

现代生活知识丛书

- 展现生活风貌
- 传递生活信息
- 塑造生活形象
- 揭示生活奥秘

现代生活知识丛书

- 传播生活知识
- 充实生活方式
- 拓展生活观念
- 探索生活哲理

现代生活知识丛书

- 扬起生活风帆
- 磨砺生活意志
- 升华生活格调
- 锤炼生活主题

山东科学技术出版社

● 黄京尧 著

现代人的心理锻炼

XIANDAI REN DE XINLI DUANLIAN



现代人的心理锻炼

黄京尧著

现代生活知识丛书

XIANDAI SHENGHUO ZHISHI CONGSHU

山东科学技术出版社

现代人的心理锻炼

黄京尧 著

*

山东科学技术出版社出版

(济南市玉函路)

山东省新华书店发行

山东蓬莱印刷厂印刷

*

787 × 1092毫米32开本 4.75印张 90千字

1989年11月第1版 1989年11月第1次印刷

印数: 1—6000

ISBN 7—5331—0400—5 / Z · 14

定价: 1.90元

B248

6

0344642

目 录

〔 1 〕

第一章 社会现代化进程 中的新生活

〔 2 〕

迎面扑来的新气息

——谈变化中的生活

〔 6 〕

引人注目的 10 大特征

——谈新生活对现代人的
呼唤

〔11〕

第二章 现代性格结构

〔12〕

意味深长的 3 个字母：“oxi”

——谈独立性

〔16〕

自我实现的核心

——谈进取性

〔21〕

巴斯德的箴言

——谈坚韧性

[25]	敞开身心的门窗 ——谈开放性
[30]	“两性人”新释 ——谈灵活性
[36]	第三章 现代交往坐标
[37]	告别“拘谨的民族” ——谈交往的开放性
[40]	不可忽视的“四度” ——谈交往结构
[46]	讨人喜欢的奥秘 ——谈人际吸引
[51]	受人之助助于人 ——谈互酬评价
[56]	友谊之箭射向何方 ——谈择友心理
[62]	NO: “男女授受不亲” ——谈异性交往与友谊
[69]	第四章 创造: 现代思维的灵 魂
[70]	陌路如何问津 ——谈思维的发散性
[74]	开始离开“常走的大道” ——谈非思维定势
[77]	古罗马的两面神

-
- | | |
|-------|---------------------------|
| | ——谈曲线思维 |
| (81) | 灵犀——吾师也 |
| | ——谈顿司思维 |
| (86) | 人人都有创造力 |
| | ——谈创造能力自测 |
| (97) | 第五章 非现代心理素质
分析 |
| (98) | 别了,“爱国的自大” |
| | ——谈封闭 |
| (102) | 过时的“人生金针” |
| | ——谈保守 |
| (107) | 定能“敢为天下先” |
| | ——谈中庸 |
| (113) | “木秀于林,风必摧之”吗 |
| | ——谈嫉妒 |
| (119) | 天生我材必有用 |
| | ——谈自卑 |
| (124) | 第六章 加快你的心理成熟 |
| (125) | 给你一副新生活的滤色镜 |
| | ——谈价值眼光 |
| (129) | 现代人从这里起步 |
| | ——谈功利导向 |
| (133) | 季米特洛夫的作答 |
| | ——谈知识基础 |
-

(137)	托尔斯泰的两个“小动作” ——谈实践媒介
(142)	取乎其中 德乎其上 ——谈自居激励

第一章

社会主义现代化进程中的新生活

每一个生活在神州大地上的中国人似乎都有同感：一种新的生活气息正在越来越浓烈地扑面而来。是的，改革、开放已成为我们社会的主旋律；随着现代化进程在十亿神州的稳步展开，我们的社会生活正面临着过去任何时代所不可比拟的新的变革。

社会主义现代化进程中的新生活，呼唤着新的一代人——现代人。然而，现代人并不是从天而降的；相反，现代人的心理改造与塑造，倒是现代人成长的现实途径。著名的《人的现代化》一书的作者英格尔斯说得深刻：“人的现代化实际上是一

种心理态度、价值观和行为方式的改变过程。”这个过程的长短及其效果的优劣，完全取决于人对自己思维方式、行为方式、生活方式等一系列涉及心理素质的改造程度。毫无疑问，这种改造越是自觉，人的心理状态同社会现代化进程越是相适应。那么，人对现代生活的驾驭能力和实际贡献也就越人。

