

JINSESHAONIAN QISHILU CONGSHU

金色少年启示录丛书

照亮你一生的光源

——学会做人



马开叔 编著

北京师范大学出版社

金色少年启示录丛书

照亮你一生的光源

——学会做人

马开叔 编著

北京师范大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

照亮你一生的光源：学会做人/马开叔著. —北京：北京师范大学出版社，1998. 4
(金色少年启示录丛书)
ISBN 7-303-04679-8

I. 照… II. 马… III. 人生观-初中生-课外读物
IV. G631

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (98) 第 06589 号

北京师范大学出版社出版发行

(100875 北京新街口外大街 19 号)

北京师范大学印刷厂印刷 全国新华书店经销

开本：787×1092 1/32 印张：6.375 字数：136 千

1998 年 4 月北京第 1 版 1998 年 4 月北京第 1 次印刷

印数：1~10 100 册

定价：7.60 元

序

进入青春期的初中学生,生理发展快,心理变化大,求知欲望极为强烈。他们怀着极大的好奇心,搜寻着他们喜欢的书。据了解,初中学生已光顾了相当数量的课外读物,有的学生尽管厌读课内书,但对课外书却充满了好奇。目前,部分初中学生对课外读物的选择带有很大的盲目性,往往读一些使之无端兴奋、激动、刺激,以至惊恐、恍惚的书,导致有些学生的行为出现偏差,甚至走上邪路。有的学生长期处于心理变态之中,使家长不知所措,给学校的教育增加了难度。为此,许多家长和教育工作者疾呼:要为中小学生写书;要为学生提供健康的精神食粮,保住学生读物这块净土……这样功德无量的好事需要有人去做。《金色少年启示录》丛书就是在这种紧迫感驱使下产生的。

这套丛书题材来源于初中生实际生活的方方面面,依据当前初中学生普遍存在的问题,从心理学的角度帮助学生了解自己,解决自己在家庭、学校、社会碰到的各种实际问题,有很强的针对性。丛书从生动的故事引出,紧紧抓住初中生“要独立”意识比较强的特点,告诉他们如何认识自己,如何学习,如何交际,如何生活,如何择

业,如何培养自己健康的情趣及顽强的意志,如何充分发挥自己的聪明才智,如何培养独立完美的人格等;使他们读后知道如何做人,如何学习,如何自觉地调节控制自己的心态,纠正不良习惯,克服心理障碍,更健康地成长与发展。在每个问题的叙述中,丛书不仅告诉学生是什么,为什么,更重要的是告诉学生应该做什么,怎样做,有明确的行动方向,突出了可操作性。

丛书作者多年从事中小学教学和心理健康的研究,拥有丰富的关于初中学生学习状况和心理健康方面的第一手资料。他们对青少年一代的健康成长有着特殊的责任感和使命感。因而丛书的立意、内容对初中学生有着实实在在的益处,且语言叙述生动形象,符合初中生的年龄特点和认识水平,让孩子们读来亲切,受益终生。

社会进步和经济发展要求我们提高全民族素质。要提高全民族的素质,就应从担负基础教育的中小学抓起。为此,应为中小学生多出版一些素质教育的图书,使广大中小学生跳出“题海”、“题库”,生动活泼主动和谐地全面发展。我相信《金色少年启示录》丛书将对全面推进素质教育发挥积极作用。

张承先

前 言

伸出双臂迎接 21 世纪到来的初中少年，你是否正在认识世界、了解国情、了解社会，同时也在不断地认识着自己，思索着人生、学习、事业和友谊，寻找着真、善、美，对未来充满着美好的憧憬。

祖国和人民不仅为少年们的成长创造了良好的条件，而且更寄托着殷切的期望，期待着年轻一代思想道德素质和科学文化素质的全面提高，在不久的将来能够肩负起建设社会主义祖国、振兴中华民族的历史重担。对此，我们不能不意识到未来责任的重大。

少年朋友要想立志成才，那就请你读一读这本书。它试图帮你思索人生的真谛，助你鼓起理想的风帆；告诉你做人的基本素养和应有的品德。教给你如何继承中华民族美德，培养刻苦勤奋学习的良好品质，又怎样提高适应能力，增强战胜困难和挫折的勇气，从而面对现代化社会的竞争、挑战 and 机会，去追求美好的人生。

