

大学生修养教程

张红峻 江 远 主 编
郭 静 洪 瑾

兵器工业出版社

大学生修养教程

张红峻 江 远 主 编
郭 静 洪 瑾

兵器工业出版社

(京)新登字 049 号

内容简介

本教材按国家教委政教司 [1992] 23 号文件关于将《大学生思想修养》和《人生哲理》合并的精神,以马克思主义关于人的全面发展理论为指导,从大学生面临的诸多人生课题出发,运用政治学、伦理学、社会学、心理学等相关学科的成果,着重阐明了个体发展和社会需要的辩证关系,并对人生观、价值观、理想、审美、人际关系、智能的培养等方面进行了阐述,力求使学生的素质得到全面提高,以适应社会主义现代化建设的需要。

本书可作为理工科院校本科生《思想道德修养》课程的教材,同时也可作为理工类大、中专院校《思想道德修养》课程教师的参考用书。

图书在版编目 (CIP) 数据

大学生修养教程/张红峻等主编. -北京:兵器工业出版社, 1994. 8

ISBN 7-80038-794-1

I. 大… I. 张… II. 大学生-修养-高等学校-教材 IV. G641

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (94) 第 09318 号

兵器工业出版社出版发行

(北京市海淀区车道沟 10 号 邮政编码 100081)

新华书店总店科技发行所发行 各地新华书店经销

三河市新艺印刷厂印刷

※

开本:787×1092 1/32 印张:8.94 字数:207 千字

1994 年 8 月第 1 版 1994 年 8 月第 1 次印刷

印数:1~7000 册 定价:6.50 元

前 言

《大学生修养教程》是为适应思想教育课改革的需要，由兵器工业总公司教材编审室组织部分所属院校编写的“八五”规划教材。

参加该教材编写的人员都是多年从事大学生思想教育课程教学的教师，具有较扎实的理论功底和丰富的教学实践经验。参加本书编写的有：北京理工大学张红峻（第一、五章）、李林英（第二章）、洪瑾（第九、十三章）、贾晓明（第十二章），沈阳工业学院江远（第三章）、娄天武（第四章）、李光洁（第八章）、许艳霞（第十章）、张跃进（第十四章），长春光机学院郭静（第七、第十一章）、朱恩沛（第六章）。最后由张红峻、江远、郭静和洪瑾统稿。

在编写过程中，参考了有关书刊和资料，得到了兵器工业总公司教材编审室、北京理工大学、沈阳工业学院、长春光机学院等有关领导的大力支持，并聘请北京理工大学副校长李志祥教授、沈阳工业学院党委书记王殿成副教授对全书进行了审定，在此一并表示感谢。

《大学生修养教程》第一次把马克思主义关于人的全面发展理论作为基本主线贯穿全书，其设计、构建难度颇大，加之水平和时间所限，错误、疏漏和不当之处在所难免，恳请同行专家予以斧正。

编 者

1994年3月

目 录

第一章 绪 论	1
一、修养的含义.....	1
二、修养的目的.....	3
三、修养的内容.....	5
四、修养的方法.....	8
第二章 迎接人生发展的新阶段	12
第一节 大学生人生发展的新阶段	12
一、大学的社会地位	13
二、大学生活的特点和要求	15
第二节 大学生经历着人生的转折	17
一、获取进入社会的合格“签证”	17
二、大学生社会化的过程	18
三、大学生社会化的内容	19
第三节 全面发展、立志成才	22
一、全面发展是人才成长的客观要求	23
二、人才成长的内在因素及其相互关系	26
第三章 政治方向是人生发展的重要课题	31
第一节 政治的一般理论	31
一、政治的内涵	32
二、政治的构成	35
三、政治的功能	38

