

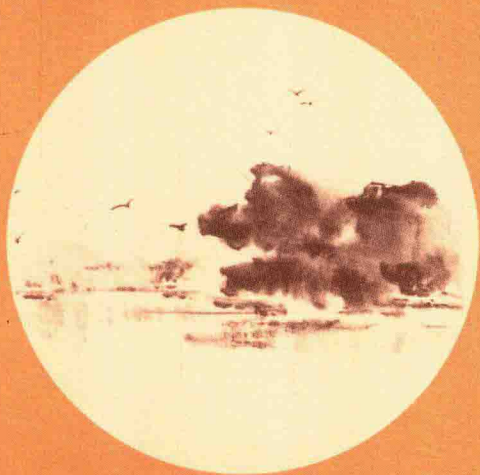
孔子研究院国学课堂/中国孔子基金会·文库

儒家文化普及读本

儒家文化与青少年成长

孔祥安 主编

孔丽 刘文剑 著



 青岛出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

孔子研究院国学

丰

儒家文化普及读本

儒家文化与青少年成长

孔祥安 主编

孔丽 刘文剑 著



青島出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

儒家文化与青少年成长 / 孔丽, 刘文剑著; 孔祥安主编. — 青岛: 青岛出版社, 2016.12

ISBN 978-7-5552-4880-4

I. ①儒… II. ①孔… ②刘… ③孔… III. ①儒家—传统文化—关系—青少年—修养—研究—中国 IV. ①B222.05
②D432.62

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第287111号

- 书 名 儒家文化与青少年成长
著 者 孔 丽 刘文剑
丛 书 名 儒家文化普及读本
主 编 孔祥安
出版发行 青岛出版社
社 址 青岛市海尔路182号(266061)
本社网址 <http://www.qbpub.com>
邮购电话 13335059110 (0532) 85814750(兼传真) (0532) 68068026
责任编辑 吴清波 张吉路
特约编辑 于学周
装帧设计 梁 娜
封面题字 孔祥胜
照 排 山东鲁润文化传播有限公司
印 刷 青岛新华印刷有限公司
出版日期 2016年12月第1版 2016年12月第1次印刷
开 本 16开(700mm×1000mm)
印 张 15.5
字 数 220千
图 数 50幅
印 数 1-3000册
书 号 ISBN 978-7-5552-4880-4
定 价 36.00元
编校印装质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068638

编委会

主 任 王大千 李大友 杨朝明
委 员 牛廷涛 刘廷善 胡志平 刘续兵
陈晓霞 彭彦华

主 编 孔祥安
编 委 宋冬梅 孔 丽 刘晓霞 武 宁
周 建 刘文剑 宋振中 李 翠

序



文化是民族的血脉和灵魂，积淀着一个民族最深沉的精神追求和行为准则。在五千多年的文明发展进程中，中华民族创造了博大精深的中华优秀传统文化。坚持古为今用、推陈出新，始终是弘扬中华优秀传统文化面临的时代课题。济宁自古文脉兴盛、先贤圣哲辈出。在这方文化沃土上诞生了孔子、孟子、颜子、曾子、子思子“五大圣人”。由孔子创立、孟子等后世儒家发扬光大的儒家文化，是中华优秀传统文化的主干和基础，对中国社会的发展和中华文化的成长产生了重大而深远的影响。譬如：儒家思想倡导的“仁者爱人”的仁爱观、“见利思义”的义利观、“履中致和”的中和观、“民胞物与”的自然观，推崇的“己所不欲，勿施于人”的忠恕之道、“约之以礼”的道德情怀、“敬信修睦”的伦理要求、“德”“智”“勇”统一的君子人格，追求的“吾日三省吾身”“见贤思齐焉，见不贤而内自省”“言必信，行必果”的修身之道，等等。这些积极向上的道德追求，在今天对培育和弘扬社会主义核心价值观依然具有重要价值。

