



XUE·QINFENHAOXUE

中华传统美德是中华民族的精神脊梁，
是中华儿女的立身之本，值得我们代代传承。



中华传统美德百字经

ZHONGHUACHUANTONGMEIDEBAIZIJING

学

XUE·QINFENHAOXUE

勤·奋·好·学

于永玉 董玮◎编



天津人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

学:勤奋好学 / 于永玉,董玮编. —天津:天津
人民出版社, 2012.6

(巅峰阅读文库. 中华传统美德百字经)

ISBN 978-7-201-07596-9

I. ①学… II. ①于…②董… III. ①品德教育—中
国—通俗读物 IV. ① D648-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 133050 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 新华书店经销

2012 年 6 月第 1 版 2012 年 6 月第 1 次印刷

690×960 毫米 16 开本 10 印张 字数: 100 千字

定价: 19.80 元

前言

中国是一个具有悠久历史和灿烂文化的文明古国，也是举世闻名的礼仪之邦。在历史的长河中，中华民族创造出了绚丽多彩的物质文化和精神文化，为人类的发展和进步做出了重要贡献。其中，中华民族的传统美德被大家代代传承。

那么，什么是传统美德？什么是中华民族的传统美德呢？通常来说，传统美德就是在自觉或习俗的道德规范中，一些被大多数人所接受并实际奉行的，而且在现代仍有着积极影响的那些美德。具体到中华民族传统美德，概括起来就是指中华民族优秀的民族品质、优良的民族精神、崇高的民族气节、高尚的民族情感以及良好的民族礼仪等，是中华民族在历史实践过程中积累而成的稳定的社会优秀道德因素，体现在人们生活的方方面面，涉及政治、经济、文化、意识等领域，并通过社会心理结构及其他物化媒介得以代代相传。

经过长期的历史沉淀，中华传统美德已融入到中华民族的思想意识和行为规范中，成为社会道德文化的遗传基因，成为整个中华民族文化的精神内涵，也是中华五千年文明史的精髓所在。继承和弘扬中华民族传统美德，可以振奋民族精神，增强民族自尊心、自信心、自豪感和凝聚力，使社会主义道德规范具有更丰富的内涵，让社会主义、集体主义、爱国主义思想等更加深入人心，成为社会主义文化的主旋律。同时，还可以更好地协调人际关系，促进社会主义市场经济的健康发展，形成有中国特色的、适应社会发展的价值观和伦理道德规范。





国民的思想道德状况，尤其是青少年的思想道德状况，直接关系着一个国家、一个民族的整体素质，关系着国家前途和民族命运。目前，我国已进入改革发展的新时期新阶段，德育教育的价值和意义更是日渐凸显。大力弘扬中华传统美德，建设社会主义核心价值体系，促进社会主义文化的发展和繁荣，是建设全面小康社会的主要任务，更是实现中华民族伟大复兴的必然要求。因此，党中央非常注重我国公民道德建设，全社会也已形成了加强和改进思想道德建设的新风尚。

青少年是国家的希望，是民族不断发展和延续的根本，因此，青少年德育教育就显得更加重要。为了增强和提升国民素质，尤其是青少年的道德素质，我们特意精心编写了本套丛书——《中华传统美德百字经》。

本套丛书立足当前公民，尤其是青少年思想道德教育的现实，将中华民族的传统美德归纳为一百个字，即学、问、孝、悌、师、教、言、行、中、庸、仁、义、敦、和、谨、慎、勤、俭、恤、济、贞、节、谦、让、宽、容、刚、毅、睦、贤、善、良、通、达、知、理、清、廉、朴、实、志、道、真、立、忠、诚、公、正、友、爱、同、礼、温、信、尊、敬、恭、恕、责、仪、精、专、博、富、明、智、勇、力、安、全、平、顺、敏、思、积、利、健、率、坚、情、养、群、严、慈、创、新、变、革、争、谏、悔、齐、省、克、竞、求、简、洁、强、律。丛书内容丰富、涵盖性强，力图将中华民族传统美德的内涵囊括进去。丛书通过故事、诗文和格言等形式，全面地展示了人类永不磨灭的美德：诚实、孝敬、负责、自律、敬业、勇敢……

