

常行感恩之举，永葆感恩之心

感恩的力量

做一名懂得感恩的公务员

李耀东 刘紫栋◎编著

在正面激励因素中，
为是培养道德良知、增强
和提升成长力量的最好催化剂。



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

感恩[♥]的力量

做一名懂得感恩的公务员

李耀东 刘紫栋◎编著



電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京 • BEIJING

内 容 简 介

本书从公务员的角度,阐述了一名合格的公务员应该有一颗感恩的心,在实际工作中应该用感恩之泉浇灌敬业之花,用感恩之心塑造健康心态,应该感恩人民,感恩组织,感恩社会,感恩同事,感恩身边的每一个人。只有将感恩之心外化为感恩之举,并以实际行动去回报社会、回报人民、回报祖国,才是一名人民满意的公务员。

本书可作为各级政府公务员爱岗敬业培训的读本。

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有,侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

感恩的力量:做一名懂得感恩的公务员 / 李耀东, 刘紫栋编著. —北京: 电子工业出版社, 2009.5

ISBN 978-7-121-08667-0

I. 感… II. 李… III. 刘… IV. 公务员—职业道德—中国—学习—参考资料 V. D630.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 059871 号

责任编辑: 杨洪军

印 刷: 北京机工印刷厂

装 订: 三河市鹏成印业有限公司

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路 173 信箱 邮编 100036

开 本: 720×1000 1/16 印张: 12.5 字数: 168 千字

印 次: 2009 年 5 月第 1 次印刷

定 价: 22.00 元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题, 请向购买书店调换。若书店售缺, 请与本社发行部联系, 联系及邮购电话: (010) 52631655。

质量投诉请发邮件至 zlts@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线: (010) 52631688。

前 言

感恩是人际关系、社会和谐的润滑剂。在新的历史时期，大力弘扬中华民族优秀的传统美德，呼唤感恩意识的回归，弘扬感恩文化，已成为建设社会主义精神文明和构建社会主义和谐社会不可或缺的重要方面。

和谐社会是人与人、人与社会、人与自然之间和谐共处的社会。实现社会和谐，建设美好社会，始终是人类孜孜以求的社会理想，更是中国共产党领导下的全国各族人民不懈追求的美好愿景。当前，在全社会特别是在公务员群体中大力倡导和推崇感恩文化，搭建社会管理的平台，疏导沟通理解的渠道，寻找感恩文化的支撑点，构建与社会主义市场经济相适应、与社会主义法律规范相协调、与中华民族传统美德相承接的思想道德体系，不仅是贯彻落实科学发展观的具体要求，也是全面推进经济建设、政治建设、文化建设、社会建设协调发展的生动实践，更是构建社会主义和谐社会的内在要求和必然选择。

本书的第1章紧密联系当前社会感恩意识缺乏、情感冷漠的现状，呼唤在新的历史时期，要大力弘扬中华民族优秀的传统美德，

前 言

倡导感恩文化；第2章阐明了感恩是每个人义不容辞的责任，希望感恩与责任能在和谐社会共鸣。

本书的第3章至第11章紧密结合公务员实际的工作和生活，阐明了一名公务员应该长存感恩之心，常行感恩之举，感恩人民、感恩组织、感恩社会、感恩同事、感恩身边每一个人，并将这种感恩之心外化为实际行动，做一名让人民满意的公务员。

衷心希望每一名公务员对集体、对他人、对人民、对社会、对国家充满感激，以实际行动回报人民、回报国家、回报社会、回报组织，常行感恩之举，永葆感恩之心。

在构建和谐社会的今天，应该把感恩文化根植于心、形成于思、见诸于行、收获于果。一颗感恩的心，就是一颗和谐的种子。只要人人懂得感恩、践行感恩，社会一定就会变得和谐而稳定。

目 录

第1章 感恩——时代的呼唤.....1

存感恩之心，行感恩之举，则社会就会少一些指责与推诿，多一些包容与理解；就会少一些争吵与冷漠，多一些和谐与温暖；就会少一些欺瞒与涣散，多一些真诚与团结。人与人、人与自然、人与社会也会变得更加和谐，更加亲切，更加温情脉脉。

感恩之心在哪里	3
今天，应该怎样看待感恩	7
人格魅力在感恩中升华	11
感恩，让心灵在和谐中栖居	14
和谐社会呼唤感恩之心	16

第2章 让感恩与责任在和谐社会共鸣.....19

一位哲人曾说过：“感恩和责任是人生的两半。”人活着就是责任，活着就必须负责任；人活着就要感恩，活着就要行感恩之举。感恩之心是和谐社会的基础，感恩之举是和谐社会的推动力量，而责任是构建和谐社会的前提。只有铭恩于心，并勇于承担，敢于承担，顶起责任之石，筑起责任泰山，才是一个负责任的公务员。

