

美德书

中华传统美德格言800条

魏晋风 唐继军\编著
中国经典文化书系

ZhongHuaChuanTongMeiDe
CeYan800Tiao

传承中华美德 培育民族精神

中国传统文化是一个宏富的整体，承载着中华民族的基本价值追求，蕴含着中华民族的民族精神，

有着独特的民族特质。就中国古代传统文化而言，刚健有为、厚德载物、

贵和尚中、仁民爱物、修己安人、义以为上、天人合一、整体为上等，

都反映了当时的文化精神，如：自强不息的奋斗精神、爱国主义的深厚情怀，

和谐统一的博大胸襟，崇德重义的高尚情怀，文化中国的理想追求，勤劳勇敢的质朴秉性，等等。

这些基本的价值理念，体现了中国传统文化的主流价值，反映出中华民族文化的特质，反映了中华民族的民族性。



中国华侨出版社

美德书

中华传统美德格言800条



传承中华美德 培育民族精神

魏晋风 唐继军 编著
中国经典文化书系

ZhongHuaChuanTongMeiDe
GeYan800Tiao

中国华侨出版社



图书在版编目(CIP)数据

美德书:中华传统美德格言 800 条 / 魏晋风, 唐继军编著. —北京: 中国华侨出版社, 2006.1

ISBN 7-80222-069-6

I. 美... II. ①魏...②唐... III. 道德修养 - 格言 - 汇编 - 中国
IV. B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 003358 号

●美德书——中华传统美德格言 800 条

编 著 / 魏晋风 唐继军

责任编辑 / 崔卓力

装帧设计 / 孙希前

版式设计 / 韩 梅

责任校对 / 秦 真

经 销 / 全国新华书店

开 本 / 970 × 690 毫米 1 / 16 印张 / 20 字数 / 260 千字

印 刷 / 中国电影出版社印刷厂

版 次 / 2006 年 3 月第 1 版 2006 年 3 月第 1 次印刷

印 数 / 1 - 6000 册

书 号 / ISBN 7-80222-069-6 / G · 58

定 价 / 32.00 元

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 3 号楼 邮编: 100029

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

序言

人类的文明有四大发源地，即古代中国、古代印度、古代埃及和古代巴比伦，其他三个都先后衰落了，或者分裂成许多国家，惟独中华民族仍然屹立于世界的东方，这是为什么呢？其中一个重要的根由，就是中华民族优秀传统文化传统和传统美德的旺盛的延续力。没有文化传统和美德传统的民族，最终是要灭亡的。

所谓中华民族传统美德，是中华民族优秀民族品质、优良民族精神、崇高民族气节、高尚民族情感、良好民族礼仪的总和。

中华民族在五千多年的发展历程中，形成了代代相传的美德，如：敬业乐群、公而忘私的奉献精神；天下兴亡、匹夫有责的爱国情操；先天下之忧而忧、后天下之乐而乐的高尚志趣；自强不息、艰苦奋斗的昂扬锐气；富贵不能淫、威武不能屈、贫贱不能移的浩然正气；鞠躬尽瘁、死而后已的为政风范；厚德载物、道济天下的广阔胸襟；奋不顾身、舍生取义的英雄气概；大道之行、天下为公的社会理想，等等。

一个民族，没有振奋的精神和高尚的品格，不可能自立于世界民族之林。自古以来，中华传统美德就深深熔铸在以爱国主义为核心的团结统一、爱好和平、勤劳勇敢、自强不息的伟大民族精神之中。

中华民族历史悠久，中华文化源远流长，博大精深，中华传统美德更是绵延不断，经久不衰，世代相袭。德国著名的数学家、哲学家、微积分的创始人莱布尼茨说：“我们以前谁也不曾想到：在这个世界上还有比我们的伦理更完善，立身处世之道更为进步的民族存在。但事实上，我们却发现了中华民族了，它竟使我们觉醒了。”1988年1月，75位诺贝尔奖获得者在巴黎集会时“宣言”：“如果人类在21世纪生存下去，必须回头2500年，去汲取孔子的智慧。”可见，中华传统美德不仅是中华民族的瑰宝，也是全人类的精神财富。

中国文化，在先秦的代表主要是诸子百家，其中最突出的是儒、墨、道、法，其后是儒、佛、道三家。南怀瑾先生有一个形象的比喻，他说：“佛家是个百货

店，你去逛一趟也可以，不去也可以，买点东西也可以，不买也可以，随你便。道家是个药店，生了病才可以去。儒家是个粮食店，天天少不得的。”所以中国人大多是内道外儒或内圣外王。不管哪一家，其伦理道德的核心都是讲如何做人、立身、处世之道。

中华传统美德的核心是做人，人生的智慧也在于如何做人。做人的前提是立身，身都立不住，就谈不上做人了。做人从哪里体现出来呢？是处世。世能否处好，这就牵涉到立身，因为身是立在世中的。如此循环往复，不断提高自己，一个人的品德就日臻完善了。

中华传统美德具有生生不息、历久弥新的品质，是永不枯竭的道德教育资源。在面向现代化、面向世界、面向未来的每一个中国人身上，寄托着实现中华民族伟大复兴的希望。

.....

