



仪

YI·JUNZIZHONGYI

君子重仪

于永玉 刘风华◎编





仪 · 君子重仪

于永玉 刘凤华◎编



一段历史之所以流传千古，是由于它蕴涵着不朽的精神；一段佳话之所以天下共知，是因为它充满了人性的光辉。感悟中华传统美德，获得智慧的启迪和温暖心灵的感动；品味中华美德故事，点燃心灵之光，照亮人生之路。

图书在版编目 (CIP) 数据

仪：君子重仪 / 于永玉，刘凤华编. —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 978-7-201-07325-5

I. ①仪… II. ①于… ②刘… 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 264147 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，直接关系到一个国家、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，
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……



●
仪
·
君子重
仪

中国自古就是礼仪之邦。礼仪对于我们炎黄子孙来说，更多的时候是体现出一个人的教养和品位。礼仪是人际关系中的一种艺术，是人與人之间沟通的桥梁，更是人际关系中必须遵守的一种惯例，一种习惯形式。

在中国古代，礼仪是为了适应当时社会需要，从宗族制度、贵贱等级关系中衍生出来的，因而带有一定的时代特点及局限性。时至今日，现代礼仪与古代礼仪已有很大差别，我们必须舍弃那些旧时代的礼仪规范，着重选取对今天仍有积极、进步、普遍意义的传统文明礼仪，加以改造与承传。这对于修养良好的个人素质，协调和谐的人际关系，塑造文明的社会风气，进行社会主义精神文明建设，具有重要价值。

中国古代的“礼”和“仪”，实际是两个不同的概念。“礼”是制度、规则和一种社会意识观念；“仪”是“礼”的具体表现形式，它是依据“礼”的规定和内容，形成的一套系统而完整的程序。仪所涉及的范围十分广泛，几乎渗透了古代社会的各个方面。包括礼仪礼节、尊老敬贤、仪尚适宜、礼貌待人、容仪齐整等。

举止庄重，进退有礼，执事谨敬，文质彬彬，不仅能够保持个人的尊严，还有助于进德修业。古代思想家曾经拿禽兽的皮毛与人的仪表仪态相比较，禽兽没有了皮毛，就不能为禽兽；人失去仪礼，也就不成为人了。《弟子规》要求：“冠必正，纽必结，袜与履，俱紧切。”这些规范，对现代人来说，仍是必要的。帽正纽结，鞋袜紧切，是仪表外观的基本要求。如果一个人衣冠不整，鞋袜不正，往往会给人留下不好的印象。

孔子说：“君子不重则不威，学则不固。”（《论语·学而》）这是因为，只有庄重才有威严。否则即使学习了，也不能巩固。具体说来，要求做到“站如松，坐如钟，行如风，卧如弓”。在公众场合举止不可轻浮，不可褻慢，应该庄重、谨慎而又从容，做到“非礼勿视，非礼勿听，非礼勿言，非礼勿动”

(《论语·颜渊》),处处合乎礼仪规范。

语言是人们思想、情操和文化修养的一面镜子。在语言中也要体现礼仪的要求。古人所谓“修辞立其诚,所以居业也”(《易·乾文》)。将诚恳地修饰言词看成是立业的根基,有它一定的道理,并且要“言必信,行必果”(《论语·子路》)。巧言令色的人,是不可能取信于人的。古人说,上天生人,于舌头上下两排牙齿紧密围裹,又在外面包一层厚厚的嘴唇,就是要人们说话一定要谨慎。

虽说时代不同了,但古人对仪容仪表的重视及整洁外观的要求,还是值得今人借鉴的。

外在形象是一种无声的语言,它反映出一个人的道德修养,也向人们传递着一个人对整个生活的内心态度。具有一个优雅的仪表,无论走到哪里,都会带来文明的春风,得到人们的尊敬。

一般说来,社会上讲文明礼貌的人越多,这个社会便越和谐、安定。如果我们每一个人都教养有素,衣冠整洁,礼貌待人,处事有节,我们的生活就会更多一些愉悦,而国家、社会便会更多一些有序与文明。从这一点讲,礼仪对社会起着政治、法律所起不到的作用。

