



青年修养指导

QINGNIAN XIUYANG

ZHIDAO

王涵等编

河北人民出版社

青年修养指导

王 涵 王通讯 蒋元明 褚钰泉 陈冠柏
周瑞金 邓伟志 许锦根 司徒伟智 施伟达

6.2/90
河北人民出版社

青年修养指导

王 涵 王通讯 蒋元明 褚钰泉 陈冠柏
周瑞金 邓伟志 许锦根 司徒伟智 施伟达

河北人民出版社出版（石家庄市北马路45号）

河北新华印刷一厂印刷 河北省新华书店发行

787毫米 1/32 12.75印张 257,000字 印数：1—44,500 1985年6月第1版
1985年6月第1次印刷 统一书号：7086-1192 定价：1.40元
1.00

一、青年修养总论

人不能象走兽那样
活着，应该追求知识和美
德。

——但丁

什么叫修养？

“修养”这个概念，蕴含着丰富的内容。它主要是指人们在理论、知识、思想、艺术等方面所进行的勤奋学习和锻炼的功夫，以及经过长期努力所达到的一种能力和思想品质。

人们的政治思想品质和文化知识技能，作为精神形态的东西，不是先天的，不是与生俱来的。唯物主义的基本原理证明，存在决定意识，政治思想品质、文化知识技能等精神要素，无不是由人们后天实践所形成和决定的。因此，人的思想和知识状况也是能够改变的：好的可以更好，或者可以变差；差的可以变好，或者变得更差。要使自己不断进步，进入思想品质与文化知识的新境界，主要依靠两个方面：一是教育，二是修养。教育是社会对个人施加有益的影响，修养则是个人从社会实践中吸取有益的影响，是一种“自我完善”、“自我锻炼”、“自我教育”的过程。二者相互联系，又相对独立。

注意对“修养”的研究，是中国古代思想家和学问家的一个重要特点。在中国文化史和思想史上有着重要地位的儒家学派，就十分重视修养的作用。孔丘曾在《论语》中说，他最忧虑的事情就是“德之不修，学之不讲，闻义不能徙，不善不能改”。主张“修己以敬”、“吾日三省吾身”。后来的孟子更强调所谓“养气”，要通过“内求”的方法培养所谓“至大至刚”、充塞于天地之间的“浩然正气”。《礼记·大学》中还说：“欲齐家者，先修其身”。与儒家对立的墨家，亦在他们的

典籍中著有“修身”、“所染”等篇，论述修养的重要性。宋明以后的道学家，深感封建社会的日趋没落，竭力主张“格物致知”、“修己敬诚”、“灭心中贼”那一套修养功夫。这些古人讲的“修养”，其目的都是为巩固剥削阶级的统治培养人材。他们的方法，尽管有时也讲什么“反身实践”、“躬行践履”、“在事上磨炼”等等，归根到底，都是脱离实践的唯心主义的修养方法，是必须批判的。但是他们从统治阶级的立场出发，认识到道德与学问修养对于提高人们思想素质具有重要意义，这种认识是有一定的合理因素的。

今天我们无产阶级和人民群众所需要的修养，应该是站在无产阶级的立场上，用马克思主义的观点和方法作指导。无产阶级革命导师，不论是马克思、恩格斯，还是列宁、斯大林、毛泽东，都曾不止一次地使用修养这个词，而且多次强调提高政治修养、科学修养、艺术修养和思想意识修养的重要性和必要性。无产阶级革命家还以身作则，率先加强自己的各方面修养。周恩来同志在四十五岁时，专门自订了七条“修养要则”。特别地规定，“要与自己的、他人的、一切错误的思想意识作原则上坚决的斗争”、“纠正自己的短处”、“永远不与群众隔离”，等等。他所以能成为一个学问渊博、品质高尚的伟大革命家，其中重要的一条，是不断加强修养的结果。老一辈无产阶级革命家对于修养的丰富论述和实践，为我们指明了进行修养的意义、立场、观点和方法，是我们今天应当努力继承和认真学习的宝贵精神财富。

