

切实落实中央加强和改进未成年人思想道德建设若干意见



健康成长

——与青少年谈中华传统美德



中共中央党校出版社

健 康 成 长

——与青少年谈中华传统美德

主 编：顾明远

副主编：王炳照

中共中央党校出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

健康成长:与青少年谈中华传统美德/顾明远主编.
修订本. —北京:中共中央党校出版社, 2004. 6
ISBN 7-5035-2960-1

I. 健… II. 顾… III. 品德教育 — 中国 — 青少年
读物 IV. D648 — 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 049867 号

中共中央党校出版社出版发行

社址:北京市海淀区大有庄 100 号

电话:(010) 62805800 (办公室) (010) 62805816 (发行部)

邮编:100091 网址:www. dxchs. net

新华书店经销

北京四季青印刷厂印刷 河北三河丰华装订厂装订

2004 年 6 月第 1 版 2004 年 6 月第 1 次印刷

开本:880 毫米×1230 毫米 A5 印张:5.75

字数:142 千字 印数:1—5000 册

定价:12.00 元

撰 稿：

吴 心：1、2、5、7、8、9、10、
12、18、19

王子今：3、4、6、11

刘 虹：13、14、15、16、17

钟 青：20、21、22、23

插图作者：夏元瑾

修订版序言

十年以前,我们为青少年编了这个读本,受到广大青少年的欢迎。今天再版发行,我想再说几句话。

每个民族都有自己的文化,都有自己的民族精神。如果失去了民族精神,也就失去了本民族的文化。失去了本民族的文化,这个民族也就不复存在。因此要使一个民族兴旺发达,首先要宏扬本民族的民族精神。民族精神是一个民族的灵魂,有了民族精神才能使全体民族团结一心,发奋图强,在科学技术、物质生产和精神生产方面创造奇迹,为全人类文明发展做出贡献。

中华民族有着优秀的文化传统。在历史上,中华民族为世界文明做出了巨大贡献。但是数百年前,由于封建皇朝的夜郎自大,闭关自守,我们的国家和民族曾经陷入深重的苦难之中。过去我们常常讲的是列强的侵略和压迫,使我们的民族遭受到苦难。但是我们如果反躬自省,不难理解,问题还是出在我们自己身上。清皇朝没有坚持中华民族固有开放、包容、不断进取的优秀文化精神。夜郎自大、闭关自守就必然落后,落后就要挨打。因此,今天我们要复兴中华,首先要宏扬中华民族的优秀文化,振兴民族精神。中华民族的民族精神表现在哪里?它集中表现在中华传统美德中。我在第一版的前言中讲到:“每个民族的传统文化都会有良莠之分,而且时代不同,有些传统在当时是有意义的,起过积极作用,今天也可能失去了它原来的意义,会起消极作用。我们讲的中华传统美德是指我国民族传统文化中优秀的部分,是值得继承和发扬的部分。同时,有些中华传统美德需要赋予新的、符合时代

◆健康成长◆

的内容。”中华传统美德是中华民族文化的精粹,永远要继承和发扬。

今天,弘扬中华传统美德有着十分重要的现实意义。这是因为:

第一,社会的现代化带来了价值观念的冲突。在这场冲突中要不要保持传统美德,关系到中华民族的前途问题。作为意识形态的价值思想体系是生产关系的反映,新的生产关系的建立必然要伴随新的价值思想体系的建立。但是,新的价值思想体系的建立不是凭空臆造的,而是在对旧的价值思想体系的批判和改造中发展起来的。今天我们提倡弘扬中华传统美德就是要将中国传统价值思想体系中的优秀精华发扬光大,把它和现代化结合起来,创建社会主义现代化的新文明,促进社会主义现代化建设。邓小平理论提出要有中国特色的社会主义强国,特色在哪里?就在于有中华民族的文化精神。弘扬中华传统美德才能把我国的社会主义建设得有特色。

第二,在频繁的国际交往中带来了许多外来的,特别是西方的价值观念。“麦当劳文化”正在侵蚀着中国文化。对于西方文化,包括它的价值观念,我们不是一概排斥,而是要加以选择和改造。选择先进的优秀的精华,例如他们的科学精神、民主精神、开放意识、进取精神等。同时要摒弃一切腐朽落后的,或者适合于西方,而与我国国情不符的价值观念。弘扬中华美德就是要振奋中华民族精神,抵制一切不健康的价值观念的侵蚀,树立健康的社会主义新美德。

