

思想
品德
健康教育
书系

品德和才学，到底哪个更重要？如何在我们的教育中贯彻我们认为的重点，培养满足国家和社会需要的优秀的青少年，这是最考验教育工作者的智慧和能力的地方。

JIANKANG DE RENSHENG
JIUSHI NI DE LIXIANG

SIXIANG PINDE
JIANKANG JIAOYU
SHUXI



健康的人生 就是你的理想

和兴文化◎编著

陕西出版传媒集团
太白文艺出版社



SIXIANG PINDE
JIANKANG JIAOYU
SHUXI

JIANKANG DE RENSHENG
JIUSHI NI DE LIXIANG

品德和才学，到底哪个更重要？如何在我们的教育中贯彻我们认为的重点，培养满足国家和社会需要的优秀的青少年，这是最考验教育工作者的智慧和能力的地方。

思想
品德
健康教育
书系

健康的人生 就是你的理想

ISBN 978-7-5513-0481-8

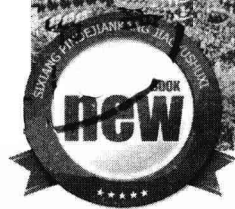


定价：25.80元

思想
品德
健康教育
书系

健康的人生就是你的理想

和兴文化◎编著



陕西出版传媒集团
太白文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

健康的人生就是你的理想/和兴文化编著. —西安: 太白文艺出版社, 2013. 6

(思想品德健康教育书系/刘东主编)

ISBN 978 - 7 - 5513 - 0481 - 8

I. ①健… II. ①和… III. ①心理健康—青年读物
②心理健康—少年读物 IV. ①G479 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 109071 号

思想品德健康教育书系

健康的人生就是你的理想

主 编 刘 东

编 著 和兴文化

责任编辑 王大伟 李 丹

封面设计 梁 宇

版式设计 刘兴福

出版发行 陕西出版传媒集团

太白文艺出版社

(西安北大街 147 号 710003)

E-mail: tlhys802@163.com

tlhwyzhl@163.com

经 销 陕西新华发行集团有限责任公司

印 刷 三河市恒升印装有限公司

开 本 700 毫米×960 毫米 1/16

字 数 160 千字

印 张 12

版 次 2013 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 5513 - 0481 - 8

定 价 25.80 元

版权所有 翻印必究

如有印装质量问题, 可寄印刷厂质量科对换

邮政编码 065200

前言

品德和才学，到底哪个更重要？这个历来聚讼不已的话题，能否对其有一个正确的认识和回答，不仅是选拔任用人才的着眼点，同时也是我们培养教育青少年的方针大纲。孰为重？孰为轻？如何在我们的教育中贯彻我们认为的重点，同时又能坚持“两点论”和“重点论”的完美谐和的统一，培养出国家和社会需要的优秀的青少年，这是最考验教育工作者的智慧和能力的地方。

宋代著名历史学家、政治家司马光曾经在他的巨著《资治通鉴》中讨论过这个问题。对于二者的关系，他认为：“才者，德之资也；德者，才之帅也。”也就是说，才学是品德的资本，而品德则是才学的统帅。也就是说，有了品德这个居于领导地位的统帅，才学的资本才能正常而且完全地发挥它的价值，给个人、社会和国家带来正面积积极的影响。司马光又接着说：“君子挟才以为善，小人挟才以为恶。挟才以为善者，善无不至矣；挟才以为恶者，恶亦无不至矣。”也就是说，才学是一把双刃剑，既可以行善，也未尝不可以作恶。至于到底是行善还是作恶，则完全要看掌握才学的人是品德高尚的君子，还是品德卑下的小人。君子的才学可以用来造福社会和国家，使善行遍布四海；小人的才学也会给社会和国家带来灾难，使邪恶播撒人间。由此可见品德的极端重要性。而品德与才学孰重孰轻的问题，也就不言自明了。