现代化进程中的社会新生活，已经在我们面前展示了怎样一幅图画，又向我们发出了怎样的呼唤呢？

迎面扑来的新气息

——谈变化中的生活

人类是地球的娇子。地球生成了人类，而人类又反过来创造了一个新的地球。从万里长城到摩天大厦，从高速火车到登月火箭，哪一样不是人类的创造？从 200 万年前人类始祖所面对的洪荒世界，到今天我们看到的现代社会，这中间沧桑巨变的根本原因，不是自然条件的变迁，而是人类生产力的提高。决定生产力水平的主要因素，是人类掌握的科学技术。

从某种意义上说，人类文明是科学技术的函数：科学技术不断发展，人类文明也逐渐进步。当然，它们之间的关系并不成正比，而是有量变，也有质变。对于科学技术的自身发展来说，也是如此。在一次突变之后，就进入渐变阶段，然后又迎来一次突变。这种突变就叫做技术革命。

大的技术革命或曰“浪潮”，人类历史上已经发生过三次。第一次是以农业从畜牧业中分化出来，人类社会进入农业社会为标志。这次技术革命产生了以古埃及、古希腊、古罗马和古代中国文化为标志的人类早期文明。第二次浪潮发生在 18 世纪的欧洲，它所带来的的是以工业革命、人类进入工业社会为标志的世界面貌的深刻变化。

当今世界正处在“第三次浪潮”之中。一场新技术革命的大潮正勃兴而起，滚滚而来，它不仅涉及人类的衣食住行，而且波及到大洋深处和宇宙空间。据英国学者马丁的测算：人类的知识在 19 世纪大约每隔 50 年增加 1 倍，到 20 世纪初，每隔 30 年增加 1 倍，50 年代每隔 10 年增加 1 倍，70 年代，每 5 年增加 1 倍，现在是大约每 3 年增加 1 倍。人类 20 世纪 50 年代的科研成果，远远超过 19 世纪；而 60 年代科学技术的新发现、新发明，则比过去 2000 年的总和还要多。然而同 80 年代相比，它们又难望其项背。这一切都说明，科学技术的发展进入了一个新的突变时期。“山雨欲来风满楼”。新的技术革命的浪潮已经拍击到了我们生活的堤岸。

世界瞬息万变。一度在动乱的旋涡中迷乱过的中国人民，正观察着这些变化，注视着人类所取得的新成就、新技术，以及生产手段和生活方式。每个人都想知道未来将会给予我们一些什么？都在关心我们能给未来留下一些什么？今天，闭关锁国的沉重幕帘已经拉开，科学的、技术的、管理的、文化的信息巨流正向人们涌来，可谓眼花缭乱，目不暇给。怎样去消化和处理这些信息是次要的，重要的是思考这些信息带给

我们的启示。

结论只有一个：改革。全面的政治、经济体制及其他各个领域的改革，是唯一的出路。当代中国是改革的中国，我们所从事的改革将涉及到社会生活的各个方面，它不仅包括生产方式、管理方式，而且还涉及到人们的思维方式、行为方式和生活方式。每一个细心观察社会生活的人，都不难发现这一个基本事实：一切都在变化之中。

有些变化是昭然若知的。从农业生产责任制到企业承包责任制；从自然经济到商品经济；从平均主义大锅饭到按劳分配多劳多得，物质生产领域的改革所带来的明显变化，人们有目共睹。当然，这些变化还刚刚开始，新的更大的变化还在后头。

同人们关系更密切的，或许是那种“无形的变化”，即观念的变化。在社会现代化进程中，这种变化所造成的影响之重要、之深刻，有人甚至冠之以“观念杠杆”的评价。

在社会现代化的进程中，“观念杠杆”应运而生，决非偶然。“观念杠杆”的内涵是：观念的更新是社会现代化的重要推动力。社会现代化要靠人去进行，从这个意义上来说，社会现代化的进程取决于人的现代化的程度。正如法国现代化规划制订者让·莫内所说：“现代化要先化人后化物”。而人的现代化，又以观念的现代化为先导。一个人能不能称之为现代人，主要的不是看他的生活水平，而是看他的思想观念、心理状态、行为方式等是否跟得上现代社会的发展需要。著名的《未来一百页》一书的作者、罗马俱乐部总裁奥雷利奥·佩

