



中国 公民必读

张 景 / 著 河南人民出版社

中国公民 必读

张 景 / 著 河南人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国公民必读/张景著. - 郑州:河南人民出版社,
2008. 10

ISBN 978 - 7 - 215 - 06653 - 3

I. 中… II. 张… III. 公民教育 - 中国 - 学习参考资料
IV. D648.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 160783 号

河南人民出版社出版发行

(地址:郑州市经五路 66 号 邮政编码:450002 电话:65723341)

新华书店经销 河南龙华印务有限公司印刷

开本 890 毫米×1240 毫米 1/32 印张 5.125

字数 125 千字 印数 1 - 3000 册

2008 年 10 月第 1 版 2008 年 10 月第 1 次印刷

定价:10.00 元

自序：如何做合格公民

什么是公民？他的法定定义是具有一国国籍的人。进一步讲公民并不一定是合格公民，然而什么才是合格公民呢？应是能正确恰当地履行自己的责任义务（对国家、家庭、社会）、有自己独立见解（不人云亦云）及自己敢于坚持正确的价值观，敢于表达自己的观点，敢于与一切不利于民族、环境、人类之事作斗争，服从政府而不屈从政府，全力支持政府又尽力改良政府，善待家人又善待他人，关心国人又关心地球人，有共性又不失个性的人。

那么，如何才能做合格公民呢？

记得一位社会学家说过，看一个人的品位、未来，“三看”足矣：

一看用在感官消费上的时间、金钱在他可支配时间（八小时外）、金钱中的比例，比例越高的品位越低，越没有未来。如用在吃、喝、牌、赌、电视上的时间越多，一个人的素质越低。比如吃，从一个人如何吃、什么时间吃、吃多长时间足以看出这个人是否理性、节制、智慧。将有限的业余时间大部分用在吃上，同整天吃了睡、睡了吃的猪又有何异？现在占用中国人最多业余时间的是三件事：吃、赌（打牌）、看（电视）。其实看电视不仅成为国人慢性自杀的主要方式（平均每天3小时左右），也成为自戕的主要方式（半躺在沙发上一坐几小时使身体机能包括智力严重下降，如看电视的老人患老年痴呆症的比率超过正常人4.7倍）。

二看去“三馆”(图书馆即指读书,音乐馆即听音乐而非流行歌曲,体育馆即喜欢体育运动)“一堂”(教堂即指信仰或思想)所消费的时间、金钱在你可支配收入和时间中的比例,这个比例越高你这个人越有品位、越有素质、越有未来。只有智者知道,做一个有品位的人即合格公民不仅需要“文明其精神,野蛮其体魄”、“壮士腰间三尺剑,男儿腹中五车书”,而且还需要音乐的陶冶、信仰的滋养,因为体育是生理的洗浴,音乐是心理的洗浴,书籍是思想(精神)的洗浴,宗教(信仰)是灵魂的洗浴。

三看一个人有没有自己的先进的、智慧的价值观,有没有自己的个性和敢不敢表达自己的价值观及个性。因为学历不等于知识,知识不等于文化,而文化的核心是价值观,一个连自己价值观都没有的人不但不能算合格公民,是否能称得上人也值得考虑了;个性即突出的特性,而不突出即平滑、平常、平庸,如山只能突出平地才能巍峨一样。尤其是统治中华民族几千年的儒文化和治水民族的特征都是讲“大一统”,这个“大一统”不仅包括在疆土上,更体现在思想上、价值观上、个性上,如“文革”时,千人一面的中山装是从一个侧面说明国人被钳制扭曲到只有一个思想、一种声音、一个价值观、一个思维方式,甚至到了连十亿件衣服也一个模式的地步了。数十年来中国没获得一个诺贝尔奖,科学发明不仅绝对数量越来越少,而且人均数量全球倒数的可悲之事也就有了部分答案了。因此,笔者泣血建议各位有志有智有识的同仁、同胞、同志,要先为做一个合格公民而奋斗,而非先为做官发财而奋斗,即从以上三个方面的正面多加努力,尤其是要有思想、敢思想更敢表达思想,不仅为常人所不能为、不敢为,更要常人所不能想、不敢想,还要言常人所不能言、不敢言,不仅自己要做合格公民,而且还努力使每个同仁都成为合格公民——故作此书,无论结果如何,影响力如何,但作为一个公民,我起码思考过、尝试过、努力过、呐喊过、耕耘过,至于收获如何,已不在我所虑之列了。