我国古代历来重视品德的教养，教育的思路也从来就是把品德放在比才学更重要的地位，《论语》中就有一句话说：“贤贤易色，事父母能竭其

力，事君，能致其身，与朋友交，言而有信。虽曰未学，吾必谓之学矣。”可见古人认为，只要有了尊重贤良、孝敬父母、忠于祖国、待人诚信等等高尚的品德，那么即使没有才学，也仍然是一个堂堂正正的人。当然，我们不是强调品德的重要性，而又走到另一个极端——否认才学的重要性。就像毛泽东同志所说，我们要坚持“两点论”和“重点论”的统一。即在保证品德教育的前提下，掌握的才学越多越充实越好。这样才能为我们的社会和国家做出更多的有益的贡献。

无可回避的是，一直以来，我们的教育都有着重学习轻品德、重知识轻能力、重成绩轻素质的弊端和问题。这或许使得我们的青少年在成长过程中走了弯路，或者会给他们的成长、成材和以后人生的发展带来负面的影响。长此以往，甚至也有可能给我们的社会和国家带来消极的影响。基于这个重大的问题，我们深感责任重大，于是编写了这套丛书，涵盖了我们能设想到的方方面面，希望能在青少年思想品德教育方面，弥补现行学校教育可能存在的缺失，贡献我们一份绵薄之力。

当然，丛书编的究竟如何，最终还是要看它能不能得到广大青少年的喜爱和认可。限于水平，书中不能没有错误，尚请方家指正。同时也欢迎各位读者和广大青少年提出宝贵的意见和建议。

目 录

第一章 树立科学的人生观

人生观的含义	001
树立为人民服务的人生观	009

第二章 人生的需要和目的

人生需要是人的本性	017
确立科学的人生目的	030

第三章 人生价值的取向与实现

人生价值的多元化	044
实现人生价值的条件	060

第四章 人生信仰和人生态度

确立科学的人生信仰	076
树立正确的人生态度	087

第五章 建立成功的人际关系

搞好人际关系	098
做遵守社会公德的表率	107
友谊和爱情都是高尚的情感	114

第六章 追求崇高的理想

理想是人生的奋斗目标	122
共同理想与最高理想	127
树立正确的职业理想	137

第七章 正确处理人生的矛盾

正确对待生与死	142
正确对待苦与乐	146
正确对待逆与顺	151
正确对待公与私	155
正确对待义与利	159
正确对待得与失	163
正确对待善与恶	167
正确对待爱与憎	171
正确对待荣与辱	175
正确对待美与丑	180

第一章 树立科学的人生观

人人都希望自己的一生幸福美好，有所作为。什么是人生，如何看待人生，怎样度过自己的一生，这是人生的重大问题。本章我们将学习人生观问题，即运用前面学过的辩证唯物主义的观点、立场、方法去正确认识和处理人生问题，自觉抵制各种错误思想和行为，树立为人民服务的人生观，为社会主义现代化建设作出自己的贡献，去创造一个美好而有意义的人生。

人生观的含义

（一）人生观的含义

人们生活在世界上，不仅要认识和改造自然、改造社会，而且每时每刻都要与周围的社会环境和其他人形成各种各样的联系。作为人生存和发展过程的人生，涉及人的工作、学习、友谊和爱情等领域，包含着欢乐与痛苦、顺利与曲折、幸福与悲伤、美好与丑恶等丰富而具体的内容，有人歌颂人生的美好，有人叹息人生的渺茫，有人赞颂创造与奉献，有人只想到索取与享乐……归纳起来，无非就是回答这样一些问题：人为什么活着？人生有什么意义？怎样度过自己的人生？人们对这些人生根本问题的回答以及根据各自的人生实践对这些问题的看法，就是人生观。所谓人生观，

就是人们对人生的根本看法和态度。

人生过程不仅是生命的生理过程，而且是社会实践的过程。个体人生观形成的过程，是认识人生和人生实践的过程。认识人生是人生观形成的基础，人生实践就是人生观形成的实践，两者的和谐发展就是知与行的统一。只有对人生有了正确的认识，才有自觉的人生实践。人生观的形成既受人们所处社会环境的影响，又受个人主观因素的影响，由于人们所处的社会环境和个人主观因素的不同，形成了各不相同甚至截然相反的人生观。有科学、崇高的为人民服务的的人生观，有追求感官快乐的享乐主义人生观，有安于现状、得过且过的混世主义人生观，还有看破红尘、悲观厌世的人生观等等。

