首孝悌，次见闻”；训导儿童要先从小学入手，即先识字，然后读经、子两类的典籍；经部、子部书读过后，再学习史书，即“经子通，读诸史”。《三字经》最后强调学习的态度和目的。可以说，《三字经》既是一部儿童识字课本，同时也是作者论述启蒙教育的著作。《三字经》用典多，知识性强，是一部在儒家思想指导下编成的读物，充满了积极向上的精神。

**人之初，性本善。性相近，习相远。**

**解读** 人生下来的时候都是善良的，只是由于成长过程中后天的学习环境不一样，性情也就有了好与坏的差别。

**苟不教，性乃迁。教之道，贵以专。**

**解读** 如果从小不好好教育，善良的本性就会变坏。为了使人不变坏，最重要的方法就是要专心一致地去教育孩子。

**昔孟母，择邻处。子不学，断机杼。**

**解读** 战国时，孟子的母亲曾三次搬家，是为了使孟子有个好的学习环境。一次孟子逃学，孟母就折断了织布机的梭子来教育孟子。

**窦燕山，有义方。教五子，名俱扬。**

**解读** 五代时，燕山人窦禹钧教育儿子很有方法，他教育的五个儿子都很有成就，同时科举成名。

**养不教，父之过。教不严，师之惰。**

**解读** 仅仅是供养儿女吃穿，而不好好教育，是父母的过错。只是教育，但不严格要求就是做教师的懒惰了。

**子不学，非所宜。幼不学，老何为。**

**解读** 小孩子不肯好好学习，是很不应该的。一个人倘若小时候不好好学习，到老的时候既不懂做人的道理又无知识，能有什么用呢？

**玉不琢，不成器。人不学，不知义。**

**解读** 玉不打磨雕刻，不会成为精美的器物；人如果不学习，就不懂得礼仪，不能成才。

**为人子，方少时。亲师友，习礼仪。**

**解读** 做儿女的，从小时候就要亲近教师和朋友，以便从他们那里学习到许多为人处世的礼节和知识。

**香九龄，能温席。孝于亲，所当执。**

**解读** 东汉人黄香九岁时就知道孝敬父亲，替父亲暖被窝。这是每个孝顺父母的人都应该施行和效仿的。

**融四岁，能让梨。弟于长，宜先知。**

**解读** 汉代人孔融四岁时就知道把大的梨让给哥哥吃，这种尊敬和友爱兄长的道理是每个人从小就应该知道的。（“弟”通“悌”，尊敬友爱）

**首孝悌，次见闻。知某数，识某文。**

**解读** 一个人首先要学的是孝敬父母和友爱兄弟的道理，然后是学习看到和听到的知识。并且要知道基本的算术和高深的数学，以及认识文字和阅读文学。

**一而十，十而百。百而千，千而万。**

**解读** 我国采用十进位算术方法：一到十是基本的数字，然后十个十是一百，十个一百是一千，十个一千是一万……就这样一直变化下去。

**三才者，天地人。三光者，日月星。**

**解读** 一个人还应该知道一些日常生活常识，如三才指的是天、地、人三个方面；三光就是太阳、月亮、星星。

**三纲者，君臣义。父子亲，夫妇顺。**

**解读** 什么是“三纲”呢？三纲是人与人之间应该遵守的三个行为准则，就是君王与臣子的言

行要合乎义理,父母与子女之间要相亲相爱,夫妻之间要和顺相处。

**曰春夏,曰秋冬。此四时,运不穷。**

**解读** 再让我们看一看四周环境,春、夏、秋、冬称为四季。这四时季节不断变化,春去夏来,秋去冬来,如此循环往复,永不停止。

**曰南北,曰西东。此四方,应乎中。**

**解读** 说到东、南、西、北,这叫作“四方”,是指各个方向的位置。这四个方位必须有个中央位置对应,才能把各个方位定出来。

**曰水火,木金土。此五行,本乎数。**

**解读** 至于说到五行,那就是金、木、水、火、土。这是我国古代用来指宇宙各种事物的抽象概念,是一、二、三、四、五这五个数字的组合变化而产生的。

**十干者,甲至癸。十二支,子至亥。**

**解读** 十干指的是甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸,又称天干;十二支指的是子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥,又称地支,是古代计时的标记。

