

在人生的美丽课堂上，为自己  
写一个漂漂亮亮的“人”字吧！



# MEI LI KE TANG 美丽课堂

王圣民 著



上海文化出版社



# 美丽课堂

---

MEI LI KE TANG

王圣民 著

上海文化出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

美丽课堂/王圣民著. - 上海:上海文化出版社, 2001. 8

ISBN 7-80646-344-5

I. 美… II. 王… III. 德育: 学校教育 - 中学 - 课外读物

IV. G631

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 035199 号

责任编辑: 唐宗良

封面设计: 徐晶诚

版面设计: 徐晶诚

---

美丽课堂

王圣民 著

---

上海文化出版社出版、发行

上海 绍兴路 74 号

电子邮件: cslcm@public1.sta.net.cn

网址: www.slcsm.com

新华书店 经销

吴县文艺印刷厂印刷

开本 850×1168 1/32 印张 7.5 插页 2 字数 177,000

2001 年 8 月第 1 版 2001 年 8 月第 1 次印刷

印数: 1—6,100 册

---

ISBN 7-80646-344-5/I·358

定价: 13.00 元

告读者 如发现本书有质量问题请与印刷厂质量科联系

T: 0512-6063782

## 序

李骏修

前些天，王圣民老师来找我，说她要出书了。她说，这本书所汇集的文章是她十六年来从事美育教学积累的一部分，并且要求我为此写篇序言，我有些为难。我熟悉王老师，也喜欢她的课，也曾关注过她开创的美育课程艰辛的进展，对于她的要求，尽管我不能胜任，也只能勉为其难了。

这本书中的文章是王圣民老师平时讲课的脚本，如同听她的课那样，字里行阅读来很轻松，不仅语言生动，而且旁征博引，让人饶有兴味且有所得。其中有谈人生价值的、有讲素质培养的、有说形象气质的、有侃情感礼仪的，所涉及的话题，都是我们正倡导的做一个现代人所必须具备的人格素养和情操修养。

向往美丽是人的天性，而懂得欣赏美丽，却是人有素质的涵养的表现。美丽不仅仅是表面的感官感受，而是需要用内心去体验的。对于中小学生来说，对美的事物应能够有效的感受和体验，体验需要有熏陶的过程，需要有学习的过程，也就是需要有高明的老师来进行引导和点拨。王圣民老师的美育课和这本书正是帮助我们实践了这样的学习和引导的过程，这个不同寻常的“课堂”，正是帮助我们教师和学生去感受和体验“美丽”的。

王圣民老师对美育课是执著的。早在1985年，她就从出色的语文教师改行做了一名专职的美育教师。在没有现成的课程要求，没有保证的课时，没有教材，甚至连评职称都没有这

个学科系列的现实面前，她没有回头，坚持探索，直到创出一条路来，成为上海中学界第一位美育方面的特级教师。

王圣民老师对美育课是专注的，十几年来，她时时留意着学生中，社会上的各种问题；她点点滴滴地记录着感受到的每一个细节，哪怕是举手投足、神态表情、语气声调；她勤奋地思考着运用智慧的方法，寻求启发诱导的机遇和材料。

王圣民老师对美育课是勤奋的。美育的教化力量，取决于大量地占有能感染人，打动人，充满艺术力量的素材，对艺术欣赏的书画、雕塑、建筑、歌曲、电影、舞蹈等艺术都要有相当的理解和领悟，她勤奋地学习和积累，我记得她在1997年就出版了写给中学生《艺术欣赏导读》。

美育教育是素质教育的一个重要的组成部分，它的教育功能是德、智、体等诸育所不能替代的，它教化的特点就在于是通过艺术的或生活的美的陶冶，进行潜移默化的感染，它的过程是给人心境的愉悦，给人精神的享受，给人气质的高尚。有能力开展这方面的教育的人自身需要很高的素质和修养，王圣民老师在这方面开了一个很好的头，开设了这样一个课堂，写出了这么一本好书。我想直接有机会聆听王老师上课的学生是幸运的，那么更多的没有机会直接听课的我们的学生、老师乃至家长都不妨看看这本小册子，让我们一起在人生课堂里，听王老师讲一次关于美丽的课吧。

