

中华传统美德教育

山东人民出版社·济南
国家一级出版社 全国百佳图书出版单位



目 录

爱国篇 / 1

敬业篇 / 17

诚信篇 / 33

友善篇 / 48

孝悌篇 / 63

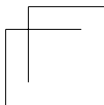
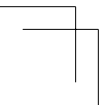
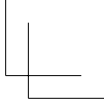
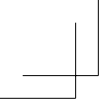
勤俭篇 / 78

自强篇 / 93

坚毅篇 / 107

担当篇 / 124

正义篇 / 138





爱国篇

“你是中国人吗？你爱中国吗？你愿意中国好吗？”这是在1935年9月17日南开大学新生开学典礼上，张伯苓老校长发出的触及灵魂的三问。这三问穿越历史的长河，到今天依旧值得我们每一个人深思，尤其对我们青年学子来说，爱国更是非常重要的一个问题。

一、什么是爱国

“爱国”一词，最早出现于《战国策·西周》：“……周君岂能无爱国哉？”周君，是指周天子。意为：周天子难道不热爱自己的国家吗？爱国，在不同的朝代、不同的历史时期，具有不同的社会内容和时代特征，是中华民族在几千年的历史长河中巩固和发展起来的最重要的传统，是作为一种正义的极具凝聚力的思想从古至今一脉传承的。

简单来讲，爱国是指个人或集体对祖国的一种积极和支持的态度。在现阶段，它是公民基本道德规范，也是社会主义核心价值观最主要的部分，是从个人行为层面对社会主义核心价值观基本理念的凝练。它是基于



个人对自己祖国依赖关系的深厚情感，也是调节个人与祖国关系的行为准则。它同社会主义紧密结合在一起，要求人们以振兴中华为己任，促进民族团结，维护祖国统一，自觉报效祖国。

二、为什么要爱国

古人云：“天下兴亡，匹夫有责”。国家的兴盛与衰亡，每一个老百姓都有义不容辞的责任。爱国在一定程度上是保证人的生存自由权利的需要。社会主义制度下的爱国的内涵与以往相比发生了质的变化。封建时期的统治者强调人们要爱国，但本质是维护自己的统治地位，是一种忠君思想的体现。社会主义制度下，国家的一切权力属于人民，人民是国家的主人。陶行知先生说：“国家是大家的，爱国是每个人的本分。”

1. 爱国是源于我们生存的基本需要，反映了个人对祖国的依存关系。每个人来到这个世界，不只是独立的个体，更需要作为社会人生存其中，都要获取生存发展的物质条件，都要寻求慰藉心灵的精神家园，这一切首先得之于祖国。有国才有家，有家才有我，国家是我们的寄托，个人的命运和国家的命运紧密联系在一起，任何一个人都无法置身事外，独善其身。2020年初，新型冠状病毒感染的肺炎疫情在武汉爆发，并很快影响到全国各地。全国各族人民无论地域，不分职业，无关年龄，不涉性别，上下一心，休戚与共，共同抗疫。在这场特殊的战斗中，国家勇于担当，个人甘于奉献，终于取得重大战略成果。

2. 爱国是一种精神，是中华民族千百年来传承不断的精神支柱。在漫漫历史发展的进程中，中华民族表现出了强大的生命力。中华文明作为人类历史上唯一没有中断的文明，其中一个原因就是千百年来各个朝代深深融入民族意识之中的爱国主义优良传统。在中国特色社会主义进入新时代的今天，爱国精神仍是永恒不变的主旋律，它化为推动中国历史前进的强大力量，成为鼓舞中华民族艰苦奋斗、继往开来的重要精神支柱。

3. 爱国始终是维护祖国统一，维系民族团结的纽带。五十六个民族，五十六朵花。远古时代，中华各族人民的祖先就劳动、生息、繁衍在中华大地上，共同为中华文明和建立统一的多民族国家贡献自己的聪明才智。无数的史实已经证明，“国家统一、民族团结，则政通人和，百业兴旺；国家分裂、民族纷争，则丧权辱国，人民遭殃”。爱国凝聚着中华儿女的民族精神，团结统一代表了中国各族人民的共同心愿，也是中国社会历史的发展方向。

4. 爱国是实现中华民族伟大复兴的中国梦的动力。“雄关漫道真如铁”，是近代中国的真实写照。两次鸦片战争、甲午战争、八国联军侵华战争……均以失败告终，祖国陷于风雨飘摇之中。无数爱国志士发愤图强，开始了对国家前途和民族命运的探索和追寻。危急时刻，中国共产党领导中国人民经过艰苦卓绝的长期奋战，建立起人民民主专政的新中国，为中华民族伟大复兴的中国梦奠定了坚实的基础。今天的“道路自信、理论自信、制度自信、文化自信”，是中国人民精神状态的真实展现，爱国主义在推动祖国的全面发展和进步方面，发挥着越来越重要的作用。

5. 爱国是实现人生价值的力量源泉。罗曼·罗兰曾说过：“生命不是一个可以孤立成长的个体。它一面成长，一面收集沿途的繁花茂叶。”这成长的过程，就是实现人生价值的过程，而价值的实现，离不开对祖国的热爱。宁肯饿死也不食美国救济粮的朱自清，拒绝优厚待遇毅然回国的施一公，身患渐冻症仍奋战前线的张定宇……他们心系祖国，在祖国的土地上实现了自己的人生价值。诚如施一公所言：“虽然北京的空气还有污染，虽然中国的科技体制还不完美，虽然国内的文化氛围还不够宽容，但这里是你的家，你的祖国，这里有你血脉相连的父老乡亲，他们对你充满了期望。而中国面临的问题和困难，也正为施展你的才能提供了最好的舞台！”



三、大学生勇担爱国使命

爱国作为一种高尚情操，不应只是挂在嘴边，更应体现在实际行动中。回顾古今中外，大学生在历史舞台上都发挥着重要的作用，而当代大学生是祖国的未来和民族的希望，是实现我们伟大的中国梦的中坚力量，更应勇担爱国使命，做新时代具有远大理想和坚定信念的爱国者。

首先，要爱我们的土地。祖国这片土地承载着我们人类过去和现在的所有活动。上古时代，我国有“社稷祭祀”制度，迄今已经历了近600年岁月沧桑的北京故宫社稷坛，就是明清时期祭祀社神、稷神的祭坛，在祭坛的最上层铺着五色土，土即代表社稷。国土不仅是一个国家和人民的生活场所和生产基地，也是国家和人民赖以生存和发展的基础。皮之不存，毛将焉附？1931年9月，日军发动全面侵华战争，中国大地满目疮痍，中国的现代化进程硬生生被打断。“还我河山”的坚定信念支撑着每个英雄儿女浴血奋战，并最终赢得了抗日战争的伟大胜利。正是无数先辈们抛头颅洒热血捍卫了祖国领土的完整，才使得后来者在祖国这片土地上尽情施展才华，实现自己的梦想。

其次，爱我们的人民。人民是国家的一个重要组成要素，人民群众是社会物质财富和精神财富的创造者，是社会变革的决定力量。“民惟邦本，本固邦宁”“天下顺治在民富，天下和静在民乐，天下兴行在民趋于正”，古人尚且明白这些浅显的爱民道理，何况我们现代人？每一位爱国者，都应把人民的利益放在第一位，坚持“以人民为中心”的发展理念，了解人民所思所想，最终着眼于人民的幸福。“时代是出卷人，我们是答卷人，人民是阅卷人”，用心呈上一份令人民满意的答卷，是一种更高境界、更高层次上的爱国。

再次，爱我们的文化。据专家考证，“文化”是中国语言系统中古已有之的词汇。人类由于共同生活的需要才创造出文化，而中国文化是中华民族在长期历史发展中的伟大创造物，带着鲜明的民族烙印，凝聚着国人的

智慧和力量。“楚虽三户能亡秦，岂有堂堂中国空无人”的报国之志，“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”的民族气节，“黄沙百战穿金甲，不破楼兰终不还”的英雄壮举，“何时眼前突兀见此屋，吾庐独破受冻死亦足”的忧国忧民情怀，无不牵动着国人的爱国情思。一个中国人，但凡受着这文化的熏陶，不管身居何处，心里都会装着家国天下，都会清醒地认识到自己作为一个中国人的责任与担当。

最后，要努力学习，不断提高自身综合素质。“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”已不符合时代的发展需求。作为大学生，在刻苦学习文化知识和技能的同时，也应多参加学校组织的第二课堂活动，多参加社会实践活动，多关注国家大事，做好职业规划，培养与时代发展相适应的素质和能力，时刻心系民族、心系国家、心系人民，把人生理想融入国家和民族的事业中，以实际行动和贡献，努力履行爱国义务。

经典名句

利于国者爱之，害于国者恶^①之。

——《晏子春秋》

注释：

①恶(wù)：憎恨，厌恶。

解读：

这句话是晏子在劝谏齐景公滥赏无功之人时说的话。原句全文是“昔者三代之兴也，利于国者爱之，害于国者恶之，故明所爱而贤良众，明所恶而邪僻灭，是以天下治平，百姓和集”，意思是“当年夏商周三代兴盛



的时候，君主喜欢那些对国家有利的人，而厌恶那些对国家有害的人。因为君主的好恶非常明确，所以贤良的人越来越多，奸邪的人越来越少，这样才会天下太平、百姓安乐”。

2020年7月21日，习近平总书记主持召开企业家座谈会时，对这句话做了新的引申。他勉励广大企业家要有家国情怀，对国家有利的人或事，我们都应该喜爱和欢迎；对损害国家利益的人或事，则都应当憎恨和反对，把自身事业与祖国的前途命运紧密地结合起来。这是新时代的“利于国者爱之，害于国者恶之”。

臣心一片磁针石^①，不指南方^②不肯休。

——[宋]文天祥《扬子江》

注释：

①磁针石：即指南针。

②南方：这里指南宋王朝。

解读：

以“磁针石”比喻忠于宋朝的一片丹心，表明自己一定要战胜重重困难，回到南方，再兴义师，重整山河的决心。“臣心一片磁针石，不指南方不肯休”，表现了文天祥不辞千难万险，赶到南方去保卫南宋政权的决心。忠肝义胆，昭若日月。真实地反映了作者对祖国的坚贞和热爱。

寄意寒星^①荃^②不察，我以我血荐^③轩辕^④。

——鲁迅《自题小像》

注释：

①寄意寒星：这里的寒星从“流星”转化而来。寄意寒星，是说作者当时远在国外，想把自己一片爱国赤诚寄托天上的寒星，让它代为转达于祖国人民。

②荃(quán)，香草名，古时比喻国君，这里借喻祖国人民。不察，不理解。

③荐：奉献。

④轩辕：即黄帝，是古代传说中的氏族部落酋长。这里象征古老的中华大地和多灾多难的中华民族。

解读：

1903年，鲁迅在《浙江潮》上发表了《斯巴达之魂》歌颂斯巴达人以生命和鲜血抗击侵略者，借以抨击清朝统治者的丧权辱国，唤醒中国人民起来斗争，并毅然剪掉象征封建传统和种族压迫的辫子，在一张剪掉辫子的照片背面题写了这首诗送与好友许寿裳。

“寄意寒星荃不察”，“意”，指作者的救国救民的理想。“荃”，指人民。这里，作者用浪漫主义的想象表达自己拯救祖国的希望，希望他的救国救民的理想能为“荃”所理解，即希望祖国人民觉醒起来。作者鲁迅当时对人民群众的力量是有一定认识的，但是另一方面，由于历史的局限，鲁迅对人民群众的革命积极性还估计不足，因此发出了“寄意寒星荃不察”的慨叹。鲁迅慨叹“荃不察”，是迫切希望祖国人民能尽快觉醒，以便担当起拯救祖国的任务。

“我以我血荐轩辕”，是鲁迅对祖国、对人民发出的庄严誓言，决心为祖国、为人民而献身。虽然人民暂时还未觉醒，但他要尽自己的努力，唤醒群众，和群众一起参加战斗，甘洒热血写春秋。这一肝胆照人，气贯长虹的诗句，字字倾注了作者鲁迅对祖国、对人民的无限忠心，表现了青年



时代的鲁迅强烈的爱国主义精神和反帝反封建的革命英雄气概，将诗的感情升华到了一个激昂慷慨，热血沸腾的高度。

经典篇目

载驰^①

许穆夫人^②

载^③驰载驱，归唁^④卫侯^⑤。驱马悠悠^⑥，言至于漕^⑦。大夫^⑧跋涉，我心则忧。

既不我嘉^⑨，不能旋反。视^⑩尔不臧^⑪，我思^⑫不远^⑬。既不我嘉，不能旋济^⑭？视尔不臧，我思不闕^⑮。

陟^⑯彼阿丘^⑰，言^⑱采其蕪^⑲。女子善怀^⑳，亦各有行^㉑。许人^㉒尤^㉓之，众^㉔穉^㉕且狂。

我行其野，芄芃^㉖其麦。控^㉗于大邦，谁因^㉘谁极^㉙？大夫君子，无我有尤。百尔所思，不如我所之^㉚。

注释：

①《国风·邶风·载驰》是中国古代第一部诗歌总集《诗经》中的一首诗，是春秋时期许穆夫人的作品。

《诗经》，是中国古代诗歌开端，最早的一部诗歌总集，收集了西周初年至春秋中叶（前11世纪至前6世纪）的诗歌，共311篇。

《诗经》的作者佚名，绝大部分已经无法考证，传为尹吉甫采集、孔子编订。《诗经》在先秦时期称为《诗》，或取其整数称《诗三百》。西汉时被尊为儒家经典，始称《诗经》，并沿用至今。诗经在内容上分为《风》

《雅》《颂》三个部分。《风》是周代各地的歌谣；《雅》是周人的正声雅乐，又分《小雅》和《大雅》；《颂》是周王庭和贵族宗庙祭祀的乐歌，又分为《周颂》《鲁颂》和《商颂》。

孔子曾概括《诗经》宗旨为“无邪”，并教育弟子读《诗经》以作为立言、立行的标准。先秦诸子中，引用《诗经》者颇多，如孟子、荀子、墨子、庄子、韩非子等人在说理论证时，多引述《诗经》中的句子以增强说服力。至汉武帝时，《诗经》被儒家奉为经典，成为《六经》及《五经》之一。

《诗经》内容丰富，反映了劳动与爱情、战争与徭役、压迫与反抗、风俗与婚姻、祭祖与宴会等社会风貌，涉及天象、地貌、动物、植物等诸多自然现象，是周代社会生活的一面镜子。

②在中国文学史上，许穆夫人堪称第一位名著于册的女诗人。许穆夫人是卫宣姜的女儿，许国国君穆公的妻子，故称许穆夫人。公元前660年，北狄侵卫，许穆夫人闻知卫国被亡的消息异常悲痛，她想让许穆公帮忙收复国土，但许穆公怕引火烧身，不敢出兵。许穆夫人气恨交加，她毅然决定亲自快马加鞭赶赴漕邑。许国的大臣纷纷去拦阻她，指责她。许穆夫人坚信自己的决定是无可指责的，她决不反悔，并写下了千古名篇《载驰》，表明了自己坚强的意志和归国的决心。。齐国国君桓公感其爱国之情，遣公子无亏率兵救援卫国，帮助卫国打退了狄兵，收复了失地。从此，卫国出现了转机。两年后，卫国在楚丘重建都城，恢复了它在诸侯国中的地位，又延续了四百多年之久。这首悲愤动人的爱国主义诗作，在当时就被广为传诵，并收入了诗经《邶风》。西汉末年，刘向编《列女传》，专为许穆夫人立传，盛推其“慈惠而远识”。

③载(zài)：语助词。

④唁(yàn)：向死者家属表示慰问，此处不仅是哀悼卫侯，还有凭吊宗国危亡之意。



- ⑤卫侯：指作者之兄已死的卫戴公申。
- ⑥悠悠：远貌。
- ⑦漕：地名。
- ⑧大夫：指许国赶来阻止许穆夫人去卫的许臣。
- ⑨嘉：认为好，赞许。
- ⑩视：表示比较。
- ⑪臧：好，善。
- ⑫思：忧思。
- ⑬远：摆脱。
- ⑭济：止。
- ⑮闕(bì)：同“闭”，闭塞不通。
- ⑯陟(zhì)：登。
- ⑰阿丘：有一边偏高的山丘。
- ⑱言：语助词。
- ⑲蕀(méng)：贝母草。采蕀治病，喻设法救国。
- ⑳怀：怀恋。
- ㉑行：指道理、准则，一说道路。
- ㉒许人：许国的人们。
- ㉓尤：责怪。
- ㉔众：“众人”或“终”。
- ㉕穉(zhì)：同“稚”，幼稚。
- ㉖芄(péng)：草茂盛貌。
- ㉗控：往告，赴告。
- ㉘因：亲也，依靠。
- ㉙极：至，指来援者的到达。
- ㉚之：往，指行动。

作品赏析：

许穆夫人是中国文学史上第一位女诗人，也是世界文学史上第一位女诗人。据清魏源《诗古微》考证，《诗经》中共收录了许穆夫人的三篇作品，除此篇外，还有《邶风·泉水》《卫风·竹竿》两首诗，其中尤以《邶风·载驰》的思想性最强，它在强烈的矛盾冲突中表现出了深厚的爱国主义情怀。

全诗共分为四章，不像《周南·桃夭》《邶风·相鼠》等篇每章的句数、字数甚至连意思也基本相似，而是诸多变化，思想感情也复杂得多。之所以如此，是因为作者的叙事抒情是从现实生活出发，是从现实所引起的内心矛盾出发。故诗歌的形式随着内容的发展而发展，形成不同的语言和不同的节奏。

诗的开篇以“载驰载驱，归唁卫侯”发端，把读者带回战事频繁、人民游离失所的春秋时期。一个“驰”字，形象地写出许穆夫人内心的焦灼不安。因了何事，令她快马兼程、行色匆匆？“归唁卫侯”交待了事情的缘由：原来是自己的祖国遭遇了灭亡的劫难，作为国君的兄长也一战身死！远嫁许国的许穆夫人悲愤异常，不顾路途遥远，快马加鞭，只为赶紧奔至漕邑，向亲人表达自己的慰问，商量抗击敌军、复兴祖国的大计。“悠悠”一词，既暗含此去道路遥远，也透露出诗人内心的悲伤。但是，漕邑已近在眼前，事情却又出现了新的变故，许国大夫跋山涉水而来，奉君命竭力阻止诗人继续前行！亡国丧兄之痛犹在，却又遭遇新的阻挠，令诗人更增添无限哀愁。

现实的冲突引起诗人对许国大夫及许穆公的强烈不满与无奈，第二章中，诗人用一连串的排比句式，一唱三叹，将这种矛盾的内心世界淋漓尽致地抒发出来。按诗意理解，此章应有两层意思，前四句为一层：你既待我不友好，我就不能返回许国，比起你这般没良心来，我对宗国总是念念不忘的；后四句为第二层：你既待我不友好，我就不能渡过黄河到卫国，



比起你这般没良心来，我的感情是不会轻易改变的。诗人正是处于这种前不能赴卫、后不能返许的境地之中，左右为难，十分矛盾。然而她的爱与憎却表现得非常清楚：她爱的是娘家，是宗国；憎的是不能给予她理解和支持的许国大夫及其幕后指挥者许穆公。

赴卫之路被阻，许穆夫人被迫踏上返程。但经历了前面激烈的矛盾冲突，本已为国为民忧思重重的内心情绪更是无法排解。第三章中，写诗人在路上一会儿登上高山以舒解愁闷，一会儿又采摘草药贝母以治疗抑郁而成的心病。“女子善怀，亦各有行”，写身在返程的诗人，有太多的悲愤郁积于心：虽身为女子，虽多愁善感，但亦有自己的做人准则与追求——这准则就是关心生她养她的宗国。而许国君臣不仅不理解她，更是对她的爱国之举给予百般阻挠与责怪，这只能说明他们的愚昧、幼稚和狂妄。这一段写得委婉深沉，曲折有致，仿佛让人窥见她有一颗美好而痛苦的心灵，简直催人泪下。

“我行其野，芃芃其麦。控于大邦，谁因谁极？大夫君子，无我有尤。百尔所思，不如我所之。”这是全诗的最后一章。自幼就有远见卓识、心怀祖国安危的许穆夫人，没有让自己一直沉溺于这种愤懑之中。行走在田野间，望着麦田中茂盛的麦苗，许穆夫人想起了失去都城与大片国土的国家和逃难的国民。如何拯救祖国于危难之中，成为她此时思考的重点。思虑再三，她终于做出了大胆地决定：“我要向支持卫国又有实力的大国寻求帮助，谁亲近卫国，就到谁那里去！”全诗的末尾，巾幗不让须眉的诗人对胆小怕事的许国君臣表示了轻蔑和不满：许国的大夫君子们，不要对我再生怨尤。你们朝中百官的千百条妙计，还不如我的救卫之策高明。

对于此诗，历代文人给予了很高的评价，清代学者陈震评价此诗“全诗皆以冥想幻出奇文，谋与问皆非实有其事”。在诸侯争霸、战事频起的春秋时期，许穆夫人对故国土地和亲人的热爱与眷恋以及抗敌复国的决心，让男儿汗颜，更令我们后人敬佩。

在公元前660年，赤狄攻打卫国，许穆夫人的兄长，只知道奢侈度日的卫懿公在战乱中兵败被杀。听闻消息，许穆夫人心急火燎地要赶回卫国，既为哀悼死去的兄长，也为拯救自己的故国。可惜，她还未到达卫国，许国的君臣们却坐不住了。一是怕引火烧身，不敢出兵；二是根据周礼，已经出嫁的女儿，父母去世后是不能任意回家的。他们急匆匆派大夫赶到漕邑，强烈反对许穆夫人赴卫救国，认为她的这些行为不合大体，而且徒劳无益，使许穆夫人不得不掉头返回许国。

对于故国，许穆夫人是满怀深情的。纵然是卫懿公昏庸误国，纵然有许国君臣的强烈反对，可到底是自己的同胞骨肉，更何况，故国面临灾祸，国民流离失所，她岂能袖手旁观？为了拯救自己的故国，颇有胆识的许穆夫人决心不顾一切，寻求列国的支持，尽早恢复故国的家园。各诸侯国被深深感动，纷纷伸出援助之手，齐桓公更是立即派公子无亏率兵救援卫国，把破碎的卫国从灭亡的边缘拉了回来。此后，在许穆夫人和卫国君臣的协力合作下，卫国终得复兴。

典型人物

钱学森的爱国之心

我国当代杰出的科学家中，有三位姓钱的人物：钱学森、钱三强、钱伟长，人称“三钱”。他们都是出国留学后，怀着报效祖国的赤子之心回来的。其中钱学森的经历最为惊险。

1947年，刚刚36岁的钱学森，被美国麻省理工学院聘为终身教授。这是一个很高的荣誉，它预示着钱学森的优厚待遇和远大前程。

美国为什么如此器重钱学森呢？因为他是美国研究航空科学最高专家冯·卡门的优秀学生，是美国最早研究火箭组织——加州理工学院火箭研



究小组的5成员之一。

在冯·卡门的指导下，火箭研究取得了重大进展，为反法西斯战争的胜利做出了贡献。在那些艰苦的日子里，钱学森显露出卓越的才能。一项在航空科学史上占有重要地位的航空科学公式：即著名的“卡门——钱公式”诞生了。这是由冯·卡门提出命题，钱学森做出结果，至今仍在航空技术研究中广泛使用的一项公式。

1949年，当钱学森得知新中国成立的消息后，这个每时每刻都在想念祖国的科学家，顿时沉浸在极大的喜悦之中，决定回国参加建设。这引起美国有关方面的恐慌。他们认为：钱学森的专业技术如果带回去，中国的科学技术将高速度前进。美国海军的一位领导人曾对美国负责出境的官员说：“我宁可把他枪毙了，也不让他离开美国！”“他一个可顶五个师的兵力”。于是，美方无中生有，说钱学森是间谍，把他逮捕关押，之后虽然释放了，可又严密监视。

钱学森没有屈服，向美方提出严正抗议。在争取回国的日子里，钱学森更加关心祖国的建设事业，经常从《华侨日报》等报刊上了解新中国的状况，和中国科学家、留学生讨论建设祖国的有关问题。为了能够迅速地回国，他租房子只签订短时间的合同。家里准备了3只轻便的小箱子，天天准备随时能够搭飞机回中国。

之后在中国政府的过问下，被美方扣留了5年的钱学森，于1955年搭乘轮船回到了祖国。他来到天安门广场，兴奋地说：“我相信我必须能回到祖国。此刻，我最后回来了！”

冲破重重阻拦回国的钱学森，一头扎在了军事科学的研究中。他倾其所学，又紧密关注国外的科学动态，不断推出科研新成果，为祖国的国防事业竭思尽智，做出了巨大的贡献，被誉为“导弹之父”，国务院授予他为“全国劳动模范”的光荣称号。

钱学森的一生是辉煌的，作为爱国者，他花费了五年的时间冲破层层

阻力回到中国；作为科学家，他在新中国一穷二白的条件下，为中国科学技术的发展做出了贡献。钱学森说过，他一生有三次最为激动的时刻，第一次是在得知美国方面最后肯放他归国，第二次是在得知自己将会同焦裕禄、孟泰等人，一齐列入无产阶级知识分子的行列；第三次是在建国十周年的那天，他光荣地加入中国共产党。

钱学森一生淡泊名利，有着崇高的人格品质。他在为祖国科研实验做奋斗的岁月里，始终持续了一名爱国学者应有的崇高精神。钱学森以前说过：“我是一个中国的科技工作者，我所学到的科学技术只服务于我的祖国，我活着的目的就是要为全体中国人民服务。如果说我有所求的话，那我想要的最高奖赏，就是全国人民对我工作的满意。”

在美国定居，且能聘为终身教授，这是多少人梦寐以求的。可为了祖国的繁荣富强，钱学森放下了这一切。在经济大潮如洪水猛兽般冲击的今天，钱学森的爱国言行，无疑凝聚着中华民族之魂，显示了爱国对志士仁人的撼动力。

奋勇挂国旗的吴玉章

吴玉章是老一辈无产阶级革命家，与董必武、徐特立、谢觉哉、林伯渠一起被尊称为“延安五老”。他在四川发起的留法勤工俭学运动，创建的无产阶级政党组织——青年共产党，为中国和四川造就了一大批各类人才，彪炳史册。

早年他曾留学日本，他所在学校由于学生来自世界各国，因此形成了一个惯例：每逢元旦，就把世界各国的国旗都挂出来庆贺。1904年元旦的那天，吴玉章也跟其他同学一样喜气洋洋地过节，可是来到校园里一看，竟然没有中国国旗。

吴玉章这下可气急了。他马上组织所有的中国学生，带领他们找到了



校方负责人。吴玉章代表中国学生向校方提出了严正抗议：“你们为什么不挂中国国旗？我们既然在这里上学，却没有我们的国旗飘扬，这就不是一个完整的元旦。

因此，我们要求你们道歉并马上纠正错误，挂上我们的国旗。要不然，我们就罢课，绝食抗议。”校方的主任认出是吴玉章，就冷嘲热讽地说：“平日我们对你那么好，知道你来自中国，家里没有钱，就从来不急催你交学费。不仅如此，我们还发给你零花钱用，现在你竟然因为这种小事情就来找学校的麻烦，你怎么能这样呢？”吴玉章严肃地说：“学校对我是很好，这一点我非常感激。但是你犯了一个很大的错误，今天的事情不是一件小事，挂不挂国旗是一件关系国家荣辱的大事。我宁可失去求学的机会，也不能坐视我们国家的尊严受到侵犯。因此，今天我是准备斗争到底的。”校方迫于无奈，只好承认错误并悬挂上了中国的国旗。

又过了十年，也就是1914年的元旦这一天，吴玉章正好乘坐日本人的船出国。船上挂起了万国旗庆贺，可就是没有中国的国旗。他毫不犹豫地带领船上的中国同胞向船长提出了抗议，船长说：“这么多年了，一直是这样呀！”“不对，绝不会永远这样的。今天你必须把中国国旗挂起来，中国绝不会永远是这样的！”船长看到吴玉章激动的神情，只能屈服，挂起了中国的国旗！

学生活动

1. 谈一谈你对“爱国”理解，以及如何培养自己的爱国主义精神。
2. 以“我爱中国”为主题发起微信留言活动，畅谈爱国之情，传递正能量。

敬 业 篇

一、什么是敬业

社会主义核心价值观中，敬业是针对公民职业道德方面的核心要求。敬业就是人们在工作中严格遵守职业道德的态度。具体来说，敬业就是在职业活动领域，树立主人翁责任感、事业心，追求崇高的职业理想；培养踏踏实实、恪尽职守、精益求精的工作态度。

二、敬业的内涵

敬业，就是要求我们每个人敬重自己的职业，培养强烈的责任心与使命感，要求我们每个人都爱岗、尽责、钻研和奉献。

第一，爱岗是敬业的前提条件。爱岗是敬业的基石，敬业是爱岗的升华。爱岗就是人员应该热爱自己的本职工作，安心于本职岗位，稳定、持久地在天地中耕耘，恪尽职守地做好本职工作。

求职者是否具有爱岗敬业的精神，是用人单位挑选人才的一项非常重



要的标准。用人单位往往录用那些具有爱岗敬业精神的人。因为只有那些干一行，爱一行的人，才能专心致志地搞好工作。如果只从兴趣出发，见异思迁，“干一行，厌一行”，不但自己的聪明才智得不到充分发挥，甚至会给工作带来损失。但现实生活中能够找到理想职业人必定是少数的，对于大多数人来说，必须面对现实，去从事社会所需要、而自己内心不太愿意干的工作。在这种情况下，如果没有“干一行，爱一行”的精神，那么你就很难干好工作，很难做到爱岗敬业。因此，大学生很有必要在校学习期间了解职业生涯所需要具备的职业能力、职业素质，有针对性地加强培养，日积月累，以便将来更好更快适应职业的需要，最终获取职场的成功。当然，人的职业能力不是一成不变的，会在实践的基础上得到发展和提高，大学期间的学习以及将来长期从事某一专业劳动的经验，也能促使人的职业能力向高度专业化发展，从而更好地实现爱岗敬业。

第二，尽责是敬业的必然选择。尽责就是认真负责，忠于自己的职守，尽心尽力地做好手中的工作，善始善终地完成自己承担的任务。敬业精神落在个人层面，就是一种责任感。

在历史上，尽职尽责、敬业一生的人物有很多。在当代社会，“鞠躬尽瘁，死而后已”的榜样也不少见。比如，焦裕禄任河南省兰考县担任县委书记时，强忍肝癌病痛艰苦奋斗，被誉为“人民的好公仆”“共和国的脊梁”，将工作热情奉献到了生命的最后。再如，曾任阿里地委书记的孔繁森，把职业生涯贡献在西藏阿里地区，远离家乡，建设雪域，最后殉职于青藏高原的蓝天苍茫下。这样的人生，正如他所写的一句自勉之语：“青山处处埋忠骨，一腔热血洒高原。”

曾获奥斯卡奖的日本影片《入殓师》，主人公曾是一名大提琴师，下岗失业转行到葬仪馆当了一名葬仪师。结果通过他出神入化的化妆技艺，一具具遗体被装扮得像活着的人睡着了一样。他也因为自己的工作受到了人们的好评。这名葬仪师的成功感言是：当你做某件事的时候，你就要跟

它建立起一种难割难舍的情结，不要拒绝它，要把它看成是一个有生命、有灵气的生命体，要用心跟它进行交流。如果没有尽职尽责的工作态度，就不可能做到这样敬业。

责任感是敬业的关键部分，因为责任感越强烈，人们对工作对事业就会全身心投入，从而激发自己的各种能量和潜质，取得常人所不能及的成绩。一个有敬业精神的人，必定是一个有高度责任心的人，对学业负责，对工作负责，对自己负责。

第三，钻研是敬业精神的升华。做好工作，必须要有专业技能和职业能力。在科技高度发达的今天，在效率优先的时代，尤其需要每个人不断地学习新知，不断地积累经验，从而掌握该领域最前沿的知识、最丰富的经验和最适用的办法，使自己变得比其他人更专业，成为工作方面的行家里手。

