

开卷有益·人文素质教育推荐读物

晨读时光

CHENDU SHIGUANG

上册

主 编 孔春梅 安蕴梅 贾军艳



北京出版集团
北京出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

晨读时光：上、下 / 孔春梅，安蕴梅，贾军艳主编
—北京：北京出版社，2022.8（2024 重印）

ISBN 978-7-200-17247-8

I. ①晨… II. ①孔… ②安… ③贾… III. ①阅读课
—中小学—教学参考资料 IV. ① G634.333

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2022）第 112125 号

晨读时光：上册

CHENDU SHIGUANG: SHANGCE

主 编：孔春梅 安蕴梅 贾军艳

出 版：北京出版集团
北京出版社

地 址：北京北三环中路 6 号

邮 编：100120

网 址：www.bph.com.cn

总 发 行：北京出版集团

经 销：新华书店

印 刷：定州启航印刷有限公司

版 印 次：2022 年 8 月第 1 版 2024 年 3 月第 2 次印刷

成品尺寸：145 毫米 × 210 毫米

印 张：11

字 数：201 千字

书 号：ISBN 978-7-200-17247-8

定 价：全二册 58.00 元 本册 29.00 元

教材意见建议接收方式：010-58572341 邮箱：jiaocai@bphg.com.cn

如有印装质量问题，由本社负责调换

质量监督电话：010-82685218 010-58572341 010-58572393

目录

■ …… 笃学篇：少壮不努力，老大徒伤悲

| | |
|------------------------------|--------------|
| （一）惜时勤奋 | 2 |
| 唐风·蟋蟀 | 2 |
| 长歌行 | 4 |
| 杂诗（其一）..... [东晋]陶渊明 / | 5 |
| 劝学 | [唐]颜真卿 / 8 |
| 金缕衣 | [唐]杜秋娘 / 10 |
| 浣溪沙·一曲新词酒一杯 [宋]晏殊 / | 11 |
| 浪淘沙·把酒祝东风 [宋]欧阳修 / | 13 |
| 劝学诗 | [宋]朱熹 / 15 |
| 明日歌 | [明]文嘉 / 17 |
| （二）博学多思 | 18 |
| 《论语》十则 | 18 |
| 《礼记·中庸·第二十章》节选 | 24 |
| 诫子书 | [三国]诸葛亮 / 27 |
| 观书有感·其一 | [宋]朱熹 / 30 |

| | |
|--------------|-------------|
| 读书····· | [宋]陆九渊 / 32 |
| 冬夜读书示子聿····· | [宋]陆游 / 33 |

■ …… 明德篇：时穷节乃见，——垂丹青

| | |
|-------------------------|-------------|
| (一) 明礼崇德····· | 37 |
| 诗经·魏风·硕鼠····· | 37 |
| 雪梅二首····· | [宋]卢梅坡 / 40 |
| 过零丁洋····· | [宋]文天祥 / 42 |
| 石灰吟····· | [明]于谦 / 45 |
| 竹石····· | [清]郑燮 / 46 |
| 青玉案·元夕····· | [宋]辛弃疾 / 48 |
| (二) 家国情怀····· | 51 |
| 诗经·秦风·无衣····· | 51 |
| 离骚（节选）····· | [先秦]屈原 / 53 |
| 春望····· | [唐]杜甫 / 58 |
| 蜀相····· | [唐]杜甫 / 60 |
| 从军行·其四····· | [唐]王昌龄 / 63 |
| 破阵子·为陈同甫赋壮词以寄之 ····· | [宋]辛弃疾 / 64 |
| 书愤····· | [宋]陆游 / 68 |
| 示儿····· | [宋]陆游 / 71 |
| 苏幕遮·怀旧····· | [宋]范仲淹 / 72 |

