



中华传统美德百字经
DIANFENG YUESU WENRU

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

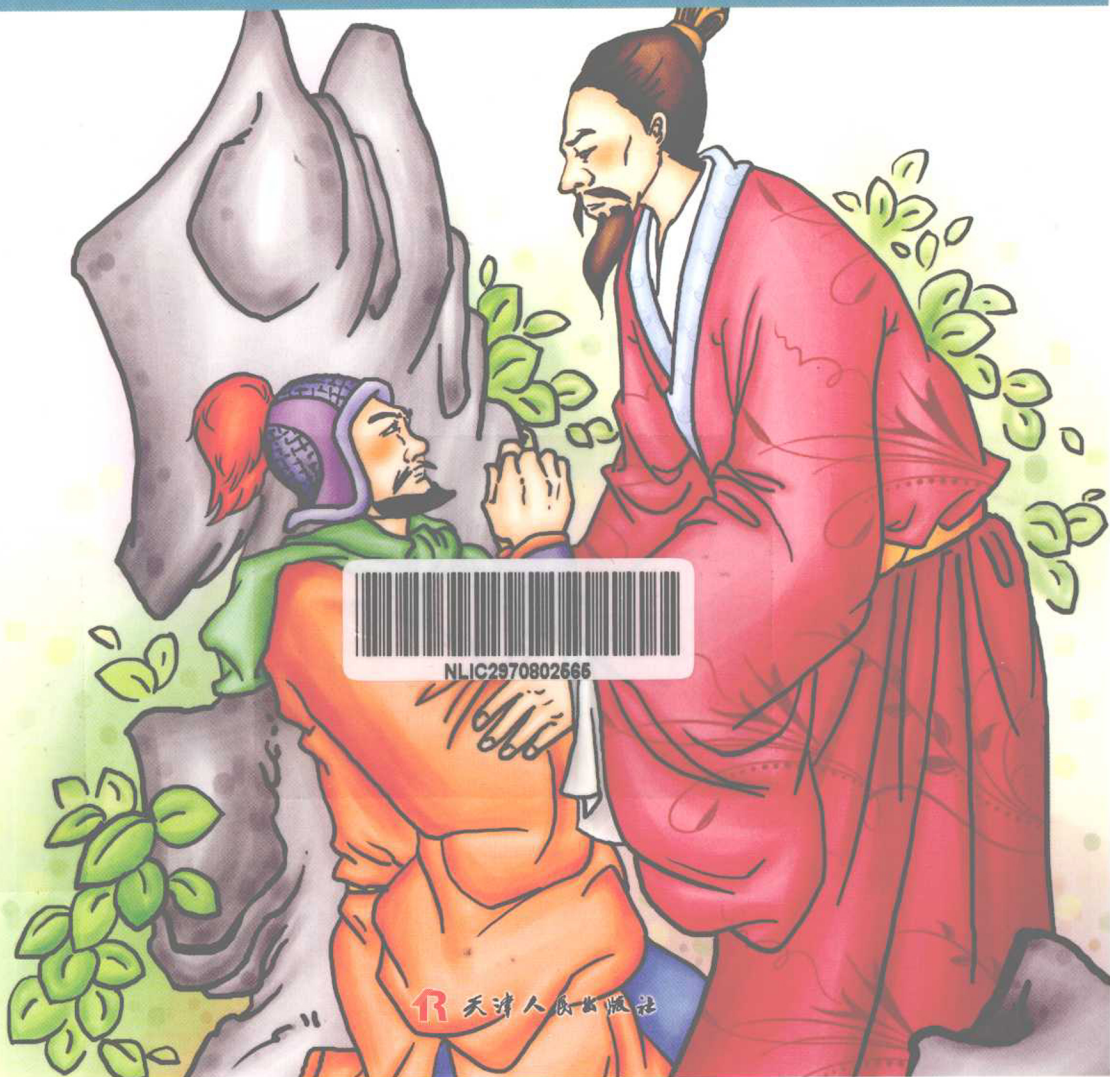
ZHONGHUACHUANTONGMEIDEBAIZIJING

理

LI·YILIDAOYU

以理导欲

于永玉 迟卉◎编



NLIC2970802665

天津人民出版社

理 · 以理导欲

于永玉 迟卉◎编



一段历史之所以流传千古，是由于它蕴涵着不朽的精神；
一段佳话之所以人所共知，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。