这些故事在中华民族几千年的历史长河中，一直被人们用来警醒世人、提升自己，用做道德上对与错的标准；同时通过结合现代社会发展，又使其展现了中华民族在新时代的新精神、新风貌，从而较全面地展示了中华民族的美德。

在本套丛书中，为了帮助读者更好地理解这些源远流长的传统美德，我们还在每一篇故事后面给出了“故事感悟”，旨在令故事更加结合现代社会，结合我们自身的道德发展，以帮助读者获得更加全面的道德认知，并因此引发读者进一步的思考。同时，为丰富读者的知识面，我们还在故事后面设置了“史海撷英”、“文苑拾萃”等板块，让读者在深受美德教育、提升道德品质的同时，汲取更多的历史文化知识。

这是一套可以打动人心灵的丛书，也是可以丰富我们思想内涵的丛书……《中华传统美德百字经》向我们展示的是一种圣洁的、高尚的生活哲学。无论在任何社会、任何时代，给予人类基本力量的美德从来不曾变化。著名的美国政治家乔治·德里说：“使美国强大的不是强权与实力，而是上帝赐予的美德。假如我们丢失了最根本且有用的美德，导弹和美元也不能使我们摆脱被毁灭的命运。”在今天，我们可能比任何时候都更应关心道德问题，尤其是青少年的道德问题，因为今天我们正逐渐面临从未有过的道德危机和挑战。

人生的美德与智慧就像散落的沙子，我们哪怕每天只收集一粒，终有一天能积沙成塔，收获一个光辉灿烂的明天。《中华传统美德百字经》中的美德故事将直指我们的内心，指向人性中善良的一面，唤起我们内心深处的道德感。因此，中华民

中华传统美德百字经

前言



族的传统美德也一定会在我们的倡导和发扬之下，世世传承，代代延续！

全套丛书分类编排，内容详尽、文字优美、风格独具，是公民，尤其是青少年思想道德建设的优秀读物。愿这些恒久流传的美文和故事能抚平我们每个人驿动的心，愿这些优秀的美德种子能在青少年身上扎根、发芽、生长……



●
学 · 勤
奋 · 好
学

学，按《说文解字》的解释：“学，觉悟也。”《正字通》说：“受教传业曰学。”《礼记·大学》有“初习其事”的说法，其《疏》解释说：“初习谓之学，重习谓之修。”这大概是最接近现代语义的说法。

中华民族自古以来就是勤奋好学的民族。在中国这块学风甚盛的土壤上，无论是奴隶社会、封建社会，还是近现代，勤奋好学者始终受到人们的青睐。

在中国人的心目中，勤奋好学是个人修养的体现，是“内圣外王”的基础，是“治国平天下”的必须。《三字经》用很大篇幅说：“子不学，非所宜。幼不学，老何为；玉不琢，不成器。人不学，不知义。”从积极的方面说明学习的意义。

然而中国的古代社会是等级制社会，奴隶主阶级、地主阶级垄断教育，读书学习是统治者的专利，绝大多数劳动者是没有机会进行系统学习的。近代以来，中国人民头上压着三座大山，劳动者在穷困线上挣扎，过着衣不蔽体、食不果腹的生活，学习成了一种奢望，也就更谈不上勤奋学习了。

新中国成立后，人民翻身当家做了主人。政府普及初等教育，进而实施九年制义务教育，为每个人提供平等的学习机会，勤奋学习这一中华民族传统美德又焕发出新的生机，有了新的内容。

从学习的目的上看，封建社会宣扬的是“万般皆下品，唯有读书高”、“满朝朱紫贵，尽是读书人”，或“为圣人立言”，“学而优则仕”，完全是为了培养官僚，培养统治阶级的服务者；而今学习的目的是成为建设祖国、保卫祖国的有用人才。

从学习的内容上看，封建社会主要学习的是千年不变的“四书五经”或应付八股文考试的“试帖时文”；而今学习的内容是不断更新的各行各业、各学科的基础知识和先进文化知识。

随着社会的进步、科技的发展，知识更新的步伐越来越快。这就要求我们：要投入比古人更多的精力和时间学习；要涉猎更多的知识和学科；要不断

地更新、充实、完善自己的知识体系；要加强自己学以致用能力，善于把学到的知识应用到实际工作中。

封建社会的“十载寒窗”如今已远远不够了，学习成了每个人终生的职业，一个停止学习的人就是一个落伍的人。什么时候放弃，就什么时候落后于时代。要想成为对民族对国家有用的人，就要不断学习，学习新知识，跟上新时代。时代的弄潮儿是那些在学习上不畏艰辛的人。

