

中华优秀传统文化入门

总策划 何明宝
编写 鲁学军

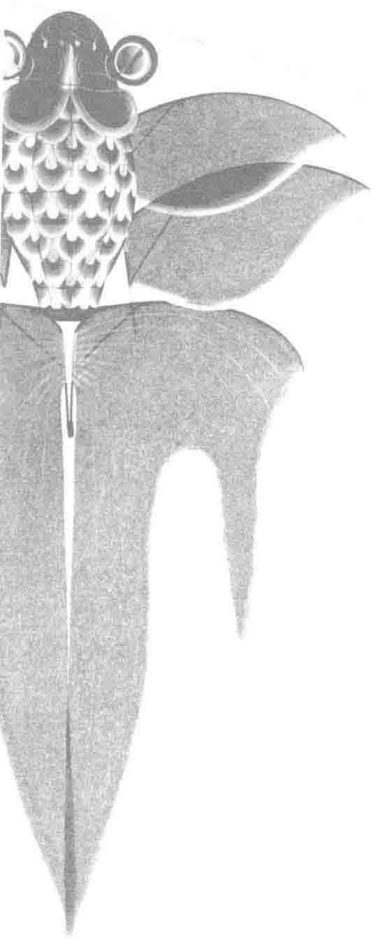


復旦大學出版社



中华优秀 传统文化入门

总策划 何明宝
编写 鲁学军



復旦大學出版社



图书在版编目(CIP)数据

中华优秀传统文化入门/何明宝总策划;鲁学军编写. —上海:复旦大学出版社,2016.1
ISBN 978-7-309-11946-6

I. 中… II. 鲁… III. 中华文化-通俗读物 IV. K203-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 272823 号

中华优秀传统文化入门

何明宝 总策划 鲁学军 编写

责任编辑/陈 军

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路 579 号 邮编:200433

网址: fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>

门市零售: 86-21-65642857 团体订购: 86-21-65118853

外埠邮购: 86-21-65109143

常熟市华顺印刷有限公司

开本 890 × 1240 1/32 印张 4.625 字数 94 千

2016 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 978-7-309-11946-6/K · 557

定价: 20.00 元

如有印装质量问题, 请向复旦大学出版社有限公司发行部调换。

版权所有 侵权必究

在继续深化改革、大力发展社会主义市场经济的新时期，在面临世情、国情、党情的深刻变化、内部和外部环境严峻考验的新形势下，人们的思想观念包括价值观、道德观也相应地发生着变化，呈现出社会主义核心价值观与多元价值观、传统道德与现代思潮等相互交织的复杂局面，使社会伦理生活出现了一系列新的矛盾和困惑。这些现状不仅影响社会风尚和精神文明建设，还或多或少影响到我们青年学生的健康成长。

在这种情况下，加强和改进大学生的思想道德教育，排除各种不健康思想的影响，牢固树立社会主义核心价值观，是思想政治理论课教师义不容辞的责任。为此，我们觉得有必要编写一本传统文化入门读本，通过具体的事例使学生加深对中华优秀传统文化的理解、丰富思想道德教育的内容和形式，使学生能够潜移默化地领会社会主义核心价值体系的内涵。

道德是一种特殊的社会意识形态，也是生活实践智慧和个人修养，更是人类文明的重要内容。个人修养不仅包含树立为人民

服务的世界观，也包含为人、修身、处世的智慧，还包含始终要有一颗平常心去应对日常的烦恼和不幸。道德问题不仅是个思想立场问题，也关系到每个人的荣辱和安危，是人之所以为人的根本所在，所谓“富润屋，德润身”。

思想政治理论教学部的同志们在领受编写任务后，经过不懈努力，完成了这本教学补充读物。它的特点是用通俗的语言和生动的故事深入浅出地介绍和阐释了我国古代一些优良的道德观念，观点新颖正确、内容基本完整、文字表述也较严谨，具有独到见解，同时也能与我们的主流价值观相衔接。