瑞士制表商对每一块手表的每一个零件都精心打磨，每一道工序都精益求精，他们是用心来制造产品。工匠们对产品制造过程一丝不苟，对产品完美品质孜孜以求，其他一无所求。正是凭着这种凝神专一的钻研精神，瑞士手表得以誉满天下，畅销全球，成为传承百年的典范。德国除了有人们耳熟能详的奔驰、宝马、奥迪、西门子等知名品牌之外，还拥有数以千计不为消费者熟知的中小企业。它们大部分“术业有专攻”，企业主们一旦选定行业，就一门心思扎下去，心无旁骛，在一个细分产品上不断积累优势，在各自领域成为“领头羊”。

工匠精神并不是舶来品，在中国早就有“艺痴者技必良”的说法。《庄子》中“庖丁解牛”的故事告诉人们一个道理：做任何事要做到心到、神到，就能达到登峰造极、出神入化的境界。央视播出的系列片《大国工匠》里有一群劳动者，他们的成功之路不是上名高中、进名大学，而是追求职业技能的完美和极致。靠着传承和钻研，凭着专注和坚守，他们成为国宝级的顶级技工，成为一个领域不可或缺的人才。他们技艺精湛，有人



能在牛皮纸一样薄的钢板上焊接而不出现一丝漏点，有人能把密封精度控制到头发丝的五十分之一，还有人的检测手感练就得像X光那般精准。这些都是对敬业精神的最好诠释。

工匠精神是敬业精神的一种突出体现。“工匠精神”的核心在于，它不仅仅是把工作当作赚钱的工具，而是树立一种对工作执着、对所做的事情和生产的 product 精益求精、精雕细琢的精神。

第四，奉献是爱岗敬业的崇高境界。敬业从本质上要求我们不仅仅为了报酬而工作，要懂得适当的牺牲和奉献。工作给我们敬业的回报不仅仅是薪水，还包括丰富的经验、卓越的才干和优秀的品格，以及由此形成的成就感与自豪感。

在我们身边，在各行各业就有许多耳熟能详的例子。2019年度的全国模范，如“60多年深藏功名的战斗英雄”张富清，“为保护国家重点试验平台壮烈牺牲的军工人”黄群、宋月才、姜开斌，“为掩护战友身负重伤的扫雷英雄”杜富国，“正确处置极端险情确保全机人员生命安全的英雄机长”刘传健，“几十年扎根雪域边陲为祖国守边的英雄姐妹”卓嘎、央宗等，我们都不会忘记。他们用实际行动弘扬社会主义核心价值观，充分彰显了中华民族昂扬向上的精神风貌，他们在各行各业平凡的岗位上成就了不凡的业绩，绽放出了人生的光彩，受到人民的尊重与推崇。

如果我们将爱岗敬业当作人生追求的一种境界，我们在工作上就会少一些计较，多一些奉献；少一些报怨，多一些责任；少一些懒惰，多一些上进心。有了这种境界，我们就会倍加珍惜自己的工作，并抱着知足、感恩、努力的态度，把工作做得尽善尽美，从而赢得别人的尊重，并拥有了行业内的竞争优势。

三、敬业的培养途径

首先，进行思政教育，形成敬业态度。敬业精神是时代的呼唤、社

会竞争的需要、社会发展的需要，也是自己生存的需要。因此，进行系统的、有计划的敬业精神教育，指导学生形成正确的敬业态度，确立正确的职业观，是思想品德教育的永恒主题，也是培养合格劳动者所必须的。思政课是敬业教育的主阵地，是对学生进行社会主义思想道德教育的课程。在思政课教学中，可以根据一定的教学内容，让“教化”与“内省”紧密结合，培养学生的敬业理念。

其次，学习典型事例，培养敬业精神。典型事例使人们认识到：任何工作，不论性质如何，都有理想、境界，有更高的质量可以追寻；而工作的意义和价值，不在其高低贵贱如何，却在于从事工作的人，能否把重点放在工作本身，去挖掘或创造其中的乐趣和意义。震撼心灵的感人故事使我们的人生有一股蓬勃向上的原动力，激励我们去面对生活中的各种挑战，克服各种困难，实现人生的美好理想。

再次，培育工匠精神，践行知行合一。李克强总理说过，我们国家需要搞普通研究的人，也需要搞专业工作，当高级工匠的人，“后者现在我们国家更需要”。学校要制造机会，多让学生走出课堂，进入社会，进行调查研究，参与实践，以增加学生的感性认识，加深对所学知识的理解和运用，帮助学生开阔视野，培养学生辨别是非的能力和自我教育的能力。多为学生提供动手机会，注重增强学生实践能力，提高解决实际问题的能力。踏入社会后，作为新时代的工作者，要达到真正的敬业状态，要求具有超乎常人的毅力，有持之以恒的精神，有金石为开的努力，需要我们扎扎实实、脚踏实地地去践行、去实现。

总之，敬业，是中华民族的传统美德，也是社会主义核心价值观的重要内容。一个人要做到爱岗敬业，眼光要长远，几十年如一日地不懈努力。倘若每一领域、每个岗位上的人都能敬业尽职，自然人人都会从中受益，社会发展也更有生机活力。



经典名句

子张问政。子曰：“居^①之无倦，行之以忠”。

——《论语·颜渊篇》

注释：

①居：在位。

解读：

这是孔子对如何从政为官的认识。身居官位，则要始终如一，不要懒散，懈怠政事。执行君令时，要以忠信，竭心尽力而为。

敬业不仅是人类实践创造的基本内容和社会进步的重要动力，更是党员干部为官从政的重要美德。敬业乐业，就要对党和人民的事业饱含敬畏之心，对党有坚定不移的忠诚态度、对人民的事业有持之以恒的责任意识。

臣鞠躬尽瘁^①，死而后已^②。

——[三国·蜀]诸葛亮《后出师表》

注释：

①鞠躬：弯着身子，表示恭敬、谨慎；尽瘁：竭尽劳苦。

②已：停止。

解读：

“鞠躬尽瘁，死而后已”，为一项事业兢兢业业，为一种理想夙夜在

公，为一份信念投入一生，这几乎是中国人表述敬业精神的最高境界。它出自三国时期诸葛亮的《后出师表》。在文中，诸葛亮向蜀汉后主刘禅表述：“臣鞠躬尽瘁，死而后已。至于成败利钝，非臣之明所能逆睹也。”

诸葛亮尽心尽力协助刘备建立蜀汉政权，在刘备去世后又呕心沥血辅佐其子刘禅，直至生命的最后一刻。在政治、军事、文学、技术发明等方面诸葛亮均有重要建树，他被公认为智谋出众与忠诚敬业的表率。

敬业者，专心致志，以事^①其业也；乐群者，乐于取益，以辅^②其仁也。

——《朱子文集》

注释：

①事：对待。

②辅：辅助。

解读：

中华民族历来有“敬业乐群”“忠于职守”的传统，敬业是中国人民的传统美德。早在春秋时期，孔子就主张人在一生中始终要勤奋、刻苦，为事业尽心尽力，即所谓“执事敬”“事思敬”“修己以敬”。宋朝人朱熹说的“敬业”，就是用一种恭敬严肃的态度对待自己的工作，认真负责，一心一意，任劳任怨，精益求精。

我们对待本职工作要专心致志、严肃认真；同时与别人融洽相处，能够吸取别人的有益言行用来充实自己的仁义之心。



经典篇目

敬业与乐业

梁启超^①

我这题目，是把《礼记》^②里头“敬业乐群”^③和《老子》^④里头“安其居，乐其业”^⑤那两句话，断章取义造出来的。我所说的是否与《礼记》《老子》原意相合，不必深求；但我确信“敬业乐业”四个字，是人类生活的不二法门^⑥。

本题主眼^⑦，自然是在“敬”字、“乐”字。但必先有业，才有可敬、可乐的主体，理至易明。所以在讲演正文以前，先要说说有业之必要。

孔子说：“饱食终日，无所用心，难矣哉！”又说：“群居终日，言不及义，好行小慧，难矣哉！”孔子是一位教育大家，他心目中没有什么人不可教诲，独独对于这两种人便摇头叹气说道：“难！难！”可见人生一切毛病都有药可医，惟有无业游民，虽大圣人碰着他，也没有办法。

唐朝有一位名僧百丈禅师，他常常用两句格言教训弟子，说道：“一日不做事，一日不吃饭。”他每日除上堂说法之外，还要自己扫地、擦桌子、洗衣服，直到八十岁，日日如此。有一回，他的门生想替他服务，把他这天应做的工悄悄地都做了，这位言行相顾的老禅师，老实不客气，那一天便绝对地不肯吃饭。

我征引儒门、佛门这两段话，不外证明人人都要有正当职业，人人都要不断的劳作。倘若有人问我：“百行什么为先？万恶什么为首？”我便一点不迟疑答道：“百行业为先，万恶懒为首。”没有职业的懒人，简直是社会上的蛀米虫，简直是“掠夺别人勤劳结果”的盗贼。我们对于这种人，是要彻底讨伐，万不能容赦的。今日所讲，专为在职业及正在做职业上预

备的人——学生——说法，告诉他们对于自己现有的职业应采何种态度。

第一要敬业。敬字为古圣贤教人做人最简易、直捷的法门，可惜被后来有些人说得太精微，倒变了不适实用了。惟有朱子^⑧解得最好，他说：“主一无适^⑨便是敬。”用现代的话讲，凡做一件事，便忠于一件事，将全副精力集中到这事上头，一点不旁骛^⑩，便是敬。业有什么可敬呢？为什么该敬呢？人类一面为生活而劳动，一面也是为劳动而生活。人类既不是上帝特地制来充当消化面包的机器，自然该各人因^⑪自己的地位和才力，认定一件事去做。凡可以名为一件事的，其性质都是可敬。当大总统是一件事，拉黄包车^⑫也是一件事。事的名称，从俗人眼里看来，有高下；事的性质，从学理^⑬上解剖起来，并没有高下。只要当大总统的人，信得过我可以当大总统才去当，实实在在把总统当作一件正经事来做；拉黄包车的人，信得过我可以拉黄包车才去拉，实实在在把拉车当作一件正经事来做，便是人生合理的生活。这叫做职业的神圣。凡职业没有不是神圣的，所以凡职业没有不是可敬的。惟其^⑭如此，所以我们对于各种职业，没有什么分别拣择。总之，人生在世，是要天天劳作的。劳作便是功德，不劳作便是罪恶。至于我该做哪一种劳作呢？全看我的才能何如、境地何如。因自己的才能、境地，做一种劳作做到圆满，便是天地间第一等人。

怎样才能把一种劳作做到圆满呢？惟一的秘诀就是忠实，忠实从心理上发出来的便是敬。《庄子》^⑮记佝偻丈人承蜩的故事^⑯，说道：“虽天地之大，万物之多，而惟吾蜩翼之知^⑰。”凡做一件事，便把这件事看作我的生命，无论别的什么好处，到底不肯牺牲我现做的事来和他交换。我信得过我当木匠的做成一张好桌子，和你们当政治家的建设成一个共和国同一价值；我信得过我当挑粪的把马桶收拾得干净，和你们当军人的打胜一支压境的敌军同一价值。大家同是替社会做事，你不必羡慕我，我不必羡慕你。怕的是我这件事做得不妥当，便对不起这一天里头所吃的饭。所以我做这事的时候，丝毫不肯分心到事外。曾文正^⑱说：“坐这山，望那山，一



事无成。”我从前看见一位法国学者著的书，比较英法两国国民性质，他说：“到英国人公事房里头，只看见他们埋头执笔做他们的事；到法国人公事房里头，只看见他们衔着烟卷像在那里出神。英国人走路，眼注望，像用全副精神注在走路上；法国人走路，总是东张西望，像不把走路当一回事。”这些话比较得是否确切，姑且不论；但很可以为敬业两个字下注脚。若果如他所说，英国人便是敬，法国人便是不敬。一个人对于自己的职业不敬，从学理方面说，便褻渎^⑩职业之神圣；从事实方面说，一定把事情做糟了，结果自己害自己。所以敬业主义，于人生最为必要，又于人生最为有利。庄子说：“用志不分，乃凝于神^⑪。”孔子说：“素其位而行，不愿乎其外^⑫。”所说的敬业，不外这些道理。

第二要乐业。“做工好苦呀！”这种叹气的声音，无论何人都会常在口边流露出来。但我要问他：“做工苦，难道不做工就不苦吗？”今日大热天气，我在这里喊破喉咙来讲，诸君扯直耳朵来听，有些人看着我们好苦；反过来，倘若我们去赌钱去吃酒，还不是一样在淘神^⑬、费力？难道又不苦？须知苦乐全在主观的心，不在客观的事。人生从出胎的那一秒钟起到绝气的那一秒钟止，除了睡觉以外，总不能把四肢、五官都搁起不用。只要一用，不是淘神，便是费力，劳苦总是免不掉的。会打算盘^⑭的人，只有从劳苦中找出快乐来。我想天下第一等苦人，莫过于无业游民，终日闲游浪荡，不知把自己的身子和心子摆在哪里才好，他们的日子真难过。第二等苦人，便是厌恶自己本业的人，这件事分明不能不做，却满肚子里不愿意做。不愿意做逃得了吗？到底不能。结果还是皱着眉头，哭丧着脸去做。这不是专门自己替自己开玩笑吗？我老实告诉你一句话：“凡职业都是有趣味的，只要你肯继续做下去，趣味自然会发生。”为什么呢？第一，因为凡一件职业，总有许多层累^⑮、曲折，倘能身入其中，看它变化、进展的状态，最为亲切有味。第二，因为每一职业之成就，离不了奋斗；一步一步的奋斗前去，从刻苦中将快乐的分量加增。第三，职业性质，常常

要和同业的人比较骈进^②，好像赛球一般，因竞胜而得快感。第四，专心做一职业时，把许多游思、妄想杜绝了，省却无限闲烦闷。孔子说：“知之者不如好之者，好之者不如乐之者^③。”人生能从自己职业中领略出趣味，生活才有价值。孔子自述生平，说道：“其为人也，发愤忘食，乐以忘忧，不知老之将至云尔^④。”这种生活，真算得人类理想的生活了。

我生平最受用的有两句话：一是“责任心”，二是“趣味”。我自己常常力求这两句话之实现与调和，又常常把这两句话向我的朋友强聒不舍^⑤。今天所讲，敬业即是责任心，乐业即是趣味。我深信人类合理的生活应该如此，我望诸君和我一同受用！

注释：

①选自《饮冰室合集·敬业与乐业》（中华书局1936年版）。梁启超（1873—1929），字卓如，号任公，又号饮冰室主人，广东新会人。近代维新派领袖，学者。其著作编为《饮冰室合集》。

②《礼记》：儒家经典之一，秦、汉以前各种礼仪论著的选集。

③敬业乐群：专心致志于学业或事业，与人相处得很好。

④《老子》：又名《道德经》，道家的经典，相传是春秋时老聃（dān）所著。

⑤安其居，乐其业：使人民安居乐业。

⑥不二法门：佛家用语，比喻独一无二的门径。法门，指修行入道的门径。

⑦主眼：主要的着眼点，意即文章的主要内容、主要观点。

⑧朱子：朱熹（1130—1200），宋代理学家，教育家。

⑨主一无适：专心于一件事，一点也不向别处分心。适，指朝别的路上去。

⑩旁鹜（páng wù）：在正业以外有所追求；不专心。鹜，追求。



⑪因：凭借，根据。

⑫黄包车：旧时一种用人拉的车。

⑬学理：科学上的原理或法则。

⑭惟其：连词，表示因果关系，跟“正因为”相近。

⑮《庄子》：战国时的思想家周庄所著，又名《南华经》。

⑯佝偻(gōu lóu)丈人承蜩(tiáo)的故事：驼背老人捕蝉的故事。出自《庄子·达生》。佝偻，驼背。丈人，古代对老年男子的尊称。承蜩，粘取蝉，捕蝉。

⑰虽天地之大，万物之多，而惟吾蜩翼之知：虽然天地这样大，万物这样多，但是我只注意蝉的翅膀。这是驼背老人对孔子说的话。

⑱曾文正：即清代军政大臣曾国藩，”文正“是他的谥号。

⑲褻瀆(xiè dú)：轻慢，不尊重。

⑳用志不分，乃凝于神：语出《庄子·达生》。意思是：运用心思，专一而不分散，精神便会集中(凝)起来。

㉑素其位而行，不愿乎其外：语出《中庸》。意思是：按与他平素所处的地位，做他所当做的事，而且不祈求本分以外的事情。

㉒淘神：使人耗费精神。

㉓打算盘：合计，盘算。

㉔层累：层层叠叠，指困难和阻力重重。

㉕骈进：并进。

㉖知之者不如好之者，好之者不如乐之者：语出《论语·雍也》。意思是：懂得它的人不如爱好它的人，爱好它的人不如以实行它为快乐的人。

㉗其为人也，发愤忘食，乐以忘忧，不知老之将至云尔：语出《论语·述而》。意思是：他这个人啊，用功便忘记了吃饭，陶醉在学问里，便忘记了忧愁，不知道衰老就要到来，如此而已。云尔，语助词，相当

于”罢了“。

⑳强聒(qiǎng guō)不舍：硬要啰嗦个不停。聒，喧扰。舍，舍弃，放弃。

作品赏析：

这篇文章是梁启超于1922年8月对上海中华职业学校学生做的一次演讲。上海中华职业学校是中国近代史上以试验、总结、推广职业教育而著称的一所中等专业学校。该校以黄炎培提出的“敬业乐群”为校训，提倡“手脑并用”“双手万能”，注重理论联系实际，重视生产劳动实践和职业道德培训，强调教育与社会联系。当时作者经历无数政治风波后退出政坛，赴欧洲考察，了解到西方社会的许多问题和弊端。回国后，即宣布西方文明已经破产，主张光大传统文化，用东方的“固有文明”来拯救世界，遂作此文。正由于作者拥有丰富的人生经历和广阔的文化视野，所以其阐述的观点具有深刻的哲理性，也从侧面说明了作者推崇传统文化的理由。

这是一篇宣讲人生与事业关系的演讲词。演讲一开始，梁启超就引用国人熟悉的格言，开宗明义地提出了“敬业乐业”的主旨(第1段)；接下来，分别谈论了“有业”“敬业”和“乐业”的重要性(2—8段)；最后，又用“责任心”和“趣味”总结全文旨意(第9段)。

作者先引用孔子的话和百丈禅师的故事，强调“有业”是做人之本。这里的“业”并不局限于狭义的职业。“敬业与乐业”的意义，就不只限于正式的谋生职业，也可以指生活中任何一件有价值的事情；不只限于成人的工作，也可以包括学生的学习。论证“敬业”问题时，先解释“敬业”的含义就是专心致志、心无旁骛。在作者看来，当大总统与拉黄包车，在职业的神圣性质上，并没有什么高下之别。庄子、孔子、曾文正公的名言，木匠与政治家、挑粪工与军人的比较，都是为了强调一个道理：“敬



业主义，于人生最为必要，又于人生最为有利。”我们可以结合中国传统文化特定背景，来领会梁启超提倡“敬业与乐业”的良苦用心。中国传统文化是一种有等级色彩的文化，中国人的职业观向来是“万般皆下品，唯有读书高”，人们的读书目的又是“学而优则仕”，这种官本位的文化，极度蔑视普通职业、尤其是体力劳动，人们纷纷以出人头地、显亲扬名为人生价值的实现。因此，梁氏的“敬业”说，有着矫正世风、改良国民性的积极作用。演讲最后，梁启超言简意赅地把“敬业与乐业”总结为：一是工作要有责任心，二是从工作中寻找趣味。

这篇演讲稿论据充分、具体、生动，富有说服力。全篇讲演用简明的短句，很少用长句；多用口语；引用古代文句时，注重化深为浅。同时文中多次用了设问句和反问句，大量引用经典、格言，使语言显得概括有力。

典型人物

“大国工匠”宁允展

宁允展，男，1972年出生，中共党员，南车青岛四方机车车辆股份有限公司车辆钳工高级技师，中国南车技能专家。自幼出身工匠家庭，在耳濡目染中对手艺活产生浓厚兴趣，1991年铁路技校毕业后进入南车四方股份有限公司前身四方机车车辆厂从事车辆钳工工作。他是国内第一位从事高铁列车转向架“定位臂”研磨的工人，由他研磨的定位臂，精度小到0.05毫米，比头发丝还细。如今已成为中车四方股份公司钳工高级技师、高铁首席研磨师，被同行称为“鼻祖”。2015年“五一”前夕，中央电视台系列纪录片《大国工匠》专题播出他的先进事迹。

2006年，宁允展被万里挑一，成为第一位学习380A型列车转向架

“定位臂”精细研磨技术的蓝领工人。转向架是高速动车组九大关键技术之一，定位臂则是转向架的核心部位。高速动车组在高速运行的状态下，定位臂不足10平方厘米的接触面要承受近30吨的冲击力。为保证列车安全运行，定位臂和轮对节点必须有75%以上的接触面间隙小于0.05毫米，比头发丝还要细。宁允展就是在这细如发丝的空间里施展着自己的绝技。磨小了，转向架落不下去；磨大了，价值十几万元的主板就报废了。同事说：“0.1毫米的时候，国内大概有十几个人能干。到了0.05毫米，别人都干不了，目前就只有宁允展能干。”高速动车组进入批量生产后，转向架研磨效率跟不上生产进度，他大胆摒弃外方研磨工艺，采用更加精准科学的方法，将研磨效率提升1倍，研磨精度也有极大提高。

精益求精，精雕细琢，这是《政府工作报告》中对“工匠精神”的解释。“将工作做到极致，将产品做成精品、做成艺术品，这是身为高铁工人应该有的追求。”宁允展的工作本上记着这句话，他说，这不是唱高调，而是时时提醒自己从事的行业是一个多么神圣和伟大的行业。宁允展自学焊工、电工，将几个工种融会贯通，自主创新发明“精加工表面缺陷焊修方法”“折断丝攻、螺栓的堆焊取出”等30多项“绝招绝技”和工装，多项发明获得国家专利，每年可为公司节约创效300万元。为专心搞技术，他辞去了管理职务，甚至将家中30多平方米的小院改造成了一个“小工厂”，自费购置车床和零部件，利用工余时间研发设计出10余套工装，成为企业万众创新、节约创效的工匠典范。在不断攻关技术难题、提升专业素质的同时，宁允展将经验绝活传授给年轻人，每年培育数百名优质人才，为行业发展注入原动力。作为高铁研磨的一把手，宁允展当上了研磨班的班长。可没过几年，他主动辞去了班长职务。之后，他潜心研究工艺改进和工装发明，将多数时间和精力放在了怎样解决问题上，做起了生产线上的“疑难杂症”处理专家。

授之以鱼更授之以渔。如今，宁允展不仅是企业转向架制造的重要攻



关人员，更当选为中国科协第九届常务委员会委员，也是北京、青岛多家职业院校的特聘教师，将传道授业、人才培养列为自己的重点工作内容之一，每年为社会和企业培育数百名优秀人才。在他传帮带的徒弟中，1人成为高级技师，2人成为技师，5人成为高级工，2人成为中级工，这些人均成为生产一线的骨干，通过这种传承，宁允展输送了许多优秀技术人才，为企业发展注入了来自基层的动力。

近年来，宁允展先后获得多项省级及以上荣誉称号。2015年获央视“大国工匠”称号；2015年8月入选“中国好人榜”；2015年被全国总工会授予第十四届“全国职工职业道德建设标兵个人”荣誉称号；2015年被山东省委宣传部授予全省第五届道德模范提名奖；2016年被全国总工会授予“全国最美职工”荣誉称号；2016年被山东省委宣传部授予“2015山东好人十大年度人物”“四德榜先模人物”荣誉称号；2016年被山东省委宣传部、山东省总工会授予“齐鲁最美职工”荣誉称号；2017年被全国总工会授予“全国五一劳动奖章”。

学生活动

爱岗敬业是社会主义职业道德的基础和核心，在构建社会主义和谐社会的大背景下，提倡爱岗敬业精神具有极强的现实意义。请结合现实和自身实际，以爱岗敬业为主题写一篇演讲稿。

诚信篇

诚信是自古以来就备受中华民族推崇的一种人格境界。它要求人们真实无妄、诚实无欺。诚信是一种个人修养，又是一种道德行为。一个人只有内心诚实，才能善待父母，善待朋友，进而整个社会才会和睦。因此，诚信既是一个人的立身之本，也是一个民族、国家生存的基础。

一、诚信的渊源

“诚实守信”是中华民族传统美德的一个重要规范，所谓“诚实”，就是说老实话、办老实事，不弄虚作假，不隐瞒欺骗，不自欺欺人，表里如一。所谓“守信”，就是要“讲信用”“守诺言”，也就是要“言而有信”“诚实不欺”。

“诚”被中国历代文人当作为人之道的最根本品质。人立身处世，必以诚为本。宋代理学家朱熹认为：“诚者，真实无妄之谓。”即真实不欺，诚实无妄（诚实诚恳）的内在品质。

“信”即信用、信任，是“内诚”的外化，也就是在人与人交往中的



表现，“诚”于中然后才能显“信”于外。“诚”更多地指“内诚于心”，“信”则侧重于“外信于人”。所以孟子说：“诚者，天之道也；信者，人之德也。”

二、诚信的传承

“诚”字首见于《尚书》。但作为实词使用，却最早见于《左传》：“明允笃诚”。孔子有“内不欺己，外不欺人”“人而无信，不知其可”“言必信，行必果”等一系列关于诚信的见解。孟子也提出了“诚者，天之道也，思诚者，人之道也”，以此来告知我们诚信是自然的规律，追求诚信是做人的规律。《中庸》说：“诚者，物之终始，不诚无物。”认为一切事物的存在皆依赖于“诚”。《大学》中还说：“所谓诚其意者，毋自欺也。”这里所讲的“诚”，就是使自己的意念诚实，不要自己欺骗自己。

先秦以后的思想家们，都把“诚”和“信”作为立身处世的基本道德要求。唐代魏徵更将诚信提高到超越于政治理念的层面上，以诚信为国家政务的大纲所在，又落实到君臣关系中。唐太宗对诚信的认识和贯彻在古代君王中是较为难得的。在对待众臣、百姓及边疆少数民族的问题上，基本能够以诚信示人，也获得了天下对其的尊重及支持，实现了大治。

宋明道学家们，对“诚”赋予了更重要的地位。周敦颐把“诚”提到“五常之本，百行之源”的高度；陆象山则强调“忠信”，认为“忠者何？不欺之谓也；信者何？不妄之谓也”，“人而不忠信，何以异于禽兽者乎？”

明清时的晋商以“信誉至上，诚实守信”称雄国内商界五个多世纪，做到了“生意兴隆通四海，财源茂盛达三江”；徽商中的胡雪岩以诚信之举，在几十年的时间里创建了自己的商业帝国。

党的十八大把“爱国、敬业、诚信、友善”列为公民基本道德规范，是从个人行为层面对社会主义核心价值观基本理念的凝练，它覆盖社会道

德生活的各个领域，是公民必须恪守的基本道德准则，也是评价公民道德行为选择的基本价值标准。党的十九指出，“大推进诚信建设和志愿服务制度化，强化社会责任意识、规则意识、奉献意识”。

习近平同志更是在国内外多个重要场合强调诚信的重要性，为诚信在社会生活、外交关系和时代价值上的体现开启了多维视野，提供了基本遵循。

在几千年的文化历史上，我们有着太多诚信的典型人物和故事。

曾子杀猪立信、商鞅“立木为信”、季布一诺千金、管宁割席绝华歆、蔡璘重诺还款等故事已经妇孺皆知、深入人心。北宋词人晏殊素更是以“便宜不捡，圣誉不认”的行为赢得了宋真宗的信任。

到了现当代我们仍能看到众多以自己的微薄之力努力践行“诚信”的人。

江西省德兴市李宅乡宗儒村村民陈美丽在丈夫因扑救山火意外身亡后，“欠账还钱，天经地义”这一信念使她毅然做出用死亡赔偿金来偿还债务的决定。尽管家里还有生病的老人、两个未成年的孩子，在赔偿金用完已经无以为继的情况下，一位只读过小学的村妇用她的行为告诉我们什么是“诚信”。她被网友称为当下“中国最诚实守信的村妇”。

像陈美丽这样的人还有很多：“只为一句承诺，10年打工还债”的河南焦作王玉伟；“新年不欠旧年账，今生不欠来生债”的“信义兄弟”孙水林、孙东林兄等都是当代诚实守信的楷模。

改革开放以来的这些年，虽然我们的物质生活得到了极大的提高和满足，人们却发现，一些领域里，人们的诚信在消退，“拜金”在滋长，利益取代了美德，诚信让位于欺诈。从实体店到直播平台还在销售品种繁多的假货，社会上层出不穷的种种诈骗，即使是在被称为净土的校园，拖欠国家助学贷款不还、餐馆吃饭赖账、借他人钱物不还、考试作弊、就业时弄虚作假做材料等不道德不诚信现象时有发生。



信用缺失已是我国发展中突出的“软肋”，广大公众和企业深受其害。因此国家政府工作报告中明确提出，要加快社会信用体系建设。让失信者寸步难行，让守信者一路畅通。

相信在几千年诚信文化的熏陶下，在国家的提倡和监管下，“诚信”的践行之路会越走越远。

三、诚信的意义

首先，人无信则不立。诚信是个人立身之本。孔子认为，信是个人最基本的道德品质，说明了诚信对个人的价值所在。网上热传的在德留学生因逃票三次，求职被拒的故事说明不诚信的人是不值得信赖，更不能委以重任的。这个留学生更是因小失大，使自己的人生蒙上了污点。讲诚信才能有尊严的为自己的理想生活打拼，可以让我们有一个好的人际关系和被信任度。没有诚信的人，不仅仅会失去朋友亲戚的信任，更难以在现代社会中维系正常的社会交际。诚信的人可以赢得尊重，更可使自己免于危难。

其次，业无信则不精。荀子认为各行各业都应以诚信为本，并主张诚信不仅是职业道德的基本要求，而且是所有人际交往都应遵循的一条基本准则。

“北有同仁堂，南有庆余堂”不仅仅是一句妇孺皆知的口头禅，更是人们对诚信文化的传承。南北两个知名药堂能流传几百年长盛不衰的法宝就是“诚信”。“真诚到永远”的承诺也给海尔集团创造了无穷的财富。

在市场经济活动中的各种关系不仅要靠法律来规范，还要靠信用来维持，只有重承诺，守信用，才能形成公平竞争的秩序，市场活动才能够正常运行。因此，市场经济的正常运行与健康发展需要诚信为之保驾护航。

最后，国无信则不兴。孔子认为“足食”“足兵”“民信”是治理国家的三大支柱，而“信”为其中的最根本，国家可以“去兵”“去食”但不能无信，只有取信于民，才能得到民众的支持，国家的政令才会畅通无阻。

诚信是“国格”的体现。在国家内部，它是人民拥护政府、支持政府、赞成政府的一个重要的支撑；在国际上，它是显示国家地位和国家尊严的象征，是国家自立自强于世界民族之林的重要力量，也是良好“国际形象”和“国际信誉”的标志。

四、诚信的践行

诚信是我们中华民族的传统文化的宝贵财富，做为新时代的大学生是国家未来各个领域的骨干，我们要做到：恪守诚信，就要对自己讲的话承担责任和义务，言必有信，一诺千金。具体表现为：

第一，在生活中：答应他人的事，一定要做到。同他人约定见面、参加各种活动，一定要准时准赶到。对不应办或办不到的事情，不能轻易许诺，一旦许诺，就要努力兑现。如果我们在履行诺言过程中情况有变，以至无法兑现自己的诺言，就要向对方如实说明情况并表示歉意。第二，在学习上：努力学习，积极备考，考试不作弊，论文不抄袭。第三，在就业时：简历能够不“注水”，与用人单位谈好的事能够做到不随意毁约。

所以说树立诚信要从点点滴滴做起，养成时时、处处、事事讲诚信的良好习惯，把中华民族的优良传统继承发扬下去。

经典名句

人之所以为人者，言也，人而不能言，何以为人？言之所以为言者，信^①也。言而不信，何以为言？

——《春秋谷梁传》



注释：

①信：诚信

解读：

“信”字由人和言组成。人是社会的动物，以言语沟通，这是人区别于动物的基本特征。言语能传达信息，我们也在不断交流中了解彼此，表达信任。所以说，“信”是社会交往的基本道德。现实中，我们碰到不少人，好为浮言高论，却不能取信于人，不能落到实处，这些漂亮话越多，越是透支信任。