■ …… 行远篇：会当凌绝顶，一览众山小

（一）乐观自信 …………… 76

步出夏门行·观沧海 …… [汉] 曹操 / 76

望岳 …………… [唐] 杜甫 / 78

将进酒 …………… [唐] 李白 / 80

秋词二首·其一 …… [唐] 刘禹锡 / 84

登飞来峰 …………… [宋] 王安石 / 86

定风波 …………… [宋] 苏轼 / 88

夏日绝句 …………… [宋] 李清照 / 90

（二）志存高远 …………… 92

步出夏门行·龟虽寿 …… [汉] 曹操 / 92

梦游天姥吟留别 …… [唐] 李白 / 94

江城子·密州出猎 …… [宋] 苏轼 / 100

金错刀行 …………… [宋] 陆游 / 103

沁园春·长沙 …………… 毛泽东 / 105

七律·长征 …………… 毛泽东 / 109

■ …… 臻美篇：此中有真意，欲辨已忘言

（一）臻雅存善 …………… 112

诗经·卫风·木瓜 …………… 112

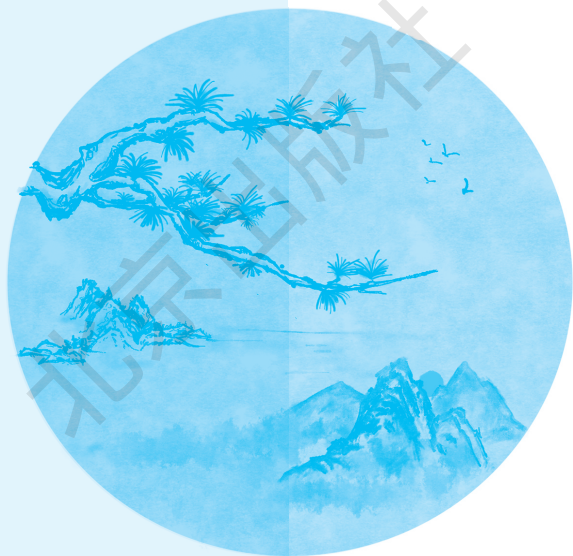
迢迢牵牛星 …………… [汉] 佚名 / 114

春江花月夜 …………… [唐] 张若虚 / 116

| | |
|---------------------|--------------|
| 春夜洛城闻笛····· | [唐]李白 / 120 |
| 题都城南庄····· | [唐]崔护 / 121 |
| 钱塘湖春行····· | [唐]白居易 / 123 |
| 琵琶行····· | [唐]白居易 / 125 |
| 蝶恋花·春景····· | [宋]苏轼 / 135 |
| 锦瑟····· | [唐]李商隐 / 137 |
| 望海潮····· | [宋]柳永 / 139 |
| 如梦令·昨夜雨疏风骤 ····· | [宋]李清照 / 142 |
| 约客····· | [宋]赵师秀 / 143 |
| (二) 恬淡旷达····· | 145 |
| 饮酒·其五····· | [晋]陶渊明 / 145 |
| 登幽州台歌····· | [唐]陈子昂 / 148 |
| 独坐敬亭山····· | [唐]李白 / 149 |
| 山居秋暝····· | [唐]王维 / 151 |
| 过故人庄····· | [唐]孟浩然 / 153 |
| 滁州西涧····· | [唐]韦应物 / 155 |
| 问刘十九····· | [唐]白居易 / 157 |
| 游山西村····· | [宋]陆游 / 158 |
| 水调歌头·明月几时有 ····· | [宋]苏轼 / 161 |
| 己亥杂诗·其五····· | [清]龚自珍 / 164 |

笃学篇

少壮不努力，老大徒伤悲



（一）惜时勤奋

唐风·蟋蟀

二 导读

《唐风·蟋蟀》选自《诗经》。这是一首岁末述怀诗。主要内容是诗人感物伤时，劝诫自己和别人享乐而应适度，要勤勉惜时。

二 原文

蟋蟀在堂，岁聿^[1]其莫^[2]。今我不乐，日月其除^[3]。
无已大康^[4]，职思其居。好乐无荒，良士瞿瞿^[5]。

蟋蟀在堂，岁聿其逝。今我不乐，日月其迈。无
已大康，职思其外。好乐无荒，良士蹶蹶^[6]。

蟋蟀在堂，役车其休。今我不乐，日月其慆^[7]。
无已大康，职思其忧。好乐无荒，良士休休^[8]。

二 注释

[1] 聿(yù): 语助词，有“遂”的意思。

[2] 莫(mù): 通“暮”字。

[3] 除: 去，结束。

[4] 大(tài)康: 过于享乐。大，即“太”。

[5] 瞿(jù)瞿: 有所顾忌的样子。

[6] 蹶(jué)蹶: 勤恳敏捷的样子。

[7] 慆(tāo): 逝去。

[8] 休休: 安闲自得的样子。

译文

天寒蟋蟀进堂屋，一年匆匆临岁暮。今不及时去寻乐，日月如梭留不住。行乐不可太过度，本职事情莫耽误。正业不废又娱乐，贤良之士多警悟。

天寒蟋蟀进堂屋，一年匆匆临岁暮。今不及时去寻乐，日月如梭停不住。行乐不可太过度，分外之事也不误。正业不废又娱乐，贤良之士敏事务。

天寒蟋蟀进堂屋，行役车辆也休息。今不及时去寻乐，日月如梭不停留。行乐不可太过度，还有国事让人忧。正业不废又娱乐，贤良之士乐悠悠。

赏析

因岁暮将至，蟋蟀在堂，触发了诗人对人生时光的感受，表达了珍惜时光、不应虚度的感情。此篇三章意思相同，头两句感物伤时。诗人从蟋蟀由野外迁至屋内，天气渐渐寒凉，想到“时节忽复易”，这一年已到了岁暮。三、四句直接述怀：诗人由“岁莫”引起对时光流逝的感慨，宣称要抓紧时机好好行乐，不然便是浪费了光阴。其实这不过是欲进故退，着一虚笔罢了。五、六、七、八句合起来意思是说：不要过分地追求享乐，应当好好想想自己承担的工作，不要荒废事业，要像贤士那样，时刻提醒自己，做到勤奋向上。

笃学篇
少壮不努力，老大徒伤悲

长歌行

导读

乐府是秦汉时朝廷设立的音乐机关，负责收集、整理各地民间音乐，还担负着采集民歌的任务。它搜集、整理的诗歌，后世就叫“乐府诗”，或简称“乐府”。《长歌行》是汉乐府中的一首诗，属《相和歌辞》，是劝诫世人惜时奋进的诗篇。

原文

青青园中葵^[1]，朝露^[2]待日晞^[3]。
阳春布德泽，万物生光辉。
常恐秋节至，焜黄^[4]华^[5]叶衰。
百川东到海，何时复西归？
少壮不努力，老大徒伤悲。

注释

- [1] 葵：蔬菜名。
[2] 朝露：清晨的露水。
[3] 晞(xī)：干燥，晒干。
[4] 焜(kūn)黄：形容草木凋落枯黄的样子。
[5] 华(huā)：同“花”。

译文

青青的菜园啊绿葵儿青青，清晨的露珠啊要在阳光下消失。

和煦的春光啊普遍赐给了恩泽，大地上的万物啊都焕发出了蓬勃生机。

谁都害怕肃杀的秋天降临啊，将会威逼得叶黄枝枯花朵儿憔悴。

时光如东流大海的无数江河啊，什么时候有哪一条能够再西归？

人在少壮之年啊不去及时努力，到了老大一事无成啊只能白白地伤悲！

赏析

全诗以景寄情，由情入理，将“少壮不努力，老大徒伤悲”的人生哲理，寄寓于朝露易干、秋来叶落、百川东去等鲜明形象中，借助朝露易晞、花叶秋落、流水东去不归来，发出了时光易逝、生命短暂的浩叹，鼓励人们紧紧抓住随时间飞逝的生命，奋发努力趁少壮年华有所作为。