难道每个人都应该进行修养吗？

有些同志觉得自己没必要进行修养了。自己又不当领导，难道也要进行修养吗？

是的，不管是领导，还是群众，每个人都应该进行修养。因为修养对每个人的成长、发展都是至关重要的。“玉不琢，不成器”，人不经琢磨、修养，也不会成为有用之才。没有人能生而知之，只能学而知之；没有人能生下来就品质高尚，只能经由修养锻炼的过程，才能品质高尚。一个人要成为一名社会主义现代化事业的合格建设者，成为一名具有高度精神文明和文化素养的卓越的建设者，离不开在思想品质和文化知识上进行长期艰苦的修养。

有些同志所以会认为自己不必要进行修养，原因是多种多样的。

他们或者是囿于目前的修养水平。这不仅表现在认为自己“已经修养得不错了，对自己要求够严的了”，从而把进一步的修养视作不必要。而且还表现在有的后进者会认为自己“这辈子反正是落后到底了，好不了了”，自暴自弃，破碗破摔，从而把修养视作不可能。其实，这两个极端都是不正确的。众所周知，先进不是凝固的，天下没有尽善尽美的完人，任何先进者都可以经由修养而变得更先进；尤其值得正视的是，落后也不是僵化的，可以经由修养而向先进转化。世上万物，皆生、皆灭、皆变、皆动。人的思想文化修养程度，岂是不可变化的？！

还有的同志则是囿于自己的工作岗位。在他们眼里，自己是普通工人、农民或战士，无足轻重，“修养不修养都无所谓，修养是人家当干部的事。”干部是群众的带头人，是我们各项事业的当家人，诚然应当首先加强自己的修养。但是，这丝毫不意味着普通群众就不需要加强自己的修养了。雷锋、王杰、王进喜、蒋筑英、张海迪等都是革命队伍中的普通一员，他们正是经过认真学习、刻苦努力，成为具备各方面高度修养的共产主义战士，对人民事业作出了重大贡献。应该明白，仅仅少数领导者修养水平高是不够的，只有广大群众的修养水平也大大提高了，我们的革命队伍才是强有力的，我们的事业才是大有希望的。

优越的客观环境也会使人产生盲目性。如生长在革命干部或劳动模范的家庭，或置身于先进集体之中，有些同志会由此以为自己即使不加强修养，也会进步起来的。需知，在一个人的成长过程中，环境只是外因，只是成长的条件，主观努力才是内因，才是成长的根据。一个人缺乏加强修养的主观努力，即使身处优良的环境，结果仍是无济于事。刘少奇同志在《论共产党员的修养》中，当论述到同样的革命斗争环境给予不同思想觉悟的人以不同影响时，曾经深刻地指出：“我们共产党员中有许多人是经过万里长征的，这对于他们是一次严重的锻炼，其中的绝大多数党员都得到了很大的进步。然而长征对于个别党员的影响却是相反的，他们经过长征之后，对这样的艰苦斗争害怕起来了，有的甚至企图退却和逃跑，后来他们果然在外界的引诱下从革命队伍中逃跑了。”你看，尽管身处红军队伍，又经历了二万五千里长征，但是对于个别

不严格加强自己锻炼修养的人，仍然是不行的。

人们的身份有所不同，水平有所不同，环境有所不同，因而进行修养的方式与具体内容也各不相同。然而，每一个人都应该努力进行修养，以求得不断进步，这一点却是无例外地相同的。

