

讲不完的美德故事

韩震 主编

# 自强不息 的故事

沈湘平 谷春娟 编著

美德是人生最宝贵的价值的一种资源。  
一个人的美德行为，  
能够促进他的人生成长，  
并且有利于  
实现自己的人生价值。  
人在社会生活中，  
离不开美德。



河北少年儿童出版社

这套书汇集了大量的中外美德故事，同时设计了大量情景和可操作的活动，使学生在实践中提高道德素养，是对青少年道德教育读物的一项创新，是值得肯定和推广的。

中华人民共和国教育部副部长

袁贵仁

编写这套书，目的是与青少年朋友们一起分享古今中外美德实践的的光辉。我们通过别人的德行光辉，照亮自己的心灵，激发自己的崇高感，指导自己的行动。

北京师范大学副校长

林军



ISBN 7-5376-3097-6



9 787537 630979 >

ISBN 7 - 5376 - 3097 - 6

G · 2242 定价：12.90元

讲不完的  
美德故事

韩震 主编

# 自强不息 的故事

沈湘平 谷春娟 编著

美德是人生最有价值的一种资源。

一个人的美德行为

能够促进他的人生发展，

并且有利于

他实现自己的人生价值。

人在社会生活中，

离不开美德。

河北少年儿童出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

自强不息的故事/韩震主编. —石家庄:河北少年儿童出版社, 2006  
(讲不完的美德故事)  
ISBN 7-5376-3097-6

I.自... II.韩... III.儿童文学-故事-作品集-世界 IV.I18

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 058366 号

丛 书 名	讲不完的美德故事
主 编	韩 震
书 名	自强不息的故事
编 著	沈湘平 谷春娟
选题策划	贾亚青 邢 薇
责任编辑	邢 薇
美术编辑	季 宁
装帧设计	李 欣
插 图	魏素娟 魏清河 牛冬凯等
出版发行	河北少年儿童出版社 (石家庄市工农路 359 号) www.hebeph.com
印 刷	河北新华印刷二厂
开 本	880×1240 毫米 1/32
印 张	9
字 数	18 万
版 次	2006 年 7 月第 1 版 2006 年 7 月第 1 次印刷
印 数	1—4000
书 号	ISBN 7-5376-3097-6/G·2242
定 价	12.90 元

版权所有 翻印必究



### 主 编 简 介

韩震，1958年5月生，汉族，哲学博士，教授，博士生导师。现任北京师范大学副校长。

主要社会兼职：教育部高等学校哲学教学指导委员会委员，中华全国外国哲学史学会常务理事，中国人学学会常务理事，全国现代外国哲学学会理事，北京市哲学学会副会长，北京市学位委员会学科评议组成员，《中国高等学校学术文摘·哲学》（英文）副主编，《北京师范大学学报》、《世界哲学》、《外国哲学》、《哲学门》、《新哲学》、《中国特色社会主义研究》等杂志的编委会委员。

2000年获政府特殊津贴，2004年入选人事部等部委首批“新世纪百千万国家级人才”，2005年列入中宣部“四个一批”人才培养人选。

曾多次作为高级访问学者赴美国、德国等国家进行研究工作。主持和参加国家和省部级科研项目10多项。发表论著310余种，其中个人专著和主编著作10多部，教材4种，译著3部，论文、译文230多篇。



选题策划	贾亚青
责任编辑	邢微微
美术编辑	邢微微
装帧设计	季宁欣
插图	李欣娟
	魏素娟
	魏清河
	牛冬凯等

# 塑造道德高尚的社会主义新公民

袁贵仁

当我着手写这篇序言的时候，窗外阳春三月的北京，正在遭受着十多年来一次严重的沙尘暴的袭击，漫天的风沙把天空染成浓重的橘黄色，空气中弥漫着刺鼻的土腥味。逐年加重的沙尘暴引起我们深刻的反思：沙尘暴的形成固然有多方面的原因，但人与自然之间的矛盾加剧，是最重要的原因之一。加强环保工作，保护生态环境，缓解人类与自然的矛盾已刻不容缓。

