

《思想道德修养》 学生学习辅导用书

许汝罗 王永亮 主编
罗国杰 陈 勇 审定



高等教育出版社

《思想道德修养》

学生学习辅导用书

许汝罗 王永亮 主编
罗国杰 陈 勇 审定

高等教育出版社

内容简介

本书按照教育部最新发布的《普通高等学校“两课”教学基本要求》，紧紧围绕全国普通高等学校“两课”示范教材——《思想道德修养》进行编写。全书设立了“学习引导”、“理论探索”、“观察思考”、“修养经典”、“身体力行”、“修养周记”等板块，辅助大学生进行学习和修炼。本书一方面通过通俗易懂的美文故事启发大学生进一步思考人生道路上的种种问题，获得心灵感悟；另一方面，通过观察思考和理论探索深化大学生对基础理论的认识，更好地掌握理论要点和难点。同时，对古今中外名家名典思想的梳理拓展了大学生的理论视野，对道德规范的身体力行又巩固了大学生的道德认识。

本书图文并茂，形式活泼新颖，是大学生学习“思想道德修养”课不可缺少的辅助用书。

图书在版编目(CIP)数据

《思想道德修养》学生学习辅导用书 / 许汝罗, 王永亮
主编. — 北京: 高等教育出版社, 2003. 11 (2004 重印)
ISBN 7-04-013557-4

I. 思... II. ①许... ②王... III. 思想修养 - 高等学校 - 教学参考资料 IV. G641.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 084193 号

出版发行	高等教育出版社	购书热线	010-64054588
社 址	北京市西城区德外大街 4 号	免费咨询	800-810-0598
邮政编码	100011	网 址	http://www.hep.edu.cn
总 机	010-82028899		http://www.hep.com.cn

经 销 新华书店北京发行所
印 刷 高等教育出版社印刷厂

开 本	787×960 1/16	版 次	2003 年 11 月第 1 版
印 张	15.5	印 次	2004 年 6 月第 2 次印刷
字 数	270 000	定 价	14.90 元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

序

“思想道德修养”课是对大学生进行系统的思想道德教育，提高大学生思想道德素质的重要环节。学习“思想道德修养”课，有助于大学生养成良好的道德品质，树立科学的人生观和价值观，增强自我修养的自觉性。为此，“思想道德修养”课受到了教育部及各高等学校的高度重视，也赢得了大学生的普遍欢迎。多年来，我们一直致力于“思想道德修养”课程教材的编写和完善，不断地根据时代的发展和变化调整、修订教材的内容，以保持该学科与时俱进的理论品性。然而，如何从大学生的角度，紧密结合大学生的思想实际和学习特点，进行有利于启发大学生思考和深化大学生认识的探索还略显不够。

许汝罗、王永亮同志主编的《〈思想道德修养〉学生学习辅导用书》在这方面作出了有益的尝试。作为高等教育出版社“两课”立体化教材系列之一，《〈思想道德修养〉学生学习辅导用书》遵循教育部最新发布的《普通高等学校“两课”教学基本要求》，紧紧围绕高等教育出版社出版的全国普通高等学校“两课”示范教材——《思想道德修养》进行编写。编者在每一章设计了“学习引导”、“理论探索”、“观察思考”、“修养经典”、“身体力行”、“修养周记”等板块，辅助大学生进行学习和修炼。一方面通过通俗易懂的美文故事启发大学生进一步思考人生道路上的种种问题，获得心灵感悟；另一方面，通过观察思考和理论探索深化大学生对基础理论的认识，更好地掌握理论要点和难点。同时，对古今中外名家名典思想的梳理拓展了大学生的理论视野，对道德规范的身体力行又巩固了大学生的道德认识。通过“修养周记”，大学生还可将掌握的理论知识和实践经验加以总结和提炼，以便指导今后的认识和实践。最为重要的是，该书在编写上始终贯穿发挥大学生学习的积极性和主动性的思想，给大学生保留了独立思考的空间，并鼓励大学生作出“仁者见仁”、“智者见智”的理解和力行。

