

# 教育性班会（下册）

主 编 张延星 徐 娇 张 颖  
副主编 谭 姝 保少兵 赵 焯 申锦华  
编 委 张延星 徐 娇 张 颖 王 蕊 许 芬 魏贵东  
谭 姝 保少兵 赵 焯 申锦华

## 图书在版编目(CIP)数据

教育性班会. 下册 / 张延星, 徐娇, 张颖主编. —  
北京: 企业管理出版社, 2022. 1  
ISBN 978-7-5164-2534-3

I. ①教… II. ①张… ②徐… ③张… III. ①班会—  
高等职业教育—教学参考资料 IV. ①G718.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2021)第 251932 号

---

书 名: 教育性班会(下册)  
书 号: ISBN 978-7-5164-2534-3  
作 者: 张延星 徐 娇 张 颖  
策 划: 张宝珠  
责任编辑: 金成华  
出版发行: 企业管理出版社  
经 销: 新华书店  
地 址: 北京市海淀区紫竹院南路 17 号 邮 编: 100048  
网 址: <http://www.emph.cn> 电子信箱: 26814134@qq.com  
电 话: 编辑部 (010) 68701661 发行部 (010) 68701816  
印 刷: 天津市蓟县宏图印务有限公司  
版 次: 2022 年 1 月第 1 版  
印 次: 2022 年 1 月第 1 次印刷  
开 本: 787mm×1092mm 1/16  
印 张: 9.5 印张  
字 数: 219 千字  
定 价: 48.80 元

---

版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换

“教育性班会”是云南国土资源职业学院的特色德育课程，区别于事务性班会，它属于思政类课程，是课程思政的体现，力求将“三全育人”落到实处。

《教育性班会(上册)》主要解决大一新生的适应性问题 and 能力素质培养问题，《教育性班会(下册)》主要解决大二学生综合能力发展和学涯职业生涯规划问题。本书为《教育性班会(下册)》，包括两个部分，每个部分中设置了七个专题和一个综合汇报，结合学生各阶段会遇到的问题展开教学。

本书主要包括以下内容。

第三部分为综合知识教育，主要包括中国优秀传统文化外化于行、国内(国际)大事我来谈、我为学校发展建言献策、生活中的法律知识、如何正确进行生活理财、大学生人格的养成及完善、爱情那些事等专题。

第四部分为学涯生涯生涯教育，主要包括我和我的祖国、如何树立正确的就业观、工匠精神之我谈、就业创业政策我知晓、顶岗实习我了解、如何做一名社会人、我的人生我做主等专题。

本书主要具有以下特点。

(1) 遵从职业教育教学特点。本书立足培养学生的职业能力和职业素养，按理实一体化模式的要求组织内容，各专题的设计有利于培养学生的能力。

(2)以学生为主体。本书专题的设计融“主动参与、乐于探究、交流与合作”于一体，均包括课前准备、学习目标、情境导入、知识探索、活动设计、课后训练等模块，从学生实际出发，让学生在做中学，做中求进步。

(3)注重实践。本书具有很强的学情阶段针对性。内容编写以服务社会需求为导向，保证了先进性和职业性，易于被学生接受。

(4)理论知识“基本、管用”。书中理论知识的选择和安排力求把握好“必需”与“适用、够用”两个度，保证在正常教学时间内能够被学生掌握。

本书由张延星、徐娇、张颖担任主编，谭姝、保少兵、赵焯、申锦华担任副主编。此外，王蕊、许芬和魏贵东也参与了部分内容的编写和整理工作。

本书在编写过程中参考了大量的文献资料，在此向资料的作者致以诚挚的谢意。本书的编写还得到了云南国土资源职业学院领导、老师们的关怀与大力支持，感谢领导、老师们的鼓励、建议与帮助。

由于编者水平有限，书中难免有不妥之处，敬请广大读者批评指正，以求日臻完善。

编者



### 第三部分 综合知识教育

专题十五 中国优秀传统文化外化于行 .....	2
专题十六 国内(国际)大事我来谈 .....	15
专题十七 我为学校发展建言献策 .....	25
专题十八 生活中的法律知识 .....	29
专题十九 如何正确进行生活理财 .....	40
专题二十 大学生人格的养成及完善 .....	51
专题二十一 爱情那些事 .....	64
综合汇报三 .....	72

### 第四部分 学涯职涯生涯教育

专题二十二 我和我的祖国 .....	78
专题二十三 如何树立正确的就业观 .....	83
专题二十四 工匠精神之我谈 .....	95

专题二十五 就业创业政策我知晓 .....	109
专题二十六 顶岗实习我了解 .....	119
专题二十七 如何做一名社会人 .....	124
专题二十八 我的人生我做主 .....	132
综合汇报四 .....	138
参考文献 .....	145

## 第三部分

---

# 综合知识教育

## 专题十五 中国传统文化外化于行



### 课前准备

“大风泱泱，大潮滂滂。洪水图腾蛟龙，烈火涅槃凤凰。文明圣火，千古未绝者，唯我无双；和天地并存，与日月同光……”这是《中华世纪坛序》中对中国传统文化的描述，从短短几句话中可以看到中国传统文化的博大精深和源远流长。中国传统文化是中华民族文明、风俗、精神的总称。中国传统文化的核心是“八德”，即“孝悌忠信、礼义廉耻”，如图 15-1 所示。以“孝悌忠信、礼义廉耻”为核心的荣辱观念是中华儿女做人行事的重要准则。