西博士指出：“今后经济变革比科技更新更重要，而文化和观念的变革比经济变革更重要，因此，现代人需要在文化和观念上来个超时代转变”。他的话是很值得深思的。

在我们这个有着 5000 多年文明史，而封建社会又特别漫长的神州大地上，“观念杠杆”的作用尤其值得重视。唯物主义认为，社会存在决定思想意识，经济基础决定上层建筑；但是，人的思想观念对人的实践行为，社会的上层建筑对社会的经济基础，又有着巨大的反推力。倘使“不患穷而患不均”的观念占上风，平均主义必然成为天经地义的分配方式；如果“木秀于林，风必摧之”的信条主宰头脑，“中庸之道”势必奉为处世哲学。反之，确立了牢固的“时间观念”，办事讲究效率就会成为自觉的行为选择；树立了强烈的“竞争观念”，勇于进取、敢于冒尖也就成为人生的主旋律。这就是“观念杠杆”在人与社会变革中的作用。

观念的变化并不是孤立地进行的，它总是同人的活动方式、交往方式、思维方式、生活方式等方面的变化相伴而进，相随而行；而这些变化又必然引起心理上的震荡，同时相应提出了心理改造、适应与锻炼的任务。这一切，也就组成了人的现代化的整体构度。

恩格斯说过：“在发展的过程中，以前的一切现实的东西都会成为不现实的，都会丧失自己的必然性，自己存在的权利，自己的合理性；一种新的、富有生命力的现实的东西就会起来代替已在灭亡的现实的东西。”社会生活的发展也是如此，它对人的观念、心理和行为等的变革的呼唤，也是这个辩

证法的理所当然的反映。

引人注目的 10 大特征

——谈新生活对现代人的呼唤

什么是现代化？人们可以脱口列举许多方面，例如农业现代化、工业现代化、科技现代化，以及交通的发达、教育的普及、文化的提高、差别的缩小、人民生活水平的提高，等等。这一切无疑都是对的。然而，人们往往忽视了一个最基本或许也是最重要的事实，现代化的主体——人的现代化。唯有人的现代化，才有可能造成人所面对、所生存、所赖以发展的社会的现代化；尽管这两者之间又存在着互相影响、互相制约、互相促进的相辅相成的关系。“发展最终所要求的是人在素质方面的改变，这种改变是获得更大发展的先决条件和方式，同时也是发展过程自身的伟大目标之一。”让·莫内的概括不失为真知灼见。

1971 年 6 月，在维也纳发展研究所举行的“发展中的选择”讨论会上，智利知识界的领袖拉扎·班迪博士，在回顾发展中国家追求现代化的坎坷道路时，曾说过这样一句含义深刻的话：“落后和不发达不仅仅是一堆能勾勒出社会经济图画统计指数，也是一种心理状态。”他的话不仅得到了与会代表的广泛赞同与高度评价，而且已经成为当今现代化理论的重要宣言。许多致力于实现现代化的发展中国家，正是在

经历了长久的现代化阵痛和难产后才逐渐意识到：国民的心理和精神还被牢固地困锁在传统意识之中时，将会构成对经济与社会发展的何等严重的障碍。

教训是痛切的，然而又是明白的：即使是最先进的物质文明、管理技术、生产手段，本身并不能自动运行，它要靠人去掌握、去运用、去发展、去创造。未来学家们一致认为，如果一个国家的人民缺乏一种能赋予现代制度以真实生命力的广泛的现代心理基础，如果执行和运用着这些现代制度的人，自身还没有从心理、思想、态度和行为方式上都经历一个向现代化的转变；那么，再完美的现代制度和管理方式，再先进的技术工艺，也会在一群传统人的手中变成废物一堆。

英格尔斯的归纳看来还是有说服力的：“现代化的机构和组织原则，经济制度和管理方法，要真正有效地发挥作用，就决不能容忍为传统人所广泛具有的那些特征：害怕和恐惧革新与社会改革；不信任乃至敌视新的生产方式，新的思想观念；被动地接受命运；盲目服从和信赖传统的权威；缺乏效率和个人效能感；顺从谦卑的道德，缺乏突破陈旧方式的创造性思维和行为；头脑狭窄，对不同意见和观点严加防范和迫害；凡事总要以古人、圣人和传统的尺度来衡量评断，一旦与传统不符，便加以反对和抵毁；对待社会公共事务漠不关心，与外界孤立隔绝，妄自尊大；凡属与眼前和切身利益无明显关系的教育、学术研究等，都不加重视或予以蔑视排斥。”他的话无疑是入木剔骨、发聋震聩的。