尽管编者在诸多方面作出了积极探索，不乏新意，但初步尝试加之时日有限，难免有疏漏与不足。例如，在“修养经典”板块，如能标明“妙语”的篇名等具体出处；将有助于大学生对资料的进一步查找，作出忠实于原典的理解，进而养成严谨的学风。这些不足希望在经验的不断总结和积累中得以改进。

罗国杰

二〇〇三年九月六日

写给大学生

“修养”是一个贯通古今中外的美好字眼，“思想道德修养”课是一门展示美好、追求美好的课程，“做一个有修养的人”是你们学习本课程的目标。

“做一个有修养的人”，关键在“做”。本书就是引导你“做”、帮助你“做”的一本书。我们在每一章设计了“学习引导”、“理论探索”、“观察思考”、“修养经典”、“身体力行”、“修养周记”等板块，这些内容只是一个引导和提示，“主角”暂缺，留给了使用本书的每一个“你”。不要把各板块的引导和提示看成是一个僵死的框架，而要当作是一个样例。比如：在“理论探索”中，你可以列出本主题中困扰你的理论问题进行探索；在“修养经典”中，你可以将你喜欢的妙语、美文抄录或剪贴上去，同样，每个板块都可以这样做。

这样，经过你的使用，这本书就名副其实地成为了你的“修养书”，也成为你的心路历程、你的修养指南、你的修养经典荟萃、你的修身方法大全……总之，这本书是你个性化的“修养宝典”。

编者

目 录

前言

PART1. 修养初识	2
【学习引导】	3
【理论探索】	4
【观察思考】	5
【修养经典】	6
PART2. 修养阶梯	10
【学习引导】	11
【理论探索】	12
【观察思考】	13
【修养经典】	14
【身体力行】	18
【修养周记】	19

第一章 大学是人生发展的新阶段

PART1. 大学省思	22
【学习引导】	23
【理论探索】	24
【观察思考】	25
【修养经典】	26
【身体力行】	31
【修养周记】	32
PART2. 成才津梁	33
【学习引导】	34
【理论探索】	35
【观察思考】	36
【修养经典】	37
【身体力行】	42



【修养周记】	43
PART3. 心灵牧养	44
【学习引导】	45
【理论探索】	46
【观察思考】	47
【修养经典】	48
【身体力行】	54
【修养周记】	56

第二章 正确处理交往、友谊与爱情

PART1. 人际奥秘	58
【学习引导】	59
【理论探索】	60
【观察思考】	61
【修养经典】	62
【身体力行】	68
【修养周记】	69
PART2. 情爱花园	70
【学习引导】	71
【理论探索】	72
【观察思考】	73
【修养经典】	74
【身体力行】	79
【修养周记】	80

第三章 树立正确的人生目的和态度

PART1. 活着	82
【学习引导】	83
【理论探索】	84
【观察思考】	85
【修养经典】	86
【身体力行】	91
【修养周记】	92
PART2. 为什么活着	93
【学习引导】	94



【理论探索】	95
【观察思考】	96
【修养经典】	97
【身体力行】	103
【修养周记】	104
PART3. 怎样活着	105
【学习引导】	106
【理论探索】	107
【观察思考】	108
【修养经典】	109
【身体力行】	115
【修养周记】	116

第四章 树立正确的人生价值观

PART1. 活得怎样	118
【学习引导】	119
【理论探索】	120
【修养经典】	121
PART2. 人生之路	126
【观察思考】	127
【修养经典】	128
【身体力行】	134
【修养周记】	135

第五章 弘扬社会主义道德

PART1. 道德星空	138
【学习引导】	139
【理论探索】	140
【观察思考】	141
【修养经典】	142
【身体力行】	147
【修养周记】	148
PART2. 星火传承	149
【学习引导】	150
【理论探索】	151



