

改变了无数孩子命运的书

青少年美德书

The Book of Virtues

(修订版)

美国前教育部长 威廉·贝内特 编著
刘 旭 译



海南出版社

北京市东城区图书馆



90295297

青少年美德书

The Book of Virtues

(修订版)

美国前教育部长 威廉·贝内特 编著
刘旭 译



海南出版社

图书在版编目(CIP)数据

青少年美德书 / (美) 威廉·贝内特编著; 刘旭译.

—海口: 海南出版社, 2003. 11

ISBN 7-5443-0417-5

I. 青… II. ①威…②刘… III. 文学—作品综合集—世界

IV. I11

中国版本图书馆CIP数据核字(2002)第027259号

原书名: Book of Virtues For Young People

Copyright © 1997 by William J. Bennett

本书根据 Simon & Schuster Books for Young Readers 翻译

著作权合同登记号 图字: 30-2002-030 号

版权所有 不得翻印

青少年美德书

编 著 威廉·贝内特

译 者 刘旭

责任编辑 严平

特约编辑 许彬

出 版 海南出版社

发 行 海南出版社

地 址 海口市金盘开发区建设三横路2号

经 销 全国新华书店

印 刷 北京管庄永胜印刷厂

开 本 880毫米×1230毫米 1/32

字 数 100千字

印 张 6.75

版 次 2003年11月北京第2版第1次印刷

ISBN 7-5443-0417-5/G·141

定 价 20.00元

这是一本什么样的书

生活充满疑问，但是我们中的大部分人花费了太多的时间去思考那些相对来说并不重要的事情，“这双鞋与裤子搭配吗？”“我该不该买这辆新的自行车作为我的生日礼物”之类。这些问题都是有关日常生活的小事，太平凡不过了。事实上这些问题本身都没错，但是我们也应该多花一点时间去思考那些能令我们过上一种更好生活的真正重要的问题。

这本书将帮助你弄清楚以下三个重要问题：什么是美德？为什么人需要美德？我们如何拥有美德？

词典上把美德定义为“高尚之道德”，它还告诉我们“virtue”(美德)一词源自于拉丁文“virtues”，是“力量”或“价值”。美德的表现形式多种多样，本书将重点介绍其中的9种——自律，同情，责任，友谊，工作，勇气，毅力，诚实，忠诚。书中的故事，诗歌及小品将帮助你辨别自己或者别人身



这是一本什么样的书

上所具有的品德特征，我们还将向你说明哪些具体行为被认可为美德。你对美德实践得越多，你对它们的理解就越是深刻。如果你想拥有这些美德的话，你需要对其有清楚的认识；如果你想远离恶行，你必须对恶行及其后果也保持同样深刻的认识。美德是这样一种性格特征，它使我们随时准备向我们的家人、爱人，甚至是完全陌生的人伸出援助之手。在生活中的每一个情况下，你必须不断地做出行为选择，为你自己或者为别人。很多这样的选择涉及到对与错的问题，而你在没有一些有关美德常识的情况下不可能做出正确的选择。

那么怎样养成这些美德呢？答案说起来简单，事实上你需要真正去做！获取美德需要严格的努力与专心，你必须为自己定一些行为准则以指导你日常生活的一切行为。在这本书的故事以及其他作品中，你将找到这样的例子及行为准则，其中有一些故事被人们在长达几个世纪的时间里用来警醒世人，作为道德上对与错的路标。如果你用心去读这些故事，同时参照它们，约束你的日常行为，那么你就会发现有关诚实、信念及自律的概念已经成为一种习惯，这就是你所需要的，也是我们所需要的。当你已经使美德成为你生活中的一种习惯，那么你就会发现生活变得更加容易！

同时请记住，没有人能够在任何时间都保持高尚，我们不是天使，也成不了天使，至少今生不会。但是我们可以试着做得更好，也应该如此。

目 录

这是一本什么样的书/ I

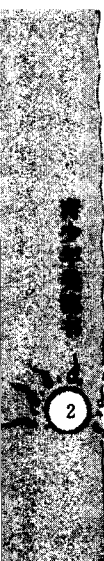
自 律

自律.....	(3)
皇帝和老鹰	詹姆斯·鲍德温改写 (5)
乔治·华盛顿的礼貌行为准则.....	(9)
海滨上的卡努特国王 ...	詹姆斯·鲍德温改写 (15)
渔夫和金鱼的故事 ...	克里夫顿·约翰逊改写 (18)
青蛙和井.....	伊索 (26)

同 情

同情	(29)
和克里萨斯一样富有	詹姆斯·鲍德温改写(31)





战地天使	乔安娜·斯特朗
	汤姆·里昂纳德(36)
麦琪的礼物	欧·亨利(41)

责 任

责任	(51)
斯科特·菲斯杰拉德给女儿的一封信	(53)
伊卡洛斯和代达罗斯	(56)
亚述的大钟	詹姆斯·鲍德温改写(60)
一箱碎玻璃	(65)
达摩克里斯的剑	詹姆斯·鲍德温改写(68)

