



中华传统美德百字经
DIANFENG TONGMEI BAI ZI JING

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

道

DAO·DAOYIXIANGDI

道义相砥

于永玉 董玮◎编



天津人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

道：道义相砥 / 于永玉，董玮编 .—天津：天津
人民出版社，2012.1

(巅峰阅读文库 . 中华传统美德百字经)

ISBN 978-7-201-07319-4

I . ①道… 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 (2011) 第 264602 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

北京一鑫印务有限责任公司印刷 新华书店经销

2012 年 1 月第 1 版 2012 年 1 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……



●
道
·
道
义
相
砥

道，在汉语中可追溯到先秦思想家老子所著的《道德经》一书。老子说：“道生之，德畜之，物形之，器成之。是以万物莫不尊道而贵德。道之尊，德之贵，夫莫之命而常自然。”其中“道”指自然运行与人世共通的真理；而“德”是指人世的德性、品行、王道。《论语·学而》中说：“其为人也孝弟，而好犯上者，鲜矣；不好犯上，而好作乱者，未之有也。君子务本，本立而道生。”钱穆先生的注解：“本者，仁也。道者，即人道，其本在心。”可见，“道”的本意是指人关于世界的看法，应属于世界观的范畴。

“道义相砥”，在古人看来，交友是人生的一件大事。“近朱者赤，近墨者黑”。在交友问题上应“交当慎择”，要出于道义，为了道义。朋友之交必须做到以德业相劝勉，以过失相箴规，以道义相砥砺。道与义中包含着朋友之间道德上的共同理想，事业上的共同追求，人格上的互相投契，情感上的相互敬慕等含义。道为义先，秉道而为。

明代名士苏竣在《鸡鸣偶记》中把朋友分为四类，曰：“道义相砥，过失相规，畏友也；缓急可共，死生可托，密友也；甘言如饴，游戏征逐，昵友也；和则相攘，患则相倾，贼友也。”他认为，益友是在道义和学业上互相砥砺，对缺点、错误直言规劝的“畏友”；也是以心相交、生死与共的“密友”。

道义相砥单指交友之道，但“道”还有大道之行，天下为公、严守职业道德等“道”的更深层含义。“道”是一种社会性的意识，是人们共同生活所遵循的行为准则和规范，也是人们为了心中的正义所追求的大道。

“大道之行，天下为公”，是指能与国家、与人民同呼吸共命运，为了自己心中的“道”，为了公理和正义，为了祖国的强大和人民的安康而不懈地奋斗、无私地奉献，胸怀祖国，心忧天下。

作为青少年的我们，迟早是要走上工作岗位的，可能我们从事的行业各

不相同，但都须遵守各行业的职业道德。职业道德也是我们中华民族传统美德的重要组成部分。职业道德涉及到每个从业者如何对待职业、如何对待工作的问题，同时也是一个人的生活态度、价值观念的表现；是一个人的道德意识在工作、事业中的充分体现。

职业道德也是一个职业集体，甚至一个行业全体人员的行为表现。如果每个行业、每个职业集体都具备优良的道德，那么我们整个社会的道德水平将会得到极大的提高！

今天，我们在建设有中国特色的社会主义过程中，既要抓好物质文明建设，又要抓好精神文明建设，特别是在社会主义市场经济体制下，更要重视精神文明建设。继承和弘扬中华民族的传统优秀文化，而在这其中，道与德的传统美德，更是精神文明建设的重要方面。

目录

—道·道义相砥

第一篇 大道之行，天下为公

- 2 李膺执法不畏强权
- 4 韩愈向佛教开战
- 8 陆贽敢于冒犯皇帝
- 11 包拯三犯宋仁宗
- 14 张煌言毕生举义旗
- 20 王翱五朝廉吏
- 23 陈连升殉国 “节马”哀鸣
- 28 陈化成吴淞为国殉难
- 32 邓世昌黄海捐躯
- 36 方志敏宁为玉碎不为瓦全
- 39 张自忠尽忠报国
- 44 瞿秋白坚持信仰至死不渝
- 48 气壮山河的就义诗
- 52 唐一禾的爱国画卷
- 55 刘海粟拒绝出任伪职

