

忠 孝 廉 悌 忍

The Book of Chinese Virtues

美德经典
给孩子
最美的教育

集萃五千年中华传统文化之精华
孕育未来中国的希望之光

中华美德读本

贰

蒙木 苍松 · 编著



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

中华美德读本

贰



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

中华美德读本. 2 / 蒙木, 苍松编著. --北京: 新世界出版社, 2013.7

ISBN 978-7-5104-4387-9

I. ①中… II. ①蒙… ②苍… 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152208号

中华美德读本·贰

策 划: 苍岩文化

作 者: 蒙 木 苍 松

责任编辑: 刘丽刚

特约编辑: 苍 松

责任印制: 李一鸣 黄厚清

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京市西城区百万庄大街24号 (100037)

发 行 部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总 编 室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版权部电话: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印 刷: 北京凯达印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 700mm × 1000mm 1/16

字 数: 255千字 印 张: 19

版 次: 2013年8月第1版 2013年8月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5104-4387-9

定 价: 35.00 元

版权所有, 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638



目录

第一目

自尊自律

采薇，采薇！	5
霸主齐桓公之死	6
嗟来之食，虽死不受	9
子思拒绝收礼	10
讳疾忌医	11
从谏如流 一鸣惊人	12
孟母教子	15
五十步笑百步	17
约法三章	18
司马迁“白璧无瑕”	19
天知、地知，你知、我知	20
一钱太守	22
挥泪斩马谡 诸葛亮自贬三级	23
周处除三害	26
吴隐之：饮泉明志	28
罪己诏	29
螾蜥传	31
义山十戒	32
黥面大将军	33
河豚妄肆	35



林积计还珍珠	36
发怒的蛤蟆，你威风吗？	37
不要随便摘路边的果子	39
借钱还钱	40
好模样 坏模样	42
一串铜钱	43

千古文章

相 鼠	45
原 毁	46
家 训	47
廉 耻	48
致沅弟书	49

第二目 坚毅勇敢

夸父逐日	55
刑天舞干戚	56
后羿射日	57
精卫填海	59
愚公移山	60
伍子胥灭楚	61
卧薪尝胆	64
毛遂自荐	66
看谁更勇敢？	68
荆轲刺秦王	69
生当作人杰，死亦为鬼雄	71
忍胯下之辱，成千秋功业	75



慕义死节，海岛传声	78
司马迁著《史记》	80
不入虎穴，焉得虎子	82
硬脖子：不让法律成空文	85
关云长刮骨疗毒	87
皇甫谧忍痛著医书	89
乘风破浪	91
字字看来皆是血 十年辛苦不寻常	92
郑和七下西洋	94
我自横刀向天笑	96
监狱与研究室的人生二重奏	98

千古文章

鱼与熊掌，不可得兼	101
养心语录	102
这样的战士	103
没有勇气不行	105
给盲童朋友	106

第三目 谦恭守礼

文王渭水遇子牙	113
周公一饭三吐哺	115
范武子崇礼弭盗	116
孔子师项橐	118
季札让国	119
魏文侯敬马贩	120
一碗羊肉汤和一壶稀饭	122



千金买骨	123
信陵君谦恭下士	125
孔融让梨	126
三顾茅庐	127
唐太宗纳谏	129
叶桂薛雪摘匾额	131
林白水崇礼感容庚	132
蔡元培尊学生为“先生”	134

千古文章

老子（节选）	136
礼记·礼运篇	139
诫兄子严、敦书	141

第四目 友爱乐群

管鲍之交	147
高山流水，千古知音	148
“足下”的来历	150
楚庄王绝缨宥臣	151
子发认错	153
马陵道	154
负荆请罪和刎颈之交	156
鸡鸣狗盗之徒	158
左伯桃舍身为友情	159
曹操火烧告密信	161
关云长封金挂印	163
荀巨伯冒死护病友	164



朱冲还牛	165
千匹绢	167
柳宗元以柳易播	169
范氏义庄	171
河额仑折箭教子	172
谋共和，章邹狱中共患难	174
李大钊救陈独秀	175
三邻舍	177
“好事做了一火车”	180