人与自然的矛盾激化将会导致自然灾变，危及人类生存，而人与人之间的矛盾的加剧则会导致道德失范，危及社会安定。因此，自古以来，有见识的政治家、思想家、教育家无不把道德教育看作是社会发展的杠杆和人类完善的重要手段。

改革开放以后，党和国家非常重视道德教育，把加强公民道德建设当作建设社会主义先进文化的重要内容，作为在市场经济条件下建设社会主义精神文明和提高公民素质的一项基础工程。

进入 21 世纪，随着经济全球化的推进和信息社会的到来，以及我国改革开放的进一步深化和发展，青少年道德教育面临着新的形势，青少年道德教育工作面临着新的挑战：

第一，社会转型的挑战。我国正致力于深化改革，完善社会主义市场经济体制。改革的深入，使社会经济成分、组织形式、就业方式、利益关系和分配方式表现出多样化的趋势；随着市场经济体制的建立，人们的自主意识、竞争意识、效率意识、民主法制意识和开拓创新精神不断增强。由于社会转型的复杂性和道德建设的滞后性，也带来社会道德秩序的紊乱和失范。当前，一些地方和领域，个人道德失范，是非不分，美丑善恶颠倒，人与人之间缺乏诚信；个别人为利益驱使，失却起码的道德底线，置法律于不顾，不仅自身走向违法犯罪，而且也在一定程度上毒害着我们的社会生活。因此，在变革的社会环境中，青少年的道德状况也变得十分复杂。

第二，全球化的挑战。随着经济全球化进程的加快，道德教育的视野转向了“人的世界历史性存在”。国外的大众文化产品潮水般涌入国门，各种思想文化相互激荡。如何看待全球伦理、普遍伦理与各个民族的传统文化、伦理道德之间的关系问题，成为人们关注的焦点。全球化正在改变和重构着我们的日常生活。当代中国德育不仅要积极回应全球化的挑战，进行德育模式的结构转型和理论创新，而且要主动参与全球化伦理构建，开掘传统德育资源，自觉履行新世纪公民道德建设中的文化使命。

第三，大众传媒的挑战。科学技术特别是信息技术的突飞猛进，促进了大众传媒的飞跃式发展，道德教育的载体形式也发生了重大变化。计算机技术所创造的虚拟的网络世界，虽然使青少年的想象力和创造力得到了一定的激励，但同时种种失范的现象也极易误导青少年的思想。对此，我们应该采取措施，逐渐把网络等大众媒体建成德

育的重要阵地,使计算机成为道德教育的新平台。

面对新的挑战,我们要深入探索新形势下青少年道德建设的特点和规律,加强道德教育,重视道德实践,培养道德高尚的社会主义新公民。

加强青少年的道德教育,要注重针对性和实效性。要使青少年成长为具备丰富的道德知识、良好的道德修养与完整的道德人格的社会公民,就必须有针对性地开展德育工作。这里的针对性有两层含义:一是要针对青少年身心发展的实际,一是要针对发展了的社会实际。长期以来,我们的德育教育往往脱离社会实际生活,特别是脱离青少年的道德生活实际,而从高远的、单一的道德理想出发,变为空洞的说教和机械的灌输。目标的高远并不等于效果的完美。如果我们提出的目标,设置的榜样,不能引起学生的认同,甚至会引起学生的敬畏和反感,我们所期待的德育成果当然就会大打折扣。在德育过程中,不仅要注重德育的过程,更要注重德育效果;不仅要传授道德知识,更要培养道德情感,促进道德行为。

加强青少年的道德教育,要注重整体性。道德教育是为人们践行道德义务、形成道德习惯、遵守道德准则服务的。高尚的道德必须从娃娃抓起。家庭是孩子的第一所学校,家长是孩子的第一任教师。要在孩子懂事的时候,深入浅出地进行道德启蒙;要在孩子成长的过程中,循循善诱,以事明理,引导其分清是非、辨别善恶。学校德育要把教书与育人结合起来,把道德教育渗透到学校教育的各个方面和各个环节。全社会要齐抓共管,营造健康向上的社会道德氛围。家庭、学校、社会要相互配合、相互协调,共同形成教育合力。