美德是石，敲出星星之火；

美德是火，点燃熄灭的灯；

美德是灯，照亮前方的路；

美德是路，引你走向黎明。

.....

韩彪

2006年2月于北京



目录

中华传统美德格言

目录

001 忠篇一

055 孝篇二

075 智篇三

141 勇篇四



美

德

书

209 礼篇五

255 义篇六

291 廉篇七

303 耻篇八



忠篇一

“忠”是忠于事业，忠于职守，忠于民族，忠于国家。

我们中华民族有着悠久深厚的爱国主义传统。热爱祖国，是中华民族的女儿千百年来凝聚起来的对自己祖国的一种深厚感情，是对祖国锦绣河山、悠久历史、灿烂文化无比热爱的终极情感，是关注祖国前途、维护祖国独立、誓死反击敌人侵略、积极参与祖国建设的一种强烈的义不容辞的责任感的最终体现。



(一) 热爱祖国

我们中华民族有着悠久深厚的爱国主义传统。热爱祖国，是中华民族的女儿千百年来凝聚起来的对自己祖国的一种深厚感情，是对祖国锦绣河山、悠久历史、灿烂文化无比热爱的终极情感，是关注祖国前途、维护祖国独立、誓死反击敌人侵略、积极参与祖国建设的一种强烈的义不容辞的责任感的最终体现。

【原文】

天下非一人之天下，乃天下之天下也。

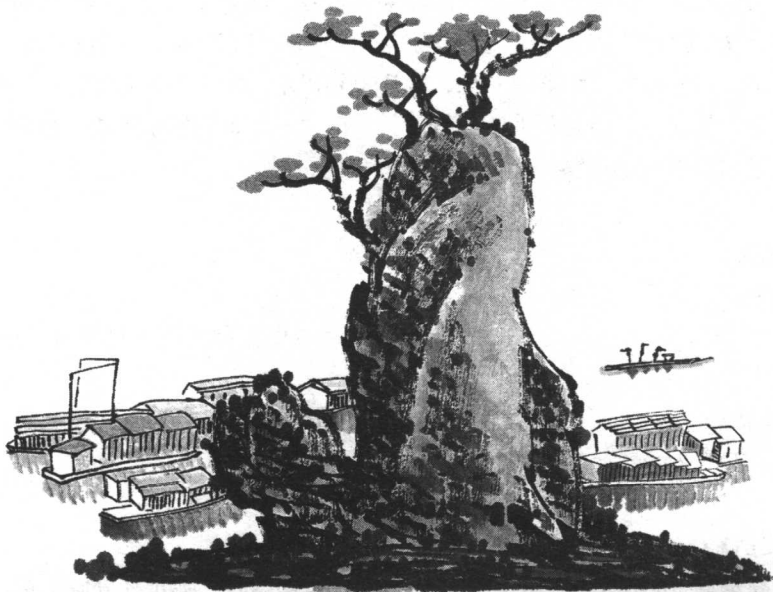
——（先秦）《太公六韬》

【译文】

国家不是一个人的国家，而是所有民众的国家。

【提示】

祖国养育了她众多的儿女，每个人的命运都和祖国有着千丝万缕的联系。



祖国的生存和发展是一切个人存在和发展的前提，祖国的命运和个人的命运不可分割。人们只有自觉地认识到自己与祖国的联系，才会认识和体验到自己对祖国义不容辞的责任，才能真正地迸发出炽热的爱国情感，为祖国服务，甚至献出宝贵的生命。在我们中华民族悠久的历史上，有许多优秀儿女，就已认识和体会到这种联系，他们创造了无数可歌可泣的爱国主义功绩，并使爱国主义情感巩固和发展起来，成为中华民族的光荣传统。

