



高等工程专科学校文化素质教育系列教材



修身·养性—— 与大学生谈伦理

南京机械高等专科学校
常州工业技术学院
湘潭机电高等专科学校

穆锡
关一
熊云
震

主编
主编
副主
副主

机械工业出版社

序

加强大学生文化素质教育工作，是贯彻党的十四届六中全会精神，加强社会主义精神文明建设的一项重要内容，也是实施“科教兴国”战略，促进科技和教育事业发展的基础。大学生只有具有良好的文化素质，才能成为我国未来的、高素质的社会主义建设者。

为加强高等工程专科学校精神文明建设和大学生文化素质，机械工业部教育司委托机械工业部教材编辑室组织召开了部分高等工程专科学校文化素质教育和教材编写工作研讨会，得到了南京机械高等专科学校、湘潭机电高等专科学校、郑州工业高等专科学校、哈尔滨理工大学工业技术学院、重庆钢铁高等专科学校、扬州大学工学院、浙江经济高等专科学校、常州工业技术学院、沈阳工业学院专科学校、上海机械高等专科学校、华北航天工业学院等院校的热烈响应。在充分讨论的基础上，会议决定启动第一批高等工程专科学校文化素质教育系列教材：《修身·养性——与大学生谈伦理》、《大学生心理健康与心理咨询》、《实用交际礼仪》、《文学名作赏析》和《音乐·美术·影视鉴赏》。

经半年来的努力，在各位编写老师们的辛勤努力下，在各有关院校领导以及机械工业出版社的大力支持下，上述教材不久将与读者见面。我们希望这批教材能对高等工程专科学校开展校园精神文明建设、培养跨世纪人才有所裨益。同时也希望各校能在现有条件下，积极认真开展文化素质教育，其中包括在“两课”教育的基础上对文化素质教育课程的设置、学时的安排，开辟多种传授方法与传授渠道，建立有关的社团组织等。我们还将时机成熟时，再启动组织编写第二批文化素质教育教材。

由于此项工作缺乏经验，也受时间仓促的影响，教材中定会存在不足，恳请各校领导、老师、同学提出宝贵意见。

机械工业部教材编辑室

1997年9月9日

前 言

伦理生活是人生的重要组成，往往构成一个人的主要人生内容。作为一本开展文化素质教育的伦理教材，它应当有一定的理论性，但更要有针对性、实践性。我们试图将伦理学最基本的理论问题如有关道德原则、道德行为、道德规范、道德评价、道德选择、道德修养等问题作一般性阐述，与此同时，我们更注重的是结合学生实际，用交谈的形式来对学生的道德实践进行导向。全书突出中国传统道德，用中华民族在其长期发展过程中逐渐凝聚起来的民族精神来激励学生，培养他们的优秀道德品质，成为跨世纪的合格人才。因此，对本书的框架体系，我们构思时进行了认真的讨论，注意到了道德规范的导向意义。为求得本书的可读性与新颖性，在体裁格式上也做了一番新的探索。通过丰富的材料、历史故事、中外名人轶事，说古道今，使本书具有强烈的现实性与可操作性。

全书共 17 篇。为便于教师备课，每篇的题目与内容是这样安排的：

1. 为学 修养 至善——道德概述

2. 爱国 利民 爱仁——传统伦理精华
3. 自我 相互 整体——道德原则
4. 义务 良心 责任——道德规范概述
5. 诚信 谦敬 礼让——人际交往道德规范
6. 自强 节制 勤俭——处己立身道德规范
7. 勤奋 博学 笃行——学习生活道德规范
8. 爱和 敬业 公正——家庭、职业、公共生活道德规范
9. 积极 热忱 乐观——道德品质一
10. 谦虚 谨慎 朴素——道德品质二
11. 自尊 自立 自律——道德品质三
12. 开拓 求实 进取——道德品质四
13. 正当 良好 高尚——道德行为
14. 评价 监督 自胜——道德评价
15. 选择 冲突 定位——道德选择
16. 立志 躬行 自省——道德修养
17. 圣人 超人 利人——道德理想人格

