



中华传统美德百字经
DIANFENG YUEDU WENHU

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

安

AN·ANBANGDINGGUO

安邦定国

于永玉 高洁◎编



NLIC2970802566

天津人民出版社

安 · 安邦定国

于永玉 高洁◎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。



NLIC2970802666

图书在版编目 (CIP) 数据

安：安邦定国 / 于永玉，高洁编. —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 978-7-201-07341-5

I. ①安… II. ①于…②高… III. ①品德教育—中国—通俗读物 IV. ①D648-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 268705 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……



安·安邦定国

中国是一个历史悠久的文明古国，在几千年的历史进程中，有治世，有乱世，有昏君，有明君，在安邦定国方面既有许多成功的经验，也有许多惨痛的教训。对这些经验和教训进行科学的分析和总结，无论从借鉴方面，还是从政治文化发展方面，都不失为一份宝贵的历史遗产。

安邦定国的前提是保家卫国与封疆治边。如果一个国家还处于边境动荡或战火连绵的状态，“邦”如何能“安”？“国”如何能“定”？所以，我们中华民族的无数爱国仁人志士，以自己崇高的浩然正气、顽强的抗敌斗志、赤诚的拳拳之心，奉献出智慧和力量、鲜血和生命，谱写了保家卫国的壮歌。

中华民族的爱国主义在反对民族压迫、民族侵略的斗争中，表现尤为突出。毛泽东曾说：“中华民族的各族人民都反对外来民族的压迫，都要用反抗的手段解除这种压迫。”“外来民族”不光指整个中华民族之外的外国民族，也指中华民族内部各族在相互融合和斗争中，互为外来的民族。尤其是在整个中华民族遭到外国侵略者入侵时，在爱国主义的旗帜下，集合了中华各族人民共同抗击外来民族的侵略。

秦始皇并六国开始了中华民族大统一，从此实现统一、维护统一成为中华民族爱国主义的重要内容。中华民族历来都颂扬那些为祖国统一事业作出重要贡献的爱国者，以及为维护统一、维护民族友好、抗击外敌、反对分裂而进行顽强斗争的爱国志士。其中有实现和维护统一的秦始皇、隋文帝、阿骨打、铁木真、康熙帝等人，也有晁错、周亚夫、贺若弼、韩擒虎、契苾何力、李晟、费扬古、刘铭传等。

安邦定国，还包括治国安民。

治国安民的基本原则：讲究信用，爱护人民。孔子认为，治理好国家，君主一定要重视人品、道德，要讲究信用，爱护民众。子曰：“道千乘之国，敬事而信，节用而爱人，使民以时。”（《学而》）即治理一个拥有千辆兵车的国家，就要认真对待政事，并讲究信用，取信于民。同时还要节省俭用，爱护

人民，役使人民要不违背农时。只有这样才能处理好君主与人民的关系。

自古以来，一般中国老百姓的想法，比起那些思想家抽象、精致的理论来，要朴素得多，也实在得多。他们世代、刻骨铭心地所向往的就是四个字——安居乐业。他们并不是借助理论思维归纳和提出这种愿望和要求的，而是实实在在地根据自己脆弱和低下的经济基础和社会地位，由衷地将“安居乐业”作为自己奋斗和追求的目标。千百年来，能不能满足老百姓的这一愿望，也成为衡量每一个统治者善恶功过的试金石，同样也是历代王朝兴废存亡的分水岭。

懂得了“安民”思想的由来，对我们理解历代“安民”政策及其成效是有帮助的。

总之，安邦定国之理，既是我们中华传统的理念，也是执政者解决内忧外患的基准。这种思想在我国历史长河中是不可或缺的，是实现社会和平稳定的保障，更是值得我们当今社会借鉴和学习的榜样！我们应当秉承安邦定国思想，为建立一个和谐、稳定、幸福、文明的国度而奋斗！

目录

—安·安邦定国

第一篇 保家卫国

- 2 管仲救危国
- 5 赵苞死守辽西
- 8 唐太宗败强敌
- 12 郭子仪勇退回纥
- 16 杨延昭力战辽兵
- 19 寇准力主抗辽
- 23 王彦抗金
- 26 虞允文勇战金兵
- 30 陆游精忠报国
- 33 俞大猷抗倭
- 38 李定国力主抗清
- 42 沙尔虎达抗沙俄
- 46 穿鼻洋大捷

第二篇 封疆治边

- 50 周穆王征犬戎
- 53 晁错论守边备塞
- 56 唐太宗定东突厥
- 60 明太祖定贵州
- 63 明成祖五征漠北
- 68 雍正帝智定西北
- 72 清政府安定青海
- 75 鄂尔泰倡“改土归流”

