

主
编

马克猛

ZOUXIANGWENMING

走向文明

——市民读本



白山出版社



《走向文明》：市民读本——这一精神文明建设的花朵，在新世纪的太阳就要喷薄而出的时候绽开了，这是一件非常有意义的事。

文明，是个美好的字眼，走向文明，是人心之所向，是社会发展之必然。文明的内涵很多，但简言之，不外乎物质的文明和精神的文明。电灯、电话、家电、汽车乃至日新月异的城镇，都是文明的产物和文明象征，而友爱、助人、礼貌、社会公德等，无不显示着人的文明程度。

马克思说过，思想的历史证明精神生产随着物质生产的改造而改造。改革开放的巨大冲击波，对人们的精神世界产生了强烈的震撼。随着市场经济的发展，人们正在形成新的思想观念、思维方式、价值取向，这为经济发展和社会进步提供了强大的精神动力。同时，我们也看到，目前在一些地方，个人主义、拜金主义、享乐主义、封建迷信等腐朽思想滋长蔓延，吸毒、赌博、卖淫嫖娼等丑恶的东西死灰复燃。这些既毒害了人们特别是青少年的思想，也严重败坏了社会风气。事实证明，物质文明和精神文明必须同步进行，在一片精神文化的沙漠上是不可能建起物质文明大厦的。

精神文明重在建设,而建设本身是具体的,必须从具体事情抓起,从每个人自身做起,一步一步去积累,一点一滴去创造。比如,我们正致力于创建文明城市,文明城市要求具备优美的环境、优质的服务、优良的秩序、优雅的文化、文明的举止、便利的交通、健康的生活等,其中每一项都不能放松。但最根本的是以人为本,是建设人的精神,塑造人的心灵,提高人的素质。因为精神、心灵、人格、道德这些看似空虚隐秘的东西,却能如影随形地表现在人的行为和事业之中,人的社会实践及其效果是离不开它的支配和影响的。离开了人的思想道德文化素质的提高,城市文明就是无源之水,无本之木。从这个意义上说,人的思想道德文化修养,不仅是个人行为,而且是社会行为;不仅具有个人价值,而且具有社会价值。古人有“修身齐家治国平天下”之说,可见修身之重要。试想,一个连起码的社会公德都不讲的人,怎么可能成为一个有益于人民、有益于社会的人呢?!

当然,高尚精神的塑造,科学观念的形成,走向文明,完善自己,不是一朝一夕所能完成的,必须经过长期的、艰苦的、不懈的努力。但也不是高不可攀的。在这方面,雷锋为我们树立了榜样。认真想来,雷锋所做的许多事都是极其平常的小事,甚至将他全部的好事都叠加在一起,也无法用“惊天动地”这样的词汇来概括。然而我们分明又从这种平凡中体察到一种不平凡、一种文明,这种不平凡和文明是由于它显示了一种金子般的人格和人品。它启示我们:在人生的征途上,任何人容颜可以凋谢,生命之舟最终都要停泊,而不倦地攀登文明之山的人,其心灵之美将与英雄的城市共存,与无限的事业长在。

抚顺是雷锋的第二故乡。“学雷锋、讲文明、树新风”，是我市精神文明建设的主旋律。它如缕缕春风吹入人们的心田，如丝丝细雨滋润着人们的心灵，成为今日抚顺的一道亮丽的风景。21世纪即将到来，塑造抚顺新世纪文明城市形象，是我们共同的目标，任重而道远。这需要引导动员全体市民参与，人人争做文明的创造者、传承者，把雷锋精神发扬光大，让文明之花开遍城乡。

有鉴于此，市文明办编写了《走向文明》：市民读本一书。全书紧密结合人们日常工作、学习、生活的实际，对一个文明市民应当具有的基本知识以及塑造好自身形象的途径、方法等作了深入浅出的介绍，不失为加强思想道德文化建设的好教材。我作为抚顺的一个市民，高兴地向大家推荐这本书，殷切希望全体市民都能以邓小平理论和江泽民总书记“三个代表”思想为指导，加强学习，努力实践，把个人修养和振兴抚顺更好地结合起来，从而使城市发展与人的发展协调同步。我愿意和大家一道，在实践中，在变革中，在错综复杂的矛盾中，根据时代的要求和人民的利益锤炼品格，提高素质，做一个文明市民，使我们的家乡抚顺不断走向文明。

2000年7月

(周银校现任中共抚顺市委副书记、抚顺市市长)

