时代美德一字经

焦国成◎主编　姜文明◎绘图



成长、成才、成功必备

- 美德决定人生
- 中国伦理道德领域最顶尖的作者团队倾力打造
- 源自千年传承，融汇时代精神

社会主义核心价值体系教育出版工程

天津出版传媒集团
天津人民出版社

需要全本请访问: www.ertongbook.com

时代美德一字经

焦国成◎主编
姜文明◎编著



天津出版传媒集团
天津人民出版社

图书在版编目（CIP）数据

俭 / 姜文明编著. —天津：天津人民出版社，2012.7
（时代美德一字经 / 焦国成主编）
ISBN 978-7-201-07648-5

Ⅰ. ①俭… Ⅱ. ①姜… Ⅲ. ①社会公德教育—通俗读物 Ⅳ. ①B824-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 158439 号

天津人民出版社出版
出版人：刘晓津
（天津市西康路 35 号　邮政编码：300051）
邮购部电话：（022）23332469
网址：http://www.tjrmcbs.com.cn
电子信箱：tjrmcbs@126.com
永清县晔盛亚胶印有限公司印刷

2012 年 7 月第 1 版　2012 年 7 月第 1 次印刷
787 × 1092 毫米　16 开本　10 印张
字数：80 千字
定　价：18.00 元

作者名单

名 誉 主 编：罗国杰

主　　编：焦国成

编　　者：（以姓氏笔画为序）

王文东　王　乐　王　易　王　颖

左　思　安晋军　刘余莉　刘喜珍

朱辉宇　吴瑾菁　辛丽丽　张溢木

金香花　姜文明　郭清香　揭　芳

彭思雅　雷学敏　霍国栋

前 言

“美德”是什么？在有些人看来，就是埋头傻干而不计报酬多少，与人交往而甘愿事事吃亏，不考虑个人得失而时时奉献。这种想法，让我们想到了热带丛林中的狐狸和狼。这种所谓的智慧，也不过是丛林之中狐狸和狼的智慧。这种对美德的看法，也不过是没有任何感恩之心的“小人”的内心独白。对狐狸和狼来说，甚至对只图利益的“小人”来说，美德确实什么都不是。但是，我们到底是要把市场经济下的社会建设成一个美好的人类世界，还是要把它变成一个热带丛林？丛林之中，没有谁永远都是强者，即使老虎狮子也不例外。当那些信奉丛林规则的“智者”成为“更智者”爪下的一块肉时，他的智慧在哪里？

孟子说：“得道者多助，失道者寡助。寡助之至，亲戚畔之；多助之至，天下顺之。”(《孟子·公孙丑下》)利己主义者的智慧是一种小聪明，虽然可以暂时得利，但这种利总是有“害”相跟随。因为沾了别人的便宜，固然可以一时得意，但当被千夫所指的时候，他的得意也就不再了。前乐而后苦、开始得意而日后途穷的智慧，无论如何也不能说是一种高妙的智慧。真正的名家应该是淡泊名利、以追求真理为使命的人。

需要全本请访问 www.ertongbook.com

在有美德的人看来,有损美德的利益不是一种利,反而是一种害。正如孔子所说:“不义而富且贵,于我如浮云。”(《论语·述而》)避开了不符合道义的利益,同时也就避开了它可能导致的害。俗语也说:“为人不做亏心事,半夜敲门心不惊。”爱好美德的人,善于约束自己,上不愧于天,下不怍于人,心里坦坦荡荡,安宁舒畅。能使自己愉悦幸福一生的,莫过于美德。

有美德的人讲仁讲义,乐于助人,乐于成人之美,这有助于消融人与人之间的冷漠和对立,增进人与人之间的和谐与合作。团结就是力量,合作强于孤军作战。人之所以能够胜过万物,就在于人与人之间能够合作起来。

美德是立于不败之地的精神力量。有美德的人,是在爱人中爱己,在利人中利己,在使众人快乐中获得自己的快乐。因为他行事以德,故服人不靠威势武力;因为他爱人利人,故能把自己与大众连为一体。因此,孟子才说“仁者无敌”。

美德是可以惠及整个社会和子孙万代的精神财富。孔子曾经提出过“惠而不费”的君子智慧。在他看来,“因民所利而利之”的德政是惠而不费的。如果我们能把孔子的思想发挥一下,使美德真正成为每一个人的操守,社会将变得更加美好。做父母的有慈的美德,天下的儿童就都幸福了;做子女的有孝的美德,天下的老人就都幸福了。同样,每个社会位置上的人都有美德,天下就会是一个大道流行、人人幸福的世界。这就是真正的“惠而不费”。