进学^①不诚则学杂，处事^②不诚则事败，自谋^③不诚则欺心而弃己，与人不诚则丧德而增怨。

——[宋]程颢、程颐《二程集》

注释：

①进学：使学业上有进步。

②处事：办事。

③谋：图谋、谋求。

解读：

有诚意才能正心，正心才能修身，修身才能齐家、治国、平天下。同时诚意可以格物，格物方能致知。可见诚意在整个人的修为与认知中是关键的一环。故此句特别强调了“诚”。做学问真诚，学问才能精一；做事真诚，方可成功；给自己谋划打算，直面本心，不自欺，才能避免耻辱的结果；待人接物不诚实，不仅对道德修养有害，还会让别人对自

已产生怨恨。

对人以诚信，人不欺我；对事以诚信，事无不成。

——冯玉祥

解读：

强调的是我们不管对人对事都应该诚实守信，不能欺骗，因为任何事情都是相对的：你怎样对待别人，别人也会以同样的态度来对待你。

经典篇目

论诚信(节选)^①

吴兢^②

贞观初，有上书请去佞臣者，太宗谓曰：“朕之所任，皆以为贤，卿知佞者谁耶？”对曰：“臣居草泽，不的知^③佞者^④，请陛下佯怒以试群臣，若不畏雷霆，直言进谏，则是正人，顺情阿旨，则是佞人。”太宗谓封德彝^⑤曰：“流水清浊，在其源也。君者政源，人庶^⑥犹水，君自为诈，欲臣下行直，是犹源浊而望水清，理不可得。朕常以魏武帝^⑦多诡诈，深鄙其为人，如此，岂可堪为教令^⑧？”谓上书人曰：“朕欲使大信行于天下，不欲以诈道训俗，卿言虽善，朕所不取也。”

贞观十年，魏征上疏曰：

臣闻为国之基，必资于德礼，君之所保，惟在于诚信。诚信立则下无二心，德礼形则远人斯格^⑨。然则德礼诚信，国之大纲，在于君臣父子，



不可斯须^⑩而废也。故孔子曰：“君使臣以礼，臣事君以忠。”又曰：“自古皆有死，民无信不立。”《文子》^⑪曰：“同言而信，信在言前；同令而行，诚在令外。”然而言而不信，言无信也；令而不从，令无诚也。不信之言，无诚之令，为上则败德，为下则危身，虽在颠沛之中，君子之所不为也。

自王道休明^⑫，十有余载，威加海外，万国来庭，仓廩日积，土地日广，然而道德未益厚，仁义未益博者，何哉？由乎^⑬待下之情未尽于诚信，虽有善始之勤，未睹克终之美故也。昔贞观之始，乃闻善惊叹，暨^⑭八九年，犹悦以从谏。自兹厥后，渐恶^⑮直言，虽或勉强有所容，非复曩^⑯时之豁如^⑰。謇谔之辈^⑱，稍^⑲避龙鳞；便佞^⑳之徒，肆^㉑其巧辩。谓同心者为擅权，谓忠谏^㉒者为诽谤。谓之为朋党，虽忠信而可疑；谓之为至公^㉓，虽矫伪而无咎^㉔。强直者畏擅权之议，忠谏者虑诽谤之尤^㉕。正臣不得尽其言，大臣莫能与之争。荧惑^㉖视听，郁^㉗于大道，妨政损德，其在此乎？故孔子曰“恶利口^㉘之覆邦家^㉙者”，盖为此也。

……

若欲令君子小人是非不杂^㉚，必怀之以德，待之以信，厉^㉛之以义，节之以礼，然后善善而恶恶^㉜，审罚而明赏。则小人绝其私佞，君子自强不息，无为之治，何远之有？善善而不能进，恶恶而不能去，罚不及于有罪，赏不加于有功，则危亡之期，或未可保，永锡祚胤^㉝，将何望哉！

太宗览疏叹曰：“若不遇公，何由得闻此语！”

太宗尝谓长孙无忌等曰：“朕即位之初，有上书者非一，或言人主必须威权独任，不得委任群下；或欲耀兵振武，慑服四夷。惟有魏征劝朕‘偃革^㉞兴文，布德施惠，中国既安，远人自服’。朕从此语，天下大宁，绝域君长^㉟，皆来朝贡，九夷重译^㊱，相望于道^㊲。凡此等事，皆魏征之力也。朕任用岂不得人？”征拜谢曰：“陛下圣德自天，留心政术。实以庸短^㊳，承受不暇，岂有益于圣明？”

贞观十七年，太宗谓侍臣曰：“《传》^③称‘去食存信’，孔子曰：‘民无信不立。’昔项羽既入咸阳，已制天下，向^④能力行仁信，谁夺耶？”房玄龄对曰：“仁、义、礼、智、信，谓之五常，废一不可。能勤行之，甚有裨益。殷纣狎侮^⑤五常，武王夺之；项氏以^⑥无信为汉高祖所夺，诚如圣旨。”

注释：

①选自《贞观政要》卷五。《贞观政要》是唐代史学家吴兢所著的一部政论性史书。全书十卷四十篇，分类编辑了唐太宗在位的二十三年中，政治、经济、军事、文化、制度、礼仪、教育等方面状况，有对话、诏诰、奏表，有事件描写，有经验总结，较系统反映了贞观年间的施政方针和实践效果，是历史上对贞观之治记载最为周详扼要的著作。虽然《贞观政要》在史实上有所失误，但由于“叙事简要，文字明畅”，论述的又是统治之道，因此晚唐以后受到历代统治者的重视，还流传到日本和朝鲜半岛，影响了日本幕府近千年；此书更是我们了解贞观之治的最详细的资料。

②吴兢：（670—749），汴州浚仪（今河南开封市）人。自武周时入史馆，修国史，迁右拾遗内供奉；到玄宗时官至刺史、邕郡太守、恒王傅等职位。他在史馆任职三十余年，以叙事简练、奋笔直书见称。编撰了大量的史书著作（独撰16种，共216卷；与人合撰8种，计725卷），但现在我们能看到的仅有《贞观政要》。

③的知：确切知道。

④佞者：善辩，巧言谄媚的人。

⑤封德彝：人名，太宗身边大臣。

⑥人庶：人臣庶民。

⑦魏武帝：曹操。

⑧教令：教化，命令。



⑨格：来，至。意谓信服，归顺。

⑩斯须：须臾，一会儿。

⑪《文子》：是先秦时的道家书，主要记载了老子之言，因是后人整理的，未必都是原文，但与《道德经》的意旨是相符合的。它解说老子思想，继承并发展了“道”的学说，杂糅了名、法、儒、墨等诸家思想。文子，相传是和孔子同时代的人，是老子的学生，范蠡先生的老师。唐玄宗诏封文子为“通玄真人”，诏改《文子》为《通玄真经》，与《老子》《庄子》《列子》并列为道教四部经典。老子、庄子、列子、文子也在唐代被称为“道门四大真人”。

⑫休明：原意是美而明，这里是太平盛世的意思。

⑬由乎：由，原因；乎，语助词。

⑭暨：意思跟“和”“及”差不多。但是，它用在更庄重、正式的场合。而且，它跟“和”“及”并不通用。在一些专用的名称中，则更是非它不可。

⑮恶(wù)：讨厌，憎恨。

⑯曩(nǎng)：以往，从前，过去的。

⑰豁如：豁然旷达，聪明大度。

⑱蹇谔(jiǎn'è)之辈：蹇，正直谔，正直的说话。忠诚正直、敢于直言的人。

⑲稍：本义为禾末，引申为略微；这里是“渐渐”的意思。

⑳便佞(pián nìng)：指能言善辩，但心术不正的人。

㉑肆：放纵，任意行事。

㉒讷(dǎng)：正直，敢于直言；借指敢于直言的人。

㉓至公：最公正；极公正。

㉔咎(jiù)：怪罪，处分。

㉕尤：通忧。

②⑥ 荧惑：即火星。由于火星呈红色，荧荧像火，亮度常有变化；而且在天空中运动，有时从西向东，有时又从东向西，情况复杂，令人迷惑，所以我国古代叫它“荧惑”，有“荧荧火光，离离乱惑。”之意。

②⑦ 郁：积聚、凝滞。

②⑧ 利口：能说会道的嘴。

②⑨ 邦家：邦，诸侯的封国。家，大夫的封邑。指国家，国与家。

③⑩ 杂：混合

③⑪ 厉：古同“励”，勉励的意思。

③⑫ 恶恶(wù'è)：动词，讨厌，憎恨。名词，坏的，不好的事情。

③⑬ 永锡祚胤(zuò yìn)：锡，赐。祚，皇位。胤，子孙后代。这里的意思是把帝位长久传下去。

③⑭ 偃革(yǎn gé)：停止战争。

③⑮ 君长：1. 君主 2. 部落的首领

③⑯ 九夷重译：九夷，各个少数民族。重译，译通“择”，选择。重新选择。

③⑰ 相望于道：道路上的使者可以互相看见

③⑱ 庸短：指平庸浅陋之才。用作谦词。

③⑲ 《传》：一般指《左传》，在此文中指的是《论语》。传，是一种古书的体裁。《左传》是传《春秋》版的，所以古人引《左传》时就用“传曰”二字。引《公羊》《谷梁》也可以用“传曰”。引《论语》《孝经》也有用“传曰”的，如此文。另《周易》分为《易经》和《易传》两个部分，《易经》简称为《经》，《易传》简称为《传》。要根据不同语境进行区别。

④⑰ 向：假设，如果

④⑱ 狎侮(xiá wǔ)：狎，亲近而态度不庄重。侮，欺负、轻慢。狎侮，轻慢，戏弄。常用以形容人物言行举止。

④⑳ 以：因为



作品赏析：

《贞观政要》卷五讲的是伦理道德在求治中的作用问题，分别论述了《仁义》《忠义》《孝友》《公平》《诚信》等5种道德准则，记录了唐太宗非常重视仁义忠孝观念实用价值的史事和言论。

本文开始先以太宗的言行强调诚信应从“正源”开始，要自上而下才可行，也就是说诚信是维护国家社会稷、封建君权的基础与保障，诚实守信能否在政治生活中发挥实效还需要君臣的躬身践行。“德礼诚信，国之大纲”是魏徵所上奏疏中强调的主旨。此时距唐太宗执政已经有十年，魏徵认为唐太宗的思想正在发生变化，由“闻善惊叹”向“渐恶直言”发展，因此上疏劝诫。十多年来，国力日益强盛，但“道德未益厚，仁义未益博”，是什么原因造成的呢？魏徵认为主要是由于唐太宗“待下之情，未尽于诚信”。所以魏徵强调“诚信”是取信于臣的基础，是君臣互信的纽带，是执政的关键。最后仍以太宗的言论强调了诚信的重要作用，认为诚信首先是赢得民众信赖的基础，是巩固国家政权的有力保障。通过这些言论和实例论证了：君臣上下诚信不欺，互相通联，才能政令畅通；君臣之间如果互相猜忌，就难以齐心协力处理国家大事。

唐太宗的以诚待人、任人不疑，魏徵以“诚信”为国之根本的做法，使得“诚信”成为贞观时期为君为官施政的一大要务，是保证国家长治久安的重大措施。这也是贞观君臣能成就“贞观盛世”的重要原因。

典型人物

诚信立身的胡雪岩

“经商要看胡雪岩，为政要读曾国藩”这是从清代后期一直流传至今的一句话。胡雪岩是中国晚清时期的一位传奇人物。清徽州绩溪人，名光

墉，幼名顺官，字雪岩，徽商的代表人物。他的一生极具戏剧性，他在短短的几十年里，由一个钱庄的伙计成为闻名于清朝朝野的红顶商人，其经商才能、处世韬略，一直为世人所称道。

胡雪岩深知“诚信至利，欺诈招害”的道理，信誉对商人来说，就像是水对鱼那么重要，所以他做生意童叟无欺，坚持以诚信为本。

胡雪岩的阜康钱庄刚开业不久，就接到了一笔“大单子”。驻杭州绿营兵的“千总”罗尚德要存入一万二千两银子，但是他有一个条件，不要存执，也不要利息。当胡雪岩听到这个条件时也是一愣，就问他为什么？原来他曾是一个赌徒，把未来岳丈家里的一万五千两银子都输掉了。女方家就提出了退婚，银子也不要了。这件事情对罗尚德刺激很大，一个血性男儿不会赚钱，只会输钱，甚至连未婚妻也输没了。他就跑出来当兵了，就是为了还掉这笔债。现在他已经存了一万二千两银子，却接到要到去打仗的命令。银子带在身上不方便，又没有亲戚可以托付，于是想到了钱庄。自己是上战场，生死未卜，也不想把存执放在身上。

得知这个情况，胡雪岩当场决定：一、虽然对方不要利息，钱庄还是以存三年的高额利息计算，到三年后，连本带息给罗尚德一万五千两；二、钱庄规矩还是要立一个存执，交钱庄掌柜保存。

后来，罗尚德阵亡了。临终前，他托付两位老乡到阜康钱庄取钱还给老家的岳丈。两位老乡就这样口说无凭地来阜康钱庄取钱，没有凭证，当事人也不在了，阜康钱庄完全有理由不给笔钱，就是这两位老乡也以为会遇到钱庄的刁难，甚至想过这笔存款就此被赖掉，但是胡雪岩让他们请来双方的熟人做了个证明，在证实他们确实是罗尚德的同乡后，直接给他们办理了手续，还按之前胡雪岩给罗尚德的承诺连本带息的全部付给了两个当兵的。



胡雪岩开设的胡庆余堂，始创于1874年，地处杭州吴山脚下。在中医药漫长的发展源流中，胡庆余堂以其精湛的制药技艺和独特的人文价值，赢得了“江南药王”之美誉，有“北有同仁堂，南有庆余堂”之称。

在胡庆余堂药店的大厅里，挂着一块牌匾，黄底绿字，非常醒目，这块牌匾被称为“戒欺”匾。它正对着坐堂经理的桌子，采用朝里方式悬挂，目的就是告诉胡庆余堂药店所有员工：药店最重要的一个信条就是“严禁欺骗顾客”。

“戒欺”是胡雪岩的一句口头禅，也是其在做生意上始终信奉的理念。

胡雪岩提出的第一个原则是：“采办务真，修制务精”，也就是说药方一定要可靠，选用的材料一定得实在，炮制也一定要精细，这样卖出的药才会有非常好的功效。胡庆余堂制药所涉及的药材不下3000余种，都是在全国药材产区自设机构收购的地道的药材上品，如果有假冒药材进店，一概丢弃不用。

第二个原则是：药店里上至总管，下到采办员、店员，除了要勤奋、谨慎、能干之外，更要具备诚实、心善这些品质。他认为，只有这样的人，才能时时刻刻为病人着想，时时刻刻注意药材的品质。而对于药店来说，只有这样，药店才能真正达到济世救人的目的，也不会坏了名声，倒了牌子。

第三点是“真不二价”，童叟无欺，只卖一个价格。在胡庆余堂大厅里还有一块对外的“真不二价”的匾额，它与对内的“戒欺”匾见证了胡雪岩所追求的商业信誉和商业道德。

因此，胡庆余堂在经营上体现在：所用之人真心实意，所购之材真材实料，所制之药真方实作，所卖之药真货实价。

1882年，为了改变洋行操纵丝价的情况，胡雪岩开始创办缫丝厂，囤积了大量的生丝，使洋人“欲买一斤一两而莫得”。却遭到洋商与洋行的

联手报复，胡雪岩的资金周转开始出现问题，外国银行还采取催还贷款和不准放贷等手段，掐断胡雪岩的资金外源渠道。再加上当时阜康给政府垫资也无法收回，使得胡雪岩的资金危机更是雪上加霜。

此时，胡雪岩的生意伙伴们劝他出售蚕茧，但胡雪岩坚持不售。他不愿出售蚕茧的原因之一就是不想违背自己与缫丝加工户的协议。胡雪岩说：“做人总要讲宗旨，要讲信用，说一句算一句，我答应过的，不准新式缫丝厂来抢乡下养蚕做丝人家的饭碗，我不能卖茧子给他们。”

最终在这场生丝大战中胡雪岩还是败了，但是他却是宁愿自己破产，也不背信弃义，守住自己的信誉，比自己的生命还重要。因此，胡雪岩虽败犹荣，他被人称为自范蠡之后的又一位“商圣”，就是缘自他的诚信立身。

讲究商业信誉，是胡雪岩为代表的徽商信奉的经商信条，他认为“要从正道取财，不要有发横财的心思”“钱要拿得舒服，烫手的钱不能用”。

胡庆余堂里“修合虽无人见，诚心自有天知”的这幅对联，就表明了胡雪岩诚心自守的商业道德和商业精神。

学生活动

1. 观看电视剧《诚信》，以“扬中华美德，做诚实公民”为题写一篇演讲稿，并在班级内宣讲。
2. 学习歌曲《诚信中国》

友善篇

一、什么是友善？

友善是一个人重要的核心层面价值观，儒家的“仁”，道家的“道”，佛教的“慈”都是传统文化中最精粹、最深刻、最集中的友善观。“友善”作为一个完整的词汇最早出现于《汉书·息夫躬传》：“皇后父特进孔乡侯傅晏与躬同郡，相友善。”意思是孔乡侯傅晏与息夫躬是同一个郡的人，两个人关系非常好。在我国的汉字发展历史上，“友”这个字本身就寓意隽永且有趣。“友”在甲骨文中从字形上看是由两个“又”字组成的，就像是朝着同一方向的两只手握在一起。《说文解字》解释说：“同志为友，从二又，相交友也。”《礼记》曰：“同门曰朋，同志曰友。”因此，“友”在古文中表示两个人以手相助，握手结交，彼此友好，相互帮助。（图片）也就是说，“友”在本意上象征着朋友之间的相互援手和相互帮助。而“善”在古文中则是一个会意字，从羊，从言。（图片）在古代的时候羊是吉祥的代表，“羊”和“言”组成吉祥的话语，《说文》里也这样解释：“善，吉也。”所

以“善”的本意为吉祥。“友”与“善”结合成友善，从字面上说就是像朋友一样善良。可以说友善是中华民族千百年形成的基本传统美德，也是我们做人、做事、成家、立业，以及获得成功的重要法宝。

二、友善的传承

中华民族一直以来都崇尚与人为善，以和为贵。古往今来一直流传着很多关于友善的故事，这些故事可以很直观的让我们体会友善的力量和重要作用。在中华传统二十四孝的故事中《孝感动天》和《芦衣顺母》也是友善的赞颂与发扬的典范。传说中的远古帝王虞舜，他的父亲瞽叟、后母以及他的后母的儿子象，多次想害死他：舜却毫不介意，仍对父亲恭顺，对弟弟慈爱。他的孝行感动了天帝。舜在历山耕种，大象替他耕地，鸟代他锄草。帝尧听说舜非常孝顺，有处理政事的才干，不但把两个女儿嫁给他，还经过多年观察和考验，选定舜做他的继承人。春秋时期鲁国人闵损，孔子的弟子，在孔门中以德行与颜渊并称。他生母早死，父亲娶了后妻，又生了两个儿子。继母经常虐待他。冬天，继母给闵损的两个弟弟穿用棉花做的冬衣，却给闵损穿用芦花做的棉衣。当父亲知闵损受到后妻的虐待要休逐后妻时，闵损跪求父亲饶恕继母，说：“留下母亲只是我一个人受冷，休了母亲三个孩子都要挨冻。”父亲十分感动，就依了他。继母听说，悔恨知错，从此对待他如自己的亲生孩子一样。

六尺巷的故事成中国人以礼待人的一个写照，也是友善的佳话。相传当年宰相张英邻家造房占张家三尺地基，张家人不服，修书一封到京城求宰相张英主持公道。张相爷看完书信回了一封信，“千里家书只为墙，让他三尺又何妨；万里长城今犹在，不见当年秦始皇”。家人收信后羞愧难当，就按相爷之意退让三尺。邻家人见相爷家人如此胸怀，亦退让三尺，遂成六尺巷。

现代更有许多友善的故事时时发生。如19岁的打工女孩石芳丽与韩



大爷的举动，就让我们真实地感受到了友善的力量。上班途中，骑电瓶车的石芳丽不慎将韩大爷撞倒。此时，街上没有过往的行人，只有飞驰而过的车辆，石芳丽没有选择逃避，而是大声呼叫，找来路人帮忙，一起将韩大爷送到了医院，争取了宝贵的救治时间。韩大爷醒来后，石芳丽一直诚恳地向老人道歉，主动承认“我负全责”。她的父亲在得知消息后也送来了一万块钱的医药费。韩大爷看到石芳丽如此真诚、善良、勇于担当，便放弃了追责与索赔。然而，事情并没有结束。让人没有想到的是，石芳丽因为每天到医院照顾韩大爷而丢掉了工作，这令韩大爷感动不已。在得知石芳丽家庭困难的情况下，韩大爷家人主动帮她联系了新的工作。现在韩大爷已经出院了，石芳丽还经常抽出时间去看他，两人相处得十分和谐、融洽。

因此说友善是社会的润滑剂，能够让人如沐春风，能够让人与人之间的关系和睦，能够减少很多摩擦和必要的不必要的麻烦，有助于社会团结，有助于社会进步，我们都需要继承中华民族与人为善的优良传统。

三、友善的作用

1. 友善则人们达成共识，融洽相处的前提性条件。

随着科技的进步和文化的交融，人们活动的范围越来越大，交往也越来越频繁，特别是我国当前这样一个社会转型期，经济压力越来越大，利益竞争更趋激烈，社会矛盾和社会分歧增多，《论语·学而》中说，“礼之用，和为贵”，就是强调以一种和谐友善的态度来对待自然、社会 and 他人，以一种宽广的胸怀来处理各种关系。《周易》中说，“地势坤，君子以厚德载物”，表现出一种器量宏大的宽广胸怀。因此友善则是社会各阶层，各行业的人民融洽相处离不开友善。

2. 友善有助于建立良好的个人关系。

随着人们活动范围的扩大，传统的以血缘关系为主的社会关系逐渐淡

化，我们需要更多的与陌生人交流相处，友善成为联系社会成员的价值纽带。常言道：“良言一句三冬暖，恶语伤人六月寒”，友善交流的态度与人为善的宽厚可以增进陌生人之间的感情，从而推动相互之间进一步协作。

3. 友善有助于改善社会不良风气。

依据我们身边的经验，我们可以明显的感觉到这个社会变得比过去更加焦躁，人们的行为上也出现了比过去变狠的倾向，我们感到安全受到了威胁，但是却不知道如何来摆脱这种暴戾之气。其实改变这种风气的根本方法就是每个人都持有友善的价值观念。友善不仅能善待他人，同时也能使自己受益。因而友善价值观在增进公民情感发挥社会凝聚力的同时，有助于人们在行使公民权利的过程中意识到自我行为的社会意义，从而使社会风气不断走向良性变化。

4. 友善有助于凝聚社会各阶层的力量，维护社会的稳定。

改革开放以来我国经济发展取得了令人瞩目的成就，但是由于我国经济结构以及各项制度尚在调整和完善之中，加之人们在天赋能力，受教育程度等方面的差距，客观上造成了我国社会群体的分化。在这种背景下，人们的社会心态在某种领域出现了失衡的现象，比如仇富心理、仇官心理、在财富面前的浮躁情绪等等。社会心态失衡的主要原因，固然有这些阶层的部分成员，为非作歹，傲慢无礼，但是各阶层之间缺乏正常的理解和沟通，也是不容忽视的原因。树立友善价值观，从个人层面，能够帮助人民以阳光心态看待其他公民，从积极的角度肯定他人尊重他人；在群体层面，友善价值观能够让人们在群体之间传递友爱的信息，给予相互理解。

四、当代大学生践行友善

1. 提高大学生自身的道德修养。

友善的行为是我们内在的友爱和善理念的外化，一个内心阴暗的人是



不会有和善的态度和友爱的精神的。友善的对待他人，对待社会，对待自然，根本在于自己道德修养的提升。从个人品德的角度讲，如何能够做到友善呢，那就是形成仁爱之心，以此作为友善的内在基本。真诚的给别人以帮助，带给他人吉祥，因此友善的动力来自内心的仁爱。只有自己内心有仁爱之心，才能够把这种爱传递给他人。友善是爱心的外化，只有宅心仁厚才能关爱他人，尊重他人，平等对待他人。

2. 优化诚实守信助人为乐的人际关系。

友善价值观对于诚信有着内在的追求，意味着公民胸怀坦荡，实事求是。诚实守信要求公民对他人信守承诺，充分履行自己的义务。友善是建立在诚信的基础上的，并且包含诚信，我们无法想象一个不能以诚待人的人，他能否友善地对待亲戚朋友和其他社会公民。在真诚守信的同时，还要做到乐于助人。助人为乐是高尚的做人的基本标准，要发扬助人为乐的美德，把别人的困难当成自己的困难；能够设身处地的为别人着想，给别人真诚热情的帮助和关怀；应有恻隐之心，能够对他人的遭遇产生同情之感，当代之所以出现的许多问题与人们恻隐之心的丧失有着直接的关系。

3. 构建开明包容团结互助社会关系。

友善是社会生活的润滑剂，首先友善维系着公民之间的平等，友善是建立在主体的平等地位之上，友善的双方都拥有共同的要求，彼此间有着共同的愿望，其次，友善维系着公民间的真诚友善，不是一种偶然的情绪，而是一种稳定的道德联系，在这种联系之中，公民之间真诚相待建立互爱互信的伦理秩序，再次，友善维系着公民间的互助友善，虽然不以互利为前提，但是在友善的联系中，公民之间，进一步巩固了互助的关系，在公民互助中，大家都平等的相待，没有任何公民，因为给予别人帮助别人或者接受别人的帮助，而处于人格的优势或者弱势地位，因此，友善对于社会主义和谐社会的构建非常重要。

4. 构建天人合一和谐自然的生态环境。

友善不仅包括对人的友善。还包括对自然对社会的友善。从远古时代开始，中华民族就形成了天人合一，人与自然和谐相处的思想。3000多年前老子就提出了人法地，地法天，天法道，道法自然，要求人们按照自然的法则，获得本质的发展。但是近年来，在过度追求经济增长的背景下，人们逐渐忘记了人与自然和谐相处的古训，开始了对大自然的严重破坏，对大自然进行无节制的掠夺，对环境造成了巨大的伤害。这些都是对环境不友善的表现，人类不得不吞下自己种下的苦果。我们大力实施了退耕还林、植树造林、大力淘汰落后产能、减少工业发展对环境的危害、大力发展风能、太阳能等清洁能源，还大自然以蓝天碧水。

综上所述，无论对个人，还是对社会而言，友善都是那么的重要。社会由每一个人以及人与人之间的关系组成。一个健康、积极、向上的社会需要真、善、美，这种社会道德标准就是我们为人处世的行为准则，也是人与人之间的交际之道。身处在大学校园这个“小社会”里，与朋友、与同学、与师长相处更需要友善。我们是新时期的大学生、时代的骄子，一言一行代表着青年一代的主流、祖国未来的希望。只有身体力行，用实际行动去践行社会主义核心价值观，我们的校园才会和谐，社会才会和谐，“中国梦”才会更好地实现。

经典名句

取诸人以为善，是与^①人为^②善^③者也。故君子莫大乎与人为善。

——《孟子》



注释：

- ①与：偕同之意。
- ②为：做。
- ③善：好事。

解读：

理解这句话需要理解其上下文的意思。孟子曰：“子路，人告之以有过，则喜。禹闻善言，则拜。大舜有大焉，善与人同，舍己从人，乐取于人以为善。自耕稼、陶、渔以至为帝，无非取于人者。取诸人以为善，是与人为善者也。故君子莫大乎与人为善。”这段话用了层层递进的形式解释“与人为善”。第一层，别人给子路指出不足，他就很高兴。第二层，大禹听到使他变得更好的建议，就会拜谢。第三层，大舜总是与别人共同做善事，放弃自己的意见，服从众人的主张，非常乐于吸取别人的长处来行善。从他种地、做陶器、捕鱼一直到做帝王，没有哪个时候他不向别人学习，吸取别人的优点来行善，也就是与别人一起来行善。君子，最重要的就是要与别人一起来行善。

勿^①以恶小而为之，勿以善小而不为。惟贤惟德，能服于人。

——[晋]陈寿《三国志》

注释：

- ①勿：不要

解读：

这是刘备去世前给其子刘禅的遗诏中的话，是劝勉他要进德修业，有

所作为。好事要从小事做起，积小成大，也可成大事；坏事也要从小事开始防范，否则积少成多，也会坏了大事。所以，不要因为好事小而不做，更不能因为不好的事小而去做。小善积多了就成为利天下的大善，而小恶积多了则可能祸国殃民。

最能施惠于朋友的，往往不是金钱或一切物质上的接济，而是那些亲切的态度，欢悦的谈话，同情的流露和纯真的赞美。

——富兰克林

解读：

本杰明·富兰克林是18世纪美国的实业家、科学家、社会活动家、思想家、文学家和外交家，也是美国的开国元勋之一。作为一名社会活动家，富兰克林对人与人之间友善的认识更为丰富和深刻。友谊是人的精神生活中一个重要的组成部分，没有友情的人，就像生活在凄凉的荒漠。缺乏朋友的人，最感到人间的孤独，人们需要友谊，渴望友谊，追求友谊，是因为真诚的友谊可以使人奋发，使人欣慰，使人快乐，使人向前。

经典篇目

《西伯传》^①

[汉]司马迁^②

古公有长子曰太伯，次曰虞仲。太姜^③生小子季历，季历娶太任^④，



皆贤妇人，生昌，有圣瑞^⑤。古公曰：“我世当有兴者，其在昌乎^⑥？长子太伯、虞仲知古公欲立季历以传昌，乃二人亡如荆蛮^⑦，文身断发^⑧，以让季历。

古公卒，季历立，是为公季。公季脩^⑨古公遗道，笃於行义，诸侯顺之。

公季卒，子昌立，是为西伯。西伯曰文王，遵后稷、公刘之业，则^⑩古公、公季之法，笃仁^⑪，敬老，慈少。礼下贤者，日中不暇食以待士^⑫，士以此多归之。伯夷、叔齐^⑬在孤竹，闻西伯善养老，盍往归之。太颠、闳^⑭夭、散宜生、鬻^⑮子、辛甲大夫之徒皆往归之。

崇侯虎谮^⑯西伯於殷纣曰：“西伯积善累德，诸侯皆乡之，将不利於帝。”帝纣乃囚西伯於羑^⑰里。闳夭之徒患之。乃求有莘氏^⑱美女，骊戎^⑲之文马，有熊^⑳九驷，他奇怪物，因殷嬖^㉑臣费仲而献之纣。纣大说，曰：“此一物^㉒足以释西伯，况其多乎！”乃赦西伯，赐之弓矢斧钺，使西伯得征伐。曰：“谮西伯者，崇侯虎也。”西伯乃献洛西^㉓之地，以请纣去炮烙之刑。纣许之。

西伯阴行善，诸侯皆来决平^㉔。於是虞、芮^㉕之人有狱不能决，乃如周。入界，耕者皆让畔^㉖，民俗皆让长^㉗。虞、芮之人未见西伯，皆惭，相谓曰：“吾所争，周人所耻，何往为，祇取辱耳。”遂还，俱让而去。诸侯闻之，曰“西伯盖受命之君”^㉘。

明年^㉙，伐犬戎^㉚。明年，伐密须^㉛。明年，败耆国^㉜。殷之祖伊闻之，惧，以告帝纣。纣曰：“不有天命乎？是何能为！”^㉝明年，伐邶^㉞。明年，伐崇侯虎。而作丰邑^㉟，自岐下而徙都丰。明年，西伯崩，太子发立，是为武王。

