华夏传统文明教程

——传统道德教育实验用书

桑敬民　著

中央民族大学出版社

需要全本请访问 www.ertongbook.com

图书在版编目（CIP）数据

华夏传统文明教程/桑敬民著. —北京：中央民族大学出版社，2003.8

ISBN 7-81056-696-2

Ⅰ.华… Ⅱ.桑… Ⅲ.文化史-中国-高等学校-教材 Ⅳ.K203

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2003）第 066138 号

华夏传统文明教程

出　版　者：中央民族大学出版社
地址：中国北京中关村南大街 27 号　邮编：100081
电话：68472815　68932751　传真：68932447
印　刷　者：北京市朝阳区东方印刷厂
发　行　者：新华书店
开　　本：850×1168（毫米）　1/32
印　　张：12.5　字数：310 千字
版　　次：2003 年 9 月第一版　2003 年 9 月第一次印刷
书　　号：ISBN 7-81056-696-2/K·80
印　　数：1—3000 册
定　　价：16.00 元

版权所有　翻印必究（本社图书如有印装错误，负责调换）

目 录

道德文明建设的新时代（前言） …… （1）
绪论 伟大的华夏文明 …… （1）
一、华夏文明的起源 …… （1）
二、道德传统的形成 …… （3）
三、道德传统的内涵 …… （9）
四、华夏文明的历史命运 …… （12）
第一章 睿智哲理 …… （23）
第一节 遵天之道 …… （23）
一、天道自然 …… （23）
二、遵天之道 …… （27）
三、阴阳五行 …… （28）
四、周期变易 …… （30）
第二节 天人合一 …… （33）
一、整体思维 …… （33）
二、三才之论 …… （35）
三、天人合一 …… （37）
第三节 中庸之道 …… （41）
一、中庸之源 …… （42）
二、中庸内涵 …… （43）
第二章 政治哲理 …… （50）
第一节 社会治理 …… （50）
一、社会与政治 …… （50）
二、政治哲理 …… （53）
第二节 为政方略 …… （63）

一、为政以道 …… (63)
二、为政以德 …… (65)
三、为政以法 …… (71)
四、为政以术 …… (76)
第三节 史治之鉴 …… (82)
一、历史之鉴 …… (83)
二、为政通则 …… (91)
三、综合兼用 …… (93)
第三章 教育与文化 …… (97)
第一节 教学为先 …… (97)
一、教育之源 …… (97)
二、有教无类，安学亲师 …… (99)
三、大学之教 …… (103)
第二节 道德文化 …… (110)
一、蕴含道德的文字 …… (110)
二、昭示道德的历史 …… (112)
三、教化道德的诗辞 …… (115)
四、塑造心灵的音乐 …… (117)
五、修心正气的书法 …… (121)
六、涵育道德的绘画 …… (123)
七、立德于言的文章 …… (126)
第四章 传统伦理 …… (129)
第一节 伦理溯源 …… (129)
一、人伦之源 …… (129)
二、伦理的意义 …… (131)
三、伦理的演化 …… (134)
第二节 家庭伦理 …… (140)
一、男女有别 …… (140)

二、夫妇有恩……（141）
三、父子有亲……（143）
四、长幼有序……（146）
第三节 社会伦理……（147）
一、主从之道……（147）
二、朋友之信……（149）
第五章 传统道德……（151）
第一节 传统的道德思想……（151）
一、道德的内涵……（151）
二、道德的意义……（155）
第二节 传统道德范畴……（160）
一、道德范畴……（160）
二、道德范畴之间的辩证关系……（165）
第三节 传统的道德教育……（169）
一、人性之论……（169）
二、道德之基……（174）
第六章 立德修行……（179）
第一节 太上立德……（179）
一、德本得末……（179）
二、天佑德者……（180）
三、积德修行……（181）
第二节 立德觉心……（183）
一、觉心以悟……（184）
二、尊道贵德……（188）
第三节 笃志修行……（190）
一、勤而行之……（190）
二、难行能行……（194）
三、修而乐之……（208）

需要全本请访问 www.ertongbook.com

第七章 人与自然……（209）
第一节 自然和谐……（209）
一、天地自然……（209）
二、自然道静……（213）
第二节 天人和谐……（215）
一、道法自然……（215）
二、遵道有为……（217）
二、天人相和……（219）
三、身心和谐……（225）
第三节 生态伦理……（229）
一、生态自然……（229）
二、保护自然……（231）
三、生态伦理……（235）
第八章 儒家伦理……（238）
第一节 儒家人物简介……（238）
一、儒家思想的创始人——孔子……（238）
二、孔门弟子……（240）
三、儒家的继承者……（243）
四、后世儒家……（244）
第二节 儒家思想简介……（248）
一、儒家思想的起源……（248）
二、儒家的思想内涵……（249）
三、儒家思想的历史作用……（256）
第三节 儒家经典简介……（262）
一、《四书》简介 ……（262）
二、儒家经典《五经》……（266）
第九章 道家哲理……（296）
第一节 道家人物简介……（296）