【原文】

寸寸山河寸寸金。

——（清）黄遵宪《赠梁任父同年》

【译文】

祖国河山秀美如画，土地肥沃，物产丰富，寸土寸金。

【提示】

1865年，由于英国、俄国的策划和入侵，我国的西北边疆出现了危机，新疆有被分割出去的危险。爱国将领左宗棠上书朝廷说：新疆是我国西北屏障，决不能放弃。如果不反击侵略，敌人会得寸进尺，国家将无宁日。我虽然老病在身，但仍可决心为国效命，收复新疆。清朝政府同意了。左宗棠率大军出了玉门关，长途跋涉，连续作战，很快收复了乌鲁木齐等城镇。俄国沙皇政府见形势不妙，又想割走中国大片领土。左宗棠命令部队马不停蹄，一鼓作气收复了新疆全境。后来俄国又想通过条约，永远占领伊犁。左宗棠反对签订这种卖国条约，亲自领兵到了新疆。他叫人抬着一口棺木，准备和侵略者决一死战。左宗棠为了祖国领土的完整，作出了不可磨灭的贡献。

【原文】

天下兴亡，匹夫有责。

——（明）顾炎武《日知录·正始》

【译文】

国家的兴衰存亡，每个老百姓都是有责任的。

【提示】

弦高是春秋时期郑国贩牛商人。当秦国入侵郑国时，他正在外做生意，听

到消息后心焦如焚，于是他急中生智，想出一条缓兵之计：一面派人向郑国报告，一面佯装犒劳、迷惑秦军。郑国国君接到弦高的报告，紧急布置城防，加强戒备。秦军只得连夜撤走。郑国因此渡过了一次危机。弦高凭借非凡的胆略和机智，以一颗爱国之心，计退秦师，保卫了国家的安全。而当郑穆公要奖赏他“存国之功”时，他却辞而不受。

【原文】

位卑未敢忘忧国。

——（南宋）陆游《病起书怀》

【译文】

虽然我地位卑微，也始终不敢忘记为国分忧。

【提示】

辛弃疾是我国南宋时期一位坚定的抗金志士和爱国词人。金军消灭了北宋之后，又连续不断侵犯南宋。在这样一个民族矛盾极其尖锐激烈的历史时期，辛弃疾始终站在爱国主义的立场上，坚持收复中原、统一祖国的抗战路线。由于投降派不断排挤他，使他被罢了官，闲居长达20年。然而，他的爱国精神和抗



战意志始终没有动摇。晚年，辛弃疾被重新起用，仍以饱满的热情和顽强的斗志，为实现北伐、统一全国贡献自己的力量。

【原文】

大丈夫处世，当为国家立功边境。

——（南朝·宋）范晔《后汉书·张奂传》

【译文】

大丈夫活在世上，应该为国家戍守边疆，建功立业。

【提示】

在我国长期的抗击外敌的战争史上，涌现出不少可歌可泣的爱国英雄。他们为了维护自己国家的利益，在战争中施展才华、浴血奋战、以身殉国，震撼华夏大地，载入史册、流芳千秋。

【原文】

男儿要当死于边野，以马革裹尸还葬耳。

——（南朝·宋）范晔《后汉书·马援传》

【译文】

男子汉大丈夫应当为国家戍守四方，死于边境，并以马革裹尸归葬为荣耀。

【提示】

东汉有个叫马援的将军，他为国征战，立下不少战功，被授予“伏波将军”的称号，可他从不居功自傲，总想为国家平定外敌的侵扰。他对别人说，男子汉大丈夫应该牺牲在边疆的战场上，用战马的皮裹着尸体回来安葬，才是大丈夫的归宿！怎么能贪图享乐，整天和妻子儿女难舍难分呢？马援六十多岁的时候，还领兵出征。就在这次战斗中，他在前线得了重病，死在军中，实现了他的夙愿。

【原文】

人聚则强，人散则弱。

——（清）魏源《默觚·治篇》

【译文】

人民团结，国家就强大，人心离散，国力就衰弱。

【提示】

世界四大文明古国中，惟独我中华民族的历史和文化的发展绵延不断，历久弥新，至今仍然屹立于世界的东方，始终保持着旺盛的延续力，并且还充满着勃勃生机和光辉的前景。这是什么道理？一个重要的原因就是，在几千年漫长的历史中，由数十个民族共同组成的中华民族，虽然其间曾有过矛盾和冲突，但在外敌压境面前总是互相支持，共同抵御外来的侵略，维护了中华民族的大统一和大团结，共同创造了光辉灿烂的中华民族的文化基业。虽然我们在近代衰弱了，但是我们民族的生命力依旧强盛，只要万众一心，道路正确，那么所取得的成就当不愧于我们祖先曾经拥有的辉煌。