杂诗（其一）

[东晋]陶渊明

导读

陶渊明（约365—427年），字元亮，又名潜，字渊

笃学篇

少壮不努力，老大徒伤悲

明。别号五柳先生，私谥“靖节”，世称靖节先生。浔阳柴桑（今江西九江市）人。东晋末期诗人、文学家、辞赋家、散文家。他是中国第一位田园诗人，被称为“古今隐逸诗人之宗”，有《陶渊明集》。《杂诗》是一组五言诗，共有十二首，此为第一首。慨叹人生之无常，感喟生命之短暂，是这组诗的基调。

原文

人生无根蒂^[1]，飘如陌上尘。
分散逐风转，此^[2]已非常身^[3]。
落地^[4]为兄弟，何必骨肉亲！
得欢当作乐，斗^[5]酒聚比邻。
盛年不重来，一日难再晨。
及时^[6]当勉励，岁月不待人。

注释

- [1] 蒂（dì）：原指花果与枝茎相连部分，此指事物的本源。
[2] 此：指此身。
[3] 非常身：不是经久不变的身，即不再是盛年壮年之身。
[4] 落地：刚生下来。
[5] 斗（dǒu）：酒器。
[6] 及时：趁盛年之时。

译文

人生在世没有根蒂，飘泊如路上的尘土。
生命随风飘转，此身历尽了艰难，已经不是原来的样子了。

世人都可以视同为兄弟，何必一定要是亲生的同胞才是兄弟呢？

遇到高兴的事就应当作乐，有酒就要邀请近邻共饮。

青春一旦过去便不可能重来，一天之中永远看不到第二次日出。

应当趁年富力强之时勉励自己，光阴流逝，并不等待人。

赏析

这首诗中，陶渊明的本意是鼓励人们要活在当下，及时行乐。社会黑暗，人生不可把握，对于生活中偶尔出现的一点点欢乐，就应该倍加珍惜，尽情享受。这种思想我们必须放在特定的历史环境下加以考察。它是指示标志着一种人的觉醒，即在怀疑和否定旧有传统的标准和信仰的条件下，人对自己生命、意义、命运的重新发现、思索、把握和追求。诗人在自然中发现纯净的美，在村居生活中找到了质朴的人际关系，在田园劳动中得到了自我价值的实现。

“盛年不重来，一日难再晨。及时当勉励，岁月不待人。”结尾四句，在今天常被人们用来勉励年轻人要抓紧时机，珍惜光阴，努力学习，奋发上进。这首诗起笔即命运之不可把握发出慨叹，读来使人感到迷惘、沉痛。继而稍稍振起，诗人执著

的在生活中寻找友爱，寻找着欢乐，给人一线希望。终篇慷慨激越，使人为之感奋。全诗用语朴实无华，取譬来自生活，质如璞玉，然而内蕴却极丰富，波澜跌宕，发人深省。

劝学

[唐] 颜真卿

导读

颜真卿(709—784年)，字清臣，别号应方，京兆万年(今陕西西安)人。唐朝名臣、书法家。创“颜体”楷书，对后世影响很大。与赵孟頫、柳公权、欧阳询并称为“楷书四大家”。

《劝学》这首诗劝勉青少年要珍惜少壮年华，勤奋学习，有所作为，否则到老一事无成，懊悔已晚。本诗旨在使青少年初步理解人生短暂，从而提高学习的积极性。这首诗以短短的28个字便揭示了这个深刻的道理，达到了催人奋进的效果。

原文

三更灯火五更鸡^[1]，正是男儿读书时。
黑发^[2]不知勤学早，白首^[3]方悔读书迟。

注释

- [1] 五更鸡：天快亮时，鸡啼叫。
[2] 黑发：年少时期，指少年。
[3] 白首：头发白了，这里指老年。

译文

每天三更半夜到鸡啼叫的时候，是男孩子们读书的最好时间。

少年时只知道玩，不知道要好好学习，到老的时候才懊悔自己年少时为什么不知道要勤奋学习。

赏析

这首诗深入浅出，自然流畅，富含哲理。核心是“黑发早勤学，白首读书迟”。作为有志气的人，要注意抓紧时间读书学习、修身养性，最好的读书时间是在三更五更，晨读不息；而且只有年年月月刻苦坚持，才能真正学到报国兴家立业的本领。从学习的时间这一角度立意，劝勉年轻人不要虚度光阴，要及早努力学习，免得将来后悔。诗人是从学习的意义，作用和学习应持的态度方法等角度立意，希望人们重视后天学习，以加强自身的行为修养。



劝学

笃学篇
少壮不努力，
老大徒伤悲

金缕衣

[唐]杜秋娘

二 导读

杜秋娘(约791—?年),《资治通鉴》称杜仲阳,后世多称为“杜秋娘”,唐代金陵人。这首诗是中唐时的一首流行歌词,歌词的作者已不可考。

二 原文

劝君莫惜金缕衣^[1], 劝君惜^[2]取少年时。
花开堪^[3]折直须^[4]折, 莫待^[5]无花空折枝。

二 注释

[1] 金缕衣: 缀有金线的衣服, 比喻荣华富贵。

[2] 惜: 珍惜。

[3] 堪: 可以, 能够。

[4] 直须: 尽管。

[5] 莫待: 不要等到。

二 译文

我劝你不要太注重追求功名利禄, 要珍惜少年求学的最好时期。

花开可以折取的时候就要尽管去折, 不要等到花谢时只折了个空枝。

赏析

这是一首富有哲理性、涵义隽永的小诗，它叫人们不要重视荣华富贵，而要爱惜少年时光，错过青春便会导致无穷悔恨。这种意思，此诗本来可以用但却没有用“老大徒伤悲”一类成语来表达，而紧紧朝着折花的比喻向前走，继而造出“无花空折枝”这样闻所未闻的奇语。没有沾一个悔字恨字，而“空折枝”三字却耐人寻味，富有艺术感染力。全诗每一句似乎都在反复强调“莫负好时光”，而每句又都有些微妙变化，重复而不啰唆，回环不快不慢，形成优美的轻盈旋律。