只有在学习的道路上勇往直前的人，才有可能对社会做出更大的贡献。

让中华民族传统美德——勤奋好学在新的时代迸发出更耀眼的光辉。

目录

·学·勤奋好学

第一篇 少年有成

- 2 苏秦引锥刺股
- 6 孙敬悬梁苦读
- 8 匡衡凿壁借光
- 11 董仲舒“三年不窥园”
- 14 路温舒苦读成法学家
- 18 侯瑾燃薪夜读
- 21 承宫隔篱偷学
- 25 贾逵隔篱听课获“舌耕”
- 28 韩干厩前画马
- 31 白居易少有所成
- 34 岳飞沙上习字
- 37 陈际泰手不释卷
- 40 李四光少年留学日本
- 43 李大钊惜时如金
- 46 徐悲鸿早年艰苦学画

第二篇 自学成才

- 50 沈麟士笃学不倦
- 52 刘勰笃学不娶
- 55 郑虔无纸练字柿叶替
- 57 柳璨燃叶苦读诗书
- 59 徐伯珍竹叶习字
- 61 王冕潜心画荷绘梅
- 65 李因苦读勤练终有所成
- 68 华蘅芳自学成才

第三篇 立志勤学

- 72 孙康映雪夜读
- 75 江泌月下苦读
- 78 苏洵晚学成才
- 81 苏轼三抄《汉书》
- 83 司马光与圆木警枕
- 85 范仲淹“划粥”苦读
- 88 赵孟頫勤练书画
- 91 王守仁“笨鸟先飞”
- 94 唐伯虎潜心学画
- 96 盲人唐汝询笃志苦学
- 99 练恕学习勤苦
- 102 阎若璩勤以补拙
- 105 黄宗羲读书不倦
- 107 刻苦勤学的陈寅恪
- 110 齐白石不教一日闲过
- 113 童第周勤奋求学
- 116 钱三强为圆梦苦攻英语

第四篇 虚心好学

- 120 樊迟学而不倦
- 123 王羲之勤练终成“书圣”
- 126 用尽十八缸水终成名家
- 129 “退笔冢”与“铁门限”
- 132 魏照好学
- 135 黄霸狱中学而不厌
- 138 高凤学而忘麦
- 142 范纯仁帐内读书
- 145 方以智勤记成“六指”
- 148 侯德榜读书忘神

ZHONGHUACHUANTONGMEIDEBAIZIJING

中 华 传 统 美 德 百 字 经



学 · 勤奋好学

第一篇

少年有成



苏秦引锥刺股

◎古来一切有成就的人，都很严肃地对待自己的生命，当他活着一天，总要尽量多劳动，多工作，多学习，不肯虚度年华，不让时间白白地浪费掉。——邓拓

苏秦(?—前284年)，字季子，东周洛阳轩里人(今洛阳东郊太平庄一带)，战国时期的韩国人，是与张仪齐名的纵横家。可谓“一怒而天下惧，安居而天下息”。他出身农家，素有大志，曾随鬼谷子学习纵横捭阖之术多年。

苏秦早年十分好学，曾和自己的好朋友张仪一起从师于很有名望的鬼谷子，学习纵横家的言论。当时，苏秦的家境不好，自己的糊口问题都不能解决，更不用说拿钱来买书读了。为了读书，他时常把自己的长发剪下来卖掉，或者帮别人做工，卖力气，以换取微薄的收入来勉强维持自己的生活和学业。没有钱买帛绢，他就自己把竹子劈成竹片作为誊写的书札。书札多了，没有袋子装，他就自己剥下树皮编织成书袋来装书。由于苏秦勤奋好学，在开始的一段时期内，他取得了很好的成绩。

然而可惜的是，从那个时候起，苏秦就开始骄傲自大起来。他不再相信老师的话，自以为已经学到了纵横术的所有知识，可以“运筹帷幄”了。

于是，他收拾好行李，告别老师和朋友，独自来到秦国。苏秦在秦国曾先后上了十来封意见书给秦惠王，劝他采用“连横”的办法来并吞诸侯，统一天下。可是，秦惠王只是把意见书草草地看了一下，就随便地往旁边一放，根本不予理睬。苏秦在秦国住了一年多的时间，衣服已经穿得又旧又破，所带的银两也用得一干二净，没有办法再住下去了。他看秦惠王一点也没有重