图 15-1 八德

本专题围绕“孝悌忠信、礼义廉耻”八个字来讲述中国传统文化，我们将从字入心，由事入行。希望同学们通过这一专题的学习对中国优秀传统文化有进一步的认识和理解，并自觉继承和弘扬中国传统文化。

同学们在课程开始前应做好以下准备。

- (1) 了解什么是“孝悌忠信、礼义廉耻”。
- (2) 搜集与“孝悌忠信、礼义廉耻”有关的故事。



### 学习目标

- (1) 掌握“孝悌忠信、礼义廉耻”的内涵。
- (2) 理解“孝悌忠信、礼义廉耻”的重要性及现实意义。
- (3) 自觉将“孝悌忠信、礼义廉耻”等中国传统文化外化于行。



## 情境导入

### 情境 1

大一学生王明：“你明明说要给我 2000 元生活费，怎么才给了 1500 元？”

王明妈妈：“儿子，妈妈最近手头有点紧，这 1500 元你先用着。”

王明：“1500 元，这能干个啥！我上个月的花呗还没还完呢，赶紧再给我点。”

王明妈妈：“花呗怎么又欠了，上上个月不是刚给你还了 3000 元吗？你要节省点，不要整天乱买东西……”

王明：“那些都是必须买的，省不了，我现在就要，快点给我！”

王明妈妈：“这个月不会再给了，你省着点花吧。”

王明：“你不给我，我就拉黑你，你别想找着我！”

刚说完，王明就急忙把妈妈的各种联系方式拉黑，还威胁说如果不给钱的话就去跳楼。王明妈妈急得团团转，连忙联系王明的班主任、辅导员关注王明的情况。

你如何看待这一因生活费引发的矛盾呢？

### 情境 2

近年来，部分大学生在自媒体平台上口无遮拦，有的甚至公然发表侮辱国家和民族的言论，他们也因此招致舆论的抨击，受到了开除学籍等严惩。堂堂大学生，不热爱自己的祖国和民族，更有甚者竟然嘲笑同寝室的同学热爱祖国的言论，这实在不可理喻，也让人难以接受。

热爱自己的国家和民族，不需要任何理由，只要是公民，就必须做到。

当你遇到有人发表关于对祖国和民族的不当言论时，你会如何做？

### 情境 3

转眼就到期末考试了，肖迪准备得“满满当当”，他专门把习题册缩印了，临考前还在手心写了几个名词解释。考试中，肖迪看监考老师望向窗外，心想时机到了，便赶紧从袖口掏出缩印的习题册。正当肖迪为找到原题而暗自窃喜时，监考老师突然向他走了过来……肖迪懊悔不已，跪着向监考老师求情，说自己只是一时糊涂，希望老师不要上报，一旦自己受了处分，明年各种评奖评优都没有了……

为什么要诚信考试？

### 情境 4

近年来，传统文化已经悄然成为一种新时尚。《国家宝藏》《中国诗词大会》《上新了·故宫》等一批宣扬传统文化的电视综艺节目走红，一夜爆红的故宫文创口红卖到断货，京东众筹上线的“非遗·瑜窑明清黄釉瓷”仅 12 个小时筹款就突破 100%，传统文化越来越受到广大人民群众的青睞。

2021 年春晚节目《国宝回家》以讲述方式串联归国流失文物，这正是对中国传统文化的保护与传承。

文化兴国运兴，文化强民族强。党的十九大将“加强文物保护利用和文化遗产保

护传承”作为坚定文化自信的重要部分写进报告中。

我们如何传承和弘扬中国传统文化？



## 知识探索

### 一、“孝悌忠信、礼义廉耻”的内涵

早在 2000 多年前，孝、悌、忠、信等观念就为人们所熟知。《管子·牧民》中说：“四维不张，国乃灭亡。”古人认为，如果失去了礼、义、廉、耻这“四维”，国家必将覆灭。到战国时期，孟子提出了仁、义、礼、智的“四端”之说。西汉董仲舒又提出了“五常”之说。仁、义、礼、智、信这五种品德成了当时普遍认同的道德标准。到宋朝时，人们愈加认识到了道德的重要作用，孝、悌、忠、信、礼、义、廉、耻被放到一起，形成了“八德”，也被称作“八行”或“八端”。“八德”自此流传下来，成为传统社会所提倡的人的立身之本。孔子说：“立爱自亲始”“立敬自长始”。儒家思想认为，在“八德”之中，孝是根，悌是本，忠、信、礼、义、廉、耻则是枝叶花果。