不管人们的人生观有怎样的千差万别，其主要内容不外乎有三方面：一是人生目的，是回答人活着为什么的问题。人生的目的多样而复杂，对这个问题的回答则是多种多样，有追求名利、有追求权势、有追求享乐等，交错存在于社会中。应该强调，在我们社会主义国家，人生目的应该是全心全意为人民服务。二是人生态度，回答应该怎样做人的问题，指为实现人生目的面对人生所采取的态度和行动。要了解一个人的人生态度，必须通过对其生与死、乐与苦、公与私、得与失、个人利益与社会利益等人生基本矛盾所作出的回答与抉择的行为方能作出判断。无产阶级对现实生活是保持革命的乐观主义和自强不息精神的。三是人生价值，回答人生怎样才有意义，是根据人的行动在社会生活中的影响、作用与意义对人生进行的评价。无产阶级认为人生的真正价值是个人对社会的贡献。人生目的是人生观的核心，它决定其它的方面：有什么样的人生目的，就有什么样的人生态度和人生价值，同时，人生态度和人生价值对人生目的又有一定的影响。人生观具有以下特点：

第一，具有个体差异性。在社会生活中，任何一个理智健全的人，都有自己的人生观，只是有自觉意识到、没意识到、有积极、有消极、有正确、有错误等之分，而不存在有无之别。

第二，具有阶级性。由于人们所处的经济地位和政治地位各不相同，因而也就形成了各种不同的人生观。在阶级社会中，人生观具有鲜明的阶

级性。每一个阶级的人生观，都直接反映一定社会的经济基础，表现出一定阶级的利益和意志，如资本主义私有制必然产生以个人主义为核心的利己主义人生观；而社会主义公有制，则必然产生以集体主义为核心的为人民服务的科学人生观。在阶级社会中，统治阶级与被统治阶级的人生观是根本对立的。

第三，受世界观的制约。世界观是人们对整个世界的总的看法和根本观点，它与人生观都是在人们认识世界和改造世界的实践中形成的。人生观与世界观是统一不可分的。

人生观是世界观的重要组成部分。世界观中包括人生观，世界观中包括对自然界的根本看法和观点，即自然观；对社会历史的根本看法，即社会历史观；对人生目的和意义的看法即人生观。人生观是一定世界观在人生问题上的表现。

一方面，世界观在很大程度上决定着人生观，世界观支配着人们对人生道路的选择，决定着人们对理想、信念、苦乐、生死等的看法。一般说来，有什么样的世界观，就有什么样的人生观。如学习和树立了科学的世界观，对人生目的和意义就能有比较正确的认识，并能正确地对待和处理人生道路上遇到的矛盾。辩证唯物主义关于物质第一性、意识第二性、物质决定意识的基本原理，告诉我们人生是实实在在的，人生处世必须遵循实事求是、一切从实际出发的基本原则，而不是什么“人生如梦”；辩证唯物主义还认为，事物是运动、变化、发展的，那么当我们在人生征途上顺利时，取得成绩时，就不应骄傲、故步自封；在遇到困难逆境时，也不悲观失望，而要积极创造条件，走出困境。如果从唯心主义世界观去观察自然界、人类社会和人与人之间的关系，就难以树立正确的人生观，就不可能正确理解人生道路上的各种矛盾，就容易接受“人的本质是自私的”、“人不为己，天诛地灭”等人生信条，导致极端个人主义。

另一方面，人生观形成以后，又直接影响人们的世界观。一个人选择什么样的人生道路，确立什么样的人生目的和人生态度，都会对世界观的形成有影响，甚至在一定条件下，还能改变世界观。在我国长期革命实践中，一些老一辈革命家，他们树立了为国为民的人生观，正是由于这种人

生观促使他们去寻找救国救民的革命理论，最终找到了马克思主义的科学世界观。人生观在世界观的形成过程中是不可忽视的。一个以自我为中心、自私自利、惧怕困难和挫折的人，是不可能真正树立科学的世界观的。

在建设有中国特色社会主义国家的过程中，我们既要树立马克思主义科学的世界观，又要树立全心全意为人民服务的人生观，只有这样才能正确选择人生道路，正确处理个人利益和社会利益的关系，为祖国、为人民多做贡献。

