

主编：张树森 曹学义

军旅生活指南

步入军营，你会得到丰厚的政治营养，也会有可口的精神套餐。可是，从自立到自强，你需要懂得许许多多！本书将伴随你走好军营之旅，成为你军旅人生的良师益友。

人民武警出版社

军旅生活指南

主编：张树森 曹学义

人民武警出版社

2007·北京

图书在版编目(CIP)数据

军旅生活指南 / 张树森主编. —北京:人民武警出版社, 2007. 1

ISBN 978-7-80176-205-4

I. 军... II. 张... III. 士兵 - 思想政治教育 - 中国 - 学习参考资料
IV. E221. 3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 164871 号

书 名: 军旅生活指南

主 编: 张树森 曹学义

出版发行: 人民武警出版社

社 址: 北京市西三环北路 1 号 (100089)
(发行部电话: 010-68795350, 68471803)

印 刷: 恒泰印务有限公司

开 本: A5

字 数: 148 千字

印 张: 7.75

印 数: 1-5000

版 次: 2007 年 1 月第 1 版

印 次: 2007 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-80176-205-4

定 价: 20.00 元

主 编：张树森 曹学义
副 主 编：陈发金 李 鹏 岳 峰
编写人员：何民良 常 新 周治林 李海鹏
雷 榕 倪文娟 王 超 畅新征
郭戎戈 冯 兰 吕 云 常春龙
田西柱 宋玉霞
插 图：肖李雷

引 言

亲爱的战友,当你胸戴鲜艳的大红花,行走在锣鼓喧天的欢送人群中的时候;当你穿上绿色军装,走进早已向往的绿色军营的时候;当你接过程亮的钢枪,第一次唱响“我是一个兵”的时候,你一定会感受到作为一名军人的自豪和光荣吧!

军人这一特殊职业,意味着奉献和牺牲,军旅生活充满着常人难以享受到的荣耀和难以想象的艰难困苦。当大地沉睡的时刻,我们要放弃甜蜜的睡梦去站岗、巡逻;当千家万户端起美酒团聚的时刻,我们要舍弃小家的温馨去坚守自己的岗位;当一对对情侣在花前月下缠绵之时,我们要放下儿女私情与钢枪为友,与星星做伴。奉献,是军人的胸怀;吃亏,是军人的境界。从我们接过钢枪的那天起,就已将自己的一切,包括青春与生命,同共和国的兴衰、人民的安危紧紧联系在了一起。

共和国的今天,正朝着富强、民主、文明的社会主义现代化强国目标前进,比任何时候都更需要一个良好的和平环境。然而,霸权主义依然存在,局部战争接连不断,反恐斗争形势十分严峻。“国无防不安”,这是不能忘却的千年古训。“没有一支人民军队,便没有人民的一切”,这是一条颠扑不破的真理。穿在我们身上的绝不是普通的绿色军服,而是党和人民赋予的重托。只有把自己锻炼成合格的现代军人,才不辱党和人民赋予的历史使命。

军营是人才聚集之地,也是人才辈出之地,人民军队是培养人才的大学校。军队,曾造就了无数杰出的政治家、军事家,培养了大批闻名遐迩的文学家和学者。有人曾对收录在外国历史名人传中的432人进行统计,其中有过军旅生涯的就有214人,几乎占了50%;而收录在《中国历史名人传》中的杰出人物,从过军的就更多了。在改革开放的大潮中,那些叱咤商海风云的企业家、改革家,不少也曾在军队这所大学学校里经受过锻炼。正如一位农民企业家在回忆当兵经历时所写的:“是军营艰苦的环境、紧张的生活,磨砺了我的意志,锤炼了我的坚强性格;是严格的训练、系统的教育,开阔了我的广阔视野,增长了我的睿智和才干;是战友间的深情、战火的洗礼,净化了我的心灵,升华了我的精神世界。可以说,当兵是我人生的转折点,军营是培育我成长的一所大学校。”

亲爱的战友,来到部队虽然暂时远离了小家庭的温馨生活,却得到了革命大家庭的教育熏陶。军营生活虽然紧张艰苦,却可以磨砺我们坚强的意志。参军使你翻开了人生履历新的一页,你将面对一个全新的军旅生活环境。在从此以后的日子里,你也会经历一个从逐步了解到逐步适应然后到逐步成熟的军旅成长历程。这其中也必然会遇到各种不懂不会的问题,碰到这样那样的困惑和难题,正是基于帮助你顺利走好军旅旅程的目的,我们编写了这本《军旅生活指南》。以期她能够成为你的良师益友,伴随你迈好军旅征程中的每一步,使你的军旅足迹更加坚实而闪光。