具体编写分工如下：1、2、6篇由常州工业技术学院关一宁撰写；3、4、13篇由哈尔滨理工大学技术学院王艳华撰写；5、7、8篇由扬州大学工学院吴允侠撰写；9、10篇由湘潭机电高等专科学校曾鹏撰写；11、12篇由湘潭机电高等专科学校熊云震撰写；14、15篇由南京机械高等专科学校穆锡撰写；16、17篇由南京机械高等专科学校杨金娥撰写。全书由穆锡、关一宁、熊云震制定编写大纲并分工统稿，最后由穆锡统改定稿。常州工业技术学院卢进南副教授、哈尔滨理工大学技术学院陈凤林副教授任本书的主审。

在编写过程中，我们得到了机械工业出版社教材编辑室

有关领导的热情指导和帮助，特别是责任编辑冯铤老师在书稿的构思与文字的处理上更给予了直接的帮助与指点。哈尔滨理工大学技术学院的杨守金副教授初审了部分稿件。南京机械高等专科学校、湘潭机电高等专科学校、郑州工业高等专科学校、常州工业技术学院、扬州大学工学院、哈尔滨理工大学技术学院以及各校领导为本书的写作给予了大力支持，在此我们深表谢意。

由于时间仓促，再加上我们水平有限，本书无论在体例结构或内容上，缺点错误在所难免，恳望读者予以批评、指正。

本书除了作为高等工业专科学校文化素质教育教科书外，也适用于中等专业学校，并且还是广大从事思想政治教育或从事政工工作人员的参考用书和自学爱好者的学习用书。

编 者

1997. 8

目 录

● 序			
● 前言			
① 为学	修养	至善	1
② 爱国	利民	爱仁	17
③ 自我	相互	整体	33
④ 义务	良心	责任	47
⑤ 诚信	谦敬	礼让	60
⑥ 自强	节制	勤俭	75
⑦ 勤奋	博学	笃行	92
⑧ 爱和	敬业	公正	104
⑨ 积极	热忱	乐观	118
⑩ 谦虚	谨慎	朴素	133
⑪ 自尊	自立	自律	147
⑫ 开拓	求实	进取	162
⑬ 正当	良好	高尚	175
⑭ 评价	监督	自胜	189
⑮ 选择	冲突	定位	205
⑯ 立志	躬行	自省	220
⑰ 圣人	超人	利人	233

① 为学 修养 至善

宇宙是无穷的生命，丰富的动力，但它同时也是严整的秩序，圆满的和谐。人生若欲完善自己，至善至美，实现完美的人格，则应以宇宙为模范，求生活中的秩序和和谐。诚如一位诗人在诗中所写的那样：“宇宙虽然伟大，但不必诅咒自己的渺小，细细的雨线也能织成浩瀚的江海……”

二人行，必有我师，择其善者而从之。

——孔子

人的一生如同一条奔流不息的河流，少年时代的小溪欢唱汇成波涌浪卷大河的青春之歌，流向中年的壮美、老年的静穆。每当回首生命长河迂回曲折、有惊有险的来时路时，成功的人们爱说：我的一生都在学习。这经验之谈的背后隐藏着失败的辛酸、搏击的自豪、成功的喜悦，却又是那么深刻独到，给人以众多的启迪。今天跨世纪的大学生青年朋友们正处于世纪交替的重要时期，也处在人生成长的紧要关头，这就需要把握好方向，看准航道，让生命之舟稳稳向前，千万不要偏离方向、远离目标。须知坚定的信念、执著的追求，来源于渊博的知识、丰富的实践经验、良好的修养。而“为学”便是其中不可或缺的步骤。“为学”作为贯穿青春的主旋律，对每个人的一生具

有深远的意义。

“为学”，即学知识、学本领、学做人。它包括向自然界学习，向社会学习，向人类自身学习，一是直接的实践学习，二是间接的书本学习。

我们的祖先从迈着“杭育”“杭育”曲子的劳动开始，点燃了智慧的火炬，告别了愚昧的原始时代，逐步走上了人类文明的道路，构建了文化史上一座座科学的宫殿，浇开了科学园地的一朵朵鲜花，塑造了一个个伟大的人格，熔铸了一颗颗真善美的心灵。这便是学习、创造的力量。学而立志，学而知不足，学而辨善恶，学而知廉耻，学而懂道理，学而知做人，学而有趣，学中有乐。……所有这些，都是前人对为学的科学总结。中华民族之为学渊源流长，历代圣人、智者对为学的真知灼见，堪为一部百科全书。