#### （一）八德之本：孝悌忠信

孝悌忠信，层层递进，关键在忠孝之道，属于道德自觉的内化于心层面。

孝，意即孝敬父母，尊敬长辈祖先，乃为纵向而论。

悌，亦作弟，意指兄弟和睦，属横向而言。

“孝悌”二字，常常作为传统伦理规范之基石，一体使用。所以《论语·学而篇》云：“弟子入则孝，出则弟”。《弟子规》亦讲“首孝悌”。在儒家看来，百善孝为先，孝乃人伦之本、道德之源、百行之冠、众善之始，孝是一切道德的基础。抓住了孝悌这个根本理念，使其深入人心，培根固本，则其他德目的推进就顺理成章了。所谓“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。君子务本，本立而道生。孝悌也者，其为仁之本与！”《孝经》的观点更加明确：“人之行，莫大于孝”，“而罪莫大于不孝”。古代刑法有“十恶不赦”之罪名，不孝之罪，正在其中。

由此看来，治国理政，也须首重孝治，以孝道为先。中国传统文化即是以孝为根本的文化，传统中国社会也是以孝为基础的社会。

#### 故事

##### 卧冰求鲤

卧冰求鲤（见图 15-2）最早出自干宝的《搜神记》第 11 卷，讲述晋代琅琊临沂人王祥冬天为继母捕鱼的事情，被后世奉为践行孝道的经典。房玄龄等编撰的《晋书》亦收录此事，元代郭居敬则将其列入《二十四孝》中。

（原文）王祥，字休征，琅邪人，性至孝。早丧亲，继母朱氏不慈，数谮之，由是失爱于父，每使扫除牛下。父母有疾，衣不解带。母常欲生鱼，时天寒，冰冻，祥解衣，将剖冰求之。冰忽自解，双鲤跃出，持之而归。母又思黄雀炙，复有黄雀数十，

入其幕，复以供母。乡里惊叹，以为孝感所致。



图 15-2 卧冰求鲤

(译文) 晋朝的王祥，早年丧母，继母朱氏并不养他，常在其父面前述说王祥的是非。他因而失去父亲之疼爱，总是让他打扫牛棚。父母生病，他忙着照顾父母，连衣带都来不及解。一年冬天，继母朱氏生病想吃鲤鱼，但因天寒河水冰冻，无法捕捉，王祥便赤身卧于冰上，忽然间冰化开，从裂缝处跃出两条鲤鱼，王祥喜极，捉住鲤鱼回家供奉继母。继母又想吃烤黄雀，但是黄雀很难抓，在王祥担心之时，忽然有数十只黄雀飞进他捕鸟的网中，他大喜，旋即又用来供奉继母。他的举动，在十里乡村传为佳话。人们都称赞王祥是人间少有的孝子。有诗颂曰：继母人间有，王祥天下无；至今河水上，留得卧冰模。

### 故事

#### 许武教弟

汉朝的许武，家里有三个兄弟，父亲很早就过世了，两个弟弟一个叫许宴，一个叫许普，年纪还非常小。在过去传统的家庭里长兄如父，父亲过世了，身为长兄的许武，必须肩负家庭的重任，不但要负责生计，更要提携、照顾两个弟弟。

许武知道他的责任非常重大，白天到田里劳作时，就把弟弟安置在树下荫凉的地方，教两个弟弟学习如何耕种；晚上回家时教两个弟弟读书，非常辛劳。如果两个弟弟不肯受教，他就跑到家庙向祖先禀明：“今天我教导不利，所以两个弟弟才不受教。”他把所有的责任都自己承担下来，在祖先面前告罪，是自己的过失，忏悔自己没有尽心尽力，直到两个弟弟哭泣着来请罪，许武才起立，而且他始终没有严声厉色地对待弟弟。

许武到了壮年还没有娶妻，有人劝他，他回答说：“我恐怕找不到适当的人选，反而使兄弟的情感发生嫌隙！”

后来许武被推荐为孝廉。为了让两个弟弟也能够成名，跟他一样被举孝廉，就故意把家产分为三份，自己取最好的，让弟弟得到的又少又不好，让所有亲朋好友、邻里都骂这个哥哥贪婪，推崇两个弟弟谦让。等到弟弟在品德、学问和产业上有一点点成就，也被推举为孝廉时，哥哥才把亲朋好友召集到一起，把他成就两个弟弟的苦心

表露了出来。人们都非常惊讶，许武竟然是这样的兄长，疼爱两个弟弟，提拔两个弟弟，如此用心良苦！

从此以后，乡里的人都称他“孝悌许武”。郡守和州刺史推荐许武出来为民服务，并且请他担任“议郎”的官职。许武的声望非常显赫。不久，他却辞去官职，返回故乡，先为两个弟弟张罗婚事，而后自己才娶妻。兄弟们生活在一起，相处得非常融洽。

忠，本意是指诚实无欺，忠心耿耿，尽职尽责，忠贞不贰，所谓“尽己之谓忠”，“君使臣以礼，臣事君以忠”。家国同构，国即大家，忠是孝的延伸和扩展，是更高意义上的孝。《孝经》有云，“以孝事君则忠”，“君子之事亲孝，故忠可移于君”。一般而言，如果说孝道主要覆盖家庭孝敬层面，那么忠德则广泛涉及社会交往与国家政治生活层面，是履行公职行为规范的心理依据。但正如家国一体，君子当有家国情怀；忠孝本为一体，其实难分。对国尽忠，即是在家尽孝的延伸；当忠孝难以两全之时，公忠体国，移孝为忠，乃至尽忠报国，则最为优先。