用他的意思，就只好缠了裹腿，穿了草鞋，背上书包，挑上行李，离开秦国，踏上了回家的道路。

由于路途遥远，加之心情不好，苏秦在路途上奔波了许多天才回到家中。这时他已瘦得皮包骨头，皮肤也被晒得黑黝黝的，且因为惭愧而不敢抬头见家人。妻子看见他那副样子，叹了一口气，低下头继续织布；嫂子看见他那副样子，也不给他做饭；父母看见他那副样子，也不与他说话。

见此情景，苏秦感到心情极端难受。他长长地叹了一口气，自言自语地说道：“唉，妻子不认我这个丈夫，嫂子不认我这个小叔子，父母也不认我这个儿子，这全都是由于我不争气引起的啊！”

苏秦认识到了自己的不足，又重新开始埋头读书。当天夜里，他把自己几十箱子的藏书都找了出来，精心挑选，找出了姜太公的《阳符经》一书，看了几行，觉得很有用，便摊开来埋头诵读，细心揣摩，直到天亮。

从此以后，苏秦不分昼夜，勤于读书，有时候夜里读着读着就在案头上睡着了。每次醒来时，看见时间已经过去了很多，他总是痛骂自己无用，可是一时也找不到合适的方法来防止自己打瞌睡。

有一次，他读着读着又开始犯困了，身子一下扑在了案桌上。桌子上正好放着一把锥子，锥子刺痛了他的手臂，他一下子清醒过来。他看着锥子，眨了眨眼，忽然想出了一个制止自己打瞌睡的办法：用锥子扎自己的大腿。以后，每到自己困意袭来时，他就拿起锥子朝大腿上狠扎几下。由于扎得狠，往往是鲜血淋漓，血沿着小腿直流到脚上。他的家人见他这样，于心不忍，就规劝他说：“你也不必这样折磨自己。只要你决心痛改前非，就一定可以成功的。”可苏秦却说：“我之所以这样做，是为了使我自己不要忘了过去的耻辱，从而促使我更加刻苦读书啊！”

就这样，苏秦勤学苦读了整整一年的时间，才觉得这一次的确学得深、学得透。他很有把握地说：“现在真可以说服当代的君王，使他们接受我的意见了。”

经过这一番准备，苏秦于公元前334年开始游说六国，终于得到了六国



君王的重用，佩挂六国相印。长沙马王堆汉墓出土帛书《战国纵横家书》中，就保存有苏秦的书信和游说辞十六章。

◎故事感悟

苏秦刺股苦读，终成大业，他的事迹流传千古。我们要学习他这种勤奋刻苦的学习精神，把勤奋好学这一中华美德继承和发扬光大，从而成为一个对社会有所贡献的人。

◎史海撷英

六国合纵抗秦

六国合纵对秦战争，主要的有五次。

第一次合纵战争为楚、燕、韩、赵、魏五国合纵攻秦。发生于周慎靓王三年，楚怀王十一年，魏襄王元年，赵武灵王八年，韩宣惠王十五年，燕王哙三年，秦惠文王七年（公元前318年）。合纵军很快被秦军击败。

第二次合纵战争为齐、韩、魏合纵攻秦。发生于周赧王十七年，齐湣王三年，韩襄王十四年，魏襄王二十一年，赵惠文王元年，秦昭王九年（公元前298年）。三国合纵军经三年苦战至公元前296年，战胜秦军。

第三次合纵战争为燕、齐、魏、韩、赵合纵攻秦。发生于周赧王二十七年，燕昭王二十四年，齐湣王十三年，魏昭王八年，韩厘王八年，赵惠文王十一年，秦昭王十九年（公元前288年）。最后于公元前287年以秦退还所占魏、赵的土地而罢兵。

第四次合纵战争为赵、楚、韩、燕、魏合纵攻秦。发生于秦庄襄王三年，赵孝成王十九年，楚考烈王十六年，韩桓惠王二十六年，燕王喜八年，魏安厘王三十年（公元前247年）。秦军初期被五国联军战败，退守函谷关后，双方休战。

