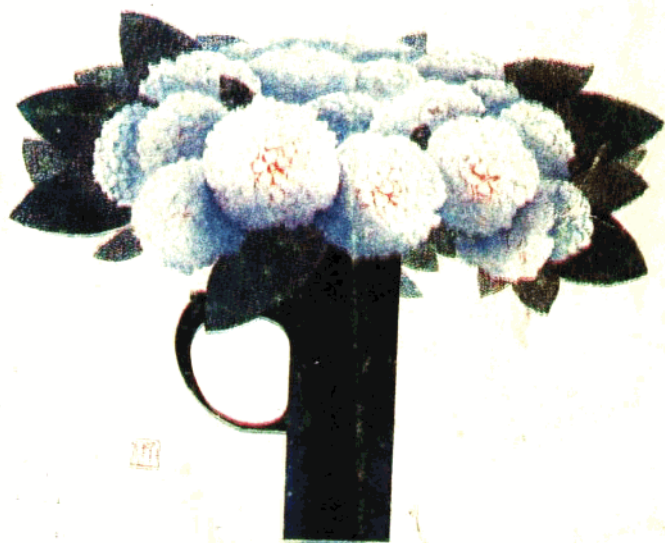


学会塑造自己

尹伟中 著

中学生
路标丛
书



湖南教育出版社

中学生路标丛书

周谷城题



主编：崔相录 毕 诚

学会塑造自己

尹伟中著

湖南教育出版社

学会塑造自己

尹伟中 著

责任编辑：邹蕴璋

湖南教育出版社出版发行

湖南省新华书店经销 湖南望城湘江印刷厂印刷

787×960毫米 32开 印张：5 字数：77000

1991年7月第1版 1991年7月第1次印刷

印数：1—11000

ISBN 7—5355—1310—7 / G·1305

定 价：1.70元

為口伙培育人才

邵穎超

序 言

邹时炎

我国青少年一代，在党和政府的关怀下，朝气蓬勃，茁壮成长，从他们的身上我们看到了祖国的美好未来和希望之光。

社会主义中国的强盛和繁荣，从根本上来说要靠整个中华民族素质的提高，而关键在于对青少年的正确培养与教育。从现在起到本世纪末的10年，是我国社会主义现代化建设的关键时期。在改革开放的条件下，始终不渝地贯彻执行党的基本路线，从我国的实际出发，创办具有中国特色的社会主义教育，这是一项具有重要意义的工作。为此，把德育放在首位，实行学校教育、家庭教育与社会教育相结合，促进青少年在德育、智育、体育诸方面得到发展，把他们培养成为社会主义建设者和接班人，更好地为社会主义现代化建设服务，这不仅是广大教育工作者的艰巨而光荣的任务，而且是党和政府及全体人民长期的共同责任。

过去由于受片面追求升学率等传统教育观念的影响，重智育，轻德育、体育和劳动教育；重书本，轻实践；学校教育脱离社会、脱离实际的现象比较突出。这给青少年特别是中学生带来了一定的不良影响。党的十三届四中全会以来，学校的德育、劳动教育在逐步加强，学校同社会的联系在逐步深入，学校教书育人的环境在逐步优化。这些可喜的变化，是值得肯定的。但是，要彻底纠正片面追求升学率等传统教育观念的影响，使党和政府的教育方针真正在学校落实，使广大教师的政治、业务素质得到提高，进一步增强反对和平演变的意识和能力，增强教书育人的自觉性与责任感，还要做大量艰苦细致的工作。最重要的一点，是要加强对校长、教师的政治、业务培训，建设一支又红又专的校长、教师队伍。俗话说“打铁需要本身硬”，教育者要先受教育。只有校长、教师德才兼备，为人师表，才能培养出又红又专的学生。还要改革教育结构，改革教材和教法，加强学生的爱国主义教育、社会主义教育、国情教育、品德教育和劳动技术教育，指导学生刻苦学习文化科学知识，积极锻炼身体，走又红又专的成才之路。

要动员全社会都来重视中学生的思想、品德教育，为他们提供更多的优秀的精神食粮，为他

们开放更多的有教育意义的文化设施，为他们树立更多的光辉榜样，为他们的健康成长创造一个良好的社会环境。要使中学教育工作收到预期的效果，一是要坚持不懈，长期努力；二是要各方面配合，综合治理。只要广大教育工作者自觉地去做好本职工作，只要全社会真正负起责任，就一定会在中学教育这个园地上结出丰硕的果实。

由湖南教育出版社聘请中央教育科学研究所崔相录、毕诚同志任主编的《中学生路标丛书》，是一套思想教育读物。它从我国中学生的实际及德育的特点出发，以科学知识为基础，力图用新方法揭示中学生的心灵世界。全书生动活泼，深入浅出，情理交融，旨在培养一代“四有”新人。这是作者为加强中学生德育工作的一种新尝试。在此，我衷心祝愿《中学生路标丛书》为广大中学生所喜爱，使之从中获得有益的启迪。