我国古代有着丰富的道德资源，希望大家能够很好地古为今用，取其精华，去其糟粕，把民族精神与时代精神很好地结合起来，开创德育教育的新局面。

本书在原来的《传统道德修养十二讲》的基础上进行了改进和丰富，对青年学生了解我国传统文化不无裨益。谨序。

黄晞建

2015年9月6日

注：黄晞建，江苏溧阳人，教授。历任昂立实业集团副董事、上海市教委德育处处长，现任上海震旦职业学院党委书记。

目前我国高校的思想道德教育过程中，存在着教育内容抽象、空泛和肤浅的现象。激情和感动代替道德的沉思，政治立场混同于个人修养，公德与私德混淆不清，常常说教多于说理，以至于道德教育与生活实践脱节。且不说许许多多学生理想信念淡薄、精神空虚，个人主义、功利主义严重等，就是比较好的学生中间也存在着这样那样的问题，被称为“精致的利己主义”。比如，有些同学虽有所谓的“志向”，但离不开功利追求，不知“志存高远”为何物；有的虽学习努力，可就是不能解决好感情挫折问题；有些同学诚实可信，但却不懂起码的日常礼节；有的同学在学校表现很好，但在家里却对父母不敬；还有的同学喜欢做好事，目的却是哗众取宠，不懂得要“存为善之心，不必邀为善之名”的道理，等等，不一而足。

中华文化是民族精神的载体，也是道德实践智慧。中国古代不仅科学技术发达，而且伦理学也得到了高度的发展，也正是因为此，国学大师梁漱溟先生认为中国哲学是人类早

熟的学问^①。我们今天有很多年轻人，技能学得不错，但做人方面却糊涂，一个很重要的原因就是不知道“道德”究竟是什么，以为“听话”“守规矩”就是道德，这种理解是非常片面的。

长期以来，由于西学东渐和“文化大革命”的影响，文化受到很大冲击，传统文化出现了断层，甚至被国人抛弃。许多中华优秀传统文化早已从人们的生活经验中隐退，大量的经典束之高阁，成为历史陈迹。青年人对我国古代文化更是不了解，甚至妄自尊薄。结果是西方文化没有很好地消化，中国传统又被没继承下来；新的价值观没有树立起，旧的价值观又被遗忘。实际上，改革开放三十年来，人们的文化价值观在很大程度上呈现出混乱的状态，“古为今用、洋为中用”的方针没有得到很好的落实。

一个国家、一个民族的强盛，总是以文化兴盛为支撑的。没有文明的继承和发展，没有文化的弘扬和繁荣，就谈不上中国梦的实现。中华民族具有五千多年连绵不断的文明历史，创造了源远流长、博大精深的中华文化，为人类文明进步作出了不朽的贡献。中华文化积淀着中华民族最深沉的精神追求，包含着中华民族最根本的精神基因，代表着中华民族独特的精神气质，是中华民族生生不息、发展壮大的丰富源泉。

每一个炎黄子孙都有传承中华文化的历史使命，也只有在中华文化的肥沃土壤中滋养才能健康成长。作为青年学生，必须继承传统文化，同时学习借鉴世界优秀文明成果，将民族精神和时

^① 梁漱溟（1893—1988），著有《东西文化及其哲学》，书中认为，在世界三大文明体系中，中国文化早熟。

代精神结合起来，弘扬、光大中华文明，才能无愧于时代。

中国优秀传统文化，决非所谓餐饮、书画、武术、古玩、服饰、歌舞这些表面形式所能代表，也非几个名词概念所能囊括。真正的优秀传统文化一定是人类智慧的结晶，民族精神的血脉。我们今天提倡继承和弘扬中华优秀传统文化，决不能停留在展览式的观赏，而是要深入到学理层面，走进大门，登堂入室。

梁漱溟先生将人类文明分为三大系：古希腊罗马文明、印度文明和中华文明。他认为，这三大系各有特点，都是人类文明的源头。古希腊罗马文明向外散发，注重科学，向自然界进军；印度文明向内探求，开发心灵，重宗教；中华文明面向社会，注重伦理道德。三大文明都有不同的取向和思维方式。今天的世界是西方文明（古希腊罗马一系）一统天下的世界，其特点是科学至上，一切东西都要拿到科学的法庭面前接受审判。相比之下印度文明和中华文明好像显得“落后了”。