长期以来,由于大量礼仪文化的精华和糟粕处于渗融并存的状态,又由于礼仪文化的糟粕产生过不可低估的消极作用,我们忽视了传统礼仪文明这一宝贵的精神财富。相当长一段时间内,社会、学校对礼仪养成教育不够重视,许多不文明的行为亦有增无减。在今天社会主义精神文明建设中,我们应立足于吸收民族文化中的精华,使传统文明礼仪古为今用,并结合当代社会及国际上的惯例,重建一套现代文明礼仪。

第一篇 文质彬彬扬仪节

- 2 伯禽趋跪的故事
- 5 文质彬彬，然后君子
- 7 言谈交际要看对象
- 10 石奋有礼
- 14 仇览自整
- 17 进退有节的嵇绍
- 19 孙晷的恭谨
- 21 臧荣绪拜经显礼
- 24 薛聪的端庄举止
- 27 王僧孺从小懂礼貌
- 31 柳公绰与小斋
- 34 千里送鹅毛
- 37 老板与乞丐

第二篇 敬长重贤

- 40 子贡颂师
- 44 齐桓公廷燎求贤
- 47 燕昭王以礼求贤
- 51 魏文侯拜师求教
- 54 秦始皇礼拜荆条
- 57 刘邦礼拜韩信
- 62 汉明帝登门求教
- 65 石勒尊师重教
- 68 唐太宗礼待三朝老臣

- 71 宋太祖礼待老师
- 74 为选贤才推延试期
- 77 程门立雪尊师长
- 81 史可法狱中探师聆教
- 84 张乐平冒雨探师
- 87 雪夜拜师求教
- 90 赵丹为女儿举行拜师会
- 93 崔小萍不忘恩师曹禺

第三篇 重德行，显仪态

- 98 钟仪念国重礼仪
- 100 晏子谏灵公重仪
- 102 子路临死结缨
- 105 无礼导致玉帛成干戈
- 108 范武子教子崇礼
- 111 韩延寿做官讲礼仪
- 114 与人为善显礼仪
- 118 张嶷礼服一方
- 121 苏东坡无礼受教训
- 124 欧阳修谦虚礼让
- 129 陈昉家和重礼节
- 133 观棋不语才是君子
- 138 林白水崇礼感容庚
- 142 郑板桥讽无礼老板
- 145 礼节在于敬人
- 147 李嘉诚的请客礼仪

ZHONGHUACHUANTONGMEIDEBAIZIJING

中华传统美德百字经



仪·君子重仪

第一篇

文质彬彬扬仪节



伯禽趋跪的故事

◎礼节者，仁之貌也。——《礼记·儒行》

伯禽（生卒年不详），是周公长子，西周初年人，姬姓，字伯禽，亦称禽父。周公旦长子，周代鲁国的第一任国君。

西周初年，周公有个儿子，名字叫伯禽。他曾跟随周公的弟弟康叔去见周公三次，却被父亲痛打了三次。

为此，伯禽就去问商子，父亲为什么要这样做？

商子说：“南山的阳面有一种树，叫做乔木；北山的阴面有一种树，叫做梓木，你怎么不去那里看一看呢？”

伯禽听了商子的话，就去看了。伯禽发现，乔木生得很高，树是仰着的；而梓木长得很低，却是俯着的，于是就回来把自己看到的告诉商子。

商子就对伯禽说：“乔木仰起，就是做父亲的道理；梓木俯着，就是做儿子的道理。”