第二篇 道为义先，秉道而为

- 60 二义士救赵氏孤儿
- 64 伯牙碎琴谢知音
- 67 管宁割席绝华歆
- 70 屈原不同流合污
- 73 刘翊舍生救人
- 76 杨继盛是非面前捍卫己道
- 80 陶渊明不为五斗米折腰

83 高剑父以民族大义为重

第三篇 人间正道是沧桑

88 扬国威张骞通西域

93 司马迁获罪不弃志

97 魏征直言进谏

103 宁可丢脑袋，决不变节

107 文天祥不求苟生

112 苗岭女杰秦良玉

117 宁死荒外，毋得降清

120 神医傅青主气节忠贞

124 龚自珍忧国忧民

129 顾炎武以天下兴亡为己任

134 萨布素抗击沙俄侵略

138 林则徐将销烟进行到底

141 左宝贵异邦献身

145 马母饿死不投降

ZHONGHUACHUANTONGMEIDEBAIZIJING

中 华 传 统 美 德 百 字 经



道 · 道义相砥

第一篇

大道之行，天下为公



李膺执法不畏强权

◎欲修其身者，先正其心；欲正其心者，先诚其意。——韩愈

李膺（110—169年），字元礼，颍川襄城（今河南）人，出身于东汉时期一个官僚地主家庭。由于他学问高，为人正直，在社会上的名气很大，一般人都以能与他交往为荣。一般士人一旦为李膺所接待，就身价百倍。

李膺是东汉时期的一位名臣，著名学者，做官以严明著称。东汉后期，宦官专权，朝政腐败，民不聊生。李膺是官僚士大夫中反对宦官集团的中坚人物之一。他在任司隶校尉期间，敢于不避权贵，裁治不法。当时权倾朝野的大宦官张让的弟弟张朔做野王（今河南沁县）县令，贪婪残暴，为非作歹，甚至毫无人道地残杀了一名怀孕的妇女。老百姓早就恨透了这个地方恶霸，但都敢怒不敢言。

张朔听到李膺作风威严，畏罪逃到京城里，躲藏在他哥哥张让家房柱的复壁里面。李膺得知情况之后，亲自率部下将张让家房柱的复壁打开，拘捕了张朔，把他交付给洛阳监狱，招认口供之后，立即依法处死。

“破柱取朔”这一行动，沉重地打击了宦官的气焰。尤其是大宦官张让恼羞成怒，向汉灵帝诉冤，要求治罪李膺。灵帝一时听信小人谗言，立即下诏书要李膺入殿。灵帝亲自在殿前平台上召见李膺，怪罪他不先请示，便加诛杀的行为。李膺早就把自己的生死置之度外，义正词严地回答说：“过去晋文公逮捕卫成公，把他送到京师，《春秋》对此做了肯定。以前孔丘做鲁国的司

寇，刚上任七天就诛杀了少正卯。现在臣到官已经10天，自认为办事拖延，没有料到竟获得办事急躁的罪名。我知道陛下要加以责备，死不旋踵，特地请求留在任上五天，剪除那些首恶大奸，回来再上鼎镬受烹刑，才是我平生的愿望。”汉灵帝听后再也无话可说，转而对张让说：“这是你弟弟的罪过，司隶有什么过错？”此时的张让无可奈何，灰溜溜地退下了。