加强青少年的道德教育,还要注意形式、方法创新。道德源于习惯,习惯是多方面教育出来的。道德的培养只有通过多种手段,采取多样形式,利用全新方法,才能使青少年道德的修养在细致、深入的工作中得到潜移默化。

河北少年儿童出版社出版的这套书,按照《公民道德建设实施纲要》的要求,紧扣时代脉搏,立足青少年实际,汇集了大量的中外美德故事。这套书把德育教育与人文精神的培养结合起来,融美德、人文、科学于一体,是对青少年道德教育读物的一项创新,是提高道德教育有效性的一种有益探索,值得肯定和推广。

大自然是我们生存的家園,美好道德是我们的精神绿洲。在沙尘肆虐的日子里,我们企盼春雨,更呼唤全人类的共同努力,保护环境,播撒绿色;同样,道德花园的盎然春意,也要靠全社会辛勤浇灌,不懈奋斗。为了不让孩子们的心灵荒芜,不让祖国的花朵凋零,不让我们的天空再有阴霾,我们要不断努力!

(本序作者是中华人民共和国教育部副部长)

# 让美德的光辉在自己身上闪亮

青少年朋友们，你们好！

感谢河北少年儿童出版社给了我这次机会，让我以这种方式与你们谈心、交朋友。与青少年朋友在一起，我自己也觉得年轻了许多。

说句心里话，我很羡慕你们。你们成长在世纪之交，生活在中华民族走向复兴和繁荣强盛的伟大时代。你们似东方冉冉升起的旭日，大地渴望着你们的阳光；你们像破土而出的幼苗，散发着春天的气息和无限的生命力；你们是21世纪的新一代，在你们身上寄托着中华民族的未来和希望。

我羡慕你们，你们降临在相对安定和富裕的年代。但是，我们不能忘记，无数革命先烈为了民族的独立和国家的解放，前仆后继，英勇奋斗，献出了自己的青春和生命。现在的和平环境和美好生活，就是他们用鲜血和生命换来的；也是你们的祖辈和父辈通过自己的不懈努力和艰苦奋斗获得的。因此，与前辈相比，你们有更加优越的物质生活条件。

我羡慕你们，你们成长在改革开放和社会转型的时期。新中国成立后，我们的国家百废待兴，先辈们曾把自己的青



春与命运交给党和国家,甘做螺丝钉,放在哪里,就在哪里发挥作用。现在,以技术创新为主的建设,不仅需要螺丝钉,更加需要具有自主创新能力的头脑。因此,与前辈相比,你们有更多的机会,全面发展自己的潜能,追寻自己的梦想。

我羡慕你们,你们生活在信息技术和知识经济日益深入的岁月。与前辈相比,你们将掌握功能更加强大的生产和工作手段,开创更加广阔的发展空间和可能。你们中的大多数将会在更多的领域(科学研究、IT产业、空间技术、生命科学、文学艺术,等等)中展示自己的才华和能力。

未来的世界是属于你们的,我真的好羡慕你们!

## 二

作为一个头发已经灰白的朋友,我比你们年长几十岁,经历过更多的风风雨雨,品尝过更多的酸甜苦辣。所以,我有些内心的话愿意向你们倾吐,有些心得感受希望与你们分享。

首先,对于每个人来说,美德是一个基本要求。人是社会的人,作为社会的人,在社会中生活,美德从来都是必不可少的。如果没有道德意识和道德自律,我们不仅无法和谐相处,而且难以正常地生活、学习和工作。试想,如果在教室中有人不遵守纪律,那么我们怎么能够好好学习呢?如果没有基本的诚信,同学之间怎么能进行正常的交往呢?如果没有自尊,我们又怎么能建立基本的人生价值观呢?如果没有仁爱之心,我们的社会生活不就缺少很多温暖吗?