NLIC2970802565

图书在版编目 (CIP) 数据

理：以理导欲 / 于永玉，迟卉编. —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—07353—8

I. ①理… II. ①于… ②迟… 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 268684 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神所在。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……



理·以理导欲

所谓“理”，在唯物主义哲学中一般指事物的发展规律、条理；在唯心主义哲学中，主要指抽象观念、精神实体。“理”反映事物的本质和内部联系，以感性认识为基础，把丰富的材料进行去粗取精、去伪存真、由此及彼、由表及里的改造制作，就会飞跃和升华到这一高级阶段的认识。这种更深刻、全面反映客观事物的认识能更有效地指导行动。

“理”作为哲学概念出现于战国时期。《管子·四时篇》以阴阳为“天地之大理”。魏晋兴“辨名析理”之风，王弼认为理是事物的规律；郭象则认为理是必然性，即自然之理。北宋以后，理成为程朱理学的最高哲学范畴。朱熹认为理是天地万物的主宰，是万事万物运动变化的推动者，是真理和道德的标准。陆九渊提出“心即理”的命题，王守仁也强调“心外无理”。明清之际的王夫之提出“理者气之理”的学说，认为理是“物之固然，事之所以然也”。他所说的理，一指自然规律；二指道德准则。

韩非子云：“贪如火，不遏则燎原；欲如水，不遏则滔天。”大千世界，芸芸众生，每个人都有各自的欲望，即便想“无欲”的人本身就怀着一种强烈的欲望。“欲炙则身亡”，这句话值得我们仔细体味。什么是欲炙？就是人的欲望极度膨胀，导致人不能正确认识事物，也不能认识自己，丧失了人生方向。这就需要我们以理导欲了。这就要求我们要始终抵制“私欲”膨胀，摒弃“利欲”攀比，战胜“物欲”诱惑，“仁者之德，从政之本”，克己奉公，持正守白，以理导欲，永葆本色。

所谓以理导欲，就是通过理性把欲求控制在“无过无不及”的程度，形成一种“非理之财莫取，非理之事莫为”，欲不逾矩、欲不损德的价值观。

人的一生，离不开自律与导欲。能做到自律与导欲，才能同形形色色的诱惑抗争。我们要固本培元，让正气充溢其间，以正气的歌声去压倒各种各样充满诱惑的迷魂曲，成为一个堂堂正正的人！古往今来，以理导欲的经典事例数不胜数，从陶朱公功成不居，到巴金轻名利；从诸葛亮不谋私利，到以

静制怒的林则徐；从子产行有度，到龙大道毕生求真理。这些感人肺腑的故事，都在诠释着以理导欲的真正意义之所在。

那么，如何做到以理导欲呢？

首先要分清正欲与邪欲。正欲与邪欲，在许多方面是泾渭分明、对立并存的。但有时又往往是正邪混淆，难分难辨，稍不注意，就会以邪为正，背正入邪。这就需要在两方面下工夫：一方面是以理辨欲，以正确的理论为依据，划清什么是正欲，什么是邪欲；什么是公欲，什么是私欲，择其善者从之。另一方面是以理制欲，用正确的思想引导欲求的实现，遏制恶欲的发展。

其次，要把好节欲与纵欲的关口。追求个人欲望的实现千万任性、放纵不得，不能违背党纪国法，不能违背公众标准道德。适度为利，失度成害。做到节而不过，遂而不纵，谨防伤身败德。

再次，要求为官者要处理好民欲与己欲的关系。不仅要坚持与民同欲，同甘共苦，而且要把“体民之情，遂民之欲”作为应尽的责任和义务，热心地为群众排忧解难，谋利造福，把个人的欲求置于群众的欲求之下，做到“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”。

新时代的价值观必然以对于个人与社会、物质生活与精神生活关系的正确理解为基础。中国古代重义轻利、重理轻欲、重德轻力的传统应该有所改变，应肯定义与利的统一、理与欲的统一、德与力的结合。但是，如果见利忘义、唯利是图，必走向失败；如果无礼无义、人欲横流，必定引起混乱；如果唯力是崇，不顾德教，难免失道寡助。以义兴利、以理导欲、兼重德力，才是正确的道路。

价值观的更新，在于对于真、善、美的更深切理解，而不在于对真、善、美的背离。我们应力求做到理制于心显淡泊、理存于心行有度以及寓理于行行有则，达到实现真、善、美的更高境界。