目 录

家 乡 篇

- 一、地理环境优越/1
- 二、历史文化悠久/2
- 三、自然资源丰富/3
- 四、工业基础雄厚/5
- 五、农业发展迅速/7
- 六、交通、邮电发达/7
- 七、商贸市场繁荣/8
- 八、金融形势平稳/9
- 九、社会事业健康发展/10
- 十、名胜古迹引人入胜/12

雷 锋 篇

- 一、二十二岁的永生/21
- 二、伟大出自平凡/24
- 三、崇高的精神/37

公德篇

- 一、公民应尽的义务/43
- 二、经济发展的必要条件/44
- 三、文明建设的重要环节/46
- 四、公德建设人人有责/48
- 五、公德建设的主要内容/50
- 六、公德建设的行为准则/56
- 七、公德建设贵在自觉/60

礼貌篇

- 一、仪表文明整洁/63
- 二、衣着干净得体/64
- 三、举止优美大方/65
- 四、谈吐文明高雅/68
- 五、待客热情周到/73
- 六、做客守信有礼/76

职业篇

- 一、努力实现职业理想/80
- 二、培养良好职业道德/83
- 三、掌握娴熟的职业技能/88
- 四、遵守严格的职业纪律/91

家庭篇

- 一、夫妻恩爱家和美/95
- 二、为家为国育英才/101

三、孝敬老人扬美德/108

四、远亲不如近邻/112

健康篇

一、合理膳食/118

二、心理健康/125

三、体育锻炼/129

四、疾病防治/133

法纪篇

一、国家颁布的常用法律/141

二、地方颁布的常用法规/158

正气篇

一、发扬讲正气的优良传统/168

二、塑造讲正气的优良品质/173

三、弘扬讲正气的优良作风/180

新风篇

一、移风易俗,转变观念/187

二、热爱科学,提倡文明/190

三、从我做起,崇尚新风/208

榜样篇

爱国拥军好妈妈胡玉萍/211

党的好干部李显英/214

雷锋精神的传人邓凤兰/218

无臂泳王宫宝仁/221

教师楷模金竹花/224

科技精英张淑蓉/227

人民卫士王双奎/230

浪子新生何凤新/235

居民贴心人朴玉顺/238

农民领头人赵世龄/242

排水女工祁雅民/245

抚顺的“徐虎”王庆有/248

播撒火种的杜连伟/251

抚顺市民守则/255

抚顺市民“十不”/256

后 记/257

家 乡 篇

每当我们重温《抚顺市民守则》时，“爱国爱乡”四个金光闪闪的大字便首先映入我们的眼帘。我们的家乡——抚顺，山河壮丽，历史悠久，资源丰富，工业发达，民风醇厚，风光宜人……是多么可爱啊！爱乡要知乡，知乡更爱乡，让我们共同来熟悉一下家乡抚顺的面貌吧！

一、地理环境优越

抚顺位于辽宁省东部，地处东经 $123^{\circ}39'42''$ — $125^{\circ}28'58''$ ，北纬 $41^{\circ}11'10''$ — $42^{\circ}28'32''$ 之间。东邻柳河、通化，南连本溪、桓仁，西邻省会沈阳，北与铁岭、开原、西丰接壤。东西长 151 公里，南北宽 138 公里，全地区总面积 10816 平方公里，其中市区面积 675 平方公里。

抚顺地区东部和南部山峦起伏，峰岗交错，属长白山系龙岗山脉。地势是东高西低，由东向西逐渐降为丘陵与平原。平均海拔为 400~500 米，海拔最高处是新宾满族自治县境内的钢山，海拔为 1347 米，素称“辽宁屋脊”。海拔最低处为 66.3 米。全境以低山、丘陵为主，山地面积占 78%，耕地占 13.5%，水域占 3.9%，道路与居民点占 4.6%。

抚顺地区属于中温带大陆性季风气候。夏季温暖多

雨,冬季寒冷,四季分明。年平均气温为 $6.5\sim 7.4^{\circ}\text{C}$,最高气温 36.9°C ,最低气温零下 35.2°C 。平均无霜期145天。年降水量在700~850毫米之间。

抚顺是百万人以上的大城市之一。1999年末,全地区人口为226.9万人,其中市区人口为139.2万人。在全地区总人口中,农业人口为78.2万人,非农业人口为148.7万人。

