#### ****静以修身，俭以养德****

（勤俭节约相关主题可用）

#### ****——素材运用示范——****

#### 【****指点迷津****】

诸葛亮克己奉公，治家亦以节俭为宗旨。他的《与李严书》云：“吾受赐八十万斛，今蓄财无余，妾无副服。”短短三语，表述了两个问题：一是说明自己受赐虽多，但没有作为私蓄；二是家人生活俭朴，妻妾没有副服。清人张澍读到这则史料后，不禁深有感慨地说：“侯之妾乃无副服，其俭德可师矣。惜妾之姓不传。”孔明之妻黄氏的情况是众所周知的，其才德足以持家，使诸葛亮获得内助之力。但孔明有妾则鲜为人晓，更无姓名传世。

****【事例梗概****】

节俭，是诸葛亮治家的一大特色。在给李严的信中，他写道：“吾受赐八十斛，今蓄财无余，妾无副服。”身为一国之相，他的生活竟然如此俭朴，无法不令人深深敬佩。

****【事例应用****】

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”。勤俭节约是中国人的一种传统美德，是中华民族的优良传统。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。

#### ****——其他素材积累——****

****【事例一****】

唐宋八大家之一的苏轼21岁中进士，前后共做了40年的官，做官期间他总是注意节俭，常常精打细算过日子。

公元1080年，苏轼被降职贬官来到黄州，由于薪俸减少了许多，他穷得过不了日子，后来在朋友的帮助下，弄到一块地，便自己耕种起来。

为了不乱花一文钱，他还实行计划开支：先把所有的钱计算出来，然后平均分成12份，每月用一份；每份中又平均分成30小份，每天只用一小份。钱全部分好后，按份挂在房梁上，每天清晨取下一包，作为全天的生活开支。

拿到一小份钱后，他还要仔细权衡，能不买的东西坚决不买，只准剩余，不准超支。积攒下来的钱，苏轼把它们存在一个竹筒里，以备意外之需。

这就是苏轼房梁挂钱的故事。

【****事例二****】

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!”

****【事例三****】

季文子出身于三世为相的家庭，是春秋时代鲁国的贵族、著名的外交家，为官30多年。他一生俭朴，以节俭为立身的根本，并且要求家人也过俭朴的生活。他穿衣只求朴素整洁，除了朝服以外没有几件像样的衣服，每次外出，所乘坐的车马也极其简单。

见他如此节俭，有个叫仲孙它的人就劝季文子说：“你身为上卿，德高望重，但听说你在家里不准妻妾穿丝绸衣服，也不用粮食喂马。你自己也不注重容貌服饰，这样不是显得太寒酸，让别国的人笑话您吗这样做也有损于我们国家的体面，人家会说鲁国的上卿过的是一种什么样的日子啊。您为什么不改变一下这种生活方式呢这于己于国都有处，何乐而不为呢”

季文子听后淡然一笑，对那人严肃地说：“我也希望把家里布置得豪华典雅，但是看看我们国家的百姓，还有许多人吃着粗糙得难以下咽的食物，穿着破旧不堪的衣服，还有人正在受冻挨饿；想到这些，我怎能忍心去为自己添置家产呢如果平民百姓都粗茶敝衣，而我则妆扮妻妾，精养粮马，这哪里还有为官的良心!况且，我听说一个国家的国强与光荣，只能通过臣民的高洁品行表现出来，并不是以他们拥有美艳的妻妾和良骥骏马来评定的。既如此，我又怎能接受你的建议呢广这一番话，说得仲孙它满脸羞愧之色，同时也使得他内心对季文子更加敬重。

此后，他也效仿季文子，十分注重生活的简朴，妻妾只穿用普通布做成的衣服，家里的马匹也只是用谷糠、杂草来喂养。

#### ****——名言警句积累——****

 1.奢者狼藉俭者安，一凶一吉在眼前。 ——白居易

 2.历览前贤国与家，成由勤俭破由奢。 ——李商隐《咏史》

 3.惟俭可以助廉，惟恕可以成德。 ——《宋史·范纯仁列传》

 4.取之有度，用之有节，则常足。 ——司马光《资治通鉴》

 5.一粥一饭，当思来处不易；半丝半缕，恒念物力维艰。 ——朱柏庐《治家格言》

 6.君子以俭德辟难。 ——《周易·否》

 7.俭，德之共也；侈，恶之大也。 ——《左传·庄公二十四年》

 8.礼与其奢也，宁俭。 ——孔子

 9.俭节则昌，淫佚则亡。 ——《墨子·辞过》

 10.惰而侈则贫，力而俭则富。 ——管仲