周穆王征犬戎 28

魏尚抗敌 28

代拜内重帝舜 28

周帝甲非乘去寒帝舜 28

周帝甲非乘去寒帝舜 28

“事二十首歌” 周天 101

第 101 章 胡 101

第 101 章 胡 101

第 101 章 胡 101

第 101 章 胡 101

第 101 章 胡 101

第 101 章 胡 101

第 101 章 胡 101

第 101 章 胡 101

第 101 章 胡 101

第 101 章 胡 101

第 101 章 胡 101

第 101 章 胡 101

第 101 章 胡 101

第三篇 治国之策

- 82 周公旦治国
86 刘邦徙陵
89 汉武帝重内轻外
93 汉武帝儒家法家兼用治国
97 陆逊为政清明
101 武则天倡“建言十二事”
104 耶律楚材辅助定国策
109 元世祖定制度
115 清朝建木兰围场

第四篇 安抚百姓

- 120 管仲说安民
124 孟子议安民
128 贾谊论安民
131 周勃安定汉室
134 萧规曹随
137 汉文帝以“本”安民
140 盐铁之议民之疾苦
143 唐太宗从政安民
147 明太祖重罚扰民官

周公旦治国	1
刘邦徙陵	2
汉武帝重内轻外	3
汉武帝儒家法家兼用治国	4
陆逊为政清明	5
武则天倡“建言十二事”	6
耶律楚材辅助定国策	7
元世祖定制度	8
清朝建木兰围场	9
管仲说安民	10
孟子议安民	11
贾谊论安民	12
周勃安定汉室	13
萧规曹随	14
汉文帝以“本”安民	15
盐铁之议民之疾苦	16
唐太宗从政安民	17
明太祖重罚扰民官	18

ZHONGHUACHUANTONGMEIDEBAIZIJING

中华传统美德百字经



安·安邦定国

第一篇

保家卫国

一、
二、
三、
四、
五、
六、
七、
八、
九、
十、

“保家卫国”是中华民族的光荣传统，也是每一个中国人的神圣职责。在革命战争年代，无数英雄儿女为了民族的解放和国家的独立，抛头颅、洒热血，建立了新中国。在和平建设时期，全国人民团结一心，自力更生，艰苦奋斗，为国家的繁荣富强和民族的伟大复兴做出了巨大贡献。今天，我们身处伟大的新时代，肩负着实现中华民族伟大复兴的历史使命，更要继承和发扬“保家卫国”的光荣传统，增强忧患意识，居安思危，时刻准备着为祖国的安全和发展贡献自己的力量。

王如式显，持戈立自轩辕，杀寇斩胡策策其誓朕周王赞，尹256前示公

固朕日真只丈燕示干，翼飞想中的武裝的國盛洲丁武。拜个代55干其命文

尉一迎大似重朕示干，滿群去前軍入幸笑，國西壽，宋了後，賦群公親衣

干”。思如獸不果己，好受管娜群同舞，湖深的開英丁好好漸果取”；獨新崇扶

下點只數遊地得同國三宋，得，光，同端前許軍全併勇原強，今莫中節最

效不，國衣鋪懸國歌此从。世之更海橋國光既引動意强懷同狀，同回自香影

心二百村

却，現如尹炎山鄰困燕”；耕來引香傲悠，事同好新亦五群同園牧，日一

楚县面西，失山墨面正，國堂景面前，始思衣武令產”；好特嘗”。殊來來人第

一、
二、
三、
四、
五、
六、
七、
八、
九、
十、

一、
二、
三、
四、
五、
六、
七、
八、
九、
十、

一、
二、
三、
四、
五、
六、
七、
八、
九、
十、



管仲救危国

◎明犯我强汉者，虽远必诛。——陈汤

管仲(约公元前723—前645年)，姬姓，管氏，名夷吾，谥曰“敬仲”。汉族。春秋时期齐国颍上(今安徽颍上)人，周穆王的后代，史称管子，春秋时期齐国著名的政治家、军事家。管仲少时丧父，老母在堂，生活贫苦，不得不过早地挑起家庭重担，为维持生计，与鲍叔牙合伙经商后从军。到齐国，几经曲折，经鲍叔牙力荐，为齐国上卿(即丞相)，被称为“春秋第一相”，辅佐齐桓公成为春秋时期的第一霸主，所以又说“管夷吾举于士”。管仲的言论见于《国语·齐语》，另有《管子》一书传世。