第五次合纵战争为赵、燕、楚、韩、魏合纵攻秦。发生于秦王政六年，赵悼襄王四年，燕王喜十四年，楚考烈王二十二年，韩桓惠王三十二年，魏景湣王二年（公元前241年）。五国联军攻至今临潼东北，各自收兵。

◎文苑拾萃

战国时期的农业

战国时期，农具和耕作技术都有改进和提高。农具仍以耒、耜为主，但不同于过去的是在木制的耒、耜上套上了铁口。其他如锄、铲、镰等也都是铁制的，在长江流域仍以青铜工具为多，但类型也多于以往。各地都大大改变了长期以来以木、石、骨、蚌来制作工具的局面。云梦秦津中有“田牛”和“其以牛田”的记载，表明耕作中已使用牛。但有关牛耕的具体情况在文献中记载极少，表明牛耕并不普遍。

铁农具使用的结果，既增强了开荒的能力，使可耕地面积增多，从而为社会提供更多的农产品，又可深耕。《孟子》、《韩非子》有“深耕易耨”，“耕者且深、耨者熟耨”的说法，是当时普遍推行深耕的确证。《庄子》说：“深其耕而熟耨之，其禾繁以滋。”耨是除草和松土，若使耨和深耕配合起来，种出的谷物，不仅颗粒饱满，而且结实也更多。《吕氏春秋》说深耕的另一好处是：“大草不生，又无螟蜥。”即可减轻草害和虫害。由于深耕的好处甚多，所以受到人们普遍重视。



孙敬悬梁苦读

◎人之初生，不食则死；人之幼稚，不学则愚。——王夫之

孙敬(生卒年不详),东汉班固《汉书》:“孙敬,字文宝,汉朝信都(今冀州市)人。好学,晨夕不休。及至眠睡疲寝,以绳系头,悬屋梁。后为当世大儒。”

《太平御览》卷六一一引晋张方《楚国先贤传》:“孙敬好学,时欲寤寐,悬头至屋梁以自课。”

孙敬,年少好学,博闻强记,而且视书如命,邻里都称他为“闭户先生”。

孙敬读书时,随时记笔记,看书学习常常通宵达旦。时间长了,他有时不免打起瞌睡来,一觉醒来,又懊悔不已。有一天,他抬头苦思的时候,目光停在房梁上,顿时眼睛一亮,随即找来一根绳子,绳子的一头拴在房梁上,下边这头就跟自己的头发拴在一起。这样,每当他累了困了想打瞌睡时,只要头一低,绳子就会猛地拽一下他的头发,一疼他就会被惊醒,睡意全无。从这以后,他每天晚上读书时,都用这种办法,发愤苦读。

年复一年地刻苦学习,使孙敬饱读诗书,博学多才,成为一名通晓古今的大学问家,在当时江淮以北颇有名气,常有学子不远千里负笈担书来向他求学解疑、讨论学问。

◎故事感悟

孙敬悬梁苦读,终成一代大儒,他刻苦勤学的精神令人敬佩。

◎史海撷英

卫青征匈奴

公元前124年2月，汉天子令车骑将军长平侯卫青将三万余骑出高阙，卫尉平陵侯苏建为游击将军、左内史李沮为强弩将军、太仆公孙贺为骑将军、代相李蔡为轻车将军各万骑，皆领属车骑将军，俱出朔方郡；大行李息，岸头侯张次公为将军各万余骑，出右北平郡，咸击匈奴。汉军凡斩首虏4000，匈奴王十余人。

◎文苑拾萃

西汉瓷器

汉代（公元前206—公元220年）生产的瓷器。汉代是瓷器手工业大发展的时期。但在西汉初期，由于经过楚汉战争和与匈奴的长期战争，社会经济遭到极大的破坏，包括瓷器生产在内的手工业发展缓慢。两汉初，青瓷日用器皿不多，主要是仿青铜礼器，如壶、罐、鼎、盒、钟、敦等。西汉中期，仿青铜礼器的青瓷日渐减少，实用器增多。西汉晚期的青铜器以壶、罐、钫、樽、洗、盆、勺为主，已经不见仿青铜礼器。西汉青瓷原料中氧化铝和氧化铁比例提高，这就需要在较高温度中烧成。