西伯盖即位五十年。其囚羑里，盖益易之八卦^㊱为六十四卦。诗人^㊲道西伯，盖受命之年称王而断虞芮之讼^㊳。后十年^㊴而崩，谥为文王^㊵。

注释：

①选自《史记·周本纪》周的祖先仍然是兴起于只知其母不知其父的母系氏族社会，只是历史文献关于它的记载具有更重的神化色彩。周经历的时期很长，大致可分四个阶段。一是武王以前的兴国时期。后稷、公刘、古公亶父、公季等先公先王是这个时期的重要人物，他们的业绩对后世影响很大，特点是积善累德，笃于仁义，而由西伯总其成。二是武王灭殷立国以后的西周时期。周以德胜殷，但成康以后王道微缺，转折的事件是祭公谋父谏穆王应该“耀德不观兵”，可知在客观上武力、刑罚的作用逐渐突出，以至于厉王好利，侈傲止谤，共和行政以后宣王料民，经历幽王荒淫，国势大为削弱。三是平王东迁以后史称东周，先为春秋时期。总的特点是周室衰微，诸侯强并弱，齐、晋、秦、楚相继称霸，在尊王攘夷的旗帜下，武力的作用已胜于德。四是元王以后的东周相当于战国时期。随着齐田常杀简公，三晋灭智伯事件的前后出现，已，经是“九鼎震”的状况，秦国获得了发展。在最后形成东西周分治后，虽有纵横家从中周旋，但最终灭亡于秦已是势在必然。《周本纪》系统地整理出周的历史。综观周的发展，在《史记》本纪所揭示的天下大势中，以其明显体现出从德到力的转变，而具有重要意义。

②司马迁（前145年或前135年—不可考），字子长，生于龙门（西汉夏阳、即今陕西韩城南，另说今山西河津），西汉史学家、散文家。司马谈之子，任太史令，因替李陵败降之事辩解而受宫刑，后任中书令。发奋继续完成所著史籍，被后世尊称为史迁、太史公、历史之父。司马迁早年受学于孔安国、董仲舒，漫游各地，了解风俗，采集传闻。初任郎中，奉使西南。元封三年（前108）任太史令，继承父业，著述历史。他以其“究天人之际，通古今之变，成一家之言”的史识创作了中国第一部纪传体通史《史记》（原名《太史公书》）。被公认为是中国史书的典范，该书记载了从上古传说中的黄帝时期，到汉武帝元狩元年，长达3000多年的历史，



是“二十四史”之首，被鲁迅誉为“史家之绝唱，无韵之离骚”。

③太姜：古公的妃子，有郃氏之女。

④太任：季历的妃子，挚任氏的中女，文王之母。

⑤圣瑞：圣人出生的祥瑞。传说姬昌出生时，有朱雀衔丹书止于其家房户。

⑥此句谓我们这个家族当会有能够使它兴盛起来的人，大概就在昌身上吧？

⑦乃：于是。亡：逃走。荆蛮：指吴越一带地方。荆，楚灭越，秦又灭楚后改楚称荆，以避秦庄襄王子楚之讳。蛮，当时北方视南人为蛮夷，故称。

⑧文身断发：在身上刻画花纹，把头发截短，这是适应当地的风俗。

⑨脩(xiū)，高、长的意思，可引申为遥远、美好之意。

⑩则：仿效。

⑪笃仁：忠诚地实行仁义。

⑫此句谓恭谦对下，尊重贤才，白天为了接待士人忙得连吃饭都没有空暇，士人因此多半来归顺于他。

⑬伯夷、叔齐事详见《伯夷列传》。孤竹：古国名，在今河北卢龙至辽宁朝阳一带地方。盍：通“合”，一同，一起。

⑭閼(hóng)天。

⑮鬻(yù)子。

⑯崇侯虎：崇国诸侯名虎。崇国，在今陕西户县东。譖(zèn)：说人坏话。

⑰姜(yǒu)里：古地名，又称姜都，在今河南省安阳市汤阴县北4.5公里的姜里城遗址。姜水经城北东流。为商纣囚禁周文王的地方。

⑱有莘(shēn)氏：部族名，姒姓，在今陕西合阳东南。

⑲骊戎：部族名，姬姓，在今陕西临潼。文马：身上有文彩的骏马。

②0有熊：部族名，在今河南新郑。驷：一车套四马。九驷是三十六匹马。

②1嬖(bì)：受宠爱。

②2一物：指有莘氏的美女。殷纣淫昏好色，所以这样说。

②3洛西之地：洛水以西的地区。

②4决平：请求对争端加以公正裁决。

②5虞：在今山西平陆北。芮(ruì)：中国周代诸侯国名，今陕西大荔东南洛水和渭水汇合处。

②6畔：田界。

②7让长：尊重年长的人。

②8此句谓西伯该是一位承受天命的君主。

②9明年：第二年，下一年。

③0犬戎：部族名，在今洛水上游一带。

③1密须：部族名，姑(jí)姓，在今甘肃灵台西南。

③2耆(qí)国：即黎国，《殷本纪》作饥国，在今山西长治市南。

③3此句谓不是有天命吗？他这样做又能有什么作为？

③4邠(yú)：诸侯国名，在今河南焦作市西。

③5丰：邑名，在今陕西户县东。

③6八卦：古代由阴(一)阳(一)二爻组成象征自然和社会现象的八种符号，即乾、坤、震、巽、坎、离、艮、兑。六十四卦：八卦两两相重而成，相传这是文王所增益。

③7诗人：指《诗》中赞扬文王篇章的作者。道：称颂。

③8此句谓原来是因为裁断了虞、芮的争讼，受到诸侯国的拥护，这一年就叫做“受命之年”而称王。

③9十：或当为九。

④0文：《谥法》，经纬天地曰文。



作品赏析：

“祖孙三代一条心，父子兄弟皆圣贤”用这句话来形容文王姬昌的家世再合适不过。《史记》“吴太伯世家”记载，周太王的有三个儿子，个个都是好样的。姬昌的父亲季历在兄弟中排名第三，素有贤名，姬昌更是少有圣名，所以季历的父亲周太王要把王位传给季历，再及姬昌。季历的两个兄长明白了父亲的想法，主动出奔到荆蛮，文身断发，示不可用。首先太王知人善任，敢于打破传统，真正为周人的长远利益考虑。其次，长子的泰伯（太伯）和次子仲雍秉性仁厚，加之兄弟三人情同手足，互相友爱，会理解父亲的良苦用心的，尤其是作为长子的泰伯（太伯）性格宽厚仁慈，为人知书达理，听到父亲的超乎常规的意向后，顾全大局，作出了避让的选择，受到了后世孔子的赞美，称之为“至德”，即达到了最高的道德境界。再次，姬昌，（即后来的周文王）姬昌继位以后，姬昌处理问题，不带私心，能真心为别人考虑。行善不与人争功，能继承后稷、公刘开创的事业，仿效祖父古公直父和父亲季历制定的法度，实行仁政，敬老爱幼，礼贤下士，治理岐山下的周族根据地。实行着封建制度初期的政治，即裕民政治，征收租税有节制，让农民有所积蓄，以刺激劳动生产。对外招贤纳士，许多外部落的人才以及从商纣王朝来投奔的贤士，他都以礼相待，予以任用。如伯夷、叔齐、太颠、閔夭、散宜生、鬻熊、辛甲等人，都先后归附在姬昌部下称臣。姬昌自己生活勤俭，穿普通人衣服，还到田间劳动，兢兢业业治理自己的国家。岐周在他的治理下，国力日渐强大。因此，我们看到友善在国家的传承和建设方面的价值和作用。

典型人物

王旦善待寇准成就一代名相

宋代的寇准与王旦，同朝为官，王旦为宰相主管中书省，寇准为副相主持枢密院。两人性格相左，一个柔和，一个刚直，所以常有摩擦。

一日，中书省有文件送枢密院，不合诏书格式，寇准便把这件事报告了真宗，王旦受到了责备，中书省的官吏也受到了处分。没出一月，枢密院有文件送中书省，也违反了诏书格式，中书省的官吏很高兴地呈送王旦，认为报复的机会来了。

王旦却叫人送还枢密院。寇准十分惭愧，拜见王旦说：“您真是有天大的度量啊。”王旦与人为善，宽容对待同僚间的摩擦，不仅消除了彼此隔阂，确保了政坛稳定，而且以自己的高尚情操，“善”出了政绩卓著的一代名相——寇准

美国总统威廉·麦金利友善记者消除诋毁之言

在一次国会选举期间，美国第25任总统威廉·麦金利经常被一个记者如影随形地跟踪。因为此人效力的报纸与麦金利政见相左，他经常发表一些于其不利的报道。麦金利对这个人感到很是恼火，可内心倒是禁不住暗暗“钦佩”其攻击自己的那种执著劲儿。

一天，麦金利坐着马车去附近一个小镇演讲。天气异常阴冷，没走多远，麦金利就听见后面传来熟悉的咳嗽声，回头一看，原来是那个正患感冒且衣着单薄的记者，坐着简陋的马车尾随而至。麦金利吩咐车夫停下，下车走到记者跟前，说：“年轻人，从你的座位上下来。”记者走下车，心想这个政敌报仇的时机到了。“拿着，”麦金利脱下自己的大衣递给记者，



“这件大衣你穿上，坐进我的马车里去。”“可是，麦金利先生，”记者颇感意外地说，“我想你大概不知道我是谁。这次竞选我一直对你紧追不放，每次只要你一发表演说，我就会在报上骂你，我今天过来就是要尽我所能将你置于死地的。”“我知道，”麦金利微笑着说，“不管怎么说，你穿上这件衣服，先坐进那辆车里暖和暖和，等会儿你好打个漂亮仗。”结果，从那以后，这个记者再也没有发表过一篇诋毁麦金利的文章。

世界上最强大的不是坚船利炮，而是一颗友善的心，因为它能真正使人体体会到尊重和温暖。心灵高贵的人能对他人萌生怜悯和同情，因为友善会使对方的敌意渐渐消释，没有人会拒绝友善所带来的温暖。所以，当你试图打开对方的心扉时，友善是最快、最有效的方式。

生活中，许多人明知彼此都需要友善的温暖、感情的温馨，却又常常用无端的猜疑将满腔的好感冰封在坚硬的假面具背后。其实，只要你能真正付出你的爱，那么必定会赢得共鸣，使你从中感受到温馨，并拥有意想不到的收获。试想，如果你对他人没有真诚之心、毫无友善之举，又怎能期望从他人身上得到友善的回馈呢？正如手中的一杯茶，今天你用它温暖了别人，将来，对方也一定会将一杯热茶送到你的手中。

学生活动

1. 找朋友。上课时候老师给每人发了一张纸条，要求全班同学以最快的速度，写出他们所喜欢的人的姓名。老师将纸条逐一收上来，然后进行和学生一起统计分析，结果发现一个什么规律。当你喜欢别人时，别人也可能会接纳你；但是当你不喜欢别人时，别人也可能不会接纳你。你对别人怎样，别人也会对你怎样。因为你所发出的不友善的信息，别人一样可以感受到。你散发怎样的信息，就会得到怎样的回报。试试看你有多少朋友？

2. 谈一谈你对“友善”的认知和理解。

孝 悌 篇

一、什么是孝悌

孝悌是中国思想文化的重要组成部分，是中华民族的传统美德和非常重要的道德规范，在儒家思想中占有举足轻重的地位。狭义的孝悌是指尽心侍奉父母、尊敬关爱兄长。广义的孝悌包含了敬老爱亲、繁衍后代、推恩及人、忠孝两全等多重元素。

1. “孝悌”字考

甲骨文“孝”



金文“孝”

孝字出现于汉字形成初期，我国现存最早的汉字文献资料殷商甲骨卜辞中记录有“孝”字，大意为“奉先思孝”。

《尔雅》对“孝”的解释是“善事父母为孝”。汉代贾谊的《新书》界定为“子爱利亲谓之孝”。东汉许慎的《说文解字》的解释是：善事父母者，从老省、从子，子承老也。“孝”字是由“老”字省去右下角的形体，



和“子”字组合而成的一个会意字。“老”代表年老的双亲，“子”代表子女，子背着老，意思是父母年老体衰行动不便时，由子女背着代步，其中充满着报恩、关爱之意。综合多种解释，“孝”可概括为对父母尽心奉养。

“悌”，《说文解字》解释为：善兄弟也。即敬爱哥哥，引申为顺从长上。“弟子入则孝，出则悌”“其为人也孝悌，而好犯上者，鲜矣”，其中的“悌”均为尊敬兄长之意。

2. 孝悌文化的外延

我国孝悌文化的核心是家庭层面的敬亲尊长，其外延则包含了繁衍后代、推恩及人、忠孝两全等社会层面的元素。这是一个由个体到整体，修身、齐家、治国、平天下的延展攀高的多元文化体系。孟子提出的“老吾老以及人之老”将基于家庭孝悌的拓展到了推恩及人的社会范畴。及至现代社会，则从传统孝道的“亲亲仁民爱物”出发，博施广爱，民胞物与，建立了“民为德恤”、尊重生民的人本孝道。在十九大报告中，提出“积极应对人口老龄化，构建养老、孝老、敬老政策体系和社会环境，推进医养结合，加快老龄事业和产业发展。”这就使“孝道”提升到“为人民服务”的国家治理层面。

二、孝悌文化的传承

1. 先秦：孝悌文化的形成与确立

殷商、西周是孝悌观念的初步形成和确立时期。殷商时期的孝是一种宗教意义上的祭祀，停留在对祖先的祭祀上，没有更多的伦理内涵。

到西周时期，则增添了奉养父母的新的意义，孝观念已经向着“子德”的方向演进，并逐渐取代祖先祭祀，成为后世孝德的主要内容。

春秋战国时期，孔子丰富和发展了孝文化的内涵，确定了孝的核心地位。同时提出了一系列孝行标准，确立了“孝”对于所有人道德要求的普遍性，“孝”也从此成为协调亲子关系的伦理规范，并成为古代社会宗法道

德的基础。

孟子进一步拓展了孝道的外延，提出了“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”的观点，将孝道从家庭伦理上升到社会道德规范。

2. 汉魏隋唐：孝悌文化的尊崇与推广

汉代是孝悌文化发展历程中极为重要的一个阶段。“以孝治天下”的孝治思想也逐渐走向理论化、系统化，孝成为治国安民的主要精神基础。孝道由家庭伦理扩展为社会伦理、政治伦理。

魏晋至隋唐五代七百余年是孝悌文化的具体践行期。统治者对孝更多采用政治化的手段，通过对孝的法律化强化传统孝道观念。

3. 宋元明清：孝悌文化的异化

宋元明清时期，程朱理学成为社会正统思想，理学家曲解异化孝悌文化，提出“存天理灭人欲”的极端愚昧化思想。孝道的专一性、绝对性、约束性进一步增强，对父母无条件顺从成为孝道的基本要求，孝道进一步沦为强化君主独裁、父权专制的工具，在实践上走向极端愚昧化。

4. 近代以来：孝悌文化的传承变革

近代以来，尤其是1949年新中国成立之后，开始从自然人性的角度来纠正孝悌文化的极端认知，摒弃了孝文化的专制性和绝对性，转而在尊老敬老、孝老爱亲新型孝文化发展。在自由平等民主等基础上建立健全老年人权益保障法律法规，实现老有所养，老有所依，老有所为，老有所学，老有所乐。

三、孝悌文化的现代价值

1. 孝悌文化的个体层面价值

就个体层面而言，孝悌美德利于培养完整的人格。有子说孝悌是为人之本。《孝经》记录“夫孝，始于事亲，中于事君，终于立身。”孝悌美德是一个人的立身之本，是一个人修身养性的基础。弘扬孝悌文化，进行尊



老孝亲教育，利于培养一个人关爱自己、关爱父母、关爱他人的意识；弘扬孝悌文化，进行扬亲显亲教育，利于培养一个人正确的人生观、价值观和世界观；弘扬孝悌文化，进行忠孝教育，利于强化一个人的国家责任意识，培养爱国主义情怀。

2. 孝悌文化的家庭层面价值

就家庭层面而言，传承孝悌文化，可以规范人伦秩序，构建和谐家庭。孝悌文化的核心是养亲尊亲、敬亲爱亲。尊亲敬亲的前提是明确长幼秩序，下不可以上犯。所以，尊敬父母兄长，可以规范人伦秩序，避免长幼不分以及身份倒置现象发生，有助于养成人们谦恭有礼、互尊互敬的美德；利于构建父慈子孝的良好亲子关系。兄友弟恭利于维护手足之情，促进兄弟姊妹以及夫妻之间的团结友善。父子相亲，兄弟姐妹们相爱，夫妻相敬，方能构建和谐家庭。

3. 孝悌文化的社会层面价值

首先，传承孝悌文化利于建设崇德向善的社会风气，坚定社会主义核心价值观。孝德具有丰富的内涵，包含了多种美德，如敬、信、诚、和、让、礼、谦、俭等。因此，孝德在形成过程中，能够潜移默化地促进个体一系列内在品德的形成和外在行为习惯的养成。子曰：“其为人也孝弟，而好犯上者鲜矣，不好犯上而好作乱者，未之有也。”对父母的孝心可以成为人们遵纪守法的有力约束。此外，传统孝德中很重要的一条规范就是“立身行道，扬名于后世”，这有助于现代人自立自强，努力实现自我价值。在孝悌文化的影响下，利于整个社会形成积极向善的社会主义核心价值观体系。

其次，弘扬孝悌文化，对于应对老龄化社会带来的诸多问题具有重要意义。人口老龄化是社会面临的一个巨大的挑战，无论从经济还是道德层面，都将成为一个社会问题。传统孝德最基本的合理内核就是养亲。因此，传承孝道对于实现家庭养老，发挥着至关重要的精神保障作用和实践

推动作用，可以实现老有所养、幼有所怀。同时，“老吾老以及人之老”的孝悌思想还有利于形成整个社会尊老、养老的社会风气，使老年人的地位得到充分保障。积极倡导尊老、敬老、助老的传统美德，对于有效解决人口老龄化问题将具有深远的社会意义和现实的指导意义。

四、当代大学生践行孝悌

当代大学生践行孝悌文化，实现孝敬父母、尊敬兄长需要做到以下几个点。

1. 奉养。包括从物质上供养父母、为父母代劳和为父母侍疾。这是最基础的孝道。曾子曰：大尊尊亲，其次弗辱，其下能养。能养就是保障父母的衣食住行等基本的物质生活；替父母分担，为父母代劳；在父母生病需要照顾时，能给予父母及时诊治、精心照料和精神上的关怀。

2. 敬亲。包括尊敬爱戴父母、陪伴父母、为父母排忧解难。孝敬父母不仅仅是物质供养，关键在于要有对父母的爱，而且这种爱是发自内心的真挚的爱。要做到尊敬父母，不与父母发生恶性争执；侍奉父母时刻保持和颜悦色；侍奉父母不抱怨、不发牢骚；经常陪伴父母，外出要告知父母，征得父母的同意；不在父母身边时，要与父母保持联系，向父母报平安并问候父母。敬亲既是孝悌的行为标准，也是孝悌之心的行为表现。

3. 尊亲。包括“显亲”和“谏诤”。所谓“显亲”有两层意思：一是扬亲之美，要求子女通过宣扬父母成就来宣传父母的美名，属显性孝道；二是扬名显亲，要求子女通过不懈地努力，取得学业、事业、德行上的成就，以荣显父母，光宗耀祖。

尊亲是使父母受到尊重。做子女的“安身行道，扬名于世”成就一番事业，做到德能兼备，让父母为此感到高兴，感到光荣，感到自豪。这就达到了“大孝养其心”的境界。反之，终日无所事事，一生不学无术，甚



至恶行累累，让父母为子女担忧、因为子女的行为而背负骂名，这就是对父母的不孝。

4. 谏诤。谏诤就是在父母存在错误行为和思想时，提出反对意见，帮助父母改正不正确的行为。这样做可以防止父母陷於不义，从而保全父母的名声。同时，也避免父母陷于危难。

5. 善终。包括丧葬和祭祀。侍奉父母包括“事生”和“事死”。“事生”指向有明确需求和感知的健在父母，孝的主要目的自然表现为满足需求、愉悦精神；“事死”指向的父母仅存在于子女内心和仪式中，只是象征性存在。虽是一种象征性仪式，其中却包含着子女对故去父母的怀念之情，也包含着礼仪礼制规范。丧葬之礼无须繁文缛节、铺张扬厉，而重在子女的哀伤之情和对父母的敬重之情。

经典名句

孝子之事^①亲^②也，居^③则致^④其敬，养则致其乐，病则致其忧，丧则致其哀，祭则致其严^⑤。五者备矣，然后能事亲。

——《孝经》

注释：

①事：侍奉。

②亲：父母。

③居：平时。

④致：奉献，献纳。在这里译为表现。

⑤严：郑重，庄重。

解读：

这段话是《孝经》中关于孝行标准的一段论述，阐述了从日常起居到逝后追念的所有行孝标准。

作为子女，侍奉父母，其孝心是体现在每一个细节中的。在日常生活中侍奉父母时，要有恭敬的态度。孔子在《论语》中说“今之孝者，是为能养。至于犬马，皆能有养。不敬，何以别乎？”侍奉父母时没有恭敬的态度，仅仅满足于物质赡养，并不是孝道。

“居则致其敬，养则致其乐，病则致其忧”阐述了赡养父母的标准：物质赡养与精神赡养并行，尤其是要用爱心、敬畏之心去赡养父母。关于事亲，孔子在《论语》中多次提出要“敬”，要“悦色”，要“无怨”，要让父母只“为其疾之忧”。而“病则致其忧”，并非是父母生病时，仅仅表现出担忧；而是发自内心地为父母患疾而忧虑。正如古代“二十四孝”之一的汉文帝刘恒，身为大汉帝王，在母亲生病时，仍衣不解带，目不交睫地侍奉左右。即使太后身边侍奉者众多，汉文帝仍要亲尝汤药。其中饱含了一个儿子对母亲患疾的深深地忧虑和对母亲痊愈的热切期盼。

“丧则致其哀”，是子女对父母的深情。而“祭则致其严”，则既有对父母的怀念之情，更有礼的要求。孟懿子问孝与孔子时，孔子的回答就是“生，事之以礼；死，葬之以礼，祭之以礼”。这其中既有情感的自然流露，也有社会层面的礼制规范。无论是内心情感还是礼制规范，都需要子女心怀敬爱，方能做好。

孝有三：大孝尊亲，其次弗辱，其下能养。

——《礼记》



解读：

这句话是对三重孝行境界的阐述。

最高境界的孝是能通过自己的言行，为父母增光，使父母受到世人的尊敬。这对于子女的德能都提出了很高的要求。“弟子入则孝，出则悌，谨而信，泛爱众，而亲仁。”尊亲需要子女力行孝悌、信义、仁爱，而且要高标准地践行，方能因为个人的德能而让父母感到骄傲。“养不教，父之过”，一个人在外的言行举止代表了一个家庭的家教。因此，身为子女更应该注意自己的言行，尽量做到行为世范，以实现光父耀母的上孝目标。如果做不到，也要注意自己的言行，不能因为自己的言行，而使父母背负骂名，玷辱父母的名声。这两重境界属于精神层面的赡养。

第三等的孝是基本的物质赡养，能够满足父母的物质需求。孔子多次提到仅仅满足于物质赡养其实并未达到孝的标准。因此，曾子觉得自己仅做到了物质赡养，还不敢自称是一个孝子。这为现代人行孝提出了一个要求：不能只满足于为父母提供富足的物质生活，还应该规范自己的行为，以怡亲显亲。

常存仁孝心，则天下凡不可为者，皆不忍为，所以孝居百行之先；一起邪恶念，则生平极不欲为者，皆不难为，所以淫是万恶之首。

——[清]王永彬《围炉夜话》

解读：

这一句是对孔子“其为人也孝悌，而好犯上者，鲜矣。不好犯上，而好作乱者，未之有也”的阐释，都说明了仁孝思想的重要意义。怀仁孝之心者，为不致父母受辱，不致苍生受难，便不会有不正当的行为。仁孝之

心具有构建和谐家庭、维护社会稳定的作用。“淫是万恶之首”说明了思想认知的重要性。人一旦有了邪恶的念头，失去仁孝之心，再行邪恶之事，是极其容易的。所以，人只有常怀仁孝之心，摒弃邪恶之念，方能磊落一生。

经典篇目

孝经·开宗明义章^①

仲尼^②居，曾子^③侍^④。子曰：“先王^⑤有至德要道以顺天下^⑦。民用^⑧和睦，上下无怨^⑨。汝知之乎？”曾子避席^⑩曰：“参不敏^⑪，何足以知之^⑫？”子曰：“夫孝，德之本也^⑬，教之所由生也。复坐，吾语^⑮汝。身体发肤^⑯，受之父母^⑰，不敢毁伤^⑱，孝之始也。立身行道^⑲，扬名于后世^⑳，以显^㉑父母，孝之终^㉒也。夫孝，始于事^㉓亲，中于事君^㉔，终于立身。《大雅》云^㉕：‘无念尔祖^㉖，聿^㉗修^㉘厥^㉙德。’”

注释：

①摘自《孝经》，《孝经》中国古代儒家的伦理著作，是儒家十三经之一。相传是孔子所作，但是，南宋时有人怀疑是后人附会之作。清代纪昀在《四库全书总目》中指出，该书是孔子“七十子之徒之遗言”，成书于秦汉之际。现在流行的版本是唐玄宗李隆基注，宋代邢昺疏。全书共18章。开宗明义即开示全书的宗旨，以说明孝的意义。开，开示。宗，宗旨。明，显明，说明。义，意义。

②仲尼：孔子，名丘，字仲尼。春秋鲁国（今山东曲阜）人，我国伟大的思想家和教育家，儒家宗师，被后世尊称为“至圣先师”。



③曾子：名参，字子舆，春秋时鲁国南武城（今山东省费县西南）人。孔子弟子，虽天资鲁钝，但事亲至孝，刻苦力学，日三省其身，终传孔子之道，述《大学》，被后世称为“宗圣”。

④侍：卑幼者陪从在尊者之侧。此处指侍坐，在尊长坐席旁边陪坐之意。

⑤先王：古代英明贤圣的君王，如尧、舜、禹、汤、文王、武王等。

⑥至德要道：至高的德行，切要的道理。此处指孝道。

⑦以顺天下：用来使天下的人和顺。以，用来。

⑧用：因此。

⑨上：做官的、长者、位尊者。下：百姓、幼者、位卑者。

⑩避席：离开座位表示尊重。古人席地而坐，表示尊敬则离席而起。此处指曾子聆听夫子教诲，表示恭敬而离席起立。

⑪参不敏：参，曾子称呼自己，表示尊师之意。敏，聪敏，灵敏。不敏，有迟钝意，曾子自谦之词。

⑫足：够格，能够。

⑬德之本：德行的根本。德，德行。本，根本、基本。孝道是所有德行的根本，所以说是“德之本”。

⑭教：教化。由，自。一切教化，都是从孝道产生出来，所以说是“教之所由生”。

⑮语：告诉。

⑯身体发肤：身躯、四肢、毛发、皮肤。

⑰受之父母：承受于父母。受，承受，秉受。之，于。

⑱不敢毁伤：不敢毁坏损伤。毁，毁坏。伤，伤残。孝子之心，以为自己的身体，承受于父母，应该谨慎爱护，勿使毁伤。

⑲立身：树立自身，成就自己，修养自身。行道，依道行事。

⑳扬名：显扬名声。

②①显：高贵，尊贵。

②②终：最后，归宿。

②③事：侍奉。

②④中于事君：然后把对父母的亲爱扩大，奉侍君王，为国家服务，所谓“移孝作忠”。

②⑤大雅：《诗经》的一部分，即《诗经·大雅·文王》。

②⑥无念尔祖：怎能不想念你自己的先祖。祖，在《诗经》里指文王，引申为祖先。

②⑦聿：发声助词。

②⑧修：学习，发扬。

②⑨厥：其，他们的。

作品赏析：

这一章书，是全部孝经的纲领。它的内容，就是开示全部孝经的宗旨，表明五种孝道的义理，本历代的孝治法则，定万世的政教规范，列为一经的首章。

有一天，孔子在他的家里闲坐著，他的弟子曾参，也陪坐在他的一旁。孔子说：“古代的圣王有一种崇高至极之德，要约至妙之道。拿它来治理天下，天下的人民，都能够很和气的相亲相敬，上自天子，下至庶人，都不会相互的愁恨。这个道德的妙用，你知晓吗？”

曾子听了孔子给他讲的这一段话，道理很深，他不觉肃然起敬，离开他的坐位站起来，向孔子答对说：“我曾参很鲁钝，不大聪敏，怎么能够知晓这样深奥的道理呢？”

孔子因曾子很谦恭的起来答对，就告诉他说：“前边所讲的至德要道，就是孝道，这个孝道，就是德行的根本，教化的出发点。你先坐下，我慢慢的告诉你”。



说起这个孝道，固然范围很广，但行的时候，却很简单，你要晓得爱亲，先要从自己的身上爱起。凡是一个人的身体，或者很细小的一根头发和一点皮肤，都是父母遗留下来的。身体发肤，既然承受之于父母，就应当体念父母爱儿女的心，保全自己的身体，不敢稍有毁伤，这就是孝道的开始。

一个人的本身，既站得住，独立不倚，不为外界利欲所摇夺，那他的人格，一定合乎标准，这就是立身。做事的时候，他的进行方法，一切都本乎正道，不越轨，不妄行，有始有终，这就是行道。他的人格道德，既为众人所景仰，不但他的名誉传诵于当时，而且将要播扬于后世，无论当时和后世，将因景慕之心，推本追源，兼称他父母教养的贤德，这样以来，他父母的声名，也因儿女的德望光荣显耀起来，这便是孝道的完成。

这个孝道，可分成三个阶段，幼年时期，一开始，便是承欢膝下，事奉双亲。到了中年，便要充当公仆，替长官办事，藉以为国家尽忠，为民众服务。到了老年，就要检查自己的身体和人格道德，没有缺欠，也没有遗憾，这便是立身，这才是孝道的完成。

孔子引诗经大雅篇文王章的这两句话说：你能不追念你祖父文王的德行？如要追念你祖父文王的德行，你就得先修持你自己的德行，来继续他的德行。

《孝经》思想在中国历史上的影响深远，自汉代以来，历代君王以《孝经》为依据，推行“孝治天下”。《孝经》成了当时以及以后两千年孝道的行为规范。对于儒家孝道思想的发展，也起到了引领作用。

典型人物

邢侗侍疾的故事

明代中晚期著名书法家邢侗，字子愿，山东临邑县人，“来禽馆”主人。邢侗出身于临邑县的一个书香门第，受良好家风熏陶，他一生为官清廉，深受百姓爱戴。邢侗侍奉双亲，也是百倍耐心，无微不至，堪称孝子之模范。他三十六岁为侍奉父母辞官归家。《明陝西太仆寺少卿邢侗墓志铭》中记载：邢侗擢陝西行太仆少卿后，因为顾念父母双亲年老，于是称病辞官。再三辞请，得到皇上批准。当时只有三十多岁。邢侗辞官回家后，日夜侍奉父母左右，照顾父母饮食起居，时常买来各种美味佳肴，进献给父母享用。父母生病时，他更是尽心尽力，药必亲尝，衣不解带，夜里则捶心呼天，祈祷父母早日康复。

有一次，父亲生病，邢侗日夜守护在父亲身旁。看到父亲嘴唇干燥时，他就为其擦拭滋润嘴唇；看到父亲鼻塞呼吸不畅时，他就想办法帮助父亲通鼻息；而且，在整个侍疾期间，他一定亲自为父亲处理大小便。全心全意照顾生病的父亲，他自己却忘食忘寐，疲惫至极以致于晕倒在地。

还有一次，子愿到齐河去看望出嫁的大女儿。突然听说邢母生病了，他不顾当时天已近黄昏，执意策马急驰，日夜兼程地赶回家去照顾母亲。到半夜时，他赶家中。之后，他立即请了当地的多名名医为母亲诊疗，在诊疗时，邢侗一直站在身旁侍奉。他自责没有照顾好父母，而使父母生病。所以他长跪在母亲面前谢罪，悔恨地用头撞墙，急得声音都沙哑了。在照顾母亲期间，他又是担忧，又是着急、又是悔恨，三天三夜滴水未进，不休不眠，为母亲端药喂水。最后，母亲的病好了，邢侗却差点累死过去。

子夏曾问孝，孔子说：“色难，有事弟子服其劳。有酒食，先生馔，



曾是以孝乎？”孔子认为和颜悦色地侍奉父母就算是孝子了。而邢侗不仅和颜悦色地侍奉父母，而且无微不至的呵护，亲为父母尝药，照料大小便，以至于忘食忘寐，疲惫至极而晕倒。当时来家中探望他父母的亲戚相邻没有不夸赞邢侗是孝子典范的。

