



美德书

〔美〕贝内特◎著

王睿◎译

THE BOOK OF VIRTUES



附赠 CD 音频朗读光盘

《美德书》（全一册） 著者：〔美〕贝内特 译者：王睿

（北京联合出版公司）

美德书

THE BOOK OF VIRTUES

〔美〕贝内特◎著 王睿◎译

附赠 CD



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目(CIP)数据

美德书 / (美) 贝内特著; 王睿译. — 北京: 北京联合出版公司, 2015. 10

(新课标必读丛书)

ISBN 978-7-5502-5904-1

I. ①美… II. ①贝… ②王… III. ①品德教育—青少年读物 IV. ①D432.62

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第191647号

美德书

出版统筹: 新华先锋

责任编辑: 喻 静

封面设计: 先锋设计

版式设计: 杨祎妹

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)

北京中创彩色印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数144千字 620毫米×889毫米 1/16 15印张

2015年10月第1版 2015年10月第1次印刷

ISBN 978-7-5502-5904-1

定价: 26.80元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本社图书销售中心联系调换

电话: 010-88876681 010-88876682

序 言

本书旨在帮助人们完成一项伟大的工作：孩子们的道德教育。道德教育是要培养孩子的心智向善，它包括很多方面，涉及到生活中的规则和戒律——在我们的日常生活中，什么事情可以做，什么不可以做——也包括具体的指导、规劝以及训练。道德教育是为孩子提供良好习惯的训练。亚里士多德这样写道：幼年时养成的良好习惯可以改变人的一生。道德教育还要明确一个好的道德榜样的重要性。有人说，在孩子的漫长成长过程中，没有什么能比默默无声的榜样力量更加有力、更加有影响了。要想培养孩子拥有严肃的道德感，那么周围的成人必须时刻在孩子面前表现出严肃的道德感，因为孩子是用自己的眼睛认识世界，看到成人严肃的道德感的。

除了日常生活中的习惯、戒律和榜样以外，道德教育还要培养孩子掌握“道德文字”。本书汇集的各种小说和其他形式的文字就是为了让孩子们有一个学习这种道德文字的机会。本书的目的就在于让父母、老师和孩子们一起看到美好的道德究竟是什么样子的。它们是如何展现在现实生活中的，如何辨别它们，它们又是如何起到作用的。

其实，这本《美德书》是一本道德文字的“指南书”。如果我们希望我们的孩子能够拥有我们心中所崇敬的重要人物身上的所有美德，我们首先要做的就是教育我们的孩子认识这些美好的道德，让他们明白为什么这些道德是值得我们羡慕和模仿的。孩子们也要学会辨识这些美好道德的外在表现和具体内容。他们对这种道德文字至少要达到一个认识的水平，这种水平能令对自己未来的生活有一种深刻而又明确的认识，

而且会像我们所希望的那样，能帮助他们生活得更好。

既然如此，我们能在什么地方找到可以帮助我们孩子的材料呢？答案其实很简单，我们根本不用重头做起，我们这里有丰富的材料可供家长和老师选择，差不多所有的学校、家庭和教堂，在帮助孩子们养成美好道德的过程中都采用过这些材料，其中的一些材料已经不再被人们所使用，当然，这些也在本书的收录范围之内。

大部分美国人都推崇“诚实守信、同情博爱、勇气和坚韧”这些基本的品格，它们都是美德。但是，由于人并不是生下来就拥有这些道德认知的，他们需要在漫长的成长岁月中学到这些美德到底是什么。我们可以为孩子提供关于美德教育方面的阅读材料，帮助他们认识并且崇尚这些美好的品格。我们可以邀请孩子们认真分析这些小故事、历史事件以及名人生平的基本道德含义。

在这本《美德书》里，囊括了许多精彩的美德故事，当然也汇集了一些相应的反面故事。本书就是把其中最优秀的、最古老的、最感动人心的故事的辑合在一起。

我们的孩子知道这些小故事、这些优秀的作品吗？很遗憾，他们中的大多数人都不知道。因为那些故事和作品一直流传在我们的口中、我们的视界中，也有的消失了很久。现在，我把这些美德教育方面的小故事汇集成一本《美德书》，就是在挑起这副重任。