## 故事

### 精忠报国

岳飞是南宋著名的军事家，抗金名将，他精忠报国和岳母刺字（见图 15-3）的故事千百年来几乎家喻户晓，人人皆知。

岳飞从小勤奋好学，文武双全。岳飞 20 岁那年，金兵侵犯中原，所到之处，烧杀抢掠。岳飞是个热血的爱国青年，他决定奔赴战场，杀敌报国。

岳飞的母亲最了解岳飞的心思，她为鼓励儿子奋勇杀敌，报效祖国，在岳飞的背上刺下了“精忠报国”四个大字。岳飞铭记母亲的教诲，奔赴抗击金军的战斗前线，屡建战功，成了一名令敌人闻风丧胆的将军。他率领部队北伐，收复了被敌人侵占的大片国土。但就在他取得抗金斗争全面胜利之时，昏庸无能的宋朝皇帝宋高宗听信奸臣秦桧的劝说，一连颁发十二道金牌，强逼岳飞立即班师。岳飞壮志难酬，只好挥泪班师。这时岳飞写下了千古绝唱《满江红·写怀》。



图 15-3 岳母刺字

怒发冲冠，凭栏处，潇潇雨歇。抬望眼，仰天长啸，壮怀激烈。三十功



名尘与土，八千里路云和月。莫等闲，白了少年头，空悲切！

靖康耻，犹未雪。臣子恨，何时灭。驾长车，踏破贺兰山缺。壮志饥餐胡虎肉，笑谈渴饮匈奴血。待从头，收拾旧山河，朝天阙。

回朝后岳飞被免除兵权，宋高宗和秦桧派人向金求和，岳飞坚决反对。秦桧以莫须有的罪名将岳飞毒死。临死前岳飞写下“天日昭昭，天日昭昭”这一遗言。一代抗金名将岳飞就这样惨遭杀害了，死时年仅39岁，但他精忠报国的故事一直流传至今。

古人对忠德屡有誉词，诸如忠诚、忠信、忠厚、忠实等，不一而足。其中，忠诚老实，成为最具社会共识的美德、最为人们激赏的君子品格。

信，本意为诚实守信，简称诚信，有时与忠相连成为忠信，有时与义相连成为信义，有时称为信任，视其为忠德的延展也未为不可。所谓一诺千金，是其突出表现。孝悌忠信，忠孝为本，关键在于内化于心，非是外在规范的强制。

### 故事

#### 季札赠剑（见图 15-4）

（原文）延陵季子将西聘晋，带宝剑以过徐君，徐君观剑，不言而色欲之。延陵季子为有上国之使，未献也，然其心许之矣。使于晋，顾反，则徐君死于楚，于是脱剑致之嗣君。从者止之曰：“此吴国之宝，非所以赠也。”延陵季子曰：“吾非赠之也，先日吾来，徐君观吾剑，不言而其色欲之，吾为有上国之使，未献也。虽然，吾心许之矣。今死而不进，是欺心也。爱剑伪心，廉者不为也。”遂脱剑致之嗣君。嗣君曰：“先君无命，孤不敢受剑。”于是季子以剑带徐君墓树而去。徐人嘉而歌之曰：“延陵季子兮不忘故，脱千金之剑兮带丘墓。”



图 15-4 季札赠剑

（译文）延陵季子要到西边去访问晋国，佩带宝剑拜访了徐国国君。徐国国君观赏季子的宝剑，嘴上没有说什么，但表情上显出想要这宝剑的意思。延陵季子因为有出使上国的使命，就没把宝剑献给徐国国君，但他心里已经答应给他了。季子出使晋国，总想着回来，可是徐君却已经死在楚国。于是，季子解下宝剑送给继位的徐国国君。随从阻止他说：“这是吴国的宝物，不是用来作赠礼的。”延陵季子说：“我不是赠给他的。前些日子我经过这里，徐国国君观赏我的宝剑，嘴上没有说什么，但表情上透露

出想要这把宝剑的意思。我因为有出使上国的使命，没有献给他，虽是这样，在我心里已经答应给他了。如今因为他死了而不再把宝剑进献给他，这是欺骗我自己的良心。因为爱惜宝剑就使自己的良心虚伪，刚正的人不会这样做。”于是季子解下宝剑送给了继位的徐国国君。继位的徐国国君说：“先君没有留下遗命，我不敢接受宝剑。”于是，季子把宝剑挂在徐国国君坟墓旁的树上就离开了。徐国人赞美并歌颂他说：“延陵季子不忘故人，解下千金宝剑挂在墓前。”

## （二）国之四维：礼义廉耻

礼义廉耻，乃是传统中国一直突出宣扬的四种伦理规范。礼义廉耻既是政治的，也是社会的，官民一体遵循，社会赖以生存，是为人们外化于行理应遵守的行为准则，也是国家政权赖以巩固的伦理支柱，所以称为四纲，也叫四维。