千古文章

得道多助 失道寡助	182
人生以择友为第一事	183
与人为善	184
说朋道友	185

第五目 爱国奉公

鲧禹治水	193
弦高犒师	195
晏子使楚	197
封豕长蛇	198
屈原怒沉汨罗江	200
苏武牧羊十九年	202
陶母封坛退鲊	205
“安得广厦千万间”	206
精忠报国	209
留取丹心照汗青	211



父子焚家救乡亲	213
两袖清风，社稷为重	215
戚家军和鸳鸯阵	218
最后一战	220
虎门销烟	222
救治国民的心灵	224
侨魂陈嘉庚	226
张自忠将军以死报国	228
闻一多拍案而起	230
从“娃娃博士”到“两弹元勋”	232

千古文章

岳阳楼记	234
呵旁观者文（节选）	235
遗 囑	239

第六目 热爱自然，敬畏生命

盘古开天辟地与女娲造人	245
网开一面与商汤革命	248
墨子破云梯	249
里革禁渔	252
牛山之木	253
庄周化蝶与濠梁观鱼	254
鲁侯养鸟	256
海 鸥	257
简子放生	258
谁为谁生？	259



放下屠刀 立地成佛	260
仁厚将军曹彬	261
梅妻鹤子	263
千年井 不反唾	265
永禁虎丘染坊碑	266
灌园叟晚逢仙女	267
追寻天鹅的姑娘	269
喜马拉雅山的黑雪	272
熊猫爸爸	274
可可西里	276

千古文章

首戒杀生	278
山水田园诗五首	279
爱莲说	281
识仁篇	282
白 鹅	283
新诗三首	287

第一目

自尊自律

克制和不作恶就是自律，俗话叫管得住自己。其实天下最难管的就是自己。克制是一切美德的基础。克制了私，就是公；克制了贪，就是廉；克制了懒，就是勤。

自尊，就是注意自己应有的尊严，把维护自己尊严化做动力，自信自强。广而言之，自尊，就是苏格拉底的教诲：认识你自己。自律就是守住这个自己，中国称之为赤子之心。



知人者智，自知者明。

——老子

士可杀，不可辱。

——《礼记》

知耻近乎勇。

——《中庸》

人必自侮，然后人侮之。

——孟子

人必其自爱也，而后人爱诸；人必其自敬也，而后人敬诸。

——（西汉）扬雄

勿以恶小而为之，勿以善小而不为。惟贤惟德，能服于人。

——（蜀）刘备

过而不能知，是不智也；知而不能改，是不勇也。

——（北宋）李觏

律己足以服人，量宽足以得人，身先足以率人。

——（北宋）林逋

不贵于无过，而贵于能改过。

——（明）王守仁

海纳百川，有容乃大。壁立千仞，无欲则刚。

——（清）林则徐

改造自己，总比禁止别人来得难。

——鲁迅

人不可有傲气，但不可无傲骨。

——齐白石



中国古代有一个极为重要的道德范畴，今天本该大讲特讲却被忽视了的，就是礼义廉耻的“耻”字。明末清初的顾炎武感慨世风，特地撰写了千古名文《廉耻》，他说：“廉、耻，立人之大节。盖不廉则无所不取，不耻则无所不为。”士大夫必须“行己有耻”，士大夫无耻，就是国耻，势必要败亡灭种的。

廉耻，相当于现代伦理概念中的自尊自律。孟子认为，人生而具有羞耻好恶之心。“耻”，本来写做“恥”，强调内心的感受；现在写做“耻”，歪打正着，倒也合了程朱理学为人有止的概念，不漂泊无依，要止于至善。留心自己的行为 and 举止，大家可以平和地在日常生活中做来，从小做来。

我们常说，如何如何你不脸红吗？不惭愧吗？“人要脸，树要皮。”在很多地方，不要脸，是很严重的骂人话。为什么呢？因为想了或者做了与自己身份不相称的事会脸红，这都是源于一种羞耻心、自尊心。我们经常会觉得脸红和羞涩的表情很美，因为它没有涎皮赖脸，一切来得自然而然，不虚伪矫饰。