目 录

自序:如何做合格公民	1
第一章 中国公民应具有的公民意识和权利意识	1
1. 中国公民意识	1
2. 中国公民权利的内容	3
第二章 中国公民应掌握的法律知识	6
1. 中国公民应掌握的民事法律知识	6
2. 中国公民应了解的刑事法律知识	7
3. 中国公民应掌握的行政法律知识	7
4. 中国公民应掌握的程序法律知识	8
5. 中国公民应了解的先进法律理念	9
第三章 中国公民应掌握的环保知识	11
1. 关于吃中的环保知识	11
2. 关于穿中的环保知识	12
3. 关于住中的环保知识	13
4. 关于行中的环保知识	14
5. 关于扔中的环保知识	14

6. 关于用中的环保知识	15
7. 关于游中的环保知识	16
8. 保护动植物的环保知识	16
第四章 中国公民应掌握的爱国知识	18
1. 明白国与家的关系	18
2. 积极服兵役是爱国利己之智举	18
3. 认真履行选举权、表决权	19
4. 积极配合国家的各种普查调查	19
5. 积极配合政府处置突发案事件	20
6. 要时时维护国家形象	20
7. 要敢于和善于同坏人坏事作斗争	21
第五章 中国公民应掌握的经济学知识	22
1. 正确对待金钱的能力智力	22
2. 应熟知的几个重要的经济学概(观)念	23
3. 中国公民需掌握的投资知识	26
4. 中国公民需了解哪些是容易让你变穷的事	26
5. 树立正确的财富观	27
6. 正确理财(致富)应掌握的知识或能力	28
7. 购物中的经济学	29
8. 家庭如何理财	31
第六章 中国公民应掌握的基本礼仪知识	33
1. 国际主要礼仪	34
2. 男女间的礼仪	40
3. 陌生人礼仪	43
4. 与残疾人交往的礼仪	44

5. 公共场合礼仪	45
第七章 中国公民应掌握的保健知识	78
1. 如何科学地吃饭	78
2. 如何科学喝水	83
3. 如何正确睡眠	85
4. 如何适量运动	90
5. 如何处理日常生活中的其他保健问题	96
第八章 中国公民应掌握的婚姻家庭知识	108
1. 怎样选择终身伴侣	108
2. 怎样处理夫妻关系	110
3. 怎样处理子女关系	115
4. 怎样处理婆媳关系	117
5. 怎样处理翁婿关系	120
6. 怎样处理亲戚关系	121
7. 怎样处理好朋友尤其是异性朋友的关系	123
8. 怎样过简单幸福的家庭生活	128
9. 怎样处理职业中的八大关系	130
第九章 中国公民应掌握的家庭教育学知识	136
1. 中国公民应熟知的先进教育学观点	136
2. 中国公民应熟知的幼少保健知识	141
3. 中国公民应培养子女的几个习惯	145
4. 社会各阶层对子女教育的正确定位	151

第一章 中国公民应具有的公民意识和权利意识

从某个角度说,意识乃思想的代名词,是概念、观念、思想的集合。为什么作者将公民意识放在第一章述说?因为对一个人一个民族的各个方面而言,无不是思想的高度决定前途的高度,事业的亮度,品质的浓度,自古有“思路决定出路”之说。在以经济建设为中心的今天,我们也应看到:无数历史经验证明,没有思想的腾飞,便没有经济的腾飞。比如没有战国时期的百家争鸣,一大批思想家的涌现,就没有汉唐盛世的出现;没有14世纪缘于意大利的文艺复兴的一大批思想家、艺术家的出现,也就没有近代工业革命在欧洲的兴起。因此说,意识问题并非一思一念之小事,而是事关民族、事关发展、事关国家未来之大事。

1. 中国公民意识

存在决定意识,意识反作用于存在。关于什么是公民,作者已在序里阐述,但公民应具备哪些公民意识,作者则以为应分三个内容,并主要是对国家、对社会而言:

(1)中国公民的责任意识。即要有“国家兴亡,匹夫有责”的责

任意识,不要认为国家的事、社会的事都与己无关,“各人自扫门前雪,不管他人瓦上霜”。国家,国家,国与家不分,如同环境被污染,大家都不管一样,受害的最终还是我们自己,尤其是我们自己的子孙。有人说过,女人的外在三张脸是脸、手、声音,男人的内在三张脸是胸怀、智慧、责任,这个责任不仅仅是对家(小家庭)的责任更是包括对国(大家庭)的责任。萨特说得好:如果纳粹(意指反动统治者)杀犹太人时,你认为与自己无关,你不呐喊;杀黑人时,你也认为与自己无关,你不呐喊;等杀你时,你想呐喊不仅声音很微弱,也无人响应了。