礼，是礼节，指见到人要有礼貌。学生见到师长要敬礼，见到父母要敬礼，见到客人要敬礼。不但行动上要敬礼，心里面更要恭敬，这是一个人的道德修养的体现。有礼，人们就不会僭越等级规矩。《管子》提到：“仓廩实则知礼节，衣食足则知荣辱。”书中强调，礼义廉耻乃国之四维，“四维张则君令行”，“守国之度，在饰四维”，甚至细说：“国有四维，一维绝则倾，二维绝则危，三维绝则覆，四维绝则灭。倾可正也，危可安也，覆可起也，灭不可复错也。何谓四维？一曰礼，二曰义，三曰廉，四曰耻。礼不逾节，义不自进，廉不蔽恶，耻不从枉。故不逾节，则上位安；不自进，则民无巧诈；不蔽恶，则行自全；不从枉，则邪事不生。”

### 故事

#### 六尺巷

六尺巷位于安徽省桐城市的西南一隅，全长100米、宽2米，建成于清朝康熙年间，巷道两端立石牌坊，牌坊上刻着“礼让”二字。

清康熙年间，张英担任文华殿大学士兼礼部尚书。他老家桐城的官邸与吴家为邻，两家院落之间有块空地，供双方出入使用。后来吴家要建新房，想占用这条通道，张家人不同意。双方争执不下，将官司打到当地县衙。县官考虑到两家人都是名门望族，不敢轻易了断。

张家人一气之下写了封加急信送给张英，要求他出面解决。张英看了信后，认为应该谦让邻里，他在给家里的回信中写了四句话：“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。”家人阅罢，明白其中含义，主动让出三尺空地。吴家见状，深受感动，也让出三尺宅基地，“六尺巷”由此得名。

“六尺巷”的典故所包含的谦和礼让精神实际上也是中国传统文化的精神。六尺巷的“宽”不是宽在“六尺”上，而是宽在人们的心灵境界与和谐礼让的精神上。六尺巷的根源虽然局限在张家与吴家的道德层面上，但它凸显的是官方对民众的态度和对利益之争的立场，以及解决矛盾的方式，是一个时代处理官民关系的范本。

义，是义气，即人们应该有正义感，有见义勇为的精神，大公无私，助人为乐，绝无企图之心。无论谁有困难，都要尽力去帮助解决问题。

## 故事

## 义气墩的传说

江苏省南京市溧水区和凤镇孔镇东刘村，有一处古代坟墓叫“义气墩”，墓里安眠着两个生死之交的朋友，一个叫左伯桃，一个叫羊角哀，他们是战国时燕国人，他们的故事感人至深，千古以来传为佳话，听来让人垂泪泣涕。

传说溧水在春秋战国时属于吴楚交界地，因为两国的争夺，它一会儿是楚国的濂渚邑，一会儿是吴国的平陵邑。燕国的左伯桃、羊角哀关系一直不错，听说楚国招纳贤人，两人就结伴去楚国。当衣衫单薄的他们走到东刘村时，遇到大风雪，干粮即将吃完，周围又地广人稀。左伯桃担心继续走下去，两人不是被冻死，就是会饿死，于是寻思把自己的东西给羊角哀一人用，这样羊角哀或许还能活下来。羊角哀也同意左伯桃的话，但两人谁也不肯眼睁睁看着另一个人死掉，各不相让只好作罢就地休息。第二天醒来，羊角哀发现身上盖着左伯桃的衣服，旁边还放着左伯桃的干粮，但却不见左伯桃的踪影，后来发现，左伯桃已经冻死在附近的一个树洞里。羊角哀把树洞封好作了标志后，一边抹泪一边出发。到了楚国后，羊角哀很受楚王的器重，被封为大将军，但他心里一直牵挂着好友左伯桃，就把他们的故事告诉了楚王，请求去拜祭左伯桃，楚王深为感动，当即准假。羊角哀把左伯桃安葬好后，就落宿在附近，夜里听到厮杀声，左伯桃托梦告诉他，附近的荆将军（有人称是刺秦王的荆轲）经常欺侮他。天明，羊角哀想去拆荆将军庙，但遭到当地土人的反对。第二夜，他又听到厮杀声，不忍好友受欺，就自刎前去帮战。当地人很受感动，就把两人的尸首合葬在一处，取名义气墩，世代相传。

廉，是指廉正公平，明察善恶，不掩饰恶行，身正行端。

耻，则指有羞耻之心，不顺从邪妄，不做不正之事。

## 故事

## 卧薪尝胆（见图 15-5）



图 15-5 卧薪尝胆

公元前 496 年，吴王阖闾派兵攻打越国，但被越国击败，阖闾也伤重身亡。

两年后阖闾的儿子夫差率兵击败越国，越王勾践被押送到吴国做奴隶。勾践忍辱负重伺候吴王三年后，夫差才对他消除戒心并把他送回越国。

勾践其实并没有放弃复仇之心，他表面上对吴王服从，但暗中训练精兵，强政励治，并等待时机反击吴国。艰苦能锻炼意志，而安逸会消磨意志。勾践害怕自己贪图眼前的安逸，消磨报仇雪耻的意志，所以他为自己安排了艰苦的生活环境。他晚上睡觉不用棉褥，只铺些柴草，又在屋里挂了一只苦胆，不时尝尝苦胆的味道，为的就是不忘过去的耻辱。

