

五年制专科班思想品德课教材

思想道德修养

SIXIANGDAODEXIUYANG

安阳师专思想品德教研室组织编写

内蒙古大学出版社

五年制专科班教材

思想道德修养

内蒙古大学出版社

责任编辑:张 昱

思想品德修养

主编 桑希君 韩丽筠 郑延坤

内蒙古大学出版社出版发行

(呼和浩特市大学西路1号)

师专印刷厂印刷

开本:850×1168 1/32 印张:9 字数:254千

1999年2月第1版 1999年2月第1次印刷

印数:1—2000册

ISBN7—81015—911—9/Q·112

定价:16.80元

序 言

郭新和

—

在社会转型的今天，随着社会主义市场经济的发展，道德进步与道德困惑，行以义方与行为错乱，良莠互见，文野共存的现象已成为人们强烈的心理感受，而呼吁道德重建和人文精神回归，则成为全社会共同而深切的期盼。在这样的时候，由五位年轻的“灵魂工程师”编写的《思想道德修养》一书的出版，是有一定意义的。

做人历来是一个与人类共存的永恒话题。在世界文明发展史上各占一席之地的中国文化、希腊文化和中东文化等三大文化系统，尽管其主要思想倾向各不相同，但重做人问题，却是一致的。尤其是我国传统文化更是如此。中国古代的思想家、政治家们在评人论事时，都特别强调德的重要，因而在教育思想中，形成了德教为先的原则。德教为先，是在学校教育中，处理德育与文化知识教育的关系上，主张坚持把如何培养有道德的人，当做学校教育的根本宗旨，坚持以德育为首位的原则。伟大的教育家孔子就明确要求学生“入则孝，出则悌，谨而信，泛爱

多，而亲仁。行有余力，则以学文”。历史学家司马光曾经概括说：“才者，德之资也；德者，才之帅也。”一个人的智力才能，体现他具有什么样的为社会服务的本领；而一个人的思想道德，则表明他为社会服务具有什么样的人生态度。这就是司马光所指的人的德与才两个方面。在这两方面中，德调节着才的发挥和运用，起着灵魂和统帅的作用。因此，在对人的培养中，不仅要求进行一定的智育，使他具有符合社会需要的智力才能，而且首先要求进行一定的德育，使他具有适应社会需要的思想道德。只有这样造就出来的年轻一代，才能成为合格的社会主义建设者和接班人。因此，中外古今，任何社会制度的国家都十分重视对青年一代的思想道德教育。十九世纪德国教育家赫尔巴特认为：“教育的唯一和全部工作可以总结在道德这一概念之中。”“道德普遍地被认为是人类的最高目的，因此也是教育的最高目的。”我国老一辈革命家更是历来重视思想道德。毛泽东指出：“没有正确的政治观点，就等于没有灵魂。”邓小平强调：“毫无疑问，学校应该把坚定正确的政治方向放在第一位。”党的第三代领导集体也高度重视德育。江泽民总书记曾指出：“各级各类学校不仅要建立完备的文化知识体系，而且要把德育放在首位。”我国社会主义大学历来把重视和加强对青年学生的思想道德教育作为本质特征之一。因此，我们的学校在任何时候都决不能忽视思想道德教育，忽视塑造青少年灵魂的工作，这样才能培养和造就出为社会所需要的合格的社会主义建设者和接班人。

二

重视和加强对青年学生的思想道德教育,首先应建立以“两课”教学为主要渠道的理论教育模式。根据原国家教委“两课”改革的精神和要求,贯彻邓小平“学马列要精、要管用”的指示精神,“两课”教学应紧密结合青年学生的思想实际,在加强教学的针对性和实效性上下功夫;认真改革“两课”教学内容、教学方法,建立实践基地,在增加理论联系实际的教学环节上下功夫。当然,这就要求我们建立一支有扎实的马克思主义理论基础、丰富的人文社会科学知识、一定的自然科学知识以及一定的思想政治教育经验的信念坚定、业务精湛、敬业乐的“两课”教师队伍。用好“两课”主渠道,为培养德、智、体全面发展的社会主义事业的建设者和接班人,是我们社会主义大学德育工作的重点和方向。

