



美德的种子



翟小宁 编著



新 华 出 版 社





美德的种子



翟小宁 编著



新 华 出 版 社

图书在版编目 (CIP) 数据

美德的种子 / 翟小宁编著. —北京: 新华出版社, 2014.12

ISBN 978-7-5166-1333-7

I. ①美… II. ①翟… III. ①品德教育—中国—青少年读物

IV. ①D432.62

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第272991号

美德的种子

作 者: 翟小宁

出 版 人: 张百新

选题策划: 徐 光

责任编辑: 徐 光

责任印制: 廖成华

插 图: 刘海涛

封面设计: 李尘工作室

出版发行: 新华出版社

地 址: 北京石景山区京原路8号 邮 编: 100040

网 址: <http://www.xinhupub.com> <http://press.xinhuanet.com>

经 销: 新华书店

购书热线: 010-63077122

中国新闻书店购书热线: 010-63072012

照 排: 李尘工作室

印 刷: 北京市京津彩印有限公司

成品尺寸: 130mm × 185mm

印 张: 6.375

字 数: 51千字

版 次: 2015年1月第一版

印 次: 2015年1月第一次印刷

书 号: ISBN 978-7-5166-1333-7

定 价: 28.00元

图书如有印装问题, 请与出版社联系调换: 010-63077101

无论个人独处，与人交往，皆当日修其身，日行其善，日进其学，日循其道，日新其德，日新又新。珍爱生命，净化心灵。诸恶莫做，众善奉行。己所不欲，勿施于人。言色当和，身心净洁。存好心，说好话，行好事，做好人。上善若水，虚怀若谷。自强不息，厚德载物。崇尚信仰，智开慧朗。文明生活，健康成长。

序 言

刘彭芝

前不久，习近平总书记在全军政治工作会议上强调指出，秉纲而目自张，执本而末自从。发挥政治工作对强军兴军的生命线作用，加强和改进新形势下我军的政治工作，当前最紧要的是把带根本性的东西立起来。把带根本性的东西立起来，是重大的战略思想，这个重大战略思想，对所有工作都有指导意义。

在学校工作乃至整个教育工作中，什么是带根本性的东西？是德！学生要成材，首先要有德；学校要完成使

命，关键是把品德教育立起来。立德树人，立字当头。

小宁同志作为中学校长撰写《美德的种子》，做的正是带根本性的工作。这本书，主脑立得好。

写什么之后，就是怎么写的问题了。

写文章的最高境界是深入浅出。深入深出、浅入浅出都不难，难的是深入浅出。《美德的种子》采用三字经的形式，图文并茂，便于上口传诵，易于入耳入心，走的是深入浅出的路子，这是大胆的尝试，也是成功的尝试。小宁同志艺高胆大，他有走这样路子的底气

和功夫。

当前，教育领域正在广泛深入地开展中国梦和社会主义核心价值观教育。什么是中国梦？中国梦就是中国人的好日子；什么是社会主义核心价值观？社会主义核心价值观就是中国人的好活法。有好活法才能成就好日子。习近平总书记说得好，社会主义核心价值观就是一种德。因此，《美德的种子》是一部生动形象的中国梦和社会主义核心价值观教材，它给读者讲的，正是如何通过好活法成就好日子。

总之，《美德的种子》有意义又有意思，有用又有趣，相信一定会受到广大读者特别是青少年读者的欢迎。

（序言作者为著名教育家、国务院参事、研究员、博士生导师、国家教育咨询委员会委员、创新人才教育研究会会长、中国人民大学附属中学校长、中国人民大学附属中学联合学校总校校长）

2014年12月25日于北京

自序

种子的力量

心灵是田地，信仰是种子，美德是花朵，幸福是果实。

播种什么，收获什么。播种真善美，才能收获真善美。

人是自己生活的设计师，是自己命运的创造者。依所种之因，获应得之果。播种善德的种子，方能收获善美的果实。

青少年正值生命的春天。春天是播种的季节，要趁着青春好时光，在心灵的田地中辛勤播种，让美丽的种子在心中生根发芽。

播种美德

一德立而百善从之。积善成德，而神明自得，圣心备焉。道德是一个人最根本的力量，人格是一个人最宝贵的财富。美好的品行是人生幸福的基石。养德必先正心。心正则行正，心美则身美，一切美好的品行都是从美好的心灵中生发出来的。要从自己的心里生发出光明的思想、芬芳的情感、洁净的观念，生发出阳光、花朵、净水般的语言，与他人分享，共创丰美幸福人生。

播 种 慈 爱

有一种精神，像阳光一样，可以温暖人的心灵，为世界带来和平，这就是慈爱。有一种情怀，像春风一样，可以吹走天空的阴霾，为人类带来福祉，这就是悲悯。

如果一个人由慈爱自身开始，生发出对他人、对社会、对人类的大爱精神；由悲悯弱者开始，生发出对一切苦难的深刻同情和对人类命运的终极关怀。这个人就是人世间真善美的花朵，他的心灵就会时时散发出仁爱的芳香。

爱是一切创造的源泉。我们要用全身心的爱来对待今天——每一个人，每一件事，每一棵小草，每一寸时光。星云大师说：当我们面带笑容，看在对方眼中，那朵微笑是发光的；当我们口出赞叹，听在对方心底，那句赞美是发光的；当我们伸手扶持，受在对方身上，那温暖的一握是发光的；当我们静心倾听，在对方的感觉里，那专注的神情是发光的。因为发心向善，每个人都可以拥有一个发光的人生。

播种信仰

生命中最珍贵的就是心灵，而心灵的太阳就是信仰。要将“富强，民主，文明，和谐；自由，平等，公正，法治；爱国，敬业，诚信，友善”的核心价值观内化于心，外化于行。要建立自己的人生原则，由原则升华成信念，由信念升华成信仰。要向真、向善、向美、向上，净化心灵，升华灵魂。要让崇高的信仰之光照亮心灵，照亮生命，照亮人生之路；要修养身心，精进不息，臻于至真至善至纯至美的光明境界。



播 种 智 慧

惟有不断觉悟，方能增智生慧；惟有不断学习，方能进德修业。惟有智慧的人生，才是真正有意义的人生。

知识就是财富，学习方能进步。要敏而好学，养成浓厚的学习兴趣，培养终身学习的习惯和能力；要激发自己的好奇心、想象力和创造力，成为创新型人才；要爱读书、勤读书、读好书、读经典，汲取丰富的精神营养，让书香浸润心灵。

读书可以得智慧，实践可以得智慧，体悟自然、感悟人生可以得智慧，戒能生慧，定能生慧，省思能生智慧，改过能生智慧，清净能生智慧，宁静能生智慧。

智慧就是力量。一个人真正的能源在于内心的智慧。善于开发内心的能源，人生才会登高望远，任运自在，成功快乐。