1991年4月于北京



写在前面的话

人，该怎样塑造自己？

这是一个和人类历史几乎同样古老的话题，
又是一个和今天的青少年同样年轻的话题。

不管你是否意识到这一点：人，每时每刻都在塑造自己。这种塑造，或者是主动的，或者是被动的；或者是清醒的，或者是盲目的。这些都会在自己人生的档案里留下清晰的记载。正在等待着我们的未来是幸福，还是悲哀，很大程度上就取决于今天每个人的自我塑造。

在这本小册子里，作者抛开了空洞无物的说教和长篇大论的理性阐述，以数十位杰出人物生动感人的所作所为，形象而又鲜明地展示了“人该怎样塑造自己”这个严肃的话题。

相信那些有理想、有追求，又富有灵性的青少年朋友们，一定会从中悟出一条自己的前行之路。

目 录

一 丑不是天生的	(1)
1. 千姿百态的美与丑	(2)
2. 人，丑在哪里？	(5)
3. 每个人都要对自己的容貌负责	(9)
4. 美在本色	(12)
5. 重要的是懂得自爱	(15)
二 命运作弄下的抗争	(18)
1. “神秘的”的命运	(19)
2. 假如“投错了娘胎”	(21)
3. 人生的再选择	(24)
4. 从丑小鸭到白天鹅的飞跃	(27)
5. 不幸造就的伟人	(31)
6. 每个人都是自己命运的建筑师	(35)
三 人大都败在自己手里	(39)
1. 一棵会思维的芦苇	(40)
2. 真正的失败是自认失败	(42)
3. 精神不倒	(44)
4. 首先学会战胜自己	(47)

5. “天赋平庸”者的启示	(50)
---------------	--------

四 寻找生命的真谛	(56)
------------------	--------

1. 人，为什么活着	(57)
------------	--------

2. 奉献与索取	(60)
----------	--------

3. 生命在这里闪光	(67)
------------	--------

4. “无我之在”的境地	(70)
--------------	--------

五 建一座心灵的绿岛	(75)
-------------------	--------

1. 排除自我的干扰	(76)
------------	--------

2. 保持最佳的心态	(79)
------------	--------

3. 坚守心灵的平衡	(82)
------------	--------

4. 倾听心灵的呼唤	(84)
------------	--------

六 掌握人生的艺术	(90)
------------------	--------

1. 人生是门大艺术	(91)
------------	--------

2. 学会认识自己	(93)
-----------	--------

3. $1+1>2$	(96)
------------	--------

4. 在人生的转折点上	(98)
-------------	--------

5. 潜能与时机	(102)
----------	---------

七 从成熟走向完美	(107)
------------------	---------

1. 年龄不会使人成熟	(108)
-------------	---------

2. 为什么说“人无完人”	(111)
---------------	---------

3. 人的自我完善	(114)
-----------	---------

4. 在每一天里诞生	(118)
------------	---------

八 希望在明天	(123)
----------------	---------

1. 明天意味着什么	(124)
------------	---------

2. 志当存高远	(127)
3. 条条道路通罗马	(134)
4. 坚持的尽头便是天国	(139)
写在最后的祝辞	(145)



——丑不是天生的

一个人不是因为美才可爱，而是因为可爱才美。

——托尔斯泰

人的容貌可以是天生的，但美丑却不是这样。

——自题

1. 千姿百态的美与丑

我们赞美初升的旭日，她给人带来阳光明媚的清晨；我们依恋朦胧的月色，她给人含情脉脉的恬静。

我们礼赞白昼，也醉情黄昏。我们惊叹猛虎的矫健，也欣赏小鹿的敏捷。

天香国色，富丽堂皇的牡丹，貌不惊人，默默无闻的小草，都同样诱发了诗人的灵感，同样化作了不朽的诗章。

壮丽的群山，巍峨的高楼，荒凉的处女地，断壁残垣的废墟，也同样给艺术家带来审美的享受，同样成为艺术创作中感人的主题。

达·芬奇的蒙娜丽莎是难得的杰作，毕加索扭曲的人物造型也一样被我们奉为艺术的瑰宝。

在自然的怀抱和艺术的天地里，我们审美的目光几乎包容了一切。

可是，当我们把这目光移到人的身上，移到更加丰富多彩、更加生气勃勃的人身上时，原来

在我们眼里那么色彩斑斓的美好天地，一下子竟变得如此单调乏味起来，好像判断人的美丑就像运算 $1+1=2$ 那么简单明了，不容置疑。

我们对大自然的一切是那么宽容，为什么对我们人类自身那么刻薄，那么无情呢？

其实，在我们人类身上，审美的天地应该更为宽广，既要体察入微，又要宽容大度。

不管其他人们是如何看待这一切的：在那些原始人的部落里，有人在自己的皮肤上刺出许多奇怪的图案，以装饰自己。有的在身上涂满动物的鲜血，以美化自己。这就是他们的审美情趣，他们对美的追求。