责任，从感恩开始	21
----------------	----

目 录

学会感恩, 担当责任	25
感恩, 构建和谐社会的基础	28
让感恩与责任在和谐社会共鸣	30

第3章 用感恩文化打造和谐机关

32

打造和谐机关, 需要和谐因素, 尤其是以和谐文化作为支撑, 而感恩文化, 则是和谐文化的重要内容之一, 它对实现机关和谐有着积极的现实作用。当前, 在机关大力倡导和推崇感恩文化, 不断丰富和完善感恩文化内涵, 不仅是继承中华民族传统美德的具体表现, 同时也是时代赋予每一名公务员的责任。

机关是一个大家庭	34
机关要和谐, 人和是基础	37
修感恩的心, 做和谐的人	39
感恩文化奏响机关和谐之音	41

第4章 用感恩之泉浇灌敬业之花

45

感恩, 唤醒了一个人内心的驱动力, 孕育了敬业精神。工作中时刻怀着一颗感恩的心, 就能把工作当做自己的事业, 自觉而出色地做好每一件事。一个人无论从事何种职业, 都应该尽心尽责, 尽自己的最大努力, 求得不断的进步。从我做起, 从小事做起, 从现在做起, 这就是敬业, 这就是爱岗!

感恩, 是一种奉献精神	47
心怀感恩, 把工作当做使命	50
干一行、爱一行, 永葆公务员本色	55
恪尽职守, 在其位、谋其政	58
让敬业成为一种习惯	61



第5章 用感恩之心塑造健康心态 64

一位哲人曾说过：“你的心态就是你真正的主人。”一位伟人也说过：“要么你去驾驭生命，要么是生命驾驭你。你的心态决定谁是坐骑，谁是骑师。”为什么拿破仑能够顶住压力而叱咤风云？为什么海伦·凯勒在双目失明的情况下，依然心中有光明之梦？这个秘密就是“健康心态”在起作用！常怀感恩之心的人心态平和、谦虚，时时以积极的心态面对社会，以回报的心态面对别人，身心时刻愉悦，心态永远健康。

感恩是健康心态之源 66

让浮躁的心在感恩中沉淀 69

心怀感恩，停止抱怨 74

坦然面对得与失，正确对待名与利 76

第6章 心怀感恩：做一名合格的公务员 80

党和人民的培养，国家和社会的支持，人民的期望，这些都是恩。感恩是一种吃水不忘挖井人的美德，一名公务员只有竭尽全力反哺社会，全心全意为人民服务，做一名党和人民满意的合格公务员，才对得起自己的良心，对得起衣食父母的重托，对得起组织的培养和信任。

立足本职，弘扬公务员精神 82

以德为本，践行公务员的职业道德 85

知荣明耻，坚持社会主义荣辱观 89

身体力行，树立和落实科学发展观 92

第7章 感恩人民 97

有一首歌唱得好：“我也有慈父，我也有慈母，可我还要喊你

目 录

一声我的衣食父母，春夏秋冬穿的都是你做的衣，一日三餐吃的都是你种的谷……老百姓养育的儿郎哟，到什么时候也别忘了咱的衣食父母……”作为一名公务员，要饮水思源，不忘根本，常怀报恩之心，回报人民的养育之情。

人民是你的衣食父母	99
你的权力是人民赋予的	103
感恩人民的重托，为人民掌好权、用好权	107
万事民为先，永做人民的公仆	112
群众的事再小，也是大事	116

第 8 章 感恩组织121

在一名公务员的成长过程中，组织的培养和教导给了你前进的力量，组织的信任给了你展现才能的舞台，组织的帮助你走上了今天的工作岗位，让你有了今天的成就。所以，应始终牢记党和组织的培养教育之恩，服从组织的安排，尽职尽责地履行工作职责，任劳任怨地做好组织上交给的工作，不辜负组织的培养和重托。

你的成长和进步，离不开组织的培养和关怀	123
组织的信任，让你有了施展才华的空间	126
用自己的一言一行向党感恩	128
吃水不忘挖井人，坚定不移跟党走	130
以党的旗帜为旗帜，以党的方向为方向	133
时时处处践行党的先进性的要求，发扬党的优良传统	136

