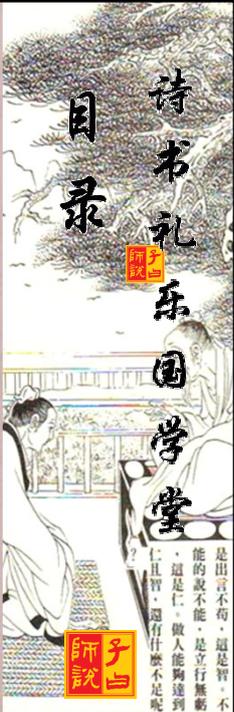


子曰  
師說

# 诗书礼乐国学堂

兴于诗  
习于书  
立于礼  
成于乐

是出言不苟，這是智。不能的說不能，是立行無虧，這是仁。做人能夠達到仁且智，還有什麼不足呢



## 诗书礼乐国学堂

### 目录

背景  
释名  
内容

诗——谈吐的训练  
书——文笔的锤炼  
礼——举止的修炼  
乐——性情的冶炼

是出言不苟，這是智。不能的說不能，是立行無虧，這是仁。做人能夠達到仁且智，還有什麼不足呢

“诗书礼乐”国学教育是金海峰教授国学团队在长期国学传播过程中研发出的国学教学体系，以“立德树人”为宗旨，其灵活性非常适用于青少年教育，通过学习和传承中华优秀传统文化，使其成长为兼备“诗书礼乐”，可资“修齐治平”，具有人文情怀与世界眼光的现代中国人。



傻瓜国学，“四菜一汤”。  
动态体系，二度分解，  
软性着陆，无缝链接。

\* “四菜一汤”

四菜：每天诵诗一首，习字一法，  
演礼一则，赏乐一曲；  
一汤：在诗书礼乐各自分解教学中的主项。



《易》曰：“一阴一阳之谓道”，俗话说：“三十年河东，三十年河西”，人生如此，社会亦然。

回顾中国百年发展历程：

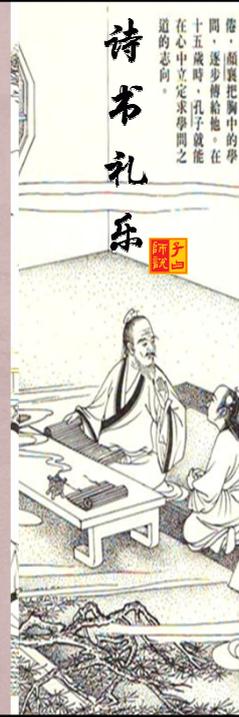
1919年——1949年，夺取政权的三十年；

1949年——1979年，巩固政权的三十年；

1979年——2009年，经济发展的三十年；

2009年——2039年，文化繁荣的三十年。

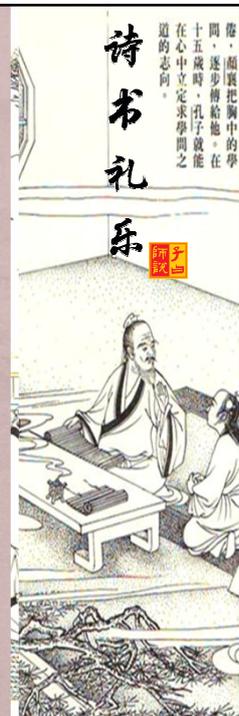
稳定政治、发展经济、繁荣文化，这是社会发展不同阶段的必然规律。



《论语》载：“子适卫，冉有仆。子曰：‘庶矣哉！’冉有曰：‘既庶矣，又何加焉？’曰：‘富之。’曰：‘既富矣，又何加焉？’曰：‘教之。’”

这正是古圣先贤总结的社会发展历史进程：

**由国强而民富、由民富而文昌。**



## 什么是国学

“国学”广义泛指中国文化；狭义专指传统文化中的学术经典及其体现的文化精神，以中华文化为背景、以传世经典为载体、以儒家思想为核心的中国学术。

- + 与外来文化相比，属于本土文化领域；
- + 与现代文化相比，偏向传统文化领域；
- + 与自然科学相比，侧重社会科学领域。



## 诗书礼乐：

- 《礼记·王制》：  
乐正崇四术，立四教，  
顺先王《诗》、《书》、《礼》、《乐》以造士。  
春秋教以《礼》《乐》，冬夏教以《诗》《书》。



- 《礼记·经解篇》：  
 入其国，其教可知也。  
 其为人也温柔敦厚，《诗》教也；  
 疏通知远，《书》教也；  
 广博易良，《乐》教也；  
 洁静精微，《易》教也；  
 恭俭庄敬，《礼》教也；  
 属辞比事，《春秋》教也。



