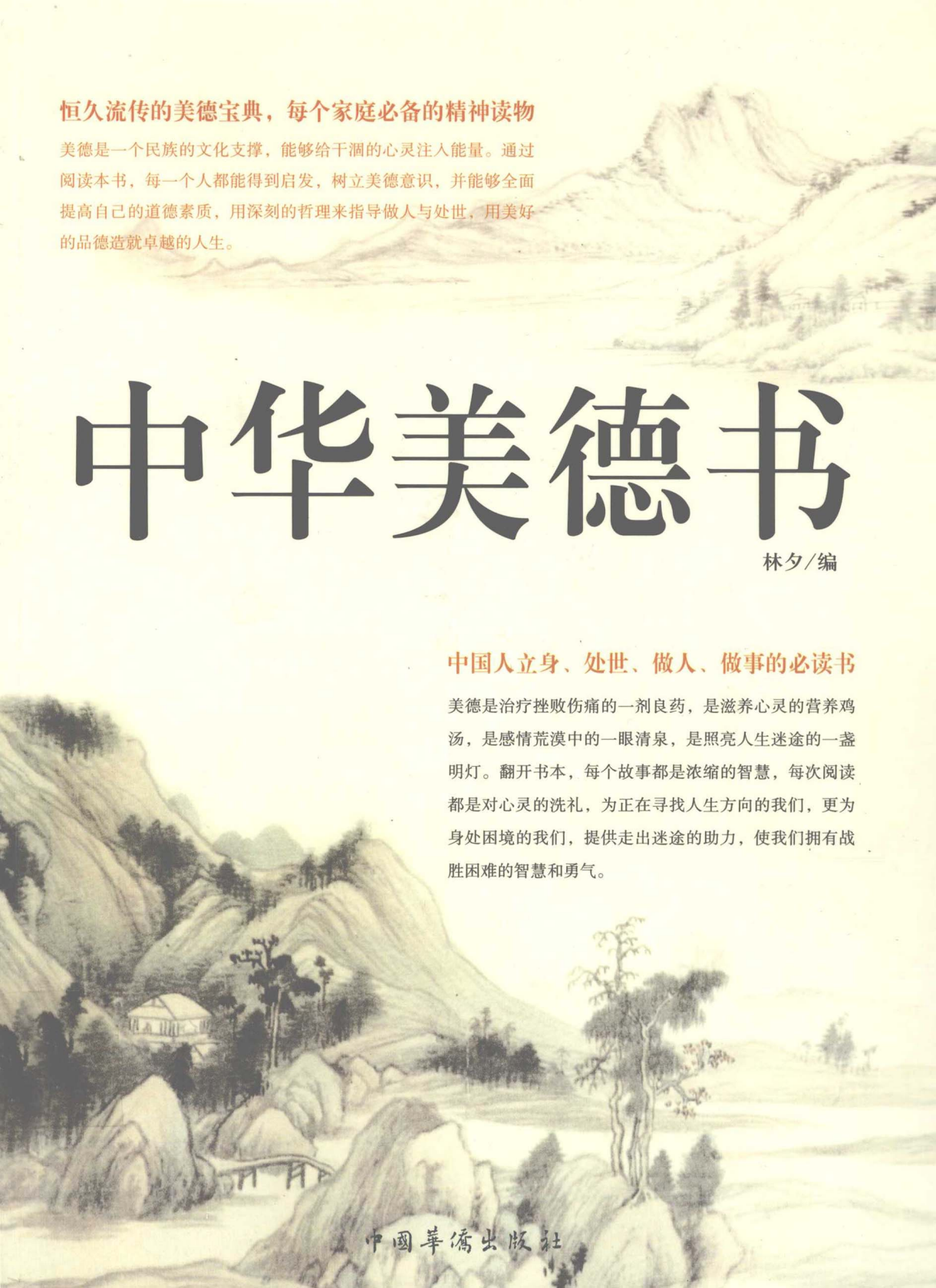




恒久流传的美德宝典，每个家庭必备的精神读物

美德是一个民族的文化支撑，能够给干涸的心灵注入能量。通过阅读本书，每一个人都能得到启发，树立美德意识，并能够全面提高自己的道德素质，用深刻的哲理来指导做人与处世，用美好的品德造就卓越的人生。