(2)中国公民的义务意识。义务是权利的孪生兄弟、责任的代名词,用社会学家的话说,人就是责任义务的集合体。作为一个公民,不仅要尽对小家庭的义务,如养老抚幼,还要尽对大家庭即国家的义务,如纳税、服兵役等。义务服兵役对我们这个历史即战争史的民族来讲,大家有较强的意识,但义务纳税对我们这个自古重农抑商、有造反传统(迎来闯王不纳粮)和商品经济不发达的民族而言,实是缺陷。尤其是现在富起来的人多是以手中权力寻租的官僚群及其裙带群、占有某些行业优势的业霸群(通讯、电力、银行、土地)、偷税漏税的违法犯罪群(包括走私、贩毒、制假),这更给没有纳税意识传统的国人树立了反面典型。其实作为公民应明白,税收的主要用途有三:一是维护国家机关的正常运转,如公务员、军队工资及相关费用;二是用于公益事业支出,如公共设施、公园、救灾、义务教育等;三是调节收入分配,如扶贫、低保、扶持老少边地区的发展等等。因此说,纳税不仅是一个公民的义务,而且事关一个民族的和谐、发展、未来。在欧美,作为绅士或中产阶级的一个重要标准就是积极纳税,并且“纳税人”在许多场合成了合格的公民、国家主人的代名词。

另外还有个作证的义务意识,这是维护公平正义、打击犯罪的重要举措。当前中国公民拒证率全球最高,极不正常,试想当你需要公正的证据而别人不愿作证时,对你又是何等的伤害。另外作伪证不

仅违反道德而且违法,并可构成伪罪证或包庇罪,连基督教也最反对人作伪证,摩西十戒之一便是不作伪证。

(3)中国公民的权利意识。这是国人作为一个合格公民最缺乏的意识。因为中国自公元前841年有文字记载的历史以来,中国就是只讲义务只讲服从的国家,讲“君叫臣死,臣不得不死,父教子亡,子不得不亡”的服从意识;讲“君君,臣臣,父父,子子”的等级意识,尤其是压抑人性、漠视权利的儒文化的盛行,更加淡漠了“权利”二字,故连司法文明的底线——沉默权,至今也还未能施行。因此,作为一个合格的公民,首先要知道自己应有哪些权利,并知道如何行使这些权利,这些权利如被侵犯又如何去维护。

2. 中国公民权利的内容

(1)中国公民的合法财产(住宅)不被侵犯权。不经法院有效(二审或过上诉期的一审)判决或刑事程序(也只是暂扣、暂时冻结,是否没收也没经法院判决)不得受到侵犯。如欧洲谚语:贫民的破房,风能进,雨能进,国王不能进。尤其是部分地方政府乱拆迁民房,如开发新区、建公共设施、修公路等无条件扒房占地,这是地方政府严重地侵犯公民权利的行为,只要房主不同意调解,除国防外不得强拆;公民的住宅包括工棚、宾馆等临时住宅,除有公安、检察机关的刑事搜查证外,任何人不得进入,包括公安机关抓赌抓嫖、税务机关收税也都无权进入。

(2)中国公民的人身权利。公民的人身权利包括生命权、身体不被随意伤害权、行动自由权、人格受尊重权,尤其是不能随意被公权(国家机关)侵犯。公安机关传讯要有盖有公章即合格的传唤证及两名以上出示工作证的警察且不得超过12小时,并且不得连续传唤,传唤延长至24小时要有所长、局长的文字批准。被传讯的公民

可以有不说话的权利,可以有请律师到场的权利,通告家人的权利;对人身自由处罚(拘留、逮捕等)有维护的权利;行政拘留可复议、行政诉讼;法院判决可上诉;刑事拘留有申请取保候审(有社会危害性的暴力犯罪等罪除外)的权利。

(3)中国公民的政治权利。包括选举权、被选举权、言论权、建议权、政治知情权、结社权(但不能反社会)、出版权,这是宪法赋予的权利,尤其要行使好选举权,不要认为选谁与己无关,每个人既是社会的动物,更是政治的动物,政治不仅关乎我们每一个人的兴衰存亡而且关乎环境、动物、子孙后代的兴衰存亡。有的人(这些人不能称公民)让自己的选票作废或有人请顿饭、打个招呼、送点钱就没主见地乱投票,这不仅是对政治权利的亵渎,更是对你自己生命灵魂及未来的亵渎,更重要的是当以上政治权利受侵犯时,一定要勇于善于争取这些权利,以保障这些权利的正确行使,最有效的途径是走诉讼之路,要知道公民的任何要求或任何权利受侵犯都可寻求法院判决,法院也不能不判决。