然而，事实并非如此。如今，科学技术突飞猛进，科技的开发和利用已呈加速度发展，它像一股巨大的旋风席卷全球。但这一切并没有改变财产人格化和人格财产化，即人的异化这一基本现实，并没有使人有更多的幸福感。当今世界发生的诸多怪异现象，被人惊呼是世界末日到来的魔影；当今世界所面临的人的精神、道德、生态等方面的危机与厄难，构成了时代性挑战。人们开始反思人类生存的真正意义，反思人类幸福的源泉是不是仅仅建立在生产力的巨大发展和物质财富的极大提高上。一百年来，人类的智慧过多地用在了对大自然的开发，忽略对人类心灵、人类社会的反观。人们开始呼唤道德良知，追寻道德的真正起源，

寻觅已经失去的精神家园。于是将目光重新转向了东方文明。

科学的昌明使得我们有可能对道德问题进行科学的探讨，做出客观的、逻辑的论证，以确立科学的道德观。然而，科学是事实判断，求真；而道德是价值判断，求善。事实判断和价值判断完全不同。价值判断必须有宇宙本体论作为支撑，即信仰，而事实判断却不需要。这就是我们经常说的世界观决定人生观和价值观。事实表明，具有很高的科学思维的人不一定具备起码的道德品质，被认为道德很高尚的人不一定懂很多科学知识。简言之，科学不能回答道德问题。

因此，要很忠实地理解中国优秀传统文化，必须适当放弃我们的惯性思维，更多地关注生活实践，还要把理性理解和切身体悟结合起来。如何在浩如烟海的中国文化典籍中吸取其精华？如何识别民族文化的真精神？如何让优秀传统文化复活而不是作秀，重新进入我们的生活世界，并纳入现代知识体系中？这是文化教育工作者义不容辞的责任。

上海震旦职业学院思政部教师，在院长张惠莉女士的鼓励和支持下，进行了一些有益的探索和实践。于2013年印发了《传统道德修养十二讲》一书，作为德育教育的补充读本。书中汇集了一些我国古代的道德箴言，挑选了十二个重要概念，并用通俗的方式介绍给学生。目的是使同学们扩大和加深对我国优良道德传统的认识和理解，也试图使道德教育更加具体化、故事化，更贴近生活实践。

这个读本虽然简陋，却得到了学生和老师的肯定。就在我们考虑修订和增补这个读本的时候，2014年9月，中共上海市

教育卫生工作委员会、上海市教育委员会为进一步深入学习贯彻党的十八大届三中全会和习近平总书记系列重要讲话精神，积极培育和践行社会主义核心价值观，大力弘扬中华优秀传统文化，决定在上海高校组织开展“大学生社会主义核心价值观和中华优秀传统文化教育”优秀项目申报工作。我们欣然申报，并得到批准。

2014年2月24日，习近平总书记主持中共中央政治局第十三次集体学习时强调：“培育和弘扬社会主义核心价值观必须立足中华优秀传统文化。中华文化源远流长，积淀着中华民族最深层的精神追求，代表着中华民族独特的精神标识，为中华民族生生不息、发展壮大提供了丰厚滋养。要努力用中华民族创造的一切精神财富来以文化人、以文育人。”2014年4月，教育部出台《完善中华优秀传统文化教育指导纲要》，其中指出：“中华优秀传统文化和社会主义核心价值观具有内在的、历史的联系。继承弘扬中华优秀传统文化，要与培育和践行社会主义核心价值观紧密结合。”

借着这股强劲的东风，以中央文件精神为指导，我们补充、修订和扩编了这本教材，更名为“中华优秀传统文化入门”。它的特点是以经典集粹为线索，讲解和讲故事相结合，夹叙夹议，通俗易懂。将古代文言和现代汉语适当结合起来，将古代智慧与现代问题结合起来，将传统价值观与社会主义核心价值观衔接起来，将道理融入故事中。所采用的故事大多来自中国历史典故，以拓宽视野。