公元前672年，楚王熊焯被其弟弟熊恽所杀。熊恽自立为君，是为成王，又命其叔子元为令尹。为了将楚国的势力向中原扩展，子元遂发兵攻打郑国。齐桓公得知，约了宋、鲁两国，亲率大军前去相救。子元知道后大吃一惊，对诸将说：“如果诸侯抄了我们的后路，我们将腹背受敌，后果不堪设想。”于是暗中发令，趁黑夜将全军悄悄撤回。齐、鲁、宋三国国君听说楚兵退了，遂各自回国。郑国则派遣使臣到齐国谢救援之劳。从此郑国感服齐国，不敢怀有二心。

一日，齐国国君正在商议国事，忽然有臣来报：“燕国被山戎兵侵犯，特派人来求救。”管仲说：“当今为外患的，南面是楚国，北面是山戎，西面是狄族。消除这些外患是盟主的职责，何况现在燕国派人来求救。”于是，齐桓公又一次采纳了管仲的意见，亲率大军同管仲等前去救燕。

山戎原来是北戎的一支，建国于令支。其西面是燕国，东南是齐国和鲁

国。令支处于三国之间，依仗地险兵强，不臣不贡，屡次侵犯中原。听说齐侯称霸，就来侵扰燕国，想断绝燕国通往齐国之路。山戎的国君叫密卢，侵入燕国已有两个月，掳掠人口、财物无数。听说齐国来救，就解围而去。齐桓公兵到蓟门关，燕庄公出城迎接，谢齐侯远来救援。管仲说：“山戎得胜而去，如果我们退去，必然又来侵犯。不如趁机讨伐，以绝后患。”齐桓公说好，并派使臣带上大量金帛去召不附山戎的无终国，无终国便派大将虎儿斑率领2000骑兵前来助战。齐桓公赏赐了虎儿斑很多财物，让他率部作先锋。

虎儿斑率兵征战，路遇令支兵埋伏，虎儿斑死战，但寡不敌众，束手被俘。幸亏齐侯大军赶到，王子成父率军杀散令支兵，救回了他。大军东进30里，到了伏龙山，齐桓公和燕庄公在山上扎寨，王子成父和宾须吴则在山下安营，都用大车联结成城，警戒甚严。

第二天，令支国君密卢亲率数万骑兵前来挑战，一连冲击数次，都被车城阻住。中午时分，管仲在山上望见敌兵渐渐稀少，都下马躺在地上，口中谩骂不休。管仲对虎儿斑说：“将军今日可以雪耻了！”虎儿斑抖擞精神，领着本国人马，飞奔杀出。管仲已料到戎兵要用埋伏之计，遂将计就计，命王子成父和宾须无各率一军从左右两路接应，专杀伏兵。

戎兵果然中计，大败而归，损失了许多人马，逃往孤竹国去了。

齐侯攻破令支，缴获了大量马匹器械和牛、羊、帐幕之类，救出了被掳的燕国子民。接着，齐侯又一鼓作气，率大军翻山越岭，攻占孤竹国。管仲劝齐桓公将所占两国全部给予燕国，齐桓公采纳了他的意见。燕庄公对齐桓公非常感激。齐桓公率军撤离时，燕庄公送齐桓公一直送到国界边都没停下，直到进入齐国国境五十多里，齐桓公又将这50里燕君所至之地送给燕国。燕国这次增加了方圆550里的土地，开始成为北方的大国。

齐桓公率大军回归至济水，鲁庄公在济水边设宴迎贺，齐桓公将缴获戎之物的一半赠送给鲁国，鲁庄公非常感激。

后来，齐国又帮邢国、卫国等小国重建家园。



◎故事感悟

齐国这一系列救助危亡诸侯国而又不贪求土地的行为，使各诸侯国心悦诚服，既畏惧齐国的威势，又感服齐国的德行，齐国从此威名远振。而这一切，又都是齐桓公采纳管仲进谏意见的结果。

◎史海撷英

管仲推行粮食政策

管仲实行了粮食“准平”的政策，即“民有余则轻之，故人君敛之以轻；民不足则重之，故人君散之以重，凡轻重敛散之以时，则准平……故大贾富家不得豪夺吾民矣”（《汉书·食货志》下）。

这种“准平”制度，不仅是一种平衡粮价的政策，同时也间接地承认了农民自由买卖粮食的权利及自由私田的合法性，并且还保障了私田农的生产利润。这种经济政策，也为经济层面的国君集权。