陈斌强：孝更绝伦足可矜

陈斌强，男，浙江省磐安县实验初中语文教师。曾获金华市教师技能比武一等奖，“浙江骄傲”，央视“我的父亲母”形象大使，浙江省五一劳动奖章，中国青年五四奖章等荣誉。2013年2月19日被评选为“感动中国2012年度人物”，2013年6月获“全国师德楷模”荣誉称号，2013年9月26日被评“第四届全国道德模范——全国孝老爱亲模范”。

2007年，陈斌强的母亲患上老年痴呆症，丧失了生活能力。一天，陈斌强的姐姐无意中提到，母亲清醒时说过，最大的愿望就是和儿子住在一起。陈斌强想起多年来母亲对自己的付出，决心再困难也不丢下母亲，他把刚刚两岁的儿子提前一年送进幼儿园，踏上了“带着母亲去上班”的路。

陈斌强家住在县城，距离他工作的镇中心学校有30多公里的山路。为了照顾好母亲，每天他都会背着母亲，骑上一个多小时的电动车去上班。每次出行前，为了安全，他骑上车后，会用一条粗布背带将自己和母亲绑在一起。陈斌强说，小时候母亲就是用这条背带背着他，现在他该用这条布带背母亲了。一连5年，陈斌强用这根背带风雨无阻地带着妈妈上班。他还专门在母亲房间里贴了一张照顾母亲的作息表，每半小时做什么，上几次厕所，何时散步、聊天、睡觉，他都了然于心。他每天帮妈妈喂饭、洗脚、剪脚趾甲、洗妈妈拉尿过的衣服……。每次离家外出，他都要背着90多斤重的母亲，上下六层楼梯，走200多个台阶。这对于一个身高只有1.65米、体重110斤的他来说并不轻松。但他最担心自己照顾不好母亲，

担心母亲受苦。

妻子和很多同事都不止一次劝说：“这样带在身边照顾，一天两天倒可以，一年两年，怎么吃得消？不如把她放到养老院里。”可是陈斌强的回答是：一个连儿子都不认识的老人，送到养老院，被欺负了怎么办？舍不得。

5年来，陈斌强不抛弃、不放弃，以单薄肩膀撑起这个家，坚持带着母亲上班，边教书、边照顾母亲，做到教书育人和照顾母亲两不误。2013年被评选为“感动中国2012年度人物”。

都说久病床前无孝子，但是陈斌强用行动书写了“孝”字，用行动教会老师和学生“什么是孝道、如何尽孝道”。陈斌强付出的孝心，不仅抚慰了母亲，也抚慰了每一位中国人的心。这种中华民族朴素而真挚的人性之美，就是社会的一剂良药。他用行动传承了中华民族的孝悌美德。

学生活动

1. “谁言寸草心，报得三春晖”请给你的父母写一封信，表达自己的感激之情，说出心中对父母的爱。

2. 有子曰：“其为人也孝弟，而好犯上者，鲜矣；不好犯上，而好作乱者，未之有也。君子务本，本立而道生。”孝悌不仅可以维护家庭的和睦，更有助于构建和谐社会。孟子曰“老吾老以及人之老”我们每一个人不仅要自己做到孝悌，还要弘扬这一传统美德，让更多的人孝敬父母，构建一个美好的和谐社会。为构建和谐社会，弘扬孝道，请制作一段弘扬孝悌文化的宣传视频。

勤俭篇

一、什么是勤俭

古人云：“俭，德之共也；侈，恶之大也”“历览前贤国与家，成由勤俭破由奢”。勤俭节约是中华民族的传统美德。小到一个人、一个家庭，大到一个国家、整个人类，要想生存，要想发展，都离不开勤俭节约这四个字。可以说修身、齐家、治国都离不开勤俭节约，诸葛亮把“静以修身，俭以养德”作为“修身”之道；朱子将“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰”当作“齐家”的训言；毛泽东以“厉行节约，勤俭建国”为“治国”的经验。毛泽东《关于正确处理人民内部矛盾的问题》十一：“要使我国富强起来，需要几十年艰苦奋斗的时间，其中包括执行厉行节约、反对浪费这样一个勤俭建国的方针。”

勤俭是什么？传统文化推崇它，那是一种行为，更是一种品德；贤哲伟人推崇它，那是一粥一饭，当思来处不易，半丝半缕，恒念物力维艰；现代文明推崇它，那是对有限资源的珍视，对过度消费的抵制。社会要进

步，国家要发展，这一切都离不开消耗，但这一切，更离不开勤俭。勤俭，中华民族的优良传统，现代文明的内在诉求。勤俭，是一种操守，是一种品行，是一种素养，是一种美德。世界勤俭日的确立，可以体现出世界对勤俭的一种呼唤。10月31日世界勤俭日是由联合国确定的。联合国人口基金会发布的2006年世界人口现状报告显示，世界人口已经突破65亿，2019年达到76.7亿。仅就地球资源消耗来说，人类也必须做到勤俭节约。这也是确定每年10月31日为世界勤俭日的深远意义所在。

二、现代社会的勤俭

勤俭节约是中华传统的优良美德，需要我们做到实质的勤俭节约。

例如在吃的方面，我们要杜绝铺张浪费，点餐的时候吃多少，点多少；争取一次性吃完；如果没有吃完可以打包；不讲排场，不讲阔气，适量对我们的身体有益。“光盘行动”倡导厉行节约，反对铺张浪费，带领大家珍惜粮食、吃光盘子中的食物，得到广大民众的支持，成为2013年十大新闻热词、网络热度词汇，最知名公益品牌之一。光盘行动的宗旨：餐厅不多点、食堂不多打、厨房不多做。养成生活中珍惜粮食、厉行节约反对浪费的习惯，而不只是一场行动。“光盘行动”，试图提醒与告诫人们：饥饿距离我们并不遥远，时至今日，珍惜粮食、节约粮食仍是需要遵守的古老美德之一。

《人民日报》有文章指出：“近日，不少地方发起倡议，制止浪费成为商家和顾客的共识；宣扬大吃大喝、暴饮暴食直播不见了，推广绿色健康饮食理念的直播受到追捧；节约粮食和资源，杜绝任何形式的浪费，成为许多家庭家风家教的重要内容……连日来，习近平总书记对制止餐饮浪费行为的重要指示得到全社会热烈响应，凝聚起崇俭抑奢、反对浪费的强大正能量。

风俗者，天下之大事也。从“坚决制止餐饮浪费行为”的严厉要求，



到“坚决杜绝食用野生动物的陋习”的令行禁止，再到“垃圾分类工作就是新时尚”的热情动员，习近平总书记高度重视倡导文明健康绿色环保的生活方式。正如习近平总书记深刻强调的，“通过生活方式绿色革命，倒逼生产方式绿色转型”。生活习惯和饮食风尚不是小事，通过这个小切口，可以推动价值理念的大革新、经济活动的大升级，可以更好满足人民对美好生活的需求和向往。以绿色发展理念为指引，以健康生活为目标，来一场饮食文化“绿色革命”，可谓正当其时。

让饮食文化简朴俭约起来。《资治通鉴》里讲：“俭约，所以彰其美也。”苏轼感慨：“口腹之欲，何穷之有？每加节俭，亦是惜福延寿之道。”穷奢极欲、暴殄天物素为中国人所反对，物尽其用、利用厚生素为中国文化所提倡。勤俭节约这个中华民族弥足珍贵的“传家宝”，无论国家发展到什么水平、人民生活改善到什么地步，都不能丢。当下一些地方餐饮浪费现象仍然存在，“触目惊心、令人痛心！”只有驰而不息坚决制止餐饮浪费行为，不断扭转讲排场、比阔气的错误观念，清除未富先奢、炫富竞奢的土壤，才能力戒奢侈浪费和不合理消费。

让饮食文化绿色低碳起来。恩格斯在《自然辩证法》中深刻指出：“我们对自然界的整个统治，是在于我们比其他一切动物强，能够认识和正确运用自然规律。”坚持人与自然和谐共生是新时代生态文明建设的题中之义，也应成为生活方式和饮食文化的重要指导原则。我们必须把尊重自然、保护自然融入日常生活，提倡绿色、低碳、环保、可持续，戒除滥食野生动物等破坏生态平衡的饮食陋习。

让饮食文化文明健康起来。“纵口欲而百病生”，饮食与健康关系密切。暴饮暴食、油大味重、荤素失衡，诸如此类问题直接或间接导致了各类病症的发生。不科学不健康饮食习惯还可能加剧医疗负担、引发资源浪费和环境污染，影响不可小觑。健康中国，离不开健康饮食。如今生活条件改善了，忍饥挨饿、缺吃少穿、生活困顿一去不复返了，“吃得对、吃

得好、吃得健康”理应是高品质生活关注的重点。生熟食分开存放和加工，添加公筷公勺、实行分餐制，合理膳食、荤素搭配、营养平衡，这些健康科学的生活理念，正在被越来越多的家庭所接受。

全面小康既是物质丰盛的小康，更是饮食健康、饮食环保的小康。让我们一起行动起来，践行绿色健康的生活方式，涵养简约文明的饮食文化。”

另外，在住的方面，房子不用太大，够住就好。装修不用奢华，简单最好。在穿的方面，少些攀比，朴素大方舒适就好。在出行方面，尽量少开车，多乘坐公共交通工具。

三、当代大学生如何践行勤俭

首先，学校教育应发挥主渠道作用。一是改善教育方式，加大宣传力度，正面引导，在学期初或期末集中对同学们进行基本国情、资源现状和勤俭节约意识的教育。在学期中，可以通过知识竞赛、到工矿企业实地考察、观看环保类型的宣传片等形式，加大教育力度和频率，提高教学效果。二是建立和完善学生公寓等生活设施的管理制度，严格约束和督促同学们从生活中的一一点一滴做起，养成良好的生活习惯和社会公德，坚决杜绝校园里的浪费现象。三是重视绿色校园文化氛围的营造，用身边的真人真事教育大家。对同学们的勤俭节约行为大力表彰，树立先进典型，使“节俭光荣，浪费可耻”成为同学们自觉自发的一种行为意识。学校的各级党、团组织应多组织同学们参与社会公益活动、爱心捐助活动等，引导同学们走出“自我”的小圈子，将注意力转向关注他人，服务社会的行动上来。

其次，政府部门、主流媒体等社会各界应携起手来，让“节俭光荣，浪费可耻”的观念蔚然成风，与学校教育相互呼应。近一个时期以来，党和政府对于浪费的问题给予了高度关注，主流媒体也对浪费问题进行了大



力的宣传和深度剖析，各级党政机关、餐饮场所、社区等社会群体也纷纷出台新举措，由一群年轻人在网络上发起的“光盘行动”也正在全国范围内如火如荼的展开，反对浪费日益成为国际社会的共识并正在全球范围内得到响应。这些都将对大学生们树立起勤俭的行为意识产生积极的影响。

另外，家长和长辈们要改变溺爱纵容的态度，培养年轻人的健康心态和独立人格。从日常起居等细节方面以身作则，将生活中的节水、节电、节能的经验传授给年轻人们，引导他们适度消费、合理消费、追求低碳环保的生活品质；引导大学生们养成良好的生活习惯、作息习惯；勤俭节约、尊重他人的劳动，对生活有积极向上的追求。家长要经常与子女们沟通，平等交流，了解他们所思所想；要和学校的辅导员老师保持联系，多方面了解同学们在学校的生活表现和思想动态，与学校教育形成良性互动，提高学校教育的综合效果。只要全社会积极行动起来，勤俭节约、绿色环保的生活理念就一定能深入人心。

经典名句

克^①勤于邦，克俭于家。

——《尚书》

注释：

①克：能，能够。

解读：

克勤克俭，是我国人民的传统美德。传说中的古代圣贤都是这样做的，他们对于国家大事尽心尽力。大禹勤劳于治水大业，数过家门而不

人。尧特别关心群众，认为别人挨饿受冻，是自己的工作没有做到家，是自己的过错。古代圣贤的生活却十分节俭，经常穿着粗布衣裳，吃粗米饭，喝野菜汤。由于尧、舜、禹在事业和生活上克勤克俭，所以赢得了百姓的拥戴。

夫君子之行，静以修身，俭以养德。非澹泊^①无以明志，非宁静无以致远。

——[三国·蜀]诸葛亮《诫子书》

注释：

①澹泊：恬淡寡欲，不追求名利。

解读：

这篇《诫子书》，不但讲明修身养性的途径和方法，也指明了立志与学习的关系；不但讲明了宁静淡泊的重要，也指明了放纵怠慢、偏激急躁的危害。诸葛亮不但在大的原则方面对其子严格要求，循循善诱，甚至在一些具体事情上也体现出对子女的细微关怀。

在这篇《诫子书》中，有宁静的力量：“静以修身”，“非宁静无以致远”；有节俭的力量：“俭以养德”；有超脱的力量：“非澹泊无以明志”；有好学的力量：“夫学须静也，才须学也”；有励志的力量：“非学无以广才，非志无以成学”；有速度的力量：“淫慢则不能励精”；有性格的力量：“险躁则不能治性”；有惜时的力量：“年与时驰，意与岁去”；有想象的力量：“遂成枯落，多不接世，悲守穷庐，将复何及”；有简约的力量。

这篇文章短短几十字，传递出的信息，比起长篇大论，诫子效果好得多。



一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。

——[清]朱柏庐《朱子家训》

解读：

朱柏庐是我国明末清初的教育家，提倡家庭教育。他的《治家格言》又名《朱子家训》，是一部专门教育人们勤俭治家的格言集。节俭，作为中华民族的传统美德，它是对劳动和从事劳动的人的尊重。吃每一碗粥、每一碗饭时，应该想想这粥饭里有多少人的付出，多少能源的消耗，真的是来之不易；我们生活所需的每半根丝、每半缕线，都要常常想想其中包含几多物质能源和几多人的心血，应该好好珍惜。

据统计，中国人在餐桌上浪费的粮食一年高达2000亿元，被倒掉的食物相当于2亿多人一年的口粮。与此形成鲜明对比的是，我国还有一亿多农村扶贫对象、几千万城市贫困人口以及其他为数众多的困难群众。这种“舌尖上的浪费”触目惊心，令人痛心。因此，要厉行节约、反对浪费，特别是制止部分学校中存在的食物浪费，不断提升大家的节俭意识。

经典篇目

训俭示康^①

司马光^②

吾本寒家，世以清白^③相承。吾性不喜华靡，自为乳儿^④，长者加以金银华美之服，辄羞赧弃去之。二十忝科名^⑤，闻喜宴独不戴花。同年^⑥曰：“君赐不可违也。”乃簪一花。平生衣取蔽寒，食取充腹；亦不敢服垢

弊^⑦以矫俗干名^⑧，但顺吾性而已。

众人皆以奢靡为荣，吾心独以俭素为美。人皆嗤吾固陋，吾不以为病^⑨。应之曰：“孔子称‘与其不逊也宁固^⑩。’又曰‘以约^⑪失之者鲜^⑫矣。’又曰‘士志于道^⑬，而耻恶衣恶食者，未足与议也。’古人以俭为美德，今人乃以俭相诟病^⑭。嘻，异^⑮哉！”

近岁风俗尤为侈靡，走卒^⑯类士服，农夫蹑丝履。吾记天圣^⑰中，先公为群牧^⑱判官，客至未尝不置酒，或三行、五行，多不过七行。酒酤于市，果止于梨、栗、枣、柿之类；肴止于脯、醢、菜羹，器用瓷、漆。当时士大夫家皆然，人不相非也。会^⑲数而礼勤，物薄而情厚。近日士大夫家，酒非内法^⑳，果、肴非远方珍异，食非多品，器皿非满案，不敢会宾友，常量月营聚，然后敢发书^㉑。苟或不然，人争非之，以为鄙吝。故不随俗靡者，盖鲜矣。嗟乎！风俗颓弊如是，居位者^㉒虽不能禁，忍助之乎！

又闻昔李文靖公为相，治居第于封丘门内，厅事^㉓前仅容旋马，或言其太隘。公笑曰：“居第当传子孙，此为宰相厅事诚隘，为太祝奉礼^㉔厅事已宽矣。”参政鲁公为谏官，真宗遣使急召之，得于酒家，既入，问其所来，以实对。上曰：“卿^㉕为清望官^㉖，奈何饮于酒肆？”对曰：“臣家贫，客至无器皿、肴、果，故就酒家觞之^㉗。”上以无隐^㉘，益重之。张文节为相，自奉养如为河阳掌书记^㉙时，所亲或规之曰：“公今受俸不少，而自奉若此。公虽自信清约，外人颇有公孙布被之讥。公宜少从众。”公叹曰：“吾今日之俸，虽举家锦衣玉食，何患不能？顾人之常情，由俭入奢易，由奢入俭难。吾今日之俸岂能常有？身岂能常存？一旦异于今日，家人习奢已久，不能顿俭，必致失所。岂若吾居位、去位、身存、身亡，常如一日乎？”呜呼！大贤之深谋远虑，岂庸人所及哉！

御孙曰：“俭，德之共也；侈，恶之大也。”共，同也；言有德者皆由俭来也。夫俭则寡欲，君子寡欲，则不役于物^㉚，可以直道而行^㉛；小人^㉜



寡欲，则能谨身节用，远罪丰^③家。故曰：“俭，德之共也。”侈则多欲。君子多欲则贪慕富贵，枉道速祸；小人多欲则多求妄用，败家丧身；是以居官必贿，居乡必盗。故曰：“侈，恶之大也。”

昔正考父饘粥以糊口，孟僖子知其后^④必有达人^⑤。季文子相三君，妾不衣帛，马不食粟，君子以为忠。管仲镂簞^⑥朱纁^⑦，山节^⑧藻梲^⑨，孔子鄙其小器。公叔文子享^⑩卫灵公，史鳅知其及祸；及戌，果以富得罪^⑪出亡^⑫。何曾日食万钱，至孙以骄溢倾家。石崇以奢靡夸人，卒以此死东市^⑬。近世寇莱公豪侈冠一时，然以功业大，人莫之非，子孙习其家风，今多穷困。

其余以俭立名，以侈自败者多矣，不可遍数，聊举数人以训汝。汝非徒^⑭身^⑮当服行^⑯，当以训汝子孙，使知前辈之风俗云。

注释：

①训俭示康：阐释节俭（对于“立名”的重要意义）给康看。训，训释、解释。

②司马光（1019—1086），字君实，号迂叟，陕州夏县（今山西夏县）涑水乡人，《宋史》《辞海》等明确记载，世称涑水先生。生于河南省信阳市光山县。北宋史学家、文学家。历任仁宗、英宗、神宗、哲宗四朝，卒赠太师、温国公，谥文正，主持编纂了中国历史上第一部编年体通史《资治通鉴》，为人温良谦恭、刚正不阿，其人格堪称儒学教化下的典范，历来受人景仰。生平著作甚多，主要有史学巨著《资治通鉴》《温国文正司马公文集》《稽古录》《涑水记闻》《潜虚》等。

③清白：形容词活用作名词，清正廉洁的家风。

④乳儿：幼儿。

⑤忝科名：名列进士的科名。

⑥同年：同榜登科的人。

- ⑦垢弊：肮脏破烂的衣服。
- ⑧矫俗干名：故意用不同流俗的姿态来猎取名誉。
- ⑨病：缺点。
- ⑩与其不逊也宁固：与其骄纵不逊，宁可简陋寒酸。不逊，骄傲。
- ⑪约：节俭。
- ⑫鲜：少。
- ⑬志于道：有志于追求道。
- ⑭诟病：讥议、批评。
- ⑮异：奇怪。
- ⑯走卒：当差的。
- ⑰天圣：宋仁宗年号（1023—1032）。
- ⑱群牧：主管国家马匹的机构。
- ⑲会：聚会。
- ⑳内法：内宫酿酒之法。
- ㉑发书：发出请柬。
- ㉒居位者：有权势的人。
- ㉓厅事：办公或接待宾客的厅堂。
- ㉔太祝奉礼：太常寺的两个官职，主管祭祀。常由功臣子孙担任。
- ㉕卿：皇帝对大臣的称呼。
- ㉖清望官：尊贵而有名望的清官。
- ㉗觴之：请人喝酒。
- ㉘无隐：坦言，不隐瞒。
- ㉙掌书记：唐朝官名，相当于宋代判官，故以此代称。
- ㉚不役于物：不受外物的牵扯、制约。
- ㉛直道而行：行正直之道，指任何事情都敢于诚实不欺地去做。
- ㉜小人：指普通百姓。



- ③③远、丰：形容词的使动用法，使……远、使……丰。
- ③④其后：他的后代。
- ③⑤达人：显达的人。
- ③⑥簋：古代盛食物的器具。
- ③⑦纁：帽带。
- ③⑧山节：刻有山形的斗拱。
- ③⑨藻梲：用美丽图案装饰的梁上短柱。梲，梁上的短柱。
- ④⑩享：宴请。
- ④⑪得罪：惹上罪名。
- ④⑫出亡：逃亡别国。
- ④⑬东市：刑场。
- ④⑭非徒：不仅。
- ④⑮身：自身。
- ④⑯服行：实行。

阅读提示：

第一段说明作者自己年轻时就不喜欢华靡，崇尚节俭；虽受世人讥笑，自己却不以为病。文章一开始，作者就先交代的自己的家世，说明勤俭持家是他们家一贯的作风，这就为结尾教训儿孙应当厉行节约，以保持优良家风作好了铺垫。接着列举三个事例说明自己不喜欢奢靡的性格与作风；一是从幼儿时起，就不喜欢穿着金银华美之服；二是考中进士，参加闻喜宴时，独不戴花，经同年规劝，乃簪一花；三是平生布衣蔬食，但求蔽寒果腹，在遭到别人的讥笑时，也不以此为缺陷。文章是写给儿辈看的，在文中列举自己的生平事迹，现身说法，亲切动人。

第二段慨叹近年风俗侈靡，与宋朝初年大不相同，然后说居高位的人不应随波逐流。作者开始就列举风俗奢靡的具体表现：一是衣着日尚华

丽；二是饮食趋向精细丰腴，以宋初士大夫家宴客情况与近年士大夫家宴客情况来对比说明。衣食固已如此，其余自可想见。列举两点以赅其余，起到了举一反三的作用。最后以一个反诘句，对居高位者随波逐流的做法，委婉地进行了批评。

第三段举出宋朝初年李、鲁、张三人崇尚节俭的言行加以表扬，赞叹大贤的深谋远虑，非庸人所能及。作者在指出近年风俗侈靡以后，又举出宋初大贤的节俭事例来反衬近年与宋初风俗习惯的不同。宰相李沆居第厅事前仅容旋马，他并不以为太隘，反而认为这里作为太祝祭祀和奉礼司仪的地方已经很宽了。参政鲁宗道，由于家贫无肴果，只好宴客于酒家。张知自从当了宰相以后，生活享受仍和在河阳作节度判官时一样。这这三个人都身居高位而能励行节约，保持勤俭作风。这样的深谋远虑，深为作者叹服。

第四段引用御孙的话加以解说，从道理上阐明俭和侈必致的后果。上述以近年风俗的侈靡与宋初大贤的节俭对比，从正反两面来突出近年风俗侈靡的程度。在这个基础上，作者引用了春秋时鲁国大夫御孙的话，指出节俭是有德之人所共同具有的行为。人们生活俭朴了那么私心杂念也就少了。人们生活奢侈了，私心杂念也就多了。所以，他们做官时就必然受贿，在乡间为民时，就必然盗窃他人的财物。这就从道理上阐明了节俭和奢侈必然导致的后果。俭和侈的利害关系，也就不言而喻了。

第五段再以正反两面的事实为证，连举六个古人和当代人的事迹，说明俭能立名，侈必自败。最后以训词收束全篇。

文章先叙述自己素来以节俭朴素为美德，对别人的讥笑不以为然，并说自己并非故作不同流俗而沽名钓誉，乃顺应自己的性情；又追忆天圣年间士大夫往来宴聚普遍尚俭的旧事，慨叹近日愈趋侈靡的风气；接着以本朝有识之士的俭朴美德为例，说明“由俭入奢易，由奢入俭难”；再引述古人的遗训，分析“俭”与“侈”的得失利弊；最后以古人俭、奢的历史



事实，阐明俭能列名得福，奢必招祸自败，勉励子孙行俭戒奢，保持家风。所论虽是为子孙后代保全身家性命着想，但于后世颇具教益。全文平实自然，明白如话，广征博引，说理透彻。虽是告诫后人，却不板着严肃面孔正面训诫，而是以老人回首往事、今昔对比的亲切语调信笔写来，未经心组织而自然成理。

宋朝司马光不仅对史学有卓越的贡献，而且以远见卓识，精心教育下一代，在一篇题为《训俭示康》的文章里，深刻地分析了何以要节俭的道理。他说：“俭能立名成业，侈必随落自败。”这篇文章是写给儿子司马康看的。看似信笔写来，却条理清晰，寓意深刻。由于他是著名的历史学家，以事实说话，很有说服力。“众人皆以奢靡为荣，吾心独以朴素为美”。他平生“衣取蔽寒，食取充饥”而矣。何以要“俭素”？司马光以丰富的史实作了论证。例如，晋代的何曾，当了太傅，喜欢奢侈，“日食万钱”，还说“无下箸处”。到了孙子这一代便因骄奢而家业败落。又如“石崇以奢靡夸人”，便引来了杀身之祸。司马光从这些史实中得出结论：讲奢侈者，“居官必贿，居乡必盗”，必然落得个“败家丧身”的下场。司马光还举了许多正面的事例，讲明节俭是“大贤之深谋远虑”。今天，无论从强国还是从育人出发，都要力戒奢侈，崇尚节俭，这是中华民族流传下来的美德。

典型人物

勤俭廉洁的周总理

周恩来总理勤俭节约的故事，妇孺皆知，成为美谈。他一贯倡导勤俭建国、艰苦奋斗，要求“一切招待必须是国货，必须节约朴素，切忌铺张华丽、有失革命精神和艰苦奋斗的作风”。

周恩来总理的饮食清淡，每餐一荤一素，吃剩的饭菜，要留到下餐再吃，从不浪费一米，一片菜叶。国务院经常召开国务会议，会议过午还不能结束，食堂便做出工作餐。总理规定工作餐标准是“四菜一汤”，饭后每人交钱交饭菜票，谁也不准例外。总理吃完饭，总会夹起一片菜叶把碗底一抹，把饭汤吃干净，最后才把菜叶吃掉。吃饭时，偶尔掉在桌上一颗饭粒，马上拾起来吃掉。有人对他如此节俭感到不解，总理说：“这比人民群众吃得好多了！”三年困难时期，总理和全国人民同甘共苦，带头不吃猪肉、鸡蛋，不吃稻米饭。一次，炊事员对他说：“你这么大年纪了，工作起来没黑天白日的，又吃不多，不要吃粗粮了！”总理说：“不，一定要吃，吃着它，就不会忘记过去，就不会忘记人民哪！”

周总理的着装也朴素大方。新中国成立后，为了接见外宾和出席会议需要，周总理第一次做衣服。面对工作人员介绍的英国呢料、澳大利亚毛料等各色外国布料，周总理坚持要用国产毛料和布料，结果做了一套青色粗呢毛料中山服、一套蓝卡其布夹衣和一套灰色平纹布中山装。

这几件衣服一直穿到1963年，始终整洁、挺括。衣服穿了10年仍然整洁、挺括，其中当然有奥妙。周总理有两只袖套，办公时必定套在胳膊上，这样就保护臂肘不会磨损得太快。然而，他一天工作长达十七八个小时，天长日久仍不免磨损磨破，于是，便送去“红都”请裁缝织补。衣服虽然旧了，会客时将衣服熨烫一遍，穿出来仍然整洁、挺括，再加上他潇洒大度的仪容举止，丝毫无损大国总理的风度。

周总理的办公室兼餐室坐落在中南海，是一座靠近紫禁城城墙的老式平房，有些梁柱已经腐朽，油漆也已经大部分脱落，窗户裂着大缝隙，冬天要用报纸糊上才不透风。地面铺的是大块地砖，比较潮湿。建国二十多年来，他一直在这样简陋的平房里学习、开会、办公，日理万机，昼夜操劳。在周总理身边工作的同志，考虑到他经常夜间工作，长年累月，夜以继日，容易得关节炎，多次想把房子装修一下，但他坚持不肯。



1959年，趁周总理出国访问的机会，他们把他的办公室修缮了一下，把灰顶棚换成木板顶棚，砖地改成地板，安装了吊灯，油漆了门窗，还换了一套新窗帘。周总理回来看到办公室变了样，很不满意，严厉批评了工作人员，甚至把吊灯拆下来，换上了原来的旧窗帘，他才进去办公。

作为国家总理，周恩来不仅严以律己，例行节约，在政府支出方面，他也不忘为人民服务的宗旨和初心，严控建造楼堂管所。新中国成立初期，一些地方和部门想兴建大的楼堂馆所，对此周总理总是迟迟不批。他常对秘书们说：“要我批准，签个字很容易。可这是国家的资金，人民的血汗，我是提笔千斤重啊！”

1962年6月，周恩来顺道去鞍山市视察，当时鞍山市刚建好一座新宾馆，当地负责人准备让周恩来住到那里去，可周恩来到宾馆一看坚决不住。周恩来说：“宾馆为何要盖得这样好？要知道现在全国有很多地方还比较困难哩，我不能住在这里！”在视察中，周恩来又发现鞍山市还在新建的一个大礼堂，其中有不少地方仿造了人民大会堂廊柱式建筑的样子，于是周恩来当即说：“什么？你们把人民大会堂搬到这里来啦！”然后马上指示：“这个礼堂不能用！”

学生活动

1. 以勤俭节约为主题，制作宣传海报；
2. 举办提倡勤俭的演讲比赛。



自强篇

天地自强，有了春、夏、秋、冬，风、雨、雷、电。万物自强，有了春生夏长、秋收冬藏。华夏民族自强，战胜了各种坎坷，历经磨难，创造了一个又一个辉煌，有了绵延5000年生生不息的中华文化。自强是我们每个中华儿女都应发扬光大的美好品德，步入新时代，十四亿中华儿女自强之德汇聚在一起，将成为中华民族伟大复兴，屹立于世界民族之林，与天地共生长、与日月同光辉的不竭动力源泉。

对于当代大学生而言，自强之德是一个先于一切德性期待的德育理念，是人生之要义，也是国家民族生存、发展之根本，更应成为当代大学生德育不可或缺的要目。

一、什么是自强

自强，语出《易经》“天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物。”意为：天（即自然）的运动刚强劲健，君子处世，也应像天一样，自我力求进步，刚毅坚卓，发愤图强，永不停息；大地的气势厚实和



顺，君子应增厚美德，容载万物。自强乃天之德也，天道运行刚劲雄健，君子应自觉奋发向上，永不松懈。

《辞海》对“强”的含义列举了9条，其中的“超越；好”“使强大；使强壮”“程度高”等几条解释与这里的“强”有关联，此处的“强”可理解为“不断超越，变强大”。“自强”就是通过自身的努力不断超越自己，从而变强大。

自强包含四个方面的内容，即自尊、自立、自信和自胜。自尊，也就是自重，就是尊重自己的人格，在任何情况下都能够坚持自己的操守；自立，就是依靠自己的力量，在生活和事业上努力奋斗；自信，就是坚定不移地相信自己的能力，相信自己在事业中能够依靠自己的力量来取得成功；自胜，就是能够克制自己，战胜自己的弱点，激励自己不断前进。

自强是一种美好的品德，是一个人活出尊严、活出人生价值的必备品质；是一个人健康成长、努力学习、成就事业的强大动力。自强是在自爱、自信的基础上充分认识自己的有利因素，积极进取、努力向上、不甘落后，勇于克服困难，做生活的强者。树立自强的目标有助于克服意志消沉、性格软弱，从而振奋精神，担负起时代赋予的重任。

自强是一种自胜自立、革新图强的精神，也是国家民族生存发展的根本。

二、自强的表现形式

1. 努力向上，奋发进取

我们从呱呱坠地的幼小婴儿，成长为八尺男儿、婷婷少女，是如花草树木般自然生长、努力向上的结果，与之相伴而生的精神和灵魂，也应该努力向上，在历经人生风雨的成长过程中，在美好未来的引领下，让我们的自强之德生根、发芽、开花、结果。人生如逆水行舟，不进则退，奋发