【原文】

致君尧舜上，再使风俗淳。

——（唐）杜甫《奉赠韦左丞丈二十二韵》

【译文】

（我的职责就是）使我们的皇帝成为尧舜那样的明君圣主，让所有的老百姓



都得到安乐的生活。

【提示】

唐代伟大的诗人、“诗圣”杜甫的个人命运同祖国的命运始终紧密联系在一起。他热切地注视着时局的发展变化，其诗涉及国家生活中的军事、外交、内政各方面。读杜诗，如同欣赏一段段渗透了爱国激情的历史。热爱国家也使杜甫极端憎恨祸国殃民的各种贪官污吏、权臣军阀。他一生经历了唐玄宗、肃宗、代宗三朝，正是大唐帝国由盛转衰的时代，目睹了统治阶级的荒淫无耻和百姓的颠沛流离，愤恨之中写下许多揭露黑暗社会的作品。他用鲜明的对比“朱门酒肉臭，路有冻死骨”，有力地揭露了不平等的社会现实。高度的爱国精神，贯穿于杜甫的整个诗篇中。

【原文】

一心中国梦，万古下泉诗。

——（南宋）郑思肖《德祐二年岁旦》

【译文】

我一心梦想着朝廷收复失地，统一中华；那万古传诵的《下泉》诗中所表现出的境界，也正是百姓翘首企盼的。

注：《下泉》诗是《诗经·曹风》中的一篇，诗中有这样的句子：“芄芃黍苗，阴雨膏之，四国有王，邠伯劳之。”意思是说，想那太平盛世的时候，田间的禾苗有雨露的滋润，长得欣欣向荣。国家安定，有邠伯那样贤明的君主来关怀百姓，治理国家。

【提示】

南宋丞相文天祥被元兵俘虏了，被押解到元大都。文天祥长揖不跪，说：“今日天祥至此，有死而已，何必多言！”元世祖忽必烈却多方派人诱降。文天祥将劝降之人骂走。亡国皇帝赵昀进监去劝诱，文天祥连声说：“圣驾请回！圣驾请回！”文天祥在狱中小楼上作了许多诗篇，全都充满着“忠肝义胆”的“浩然之气”。他的《正气歌》更是显示了大义凛然的气概和宁死不降的决心。文天祥在狱中被关押了三年多，最终被杀害。他死后，人们发现他的衣带上系着一篇绝笔自赞，其中最后几句是：“孔曰成仁，孟曰取义，惟其义尽，所以仁至。读圣贤书，所学何事？而今而后，庶几无愧！”这首《衣带赞》充分反映了民族

英雄文天祥临危不惧、视死如归的民族气节。

【原文】

君子虽在他乡，不忘父母之国。

——（明）冯梦龙《东周列国志》

【译文】

君子即使远在他乡，也常常思念父母祖先的故居之地。

【提示】

唐代高僧玄奘长途跋涉，历尽千辛万苦，到佛教发源地天竺（今印度）去“取经”。在印度，他刻苦学习佛经，成为能精通 50 部经典的三藏法师，被公认为第一流的大学者。有一位国王准备为他建造 100 座寺院，希望他能留下来。然而，玄奘回国的决心并未所动，因为他思念着离开了近 20 年的祖国，于是他又一次经历千难万险，带着几百部佛教经典，回到了唐朝都城长安（今西安）。回国之后，他就专心翻译佛经，还把自己的所见所闻写成书，传给后代。在他



的努力下，中国的佛学有了很大提高。他翻译的佛经水平，至今没人能超过。

【原文】

苟利国家生死以，岂因祸福避趋之。

——（清）林则徐《赴戍登程口占示家人》

【译文】

如果能给国家带来利益，就全力去做，完全不会考虑自己的生死，就更不会有趋福避祸的想法了。

【提示】

我们中国人热爱祖国的感情有着笔墨难以形容的真挚和深沉。由于封建统治的腐朽，社会制度的落后，在清朝中期我们落后了；特别是鸦片战争之后，沦为半殖民地，受尽了外国侵略势力的侮辱和宰割。为了摆脱贫弱状态，重振东方古国的雄威，志士仁人们并不怨天尤人，自我沉沦下去，而是不计较个人利益，奋发图强，务实苦干。经过一代代人的努力，我们民族终获得了伟大复兴的机遇。

【原文】

疾风知劲草，板荡识诚臣。

——（唐）李世民《赐萧瑀》

【译文】

在大风来临之时，才能分辨出刚劲不屈的草；在国家动荡之际，才能显示出忠诚勇敢的大臣。

注：板荡，《诗经·大雅》有《板》、《荡》两诗，均刺周厉王无道，纲纪混乱，政局不安，后以“板荡”指社会动荡不定。

【提示】

南宋抗金名将岳飞，为了抵御女真贵族的掠夺和屠杀，维护民族的利益，坚决率兵进行正义的斗争，表现了强烈的爱国主义精神。他以精忠报国的决心，写下了气贯长虹的《满江红》，表达了他忠诚祖国，愿意扫平强敌、为国家报仇雪耻的志向。