注意维护这个羞耻之心，不断学会克制自己，很多不好的、将来要脸红后悔的事，坚决不做。我们必须知道哪些行为是可耻的，身边的事例如践踏小草、虐待小动物、随地吐痰、浪费水电、公共场所大声喧哗等都是可耻的。就大的方面来说，像“儿皇帝”石敬瑭、“不倒翁”冯道、卖国贼秦桧、巨贪和珅，更是可耻的。孟子一再强调“知耻而后勇”。我们不去做任何让自己感到可耻，或让自己陷入可耻境地的事情；如果遇到这类事，一定奋力抗争，这就是勇敢。侠义小说的英雄经常有句话：“大丈夫有所不为，有所必为。”也就是说，遇恶，能够悬崖勒马，改过迁善；遇善，能够“诗意地栖居”。

克制和不作恶就是自律，俗话叫管得住自己。其实天下最难管的就是自己。中国的老子、孔子、朱熹、王阳明，以及古希腊的苏格拉底，还有耶稣，讲的所有东西归根结底都是：管好自己。曾子是中国古代自律的典



型，他每天都要检讨自己：与别人共事是不是很忠诚？与朋友交往是不是讲信用？老师传授的知识是不是及时消化了？“吾日三省吾身。”荀子说人生下来不是什么好东西，之所以能成为君子，就是这个克制在起作用。这也就是说，克制是一切美德的基础。克制了私，就是公；克制了贪，就是廉；克制了懒，就是勤。

当然，凡事有度。这就是古代强调的“和”“中庸”。例如克制得过了火，就是苛刻。对人苛刻，就没有朋友；对自己苛刻就苦海无边了。自尊也是，它需要对自己有正确的判断，不能认为自己事事都不行，处处不如人，自怨自怜，陷入自卑；也不要过分地认为自己了不起，那就是自负了，以至于夜郎自大、螳螂当车、癞蛤蟆垫桌腿。自尊，就是注意自己应有的尊严，把维护自己尊严化做动力，自信自强。

广而言之，自尊，就是苏格拉底的教诲：认识你自己。自律就是守住这个自己，中国称之为赤子之心。这是相互一体的东西。荀子强调自律，孟子强调自尊，他们都是大儒，只是把儒家学说在两个方向上作各自的阐释而已。



采薇，采薇！

古往今来，中国古代有很多著名的隐士，伯夷、叔齐是其中最著名的。孔子、司马迁、韩愈等人都高度赞赏他们的仁德和高洁。饿死不食周粟，折射的是一个人永不屈服的生命尊严。

商朝末年，孤竹国的国君有两个儿子，哥哥叫伯夷，弟弟叫叔齐。国君很钟爱叔齐，想把王位让给他，伯夷知道父亲的心意，主动离开了孤竹国。叔齐知道这件事，他认为自己的才能和德行没有哥哥好，就想让哥哥做王，自己躲了起来。国君死后，孤竹人只好让他们的另一个兄弟做了王。

叔齐找到伯夷，告诉哥哥：“听说西岐的周文王尊老敬老、礼贤下士，咱们到那里去吧。”通往西岐的路很远，也很艰难。等他们千辛万苦地赶到西岐的时候，周文王刚刚死了，他的儿子周武王姬发掌权。周武王用车子拉着父亲的牌位，打着父亲的旗号，要讨伐纣王。伯夷、叔齐听说这件事后，便迎上周武王，拉住他的马缰绳，劝道：“父亲死了不下葬，却大

伐纣
述主
封聖
賢後
重氏
五教
克配
三后

武王





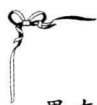
动干戈，去攻打别人，这能说是孝吗？作为臣子，要攻伐自己的君主，这能说是仁吗？”武王的将士听了这些话，非常生气，拔出剑，要杀他们。姜太公制止了冲动的将士，然后对周武王说：“这是很讲道德的义人啊。”