中华美德书

林夕/编

中国人立身、处世、做人、做事的必读书

美德是治疗挫败伤痛的一剂良药，是滋养心灵的营养鸡汤，是感情荒漠中的一眼清泉，是照亮人生迷途的一盏明灯。翻开书本，每个故事都是浓缩的智慧，每次阅读都是对心灵的洗礼，为正在寻找人生方向的我们，更为身处困境的我们，提供走出迷途的助力，使我们拥有战胜困难的智慧和勇气。

中国华侨出版社

中华美德书

林夕 编

中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中华美德书 / 林夕编. —北京: 中国华侨出版社, 2012.7

ISBN 978-7-5113-2567-9

I. ①中… II. ①林… III. ①品德教育 - 中国 - 通俗读物 IV. ①D648-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第154500号

中华美德书

编 者: 林 夕

出 版 人: 方 鸣

责任编辑: 子 锐

封面设计: 中英智业

文字编辑: 关 昕

美术编辑: 宇 枫

经 销: 新华书店

开 本: 710mm × 990mm 1/16 印张: 19 字数: 270千字

印 刷: 北京德富泰印务有限公司

版 次: 2012年9月第1版 2012年9月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-2567-9

定 价: 39.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成达大厦三层 邮编 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

发 行 部: (010) 88859991 传 真: (010) 88877396

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

前言

中国既是礼仪之邦，更是美德之国。几千年的中华历史长河的绵延，不仅创造了高度发达的物质文明，也建成了宏大的精神文明宝库，形成了高尚的道德准则、完整的礼仪规范。源远流长的中华传统美德，作为传统文化中最富生命力的核心部分，是中国人世代生存、发展的基本准则，是中华民族屹立于世界民族之林的思想支撑。

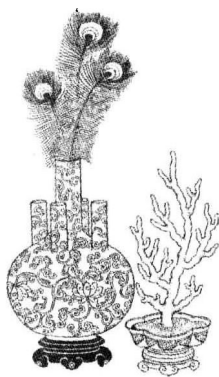
美德不仅是人们行为的道德规范，更是做人的基本条件。一个有道德的人，总是能够以诚信、正义和仁慈去规范自己的行为。中国人历来重视人伦道德的培养，歌颂明礼诚信、仁爱助人、热爱劳动、尊老爱幼等美德，倡导“言忠信，行笃敬”的为人处世原则，推崇“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”的高尚人格。古今中外，但凡品德高尚的人，无不受到人们的爱戴与推崇。

仁，以天下为己任，爱人宽人；义，公正、合理，合乎道义；礼，为人处世的根本；智，多谋善断，机敏；信，诚实守诺，立足之本；忠，诚心尽力，肝胆相照；孝，为人之根本，立世之基石；廉，为政的行为规范；耻，内心有愧，知耻之心是人之天良；勇，有胆量，勇担当，敢作敢为；勤，勤奋努力，是通往成功的途径；专，意志坚强，有耐心，能持久；公，意味着不偏私、公平；和，心态平和，调和万物，放低姿态，生发力量；恭，谦逊有礼，不侮人，人亦不侮；俭，俭约谦让，自我约束，不放纵；让，看淡一切，不争是福；悌，兄弟友爱，手足有情。

《中华美德书》从仁、义、礼、智、信、忠、孝、廉、耻、勇、勤、专、公、和、恭、俭、让、悌等最能代表中华传统美德的十八个方面入手，从数不胜数的中华传统美德故事中撷取具有代表性的事例，分