从此以后，大小宦官们都害怕“李校尉”。李膺这种正道直行、为民除害的勇气得到人们的传颂。

◎故事感悟

李膺依据法律不徇私情、正道直行，将个人生死置之度外，坚持正义，值得赞叹。

◎史海撷英

党锢之祸

东汉桓帝、灵帝统治时期，宦官专权，世家大族李膺等人联结太学生抨击朝政。166年，宦官将李膺等人逮捕。后来虽然将其释放，但却终身不许他做官。汉灵帝时，外戚解除党禁，欲诛灭宦官，结果事情泄露，宦官于169年将李膺等百余人下狱处死，并陆续囚禁、流放、处死了数百人。后来汉灵帝在宦官的挟持下下令：凡是“党人”的门生故吏、父子兄弟，都免官禁锢。这一事件在历史上被称为“党锢之祸”。



韩愈向佛教开战

◎治身莫先于孝，治国莫先于公。——苏轼

韩愈（768—824年），字退之，汉族，唐河内河阳（今河南孟县）人。自谓郡望昌黎，世称韩昌黎。唐代古文运动的倡导者，宋代苏轼称他“文起八代之衰”，明人推他为唐宋八大家之首，与柳宗元并称“韩柳”，有“文章巨公”和“百代文宗”之名。著有《韩昌黎集》40卷，《外集》10卷，《师说》等等。

韩愈是唐代时期一位杰出的文学家。他认为，自魏晋南北朝以来，社会风气十分不好，就连文风都衰落了。许多文人写文章喜欢堆砌辞藻，讲求对偶，却往往缺乏真情实感。于是，韩愈决心对这种文风进行改革。此后，韩愈写了不少散文，在当时产生了很大的影响。他的主张和写作实践其实已成为一种改革，因为他继承了古代散文的一些传统，因此被称为“古文运动”。后来，人们就将韩愈和柳宗元两人称为“古文运动”的倡导人。

韩愈还是个敢于直言进谏的大臣。他在写完《平淮西碑》之后，又发生了一件得罪朝廷的事儿。

唐宪宗到了晚年，开始迷信佛法。他听说在凤翔的法门寺里有一座宝塔，名叫护国真身塔。塔里供奉着一根骨头，据说是释迦牟尼佛留下来的一节指骨，每30年开放一次，让人瞻仰礼拜。这样做，就可以求得风调雨顺，人人平安。

为此，唐宪宗特地派了30人的队伍到法门寺，准备将这根佛骨隆重地迎接到长安。他先把佛骨放在皇宫里供奉，然后再送到寺里，让大家瞻仰。下面的一班王公大臣一看皇帝这样认真，不论信还是不信，也都要凑个趣，许

多人千方百计地想去瞻仰佛骨。有钱的，捐了香火钱；没钱的，就用香火在头顶、手臂上烫几个香疤，也算表示对佛的虔诚。

韩愈一向都不信佛，更不用说去瞻仰佛骨了。他对这样耗费钱财来迎接佛骨的行为很不满，就给唐宪宗上了一道奏章，劝谏宪宗不要做这种迷信荒唐的事。他说，中国古代是没有佛法的，佛法是在汉明帝时期从西域传过来的。他又说，历史上凡是信佛的王朝，寿命长不了，可见佛也是不可信的。

唐宪宗看到这个奏章后大发雷霆，立即将宰相裴度叫过来，说韩愈诽谤朝廷，非要把他处死不可。

裴度赶紧替韩愈求情，唐宪宗的怒气才慢慢平息，说：“韩愈说我信佛过了头，我还可宽恕他；但他竟说信佛的皇帝寿命都短，这不是在咒我吗？就凭这一点，我就不能饶他！”

后来，替韩愈求情的人越来越多，唐宪宗便没有杀韩愈，将他降职到潮州去当刺史了。

韩愈到了潮州后，将潮州的官员找来，询问老百姓的生活情况。

有人说：“这里出产少，老百姓的日子过得很苦；再加上城东恶溪（今广东韩江）里有条鳄鱼，经常上岸来伤害牲畜，百姓都被它害苦了！”

韩愈说：“既然这样，我们就想法把鳄鱼除掉。”