第二节 政治的基本内容	41
一、当代世界政治	41
二、中国社会主义政治	45
第三节 大学生的政治修养	48
一、学习理论, 掌握真理	48
二、确立政治立场	49
三、参与各项活动	50
第四章 需要是人生发展的基本动力	51
第一节 人的需要取决于人的本质	51
一、人的本质	51
二、人的本质决定人的需要	53
第二节 人生需要的内容和层次	54
一、人生需要及其内容	54
二、人生需要的层次	56
三、追求高层次需求的满足是人生发展的基本动力	59
第三节 正确对待人生需求的两个辩证关系	61
一、需求的无限性与满足需求条件的有限性	61
二、个体需求与群体需求的辩证统一	65
第五章 文化是人生发展的既定环境	69
第一节 文化的含义及其作用	69
一、文化的含义	70
二、文化的基本特征	72
三、文化的功能	74
第二节 人是特定文化的产物	78
一、文化决定着人的生活方式	78

二、民族文化塑造着民族性格	82
第三节 继承和发扬中华民族的优秀文化传统	85
一、中华民族文化的优秀传统	85
二、在改革和建设使中华民族文化得以发扬光大	89
第六章 学习是人生发展的必要手段	92
第一节 学习是个体成熟的必由之路	92
一、人的发展取决于学习	92
二、科学的进步增加了学习的难度	94
三、大学生的主要任务就是学习	97
第二节 知识的体系决定着人才的知识结构	99
一、知识体系及其发展趋势	99
二、人才的知识结构和智能要素	100
第三节 学习动机与学习方法	106
一、学习动机是关键	106
二、学习方法是保障	108
第七章 道德是人生发展的核心价值	112
第一节 道德是人类追求的两大价值之一	112
一、道德及其特点	112
二、道德是社会运作的润滑剂	117
三、道德水准决定着人才素质的优劣	117
第二节 善莫大于追求人类的根本利益	120
一、个体发展与群体发展的相互关系	120
二、集体主义代表着人类的根本利益	122
三、大学生应在追求民族利益中完善自己的道德	124

第三节	道德修养是实现道德价值的根本途径·····	126
一、	道德修养的原则·····	127
二、	道德修养的方法·····	128
三、	道德修养的目标·····	130
第八章	身心是人生发展的物质载体·····	132
第一节	身心健康的评价标准·····	132
一、	身心发展水平是人生发展的一个重要指标 ·····	132
二、	身心健康的评价标准·····	134
第二节	大学生的身心发展水平·····	139
一、	大学生身心特征·····	139
二、	大学生身心发展的不平衡性·····	142
三、	常见的心理障碍及其预防·····	145
第三节	掌握科学的身心调适方法·····	150
一、	树立远大理想, 认识人生真谛·····	150
二、	增加适应生活的能力·····	152
三、	生活要有规律·····	153
四、	提高心理耐受力·····	154
第九章	审美是人生发展的精神体操·····	156
第一节	审美及其道德意义·····	156
一、	美、审美与审美观·····	156
二、	审美的道德功能·····	160
第二节	审美水平体现为对美的创造·····	164
一、	劳动中美的创造·····	164
二、	美的创造体现在创造性的劳动中·····	166
三、	日常生活中体现着美的创造·····	171

第三节	审美的最高境界在于创造美的心灵·····	173
一、	大学生应有高尚的审美情趣·····	173
二、	塑造美好的心灵·····	175
第十章	劳动是人生发展的唯一途径·····	180
第一节	劳动创造了人类世界·····	180
一、	劳动的基本概念·····	180
二、	劳动创造了人类及其社会·····	181
三、	劳动创造了社会财富·····	183
四、	人借助劳动得以发展·····	184
第二节	大学生应学会创造性劳动·····	185
一、	劳动能力是人才构成的基本要素·····	185
二、	端正劳动态度, 尊重劳动成果·····	187
三、	大学生应学会创造性劳动·····	189
第三节	艰苦奋斗是劳动过程的精神体现·····	190
一、	艰苦奋斗的时代特征·····	191
二、	艰苦奋斗是大学生成才的基础·····	193
第十一章	人际关系是人生发展的共生条件·····	197
第一节	人的社会活动决定了人际关系的结构·····	197
一、	人际交往与人际关系·····	198
二、	人际关系形成的基本因素·····	199
三、	人际关系影响着人的发展·····	201
第二节	人际交往的基本准则·····	205
一、	交往必须分清敌我, 明辨是非·····	206
二、	交往必须平等·····	206
三、	交往需要互利·····	206
四、	交往要讲信用·····	207