本书编写组

2006年11月

目 录

一、提高素质	1
1.什么是军人素质	1
2.军人应当具备怎样的政治素质	2
3.军人应当具备怎样的军事素质	8
4.军人应当具备怎样的文化素质	13
5.军人应当具备怎样的法纪素质	18
6.军人应当具备怎样的道德素质	23
7.军人应当具备怎样的身体素质	29
8.军人应当具备怎样的心理素质	30
二、处好关系	36
1.处好和干部的关系	36
2.处好和班长的关系	42
3.处好和战友的关系	45
4.处好和亲朋好友的关系	51
5.处好和外部人员的关系	54
6.处好和异性的关系	59
三、注重礼节	65
1.了解礼节礼貌的内容	65
2.明白军人的称呼和举止	67

- 3.清楚军人的着装和仪容 70
- 4.懂得军人在不同场合的礼节要求 74
- 5.军人对军外人员应注意的礼节有哪些 81
- 6.知道培养军人礼节礼貌的方法和途径 84

四、严守军规 90

- 1.遵守一日生活秩序 90
- 2.严格请假销假制度 94
- 3.熟悉紧急集合规定 96
- 4.做好紧急战斗准备 97
- 5.恪守保密纪律 98
- 6.别涉足不健康场所 99
- 7.不传不信不良信息 99
- 8.勿进网吧、话吧、酒吧等场所 100
- 9.讲究卫生重清洁 101
- 10.明确军人奖励的项目、条件和实施办法 103
- 11.了解军人的处分和条件 111
- 12.牢记武警战士职责 117
- 13.铭记武警部队誓词 118
- 14.培育武警部队战斗精神 119

五、知法守法 120

- 1.掌握军法的主要内容 120
- 2.正确处理和解决家庭涉法问题 131
- 3.增强法律意识 139



4.相信组织并依靠法律	141
5.防止一时情绪冲动	142
六、把握情感	146
1.确立目标不能好高骛远	150
2.有了荣誉和进步不张狂	152
3.面对失败与挫折别气馁	154
4.别把父母的期望值当包袱	162
5.树立正确的婚恋观	163
七、守护健康	172
1.讲究个人卫生	173
2.养成良好的饮食卫生习惯	176
3.远离烟酒	179
4.保持乐观情绪	181
5.预防常见病	185
八、确保安全	190
1.怎样预防训练伤害	190
2.怎样预防枪械事故	191
3.怎样预防淹亡事故	192
4.怎样预防交通意外	193
5.怎样预防煤气中毒	196
6.怎样防止蛇虫咬伤	197
7.执行任务时如何进行自我保护	198

九、严拘小节 205

1. 不发牢骚 206

2. 不传闲话 206

3. 不清高自傲 208

4. 不自以为是 210

5. 不吹嘘自己 212

6. 不光说不干 213

7. 不大手大脚 215

8. 不顶撞领导 218

9. 不邋邋遢遢 219

十、了解政策 222

1. 知道你的权益 222

2. 军人的控告和申诉 224

3. 探亲规定 225

4. 考军校的要求 226

5. 义务兵及其家属的优待 228

6. 士官的分级及服役期间的福利待遇 229

7. 军人待遇常见问题的规定 231

8. 退役军人的安置 233

一、提高素质

你要想成为合格的军人，就必须了解军人应具备的素质，懂得怎样培养提高自身的素质，这样才能在军旅生活中找到自己的努力方向和奋斗目标。

1. 什么是军人素质？

所谓素质，就是人所具有的较为稳定的、较为内在的、较为基本的品质。军人素质，则是指官兵为从事军人职业所具备符合国家规定的、在先天禀赋的自身条件和后天补偿的社会条件的基础上，所形成的一系列比较稳固的各种品质的综合。军人素质主要有七个方面，即政治素质、军事素质、文化素质、法纪素质、道德素质、身体素质和心理素质。

军人素质有四大特征。一是相对稳定性。新战士入伍后，经过几个月的强化训练和军营生活养成，打下了一定基础，这时所具备的素质，较入伍前有明显不同，初步或基本达到适应部队生活、训练和执勤的要求。这时形成的素质是一种静态的，有一定的稳定性。二是可变性。官兵在服役期间，其素质在一定阶段虽然处于稳定状态，但只是相对的，不是一

成不变的,也不会停留在一个水平线上。随着素质教育的深入,个人在各种实践活动中的修养和素质必然会发生由量到质的变化,这就是素质的可变性。三是潜在性。一个人素质水平的高低不是经常都能显露在外,一眼就能看清楚的。常常处于潜伏状态,只有在一定条件下其素质水平的真实性才显露出来。例如,大家熟悉的董存瑞、黄继光、邱少云、雷锋等英雄人物,他们的壮举是其素质的真实体现。四是外化性。作为军人,在关键时刻,比如遇到政治、军事局势发生重大转折,执勤处于危急关头,个人利益与集体利益发生冲突的时候,最能显示出一个人的素质,也是军人素质外显前发生新的变化进而产生影响作用的关节点。

2. 军人应当具备怎样的政治素质?