本书中的小故事清晰明了，直指人们的内心，唤起人们的道德感。它并不是一本让你一页页地从头看到尾的令你感到疲惫的书。它是一本供你放在案头随时翻阅的书，翻到你喜欢阅读的篇章后，可以做一些简单的标记，大声读给家人听，或是摘抄下其中的某些片段。在此，我希望父母和老师们能抽出一点时间来阅读本书，发现或是重新发现其中优秀的道德文字，以此来教育自己的孩子。

最后，我希望这本《美德书》是一本能够鼓舞人心的书。我们曾经

读过一些书，生活中也经历过一些事情，它们并没有起到催人奋进的效果。我希望本书会与它们截然不同，希望它是一本能够催人奋进的书，我希望它能令我们的孩子看到人性中“善”的一面。在这里，我要引用圣保罗的一句话：“真实之事亦即荣耀之事，正确之事亦即纯洁之事，可爱之事亦即具有良好声誉之事，如果存在任何杰出或值得赞誉之事，就让你的思想停留在它们之上。”

我希望读者会投入极大的热情阅读本书，并把他们的思想永久停留在这些事情之上。

贝内特

目 录

CONTENTS

第一篇 同情博爱

- 感恩的心 / 002
- 此生两依依 / 005
- 你就是百万富翁 / 008
- 用真诚打动别人 / 010
- 最美丽的人 / 012
- 让孩子自己走 / 014
- 原谅你的父母 / 016
- 宽容与感恩 / 019
- 两次募捐 / 021
- 知心的礼物 / 023
- 如何说分手 / 026
- 失去敌人 / 028
- 爱的真谛 / 030
- 爱的遗赠 / 033

第二篇 责任义务

- 分期付款 / 036
- 为母亲洗脚 / 038
- 自傲的父亲 / 040
- 不敢辜负的信念 / 042
- 天生我才必有用 / 044
- 母亲的账单 / 047
- 夫妻之间 / 049

- 回报的方式 / 052
把敌人也要当人 / 054
幸福的秘密 / 056
你在为谁打工 / 058

第三篇 友情和谐

- 珍惜是福 / 062
真正的朋友 / 064
善的回声 / 067
化敌为友 / 069
患难之交 / 071
最纯真的祝贺 / 075
朋友和工作 / 077
修补友谊 / 079
奇迹般的爱 / 081
珍惜友谊 / 085
心病 / 088
最浪漫的礼物 / 090

第四篇 交流沟通

- 君子之争 / 094
父与子 / 096
购买父亲一小时 / 099
准时的约会 / 101
那是你自己的事 / 103
儿子，我也爱你 / 106
伸手攫住机会 / 108
莫忘致谢 / 110
互换角色 / 113

第五篇 刚毅果敢

- 不认输就不会输 / 118
- 人定胜天 / 120
- 人生之路多荆棘 / 122
- 努力向前迈进 / 124
- 直逼目标 / 126
- 有压力才能激发潜力 / 128
- 68岁考耶鲁 / 130
- 充满信心的冒险 / 132
- 接受挑战 / 134
- 维护尊严 / 136
- 战胜软弱 / 138

第六篇 勇敢坚韧

- 有志不在年高 / 144
- 拥有自信 / 147
- 勇敢者令人敬畏 / 150
- 笑迎挑战 / 152
- 法拉第的勇敢 / 154
- 用坚韧达到目的 / 156
- 坦然面对失败 / 158
- 坚持到最后 / 160

第七篇 诚实守信

- 诚信的潜力 / 164
- 只贷一美元 / 166
- 一诺千金 / 168
- 君子交易 / 170
- 诚实为本 / 172

信 任 / 174
狡猾是一种冒险 / 176
诺 言 / 178
您只是顾客 / 180
奖赏诚实 / 182

第八篇 忠诚坚定

扬长与避短 / 186
成为自己的主人 / 188
行行出状元 / 190
画画的境界 / 192
坚持的力量 / 195
积极的态度 / 197
相信自己 / 199
信仰的力量 / 201
内心最重要 / 203
再坚持一下 / 205

第九篇 自理自律

一分钟都不要浪费 / 210
贵在专心 / 212
注意外在形象 / 214
认识自己 / 216
冲动的惩罚 / 218
不要出风头 / 220
谨言慎行好处多 / 222
克制冲动 / 224
愤怒时请闭嘴 / 226
把身边的事干好 / 228

