

束颖◎读书笔记

Xuesilu



学思录



**谨此献给
中国共产党 90 诞辰**

书 名：学思录

作 者：束 颖

字 数：140 千字

开 本：787 毫米×960 毫米 1/16

印 张：15.25

版 次：2011 年 3 月南京第 1 版

印 次：2011 年 3 月第 1 次印刷

印 数：1——4000 册

印 刷：南京陆军指挥学院印刷厂

出版发行：江苏新闻出版局

准印证号：苏出准印（2010）JSE-002739

序

南京军区政委

文字记忆着历史的足迹，又何尝不是浓缩的人生。而人的一生，可感天地、昭世人者，莫过于用浓缩的人生记忆承载人性之精华、本真之大爱。唯有它，才能长青不老、万古流芳，才是人间永驻之魂、普照之光。《学思录》作为束颖同志所学、所思、所感悟、所遵行的一本札记，正是她人生态度和崇高精神境界之写照，从中可折射出束颖同志追求真理以砺志、持之善举以立德、崇尚美好以修身的人生历程。书籍是在时代的波涛中航行的思想之船，小心翼翼地将珍贵的货物运送给一代又一代（英国培根语），《学思录》正是这样，每每给后人以真、善、美之启迪。

束颖同志 1923 年出生于江苏丹阳。1938 年，年仅 15 岁的她参加了共产党领导的抗日武装——新四军。入伍后，任新四军挺进纵队三支队文化教员。不久，被组织选送到军政学校学习，1939 年光荣地加入了中国共产党。毕业后，被分配到挺进纵队政治部战地服务团工作。从此，她满怀一腔热血，奔赴抗日前线，参与战场宣传鼓动、一线伤员救护等，经受着抗战烽火洗礼和诸如黄桥战役等著名战役战斗的生死考验。抗战胜利后，束颖同志又积极投身于解

放战争，随部参加了无数次战斗，为中国人民解放事业贡献了自己的青春。

十年浩劫，束颖本人及其家庭自然也难以幸免于难。面对被“批判打倒”、劳动改造的丈夫，束颖同志不离不弃，主动要求前往军事科学院干校，每天起早贪黑烧六百人的饭菜，一干就是三年。患难夫妻同甘共苦的革命情谊教人人为之动容！也恰是这些不平凡的革命经历，造就了束颖同志刚毅、无私、坦诚、淡定的人生品格。对此，透过《学思录》这本札记，可见一斑。

全国解放之初，南京市实行军管，束颖同志被分配到南京市军管公安局后，一直留在地方工作；1955年，束颖同志调任广东省监察厅党组成员，行政十三级；1957年，调任北京市文化局局党组成员、机关党委第一副书记，书记由局长兼任。这期间，正值中央文化部将文化单位下放到北京市文化局属下，束颖同志负责20多家文化单位的党务工作。离休后，调整为行政十二级，并担任江苏省新四军和江苏省抗日根据地研究会常务副会长职务，近年来因身体原因，改任该研究会顾问。

“活到老、学到老、改造到老”，束颖同志对周总理这句“座右铭”崇敬有加，并一直把它作为自己的人生信条。束颖同志今年88岁，每天仍坚持收看“新闻联播”，读书、看报成了她生活中不可或缺的一部分。案头总不离学习卡片和笔，看到兴致处就把它摘抄下来，并予以整理保存。她学习兴趣广泛，读书以文史类居多，杂志以理论修养类

为主，每天翻阅十多种大小报纸，如此涉猎着多方面知识、充实着美好心灵。这不仅可从《学思录》中得到验证，而且能够从她敏捷的思维和睿智的谈吐中，体味其中之奥秘。在束颖同志的眼里，学习同做人一样需要积累，积累这些学习札记，在于“君子之学也以美其身”（《荀子·劝学》）的同时，赠予需要它的人，作为“滋补光明的养料”（法国·雨果语）和“培植智慧的工具”（捷克·夸美纽斯语），可谓一语道破了“老年有所学”之真谛，也用实际行动契合了新时期建设学习型政党和学习型社会的时代要求。