孔子曰：“弟子，入则孝，出则弟，谨而信，泛爱众，而亲仁，行有余力，则以学文”^①，说的就是学习的首要任务是学做人，通过学习获得道德知识是为学的重要途径。孝、悌、忠、信、爱、仁则是道德学习的重要内容。“君子食无求饱，居无求安，敏于事而慎于言，就有道而正焉……”^②说的是把学习看得比吃饭、睡觉更重要，规劝人们要废寝忘食地勤奋学习。“笃信好学，守死善道。”^③讲的是好学。“古人之学谓之该博，后人学之不过博杂而已。”^④强调的是博学。“古之学者为己，今之学者为人”“君子之学也，以美其身”^⑤说的是为学在于道德上提高自己。综上所述，我们不难看出，在古人所说的“为学”中，勤学是基础，好学是关键，博学才能开阔视野，免于孤陋寡闻。而道德的提高，人格的完善，则是根本。

在中华民族从春秋到清末长达 2500 多年的历史中，但凡勤奋好学、博学有德的人才，有口皆碑，被广为传颂。例如，匡衡

凿壁借光苦读书，博览群书、通晓政治，官拜丞相；贾逵隔篱听课，博通经文，成为大学者；车胤囊萤夜读，终以门第卑微而博学知名于世；范仲淹划粥勤学习，胸怀大志，当官为国为民做好事；宋濂日夜勤抄书，知礼懂义，博闻强记，文名极盛；张溥勤学七录斋，功夫不负有心人，19岁便成了名闻遐迩的学者；李时珍锲而不舍，博采深研30年，终于写成《本草纲目》。所有这些生动的例子，无不从不同的角度表现了勤奋学习的精神，业已形成了中华民族勤奋好学、博学有德的优良传统。当然，在古代的学者中也不免有追求功名利禄和光宗耀祖者，但我们要学习的是他们那种求知若渴、孜孜不倦的精神。随着社会的进步，现代科学技术的发展，知识分子已由传统的“行有余力，则以学文”，转向努力学习现代科学文化知识，在实现科学造福人类的伟大目标的实践中，实现个体的完美，塑造理想人格，形成伟大的精神，臻于勤奋好学、博学有德传统的境界，求实、献身，为科学文化事业贡献毕生精力。

被誉为我国“科学家的一面旗帜”的竺可桢教授长年坚持记录气象，观察天气和物候，当他83岁处于病魔的折磨中时，仍不间断，临终前，他用颤抖的手记下了当天的气象，这一页记录是到去世为止的第38年零37天的天象记录。地质学家李四光有一天在教研室全神贯注地撰写论文时，猛一抬头，望见一个女孩睁大眼睛正望着他，他奇怪地问：“小姑娘，这么晚了还不回家，你妈妈还不着急吗？”小姑娘却大声叫道：“爸爸，妈妈等你都着急了！”李四光这才认出是自己的女儿。数学家吴文俊忘了生日，周培源忘了女儿病故等，正是这种求实、忘我的境界使科学家们为人类创造出物质文明和精神文明，正是这种忘我的境界使科学家们同时将个人命运的沉浮、对物质生活的贫乏都置之度外，即便在生命行将结束时，也不“哀

人生之须臾，羨长江之无穷”，他们留给社会的是无穷的精神财富。毛泽东同志从青少年时代起便迷恋读书，并且敢于和实践。他认为“闭门求学其学无用”，主张“要从天下、国家、万事万物学之”，要读无字书，即主动积极地投身到社会实践中，接受实践的锻炼和考验，将学习与实践紧密结合在一起。