第 9 章 感恩社会139

“只要人人都献出一点爱，世界将变成美好的人间。”你把爱



心献给社会，社会也会把爱心献给你。公务员作为社会的一分子，应该多关心社会上需要关爱的人，用一颗真诚的心去感恩社会，用一颗善良的心去回报社会！

怀着一颗感恩的心看社会	141
感恩“一方有难，八方支援”的和谐氛围	144
感恩“见义勇为”的社会风尚	146
感恩“无偿献血”的人道主义精神	148
感恩“慷慨解囊”的慈善之举	151
感恩“志愿者”的无私奉献	153
以感恩之心回报社会，责无旁贷	156

第 10 章 感恩同事 158

“一个篱笆三个桩，一个好汉三个帮。”一个人的能力是有限的，每个人在从事具体工作的过程中，都直接或间接地得到过同事们的帮助、支持和配合。如果离开了同事，个人就是有再大的本事，也会如同离群的孤雁难有更大作为。感恩同事，就要与同事荣辱与共、风雨同舟、肝胆相照，时刻把同事给予的支持、帮助铭记于心，并积极主动地给予同事们工作上的支持与帮助。

同事的支持与协作成就了您	160
同事的关怀让您备感亲切	162
将感恩外化为行动，向同事说声“谢谢”	164
给同事掌声，自己周围掌声响起	166
关照同事等于关照自己	168
懂得分享，做一个出色的“搭档”	170

第 11 章 感恩身边每一个人 172

一位行路人行走在道路上，疲惫了，便睡了。当他熟睡的时候，一条毒蛇向他慢慢靠近，幸好有一位过路人替他打死了毒蛇，他才免于了一场灾难。过路人不忍心叫醒行路人，便悄悄离开。行路人醒后依旧前行，而对于熟睡时的一切却一无所知。在人生的旅途上，曾有无数的“过路人”不计回报施恩于你。你要心怀感恩，把微笑带给身边每一个人，用暖暖的爱善待身边每一个人。

感谢父母，无私的爱 175

感谢老师，教你知识 179

感谢朋友，给你关怀 182

感谢爱人，伴你同行 184

感谢邻里，善意关照 186

怀感恩之心，做优秀公务员（代后记） 189

第 章

感恩——时代的呼唤

感恩，是一种处世哲学，也是一个人最起码的道德品质。“知恩不报非君子”、“滴水之恩，涌泉相报”，这是中华民族几千年的传统美德，不仅是人类文化发展中积淀的精粹，更是人类智慧、和谐的象征。

感恩是人际关系、社会和谐的润滑剂。英国作家萨克雷曾经说过：“生活就是一面镜子，你笑，它也笑；你哭，它也哭。你感恩生活，时时笑对生活，生活将会给你阳光；你不感恩生活，只是一味怨天尤人，生活给予你的也将是失败和泪水。”

感恩，是心灵的磁场，是荒漠里的清泉。拥有一颗感恩的心，就会懂得孝敬父母、尊敬师长，就会懂得关心、帮助他人，就会勤奋学习、真爱自己，就会包容别人、赢得友谊，就会努力工作、回报社会，就会爱护环境、善待自然……

如果人人心怀感恩，并将感恩外化为行动，社会就会少一些指责与推诿，多一些包容与理解；就会少一些争吵与冷漠，多一些和谐与温暖；就会少一些欺瞒与涣散，多一些真诚与团结。

在新的历史时期，大力弘扬中华民族优秀的传统美德，呼唤感恩意识的回归，弘扬感恩文化，已成为建设社会主义精神文明和构建社会主义和谐社会不可或缺的重要方面。传承历史，并赋予其时代的内涵，这是时代的呼唤！



感恩之心在哪里

人从呱呱坠地的那一刻起，就和这个世界有了千丝万缕的联系。父母师长、兄弟姐妹、亲戚朋友、邻里乡党、社会自然以及一切给予过自己帮助的人，都与自己有着深缘和深恩。所以，一个人对世间的万事万物都应该心怀感恩之情，对父母、亲朋、同事、领导、政府、社会、自然等都应始终抱有感恩之心。

聋哑盲人海伦·凯勒在她的自传中这样写道：“我感谢大自然给予我温暖的阳光，我感谢父母给予我敏感的触觉，我感谢老师给予我美妙的知识……”她甚至感谢上天给予她的不幸，因为正是这些不幸使得她比常人更加坚强，更加不屈不挠。

曾经有一个人对已故中国佛教协会会长赵朴初说：“我现在想通了，干什么事都当做还债，这样就没有烦恼了。”赵朴初纠正他说：“不！不是还债，是报恩。人的一生报恩是无尽的啊。”是呀，人这一生，要感谢的人、感谢的物、感谢的事太多太多。一个人应该懂得知恩图报，把别人的恩惠牢记于心，对万事万物多一分宽容，多一分理解，多一分关爱，多一分善心。