重视和加强对青年学生的思想道德教育,还应该充分发挥专业教学的德育功能。专业教学是高校实现教育目的、培养合格人才的主要途径,是学校教育中最基本的活动,贯穿学生学习生活始终,所占时间最多;专业教师是学校最基本的队伍,人数最多。学生在求学期间,与学校的联系则主要是与专业教学方面的联系。从这个意义上说,在各专业课教学中对学生进行思想道德教育,是高校德育的最大特点和最大优势。抓不住这个特点,利用不好这个优势,无异于将一块块德育阵地拱手让出,思想道德教育就难以达到最佳效果。而且,从教育规律看,教学

永远具有教育性,各级各类学校中,单纯的知识传授或单纯的道德教育都是没有的。教学如果没有进行道德教育,是一种没有目的的手段;德育如果没有教学,就是一种失去手段的目的。因此在专业教学中,树立既重教书更重育人的观念,自觉自然地对学生进行思想道德教育,对于强化“两课”主渠道教育的效果,培养学生优良的道德品质,无疑发挥着不可替代的功能和作用。而从学科内容看,我国学校的教学内容向来是科学性和思想性的统一,各门课程,无论是文科课程、理科课程和工科课程,无不蕴含着丰富的德育资源,有些课程本身如历史、语文就是对青年学生进行思想道德教育的极好教材。所以,我们的专业教师应自觉结合专业课性质,寻找与德育的结合点,自然、灵活地进行思想道德教育。

重视和加强对青年学生的思想道德教育,还需要我们树立全局观念,强化横向序列和纵向序列教育的整体意识,双向推进,合力育人。家庭、学校、社会,包括了人之一生所能涉足的所有生活空间,强化横向序列教育,就是要对人在其所有的生活领域里进行的思想道德教育有一个整体的全局的考虑和安排,使这项工作,从家庭开始,经过学校,走入社会,横贯人的一切生活领域,使人们在任何地方都能受到良好的教育。学前、学中(小学、中学、大学)、学后,概括了人之一生,强化纵向序列教育,就是对人的一生思想道德教育有一个整体的全局的考虑和安排,使这项工作,始于婴幼儿、终于死亡,纵贯人的一生,使人们在任何时候都能受到良好的教育。总之,就是

通过强化思想道德教育的整体意识,形成全方位和全天候的思想道德教育格局。

三

摆在读者面前的这本《思想道德修养》教材,是针对原国家教委五年制专科改革试点班学生的年龄特点、思想道德现状及特点,由思想品德课教研室组织教师编写的。是老师们积数年教育教学经验,并在学生中引起热情肯定的基础上顺利成书的。希望她仍能受到青年学子的欢迎。

本书用六大板块,20万字篇幅,对作为一个文明的、健全的和高尚的合格大学生应该具备的六个方面的思想道德素质,提出了适应社会发展需要,符合现代教育观念和人才观念的标准和要求,并列专章介绍思想道德修养的途径和方法。本书章节安排的思考轮廓,看得出来,突出了求实和可操作性的原则。同类教材或者一些谈论道德的书,有些不怎么受欢迎,问题多出在两方面:一是远离青年学生的实际生活,不那么知心贴心;一是引经据典,从理论到理论,从概念到概念,不那么通俗易懂。这本教材在避免以上问题方面做了尝试。在安排内容上,从学生的思想行为实际出发,讲道德、论成才、说心理、谈审美,既有怎样与人相处的微言细语,又有如何创造有价值人生的宏论高谈,对学生的思想道德水准和行为模式的层次,不就高,也不贬低,一切从实际出发,强化对大学生的日常行为指导。本书克服了有些教科书只重“知”的介

绍,不做“行”的具体指导的缺陷,将原则与规范、理论与概念,溶化在平易通俗的表述之中,使读者易于理解、易于掌握、易于操作,能够很好地让一些原则和概念真正管用起来,让学生既心信其理,更身践于行。等等。做这样的尝试是辛苦的,其求索的脚步也许是幼弱蹒跚的,而走出幼弱蹒跚的这一步,却是极有意义的。相信有了前行者的勛勉,同行者的扶助,自己的跋涉锻炼,步子定会越走越迅捷稳健。

由于本书为多人合撰,而撰写者的谋篇思路,为文风格颇难统一,虽于审稿统稿之时大举刀斧作了认真细致的修改,但有些地方如在论述、举例、联系实际等方面可推敲之处仍然难免。祈望广大读者和专家们赐“玉”惠教。