抚顺是个多民族地区,全市共有27个民族。除汉族外,还有满、朝鲜、回、蒙古、锡伯、壮、苗、土家、侗、白、达斡尔、藏、瑶、维吾尔、畲、高山、布依、俄罗斯、鄂伦春、京、赫哲、鄂温克、土、傈僳、黎、纳西等少数民族。经国务院批准分别建立了新宾满族自治县和清原满族自治县。还有一批民族乡(镇)。

二、历史文化悠久

抚顺历史悠久。早在七千多年前,这里就有了人类活动。汉代已出现了繁荣的街市。唐代,在这里设置新城州,曾是安东都护府所在地。辽、金时期属贵德州。明初,抚顺作为辽东的军事要地之一,新建了抚顺城,抚顺由此得名。清初属奉天府,民国时属奉天省东边道。1937年,划抚顺县部分地区建抚顺市。1948年10月31日,抚顺获得解放,成立抚顺市人民政府,隶属安东省。1949年4月为东北行政委员会直辖市。1953年3月12日为中央直辖市。1954年7月8日为辽宁省直辖市。

抚顺市是市带县的体制,现抚顺市辖有:新宾满族自治县、清原满族自治县、抚顺县以及新抚区、望花区、东洲区 and

顺城区、抚顺经济开发区。

三、自然资源丰富

(一) 矿产资源

抚顺地下埋藏着极为丰富的宝藏。全市已发现的金属和非金属矿藏有煤、油母页岩、铁、铜、金、钛、镁、大理石、石灰石、泥炭等 50 余种。本市的矿业以煤炭为基础，铜、铁、金、镁矿种也较为丰富，其中煤炭是国家能源工业的重要基地之一，多年来为国家提供优质煤炭 4 亿多吨。铜的产值列东北地区首位，黄金生产是辽宁省的重点产业，并且呈现出快速发展的势头。铁、镁等矿种也有较大的贮量。

(二) 森林资源

抚顺是原始森林的故乡。北京自然博物馆内，有抚顺专版展出的是“抚顺桦”。科学家们说“抚顺桦”是我国原始森林中的先驱。它第一次由单细胞衍化为多细胞，由裸子植物进化为被子植物。由此才有了花和果，使原始森林繁茂起来。这花和果提供了飞禽走兽的食品，飞禽走兽也兴旺起来。根据考证，抚顺早期原始森林的中心部位在新宾和清原中间的老龙岗一带。清朝时，这里被称为“纳鲁窝集”，意思是林木像韭菜一样的繁密。

抚顺东部山区有山丘面积 1300 多万亩，适宜发展林业。全市林业用地面积 81.73 万公顷，森林面积 65.73 万公顷，森林覆盖率为 64.49%，高于全国和全省水平。林木蓄积量 5255 万立方米，居全省第一。有红松、水曲柳、黄檗和胡桃楸等优良品种。

丰富的山林资源，使抚顺的水果、柞蚕、林蛙、食用菌、

山野菜的生产有了较大的发展。全市年产各种水果 6 万多吨、商品蛙 9000 多万只、食用菌 1.24 万吨、山野菜 3 万多吨、蚕茧 500 吨。

(三) 水利资源

抚顺有丰富的水资源。全市有浑河、苏子河、太子河、清河、柳河、柴河、杜河、富尔江、东洲河、拉古河、章党河、古城河等河流。东部山区可利用的水域面积 6667 公顷,其中大伙房水库 5333 公顷,中小水库与池塘 1334 公顷。大中型水库 63 座。丰富的水资源除广泛应用于工农业生产和人民生活外,还可利用广阔的天然水面进行人工淡水养殖,取得较好的经济效益。

(四) 药材资源

抚顺山多林广,雨量充沛,具有药材生长的优越自然条件。药材生产已成为抚顺地区的一大优势。东北“三大宝”中的人参、鹿茸是抚顺的特产。说起人参那更是抚顺人的骄傲。人参又叫棒捶,野生植物。最早的人参全都是鲜参,从深山上采来就得卖,不然就会腐烂。后来居住在苏子河流域的女真人发明了“人参煮晒法”,把鲜参加工成红参,可以长期保存,这个方法直到今天仍在应用。还有,把山参移下山,进行人工养殖,也是抚顺人最先完成的。这种参被称为园参,园参畅销国内外。近年来人工参业有了较大规模的发展。目前全市人参存帘数近百万帘,年产人参 130 多万公斤,居省内第一位。马鹿和梅花鹿的存栏数达 9800 只,年均产鹿茸 5 吨。另外,还有林蛙、蝮蛇等。东部山区的中药材约有 800 多种。目前已经入药的 180 多种,年收购量 2 万多吨。新宾红庙子生产的活性参和清原英额门生产的龙胆草