类编排，内容详尽，故事生动，教育性强。阅读每一个故事都是一次对心灵的洗礼，都会让读者感受到道德的馨香。

好品德是我们的文化支撑，能够给干涸的心灵注入能量；好故事是我们的精神食粮，充溢着思想之美和灵魂之美。这是一部可以伴随终生的精神读物，让你在获得感动和愉悦的同时，领略美德的真谛和馨香，用深刻的哲理来指导为人处世，让美好的品德造就卓越的人生。



目 录

第一篇 仁——万物之命，映照亘古中华

第一章 德善兼备，为君子也·····	2
宋太宗雪中送炭，百姓深感其德 ·····	2
汤仁天下，网开一面 ·····	3
子产放生，小善看大善 ·····	4
得道多助，失道寡助 ·····	4
坚守自己的道德底线 ·····	5
小善与大善 ·····	6
不要走出道德的范畴 ·····	7
第二章 仁爱为先，克己容人·····	8
让人心服，而非征服 ·····	8
互相体谅才能获得别人的理解 ·····	9
宽容可以解脱自己 ·····	10
刘备誓死不离荆州百姓 ·····	10
海纳百川，有容乃大 ·····	11
德是安身立命之所在 ·····	12
曹参用仁德体现生命价值 ·····	13
只有爱才能让人变快乐 ·····	14

第二篇 义——舍生取义，尽显高尚气节

第一章 朋友情，义之所在·····	16
以诚心相交 ·····	16
鲁肃指困，高洁品格 ·····	17
割席断交，交志同道合之友 ·····	18

白头如新，以诚相待	19
管鲍之交，情义无价	20
与英雄为伍	21
张宗全“认错”	21
一个半朋友	22
第二章 舍生取义，高尚情操	24
“义气墩”的传说	24
田横舍生取义	25
不背信弃义的韩信	26
真诚的价值在于可以置换	27
聂政感动天地	28
人生需要结交义友	29
江湖领袖“及时雨”宋江	30
患难朋友最值得珍惜	31

第三篇 礼——不学礼，无以立

第一章 谦让有礼，美德社会	34
“礼”是人最好的门面	34
适可而止才是君子之道	35
礼貌用语是最基本的礼节	36
礼就是真	37
不做“好好先生”	37
君臣之礼	38
每一个人都值得你尊重	39
第二章 尊师重教，奠基未来	41
程门立雪，尊师求学	41
尊敬师长，古之美德	42
尊师最终成大器	43
不忘师恩	44

第四篇 智——精韬略，善运筹

第一章 华夏智慧，取之有道·····	46
勤于思考，善于思考·····	46
知识更需要尊重·····	47
王充著书立说，传承智慧·····	48
百尺竿头，提升智慧·····	49
智慧在于读活书·····	49
切莫死背教条·····	50
熟读而精思·····	51
亡羊补牢，为时不晚·····	52
第二章 聪辩达世，巧用智慧·····	53
善下则百川汇集·····	53
秦穆公求贤若渴·····	54
智君用智者·····	55
孔明借东风，巧用智慧·····	56
孙臆智胜庞涓·····	57
抛开固定的思维模式·····	58
不张扬，保其全·····	59

第五篇 信——人而无信，不知其可也

第一章 言必信，行必果·····	62
说到还必须做到·····	62
蔺相如完璧归赵·····	63
守信，言行之根本·····	64
理性的人，不放弃诚信资本·····	65
季布守信，一诺千金·····	66
信守承诺的农场主·····	67
不要有欺骗行为·····	68

小事看大，处处细留心	69
李嘉诚的人生信条	70
第二章 诚信是人性之美	72
高山流水之交，守信守约	72
守信是走向成功的通行证	73
陈策追骠，诚信待人	74
诚实是人性中的美德	75
踏实做人，踏实做事	77
诚信必须履行诺言	77
做生意诚信是招牌	78
诚信为本	79
真实是最大的美德	80
人无诚信必失本	81
第三章 无信不立	82
孙武练兵，言出必行	82
季札挂剑，人无信不立	83
周幽王失信，丧失江山	84
曹操割发代首，以身作则	85
商鞅立信，美名流传	86
宋濂以信服人	87