军人的政治素质是以政治信念为核心,由知识、品德、能力诸要素结合而形成的有机系统。

(1) 坚定的政治信念。坚定的政治信念是官兵“政治合格”的集中体现、根本标准和思想基础。具体说来,它包括下列三个方面的内容。

崇高的理想。理想从纵向上(即目标层次上)可划分为共同理想和最高理想,从横向上(即内容层次上)可划分为社会理想、道德理想、职业理想、审美理想和生活理想。军队的崇高使命和神圣职责,要求全体官兵既要胸怀共同理想,勇于为实现我国社会主义现代化建设战略目标贡献一切,又要牢

一、提高素质



记最高理想,为共产主义宏伟目标而奋斗终生。作为军人,不但要树立正确的社会理想,还要树立无产阶级的道德理想、献身军事事业的职业理想、做“四有”军人的审美理想和情趣高雅、积极向上的生活理想。只有这样,才能活得充实、潇洒,才无愧于党的信赖,人民的厚爱,父母的期望和伟大时代的哺育。

鲜明的政治立场。军人鲜明的政治立场主要表现在五个方面。一是忠于党,忠于祖国,忠于人民,献身军事事业;二是信守党指挥枪的最高原则,始终不渝地置于党的绝对领导之下,坚定地保持军队高度的集中统一;三是坚持全心全意为人民服务的根本宗旨,继承和发扬我党我军的优良传统,密切官兵关系和军政军民关系,树立人民卫士的良好形象;四是认真学习、坚决贯彻、誓死维护建设有中国特色社会主义的理论,以及党的基本路线和党在社会主义初级阶段的一系列方针政策;五是在改革开放、市场经济、和平演变的考验面前,脑清心明,立场坚定,拒腐蚀永不沾。

正确的观点。崇高的理想、坚定的信念和鲜明的立场都植根于正确的思想理论观点。辩证唯物主义的基本观点就是一切从实际出发,实事求是,理论联系实际,在实践中检验真理和发展真理。这也是毛泽东思想的精髓,是邓小平理论、“三个代表”重要思想和科学发展观的哲学依据,也是我们党长期以来所坚持的思想路线。理想、立场和观点的相互联系、相互渗透,就是军人的政治信念,其整体功能的最高表现就

是政治上永远合格,而政治合格的核心和灵魂又是永远接受党的绝对领导。

(2)高度的思想觉悟。军人的高度思想觉悟主要体现为三个自觉性。一是履行职能、不辱使命的自觉性;二是坚决执行、勇敢捍卫党的基本路线的自觉性;三是拒腐防变的自觉性。

(3)强烈的爱国主义情感。爱国主义就是千百年来巩固起来的对自己的祖国的一种最深厚的感情。它表现为对祖国大好河山、悠久历史、文化传统、亿万人民的诚挚热爱;表现为对祖国前途和命运的关心,有“天下兴亡,匹夫有责”的主人翁意识;表现为抵抗和反对异族入侵,保卫国家领土和主权,维护国家长治久安的责任感;表现为与各种分裂势力作斗争,坚决维护国家和民族统一的英雄主义精神;表现为立志改革,除旧布新,为社会的发展而励精图治,艰苦创业,促进国家和民族繁荣昌盛的实际行动。爱国主义是一种知国、报国、卫国、兴国、忠国的内在情感,是民族自豪感、民族自尊心和民族自信心的综合表现。

(4)科学的思想方法。军人树立科学思想方法应把握以下内容。

一是实事求是原则。应做到:说老实话、办老实事、做老实人;继承我党我军历来强调的调查研究、一切从实际出发、理论联系实际的优良传统;不断解放思想,更新观念,勇于从一切过时的旧框框中跳出来,学习新知识,研究新情况,总结