**曰黄道,日所躔。曰赤道,当中权。**

**解读** 太阳行走的轨迹称为黄道;大地所在的平面位于中间,这个平面称为赤道。根据古人天圆地方的宇宙观,其所说的赤道指的应该就是他们所生活的这个平面。

**赤道下,温暖极。我中华,在东北。**

**解读** 在赤道地区,温度最高,气候特别炎热;从赤道向南、北两个方向,气温逐渐变低。我国地处地球的东北边。

**寒燠均,霜露改。右高原,左大海。**

**解读** 我国气候冷暖匀称而有霜露。右边是高原,左边是大海。

**曰江河,曰淮济。此四渎,水之纪。**

**解读** 我国是个地大物博的国家,直接流入大海的有长江、黄河、淮河和济水,这四条大河是我国河流的代表。

**曰岱华,嵩恒衡。此五岳,山之名。**

**解读** 我国的五大名山称为五岳,即东岳泰山、西岳华山、中岳嵩山、南岳衡山、北岳恒山,这五座山是我国大山的代表。

**曰士农,曰工商。此四民,国之良。**

**解读** 我国是世界上人口最多的国家。知识分子、农民、工人和商人,是国家不可缺少的栋梁,称为四民,是社会重要的组成部分。

**曰仁义,礼智信。此五常,不容紊。**

**解读** 如果所有的人都能以仁、义、礼、智、信这五种不变的法则作为处事做人的标准,社会就会永保祥和,所以每个人都应遵守,不可怠慢疏忽。

**地所生,有草木。此植物,遍水陆。**

**解读** 除了人类以外,在地球上还有花草树木,这些属于植物,在陆地上和水里到处都有。

**有虫鱼,有鸟兽。此动物,能飞走。**

**解读** 虫、鱼、鸟、兽属于动物,这些动物有的能在天空中飞,有的能在陆地上走,有的能在水

里游。

**稻粱菽，麦黍稷。此六谷，人所食。**

**解读** 人类生活中的主食有的来自植物，像稻子、小麦、豆类、玉米、小米和高粱，这些是我们日常生活的重要粮食作物。

**马牛羊，鸡犬豕。此六畜，人所饲。**

**解读** 动物中的马、牛、羊、鸡、狗和猪，称为六畜。这些动物和六谷一样本来都是野生的，后来被人们渐渐驯化，才成为人类日常生活的必需品。

**曰喜怒，曰哀惧。爱恶欲，七情具。**

**解读** 高兴叫作喜，生气叫作怒，悲伤叫作哀，害怕叫作惧，心里喜欢叫作爱，讨厌叫作恶，内心很贪恋叫作欲，合起来叫作七情。这是人生下来就有的七种感情。

**青赤黄，及黑白。此五色，目所识。**

**解读** 青色、黄色、赤色、黑色和白色，是我国古代传统的五行中的五种颜色，是人们的肉眼能够识别的。

**酸苦甘，及辛咸。此五味，口所含。**

**解读** 在我们平时所吃的食物中，全能用嘴巴分辨出来的有酸、苦、甜、辣和咸这五种味道。

**膻焦香，及腥朽。此五臭，鼻所嗅。**

**解读** 我们的鼻子可以闻出的东西的气味主要有五种，即羊膻味、烧焦味、香味、鱼腥味和腐朽味。

**匏土革，木石金。丝与竹，乃八音。**

**解读** 我国古代人把制造乐器的材料分为八种，即匏瓜、黏土、皮革、木块、石头、金属、丝线和竹子，称为“八音”。

**曰平上，曰去入。此四声，宜调协。**

**解读** 我们的祖先把说话声音的声调分为平、上、去、入四种。四声的运用必须和谐，听起来才能使人舒畅。

**高曾祖，父而身。身而子，子而孙。**

**解读** 高祖父生曾祖父，曾祖父生祖父，祖父生父亲，父亲生我本身，我生儿子，儿子再生孙子。

**自子孙，至玄曾。乃九族，人之伦。**

**解读** 由自己的儿子、孙子再接下去就是曾孙和玄孙。从高祖父到玄孙称为“九族”。这九族代表着人的长幼尊卑秩序和家族血统的承续关系。

**父子恩，夫妇从。兄则友，弟则恭。**

**解读** 父亲与儿子之间要注重相互的恩情，夫妻之间的感情要和顺，哥哥对弟弟要友爱，弟弟对哥哥则要尊敬。

**长幼序，友与朋。君则敬，臣则忠。**

**解读** 年长的和年幼的交往要注意长幼尊卑的次序，朋友相处应该互相讲信用。如果君主能尊重他的臣子，臣子们就会对他忠心耿耿了。

**此十义，人所同。当师叙，勿违背。**

**解读** 前面提到的十义：父慈、子孝、夫和、妻顺、兄友、弟恭、朋信、友义、君敬、臣忠，是人人都应遵守的，千万不能违背。

**斩齐衰，大小功。至缙麻，五服终。**

**解读** 斩衰、齐衰、大功、小功和缙麻，是我国古代亲族中不同的人死去时穿的五种孝服。

**礼乐射，御书数。古六艺，今不具。**

**解读** 礼法、音乐、射箭、驾车、书法、算法是古代读书人必须学习的六种技艺，这六种技艺到现在已经没有人能同时具备了。

**惟书学，人共遵。既识字，讲说文。**

**解读** 在六艺中，只有书法现在还是每个人都推崇的。一个人认识字以后，就可以去研究《说文解字》，这对于研究高深的学问是有帮助的。

**有古文，大小篆。隶草继，不可乱。**

**解读** 我国的文字发展经历了古文、大篆、小篆、隶书、草书，这个顺序一定要弄清楚，不可搞混乱了。

**若广学，惧其繁。但略说，能知原。**

**解读** 假如你想广泛地学习知识，实在是不容易的事，也无从下手，但如能做大体研究，还是能了解到许多基本的道理。

**凡训蒙，须讲究。详训诂，明句读。**

**解读** 凡是教导刚入学的儿童的教师，必须把每个字都讲清楚，每句话都要解释明白，并且使学童读书时懂得断句。

**为学者，必有初。小学终，至四书。**

**解读** 作为一个学者，求学的初期打好基础，把小学知识学透了，才可以读四书。

**《论语》者，二十篇。群弟子，记善言。**

**解读** 《论语》这本书共有二十篇，是孔子的弟子们及弟子的弟子们编写，记载有关孔子言论的一部书。

**《孟子》者，七篇止。讲道德，说仁义。**

**解读** 《孟子》这本书是孟轲所作，共分七篇。其内容是有关品行修养、发扬道德仁义等优良德行的言论。

**作《中庸》，乃孔伋。中不偏，庸不易。**

**解读** 作《中庸》这本书的是孔伋，“中”是不偏的意思，“庸”是不变的意思。

**作《大学》，乃曾子。自修齐，至平治。**

**解读** 作《大学》这本书的是曾参，他提出了“修身齐家治国平天下”的主张。

**四书熟，孝经通。如六经，始可读。**

**解读** 把四书读熟了，把《孝经》的道理弄明白了，才可以去读六经这样深奥的书。

**易诗书，礼春秋。号六经，当讲求。**

**解读** 《诗》《书》《易》《礼》《春秋》，加上《乐》称六经，这是我国古代儒家的重要经典，应当仔细阅读。



**有连山，有归藏。有周易，三易详。**

**解读** 《连山》《归藏》《周易》是我国古代的三部书，这三部书合称“三易”。三易是用卦的形式来说明宇宙间万事万物循环变化的道理的书藉。

**有典谟，有训诰。有誓命，书之奥。**

**解读** 《书经》的内容分六个部分：一典，即立国的基本原则；二谟，即治国计划；三训，即大臣的态度；四诰，即国君的通告；五誓，即起兵文告；六命，即国君的命令。

**我周公，作《周礼》。著六官，存治体。**

**解读** 周公作《周礼》，其中记载着当时六官的官制及国家的组成情况。

**大小戴，注《礼记》。述圣言，礼乐备。**

**解读** 戴德和戴圣整理并且注释《礼记》，阐述和传扬了圣贤的著作，这使后代知道了前代的典章制度和有关礼乐的情形。

**曰国风，曰雅颂。号四诗，当讽咏。**

**解读** 《国风》《大雅》《小雅》《颂》合称为“四诗”，它是一种内容丰富、感情深切的诗歌，实在是值得我们去朗诵的。

**诗既亡，春秋作。寓褒贬，别善恶。**

**解读** 后来由于周朝的衰落，《诗经》也就跟着被冷落了，所以孔子就作《春秋》，在这本书中隐含着对现实政治的褒贬和对各国善恶行为的分辨。

**三传者，有公羊，有左氏，有谷梁。**

**解读** “三传”就是公羊高所著的《公羊传》、左丘明所著的《左传》和谷梁赤所著的《谷梁传》，它们都是解释《春秋》的书。

**经既明，方读子。撮其要，记其事。**

**解读** 经传都读熟了，然后读子书。子书繁杂，必须选择比较重要的来读，并且要记住每件事实的本末因果。

**“五子”者，有荀扬。文中子，及老庄。**

**解读** “五子”是指荀子、扬子、文中子、老子和庄子。他们所写的书统称为子书。

**经子通，读诸史。考世系，知终始。**

**解读** 经书和子书读熟了以后，再读史书。读史时必须考究各朝各代的世系，明白它们盛衰的原因，才能从历史中汲取教训。

**自羲农，至黄帝。号三皇，居上世。**

**解读** 自伏羲氏、神农氏到黄帝，这三位上古时代的帝王都能勤政爱民、非常伟大，因此后人尊称他们为“三皇”。

**唐有虞，号二帝。相揖逊，称盛世。**

**解读** 黄帝之后，有唐尧和虞舜两位帝王。尧认为自己的儿子不肖，把帝位传给了才德兼备的舜，在两位帝王的治理下，天下太平，人人称颂。

**夏有禹，商有汤。周文武，称三王。**

**解读** 夏朝的开国君主是禹，商朝的开国君主是汤，周朝的开国君主是文王和武王。这几个德才兼备的君王被后人称为“三王”。



**夏传子,家天下。四百载,迁夏社。**

**解读** 禹把帝位传给自己的儿子,从此天下就被一个家族所有。经过400多年,夏朝被汤灭掉,从而结束了它的统治。

**汤伐夏,国号商。六百载,至纣亡。**

**解读** 商汤王起兵灭掉夏朝,建立了商朝,商朝历经近600年,一直到商纣王时结束。

**周武王,始诛纣。八百载,最长久。**

**解读** 周武王起兵灭掉商朝,杀死纣王,建立周朝。周朝的历史最长,前后延续了800多年。

**周辙东,王纲坠。逞干戈,尚游说。**

**解读** 自从周平王东迁国都后,对诸侯的控制力就越来越弱了。诸侯国之间时常发生战争,而游说之士也开始大行其道。

**始春秋,终战国。五霸强,七雄出。**

**解读** 东周分为两个阶段:春秋时期和战国时期。春秋时的齐桓公、宋襄公、晋文公、秦穆公和楚庄王号称“五霸”。战国的“七雄”分别为齐、楚、燕、韩、赵、魏、秦。

**嬴秦氏,始兼并。传二世,楚汉争。