勾践为鼓励民众，和王后与人民一起参与劳动。在越人同心协力之下，越国强大起来，并最终灭掉了吴国。

礼义廉耻，均为治国之本。孔子对此卓有深见：“导之以政，齐之以刑，民免而无耻。导之以德，齐之以礼，有耻且格。”《五代史·冯道传论》将四维一分为二，认为：“礼义，治人之大法；廉耻，立人之大节。”以礼义规矩之大法则，约束人的行为；“知耻近乎勇”，激发人们的廉耻之心；勇于追求自新，以高尚节操立世扬名。

礼义廉耻，皆为相互关联、不可分开的德目，都是助力强化道德观念和行为准则的约束力，将孝悌忠信的内在德行生发开来，又用礼义廉耻外化于行的伦理规范去约束人们的邪思妄念。

礼义廉耻之中，礼作为一种政治制度建设，有礼仪、礼制、礼法、礼治、礼乐文明之论；作为一种社会行为规范、为人处世之道，又是一种影响广泛、渗透深切的礼仪规矩意识、处世态度。《论语·季氏篇》记载，孔子曾言：“不学诗，无以言；不学礼，无以立。”《相鼠》谴责道：“人而无仪，不死何为？”“人而无礼，胡不遄死？”人不讲礼仪，不知其可也。知书达礼，乃君子之品。

绵延数千年的中华文明礼仪，早已从国家政治生活层面，传播浸透到中国人的血液中，成为民族性格、民族精神中的基因。所谓礼仪之说，包括尊老爱幼、好客之道、先礼后兵、礼让三分等践履之举，是事实描述，也是价值判断，更是一种文化自觉和文明自觉。

## 故事

### 伯夷叔齐

《论语·公冶长篇》云：“伯夷、叔齐不念旧恶，怨是用希。”《春秋少阳篇》曰：“伯夷姓墨，名允，字公信。伯，长也；夷，谥。叔齐名智，字公达，伯夷之弟，齐亦谥也。”《论衡》记载：“夷齐耻之，叩马而谏，武王不听，不食周粟，饿死首阳。”伯夷、叔齐是历代中华仁人志士诚信礼让、忠于祖国、抱节守志、清正廉明的典范。

相传伯夷、叔齐是商朝末年孤竹国国君的长子和三子，生卒年无考。孤竹国国君在世时，想立叔齐为王位的继承人。他死后叔齐要把王位让给长兄伯夷。伯夷说：“你当国君是父亲的遗命，怎么可以随便改动呢？”伯夷逃走了，叔齐仍不肯当国君，也逃走了。百姓就推孤竹国君的二儿子继承了王位。

伯夷、叔齐兄弟之所以让国，是因为他们对商纣王当时的暴政不满，不愿与之合作。他们隐居渤海之滨，等待清平之世的到来。后来听说周族在西方强盛起来，周文王是位有道德的人，兄弟两人便长途跋涉来到周的都邑岐山。此时，周文王已死，武王即位。武王听说有两位贤人到来，派周公姬旦前往迎接。周公与他们立书盟誓，答

应给他们兄弟第二等级的俸禄和与此相应的职位。伯夷、叔齐两人相视而笑，说：“奇怪，这不是我们所追求的那种仁道呀！”

周武王见到商朝政局败乱而急于坐大，崇尚计谋而行贿赂，依仗兵力而壮大威势，用宰杀牲畜、血涂盟书的办法向鬼神表示忠信，到处宣扬自己的德行来取悦民众，用征伐杀戮来求利，这是用错误的行为来取代商纣的残暴统治。伯夷、叔齐两人对西周感到非常失望。当周武王带着其父周文王的棺材挥军伐纣时，伯夷拦住武王的马头进谏说：“父亲死了不埋葬，却发动起战争，这叫作孝吗？身为商的臣子却要弑杀君主，这叫作仁吗？”周围的人要杀伯夷、叔齐，被统军大臣姜尚制止了。

周武王灭商后，成了天下的宗主。伯夷、叔齐却以自己归顺西周而感到羞耻。为了表示气节，他们不再吃西周的粮食，隐居在首阳山，以山上的野菜为食。周武王派人请他们出山，并答应天下相让，他们仍拒绝出山仕周。后来，一位山中妇人对他们说：“你们仗义不食周朝的米，可是你们采食的这些野菜也是周朝的呀！”妇人的话提醒了他们，于是他们连野菜也不吃了。到了第七天，快要饿死的时候，他们唱了一首歌，歌词大意是：“登上那首阳山，采集野菜充饥。西周用残暴代替残暴啊，还不知错在自己。神农、舜、禹的时代忽然隐没了，我们的归宿在哪里？哎呀，我们快死去了，商朝的命运已经衰落。”于是他们饿死在首阳山脚下。

## 二、“孝悌忠信、礼义廉耻”的重要性及现实意义

以“孝悌忠信、礼义廉耻”（又被称为“八德”）为核心的中国传统文化，是我们民族的“根”与“魂”，是值得我们珍视的推动中华民族伟大复兴的重要的、独特的战略资源，更是强大的精神、信仰、思想、道德支撑，对于增进社会成员对制度的认同、确保制度有效运行具有重要意义。