（二）人的个体性和社会性

人生涉及的问题很多，但个人与社会的关系问题是人生问题中最普遍的问题，人生中的一切问题都与社会密切相关。人存在于社会，一降生于世，就处在同他人、同社会的各种既定的关系中，没有社会就不会有个人，没有个人也就没有社会。个人的一切活动，都是在社会中进行的，人生的一切遭遇，都是在一定历史条件下、特定的具体社会环境和自然环境中发生的，而人与自然的关系，都是以一定的社会背景为依托而发生的。所以，个人对社会关系问题的不同回答，是区分不同人生观的主要标志，处理个人与社会的关系问题贯穿人生理论的各个部分，是人生和人生观的基本问题。

我们知道，人生活在世界上，主要同两类对象打交道：一类是自然界的事物，一类是社会领域中的人，于是就形成了人的两种基本属性，自然属性和社会属性。

人是自然界长期发展的结果，是在劳动的基础上由古代类人猿进化而来的。人作为自然界中存在的一种生物，必然具有自然属性，表现在：人一刻都不能离开自然界，人要靠自然界提供的各种资料维持生存；人有自然欲望，如人都有食欲，饿了就要吃东西；有自卫能力，生命受到威胁就要反抗等本能反应。然而，人的这种自然属性已受到社会性的影响，如自我保护能力，这是人和动物都有的特性，但表现上是有极大差别的。动物遇到危险时，只会采取各种消极的办法反抗，而人遇到危险时，却是在理智和道义的支配下，必要时采取舍身取义，把生的希望留给别人，把死留

给自己。因为人的任何需求和活动都是在一定的意识支配下形成的，同时也是在一定的社会关系影响下实现的。

人的社会属性是在劳动中形成的，劳动创造了人。人们需要吃、穿、住、用，为了维持生存和发展，人们运用一定的劳动工具作用于一定的劳动对象来获取物质生产和生活资料，劳动在猿向人的转变过程中起了决定性的作用。劳动以及在此基础上形成的语言和思想，是人区别于动物的主要标志，这三者都是社会性的产物。在生产活动中，人们要和自然界发生关系，人与人之间也要发生关系，如对生产资料的占有关系、交换关系、分配关系等，生产活动是人的社会属性的突出表现。从事生产的人只能是社会的人。

人的社会属性，是指人是一定的社会关系的产物。每个人一到世界上，就置身于一定的社会关系中，最初接触家庭成员，进而是同学关系、师生关系、同事关系、亲友关系以及生产关系、政治关系、法律关系、道德关系等等，其中经济关系是基本的，决定并影响其他社会关系。脱离社会的、孤立的个人是不存在的。

人既有自然属性，又有社会属性，人是自然属性和社会属性相互作用、相互结合的有机统一的整体。自然属性是人的基础，而社会属性是人的本质，因为人的社会属性揭示了人区别于其它动物的特殊性质，如人的劳动、意识、语言等是社会的产物。其次，人的社会属性制约着人的自然属性。人具有意识，意识控制人的自然欲望，正是由于人具有自觉能动性，人们才能有计划有目的地进行改造客观世界的活动，而不是像动物那样消极地被动地去适应环境。

人的本质说明了人是社会的人，社会是人的社会。人的一切实践活动都是在社会中的进行的，因而人生的苦、乐、祸、福、成功、失败，无一不激发人们对个人与社会相互关系的思考，从而引发人们对生活的意义以及应当如何生活的人生思考。那么个人与社会是怎样一种关系呢？

个人与社会的关系是辩证统一的。个人是有特殊利益、需要和个性的社会一分子，社会是相互联系的有组织的个人集合体。马克思说过：“生产关系总合起来构成所谓社会关系，构成为所谓社会。”相互联系的个人组成

了社会，个人与社会是相互依存的。人类的形成标志着社会的产生，但人类社会产生以后，社会就是人类生存和发展的基础。一个人的生活需要总是多方面的，他自己的劳动产品只能满足自己某一种或几种需要，其它的生活资料只能从社会那里获取。随着社会制度的不断更替和发展，生产社会化程度越来越高，生产和生活这条纽带把个人和社会联系得越来越紧密。社会如同一个生命的有机体，个人就是一个细胞。生命有机体如果没有细胞就要枯萎；脱离了生命有机体，细胞也无法存活。个人与社会是有机地联系在一起的。