然而近年来，感恩缺失、情感冷漠等现象成为一个难以回避的社会现实。传统道德的底线正在不断溃退，再加上人们受功利心的

第 1 章 感恩——时代的呼唤

驱使，人与人之间似乎人为地存在一种心灵的隔膜，社会处于冷漠化的边缘，连亲情也在变得淡薄。在这种现实情形下，感恩之心已成为社会上稀缺的“奢侈品”。

有一位哲人说，世界上最大的悲剧和不幸就是一个人大大言不惭地说“世上没人给过我任何东西，没有人为我做过一件事”。土地失去水分便成了沙漠，世间若没有了“谢谢”连沙漠也不如，且比沙漠更可怕。

广东省曾对 2 000 个孩子进行调查发现，有 54% 的孩子认为自己是一个不容易感动的人，或者不知道什么是感动。

在一次以“你为什么而感动”为题的征文中，南京一名中学生写道：“现代社会是一个竞争的社会，只有学习好，压倒别人，才能得到自己想要的东西，这个社会不需要感动和感恩。”

一位在山中修路的农民工，为阻止一辆即将坠崖的大巴车受了重伤，等他在医院醒来时发现少了一条腿。面对“后不后悔”的疑问，他陷入了苦闷：他救了一车人的性命，可在住院的日子里，那一车人没有一个来探望过他。其实，哪怕只是一声“谢谢”，他也就无怨无悔了。

2004 年 11 月，南京大学校园里贴出了一封署名为辛酸



父亲的来信，控诉了一些孩子只知向父母索取，甚至为了多要钱物，不惜偷改入学通知、虚报学费的事情。

2005年3月14日，《重庆晨报》报道，在一次车祸中救了19条人命的重庆开县农民金有树，因救人身染重病，家境贫寒而无钱医治，于是向包括县长在内的各有关部门求救。结果是无人问津。金有树最终带着病痛和困惑离开了人世。生前，被救的19名乡亲无一人关心他，死后无一人到场送葬。

某地有位年迈的老人，曾无偿资助80多名贫困大学生，但那些大学生毕业后，竟没有一个人去看望她，甚至连封问候、感谢信都没有。

一个小男孩把座位让给了一位孕妇，没想到这位孕妇不但没正面看一眼小男孩，而且连句感谢话也没说，就心安理得地坐下了。小男孩下车后问妈妈：“为什么我让座了，那个阿姨不说声‘谢谢’呢？”

浙江一个名牌大学研究生，平时根本不写家信，打电话回家就是要钱。为了买房子和女友同居，他不顾家里生意赔本，张嘴要30万元。父亲借高利贷给了他。几个月后他又要钱，父亲拿不出，他一拳砸在桌子上，说要脱离父子关系。这位疼爱儿子几十年的老父亲当场就哭了。

在重庆市巴蜀小学六年级的毕业典礼上，校长亲自为 486 位毕业生颁发毕业证书，并且以鞠躬的形式表示深深的祝福。面对校长的鞠躬祝福，10 多岁的小学毕业生们却连一声“谢谢”都没有，多数学生显得无动于衷，领完毕业证书扭头便下台了。

“谢谢”是人生天平上的一块砝码，它能准确地测量出一个人道德的高与低，文明的大与小，生命的重与轻。不懂得“谢谢”的人，则不懂人生，不懂生活，不懂关心，不懂亲情，不懂关爱，不懂做人。

卢梭说过：“一个不懂得感动、感恩的人就是一个最无知、最失败的人，也是最不值得别人尊重的人。”这些让人心寒、震惊、无奈的一幕幕，虽然并非民意主流，但确实到了需要深刻反省的时候了。感恩是爱和善的基础，当有恩不报的现象越来越多时，“谁帮人谁就是傻子”、“硬起心肠来做人”就会成为一种文化，则社会就会失去最起码的良心。

感恩意识的缺失，是相当可怕的。一个人没什么，万万不能没良心。感恩意识绝不是简单回报父母的养育之恩，它更是一种责任意识、自立意识、自尊意识和健全人格的体现。社会是一个大家庭，需要温暖，需要关爱，需要善心，而不是情感的冷漠。

没有感恩的社会是可怕的，没有感恩的社会也是不和谐的，一个不懂得感恩的民族，是没有希望的。是时候了，应吹响唤回感恩意识的“集结号”。因为，只有感恩，才符合和谐的潮流。