第三,当前青少年道德教育的现状迫切需要加强中华美德的教育。长期以来,我国道德教育中存在理想化、空泛化、形式化的缺点。青少年知道一些空洞的大道理,但对最初步的道德要求却不清楚,不实行;不能判断现实生活中的丑恶的东西,有的甚至还受到社会上丑恶行为的影响。因此极需要告诉他们中华美德是什

么,让他们知道中华民族创造了中华传统美德,同时又是在中华传统美德的哺育下壮大发展起来的;今天我们要建设祖国,复兴中华,需要身体力行,发扬中华传统美德,遵守“爱国守法、明礼诚信、团结友善、勤俭自强、敬业奉献”公民道德,今天为祖国的繁荣富强努力学习;明天为全面建设小康社会作出贡献。十六大提出要用20年的时间全面建设小康社会。在这20年中,我们现在在校学习的青少年将成为建设的骨干。他们的成长将关系到中国传统美德能否传承下去,关系到全面建设小康社会的成败问题。

中华传统美德教育要从小抓起。从小让他们身体力行,形成习惯。我国古代的思想家、教育家就懂得这个道理,为了让少年儿童牢记各种行为规则,编写了许多通俗易懂,朗朗上口的读本和格言。例如《三字经》、《千字文》等,一方面让儿童识字学知识,另一方面学习传统美德,身体力行,铭记在心,从而形成习惯。这些读本今天当然不能再用了,里面有许多封建的东西,但是其中有许多代表中华传统美德的格言还是应该传承下去。因此,我们应该有新的读本。《中华传统美德读本》的编写,就是为了这个目的。这个读本虽然编写于十年以前,但今天来看仍然不失为一本优秀的读物。当时编写时,我们是十分认真的,精选了中华传统美德的主要内容,研究了如何适合青少年阅读。因此,这个读本,内容不仅包含了中华传统美德的主要内容,而且图文并茂。每一篇都不是枯燥的说教,而是从讲故事开始,讲述我国历史上在实践中华传统美德中可歌可泣的事例,每篇前面都有一个故事图片,文字也很生动活泼,具有可读性,很适合青少年阅读。因此,今天我再一次向全国青少年推荐这个读本。

顾明远

2004年6月4日于北京求是书屋

前 言

我们的伟大祖国是一个历史悠久,文化灿烂的文明古国,是人类文明的发源地之一。生活在这块 960 万平方公里土地上的中华民族是由 56 个民族组成的。他们虽然在历史上也曾有过矛盾和冲突,但是几千年来总是互相支持,共同抵御外来的侵略,维护了中华民族的统一和团结,共同创造了中华民族的文化。

青少年朋友们!你们想过吗?人类文明的四大发源地,有三个都先后衰落了,或者分裂成许多国家,惟独中华民族,虽然经过种种磨难,但经久不衰,至今仍然屹立于世界的东方,这是什么道理?说来原因很多,但其中有一个很重要的原因,就是我們有着共同的,优秀的文化传统。这种传统具有强大的民族凝聚力。只要是炎黄子孙,无论是生活在祖国的大地上,还是远离家乡,都忘不了这种传统。它像我们祖先的血液一样,流动在我们每个中国人的血管中,只要一提到中华民族,每个中国人都会热血沸腾,情感激扬。

在中华民族的文化传统中,伦理道德构成了它的核心。中华伦理道德中的精华被世界誉为中华美德。中华美德有着丰富的、系统的内容。它包含着:个人和国家的关系,例如:“天下兴亡,匹夫有责”,“先天下之忧而忧,后天下之乐而乐”;个人与他人的关系,例如:“与人为善”,“诚信待人”,“己所不欲,勿施于人”;个人自身修养问题,例如“富贵不能淫,威武不能屈,贫贱不能移”,“志存高远”、“慎独”,等等;而且把个人、集体、国家联成一体,例如“修身、齐家、治国、平天下”。这样一种伦理体系,在别的国家是

◆健康成长◆

很少见的。中华美德构成了中华民族的精神。

今天,我们正在建设社会主义现代化,要不要继承和发扬中华传统美德?我想,青少年朋友们一定会做出肯定的回答,是的,虽然时代不同了,但民族精神不能丢,传统美德不能丢。而且只有坚持和发扬传统美德,才能使我们每一个人振奋精神,精诚团结,把我们祖国建设得又快又好。

当然,每个民族的传统文化中都会有良莠之分,而且时代不同,有些传统在当时是有意义的,起过积极作用,今天也可能失去了它原来的意义,会起消极作用。我们讲的中华传统美德是指我国民族传统文化中的优秀的部分,是值得继承和发扬的部分。同时,有些中华传统美德需要赋以新的、符合于时代的内容。因此,我们在继承和发扬中华传统美德的时候,要分析它的内容,特别是对于被人民世代传颂的典范要用历史唯物主义的观点来审视和取舍。