友 谊

- 友谊 (73)
童年和诗 巴勃罗·聂鲁达(75)
戴蒙和皮西厄斯 (78)
熊和旅行者 伊索(83)

工 作

- 工作 (87)
大力神和车夫 伊索(89)
征服魔鬼山 哈利·科姆斯(90)
一周都是星期天 (97)



勇 气

勇气..... (107)

大卫和巨人歌利亚 J. 伯格·埃森维恩

玛丽爱特·斯托卡德改写(110)

多莉·麦迪逊拯救国宝

..... 多罗西亚·佩恩·麦迪逊(115)

罗莎·帕克斯..... 卡伊·弗莱斯(119)

苏珊·安东尼 乔安娜·斯特朗

汤姆·B. 莱昂纳德(124)

豹的复仇..... (129)

毅 力

- 毅力..... (133)
“疤脸”的故事..... 爱米·克鲁斯改写(135)
穿越旷野的艰难之旅
..... 瓦特·鲁塞尔·鲍伊改写(145)

诚 实

- 诚实..... (157)
诚实的亚伯..... 霍莱休·阿尔杰改写(160)
皇帝和农夫的儿子..... (165)



- 印第安灰姑娘…… 希罗斯·麦克米兰改写(168)
真理与谎言…… 希腊民间故事(172)

忠 诚

- 忠诚…… (177)
患难兄弟…… (180)
凋零的爱…… (186)
以斯帖王后拯救她的族人
…… 沃尔特·拉塞尔·鲍伊改写(188)
珀涅罗珀的布…… 詹姆斯·鲍德温改写(198)

自律

自 律

自律是我们用以管住自己和生活其他环节的美德。它包括控制自己的情绪，就像本章“皇帝和老鹰”的故事那样；控制我们的欲望，就像是故事“渔夫和金鱼的故事”；它还意味着控制自我，就像“卡努特国王”的故事。自律同样需要认清自己能力的限度，而不是一下子要求过多或是到达自己能力以外的地方，那样你就是在给自己制造麻烦。

简而言之，自律意味着对正确的事情说“是”，对错误的事情说“不”，也就是对自己负责。

可惜的是自律是最难获得的美德之一。尤其是很多年轻人很难真正地控制自己。“注意自己的言行”是他们耳熟能



自律

详的一句话。实际就是说“保持自律”。

怎样才能获得自律呢？

你可以从听取家长、老师、教练的命令开始。是的，自律包括服从。乔治·华盛顿的母亲被问及如何培育了如此出色的儿子时回答道：“我教他去服从。”立即服从命令、欣然遵守规则，遵纪守法这就是自律的全部。

礼节也是培养自律的一个好办法。自律也是我们拥有礼节的原因之一。它教会我们控制和别人之间的关系。乔治·华盛顿的“礼貌行为准则”正是如何对待朋友和陌生人的典范。

最关键的一点——学习自律是一件由自己完成的事情。

皇帝和老鹰

詹姆斯·鲍德温改写

在控制自己的情绪方面，托马斯·杰弗逊给我们提供了一条简单且有效的建议：生气的时候，先数到十再采取行动，如果非常生气，数到一百。八百年前成吉思汗就学会了这样的教训。他的帝国曾经从欧洲大陆的东部一直延伸到日本海。

成吉思汗是一个伟大的皇帝和勇士。

他带领部队进军中国和波斯，占领了大片的土地。每个国家，人们都在传颂他的英勇事迹，他们说他是继亚历山大以后最伟大的帝王。

一天早上，他从战场归来，骑着马到森林中打猎。他的许多朋友也与他同



行。他们手拿弓箭，兴高采烈地骑着马。身后是领着猎犬的仆人。

这真是个让人愉快的狩猎。丛林里回荡着他们的欢声笑语。他们希望傍晚可以满载而归。

皇帝的手腕上是他心爱的老鹰。那个年代，老鹰可以被训练用来打猎。只要主人一声令下，他们就会直飞入高空寻找猎物。一旦看见一只鹿或是兔子，他们就会像弓箭一样盘旋而下，冲向猎物。

整整一天，成吉思汗和他的猎人们都在丛林中穿行，但猎物却没有他们预想的那么多。

临近傍晚，他们准备回去，成吉思汗经常穿越森林，因此非常熟悉路程，当其他人抄近路回去的时候，他沿着一条穿越山谷、路途较远的路往回走。

那天天气很热，皇帝感到口渴得厉害。他的老鹰已经离开他的手腕飞走了，当然它能够找到回家的路。

皇帝慢慢前行，以前他曾经在路边看见过清泉，如果可以找得到就好了！可是烈日炎炎，蒸干了山间所有的小溪。

令他高兴的是，最终他还是看见水滴滴答答从岩石边上流下来，他知道上面应该是泉水，在潮湿的季节里，水总是会急速地流下来，但现在却只能一滴一滴往下落。

皇帝从马上跳下来，从打猎的袋子里拿出一个银杯子，然后捧着杯子去接水。