其次,美德是美丽的,也是平凡的。美德并不是只存

在于轰轰烈烈的事业中,存在于英雄人物身上,美德也存在于日常生活之中。从父母对我们的悉心照料中,我们就可以看到爱心的神圣;从同学们团结互助的行为中,我们也可以发现颇受欢迎的德行;当我们用稚嫩的双手为辛苦工作的父母或老师递上一杯清水时,美德就已经在我们的心灵中萌芽并且扎根了。美德之美就在于我们的道德行为。美德不能只停留在语言上,而应该体现在我们的行动中。

再次,青少年天天在成长,美德也需要不断发扬光大。美德的理想是永无止境的,美德也会随着历史条件的变化而日益完善和改进。你们生活在一个具有更多可能性的时代,而可能性也为进一步发展美德提供了空间。一个人做一件符合美德的事情并不难,难的是一辈子做好事。因此,我们应该加强自身修养,让心中的美德之花开得更加灿烂。

最后,美德是人生最有价值的一种资源。人对社会有多大贡献,他就有多大价值。在这个意义上,做一个有道德的人并不是“吃亏”。一个有道德的人愿意为国家、民族和他人利益而牺牲自己的利益,那么,他的美德行为不仅能够促进他的人生发展,而且也有利于实现他的人生价值。譬如,如果你诚实可靠,那么你就会获得大家的信任,这样,你做任何事情就顺利得多。如果你保护自然环境,好的环境就是对你德行的回报。甚至当你为了民族的利益献出自己的生命时,人民对你的纪念与赞颂,也成就了 you 最高的人生价值。

### 三

编写这套丛书,目的是与青少年朋友们一起分享古今中外美德实践的光辉。丛书以故事的形式出现,可以增加

可读性、趣味性,同时也强调了美德的实践性。在每篇故事之后,我们设立“画龙点睛”、“知识链接”、“抛砖引玉”栏目,目的是帮助同学们认识问题的要义,激发同学们的想象力,引导同学们自己分析问题,让同学们自己创造性地塑造自己的品德。

一个有德行的人,往往在各方面都闪烁着美德的光辉。因此,在美德故事中,你会发现,有些人物反复出现。

我们在丛书中的叙述未必是全面的,肯定有令人遗憾的遗漏。其中也许有一些错误,希望你们提出宝贵意见。我更希望青少年朋友们,在学习与生活中实践更美的德行,让美德的光辉在自己身上闪亮。

(本序作者是北京师范大学副校长)



## 目 录

1

- 序一 塑造道德高尚的社会主义新公民…1  
序二 让美德的光辉在自己身上闪亮…5



- 精卫填海…1  
愚公移山…5  
大禹治水…9  
纪昌学射…13  
不受“嗟来之食”…17  
鲍叔牙辞相…21  
卧薪尝胆…25

自强不息  
的故事

- 邹忌的自省…29  
商鞅变法图强…33  
毛遂自荐…37  
纸上谈兵…41  
陈胜的鸿鹄之志…45  
破釜沉舟…49  
刘邦的自知之明…53



- 苏武不辱使命…57  
夜郎自大…61  
张骞出使西域…65  
司马迁的故事…69  
霍去病舍家为国…73  
桃李不言，下自成蹊…77  
班超投笔从戎…81

- 马革裹尸…85  
曹操立志平天下…89  
关羽千里单骑寻刘备…93  
鞠躬尽瘁，死而后已…97  
诸葛亮引咎自贬…101  
杨修之死…105  
刘阿斗乐不思蜀…109



周处改过除三害...113

王献之练字...117

祖逖中流击楫...121

葛洪砍柴买纸笔...125

左思十年赋三都...129

祖冲之精算圆周率...133

拓跋宏改制易俗...137



花木兰替父从军...141

唐太宗纳谏...145

铁杵磨成针...149

玄奘取经...153

鉴真六次东渡...157

司马光砸缸...161

欧阳修画荻求学...165



方仲永的故事...169

熟能生巧...173

毕昇发明活字印刷术...177

穷和尚和富和尚...181

张浚志在收复中原...185

马可·波罗的东方之旅...189

宋濂刻苦求学上进...193