由于编者水平有限，书中不足之处在所难免，盼望得到方家的批评指正。

前言 1

第一讲 孝悌 1

第二讲 诚信 11

第三讲 慎独 19

第四讲 知耻 29

第五讲 博学 37

第六讲 笃志 47

第七讲 持敬 55

第八讲 守静 63

第九讲 正气 71

第十讲 大勇 79

第十一讲 忠恕 89

第十二讲 仁义 97

第十三讲 礼乐 107

结束语 117

附录 124

一、中国古代经典文章选读 124

二、中国古代名言选录 128

主要参考文献 133

后记 134

第一讲

孝 悌

夫孝，天之经也，地之义也，民之行也。（《孝经》）

夫孝，德之本也，教之所由生也。（《孝经》）

孝悌也者，其为仁之本与。（《论语》）

夫孝，百行之冠，众善之始也。（《后汉书·江革传》）

译文：

孝是天经地义的事情，人人都不可缺。

孝是道德的根本，学习道德必从学习尽孝开始。

孝敬父母、亲爱兄弟姊妹，是为善的根本。

孝是所有善德中最重要的、首要的。

孝，“善事父母者”，是对父母的孝顺；悌，“善兄弟”，指兄弟姊妹相爱。孝悌是我国古老的道德传统，父慈子孝，兄弟姊妹之间真诚相爱。孝敬父母是天经地义的事情，是一个人最起码的道德，是行善的根本，也因此是德育的重要内容。如果一个人做不到孝悌，那么，他的其他品德都是可以怀疑的。对父母不孝，不可能对朋友忠心；兄弟不和，不可能有良好的人际关系。父慈子孝才能家和，家和才能万事兴。孝悌是保持和谐家庭的根本，也是社会和谐的根本。所以说：“百善孝为先。”

我国民间有很多孝顺的故事，被传为美谈，如二十四孝。

孝感动天。据传说，大舜为远古帝王，五帝之一，姓姚，名重华，号有虞氏，史称虞舜。相传他的父亲瞽叟、继母以及异母弟象，多次想害死他：让舜修补谷仓仓顶时，他们从谷仓下纵火，舜手持两个斗笠跳下逃脱；让舜掘井时，瞽叟与象却下土填井，舜掘地道逃脱。事后舜毫不嫉恨，仍对父亲恭顺，对弟弟慈爱。他的孝行感动了天帝。舜在厉山耕种，大象替他耕地，鸟代他锄草。帝尧听说舜非常孝顺，有处理政事的才干，把两个女儿娥皇和女英嫁给他。经过多年观察和考验，帝尧选定舜做他的继承人。舜登天子位后，去看望父亲，仍然恭恭敬敬，并封他的异

母弟象为诸侯。“队队春耕象，纷纷耘草禽。嗣尧登宝位，孝感动天心。”大舜因至孝而感动天地，他的故事被列为历代孝行故事之首。

亲尝汤药。汉文帝刘恒，是汉高祖刘邦第三子，为薄太后所生。公元前180年即帝位。他以仁孝闻名于天下。侍奉母亲从不懈怠。母亲卧病三年，他常常目不交睫，衣不解带。母亲所服的汤药，他亲口尝过后才放心让母亲服用。他在位二十四年，重德治，兴礼仪，注意发展农业，使西汉社会稳定、人丁兴旺，经济得到恢复和发展。“仁孝临天下，巍巍冠百王。莫庭事贤母，汤药必亲尝。”他与汉景帝的统治时期被誉为“文景之治”。

类似的故事很多，都折射了我国传统中的孝文化。

孝是一种感恩，对父母辛苦抚养的深深感激和报答，也是一种爱的回报，是人间美好的情愫。孝道能充实生命的萌芽，导引生命之旅的方向，提升人生境界，是一个人立身处世的基本品德。“生育之恩，浹乎宇宙，顾复之德，等同昊天。”

家是一个人的根，是一个延续传统伦理的基地。生命从中得到滋养、成长、成熟，人生的价值与意义也从中得到启发与实现。人在成长之初，有较长的幼儿依赖期，由于得到了父母亲情的特殊关怀，渐渐长大。长大后，身心和父母仍有长期的依赖性。家庭满足了人性的要求，人们从人性相通的原始情感中，对父母有最深切的关怀。这个人性相通的真实心灵，是由内而发的道德实践，是父慈子孝的人伦基底。孝顺的内涵即是回归心灵深处的那点情愫，对人类社会、宇宙人生的真诚关怀。谚语云：“以父母之心为心，天下无不友之兄弟。以祖宗之心为心，天下