一、道家始祖——黄帝……（296）
二、道家的奠基人——老子……（297）
三、相对论大师——庄子……（298）
四、黄石公……（299）
五、魏伯阳……（300）
六、张道陵……（301）
七、葛洪……（301）
八、谭峭……（302）
九、王重阳……（303）
十、丘处机……（303）
第二节 道家思想综述……（304）
一、道家思想的起源……（304）
二、道家思想的特点……（305）
第三节 道家经典简介……（310）
一、《黄帝阴符经》……（310）
二、《老子》……（312）
三、《庄子》……（316）
四、《黄石公素书》……（321）
五、《化书》（节选）……（324）
第十章 佛家心理……（330）
第一节 佛家人物简介……（330）
一、佛教创始人——释迦牟尼……（330）
二、十大弟子……（334）
三、四大菩萨……（337）
第二节 佛家思想综述……（339）
一、佛教的流传……（339）
二、六祖慧能……（346）
三、佛教的基本思想……（348）

四、中国的佛家心理学——禅宗……（355）
第三节 佛家经典介绍……（363）
一、《四十二章经》……（365）
二、《心经》……（367）
三、《金刚经》……（368）
四、《六祖坛经》……（371）
第四节 佛教在中国……（377）
一、佛教的传入……（377）
二、佛教与中国文化……（381）
后 记……（385）

道德文明建设的新时代（前言）

精神是民族的生命，文化是精神的体现，道德是文化的灵魂。精神、文化和道德是文明的基本要素。文明的传递是任何一个民族生存与发展的内在因素。任何一个强大的民族必然有着强大的精神文明。因此中华民族在走向辉煌的历史过程中必须得有强大的精神文明作为动力。

直到20世纪末，中国的传统文化又被赋予了新的生命力。江泽民在十六大报告中明确指出："民族精神是一个民族赖以生存和发展的精神支撑。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。在五千多年的发展中，中华民族形成了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。我们党领导人民在长期实践中不断结合时代和社会发展的要求，丰富着这个民族精神。面对世界范围内各种思想文化的相互激荡，必须把弘扬和培养民族精神作为文化建设极为重要的任务，纳入国民教育全过程，纳入精神文明建设全过程，使全体人民始终保持昂扬向上的精神状态。"现在中国人民在十六大精神的鼓舞下开始加速奔小康；在党中央的文化战略中，继承和弘扬中华民族优秀的传统文化成为重要的战略举措。

桑敬民撰写的《华夏传统文明教程》正是在这样的历史背景之下完成的。这是她多年兢兢业业教学和日以继夜研究的结晶，是她对于当代学子的无私奉献。应当说，撰写这部教程是有很大难度的，有许许多多的理论难点，还一时难以廓清。事实上要使当代大学生认同、理解和接受传统文明，确实不是一件很容易的事情。

传统文化是世代相传的思维方式、价值观念、行为准则和风俗习惯。它既有强烈的历史遗传性，又有鲜活的现实变异性。它铸造了一个民族的性格，形成了一个民族的历史，决定了一个民族的未来。

中国的传统文化是人类文明的宝贵财富。它以智慧的哲学思想、独特的语言文字、浩瀚的文化典籍、奥妙的科技工艺、精湛的文学艺术、绝妙的建筑风格、融会的宗教文化、完备的道德伦理……使中华民族傲然屹立于世界的东方，同时又影响了世界文明的发展进程。

今天我们的任务是在理论上弄懂弄通传统文化的内涵；在教材上整理出传统文化的优秀内容；在教学中展示出传统文化的道德风采；在思想上弘扬传统文化的人文精神。使年轻的大学生们从理论上弄懂，到心理上认同，再逐步落实到身心的修养，积极参加振兴中华的社会实践，从而肩负起复兴中华的伟大重任。

自1840年以来中华民族沦入苦难境地，无数革命烈士前仆后继，为中华民族的独立复兴奋斗了一百多年。以毛泽东为首的中国共产党把马列主义与中国革命的具体实践相结合，把中华民族优秀的传统文化与现实的革命斗争理论相结合，从而创立了伟大的毛泽东思想。正确的理论一旦武装了人民群众，就会产生翻天覆地的伟大力量。伟大的中国人民经过艰苦卓绝的斗争，终于站了起来。