1999年6月于安阳师范高等专科学校

目 录

序言	郭新和	1
第一章 高尚的道德品质		1
第一节 人生皆有事,修德为最高		1
第二节 修养公德,致社会和美		8
第三节 修养职业道德,培养敬业精神		27
第四节 修养家庭美德,建立幸福家庭		37
第二章 良好的成才素养		42
第一节 人才漫谈		42
第二节 立志与成才		54
第三节 成才的艺术		69
第三章 健康的心理素质		82
第一节 健康的一半是心理健康		82
第二节 心理健康的标准		88
第三节 常见的心理障碍		100
第四节 积极调控情绪		108
第四章 和谐的人际关系		121
第一节 一张无处不在的网		121
第二节 打好交往基础		129
第三节 掌握交往原则		133
第四节 重视交往方法		138
第五节 了解交往惯例		143
第六节 克服交往障碍		145

第七节	培养真挚友谊·····	149
第八节	合作与竞争·····	156
第五章	积极的人生追求·····	163
第一节	树立科学的人生目的·····	163
第二节	追求崇高的人生理想·····	176
第三节	创造有价值的人生·····	186
第六章	高雅的审美情趣·····	198
第一节	美与审美·····	199
第二节	树立正确的审美观·····	214
第三节	提高审美能力,加强审美修养 ·····	227
第七章	完善的自我修养·····	237
第一节	修养概述·····	237
第二节	自我修养的意义·····	242
第三节	自我修养的主要内容·····	245
第四节	自我修养的途径和方法·····	268
后记	·····	276

第一章 高尚的道德品质

青年是国家的未来,民族的希望,当代青年是跨世纪的一代,当代大学生是青年的优秀代表,党和人民对他们寄予殷切的期望,希望他们成为身心健康、德才兼备的一代新人。青年学生在努力掌握现代科学文化知识的同时,还应当养成良好的道德品质,使自己成为一名优秀的社会主义现代化建设者和接班人。

第一节 人生皆有事,修德为最高

一、道德是什么

道德这个术语对于我们并不陌生,人们几乎每天都在接触道德问题。口上在说道德,行动中在体现道德。例如,夸赞一个人时说“道德情操高尚”,谴责一个人时说“真缺德”,无论褒优还是贬劣,都离不开道德。实际上,凡是有人群的地方就有道德问题存在。

那么,什么是道德呢?

从古代文献来看,道德这个概念含义比较广泛。道的原始意义是指道路,如道听途说、道不拾遗中的道就是这个用法。后来引申

为事物运动变化的规律和规则。春秋时卫国有个大夫叫蘧伯玉，在国泰民安时，就出来做官，在政治混乱时，就韬光养晦，隐居不仕。因此，孔子说他是“邦有道则仕，邦无道则卷而怀之”。这里所说的“道”，是指好的政治措施和政治局面，就是道的引申意义上的用法。德，最初写作“𡗗”，据说文解字的解释，是指直心或心直，心放端正，使自己的行为按正确的道路前进。甲骨文里，将德写作，意思是前方有物，去得到它，所以把德训为得。因此，古人说“德者，得也”，意思是人们认识了道以后，就能内得于己，外施于人，己、人均有所得，便称为德。

在我国古代，道和德两个概念是公开使用的。道教的祖师爷、传说中的太上老君老子的《道德经》，实际上包括《道经》和《德经》两部书，就是把道和德分开用的，而且是《德经》在前，《道经》在后，是后来人们把它们合在一起，统称为《道德经》。最先把“道德”二字合用的，是战国时期的大思想家荀子。他在其著名的《劝学篇》中说：“故学至乎礼而止矣，夫是之谓道德之极”。意思是说，如果一切都能按“礼”的规定去做，就算达到了道德的最高境界。道与德合起来使用，是指人的行为合于礼和理，利于人。

在西方，道德(morality)一词源自风俗(mores)，后来古罗马思想家西塞罗根据希腊道德生活的经验，从 mores 一词创造一个形容词(morality)指国家生活的道德风俗和人们的道德个性。以后英文的 morality 则沿袭了这一含义。因此，可以说，西方的道德一词亦兼具社会风俗和个人品性，类似于我国古代道与德的含义。由此可见，不管是中国还是西方，道德一词包含了社会的道德原则和个人的道德品质两方面的内容。