**

**解读** 战国末年,秦国的势力日渐强大,把其他诸侯国都灭掉了,建立了统一的秦朝。秦朝传到二世胡亥时,天下又开始大乱,最后形成楚汉相争的局面。

**高祖兴,汉业建。至孝平,王莽篡。**

**解读** 汉高祖打败了项羽,建立汉朝。汉朝的帝位传了200多年,到了孝平帝时就被王莽篡夺了。

**光武兴,为东汉。四百年,终于献。**

**解读** 王莽篡权,改国号为新,天下大乱。刘秀推翻更始帝,恢复国号为汉,史称东汉光武帝。东汉延续400年,到汉献帝的时候灭亡。

**魏蜀吴,争汉鼎。号三国,迄两晋。**

**解读** 东汉末年,魏国、蜀国、吴国争夺天下,形成三国相争的局面。后来魏国灭了蜀国和吴国,但被司马炎篡夺了帝位,建立了晋朝,晋朝又分为东晋和西晋两个时期。

**宋齐继,梁陈承。为南朝,都金陵。**

**解读** 晋朝王室南迁以后,不久就衰亡了,继之而起的是南北朝。南朝包括宋、齐、梁、陈,国都建在金陵。

**北元魏,分东西。宇文周,兴高齐。**

**解读** 北朝指的是元魏。元魏后来也分裂成东魏和西魏,西魏被宇文觉篡位,建立了北周;东魏被高洋篡位,建立了北齐。

**迨至隋,一土宇。不再传,失统绪。**

**解读** 杨坚重新统一了中国,建立了隋朝,历史上称为隋文帝。他的儿子隋炀帝杨广即位后,荒淫无道,隋朝很快就灭亡了。

**唐高祖,起义师。除隋乱,创国基。**

**解读** 唐高祖李渊起兵反隋,最后隋朝灭亡。他最终战胜了各路反隋义军,取得了天下,建立了唐朝。

二十传，三百载。梁灭之，国乃改。

**解读** 唐朝的统治近300年，总共传了20位皇帝。到唐昭宣帝时被朱全忠篡位，建立了梁朝，唐朝从此灭亡。为与南北朝时期的梁相区别，历史上称之为后梁。

梁唐晋，及汉周。称五代，皆有由。

**解读** 后梁、后唐、后晋、后汉和后周五个朝代的更替时期，历史上称作五代，这五个朝代的更替都有着一定的原因。

赵宋兴，受周禅。十八传，南北混。

**解读** 赵匡胤接受了后周“禅让”的帝位，建立宋朝。宋朝相传了18位皇帝，由于北方少数民族南下侵扰，结果又成了南北混战的局面。

辽与金，皆称帝。元灭金，绝宋世。

**解读** 北方的辽人、金人和蒙古人都建立了国家，自称皇帝。最后蒙古人灭了金朝和宋朝，建立了元朝，又统一了中国。

舆图广，超前代。九十年，国祚废。

**解读** 元朝的疆域很广大，所统治的领土超过了以前的任何一个朝代。然而它只维持了短短90年，就被农民起义推翻了。

太祖兴，国大明。号洪武，都金陵。

**解读** 元朝末年，明太祖朱元璋起义，最后推翻元朝统治，统一全国，建立大明朝。朱元璋当上了皇帝，号洪武，定都在金陵。

迨成祖，迁燕京。十六世，至崇祯。

**解读** 明成祖即位后，把国都由金陵迁到北方的燕京。明朝共传了16位皇帝，传到崇祯皇帝时，明朝灭亡。

权阉肆，寇如林。李闯出，神器焚。

**解读** 明朝末年，宦官专权，天下大乱，老百姓纷纷起义，以闯王李自成为首的起义军攻破北京，迫使崇祯皇帝自杀，明朝灭亡。

清世祖，膺景命。靖四方，克大定。

**解读** 清军入关后，清世祖顺治皇帝在北京登上帝座，平定了各地的混乱局面，使得老百姓可以重新安定地生活。

由康雍，历乾嘉。民安富，治绩夸。

**解读** 顺治帝以后，依次是康熙、雍正、乾隆和嘉庆四位皇帝。在此期间，天下太平，人民生活比较安定，国家也比较强盛。

道光间，变乱起。始英法，扰都鄙。

**解读** 清朝道光、咸丰年间发生了变乱，英军挑起鸦片战争。英、法两国分别以亚罗号事件和法国神父被杀为由组成联军，骚扰北京周边地带。

同光后，宣统弱。传九帝，满清殁。

**解读** 同治、光绪皇帝以后，清朝的国势已经衰败不堪，当传到第九代宣统皇帝时，就被孙中山领导的辛亥革命推翻了。

**革命兴，废帝制。立宪法，建民国。**

**解读** 孙中山领导的辛亥革命推翻了清朝政府的统治，废除了帝制，订立了宪法，成立了中华民国临时政府，孙中山任临时大总统。

**古今史，全在兹。载治乱，知兴衰。**

**解读** 以上所叙述的是从三皇五帝到建立民国的古今历史，我们通过对历史的学习，可以了解各朝各代的治乱兴衰，领悟到许多有益的东西。

**史虽繁，读有次。史记一，汉书二。**

**解读** 中国古代历史书虽然纷繁、复杂，但在读的时候应该有次序：先读《史记》，然后读《汉书》。

**后汉三，国志四。兼证经，参通鉴。**

**解读** 再读《后汉书》，最后读《三国志》。读的同时，还要参照经书，参考《资治通鉴》，这样我们就可以更好地了解历史的治乱兴衰了。

**读史者，考实录。通古今，若亲目。**

**解读** 读历史的人应该更进一步地去翻阅历史资料，了解古往今来事情的前因后果，就好像是自己亲眼所见一样。

**口而诵，心而惟。朝于斯，夕于斯。**

**解读** 我们读书学习要有恒心，要一边读，一边用心去思考。只有早早晚晚都把心思用到学习上，才能真正学好。

**昔仲尼，师项橐。古圣贤，尚勤学。**

**解读** 孔子是个十分好学的人，当时鲁国有一位神童名叫项橐，孔子就曾向他学习。像孔子这样伟大的圣贤尚不忘勤学，何况我们普通人呢？

**赵中令，读鲁论。彼既仕，学且勤。**

**解读** 宋朝时的赵普已经做到中书令了，还天天手不释卷地阅读《论语》，不因为自己已经当了高官而忘记勤奋学习。

**披蒲编，削竹简。彼无书，且知勉。**

**解读** 西汉时路温舒把文字抄在蒲草上来阅读，公孙弘将《春秋》刻在竹子削成的竹片上来阅读。他们两人都很穷，买不起书，但还不忘勤奋学习。

**头悬梁，锥刺股。彼不教，自勤苦。**

**解读** 晋朝的孙敬读书时把自己的头发拴在屋梁上，以免打瞌睡。战国时苏秦读书每到疲倦时就用锥子刺大腿。他们不用别人督促就能自觉勤奋苦读。

**如囊萤，如映雪。家虽贫，学不辍。**

**解读** 晋朝人车胤把萤火虫放在纱袋里照明读书，孙康则利用积雪反射的光来读书。他们两人家境贫苦，却能在艰苦条件下继续求学。

**如负薪，如挂角。身虽劳，犹苦卓。**

**解读** 汉朝的朱买臣以砍柴维持生活，每天边担柴边读书。隋朝的李密放牛时把书挂在牛角上，有时间就读。他们在艰苦的环境里仍坚持读书。

**苏老泉，二十七。始发愤，读书籍。**

**解读** 唐宋八大家之一的苏洵，号老泉，小时候不想念书，到了27岁的时候才开始下决心努力学习，后来成了大学问家。

**彼既老，犹悔迟。尔小生，宜早思。**

**解读** 苏老泉上了年纪才后悔当初没好好读书，而我们年纪轻轻，更应该把握大好时光，发奋读书，才不至于将来后悔。

**若梁灏，八十二。对大廷，魁多士。**

**解读** 宋朝有个梁灏，在82岁时才考中状元，在金殿上对皇帝提出的问题对答如流，所有参加考试的人都不如他。

**彼既成，众称异。尔小生，宜立志。**

**解读** 梁灏这么年纪尚能获得成功，不能不使大家感到惊异、钦佩他的好学不倦。而我们应该趁着年轻的时候立定志向，努力用功就一定前途无量。

**莹八岁，能咏诗。泌七岁，能赋棋。**

**解读** 北齐有个叫祖莹的人，8岁就能吟诗，后来当了秘书监著作郎。唐朝有个叫李泌的人，7岁时就能以下棋为题而作诗赋。

**彼颖悟，人称奇。尔幼学，当效之。**

**解读** 他们两个人的聪明和才智，在当时很受人们的赞赏和称奇；现在我们正是求学的开始，应该效法他们，努力用功读书。

**蔡文姬，能辨琴。谢道韞，能咏吟。**

**解读** 在古代有许多出色的女能人，如东汉末年的蔡文姬能分辨琴声好坏，晋朝的才女谢道韞则能出口成诗。

**彼女子，且聪敏。尔男子，当自警。**

**解读** 这两个女孩子，一个懂音乐，一个会作诗，天资尚且如此聪慧。那么，身为一个男子汉，更要时时警惕，充实自己才对。

**唐刘晏，方七岁。举神童，作正字。**

**解读** 唐玄宗时，有一个名叫刘晏的小孩子，只有7岁就被推举为神童，并且做了负责刊正文字的官。

**彼虽幼，身已仕。有为者，亦若是。**

**解读** 刘晏虽然年纪这么小，但却已经做官了，担当国家给他的重任。要想成为一个有用的人，只要勤奋好学，也可以和刘晏一样名扬后世。

**犬守夜，鸡司晨。苟不学，曷为人。**

**解读** 狗在夜间会替人看守家门，鸡在每天早晨天亮时报晓。人如果不能用心学习而迷迷糊糊过日子，那么有什么资格称为人呢？

**蚕吐丝，蜂酿蜜。人不学，不如物。**

**解读** 蚕吐丝以供我们做衣料，蜜蜂酿制蜂蜜以供人们食用。而人要是不懂得学习，以自己的知识、技能来实现自己的价值，真不如小动物。

幼而学，壮而行。上致君，下泽民。

**解读** 我们要在幼年时努力学习，不断充实自己，长大后能够学以致用，上替国家效力，下为人民谋福利。

扬名声，显父母。光于前，裕于后。

**解读** 如果你为人民做出应有的贡献，人民就会赞扬你，而且父母可以得到你的荣耀，给祖先增添了光彩，也给后代留下了好的榜样。

人遗子，金满籝。我教子，唯一经。

**解读** 有的人遗留给子孙后代的是金银钱财，而我并不这样，我只希望他们能精于读书学习，长大后做个有作为的人。

勤有功，戏无益。戒之哉，宜勉力。

**解读** 反复讲了许多道理，只是要告诉孩子们：凡是勤奋上进的人，都会有好的收获；而只顾贪玩，浪费了大好时光是一定会后悔的。

## 第二节 百家姓

### 阅读提示

《百家姓》是一本关于中文姓氏的书，成书于北宋初，是中国流传时间最长、范围最广的蒙学教材之一。

《百家姓》采用四言体例，句句押韵，虽然它的内容没有文理，但读来顺口，易学好记。《百家姓》是中国独有的文化现象，流传至今，影响极深；它所辑录的姓氏，体现了中国人对宗脉的强烈认同感。姓氏文化又称谱牒文化，是中国文化的重要组成部分。中国人是世界上寻根意识最重的族群，《百家姓》在历史的衍化中，为人们寻找宗脉源流、建立宗脉意义上的归属感，帮助人们认识传统的血亲情结提供了重要的文本依据。它是中国人认识自我与家族来龙去脉不可缺少的文化文献基础蓝本。2009年，《百家姓》被中国世界纪录协会收录为“中国最早的姓氏书”。