浣溪沙·一曲新词酒一杯

[宋]晏殊

导读

浣溪沙是唐玄宗时教坊曲名，后用为词调。沙，也作“纱”。

晏殊(991—1055年)，字同叔，抚州临川(今南昌进贤)人。北宋著名文学家、政治家。晏殊十四岁以神童入试，赐进士出身，官至兵部尚书。晏殊以词著于文坛，尤擅小令，风格含蓄婉丽，与其第七子晏几道，被称为“大晏”和“小晏”，又与欧阳修并称“晏欧”，存世有《珠玉词》《晏元献遗文》《类要》残本。

笃学篇

少壮不努力，老大徒伤悲

原文

一曲^[1]新词^[2]酒一杯，去年天气旧亭台^[3]。夕阳西下几时回？

无可奈何花落去，似曾相识^[4]燕归来^[5]。小园香径^[6]独徘徊。

注释

- [1] 一曲：一首。因为词是配合音乐唱的，故称“曲”。
- [2] 新词：刚填好的词，意指新歌。
- [3] 去年天气旧亭台：是说天气、亭台都和去年一样。去年天气，跟去年此日相同的天气。旧亭台，曾经到过的或熟悉的亭台楼阁。旧，旧时。
- [4] 似曾相识：好像曾经认识。形容见过的事物再度出现。后用作成语，即出自晏殊此句。
- [5] 燕归来：燕子从南方飞回来。燕归来，春中常景，在有意无意之间。
- [6] 小园香径：花草芳香的小径，或指落花散香的小径。因落花满径，幽香四溢，故云香径。香径，带着幽香的园中小径。

译文

填一曲新词喝一杯美酒，还是去年的天气旧日的亭台，西落的夕阳何时才能回来？

花儿总要凋落让人无可奈何，似曾相识的春燕又归来，独自在花香小径里徘徊留恋。

赏析

本词是晏殊词中最为脍炙人口的篇章。全词抒发了悼惜残春之情，表达了时光易逝、难以追挽的伤感。全词语言圆转流利，通俗晓畅，清丽自然，意蕴深沉，启人神智，耐人寻味。词中对宇宙人生的深思，给人以哲理性的启迪和美的艺术享受。

“无可奈何花落去，似曾相识燕归来。”这两句都是描写春天的，妙在对仗工整。花的凋落，春的消逝，时光的流逝，都是不可抗拒的自然规律，虽然惋惜流连也无济于事；然而这暮春天气中，所感受到的并不只是无可奈何的凋衰消逝，而是还有令人欣慰的重现，那翩翩归来的燕子就像是去年曾在此处安巢的旧时相识。惋惜与欣慰的交织中，蕴含着某种生活哲理：一切必然要消逝的美好事物都无法阻止其消逝，但消逝的同时仍然有美好事物的再现，生活不会因消逝而变得一片虚无。

浪淘沙^①·把酒祝东风

[宋]欧阳修

导读

欧阳修(1007—1072年)，字永叔，号醉翁，晚号六一居士，吉州永丰(今江西省吉安市永丰县)人北宋政治家、文学家、史学家，为“唐宋八大家”之一。诗风与其散文近似，语言流畅自然，其词婉丽，承袭南唐余风。

笃学篇
少壮不努力，
老大徒伤悲

原文

把酒^[2]祝东风，且共从容^[3]。垂杨紫陌^[4]洛城^[5]东。
总是^[6]当时携手处，游遍芳丛。

聚散苦匆匆，此恨无穷。今年花胜去年红。可惜
明年花更好，知与谁同？

注释

[1] 浪淘沙：唐教坊曲。后用作词牌名。又名“卖花声”。

五十四字，前后片各四平韵，多作激越凄壮之音。

[2] 把酒：端着酒杯。

[3] 从容：留恋，不舍。

[4] 紫陌：紫路。洛阳曾是东周、东汉的都城，据说当时曾用
紫色土铺路，故名。此指洛阳的道路。

[5] 洛城：指洛阳。

[6] 总是：大多是，都是。

译文

端起酒杯向东方祈祷，请你再留些时日不要一去匆匆。
洛阳城东垂柳婆娑的郊野小道，就是我们去年携手同游的
地方，我们游遍了姹紫嫣红的花丛。

欢聚和离散都是这样匆促，心中的遗恨却无尽无穷。
今年的花红胜过去年，明年的花儿将更美好，可惜不知那
时将和谁相从？

赏析

这是一首惜春忆春的小词，写自己独游洛阳城东郊，饮酒观花时而产生的愿聚恐散的感情。此词伤时惜别，抒发了人生聚散无常的感叹。上片由现境而忆已过之境，即由眼前美景而思去年同游之乐；下片再由现境而思未来之境，含遗憾之情于其中，尤其表现出对友谊的珍惜。全词笔致疏放，婉丽隽永，含蕴深刻，耐人寻味。

劝学诗

[宋]朱熹



春日

导读

朱熹(1130—1200年)，字元晦，号晦庵，又称紫阳先生，谥文，又称朱文公。汉族，祖籍南宋江南东路徽州府婺源县(今江西省婺源)，出生于南剑州尤溪(今属福建省尤溪县)南宋著名的思想家、哲学家和教育家，他继承和发扬了中国传统文化，融汇儒、释、道诸家而建构博大精深的思想体系，对中国文化和人类文明产生了深远的影响。著有《朱文公文集》等，其中《四书章句集注》成为钦定的教科书和科举考试的标准。

《劝学诗》也叫《偶成》，大约写于朱熹的晚年。相传朱熹年老时，散步到一所学堂，看到一群学子在室外池塘边打闹戏耍。当时正值深秋，梧桐树叶随风飘落，朱熹想到自己白头，不禁感慨万千，随口吟下这首诗。

