

云南省三届道德大讲堂

精华版

道德大讲堂

云南省精神文明建设指导委员会办公室 编

修身律己，做一个有道德的人！

全国首家由省委宣传部、省文明办联合省级相关部门主办的弘扬中华传统美德大讲堂！

华人世界一流的公民道德教育专家，齐聚云南，传道授业！

弘扬中华优秀传统文化，传承中华美德，激活中华民族最根本的精神基因，培育和践行社会主义核心价值观！

修身治世之道，人生幸福真谛，精神滋养盛宴，馈赠亲朋家人的最好礼物！



世界知识出版社

道德大讲堂

云南省三届道德大讲堂（精华版）

云南省精神文明建设指导委员会办公室 / 编



世界知识出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

道德大讲堂——云南省三届道德大讲堂 (精华版) / 云南省
精神文明建设指导委员会办公室编. — 北京 : 世界知识
出版社, 2014.8
ISBN 978-7-5012-4470-6

I. ①道… II. ①云… 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 (2013) 第089841号

道德大讲堂——云南省三届道德大讲堂 (精华版)

Daode Dajiangtang —— Yunnansheng Sanjie Daode Dajiangtang (Jinghua Ban)

编 者 | 云南省精神文明建设指导委员会办公室
策 划 | 世知东方
责任编辑 | 薛乾
特邀编辑 | 杨静 白小微 杨娟
责任出版 | 刘喆
装帧设计 | 周周设计局
内文制作 | 宁春江
出版发行 | 世界知识出版社
地 址 | 北京市东城区干面胡同51号 100010

网 址 | www.wap1934.com www.ao1934.org
联系电话 | 010—65265919 65265956
经 销 | 新华书店
印 刷 | 北京盛源印刷有限公司
开本印张 | 710×1000毫米 1/16 28印张 4插页
字 数 | 384千字
版次印次 | 2014年8月第一版 2014年8月第一次印刷
标准书号 | ISBN 978-7-5012-4470-6
定 价 | 39.80元

(凡印刷、装订错误可随时向出版社调换。联系电话: 010-65265919)



从左到右：蔡礼旭老师、凌孜会长、中共云南省委宣传部赵金部长、国家民政部原副部长李宝库同志

本书编委会

顾 问：赵 金 尹 欣 凌 孜 高昌礼 李宝库 蔡礼旭

主 编：蔡春生

副主编：李联斌 程 猛 陶 晴 尚建明 任远征 陈 洁

郭金弟 张昌山 闵永年 高树茂 沈国放

编 委：宁德锦 王立群 杨国良 范 宏 葛 琪 辛秀珍

肖春玲 李润玲 高 力 李平光 陈 莉 徐 霞

傅柏青 楚天舒 王留和 刘文华 郭文海 周键玮

沈卫红 鹿茂林 白 竹 肖彩霞 陈卫菁 薛 乾

序 一

全国政协委员、国际儒学联合会普及委员会副主任、中华孔子学会副会长、

叶剑英元帅之女 凌 孜

云南在我国近代史中挂满了桂冠，是令人骄傲和学习的榜样。每当国难当头，云南的父老先辈都在历史的潮头，和中华爱国精英走在前面。一百多年前，中国正处在清政府末期，全国各地有志的好男儿，都在奋起跟随孙中山先生进行反清运动。

1909年，在一些爱国开明首领的领导下，我国著名的云南讲武堂军官学校在此创办，培养了一批又一批爱国军事指挥和教育人才，如朱德元帅、叶剑英元帅，以及韩国、越南等国家的军事革命家、领导者。滇军在推翻清王朝和抗日战争中也立了大功。

1924年，按照孙中山先生的指示，国共两党合作创办了广东黄埔军校，一些来自云南讲武堂的军事将领应邀到黄埔任教，并将讲武堂的教学方法移植到黄埔，培养了国共两军大量的将领人才，在抗日战争中，起到了中流砥柱的作用。

应该说，云南讲武堂是我国创建近代军事教育的母校。而且，讲武堂的领导人请来外国教官，培养了我国第一批空军飞行员，特别要提到的是，云南为中国和亚洲培养了第一批女飞行员。1935年，吴琼英，权基玉（她后来成为“韩国空军之母”）等，都在抗战中配合美国空军“飞虎队”，执行保护外援通道、保障运输的任务。这都是云南的先驱们为我们中华民族和后代所写的光辉历史诗篇。