构筑中国精神中国价值  
中国力量 从“孝悌忠信、  
礼义廉耻”到践行社会  
主义核心价值观

“八德”影响着中华民族的道德理念和价值追求。中国传统文化代代相传，潜移默化地塑造了中华民族独特的价值体系，使中华民族在道德理念和价值追求上都呈现出强烈的君子风格，如重情谊，讲信义，扬道义，讲究和而不同、包容并蓄等，形成了中华民族特有的精神气质和文化基因，并渗透到中华民族每一位子孙的骨髓里。

“八德”影响着中国特色社会主义制度和国家治理体系的形成。中国特色社会主义制度和国家治理体系，生长于中国社会土壤，形成于革命、建设、改革的长期实践，根植于中华历史文化传统，是吸收借鉴人类制度文明的有益成果而丰富起来的，不仅保障了我国经济快速发展和社会长期稳定，也为多元文明共生并进的人类社会发展增添了更多色调、更多范式、更多选择。

“八德”所蕴含的家国情怀，修齐治平、崇德重礼等德治思想，在我国全面推进依法治国进程中起着重要的作用。党的十八届四中全会审议通过的《中共中央关于全面推进依法治国若干重大问题的决定》（以下简称《决定》），强调国家和社会治理需要法律和道德共同发挥作用。要坚持依法治国和以德治国相结合，从中国实际出发，汲取中国传统文化精华，实现法律和道德相辅相成、法治和德治相得益彰。



“八德”对培育和涵养社会主义核心价值观有着非常重要的借鉴意义。社会主义核心价值观是传统精神与现代理念有机结合的产物，它立足于本民族优秀传统文化传统，需要不断从中得到滋养。例如，公民个人层面倡导的“诚信、友善、敬业、爱国”，本就是传统文化中的应有之义。就“友善”而言，孝悌是其根本。“友善”就是与人为善，就是为仁，而其本则是孝悌，在家能尽孝道，在外才能与人为善。每个公民能以孝悌忠信为本，做到诚信、友善、敬业，则自然会有家国情怀。

因此，我们要更加深刻地认识以“孝悌忠信、礼义廉耻”为核心的中国传统文化的地位和作用，坚持走中国特色社会主义文化发展道路，推动社会主义文化繁荣兴盛，在历史的进步中实现文化的进步，为中国特色社会主义事业发展提供强有力的思想保证、舆论支持、精神动力和文化条件。

### 三、继承和弘扬中华优秀传统文化

继承中国传统文化，需要秉持辩证唯物论和历史唯物论立场，科学看待其传统伦理思想与规范。首先要礼敬中华文化，抽象继承其合理内核，再对其进行创造性转化和创新性发展，以适应新时代、新生活需求。比如倡导“忠孝为本”时，应清除其落后思想，摒弃其愚忠愚孝之糟粕，汲取其孝敬父母、礼敬先贤、慎终追远、纯洁心灵的精神追求。

#### 案例

#### 国漫出海弘扬传统文化

国漫电影《新神榜：哪吒重生》于2021年2月26日在日本上映，随着影片在澳大利亚、新西兰、新加坡等多个海外地区上映，并由网飞（Netflix）拿下除中国以外地区的全球独家流媒体版权，不仅彰显出《新神榜：哪吒重生》的实力，也让中国传统文化进一步弘扬海外。

《新神榜：哪吒重生》此前曝光日语版预告片，就迅速圈粉，不少日本观众对新封神世界中的神仙大战充满期待。如今，影片终于在2月26日元宵节当天在东宝影院池袋、东宝影院上野抢先上映，刷新了中国电影有史以来最快登陆日本院线的纪录。

影片以更新、更酷、更年轻的视角颠覆演绎了一个现代版青年哪吒的热血故事，无论是动作类型电影的顶尖视效，还是融合西方美学元素的东方朋克视觉风格，均彰显出国际化的制作水准与视野。追光动画联合创始人于洲表示，虽然外国观众可能不清楚哪吒是谁，但真正的好内容是共通的，“哪吒身上的抗争精神能引发所有人的共鸣”。

《新神榜：哪吒重生》的海外发行与文化输出之路并未止于日本，还陆续登陆新西兰、新加坡、柬埔寨等海外地区，并创下澳大利亚有史以来华语动画电影的最大规模排片纪录。前不久，影片更被全球流媒体巨头网飞（Netflix）相中并拿下除中国以外地区的全球独家流媒体版权，这也意味着将有更多海外地区的观众有机会观看本片，被热血现代版“新哪吒”李云祥引爆荷尔蒙！

对于国漫出海的这次喜讯，有媒体点赞：“这是中国动画人在技术、美学及叙事表

这方面集体努力的成果，也是动漫产业不断成熟的体现，更是中国文化软实力的生动展现。”