笃学篇
少壮不努力，
老大徒伤悲

原文

少年易老学难成，一寸光阴不可轻。
未觉池塘春草梦^[1]，阶前梧叶已秋声^[2]。

注释

[1] 池塘春草梦：这是一个典故，源于《南史·谢方明传》，谢方明之子惠连，年十岁能属文，族兄灵运嘉赏之，云：“每有篇章，对惠连辄得佳话。”尝于永嘉西堂四诗，竟日不就，忽梦见惠连，即得“池塘生春草”，大以为工。常云：“此语神功，非吾语也。”“池塘生春草，园柳变鸣禽”是谢灵运《登池上楼》中的诗句，后被赞誉为写春意的千古名句，此处活用其典，意谓美好的青春年华将很快消逝，如同一场春梦。

[2] 秋声：秋时西风作，草木凋零，多肃杀之声。

译文

青春的日子十分容易逝去，学问却很难获得成功，所以每一寸光阴都不能轻易放过。

还没从美丽的春色中一梦醒来，台阶前的梧桐树叶就已经在秋风里沙沙作响了。

赏析

全诗语言通俗易懂，形象鲜明生动。通过梦未醒、梧叶已落来比喻光阴转瞬即逝，告诫青年人珍视光阴，追求学业，感叹人生苦短，要抓紧时间学习，将来才不会因虚度年华而悔

恨，不因碌碌无为而蹉跎人生。青春的日子容易逝去，学问却很难成功，所以每一寸光阴都要珍惜，不能轻易放过。

明日歌

[明]文嘉

导读

文嘉(1501—1583年)，字休承，号文水，明湖广衡山人，系籍长州(今江苏苏州)。文徵明仲子。吴门派代表画家。这首诗中七次提到“明日”，反复告诫人们要珍惜时间，今日的事情今日做，不要拖到明天，不要蹉跎岁月。

原文

明日复明日，明日何其^[1]多？
我生待^[2]明日，万事成蹉跎^[3]。
世人苦被明日累^[4]，春去秋来老将至。
朝看水东流，暮看日西坠。
百年明日能几何？请君听我明日歌。

注释

[1] 何其：多么。这句说，明日是何等的多啊。

[2] 待：等待。

[3] 蹉跎：光阴虚度。以上两句说，如果天天只空等明天，那

笃学篇
少壮不努力，老大徒伤悲

么只会空度时日，一事无成。

[4] 累(lěi): 带累, 使受害。这句说, 世上的人都受“待明日”的害处。

译文

明天又一个明天, 明天何等的多。如果我们一生做事都要等待明天, 一切事情都会错过机会。一般的人苦于被明日牵累, 春去秋来衰老将到。早晨看河水向东流逝, 傍晚看太阳向西坠落。人一生中有多少个明天? 请你听取我的《明日歌》。

赏析

这首《明日歌》内容充实, 语言流畅, 释理通俗明了, 说服力强。该诗给人的启示是世界上的许多东西都能尽力争取和失而复得, 只有时间难以挽留。诗人告诫和劝勉人们要牢牢地抓住稍纵即逝的今天, 今天能做的事一定要在今天做, 不要把任何计划和希望寄托在未知的明天。否则, “明日复明日”, 到头来只会落得个“万事成蹉跎”, 一事无成, 悔恨莫及。

(二) 博学多思

《论语》十则

导读

《论语》是一部以记言为主的语录体散文集, 主要以语录

和对话文体的形式记录了春秋时期思想家、教育家孔子及其弟子的言行汇编，集中体现了孔子的政治、审美、道德伦理和功利等价值思想。

《〈论语〉十则》是从《论语》中节选的有关学习方法、学习态度及修身做人的十条语录。这十则语录都是格言警句，每一则都表达了精深的道理，不但内容丰富，而且文字也颇具特色，句式整齐，音调和谐，读起来相当流畅，富有感染力。

原文

一

子曰：“学而时习^[2]之，不亦说^[3]乎？有朋自远方来，不亦乐乎（lè）乎？人不知而不愠^[4]，不亦君子乎？”（《学而》）

二

子曰：“君子食无求饱，居无求安，敏于事而慎于言，就^[5]有道^[6]而正^[7]焉。可谓好学也已。”（《学而》）

三

子曰：“吾十有五^[8]而志于学，三十而立^[9]，四十而不惑^[10]，五十而知天命，六十而耳顺，七十而从^[11]心所欲，不逾矩^[12]。”（《为政》）

四

子曰：“温故而知新，可以为师矣。”（《为政》）

五

子曰：“学而不思则罔^[13]，思而不学则殆^[14]。”
（《为政》）

六

子曰：“知之者不如好之者；好之者不如乐之者。”
（《雍也》）

七

子曰：“不愤^[15]不启，不悱^[16]不发，举一隅(yú)
不以三隅反，则不复也。”（《述而》）

八

子曰：“由，诲女(rǔ)知之乎！知之为知之，不知
为不知，是知^[17]也。”（《为政》）

九

子曰：“三人行，必有我师焉。择其善者而从之，
其不善者而改之。”（《述而》）

十

子曰：“君子有三戒：少之时，血气未定，戒之在
色；及其壮也，血气方刚，戒之在斗；及其老也，血
气既衰，戒之在得^[18]。”（《季氏》）

注释

- [1] 子：先生，中国古代对于有地位，有学问的男子的尊称，这里指孔子。
- [2] 时习：时常地复习。时，时常，常常。习，复习，温习。
- [3] 说(yuè)：通“悦”，高兴，愉快的意思。
- [4] 愠(yùn)：生气，发怒。
- [5] 就：靠近、看齐。
- [6] 有道：指有道德、有学问的人。
- [7] 正：匡正、端正。
- [8] 十有五：十五岁。有，同“又”，用于整数和零数之间。
- [9] 立：立身，指能有所成就。
- [10] 惑：迷惑，疑惑。
- [11] 从：通“纵”
- [12] 逾矩：越过法度。逾，越过。矩，规矩，规范。
- [13] 罔(wǎng)：通“惘”，意思是感到迷茫而无所适从。
- [14] 殆(dài)：这里指有害。本意，危险。
- [15] 愤：苦思冥想而仍然领会不了的样子。
- [16] 悱(fěi)：想说又不知道怎么说。
- [17] 知(zhì)：通“智”，智慧的意思。
- [18] 得：贪得，包括名誉、地位、财货等。

