



国家出版基金项目
NATIONAL PUBLICATION FOUNDATION

ZHONGGUORENDEMEIDE

中国人的美德

经历数千年传承、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。



传承中华美德 开启中国梦想

焦国成◎主 编
刘余莉◎编 著

仁

天津出版传媒集团 天津人民出版社



ZHONGGUORENDEMEIDE

中国人的美德

经历数千年传承、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。

焦国成◎主 编
刘余莉◎编 著

仁

天津出版传媒集团
天津人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

仁 / 刘余莉编著. -- 天津 : 天津人民出版社,
2013.7(2013.9 重印)
(中国人的美德 / 焦国成主编)
ISBN 978-7-201-08282-0

I. ①仁… II. ①刘… III. ①品德教育-中国-青年
读物②品德教育-中国-少年读物 IV. ①D432.62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 171784 号

天津人民出版社出版

出版人:黄 沛

(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>

电子信箱: tjrmcbs@126.com

三河市同力印刷装订厂印刷

2013 年 7 月第 1 版 2013 年 9 月第 2 次印刷

787 × 1092 毫米 16 开本 10 印张 1 插页

字数:100 千字

定 价: 29.80 元

— / 编委会 / —

名誉主编:罗国杰

主 编:焦国成

编 者

(以姓氏笔画为序)

王 乐	王 易	王 颖	王文东
左 思	龙 倩	史尚宏	朱辉宇
刘余莉	刘晓津	刘喜珍	安练练
安晋军	李莉莉	李晓霞	吴鍛霞
吴瑾菁	辛丽丽	张旭晴	张溢木
金香花	周春玲	姜文明	袁 园
徐佳佳	徐 晶	郭 伟	郭 宏
郭清香	黄 沛	彭思雅	韩睿思
揭 芳	雷学敏	詹黛尔	谭智秀
霍国栋	薄翠香		



「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，因此，“美德”不过是忽悠傻瓜的着数，“高尚”无非是中着儿的蠢人才会去追求的做人境界。在这些“智者”的眼里，只有名利权位、声色犬马才是值得去追求的，而“美德”则不值一文。这种想法，让我们想到了丛林中的狐狸和狼。那些“智者”的智慧，也不过是丛林之中狐狸和狼的智慧。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绿色丛林？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，他的智慧又在哪里？

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。因为占了别人的便宜,固然可以一时得意,但当被千夫所指的时候,他的得意也就不在了。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。真正的赢家应该是淡泊名利、以德服人的人。

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,下不忤于人,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。代代相传的“富润屋,德润身”箴言,是以往高贤大德的切身体验,决非忽悠人的虚言。

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,是在爱人中爱自己,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”。

新中国成立已有六十余年,改革开放已经三十余年,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很不如人意: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

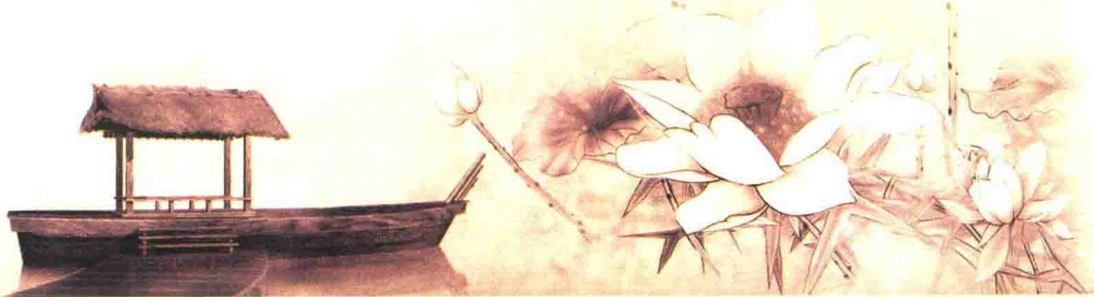


的灵魂，是构筑中国人时代精神的血脉，更是中华民族伟大复兴的根基。

为了弘扬美德，我们组编了《中国人的美德》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。本丛书力求适应这一社会需要。丛书力求将中华民族的传统美德、优秀革命道德和时代精神完美融合，将传统精神和时代精神、文化继承和文化创新有机结合起来，力求凸显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，力求有一定的创新性。如果此套丛书能够激发起广大未成年人对中国人的美德的兴趣和向往，我们将感到无上的荣幸和欣慰！