赵钱孙李	周吴郑王	冯陈褚卫	蒋沈韩杨
朱秦尤许	何吕施张	孔曹严华	金魏陶姜
戚谢邹喻	柏水窦章	云苏潘葛	奚范彭郎
鲁韦昌马	苗凤花方	俞任袁柳	酆鲍史唐
费廉岑薛	雷贺倪汤	滕殷罗毕	郝邝安常
乐于时傅	皮卞齐康	伍余元卜	顾孟平黄
和穆萧尹	姚邵湛汪	祁毛禹狄	米贝明臧
计伏成戴	谈宋茅庞	熊纪舒屈	项祝董梁
杜阮蓝闵	席季麻强	贾路娄危	江童颜郭

梅盛林刁	钟徐邱骆	高夏蔡田	樊胡凌霍
虞万支柯	咎管卢莫	经房裘缪	干解应宗
丁宣贡邓	郁单杭洪	包诸左石	崔吉钮龚
程嵇邢滑	裴陆荣翁	荀羊於惠	甄麴家封
芮羿储靳	汲邴糜松	井段富巫	乌焦巴弓
牧隗山谷	车侯宓蓬	全郗班仰	秋仲伊宫
宁仇栾暴	甘斜厉戎	祖武符刘	景詹束龙
叶幸司韶	郜黎蓟薄	印宿白怀	蒲郃从鄂
索咸籍赖	卓蔺屠蒙	池乔阴郁	胥能苍双
闻莘党翟	谭贡劳逢	姬申扶堵	冉宰郇雍
邵臻桑桂	濮牛寿通	边扈燕冀	邴浦尚农
温别庄晏	柴瞿阎充	慕连茹刁	宦艾鱼容
向古易慎	戈廖庾终	暨居衡步	都耿满弘
匡国文寇	广禄阙东	殴殳沃利	蔚越夔隆
师巩厍聂	晁勾敖融	冷訾辛闾	那简饶空
曾毋沙乜	养鞠须丰	巢关蒯相	查后荆红
游竺权逯	盖益桓公	万俟司马	上官欧阳
夏侯诸葛	闻人东方	赫连皇甫	尉迟公羊
澹台公冶	宗政濮阳	淳于单于	太叔申屠
公孙仲孙	轩辕令狐	钟离宇文	长孙慕容
鲜于闾丘	司徒司空	亓官司寇	仇督子车
颛孙端木	巫马公西	漆雕乐正	壤驷公良
拓拔夹谷	宰父谷梁	晋楚阎法	汝鄢涂钦
段干百里	东郭南门	呼延归海	羊舌微生
岳帅猴亢	况后有琴	梁丘左丘	东门西门
商牟余佴	伯赏南宫	墨哈譙笄	年爰阳佟
第五言福	百家姓终		

### 第三节 千字文

#### 阅读提示

《千字文》被古人多简称为《千文》，距今已有 1 400 多年的历史了，编者是梁朝人周兴嗣。

《千字文》在中国古代的童蒙读物中是一篇承上启下的作品。它不仅是启蒙和教育儿童的最佳读物，更是一部生动优秀的小百科全书。《千字文》以儒学理论为经，全文共 1 000 个字 250 句，每 4 字



一句,字无重复,前后贯通,有条不紊地介绍了天文、地理、历史、自然、农耕、园艺、祭祀,以及修身养性、人伦道德、饮食起居等领域的知识。它句句押韵,文笔优美,辞藻华丽,朗朗上口,非常适宜儿童诵读,是中国古代教育史上最早、最成功的启蒙教材之一。

《千字文》行文流畅,气势磅礴,辞藻华丽,内容丰富。由汪啸尹纂辑、孙谦益参注的《千字文释义》将《千字文》分为四个部分。从第一句“天地玄黄”开始,至第三十六句“赖及万方”为第一部分;从第三十七句“盖此身发”开始,至第一百零二句“好爵自縻”为第二部分;自第一百零三句“都邑华夏”起,至第一百六十二句“岩岫杳冥”为第三部分;自第一百六十三句“治本于农”起,至第二百四十八句“愚蒙等诮”为第四部分。最后两句“谓语助者,焉哉乎也”,因没有特别含义,将其单列出来。

《千字文》的第一部分从天地开辟讲起。有了天地,就有了日月、星辰、云雨、霜雾和四时寒暑的变化;也就有了孕生于大地的金玉、铁器(剑)、珍宝、果品、菜蔬,以及江河湖海、飞鸟游鱼;天地之间也就出现了人和时代的变迁。在此,《千字文》讲述了人类的早期历史和商汤、周武王时盛世的表现,即文中所说的“坐朝问道,垂拱平章。爱育黎首,臣伏戎羌。遐迩一体,率宾归王。鸣凤在竹,白驹食场。化被草木,赖及万方”。

《千字文》的第二部分重在讲述人的修养标准和原则。文中指出人要孝亲,珍惜父母传给的身体,“恭惟鞠养,岂敢毁伤”;做人要“知过必改”,讲信用,保持纯真本色,树立良好的形象和信誉,“信使可覆,器欲难量。墨悲丝染,诗赞羔羊”及后面四句讲的就是这个意思。接着文中对忠、孝和人的言谈举止、交友、保真等方面进行了深入的阐述。

《千字文》的第三部分讲述与统治有关的各方面问题。这部分首先描述了京城形胜,极力描绘都邑的壮丽,“宫殿盘郁,楼观飞惊”。然后描述了京城里汇集了丰富的典籍和大批的英才,“既集坟典,亦聚群英”,重在叙述上层社会的豪华生活和他们的文治武功。最后描述了国家疆域的广阔和风景的秀美:“九州禹迹,百郡秦并……旷远绵邈,岩岫杳冥。”