在认真拜读完《学思录》后，使我在思想上、心灵上深受启迪，掩卷之余，深深感悟到：“革命人永远是年轻”这一人生写照。祝愿束颖同志心灵之花不老，精神之树常青！



1939年在江苏省扬中县留影

人
品
篇

目 录

一 人品篇	1
(一) 人性人格类	1
1. 人性、人格	1
2. 品德、节操	4
3. 才智	10
(二) 意识思想类	11
1. 欲望	11
2. 思维	12
3. 志向、理想	12
4. 意志	14
(三) 品行修养类	15
1. 美丑、善恶	15
2. 真诚、虚伪	17
3. 谦虚、骄傲	19
4. 勤奋、懒惰	19
5. 奉献、索取	20
6. 反省、改过	21
7. 言语、行动	23
(四) 性格	25
二 人生篇	27
(一) 人生历程类	27
1. 人生意义	27
2. 人生道路	34

3. 人生态度	40
4. 少儿	59
5. 青年	61
6. 中老年	62
7. 妇女	67
8. 保健	70
(二) 日常生活类	70
1. 婚姻	70
2. 家庭生活	73
(三) 学识功业类	77
1. 求知、能力	77
2. 建功立业	79
(四) 机遇命运类	80
1. 时机、境遇	80
2. 运气	82
三 情思篇	85
(一) 亲属之情类	85
1. 父母子女	85
2. 夫妻	91
(二) 爱情类	94
1. 爱情	94
2. 恋爱	98
(三) 友谊类	99
1. 友谊	99
2. 交友	102
(四) 爱国思乡类	103
1. 爱国	103

2. 思乡	109
(五) 惜别悼亡类	112
(六) 人生感叹类	117
1. 人生苦短	117
2. 人生多艰	121
3. 人生无常	124
(七) 情绪类	127
1. 快乐、喜悦	127
2. 忧愁、烦恼	128
3. 苦闷、悲哀	129
4. 热情、豪情	131
四 社会篇	133
(一) 人际关系类	133
1. 集体	133
2. 交际	134
(二) 文化类	137
1. 教育	137
2. 文艺	142
3. 医药、健康	153
(三) 治理类	153
1. 治国	153
2. 廉政、勤政	162
3. 使用人才	164
4. 自由与法纪	165
5. 战争	165
6. 军人	167
五 事理篇	173

（一）常情常理类	173
1. 人情伦理	173
2. 名利荣辱	177
3. 成败得失	178
（二）物性事理类	180
1. 节俭幸福	180
2. 真理	185
（三）人生哲理类	188
1. 主观意识	188
2. 客观实在	191
3. 辩证法则	200
4. 美感、审美	210
（四）策略方法类	218
1. 谋略、方法	218
2. 学习方法	219
六 景物篇	223
（一）自然景象类	223
1. 山水、湖泊	223
2. 花草虫鱼	225
（二）古迹胜景类	227
1. 古都、名城	227
2. 亭台楼阁	228
3. 城乡风光	229
（三）天象时节类	229
1. 晨昏昼夜	229
2. 春夏秋冬	230