第六篇 忠——赤胆忠心的英杰傲骨

第一章 天下兴亡，匹夫有责	90
大禹治水，三过家门而不入	90
于谦保卫北京，临危不惧	91
陈汤生能舍己	92
天下兴亡，匹夫有责	93
李靖守边检，突厥不扰唐	94
巴黎和会，顾维钧喊“不”	96

第二章 尽忠职守，尽责尽心	98
郑和下西洋，责任为首	98
范仲淹先忧后乐，以天下为己任	99
苏武傲骨铸就忠心	100
张骞出使西域	101
让匈奴闻风丧胆的霍去病	102
林则徐虎门销烟	104
吴健雄用行动验证爱国之心	105
蔡元培：学界泰斗，世人楷模	106
责任是忘我的坚守，人性的升华	108

第七篇 孝——百善孝为先，常存仁孝心

第一章 孝敬父母	110
闵子骞单衣顺母	110
缇紫上书救父	111
赵娥手刃父仇	112
彩衣娱亲	113
李密与《陈情表》	114
孝子黄香，天下无双	114
曹王皋为母分忧	115
裴秀使客敬母	116
孝顺的珠宝商	116
第二章 孝治天下	118
汉文帝亲尝汤药	118
为官者更需孝道	118
百姓官，尽孝道	119
君王以孝治天下	120
李嘉诚以孝治企	121

第八篇 廉——廉洁之风，中华美德的源泉

第一章 清廉于世，两袖清风·····	124
吴隐之酌贪泉而觉爽·····	124
不受一文之污的张伯行·····	125
钟离意辞珠不受·····	126
杨震“四知”·····	127
清廉的胡质胡威父子·····	128
天下清官第一·····	129
彭泽居官清正·····	130
第二章 廉者常乐无求，贪者常忧不足·····	132
子文逃富·····	132
子罕以“不贪”为宝·····	133
范丹特立独行·····	134
刚正不阿的“海青天”·····	135
孟尝高洁·····	136
曾国藩清廉自守·····	137
羊续悬鱼·····	138
颜阖辞齐宣王·····	139

第九篇 耻——知耻方知心，知心方知人

第一章 不甘人后，知耻能强大内心·····	142
廉者不受嗟来之食·····	142
忍是为了厚积薄发·····	143
不耻下问，不问不知理·····	144
真理往往在错误的路上·····	144
忍辱负重，以曲求伸·····	145
不为良相，当为良医·····	146

第二章 忍辱负重，成就辉煌	149
勾践卧薪尝胆	149
范雎忍成相终报仇	150
忍耐并等待机会	152
韩信受胯下之辱	153
孙膑忍辱负重，终成功反击	154
司马迁把屈辱化成动力	156
敢于做一个低头的人	157
陈平以“跪姿”示人	158
忍耐实现自己理想和目标	159

第十篇 勇——坚强的心灵，升华的美德

第一章 狼烟敬勇者，乱世出英雄	162
李渊自己做主，把握命运	162
成吉思汗弯弓射大雕	163
毛遂自荐，勇者的第一步	164
要有不惧强者的气魄	165
置之死地而后生	165
勇猛威武薛仁贵	167
第二章 坚韧，胆量，勇者的脊梁	169
强者能接受狂风暴雨的洗礼	169
勇在于敢与不敢之间	170
勇于向痛说“不疼”	171
勇者有路可走	171
磨炼才能真正破茧成蝶	172
人生需要雕琢	173
勇者是打不倒的汉子	174
英雄是不倒的丰碑	175

第十一篇 勤——人生在勤，不勤不获

第一章 业精于勤而荒于嬉·····	178
勤奋是通往成功的阶梯·····	178
懒惰是勤劳的天敌·····	179
在勤劳中获益·····	180
人不可一日不读书·····	181
好学的康熙皇帝·····	182
第二章 聪明出于勤奋·····	184
磨杵成针，勤以成仁·····	184
天才是靠勤奋练成的·····	184
狂草张芝临池学书·····	185
乒乓球界的“巨人”邓亚萍·····	186