《千字文》的第四部分主要描述恬淡的田园生活,赞美了那些甘于寂寞、不为名利羁绊的人们,也表达作者对民间温馨的人情向往之至。

**天地玄黄,宇宙洪荒。日月盈昃,辰宿列张。**

**解读** 苍天是黑色的,大地是黄色的;茫茫宇宙辽阔无边。太阳有正有斜,月亮有缺有圆;星辰布满在无边的太空中。

**寒来暑往,秋收冬藏。闰余成岁,律吕调阳。**

**解读** 寒暑循环变换,来了又去,去了又来;秋季里忙着收割,冬天里忙着储藏。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。

**云腾致雨,露结为霜。金生丽水,玉出昆冈。**

**解读** 云气升到天空,遇冷就形成雨;露水碰上寒夜,很快凝结为霜。金子生于金沙江底,玉石出自昆仑山冈。

**剑号巨阙,珠称夜光。果珍李柰,菜重芥姜。**

**解读** 最有名的宝剑叫“巨阙”,最贵重的明珠叫“夜光”。果子中最珍贵的是李和柰,蔬菜中最看重的是芥菜和姜。

**海咸河淡,鳞潜羽翔。龙师火帝,鸟官人皇。**

**解读** 海水咸,河水淡;鱼儿在水中潜游,鸟儿在空中飞翔。龙师、火帝、鸟官、人皇都是上古



时代的官员。

**始制文字，乃服衣裳。推位让国，有虞陶唐。**

**解读** 有了仓颉，开始创造了文字；有了嫫祖，人们才穿起了遮身盖体的衣裳。唐尧、虞舜英明无私，主动把君位禅让给功臣贤人。

**吊民伐罪，周发殷汤。坐朝问道，垂拱平章。**

**解读** 安抚百姓，讨伐暴君，有周武王姬发和商君成汤。贤君身坐朝廷，探讨治国之道，垂衣拱手，和大臣共商国是。

**爱育黎首，臣伏戎羌。遐迩一体，率宾归王。**

**解读** 他们爱抚、体恤老百姓，四方各族人都归附、向往。远远近近的人都统一在一起，全都心甘情愿地屈服于贤君。

**鸣凤在竹，白驹食场。化被草木，赖及万方。**

**解读** 凤凰在竹林中欢鸣，白马在草场上觅食，国泰民安，处处吉祥。贤君的教化覆盖大自然的一草一木，恩泽遍及天下百姓。

**盖此身发，四大五常。恭惟鞠养，岂敢毁伤。**

**解读** 人的身体发肤分属于“四大”，一言一行都要符合“五常”。恭蒙父母亲生养爱护，不可有一丝一毫的毁坏损伤。

**女慕贞洁，男效才良。知过必改，得能莫忘。**

**解读** 女子要思慕那些为人称道的贞妇洁女，男子要效法有德有才的贤人。知道自己有过错，一定要改正；适合自己干的事，不要放弃。

**罔谈彼短，靡恃己长。信使可覆，器欲难量。**

**解读** 不要去谈论别人的短处，也不要依仗自己有长处就不思进取。诚实的话要能经受时间的考验；器度要大，让人难以估量。

**墨悲丝染，诗赞羔羊。景行维贤，克念作圣。**

**解读** 墨子为白丝染色不褪而悲泣，《诗经》中因有《羔羊》篇而被传扬。高尚的德行只能在贤人那里看到；要克制私欲，努力仿效圣人。

**德建名立，形端表正。空谷传声，虚堂习听。**

**解读** 养成了好的道德，就会有好的名声；形体端庄，仪表也随之肃穆。空旷的山谷中呼喊声传得很远，宽敞的厅堂里说话声非常清晰。

**祸因恶积，福缘善庆。尺璧非宝，寸阴是竞。**

**解读** 祸害是多次作恶积累而成的，幸福是常年行善得到的奖赏。一尺长的璧玉算不上宝贵，一寸短的光阴却值得去争取。

**资父事君，曰严与敬。孝当竭力，忠则尽命。**

**解读** 供养父亲，侍奉国君，要做到认真、谨慎、恭敬。对父母孝，要尽心竭力；对国君忠，要不惜献出生命。

**临深履薄，夙兴温清。似兰斯馨，如松之盛。**

**解读** 要如临深渊、如履薄冰那样小心谨慎；要早起晚睡，侍候父母作息，让父母冬暖夏凉。能这样去做，德行就同兰花一样馨香，同青松一样茂盛。

**川流不息，渊澄取映。容止若思，言辞安定。**

**解读** 好德行还能延及子孙，像大河川流不息；影响世人，像碧潭清澈照人。仪态举止要庄重，看上去若有所思；言语措辞要稳重，显得从容沉静。

**笃初诚美，慎终宜令。荣业所基，籍甚无竟。**

**解读** 无论是修身还是求学，重视开头固然不错；认真去做，有好的结果更为重要。有德能孝是事业显耀的基础，这样的人声誉盛大，受人传扬不已。

**学优登仕，摄职从政。存以甘棠，去而益咏。**

**解读** 学习出色并有余力，就可走上仕途（做官），担任一定的职务，参与国家的政事。召公生前曾在甘棠树下理政，过世后老百姓对他更加怀念歌颂。

**乐殊贵贱，礼别尊卑。上和下睦，夫唱妇随。**

**解读** 选择乐曲要根据人的身份贵贱有所不同，采用礼节要按照人的地位高低有所区别。长辈和小辈要和睦相处；夫妇要一唱一随，协调和谐。

**外受傅训，人奉母仪。诸姑伯叔，犹子比儿。**

**解读** 在外面要听从师长的教诲，在家里要遵守母亲的规范。对待姑姑、伯伯、叔叔等长辈，要像是他们的亲生子女一样。

**孔怀兄弟，同气连枝。交友投分，切磨箴规。**

**解读** 兄弟之间要非常相爱，因为同受父母血气，犹如树枝相连。结交朋友要意气相投，学习上切磋琢磨，品行上互相告勉。

**仁慈隐恻，造次弗离。节义廉退，颠沛匪亏。**

**解读** 仁义、慈爱，常怀恻隐之心，在最仓促、危急的情况下也不能抛离。气节、正义、廉洁、谦让的美德，在最穷困潦倒的时候也不可亏缺。

**性静情逸，心动神疲。守真志满，逐物意移。**

**解读** 品性沉静淡泊，情绪就安逸自在；内心浮躁好动，精神就疲惫困倦。保持纯洁的天性，就会感到满足；追求物欲享受，天性就会转移改变。

**坚持雅操，好爵自縻。都邑华夏，东西二京。**

**解读** 坚持高尚的情操，好的职位自然会为你所有。古代的都城华美壮观，有东京洛阳和西京长安。

**背邙面洛，浮渭据泾。宫殿盘郁，楼观飞惊。**

**解读** 东京洛阳背靠北邙山，南临洛水；西京长安左跨渭河，右依泾水。宫殿盘旋曲折，重重叠叠；楼阁高耸如飞，令人惊叹。

**图写禽兽，画彩仙灵。丙舍旁启，甲帐对楹。**

**解读** 宫殿上绘着各种飞禽走兽，描画出五彩的天仙神灵。正殿两边的配殿从侧面开启，豪华的帐幕对着高高的楹柱。

**肆筵设席，鼓瑟吹笙。升阶纳陛，弁转疑星。**

**解读** 宫殿中大摆宴席，乐人吹笙鼓瑟，一片歌舞升平的景象。登上台阶进入殿堂的文武百官，其帽子晃动，像满天的星星。

右通广内，左达承明。既集坟典，亦聚群英。

**解读** 右面通向用以藏书的广内殿，左面到达朝臣休息的承明殿。这里收藏了很多的典籍名著，也集着成群的文武英才。

杜稿钟隶，漆书壁经。府罗将相，路侠槐卿。

**解读** 书殿中有杜度的草书、钟繇的隶书，还有漆写的古籍和孔子旧宅中的经典。宫廷之内，汇集着文武百官。宫廷之外，道路两旁站立的都是三公九卿。

户封八县，家给千兵。高冠陪辇，驱毂振缨。

**解读** 他们每户有八县之广的封地，配备千人与以上的士兵。他们戴着高高的官帽，陪着皇帝出游，驾着车马，帽带飘舞着，好威风。

世禄侈富，车驾肥轻。策功茂实，勒碑刻铭。

**解读** 他们的子孙世代领受俸禄，奢侈豪富，出门时轻车肥马，春风得意。朝廷还详尽地记载他们的功德，刻在碑石上流传后世。

磻溪伊尹，佐时阿衡。奄宅曲阜，微且孰营。

**解读** 周文王在磻溪遇吕尚，尊他为“太公望”；伊尹辅佐时政，商汤王封他为“阿衡”。周成王占领了古奄国曲阜一带地面，要不是周公旦辅政哪里能成功？

桓公匡合，济弱扶倾。绮回汉惠，说感武丁。

**解读** 齐桓公九次会合诸侯，出兵援助势单力薄、面临危亡的诸侯小国。汉惠帝做太子时靠绮里季才幸免被废黜，商君武丁感梦而得贤相传说。

俊乂密勿，多士寔宁。晋楚更霸，赵魏困横。