◎文苑拾萃

管仲纪念馆

管仲死后，被葬于山东省临淄（今山东省淄博市临淄区）牛山的北麓，这就是著名的管仲墓。

管仲纪念馆是以管仲墓为依托，以《管子》思想为基础，以管仲的生平为脉络，通过多种艺术手段，在展现“天下第一相”辉煌一生的同时，也全面地展示了博大精深《管子》思想，并综合地展示了宰相文化及历代名相对社会的贡献。

管仲纪念馆占地面积约20万平方米，总投资近3000万元，分为馆区和园区。馆区占地面积约5万平方米，主要由中国宰相馆、管仲及《管子》思想陈列展厅（管鲍之交、桓公拜相、管仲治齐、首霸春秋、光照千古）、管仲祠、管仲墓等组成。园区占地面积约15万平方米，主要是广场、绿地及配套设施等。

赵苞死守辽西

◎但使龙城飞将在，不教胡马度阴山。——王昌龄

赵苞(?—177年)，字威豪。甘陵东武城(今山东武城西)人。东汉官吏。从兄宦官赵忠为十常侍之一，他深以为耻辱，不与往来。举孝廉。初任州郡。熹平末，升任辽西太守。遣人迎母及妻子赴辽西，途经柳城，为鲜卑所虏，作为人质，载以进攻辽西，母亲及妻子大义凛然。他即时进战，击败鲜卑军，母、妻皆遇害。鲜卑破后，他葬母事毕，呕血而死。封郾侯。

东汉末年，北方的鲜卑族在酋长檀石槐的统领下，逐渐强大起来，占有了匈奴故地，成为东汉的一大劲敌。

桓帝延熹九年(166年)，檀石槐分其地为东、中、西三部，各立大人领之。自此，不断侵扰东汉的东、西、北三边，给三边的汉族和其他各族人民造成了重大的损失，带来了巨大的痛苦。东汉政府于熹平六年(177年)决定征伐鲜卑，八月，东汉大军为檀石槐鲜卑军队所击败。

正是在东汉同鲜卑关系十分紧张之际，赵苞被委任为与鲜卑接壤的辽西(治所阳乐，今辽宁义县西)太守，担当起抵御鲜卑侵扰的重任。

赵苞的从兄赵忠是灵帝时著名的十常侍之一，他“深耻其门族有宦官名执”，所以断绝了与赵忠的来往。

赵苞到辽西赴任的第二年，便派人去接母亲和妻子。他的母亲和妻子走到离辽西不远的柳城(今辽宁朝阳南)时，遇到了前来侵扰东汉的鲜卑军队约万余人。鲜卑军当即劫持了赵苞的母亲和妻子，鲜卑贵族知道她们是辽西太



守赵苞的母亲和妻子之后，非常高兴，认为只要把她们作为人质，便可以轻而易举地取得辽西。于是便带着赵苞的母亲和妻子向辽西进发。

赵苞得到鲜卑军队来攻打辽西的消息后，便率步骑两万，与鲜卑对阵。鲜卑则将他的母亲推到阵前。赵苞见到母亲在敌人手中，悲愤地哭着对母亲说道：“做儿子的没有礼貌，本来想以自己微薄的俸禄朝夕侍养母亲，不想反而给母亲带来了大祸。”赵苞还说：“昔为母子，今为王臣，义不得顾私恩，毁忠节，唯当万死，无以塞罪。”

深明大义的母亲遥相勉励赵苞以忠义，她呼着赵苞的字说：“威豪，人各有命，何得相顾，以亏忠义！昔王陵母对汉使伏剑，以固其志，尔其勉之。”在母亲的鼓励下，赵苞含愤向鲜卑发动进攻，打败了敌人。但是，他的母亲和妻子都被敌人杀害了。

赵苞收敛了母亲和妻子的尸体，向汉灵帝请求回家安葬。汉灵帝派使者前往吊慰，并封赵苞为邻侯。赵苞把母亲安葬之后，认为自己虽然忠于国家，但是用母亲的被害来保全自己的大节大义，在孝上是不足的。他为母亲的牺牲十分难过，不久便呕血而死。

◎故事感悟

赵苞母子这种崇高的爱国主义情感和行为，是我们中华民族宝贵的财富，人们对赵苞母子是永远不会忘怀的。

◎史海撷英

赵苞升太守

东汉时期，读书人要想当官的正当途径，就是由州郡按限额举荐孝廉和茂才（即秀才，避光武帝刘秀讳改为茂）。赵苞就是被举荐为孝廉的。孝是孝行有名，廉是清正廉洁。

赵苞被举荐后，朝廷派他为广陵（今江苏扬州市东北）的县令。赵苞任职三