获中国农业博览会银奖。

(五)草场动物资源

抚顺具有发展草食动物的良好资源。抚顺草场属山地草场类型。全市天然草场面积占山区总面积的 20%。其中, 牧业专用草场 7.3 万公顷。饲用草分 45 科、258 种。全市现有 65 个畜禽品种。近年来引进的优良畜禽品种有朝鲜牛、西门塔尔牛、杜洛克猪、长白猪、汉普猪、沙能奶山羊等。山鸡、驼鸟的养殖也粗具规模。全市畜牧业产值占农业产值的 50% 左右。

四、工业基础雄厚

抚顺原是一座煤炭工业城市, 经过 50 年的建设, 已发生了巨大的变化, 从单一的煤炭工业城市, 发展成为一个以煤炭、石油、化工、电力、冶金、机械、电子、轻工、纺织、建材工业为支柱, 以国有大中型企业为骨干, 以能源、原材料为主的综合性重工业城市。

抚顺煤炭工业开发较早, 自 1901 年开采以来, 至今已有近百年历史。抚顺煤矿的最大特点是煤层厚、煤质好。煤层厚度一般为 40~50 米, 最厚处达 130 米。煤质硫分低、挥发性高、热量大, 是良好的工业用煤。抚顺矿区现有煤炭地质储量 73840 万吨, 可采储量 12668 万吨。此外, 还有煤精和琥珀等特产。抚顺矿井煤气储量 118.5 亿立方米, 油母页岩地质储量 35 亿吨。

抚顺石油工业发展较快, 从 60 年代开始由生产页岩油逐步转为加工大庆原油, 从 80 年代开始向石油化工方向发展。主要产品有汽油、煤油、柴油、润滑油、溶剂油、石脑油、

燃料油、石蜡和石油化工催化剂、石油苯、丙烯腈、活性白土等。石油炼厂的油品、尾气经过深加工，已生产出合成纤维、塑料等产品和化学助剂、表面活性剂、化学试剂、粘合剂、染料、香料、农药等精细化工产品及日用化工产品。这些产品除供应国内需要外，还远销欧美、日本、东南亚和港澳地区。

抚顺冶金工业企业配套齐全，既有炼铁、炼钢、压延加工的骨干厂，又有为其配套的生产氧气、耐火材料、电极、铁矿石和机加工的企业，还有有色金属冶炼厂和矿山。冶金产品比较齐全，不但有为机械、化工、轻工、纺织、建筑等民用工业服务的普通型钢，还有为国防军工、科研服务的高级合金钢。

抚顺地区电力工业发达，有两座火力发电厂、一座水力发电站和一座热电厂。发电装机总容量为 104 万千瓦，年发电量 90 多亿千瓦时。抚顺电网的标准电压为 66 千伏，电源能力大于地区负荷，有很大的供电可靠性。

抚顺的机械工业发展很快，从修配到制造，从制造一般机电产品到生产高、精、尖产品，形成生产门类较多、具有相当规模和水平的机械工业体系，为发展抚顺经济和支援全国建设提供了大量的技术设备和人才。抚顺机械工业的主要产品有挖掘机、高压电瓷，石油化工生产设备、蓄电池叉车、高空作业车和轮胎起重机、真空设备以及包装机械等。

抚顺的电子工业、纺织工业、轻工业、食品工业、乡镇工业都有很大发展。地方工业发展态势良好，国有企业改革进一步深化。市属 80 户国有工业企业目前已有 66 户完成了改制，并在“搞活主线，放开辅线，集团经营，分级管理”上

取得明显成效。

五、农业发展迅速

党的十一届三中全会以来,全市农村进入了全面改革的新时期,打破了“三级所有,队为基础”的旧模式,推行了联产承包责任制,全面落实党在农村的各项政策,焕发了广大农民发展商品经济的积极性,使粮食生产、多种经营有了迅速发展,农业连年获得好收成。1998年全市粮食产量达到48.1万吨,是历史上继1994年后的第二个丰收年。