个人与社会除了相互依存，还有相互矛盾的一面。个人与社会作为矛盾的统一体，社会是矛盾的主要方面。在私有制占统治地位的条件下，社会中的国家政权被少数剥削者掌握，对于被统治阶级来说，个人与社会的矛盾是带有对抗性的。在公有制条件下，社会代表了广大人民的根本利益，这时的个人与社会的矛盾，一般是属于非对抗性的。

个人活动与社会发展密不可分。一方面，人是社会的主体，能够改造自然、改造社会，即个人对社会具有能动性，如从手工劳动工具到机器、电子工具的运用，都是人类智慧的结晶。随着科技的发展，劳动对象的范围不断扩大，这也是人的能动性的反映，像矿产的探明、开发，航天事业的发展，新材料的研制等。总之，生产力水平的每一次发展，都是人的能动性的结果，人是生产力中最积极、最具主导作用的因素。同样生产关系也离不开人的能动性。个人对社会发展所起的作用有两种基本情况：当个人活动符合社会发展客观规律，反映了广大人民的根本利益时，对社会的发展就起促进作用；当个人活动违背了社会发展规律和广大人民的根本利益时，对社会发展就起阻碍作用。

另一方面，社会发展对个人活动具有制约作用，人的任何活动都受到社会历史条件、社会环境和社会规律制约。一个人出生在什么时代，什么社会制度，面临什么样的人生境遇都是由客观环境所决定的。首先人一出世，遇到的就是现存的生产力和生产关系，任何人不能自由地选择生产力，也不能自由地选择生产关系，而且要接受前人传下来的生产力和生产关系，接受一定的社会思想、文化、传统习惯等精神成果，作为自己精神生活的

起始内容。总之，人的生活，都是以前人所提供的既定的社会条件为起始条件，个人无法摆脱这些条件也无法选择这些条件。这犹如一粒种子落在深厚的土壤中，它的生长要受到土壤的限制和影响。一个好的社会环境，可以为人们提供有利的条件，不好的社会环境则影响人们改造自然、改造社会的活动。当然，人的活动只有符合社会发展客观规律，才能达到目的，一旦违背规律，就会遭到社会规律的处罚。

人的本质在于人的社会性，人不能脱离社会生活和社会关系。那么对于个人来说，指导我们人生活动的行为准则，就不应是个人主义、利己主义，而应该是社会主义的集体主义。个人与社会关系的核心问题是利益问题，处理好社会利益和个人利益的关系，是奠定正确人生观的基础。在社会利益与个人利益问题上，存在着两种根本对立的人生观——集体主义和个人主义。

集体主义是无产阶级人生观的核心，它是指一切以人民群众的利益为根本出发点的大公无私思想。在社会主义，集体主义认为，只有集体、国家和社会的兴旺发达，个人才能得到更好的发展和过上更加美好的生活。强调先公后私，顾全大局，反对自私自利的思想和行为，是无产阶级和广大人民群众正确处理个人与社会关系的基本准则。它要求坚持集体利益高于个人利益的原则，把集体利益放在第一位。

个人主义是资产阶级人生观的核心，是指一切以个人利益为中心，把个人利益凌驾于集体和他人利益之上的思想体系。在个人主义看来，个人的利益高于一切，一切以个人的特殊利益为出发点和归宿，为了一己之私利，不惜损害集体利益和他人利益。

个人主义在其产生之初，在反封建斗争中曾发挥过积极作用，但它总是诱发人们私欲不断膨胀，最终沦为利己主义，即使在资本主义社会，它的消极作用也是很明显的。在以公有制为主体、人民当家做主的我国，个人利益、集体利益、国家利益从根本上说是一致的，但时常也会发生矛盾，我们应该以集体主义为准则，以个人利益服从集体利益。由于个人主义思想的影响在一定时间内还会存在，在改革开放过程中，损公肥私、损人利己、追逐名利、唯利是图等丑恶现象便会泛滥起来，侵蚀人们的心灵，败

