

高线 与 底线

——党员干部
15 堂人生
必修课

方 谦 编著

GAOXIAN
YU
DIXIAN

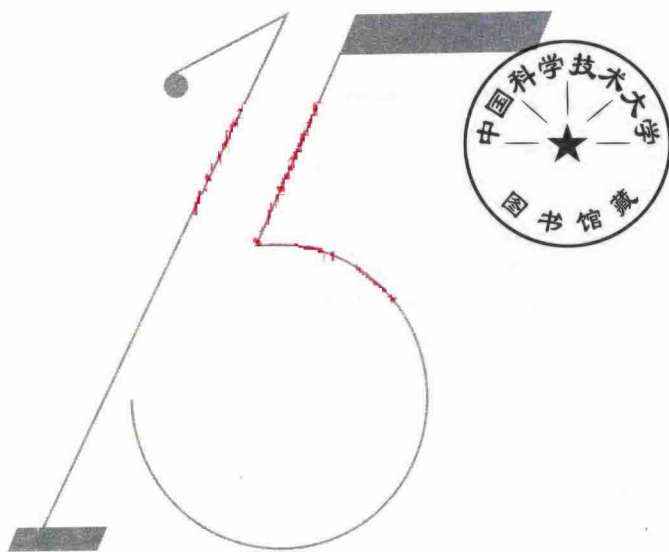
DANGYUAN
GANBU
15
TANG
RENSHENG
BIXIUKU

中国方正出版社

高线与底线

——党员干部15堂人生必修课

方 谦/编著



中国方正出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

高线与底线：党员干部 15 堂人生必修课/方谦编著. —北京：中国方正出版社，2017. 7

ISBN 978 - 7 - 5174 - 0445 - 3

I. ①高… II. ①方… III. ①中国共产党—干部—道德修养—学习参考资料 IV. ①D262. 3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 186255 号

高线与底线——党员干部 15 堂人生必修课 方 谦 编著

责任编辑：杨 睿 王楚楚

责任印制：李 华

责任校对：张 蓉

出版发行：中国方正出版社

(北京市西城区广安门南街甲 2 号 邮编：100053)

编辑部：(010) 59594709 出版部：(010) 59594625

发行部：(010) 66560936 门市部：(010) 66562733

网 址：www. lianzheng. com. cn

经 销：新华书店

印 刷：北京圣夫亚美印刷有限公司

开 本：880 毫米 × 1230 毫米 1/32

印 张：8. 25

字 数：152 千字

版 次：2017 年 9 月第 1 版 2018 年 1 月北京第 2 次印刷

(版权所有 侵权必究)

ISBN 978 - 7 - 5174 - 0445 - 3

定价：25.00 元

(本书如有印装质量问题，请与本社发行部联系退换)

目 录

绪论 思考人生·····	1
01. 善于学习 ·····	13
02. 做人要实 ·····	26
03. 谦虚谨慎 ·····	38
04. 诚实守信 ·····	52
05. 低调做人 ·····	67
06. 把好适度 ·····	80
07. 学会感恩 ·····	97
08. 学会宽容 ·····	109
09. 学会快乐 ·····	123
10. 奉献爱心 ·····	139
11. 善于办事 ·····	149

12.	首在用人	164
13.	谨慎交友	180
14.	严以律己	198
15.	守住底线	214
附	毛泽东的智慧人生	228

绪论 思考人生

生命，对于每一个人来说都是珍贵的，因为它属于我们每个人只有一次。思考是生命的最高形式。没有思考的愿望，没有灵魂的渴求，不是真正意义上的人的生活。正如习近平总书记在北京大学师生座谈会上所说：“面对世界的深刻复杂变化，面对信息时代各种思潮的相互激荡，面对纷繁多变、鱼龙混杂、泥沙俱下的社会现象，面对学业、情感、职业选择等多方面的考量，一时有些疑惑、彷徨、失落，是正常的人生经历。关键是要学会思考、善于分析、正确抉择，做到稳重自持、从容自信、坚定自励。要树立正确的世界观、人生观、价值观，掌握了这把总钥匙，再来看看社会万象、人生历程，一切是非、正误、主次，一切真假、善恶、美丑，自然就洞若观火、清澈明了，自然就能作出正确

判断、作出正确选择。正所谓‘千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金’。”