到了第二天，伯禽去见周公，一进门很快就走上前去，一登堂就跪下去，周公称许他是受了君子的教训。

◎故事感悟

正因为有周公严谨的家训，伯禽才知道礼为何；正因为伯禽懂得礼仪之真谛，所以他待人才处处显礼。这就是说，礼节的作用不容忽视。

◎史海撷英

周公诫子

周成王将鲁地封给周公的儿子伯禽。周公便告诫儿子说：“你去了以后，不要因为自己受封于鲁国（有了国土）就怠慢、轻视他人。我是文王的儿子，武王的弟弟，成王的叔叔，又身兼辅助天子的重任，我在天下的地位也不算轻贱了，但是，我还经常洗一次头发多次停下来，握着自己已散的头发接待宾客；吃一顿饭，也要多次停下来，接待宾客。即使这样，我还唯恐（因怠慢）失去人才。我听说，用恭敬的态度来保有宽厚待人的品行，就会得到荣耀；用节俭来保有广大的土地，必会获得安定；用卑谦来保有自己的官职，这就是高贵；用警备之心来保有人口众多、兵强马壮，就意味着胜利；用愚笨来保有聪明睿智，就是明智；用浅陋来保有渊博，也是一种聪明。这六点，都是谦虚谨慎的美德。天子之所以能够拥有天下，也是因为遵从了这些品德呀。不谦虚谨慎，就会失去天下，进而导致自己亡身，桀纣就是这样的下场。你怎么能不谦虚谨慎呢？”

◎文苑拾萃

杂感

白居易

君子防悔尤，贤人戒行藏。
 嫌疑远瓜李，言动慎毫芒。
 立教固如此，抚事有非常。
 为君持所感，仰面问苍苍。
 犬啮桃树根，李树反见伤。
 老龟烹不烂，延祸及枯桑。
 城门自焚蕪，池鱼罹其殃。
 阳货肆凶暴，仲尼畏于匡。



鲁酒薄如水，邯郸开战场。
伯禽鞭见血，过失由成王。
都尉身降虏，官刑加子长。
吕安兄不道，都市杀嵇康。
斯人死已久，其事甚昭彰。
是非不由己，祸患安可防。
使我千载后，涕泗满衣裳。

文质彬彬，然后君子

◎言礼仪撙节是仁儒之外貌。——孔颖达

孔子(公元前551—前479年)，名丘，字仲尼，春秋时期鲁国人。我国古代伟大的思想家和教育家，儒家学派创始人，世界文化名人之一。

一次，孔子和他的几个学生在一起，说到了一个人应有的气质问题。

孔子对学生们说：“说到人的气质，大致上有两个方面吧。一方面是内在的品格、品质，这可以称之为‘质’；另一方面是外在的修饰，我们可以称它为‘文’。”

有一个学生问：“老师，这两方面都很重要吗？”

孔子答道：“都很重要。不过大部分人还做不到内在品质与外部修饰的协调。如果不注重内在的修养，那么这种人就会显得粗野；如果不注重外部的修饰，只是在品质上下工夫，这种人在社会上也难以与人交往和生存。”

有学生问：“最好的该是怎样的呢？”

孔子回答得十分肯定：“最好是文质彬彬，也就是内在的品质与外部的修饰相当，那样的人才真正称得上是君子！”

◎故事感悟

文质彬彬的气质、彬彬有礼的教养一直为先贤们所推崇。正如孔子所说：“彬



彬彬有礼，然后君子。”古人给了君子一个良好的定义，君子也成了做人的一个理想的标准。

◎史海撷英

孔子提倡以德治国

在治理国家方面，孔子主张“为政以德”，即用道德和礼教来治理国家是最高尚的治国之道。孔子的这种治国方略也被称为“德治”或“礼治”。这种方略将德、礼施之于民，实际上是打破了传统的礼不下庶人的信条，打破了贵族和庶民之间原有的一条重要界限。

孔子的“仁”说，体现了人道主义精神；孔子的“礼”说，则体现了礼制精神，即现代意义上的秩序和制度。人道主义是人类永恒的主题，对于任何社会、任何时代、任何一个政府都是适用的，而秩序和制度则是建立人类文明社会的基本要求。孔子的这种人道主义和秩序精神，可谓中国古代社会政治思想的精华。

◎文苑拾萃

曲江祠

任溥

山川清淑气，钟为贤与良。
卓哉文献公，壮岁登庙堂。
一朝见疏斥，奸谗远披猖。
谁知宰相职，进退关存亡。
胡羯忽骚动，鼙鼓惊渔阳。
昭昭金鉴录，日月同辉光。
允宜千载下，竹帛长留芳。