今天，党中央号召我们弘扬优秀传统文化，建设我们民族共同的精

神家园之际，云南省委的领导又带领云南走在了全国的前面。我们常歌唱：“没有共产党就没有新中国。”我们更看到了：没有中华优秀传统文化就没有中华民族！因为民族区分的标准是文化（这是世界公认的标准）。在弘扬、学习中华优秀传统文化这件事情上，云南省领导及广大群众所作出的成绩，应该是全国第一！云南省对中华优秀传统文化的重视，给我们做出了非常好的榜样。作为中华优秀传统文化的倡导者、践行者，我们要很好地向你们学习！

我们学习中华优秀传统文化是为了什么？是为了真正能够让每个家庭、每个地区、社会、国家和谐安稳，是为了安邦治国，也是为了世界和平的需要。我们五千年的历史证明了一点，一个国家、一个民族，能够生生不息地传承自己悠久的历史，就不会消亡。古圣先贤教导我们，有这种文化传承的国家，即使亡了，也会再兴起；而没有这样伟大文化传承的国家，亡了，就不会再复兴。像古罗马、古埃及这些曾经创造过世界性的辉煌文明的国家就是这样。我们中华文化生生不息地流传下来了，我们民族才没有断根。我们不能不感谢我们的祖先，给我们留下了这一套修身治心、治国安邦的文化。我们每个人按照传统文化去修身齐家，就是参与到了治国的行动中，我们国家就会安定和谐。

云南省的少数民族比其他任何一个省、自治区都要多，但是这里这么安定，各族人民之间这么友好，大家齐心协力，在党的领导下，在省委、省政府的领导下，建设自己的家园，就是因为云南的领导干部和广大群众重视传统文化教育。如果其他省、自治区，也能像我们云南一样，用中国传统文化“和”的精神、“包容”的精神、“关爱他人”的精神来处理民族关系，也一定会和云南一样地和谐、一样地团结。

一百多年前，智慧勇敢的云南人民给国家民族创下辉煌而骄傲的历史。当今又是新的世纪之初，希望我们云南的全体人民，在政府的领导



下，继续学习和落实传统文化博大精深的和谐万邦思想，打造云南的精神文明高地，响应党中央“弘扬优秀传统文化，共建民族精神家园”的号召，在云南省委省政府的领导下，全体同仁共同努力，使云南从精神到物质的建设，达到更高的境界，成为更优秀的榜样，为复兴中华优秀传统文化、弘扬传统美德再创一个世纪性的高峰，造福云南人民，贡献于我们的民族！

序二

中共云南省委常委宣传部长、省文明委副主任 赵金

世界知识出版社与我们联系，要将云南三届道德大讲堂专家宣讲的讲稿精选结集出版，这充分体现了社会对云南道德大讲堂建设的关注和支持，也是我们贯彻落实习近平总书记关于弘扬中华传统美德，培育社会主义核心价值观重要讲话精神的具体举措。为这样一本书作序，我觉得非常有意义。

道德是人们共同生活的行为准则及规范，是一种境界，一种追求，一种力量，是社会和谐幸福的基础。道德建设是培育践行社会主义核心价值观的重要任务，也是实现中国梦的重要支撑。中国梦不仅仅是物质的充盈，更重要的是道德的高尚，社会的文明，人民的幸福。

长期以来，云南省委、省政府高度重视公民道德建设，坚持围绕建设富裕开放文明幸福新云南的目标，深入贯彻落实《公民道德建设实施纲要》，全面推进社会公德、职业道德、家庭美德、个人品德建设，坚持围绕培育和践行社会主义核心价值观，大力宣传弘扬中华传统美德和时代新风，积极推进各项精神文明创建活动，不断深化“做一个有道德的人”主题教育活动，先后评选表彰了四批全省的道德模范、两批美德少年，集中推出了杨善洲、罗映珍、尼玛拉姆、杨继斌、邓前堆等一大批在全国都有重大影响的道德模范，有效推动了见贤思齐、崇德向善良好社会道德风尚的形成，并提炼形成了以“高远、开放、包容的高原情怀和坚定、担当、务实的大山品质”为核心的新时代云南精神。可以说，这些年云南公民道德建设在创新中发展、在开拓中前进，为推动科学发展、和谐发展、跨越发展做出了重要贡献。