译文

孔子说：“学习并且按时用所学的知识复习，不是很愉快吗？志同道合的人从远方来，不也很高兴吗？别人不

了解我但我不生气，不也是有才德的人吗？”

二

孔子说：“君子在饮食方面不求饱足，在居住方面不求舒适，做事时勤劳敏捷，言语上小心谨慎，接近有道德有学问的人并向他学习来匡正和提高自己，这样的人可以说是好学的人了。”

三

孔子说：“我十五岁立志学习，三十岁在人生道路上站稳脚跟，四十岁心中不再迷惘，五十岁知道上天给我安排的命运，六十岁听到别人说话就能分辨是非真假，七十岁能随心所欲地说话做事，又不会超越规矩。”

四

孔子说：“复习学过的知识，可从中获得新的见解与体会，凭借这点就可以当老师了。”

五

孔子说：“只学习不思考，容易迷惑不解。只思考而不学习，很危险。”

六

孔子说：“懂得学习的人不如喜爱学习的人；喜爱学习的人不如以学习为乐的人。”

七

孔子说：“教导学生，不到他冥思苦想仍不得其解的时

候，不去开导他，不到他说想却说不出来的时候，不去启发他。给他指出一个方面，如果他不能由此推知其他三个方面，就不再教他了。”

八

孔子说：“仲由啊，让我教给你对待知与不知的态度吧！知道就是知道，不知道就是不知道，这样才是聪明的。”

九

孔子说：“三个人同行，其中必定有人可以作为我学习的老师。我选取他的优点而学习，如发现他的缺点则引以为戒并加以改正。”

十

孔子说：“君子处世有三种事情应引以为戒：年少的时候，血气还不成熟，要警惕贪恋美色；到了壮年时期，血气正盛，要警惕争斗好胜；等到了老年时期，血气已经衰退了，要警惕贪得无厌。”

赏析

第一则是学习方法和个人修养，启发人们热爱学习，加强自律。

第二则讲的是君子的日常言行的基本要求。

第三则孔子自述了他学习和修养的过程。这一过程，是一个随着年龄的增长，思想境界逐步提高的过程。

第四则是学习方法，强调复习对知识的必要性。

第五则是学习方法，强调学习要和思考相结合，阐明了“学”与“思”的辩证关系。

第六则孔子这句话说明了兴趣在学习中的重要性：一个人要想获得知识，爱好学习、乐于学习是前提和关键。

第七则孔子既讲了教学方法，也讲了学习方法。这是一种典型的“启发式”的教学思想。他反对“填鸭式”的机械教学做法，要求学生能够“举一反三”，这是符合教学的基本规律的。

第八则是谈学习态度，通过对话论述了聪敏好学、虚心求教的可贵。

第九则是学习态度和个人修养，强调无论何时何地，都要虚心向别人学习，同时要有端正的学习态度。

第十则是孔子对人从少年到老年这一生中需要注意的问题作出的忠告。“色、斗、得”三戒在今天，仍是大家立身处世的准则。

《礼记·中庸·第二十章》节选

导读

《中庸》是中国古代论述人生修养境界的一部道德哲学专著，是儒家经典之一，原属《礼记》第三十一篇，相传为战国时期子思所作。其内容肯定“中庸”是道德行为的最高标准，把“诚”看成是世界的本体，认为“至诚”则达到人生的最高境界，并提出“博学之，审问之，慎思之，明辨之，笃行之”的学习过程和认识方法。宋代学者将《中庸》从《礼记》中抽出，与《大

学》《论语》《孟子》合称为“四书”。

原文

博学之^[1]，审问^[2]之，慎思^[3]之，明辨^[4]之，笃^[5]行^[6]之。

有弗^[7]学，学之弗能，弗措^[8]也。有弗问，问之弗知，弗措也。有弗思，思之弗得，弗措也。有弗辨，辨之弗明，弗措也。有弗行，行之弗笃，弗措也。人一能之，己百之。人十能之，己千之。

果能此道^[9]矣，虽愚必明，虽柔必强。

注释

- [1] 之：指问的对象。
[2] 问：这里指请教。
[3] 思：思考。
[4] 辨：辨别。
[5] 笃：切实地；坚定。
[6] 行：行动，做；实行。
[7] 弗：通“不”，表示否定。
[8] 措：搁置，终止。
[9] 道：做到。

译文

要广博地学习，要对学问详细地询问，要慎重地思考，要明白地辨别，要切实地力行。

笃学篇
少壮不努力，老大徒伤悲

不学则已，既然要学，不学到通达晓畅绝不能终止。不去求教则已，既然求教，不到彻底明白绝不能终止。不去思考则已，既然思考了，不想出一番道理绝不能终止。不去辨别则已，既然辨别了，不到分辨明白绝不能终止。不去做则已，既然做了，不确实做到圆满绝不能终止。别人学一次就会，我要学一百次；别人学十次就会，我要学一千次。

如果真能够实行这种方法，即便是愚笨的人也一定会聪明起来，即使是脆弱的人也一定会坚强起来

二 赏析

博、审、慎、明、笃，五个字很好地诠释了学习治学求进的道理。

首要博学，海纳百川，兼收并蓄，博采众长。次为审问，刨根问底，吃透精神，认清实质。三为慎思，辩证思考，探求真谛，把握规律。四为明辨，辨别是非，分清黑白，判定真伪。五为笃行，践行所学，锲而不舍，成就卓尔。