五、交往应该相容·····	208
第三节 大学生的人际交往应有利于共同发展·····	209
一、大学生之间人际关系的特点·····	209
二、大学生应力戒人际关系的庸俗化·····	212
三、大学生应形成利于共同发展的人际环境·····	213
第十二章 爱情是人生发展的特定内容·····	216
第一节 恋爱是青年发展阶段的特定内容·····	216
一、爱情是人生幸福的要素·····	216
二、恋爱是爱情产生的必由阶段·····	220
三、用理智驾驭爱情·····	223
第二节 大学生应正确对待恋爱·····	225
一、莫把友情当爱情·····	225
二、爱情意味着责任·····	227
三、恋爱与成才应相互促进·····	229
第三节 失恋是对人生的考验·····	231
一、失恋仅意味着选择的结果·····	232
二、学会从失恋的失落中自我解脱·····	233
第十三章 理想是人生发展的追求目标·····	237
第一节 人的理想是为了理想的生活·····	237
一、理想的含义及其特征·····	237
二、理想的意义在于改造不理想的现实·····	242
第二节 理想的层次决定了理想实现的渐进性·····	244
一、理想的类型·····	244
二、理想的层次·····	247
三、理想的实现在于渐进的过程·····	250
第三节 个人理想与群体理想不可分割·····	252

一、个人理想与群体理想相互转化·····	252
二、个人理想的实现取决于群体理想实现的状况·····	253
三、奋斗是实现理想的必由之路·····	255
第十四章 价值实现是人生发展的最高境界·····	258
第一节 价值实现体现了人生的意义·····	258
一、人生观与人生价值·····	258
二、人生价值实现的原则·····	264
第二节 人生价值最终要由社会评价·····	265
一、人的价值表现在与他人的关系中·····	266
二、个体价值的大小取决于对现实世界的作用·····	266
三、个人价值与群体价值实现的同步性·····	268
第三节 知识分子实现人生价值的基本途径·····	269
一、知识分子的社会责任·····	269
二、知识分子只有在社会实践中才能有所成就·····	272
三、知识分子只有通过推动社会进步才能实现自身价值·····	275

第一章 绪 论

大学生乃接受高等教育者。高等教育的最基本宗旨在于培养具有较高文化修养，有专业知识，能在某一方面为人类做出创造性贡献的社会个体。大学生经过几年的大学学习生涯，应该在德、智、体、美、劳诸方面都具备较高的修养，成为整个社会和民族发展事业中的中坚分子。欲如此，就要充分利用大学中的各种条件加强自身的全面修养。

纵览今日世界，全人类都在寻求发展，国际间的竞争在全方位地展开，并且日趋激烈。中华民族经过百余年的探索，终于寻找到了—条建设有中国特色社会主义的富强之路。社会主义市场经济的建立，势必会带来中国政治、经济、道德、文化等等的全面发展和变革，每一位社会个体都面临着新的适应和转变。大学生同样概莫能外，倘若不去自觉地顺应潮流，加强修养，就有可能成为时代的落伍者，既不可能为中华民族的振兴有所作为，亦不足以实现自身的价值目标。

一、修养的含义

《辞源》解：修养“乃学问上精密之功夫也。修以求其粹美，养以期其充足。修犹切磋琢磨，养犹涵育熏陶也”。修养一词今日所用，则包括三个层面的含义。一是指政治思想、道德品质、知识技术等方面所进行的勤奋学习和涵育锻炼的功夫以及所达到的水平，如我们常说的马克思主义的理论修养，

文学艺术的修养等；二是“修身养性”之道，诸如儒家的“内省”、“体察”、“反求诸己”等即属于此；三是指逐渐养成的、有涵养的待人处世之态度，如“同情怜悯”、“诚实公正”、“谦虚谨慎”等。