2013年11月，习近平总书记视察济宁并在孔子研究院发表重要讲话，深刻阐述了中华优秀传统文化、



孔子及儒家思想的重要价值、重大影响和时代意义，提出了“四个讲清楚”的重大时代命题，对济宁弘扬中华优秀传统文化、传统美德寄予殷切期望。近三年来，我们深入学习贯彻习近平总书记视察济宁重要讲话精神，确立了建设弘扬中华优秀传统文化首善之区的目标，以曲阜优秀传统文化传承发展示范区为牵动，全力打造道德建设模范区、文明和谐示范区、儒家文化传承区，努力在传承和弘扬中华优秀传统文化上实现更大作为。坚持把弘扬中华优秀传统文化融入社会主义核心价值体系建设实践，充分发挥传统美德资源丰富的优势，按照习近平总书记提出的“落细、落小、落实”的要求，突出抓好普及工作。在机关开展中华优秀传统文化学习教育活动，编写弘扬中华民族传统美德的学习教材；在学校开设中华优秀传统文化教育课程，组织开展“中华经典诵读大赛”“传统文化知识竞赛”等主题活动；在企业开展“诚信企业”“诚信商户”等评选活动；通过开展示范社区创建活动，弘扬孝贤文化和感恩文化，弘扬优良家风，推进社区、农村和家庭建设，努力推动儒学时代化、大众化，培育和善向上、友爱诚信、谦和尚礼的儒韵民风，努力把济宁打造成全省乃至全国道德建设高地。

济宁是孔子的故乡、儒家文化的发源地，在孔子及儒家思想的研究和传播方面，肩负着更大责任。孔子研究院作为国务院批准建设的全国唯一一处专门从事孔子及儒家思想研究的文化机构，牢记习近平总书记关于弘扬中华优秀传统文化的殷切期望，充分发挥地处孔子故里的地理和资源优势，围绕打造“建设世界儒学研究中心，组织引领国际儒学研究”的发展目标，在弘扬中华优秀传统文化尤其是儒家文化、培育社会主义核心价值观、服务社会政治经济文化发展等方面，取得了许多基础理论和普及应用研究的新成果；启动了“孔子学院总部体验基地”“世界儒学文献资料收藏中心”建设，打造了国际儒学研究和交流的高端平台。为了更好地实现儒家文化的创造性转化、创新性发展，助推儒学“六进普及工程”建设，孔子研究院组织部分学者编写了“儒家文化普及读本”丛书，共分四册，分别针对机关事业单位、中小学师生、企业员工、社会大众等阅读群体，以通俗简洁的语言，重点阐述和诠释了儒家思想的精神实质、内蕴和

核心价值。通过古为今用的具体论述和例证引导，既让人们对儒家文化的核心理念有了较为清楚的认识和把握，又解决了现实生活中的思想困惑，从而实现学与思的结合、知与行的统一。希望孔子研究院积极适应儒家文化传播的时代化、大众化要求，全面提升儒学研究水平，在弘扬中华优秀传统文化、打造儒学研究传播高地上担当更大责任、实现更大作为，为加快推动培育社会主义核心价值观做出新的更大贡献。

中共济宁市委书记

市人大常委会主任

2016年10月



序

二



2013年11月26日，习近平总书记视察孔子研究院并发表了重要讲话。习近平总书记的重要讲话是中共中央对弘扬中华优秀传统文化的重要宣示，表明了中共中央高度重视中华优秀传统文化的信心和决心，体现了中共中央对弘扬中华优秀传统文化的高度自觉和自信，在中国特色社会主义文化建设的历史进程中具有里程碑意义。此后，习总书记在不同场合，围绕如何对待、传承、弘扬、发展中华优秀传统文化的问题做了一系列重要讲话，从各个侧面展开了一系列精辟论述，为实施文化强国建设提供了理论指导和行动指南。

文化是一个民族的血脉，是一个民族凝聚力、生命力、创造力的源泉。自从美国哈佛大学教授约瑟夫·奈提出文化“软实力”的概念以来，软实力成为国际社会广为流行的关键词，文化软实力成为世界大国综合竞争力的重要因素和标志。一定意义上说，谁拥有了强大的文化软实力，谁就能在激烈的国际竞争中拥有主动权，所以世界大国对本国、本民族的文化建设格外重视和关注。中华文化是世界上唯一没有中断的人类文化，中华民族是一个非常重视文化传承与发展的民族。中华民族每一次的文明与进步，无不伴随着中华文化的发展与繁