2014年5月4日，习近平总书记在观看北大师生纪念五四运动95周年青春诗会同朗诵者亲切交谈时指出：“要立志报效祖国、服务人民，这是大德，养大德者方可成大业。同时，还得从做好小事、管好小节开始起步，‘见善则迁，有过则改’，踏踏实实修好公德、私德，学会劳动、学会勤俭，学会感恩、学会助人，学会谦让、学会宽容，学会自省、学会自律。”2017年五四青年节前夕，习近平总书记在中国政法大学考察时进一步强调：“青年在成长和奋斗中，会收获成功和喜悦，也会面临困难和压力。要正确对待一时的成败得失，处优而不养尊，受挫而不短志，使顺境逆境都成为人生的财富而不是人生的包袱。广大青年人人都是一块玉，要时常用真善美来雕琢自己，不断培养高洁的操行和纯朴的情感，努力使自己成为高尚的人。”

在人生的航程中，每个人都在思考人生，都在争取一个完满、幸福的人生。人们总是希望自己可以做得更好，可以得到更多；都在希望自己很漂亮、很富有、很有才能的同时，也希望自己能够一帆风顺、事事如意。可是，人生从来都不会是天遂人愿，世事多是无奈。因为，世界上没有绝对完满的东西，人间幸福是相对而言的，成就也是

相对的，人生展示的是你对人生的态度。然而，并非每个人都能读懂人生、看透人生。在人海茫茫中，同样的环境，不同的悟性，可能会有很多种不同的结果。只有让自己静心享受生命片刻宁静之时，才会细细品味人世间的事情，才会让心真正地感悟生命的真谛。因此，我们不仅要思考自己的一生，还要思考人类生存的生活境界和质量。这样，我们的思想才会如小树成长一样走向成熟。

人生是美好的，又是短暂的。人生匆匆而来，匆匆而去，只不过是到世间走一遭。你我所路过的每一个地方、所认识的每一个人，也许都将成为驿站、成为过客。人由生到死，由有到无，从得到失，不过是人生的一个历程，谁也无法轻易逃离，谁也无法轻易回避。唐伯虎有首诗：“别人笑我太疯癫，我笑他人看不穿。不见五陵豪杰墓，无花无酒锄作田。”人生苦短，要来的阻挡不了，要去的挽留不住。人生短似朝阳至日暮，又好像春花、夏夜、秋日、冬雪四季般短暂。同时，生命，每个人只有一次，或长或短；生活，每个人都在继续，或悲或欢；人生，每个人都在旅途，或起或伏。但不论如何，为了你未来美好的回忆，不要虚掷大好光阴。记住昨天，把握今天，拥有明天。要珍惜每一天，过好每一天，快乐每一天，让生命中的每一天都充满着阳光，洋溢着希望。

有缺憾才是恒久，不完满才叫人生。太阳灿烂，到了下午，就会日落西山；月圆美丽，过了一夜，就会残缺。正如北宋诗人苏轼的《水调歌头·丙辰中秋》中的一句：“人有悲欢离合，月有阴晴圆缺，此事古难全。”很多人感叹，人生多风雨，道路总崎岖。人生不可能一帆风顺，有成功，也有失败；有开心，也有失落。有人说，人生犹如一首歌，音调高低起伏，旋律抑扬顿挫；又仿佛一本书，写满了酸甜苦辣，记录着喜怒哀乐；亦像一局棋，布满了危险，也撒遍了机遇；恰似一条路，有山重水复的坎坷，也有柳暗花明的坦途；如同一条河，有时九曲回肠，有时一泻千里。也有人说，人生如茶，第一道苦如生命，第二道香如爱情，第三道淡如清风。人生这盏茶，或浓烈或清淡，都要细细去品味。特别是面对坎坷，聪明的人，善于从挫折和困难中反思；愚蠢的人，经不起风浪，稍有波折，怨天尤人，晕头转向，甚至一蹶不振。只有对人生有透彻了解的人，才不会在逆境中自甘沉沦。同时，每一个人成长的过程都不一样，人生的酸甜苦辣应当自己尝一尝，这才是人生。岁月，不是因经历而遗憾，而是因沧桑而丰盈。

我们每个人的人生之船都需要自己掌舵，自己掌控。因为，生命是属于你的，你应该根据自己的愿望去生活。也就是说，我的人生，我做主。要把握自己，发展自己，提升自

己，突破自己，创造自己，超越自己。人最大的敌人不是别人，而是自己。只有战胜自己，才能战胜困难；只有自信的人生，才能成功。漫漫人生，是靠自己去走的。人生没有重来，生命无法倒带；人生的道路不能重走，昨天的故事无法重复。昨天再好，也走不回去；明天再难，也要抬脚继续。尽管我们不知路的尽头是什么，但任何艰难险阻都无法阻止我们前行的脚步。