修养作为社会个体发展的一个涵育过程和水平标志，具有系统性、历时性和相对性。所谓系统性，是指修养涉及到人们发展的方方面面。一个真正有修养的人，其政治修养、思想修养、文化修养诸方面都需要加以锤炼和协调发展，都应当达到当时社会的较高水准，而不只是某一方面的畸形发展。事实上，只求某点而不及其余的修养，在现实中难以达到修养的应有目的，更不可能达到较高的境界。

修养的历时性则是指修养活动贯穿于人的一生，尤其是对于胸怀大志者更是永无止境。人的一生总是在不断地追求着进步和发展，每一次新的突破和飞跃，实际上都是一种修养的积累效应。也就是说，一个人每当修养到一定阶段，就会进入较之于以前更高的水平和境界，同时也就设定了进一步修养和提高的新起点。“活到老，学到老”不只是人们在追求新知过程中的行为准则，更是一个人追求完美的修养准则。

相对性则是指修养内容的多寡和修养水平的高低，是一个相对的概念。尽管有志者都在追求着自身修养的完美，但完美的东西却从未成为现实。修养的内容涉及到人的方方面面，每个个体都很难使自己的每一方面均达到至善至美的境地。而且，随着时代的发展，人类的视野在扩大，价值取向在变化，其修养的内容和方面也会有所差异，即使在同一时代，不同阶级、阶层的人们所追求的修养内容也不尽相同。一个人修养水平的高低亦只能是相对于其所在的社会整体水平

而言，只能是一个相对的概念。一般说来，一个社会或整体的平均水平是区分个体修养水平高低的标志。

此外，修养不单是一种社会成员的个体行为，而且是社会进行教化的手段。任何一个社会和民族都无例外地按照自身需要对其成员提出一系列的修养要求，强调修养对于社会、群体和个人的重要，从而提高其社会成员的整体素质，以加速自身的发展。实际上，任何一个社会都在追求物质和精神两个方面的进步指标，并为此而形成一套机制，以引导、激励乃至强迫其社会成员进行必要的修养，从而为自身的发展造就与之相适应的人才。

二、修养的目的

修养的目的在于发展。人的发展可以从不同的审视角度区分为作为类的人的发展和作为个体的人的发展，前者是人类群体为了自己种族的存在、延续和壮大而不断提高自身的素质，以适应环境的变化，乃至在大自然所提供的现有环境的基础上进行改造和创新，从而使得整个群体都得以进化和进步。后者则是从人类个体的角度出发，把个体适应自然和社会、充分发挥自身的内在潜能，从而全面实现自我价值看作是人的发展的含义。然而客观的事实是，作为类的人的整体发展和作为个体的人的发展仅仅是一个事物的两个方面，其差异仅仅在于观察者的价值取向和审视角度不同，因为群体是由个体组成的，而个体又不可能离开群体而存在。只有个体与群体的统一协调发展，才有人类的真正发展，人的价值也才能真正得以实现。

经济状况决定着人发展的状况和条件，发展经济是人类

发展的核心命题。经济活动中，人是生产力的决定因素，人的素质水平决定着生产力的发展水平。人们加强修养的目的就在于全面提高自身素质，在社会生产实践中，既为自身的发展创造着条件，也同时实现着自身的发展。这就使得修养对于人类而言，既是发展的手段，也是发展的内容。

当今世界，经济发展成了整个人类社会发展的中心，而科学技术作为第一生产力也为世人所公认。社会通过种种渠道要求其成员提高科学技术的修养水平，以推进社会经济的快速增长。为了实现这个目的，教育，特别是高等教育在人才培养中就不得不一再扩大教育的知识含量，以求使受教育者尽可能多而专地掌握人类科学知识，学生学习的难度也在日渐加大，对于科学技术修养的方法和途径也显得愈来愈重要。