— 人品篇

（一）人性人格类

1. 人性、人格

君子成人之美。

人格是幸福的根源。

清心寡欲，再思慎言。

宁涩勿滑，宁拙勿巧。

失落感与虚荣心从来都互为姐妹。

信念才能让人度过岁月的风风雨雨。

自我控制是最强者的本能。——萧伯纳

没有不好的孩子，只有不好的教育方法。

仁者的心灵就是一曲优美的动人心弦乐曲。

真诚、勇敢、坦荡，共同铸就了伟大的人格。

把友善和宽容留给别人，善待别人其实就是善待自己。

心地善良、和蔼、可亲、正直厚道、说话坦诚、感情生活严肃。

做人不能把钱看得太重，如果一心盯在钱上头，人格就没有了。

做人要重大义而轻是非，无私是高尚的给予，是对他人的仁爱。

托尔斯泰说过，人并不因为美丽才可爱，而是因为可爱才美丽。

要把阳光散布到别人心里，先得自己心里有阳光。——罗曼罗兰

我喜欢教师职业的传道授业解惑，更喜欢它能帮助人们实现灵魂的宁静。

做人要像一盆幽兰，不用艳丽的色彩争辉夺目，要以淡雅的芳香沁人心脾。

世界上能称之为大的是海洋，比海洋大的是天空，比天空大的是人的心灵。

对自己的痛苦敏感，而对别人的痛苦极其麻木不仁，这是人性可悲的特色之一。

有魄力，有远见，处事稳重、沉着、待人和善有礼等，这是优秀人格的表征。如果爱是一颗蓝宝石，它就会反射出晶莹的光；如果爱是一盆火，它就会获得环境的温热。爱总是以它自己的形象创造着爱。

只有不讲回报，不求索取的人，才能得到那种精神昂扬，心胸坦荡的快乐。这种快乐是无法用金钱换取的，它是奉献的回报，也是人在更高精神层次上的追求和满足。

居里夫人之所以能永远活在人们的心里，除了因为她对科学的贡献，还由于她心灵美丽，人格高尚的形象。

契诃夫站在群山之巅，有不拔的意志，有开阔的胸襟，远大的目光，他种下一棵树就看到了千百年后的郁郁葱葱，这种人是可敬的，要爱就爱这种人。

简爱的魅力何在？令人思索，她在冷酷的现实面前，没有逆来顺受，她在艰难的生活中不卑不亢，处处维护自己的尊严，她对真挚与纯洁爱情的追求显示了她灵魂的高尚，她在容貌上不是完美无缺的，但在心灵上她却始终光彩夺目，令任何一个漂亮的美人都黯然失色。

我一定要战胜伤残，做生活的强者，轮椅上的歌声不是伤残人的自慰，而是时代的强音。——这是一位残疾歌手的心声。

一个脆弱的生命若能注入激活心灵的力量，那么这生命就有了支撑点，就可能爆发出令人震惊的大勇敢、大智慧、大才华。

人类之所以伟大，正在于他们面对死亡时的从容和面对生活时的

永不满足，我们怀念着死去的人们，就是为了从他们人生经验中吸取更多的智慧充实和完善活着的一生。

刚烈沉稳、不善张扬的人格品质；海纳百川、宽宏大度的坦荡胸襟，坚持真理、坚持原则的政治风范；运筹帷幄、决胜千里的军事韬略。这几句话形象地展示了老一辈无产阶级革命家崇高的精神境界和人格魅力。

做人要永远保持纯洁的美好。

细节的力量有时是不可估量的。

不能做人的长处便是自己的短处。——陶行知

事因知足心常乐，人到无求品自高。——冰心

先进事迹感人至深，公仆情怀催人奋进。

习惯是一个人的思想与行为的领导者。——爱默生

智慧，友爱，这是照亮黑夜的唯一光亮。——罗曼罗兰

以微笑回敬生活中嘲弄与挑战的人，才是真正的自信者。

博爱更需要一种主动精神，也更显示一个人心灵的价值。

完美的人格，高尚的品德是从实际生活中锻炼出来的。——叔本华

完善党员干部的自我人格，大力弘扬时代和民族精神的主旋律——爱国主义、集体主义和社会主义。

人格是最高的学位，冰心的身躯并不强壮，然而她用这一生的岁月当稿纸，写下了一篇关于爱与力量的文章，离去之后留下一个伟大的背影。——白岩松

历史和传统离我们很近，世纪老人在陆续离去，留下的爱和高深的学问却一直在我们心中不老，这些世纪老人所独具的人格魅力是不是也该作为一种传统，由我们向后延续？

徐志摩深爱欧美文化，崇高个性自由，追求爱情唯美主义，他一生讴歌真诚、善良和美丽，他的骨子里积淀着人性中真善美的道德传统和文化品格，他对爱的追求是执着的，真诚的感情就像是深远碧空中的一声绝响，将最美好最灿烂的一瞬留在人们的记忆里。