荣。党和国家历来十分重视文化建设，特别是党的十八大明确提出了建设社会主义文化强国的宏伟目标。

“核心价值观是文化软实力的灵魂，是文化软实力建设的重点。”社会主义核心价值观是社会主义文化的内在精神和灵魂，它决定着中国特色社会主义文化建设的性质和方向；如果离开了社会主义核心价值观，中国特色社会主义文化建设就失去了精神支撑，文化强国建设也就无从谈起。可见，社会主义核心价值观也是当代中国文化建设之魂。习近平总书记指出，培育和弘扬社会主义核心价值观必须立足中华优秀传统文化。牢固的核心价值观都有其固有的根本。社会主义核心价值观如果离开了中华优秀传统文化，也就等于失去了汲取营养的源头活水；如果不立足中华优秀传统文化，也就“等于割断了自己的精神命脉”。“不忘本才能开辟未来，善于继承才能更好创新。”培育和弘扬社会主义核心价值观，必须从中华优秀传统文化中汲取丰厚滋养，因为中华优秀传统文化已成为中华民族的基因，根植于中国人的内心并潜移默化地影响着中国人的思维方式和行为方式。

中华传统美德是中华文化的精髓，也是培育和践行社会主义核心价值观的源头活水。习近平总书记指出，道德之于个人、之于社会都具有基础性意义，做人做事首先是崇德修身。核心价值观其实就是一种德，是一种大德。它既是个人的德，也是国家的德、社会的德。“国无德不兴，人无德不立。”崇德修身无论是对于个人，还是对于一个民族、一个国家来说，都具有极其重要的作用。当前，就社会主义核心价值观建设来说，不仅要继承和弘扬中华民族在长期实践中培育和形成的传统美德，而且要实现中华传统美德的创造性转化和创新性发展，引导人们向往和追求讲道德、尊道德、守道德的生活，使每个社会成员真正成为传播中华美德、中华文化的主人。

孔子研究院是国务院批准建设的全国唯一一处专门从事孔子及儒家思想研究的文化机构。作为一名在孔子研究院工作且从事孔子儒学研究的科研人员，对照习近平总书记视察孔子研究院时给予的指示，以及关于弘扬

传统文化系列讲话的精神要求，深感责任重大，使命光荣，理应在“四个讲清楚”及孔子儒家文化的传承与弘扬方面下大力气、多做文章，使儒家文化成为涵养社会主义核心价值观的重要思想源泉，汇聚全面改革开放的正能量，为实现中华民族伟大复兴的“中国梦”做出积极贡献。

因此，我们考虑到应从知与行这一基础着手诠释与弘扬儒家文化，提升人们的道德修养，促进社会主义核心价值观建设。其中关键是要突出抓住两个群体、两个载体。两个群体：一是公务员。公务员是社会公共事务的管理者，在社会上有很大的感召力和影响力，可以起到率先垂范、引领风尚的作用。二是青少年。青少年是祖国的未来和希望，他们的思想观念以及价值取向直接决定着未来社会的价值取向。青少年正处于世界观、人生观、价值观形成的关键时期，所以抓好青少年的教育引导尤为重要。两个载体：一是企业。企业作为物质生产和创造人类财富的重要阵地，不仅生产物美价廉的物质产品，也创造人们所需要的精神产品。物质产品的生产，不仅要靠企业员工的共同合作来完成，还需要有共同的职业操守和个体素养做保障。否则，没有一个企业家和一个员工所应具有的良好良知，是生产不出合格产品的，更不能传递其间的敬业、诚信、友善等道德情感。二是社区（乡村）。社区（乡村）是人们日常生活的必然环境，环境的好坏直接影响着人们的思想观念和道德素养。中国人大多有从众心理，这就更有必要共同营造和维护好社区（乡村）崇德向善的文化氛围，推动和谐文明社区（乡村）建设。可见，培育和践行社会主义核心价值观必须从小事抓起，从公务员抓起，从机关干部抓起，从学校抓起，充分利用企业、社区（乡村）这两个载体，共同营造良好的道德氛围，切实形成机关、学校、企业、社区、乡村、家庭六位一体携手育人的强大合力。