有趣的问题是：经济的飞速发展，扩展和丰富了人类发展的手段，使人类实现自身的全面发展具备了基本的条件；然而，经济的发展，特别是现代工业社会的兴起，也为人类社会的发展罩上了一层暗影。经济危机、资源枯竭、环境污染、利益冲突、社会动荡等等，使得层出不穷的社会问题日益成为利益集团间争斗乃至对抗行为的焦点，社会不得不强化其政治组织功能，人们也不能不通过种种渠道参与社会政治生活。政治方向、政治理想、政治准则、政治艺术、诸如此类的政治修养便成了当今人们必备的基本素质。人类不得不采用政治的手段去干预经济过程、调整集团利益、协调人类的发展。

“修身齐家治国平天下”，这一中国古代儒家学说中的政治主张在今日看来也不无道理。以小见大，由量到质是人类

认识事物的基本规律。“欲平天下者必先治其国，欲治其国者必先齐其家，欲齐其家者必先修其身”。一身不能修无以为天下，自身不能洁无从扫寰宇。修养不单关系到一人之好坏，实在是人类发展之大局。没有良好的修养之风，没有自觉的修养行为，人类的发展将步履艰难。

中华民族占世界人口近四分之一，中华民族的修养水准对于整个世界人类素质水平实在是举足轻重。中国乃世界上最讲礼仪、最重修养之文明古国，却在科技发展迅猛、信息急剧膨胀、社会动荡变化、文化相互碰撞的 20 世纪显得有些匆忙上阵，难以应付。整个社会的价值观念在左右摇晃，有些时期甚至出现“价值失范”，使得人们有些无所适从，难辨真伪。重新审视自己的文化传统，重视文明礼貌的社会风范，对于中国现代化的实现和每一个中国人都具有举足轻重的意义。加强自身修养，提高文明水准应当也必须成为每一个中国公民的自觉行动。

大学生作为一个较为特殊的群体，社会对其期望值最高也最为集中，他们的修养水平和精神风貌将可能影响到整整一代人的发展状况。然而，大学生又是一个过渡的人生时期，尚未成为社会中的合格成员，对于社会事务的直接干预也主要是未来之事，这就要求大学生重在加强自身修练，提高自身潜能，为在未来社会生活中释放能量做好准备，以便在寻求自身价值实现的同时为整个社会成员做出自己的贡献，回报社会对于自己发展所付出的代价。

三、修养的内容

修养的内容涉及到人生发展的所有方面，可以说凡是人

类在其发展过程中所需要的素质和能力都必须加以修练。其中为人们所公认不可缺少者起码有如下几个方面：

其一是政治修养。政治修养是一个人在政治主张、政治抱负、政治能力诸方面所进行的修养和达到的水平。政治是实现经济目的的手段，政治组织是当今社会组织的基本形式，是解决人们生活中经常面临的现实问题的基本途径。尤其是在当今这样一个以政党国家为单元而组成的人类世界里，政治犹如一面旗帜，是一个社会得以团结、统一和动员行动的基本条件。我们建设有中国特色的社会主义，就必须高举中国共产党人所确立的“四项基本原则”这面大旗，每个人都必须在“四项基本原则”所规范的范围内去参与社会活动。这就要求我们必须有坚定正确的政治方向，一切从国家和民族的利益出发，为把我们自己的事情办好，为中华民族的繁荣昌盛，乃至为全人类做出自己的贡献而加强政治修养，提高政治素质。

其二是道德修养。道德修养是社会成员按照一定的道德原则和规范自觉地锤炼自己的品质，塑造自己的人格，提高自己的精神境界而进行的道德实践活动。道德作为人类社会中以善与恶的标准来调节人们之间相互关系的行为规范，是社会群体整合的润滑剂，是处理个人与他人、个人与群体、个人与国家等关系的价值准则。没有道德准则的国家是不存在的，没有相似道德观念的人群是不稳定的，不遵守当时社会道德价值规范的人是不受别人欢迎的。中华民族历来崇尚群体利益高于个人利益的价值观念，社会主义坚持集体主义的道德原则，即使在建立社会主义市场经济体系的情况下，社会利益出现了多元化的局面，但就其最根本的利益而言，中