第一篇 同情博愛

The Book of Yikwei

感恩的心

寻求快乐的一个很好的途径是不要期望他人的感恩，付出是一种享受施予的快乐。

——卡耐基

在一个闹饥荒的城市里，一个殷实而且心地善良家庭的面包师把城里最穷的几十个孩子聚集到一块，然后拿出一个盛有面包的篮子，对他们说：“这个篮子里的面包你们一人一个。在上帝带来好光景以前，你们每天都可以来拿一个面包。”

瞬间，这些饥饿的孩子仿佛一窝蜂一样涌了上来，他们围着篮子推来挤去大声叫嚷着，谁都想拿到最大的面包。当他们每人都拿到了面包后，竟然没有一个人向这位好心的面包师说声“谢谢”就走了。

但是有一个叫艾丽斯的小女孩却例外，她既没有同大家一起吵闹，也没有与其他人争抢。她只是谦让地站在一步以外，等别的孩子都拿到以后，才把剩在篮子里最小的一个面包拿起来。她并没有急于离去，她向面包师表示了感谢，并亲吻了面包师的手之后才回家。

第二天，面包师又把面包的篮子放到了孩子们的面前，其他孩子依旧如昨日一样疯抢着，羞怯、可怜的艾丽斯只得到一个比前一天还小的面包。当她回家以后，妈妈切开面包，许多崭新、发亮的银币掉了出来。

妈妈惊奇地叫道：“立即把钱送回去，一定是揉面的时候不小心揉进去的，赶快去，艾丽斯，赶快去！”当艾丽斯把妈妈的话告诉面包师的时候，面包师面露慈爱地说：“不，我的孩子，这没有错。是我把银币放进小面包里的，我要奖励你。愿你永远保持现在这样一颗平安、感

恩的心。回家去吧，告诉你妈妈这些钱是你的了。”她激动地跑回了家，告诉了妈妈这个令人兴奋的消息，这是她的感恩之心得到的回报。

一个心中不知感恩的人，是永远不会满足的人，也是一个不懂得珍惜现在所拥有的人。怨天尤人是他们的习惯，嫉妒是他们内心的火焰，在这样的人心中，别人的成果与成功都是靠运气得来的。他们整天被怨恨的情绪所啃噬，搞得自己痛苦不堪。

而对生活怀有一颗感恩之心的人，即使遇到再大的灾难也能熬过去，因为他们懂得珍惜。那些常常抱怨生活，总爱发泄怨气的人，就算在人人羡慕的地方工作，在舒适的豪宅里居住，他们也不会感觉到幸福。

一个心怀感恩的人心中充满了美好，他会感激一切让他快乐的人和事。

一天，朋友向我讲述了她的小女儿——一个懂得感恩的小女孩的故事。她的女儿每天晚上临睡前都要回忆自己一天所经历的人和事，并要在心中默默“感激”三个人、三件事。

当然，这个任务是朋友安排给她的，因为她想让女儿从小学会看到人生美好的一切，并真心地感恩。一个常常感恩的人才会惜福，才会快乐，心灵才会圆满温润。

一天晚上，她的女儿练完琴很久也没有上床，呆呆地坐在那，不知在想着什么。她问女儿怎么了，女儿为难地告诉她，今天，她谢过了为自己剪指甲的奶奶，为她上琴课的老师，为她们班做卫生的钟点工以及老天没下雨……可是，还少一件事需要感谢，想来想去也想不出需要感谢什么了。

朋友看着女儿苦思冥想的可爱状，建议说：“只要让你快乐的事，都值得去感激。”女儿看着她，一会儿脸上现出了开心的笑容。她说，妈妈种在阳台上的茉莉花开花了，这事令她最开心了，茉莉花那么香，那么美，她要谢谢花开了！

朋友为女儿的话感到非常开心，她说想不到女儿如此有心，而且诗意盎然。

听了朋友的讲述我也被她女儿的话感动了。6岁的小女孩已开始会感谢花开；等到秋天，她就会感激硕果；到了冬天，她一定会觉得富饶而感到满足。

心灵感悟

在这个世界上，没有谁对你的帮助是理所当然的，正所谓“滴水之恩，当涌泉相报”。一个怀有感恩之心的人，会得到生活所赋予的最大、最满意的回报，并且他的人生也注定是幸福的。

此生两依依

当命运给我一个酸的柠檬时，让我们设法把它制造成甜的柠檬汁。

——雨果

初看起来，好像是两个女孩子在尘土飞扬的操场上奔跑，然后成了一个人。两顶粉红色滑雪帽，两张一样的漂亮脸蛋——其中一个正笑得开心，另一个则皱着眉头。但是，在她们的脖子下面却不是人们所想的那样，而是，在紫色毛皮风雪大衣下面仅有一双胳膊和一双穿着橡胶靴的脚。