【观察思考】	152
【修养经典】	153
【身体力行】	158
【修养周记】	159
PART3. 道德风尚	160
【学习引导】	161
【理论探索】	162
【观察思考】	163
【修养经典】	164
【身体力行】	168
【修养周记】	169

第六章 培养良好的道德品质

PART1. 修身进德	172
【学习引导】	173
【理论探索】	174
【观察思考】	175
【修养经典】	176
【身体力行】	180
【修养周记】	181
PART2. 立德固本	182
【学习引导】	183
【观察思考】	184
【修养经典】	185
【身体力行】	191
【修养周记】	192

第七章 做坚定的爱国者

PART1. 家国天下	194
【学习引导】	195
【理论探索】	196
【修养经典】	197
PART2. 心系中华	201
【观察思考】	202
【修养经典】	203



【身体力行】 208

【修养周记】 209

第八章 树立崇高的理想和信念

PART1. 人生灯塔 212

【学习引导】 213

【理论探索】 214

【修养经典】 215

【身体力行】 221

PART2. 迈向生命的彼岸 222

【观察思考】 223

【修养经典】 224

【身体力行】 230

【修养周记】 231

后记

前言

青年时期注重思想修养，陶冶情操，努力树立正确的世界观、人生观、价值观，对自己的一生的奋斗目标和成就将会产生长远而巨大的作用。

——江泽民

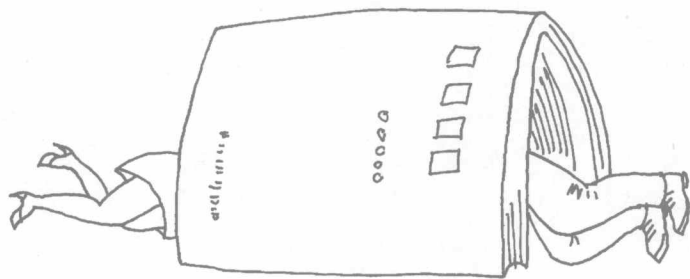


Part1. 修养初识

一个人的成长过程，不仅是肌肉和体格的增强，而且随着身体发展，精神和心灵也同时扩大。

——莎士比亚

修养——



学习目的和要求

“思想道德修养”课是以马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想为指导，以人生观、价值观和道德观教育为主线，以伦理学、教育学、心理学等相关学科为依托，按照大学生成长发展的规律，循序渐进地进行教育和启发，力求提高大学生思想道德素质的一门课程。

通过“前言”部分的学习，了解本课程的性质、任务和内容，认识学习“思想道德修养”课的重要意义。

理论要点

1. “思想道德修养”课的性质、任务和内容

(1) 性质：以马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想为指导，以人生观、价值观、道德观教育为主线，综合运用相关学科知识，依据大学生成长的基本规律，教育、引导大学生加强自身思想道德修养的一门课程。

(2) 任务：对大学生进行以为人民服务为核心、以集体主义为原则、以诚实守信为重点和以爱祖国、爱人民、爱劳动、爱科学、爱社会主义为基本要求，以社会公德、职业道德、家庭美德为着力点的社会主义道德教育；使大学生深入理解“以德治国”作为“治国方略”的重要意义，提高大学生对道德建设和道德教育在社会主义市场经济条件下重要作用的认识；对大学生进行社会主义和共产主义理想和信念的教育，培养大学生正确的理想和信念，树立高尚的理想情操，引导和帮助大学生树立坚定的马克思主义世界观、人生观和价值观，做“有理想、有道德、有文化、有纪律”的社会主义建设者和接班人。

(3) 内容：本课程着重重要讨论、研究和解决的是与大学生人生观、价值观、道德观等有关的思想道德方面的问题。主要包括成才、心理、人生、道德、爱国、理想信念等方面的修养。