在读这本书的时候，请你一定要积极参与进去，相信定会引发你的思考而产生“共鸣”。或许时隔多年以后，

当你在回顾自己成长所走过的道路之时，会有感得益于《照亮你一生的光源》的启迪。

作 者

1998 年 3 月

内容提要

作者从即将到来的21世纪对人才的要求出发，和青少年朋友探讨优良道德素质和科学文化素质的培养和提高的问题。全书共21章，分别谈了立志、爱国、利人、勤奋、勇敢、自强、谦虚、俭朴、不怕挫折、遵法守纪，以及爱护环境、提高审美能力等问题。有事实，有分析；通俗易懂，鞭辟入里；开人心智，催人奋发。对立志成才的青少年朋友当会大有裨益。

艰难困苦

玉汝于成

为金色少年启示

录题

柳斌



北京计劳干院图书馆



L013350

目 录

慕鸿鹄而高翔

- 谈立身处世 (1)
- 鸟无翅膀不能飞，人无志向无作为..... (2)
- 为人立定志向，艰难困苦无阻挡..... (3)
- 大雁高飞还得平地起..... (5)

千里始足下 高山起微土

- 谈自强、自力、自立 (8)
- 为人须自强、自力、自立 (10)
- 熔铸“三足”，夯实“根基” (11)
- 树有根不倒，泉有源不竭 (13)

“我以我血荐轩辕”

- 谈爱祖国爱人民..... (16)
- “天下兴亡，匹夫有责” (17)
- 知道爱国是做人的最大事情 (19)

人不为己 顶天立地

- 谈利人为公 (24)
- 人生价值观的“金字塔” (24)
- “蜜蜂酿蜜，不为己食” (27)

大处着眼，小处着手	(29)
宁做辛勤的蜜蜂 不做悠闲的知了	
——谈勤奋和进取	(32)
勤奋和进取是成功的基石	(32)
勤奋和进取的“三个一”	(34)
水滴石穿 绳锯木断	
——谈自逼和毅力	(41)
“发愤著书史迁语，穷且益坚王勃序”	(41)
“自逼”、“坚毅”方成才	(43)
“有谁催我，三更灯火五更鸡”	(46)
不怕山高 就怕脚软	
——谈专一和有恒	(51)
“心专才能绣得花，有恒才能织得麻”	(51)
误吃香墨晋羲之，柿叶练字唐郑虔	(53)
优化注意品质，获取学业和事业的成功	(56)
一身轻似叶 所重全名节	
——谈自尊、自重	(61)
“名誉”与“自尊”	(62)
“人格”与“美德”	(64)
“自尊”与“自重”	(66)
牡丹虽好空入眼 枣花虽微结果实	
——谈外在美和内在美	(70)
“意态由来画不成”	(71)

弗罗洛与喀西莫多	(73)
塑造符合时代精神的自我美的形象	(76)
纯真的金子 光泽永不衰	
——谈诚实和守信	(78)
诚实比珠宝更可贵	(79)
陶冶高尚的道德情操，培养“诚实”的 良好品德	(82)
桃李不言 下自成蹊	
——谈谦虚和谨慎	(86)
宽阔的河流平静，有教养的人谦虚	(87)
“谦虚”和“谨慎”品质的修炼	(90)
鱼离不开水 人离不开群	
——谈交谊和合作	(95)
“人之生不能无群”	(96)
“事成于和睦，力生于团结”	(98)
学会交谊，学会合作	(100)
文质彬彬 然后君子	
——谈仪表和礼貌	(106)
“言语之美，穆穆皇皇”	(106)
“三分容貌，七分打扮”	(110)
举手投足，文质彬彬	(113)
“非我所有 一毫不取”	
——谈制欲和自律	(116)

“正身直行，众邪自息”…………… (117)

道路可弯，人心不可弯…………… (120)

人生天地间 劳动最为先

——谈劳动和创造…………… (124)

“只有劳动才是神圣的”…………… (125)

“劳动创造了美”…………… (126)

学会劳动，培养创造能力…………… (130)

勤俭好比燕衔泥 奢侈犹如河决堤

——谈勤俭和朴素…………… (134)

“由俭入奢易，由奢返俭难”…………… (135)

勤劳是幸福的右手，节俭是幸福的左手…………… (139)

寸山多致 片石生情

——谈公德与环境…………… (142)

“情以物兴”的联想…………… (142)

增强环保意识，提高审美能力…………… (144)

积极行动，美化环境…………… (146)

不以规矩 不成方圆

——谈遵纪和守法…………… (150)

“纪律就是道德”…………… (151)

培养“自觉的纪律”…………… (153)

山鹰不畏风暴 猎人不怕山险

——谈勇敢和无畏…………… (159)

如果被鲨鱼吓住，就采不到名贵的珍珠…………… (160)