第十二篇 专——成事心专，功成在首

第一章 刻苦钻研，独领风骚·····	190
马融写《广成颂》·····	190
书读百遍，其义自见·····	191
造纸发明人蔡伦·····	192
木圣张衡·····	193
多才勤奋祖冲之·····	194
做一个专才·····	195
扁鹊再现·····	196
“杂交水稻之父”袁隆平·····	197
第二章 做事专心，做人专一·····	199
水滴石穿，坚持就是力量·····	199
执著进取，永不放弃·····	200
精卫填海，锲而不舍·····	200
华佗学医，成就辉煌·····	201

用心专一，学有所成	202
“洛阳纸贵”的传奇	203

第十三篇 公——公之为言，公正无私也

第一章 刚正不阿，原则为首	206
魏徵仗义执言	206
正直的旗帜永存	207
正直的苏东坡	208
坚持自己的原则	208
坚持己见，不为外力所左右	210
第二章 严于律己，其身正	212
兼听则明，偏信则暗	212
良相房玄龄	212
正道的涵义	213
戚父教子，不贪富贵	214
清清白白做人	215

第十四篇 和——色要温雅，气要和平

第一章 好衣暖身，好话暖心	218
王珪温语巧评谏	218
刘秀温言释兵权	219
刘晏温和对权贵	221
触蕾情动赵太后	222
陈树屏温语释尴尬	223
张咏巧劝寇准	224
第二章 万事以和为贵	225
廉颇——赵国的勇士	225

亦有和羹，既戒既平	226
和气方能平安	227
与人交往，以和为贵	227
人人都把心地扫，世上无处不净地	228
和能安天下	229

第十五篇 恭——在貌为恭，在心为敬

第一章 凡事谦恭，不得盛气凌人	232
恃才傲物的杨修	232
沈万三夸富	233
秦宓论天	234
张良弃智	235
年羹尧狂傲惹嫌	237
刚愎自用的关羽	238
第二章 虚己者，进德之基	240
张释之结袜	240
钟隐学画	241
谦虚的神医叶天士	242
卫青虚己待人	244
柳公权戒骄	245
苏东坡显才被屈	246
从善如流的栾书	246
龚遂让名	247

第十六篇 俭——君子以俭德高居

第一章 勤俭节约	250
梁鸿孟光以俭为美	250
石崇奢华惹来杀身之祸	250

节俭的季文子	251
宋太祖教女节俭	252
节俭宰相晏子	253
苏东坡的过日子理论	254
节俭的魅力	255
霸主之死	256
第二章 征服别人，先要自制	258
帝王节俭	258
曹操不喜奢华	259
唐太宗发扬节俭之风	259
隋文帝与隋炀帝	260
苏东坡的“俭诫”	261
周景王铸钟	262
明朝理财大臣张居正	263
汉宣帝励精图治	264

第十七篇 让——退让三分也无妨

第一章 吃一分亏无量福，失便宜处是便宜	266
吃下的是亏，得到的是福	266
为别人想，也是为自己造福	267
让一步免却灾祸	268
吃小亏占大便宜	269
忍一步生活才精彩	270
第二章 不较锱铢，堪当大任	272
宰相肚里能撑船	272
小不忍则乱大谋	272
万事先忍，天下太平	273
退避三舍，寻找前进力量	274
宽以待人乃大将风范	275

第十八篇 悌——人，须从孝悌立根基

第一章 兄弟本无恨，相煎何急·····	278
相煎何急 ·····	278
兄弟相害不如友生 ·····	278
杨津扶持老兄 ·····	279
千里共婵娟 ·····	280
韩邦靖兄弟友爱 ·····	280
第二章 兄弟姐妹，情同手足·····	282
颜含一心养兄嫂 ·····	282
孔融让梨 ·····	283
郑均为佣悟兄 ·····	283
鲁恭待弟成名 ·····	284
兄弟相代 ·····	285
兄弟同被 ·····	285