我国进行的现代化是社会主义现代化，是在社会主义制

度发展与完善的基础上,逐步实现高度的物质文明和精神文明。如果说世界上某些发展中国家通过“全盘引进”,尚且无法实现理想的现代化,那么,要建设有中国特色的社会主义,离开了对当代中国人的现代素质的提高,就更是难乎其成了。社会主义现代化是一项宏伟的事业,也是一项浩大的创造性的系统工程,从根本上说,是一个不断改革和创新的过程。它是千百万人民群众自身的事业,要靠千百万人的想象力和创造力来付诸实现。因此,人的观念和素质对社会主义现代化具有关键性的作用。许多社会调查证明,某些地区和单位之所以暮气沉沉、面貌依旧,是因为在这种局面的背后,“站立着一批暮气沉沉的人”。同样一个企业,在墨守陈规、因循守旧的人手里,可以搞得奄奄一息,连年亏损;而在有志开拓、献身事业的改革家手里可以搞得欣欣向荣,蒸蒸日上。原因很简单:人的素质不同,实践效能也就大不相同。正如:“人欲远行,必弃其重赘,就其轻装;民族欲发达,必割其病患,坚其脊梁;中华欲振兴,必舍其因袭,振其精神。”

既然人的现代化对社会的现代化具有如此重要的作用,那么,人们要问:现代人应该具有哪些基本素质呢?作者根据英格尔斯的归纳并加以修正,提出现代人的 10 大特征,供读者诸君参考:

一、乐于接受他从未经历过的新的生活经验、思想观念和行为方式。

这是现代人特征中的首要因素。没有这种“趋新”的心理倾向,显然就谈不上人的现代改造与塑造。

二、乐于接受社会的改革和变化。这是第一个特征的合乎逻辑的延伸,但其意义更重要。因为第一个特征主要涉及个体自身,是指个人对待生活的态度和心理,第二个特征还涉及到个体同他人、同社会的关系。

三、思路广阔,头脑开放,不盲从,有独立性。现代人的视野是广阔的,思想是开放的。没有这两条,又怎么可能乐于接受新事物、热心于不断变革呢?不盲从、有独立性是开阔的视野、开放的思想的必然结果,同时又是它们的存在条件。一个人如果有盲从的头脑,依顺的思想,也就谈不上创新、开拓了。

四、关心外部事务,善于发表自己的见解,现代人不仅应关心与自己有关的事情,而且更应关心外部事务乃至国家、国际大事。具有社会责任感和参与感,正是现代人的重要标志。

五、灵活的应变能力。未来世界变幻无穷,改革进程错综复杂,新问题、新情况层出不穷。灵活的应变能力是现代人驾驭生活、适应社会、推进历史的重要条件。

六、惜时守时,时间观念强。时间价值的提高,是社会进步与文明的标志,当然也是现代人的重要特征。

七、办事讲究效率,有强烈的效能感。这是以上特征的强化,同时,强烈的效能感,不仅表现为对办事效率的追求,而且也表现为对社会进步的信心,相信人能够对社会的弊端进行有效的改造。

八、计划性强。这是现代人的普遍特点。社会的发展与

进步,现代科学方法的运用,为人的行为的计划性创造了物质条件,而计划性强,正是提高效率与时间价值的保证。

九、有强烈的求知欲。当代科学技术发展很快,知识密集程度越来越高,信息量越来越大。现代人只有不断追求、更新知识,才能使自己具有把握未来、创造未来的能力。

十、浓烈的竞争意识。现代社会的一个重要特征,就是为社会成员之间的公平竞争创造广泛的机会。天生的特权,不可逾越的等级,是传统社会的标志。现代人相信命运掌握在自己手里,奋斗与竞争是把自己塑造成为强者的唯一正确之途。

现代人的 10 大特征,是对人的素质的全面改造与提高。它涉及到人的性格结构、交往态度、思维方法、行为目标等各个方面,实际上也已包括了现代心理锻炼的主要方面。关于这些问题,我们将在以下各章中加以具体分析。