见义勇为，当仁不让·····	(163)
松柏不畏严寒 志坚不怕困难	
——谈战胜困难和挫折·····	(166)
暴风雨折不断雄鹰的翅膀·····	(166)
“弄潮儿向涛头立，手把红旗旗不湿”·····	(171)
以美怡情 以美储善 以美启真	
——谈追求人生的美·····	(176)
审美是“心灵的体操”·····	(177)
“用思有限者，不能得其神也”·····	(180)
奋斗是人生美的永恒主题·····	(191)
参考书目 ·····	(194)

慕鸿鹄而高翔

——谈立身处世

为期不远，伴随着时代车轮前进的轰鸣声，一个新的世纪——21世纪就要向人类社会奔来。到21世纪，今天的初中生，就将成为祖国社会主义现代化各项建设事业的生力军。未来是美好的，也是多彩的，毫无疑问，即将来临的21世纪，将是一个以更高速度发展和变化的新世纪。面对光辉灿烂的明天，少年朋友，你将以何种姿态去迎接未来的挑战 and 更加严峻的考验？

少年时代是人生旅途中的花季时节。它蕴育着蓬勃的生机，包含着无限的追求和活力。但少年时代又是短暂的。无产阶级革命家、政治家陈毅曾留有诗句谆谆告诫道：“接班望汝等，及早作筹划。天地最有情，少年莫浪投。”处在世纪之交的少年朋友，你可曾想过，我们应当怎样珍惜这“金不换”的岁月年华，牢牢地抓住时间骏马的缰绳，从小就树立远大的志向，刻苦学习锻炼，将自己锻造成为“有理想，有道德，有文化，有纪律”的

一代新人呢？这是每个少年都不能不思考的问题。

鸟无翅膀不能飞，人无志向无作为

立志是少年立身处世的头等大事。明代的思想家王守仁说：“志不立，如无舵之舟，无御之马，漂荡奔逸，终亦何底乎？”“志不立，天下无可成之事。”意思是说，一个人如果没有确立志向，就犹如没有舵的船，没人驾驭的马，最终要漂荡奔跑到哪里去呢？志向不确立，那就任何事情也办不成。

所谓“志向”，是指一个人的奋斗目标，即将来要做什么事、做什么样的人的意图和决心。人生在世，所为何求？人活在世上，不仅仅只有生物性的需求和物质性的需求，还有精神生活的需求，如对知识和科学的渴望，对探索自然和改造社会的需要，对美的欣赏和创造的追求等等。有了需求，那么才会产生动机；有了动机，才会付之行动。所以说，需要是人们活动的基本动力和源泉；而动机则是需要的具体表现或它的内在动力体系。其中，理想和信念是人们社会精神生活中高层次的需要，而“志向”则是在这种高层次精神需要支配和制约下的一种“成就动机”，体现着人们对所要争取实现的目标的社会意义和价值的认识。有了“志向”，才有激励人按照正确的观点和原则去行动的强大的内在力量。

宏大的志向能够使人奋发进取。据《史记·陈涉世

家》记载，秦末农民起义领袖陈涉年轻时曾做过人家的雇工，在田间耕作时，他曾失意叹恨无法施展自己的抱负，而同伴听后却在一旁冷嘲热讽。陈涉不禁感叹道：“嗟乎！燕雀安知鸿鹄之志哉！”有志者事竟成，后来，他与吴广一起揭竿而起，发动了中国历史上第一次农民大起义，因而名垂千古。

古往今来，无数志士仁人无不具有博大的志向。陆游的“一身报国万死”、文天祥的“留取丹心照汗青”、范仲淹的“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”、孙中山的“天下为公”、鲁迅的“我以我血荐轩辕”、周恩来的“面壁十年图破壁”、雷锋的“将有限的生命投入到无限的为人民服务之中去”……他们那壮美而豪迈的志向，始终鼓舞人们为着远大目标积极进取，顽强拼搏。

立志贵在少年时。在这世纪之交的光辉时刻，每个少年朋友都须立足现在，面向未来，及早立下“鸿鹄之志”，发奋努力，勤奋学习，为成材奠定坚实的基础。

为人立定志向，艰难困苦无阻挡

常言道：“人各有志。”然而这“志”的内涵却有天壤之别。有宏大的，也有渺小的；有高尚的，也有低下的；有优美的，也有丑陋的。小说《钢铁是怎样炼成的》作者奥斯特洛夫斯基有句名言：“只为家庭活着，这是禽兽的私心；只为一个人活着，这是卑鄙；只为自己