**解读** 能人治政勤勉努力，全靠许多这样的贤士，国家才富强安宁。晋、楚两国在齐之后称霸，赵、魏两国因连横而受困于秦。

假途灭虢，践土会盟。何遵约法，韩弊烦刑。

**解读** 晋献公向虞国借路去消灭虢国；晋文公在践土与诸侯会盟，被推为盟主。萧何遵循简约刑法的精神制定九律，韩非却受困于自己所主张的严酷刑法。

起翦颇牧，用军最精。宣威沙漠，驰誉丹青。

**解读** 秦将白起、王翦，赵将廉颇、李牧，带兵打仗最高明。他们的声威远传到沙漠边地，美誉和画像一起流芳后世。

九州禹迹，百郡秦并。岳宗泰岱，禅主云亭。

**解读** 九州处处留有大禹治水的足迹，全国各郡在秦并六国后归于统一。五岳中人们最尊崇东岳泰山，历代帝王都在云山和亭山主持禅礼。

雁门紫塞，鸡田赤城。昆池碣石，巨野洞庭。

**解读** 名关有北疆雁门，要塞有万里长城，驿站有边地鸡田，奇山有天台赤城。赏池赴昆明滇池，观海临河北碣石，看泽去山东巨野，望湖上湖南洞庭。

旷远绵邈，岩岫杳冥。治本于农，务兹稼穡。

**解读** 江河源远流长，湖海宽广无边。名山奇谷幽深秀丽，气象万千。治国的根本是发展农业，努力做好播种、收获这些农活。

**满载南亩，我艺黍稷。税熟贡新，劝赏黜陟。**

**解读** 一年的农活该开始干起来了，我种上小米和高粱。在收获的季节，用刚熟的新谷交纳税粮，官府应按农户的贡献大小给予奖励或处罚。

**孟轲敦素，史鱼秉直。庶几中庸，劳谦谨敕。**

**解读** 孟轲崇尚纯洁，史官子鱼秉性刚直。做人要尽可能合乎中庸的标准，勤奋、谦逊、谨慎，懂得规劝、告诫自己。

**聆音察理，鉴貌辨色。贻厥嘉猷，勉其祗植。**

**解读** 听别人说话，要仔细审察是否合理；看别人面孔，要小心辨析他的脸色。要给人家留下正确且高明的忠告或建议，勉励别人谨慎地处世立身。

**省躬讥诫，宠增抗极。殆辱近耻，林皋幸即。**

**解读** 听到别人的讥讽、告诫，要反省自身；备受恩宠不要得意忘形、对抗权尊。如果知道危险、耻辱的事快要发生，还不如归隐山林的好，可以幸免于祸。

**两疏见机，解组谁逼。索居闲处，沉默寂寥。**

**解读** 疏广、疏受预见到危险的苗头才告老还乡，哪里有谁逼他们卸下官印？离群独居，悠闲度日，整天不用多费唇舌，清静无为岂不是好事？

**求古寻论，散虑逍遥。欣奏累遣，戚谢欢招。**

**解读** 想想古人的话，翻翻古人的书，消解往日的忧虑，乐得逍遥舒服。轻松的事凑到一起，费力的事丢在一边，消除无尽的烦恼，得来无限的快乐。

**渠荷的历，园莽抽条。枇杷晚翠，梧桐蚤凋。**

**解读** 池里的荷花开得光润鲜艳，园中的草木抽出条条嫩枝。枇杷到了岁末还是苍翠欲滴，梧桐刚刚立秋就早早地凋谢了。

**陈根委翳，落叶飘摇。游鹄独运，凌摩绛霄。**

**解读** 陈根老树枯朽倒伏，落叶在秋风里四处飘荡。寒秋之中，鲲鹏独自高飞，直冲布满彩霞的云霄。

**耽读玩市，寓目囊箱。易辄攸畏，属耳垣墙。**

**解读** 汉代王充迷恋于读书，走在街市上，眼睛注视的都是书袋和书箱。说话最怕旁若无人、毫无禁忌，要留心隔着墙壁有人在贴耳偷听。

**具膳餐饭，适口充肠。饱饫烹宰，饥厌糟糠。**

**解读** 安排一日三餐的膳食，要适合各位的口味，能让大家吃饱。饱的时候自然满足于大鱼大肉，饿的时候应当满足于粗茶淡饭。

**亲戚故旧，老少异粮。妾御绩纺，侍巾帷房。**

**解读** 亲属、朋友会面要盛情款待，老人、小孩的食物应和自己的不同。小妾、婢女要管理好家务，尽心恭敬地服侍好主人。

**纨扇圆絜，银烛炜煌。昼眠夕寐，蓝笋象床。**

**解读** 绢制的团扇像满月一样又白又圆，银色的烛台上烛火辉煌。白日小憩，晚上就寝，睡的是青篾编成的竹席和象牙雕屏的床榻。

弦歌酒宴，接杯举觞。矫手顿足，悦豫且康。

**解读** 奏着乐，唱着歌，摆酒开宴；接过酒杯，开怀畅饮。情不自禁地手舞足蹈，真是又快乐又安康。

嫡后嗣续，祭祀烝尝。稽颡再拜，悚惧恐惶。

**解读** 子孙继承了祖先的基业，一年四季的祭祀大礼不能疏忘。跪着磕头，拜了又拜；礼仪要周全恭敬，心情要悲痛虔诚。

笺牒简要，顾答审详。骸垢想浴，执热愿凉。

**解读** 给别人写信要简明扼要，回答别人的问题要详细周全。身上有了污垢就想洗澡，像手上拿着烫的东西希望有风把它吹凉。

驴骡犍特，骇跃超骧。诛斩贼盗，捕获叛亡。

**解读** 家里有了灾祸，连牲畜都会受惊，狂蹦乱跳、东奔西跑。对抢劫、偷窃、反叛、逃亡的人要严厉惩罚，该抓的抓，该杀的杀。

布射僚丸，嵇琴阮啸。恬笔伦纸，钧巧任钓。

**解读** 吕布擅长射箭，宜僚有抛丸的绝活，嵇康善于弹琴，阮籍能撮口长啸。蒙恬发明毛笔，蔡伦改进造纸术，马钧巧制水车，任公子垂钓大鱼。

释纷利俗，并皆佳妙。毛施淑姿，工颦妍笑。

**解读** 他们的技艺有的解人纠纷，有的方便群众，都高明巧妙，为人称道。毛嫱、西施年轻美貌，哪怕是皱着眉头，也像是在美美地笑。

年矢每催，曦晖朗曜。璇玑悬斡，晦魄环照。

**解读** 可惜青春易逝，岁月匆匆催人渐老，只有太阳的光辉永远朗照。高悬的北斗随着四季变换而转动，明晦的月光洒遍人间每个角落。

指薪修祜，永绥吉劭。矩步引领，俯仰廊庙。

**解读** 只有行善积德才能像薪尽火传那样精神长存，子孙安康全靠你留下吉祥的忠告。如此心地坦然，方可以昂头迈步，应付朝廷委以的重任。

束带矜庄，徘徊瞻眺。孤陋寡闻，愚蒙等诮。

**解读** 如此无愧人生，尽可以整束衣冠，庄重从容地高瞻远望。孤陋寡闻的人对这些道理不会明白，只能和愚昧无知的人一样空活一世，让人耻笑。

谓语助者，焉哉乎也。

**解读** 作为语气助词的字是焉、哉、乎、也等。



## 第四节 弟子规

### 阅读提示

《弟子规》原名《训蒙文》，是中国传统的启蒙教材之一，为清朝康熙年间秀才李毓秀所作。后清代贾存仁对其进行修订和改编，并将书名改为《弟子规》。

《弟子规》共有 360 句 1 080 个字，三字一句，两句一韵，合辙押韵，朗朗上口；全篇先为“总叙”，然后分为“入则孝”“出则悌”“谨”“信”“泛爱众”“亲仁”和“余力学文”七个部分。

其内容采用《论语·学而》篇第六条的文义：“弟子入则孝，出则悌，谨而信，泛爱众，而亲仁，行有余力，则以学文。”《弟子规》具体列举出为人子弟在家、出外、待人接物、求学应有的礼仪与规范，特别讲求家庭教育与生活教育。这里的“弟子”一词沿用了它在《论语》中的含义，泛指兄弟姐妹中的年龄较小者和晚辈子女；“规”是行为规范的意思。《弟子规》集孔孟等圣贤的道德教育之大成，提传统道德教育著作之纲领，是接受伦理道德教育、养成有德有才之人的最佳读物。

### 一、总叙

**弟子规 圣人训 首孝悌 次谨信 泛爱众 而亲仁 有余力 则学文**

**解读** 弟子就是学生，规是规范。《弟子规》是依据至圣先师孔子的教诲而编成的生活规范，它规定了学生主修的六门课和辅修的一门课。首先，在日常生活中，要做到孝顺父母，友爱兄弟姐妹。其次，在一切日常生活中，行为要小心谨慎，言语要讲信用。和大众相处要平等博爱，亲近有仁德的人并向他学习，这些都是很重要、非做不可的事。如果做了之后还有多余的时间和精力，就应该好好地学习六艺等其他有益的学问。

### 二、入则孝

“入则孝”是学生主修的第一门课。“入”是在家。“孝”是善待父母。“入则孝”就是在家要善事父母。“善事”，一个是心，一个是侍。“心”即心里面念念不忘父母对我们的养育之恩，“侍”即心里念念不忘要照顾父母。子女能以这样的心去做，就是善事父母，这是做人的根本。须知“百善孝为先”。