进取就是我们战胜狂风暴雨、艰难坎坷的唯一选择。

2. 胸怀理想，脚踏实地

成功之路在脚下，美好理想在远方，没有比脚更长的路，只要我们心中有理想，一步一个脚印地向着崇高的理想迈进，风雨兼程，理想之光就会永远照耀着你的一生。

3. 依靠自己，不断创新

看看小鹰的成长史吧。鹰妈妈给了小鹰第一次生命，然而第二次、第三次生命却要靠小鹰自己争取回来，因为在鹰的家族中，每一只小鹰要成长为雄鹰，都必须经历多次“鬼门关”，过了这些坎，才能获得重生；一旦不能自立，将会被淘汰，这是鹰妈妈无能为力的。小鹰在第一次换毛时，是第一道坎，这道坎完全是凭借着小鹰自己的毅力去与生命抗衡的，在这场激烈抗衡过程中，那些不能自立，没有毅力的小鹰就将被死神带走，而那些具有自强精神、顽强毅力的小鹰，能在离开妈妈呵护的情况下生存下来。学会展翅高飞，是小鹰成为雄鹰的又一个坎。在历练的时候，有时鹰妈妈要把小鹰推下山崖，如果小鹰没有自立、自强的意志，那就将粉身碎骨，而小鹰每一次的自强闯关成功，换来的是一个更强大的崭新生命。

创新是一个人乃至一个民族进步的灵魂，是生命永葆生机的源泉，更是一种勇于抛弃旧思想、旧事物，创立新思想、新事物的精神。创新者永远不满足已有认识（掌握的事实、建立的理论、总结的方法），而是不断追求新知；永远不满足现有的生活生产方式、方法、工具、材料、物品，而是根据实际需要或新的情况不断进行革新；永远不墨守成规（规则、方法、理论、说法、习惯），而是敢于打破原有框框的束缚，探索新的规律，新的方法；永远不迷信书本、权威，而是在前人成就的基础上进行的独立思考。

创新，可以让我们不断发展壮大。依靠自己，不断创新是自强者最重要的表现形式。



三、自强的实现途径

1. 树立志向，磨练意志

“所谓‘志’，指某种坚定的信念，是对某种价值目标追求的宏愿和决心。它表现着人们对自己行为和人生道路选择的明确的目的性、高度的自觉性和一往无前的坚定性。”

树立志向，就是立足于自己的实际，确立明确的奋斗目标和理想，并不断地去追求它。“志向”能决定一个人的努力方向和生活行为方式。同时坚定正确的志向，会增强人的自信心。

王阳明曾经说过：“志不立，天下无可成之事，虽百工技艺，未有不本于志者。”这句话的意思是：人生没有志向，天下就没有可成功的事，即使是各种工匠技艺，也都是依靠志向才能学成的。志向对人生有着重要的意义。

有了志向，还得在躬行践履中磨砺自己的“意志”：在追求目标理想的过程中，不畏任何艰难险阻，愈挫愈勇，这是实现自强的重要因素。

当感情冲动失控时，要控制自己的忿怒情绪；当有贪欲产生时，要节制各种贪欲。控制自己的不良情绪，节制贪欲，并且做到心平气和，才能成为自强者。

人只有经过困难挫折的考验，磨练出坚强的意志，才能做到自强不息、奋发有为。

2. 行有不得，反求诸己

所谓“反求诸己”，就是说如果行为得不到预期的效果，都应该从自己身上找问题，并且不断修正自己，提高自己。奔向未来的缰绳把握在自己手里。只要你愿意付出更多努力，不自暴自弃，不被动等待，每个人都可以获得成功，都可以走得更远。遇事反求诸己，多多责备自己，而不是一味在别人身上找原因，这样，我们就会越来越进步，越来越强大。

要做到“求诸己”，首先，要自知和自省。“知不足，然后能自反也”。自知也是一个自省自警的过程，既要认识自己的独特优势，也要发现自己存在的问题。自省，就是从自身反思自己的德行，及时发现不完善之处，加以改进。荀子曰：“君子博学而日参省乎己，则知明而行无过矣”。君子广泛地学习，并且经常把学到的东西拿来检查自己的言行，（遇到事情）就可以不糊涂，行为也就没有过失。

其次，要自严。荀子认为，君子必须审慎地严格要求自己，他说：“言有招祸也，行有招辱也。君子慎其所立乎！”这句话的意思是，言语可能招祸，行为可能受辱，君子为人处世不能不保持谨慎。不恰当的言行有时会招来祸患和耻辱，所以，不管是思想上还是言行上，都要自严，应谨慎地立身处世，才能成长为君子，实现自强。孔子说：“躬自厚而薄责于人。”这句话的意思是，做一个人，尤其是做一个君子，重要的是要严格地要求和责备自己，而对人则采取宽容的态度，在责备和批评别人的时候应该尽量能够做到和缓宽厚。

3. 遵循“天道”，践行“地道”

“树立志向，磨练意志，反求诸己”都是提升自我能力和修养之道，可以使个体“内强”。而个体的成长离不开社会，所以个体还要有社会责任感，还要“外强”。

“天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物。”人既要效法天的刚健，自强不息、积极进取，又要效法地的厚德，宽以待人，包容万物。人立于天、地之间，既要遵循“天道”，又要践行“地道”。

“外强”的实现关键在于对人与人之间关系的处理上，尤其是个人与他人、与社会的关系。而个人的成长离不开一定的社会群体。“人之生，不能无群”，人生在世，要通过交往、通过建立和谐的人际关系，才能过社会生活。因此，要宽以待人，处理好群己关系，从而更好地自立于社会。

所以，自强，不是封闭的自我强大，更不是通过损人利己的手段使自



己强大，而是在自强不息的同时，通过“厚德载物”在实践中得以实现。这样，人才能真正强大起来。

经典名句

以^①修身自强，则名配^②尧禹。

——《荀子》

注释：

①以：用，凭借。

②配：与……相配。

解读：

修身是儒家传统道德的一项重要要求，是指自我完善，严格按社会道德规范要求要求自己。荀子对修身的要求很高也很具体，人的一言一行，甚至服饰、饮食、居处、容貌、态度等，一律要求合乎道德准则。他认为做到这些，就距离尧、禹更进了一步，实际上是强调修身可以成为实现自强的一种途径。

“天下事有难^①易^②乎？为^③之，则^④难者亦易矣^⑤；不为，则易者亦难矣。人之为学有难易乎？学之，则难者亦易矣；不学，则易者亦难矣。”

——[清]彭端淑的《为学一首示子侄》

注释：

- ①难：困难。
- ②易：容易。
- ③为：动词，做。
- ④连接副词，那么。
- ⑤矣：yǐ，语尾助词，同“了”。

解读：

这句话是清朝文学家彭端淑劝勉子侄读书求学不要受资昏材庸、资聪材敏的限制，要发扬自强之德、发挥主观能动性而写的一篇文章开头部分，作者从难易问题入手，辩证地阐明了“天下之事的难易是相对的”道理：“为之，则难者亦易矣；不为，则易者亦难矣”。学习也是如此，只要发扬自强之德、发挥主观能动性脚踏实地去学，没有掌握不了的学问；反之，缺乏自强之德、不通过学习或被动地学习，就是极容易的事也会被视作十分困难。

自强不息，厚德载物。

——清华大学校训

解读：

1914年梁启超到清华大学，在同方部给当时的清华学子作了题为“君子”的演讲，他在演讲中希望清华学子们都能继承中华传统美德，并引用了《易经》上的“天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物”等话语来激励清华学子。此后，清华人便把“自强不息，厚德载物”8个字写进了清华校规，后来又逐渐演变成为清华校训。



经典篇目

龟虽寿^①

曹操^②

神龟^③虽寿^④，犹有竟^⑤时。
腾蛇^⑥乘雾，终为土灰。
老骥^⑦伏枥^⑧，志在千里。
烈士^⑨暮年^⑩，壮心不已^⑪。
盈缩^⑫之期，不但^⑬在天；
养怡^⑭之福，可得永年。
幸甚至哉^⑮，歌以咏志。

注释：

①该诗创作于建安十二年（公元207年），这时曹操五十三岁。诗中融哲理思考、慷慨激情和艺术形象于一炉，表现了老当益壮、自强不息、积极进取的人生态度。此诗是曹操的乐府诗《步出夏门行》四章中的最后一章。

②曹操（公元155年—220年3月15日），字孟德，一名吉利，小字阿瞒，沛国谯（今安徽亳州）人，汉族。东汉末年杰出的政治家、军事家、文学家、书法家。三国中曹魏政权的缔造者，其子曹丕称帝后，追尊为武皇帝，庙号太祖。曹操精兵法，善诗歌，抒发自己的政治抱负，并反映汉末人民的苦难生活，气魄雄伟，慷慨悲凉；散文亦清峻整洁，开启并繁荣了建安文学，给后人留下了宝贵的精神财富，史称建安风骨。

③神龟：传说中的通灵之龟，能活几千岁。

- ④寿，长寿。
- ⑤竟：终结，这里指死亡。
- ⑥腾蛇：传说中与龙同类的神物，能乘云雾升天。
- ⑦骥(jì)：良马，千里马。
- ⑧枥(lì)：马槽。
- ⑨烈士：有远大抱负的人。
- ⑩暮年：晚年。
- ⑪已：停止。
- ⑫盈缩：指人的寿命长短。盈，满，引申为长。缩，亏，引申为短。
- ⑬但：仅，只。
- ⑭养怡：指调养身心，保持身心健康。怡，愉快、和乐。
- ⑮幸甚至哉：庆幸得很，好极了。幸，庆幸。甚，很。至，极点。

译文：

神龟虽然长寿，但生命也会有终结的时候；腾蛇尽管能腾云乘雾飞行，但终究也会死亡化为土灰。年老的千里马虽然伏在马槽旁，雄心壮志仍是驰骋千里；壮志凌云的人士即便到了晚年，奋发思进的心也永不止息。人寿命长短，不只是由上天决定；调养好身心，就定可以益寿延年。（生而为人）真是幸运极了，用歌唱来表达自己的思想感情吧。

作品赏析：

这是一首充满诗人对生活真切体验的哲理诗，因而写得兴会淋漓，有着一一种真挚而浓烈的感情力量；哲理与诗情又是通过形象化的手法表现出来的，因而述理、明志、抒情在具体的艺术形象中实现了完美的结合。

诗中“神龟虽寿，犹有竟时。腾蛇乘雾，终为土灰。”作者从朴素的唯物论和辩证法的观点出发，否定了神龟、腾蛇一类神物的长生不老，说



明了生死存亡是不可违背的自然规律。“犹有”和“终为”两个词组下得沉着。而“老骥”以下四句，语气转为激昂，笔挟风雷，使这位“时露霸气”的盖世英豪形象跃然纸上。

“老骥伏枥，志在千里，烈士暮年，壮心不已。”笔力遒劲，韵律沉雄，内蕴着一股自强不息的豪迈气概，深刻地表达了曹操老当益壮、锐意进取的精神面貌。“壮心不已”表达了要有永不停止的理想追求和积极进取精神，永远乐观奋发，自强不息，保持思想上的青春，曹操以切身体验揭示了人的精神因素对健康的重要意义。

“盈缩之期，不但在天；养怡之福，可得永年。”表现出一种深沉委婉的风情，给人一种亲切温馨之感。全诗跌宕起伏，又机理缜密，闪耀出哲理的智慧之光，并发出奋进之情，振响着乐观声调。艺术风格朴实无华，格调高远，慷慨激昂，显示出诗人奋斗不止的进取精神，热爱生活的乐观精神。

人寿命的长短不完全决定于天，只要保持身心健康就能延年益寿。曹操所云“养怡之福”，不是指无所事事，坐而静养，而是说一个人精神状态是最重要的，不应因年暮而消沉。这里可见诗人对事在人为抱有信心的乐观主义精神，抒发了诗人不甘衰老、不信天命、自强不息，对伟大理想的追求永不停止的壮志豪情。

典型人物

许振超，不待扬鞭自奋蹄

1950年1月8日，许振超出生在一个贫穷的工人家庭。1968年，只上了一年半初中的他，当了工人。1974年，许振超进入青岛港，成了一名码头工人。

许振超自幼喜欢读书，爱动脑思考问题。读书时，许振超就有股不服输的钻研精神，学习上也很灵活，不是完全跟着老师的思路走，而是在听明白老师讲解的同时，有自己独到的见解。就连与同学们一起劳动，他也爱动脑筋，铺教室地砖是每学期开学要做的第一件事，许振超不光抢着干，还铺得又快又好。

由于特别的时代，他没有读大学，但青岛港成了他的大学。他操作的是当时最先进的起重机械——门机。许振超勤学苦练，7天就学会了，在一起学习的工人中，他是能独立操作的第一人。然而，会开容易开好难。师傅开门机，钩头起吊平稳，钢丝绳走的是“一条线”；到了许振超手里，钩头稳不住，钢丝绳直打晃。特别是矿石装火车作业，一钩货放下，洒在车外的比进车内的还多。还有，矿石装火车装多了，工人要费不少劲扒去多的；装少了，亏吨，货主不干。

为了早日掌握这项技术，每次作业完毕，别人歇着了，许振超还留在车上，练习停钩、稳钩。四五个月后，他开的门机钢丝绳走起来也一条线了，一钩矿石吊起，稳稳落下，不多不少，正好装满一车皮。这手“一钩准”的绝活，很快就被大家传开了。一次，许振超干散粮装火车作业，发现粮食颗粒小，更易洒漏。他便在工作之余，吊起满满一桶水，练习走钩头，直至练到钩头行进过程中滴水不洒。再去装散粮，一抓斗下去，从舱内到车内，平平稳稳，又一个绝活——“一钩清”。许振超的活干净利索，装卸工人们二次劳动大大减轻，谁都愿意跟他搭班。

1984年，青岛港组建集装箱公司，许振超当上了第一批桥吊司机。面对当时最先进、造价最高的大型设备，连同二三百页的手册，加上密密麻麻的外国字母，他感到了压力。买了一本英汉词典带上，去了上海港学习。谢绝了周末逛上海滩的邀请，一门心思鼓捣图纸，很快拿到了操作证。许振超又钻研上了：桥吊作业有一个高、低速减速区，减速早了装卸效率下降，减速太迟又影响货物安全。于是，他带上测试表反复测试，终



于成功地将减速区调到最佳位置。以前一台桥吊一小时吊十四五五个箱子，改革后能吊近20个箱子，使作业效率提高1/4。

一次，一场大雾使整个码头的装卸作业被迫停下，直到中午雾仍不散。货轮的船长急火火地找到许振超，请求马上把集装箱卸下来。原来，该轮装载的全是冷藏箱，不料供电电源发生故障，如不抢卸，一旦箱里温度升高货物变质，损失就是好几百万元。一台桥吊有十几层楼那么高，而集装箱上起吊用的4个锁孔，每个不过一块香皂大小。司机在40多米高的桥吊上，要让重达十几吨的吊具的4个爪准确插入集装箱的锁孔中，好天气操作起来都不那么容易，何况大雾弥漫。

艺高人胆大。许振超一咬牙答应了。他在船上、岸边各安排两个经验丰富的老司机，通过对讲机随时报告集装箱位置，自己登上桥吊，精心操作。随着船上、岸边清晰的报告声，一个个箱子一钩到位，顺顺利利全卸了下来。许振超凭着过硬的功夫、娴熟的技巧，闯过了雾天作业禁区，为客户挽回了巨额损失。

1991年，许振超当上了桥吊队队长。作为桥吊队队长，当有记者采访时，他说：“咱码头工人要把脊梁挺起来做人，要在岗位上站得住。”他规定，上班不准穿带油污的衣服，衣服扣子必须扣齐，走路要挺直腰杆，要改变码头工人的“大老粗”形象。他还说：“当一名好工人要有绝活，这是咱工人的身份决定的。工人就要干好工作，干好工作就要有技能，操作上要有自己的绝活。我一直有个理想，就是当一名好工人。好工人的标准是什么？我认为应该是精益求精。所以，我就踏踏实实地练习操作技术，到后来就养成一种习惯，不管换到哪个工种岗位，都想着怎么提高效率，提高质量。”

2001年，青岛市和青岛港集团实施外贸集装箱西移战略，启动前湾集装箱码头建设。然而，由于种种原因，直到11月下旬，桥吊安装迟迟没有进展。关键时刻，青岛港集团总裁现场发布任命：许振超任桥吊安装总指

挥，年底前完成桥吊安装。原本只负责现场安全管理的许振超临危受命，成了桥吊安装现场总指挥。大家心里明白，说是总指挥，其实是一块烫手的山芋。接下任务，许振超办了两件事：一是打电话告诉爱人，从现在到年底一个多月不能回去，让她放心；二是买了10箱方便面，往现场一扔。经过40多天的奋战，重1300吨、长150米、高达75米的超大型桥吊，终于矗立在前湾宽阔的码头上。

2003年4月27日夜，国际巨轮“地中海法米娅”轮靠港，需装卸3400个集装箱。许振超给大家鼓劲加油：“咱工人是码头的脊梁，一定为中国人争口气。”青岛港新码头灯火通明，许振超和他的工友们在“地中海阿莱西亚”轮上开始了向世界装卸纪录的冲刺。经过6小时27分钟的艰苦奋战，全船3400个集装箱全部装卸完毕。许振超和他的工友们创下了每小时单机效率70.3自然箱和单船效率339自然箱的世界纪录。“振超效率”扬名国际航运界！许振超带领团队先后8次刷新集装箱装卸世界纪录，也成为中国港口领先世界的生动例证。

2004年，看到码头集装箱轮胎式龙门吊既浪费油又污染环境，噪声还大，影响工人工作，许振超决定让门吊改变“习性”，从“吃油”变为直接“吃电”。这种门吊烧柴油主要还是为了发电，问题就是如何将电缆通到不规则移动的门吊身上，而这一难题是世界各大码头都面临的。许振超经过两年多的摸索和努力，加上他出差时看其他港口门机的设计，最后从飞机空中加油上得到启发。

2007年，终于完成了集装箱轮胎式龙门吊的‘油改电’工程，随后新加坡、澳大利亚、英国和西欧的码头都纷纷效仿这一做法。几十年来，许振超到底搞了多少项发明和技术改造？青岛港很少有人能说得清，可他进行“油改电”、每年为青岛港节省2000多万元的事儿，每位员工都明明白白。

许振超是老三届的初中生，10年“文革”使他失去了上大学的机会。



但他始终认为，一个人可以没有文凭，但不能没有知识；可以不进大学，但不能不学习。自强不息、学无止境。“活到老，学到老”是句老话，许振超品出了这话的“个中三昧”。他用一种严谨的求学态度鞭策自己，警醒自己不能满足一知半解。他注意知识的更新，也注重不断地进取。基于这样的一种认识和百折不挠的钻研精神，许振超入港几十年来，实现了年年有创新。

2009年9月14日，许振超被评为“100位新中国成立以来感动中国人物”之一。2018年，被中共中央国务院授予“改革先锋”称号。2019年9月，获“最美奋斗者”称号。

许振超用实际行动践行了他曾经说过的一句话：“幸福都是奋斗出来的，奋斗本身就是一种幸福。任何岗位都是与企业、国家的发展联系在一起的，都可以做出理想的业绩。关键就看我们能不能沉下心，在一个岗位上脚踏实地、坚持到底，勇于担当，努力奋斗！”

学生活动

1. 谈一谈你对自强的认知和理解。
2. 作文：我的人生自强之路。

坚毅篇

一、什么是坚毅

坚毅，《说文解字》对“坚”的解释是“坚，刚也”，《左传》对“毅”的解释是“志决而不可摇夺者谓之毅”。用现代的话说，“坚”是指一件事物的坚硬程度，也就是力学性能所说的刚度。刚度越大，抗压强度就越大。体现在人的品格上就是一个人排除万难做好某件事的决心。决心越大，遇到阻力，能够继续勇往直前的可能性就越大，能够实现目标的可能性就越大。“毅”是指事物在面临压力或者阻力时，能够坚决果断的处理。世界上没有轻轻松松的成功，对于人而言，想要做成一件事情，经常会承受来自外界或者内心的各种阻力，目标越大，各种困难就越多，经常会在前进还是放弃中纠结。没有一股强大的韧劲，是很难走到最后的。简单来说就是坚定刚毅，但其涵义远比毅力、勤勉、坚强都要丰富得多。坚毅包含两方面的内涵：一是拥有清晰、坚定的目标，并对这个目标一如既往地保持兴趣和积极投入，一直持乐观进取的态度；二是为长久目标一以



贯之地付出努力，勇敢面对艰苦或者不利的局面，且有较强的预见能力和控制能力。

二、坚毅的表现形式

2011年9月1日，习近平在中央党校秋季学期开学典礼上同全体学员讲话时说：“古代神话中流传的‘精卫填海’‘女娲补天’‘愚公移山’，孔子倡导的‘学道不倦、诲人不厌’‘发愤忘食、乐以忘忧’，越王勾践的卧薪尝胆，汉使苏武的饮雪吞毡，以及文王拘而演《周易》、屈原逐而赋《离骚》、司马迁忍辱而作《史记》等等，无不体现出中华民族刚强坚毅、自强不息的优良传统和积极进取的人生态度。”这段话生动诠释了中华民族性格中坚毅不屈的价值力量。

坚毅连通着坚守初心、超越自我的精神追求。“蚓无爪牙之利，筋骨之强，上食埃土，下饮黄泉，用心一也。”真正的坚毅，是一种目标持久、信念执著的良好心态和处世方式。有了初心，就有了奋斗方向，无论多么艰险都要朝着理想和目标行进，不为美景所惑，不为情绪所扰，不为孤独所烦，全身心沉浸于征途。理想信念坚定，并对其投入激情，实际行动中才经得住各种考验，百折不挠为自己的前途和命运而奋斗。坚毅作为一种品质，在人生的慢慢征程、际遇起伏中，代表着一种自我完成的“气”和“劲儿”，代表着能够成为最好的自己，甚至超越自己。

坚毅蕴含着敢于斗争、敢于胜利的决心意志。美好图景，要靠一点一滴拼出来、一步一步干出来，越是艰难困苦，越是需要坚毅果敢的勇气，呼唤攻坚克难的能力。实现长久目标的奋进中，每次抬脚都是一次挑战，行至险要处，甚至每跨一步都要付出巨大牺牲，唯有保持这种不屈不挠的意志和坚忍不拔的毅力，顽强成长，才能战胜磨难，收获胜利。抗击新冠肺炎疫情伟大斗争实践充分表明，中国人民在困难和风险面前不放弃、不退缩、不止步，千磨万击还坚劲，越是艰险越向前，敢

于斗争、敢于胜利，中华民族挺起了他不屈的脊梁，谱写了一曲名叫坚毅的壮阔诗篇。

坚毅体现着中华文化生命禀赋和生存耐性。从“天行健，君子以自强不息”“士不可以不弘毅，任重而道远”的古训，到近代列强侵略时的顽强抗争，山河破碎时的浴血奋战；从新中国一穷二白时的艰苦创业，到改革开放亿万人民的埋头苦干；从抗洪抢险中广大军民的勇往直前，到抗击新冠肺炎疫情伟大斗争的逆行出征，无不闪耀着中华民族性格中坚毅奋进的价值特征。从5000多年文明发展的苦难辉煌中走来的中国人民和中华民族，正是具备了这种坚毅的品格，在任何困难和风险面前从来不放弃、不退缩，百折不挠，才能外抗强敌、内求发展，绵绵不绝，永不止步。

三、培养坚毅品格的意义

坚毅品质是行动的强大动力。坚毅是一种对生活的热爱，对梦想的执著。纵使前进道路上荆棘满地，拥有坚毅品质，便能够无畏于风雨，因为阳光自在内心，梦想相伴随行。倒在脱贫攻坚第一线的黄文秀，研究生毕业后，毅然告别繁华，扎根基层，反哺家乡。“在我驻村满一年的那天，我的汽车仪表盘的里程数正好增加了25000公里，我简单地发了一个朋友圈：‘我心中的长征，驻村一周年愉快’。扶贫之路，对我而言，更像是心中的长征。”她是下定了决心在这条注定不轻松的路上走到底的。黄文秀同志以青春无悔的选择、坚韧不拔的毅力、永不懈怠的干劲谱写出一曲芳华璀璨的青春之歌。

坚毅品质是克服困难的必要条件。时代楷模王继才夫妇，克服常人难以想象的困难，三十二年，一万多个日日夜夜，坚持在开山岛上升五星红旗，早晚例行巡岛，护航标、写日志，与走私、偷渡等不法分子作斗争。“家就是岛，岛就是国”的执着坚守，感动了亿万国人。他们坚守的不只是开山岛，更是坚守住民族的深情与祖国的大义，在海天之间，筑起了一座



坚毅精神的丰碑。这种坚毅品格，同样激荡在黄大年科技报国的事业里，在廖俊波埋头苦干的打拼中，在黄大发带领乡亲们劈山修渠的身影里，在张超搏击长空的壮烈中。

坚毅品质是事业成功的保证。“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”在现实生活中，很多人做事功败垂成，不是因为他们不具备才能，而是因为他们缺乏坚韧不拔的毅力。“君子持威重，执坚忍，临大难而不惧，视白刃若无也。欲立不世之功，得成勋世伟业，非坚忍所不能也。坚忍于战则无敌，于礼则大治；外无敌，内大治，厚道载物乎？”说这番话的是曾国藩。曾国藩一生经历众多挫折。他先后七次参加考试，屡屡落第后才中秀才。做官后，因为性格耿直，屡遭权贵排挤；创办湘军时，朝廷不给钱，也不放权，多次遭到地方刁难；跟太平军作战，刚开始屡败屡战，还曾试图跳水自杀……这些挫折最终铸造了他沉稳坚毅的性格，让他修身律己，建功立业，最终成为晚清第一名臣。

四、如何培养坚毅的品格

首先，解决一个目标问题。这个目标问题决定了一个人的坚韧程度。目标越明确越具体，诱惑力越大，人能够排除万难去实现它的可能性越大。在考虑目标的时候，需要认真的思考，我为什么要做这件事？不做可不可以？事情有可为或不可为两种，如果是可以做也可以不做的，往往其价值不是有足够的吸引力，遇到有更大吸引力的其它目标时，放弃原来目标的可能性也就越大。所以在考虑要不要去做一件事之前，应该静下心来，认认真真的思考清楚以下几个方面的问题：

这件事对我的意义有多大？是不得不做还是可做可不做？如果是非做不可的，不做会面临什么样的后果？我们做的每件事不是都会带来积极意义，改善我们的生活状态的，有些事不做，可能会造成我们现在的状态没法维系下去的。抗日战争，中国人民进行了艰苦卓绝的奋斗，最终实现了

国家的独立。如果不做，其后果是中华民族是否可以生存的问题。对于国家和民族而言，在生死之间，没有任何退路可言，必须不惜一切代价取得胜利。在和平时期，对于个人而言，同样有必须完成某些事情，改善自己的生存状态或者必须完成某些事情，让自己得以维持目前状态的。相比较后者，人们在改善的事情上的动力往往远远小于不得不做的事情。所以对目标分析的越透彻，对其意义与影响理解的越清晰，越会铭记于心。

其次，目标要有可分解性。无论是宏达的目标还是小目标，在实施前都要分解成阶段性的小目标。分解的目的是可以衡量前进的里程以及做事的先后顺序。项目管理中经常遇到的一个问题就是要实现某一目标，必须同时完成许多并列的事项，其中任何一个小事项未如期完成就会拖累阶段性目标的实现。分解的目的是清晰的了解什么先做，什么后做。而不是胡子眉毛一把抓。尤其是避免在走了很远之后，发现有些事情还留在起点。如果再回过头去做，则要花费更多的时间和精力。几乎每个人都有成为富翁的梦想，但真正成为富翁的寥寥无几，其深层次的原因往往在于，有没有在成为富翁这一大目标下设立一个个的小目标，并且踏踏实实勤勤恳恳地去实现这些小目标。

最后，要有心理或者物质上的奖励。在实现某一目标取得某一成就的时候，或多或少都需要一定的精神或者物质层面的奖励。这些奖励既是外界对自己的一种肯定，也是自己对自己的一种肯定。这些肯定会让你感觉舒服或者有成就感，让自己更加舒服或者有信心进入下个阶段的也许更加艰难的阶段。

坚韧是一种长期的身体和心理训练。最直观的感受是马拉松或者铁人三项赛的赛场上，要取得好成绩，身体的机能和心理上的坚持缺一不可。没有强劲有力的身体机能，你的心理素质再强大都没法支撑你完成这些项目。而在感觉身体消耗已经达到极限了，能够支撑自己继续前进的，则是强大的心理素质。好的心理素质可以让你的身体机能超常发挥。不只是运



动员，对于任何一个想要努力做成一件事，实现人生目标的人而言，都是需要健康的身体，健康的身体带来旺盛的精力和行动力；强大的心理素质则是引领身体前进的内在力量。

有些人就因为年幼天资聪颖，被称为天才，恃才傲物，没有持续努力，变成了王安石笔下的方仲永！小时惊艳了众人，长大了淹没于众生，荒废了自己幼年时的才华！然而，有些所谓的“笨小孩”凭着愚公移山的坚毅，和永不停息的刻苦勤奋，创造了不凡的业绩，成功地完成了逆袭。这一切的一切都在说明，成功并非偶然，任何精彩的人生和绚烂的景色都离不开持之以恒的付出，背后的故事都离不开两个字——坚毅。

经典名句

锲而舍之，朽木不折；锲而不舍，金石可镂。

——荀子《劝学》

解读：

拿刀刻东西，中途停止，腐朽的木头也不能刻断；不停地刻下去，金石也能雕刻成功。不论是学习还是做工作，只有坚持不懈，才能取得成就。浅尝辄止，将会一无所成。

有志者，事竟成，破釜沉舟^①，百二秦关终属楚；苦心人，天不负，卧薪尝胆^②，三千越甲可吞吴。

——[清]蒲松龄

注释：

①破釜沉舟：把饭锅打破，把渡船凿沉。表示下定决心，为取得胜利准备牺牲一切。秦末，项羽率领楚军与秦军主力部队在巨鹿展开大战。项羽不畏强敌，引兵渡漳水。渡河后，项羽命令全军把饭锅打破，把渡船凿沉，断掉所有的退路，与秦军决一死战，结果取得了胜利。

②卧薪尝胆：春秋时期越王勾践被吴王夫差打败后，暗中训练精兵，每日晚上睡觉不用褥，只铺些柴草；又在屋里挂了一只苦胆，他不时尝尝苦胆的味道，为的就是不忘过去的耻辱。最终励精图治，成功复国并称霸。

解读：

这是蒲松龄的自勉联，开始刻在铜尺上，后悬置于聊斋书房。蒲松龄，世称聊斋先生，19岁应童子试，接连考取县、府、道三个第一，名震一时。但此后屡试不第，直至71岁时才成岁贡生。以创作文言文短篇小说集《聊斋志异》著称于世。这副对联告诉我们，成功不是一帆风顺的，坚韧不拔是获得成功的必备品质。

咬定青山不放松，立根原在破岩中。千磨万击还坚劲，任尔东西南北风。

——[清]郑燮《竹石》

解读：

这是一首借物喻人、托物言志的诗，也是一首咏物诗。深深扎根在破裂的岩石之中的翠竹，不管风吹雨打，任凭霜寒雪冻，依然傲然挺拔于青山之上。我们感受到的不仅仅是经历风雨依然顽强的岩竹，同时还感受



到一种顽强不息的生命力，一种坚韧不拔的意志力。作者借岩竹的坚韧顽强，表达自己刚正不阿、铁骨铮铮的志气。语言简易明快，铿锵有力。

经典篇目

苏武传

[东汉] 班固《汉书》^①

武字子卿，少以父^②任，兄弟^③并为郎。稍迁^④至移中厩^⑤监^⑥。时汉连伐胡，数通使^⑦相窥观。匈奴留汉使郭吉^⑧、路充国等，前后十余辈^⑨。匈奴使来，汉亦留之以相当^⑩。天汉元年^⑪，且鞮侯^⑫单于^⑬初立，恐汉袭之，乃曰：“汉天子我丈人行也。”尽归汉使路充国等。武帝嘉其义，乃遣武以中郎将^⑭使持节^⑮送匈奴使留在汉者，因厚赂单于，答其善意。武与副中郎将张胜及假吏^⑯常惠等募士斥候^⑰百余人俱，既至匈奴，置币遗单于；单于益骄，非汉所望也。