无不知之族人。以天地之心为心，天下无不爱之民物。”

我们伴随父母走过老年，看着他们肩膀不再坚实，头发日渐花白，甚至不时病痛，但是，他们的心灵经过岁月的洗练，自然发出一种光明，可以烛照烦嚣的世事与人情。老人是人类的宝藏，社会越是文明就越重视老人。常言道，“家有一老，如有一宝”。尤其在陪伴至亲的父母面临这些困境时，我们自然会对生命作一整体而深刻的反省，由此确立自己更真实的人生信念。

我们在家庭中最容易流露真性情，真纯的品德是在家里培养出来的，因此，品德修养的基础当以孝为首要。唯有从家庭开始，和谐根本的人际关系才能形成，才能存友善之心，正常的生活秩序才能建立，个人才能融合于更广泛的群体社会。相反，相当多的缺德事件和人生悲剧都源于家庭的破碎和不幸。所以，人生须以孝德为本，才有真正的成就和满足。“羊有跪乳之恩，鸦有反哺之孝”，动物尚如此。

有人问孔子，什么是孝？孔子说：“至于犬马，皆能有养，不敬，何以别乎？”不要认为能养老就叫孝，给钱就是孝。一个人孝不孝，不在于金钱财物上，主要在态度上。还有一次，孔子的弟子问他什么是孝，孔子回答：“色难。”这里的色指的是脸色、面色。对父母有一个好脸色，比给他们钱让他们更感觉幸福。相随心生，能给父母好脸色的人，必是一个有爱心的人。一个有爱心的人必生和气，有和气的人必生愉色，有愉色的人必生婉容。总之，尽孝要心诚而不是做做样子给父母或别人看。就如同《菜根谭》所说：“父慈子孝，兄友弟恭，纵做到极处，俱是合当如此，着不得一丝感激的念头。”

有一种情况需要读者注意：儒家认为，轻易毁伤自己的身体也是一种不孝。比如自杀、盲目冒险等。《孝经·开宗明义章》曰：“身体发肤，受之父母，不敢毁伤，孝之始也。”我们的身体毛发皮肤是父母给我们的，我们必须珍惜它、爱护它，因为健康的身心是做人做事的最基本条件，爱护它就是行孝尽孝的开始。而身心健康，按正确的原则做人、做事，让自己的名字为后人所景仰，就会让后世知道自己的父母教导有方，培养出了一个优秀儿女，这是人行孝尽孝的结束。由此可以得出结论：毁身敬孝是一种不孝行为。例如，为了用钱孝敬，竟然卖血、卖身，美其名曰孝。曾经有媒体报道说，一个小女孩为了给常年在外打工的父亲治肾病，卖掉了自己的一个肾，还把此事作为正能量大肆渲染。这是混淆是非，黑白颠倒。中华传统文化的孝悌观念，决没有此意；退一步说，即使有，也是对孝的错误理解，是糟粕。

今天年轻的一代，大多数是独生子，独生子的社会问题之一就是淡化了我国传统中的“孝悌”，以为父母生我养我天经地义，被人服侍天经地义。现在，虽说社会进步了，人们的生活水平也提高了，但虐待老人的案件仍时常发生。每年都会接到相当多的虐待老人案件的报告。更遗憾的是当今中国年轻人对“孝”的理解还不如日本人和韩国人。有些人唯我独尊，目无尊长，行为放肆，出言不逊，还自认为是现代派、追求自由。有些女孩子找男朋友的时候，往往注重外表是不是帅，家庭是不是富裕，而不怎么关心他在家是不是孝顺，甚至要求男方对自己好，不要对他父母好。要知道，如果他对他自己的父母不孝，对兄弟姐妹冷漠，即使对你海誓山盟，你怎敢相信他？如果你阻止他孝敬老人，你