为什么青年要特别注意修养？

每个人都有进行修养的任务。但对于青年人来说，这个任务特别值得引起重视。

可塑性是人的共性，极强的可塑性则是青年人的特性。青年人朝气蓬勃，正在兴旺时期，体力、精力和记忆力十分发达，最少负担，最少框框，也最容易接受新事物、领会新思想。《颜氏家训》中说到，文化修养应趁年轻时进行，因为年轻时精神专一敏锐，“长成以后，思虑散逸；固须早教，勿失机也。”它强调学习文化知识必须及早抓起。同样，人的思想品质的锻炼也必须赶早不待晚。苏联教育家苏霍姆林斯基在论述中学生参加集体劳动锻炼的思想意义时，高度评价道：这个时期中学生们“种出的每一捧粮食，其意义好似堆积如山的金色小麦，好似肥田沃野，好似一代人的多年劳动”。可以说，青年时期，是人生修养的黄金时期。青年人应当充分利用这段宝贵的年华，发扬优势，努力修养得更好一些！播种要抢季节，不误农时，才会有好收成。人要修养成一个完善的、大写的“人”，也必须抓紧大好韶光，不虚度青春。不在春天及时播种、勤劳耕耘，就难望果实累累的盛

夏丰秋。

青年人要特别注意加强修养，还因为这时期是心理上的转折时期。一个人年龄到了十五岁至十六岁阶段，按照外国教育家的说法就是到了“心理上的断乳时期”，意思是说，人在此时已不再从父母长辈那里吸取精神“乳汁”，而急切地要从社会上寻觅新的“乳汁”来源。这种说法虽然未免有点绝对化，但它毕竟是涉及到一个严肃的心理现象。人刚进入青年期，在心理上就表现出极强的独立自主要求，其行动指南从以前的“妈妈说的……”“老师说的……”变为“我认为……”“我的意见……”，这是一方面；另一方面，这时的青年人毕竟是实际经验少，社会阅历浅，缺少必要的锻炼，思想上容易产生片面性。要求不依赖长辈，独立自主于社会，本来是可取的，但由于缺少必要的经验、知识、鉴别力，这种独立要求有时便会带有某种盲目性，“染之苍则苍，染之黄则黄”，从而给少数人带来消极的后果，甚至使个别青年人误入歧途。为了避免这种不良后果，保证青年人的独立自主的心理要求向积极、健康的方向发展，青年人就迫切需要在实践中刻苦地锻炼和修养，使自己的思想鉴别力、经验阅历和文化知识都迅速丰富起来，使自己胜利地度过这个转折时期，登上新的人生高度。

现状也告诉我们青年人，加强各方面的修养是何等重要。十年动乱造成了青少年队伍的文化贫乏、纪律松弛、思想混乱的后遗症，至今尚未完全消除。青年一代，是继往开来的一代。肩负着祖国的未来、四化的希望，是祖国社会主义建设的主力军。未来在召唤，但有些青年的思想、文化的现状

却难以适应未来的建设。毫无疑问,解决矛盾的唯一出路是,我们要成为如此伟大事业的可靠接班人;就必须首先消除我们青年队伍中残存的文化贫乏、纪律松弛、思想混乱等现象,就必须以极大的努力来提高我们的思想品质和文化知识修养!

青年的修养包括哪些内容?

青年的修养,包括多方面的内容。

首先,应当加强马克思主义的理论修养。马克思主义理论是我们观察一切现象、处理一切问题的思想武器。刘少奇同志说过:“一个共产党员如果不努力学习马克思列宁主义的理论和方法,如果不用马克思列宁主义指导自己的思想和行动,他要在一切革命斗争中坚持无产阶级的立场,体现无产阶级的思想意识,这也是不可能的。”这一告诫同样适用于广大青年同志。为了始终沿着正确的政治方向成长,青年同志应当努力学习马克思主义的三个组成部分:唯物主义哲学、政治经济学、科学社会主义。同时要注意学以致用,要学会以马克思主义理论为指导,同一切反马克思主义、假马克思主义的学说进行斗争。

其次,应当加强理想修养。共产主义是我们今天从事一切事业的根本目标,是无产阶级和革命人民的伟大理想。伟大的理想产生伟大的动力。一个树立起共产主义理想的青年人,就会在工作和学习中焕发起无穷尽的力量。要树立共产主义理想,自然也不是凭嘴上说说就树立得起的,而要认清