方欲发使送武等，会缙王^⑱与长水^⑲虞常^⑳等谋反匈奴中。缙王者，昆邪王^㉑姊子也，与昆邪王俱降汉，后随浞野侯^㉒没胡中，及卫律^㉓所将降者，阴相与谋劫单于母阏氏^㉔归汉。会武等至匈奴，虞常在汉时，素与副张胜相知，私候胜曰：“闻汉天子甚怨卫律，常能为汉伏弩射杀之，吾母与弟在汉，幸蒙其赏赐。”张胜许之，以货物与常。

后月余，单于出猎，独阏氏子弟在。虞常等七十余人欲发，其一人夜亡，告之。单于子弟发兵与战，缙王等皆死，虞常生得。单于使卫律治其事，张胜闻之，恐前语发，以状语武。武曰：“事如此，此必及我，见犯乃死，重负国。”欲自杀，胜、惠共止之。虞常果引张胜。单于怒，召诸贵

人议，欲杀汉使者。左伊秩訾²⁵曰：“即谋单于，何以复加？宜皆降之。”

单于使卫律召武受辞²⁶。武谓惠等：“屈节辱命，虽生，何面目以归汉！”引佩刀自刺。卫律惊，自抱持武，驰召医。凿地为坎，置煴火，覆武其上，蹈其背以出血。武气绝，半日复息。惠等哭，舆²⁷归营。单于壮其节，朝夕遣人候问武，而收系张胜。

武益愈，单于使使晓武，会论虞常，欲因此时降武。剑斩虞常已，律曰：“汉使张胜谋杀单于近臣，当死。单于募降者赦罪。”举剑欲击之，胜请降。律谓武曰：“副有罪，当相坐²⁸。”武曰：“本无谋，又非亲属，何谓相坐？”复举剑拟之，武不动。律曰：“苏君，律前负汉归匈奴，幸蒙大恩，赐号称王，拥众数万，马畜弥山²⁹，富贵如此！苏君今日降，明日复然。空以身膏³⁰草野，谁复知之！”武不应。律曰：“君因我降，与君为兄弟；今不听吾计，后虽复欲见我，尚可得乎？”武骂律曰：“汝³¹为人臣子，不顾恩义，畔主背亲，为降虏于蛮夷，何以汝为见？且单于信汝，使决人死生，不平心持正，反欲斗两主³²，观祸败。若知我不降明，欲令两国相攻，匈奴之祸，从我始矣。”

律知武终不可胁，白单于。单于愈益欲降之。乃幽武置大窖中，绝不饮食。天雨雪。武卧啮雪，与旃³³毛并咽之，数日不死。匈奴以为神。乃徙武北海³⁴无人处，使牧羝³⁵，羝乳³⁶乃得归。别其官属常惠等各置他所。

武既至海上，廩食不至，掘野鼠去³⁷草实而食之。杖汉节牧羊，卧起操持，节旄尽落。积五六年，单于弟於靬王³⁸弋射³⁹海上。武能网纺缴⁴⁰，檠⁴¹弓弩，於靬王爱之，给其衣食。三岁余，王病，赐武马畜、服匿⁴²、穹庐⁴³。王死后，人众徙去。其冬，丁令⁴⁴盗武牛羊，武复穷厄。

初，武与李陵⁴⁵俱为侍中⁴⁶。武使匈奴，明年，陵降，不敢求武。久之，单于使陵至海上，为武置酒设乐。因谓武曰：“单于闻陵与子卿素厚，



故使陵来说足下，虚心欲相待。终不得归汉，空自苦亡人之地，信义安所
见乎？前长君⁴⁷为奉车⁴⁸，从至雍⁴⁹械阳宫⁵⁰，扶辇⁵¹下除⁵²，触柱折辕，劾⁵³
大不敬⁵⁴，伏剑自刎，赐钱二百万以葬。孺卿⁵⁵从祠河东⁵⁶后土⁵⁷，宦骑⁵⁸与
黄门驸马⁵⁹争船，推堕驸马河中溺死，宦骑亡，诏使孺卿逐捕，不得，惶
恐饮药而死。来时太夫人⁶⁰已不幸，陵送葬至阳陵⁶¹。子卿妇年少，闻已更
嫁矣。独有女弟⁶²二人，两女一男，今复十余年，存亡不可知。人生如朝
露，何久自苦如此！陵始降时，忽忽如狂，自痛负汉，加以老母系保宫⁶³。
子卿不欲降，何以过陵？且陛下春秋高⁶⁴，法令亡常，大臣亡罪夷灭者数
十家，安危不可知，子卿尚复谁为乎？愿听陵计，勿复有云。”武曰：“武
父子亡功德，皆为陛下所成就，位⁶⁵列将⁶⁶，爵通侯⁶⁷，兄弟亲近，常愿
肝脑涂地。今得杀身自效，虽蒙斧钺汤镬，诚甘乐之。臣事君，犹子事父
也。子为父死，亡所恨，愿无复再言！”

陵与武饮数日，复曰：“子卿壹听陵言！”武曰：“自分已死久矣！王
必欲降武，请毕今日之欢，效死于前！”陵见其至诚，喟然叹曰：“嗟呼，
义士！陵与卫律之罪上通于天！”因泣下霑衿，与武诀去。

昭帝⁶⁸即位，数年，匈奴与汉和亲。汉求武等，匈奴诡言武死。后汉
使复至匈奴，常惠请其守者与俱，得夜见汉使，具自陈道。教使者谓单
于，言天子射上林⁶⁹中，得雁足有系帛书，言武等在某泽中。使者大喜，
如惠语以让单于。单于视左右而惊，谢汉使曰：“武等实在。”单于召会武
官属，前以降及物故，凡随武还者九人。武以始元六年春至京师⁷⁰。武留
匈奴凡十九岁⁷¹，始以强壮出，及还，须发尽白。

注释：

①本文选自《汉书》，有删节。《汉书》又称《前汉书》，是中国第一
部纪传体断代史，“二十四史”之一。由汉朝东汉时期史学家班固编撰，前

后历时二十余年，于建初年中基本修成，后唐朝颜师古为之释注。《汉书》是继《史记》之后中国古代又一部重要史书，与《史记》《后汉书》《三国志》并称为“前四史”。

②父：指苏武的父亲苏建，有功封平陵侯，做过代郡太守。

③兄弟：指苏武和他的兄苏嘉，弟苏贤。郎：官名，汉代专指职位较低皇帝侍从。汉制年俸二千石以上，可保举其子弟为郎。

④稍迁：逐渐提升。

⑤移(yí)中厩(jiù)：汉宫中有移园，园中有马厩(马棚)，故称。

⑥监：此指管马厩的官，掌鞍马、鹰犬等。

⑦通使：派遣使者往来。

⑧郭吉：元封元年(前110年)，汉武帝亲统大军十八万到北地，派郭吉到匈奴，晓谕单于归顺，单于大怒，扣留了郭吉。路充国：元封四年(前107年)，匈奴派遣使者至汉，病故。汉派路充国送丧到匈奴，单于以为是被汉杀死，扣留了路充国。事见《史记·匈奴列传》《汉书·匈奴传》。

⑨辈：批。

⑩相当：相抵。

⑪天汉元年：即公元前100年。天汉，汉武帝年号。

⑫且(jū)鞮(dī)侯：单于嗣位前的封号。

⑬单(chán)于：匈奴首领的称号。

⑭中郎将：皇帝的侍卫长。

⑮节：使臣所持信物，以竹为杆，柄长八尺，栓上旄牛尾，共三层，故又称“旄节”。

⑯假吏：临时委任的使臣属官。

⑰斥候：军中担任警卫的侦察人员。

⑱缯王：匈奴的一个亲王。

⑲长水：水名，在今陕西省蓝田县西北。



⑳虞常：长水人，后投降匈奴。

㉑昆(hún)邪(yé)王：匈奴一个部落的王，其地在河西(今甘肃省西北部)。昆邪王于汉武帝元狩二年(前121年)降汉。

㉒浞(zhuō)野侯：汉将赵破奴的封号。汉武帝太初二年(前103年)率二万骑击匈奴，兵败而降，全军沦没。

㉓卫律：本为长水胡人，但长于汉，被协律都尉李延年荐为汉使出使匈奴。回汉后，正值

延年因罪全家被捕，卫律怕受牵连，又逃奔匈奴，被封为丁零王。

㉔阏(yān)氏(zhī)：匈奴王后封号。

㉕左伊秩訾(zī)：匈奴的王号，有“左”“右”之分。

㉖受辞：受审讯。

㉗舆：轿子。此用作动词，犹“抬”。

㉘相坐：连带治罪。古代法律规定，凡犯谋反等大罪者，其亲属也要跟着治罪，叫做连坐，或相坐。

㉙弥山：满山。

㉚膏：肥美滋润，此用作动词。

㉛女(rǔ)：即“汝”，下同。

㉜斗两主：使汉皇帝和匈奴单于相斗。斗，用为使动词。

㉝旃(zhān)：通“毡”，毛毡。

㉞北海：当时在匈奴北境，即今贝加尔湖。

㉟羝(dī)：公羊。

㊱乳：用作动词，生育，指生小羊。公羊不可能生小羊，故此句是说苏武永远没有归汉的希望。

㊲去：通“弃”(jǔ)，收藏。

㊳於(wū)鞬(jiān)王：且鞬单于之弟，为匈奴的一个亲王。

㊴弋射：射猎。

- ④⑩武能网纺缴：此句“网”前应有“结”字。缴，系在箭上的丝绳。
- ④⑪檠(jìn qíng)：矫正弓箭的工具。此作动词，犹“矫正”。
- ④⑫服匿：盛酒酪的容器，类似今天的坛子。
- ④⑬穹庐：圆顶大篷帐，犹今之蒙古包。
- ④⑭丁令：即丁灵，匈奴北边的一个部族。
- ④⑮李陵：字少卿，西汉陇西成纪(今甘肃秦安)人，李广之孙，武帝时曾为侍中。天汉二年(前99年)出征匈奴，兵败投降，后病死匈奴。
- ④⑯侍中：官名，皇帝的侍从。
- ④⑰长君：指苏武的长兄苏嘉。
- ④⑱奉车：官名，即“奉车都尉”，皇帝出巡时，负责车马的侍从官。
- ④⑲雍：汉代县名，在今陕西凤翔县南。
- ④⑳榭(yù)阳宫：秦时所建宫殿，在雍东北。
- ⑤⑰辇(niǎn)：皇帝的坐车。
- ⑤⑳除：宫殿的台阶。
- ⑤⑲劾(hé)：弹劾，汉时称判罪为劾。
- ⑤⑳大不敬：不敬皇帝的罪名，为一种不可赦免的重罪。
- ⑤⑲孺卿：苏武弟苏贤的字。
- ⑤⑳河东：郡名，在今山西夏县北。
- ⑤⑲后土：地神。
- ⑤⑲宦骑：骑马的宦官。
- ⑤⑲黄门驸马：宫中掌管车辇马匹的官。
- ⑥⑰太夫人：指苏武的母亲。
- ⑥⑰阳陵：汉时有阳陵县，在今陕西咸阳市东。
- ⑥⑲女弟：妹妹。
- ⑥⑲保宫：本名“居室”，太初元年更名“保宫”，囚禁犯罪大臣及其眷属之处。



⑥4春秋高：年老。春秋，指年龄。

⑥5位：指被封的爵位。

⑥6列将：一般将军的总称。苏武父子曾被任为右将军、中郎将等。

⑥7通侯：汉爵位名，本名彻侯，因避武帝讳改。苏武父苏建曾封为平陵侯。

⑥8昭帝：武帝少子刘弗陵。昭帝即位次年改元始元。始元六年（前81年），与匈奴达成和议。

⑥9上林：即上林苑。故址在今陕西省西安市附近。汉朝皇帝游玩射猎的园林。

⑦0京师：京都，指长安。

⑦1“武留”句：苏武汉武帝天汉元年（前100年）出使，至汉昭帝始元六年（前81年）还，共十九年。

解读：

十九年的执着，十九年的追求，十九年的坚守！十九年，天之苍苍，地之茫茫，芸芸众生又有多少个十九年呢？苏武却以十九年之久的岁月抒写着一卷民族不屈的丹青。苏武挥一挥羊鞭，锦帽貂裘，他将其扔进云霄深处；弄一支秃笔，矮纸斜行，他镌刻出对大汉最深切的眷顾。一边是高官厚禄，一边是赤胆忠心，站在忘却与铭记之间，站在逸豫与忧劳之间，他选择了忘却富贵，选择了铭记忠心。

“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”的苏武，在他身上，散发着一股为了国家利益而无所畏惧的气息。有着一一种坚贞不屈的民族气节和高尚的爱国节操，为了民族尊严与国家利益而视死如归。

苏武持节南望，当大漠的风将他的手雕刻得龟裂，当大漠的霜雪染白了他的双鬓，他依然手握节毛尽落的旄节，眼睛跨越千山万水，寻找着回家的方向。叛将卫律的威胁不能让他容色稍变，匈奴千金封侯的许诺不

能让他动摇片刻，因为他心中装着两个字“祖国”。为了这两个字，他把“生是大汉人，死是大汉臣”的信条铭记心间。于是我们知道了，爱国需要一种坚毅的品格，它使我们无论如何都不能背叛自己的祖国。

典型人物

国家自然科学奖获得者北京大学张锦

20世纪60年代末，张锦出生于宁夏南部山区，那里用水极度缺乏，有时连生活用水都无法供给，三年级后村里小学没有了，他只能前往离家15公里得学校去读书，那时候对于一个小学生而言，辛苦程度大于希望。1988年，张锦考入兰州大学，并在这里开始了自己科研逐梦之旅。博士期间，张锦遇到了刘忠伟教授，开始在他的指导下开展研究工作。1997年博士毕业后，张锦前往英国利兹大学进行博士后研究，并积累了丰富得经验。2000年，张锦回国之后，来到北京大学从事低维碳材料方面得研究。低维碳材料是高新技术产业和先进制造业得“基础”，是衡量一个国家或地区经济、科技实力得重要标志，在能源、环境、卫生健康、智能生活等领域具有极大得应用价值。在这一背景之下，低维碳材料得控制制备及性能研究成为了国际上材料领域、凝聚态物理和材料化学等领域得前沿课题与热点方向。以石墨烯、碳纳米管、石墨炔为代表得低维碳具有独特的结构、优异的性质和极大的应用前景，而对这些材料结构和性质的表征与分析，是指导其控制制备和应用的前提。在众多的表征技术当中，拉曼光谱由于具有指纹识别特征，以及快速无损的特点，是低维碳材料表征的关键技术之一。俗话说：十年磨一剑，用这句话形容张锦再恰当不过了，他带领他得团队从2008年开始近十年一直一直致力于低维碳材料的控制制备及



其谱学研究，功夫不负有心人，近10年得努力最终汇聚成了优秀得科研成果。在低维碳材料的拉曼光谱学研究方面做出了突出贡献，在他们的不断努力下，其团队项目“低维碳材料的拉曼光谱学研究”荣获2017年度国家自然科学奖二等奖。从宁夏贫困山区考入兰州大学的寒门学子，再到现在在北京大学的教授、2017年度国家自然科学奖二等奖第一完成人。“十年磨一剑，砺得梅花香”这一路走来，坚毅赋予了他前行的动力，走出了属于自己的人生逆袭之路。

守岛英雄

王继才，一位不畏艰苦、恪守使命三十多年如一日守望和保卫祖国领土默默奉献的“守岛英雄”。生前是江苏省灌云县开山岛民兵哨所所长，1986年，26岁的王继才接受了守岛任务，在此次之前，先后上岛的10多位民兵，因条件艰苦都不愿长期值守，而王继才，带着自己的妻子默默无闻的扎根在了这个仅有两个足球场大小的开山岛。那里没有水、没有电，没就像王继才心中永远没有怨言一样，“守岛就是守家，国安才能家”从那时起已成为王继才心中永恒不变的坚定信仰。默默坚守，把青春年华献给海防事业。

就连女儿结婚的时候他也在岛上守岛，婚礼没能参加，当时女儿在现场哭的几近昏厥，旁人的安慰始终是抵不过父亲当场的一个笑脸。2003年王继才父亲离世，2012年母亲离世，他都因为守岛的职责而错过生离死别的重要时刻，可是他却说不后悔，父亲母亲也一定不会怪他。然而在他58岁的年纪，本该享受天伦之乐，却在执勤的过程中突发疾病倒地，再也没能站起来。王继才是个再平凡不过的人，但他并不平庸，他将孤独、枯燥、清苦的日子，将32年，1万多个日日夜夜过出了价值。用毅力坚守起的开山岛，是民族的深情与祖国的大义，更是一座精神丰碑。他用无怨无

悔的坚守与付出，给后人铸造了一座“坚毅”的丰碑，谱写了他的忠于信仰、不忘初心，谱就了壮丽的人生篇章。

学生活动

1. 搜集你身边具有坚毅品质的人物，将他们的故事写下来。
2. 观看影视作品《士兵突击》，感受主人公坚毅不拔的品质。

担当篇

一、什么是担当

“担”字原本写作儋，《说文解字》说：“儋，何也。从人，詹声。以背曰负，以肩曰儋。”何通荷，表担荷，指用肩膀担起东西。对于古人来说，担荷是生活的经常。樵夫担柴换钱，农夫担水浇地，货郎挑着担走街串巷，就算是读书人出门游学也得负书担囊。

“当”是一个形声字。《说文解字》说：“当，田相值也。”金文中，当的下半部分原本是土，后来都变成了田，用来表示两块田地相当、相等，这是当的本义。后来，当字所指范围扩大至两件事物相当，比如词语“当官”，说的就是某人的行为、素质要与“官”的职责要求相值，于是就引申出了“担任”之义。由“担任”又引申出“承担、负担”的义项。孔子说“当仁，不让于师”，意即君子以仁为己任，遇到可以实践仁道的机会，就是对老师也无需谦让。我们平时说某人能“独当一面”，这里的“当”字，也是负责，承担的意思。可以看到，“担”重在扛起，

“当”重在承担，尤其是承担起与自己身份、责任相当的任务，“担当”一词，既与承担、负荷有关，也与责任、本分有关，告诉我们要敢于扛起自己的责任。

中华传统文化中具有敢于担当的民族品质，这不是一朝一夕形成的，是一个国家、一个民族在岁月的长河中长期发展的积累与沉淀，是价值追求、审美理念以及情感积淀的浓缩与精华。肩扛千斤，谓之责；背负万石，谓之任。什么是担当？担当就是敢于承担责任，关键时刻敢挑担子，在责任面前不回避，不推诿，不退缩。

敢于担当的人就是有责任心的人。担当既是一种责任，又是一种无私的奉献。我们身处于社会之中，就必须遵守约定俗成的规则，并且这种规则带有一定的强制性。它伴随着社会的出现而出现，随着社会的发展而越来越完善，有社会就有责任。责任感是衡量一个人精神素质的重要指标，有责任感的人，才能驱动自己一生都勇往直前，才能感到许许多多有意义的事需要自己去做，才能感受到自我存在的价值和意义，才能真正得到人们的信赖和尊重。在社会这个大舞台中，每个人都有自己的角色，每个角色都有自己要承担的责任，我们在承担责任的同时，需要付出一定的努力，同时也会获得相应的回报。

从范仲淹的“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”，到顾炎武的“天下兴亡，匹夫有责”，等等，古人先贤的嘉言懿行，都生动诠释了中华民族敢于责任担当的内在禀赋。同时担当又是一种奉献，它没有要求你必须做什么，但它时刻提醒你，你应该做点什么。在抗击疫情期间，无数医生、护士、警察闻令而动，关键时刻挺身而出，逆行出征，用他们的血肉之躯筑起抗疫堤坝，在各自的工作岗位上点亮并守护着希望之光。在这场战役中，身处于不同岗位的中国人以担当之勇、奋斗之志，谱写了一曲曲荡气回肠的乐章，铸就了我们共同的民族记忆，积累了我们前进道路上弥足珍贵的精神财富。



二、担当责任的传承

当代大学生正处于社会发展的重要阶段，他们担负着社会主义建设的重要任务。大学生应当从优秀传统文化中汲取知识，丰富自己的内心世界，练就百折不挠的精神，发挥越挫越勇的斗志，勇敢面对成长中的各种困难，将个人命运和国家民族的发展紧紧联系起来。大学生肩负着中华民族伟大复兴的重要责任，因而担当意识就显得尤为重要。担当意识是构建和谐社会的道德基础，是当今人才必备的重要素质，是当代大学的重要使命，也是当今素质教育的重要任务。担当意识要求学生以积极的心态践行担当精神，脚踏实地，自觉履行应尽的责任和义务，成为有担当、有能力、有作为的当代大学生。

当代大学生的思想教育面临新的环境、新的挑战，我们需要改进教育方法。将中华优秀传统文化与大学生思想教育结合起来，将中华传统融入校园文化、课程改革和社会实践等建设当中，从课程和生活中培养学生的担当意识，对大学生的思想教育起到良好的助推作用。一个自主、自觉的人生，必然拥有一份不可推卸的人生责任，这是由人的社会本质决定的。马克思曾告诫我们“作为确定的人，现实的人，你就有规定，就有使命，就有任务。”^①字面上看，责任感就是强调个体要自觉做好分内的事情，做一个有担当的人，并自觉承担它所带来的后果，它包括认知、情感和行为。其中，认知是前提，需要大学生树立正确的担当意识，认识到责任感的重要性；情感是基础，责任感要求一个人对自己的言论、行动、许诺等秉持认真负责、积极主动的态度，并随之产生的情感体验和反应；行为是体现，大学生只有将认知和情感付诸实践，在做出行为后勇于承担责任，才算是一个有担当的人。

三、担当意识的培养

首先，通过榜样的树立，强化大学生对责任担当的认同意识。捐髓救母的河南大学生苏迟，背着养母上学的研究生孙玉晴，以及无数战斗在抗疫一线的“90后”医护人员，都为当代大学生树立了担当守责的榜样。其次，通过组织多种活动，树立大学生的服务意识与担当意识。大学生的担当意识既有对自身的担当，也有对社会的担当。从个体而言，可以通过组织大学生观看励志电影，听取励志讲座，甚至组织学生拍摄励志微电影方式，强化大学生的自我责任感。也可以鼓励和组织大学生参加义工，通过志愿团方式走访敬老院等各种活动，增强对社会的担当。

四、担当精神的弘扬

担当作为一种精神，深深根植于中华优秀传统文化的土壤中：既有“士不可以不弘毅，任重而道远”“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”的情怀信念；又有“明知山有虎，偏向虎山行”“千磨万击还坚劲，任尔东西南北风”的迎难而上；更有“利于国者爱之，害于国者恶之”“苟利国家生死以，岂因祸福避趋之”的敢于斗争……从保家卫国到见义勇为，从救死扶伤到舍己为人，中国这片土地上从来不缺乏敢于担当者。而支撑这些壮举的，是他们心中那份为国为民的家国情怀，那份割不断、扯不开的责任牵挂。

大学生需要自由而全面的发展，并将个人“小我”置于国家、社会的“大我”背景中，将个人理想同社会进步、国家强盛结合起来。在个人发展的同时，强调对国家和社会的奉献，在国家的发展中实现自己的人生目标，在社会的发展中实现自己的人生价值。对大学生进行传统文化的教育，能够帮助大学生树立崇高的人生理想，促使他们关心国家的前途和民族的命运，从而激发他们的进取精神和集体主义精神。



经典名句

保国者，其君其臣肉食者谋之；保天下者，匹夫之贱与有责焉耳矣。

——[清]顾炎武《日知录》

解读：

顾炎武，明末清初的杰出的思想家、经学家、史地学家和音韵学家，开创清代朴学风气，提出经世致用、明道救世的思想。

在顾炎武看来，“亡国”与“亡天下”是两个不同的概念。“亡国”是指改朝换代，换个皇帝和国号；“亡天下”是指仁义道德得不到发扬光大，统治者近害人民，人民之间也纷争不断。保国这类事只需由王帝及大臣和掌握权力的人去谋划，但是“天下”的兴亡，即便是低微的百姓也有责任。这句话后来被梁启超概括为“天下兴亡，匹夫有责”八个字。从此，“天下兴亡，匹夫有责”便成了无数优秀中华儿女的自觉与担当。

苟利国家生死以^①，岂因祸福避趋之。

——[清]林则徐《赴戍登程口占示家人》

注释：

①以：用，去做。

解读：

林则徐抗英有功，却遭投降派诬陷，被道光帝革职，发配伊犁，效力

赎罪。他忍辱负重，于道光二十一年（1841年7月14日）被发配到新疆伊犁。诗人在古城西安与妻子离别赴伊犁时，在满腔悲愤中写下了《赴戍登程口占示家人》。诗作共分两首，此句出自两首诗的第二首。

“苟利国家生死以 [1]，岂因祸福避趋之”，其意思是“只要有利于国家，哪怕是死，我也要去做；哪能因为害怕灾祸而逃避呢”。此句已成为百余年来广为传颂的名句，也是全诗的思想精华之所在，它表现了林则徐刚正不阿的高尚品德和忠诚无私的爱国情操。

人生须知负责任的苦处，才能知道有尽责的乐趣。

——梁启超

解读：

此句出自梁启超的作品《最苦与最乐》。梁启超（1873年2月23日—1929年1月19日），字卓如，一字任甫，号任公，又号饮冰室主人、饮冰子、哀时客、中国之新民、自由斋主人。清朝光绪年间举人，中国近代思想家、政治家、教育家、史学家、文学家。戊戌变法（百日维新）领袖之一、中国近代维新派、新法家代表人物。著有《饮冰室合集》。

梁启超的这句话时刻警醒着我们，要对自己的生活充满信心，勇敢承担起我们的责任和义务。一个充满责任感的人、一个勇于承担责任的人，会让自己的生命因这份承担而变得更有力量。责任是对人生义务的勇敢担当，是对生活的积极介入，更是对自己所负使命的忠诚和信守。

当一个人因为能把一件事情做得尽可能完善而激动不已，当一个人安静地欣赏着自己所做的一切而心满意足的时候，这是一种真正的永远的快乐，这种成就感可以促使你的各种才能得到最充分的发挥。责任会激发你的心智，陶冶你的情操，增强你的体质。担当意识要体现在我们日常的实



际行动中，体现在我们生活的每一个微小的细节里面。

经典篇目

生于忧患，死于安乐

《孟子·告天下》

舜^①发^②于畎亩^③之中，傅说^④举^⑤于版筑^⑥之间，胶鬲^⑦举于鱼盐^⑧之中，管夷吾^⑨举于士^⑩，孙叔敖^⑪举于海^⑫，百里奚^⑬举于市^⑭。

故^⑮天将降大任^⑯于是(斯)^⑰人也^⑱，必^⑲先苦^⑳其心志^㉑，劳^㉒其筋骨，饿^㉓其体肤^㉔，空乏^㉕其身，行拂乱^㉖其所为^㉗，所以^㉘动^㉙心忍^㉚性，曾^㉛益其所不能^㉜。

人恒^㉝过^㉞，然后能改；困于心^㉟，衡于虑^㊱，而后作^㊲；征于色^㊳，发于声^㊴，而后喻^㊵。入^㊶则无法家^㊷拂士^㊸，出^㊹则无敌国^㊺外患^㊻者，国恒^㊼亡^㊽。

然后知生于忧患^㊾，而死于安乐^㊿也。

注释：

①舜：姚姓，名重华。唐尧时耕于历山（在今山东济南东南，一说在今山西永济东南），“父顽，母嚣，弟傲，能和以孝”，尧帝使其人山林川泽，遇暴风雷雨，舜行不迷，于是传以天子之位。国名虞，史称虞舜。事迹见于《尚书·尧典》及《史记·五帝本纪》等。

②发：兴起，被任用

③畎(quǎn)亩：田亩，此处意为耕田。畎，田间水渠。

④傅说(fù yuè)：殷商时为胥靡(一种刑徒)，筑于傅险(又作傅岩，

在今山西平陆东)。商王武丁欲兴殷，梦得圣人，名曰说，视群臣皆非，使人求于野，得傅说。见武丁，武丁曰：“是也。”与之语，果圣人，举以为相，殷国大治。遂以傅险为姓，名为傅说。事迹见于《史记·殷本纪》等。

⑤举：选拔。

⑥版筑：筑墙的时候在两块夹板中间放土，用杵捣土，使它坚实。筑，捣土用的杵。

⑦胶鬲(gé)：商纣王大臣，与微子、箕子、王子比干同称贤人。

⑧鱼盐：此处意为在海边捕鱼晒盐。《史记》称燕在渤海之间，有鱼盐之饶；齐带山海，多鱼盐。

⑨管夷吾：管仲，颍上(今安徽颍上县)⑨人，家贫困。辅佐齐国公子纠，公子纠未能即位，公子小白即位，是为齐桓公。齐桓公知其贤，释其囚，用以为相，尊称之为仲父。《史记·管晏列传》：“管仲既用，任政于齐，齐桓公以霸。九合诸侯，一匡天下，管仲之谋也。”

⑩士：狱官。

⑪孙叔敖(áo)：蔣姓，名敖，字孙叔，一字艾猎。春秋时为楚国令尹(宰相)。本为“期思之鄙人”，期思在今河南固始，偏僻之地称为鄙。

⑫海：海滨。

⑬百里奚(xī)：又作百里奚。本为虞国大夫。晋国灭虞国，百里奚与虞国国君一起被俘至晋国。晋国嫁女于秦，百里奚被当作媵臣陪嫁到秦国。百里奚逃往楚国，行至宛(今河南南阳)，为楚国边界之鄙人所执。秦穆公闻其贤，欲重赎之，恐楚人不与，乃使人谓楚曰：“吾媵臣百里奚在焉，请以五羖羊皮赎之。”楚人于是与之。时百里奚年已七十余，至秦，秦穆公亲释其囚，与语国事三日，大悦。授以国政，号称“五羖大夫”。史称秦穆公用百里奚、蹇叔、由余为政，“开地千里，遂霸西戎”，成为“春秋五霸”之一。事迹见于《史记·秦本纪》。



⑭市：市井，集市。

⑮故：所以。

⑯任：责任，担子，使命。

⑰是：代词，这，这些。

⑱也：助词，用在前半句的末尾，表示停顿一下，后半句将要加以解说。

⑲必：一定。

⑳苦：动词的使动用法，使……苦恼。

㉑心志：意志。

㉒劳：动词的使动用法，使……劳累。

㉓饿：动词的使动用法，使……饥饿。

㉔体肤：肌肤。

㉕空乏：形容词的使动用法，使……穷困。空，穷。乏，绝。

㉖拂乱：形容词的使动用法，使……颠倒错乱。拂，违背，不顺。乱，错乱。

㉗所为：所行。

㉘所以：用来（通过那样的途径来……）。

㉙动：动词的使动用法，使……惊动。

㉚忍：形容词的使动用法，使……坚韧。

㉛曾：同“增”，增加。

㉜能：才干。

㉝恒：常常，总是。

㉞过：过错，过失。

㉟困于心：在内心里困惑。

㊱衡于虑：思虑堵塞。衡，同“横”，梗塞，指不顺。

㊲作：奋起，指有所作为。

⑳征于色：面色上有征验，意为面容憔悴。征，征验，征兆。色，颜面，面色。

㉑发：流露，显露。发于声：言语上有抒发，意为言语愤激。

㉒而后喻：然后人们才知晓他。喻，知晓，明白。

㉓入：名词活用作状语，在国内。

㉔法家：坚守法度的大臣。

㉕拂(bì)士：足以辅佐君主的贤士。拂，同“弼”，辅佐。

㉖出：名词活用作状语，在国外。

㉗敌国：实力相当、足以抗衡的国家。

㉘外患：来自国外的祸患。

㉙恒：常常。

㉚亡：灭亡。

㉛生于忧患：忧患使人生存发展。

㉜死于安乐：安逸享乐使人萎靡死亡。

作品赏析：

《生于忧患，死于安乐》选自《孟子·告子下》，是一篇论证严密、雄辩有力的说理散文。文章开头，孟子选取了六位经历过贫苦、痛苦、挫折的磨练而终于担当大任的人物，来证明“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能”这一著名论断。上天要想让人承担大的责任，就一定要先使你心志受苦，身体忍饥挨饿，事事受阻，因为人只有通过磨练才能更奋发有为，只要懂得了责任才能担当大任。这个推理过程属于归纳推理，即由前面六个特殊的事例，归纳出带有普遍性的结论，又通过最后的结论，证明了前面六个人物之所以成功的原因。