“道德讲堂”就是我们加强思想道德教育、培育社会主义核心价值观的一个新载体、新平台，也是推进精神文明建设的一个重要阵地。为大力弘扬中华优秀传统文化，传承中华传统美德，在社会各方面的共同努力下，从2010年开始，我们连续成功举办了三届云南省弘扬中华传统美德大讲坛，在全省乃至全国都产生了良好的反响，深受广大干部群众的欢迎。在总结我省“中华传统美德讲坛”经验的基础上，按中央文明办的要求，从2012年开始，省文明委把“云南省弘扬中华传统美德大讲坛”更名为“云南道德大讲堂”。为加强对“道德讲堂”建设工作的组织领导，省委办公厅、省政府办公厅联合下发《云南省道德讲堂建设的实施意见》，对全省的“道德讲堂”建设工作进行了全面的安排部署，在省委的支持和推动下，道德讲堂建设在全省蓬勃开展。

我们举道德大讲堂的根本目的，就是要努力通过道德模范和专家的宣讲，用“富强、民主、文明、和谐，自由、平等、公正、法治，爱国、敬业、诚信、友善”的24字社会主义核心价值观引领广大干部群众的人生方向，用中华优秀传统文化滋养广大干部群众的心灵，用道德模范先进事迹激发广大干部群众的道德自觉，用专家的切身感悟体验传递道德智慧，用知行合一的道德实践提升广大干部群众道德素养，引导广大干部群众明白人生的意义，明白修身做人的道理，明白快乐幸福的真谛，努力推动良好社会道德风尚的形成。

举办道德大讲堂建设，最重要的就是要有好的宣讲老师。为高规格、高水平办好道德大讲堂，几年来，我们在全国范围精心选聘了一批优秀的宣讲老师。这批老师都是长期致力于弘扬中华优秀传统文化、德才兼备、深受群众喜爱的优秀志愿者。他们的宣讲不仅深入浅出、生动幽默，具有极强的感染力，更重要的是他们无私奉献、身体力行的人格魅力为我们做出了生动的行为示范。

本书精选了各位老师 在云南三届道德大讲堂的 18 篇讲稿， 篇篇情真意切、精彩感人，读来使人如沐春风，如经历一次心灵的洗礼，促人自省，催人奋进，不仅是 我们难得的修身学习的精神食粮，也是我们基层开展道德讲堂建设的好教材。

人生有道，快乐有道，幸福有道，要得到，就要先知道。我衷心希望每位渴望人生快乐幸福的朋友，能通过 这些精彩的讲稿，走进我们的道德大讲堂，真正找到人生快乐幸福之道，并积极力行实践，在实现 中华民族伟大复兴中国梦的历史征程中，创造自己美好幸福的人生。

CONTENTS | 目录

序 一	凌孜	1
序 二	赵金	4

上篇

关于社会转型时期道德文化建设	高昌礼	002
一颗闪耀人伦之光的璀璨明珠	李宝库	015
全球化背景下的中国软实力	沈国放	042
播撒中华文化的种子，扎下守规矩的根	张发	050
修身律己，做一个有道德的人		
——《群书治要》齐家治国的宝典	蔡礼旭	075
母慈子孝	赵良玉 钟茂森	105
礼在人际关系中的应用	李越	139
从《群书治要》看官德修养的重要性	刘余莉	156
孝道与幸福	吕明晰	184

下篇

- 家和万事兴····· 蔡礼旭 _208
- 积善之家，必有余庆····· 陈大惠 _234
- 根深业茂，厚德载物····· 智 然 _261
- 中华文化促进企业健康发展····· 李慕松 _289
- 移风易俗，莫善于乐····· 靳雅佳 _307
- 爱心伴孩子成长····· 肖陈颖 _337
- 《弟子规》为学生的幸福人生奠基····· 王 琦 _358
- 涵养女德，美丽人生····· 刘 芳 _382
- 中华养生之道····· 彭 鑫 _400

上
篇

复兴中华文化，实现“中国梦”

中国共产党在十八大报告中号召：“加强社会公德、职业道德、家庭美德、个人品德教育，弘扬中华传统美德。”中华传统美德在这些方面，已经发挥着越来越大的作用。

社会转型的过程中，需要中华文化的指导，调和社会各方的矛盾，保持走在中正大道上；在老龄化加剧到来的社会发展阶段，弘扬以孝道为核心的中华美德，已经是不得不做的事情；在中国迎来全面复兴的历史时刻，研究古圣先贤的治国智慧，更显殊胜意义。