古人谈学习的五个方面，不管是学习书本知识，还是学习某种技能，都得经过反复训练才能完成。“有弗学”的意思是要么不学，学就要学会；如果学了还不会，“弗措也”，也就是说绝不放弃。

这段话，不是对天才，而是对一般人说的。聪明人一下就学会的，你就学一百下；聪明人十次能学会的，你就学一千次。只要有这种韧劲，哪怕开始时迟钝一点，也会变得聪明；开始柔弱的人，也会变得强壮有力。

诫^[1]子书

[三国] 诸葛亮

二 导读

诸葛亮(181—234年),字孔明,琅邪阳都(今山东沂南县)人,三国时期杰出的政治家、军事家、散文家。刘备三顾茅庐,他提出联合孙权抗击曹操统一全国的建议,此后成为刘备的主要谋士。刘备称帝后,任为丞相。刘禅继位,被封为武乡侯,领益州牧,主持朝政。后期志在北伐,频年出征,与曹魏交战,最后因病卒于五丈原。其散文代表作有《出师表》《诫子书》等。

这篇《诫子书》当作于蜀汉后主建兴十二年(234年),是诸葛亮晚年写给他八岁的儿子诸葛瞻的一封信。诸葛亮一生为国,鞠躬尽瘁,死而后已。他为了蜀汉国家事业日夜操劳,顾不上亲自教育儿子,于是写下这篇书信告诫诸葛瞻。

二 原文

夫^[2]君子^[3]之行^[4],静^[5]以修身^[6],俭以养德^[7]。非淡泊^[8]无以明志^[9],非宁静^[10]无以致远^[11]。夫学须静也,才须学也,非学无以广才^[12],非志无以成^[13]学。淫慢^[14]则不能励精^[15],险躁^[16]则不能治性^[17]。年与^[18]时驰^[19],意与日去^[20],遂^[21]成枯落^[22],多不接世^[23],

笃学篇

少壮不努力，老大徒伤悲

悲守穷庐^[24]，将复何及^[25]！

二 注释

- [1] 诫：告诫，劝勉，劝人警惕。
- [2] 夫(fú)：段首或句首发语词，引出下文的议论，无实在的意义。
- [3] 君子：品德高尚的人。
- [4] 行：指操守、品德、品行。
- [5] 静：屏除杂念和干扰，宁静专一。
- [6] 修身：修养身心。
- [7] 养德：培养品德。
- [8] 淡泊：清静而不贪图功名利禄。内心恬淡，不慕名利。《艺文类聚》《太平御览》作“澹(dàn)泊”。
- [9] 明志：明确志向。明，明确，坚定。
- [10] 宁静：这里指安静，集中精神，不分散精力。
- [11] 致远：实现远大目标。致，达到。
- [12] 广才：增长才干。
- [13] 成：达成，成就。
- [14] 淫慢：放纵懈怠，过度享乐。淫，放纵。慢，懈怠，懒惰。
- [15] 励精：振奋精神，励，振奋。
- [16] 险躁：轻薄浮躁，与上文“宁静”相对而言。
- [17] 治性：修养性情。治，修养；一说通“冶”。
- [18] 与：跟随。
- [19] 驰：疾行，指迅速逝去。
- [20] 日去：时间消逝。
- [21] 遂：最终。

[22] 枯落：枯枝和落叶。此指像枯叶一样飘零，形容人韶华逝去。

[23] 多不接世：意思是大多对社会没有任何贡献。接世，接触社会，承担事务，对社会有益。

[24] 穷庐：穷困潦倒之人住的陋室。

[25] 将复何及：又怎么来得及。

译文

有道德修养的人，依靠内心安静来修养身心，以节俭财物来培养自己的品德。不恬静寡欲无法明确志向，不排除外来干扰无法达到远大目标。学习必须静心专一，而才干来自学习。如果不学习就无法增长才干，没有志向就无法使学习有所成就。放纵懒散就无法振奋精神，急躁冒险就不能陶冶性情。年华随时光而飞驰，意志随岁月而流逝。最终枯败零落，大多不接触世事、不为社会所用，只能悲哀地坐守着那穷困的破舍里，其时悔恨又怎么来得及？

赏析

诸葛亮被后人誉为“智慧的化身”，这篇家书可谓是一篇充满智慧之语的家训，是古代家训中的名作。其主旨是劝勉儿子诸葛瞻勤学立志，修身养性要从淡泊宁静中下功夫，最忌怠惰险躁。文章不但讲明了修身养性的途径和方法，也指明了立志与学习的关系；不但讲明了宁静淡泊的重要，也指明了放纵怠慢、偏激急躁的危害。诸葛亮不但在大的原则方面对其子严格要求，循循善诱，甚至在一些具体事情上也体现出对子女的细微关怀。从文中可以看出诸葛亮是一位品格高洁、才学渊博的

父亲，对儿子的殷殷教诲与无限期望尽在此书中。作者运用智慧理性、简练谨严的文字，将普天下为人父者的爱子之情表达得非常深切，使这封家书成为后世历代学子修身立志的名篇。

观书有感·其一

[宋]朱熹

导读

我们都知道读书不要死读书、读死书，因为那样是学不到新知识的。学习也要讲究方法，朱熹的《观书有感》就是告诉了我们要如何读书，我们一起来看看吧！

原文

半亩方塘^[1]一鉴^[2]开，天光云影共徘徊^[3]。
问渠^[4]那得^[5]清^[6]如许^[7]？为^[8]有源头活水^[9]来。

注释

- [1] 方塘：又称半亩塘，在福建尤溪城南郑义斋馆舍（后为南溪书院）内。朱熹的父亲朱松与郑交好，故尝有《蝶恋花·醉宿郑氏别墅》词云：“清晓方塘开一境。落絮如飞，肯向春风定。”
- [2] 鉴：一说为古代用来盛水或冰的青铜大盆；也有学者认为是镜子，指像鉴（镜子）一样可以照人。
- [3] 天光云影共徘徊：是说天的光和云的影子反映在塘水之中，不停地变动，犹如人在徘徊。徘徊，来回移动。