2. 学习“思想道德修养”课的重要意义

(1) 是大学生提高思想道德素质的重要环节。

(2) 是大学生承担中华民族伟大复兴历史使命的基本条件。

(3) 认识修养对大学生成才的意义，树立正确的修养观。

学习指导

1. 阅读教材和相关材料，明确“思想道德修养”课的性质、任务和内容。

2. 认识思想道德修养对于大学生成长的重要意义，确立自己学习本课程的正确态度。

3. 按照提示，结合实际，完成观察思考和身体力行等方面的练习，为提高个人修养奠定良好的基础。

全球视野中的“思想道德修养”课

提示：有人认为，“思想道德修养”课仅仅是“中国特色”的课程，事实上各国都非常重视学生的思想道德修养教育，只是名称和内容各有不同。通过网络或图书馆了解一下世界各国的大学生思想道德教育的情况，可以选择一些发达国家看看。

我国“思想道德修养”课的源头、由来和演进

提示：中国历来被称为“礼仪之邦”，查阅一些资料，梳理一下我国思想道德修养教育的历史变迁。

个人修养与社会的文明、进步

提示：写出自己所见、所闻的一件事，谈谈提高个人修养与社会文明进步的关系。

有修养的人

提示：描绘你心目中有修养的一个人，他（她）的言谈举止、外貌气质、待人接物有什么特点？

妙语经典

✦ 人类社会发展的历史证明，一个民族，物质上不能贫困，精神上也不能贫困，只有物质和精神都富有，才能成为一个有强大生命力和凝聚力的民族。——江泽民

✦ 光靠科学技术，不能把人类带向幸福与高尚的生活。人类有理由将崇高的道德准则的发现置于客观真理的发现之上。——爱因斯坦

✦ 一个人有了崇高的伟大的理想，还一定要有高尚的情操。没有高尚的情操，再崇高、再伟大的理想也是不能达到的。——陶铸

✦ 要使人真正成为有修养的人，必须具备三个品质：渊博的知识、思维的习惯和高尚的情操。知识不多，就是愚昧；不习惯思维，就是粗鲁和愚笨；没有高尚的情操，就是卑俗。——卢梭

✦ 没有教养、没有学识、没有实践的人的心灵好比一块田地，这块田地即使天生肥沃，但倘若不经耕耘和播种，也是结不出果实来的。——格里美尔森豪森

✦ 教养是有教养的人的第二个太阳。——赫拉克利特

✦ 无论什么时候，当您想从事什么的时候，请先问问自己：是否在为文明服务？是否在实现某一理想？是否具有教育意义？如果是有益的，那么，勇敢地前进！——屠格涅夫

✦ 君子之行，静以修身，俭以养德，非澹泊无以明志，非宁静无以致远。——诸葛亮

✦ 生活，就是理解。生活，就是面对现实微笑，就是越过障碍注视将来。生活，就是自己身上有一架天平，在那上面衡量善与恶。生活，就是有正义感、有真理、有理智，就是始终不渝、诚实不欺、表里如一、心智纯正，并且对权利与义务同等重视。生活，就是知道自己的价值，自己所能做到的与自己应该做到的。生活，就是理智。——雨果

✦ 道德的种子是很难生长的，必须要有长时间的准备，才能使它生根。——卢梭

✦ 路是脚踏出来的，历史是人写出来的。人的每一步行动都在书写自己的历史。——吉鸿昌

✦ A good name is rather to be chosen than great riches. ——Holy Bible

✦ What is a man profited, if he shall gain the whole world, and lose his own soul? ——Holy Bible

✦ When I was one - and - twenty, I heard a wise man say, "Give crowns and pounds and guineas, But not your heart away." ——Richard Monckton Milnes, English man of letters

✦ In nature there's no blemish but the mind; None can be call'd de-
form'd but the unkind. —William Shakespeare, The greatest English
dramatist and poet

✦ The best is the enemy of the good. —Voltaire, French philosopher

✦ There's nothing of so infinite vexation, As man's own
thoughts. —John Webster, English dramatist

心灵感悟

我喜欢的妙语