诸如“共产主义是渺茫的”之类论调的谬误，要与一切围绕个人私利打转转的庸俗“理想”划清界限，要深刻领会平凡工作与远大理想的关系，等等。

第三，应该加强道德修养。共产主义道德的核心，是集体主义。集体主义体现在社会生活的各方面。一个具备高度集体主义精神的人，必然表现出全心全意为人民服务、忘我劳动、爱护公物、讲信义、重友谊、先人后己、助人为乐等优良品质，无论在工作中、家庭里、朋友间，都处处讲道德。很显然，无数劳动者都具备高度的集体主义精神，我们的社会就安定、人民就团结，四个现代化的建设就能顺利开展。

第四，应该加强文化科学知识的修养。要建设社会主义现代化，光有良好的愿望不够，还要有过硬的本领。这个本领，就是科学文化知识。我们应当从自己的本职工作出发，钻研有关的理论知识，掌握有关的技能技巧，愈钻愈深，精益求精，立志成才。同时，眼光还须放宽，凡哲学、社会科学、自然科学的基础知识，都是我们青年人的涉猎范围，在涉猎的基础上有选择地进行研究。

第五，应该加强纪律修养。离开了严明的纪律，我们的建设事业和革命事业的进行就是难以设想的。四化全局好比是一盘棋，如果其中的兵、车、马都自行其是，乱走一气，这盘棋便肯定下不好。“不立规矩，则无以成方圆。”我们的青年同志无论在家庭里还是朋友间，也无论是工作时间还是业余生活，都要有法制观念，自觉地守法令、守纪律。

当然，以上五方面只是青年人进行修养的主要内容，而不是其全部。青年人还应当共产主义思想指导下，按照社

会主义接班人的要求，进行其他方面的修养。比如，一个有修养的青年，应当注意培养高尚的情操和兴趣，反对颓废、庸俗的不健康的情趣；培养活泼乐观、愉快开朗的性格，力避暮气沉沉、忧郁寡欢的性格；培养坚强的意志和毅力，防止畏难、怠惰的心理和不良习惯，等等。此外，举止大方、仪态修整、衣着得体等，也是一个有修养的人不应忽略的。总之，我们青年人应当经过各方面的努力修养，把自己培养成为革命导师所期望的全面发展的人。

加强修养，从何入手？

青年的修养包括着如此丰富的内容，一个人要在短时间内全部实现，是不可能的。不说别的，光是文化修养这一项，从文学、历史学、哲学、经济学、法学、社会学，到数学、物理学、化学、天文学、地理学、生物学，等等，岂是一下子就精通得了的？事实提醒了我们，在进行修养的过程中，存在一个轻重缓急的次序，有一个从何入手的问题。

应该从何入手呢？各人的起点不同，修养水平不同，因而答案也便各不相同。然而，就一般情况而言，有一点是应当相通的，就是都要选择重点，都要选择那些自己最缺乏的、不具备则会严重影响自己整个修养进程的方面，作为修养的近期目标。从哲学方法上说，这就叫诸多矛盾中首先抓主要矛盾。比如某同志在~~某~~方面表现还令人满意，就是有骄傲自满的毛病，喜欢吹嘘自己的成绩，有时还会情不自禁地贬低他人的工作。对于他来说，具备谦虚、诚实的道德观念，就是

头等重要的，可以由此着手进行修养。再如，某同志是劳动模范，工作、品德样样好，可就是对学习文化科学提不起劲头，文化水平较低。不具备好学不倦的品格，不提高文化素养，这位同志以后就难以进一步发展，因而这些品格和素养应是他修养的重点目标。这种重点修养目标，数目可多可少，依各人具体情况而定。美国政治家、科学家富兰克林年轻时曾经针对自己的缺点和弱点，将“节制、恬淡、守秩序、果断、俭约、勤勉、真诚、公平、稳健、整洁、宁静、坚贞、谦逊”等十三种品格，记在笔记本里，每天对照，发现有一处违犯就打一个黑点，冀望经过这样的自我督促，能够最后减少以至消灭黑点，达到修养的近期目标。