**父母呼 应勿缓 父母命 行勿懒 父母教 须敬听 父母责 须顺承**

**解读** 父母叫你的时候，要立刻答应，不能迟缓；父母让你做事的时候，要马上去做，不能拖延偷懒。对于父母的教诲，要恭敬地聆听；对于父母的责备，要顺从地接受。

**冬则温 夏则清 晨则省 昏则定 出必告 反必面 居有常 业无变**

**解读** 子女照料父母，冬天要让他们温暖，夏天要让他们清爽凉快。早晨要向父母请安；晚上要替他们铺好被子，伺候父母安眠。出门要告诉父母一声，回来也要通报一声，以免父母挂念。平时居住的地方要固定，选定的职业或立定的志向要努力去完成，不要轻易

改变。

**事虽小 勿擅为 苟擅为 子道亏 物虽小 勿私藏 苟私藏 亲心伤**

**解读** 不要因为事情小,就不禀告父母而擅自去做。假如自作主张地去做事,那就不合乎为人子女的道理了。东西即使很小,也不要偷偷私藏起来。否则,一旦被发现,父母一定会非常伤心、生气。

**亲所好 力为具 亲所恶 谨为去 身有伤 贻亲忧 德有伤 贻亲羞**

**解读** 凡是父母所喜欢的东西,子女一定要尽力替他们准备好;凡是父母所讨厌的东西,一定要小心地处理掉。如果身体有所不适或受到损伤,就会让父母担忧;如果在德行上有了缺欠,就会使父母感到丢脸。

**亲爱我 孝何难 亲憎我 孝方贤 亲有过 谏使更 怡吾色 柔吾声**

**解读** 父母喜欢我,做到孝顺并不难;父母不喜欢我,我还能用心尽孝,那才是难能可贵的。如果父母有了过失,子女应当耐心地劝说使其改正。劝说时态度一定要和颜悦色,声音一定要柔和。

**谏不入 悦复谏 号泣随 挞无怨 亲有疾 药先尝 昼夜侍 不离床**

**解读** 如果父母不肯接受劝说,就等到其心情好时再劝;如果父母还是不听,就要哭泣恳求,即使因此而遭到鞭打,也毫无怨言。父母病了,他们吃的药子女要先尝一尝,看看是不是太苦、太烫;并且应日夜侍奉在他们的身边,不能离开一步。

**丧三年 常悲咽 居处变 酒肉绝 丧尽礼 祭竭诚 事死者 如事生**

**解读** 父母去世后,子女要守丧三年,有孝心的,在提及父母时会难过、哭泣,哀思父母的养育之恩。居处要力求简朴,禁绝酒肉、情欲等事。丧事要完全按照礼法去办,祭祀要完全出于诚心。对待去世的父母,要如同他们在世时一样。

### 三、出则悌

《弟子规》中的“出则悌”是学生主修的第二门课。“出”是指出了家门在社会、国家中,“悌”是指兄弟的关系。“出则悌”就是在社会上要能够顺从长上,能够尊敬师长。

**兄道友 弟道恭 兄弟睦 孝在中 财物轻 怨何生 言语忍 忿自泯**

**解读** 做哥哥的要爱护弟弟,做弟弟的要尊重哥哥。兄弟之间能够和睦相处,对父母的孝心也就包含在其中了。如果彼此都把财物看得轻一些,不贪图钱财,兄弟之间就不会有怨仇。说话时都能够互相忍让一点,多替对方着想,愤恨自然会消除。

**或饮食 或坐走 长者先 幼者后 长呼人 即代叫 人不在 己即到**

**解读** 不论用餐、就座或行走,都应该谦虚礼让、长幼有序,让年长者优先,年幼者在后。听到年长者叫人时,应立即替他去叫。如果被叫的人不在,自己就应立即到年长者那里去,看看有什么事情需要做。

**称尊长 勿呼名 对尊长 勿见能 路遇长 疾趋揖 长无言 退恭立**

**解读** 称呼尊长,不可以直接叫他们的名字。长辈见识多、阅历深,要多听他们说话,不要自己夸夸其谈,表现出很有才能的样子。在路上遇到尊长时,要快步迎上前去行礼问候。如果尊长一时还没说什么,就要退在一旁恭恭敬敬地站立,等候指示。



**骑下马 乘下车 过犹待 百步余 长者立 幼勿坐 长者坐 命乃坐**

**解读** 遇到尊长时，骑马的要下马，乘车的要下车。等尊长走过百步以外后，自己才能上马或上车离开。假如长辈站着，晚辈就不可以坐下。长辈坐下以后，让你坐时，你才可以坐下。

**尊长前 声要低 低不闻 却非宜 进必趋 退必迟 问起对 视勿移**

**解读** 在尊长面前，说话声音要低一些。但若低到尊长听不清楚的程度，那也是不适宜的。在见尊长时，要快步走上前去；告退时，要缓慢退出。长辈问话的时候，要站起来回答，眼睛看着长辈，不要东张西望。

**事诸父 如事父 事诸兄 如事兄**

**解读** 对待自己的叔叔、伯伯和他人的父辈时，应像对待自己的父亲一样；对待堂兄、表兄和他人的兄长时，也应像对待自己的兄长一样。

#### 四、谨

《弟子规》中的“谨”是学生主修的第三门课。“谨”是指行为上要谨慎，不可以放逸。“慎”乃护身符。

**朝起早 夜眠迟 老易至 惜此时 晨必盥 兼漱口 便溺回 辄净手**

**解读** 清晨要早起，晚上要迟睡。人的一生很短暂，转眼间从少年就到了老年，所以每个人都要珍惜此刻的宝贵时光。早晨起床后，一定要先洗脸刷牙，每次大小便完后都要洗手。这种良好的卫生习惯应该在小时候就养成。

**冠必正 纽必结 袜与履 俱紧切 置冠服 有定位 勿乱顿 致污秽**

**解读** 帽子一定要戴端正，衣服纽扣要扣好，袜子和鞋子都要穿整齐，鞋带要系紧。脱下来的衣服和帽子要放置在一个固定的地方，不能到处乱丢，以免把衣帽弄脏。

**衣贵洁 不贵华 上循分 下称家 对饮食 勿拣择 食适可 勿过则**

**解读** 穿衣服贵在整洁大方，而不在于华丽。所穿的衣服不但要符合自己的身份，还要和自己的家庭条件相适合。对于食物，不要挑食，也不要偏食，偏食会营养不良；吃东西要适可而止，不要过量，过量会损伤脾胃。

**年方少 勿饮酒 饮酒醉 最为丑 步从容 立端正 揖深圆 拜恭敬**

**解读** 年轻的时候，千万不要喝酒。因为一旦喝醉了，就会丑态百出而丢脸。走路时不要不急不慢、从容大方，站立时身体要端庄直立。作揖时要把身子躬下去，礼拜时要恭恭敬敬。

**勿践阈 勿跛倚 勿箕踞 勿摇髀 缓揭帘 勿有声 宽转弯 勿触棱**

**解读** 进出门时脚不要踩到门槛上，不要用一条腿支撑身体斜靠着；蹲坐时不要叉开两腿，更不要摇晃大腿。否则，就会显得没有教养。进出门时，要缓慢地揭开门帘，尽量不要发出响声。走路拐弯时角度要大一些，不要碰着东西的棱角，以免造成不必要的伤害。

**执虚器 如执盈 入虚室 如有人 事勿忙 忙多错 勿畏难 勿轻略**

**解读** 拿东西时要注意，即使是拿着空的器具也要像里面装满东西一样小心谨慎，以防跌倒或打破。进入无人房间，也要像有人在一，不可以随便；做事情不能太匆忙，匆忙时最容易出差错。不要害怕困难，应该知难而进；也不要马虎草率，即使是小事，也要

认真对待。

**斗闹场 绝勿近 邪僻事 绝勿问 将入门 问孰存 将上堂 声必扬**

**解读** 凡是打架嬉闹的场合，一定要远离而不去接近。凡是不正当、不合情理的事情，一定要远离而不去打听。准备进入别人家门时，应该先敲门，问一声“有人在吗？”，待主人允许后才能进入。将要走进厅堂时，声音要提高一些，以便让里面的人知道。

**人问谁 对以名 吾与我 不分明 用人物 须明求 倘不问 即为偷**

**解读** 当里面的人问是谁时，要将自己的姓名告诉对方。如果只回答“是我”，那么对方就弄不清楚你是谁了。想要使用别人的东西时，必须当面向人家提出请求，以便征得别人同意。假如不问一声就拿走，这就是偷盗。

**借人物 及时还 后有急 借不难**

**解读** 借别人的东西，要在约定的时间内归还，以后遇到急用再向人借时，就不会有太多的困难了。

## 五、信

《弟子规》中的“信”是学生们主修的第四门课。“信”是指言语上要言而有信，信用是成功阶梯的第一步。人无信则不立。