百年以来的历史事实使中国的思想界对于传统文化是破，还是立？是批判，还是继承？是继承的批判，还是批判的继承？怎么去其糟粕?怎么取其精华?对于西方文化是吸收?还是排斥?……一直在进行无止无休的争论。争论的原因是人们在思维方式上，在思想观念上，在理论内涵上有着巨大的差异和困惑。问题的解决在于提高思想界自身的人格素质和理论思维能力。没有高尚的人格素质，没有一定的理论思维能力，仅靠争论是不能解决问题的。

现在十六大精神已经指明了研究方向。我们的主要工作就是踏踏实实地在传统文化中钻研进去，认认真真地把精华整理出来，向青年学子进行宣传、教育、普及，使优秀的传统文化在中华民族的复兴事业中发挥巨大的作用。

祝愿桑敬民同志撰写的《华夏传统文明教程》在建设有中国特色的社会主义文化中，在引导当代学子跨进中华民族优秀传统文化的神圣殿堂中，奉献自己的力量。

北京东方道德研究所　王殿卿

2002 年 12 月 31 日

需要全本请访问 www.ertongbook.com

绪论　伟大的华夏文明

中华民族是世界上最古老、最文明、最高尚、最有道德的民族。华夏文明是世界上最悠久、最有生命力、最有精神凝聚力的文明。

一、华夏文明的起源

我们从世界历史的演化过程中发现，曾经辉煌显赫的古文明大国都诞生在北半球的暖温带。在生产力极其低下的远古时代，在极寒和极热的地带上，人类的精神被迫去应付炎热和冰雪，不可能给自己建造一个文化的精神世界。为此黑格尔说："历史的真正舞台所以便是温带，当然是北温带，因为地球在那儿形成了一个大陆。正如希腊人所说，有着一个广阔的胸膛。"① 所以人类的文明注定在北半球的温带诞生是自然的、必然的、不可抗拒的。

在北半球的温带诞生灿烂文明的另一个条件是由大河流域造就的平原。举世文明的四大文明古国就都诞生在北温带大河之畔。黑格尔说："属于这种平原流域的有中国；印度河和恒河所流过的印度；幼发拉底河和底格里斯河所流过的巴比伦；尼罗河所灌溉的埃及。在这些区域里发生了伟大的王国，并且开始筑起了大国的基础。"② 我们中国就是由北温带的黄河、长江所哺育的文明古国。

（一）华夏文明的地理基础

黑格尔说："助成民族精神的产生的那种自然的联系，就是地

① 黑格尔：《历史哲学》第124页，三联出版社1956年12月。
② 黑格尔：《历史哲学》第133页，三联出版社1956年12月。

理的基础。”① 华夏文明奠基于它独特的地理环境。中华大地的面积几乎和欧洲相等。东面是世界上最大的太平洋，西面是世界上最大的青藏高原，南面是亚热带的丛林，北面是蒙古高原。在这广阔的土地上，长江、黄河哺育的中原大地造就了世界上最古老而辉煌的华夏文明。

中华民族不仅创造了悠久而道德的华夏文明，而且能隔绝西方文化独立发展五千年。这一点实在令西方人感到惊奇而不可思议。黑格尔说：“这个帝国早就吸引了欧洲人的注意，虽然他们听到的一切都是渺茫难凭。这个帝国自己产生出来，跟外界似乎都是毫无联系。这是永远令人惊异的。”② 造成这种局面的首要原因是地理环境。在生产力相当低下的古代，中国人不可能东渡大海、西越喜马拉雅山、南跨热带丛林，北进西伯利亚。是天然的地理环境使西方人不知道中国，而中国却能隔绝于西方独立发展。其次是生产方式。中国在亚洲的东部，土地肥沃，资源丰富，四季分明，雨量充沛。在长江、黄河冲击而成的广阔平原中，形成了以农业为基础的自给自足的自然经济。为此，中国人热爱家乡，留恋故土，形成了独特的心理特征，并能够独立发展五千多年。同时在中华人民共和国成立以后，仍然能够打破西方列强对中国长达三十多年的军事包围和经济封锁，并在自力更生、艰苦奋斗的精神下建立了独立的工业基础、农业基础和国防基础。从而在一九七二年，以大国的姿态恢复了联合国常任理事国的地位，又以巨人的步伐迎接改革开放，以强国的姿态跨进 21 世纪。