(4)中国公民的劳动的权利。国家及地方政府有为公民创造就业机义务。一国或一地失业率高即政府失职之表现。

(5)中国公民的休息的权利。中国人好加班是国人最大的陋习之一,好加班(包括被指使去加班)至少说明四个问题:一是不重视健康,以牺牲身体为代价;二是效率低下的表现,说实话国人的效率仅为日本、美国的1/10左右;三是没有生活质量、品位,八小时外不是去享受生活而是在办公室度过;四是能力不行,不能提纲挈领、举重若轻、化繁为简(这是人最大的能力之一)。

(6)妇女、儿童受保护的權利。除众所周知的不得被买卖、被强暴、被强迫之外,儿童还有受完九年义务教育的权利,在校期间及16岁前不得被招工的权利,父母及监护人不得打骂体罚的权利;妇女在怀孕哺乳期间不得离婚的权利,婚内性自主的权利(丈夫在妻子或同居的女友不愿的情况下强迫发生性关系即构成强奸罪,因强奸罪

的犯罪构成要件主要是强迫即违背女性意志,无论是否是妻子);离婚有优先选择子女的权利等;就业不受歧视的权利,如用人单位限招女性或不招女性即为侵权和违宪,可向法院起诉或到劳动部门投诉。

(7)老人的权利。中国的儒文化虽是敬老文化,但中国老人的生活、婚姻、医疗、福利、退休金等状况要排在全球150位以后,即最落后的十几个国家之一,与全球GDP第三大国位置严重不符。如包括8亿农民在内的8/10的老人没有退休金、医保,近1/10的孤寡老人及空巢老人没能进敬老院或得到如“老人之家”的社会照顾;尤其是老人再婚权这个基本人权的婚姻权也常常得不到保证:基于子女压力、社会压力或因缺少社会服务机构的帮助而主动、被动放弃。作为老人的生活、医疗保障,首先是政府的责任,其次是子女的责任;老年再婚要理直气壮,是人类的基本权利,没必要在意子女及他人看法,其实稍有素养的子女也都千方百计张罗老人再婚的。

第二章 中国公民应掌握的法律知识

1. 中国公民应掌握的民事法律知识

民法是权利法,即保障公民各种权利的法律,如拿破仑征服欧洲后立即修订民法并得意扬扬地说:我要让我的公民因有两本书而过上幸福的生活,一本是《民法典》,一本是《圣经》。民法内容庞杂,下面仅强调一下民法中与我们每个公民最密切和最易出现错误的地方。

一是财产所有权问题。房产等不可登记别人的名字,登别人的名字便成了别人的财产。二是不能乱给别人担保借贷或经济合同。因一旦那人还不起,你将是法定还款人,法院可强制执行你的财产。三是你借给别人的财产如两年内不能证明你要过(主张权利),法院不再保护。四是经营商业安全等问题。对你经营项目中出现的安全问题包括顾客接受服务时的人身、财产安全问题,无论你有什么理由,你都要负民事责任,并且你个人声明责任顾客自负是毫无法律效力的。五是结婚与否以登记为凭而非婚礼,登记后从没同居过也视为结婚,不登记不算结婚只算非法同居,你的人身权、财产权等都不受法律保护。六是赌博、涉毒的债务不受法律保护。七是拾到的财产有无条件返还的义务,不还者不仅法院可强制执行,如数额大还可构成侵占罪。

2. 中国公民应了解的刑事法律知识

一是职务犯罪。只要与你职务有关重伤一人或 30 万元以上直接损失你都构成犯罪；二是不作为犯罪，对负有救济责任、养护责任的特定人如父母、子女、老师、医师、警察的不作为都可能构罪，如老师见学生掉水淹死不救、义父见人毒死继子女不管等；三是挪用公款罪，只要用于营利活动 5 000 元以上挪用一日即构罪，非营利活动的 5 000 元以上超过 3 个月构罪；四是介绍贿赂罪，帮别人牵线介绍贿赂或代人行贿受贿都构罪；五是同 14 周岁以下幼女发生性关系无论其自愿与否或其是否是卖淫者，都构成强奸罪并从重处 7 年以上有期徒刑；六是女子强奸罪，女性参与帮助别人强奸的或指使不到 14 周岁的少年或痴呆傻人去强奸即构成强奸罪；七是交通肇事一人重伤或轻伤逃逸的或涉酒、涉毒、无证、超载的根据责任都可能构罪，将伤者挪到无人处死亡或怕赔又轧的为故意杀人罪；八是应了解劳教法规，被劳教者一定要及时通过诉讼、复议（到省公安机关或市政府）、上诉等方式维权；九是收教收戒法规，即对嫖娼、卖淫者可收容教育两年，对吸毒者可能被强制戒毒 1 年或劳教 1 年。