焦国成

2013年6月于北京



Mulu/目录/

第一辑 解析篇

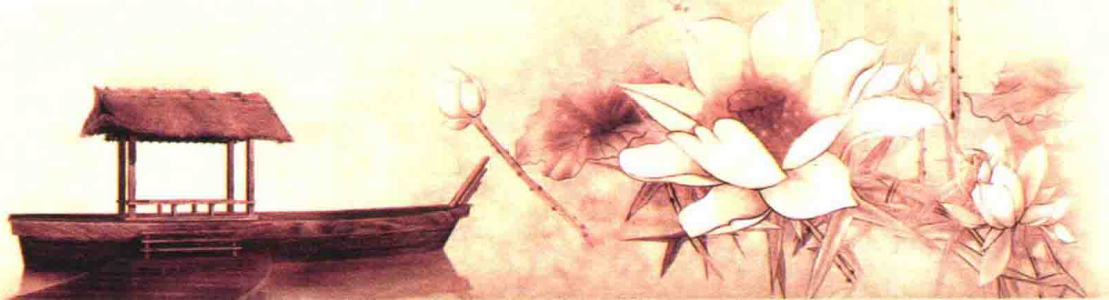
仁的含义及其历史演变	3
仁的一般要求	6
当代人如何践行“仁”	13

第二辑 菁华篇

背诵部分	21
熟读部分	34

第三辑 范例篇

行仁之政——齐景公	55
“誉满杏林”三国名医董奉	58
以己正人，庇荫子孙——范纯仁家风	60
仁恕雅量的君子——韩琦	63
平民慈善家——柳毓富	65
一碗面感动一座城	69
“板凳妈妈”——许月华	73
为救白血病男孩推迟婚期的好女孩——向雪敏	77



草原曼巴——王万青	79
滴水之恩涌泉相报	81
人民的好公仆——陈淳	85
免费赡养老人的煤老板——丁玉龙	88
“草根慈善家”——阿里木	91
怒放高原的并蒂雪莲——胡忠、谢晓君	94
克己行仁的好大姐——胡玉荣	97
浙江“富二代”女孩——周晓丽	101
“还债局长”——胡丙申	105
巴士英雄——陈乐平	108
最美支教老师——孙影	110
丹顶鹤女孩——徐秀娟	113
倾情自然的“富二代”——李理	117
奉献山区的残疾教师——孙克会	121
拾荒助贫——孤寡老人刘盛兰	123
用生命铸师魂——乡村老师苏瑛	127
拾荒捐赠阅览室——老党员刘图聪	130
无私捐米的耄耋老将军——张玉华	134
最坚定的承诺——张兰萍	136
感恩的小吃店主——胡来义	140
“仁心廉医”——袁琨	143
最美的保姆——陈水凤	147



第
一
辑
解
析
篇

JIEXIPIAN



中国 人的 美 德

ZHONGGUOREN
DEMEIDE

仁

“仁”是中华传统美德的核心要素,更是儒家思想的精髓,仅在《论语》中就被提及了一百零五次,深受孔子的信奉和推崇。正因如此,古今中外不少学者认为“仁”是《论语》的中心思想。“仁”在孔子心中有着至高无上的地位,贯穿了中华文明几千年的历史。

仁的含义及其历史演变

仁之含义

溯本追源,较早对“仁”下定义的是春秋时期的韩无忌,他对“仁”进行了这样的解释:参和为仁(《左传·襄公七年》)。即在与
人相处中以和为仁。之后臼季也曾对“仁”发过议论:“臣闻之,出门如宾,承事如祭,仁之则也。”(《左传·僖公三十三年》)认为“仁”是人与人相处的准则。因此,在中国传统文化的长河中,“仁”的初始意义便是处理人际关系的重要准则。关于这点,体现得最为明显的便是许慎《说文解字·人部》中对“仁”的解析:“仁,亲也。从人、二。”取亲人、兼爱、博爱之义,是用于处理人与人之间的关系准则。不仅如此,许慎还考察“仁”的字形结构,认为它是由“人”与“二”组成的,这再一次说明一个人不存在人际关系,两个人才能形成人际交往,三个人就是社会关系。所以“仁”即是人与人之间的相处互助之道,爱人与相爱的问题。

仁之演变

中华文明绵延数千年,中华文化源远流长。在浩瀚的历史海洋中,“仁”的发展历程跟随中华文明经历了数次变迁。儒家始祖孔子认为:“不仁者不可以久处约,不可以长处乐。仁者安人,智者利人。”“唯仁者,能好人,能恶人。”(《论语·里仁》)在他看来,无论是