- 《春秋繁露·玉杯第二》：  
 《诗》《书》序其志，《礼》《乐》纯其美，  
 《易》《春秋》明其知，六学皆大，而各有所长。  
 《诗》道志，故长于质；《礼》制节，故长于文；  
 《乐》咏德，故长于风；《书》著功，故长于事；  
 《易》本天地，故长于数；《春秋》正是非，故长于治人



### 诗书礼乐：

中国人说话，  
**讲究引经据典，喜欢子曰诗云。**  
 春秋诸侯，赋诗言志；  
 历代大夫，登高能赋；  
 “腹有诗书气自华”。  
 君子淑女，知书达理，诗书传家，书香门第。



孔子曰：  
 “不学诗，无以言，不学礼，无以立。”  
 “诗，可以兴、可以观、可以群、可以怨。”

国学教育：  
 兴于诗，习于书，立于礼，成于乐。



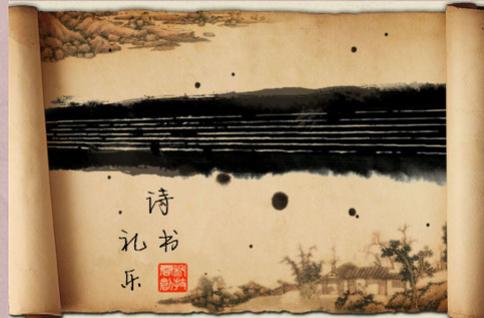
是出言不苟，這是智。不能的說不能，是立行無虧，這是仁。做人能夠達到仁且智，還有什麼不足呢？



经史子集太学术，  
琴棋书画太艺术，  
器物考古太技术，  
诗书礼乐正适度。



诗，而今泛指读诗、赏诗，诵读经典；  
书，而今泛指书法、作文，读万卷书；  
礼，而今泛指知礼、习礼，彬彬有礼；  
乐，而今泛指乐感、乐教，抚琴弹箏。



诗：诵读经典，诗意心灵  
书：书写未来，斐然人生  
礼：演练礼仪，教化润德  
乐：弹唱弦歌，雅乐和情



# 诗 ——谈吐的训练



“不学诗，无以言。”

诗，教会中国人说话的艺术。  
一句好诗，  
不仅是诗咏者本人的个体私语，  
还能成为传唱者广泛的群体共鸣，  
适用于更多场合。



# 诗 ——谈吐的训练

## ① 《诗经》

诗，过去专指《诗经》，现泛指诗词；

## ② 教育部指定中小学古诗词；

## ③ 教育部指定外四种诗词；

（励志诗、哲理诗、抒情诗、景物诗精选）

## ④ 诗评试论：《毛诗序》《二十四诗品》

《人间词话》《诗集传》。



# 书 ——文笔的锤炼

## “字如其人”

在科技化的今天，  
书法越来越成为人们的软肋。  
但字的好坏，  
体现着人的修养，  
代表着人的形象。



是出言不苟，這是智。不能的說不能，是立行無虧，這是仁。做人能夠達到仁且智，還有什麼不足呢

# 书 ——文笔的锤炼

①书，原指《尚书》。《尚书》后，“书”，涵盖三个方面：读书；作文；写字。

②“四书”与“四大名著”：

③大、小“四经”

小“四经” 儒家概论大纲：《三字经》

儒家：《孝经》

道家：《道德经》

释家：《心经》

大“四经” 儒家概论大纲：《中国学术思想大纲》

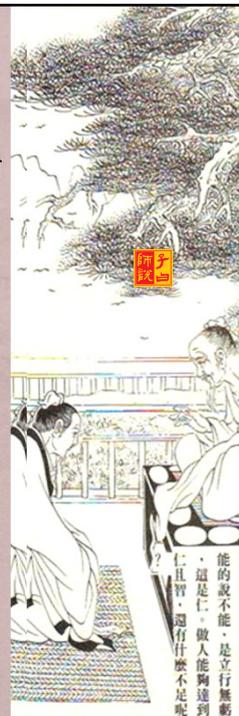
儒家：“四书”

道家：《道德经》

释家：《心经》《金刚经》《坛经》

④中小学必读古文

⑤家书家训



能的說不能，是立行無虧，這是仁。做人能夠達到仁且智，還有什麼不足呢

# 书 ——文笔的锤炼

作文  
引经据典 子曰诗云

读书破万卷，  
下笔如有神。

——唐·杜甫



# 书 ——文笔的锤炼

“用金蛋格，写规范字”