近年来,农业基础地位进一步加强,农村各项改革不断深化,农业基础设施建设成效显著,农业生产条件进一步改善。“再造山上抚顺”工程继续推进,开发小流域5000多条,黄牛、肉鸡、林蛙、木制品、中药材、食用菌等产业规模逐步扩大。多种经营的发展有力地带动了农村经济的快速发展,进一步加大了农业产业化步伐。

抚顺地区的乡镇企业得到突飞猛进的发展,初步形成具有地方特色的产业体系和产品体系。

六、交通、邮电发达

抚顺交通发达。横贯东西的沈吉、苏抚两条铁路穿越抚顺境内,拥有线路290.63公里,有客货营运站19处,平均每10多分钟就有一对客货列车从抚顺境内通过。市区内铁路专用线总长220公里。还开通了抚顺至北京的特快列车,结束了抚顺没有直达北京列车的历史。

全市的公路运输也有了进一步发展。抚顺地区现有公路78条,1944公里。市内公共交通也得到了极大的改善。

全市公共汽车线路 32 条。客运线路 334 条。全市拥有公共汽(电)车 1575 辆,拥有出租车 4665 辆,在改善居民乘车条件的同时,也为城市街路增添了一条条亮丽的风景线。

邮电通讯快速发展,服务领域不断拓展。邮政网点遍及城乡,邮路四通八达。市县邮局普遍办理国内函件、包裹、汇兑、邮政储蓄业务和报刊发行业务。目前,全市各县、区全部实现电话自动化。全市拥有电话机总容量 42.5 万门,1998 年实有电话 28.5 万部,其中市话 24.7 万部,农话 3.8 万部,移动电话用户 5.8 万户。

七、商贸市场繁荣

抚顺市商贸系统在加强宏观调控、繁荣城乡市场、稳定物价、实施“菜篮子工程”、发展连锁经营、加快网点建设等方面均有新突破。商品市场在买方市场格局下继续保持平稳。城乡消费市场供应丰富,主要商品供求平稳,居民消费心理稳定。市场建设进一步加强,满足内需,扩大辐射,形成新的增长点。1998 年集贸市场成交额实现 26 亿元。

抚顺的对外贸易,以改革开放为指针,以国际市场为导向,以出口创汇为龙头,立足腹地,借助前沿,以出养进,进出并举,充分发挥综合性工业城市的优势,进一步挖掘东部山区的资源潜力,多渠道、多形式地扩大出口;高标准、高起点地引进技术;积极有效地利用外资;大范围、深层次地消化吸收,逐步实现出口创汇、引进技术、消化吸收、再扩大出口的良性循环。抚顺对外出口的产品不断增加,其中能源、化工产品有汽油、石蜡、白油、炭黑、塑料制品、腈氯纶等;轻工、纺织产品有簇绒地毯、精纺呢绒、胶鞋、不锈钢制品、餐

巾纸等;冶金、建材、电子、机械产品有优质钢、硅、镁、钛、铝型材、油毡纸、大理石、釉面砖、叉车、起重机、机床等;农副产品有肉食鸡、肉食牛、山葡萄汁、鹅鸭毛、山野菜、人参、鹿茸等。近年来,及时调整外经外贸思路,大力扶持出口企业和出口产品,集中力量开发出口、开发新的对外合作和劳务输出的潜在市场。1999年签约外商投资项目总金额1.1亿美元,全年完成出口供货总值18.2亿元。

八、金融形势平稳

抚顺的金融保险业比较发达,在改革开放、发展市场经济过程中得到了进一步的发展,形成了各自独立又互相联系的完整体系,积极地为经济建设和人民生活服务。

抚顺市现有中国人民银行抚顺分行、中国银行抚顺分行、工商银行抚顺分行、建设银行抚顺分行、农业银行抚顺分行、中国农业发展银行抚顺市分行、交通银行抚顺分行、中信银行抚顺分行、保险公司抚顺分公司等金融保险机构。全市初步形成一个以人民银行为领导、专业银行为主体、保险公司及各种金融机构并存协作的遍布城乡的金融体系。随着市场经济的深层次发展,社会上多种经济成分的相继涌现,近年来又先后创办了抚顺商业银行、信托投资公司、证券交易公司、典当公司等。门类齐全的金融业实体,以其优良的服务、可靠的信誉、雄厚的资金,在不同经济层次,积极融通资金,促进地区经济的振兴。抚顺金融形势平稳,各项存款总量进一步增加,各种贷款适度投放。1999年度,全市金融机构存款余额达268.3亿元,全市金融机构贷款余额199.1亿元。