在人的一生中，有些事情可以做，有些事情必须做，有些事情可做可不做，有些事情坚决不能做。做与不做的选择，决定了人生的方向；做多做少的差别，决定了人生的高度；做好做坏的结果，决定了人生的质量。不会选择的生活是可怜的，没有选择的人生是不幸的。正如一位哲人所说：“人生就是一连串的抉择，每个人的前途与命运，完全掌握在自己手中，只要努力，终会有成。”一个人要学会选择，选择你喜欢并擅长做的事。只要你在自己的人生道路上，找到适合自己的人生坐标，你就能够充分发挥自己的聪明才智，从而到达成功的彼岸。路不通时，学会拐弯。比如老和尚问小和尚：“如果你前进一步是死，后退一步则亡，你该怎么办？”小和尚毫不犹豫地说：“我往旁边去。”天无绝人之路，人生路上遭遇进退两难的境况时，换个角度思考，也许就会明白：路的旁边还是路，走的人多了，便

成了路。为此，要做好自己，走自己的路，看自己的风景，行自己的人生！正如歌德所说：“谁若游戏人生，他就一事无成。谁不能主宰自己，永远是一个奴隶。”它告诫人们，没有人可以左右你的人生，只是很多时候我们需要多一些勇气，去坚定自己的选择。也就是说，要有自己的思想和想法，要有理想、有目标，自己走、自己扛，否则将永远一事无成。

因此，想要有意义的人生，就像马拉松，获胜的关键不在于瞬间的爆发，而在于途中的坚持。你纵有千百个理由放弃，也要给自己找一个坚持下去的理由。很多时候，成功就是多坚持一分钟，这一分钟不放弃，下一分钟就会有希望。再苦再累，只要坚持走下去，属于你的风景终会出现。人生中的每一天，都应该倍加珍惜，不在追思昨天中踌躇不前，不在期待明天中守株待兔，只有那些坚信自己目标，不断努力、不断奋斗的人，才能取得最终的成功，只有在今天的日子中踏踏实实地度过，才有明天丰硕的成果，才不会愧对生命的意义。

许多人之所以失败，之所以不完满、不幸福，甚至因违纪违法被严惩，究其原因，不是因为无能，而是私欲膨胀，失去人生坐标、失去做人的底线，导致世界观错位、人生观扭曲、价值观失衡，从而无视党纪国法，铤而走险，疯狂敛

财，锒铛入狱。其教训是深刻的。每个人都要懂得，在这短短的一生中，不要去过分地苛求，不要有太多的奢望。金钱、权力、名誉都不是最重要的，最重要的还是应该善待自己，就算拥有了全世界，随着死去也会烟消云散。

习近平总书记在北京大学师生座谈会上指出，要修德，加强道德修养，注重道德实践。“德者，本也。”蔡元培先生说过：“若无德，则虽体魄智力发达，适足助其为恶。”道德之于个人、之于社会，都具有基础性意义，做人做事第一位的是崇德修身。这就是我们的用人标准为什么是德才兼备、以德为先，因为德是首要、是方向，一个人只有明大德、守公德、严私德，其才能用得其所。习近平总书记还指出：“理想信念就是共产党人精神上的‘钙’，没有理想信念，理想信念不坚定，精神上就会‘缺钙’，就会得‘软骨病’。”这段论述，把人的生命元素“钙”引入政治生活领域，高度概括了坚定理想信念的重要意义，科学分析了信仰迷茫的严重危害，进一步强调了加强理想信念对于矢志不渝地为实现中国特色社会主义共同理想而奋斗的巨大作用。因为，在人的成长过程中，世界观、人生观和价值观决定着人生追求、奋斗目标和价值取向，是人的立身之本、浩然正气的源泉，是勤奋敬业、甘于奉献的精神支柱，是以德从政、廉洁自律的灵魂。所以，人只有找准了自己的人生坐

标，明确了自己的人生追求，才能在茫茫大海中找到前进的航标，才能信心百倍、锐意进取、执着拼搏、勇往直前，在人生舞台上展示丰富多彩。其实，生命不在于长短，而在于其价值的体现。生命的意义不是看他的地位、荣誉、财富，而是看其在简单的事情中能折射出多少内在价值。雁过留声，人过留名，每个人都希望自己能够留下一些痕迹。要使人生有价值，就必须坚定正确的理想信念。同时，人生的意义不在于索取而在于奉献。正如苏联作家尼古拉·奥斯特洛夫斯基在《钢铁是怎样炼成的》一书中所说：“人最宝贵的东西是生命。生命对于我们只有一次。一个人的一生应当这样度过：当他回首往事的时候，他不因虚度年华而悔恨，也不因碌碌无为而羞愧——这样，在临死的时候，他能够说：‘我整个的生命和全部精力，都已献给世界上最壮丽的事业——为人类的解放而斗争。’” 历览古今人生，有的人勤奋敬业、利国利民、造福人类、功成名就、流芳百世，与天地同在；有的人损公肥私、贪赃枉法、危害社会、身败名裂、遗臭万年，遭世人唾弃；有的人安分守己、勤俭持家、平平凡凡、劳碌一生、传宗接代，受后裔缅怀。人世间多少地位显赫和钱财富有的人，大都如过眼烟云、灰飞烟灭以至没有留下一丝痕迹。生命不在于长短，而在于生得伟大、死得其所，把有限的生命，投入到无限的为人民服务之中去；