3. 中国公民应掌握的行政法律知识

行政法律知识很多，作为公民应简单掌握以下几点：

一是对任何行政处罚，如罚款、吊销证照、停业包括行政拘留（即治安）在内，只要你提出复议都不算最终处罚，提出复议的机关是上一级业务部门或其隶属的同级人民政府。

二是对任何行政处罚都可提起行政诉讼,但已提出复议的例外,当然你可提出终止复议走诉讼程序。

三是民可告官(各级行政机关),除其抽象行政行为(如发布的没实际执行的文件等)外,对其不公、不作为、乱作为、乱收费等都可让其成为法庭上的被告,并且不用交纳诉讼费。

四是对行政机关2 000元以上大额处罚有要求听证权,对人身自由的劳教有聆询权(劳教虽限制人身自由较长但也属行政处罚),对少年管制教育必须经监护人同意;强制戒毒教育、收容教育(主要处罚对象是卖淫、嫖娼的)等这些6个月至两年的限制人身自由的行政强制措施也有复议权、请假权。

4. 中国公民应掌握的程序法律知识

首先是刑事程序法律知识,刑事拘留一般不得超过7天,团伙作案等最长不得超过30天,批捕后两个月,在羁押期间亲属有权送生活用品、零用钱,有权请律师,律师有权会见(涉及国家秘密外,但经批准后仍可),非严重暴力犯罪或没有社会危害性的可以取保候审,取保可人保,当事人有权不同意财保;对一审法院判决不满的可上诉到上级法院,提起上诉或抗诉后一审法院原判决无效,如在公安、检察办案环节时有不让睡、吃、打骂、逼诱等逼供现象,在审判(法院)环节要声明口供是被逼,公检法三家分审就是互相制约,防止一家枉法或办错案。

其次是民事程序法律知识。主要是债权主张权利的时限不超过两年,超之不受法院保护;工伤、医疗事故主张权利的时限是一年;另外,民法举证同刑事不同,是谁主张谁举证,即要求权利的一方提供证据,国家(法院)及对方当事人不负责举证或自证无责的义务,故要保管好证据;在证据方面,复印件不与原件核对不能作定案证据,

偷录拍的证据不得作定案证据,欺诈得到的证据不得作定案证据。对一些易损坏的重要证据要先行公证,公证后就有了永久法律效力;公民应积极作证,有权要求补偿为他人作证的必要开支。不得作伪证,作伪证情节严重的可构成伪证罪,情节轻的也可治安拘留。诉讼费用有困难的可申请减免;不懂法的有权可免费得到政府(法律援助中心)的免费帮助。

再次是行政程序法律知识。行政诉讼和民事诉讼不同,实行的是举证倒置原则,即只要有人提起行政诉讼(民告官),就由政府提出自己无过错(责任)的证据,提不出即为有过错,就是告政府的百姓胜诉。这主要是因为百姓与政府是不平等主体,为弱者百姓而规定的,故百姓可大胆提起行政诉讼。

5. 中国公民应了解的先进法律理念

(1)沉默权。是全世界司法公正、司法文明的底线,是刑讯逼供的克星(没有沉默权必有刑讯逼供),也叫米兰达规则。包括四项内容:①讯问者(警察、检察官)要明确告诉嫌疑人,任何一个涉嫌犯罪的公民有权不开口说话;②只要你开口讲话就可能成为对你不利的证据;③你在从接受讯问的那一刻起有权聘请律师;④如你无钱聘请律师,国家可为你无偿提供法律服务。同时还包括即将实行的讯问全程录音录像的规定(不经双录的口供不能算证据)。

(2)法无明文禁止即合法。对公民即守法者而言,只要法律没有明文禁止的都是合法的,只管大胆去做。任何人、任何部门只要没有明文的法律要处罚你,都无权找你麻烦。如一人同两人都没登记,同时举行婚礼并分别公开同居不为重婚罪,在大街上裸奔不算违法,因法律都无明文禁止。

(3)法无明文授权即违法。这是对执法者而言,当然也包括政