新中国成立已有60余年,改革开放和实行社会主义市场经

济体制已经30余年，我国的社会主义建设取得了令世界瞩目和赞叹的成就，中国人民过上了小康的幸福生活。然而，中国社会的道德风气却不尽如人意：急功近利的追求，冷漠的处世态度、庸俗的休闲生活，已经成为许多人的生活写照。腐败现象屡禁不止，法纪的权威性受到挑战，潜规则大行其道，假冒伪劣层出不穷，这已经是伴随市场经济的发展而出现的司空见惯的社会现象。道德的沙漠化现象开始初露端倪。因此，道德文明的建设已经显得比任何时候都更加迫切。

历经数千年传承、融汇时代精神的美德，是中国人思想道德的灵魂，是构筑中国人时代精神的血脉，更是中华民族伟大复兴的根基。为了弘扬美德，我们组编了《时代美德一字经》丛书。丛书针对市场上缺少入情、入理、入心的道德教育读物，专门为广大未成年人精心打造。要改善社会的道德风气、提高社会的道德水平，首先须有好的读物。本丛书适应了这一社会需要。丛书力求将中华民族传统美德、优秀革命道德和时代精神完美融合，将民族精神和时代精神、文化继承和文化创新有机结合起来，凸显了社会主义道德的中国特色和民族道德传统的历史延续性。在保证其通俗性、可读性的同时，保证有一定的创新性。

焦国成

2012年6月于北京

目 录

01 **第一辑　解析篇**

一　俭德的基本内涵/3

二　现代俭德的要求/7

三　俭德培养/14

21 **第二辑　菁华篇**

61 **第三辑　范例篇**

1　季文子以俭为荣/63

2　汉文帝节俭罢露台/66

3　召信臣革除奢靡之俗/68

4　唐太宗戒奢/71

5　刘晏雪中买烧饼/73

6　范质俭朴接圣驾/75

7　范仲淹断齑画粥/78

8　苏东坡屋梁悬钱/80

9　乔致庸治家/82

10　奢败俭成：饺子皮的故事/85

11 方志敏笃守清贫/87
12 黄克诚的简朴生活/91
13 童第周：昂贵的显微镜/94
14 潘序伦：补丁加补丁的衬衫/97
15 蒋筑英：省吃俭用为单位买器材/100
16 罗健夫“新一代知识分子楷模”/102
17 李书福：富翁同样讲节约/104
18 节俭：走向成功的重要品质/106
19 节水老人：郭树森/108
20 陈云“32个补丁的棉坎肩”/111
21 吴仁宝：俭朴铸就辉煌/113
22 “拆解王”：变废为宝惊天下/115
23 踏着节俭的基石迈向成功/117
24 “节俭宣传”：遭到白眼也要劝导/119
25 网络故事：“不剩哥”/121
26 丛飞节俭助学/123
27 郭二玲：草原上的“最美律师”/126
28 尧尚茅茨而万国安其居/129
29 壶叔告诫重耳节俭/131
30 孙叔敖临终教子以俭/134
31 杨震以“清白”为遗产/136
32 张俭不穿新皮袍/138

33 王沂公荣归避迎送/140
34 “天下廉吏第一：于青菜”/142
35 徐特立倡导节俭/144

第一辑

解析篇

需要全本请访问 www.ertongbook.com

“俭”是中华传统美德的历史源远流长，深深影响了中华传统文化。“俭”也是国际公认的一种美德，联合国专门把每年的 10 月 31 日设立为“勤俭日”。“俭”之为德，体现了当代经济社会下的节俭价值。

一　俭德的基本内涵

要完整地了解“俭”,先让我们把目光转向厚重而遥远的历史中,去追溯古代俭德的宝贵价值,去理解这一闪耀着光芒的人类生存智慧。

1　商周时期重视“俭德”

“俭”字古代写做“儉”,“儉”字是“亻”字旁加“僉”,而“僉”的意思是,“两边”、“两面”,字形好像屋内两个人相背而坐,表示人前和人后都一样,意思是“约”,也就是约束自身行为。汉代许慎编辑的《说文解字》中解释说:“俭,约也”,就是约束的意思。清朝人段玉裁所做的注释指出:“约”表示缠起来捆在一起,“俭”是不敢放纵、不奢侈的意思。俭和奢是相对立的,《说文解字》:“奢,张也”,俭指的是约束,那么奢指的就是张扬、不节制。从这里我们可以看出,“俭”字本来的含义是“对自己进行约束、克制”。

俭德是古代劳动人民在生活中形成的。在人类的早期社会,我们的祖先面临的环境很险恶,经常衣食不足。于是,人们把捕获的猎物和采集的果实储存一部分,以备后需,这便是俭的萌芽。此后,俭的思想就一直贯穿于中华文明之中。关于俭德思想的文字记载,最早出现在古代典籍《尚书》和《周易》中。《尚书·太甲》记载