把个人的“点滴”融入党和人民事业的“江河”。

做人要有会办事的能力和水平。办事是一门学问，更是一门艺术。研究和运用办事的艺术，是生存的需要，谋事的需要，达到目的的需要，也是实现自己理想的需要。一个会办事的人，必能轻松自如地驾驭人生局面，把不可能的事变为可能；一个会办事的人，凡事必能逢凶化吉，最后达到自己的目的；一个会办事的人，能够把各种各样的事情办得尽善尽美，让绝大多数人感到满意，也能够让人心甘情愿地为他办事，与他共事；一个会办事的人，无论面对何种难事，都能冷静分析，有的放矢，出奇制胜，马到成功。掌握了办事的方法、技巧、手段，就一定能够提高你的办事水平，就一定会使你在社会上找到立足点，在经济上找到财富，在事业上找到成功，在爱情上找到甜蜜，在人生中找到幸福。纵观古今中外，凡成大事者，他们都能够恰当、巧妙地运用办事的艺术，达到事半功倍的效果。因此，每个人都需要在自己的工作岗位上不断深入、不断钻研、不断发展，这样，才不至于做事时被知识和业务技能的贫乏所束缚，才不至于因解决不了问题而止步不前。特别是面对新形势、新任务和新机遇、新挑战的要求，我们要不断改进工作作风，营造良好的工作氛围；要不断改进工作方法，提高工作效率；要不断探索和勇于创新，推动科学发展。

做人要善于处理人际关系。正确处理人际关系，既是领导艺术，也是科学的工作方法。由于人际关系归根结底是一种社会关系，在一定程度上人际关系影响社会生产力的发展和社会进步。人际关系对人生事业的影响很大，是人们取得成功的重要条件之一。若有良好的人际关系和正确的处世技巧，将有助于个人在事业上的成功。良好的人际关系能为一个人事业的成功创造优良的环境。良好的人际关系也使得人与人之间的物质交往渠道畅通，人与人之间互通有无、互利互惠，可能得到更多的物质享受的幸福。正如美国著名的人际关系专家戴尔·卡耐基曾说过的：“一个人事业上的成功，只有15%是由于他的专业技术，另外的85%要依赖人际关系、处世技巧。”本杰明·富兰克林也说：“成功的第一要素是懂得如何搞好人际关系。”俗话说，“在家靠父母，出门靠朋友”。一个人在社会上行走，要想达到无往不胜，首先得懂得处理好人际关系。只有掌握了与人交往的技巧，才会拥有一个好人缘，在通往成功的道路上，才能左右逢源、如鱼得水。如何处理好人际关系？一是平等相待，真诚相处。真诚是打开人们心灵的神奇钥匙。在人际交往中，只有真诚待人，才能与人建立和保持友好的关系；只有诚信，才能赢得别人的信任；只有坦诚待人，才能有个好人缘。一个真诚的人，也是可敬的人。二是宽容谦让，尊重别人。俗

话说：“忍一忍风平浪静，让一让海阔天空”，“大事讲原则，小事讲风格”。只有宽容别人，才能得到别人的宽容；只有尊重别人的人，才能得到别人的尊重，才能赢得更多真正的朋友和他人的尊重。三是远离小人，择贤交友。朋友是我们的精神支柱，真正的朋友会给你雪中送炭，雨中送伞。交朋友要远离小人，要结交有志之友、有识之友、有德之友。

总之，在来去匆匆的人生旅途中，我们要安静下来，思考人生，调整心态，理清思路，校正方向，再从容起程，或许你就能走出一个崭新的自己。人生如旅，充满挑战；信仰如灯，指引航程。只有牢固树立起正确的世界观、人生观和价值观，坚守崇高的理想信念，并做到想办事、会办事、办成事，光明与奇迹就会在那片心灵的绿荫悄然发芽、开花结果。人生中的每一天，都应该倍加珍惜，不在追思昨天中踌躇不前，不在期待明天中守株待兔，只有在今天的日子中踏踏实实地度过，才有明天丰硕的成果，才不会愧对生命的意义。

