中华传统美德是指中国传统文化中所概括和推崇的道德标准和品质。其基本精神可以概括为以下几个方面：

1. 仁爱精神：中华传统美德强调爱与和谐，注重互助，尊重他人，不轻易伤害他人感情。

2. 家庭观念：中华传统美德十分重视家庭的地位和作用，认为家庭是社会基本单位，家庭成员间的关系应以和睦、孝顺为基础。

3. 尊老敬幼：中华传统美德倡导尊老、敬幼，认为老人和孩子是社会最需要关注和保护的群体，应当得到尊重和关爱。

4. 诚信正义：中华传统美德重视诚信和正义，主张做人要诚实守信，讲究道义，遵守社会规范，并强调公正和宽容。

5. 传统文化的继承和弘扬：中华传统文化是中华传统美德的基石，它对社会道德和人文素质的影响至今仍不断弘扬。传统文化的继承和弘扬是中华美德的重要组成部分。