如果要给道德下一个科学的定义，可以这样表述：所谓道德，是人们在社会生活中形成的关于善与恶、公正与偏私、诚实与虚伪等观念、情感和行为习惯，并依靠社会舆论、内心信念和传统习惯来调节人与人、人与社会、人与自然之间关系的规范体系。所谓规

范,就是标准和准则的意思。

道德的完整含义,可以分成几层意思来理解:

(一)道德以存在着的人与人之间的关系为前提

人们生活在上,必然要与他人、与社会发生种种关系。通过各种社会关系,每个人的行为,都要对他人以至整个社会发生各种各样或大或小的影响,有的是有利于他人,促进社会前进的影响,有的是有害于他人,阻碍社会前进的影响。因此,一个人的行为只有与他人发生关系时,才有道德问题产生,与他人无关的孤立的个人行为,并不构成道德。例如,一个人信步在马路上,走得快与慢并不能说明是“有道德”或“无道德”。但当他的行为妨碍了后面人前进,他又不给人让路时,别人就有理由说他“不道德”,这就构成道德了。

(二)道德是一种行为规范,它规定了人们在社会生活中应该怎么做和不应该怎么做的标准

人类社会的生存和发展,必须在一种有序状态之中,而社会有序状态的形,则在于对天灾(地震、旱涝灾害等)和人祸(战争、犯罪等)的控制。但是,尽管现代科学技术非常发达,却还是难于控制天灾不让发生,然而对于人祸却可以用社会规范来控制。这样的社会规范,主要的有两个:一个是法律,另一个便是道德。法律是严厉的,道德则相对温和,但二者比较起来,道德更基本,它以慈善的面孔告诉人们、劝诫人们在社会生活中应该怎样做和不应该怎么做。

(三)道德是靠社会舆论、内心信念和传统习惯的力量来维持

社会舆论是道德实现的主要手段。它是通过现实生活中的事物、人的行为和品质发表各种议论、意见和看法,表明自己的倾向态度和褒贬情感,以此来影响社会的道德风尚、个人的道德面貌,协调人与人之间的关系,实现道德从现有到应有的转化。由于社会舆论具有大众化、普遍化、无孔不入的特点,因此,对于有效地影响社会成员的行为趋向,造成某种社会道德气氛,具有不可替代的作

用。社会舆论对某些品质和行为的肯定、赞扬或否定、贬斥,将成为社会成员行为活动的指示器和调节器。常言所说的人言可畏,千夫所指、无病而死,就可见社会舆论的作用巨大。

内心信念,俗称良心,是人们内心对是非对错的正确认识和正确态度。它是道德规范自律性的最高体现,在人们的道德生活中起着极为重要的作用。可以说,没有良心也就没有道德,道德之所以崇高无比,完全是因为人有良心。良心的作用,主要体现在三个阶段上。在人们的行为之前,良心起着选择与命令的作用,它是决策中心,检测着人们行为的动机与意向,对符合道德要求的行为动机予以肯定,对不符合道德要求的行为动机予以抑制或否定,以保证行为动机合乎道德。良心就是这样通过下达的“命令”来帮助我们选择行为。在人的行为进行过程中,良心是道德导向,对人的行为方向起着调节和控制作用。它监督着行为过程的发展,对符合道德要求的给以支持和鼓励,对不符合道德要求的欲望冲动加以调整和制止。这就是人们常说的良心发现。在人的行为之后,良心是法庭,起着审查和评价的作用。对履行了道德义务的后果和影响,内心感到满足、欣慰和高兴;对没有履行道德义务的不良后果和影响,表现出内疚、惭愧和悔恨。总之,良心是一个人的精神支柱和心灵卫士,人如果丧失了良心,精神就会瓦解,就可能干出伤天害理的事情来。

传统习惯是人们习惯性的行为模式,它广泛地渗透到人们的日常生活和社会交往之中,指导着人们的行为。人们自然而然地按照共同的习惯活动,就不会或者较少地出现矛盾和冲突。

(四)道德规范是以善恶、荣辱、美丑为标准的

构不成善恶、荣辱、美丑的行为就不属于道德范畴。例如,正月十五吃元宵,这是我国人民的风俗习惯,无论是吃与不吃,都谈不上道德与不道德,因为它构不成善恶、荣辱和美丑。

二、为人当重修身，成才勿轻道德

加强道德品质修养，培养高尚的道德情操，是建设社会主义物质文明和精神文明的需要，也是大学生健康成长的需要。为了培养和造就德、智、体全面发展的一代新人，提高全社会的道德水准，当代大学生必须自觉加强道德品质修养。