“金蛋格写字法”是由长春大学国学研究发展中心主任金海峰教授研发的文化产品，获得四项国家专利，被誉为“2000年汉字书写的最大发现”。

长春市教育局多次举办长春市中小学“金蛋格硬笔书法大赛”、长春市语文教师硬笔书法培训班，均取得圆满成功。



## 书 ——文笔的锤炼

走笔龙蛇，  
气韵传神。

倚马可待。  
文笔千秋，





诗  
书  
礼  
乐

是出言不苟，這是智。不能的說不能，是立行無虧。這是仁。做人能夠達到仁且智，還有什麼不足呢？

## 礼 ——举止的修炼

“礼以节人”

礼，  
是为了修正行为规范，  
让个人修养更具风采，  
让人际交往更加舒畅。  
学习一点古礼，  
知道一点礼数，  
从心所欲而不逾矩。  
谦谦君子，彬彬有礼；  
窈窕淑女，有礼有节。





诗  
书  
礼  
乐

是出言不苟，這是智。不能的說不能，是立行無虧。這是仁。做人能夠達到仁且智，還有什麼不足呢？

# 礼 ——举止的修炼

① 《周礼》与《仪礼》、《礼记》合称“三礼”。

② 弟子规

③ 青少年日常礼仪规范

④ 宴会礼仪

⑤ 节日与礼



家长带孩子参加宴会，圆桌聚餐，小孩子不可坐在对门最里面的正中位置，因为按中国传统礼教，那个位置是长者、领导、主宾的座位。

坐不中席，行不中道

——《礼记》

成年人聚餐喝酒碰杯，为何酒杯要比对方低些？其实是传统文化中的要求：“自卑以尊人。”这个“自卑”，不是心理上的自卑，而是自己放低身段，表达对对方的尊敬。



中国古代的节日往往是展现古礼的最佳方式。中国社会非常重视敬老，那么对活着的人我们有尊老，爱老，敬老的重阳节，对逝去的人我们有祭奠，怀念，追思的清明节。



### 礼 ——举止的修炼

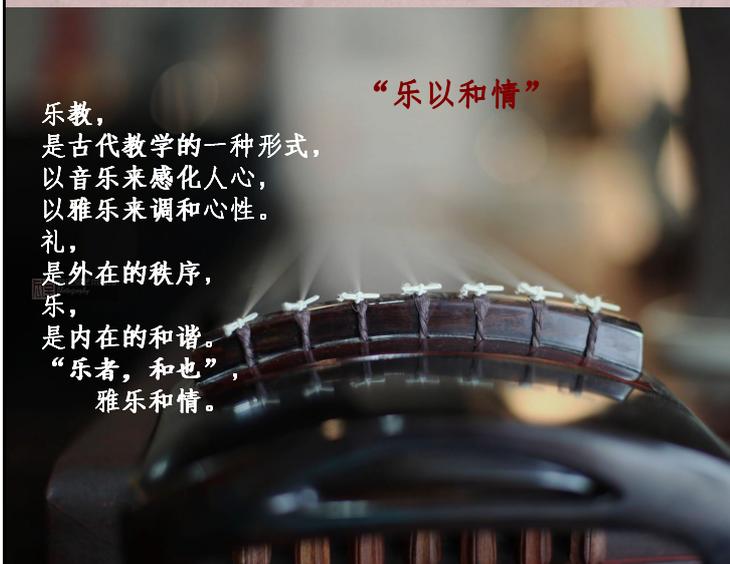
“礼”就是文化，视听言动都要符合文明，就是让行为适宜、举止有度的尺子。



# 礼 ——举止的修炼



# 乐 ——性情的冶炼



# 乐 ——性情的冶炼

“乐”的部分，  
将赏析中国传统民乐的著名古曲。

听懂古曲，理解雅乐之美；  
陶冶性情，滋养心灵之美。

例如：

- 古琴名曲《梅花三弄》
- 古筝名曲《渔歌唱晚》
- 琵琶名曲《十面埋伏》
- 洞箫名曲《平湖秋月》
- 竹笛名曲《幽兰逢春》
- 阮咸名曲《丝路驼铃》
- 二胡名曲《二泉映月》
- 陶埙名曲《苏武牧羊》
- 葫芦丝名曲《竹林深处》等



是出言不苟，這是智。不  
能的說不能，是立行無虧  
，這是仁。做人能夠達到  
仁且智，還有什麼不足呢

# 乐 ——性情的冶炼

再现国器

“左琴右书”

“君子之座，必左琴右书”

“君子无故，不撤琴瑟”，



是出言不苟，這是智。不  
能的說不能，是立行無虧  
，這是仁。做人能夠達到  
仁且智，還有什麼不足呢