2001年8月15日

## MILU

## 目录

序 ..... 李骏修

## 人格篇

- 美是什么? ..... (3)
- 对自己的脸负责 ..... (8)
- 你需要形象设计吗? ..... (11)
- 相由心造 ..... (15)
- 自画像也变了 ..... (18)
- 睁开你的眼睛 ..... (21)
- 学会做人 ..... (27)
- 爱与被爱的角色 ..... (30)
- 爱使你成为一个人 ..... (33)
- 我们去哪里学习教养? ..... (37)
- 鱼儿诞生在水里 ..... (41)
- 做人意味着什么? ..... (45)
- 别放下背包 ..... (49)
- 季布一诺值千金 ..... (51)
- 母爱伟大在哪里? ..... (55)
- 首席教育家 ..... (59)
- 春嫩不禁寒 ..... (62)

## 情感篇

|                  |       |
|------------------|-------|
| 享受沉默 .....       | (67)  |
| “老师，您坐这儿！” ..... | (71)  |
| 神圣的 33 秒 .....   | (74)  |
| 学会感激 .....       | (78)  |
| 不讨人喜欢的好学生 .....  | (80)  |
| 你快乐所以我快乐 .....   | (83)  |
| 他人之心 .....       | (86)  |
| 善与人处 .....       | (90)  |
| 太阳般明亮的眼睛 .....   | (93)  |
| 赞美的价值 .....      | (96)  |
| 我在乎你的感受 .....    | (100) |
| 你像一艘船 .....      | (103) |

## 性格篇

|                |       |
|----------------|-------|
| 宇宙般宽广的心灵 ..... | (109) |
| 认识你自己 .....    | (113) |
| 什么是气质? .....   | (117) |
| 气质就这样生成 .....  | (120) |
| 绕不过的坎儿 .....   | (123) |
| 何谓男子汉? .....   | (127) |
| 可爱的女孩 .....    | (130) |
| 美丽的性别 .....    | (135) |
| 快乐的面孔 .....    | (140) |
| 塑一个美丽的我 .....  | (143) |

# MULU

## 礼仪篇

|                 |       |
|-----------------|-------|
| 会说话的眼睛 .....    | (149) |
| 美目盼兮 .....      | (151) |
| 笑一笑，你会更动人 ..... | (155) |
| 微笑在你的脸上写诗 ..... | (158) |
| 慧于心则秀于言 .....   | (161) |
| 言为心声 .....      | (164) |
| 谈吐与礼仪 .....     | (167) |
| 学会问候 .....      | (170) |
| 你迟到了 .....      | (175) |
| 听音乐 .....       | (177) |
| 瓜田李下 .....      | (179) |
| 习惯成自然 .....     | (181) |
| 举手投足之间 .....    | (184) |
| 在美好举止的后面 .....  | (188) |
| 荣誉感 .....       | (191) |

## 艺术篇

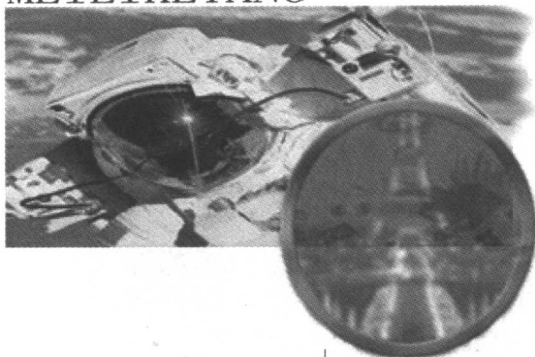
|                 |       |
|-----------------|-------|
| 科学与艺术是相通的 ..... | (195) |
| 想起了“零点工程” ..... | (198) |
| 你喜欢音乐吗? .....   | (201) |
| 诗是什么? .....     | (203) |

|         |       |
|---------|-------|
| 读诗吧！    | (205) |
| 美妙的舞蹈   | (209) |
| 斜倚的人    | (212) |
| 画布上的阳光  | (214) |
| 美丽的琥珀   | (218) |
| 洛列莱和阿诗玛 | (224) |
| 一点点美感   | (227) |
| 跋       | (230) |



# 人 格 篇

MEILIKETANG



美是什么？  
对自己的脸负责  
你需要形象设计吗？  
相由心造  
自画像也变了  
睁开你的眼睛  
学会做人  
爱与被爱的角色  
爱使你成为一个人  
我们去哪里学习教养？  
鱼儿诞生在水里  
做人意味着什么？  
别放下背包  
季布一诺值千金  
母爱伟大在哪里？  
首席教育家  
春嫩不禁寒