修养的重点目标不是一成不变的。经过一段时间的努力锻炼和改造，实现了这些目标，就应当在新的基础上为自己制订出新的重点修养目标。随后，围绕这新的目标作出新的努力。总之，要不断锻炼修养，一步一步地向前迈进。

值得注意的是，为自己确定修养的重点目标，丝毫不意味着一个青年可以忽略全面的修养。确定重点修养目标，是以全面地认真进行修养为基础，两者相辅相成，互为依存。一个人没有全面进行修养、使自己全面发展的决心，就谈不上为自己确定重点修养目标、并为之努力奋斗了。事实上，在我们的日常工作和生活中，普遍存在着加强修养的问题，不可能用一个或几个现有的修养目标来加以局限。到处都有真善美、假恶丑需要区分，到处都需要讲理想、讲道德、守纪律、有文化，换言之，我们处处都要进行修养！

注意一些生活小节，就 是加强修养了吗？

提起修养，有的青年同志马上就会冒出这样的想法：“修养嘛，不就是在生活和工作的小节问题上处处留神：待人要谦虚、不要贪小便宜，平时不说脏话、粗话，不要有火暴性子……”

诸如这些同志所说的“小节问题”，能够引起重视，加以克服，诚然是必要的。十年动乱中，林彪之流鼓吹过“小节无害论”，坑害过很多人，我们今天再也不可上当。诸如上述的这些“小节”，只要是妨碍进步的，就都在改进之列。“莫以善小而不为，莫以恶小而为之”。近代史上的民族英雄林则徐年轻时有好发火、易动怒的缺点，常给他处理各种事务带来干扰，他就专门在自己的官衙的墙壁上挂起“制怒”的字幅，用以时时提醒自己要有涵养、有自制能力，力戒动怒。经过这样的修养，后来果然改变了他的习性，给他在处理事务中、政治斗争中带来很大好处。这里需要划清一个界限，对于体现品行习性上的缺陷的“小节问题”应当加以改进；对于青年人的性格特点则不可加以抹煞，不能要求他们成为谨小慎微、循规蹈矩的“小老头”。

生活小节是在修养的范围之内，但修养的范围又不受生活小节之限。青年人的修养，应当具有更宽广的范围、更深刻的内容。举凡学习马列主义理论、树立共产主义理想，和讲究道德、学习文化、遵守纪律等方面，无不是青年人修养

的内容。当然，这还只是就横的方向而言。就纵的方向来说，青年人修养的所有这些方面，每一方面都需要不断加深，都需要不断地由初级向高级发展。比如在道德修养方面，既要有最高的道德理想，又不可能一蹴而就，只能一步一步地逐步攀登。人们应当首先克服自私自利的道德境界，然后才能迈向先公后私（即先人后己）的道德境界，进而达到大公无私的道德境界。再如在文化修养方面，人们首先要进行文化基础知识的修养，要通过学习或补习掌握中学以至大学程度的文化知识，然后在此基础上就可以选定专业研究方向，继续提高。各方面的修养、改造，都是一个永无休止的运动过程。正象常言说的：“活到老，学到老，改造到老。”

青年人加强修养，既要注意生活小节问题，又要注意理想、道德、理论、文化等大节问题。这两个方面必须协调配合、同步进行。小节问题不可以忽略。光注意大节问题，而把小节问题当作“无所谓”，结果就会给自己留下“不拘小节”的缺憾。而大节问题，自然其意义是更重大的。“先立乎其大者，则其小者不能夺也。”不注意从理想、理论、文化、道德等大节上加强自己的修养，光抓住生活小节问题来修养，这种修养就是舍本逐末，就会失去坚实的基础和正确的方向。

加强修养就是为了风度翩翩吗？

在现实生活中，有的青年同志常常认为那些讲究外貌修饰、衣着得体、举止合宜、言谈文雅利落的人就是“有修