目录

理·以理导欲

第一篇 理制于心显淡泊

- 2 颜回悟乐天知命之理
- 6 介子推不慕名利
- 8 列御寇不为人先
- 11 清心寡欲才能治理好国家
- 14 明理塞翁对失马的预言
- 17 严遵的淡泊之心
- 20 严光明理拒刘秀
- 24 负琴生大智若愚
- 28 贺知章以宝珠易饼
- 32 郭延卿不求荣华
- 35 元好问之妹不攀高结贵
- 38 吴猎轻金
- 41 以理胜官薛瑄辞职
- 44 巴金轻名利
- 48 钱钟书淡泊处世

第二篇 理存于心行有度

- 52 珍贵嘱托胜过钱财
- 55 庄子论伯乐
- 59 纪渚子训鸡
- 63 扁子论修身
- 66 田开之的修身之理
- 69 季梁求医明理
- 72 诸葛亮不谋私利

74 石苞克制猜忌

78 “世外桃源”显心行

82 王安石清心寡欲

86 郁离子劝随阳公子戒奢

89 二程倡理学丰富儒学

94 朱熹完善理学的一生

99 皇子朱权无求

102 李光地理服强盗

106 林则徐以静制怒

第三篇 寓理于行行有则

110 子产行有度

114 智伯贪心遭灭亡

117 晏婴反对迷信与奢侈

120 惠施理服太子

123 谢安明理不惧

126 傅奕讲道理破迷信

130 魏征理服太宗

134 长龄治贪官

139 林则徐“求雨”

142 陶行知追求真理做真人

中华传统美德百字经

淡 水



颜回悟乐天知命之理

◎得而不喜，失而不忧。——《易经》

颜回（公元前521—前481年），字子渊，春秋时期鲁国人，14岁即拜孔子为师，此后终生师事之。在孔门诸弟子中，孔子对他称赞最多，不仅赞其“好学”，而且还以“仁人”相许。历代文人学士对他也无不推尊有加，宋明儒者更好“寻孔、颜乐处”。自汉高帝以颜回配享孔子、祀以太牢，三国魏正始年间将此举定为制度以来，历代统治者封赠有加，无不尊奉颜子。

春秋末年，在繁华的鲁国国都曲阜城中有一处极淡雅宁静的院落。院中整齐洁净，纤尘不染，竹梅并茂，暗香浮动，房屋的主人孔子正独自愁云满面地闲坐厅中。

一会儿，弟子子贡手托茶盘走进厅中，将茶杯轻轻放在孔子身旁的小几上，孔子竟然丝毫未觉。子贡见孔子面带忧烦，也不敢惊动，便悄悄地退了出去。

子贡出来以后，担心地对颜回说：“老师今天看起来很忧愁，不知道是什么缘故呀？”

颜回想了想，就笑着说：“我能使老师转忧为喜。”

子贡半信半疑。只见颜回拿来一把瑶琴，席地坐在院子中央，抚琴而歌。

“铿、铿、铿”几下琴声，就如冰消雪释，泉水欢快地涌出山谷。颜回引吭高歌，歌声圆润嘹亮，琴声伴和，仿佛春回大地，百鸟齐鸣。琴声与歌声

更加抒臆，仿佛风花雪月，韵华当年。琴声转入高潮，歌声也随之直冲云霄，仿佛长虹贯日，雪霁天晴，人寿年丰，昌盛繁荣。曲终奏雅，一气呵成。怦然而止，余音绕梁。真是曲尽其妙，歌尽其情，如悬河泻水，淋漓尽致啊！

子贡听得喜悦欢畅，如醉如痴。颜回仍旧端坐院中，微笑不语。一会儿，果然孔子站在厅口，召唤颜回入厅叙话。

颜回走进厅中，孔子便问道：“你为什么一个人那么快乐呢？”

颜回躬身，反问道：“老师您为什么一个人那么忧愁呢？”

孔子看了看颜回，说道：“先说说你的道理吧。”

颜回回答道：“我过去常听老师您说，乐天知命就不忧愁。我跟随老师学习多年，对天、命也略微有所知、有所悟了，所以弹琴高歌，直抒胸臆，快乐无比。”

孔子凄然垂首，沉默了好一会儿，才叹息地抬起头，说道：“有这种说法吗？你的理解太狭隘了。这是我过去的说法，今天我要为你重新解释它的本义。”