弘扬中华优秀传统文化，重在践行。让我们将真善美体现在日常生活中，知荣辱，正得失，如此才能凝聚越来越多的正能量，社会才会变得更加和谐，生活才会越来越温馨。

## 故事

### 第七届全国道德模范吴建智

吴建智，男，汉族，2000年5月生，共青团员，昭通学院学生。

吴建智10多年来始终不离不弃，照顾因事故失去双臂的哥哥，一双手臂两人用，用自己的臂膀撑起哥哥的生活和梦想，用实际行动诠释真挚的手足之情。

吴建智的哥哥3岁时因触电失去双臂。从懂事起，吴建智就成了哥哥的“双手”。2006年，吴建智与哥哥一起走进校园。10多年来，吴建智与哥哥形影不离，照顾着哥哥的生活。为哥哥洗澡、洗衣服、穿鞋子是吴建智每天的必修课。每天早上，吴建智总是第一个起床，用最短时间穿好衣服、叠好被子，然后帮哥哥打来洗脸水、漱口水，挤好牙膏。收拾好之后，吴建智背着书包和哥哥一起上学。晚上回到寝室，吴建智先帮哥哥洗澡、洗衣服，然后收拾自己的东西。他总是寝室里最晚睡觉的那个人。吴建智每天默默地跟在哥哥身后，他们被大家亲切地称为“影子兄弟”。就这样，哥俩一起走过了从小学到高中12年的漫漫求学路。弟弟早就成了哥哥生命的一部分。“命运让我失去了双手，但也让我有了最好的兄弟！”说起弟弟，哥哥常常热泪盈眶。

2018年高考，吴建智分数超二本线50多分，而哥哥的分数只够上专科。两人分数相差较大，被同一所学校录取的概率极低。吴建智坚持要带哥哥一起上学，不想让哥哥的大学梦破灭。但哥哥不想牺牲弟弟的前途来完成自己的梦想。面对艰难抉择，在社会帮助下，弟弟最终选择和哥哥同在昭通学院就读，在同一个二级学院学习。临行前，母亲将东拼西凑来的学费交给兄弟俩，并特意嘱咐道：“一定要好好读书，别辜负大家的期望。”兄弟俩拼命点头。

“我要好好学一门技术，以后能养活自己。”在哥哥看来，这是唯一不拖累弟弟和家庭的选择。而吴建智希望哥哥能像张海迪一样，活出不一样的人生。“一辈子的路还有很长，我愿意一直做他的双臂，帮助他完成梦想。”吴建智说。

吴建智荣获云南省道德模范等称号，被授予云南青年五四奖章。



## 活动设计

(1) 以小组为单位，每个小组选择“孝悌忠信、礼义廉耻”中的一个或两个，搜集相关故事等资料，进行分享汇报。

(2) 小组选择最感兴趣的故事，进行角色扮演。

(3) 小组讨论后分享身为大学生如何将中华优秀传统文化外化于行。

(4) 观看孔子箴言故事《孝悌忠信——父母唯其疾之忧》。

(5) 教师进行总结。



### 课后训练

(1) 针对你感兴趣的中国传统文化，设计一幅宣传海报（图文并茂），以此号召更多的人加入传承和弘扬中国传统文化的队伍中。

主题：\_\_\_\_\_

(2) 中国传统文化博大精深，以下是传统文化小常识，快来做做吧！

① “青梅竹马”取自下列哪个典故？（ ）

- A. 李白《长干行》                      B. 白居易《长恨歌》  
C. 李煜《虞美人》                      D. 李商隐《无题》

② 中国有一个传统习俗，农历腊月二十三日或二十四日要过“小年”，通常人们要吃（ ）。

- A. 元宵                      B. 饴糖                      C. 腊八粥                      D. 饺子

③ “天知、神知、我知、子知”，最早是汉代人杨震说的，他说这句话的目的是（ ）。

- A. 拒绝收礼                      B. 劝人投案                      C. 替人投案                      D. 向人发誓

④ 我们常说的“鸿雁传书”源自以下哪个历史故事？（ ）

- A. 文姬归汉                      B. 霸王别姬                      C. 苏武牧羊                      D. 楚汉相争

⑤ 长城的长度为（ ）。

- A. 6300 千米                      B. 6000 千米                      C. 6800 千米                      D. 5500 千米

⑥ 戏剧中的“戏胆”是指（ ）。

- A. 主要角色或者关键性情节                      B. 贯穿性道具或贯穿动作  
C. 演员的精彩表演

⑦ 台湾自古以来就是我国的神圣领土，大陆的人们早在秦汉时期就开始和台湾接触，台湾在三国时被称为（ ）。

- A. 夷洲                      B. 琉球                      C. 东番                      D. 台湾

⑧ 中国刺绣是在布上“以针代笔，以线晕色”的艺术，中国刺绣驰名世界，被誉为“东方艺术明珠”，四大名绣不包括（ ）。

- A. 苏绣                      B. 顾绣                      C. 蜀绣                      D. 湘绣

⑨ 现在我们常用“阳春白雪”和“下里巴人”指代高雅和通俗的文艺作品，请问这两个成语最初指什么？（ ）

- A. 文章                      B. 画作                      C. 乐曲                      D. 建筑

⑩ “月上柳梢头，人约黄昏后”描写哪个节日？（ ）

- A. 中秋节                      B. 元宵节                      C. 端午节                      D. 七夕节