这是一对孪生姐妹。在她俩的卧室里，有一张双人床，床上铺着带有狮子王图案的被子。这正是她们俩睡觉的地方，而她们俩的生活则具有唯一性和双重性。“这是我，”布瑞坦妮说着，指向墙上的一张快照。阿碧盖尔则很快指着一个古色古香的柜子说：“我很小的时候，爸爸就把它给了我。”说完，她做了一个音乐表演时的动作。接着，这对姐妹脚尖点地欢快地旋转起来，就像一只上足了发条的音乐娃娃。

当有人问起她俩的情况的时候，布瑞坦妮声称：“我不愿被分开。”“我也不想有两个脑袋。”阿碧盖尔这样说。

阿碧盖尔和布瑞坦妮是一对连体孪生姐妹，她们都有自己的心脏和胃，但共有三个肺，其脊背由一个椎骨连接，她们的腰部以下都像个人一样的器官，各自控制自己的四肢、躯干以及感情，但同时她们又有自己独特的一面：如果你只是挠她们右边的肋骨，就只有阿碧盖尔格格地笑。

这个家庭洋溢着安乐祥和的气氛。阿碧盖尔和布瑞坦妮的父母亲具

有坚韧不拔的精神，帮助她们克服重重困难。“我从来没有说过‘为什么这种事会发生在我们身上’这样的话。”父亲迈克说。相反地，他们好像非常喜爱这一对逐渐长大的女儿。父母不仅教她们游泳、骑车，而且还回答她们俩提出的像‘来自同一个卵’这样的特殊问题。母亲给她们买时髦套装，然后请裁缝改做一下上装。“裁剪两个分开的领口是非常重要的，”母亲帕蒂说。“否则她们看起来就像一个人。”父母亲还鼓励她们善待每一件事，保持独特的个性。

关于阿碧盖尔和布瑞坦妮是否能够被分离，专家们各持己见。但对他们的父母亲而言，他们始终是明智的，因为近来纽约和圣地亚哥的两个例子已经证明做这样的手术是不成功的。“你能够在她俩中间选择一个生存下来吗？”迈克问，“即使说她们俩经过手术都生存下来，以后她们将会过一种怎样的生活？她们将会多次动手术，经常遭受痛苦，而且她们每人都只有整个身体的一半。”她们俩就是被这样安全地“保留”了下来。

像许多孪体胎儿一样，阿碧盖尔和布瑞坦妮在语言和行动上常常保持一致。当她俩与伙伴们玩牌的时候，故意把牌洗得很乱。当布瑞盖妮咳嗽的时候，阿碧盖尔的右手会自动地捂住妹妹的嘴。阿碧盖尔总是对布瑞坦妮说：“你正在想我现在正在想的问题吗？”布瑞坦妮说：“当然啦！”接着，她俩就一句话不说，径直向卧室走去，因为她俩都想读同一本书。

这对孪体姐妹目前就读于鲁塞兰的一所小学。班里有 11 个学生。今天她们的老师康妮让她们用纸剪雪人。她总是给这对孪生姐妹一个自由选择的机会：设计两个单个或者一个连体的图样。尽管姐妹俩经常互相帮助，但却从不抄袭。而这一次，她们决定合作。因为用一只握着纸的手去剪纸是根本不可能的，所以为了剪好每一个图形都花费她们两倍的时间。最后，她们剪的雪人是所有学生中设计最好的。对布瑞坦妮和

阿碧盖尔来说，自由总是伴随着限制而来。迈克望着这对正处于青少年阶段的孪生姐妹，一方面忧心忡忡，另一方面则总是保持乐观的思想。迈克常常像所有自豪的父亲那样滔滔不绝地讲起女儿们的志向——阿碧盖尔想成为一名牙科医生，布瑞坦妮则想当一名飞行员。她们的父亲微笑道：“当其中一个正在飞行、另一个正在做手术的时候，那是很难的，但她们会战胜自我，做一切事情。”

心灵感悟

命运压不垮坚强的人，只会使他们更加坚强。许多奇迹都是那些坚强的人在逆境中创造的。所以，不要认为自己的命运已经注定而放弃改变它的机会，倘若这样，命运或许就真的无法改变了。