古希腊人则把赤身裸体看作一种美。而今天，我们头戴帽子，脚套袜子，把自己的身体遮掩起来，同样也被看作是一种美。但是，我们今天的这一举动，在崇尚自然之美的古希腊人眼里，恐怕是要归入见不得人的“丑”一类的。

可见，即使我们人类之美，也同样是多姿多彩，不断发展变化的。

有人把肤色白嫩看作美，有人则刻意追求阳光照射后留下的古铜色。即使是同样红润的脸蛋，既可以是健康的象征，也可能是肺病患者的标志。

弱柳扶风、以泪洗面的林黛玉在养尊处优，

从不需要靠自己的劳动谋生的贾宝玉眼里，简直是天上掉下来的一位“仙女”。可在专靠出卖自己的体力为生的焦大看来，无疑是不足取的。就像鲁迅先生所说的那样：“贾府的焦大是不会爱上林妹妹的。饥区的灾民大概总不会去种兰花，像阔人的少爷、太太们那样。”

可见，即使对同一种现象，也会得出截然不同的审美结论，唤起截然不同的思想情感。

朋友，当你给自己或他人作出美或丑的结论时，你是否想到过这些问题：我们人类之美也像自然之美一样，是千姿百态的。无论对谁，都无法用简单的一句话、一个“美”或“丑”字去概括。

尽管人的容貌、肤色、体型千差万别，但这种表面的差异，并不意味着审美上有什么本质的不同。一个人的外貌可能够不上今天流行的所谓“美”的标准，这只是意味着他和这种“美”有不同之处。也许当你细细地观察和了解他以后，会发现正是在这不“美”的外观里，隐藏着一种真正的美，一种更值得珍视的内在之美。

当然，我们人类也有美丑之分，但区分美丑的标准不单纯在外貌，外貌仅仅是我们人类的一种外在形式，应该透过形式看内容。

2. 人，丑在哪里？

人类社会不是美人国，就像自然界并不都是鲜花盛开的花园一样。我们人类中也有很多没有花香，没有树高的“小草”，如果用娇美的花朵去衡量，他们实在是太普通、太平凡了。

他们可能身材矮小，属于所谓的“半残废”之列；他们可能两眼发不出炯炯有神的目光，鼻子既不高又不挺，嘴角也无法形成优美的线条。总之，他们是一些貌不惊人的人物。

他们中的许多人自惭形秽，连做梦都想着让自己来个脱胎换骨。有人曾这样写道：“我很清楚地知道我长得不好看……因此凡是涉及我的外貌的话都使我非常难受。……我常有失望的时候；我设想，对于一个有着像我这样的扁鼻子、厚嘴唇和灰色小眼睛的人，在世界上是不会得到幸福的；我祈求上帝完成一个奇迹，把我变成美男子，我愿为了一副漂亮的面孔付出我那时所有和我将来可能有的一切。”

说这话的人没有想到，他对自己的这番估计是大大的错了。虽然上帝没有把他变成一个美男子，但是，他在世界上却赢得了少有的赞美和幸福。上帝在他身上没能完成的奇迹，他自己去完

成了。最后，他成了一位世界上最杰出的大文豪，成了一代又一代人仰慕的偶像。这人就是我们大家都很熟悉的俄国作家列夫·托尔斯泰，不朽名著《战争与和平》、《安娜·卡列尼娜》、《复活》的作者。

同样，我们还可以举出这样一个人的例子。这人脸色黝黑，颅骨短小而又出奇的宽，一张大大的嘴，还有点鹰钩鼻子和驼背，一头像杂草般乱蓬蓬的头发散布在头顶上。但是，他的外貌，丝毫没有影响公众对他异乎寻常的热爱。相反，在他当时生活的那座大学城里，几乎所有的人都是用敬仰的目光久久地凝视着他。他成了一位人人以见他一面为荣的人物，以至关于他的一张普普通通的画像，可以帮助那些穷困潦倒的画家摆脱暂时的贫困。他就是被誉为“现代物理学之父”的爱因斯坦。他创立的“相对论”，为人类科学的发展作出了巨大的贡献。

19世纪最伟大的现实主义作家之一的巴尔扎克则经常为自己个子矮小而苦恼，为此还特制了一双高跟鞋，想使自己显得高大些，然而，真正使他成为巨人的，却是他在文学园地里辛勤耕耘所取得的辉煌成果。

确实，托尔斯泰、爱因斯坦他们的长相太一般了，他们自己对此一度也很自卑。但是，人们