新经验,发现新规律,进入新境界;敢于揭露一切弄虚作假、搞花架子的做法,大胆维护事物的本来面目,敢说真话而不怕打击报复。

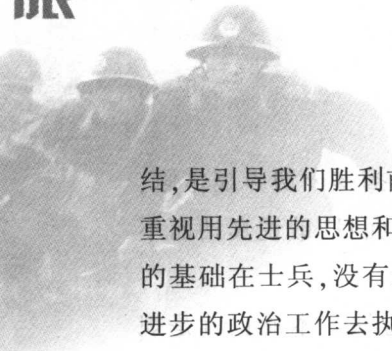
二是观察事物透过现象看本质的方法。本质也就是规律,只有善于透过各种表面现象抓住本质,认识规律,才能干好本职工作,处好人际关系。这一方法要求我们,要善于观察,善于收集信息;要善于把收集来的各种信息进行加工处理,经过去粗取精、去伪存真、由此及彼、由表及里的改造制作,达到辨伪识假、抓住本质的目的;要善于走群众路线,发扬民主作风。

三是判断事物全面、联系、发展的方法。这一辩证的思想方法要求我们,在认识改革的形势时,要善于从总体上全面把握,不要被某些局部的失误所动摇。

四是动机与效果相统一的方法。现实中常常有这样的情况,有些干部战士的心是好的,出发点也是正确的,可往往由于不注意方法,不讲究策略而办了错事、说了错话、伤了别人,给部队建设和执勤带来了不良影响。从思想方法上看,就是因为动机与效果没有达到很好地统一。

那么,军人怎样提高自身政治素质呢?

(1)用邓小平理论、“三个代表”重要思想和科学发展观武装头脑。邓小平理论、“三个代表”重要思想和科学发展观是马克思主义基本原理与当代中国实际相结合的产物,是我们进行改革开放和社会主义现代化建设丰富经验的理论总



6

结,是引导我们胜利前进的精神支柱和科学指南。我军历来重视用先进的思想和精神武装部队。毛泽东同志指出,军队的基础在士兵,没有进步的政治精神贯注于军队之中,没有进步的政治工作去执行这种贯注,就不能达到真正的官长和士兵的一致,就不能激发官兵最大限度的抗战热忱,一切技术和战术就不能最好地发挥它们应有的效力。官兵政治上的坚定性来源于理论上的清醒;思想道德上的纯洁和高尚,也取决于对科学理论的信仰和运用科学理论改造思想的自觉程度。这就客观上要求我们每名军人,必须抓好理论武装这个根本,坚持用科学理论武装自己的头脑,打牢理论根基。抓科学理论的武装,首先要注意掌握科学体系,其次要重点把握基本观点,最后要紧密结合实际,立足于用科学理论解决自身的思想和实际问题。

(2)把“讲政治”落到实处。邓小平强调:“我们的军队始终要忠于党,忠于人民,忠于国家,忠于社会主义。”江泽民同志指出:“我这里所说的政治,包括政治方向、政治立场、政治观点、政治纪律、政治鉴别力、政治敏锐性。”胡锦涛主席提出“三个提供、一个发挥”的历史使命。官兵要做到“四忠于”、“讲政治”和履行新使命,核心是要始终保持政治上的清醒和坚定。具体要做到:要坚持党对军队绝对领导这一根本原则不动摇;要积极参加思想政治教育,主动改造自己的世界观;要注意搞好与战友的团结。

(3)切实加强“四项教育”。以前我们讲“四个教育”,即爱



国奉献教育、革命人生观教育、尊干爱兵教育和艰苦奋斗教育。而我们现在讲的“四项教育”，是胡主席提出的：“紧密结合形势任务，大力开展我军历史使命教育、理想信念教育、战斗精神教育和社会主义荣辱观教育。”“四个教育”和“四项教育”的核心问题是引导广大官兵树立远大的革命理想，坚定社会主义信念，正确对待金钱、名利、苦乐等问题，从而筑牢拒腐防变的思想防线，从战略的高度保证我军政治上的坚定和思想道德上的纯洁。从你入伍的那一天起，就要自觉把这几项教育贯穿军旅生涯的始终，要解决好“为谁当兵”、“为什么当兵”的问题，要懂得“立身做人”的基本道理，要树立“当兵打仗”的思想，要分清“是非、美丑、荣辱”的界限。要为国家为社会为民族为集体为他人的利益而尽心竭力地工作，毫不保留地贡献自己的一切，使自己的人生更有意义。

(4)划清“八个基本界限”。要划清马克思主义与反马克思主义的界限，划清公有制为主体、多种所有制经济共同发展与私有化的界限，划清社会主义民主与西方议会制民主的界限，划清社会主义思想作风与腐朽的资本主义、封建主义思想作风的界限，划清全心全意为人民服务与极端个人主义、以权谋私的界限，划清艰苦奋斗、勤俭建国与追求享乐、奢侈浪费的界限，划清学习西方先进技术、科学管理经验与崇洋媚外的界限，划清唯物论与唯心论的界限等。而划清“八个基本界限”，就要坚持用科学的理论武装头脑。

(5)发扬我军政治工作优良传统。我军的优良传统和作