坏人们的道德，使人际关系变得冷漠紧张，危害社会安定团结，使公有制经济得不到维护，严重损害人民的集体利益，甚至会葬送我们的建设事业，所以我们必须坚决反对个人主义。

在发展社会主义市场经济条件下，应当坚持集体主义，反对个人主义，那么如何正确处理国家、集体、个人的关系呢？

首先，坚持国家利益和集体利益高于个人利益，自觉维护国家和集体的利益。必须做到心中有国家、有集体、有他人，反对事事先替自己打算或损公肥私，必要时应牺牲个人利益在所不惜。历史上多少有志之士，都做到了“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”、“国家兴亡，匹夫有责”。青年一代应当胸怀崇高人生观，以振兴中华为己任，脚踏实地地为现代化建设建功立业。

其次，把国家和人民利益放在首位而又充分尊重公民和个人的合法权益。我们在发展社会主义市场经济过程中，既要反对抛开国家、集体和他人，专门为自己的利益而奋斗，又要反对不顾个人的合法利益，提倡如有矛盾，个人要服从国家、集体利益。因为我国是公有制为主体的，发展经济要走共同富裕的道路，不允许两极分化；同时，我们发展社会主义市场经济，是要创造条件，允许每个公民充分发挥自己的才干，在合法经营、诚实劳动中实现自己的个人利益，这也是社会主义的社会性质决定的。

奥斯特洛夫斯基曾经说过：“要永远觉得祖国的土地是稳固地站在你的脚下，要与集体一起生活，要记住，是集体教育了你。哪一天你若和集体脱离，那便是末路的开始。”他以自己的亲身经历，写下了不朽的名著《钢铁是怎样炼成的》。对青年学生来说，学校班级以及将来踏上社会工作后的职业单位，都是个人生活的集体，应该对自己严格要求，自觉执行集体的各项规章制度，遵纪守法，同有损集体荣誉的行为作斗争，努力为集体增添光彩。关心集体，乐于从事社会工作，乐于为他人做好事，一个对集体不是真正关心的人，是很难谈得上为集体作出什么贡献的，应该处处做好事，一辈子争做好事。

在革命战争中，我们靠集体主义，放手发动群众，团结起来，取得了新民主主义革命的胜利。在建设有中国特色社会主义的今天，我们必须发

扬集体主义精神，齐心协力，才能使我们的祖国屹立于世界强国之林。

树立为人民服务的人生观

（一）为人民服务的人生观的形成和发展

为人民服务的人生观，是在现代工业已经形成的社会历史条件下，由无产阶级的本质和历史使命决定的，是在无产阶级反对资产阶级和其他剥削阶级的长期革命斗争实践中，在马克思主义世界观的指导下形成的。

在人类历史上，奴隶社会、封建社会中的奴隶主阶级、地主阶级，都把等级门第、土地财富作为衡量人生价值的标准，谁的等级门第越高，谁的价值越大。到了资本主义社会，资产阶级为了反对宗教神权的控制和不合理的封建等级制度，宣称人的价值就是人自身。然而资本主义社会以金钱确定人的价值，人的价值就是金钱的价值。这些剥削阶级的人生观尽管标准不一，形式不同，但人生目的都是“为自己”，都是个人主义或利己主义，它们都是在私有制基础上产生的，都是以个人主义为轴心，以唯心主义理论为基础，以维护剥削阶级统治为目的。奴隶阶级和农民阶级的人生观有着健康积极的一面，但由于历史条件和认识能力的局限，也还是不科学的。只有无产阶级的人生观才真正反映了人类历史发展的客观规律，代表了绝大多数人的利益，是现今最科学、最崇高的人生观。

无产阶级人生观不是建筑在保护个人和少数剥削者的利益的基础上，而是建立在无产阶级和广大劳动人民的利益基础上，建筑在最后解放全人类、实现共产主义社会的基础上，是以全心全意为人民服务，为人民造福作为人生奋斗的目标。这是无产阶级的人生观同一切利己主义、个人主义人生观的根本区别。

为人民服务的人生观，虽然与以生产资料公有制为基础的社会主义