今天，大学校园内跨世纪的大学生们要继承和发扬中华民族为学的优良传统，就要把学什么和如何学作为自己学习的首要问题加以思考。

从学校生活中学习，学习有利于发展自己的科技文化知识，学习科学的人生理论及道德行为规范，学会正确地选择人生方向；从社区生活中汲取知识养分，学习国情、民情，学会正确认识社会、看待人生，学会诚信、谦敬、礼让、勤俭、节制等社会行为规范，养成忠诚、勇敢、坚韧、积极乐观与自主自强的良好品格，热爱人生、热爱生活，增强历史使命感和社会责任感；在同辈群体中学习，在与同龄人的交往中学会知人、自胜，学会辨别是非，学会严以律己、宽以待人，学会协调与和谐个体与个体、个体与集体的关系，学会成功地生活；在改革开放的大潮中学习，学会竞争，勇于开拓创新，不断进取。

在科技迅速发展、知识急增的今天，要担当起振兴中华的历史重任，就要孜孜以求，勤奋学习。勤奋学习首先要珍惜时间。凡勤奋者都惜时如命。因为人的生命与精力是有限的，而科学技术的发展突飞猛进，要在有限的生命中掌握较多的科学知识或攀登科学的高峰，就必须赢得时间。现在，大部分青年学生都能够争分夺秒地勤奋刻苦学习。但也有部分学生浪费了许多宝贵时间，喜欢这里走走、那里看看，老乡、朋友来来去去；上课讲话，自习谈天；录相厅看新片，台球室、游戏机室、卡拉OK厅、舞厅身影时现；小说经常看得入了迷，打扑克、下

象棋一战就是半天；有的早晨八九点钟才起床，下午还要睡到三四点。时间不知不觉地溜走，学习上却没有多少长进。现在在校的大学生一般在20岁左右，精力充沛，是一生中学习效果最好、进步最快的时期。这时所学的知识犹如以刀刻石，深入脑中。而到年龄一大，虽见识增长，理解能力增强，易于学懂，但犹如以刀剖水，不易印入脑中。古代诗人陶渊明曾向青年人大声疾呼：“盛年不再来，一日难再晨，及时当勉励，岁月不待人”。生活的海洋千帆争发、百舸争流，“莫等闲，白了少年头，空悲切”。

要勤奋学习，还要同懒惰作斗争。一个人由于勤奋，可以使多种信息反复地、经常地刺激大脑细胞，使脑子越来越聪明。俗话说“一勤生百巧，勤奋出智慧”。但是人是有惰性的。懒惰是勤奋的大敌、事业的大敌。懒惰使人精神萎靡、意志消沉、智力衰退，对事业、对身体有百害而无一利。所以，大学生要使自己成才，就要同懒惰绝缘。

勤奋学习，更应多思考、勤发问，多思多想、多问几个为什么。多思考，勤发问，可以求甚解，见新意，知谬误，长精神。反之，学习不求甚解，就像吃饭不咀嚼、不回味一样，饭是吃了，但食而不知其味，甚至把砂子、泥巴吞进肚里还不知道，可能生疾病。读书不思可能会变成迷信本本或不谙世事的书呆子。教育家陶行知曾说：“发明千千万，起点是一问。禽兽不是人，过在不会问。智者问得巧，只在每事问”，生动形象地说明了勤问的重要性。

有人曾说过：“未来的文盲不再是目不识丁的人，而是没有学会怎样学习的人”，讲的是跨世纪的一代大学生不仅要勤学，更要善学。善学，首先要学会学习的方法，这就意味着受过高等教育的人并不是什么都知道，而是知道如何获得和从哪

里能很快准确地找到所需要的知识,就意味着不仅仅满足从教师那里得到烹饪好的“猎物”,而是从教师那里获得猎枪、烹饪的技术,自己去获取猎物、烹饪猎物。学会掌握规律性知识的方法,而做到举一反三、触类旁通。善学,还指读书从无疑到有疑,再从有疑到无疑;还包含着处理好知识的广度和深度,形成专、精、博学、多能的智能结构,而将竞争的战场放在提高自身创造能力的素质上,才是真正的善学,才是学会了怎样学习。

善学,还在于向社会学习,在社会实践中学习。鲁迅先生说:“人世间是一部书,这部书是永远读不完的”。在与其他人的交往中,我们要学会与人合作、与人共事、与人公平竞争;在与其他人的交往中,我们要寻找激励因素,取人之长、补己之短,提高自身修养,形成高尚情操、美好人格,成为受社会 and 他人欢迎的人。