基于以上思考，我们针对公务员、青少年两个群体，企业、社区（乡村）两个载体，编写了一套集介绍、诠释、传播、普及、推广儒家文化于一体的读物——“儒家文化普及读本”。读本分《儒家文化与公务员修养》《儒家文化与青少年成长》《儒家文化与企业管理》《儒家文化与社区（乡村）文明》四册，阅读对象为机关事业人员、中小学师生、企业员工以及社会



大众等群体。每册根据不同群体的特点设有十章内容，每章集中阐明儒家的一个核心观念。每章分为核心观念阐述、古为今用、故事链接、经典名句四部分。观念阐述，主要是从儒家文化核心观念的产生发展、基本内涵、历史作用、现代价值等方面展开论述，讲清楚是什么、怎么样、为什么、怎样做，力求观点明确、脉络清楚、通俗易懂、针对性强，既从学术角度解读概念、阐释理念，又本着服务当今社会的原则，讲清楚儒家思想的历史价值和作用，为当前社会主义核心价值观建设提供丰厚滋养；古为今用，从人们的现实需求出发，有针对性地阐述儒家思想在不同群体中的价值作用及其借鉴意义；故事链接，一般选取古今五个故事，对阐述部分提及的相应观点予以佐证和延伸，让人们读后有一定的思想启发和行为借鉴；经典名句，选取与本章相关的十条经典名句，以原文、译文的形式附后，句子短小精悍、言简意赅、哲理性强，易读易记，终生受用。

本套读本注重理论性、思想性、通俗性、知识性、趣味性、可读性的有机结合，强调语言的文学性、通俗性、叙述性，力求形式活泼、语言生动、富有哲理，力争使读者易读、愿读、想读、可读。不同群体通过阅读本套读本，不仅可以较全面地了解儒家文化的核心要义、基本内涵和现代价值，还可以通过古今故事引导自觉行动，从而取得知行合一的效果；同时，通过对经典名句的阅读或熟记，可以促进对儒家理念、观点的思考和感悟，在生活、学习、工作中不断受到潜移默化的熏陶和感染，进而将传统儒家道德要求内化于心、外化于行。

四册读本尽管在核心理念和观点上力求一致，并注意各册章节之间相互照应，但因参与编写人员较多且每册针对的对象不同，有些内容没再硬性统一，学术观点不尽相同，语言风格不尽一致，衷心地希望各位读者提出宝贵的意见。

孔祥安

2016年10月

目 录

序	1
序 二	1
导 言	1
第一章 志存高远 自强不息	11
第二章 博学于文 切问近思	31
第三章 孝悌之道 道德始序	53
第四章 朋友之交 以德为贵	75
第五章 诚实守信 知行合一	97
第六章 礼以行之 以和为贵	119
第七章 义以为质 见义勇为	143
第八章 慎独内省 心存敬畏	167
第九章 仁者爱人 民胞物与	189
第十章 君子人格 文质彬彬	211
后 记	233

导 言





儒家文化是中华民族精神宝库中极其灿烂的部分，是经过岁月的磨砺及检验而沉淀下来的宝贵文化遗产，博大精深、内涵丰富，凝结着人类的睿智与哲思。在这个庞大的系统中，成人立身是它的根本。青少年正处于人生成长的关键和重要时期，把儒家文化的精髓和智慧渗透到青少年的心灵深处，对他们道德素质的养成、能力的提升、人格的培养等具有重要的价值和意义。