有些青少年朋友可能会问到,今天已经是国际化的时代,为什么还要强调弘扬本民族的传统美德。这是因为中华传统美德有许多道理是世界公认的;有些虽然是我们民族所特有的,但它恰恰代表了我们的民族精神。在当前灿烂缤纷的世界中,只有具有民族性,才具有世界意义。当然这里指的也还是优秀的民族文化,并非指它的糟粕。同时,任何一种民族文化都不是僵化不变的。一个民族的文化总是根据时代的发展和民族的需要不断吸收外来文化中的优秀东西,融化为自己的民族文化。因此,我们在弘扬民族文化中并不排斥外来文化,恰恰相反,而是要不断吸取他们的优秀内容,使中华民族的文化更丰富,更有生气。

今天,我们编写这部中华传统美德的小册子,是想让青少年朋友们了解我国究竟有哪些美德,它是如何传承下来的,今天我们又如何来继承并发扬。由于时间比较仓促,我们选的不很全面,列举的一些故事也非尽善尽美,分析得也不一定很合适恰当。只是给

◇前言◇

青少年朋友一个引子。你们在学习历史、语文等的时候可能会遇到很多故事。对照这个小册子,也许会给你一些启迪。如果能起到这样的作用,那末,作为你们的老师和朋友就觉得如愿以偿了。

顾 明 远

一九九四年二月十五日

目 录

志当存高远	2
慎独自爱	9
反求诸己	16
满招损 谦受益	22
谦让为怀 自信自强	29
过而能改 善莫大焉	37
富贵不能淫 贫贱不能移 威武不能屈	44
知耻不辱 自重自尊	51
见义勇为	58
不伐善 不计怨	66
业精于勤	72
勤俭自立	80
与人为善	87
严己宽人	96
诚信待人	103
以友辅仁	115
义不苟取	124
孝敬父母 尊敬老人	132
尊师重教	139

◆健康成长◆

人人为公 147

忧患兴邦 155

统一团结 160

矢志爱国 167



司马迁著史记

志当存高远

三国时期，著名政治家诸葛亮在《诫外甥书》中曾说：“志当存高远”。这是他总结一生的经历，向后辈人提出的希望。确实，青少年时期要不要立志，立什么样的志，是很重要的，因为，人生仿佛一条漫长的路，通向哪里，开头几步，影响甚大。我国宋代教育家朱熹曾说：“百学志为先”，又说：“立志要如饥渴之于饮食。”明朝思想家王守仁更形象地说：“志不立，如无舵之舟，无缰之马，漂荡奔逸，终亦何所底乎？”

少年负志气

青少年朋友，没有不想成才的，但应该成为什么样的人呢？

有这样一个老婆婆，她拾了一辈子荒（就是捡破烂），并非因为家贫，或丧失了劳动能力，而仅仅因为当她还是一个小姑娘的时候，曾在地上捡到十元钱。从此，她放弃了学习，不论到什么地方，总是低着头在地上寻寻觅觅。就这样，十元钱使她选择了不劳而获的生活方式，也使她永远丧失了抬头、挺胸做人的机会。

我国优秀的地质学家李四光，13岁就离开家乡，求学报国。他看见长江上帝国主义的兵舰横冲直撞，激起的大浪掀翻了中国渔民的小木船，非常气愤，握紧小拳头发誓：一定要学造船，造出兵船把洋人赶出长江、赶出中国。后来，他果然以优异的成绩被保送到日本，他选择了学造船。造船需要钢铁，钢铁要矿石作原料，他又远涉重洋去英国学采矿。学了两年，他思索，矿藏都埋在地底下，中国地大物博，矿藏一定很多，要掌握打开地下宝库的钥匙，就得学地质。于是，他最终选择了学地质。李四光把自己的志向与祖国的强大紧紧联系在一起，这志向成为他终生奋斗的力量源泉。后来，李四光成为世界著名的地质学家，根据他“构造力学”这一地质力学的基本概念，在中国找到了丰富的石油，使中国摘掉了“贫油国”的帽子。