书山有路勤为径,学海无涯苦作舟。知识的海洋浩瀚无垠,成才的道路充满艰辛。只有在那崎岖的山路上勇于攀登的人,才能到达光辉的顶点。年轻的大学生们,唯有勤奋学习、刻苦钻研、多思善学、身体力行、勤于实践,行千里路、读万卷书,方能不断进取,才能成人、成才、成大事,成为一个真正对社会有用的人。

不积跬步,无以致千里;不积小流,无以成江海。

——荀子

人类经过漫长的发展过程,通过学习战胜困难与挫折,才逐渐培养起独立意识、个人荣辱等观念,走到集体或更趋密

集的人群中，懂得了谦敬、礼让、诚信，在与其他人建立起的经济、政治等诸种社会关系中，同样建立起了是非观、善恶观、美丑观、价值观。在不断穷理、居敬、内省的过程中，建立起高尚的情操、理想的人格。这一过程，就是修养。修养水平的高低与个人的情感状况、意志强弱、理性程度是密不可分的。

修养是一个含义广泛的概念。所谓修，即整治、锻炼、提高、完善；所谓养，即养成、培养、涵养。修养既包含举止、仪表、礼貌、情操等方面的陶冶和锻炼，也包括政治、思想、知识、技能、道德品质等方面的造诣和水平。概括地说，修养主要是指人们在思想、品德、学术、技艺等方面为获得某种能力和品质而进行的勤奋学习、刻苦锻炼的功夫，以及长期努力所达到的某种能力和形成的品质的水平。一般说来，修养主要指自我修养。自我修养是指个人思想意识和道德品质方面所进行的主动、自觉的锻炼和涵养。自我修养和自我锻炼、自我教育、自我改造等概念具有相同的意思。我国古代所讲的“修身”“洁身”等，都是说的自我修养。

我国古代伦理思想家都非常重视道德修养。孔子一生反复讲“修己以安人，修己以安百姓。”^①荀子专门写下《修身篇》以论修养，《大学》《中庸》中亦反复讲述修身的道理，认为“自天子以至于庶人，壹是皆以修身为本”^②，甚至把修身看成是提高道德品质，提高人生境界，达到“贤人”“圣人”的最好途径。《周易》中的六十四卦几乎都涉及君子的道德修养与操德，其中许多提法都具有原则性的意义。例如“自强不息”“厚德载物”都道出了修养的基本目标、基本内容和基本方法。“自强不息”是言修德，“厚德载物”是言修业。进德是为修业，修业者应有德。还提出了一系列道德修养的内

容和方法，认为要以仁、义、礼、智、信、敬、诚、谦、占、顺、节、志等为内容；要以为学、自省、自讼、省察克治、静坐、养心、养气、慎独、致良知、事上磨炼为方法。今天，随着时代的变迁，这些修养的内容与方法虽已不全部合理，但其中不少精华的部分至今仍有学习与借鉴的积极意义。

千百年来，中国传统的钻研学问的知识分子，无论居庙堂之高，还是处江湖之远，皆自觉地“苦其心志，劳其筋骨”，其价值取向指向通往“齐家、治国、平天下”理想的修身之路，生生不已，孜孜以求。“修身”历来作为必修章存在于人类漫漫的生命之旅。孔子一生“知其不可而为之”，为彰扬政治主张，传播文化，“席不暇暖”，险些饿死陈蔡等地，最后徒抱大志，感叹而死，可称得上坚韧不拔之典范。屈原虽遭放逐，仍“眷顾楚国，心系怀王”，一心“存君兴国”，最后怀石自沉汨罗江，可称得上忠君为国之至极。越王勾践卧薪尝胆，励精图治，终成大业，可谓是艰苦奋斗、自强不息之楷模。吴公子季札让位实为谦恭礼让之善举。三国时吴国名士卓恕行千里如期赴约，实为诚信守约之典范。东汉尚书令左雄闻过谢周举，算得上“闻过则喜、自律改过”的榜样。……中国知识分子一代代执著的追求、不懈的努力，谱写了传统人文精神的辉煌篇章，熔铸了伟大的民族精神，世代传承，令人肃然起敬。