君子是孔子儒家所提倡的理想人格，是中华民族所特有的高尚人物形象。从某种角度来说，儒学就是“成人”之学，也可以说是君子之学。孔子与弟子多次谈论君子。子路曾问孔子怎样算是君子。孔子说：“修养自己而且敬慎从事。”子路问：“这样就够了吗？”孔子说：“修养自己而且安抚别人。”子路又问：“这样就够了吗？”孔子说：“修养自己而且安定百姓。做到修养自己而且安定百姓，连尧、舜恐怕都感到很难呢！”这就告诉我们，要想成为君子，需要从“修养自己”开始，然后安抚别人、安定百姓。修养自己、安定百姓是最高理想和最终目标。同时，作为“初学入德之门”的《大学》也强调说：“自天子以至于庶人，壹是皆以修身为本。”上自一国君主，下至平民百姓，人人都要以修养品性为根本。可见，修养品性是人生的根本，也是成就君子人格的起点。

青少年作为祖国的未来和希望，担当着中华民族伟大复兴“中国梦”的历史重任，不仅要有建设祖国的才能，而且要有担当这一历史重任所需要的“君子”素养。青少年如何才能修养成为一个君子呢？围绕这一主题，我们从儒家文化中提取十个方面的内容，并加以解释阐发，以指导青少年提升自身道德素养，成就君子人格。这十个方面是：立志、博学、孝悌、交友、诚信、礼让、义勇、慎独、仁爱、君子。可以说，这十个方面所蕴含的儒家文化的观点和理念，是关系青少年修身养性、安身立命的关键。这十个方面既有区别又有联系。青少年通过对这十个方面思想内容的学习体会，不仅可以

对儒家理念有整体性的认识 and 了解，而且可以帮助自身树立正确的人生观、价值观。

志向是成人成德的前提，是人生的方向和目标。儒家提倡“尚志”，把立志作为修身、修学、修业的基本前提。儒家历来重视人生的志向问题，它凝结着丰富的“志存高远、自强不息”的智慧和精神。如“志于道，据于德，依于仁，游于义”“天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物”“三军可夺帅也，匹夫不可夺志也”“有志者，事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属楚；苦心人，天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴”等等，都体现了中华民族自强不息的民族品格。正是在这种品格的激励下，无数的仁人志士为了心中的理想，铁肩担道义，“为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平”。中国历史上，无数的志士仁人，他们伟大的志向、奋斗不息的精神、光辉的业绩成为激励中华民族奋发有为、绵延不息的重要精神支柱。学习儒家所提倡的立志思想和观念，可以帮助青少年树立远大的人生理想。同时，中国古代志存高远、自强不息的故事，可以引导青少年在生活、工作、学习中正确认识和处理个人理想与社会理想的关系，既做到志存高远，又做到脚踏实地，从而把个人理想有机地融入为社会发展做贡献的实践中。

有远大的志向，然后怎么做，从何做起？这是每个人尤其是青少年必须思考和解决的基本问题。历史告诉人们，那就要走学习这一条必由之路。怎么学？儒家认为要“博学于文”，“切问而近思”，“洪钟无声，待叩乃有声；圣人无知，待问乃有知”。每一个人，包括孔子这样的圣人在内，都必须通过学习来获得知识，获得做人做事的道理。没有学习就没有进步，就没有文化的传承，就没有人类的文明。学习是获取知识最有效、最快捷的途径。千百年来，人类通过无数次实践检验所积淀的文化知识、人生智慧，我们可以通过学习而获得。

谈到学习，很多人想到的可能是知识技能。但人之为人，更为重要的是道德修养，这也恰恰是现代教育所缺失的重要一环。只是专注于知识技能的培养，这种模式培养出来的人，往往是专于某一方面的“器”。他们



精通于某一领域，而在其他领域，尤其是人格方面可能会有较大的缺陷。儒学是人类文化和智慧的结晶，不仅重视“道问学”，而且更重视“尊德性”。“尊德性”是获得德行之知，是明明德、致良知，是关于人行为的自我认识和道德的自我提升；“道问学”是获取见闻之知，包括从自然界获得的物理知识，以及人伦日用中获得的伦理知识。一个人格完善的人，不仅需要“道问学”基础上的“见闻之知”，更需要“尊德性”之下的“德行之知”，二者兼具，方成“君子”。儒家德智兼修的学习观高度概括和凝练了治学理念和求学归旨，成为历代士子治学修身的指导原则，也是解决当下教育问题的一剂良药。当代的学习观应该由见闻之知的追求转向德行之知的追求，课程设置应该由“基于教的”课程向“基于学的”课程转变，让青少年的学习成为一种寻找道德体验的过程、反修自己并与他人进行对话的过程、自我生命体现的过程。