## 美是什么？

美其实是一种本原现象，它本身固然从来不出现，但它反映在创造精神的无数不同的表现中都是可以目睹的，它和自然一样丰富多彩。

——〔德〕歌德

新学年开始了。

刚升入高二的学生看到课表上有一格里写着“美”，想当然地以为是“美术”，于是拿了一本《美术欣赏》就来阶梯教室了。上课了，我拿起他们放在桌上的《美术欣赏》说：“这门课程不是美术课。”

“那您上什么课呀？”他们有点儿懵。

“美育课。”

“什么是美育？”

“使人变美的一种教育。”

“美是什么？”

如果有人突然问你这么一个问题，你回答得上来吗？

也许能，也许不能。

但如果问我，我会一愣，老实地说：“抱歉，很难回答，即使回答了也未必能让你满意。”

中世纪有个学者叫圣·奥古斯汀说过这样一句话，“在你问我之前，我想我知道它是什么，但你一开口，我就不知

道它是什么了。”

“美”便是这样一种情况。

关于美，我能告诉你什么是美的。

比如，那一片飘过的白云很美，那一声声啁啾的鸟叫很美，那一片如茵的草地很美，那幅画很美，那座教堂的尖顶很美，那位老人对小孙子的微笑很美，那位球员扑过去抢球的样子很美……

大自然是美的，春夏秋冬是美的，高山流水是美的，惊雷霹雳是美的，细雨轻风也很美。

艺术是美的，戏剧、舞蹈、绘画、音乐、电影、雕塑、建筑是美的，色彩线条是美的，旋律节奏也是美的。

我能告诉你许多美的东西，但我仍不能告诉你美是什么。我们把这个难答的题目留给哲学家去做吧。

关于美，我还能告诉你，人的天性都是爱美的。这里所说的天性是指人的正常的健康那部分，也就是说，只要一个人的心智是正常的健康的，他一定爱美。

不同性别的人都爱美。

女孩子爱美，女人爱美，自不待言。

女孩子从小爱照镜子，在镜子前做出各种媚态，然后追着大人问个没完：“我漂亮吗？”

女孩子、女人喜欢穿漂亮的衣服，她们从不讳言自己爱美。

但男孩子呢？男人呢？他们也爱美？

当然爱。

女孩头上漂亮的发夹，身上漂亮的裙子，换给男孩子穿戴，他肯吗？他绝对不肯。为什么？他爱美，爱他那种男子汉式的美，不愿穿女孩子那种漂亮的衣服，便是他爱美的证据。

可见美是有性别差异的。

男孩子也爱照镜子，可在镜子前他用几个手指用力扒大自己的眼睛和嘴巴，然后突然对着人凶巴巴地吼上一声“哇——”，当对方佯装害怕时，男孩子觉得自己好“美”。

妩媚是女孩子追求的美，犷厉是男孩子追求的美。

只是因为习惯，也因为某种观念，我们总认为前者是美的，而后者是丑的，就连喜欢“丑”的男孩子也这么以为。

不同年龄的人都爱美。

年轻人爱那种飞扬流动的美。

老年人也爱美吗？他们不愿把自己打扮得像年轻人，他们的拒绝正说明他们是爱美的。所以美是有年龄差异的。

老人的美是一种持重宁静的美。

对面走过来的老妇人，满头银发，衣襟上别着一朵小小的白兰花，她轻轻地经过你身边时，留下一缕清香，很美。

健康的人爱美，残疾人也爱美。

我们周围有多少聋哑盲人。如不是出于爱美的天性，他们何以总能给我们一种整洁的形象呢？尤其是盲人，他们一定有超过一般人的爱美的愿望，才能把自己收拾得这般干净整齐。张海迪在“残奥会”上朗诵她自己创作的诗篇时，那淡淡的化妆，鲜红的衣服，胸前的饰物，动人的微笑都在展露她爱美的天性。

爱美是人的天性，是人的健康心理的天性。所以，什么时候人不爱美了，也就意味着这个人有那么一点儿问题了，甚至有一点点儿心智障碍了。

从五十年代初到七十年代末，在近三十年的时间里，我们不谈美，也不谈审美教育。十几亿中国人的穿着千篇一律，一样的款式一样的面料，一样的颜色，不管是老人还是孩子，不管是男人还是女人，不管是新嫁娘还是正在机器旁工作的女工。那时有人称我们为“蓝蚂蚁”、“灰蚂蚁”。至于化妆，除了演出时被允许之外，生活中是没有这种可能和需要的。于是，那时候

你也很难遇到一个因为爱美而变丑了的人。

可现在，当我们的物质生活比较富裕了，爱美的天性被极大地激活了，你在街上放眼望去就可以看到一打一打这样的人。

这个女孩子五官长得挺不错，可她为什么把眼圈涂得那么蓝？

“黛安娜的眼圈就是这个颜色，多美啊！”她说。

这位妇女徐娘半老，但身材还苗条，可她为什么要穿这件露肩的细吊带裙？

“今年流行的呀！清纯可爱，楚楚动人。”她答。

这位小伙子，粗犷、淳厚、伟岸，一派阳刚之气，可他怎么一开口就是“哇塞”。

“港台明星都是这样讲话的。”他也这么说。

.....