今天，跨世纪的一代大学生，大都较为完好地保持了知识分子“修身、养性”“治国、安邦”的理想，自觉遵守日常行为规范，懂得义务，天下为公，为国为民，有责任感；他们在与人交往中恪守诚信，谦敬礼让；在处己立身时做到自强、节制、勤俭，勤奋、博学、笃行，自觉地将修养视为内在需要，努力使自己成为一专多能、德才兼备的有用人才，是

非常可贵的。

然而，确实也有一部分大学生，他们经过高中时期过关斩将、千军万马过独木桥的激战步入了崭新天地之后，随着大学校园生活的宽松与随意，各种思潮的纷繁汹涌，以及城市生活的光怪陆离的影响，他们既兴奋又茫然，有的既急于参与其中一试身手，又怕遭受失败，心理难以承受，于是寻求独立的愿望愈来愈强烈，考上大学后的优越感急剧膨胀，一些人在主观要求与客观环境相互碰撞之后，便表现出性格与修养的裂变与缺陷。例如，少数大学生学习不努力，缺课旷课；行为不端，买饭不排队，教室寝室不打扫，生活上好逸恶劳，挥霍浪费，吸烟、酗酒甚至赌博，损坏公物，私下传播黄色书刊。凡此种种，一方面是某些学校规章制度不健全，或管理不善、有章不循；另一方面则是部分学生对自己缺乏严格要求，没有养成遵守规章制度的习惯，缺乏道德自律和修养。

内强素质，外塑形象，以高素质迎接 21 世纪的挑战，是时代对大学生的召唤，也是跨世纪大学生自我发展的需要。对于这一点，我们一定要清楚的认识。

与传统知识分子以“孝悌忠信礼义廉耻”为主要内容的“修身”相比，跨世纪大学生的自我修养应当侧重于思想素质、道德素质、心理素质、文化艺术素质、仪表形象、审美修养等各个方面。而思想道德修养则是大学生内强素质、外塑形象的主要内容。加强思想道德修养，首先要在为祖国繁荣昌盛、人民富裕幸福、中华崛起而努力学习的思想上下功夫。古往今来，但凡有作为的人，他们在少壮时代就确立了远大的抱负和正确的学习目的，自觉地将国家的前途与命运看得高于一切，把祖国的需要当作自己的志愿。我国著名的数学家

苏步青，17岁时以优异的成绩考取了东京高等工业学校，他勤奋刻苦，不管严寒酷暑，每天天不亮就起床饿着肚子读书，放学后做杂工挣钱，维持贫寒的学习生涯。有的同学对他说：“何必如此用功，像你这样的成绩，回祖国还愁没饭吃？”苏步青却回答说：“不能光想混饭吃，想想灾难深重的祖国吧，我们要为她争口气。”艰难困苦，玉汝于成。1924年，苏步青以考生中最好的成绩考上了当时日本第一流名牌大学——东京帝国大学。不久，先后发表了35篇数学论文，在微积分领域取得了引人注目的成绩，获得了博士学位，蜚声于日本数学界。日本几所名牌大学都以高薪和教授的头衔聘请他，但都被他一一谢绝了。他说：“我是中国人，我爱中国，我要使我的祖国强盛起来。”1931年，他毅然回到了祖国，把学到的知识贡献给祖国。

目前，我国正处于社会主义的初级阶段。由于历史的原因，生产力水平还很低，经济上还不富裕，但国家还是拿出大笔的钱来培养大学生。作为大学生，理应以德报恩。祖国养育了我们，让我们上了大学，难道不该为她的繁荣昌盛、屹立于世界民族之林而好好读书吗？须知一个有良知、有志气、有骨气的大学生，他是不会因自己的祖国一时困难而哀叹自卑的，也不会因祖国暂时的落后而推卸责任。“贫贱不能移”，贫穷不可怕，落后不可怕，可怕的是穷而无志，缺乏自信。

加强思想道德修养还在于培育求实、献身的精神。知识分子是从事科学文化工作的。科学的本身来不得半点虚假。这就是说要求实。从事科学研究仿佛逆水行舟，古往今来，一帆风顺、不钻研学问而成材者从来没有过。科学的本身要求优秀的知识分子具有献身精神。意大利的天文学家布鲁诺为了宣传哥白尼的日心说，被监禁了10年，最后被宗教法庭判