（二）华夏文明的人文基础

华夏文明的源头就在黄河环绕的黄土高原。在远古时期，大河清澈、森林密布、生态良好、四季有序、风调雨顺。这里诞生了华夏的三皇圣祖，五帝贤人。这里有昊昊青天，深深厚土。在

① 黑格尔·《历史哲学》第 123 页，三联出版社 1956 年 12 月。
② 黑格尔：《历史哲学》第 162 页，三联出版社 1956 年 12 月。

秦川八百里的平原上托起了华夏的泱泱大国。中国的盛世王朝在这里建都，华夏的道德文明从这里发源。可以说华夏文明是以黄河为中心而演化成的文化体系。人们把黄河称为华夏儿女的母亲河的原因何在呢？

首先，黄河流域处在北半球的暖温带。这里四季分明、寒暑有序、土地肥沃、物产丰富，构成了农业生产的天然基础。所以，伏羲在这里创八卦，神农在这里尝百草，轩辕在这里创文字。人文初祖黄帝之陵就建在黄土高原的桥山之下。正是这里的昊天厚土养育了华夏的文明。

其次，黄河两岸的人民培养了华夏文明。这里不像塞北那样寒冷、不像江南那样秀丽、不像海洋那样无情。人们在四季有序的变换中，感受到苍天的守信；在昊天厚土的养育中，感受到大地的宽厚；在艰苦的生存环境中，感受到自己顽强不屈的意志；在辛勤的农业劳动中，感受到“一分耕耘，一分收获”的真谛。正是艰苦的自然环境，使人感受到团结的力量；在天地无私的感召下，感受到与人为善、睦邻友好的乐趣。这里的黎民百姓对天地有着深情厚谊。他们勤劳、节俭、刚毅、质朴、宽厚、豁达、坚贞、顽强。周文王从西歧兴起，秦王朝由这里兴旺，汉王朝由这里奠基，隋唐在这里称雄。八卦中，这里为乾位；八门中，这里为开门；丝绸之路由这里起步；华夏文明在这里奠基。这里是华夏文明的发源地，由此形成了经久不衰的道德文明。

二、道德传统的形成

华夏文明的核心就是——道德。道德传统的形成有两个必不可少的条件：一个是人格榜样；另一个是文化基础。没有人格榜样，道德就没有精神支撑。没有文化基础，道德就没有心理认同。不能形成传统的道德是没有生命力的，是不能长久的。

（一）百世之师

华夏先祖都是品德高尚，聪明睿智的人生楷模。孟子说："圣人，百世之师也。"[①] 就是说，人格高尚、德高望重的圣贤之人乃是华夏民族的百世之师。

1. 三皇五帝

三皇指的是伏羲氏、神农氏和轩辕氏。伏羲氏又称庖牺氏，是华夏文明的奠基人。他经常仰观天文，俯察地貌，近观鸟兽鱼虫与周围环境的关系。一天，一匹龙马从黄河中跃出。伏羲根据马背上的旋毛，画出了著名的《河图》。他根据《河图》，再结合长期观察自然的经验，经过冥思苦索，发明了举世闻名的"阴阳八卦"，并提出了金木水火土五行相生相克的思想。阴阳五行的学说就成为华夏文明的总源头，并融会贯穿于中华文化的各个领域之中。

伏羲去世以后，神农氏兴起。他砍伐木头制作农具，教天下百姓种植庄稼，为此被尊为神农。"神农尝百草"就是他亲自实践的光辉典范。在农业和手工业的基础上，又组织了集市贸易，招天下之民，聚天下之货以进行交易。因此，神农是华夏以农业为基础的奠基人。

神农的后裔衰败以后，轩辕兴起。当时的政局是战争连绵、民不聊生。轩辕氏便振兵习武，与神农氏的后裔战于阪泉之野，与蚩尤战于涿鹿之野，统一天下之后被尊为天子。轩辕统一华夏以后，建立了南至交趾、北至幽燕、东至大海、西至大漠的中华大帝国。他组织民力劈山通道以巩固强大而统一的国家；他发展农业，驯化鸟兽，种桑养蚕，组织集市以发展经济；他起用人才、发明文字、整理八卦、推演历法、总结兵法战策及《奇门遁甲》以发展文化；他发明车船、制造弓矢、建筑房屋以利天下。从此中