**凡出言 信为先 诈与妄 奚可焉 话说多 不如少 惟其是 勿佞巧**

**解读** 凡是说出的话，首先要真实不虚、讲求信用。说谎话骗人，胡言乱语都是不可以的。说话多不如说话少，因为言多必有失。说的话要恰当在理、符合实际，千万不要花言巧语，否则人家就会讨厌你。

**奸巧语 秽污词 市井气 切戒之 见未真 勿轻言 知未的 勿轻传**

**解读** 虚伪狡诈、尖酸刻薄、下流肮脏的话，千万不能说。阿谀奉承等粗俗的市侩习气，都要彻底戒除掉。看到的事情没有弄清楚，就不要随便乱说、轻易发表意见；听来的事情没有根据，就不要随便乱传，以免造成不良后果。

**事非宜 勿轻诺 苟轻诺 进退错 凡道字 重且舒 勿急疾 勿模糊**

**解读** 对于自己认为不妥当的事情，不能随便地答应别人。假如轻易许诺，就会进退两难。说话的时候，吐字要清楚、缓慢，不能讲得太快，也不能讲得含糊不清，使人听不明白。

**彼说长 此说短 不关己 莫闲管 见人善 即思齐 纵去远 以渐跻**

**解读** 东家说长，西家说短，别人的是非很难弄清楚；与自己的正经事没有关系的，不要去多管。否则，不但搅乱了别人，也有损自己的德行。看到了别人的善行，就要想到自己也应该努力去做到。即使和他差距很远，但只要肯努力，也能渐渐赶上他。

**见人恶 即内省 有则改 无加警 唯德学 唯才艺 不如人 当自砺**

**解读** 看到了别人的恶行，要立刻反省自己。如果发现自己也有，就要马上改正；如果没有，也要引起警惕，防止自己犯同样的过错。做人最要紧的是自己的道德、学问、才能和技艺，这些方面不如人家，就要不断地勉励自己，尽力赶上。

**若衣服 若饮食 不如人 勿生戚 闻过怒 闻誉乐 损友来 益友却**

**解读** 如果吃的、穿的不如人家，用不着忧愁悲伤。这不是什么不光彩的事，因为做人最重要

的是品德的修养。如果听到别人说自己的过错就生气,听到别人称赞、恭维自己就高兴,那么,有损德行的朋友就会来与你接近,而对你有益的朋友就会远离你。

**闻誉恐 闻过欣 直谅士 渐相亲 无心非 名为错 有心非 名为恶**

**解读** 听到别人赞美自己就感到惶恐不安,听到别人指出自己的过错就欢喜接受。经常这样做,那些正直诚实的人就会逐渐和你亲近起来。如果无意中做了错事,这就叫“错”。如果故意去做错事,那就叫“恶”。

**过能改 归于无 倘掩饰 增一辜**

**解读** 有了过错,要勇于面对并彻底改正过来,这样,别人就还把你当好人看。如果犯了错但不肯承认,还极力掩饰,那就是错上加错了。

## 六、泛爱众

《弟子规》中的“泛爱众”是学生主修的第五门课。泛爱就是博爱,就是与朋友一起相处时要讲平等博爱。爱人者,人恒爱之。

**凡是人 皆须爱 天同覆 地同载 行高者 名自高 人所重 非貌高**

**解读** 不论是什么人,我们都要互相关心、爱护和尊敬,因为我们共同生活在同一片蓝天下、同一块土地上。一个行为高尚的人,名声自然会高。因为人们敬重的是一个人的品行,而不是看他是否有一副好的相貌。

**才大者 望自大 人所服 非言大 己有能 勿自私 人所能 勿轻訾**

**解读** 一个才学丰富的人,名望自然会大。因为人们所佩服的是有真才实学的人,而不是自吹自擂的人。自己有才能,不要只想着为自己谋私利,也应当做些对社会大众有益的事。别人有才能,我们不要心生嫉妒,随便轻视、毁谤。

**勿谄富 勿骄贫 勿厌故 勿喜新 人不闲 勿事搅 人不安 勿话扰**

**解读** 不要谄媚、巴结富有的人,也不要对穷人傲慢无礼。不要厌弃过去的朋友,也不要只喜欢新结交的朋友。当别人正忙着没空时,不要因自己有事而去打搅。当别人身心不安时,不要跟人家说话而去打扰他。

**人有短 切莫揭 人有私 切莫说 道人善 即是善 人知之 愈思勉**

**解读** 别人有短处,千万不要到处宣扬。别人有隐私,绝对不能说出去。称赞别人的善行,本身就是一种美德。因为别人知道后,就会因此受到勉励而更加努力地去做善事。

**扬人恶 即是恶 疾之甚 祸且作 善相劝 德皆建 过不规 道两亏**

**解读** 宣扬别人的恶行,本身就是一种恶行。如果由于过分地厌恶、痛恨而一味地去宣扬别人的恶行,就会招来祸害。朋友之间互相规过劝善,则彼此都能成就良好的德行。如果有错不能互相规劝,两个人在道德上就都会有缺陷。

**凡取与 贵分晓 与宜多 取宜少 将加人 先问己 己不欲 即速已**

**解读** 拿人家东西和给人家东西,特别要分得清清楚楚。给人家的东西要多一点儿,拿人家的东西要少一点儿,这是人情来往的道理。想让别人做一件事,首先要问一问自己愿不愿意做。如果自己都不愿意去做,那么也赶快不要让别人去做。

**恩欲报 怨欲忘 报怨短 报恩长 待婢仆 身贵端 虽贵端 慈而宽**

**解读** 受人恩惠,要感恩在心、常记不忘,并时时想着报答;别人有对不起自己的事,过去就算

了,不要老放在心上,应该宽大为怀,尽快把它忘掉。对待家里的佣人,最重要的是自身的品行要端正。自身品行端正固然重要,对人还要仁慈宽厚。

**势服人 心不然 理服人 方无言**

**解读** 用权势去压服别人,别人就会口服而心不服。用道理去说服别人,别人才会无话可说。

## 七、亲仁

《弟子规》中的“亲仁”是学生主修的第六门课。“亲”是亲近,“仁者”是指有道德、有学问的人。“亲仁”就是要亲近仁者;以师事之,要跟他学。“亲仁”是讲择师。仁者无敌。

**同是人 类不齐 流俗众 仁者希 果仁者 人多畏 言不讳 色不媚**

**解读** 同样在世为人,品行高低各不相同。跟着潮流走的普通俗人有很多,而有仁德的人却很稀少。对真正品行高尚的人,人们都心存敬畏。因为仁者说话时直言不讳,也不阿谀奉承。

**能亲仁 无限好 德日进 过日少 不亲仁 无限害 小人进 百事坏**

**解读** 能够亲近品德高尚的仁者,就会得到无限的好处。与仁者亲近,自己的德行就会一天比一天增进,而过失就会一天比一天减少。不亲近品德高尚的仁者,就会有无限的害处。这样,小人就会乘机接近,很多事情都因此而不能成就。

## 八、余力学文

《弟子规》中的“余力学文”是学生辅修的一门课。“文”是指六艺等其他有益的学问。“余力学文”就是除了以上六门主修的课以外,如果还有多余的时间和精力,就要好好地学习六艺等其他有益的学问。

**不力行 但学文 长浮华 成何人 但力行 不学文 任己见 昧理真**

**解读** 如果所学的知识不实践力行,一味读死书,就容易养成华而不实的习性,不能成为一个真正有用的人。如果只晓得卖力去做,不肯读书学习而固执于自己的见解,就不会明白道理的真假,这也是不对的。

**读书法 有三到 心眼口 信皆要 方读此 勿慕彼 此未终 彼勿起**

**解读** 读书的方法有三到:心到、眼到、口到。即心要记,眼要看,口要读,这三者确实都非常重要。正在读着这本书时,不要去想那本书。这本书还未读完,不要再去读另一本书。读书用心专一,才有成就。

**宽为限 紧用功 工夫到 滞塞通 心有疑 随札记 就人问 求确义**

**解读** 不妨把学习的期限安排得宽裕一些,但在学习时要抓紧时间。只要工夫到了,不懂的地方自然就通达了。读书时,如果心中有疑问,就要随时做笔记,以便向别人请教,求得准确的意义。

**房室清 墙壁净 几案洁 笔砚正 墨磨偏 心不端 字不敬 心先病**

**解读** 房间里要收拾整齐,墙壁要保持干净。桌子要保持清洁,笔墨纸砚等文具要摆放端正。如果把墨磨偏了,说明你心不在焉。如果字写得潦草、不工整,说明你浮躁不安,心没安定下来,思想不集中。学习贵在专心致志。

### 列典籍 有定处 读看毕 还原处 虽有急 卷束齐 有缺坏 就补之

**解读** 存列典籍,要有固定的地方;阅读完一本书,一定要放回原处,以便于下次查找。读书人要爱惜书本。即使有急事不看书了,也要把书本整理好。发现书本有损坏,应当随即修补完整。

### 非圣书 屏勿视 蔽聪明 坏心志 勿自暴 勿自弃 圣与贤 可驯致

**解读** 无益身心健康的书刊,应该避而不看,因为书中的不正当的事理会蒙蔽人们的智慧,败坏人们的心志,应该多读圣贤的著作。说话不讲道理叫“自暴”,做事胡作非为叫“自弃”,做人绝不可这样。一个人不能不知自爱,也不能甘于堕落。圣人和贤人的境界虽高,但都是通过循序渐进的努力修学达到的。