了这样一个故事，早在公元前16世纪，商朝初期的时候，大臣伊尹就建议刚刚即位的君主太甲说："慎乃俭德，惟怀永图。"意思是说：你要非常谨慎，在统治中要有俭德，只有这样才能长久地维持你的王朝。西周建立初期，周武王的弟弟周公，总结商纣王奢侈导致亡国的教训，做了《多士》和《毋逸》两篇文章，告诫周成王不要骄奢、杜绝淫侈，在生活中崇尚节俭。《周易》中也提出了俭德思想："君子以俭德避难，不可荣以禄。"意思是说君子要培养节俭的德性，避灾免难，切不可以功名利禄为荣耀。从这些初期的记载中看，古人对俭德是非常重视的。

2 春秋战国以来"俭"思想的发展

春秋战国时期，"俭"字的内涵发生了改变，主要用来表示"财物节省、节约"，并且把俭和"戒奢"相提并论。俭德的要求也被具体展开，古人认为俭德是消费德性，主张节用爱物，对劳动果实要爱惜，在消费中不奢侈浪费。孔子提出了"节用而爱人"。(《论语·学而》)他所提出的"节用"思想，是以"爱人"为基础的节用，是对民力的爱护。孟子明确讲"仁民而爱物"。(《孟子·尽心上》)他认为从自然中获取物品要按照适当时间，用物要有节制，是从整个人类和自然和谐的角度来看待俭。

俭是形成其他各种美德的基础。《左传·庄公二十四年》中说："俭，德之共也；侈，恶之大也。"宋朝的司马光对这句话进行了解释，认为"共，同也，言有德者，皆由俭来也"。他把"共"解释成"共通、相同"，指人的高尚品德都是通过俭而养成的。奢侈是最大的恶。俭

约、节欲有助于正心养性,过简朴生活,遵从社会礼仪秩序。人应当正确看待正当的需要,免于堕入纵欲之中。诸葛亮在《诫子书》中提出:“夫君子之行,静以修身,俭以养德。”就是说,要想成为一名光明磊落的君子,要用静来修身,通过俭来培养自己的德性。

古人对俭的重要作用也有深刻的认识,认为俭主要用于持家和治国。家是人的安身立命之本,要使家庭稳定富足,必须要勤俭持家,通过合理安排家庭消费,积极推行俭,以防家庭成员受匮乏之苦。历史上,很多思想家写了治家格言来告诫自己的子孙后代,在这些格言中几乎都把俭作为治家最为重要的一个方面。如隋朝王通说“御家以四教:勤、俭、恭、恕”。他把俭看做是治理家的四条准则之一。明朝陈录说:“成家之道,曰勤与俭。”治理国家更要崇尚节俭,君主应该以身作则,行己有俭作为榜样,才能使整个国家稳定富庶。如汉文帝和唐太宗推崇以俭治国,成就了历史上的盛世。三国时期的桓范说过这样的一段话:“历观有家有国,其得之也,莫不阶于俭约,其失之也,莫不由于奢侈。”(《政要论·节欲》)这句话的意思是:我们看历史上成就家国的人,他们的成功,都是因为俭约,他们的失败,没有一个不是由于奢侈。唐朝人谭峭也说过:“一人知俭一家富,王者知俭则天下富。”(《化书》)这句话是说一个人知道节俭,就会使一家富足,君王知道节俭,天下就富足。

3 现代经济社会中对古代俭德的继承和发展

当今时代,我们处于市场经济时期,生活条件提高,消费品非常丰富,人们的消费观念也有了很大改变。更重要的是现代社会



的发展要求人们扩大消费,甚至形成了消费主义思想,为了刺激经济发展,整个社会都在宣扬消费。商品广告铺天盖地,推销手段层出不穷。是否俭在现代社会就过时了呢?很明显,俭不会过时,现代社会更需要俭的精神,但是这种俭的思想和中国古代俭的思想有所不同,是人们在借鉴了古代俭德中合理的部分,结合现代的生活方式和观念,所形成的现代俭之美德。

现代俭德:俭即节约、节省,不浪费。俭成为了一种生活观念,俭作为基本的处世态度,是人人都应拥有的美德,这和古代因为生活用品缺乏而崇尚俭德不同,面对丰富的消费品,人仍然需要发扬俭的精神;俭是一种生活方式,俭的思想贯穿于生活各个方面,俭应成为一种习惯,使生活秩序健康合理;俭是一种责任,是个人对社会和整个人类所应担负的责任,因为我们只有一个地球,地球的资源有是有限的,现代社会中的每个人都对整个环境负有不可推卸的责任。

二　现代俭德的要求

在现代社会生活中,有两种相互对立的观点,一个是提倡消费主义,反对俭,他们主张人要拼命挣钱拼命消费,甚至认为浪费也是刺激经济发展的方式。与此相反,一些绿色组织反对高消

需要全本请访问 www.ertongbook.com