[4] 渠：它，第三人称代词，这里指方塘之水。

[5] 那得：怎么会。那，同“哪”，怎么的意思。

[6] 清：清澈。

[7] 如许：如此，这样。

[8] 为：因为。

[9] 源头活水：比喻知识是不断更新和发展的，从而不断积累，只有在人生的学习中不断地学习、运用和探索，才能使自己永保先进和活力，就像水源头一样。

译文

半亩大的方形池塘像一面镜子一样展现在眼前，天光、云影在水面上闪耀浮动。

要问池塘里的水为何这样清澈呢？是因为有永不枯竭的源头源源不断地为它输送活水。

赏析

这是一首借景喻理的名诗。全诗以方塘作比喻，形象地表达了一种微妙难言的读书感受。池塘并不是一泓死水，而是常有活水注入，因此像明镜一样，清澈见底，映照着天光云影。这种情景，同一个人在读书中搞通问题、获得新知而大有收益、提高认识时的情形颇为相似。

特别是“问渠那得清如许，为有源头活水来”两句，借水之清澈，是因为有源头活水不断注入，暗喻人要心灵澄明，就得认真读书，时时补充新知识。因此，人们常常用来比喻不断学习新知识，才能达到新境界。这两句诗已凝缩为常用成语“源头活水”，用以比喻事物发展的源泉和动力。



观书有感·其二



水口行舟二首

读书

[宋]陆九渊

二 导读

陆九渊(1139—1193年),字子静,抚州金溪(今江西省金溪县)人,南宋哲学家、教育家,陆王心学的代表人物。因书斋名“存”,世称存斋先生。又因讲学于象山书院(今江西贵溪西南),被称为“象山先生”,学者常称其为“陆象山”。

陆九渊为宋明两代“心学”的开山之祖,与朱熹齐名,而见解多不合。主“心即理”说,言“宇宙便是吾心,吾心即是宇宙”,“学苟知本,六经皆我注脚”。明代王守仁继承发展其学,成为“陆王学派”,对后世影响极大。著有《象山先生全集》。

二 原文

读书切戒在荒^[1]忙,涵泳^[2]工夫兴味长。
未晓不妨权放过,切身须要急思量。

注释

[1] 荒：同“慌”。

[2] 涵泳：深入领会。

译文

读书一定要戒除慌慌忙忙的习惯，潜心体会就会感到兴味无穷。

有些不懂的地方不妨暂且放过，一旦自己有了切身体会的时候立即结合所学，认真思考。

赏析

这首诗表现了作者对读书的最基本的看法。读书的最大的忌讳(切戒)是慌忙，心静和从容才是读书的第一步，深入领会(涵泳)的功夫就是第二步。读书最关键的是深入领会，深入领会读书才可能有趣味(兴味)。读书要循序渐进；可能有的书，或者书中的某些地方，一时半刻难以理解，甚至无法理解，这时，不妨暂时放下，以后功夫到了自然会豁然开朗。书有轻重缓急，所使用的方法策略是不同的。

冬夜读书示^[1]子聿^[2]

[宋]陆游

导读

陆游(1125—1210年)，字务观，号放翁，汉族，

笃学篇
少壮不努力，
老大徒伤悲

越州山阴(今绍兴)人南宋文学家、史学家、爱国诗人。

其诗今存九千余首，清新圆润，格力恢宏。陆游生逢北宋灭亡之际，少年时即深受家庭爱国思想的熏陶。这首诗是诗人于庆元五年(1199年)于山阴写给小儿子陆子聿的，此时陆子聿二十一岁，正值“少壮”。诗人在冬日寒冷的夜晚，沉醉于书房，乐此不疲地啃读诗书。窗外，北风呼啸，冷气逼人，诗人在静寂的夜里，抑制不住心头奔腾踊跃的情感，写下了这首哲理诗并满怀深情地送给了儿子陆子聿。

原文

古人学问^[3]无遗力^[4]，少壮^[5]工夫^[6]老始^[7]成。
纸^[8]上得来终^[9]觉浅^[10]，绝知^[11]此事要躬行^[12]。

注释

- [1] 示：训示、指示。
[2] 子聿(yù)：陆游的小儿子。
[3] 学问：指读书学习，就是学习的意思。
[4] 无遗力：用出全部力量，没有一点保留，不遗余力、竭尽全力。遗，保留，存留。
[5] 少壮：青少年时代。
[6] 工夫：做事所耗费的时间。
[7] 始：才。
[8] 纸：书本。

[9] 终：到底，毕竟。

[10] 浅：肤浅，浅薄，有限的。

[11] 绝知：深入、透彻的理解。

[12] 躬行：亲身实践。行，实践。

译文

古人学习知识是不遗余力的，终身为之奋斗，往往是年轻时开始努力，到了老年才取得成就。

从书本上得到的知识终归是浅薄的，未能理解知识的真谛，要真正理解书中的深刻道理，必须亲身去实践，方能学有所成。

赏析

《冬夜读书示子聿》首句是对古人刻苦做学问精神的赞扬，告诫自己的孩子学习应毫无保留，全力以赴；次句是说做学问的艰难；后两句，诗人更进一步指出实践经验的重要性。这首诗以思想和哲理取胜，使人在理性的思辨中受到教益。它蕴涵着深刻的哲理：直接经验和间接经验是人们获取知识的两条重要的途径。短短的四句诗，读起来朗朗上口，且意境深远，余味无穷。

笃学篇
少壮不努力，
老大徒伤悲