但是，韩愈是个文人，一不会舞刀，二不会射箭，怎么除掉鳄鱼呢？后来，他写了一篇《祭鳄鱼文》，专门派人到江边去读这篇祭文，又叫人杀了一口猪和一头羊，丢到江里喂鳄鱼。在那篇祭文里，他限令鳄鱼在七天之内迁到大海去，否则就用强弓毒箭将鳄鱼射杀。

韩愈既然不信佛，为什么又认为鳄鱼有灵呢？其实这种做法都是他安定人心的一种手法而已。

事情也真是巧，据说从那以后，大池里的鳄鱼就真的没有再出现过。当地的百姓都以为朝廷派来的大官给鳄鱼下的驱逐令见了效，从此也都安心生产了。

韩愈在外地做了一年官才又回到长安，负责国子监（朝廷设立的最高教育机构）的工作。就在这一年（820年），唐宪宗被宦官所杀。他的儿子李恒即位，是为唐穆宗。



◎故事感悟

文人做官往往难逃被贬的命运。有人说文人骨子里都太过清高，其实不如说他们心中比别人多一把信道而为的尺子和一颗不愿同流合污的心。有了这把尺子才会直言纳谏，有了这颗心才会被小人陷害，这是文人们的悲剧命运。

◎史海撷英

北宋诗文革新运动

北宋初年，面对国家土地兼并现象的日益加剧，各种社会矛盾也日益凸显，政治斗争日趋尖锐，一些开明的中下层士大夫文人便开始主张革除社会弊病，要求利用文学来反映现实。而当时风靡文坛的西昆体根本无法担当起这样的历史使命，于是众多士大夫文人开始推崇韩愈、白居易等人进行诗文革新，而反西昆成为政治改革派们在文学上的反映。这一行为被称为诗文革新运动。

北宋的诗文革新运动是继唐代古文运动之后又一次将古代文学特别是散文及文论的发展推进了一步，对后世影响巨大。此后，以唐宋八大家为代表的古文传统一直被奉为正宗。但与此同时，北宋诗的散文化和以议论为诗的概念化倾向，也为南宋理学家的散文所师法，从而表现出了该运动的历史局限性。

◎文苑拾萃

师 说

（宋）韩愈

古之学者必有师。师者，所以传道受业解惑也。人非生而知之者，孰能无惑？惑而不从师，其为惑也，终不解矣。生乎吾前，其闻道也固先乎吾，吾从而师之；生乎吾后，其闻道也亦先乎吾，吾从而师之。吾师道也，夫庸知其年之先后生于吾乎？是故无贵无贱，无长无少，道之所存，师之所存也。嗟乎！师道之不传也久矣！欲人之无惑也难矣！古之圣人，其出人也远矣，犹且从师而问焉；今之众人，其下圣人也亦远矣，而耻学于师。是故圣益圣，愚益愚。圣人之所以为圣，愚人

之所以为愚，其皆出于此乎？

爱其子，择师而教之；于其身也，则耻师焉，惑矣。彼童子之师，授之书而习其句读者，非吾所谓传其道解其惑者也。句读之不知，惑之不解，或师焉，或不焉，小学而大遗，吾未见其明也。巫医乐师百工之人，不耻相师。士大夫之族，曰师曰弟子云者，则群聚而笑之。问之，则曰：“波与波年相若也，道相似也。位卑则足羞，官盛则近谀。”呜呼！师道之不复，可知矣。巫医乐师百工之人，君子不齿，今其智乃反不能及，其可怪也欤！

圣人无常师。孔子师郯子、苌弘、师襄、老聃。郯子之徒，其贤不及孔子。孔子曰：“三人行，则必有我师。”是故弟子不必不如师，师不必贤于弟子。闻道有先后，术业有专攻，如是而已。

李氏子蟠，年十七，好古文，六艺经传皆通习之，不拘于时，学于余。余嘉其能行古道，作《师说》以贻之。