最后，武王伐纣取得胜利，周武王被尊奉为天子。但伯夷、叔齐一直认为周武王不仁不孝，做这种人的臣民是可耻的。他们不愿意吃周朝的粮食，就互相搀扶着到首阳山隐居下来，靠采一种叫做薇的野菜充饥。

一天，他们正在山上采薇，遇到一个打柴的妇女，那女人很奇怪有人竟靠吃这种野菜为生，就询问他们为什么会这样，他们讲了他们的故事和立场，那女人就说：“人家说，‘普天之下，莫非王土；率土之滨，莫非王臣。’这薇草，也是长在周王的山上，是周朝的野草啊！”伯夷、叔齐格登一激灵，此后他们连薇都不吃了。

饥饿中，他们一起唱着歌来鼓舞自己：“登彼西山兮，采其薇矣。以暴易暴兮，不知其非矣。神农、虞夏忽焉没兮，我安适归矣？于嗟徂兮，命之衰矣！”歌唱完了，他们也饿死在首阳山上。

霸主齐桓公之死



对于个人修养来说，应该多结交能给你带来帮助的益友、畏友，而不是那些只知道夸奖你的人。好的朋友，可以帮助你，监督你保持自尊，学会自律。治国也是这样，理应“亲贤臣远小人”。易牙、开方、竖刁三个小人都是没有自尊的人，任用他们，国家大乱是迟早的事。胡适说：“一个真正的开明进步的国家，不是一群奴才造成的，而是由有独立个性，有自由思考的人造成的。”





齐桓公在管仲、鲍叔牙的帮助下，顺应民心，励精图治，富国强兵，最后齐国“九合诸侯，一匡天下”，成为春秋的首富之国，齐桓公也成为春秋时期的第一位霸主。

辅佐齐桓公40年，呕心沥血的管仲老了。临终前，桓公来到管仲病榻前询问他，将来谁能够接替管仲的相位。管仲觉得桓公晚年有些骄傲，渐渐远离贤才而喜欢小人的阿谀，于是就没有直接说出自己的观点，而是准备先试探一下齐桓公的真正意图。就说：“知臣莫如君。您怎么看呢？”

齐桓公问：“你看易牙这个人怎么样？”他很宠幸易牙。易牙本来是齐桓公一个普通的臣子，他心狠手辣，野心很大。他知道，要爬上高位，国君的信任是不可缺少的，便想尽办法接近桓公。他有一手好的烹调技术，先是做了许多美味的菜肴，送给齐桓公的妃子卫姬吃，向卫姬讨好，求得接近桓公的机会。后来他竟杀了自己刚刚3岁的儿子，只是为了让桓公尝尝人肉的新鲜滋味。

管仲说：“杀掉自己的儿子来迎合别人，违背了人之常情。这样子的人怎么能靠得住呢？”

齐桓公又问：“你看开方这个人如何？”开方本来是卫国的公子，现在投奔齐桓公，为了侍奉桓公，连父亲去世都不回国奔丧，桓公对他信任有加。

管仲说：“开方舍弃了做千乘之国太子的机会，屈奉国君15年。千乘之国的封地，本来是大多数人所梦寐以求的，而他放弃了，来俯就国君，他心中所求的必定不止这千乘之国的封地。况且他破坏人伦，不讲父子情义，这样的人怎能真心忠于国君呢？”

齐桓公又问：“你说易牙、开方都不行，那么竖刁怎样？他宁愿把自己阉割了来侍奉寡人，这样的人还会对我不忠吗？”

管仲说摇摇头，说：“这种不爱惜自己的人，怎么可能爱人呢？不能爱人，又怎么能爱君？请主公务必疏远这三个人。”

齐桓公问：“这三个人在我身边已经很久了。为什么从前没听你说过的呢？”管仲说：“河岸的大堤挡着，洪水就不会失控。我管理政事的时候好比大堤，总能控制着他们，不让他们为非作歹。现在大堤要垮了，水就要