接着孟子在人与客观环境这一对矛盾中说出了自己的观点，他认为这



一对矛盾相互制约。客观环境对人会产生影响，人的主观努力会根据环境做出反应。孟子指出：“人恒过，然后能改；困于心，衡于虑，而后作；征于色，发于声，而后喻。”客观环境对人的制约，会让人在改变客观环境的同时，不断克服困难，积累经验教训，最后达到“能改”的境界。一个人因为自身所遭受的困难而忧愁、困惑，造成内心的压抑，这些痛苦、哀愁就表现在形色上，表达在言语中；而在压抑中他还会尝试突破这些困难，活跃自己的思想，激发自己的能力，最终受到启迪和帮助。人就在和忧患意识的斗争中，一方面获得了物质生存的可能性，另一方面获得了精神生存的可能性。

接着，孟子从一个人的发展和一个国家的兴亡，两个不同角度进一步论证了忧患则生、安乐则亡的道理，得出了“生于忧患，死于安乐”的结论。“入则无法家拂士，出则无敌国外患。”在内没有能干的大臣提醒法度，没有敢于直言进谏的言官提醒礼、义；在外没有敌国的抗衡，没有敌寇的侵扰，如此安逸的环境，怎么会让人时刻警醒？最终的结果就是精神的倦怠、意志的消沉和物质的死亡——“国恒亡”。

在修辞上，这篇文章也很有特色，《孟子》善用排比句，通过采用一连串结构相同的句式，对同一论题进行多角度多层次的分析。《生于忧患，死于安乐》中，不仅有排比句的使用，还配合了归纳推理的方式，一连举了六位贤人的例子，从数量上给人深刻的印象，说明“忧患”是一种普遍存在的社会现象；接着铺排了艰难险阻带给人磨难，促使人的成功；最后得出如何正确面对忧患，得出“生于忧患，死于安乐”的结论。

全文采用了史实论证和道理论证相结合的手法，逐层推论，使文章结构紧凑，论证缜密；同时文章多采用排比和对仗句，使语气错落有致，形成一种势不可挡的气势，增强了辩论的说服力。如同所有成就辉煌的文人学者一样，孟子的一生也是不甚得意的。此文写得如此出色，诚为“发愤抒情”的结果。

典型人物

钟南山

钟南山院士，福建省厦门市人，1936年10月出生，中共党员，中国工程院院士，教授，博士生导师，呼吸内科专家。1960年毕业于北京医学院医疗系，1979至1981年公派英国进修。1984年被授予首批有突出贡献专家称号。1985年后被指定为中央领导保健医生，受聘为世界卫生组织医学顾问、国际胸科协会特别会员、亚太地区执委会理事；同年任硕士研究生导师。1995年任博士生导师。1996年5月当选为中国工程院院士，1998年起任医药卫生工程学部副主任。现任中华医学会会长、呼吸疾病国家重点实验室主任、广州医学院广州呼吸疾病研究所所长。

“一个有希望的民族不能没有英雄，一个有前途的国家不能没有先锋”。17年前，一场没有硝烟的战争席卷全球，时年67岁的钟南山，就是一名牢牢坚守的战士。放眼当前，“新型肺炎”疫情来势汹汹，武汉好几家专门接纳“新型肺炎”病人的医院已经不堪重负。这时，钟南山带着他的团队站了出来，“把重病人都送到我这里来！”在他的指挥下，一切工作有序进行，最终控制住“新型肺炎”的发展。

我们把钟南山精神归为以下三点：

一是舍身忘我、无私无畏的担当精神。2003年，非典肆虐。67岁的他说：“把最重的病人送到我这来。”2020年，面对疫情，84岁的他一边告诉公众“尽量不要去武汉”，一边自己义无反顾地登上武汉的高铁，挂帅出征。他不断借助媒体发声，告诉人们发生了什么，该怎么办。一个中国工程院院士，一个医学专家，神奇地受到了党和人民的信赖，这正是对他“舍生忘我、无私无畏”担当精神的生动诠释和最好“回馈”。



二是胸怀国家、为民服务的家国情怀。钟南山院士认为：“科研既要顶天，也要立地。顶天就是抓住国际前沿、国家急需项目，立地就是要解决老百姓的实际问题。顶天的研究不能立地，不能缓解患者的痛苦，意义就会打折扣。”钟南山有一句名言：看病只看病情，不看背景。他还有著名的“三个一样”：高干、平民，有钱、没钱，城市、农村，一样的热情耐心，一样的无微不至，一样的负责到底。作为国内外呼吸病防控治疗领域的翘楚，钟南山看到疫情防控难度增加时，他眼含泪花，苦口婆心劝导人们一定要尊重医学、尊重知识、加强自我隔离。这些都充分体现了一位共产党员胸怀国家、为民服务的家国情怀。

三是生命不息、奋斗不止的奋斗精神。钟南山曾在接受媒体采访时说：“奋斗不是一段时间内做某一件事，而是一个长期过程，奋斗的关键在于坚持不懈；大多数奋斗者不是一个人在战斗，而是一个团队、一群志同道合的人克服种种艰难困苦后，携手并进。”84岁，他四处奔波，亲临湖北武汉抗击疫情最前线，担任专家组组长，指导医治及防护工作。看到他在高铁上劳累到靠着座位靠背熟睡时，很多网友直呼心疼。正是这样一位对事业兢兢业业、一丝不苟、执著奋斗的老人，和无数个奋战在疫情防控一线的共产党人，在重大疫情面前，挺起了保护人民身体健康的“民族脊梁”。这种生命不息、奋斗不止的奋斗精神令人动容。

钟南山还曾说过“接下来我还有两个愿望，一个是希望让慢性阻塞性肺疾病像高血压和糖尿病一样可以早发现、早治疗，另一个是希望自己和其他科学家一起研制了26年的抗癌药可以早日推出。”这位一直奔波在一线的老人，时刻把人民记挂在心中，这种担当精神，值得我们每一个人学习。

学生活动

1. 组织学生参观铁人王进喜纪念馆，进行革命传统教育，提高学生思想道德建设，增强学生担当意识，并写出自己的感想。
2. 根据疫情期间出现的各行各业的担当事例，举行一场演讲会，让学生各抒己见，发表自己的看法，提高担当精神，抒发爱国情怀。

正义篇

一、什么是正义

正义是人类社会普遍认为的崇高的价值，是指具有公正性、合理性的观点、行为、活动、思想和制度等。“正义”一词，在中国最早见于《荀子》：“不学问，无正义，以富利为隆，是俗人者也。”这句话的意思是，耳不听正理，行为不合正义，迷迷糊糊地崇尚财富，这是平庸的人。正义观念萌于原始人的平等观，形成于私有财产出现后的社会。

《辞海》对“正义”定义是：正义是对政治、法律、道德等领域中的是非、善恶作出的肯定判断。作为道德范畴，它与“公正”同义，主要指符合一定社会道德规范的行为，看每个人是否得到了应有的权利履行了应有的义务。

中华文明拥有自身悠久的正义传统，自先民以来就形成了伟大庄严的正义精神。这个精神传统的源头，就在先民圣贤仰天俯地，从天地宇宙之运行、万物人我之共生中汲取到的大智慧。《诗》中咏叹“天生烝民，有

物有则。民之秉彝，好是懿德”，意思是老天生下这些人，有着形体有法则。人的常性与生来，追求善美是其德。先民懂得在天道、万物面前的谦逊，认识到人类理性的边界、德行的藩篱，中华文明的正义视界，在天、人、物之间生发出“仁民爱物”的大德境界。

《尚书》记述尧的功绩，“曰若稽古帝尧，曰放勋，钦明文思，安安，允恭克让，光被四表，格于上下。克明俊德，以亲九族。九族既睦，平章百姓。百姓昭明，协和万邦。黎民于变时雍”。意思是说，尧能发扬才智美德，使家族亲密和睦。家族和睦以后，又辨明百官的善恶。百官的善恶辨明了，又使各诸侯国协调和顺。从“安安”“亲睦”“平章”“昭明”“协和”中，其间的正义感是如此精微、高明而广远，正义始于个体的诚敬文明，贯穿于各层次治理社群的各得其序，最终弥散为一种普遍、雍和的风俗民情。

子曰：“君子义以为质，礼以行之，孙以出之，信以成之。”孔子说，君子把义作为本，依照礼来实行，用谦逊的言语来表述，用诚信的态度来完成它。这样做才是君子啊！子曰：“君子有四忧：德之不修，学之不讲，闻义不能徙，不善不能改。”孔子说，不去培养品德，不去讲习学问，听到义在那里却不能去追随，有缺点而不能改正，这些都是我所忧虑的。子曰：“君子喻于义，小人喻于利。”孔子说，君子看重的是道义，小人看重的是利益。君子是正义人格的体现，也是中国传统培育的儒家公民。

子曰：“吾之于人也，谁毁谁誉？如有所誉者，其有所试矣。斯民也，三代之所以直道而行也。”孔子说，我对于别人，毁谤了谁？赞誉了谁？如果有所赞誉的话，一定对他有所考察。有了这样的民众，夏、商、周三代所以能直道而行。在此章中孔子告诉人们，对人不能随意加以毁誉，要实事求是地评价其功过是非。孔子认为夏商周三代的贤人以直道行事，是经得起时间考验的，故为后世所向往。政治体制法度，能“道之以德，齐之以礼”，顺遂社会社群之习惯风俗，而形成持续积极的礼法，就能为正义



生活提供一个秩序的保障。人们在这种公共秩序中，易维持普遍的正义共识，形成强健的正义感，养成审慎灵活的正义技艺。在个体、社群与公共权威之间，在人情、民风和礼法之间，在共识、技艺与政体之间，秩序的正义就透过诸要素之间积极的互动与整合而抵达中和的理想状态。

正义具有相对性的特点。正义是一个相对的概念，不同的社会、不同的阶级有不同的正义观。衡量正义的客观标准是这种正义的观点、行为、思想是否促进社会进步，是否符合社会发展的规律，是否满足社会中绝大多数人最大利益的需要。正义最低的内容是，正义要求分配社会利益和承担社会义务不是任意的，要遵循一定的规范和标准；正义的普遍性是要求按照一定的标准进行平等或是量的均等、或是按人的贡献平等或按身份平等，分配社会利益和义务；分配社会利益和义务者要保持一定的中立。总而言之正义是彰显符合事实、规律、道理或某种公认标准的行为。

正义是社会制度得以建立的前提。正义保障人民的生命和财产安全，使人民得以生存和发展，推动社会进步；正义的制度给予人们公平合作的支持和保障；正义通过制度调节以避免严重的社会分化，以利于社会健康、持续发展。

马克思构建了以唯物史观为视域、立足实践基础的正义思想。中国共产党以马克思的正义思想作为构建中国公平正义社会的基本理论指导，带领中国人民建立社会主义制度，为实现公平正义奠定制度保障；解放发展生产力，夯实实现公平正义的物质基础。新时代，以习近平为核心的共产党人全方位多层次优化社会主义上层建筑，为进一步实现公平正义注入强大的动力源泉。

二、正义与公平

正义与公平在内涵上有所不同。正义侧重于利益对等，公平侧重于利益均衡；正义有利于鼓励竞争，扬善抑恶，公平则有利于缩小差距，

保持平衡；针对个人利益分配应注重正义，而社会宏观调控应注重公平。公平与正义之间的内在联系也是不容忽视的。所谓公正就是公平和正义的合称，或公正可以分解为公平和正义两个方面。公正是现代社会利益分配的理想状态，其中公平和正义缺一不可。正义是公平的基础，没有正义的公平必定沦落为平均主义，而且必定酿成善恶不分、荣辱不辨的社会局面，社会必将陷入混乱和无序。公平是正义基础上的更高追求，并以公正为旨归。

三、正义与法律

根据正义涉及的不同领域的标准，正义可分为制度正义，形式正义和程序正义。制度正义指社会制度的正义，具体是指社会财富、资源、责任、义务分配是否公平和正当。形式正义是对法律制度的公正一致的执行，它不管法律制度本身是否符合正义，它强调法律制度始终如一的实现。程序正义是指保证实现制度正义和形式正义的具体步骤和方法。制定正义的法律，应有公正的立法程序，同样，保证司法公正，也要有公正的司法程序。

法律与正义是相互联系，相互促进的，正义对法律发展起了一定的推动作用。正义作为法律追求的最高目标，是作为区别良法恶法的标准，始终是法律进化的精神驱动力。同时，法律也是实现正义的重要手段，正义的最低要求是限制任意暴力。法律运用国家强制性，保护社会主体的合法利益，通过裁决纠纷，惩治非正义的违法行为，以实现社会正义。

四、当代大学生践行正义

正义作为人类社会的基本价值追求，是一个古老而常新的话题，人类社会自产生之日起就开始了对正义的不懈追求并把正义视为人类社会的一种基本价值。当代大学生是推进我国社会主义建设事业的生力军，肩负着



历史的重任，他们对正义的认知取向，不仅关涉他们自身的成长成才，而且影响到社会主义和谐社会构建，因此，帮助和引导大学生正确认识什么是正义，如何践行正义，不仅有助于大学生健康发展，也有利于增强社会的凝聚力，实现社会安定和谐。

首先，要注重个人内在价值的培养。正义感属于个人内在价值的范畴，内在价值是指个人的内在良心和自觉善行。大学生正义观教育的目的要得以实现，只有通过内化这一过程，让正义认知最终外化为正义行为，自我教育在这方面比其他教育方法更加直观有效。大学生正义观教育过程中，要充分调动大学生自我教育的积极性，激发他们的内在动力，让他们积极主动地将正义知识内化为自身道德要求，并外化为正义行为。榜样的力量是无穷的，在对大学生进行正义观教育的过程中，利用不同时期对社会有重大舆论影响力的人或事，对大学生树立自我教育的榜样，激发他们不断进行自我教育的内在动力，以便他们更好的践行正义观，提升大学生正义观教育的有效性。

其次，社会营造正义环境。“近朱者赤、近墨者黑”。发挥社会教育环境的宏观作用，宣扬正确的正义观，倡导优良的道德品质，营造充满公平正义的社会氛围，良好的社会环境，要联合家庭、学校、单位、同辈的各个成员形成合力，发挥环境的积极作用。在对大学生正义观教育时，要通过正确引导，充分发挥大学生同辈群体环境的作用，使正义思想、正义观念在大学生自由交流、相互影响中，达到正义观教育的效果。

再次，学校要加强社会主义道德的培养。当代大学生正义与否取决于他在各种社会关系中所处的位置，取决于他在所处社会角色中是否完成了相应的社会责任，是否顺应了社会发展的需要。通过社会主义道德的教化，培养当代大学生的正义感，维护人与人之间权利和利益的公平性和正当性，提升社会合作和整合的程度，实现社会和谐。

经典名句

君子敬以直内，义以方外，敬义立而德不孤。

——《易经》

解读：

这句话的意思是“君子恭敬一切，以使内心正直；行为处处循礼，以此方正外物。能够做到恭敬一切、处处循礼，人们就会恭敬于他，以义应之，就能够使美德广布，得到众人的回应。”宋朝有学者把其中八个字拿来当座右铭，即“敬以直内，义以方外”。意思是“用严肃的态度来持守内心的真诚，用正当的方式来规范言行的表现”。

“敬”是立身之方，“义”是处世之道。对待自己的内心，一定是修炼自己，用严肃的态度来持守内心的真诚，这是第一步，要不然就变成虚伪了。对于自己的外在表现，要用正当方式来表现自己的言行。只要内存恭敬、外显仁义，那么德行必然传播与众人，自己就不会感到孤单。

耳不闻学，行无正义，迷迷然以富利为隆^①，是俗人也。

——[汉]韩婴《韩诗外传》

注释：

①隆：重。

解读：

这句话的意思是“耳不听正理，行为不合正义，迷迷糊糊地崇尚财



富，这是庸人的表现。”

《韩诗外传》是一部记述中国古代史实、传闻的著作，共十卷，被认为是韩婴所作。该作品由360条轶事、道德说教、伦理规范以及实际忠告等不同内容的杂编。一般每条都以一句恰当的《诗经》引文作结论，以支持政事或论辩中的观点，就其书与《诗经》联系的程度而论，它对《诗经》既不是注释，也不是阐发。《韩诗外传》是汉代韩婴所作的一部传记。该作品由360条轶事、道德说教、伦理规范以及实际忠告等不同内容的杂编。一般每条都以一句恰当的《诗经》引文作结论，以支持政事或论辩中的观点。

呜呼！士穷乃见^①节义。

——[唐]韩愈《柳子厚墓志铭》

注释：

①见：显现。

解读：

此文韩愈于元和十五年（820），在袁州任刺史时所作。韩愈和柳宗元同是唐代古文运动中桴鼓相应的领袖。私交甚深，友情笃厚。柳宗元卒于元和十四年，韩愈写过不少哀悼和纪念文字，《柳子厚墓志铭》是其中较有代表性的一篇。文章综括了柳宗元的家世、生平、交友、文章，着重论述其治理政绩和文学风义。韩愈赞扬柳宗元的政治才能，称颂其勇于为人，急朋友之难的美德和刻苦自励的精神。对他长期迁谪的坎坷遭遇，满掬同情之泪。

沧海横流，尽显英雄本色。越是危难困厄之时，越能显现正义的力

量。《论语》中的“岁寒，然后知松柏之后凋也”，文天祥的“时穷节乃见，一一垂丹青”，是都表达此类意思的名句。

经典篇目

正义

朱自清^①

人间的正义是在哪里呢？

正义是在我们的心里！从明哲的教训和见闻的意义中，我们不是得着大批的正义么？但白白的搁在心里，谁也不去取用，却至少是可惜的事。两石白米堆在屋里，总要吃它干净，两箱衣服堆在屋里，总要轮流穿换，一大堆正义却扔在一旁，满不理睬，我们真大方，真舍得！看来正义这东西也真贱，竟抵不上白米的一个尖儿，衣服的一个扣儿。——爽性用它不着，倒也罢了，谁都又装出一副发急的样子，张张皇皇的寻觅着。这个葫芦里卖的什么药？我的聪明的同伴呀，我真想不通了！

我不曾见过正义的面，只见过它的弯曲的影儿——在“自我”的唇边，在“威权”的面前，在“他人”的背后。

正义可以做幌子，一个漂亮的幌子，所以谁都愿意念着它的名字。“我是正经人，我要做正经事”，谁都向他的同伴这样隐隐的自诩着。但是除了用以“自诩”之外，正义对于他还有什么作用呢？他独自一个时，在生人中间时，早忘了它的名字，而去创造“自己的正义”了！他所给予正义的，只是让它的影儿在他的唇边闪烁一番而已。但是，这毕竟不算十分辜负正义，比那凭着正义的名字以行罪恶的，还胜一筹。可怕的正是这种假名行恶的人。他嘴里唱着正义的名字，手里却满满的握着罪恶；他将这



些罪恶送给社会，粘上金碧辉煌的正义的签条送了去。社会凭着他所唱的名字和所粘的签条，欣然受了这份礼；就是明知道是罪恶，也还是欣然受了这份礼！易卜生“社会栋梁”一出戏，就是这种情形。这种人的唇边，虽更频繁的闪烁着正义的弯曲的影儿，但是深藏在他们心底的正义，只怕早已霉了，烂了，且将毁灭了。在这些人里，我见不着正义！

在亲子之间，师傅学徒之间，军官兵士之间，上司属僚之间，似乎有正义可见了，但是也不然。卑幼大抵顺从他们长上的，长上要施行正义于他们，他们诚然是不“能”违抗的——甚至“父教子死，子不得不死”一类话也说出来了。他们发见有形的扑鞭和无形的赏罚在长上们的背后，怎敢去违抗呢？长上们凭着威权的名字施行正义，他们怎敢不遵呢？但是你私下问他们，“信么？服么？”他们必摇摇他们的头，甚至还奋起他们的双拳呢！这正是因为长上们不凭着正义的名字而施行正义的缘故了。这种正义只能由长上行于卑幼，卑幼是不能行于长上的，所以是偏颇的；这种正义只能施于卑幼，而不能施于他人，所以是破碎的；这种正义受着威权的鼓弄，有时不免要扩大到它的应有的轮廓之外，那时它又是肥大的。这些仍旧只是正义的弯曲的影儿。不凭着正义的名字而施行正义，我在这等人里，仍旧见不着它！

在没有威权的地方，正义的影儿更弯曲了。名位与金钱的面前，正义只剩淡如水的微痕了。你瞧现在一班大人先生见了所谓督军等人的劲儿！他们未必愿意如此的，但是一当了面，估量着对手的名位，就不免心里一软，自然要给他一些面子——于是不知不觉的就敷衍起来了。至于平常的人，偶然见了所谓名流，也不免要吃一惊，那时就是心里有一百二十个不以为然，也只好姑且放下，另做出一番“足恭”的样子，以表倾慕之诚。所以一班达官通人，差不多是正义的化外之民，他们所做的都是合于正义的，乃至他们所做的就是正义了！——在他们实在无所谓正义与否了。呀！这样，正义岂不已经沦亡了？却又不然。须

知我只说“面前”是无正义的，“背后”的正义却幸而还保留着。社会的维持，大部分或者就靠着这背后的正义罢。但是背后的正义，力量究竟是有限的，因为隔开一层，不由的就单弱了。一个为富不仁的人，背后虽然免不了人们的指摘，面前却只有恭敬。一个华服翩翩的人，犯了违警律，就是警察也要让他五分。这就是我们的正义了！我们的正义百分之九十九是在背后的，而在极亲近的人间，有时连这个背后的正义也没有！因为太亲近了，什么也可以原谅了，什么也可以马虎了，正义就任怎么弯曲也可以了。背后的正义只有存生疏的人们间。生疏的人们间，没有什么密切的关系，自然可以用上正义这个幌子。至于一定要到背后才叫出正义来，那全是为了情面的缘故。情面的根柢^②大概也是一种同情，一种廉价的同情。现在的人们只喜欢廉价的东西，在正义与情面两者中，就尽先取了情面，而将正义放在背后。在极亲近的人间，情面的优先权到了最大限度，正义就几乎等于零，就是在背后也没有了。背后的正义虽也有相当的力量，但是比起面前的正义就大大的不同，启发与戒惧的功能都如换了水的薄薄的牛乳似的——于是仍旧只算是一个弯曲的影儿。在这些人里，我更见不着正义！

人间的正义究竟是在哪里呢？满藏在我们心里！为什么不取出来呢？它没有优先权！在我们心里，第一个尖儿是自私，其余就是威权，势力，亲疏，情面等等；等到这些角色一一演毕，才轮得到我们可怜的正义。你想，时候已经晚了，它还有出台的机会么？没有！所以你要正义出台，你就得排除一切，让它做第一个尖儿。你得凭着它自己的名字叫它出台。你还得抖擞精神，准备一副好身手，因为它是初出台的角儿，捣乱的人必多，你得准备着打——不打不成相识呀！打得站住了脚携住了手，那时我们就能从容的瞻仰正义的面目了。

1924年5月14日作



注释：

①朱自清（1898年11月22日—1948年8月12日），原名自华，号实秋，后改名自清，字佩弦。原籍浙江绍兴，出生于江苏省东海县（今连云港市东海县平明镇），后随父定居扬州。中国现代散文家、诗人、学者、民主战士。

1916年中学毕业后成功考入北京大学预科。1919年开始发表诗歌。1921年，加入文学研究会，成为“为人生”代表作家。1922年，与叶圣陶等创办了我国新文学史上第一个诗刊——《诗》月刊，倡导新诗。次年，发表长诗《毁灭》，引起当时诗坛广泛注意，继而写《桨声灯影里的秦淮河》，被誉为“白话美术文的模范”。1924年，诗文集《踪迹》出版。1925年，应清华大学之聘，任中文系教授。创作由诗歌转向散文，同时致力于古典文学研究。“三·一八”惨案后，他撰写《执政府大屠杀记》等文章，声讨军阀政府暴行。1928年，第一部散文集《背影》出版。1930年，代理清华大学中文系主任。次年，留学英国，并漫游欧洲数国，著有《欧游杂记》《伦敦杂记》。1932年归国，继任清华大学中文系教授兼系主任。“一二·九”运动中，他同学生一道上街游行。抗日战争爆发后，随校南迁，任西南联大教授。1946年10月返北平，受校方委托主编《闻一多全集》。同时，积极参加各项民主活动。1948年8月12日因胃穿孔病逝于北平，年仅50岁。

所作《背影》《荷塘月色》等篇，为中国现代散文早期代表作，有《朱自清全集》出版。

②根柢（gēn dǐ）：草木的根，比喻事物的根基，基础。

作品赏析：

纵观中国现代散文的发展史，“五四”时期的散文成就对现当代散文的创作影响最大。而这一时期散文成就最高的作家则要首推朱自清。朱自清

散文中备受推崇的是那些写景抒情的篇章，他在深厚的古典文学的基础上融合中西方文化，创造了具有中国民族特性的散文体制与风格。近代诗人郁达夫说“朱自清的散文，能够贮满一种诗意。”

朱自清散文的主题主要表现在五个方面，其一，言志表意；其二，览胜记游；其三，书怀抒情；其四，感悟觉世；其五，指摘时弊。《正义》属于感悟觉世散文。朱自清是一个不断思索着现实人生的现代作家和教育家，他每每将自我的人生感悟和体验与读者共分享。他笔下的人生感悟，扎实而不玄虚，真切而不做作，常常将觉悟到的宝贵的人生奥秘，通过语言文字搭建的话语平台，尽量地向读者展示出来。现代教育家、作家杨振声说：“同朱自清谈话处事或读他的文章，印象都是那么诚恳、谦虚、温存、朴素……他文如其人，风华从朴素中来，幽默从忠厚中来，腆厚从平淡中来。”

朱自清在《正义》中担忧地指出，正义在自私、威权、名位、金钱、情面面前，影儿会变得弯曲，甚至消失踪影。然而开放文明的社会，需要正义；经济日益繁荣的社会，需要正义；建立和谐人文的社会，更需要正义。朱自清说：“人间的正义究竟是在哪里呢？满藏在我们心里！”《正义》在呼唤正义，亮出正义，坚持正义。让读者每一个人的心中根植正义，生长正义，壮大正义。毛泽东高度评价他：“朱自清一身重病，宁可饿死，不领美国的救济粮。”“我们应当写闻一多颂，写朱自清颂，他们表现了我们的英雄气概。”

典型人物

铁打的汉子李延照

李延照，男，1978年1月出生，中共党员，“青岛红十字蓝天救援队”



队长。1996年入伍，1999年退役，在部队服役期间，两次荣立三等功，两次被评为优秀士兵，多次受嘉奖；2014年荣获全国首批“五星志愿者”、中国好人、山东好人之星、青岛市见义勇为先进个人、最美城阳人、城阳街道“忠诚卫士”等多种荣誉。蓝天救援队获全国首批志愿者服务优秀团队、青岛市微尘之星公益团队、“感动青岛”团队、崂山区见义勇为团队。

2015年度中国十大正义人物获得者。颁奖会上主持人宣读对于李延照的颁奖词：他是铁打的汉子，是废墟上不倒的柱、不断的梁。他一次次奔赴受灾现场，心里装着使命，衣襟上沾满晨光，像一名战士，在自己的阵地上战斗；像一位天使，用坚毅驱赶绝望。他沉静的面孔，是残垣断壁中一道悲壮的风景；他健壮的身躯，是悲戚绝望人们心中的一线希望。

李延照从小受到良好的家庭教育熏陶，他的爷爷解放初期是一名敌后武工队队员，他的父亲是教授武功的师父，习武之人讲究武德，父亲和他的师兄弟们在面对抢劫、偷盗等事情时挺身而出的行为给李延照树立了良好的榜样。入伍后在部队上接受传统美德的教育，更加坚定了他坚持正义的信念。

2001年到2005年青岛的社会外来务工人员比较多，社会治安比较乱。他在路上遇到过很多抢劫盗窃之类的案件，还有就是当时他在社区工作，会接到一些人民群众的举报线索。犯罪现场都是很危险的，李延照在接受记者采访时说，遇到情况，第一反应就是冲上去，去救人，去制服犯罪嫌疑人。那个时候根本不会多想，不会考虑到自己的安全，那是一种本能反应，就想着一定不能让歹徒逃走。李延照说起他印象深刻的事，他说曾经抓到一个抢劫团伙，事后经公安机关调查，这个团伙曾作案74起，由于犯罪行为性质严重，罪犯被判为无期徒刑。另一起是他在去买蛋糕的路上遇到的盗窃车内财务案件，一共有两名盗贼，他开车追了很久，当时他穿着拖鞋，制服了身高一米八多手持螺丝刀的壮汉。他说当时我把他压在身下，他的同伴看到后逃跑了，如果这个同伴跑回来，我一个人对付他们两

个人的话情况会很棘手。制服盗贼后，我需要立刻联系警察，但当时手机已经振飞了。此时周围聚拢了群众，我让他们帮忙，他们怕被盗贼看到后记住，没有人敢上前，我说那你们就把手机扔给我就好。当记者问他，您不怕遭报复吗？李延照说，他从来没有怕过，因为他始终坚信邪不压正。

自2008年成为公益救援志愿者以来，他带领蓝天救援队先后参与玉树地震、彝良地震、雅安地震、鲁甸地震、尼泊尔地震、北京“7.21”水灾、甘肃天水泥石流、黄岛输油管道爆燃、崂山登山受困者救援和青岛周边水下救援等170多次一线救援，仅在青岛市范围内就直接救助695人。

2012年9月7日，云贵边界发生地震灾害，造成80余人遇难。灾区群众生产生活时刻牵动着全国人民的心，李延照带领7名救援队队员，筹备急需的药品和生活必需品立即赶赴灾区，展开为期10天的救援行动。2013年四川省雅安市芦山县发生7.0级地震发生后，青岛市红十字会立即启动应急响应，李延照带领8名蓝天救援队队员，迅速集结赶往灾区，展开救援工作，受到当地居民好评。云南省昭通市鲁甸地震发生后当晚8点，中国红十字会总会部署青岛、四川两地组成中国红十字救援队参与现场救援。这一次青岛蓝天救援队第一次列编中国红十字会救援队参与灾害救援，是山东省第一支派出的救援队伍，也是唯一一支携带专业技术装备进入震中救援的民间专业志愿者队伍。救援队到达后，立即被派往重灾区龙头山镇龙泉社区的几个埋压点展开搜救工作。李延照和队员们的救援事迹在中央电视台《焦点访谈》栏目播出后，引发全国关注。原全国人大常委会副委员长彭佩云女士在会议上指出：“你们的行动更迅速了，你们的技能更专业了，感谢你们！”

李延照还带领救援队多次为国家、省、市以及国际红会系统做救援汇报演练、获得一致赞赏，接待红总会及红十字国际联合会多位领导视察参观，分别与到访的韩国、德国、法国以及非洲十多个国家做过交流，救援队体系建设、人道主义贡献获得来访领导高度认可与赞扬。



李延照免费为有难群众救援的事迹感动着千千万万的人，有一位被救的老阿姨说，如果自己年轻点也一定要加入他们这个组织，李延照说，您可以从生活中一点一滴小事做起，力所能及地去帮助别人。我们每个人都会想到去帮助别人，这样形成一个良性循环，我们的社会就会越来越好。

救援工作让李延照有了很大的变化，他说，大家知道当兵的人脾气都很火爆，容易发脾气，做了救援工作以后，他觉得自己心胸更开阔、眼界更高、看待问题更加深入透彻了。他说，救援中无数次面对死神，对生命有了更深入的理解，更加体会到每一个人要珍惜生命，同时尊重生命、尊重逝者，把“善”的理念传播得更广更远。

学生活动

1. 请列举两个能体现校园正义的具体事例，并展开想象，描绘出你心中正义校园最美好的景象。
2. 生活中看到有人打架，你是上前劝阻，还是视而不见；自己遇到欺凌时，选择忍受还是反抗；同学有不良行为被老师发现时，该不该替他掩护；在公共汽车上，你好不容易等来了一个座位，身边却来了一位老人，下一步该怎么办？请从正义的视角，分析解决生活中的常见问题。