关于社会转型时期道德文化建设

讲于2011年8月，云南省第二届中华传统美德讲坛

高昌礼 1937年生，山东鱼台人。司法部原部长、党组书记。曾任中共山东省党委副书记兼省政法委书记、最高人民法院常务副院长、中央治理委员会委员。合著有《圣贤教育 创企育人》。

大家好！云南省委宣传部连续两年举办传统文化讲坛，这说明云南省委是非常有智慧和远见的。

在这里，我讲三个内容。第一，关于道德文化的历史回顾。最早提出“道德”这个词的是老子，“道”，就是万事万物的自然规律；“德”，就是按照“道”行事并有所得。荀子在《劝学篇》里面也讲到了道德这个词，“故学至于礼而止矣，夫是之谓道德之极。”意思是说，当一个人明白事物道理的时候，就懂得了道德的规则。事物的道理，就是做人做事的道理，也就是道德。韩非子也有一段论述，“道者，万物之所然也，万理之所稽也。”“德者，道之功也。”意思是说，道是万物自然存在的规律，德是按照规律办事的工具、方法、规则。

关于德的内容和含义，后人又逐步给予了揭示。孟子到滕国去，建议加强人与人之间关系的道德教育，他和滕国的国君有一段谈话：“人之有道也，饱食、暖衣、逸居而无教，则近于禽兽；圣人有忧之，使契（xi è）为司徒，教以人伦：父子有亲，君臣有义，夫妻有别，长幼有序，朋友有信。”意思是说，在舜的时候，人们吃饱了，穿暖了，住得也安逸了，但是没有教化，社会很乱，没有教化的人和野兽没有什么区别。舜很着急，就叫一个姓契的大臣来解决这个问题。这个大臣就提出解决的方法：父子有亲，即父慈子孝；君臣有义，即君对臣以礼，臣忠于职守；夫妻有别，即男主外，搞好家庭经济，女主内，操持家务、培养后代；长幼有序，兄弟姐妹之间要做到兄友弟恭；朋友有信，对待朋友要讲诚信。他说的这些，实际上就是处理人与人之间关系的方式方法，这就是舜时期的道德。《尚书·舜典》当中提到“五品”，即父义、母慈、兄友、弟恭、子孝，也是对舜时期人与人之间关系处理的一些方法的概括。

处理人际关系，明确要用“道德”的是孔子。孔子曾经赞扬曾子，说他有四德：“孝，德之始也；悌，德之序也；信，德之后也；忠，德之正也。

参也中夫四德者矣哉。”意思就是说，曾子有孝悌忠信的德行。可见，孔子把孝悌忠信视为德的内容。

仁义礼智信，这几个字的提出，也有个演变过程。《周礼·地官》里最早提出“六德”的概念，把“知、仁、圣、义、忠、和”六字称为六德，这是对周时期道德的概括。到了孔子的时候，仁、义、礼、智、信这五个字都出现了，但是孔子对“仁”“义”讲得很多，甚至有时把两三个字连在一起讲，但没有把这五个字连起来讲。孟子的时候，就把仁、义、礼、智这四个字明确提出来了。他说，仁、义、礼、智，不是外边强加给我的，是我本身固有的德行。仁、义、礼、智，是一个人为人处世的原则和方法。一个人本不该杀，却把他杀掉了，叫做不仁；这个钱或东西不该拿，他拿了，叫做不义。一个人对待事物的态度，实际上就是做事的方式方法。到了汉朝，董仲舒提出了“三纲五常”，其中的五常，就是仁义礼智信。董仲舒把“信”字加进去了。

孝悌忠信，讲的是如何做人的问题；仁义礼智信，讲的是如何做事的问题。如何做人和做事，加在一起就是道德的具体内容。这个提法，从孔孟开始一直延续了两千五百多年。到了民国时期，孙中山先生提出八个字：忠孝、仁爱、信义、和平。他说，过去的东西要继续提、继续用，不能丢。

那么，到了中国共产党成立以后，道德建设是怎样发展的呢？从中国共产党建党到新中国成立这个历史阶段，我党提出加强革命人生观的建设。强化革命人生观教育，就是把人的道德和国家的前途命运紧密地结合在一起。当时是国难当头，半封建半殖民地，共产党的任务就是推翻三座大山，使人民翻身得解放，建立新中国。所以加入共产党，首先要为共产主义事业而奋斗，为推翻三座大山而奋斗，要全心全意为人民服务，不怕流血牺牲，艰苦奋斗。这几点也就是当时道德的最高境界。