（一）道德是做人最基本最起码的要求

能呼吸、有生命，就是一个人，但如果仅止于此，则只是一个生物人，生物人其实就是一个低级动物。生物学的研究表明，一个纯生物的人，其价值无非是：脂肪能造 7 条肥皂，石灰质能刷白 1 间小屋，碳含量能造 20 磅焦炭，磷含量能造 2200 根火柴，铁质可铸一枚一英寸的铁钉。人的生物价值如此而已，在这个意义上，他完全等同于低等动物，甚至不如牛马。而人之所以为万物之灵，高于世间万物，最重要的在于他有道德。古代教育家荀子说过，人是因为有气、有生、有知，而且有义，才是天下最有价值的。一个人如果仅只有气、有生、有知，却没有道德仁义，那就无异于水火、草木、禽兽，甚至连这些都不如，现实生活中的一些现象表明，人而无德，不如禽兽，不复为人，并不是耸人听闻。

（二）道德是成就事业经久不衰的动力

人们要取得成绩，做出成就，干出一番事业，就必须从道德那里获得源源不断的力量。德以养才，即道德对于人的成长成才起着积极的促进作用，已为中外古今许多事例证明是个真理，前苏联文学家高尔基说过：一个人追求的目标越高，他的才智就发展的越充分，对社会就越有益。在西方发达国家，流行一种观点：智商决定录用，情商决定晋升。情商就是一些非智力因素，如勤奋、坚韧、自信等。现代原子物理的奠基人居里夫人的志向是“把一生献给科学”。就是这一志向，鼓舞、激励着她在科学的道路上克服种种困难，冲破重重障碍，终于成为世界上最成就的科学家之一。事实上，一

切有成就的优秀人物无不如此！

汤姆生是世界著名的物理学家，英国人，1856年，他负责铺设一条长达2400英里的海底电缆，可是第一次，电缆仅仅沉放到330海里深时，就挣断了。经过一年的艰苦准备，他又开始了第二次铺设。这次铺设终于使电缆到达爱尔兰，并且收发报成功。可是不到一个月，电缆就损坏了，通讯完全中断。于是社会舆论哗然，各种批评、指责扑面而来，股东纷纷退股。但是面对现实，汤姆生没有退缩，他和总经理力排群议，经过长达七年的筹措、努力，又造好了新电缆，进行第三次铺设。然而不幸的是，在大西洋中部，电缆又意外中断，堕入一万二千英尺的深渊。这次失败太惨重了，同事们回到陆地都失声痛哭，公司在一片哭声中宣告停业。这时的汤姆生虽然难过，但还没有被击倒。他和总经理有一段动人心魄的对话。——汤姆生拄着拐杖，凝望着波涛起伏的大海，夕阳照着他的全身，象一尊古铜色的雕像。总经理走过来打招呼：“教授先生，您在想什么？”“海底电缆！”汤姆生仍然一动不动地凝望着大海。“是啊，我们已经付出了九年的代价。”总经理感慨地说。汤姆生这时转过脸来对总经理，情绪激动地说：“弗尔特先生，只要再造一条，我保证能够成功！”“你有把握吗？”汤姆生高声说到：“我相信，大西洋是阻挡不住人类的进步步伐的！”总经理被感动，决定再造电缆，进行第四次铺设。这一次终于获得了成功。四次铺设，前后整整十年，汤姆生经受了惊心动魄的挫折、失败、讽刺，甚至背叛，这个时候任何一点脆弱和动摇都将导致彻底失败。命运一次次使他跌入失败的深谷，奋斗、坚韧又使他最终登上成功的顶峰。——古今中外，一切事业的成功无不如此，因此造就了无数的优秀人物。

马克思主义创始人马克思本人，之所以成为举世钦敬的伟人，也因为他的目标远大，道德高尚。他在中学时代的作文里就曾经写道：

“在选择职业时，我们应该遵循的主要指针是人类的幸福和我