一个人年少时的志向会影响他一生的发展，或者成就大业，或者虚度光阴。轰轰烈烈干一番事业是活一生，庸庸碌碌混日子也是活一生；或者追求高尚的理想、情操而被人尊重，或者自私自利、行为卑下遭人唾弃。人生的道路要慎重选择，对青少年而言，立志确实是至关重要的大事，这不仅仅关乎个人前途，而且是一个国家能否强盛的基础。新中国的第一任总理周恩来，还在读中学的时候，有一次校长在课堂上问大家：为什么而读书？有的学生回答：“为明礼而读书。”也有的回答：“为做官而读书。”还有的回答：“为父母而读书。”当问到周恩来时，他站起来，从容地回答：“我为中华之崛起而读书。”校长为之一震，他万万没有料到十几岁的周恩来竟有如此宏图大志。他高兴地对同学们说：“有志者，当效周生啊！”周恩来正因为抱有“为中华之崛起”的崇高学习目的，才那样出类拔萃，卓尔不群。

立高远之志

中国有五千年的悠久历史，从来就有崇尚高远之志的好传统。唐朝著名诗人李贺曾说：“少年心事当拿云。”意思是青少年应怀抱要上天拿云那样的志气。《管子》一书关于立志有这样三句话：“欲大则函于天地，欲上则凌于云气，欲下则入于深泉”，形容青少年只有立大志才能纵横天下，上下自如。立志是事业的大门，青少年应当有远大的理想与抱负，胸无大志、鼠目寸光岂能成就伟大的事业。

那么，我们所说的“志”，指的是什么呢？

人活在世上，总有所追求，既有追求，就有希望达到理想目标，这种希望达到理想目标的意向就是“志”。人各有志，且分高低。有追求个人富贵之志，有贪图名利之志，有崇尚高远的理想之志。我们提倡的是后者，正如古人所说：志当存高远。

怎样的志，才是“高远之志”呢？古代哲人墨子说：“志以天下为芬”，政治家晏子也说：“志莫高于爱民。”这是讲应该把个人的理想与国家和人民的命运紧密联系起来，这样的志向才是崇高的。这种教诲是人生的至理名言，青少年应当仔细体会，铭记在心。在祖国几千年漫长的历史长河中，这种把自己的命运与祖国人民的命运紧紧相连的志向代代相承，鼓舞和哺育了无数杰出人物，形成我们祖国优秀的传统。

我国历史上第一部纪传体史书——《史记》的作者，汉朝时的司马迁，为了理想百折不挠，坚忍不渝，青史留名。司马迁小的时候，曾跟随当时任国家史官的父亲到京城长安，学习古代流传下来的历史书。他刻苦学习，求知欲强，进步很快。后来，在父亲的支持下，他又游历了祖国各地，极大地丰富了自己的学识，加深了对祖国、对人民的热爱。当父亲临终的时候，嘱咐司

马迁，一定要写一本记叙史实的著作。司马迁流着眼泪答应父亲：“一定要把先人所论的史实叙述出来。”父亲去世不久，司马迁继承父职也作了史官，并开始撰写《史记》。这部史书耗费了他多年心血。就在撰写过程中，一个巨大的灾祸突然降落在他身上。那时候，汉朝和北方的匈奴进行战争，当时，汉军中有一支由李陵将军率领的军队，与匈奴军相遇，苦战十多天，杀敌万余人，最后终因矢尽弦绝、伤亡过半，被迫投降。消息传来，很多大臣都指责李陵，司马迁却认为李陵的投降是万不得已之计，只要不死，他是会找机会报答汉朝的。没想到，他的直言触怒了汉武帝，被关进了监狱。按当时的法律，允许以钱赎罪，否则就得受刑。司马迁无钱赎身，几次想自杀，但一想到正在撰写的《史记》，便忍辱受刑，顽强地活了下来。出狱后，他更发奋著书，历尽千辛万苦，以毕生精力，终于完成了一百三十篇、五十多万字的巨著——《史记》。

古人曾说：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能。”这种使命感已成为历代那些身处逆境中而不屈服的有志者的座右铭。

新中国的缔造者毛泽东，从小就表现出了不凡的志向。毛泽东很爱读书，他读了许多小说，发现有一件事很特别，就是书中没有种田的农民。为什么书里的主人公都是帝王将相、才子佳人呢？他询问了很多人都没有得到满意的答案。对这个问题，他苦苦思索了很久。后来，他发现写书的都不是农民，书中颂扬的也都是统治者，这些人是不要种田的。毛泽东受到震动而萌生力量，立志发奋读书，寻求解放农民的道路。他曾对小伙伴说：我们长大了也要写书，为农民写书，为农民争口气。为农民鼓与呼，解放受压迫、受剥削的穷人，这是少年毛泽东为自己立下的志向，后来他终生为中国的贫苦大众的命运而奋斗不息。