[①]《孟子·尽心章句下》。

华民族有了文字和历法，结束了结绳记事的蒙昧状态，跨进了有文字可考的文明时代，所以轩辕被尊为人文初祖。

根据司马迁的《史记》，五帝指的是黄帝、颛顼、帝喾、唐尧、虞舜[①]。黄帝就是轩辕氏。姓公孙，生在轩辕丘，长在姬水，又姓姬。按五行理论，土色为黄。他成为天子之后，以土为德，故称黄帝。他娶嫘祖为正妃，生二子玄嚣和昌意。嫘祖是种桑养蚕、缫丝纺织之祖。黄帝去世后葬在陕北的桥山，即现在的黄帝陵。

颛顼名高阳，是昌意之子。他沉静有谋，通达知事，造材任能，节制有为，制定规则，实施民众的教化。故天下太平，人民安泰。

帝喾名高辛，是玄嚣之孙。据说是生而神灵，自言其名。其聪以知远，明以察微，顺天之意，知民之急，任而有威，惠而有信。高辛为政，风调雨顺，万民康乐。

唐尧名放勋，是高辛之次子。其仁如天，其智如神，就之如日，望之如云，富而不骄，贵而不矜，以德为治，万民威服。晚年时，自知其子丹朱顽劣，不堪帝位，经过大臣举贤，从平民中提举了虞舜。为了考察舜的能力，把九子交舜管教，嫁二女与舜为妃。以后又命他掌管教育，治理百官。其后命他入深山大泽，见他在风雨雷电的侵袭下安然而出之后，让他摄行天子之政。舜摄政后，巡狩全国，调查研究。回朝之后，立法行罚，整顿朝纲，放逐恶臣，起用贤能。尧考察虞舜 20 多年以后荐之于天；避位 28 年以后命舜执政。为此尧对舜和丹朱说："终不以天下之病而利一人。"[②] 他没把帝位给自己的儿子丹朱，而为天下的民众选拔了虞舜。唐尧是华夏历史上的道德先祖，天下为公的人格典型。唐尧去世三年后，在民众的拥戴下，虞舜继位为天子。

虞舜名重华，是颛顼的六世孙。其父瞽叟是个盲人，其继母

① 司马迁·《史记·殷本纪》。
② 司马迁：《史记·殷本纪》。

狠毒暴戾，其异母弟象傲慢顽劣。舜在家中备受虐待，多次险遭杀害。为了家庭的和睦，他一直勤劳忍耐。后被逐出家门，在历山耕种，在雷泽捕鱼，在河滨制陶。受其影响，周围的村民邻居都变得谦恭礼让，真诚不欺。虞舜行处，一年成村，二年成镇，三年成邑。其德如天，闻达于尧。自从娶尧之二女娥皇、女英为妃后，日子红红火火。其父和弟欲谋害于他，先是让他上房修缮，然后抽梯纵火；后又让他下井疏浚，然后落井下石，虞舜都设法逃脱。当舜代摄天子政时，巡狩全国，了解民情，然后立法行威，惩罚了一批权贵。其中就有九年治水不成的鲧。严惩了鲧，又重用其子伯禹。这就是虞舜光明坦荡、天下为公的磊落品格。如此用人，古今罕见。虞舜也深知其子商均不肖，乃推荐伯禹为天子。虞舜践帝位 39 年，巡狩南方，逝世于广西苍梧之野，葬于湖南九嶷山下。纵观历史，尧舜确是“天下为公”的楷模。毛泽东也赋诗赞颂：“春风杨柳万千条，六亿神州尽舜尧。”

2. 禹汤文武

大禹名文命。其父鲧乃颛顼帝之子。当尧为帝时，洪水浩浩滔天。鲧负命九年治水失败，被舜殛于羽山。而舜又秉公重用鲧之子伯禹。禹出以公心，不怀私怨，兢兢业业治水 13 年，三过家门而不入。与民同甘共苦，治理水患。当时有龟出于洛水，禹根据龟背的花纹而整理出《洛书》。由之五行学说有了理论上的叙述。治水成功之后，舜推荐禹为继承人。17 年后，舜逝世，3 年之后大禹被拥戴为天子，10 年以后，东巡狩至会稽而去世。禹把天子之位让于皋陶，皋陶早逝，又让位于益。3 年之后，益让位于禹之子启，于是夏王朝建立。

成汤是殷契的八世孙。殷契之父为帝喾。殷契因辅佐大禹治水有功被任命为司徒，从事人伦道德的教育，被舜帝封于商。成汤之兴，本于道德。一次他出城之后，见猎人四面张网捕猎，便劝其撤除三面。为此天下臣民都说：“汤的德太高尚了，恩泽及于

需要全本请访问 www.ertongbook.com