谁说岁月的变迁能忘却故人，谁说时间的流逝会磨灭记忆，不论天地间风云变幻，人民的好总理啊，永远活在人民心中！周总理伟大的品德，高尚的人格，永远铭刻在人民的心中。

矢志不渝、执着坚韧的敬业奋斗精神是我们应该敬仰和效仿的。司马迁爱憎分明，耿直坦荡，淡泊名利，不惧权贵，重大义而废私欲，有真情而无媚骨，是个真正的英雄豪杰。这种人格品质值得我们赞叹和学习。司马迁的精神和品格体现出了中华民族文化的精髓。

身处社会变迁大时代的我们，应以严谨的态度，饱满的热情，摒弃浮躁，沉下心来在灿烂的中华文明和缤纷的当代生活中去发掘、去创造，塑造出民族的魂魄，激励走向二十一世纪的中国人肩负起历史的责任，直面机遇和挑战，再创明天的美好、辉煌。

司马迁是一位天才的思想家、史学家、文学家，他坎坷、悲壮和辉煌的一生，他百折不挠、刚直不阿的精神和人格品质鼓舞和感召着一代老知识分子。司马迁让我们看到的不仅是历史，更重要的是让我们看到了自己的民族魂魄。

作为中国人，我们不能忘本，不能忘记中华民族博大精深的历史和历史留给我们的宝贵财富，不能忘记我们的民族精神。不满足于仅仅追忆过去，而是要力求用现代意识去烛照往昔的岁月，从逝去的岁月生活中回味、发掘出带有恒久性的意蕴来，使悠久的历史发出新的回声。

史学之绝唱，无韵之《离骚》，书写千年历史而无自己一字，这就是司马迁的人格闪光。

2. 品德、节操

忍让为居家美德。

宁为玉碎，不为瓦全。

文品人品，皆须上品。

德法相济、法行德馨。

踏实和执着是做人应具备的品德。

光明磊落、坦荡无私是人们追求的品德境界。

仁爱为怀，诚信为本，谦虚刻苦，自强不息，未来必将天高海阔。

一个人不应受名誉、金钱和地位的诱惑，去忽视正义和其他德行。

一生正气，刚直不阿，铮铮铁骨，耿耿丹心，这是志士的气度与情操。

官德可以说是正确对待和行使权力之德，是勤政廉政之处，是责任感、自律意识和人格尊严的统一。

良好的品行未必处处使你受益，不良品行却必定使你付出代价。能媚你的必然害你，要加倍防备；肯谏你的人必愿助你，要倾心细听。

承认社会是不断由低级向高级发展进步的，就应该承认社会公德是推动人类社会发展的动因之一，公德是现代文明社会的一个标志，当今世界，公德有助于一个国家公民之间形成亲和力，有助于增强一个民族的凝聚力和向心力，这是一条超越意识形态和社会制度的世界性公理。公德不仅有利于民族，有利于社会，也有利于每一个人。

在一个充满诱惑的世界里，欲望是咖啡，是美酒，是可卡因，淡泊是茶。欲望可以鼓舞人，也祸害人。

淡泊不是没有欲望。属于我的，当仁不让，不属于我的，千金难动其心，这就是一种淡泊。不忧淡泊的生活，并能以淡泊的态度对待生活中的繁华和诱惑。让自己的灵魂安然如梦。这样的人，对自己像云朵一样轻松，对别人像湖泊一样的宁静。

破坏安逸的生活，总是先从破坏淡泊的心境开始的，修复受伤的