颜回很是惊奇，忙凝神侧立，等待孔子讲解。

孔子继续说道：“你只知道乐天知命没有忧愁，却不知道乐天知命有大忧愁呀！静心修养自身，不管穷困还是显达，都在天由命，所以都不在意。这就是你所说的乐天知命没有忧愁的意思。从前我编著《诗》、《书》、《礼》、《乐》，想用它们治理天下，并遗留给后世子孙。不仅仅只想用它们修养自身，治理鲁国一个国家。可是，当今鲁国的君臣日益丧失他们本来的秩序，仁德义气衰微，人情友谊薄如白纸。《诗》、《书》、《礼》、《乐》在当前的鲁国都不能推行，又何谈治理天下，遗留后代呢？我这才知道它们对于治乱没有什么补益，但也没有改革它们的办法。这就是乐天知命的忧愁之处呀！即使这样，我还是明白了，‘乐’与‘知’并不是古人所说的‘乐’与‘知’。无乐无知，是真乐真知，所以无所不乐，无所不知，无所不忧，无所不为。《诗》、《书》、《礼》、《乐》还有必要改革吗？”



颜回听后，肃然起敬，拱手再拜，说道：“我也明白了。”

颜回出来后，就把这件事告诉给子贡。子贡听了，茫然不解，便回到家中闭门反思。整整苦思了七天七夜，废寝忘食。颜回再去看他时，只见他形容枯槁，瘦骨嶙峋。颜回大吃一惊。就悉心讲解，做喻点拨。子贡感到心中豁然开朗，身体很快复原了。于是，便重返孔丘门下，抚琴高歌，读书诵史，终生不止。

◎故事感悟

这个故事是列子借孔子与弟子的言论，说明知天命、克制欲望思想的道理。乐天知命本来被认为是圣人修养的最高豁达境界。克制自己的欲望，知天命而顺其自然，只有无乐无知的“无为”之道，才是人的最高境界。

◎史海撷英

颜回师从孔子

颜回跟随孔子周游列国，过匡地遇乱以及在陈、蔡间遇险时，子路等人对孔子的学说都产生了怀疑，而颜回却始终不渝，并解释道：“老师的理想很高，学问很深，所以才不被一般世人所理解、采用，这正是他们的耻辱。”孔子听了颜回的话后，感到很高兴。

颜回向来以德行著称，严格遵照孔子关于“仁”、“礼”的要求，“敏于事而慎于言”，所以孔子经常称赞颜回具有君子“四德”，即强于行义、弱于受谏、怵于待禄、慎于治身。颜回终生所向往的，就是出现一个“君臣一心，上下和睦，丰衣足食，老少康健，四方咸服，天下安宁”的无战争、无饥饿的理想社会。

公元前481年，颜回去世，葬在鲁城东防山前。孔子对颜回的早逝感到极为悲痛，不禁哀叹说：“噫！天丧予！天丧予！”

◎文苑拾萃

孔子泣颜回

(宋)曹勋

噫嘻吁，天欤人欤，回也抑亦子之命欤，而其或者天实使之丧予。

何仁者之不寿，而中道之弃兮。

噫嘻吁，回欤回欤，其吾道之穷欤。



介子推不慕名利

◎不以一毫私利自蔽，不以一毫私欲自累。——朱熹

晋文公(公元前697—前628年)，姬姓，名重耳，与周王室同宗。春秋时期著名的政治家，晋国国君，春秋五霸之一。晋献公之子，因其父立幼子为嗣，曾流亡国外19年；后在秦国援助之下，于62岁时回国继位。在位9年去世。

晋文公重耳在流亡回国后，一一赏赐了曾经跟随他一起逃亡的人，唯独微臣介子推因为没有提及禄位，所以晋文公也就没有封赏他。介子推对母亲说了一些对赏赐的看法，母亲对他说：“你何不也去讨赏呢？万一这样死了，又能抱怨谁呢？”

介子推回答说：“明知错误而去效仿，那错误就更大了。而且我已口出怨言，是不能吃他的俸禄了。”

母亲说：“那也该让君王知道一下。”

介子推说：“言语，是身体的文饰，身体都将要隐藏了，哪里用得着文饰？这不是故意把身体显露吗？”

母亲说：“你能这样吗？如果能，我就和你一起隐居！”

于是，介子推母子两人一起隐居山中而死。后来，晋文公到处找他，但始终没有找到，只得把绵山(今山西介休东南)作为他的封地追赠给他，并说：“用这来记载我的过失，并表彰贤明善良的人。”