这女孩，这妇女，这小伙，他们爱美的勇气实在值得欣赏，但却因为没有审美素养，因此他们的努力就南辕北辙了。

黛安娜喜欢涂蓝色眼影，那是因为她的眼睛是蓝色的，两种颜色和谐，自然就显得美。还有另一个因素，西方人的脸面本来就长得很立体饱满，眉骨高耸，眼窝深陷，天然地形成了上眼睑那部分的阴影，再用蓝色眼影加以强调，眼睛就格外有神。而中国人脸面扁平，眉眼之间几乎没有阴影。根本无需强调，即使要抹也只能用淡黑灰色，与眼珠颜色相近。黛安娜用蓝色眼影正是她对自己进行了正确的审美，并做了恰当的自我设计。那个女孩呢，根本没有意识到这个问题，她爱黛安娜那种美，以为黛安娜就美在眼睛，美在蓝色眼影膏，于是便把美当作了一种东西。她选择了这种东西，这要命的选择非但没能使她变美，反而使她更丑了，像一只大熊猫。

但是，蓝色眼影膏并没错，女孩的东方脸型也没错。错在它们不该如此组合。

妇女喜欢的那条细吊带裙是有生命的，与这种生命对应的是女孩子才有的纤细、柔弱和纯净，这条有生命的裙子与女孩子融合了，便能使她顿显娇美，楚楚动人。可惜妇女没有意识到这一点，尽管她的身材依然苗条，但这条有生命的裙子毕竟会让我们生出相应的审美期待，那便是青春。而妇女的生命是成熟与沧桑（在另一种组合中它们或许很美），这种特质与吊带裙无法融合，反而使她显出轻佻、苍老。

这里，吊带裙没有错，妇女的沧桑没有错，错在它们不该组合，正确的审美素养知道这一点。

同样，港台腔本是一种地方的语言特点，喜欢不喜欢是凭个人口味的，但是有感觉的人应该知道它的显著特点，那便是软性。这些年来，南风北渐，港台腔凭借着经济实力取得强势，裹挟了多少内地人一口一个“哇塞”。那种很夸张的惊讶之态，那种刻意要显得自己娇弱的小女人作派。若放在一个小姑娘身上，倒也有一点可爱的娇憨意味，可是一个五大三粗的大男人也“哇塞哇塞”起来，怎一个“恶心”了得呢？

港台腔没有错，五大三粗更没有错，错在它们不该组合在一起，正确的审美素养应该知道这一点。

美不是一样东西，不是那蓝色眼影，不是那吊带裙，尽管那东西是美的。

美更不是美的东西简单地相加，比如宝石加翡翠加钻石。

美是一种组合，一种特别的组合，这种组合在美学里叫做“和谐”。

美是一种和谐。

所以，当我们爱美的天性被激活之后，最重要的便是通过审美教育获得审美素养，这种素养能使我们一下子就知道什么是和谐，什么是美。

## 对自己的脸负责

孩子们，尤其是小姑娘，必须尽早习惯于开诚布公不受压抑地微笑，因为面部表情的开朗同时也会逐渐印入心扉，并奠定一种倾向于欢快、友善和合群的秉性，这就及时地为接近友爱的美德作了准备。

——〔德〕康德

林肯在任时因工作需要请助手物色一位水利方面的专家，助手为他物色到了，并安排了他们的会晤。使助手不解的是，两人交谈的时间远未到把问题谈透彻的时间，林肯便示意会见结束。事后，助手询问林肯对这位专家的印象。

林肯说：“我不喜欢他。”

助手问：“为什么？”

林肯回答说：“他的脸不好看。”

助手听了叫起来：“总统先生，您太苛刻了，一个人的脸是天生的呀！”

助手心里甚至还冒出另一句话：“总统您自己的脸也不好看呀！”当然，他忍住没说。

林肯说了一句话。

林肯说的这句话在以后的一百多年的时间里被很多人记取、深思，并给人以启示。这句话是：“一个人到了四十岁以后就应该对自己的脸负责。”