对于自己还是对于他人，仁者需具备一颗恬淡平常的心，只有如此，才可以在生活中积极乐观；在与人交往中，不偏不私，中正不倚，对与自己交往的人作出中肯而客观的评价，这样才能安人利己。在孔子那里，“仁”虽体现了一种与人交往以及与己生活的心境态度，然而“仁”作为交往准则的意味却不甚明显。作为儒门亚圣的孟子在《仁者爱人》一篇中明确提出：“仁者爱人，有礼者敬人。爱人

者，人恒爱之；敬人者，人恒敬之。”充分说明“仁”的核心要

素是爱人。只有做到爱别人，别人才能以爱敬之心回应你。若社会广泛兴起爱人之风，人与人之间充满了爱敬回应，那么礼运大同社会亦不再是遥不可及的梦想，和谐便真正成为

社会的主题。

自孟子以后“仁爱”便作为人与人相处的准则正式登上了历史舞台。在汉唐时期，“仁”作为重要的关系准则汲取了墨家的兼爱思想，其内涵逐渐演变为“博爱”。儒家文化的振兴者董仲舒在《春秋繁露》卷十中



提道：“忠信而博爱，敦厚而好礼，乃可谓善，此圣人之善也。”此时“博爱为仁”的人际交往之道已现端倪。而到了唐朝，儒学大家韩愈在其《原道》之开篇便提出“博爱之谓仁”，认为君子圣人需博爱万民，不分亲疏远近，不论厚此薄彼，以博爱之心对待天下百姓，将“仁”提升到了道德追求的层面，多用于君王统治者之说，以此勉励他们爱民如子。这种用“博爱”来诠释“仁”的说法，对之后的宋明理学产生很大的影响，而此种说法亦成为儒家经典中对“仁”的代表性阐述。在此之后，宋明理学吸收了道家思想，将“仁”的内涵不断扩大，程颢在其著作《识仁篇》里提及：“学者须先识仁。仁者，浑然与物同体。义、礼、知、信，皆仁也。”这里涉及了“仁”与“物”的两个范畴。虽说孟子也曾对爱物有所解释，但在孟子看来“爱物”与“爱人”并非处于同一层面。他认为：“君子之于物也，爱之而弗仁；于民也，仁之而弗亲。亲亲而仁民，仁民而爱物。”（《孟子》）而程颢却将爱物上升到了与爱人同等的层面，延伸了“仁爱”的内涵和外延。不仅如此，这种博爱众生的思想在王阳明那里体现得更为明显，他认为仁者具有“一体之仁”，在其《大学问》中明确提出：“大人者，以天地万物为一体者也。”将天地万物视为一体，至此，“仁”便被演变上升到了不可企及的高度。

勤 孝 节 礼 信 义 正 智 谦 友 俭 耻 仁 和 忠 勇

仁的一般要求

恻隐同情之心——仁爱之发端

孟子明确提出：“恻隐之心，人皆有之；羞恶之心，人皆有之；恭敬之心，人皆有之；是非之心，人皆有之。”（《孟子·告子上》）认为人性本善，人生而具备恻隐之心。不仅如此，孟子认为：“仁义礼智，非由外铄我，我固有之也，弗思而已。”（《孟子·告子上》）也就是说，道德教化无需学习的，是根植于人的内心的，人有四端之心就如同人有四肢那样自然而然，不需要刻意解释和追求。而且他认为人天生具备“良知”“良能”，所以人生来就会不自觉地热爱自己的父母，敬重自己的兄长，在他看来，这种爱亲敬亲的能力同样是与生俱来的，不需要学习，也无需解释，这就是孟子所提倡的性由天成的性善论。从孟子的论断中可以得知因为人具备了同情心，进而才可以认为人生而具备仁爱心，所以恻隐同情之心是仁爱之心的发端。

也许有人会质疑人生而具备同情心的观点，认为人性冷漠而自私，其实在日常的生活中，同情心随处可见。假若现在有一个小孩失足落入水中，不能否认，目睹这一情景的人都会产生或惊愕或恐慌或痛苦的心理波动。若听到小孩在水中大声呼救，想必不会游泳的人也会泛起救人之心，只不过这种感觉的持续度会因为人的德行修养不同而产生不同的结果。德行修养高的人想必会奋不顾身，一心营救小孩，而德行修养不够的人可能会因为恐惧和害怕水的威力而退却其后。但不能否认的是，人人在面对这一场景的那一