俗话说：“成才要先成人，做事要先做人。”对青少年来说，首先要学习的是孝悌之道。“教民亲爱，莫善于孝。教民礼顺，莫善于悌。”孝悌是美好的品德，是儒家做人思想的起点，是中华文化的鲜明特色和重要组成部分。孝是孝顺父母，它出于子女对父母的自然亲情，是人类本初的情感，也是人类基本的情感，更是子女骨子里对父母的尊敬和奉养；悌是友爱兄弟，是手足同胞间的自然感情，是古代处理兄弟、姊妹之间关系的重要规范。悌的进一步推广和延伸，要求我们不仅要对自己的兄弟友爱，而且也要对朋友、同学、同事友爱。这样，人与人之间的关系将会更加和谐、融洽，生活将会更加和美、欢畅。悌在当代乃至以后都会具有蓬勃的生命力。在家庭中做到了孝悌，人们的生活将会安定和谐、稳定幸福。“父子笃，兄弟睦，夫妇和，家之肥也。”孝悌对中华民族的思想意识和心理结构产生了深远的影响。孝悌使人心端正，情感纯化，关系融洽，社会和谐。孝悌使青少年的心灵充满爱的阳光，是他们人生道路上不可缺少的力量源泉，是他们前行的路标之一。孝悌有利于培养青少年的道德心，有利于净化社会风气，提高社会整体道德水平，有利于传承人类文明。

“近朱者赤，近墨者黑。”交友是青少年学习、生活中的重要一环。

儒家将朋友列为“五达道”之一、“五伦”之一。古人对朋友的解释是：“同门曰朋，同志曰友。”随着时代的发展，人们所说的朋友范围不仅限于同门中，而是一个宽泛的关系。朋友是志同道合、情投意合的人，是以情感、友谊为基础的人际关系。朋友之道所看重的是“德”。我们要会选择朋友。孔子说有益的朋友有三种，有害的朋友也有三种。“友直，友谅，友多闻，益矣。”正直的朋友，诚信的朋友，见闻广博的朋友，这些是能够带来进步的益友。“友便辟，友善柔，友便佞（nìng），损矣。”善于走邪道的人，善于装出和颜悦色骗人的人，善于花言巧语的人，这些是有害的损友。朋友之间要注意相处之道。朋友有信、患难与共、贵在择善、包容有度是必要的交友之道。朋友陪伴我们成长，有时又是我们精神上的老师，正所谓“良师益友”。师和友有时是不可分的，这是更高境界的友。选择那些有远大理想、道德高尚、好学上进、知识丰富的人做朋友，能给青少年带来积极的影响，在享受朋友带来快乐的同时，走向更美好的人生之路。

朋友之间重要的是“诚信”。诚信是中华民族的传统美德，是儒家思想的重要组成部分。在几千年的历史发展中，诚信扮演着重要的角色。当然，诚信不仅仅限于朋友，而是深深根植于人们的思想观念中，转化为人们内在的道德精神，而且成为千百年来指导人们生活实践的道德行为准则和基本的价值原则。诚信作为个人修身之德和为政治国之策，是个人道德修养的底线和国家的核心价值观。讲信就是诚实不欺，信守诺言；就是对自己的言语勇于负责，不欺己，不欺人，在人与人之间建立起坚韧的合作和感情纽带。诚信要以明辨是非善恶为前提，有仁义的指引和规范，付诸实际行动，知行合一。“信以成之”所成就的不只是他们的光辉人格，还有丰功伟绩，德泽天下，恩及四方。“人而无信，不知其可也。”没有诚信，人就不可能立足社会中。信是朋友之间相处的法则，也是与他人相处的规则。有信则兴，无信则亡。信在为政治国中具有极其重要的作用。

诚和信意思相近，联系紧密。诚强调对于内在的真实，即内诚于心；信则是“内诚”的外化，是外信于人，对他人讲信用。诚与信合在一起