

中学生自理 与自立

辛 勤

贵州人民出版社



● 花雪风采系列

中学生自理 与自立

辛 勤

花季风采系列

责任编辑 丁 聪
技术设计 汀 兰
封面设计 邹 刚

中学生自理与自立

辛 勤 著

贵州人民出版社出版发行

(贵阳市中华北路 289 号)

贵州新华印刷厂印刷

787×1092 毫米 32 开本 6.5 印张 130 千字

1996 年 8 月第 1 版 1996 年 8 月第 1 次印刷

印数:1—10000 册

ISBN7-221-04192-X/G·1702 定价:7.20 元

在斜坡上创建壮美的人生

——序辛勤的《青春是一个斜坡》

韦 苇

辛勤的头脑是个炼丹炉，他把自己一生的经验扔进去，把哲人的智慧扔进去，把社会和生活给予他的启示扔进去，加以精炼，今天终于向青年朋友奉出这样一颗宝丹：“青春是一个斜坡”。

在关于青春的诸多说法中，这应当是最具警示意义的说法了。它涵盖了所有关于“青春”的话题中最积极的一个方面，涵盖了年长一代对年轻一代全部殷切的期望。它是一种祝福：年轻朋友们，请走好啊！

在昆明，在那个美丽的城市，我曾坐在辛勤所在的晨光出版社的编辑部里，听他用风趣的语言谈论“青春是一个斜坡”这个话题。这个话题的严肃性使我不能把它作为一般的聊天、一般的闲侃来听。我用我一生的经历和体验、观察，去检验他对这个话题所表述的思想内容的正确性和真理性。

我对辛勤的话题产生了共鸣，当时以至现在我都感受到它对我思想和情感的冲动力量。我反复咀嚼辛勤对青春的独特理解和概括，越咀嚼越觉得它的真理性是无可怀疑的。

在我认识的众多作家中，辛勤是位思想丰富、才思敏捷的朋友；由于他业务分工的原因，他还经常有机会接触青少年学生。青少年学生们的所思所想所欲所求所行所为，他大体都了

然于胸。如此，他便能以青少年学生的朋友和导师的双重身份，引领他们对需要思索和辨别的问题作披砂拣金的思考。辛勤一开动他灵敏的耳目，就能逮住现实中种种问题，大至人格、生命质量问题，小至一种新思路的建立，表达他令人耳目一新的识见。他的这类文字见诸春城报端，几乎是隔三叉五的频繁。

辛勤很懂得平庸之不可取犹如传染病，譬如麻疯之需要人避防犹恐不及。他每提笔就能道前人之所未道，把人家没说到位的话说到位，例如性格、气质、能力的遗传优势和劣势呀，例如优化人格呀，例如人格空间呀，例如见好就上呀，诸如此类，都是重大而又新鲜的话题。这些话题深层次地展开，对青年朋友克服肤浅和平庸定然不无裨益。

今日世界时空变迁之迅速，远不是指靠一般的传道、授业、解惑的教育所能解决问题的了，我们甚至于应当摒弃一般的循规蹈矩。我们不觉已到了更需要强调个人修行的年代。为了不成为常规的俘虏，需要年轻朋友以百倍于他们祖父辈和前辈的勇气去接受想象力和创造力的挑战。想象力和创造力的重要性某种程度上已经压倒了前人、洋人文化基础的重要性。

辛勤在这本书里依新时代之需要对前人的文化成果做了些带有他个性的清理工作。这份工作对培养年轻人的侧向思维和逆向思维有特殊重要的价值。

我愿和辛勤一道，为青少年朋友的成才和成功致送最美好的祝愿。

一九九六年春寒料峭中
撰成于浙江师范大学蓝屋老渴斋

青春是一个斜坡

——代序

人们老爱说青春美好，仿佛只要拥有青春，生命自然就万紫千红。其实，远不是这样。在人生的四个阶段中，我认为青春时期是最困苦、最险恶、最要保持清醒、最要吃大苦耐大劳的阶段。不然，德国作家歌德何以会说“青春是一个斜坡”呢？

最近，我在一些初三学生的毕业纪念册上，读到不少“享受青春”的字句。有的为了加强语气，还在“享受”二字下面画了连环圈，在“青春”后面打了四五个感叹号。我捧着纪念册茫然了，青春怎么好享受呢？像一棵果树，分了枝杈，开了花朵，离结出果实还远着哩，享受什么呢？享受枝叶的绿？还是享受花朵的娇艳？对于果树来讲，长出枝叶，开出花朵并不是它的目的，它的目的是借助枝叶和花朵结出甜美的果实呀！

反倒应该警惕的是，有很多果子，外表完好无损，但果心却早已被虫子吃空了。这些虫子是从哪儿钻进去的呢？果皮上找不到一丝半毫破损的形迹，我只好向专家请教。这才知道，这些虫子当它还是虫卵的时候，就已经侵入花芯了。它是在花朵醉心地“享受青春”的时候不知不觉、不疼不痒给埋下的“定时炸弹”。

当然，从另一个方面来理解“享受青春”的提法，也可以。那就得把“享受”诠释为珍惜、充实、护卫、完善。“享受青春”就是珍惜青春，“享受青春”就是充实青春，“享受青春”就是护卫青春，“享受青春”就是完善青春。“享受”就是在人生的斜坡上

健步攀登，力争上游，去险峰享受无限的风光。

这是很多中年有成者都有体会的。他们一旦步入青春的斜坡就没有一刻享受过安逸。他们知道斜坡不进则退的厉害，不满小成，不畏艰险，不让自己叹息一声苦和累。如果勇往直前显出一种潇洒的英姿是享受，那他们天天都在享受；如果永不停步展示了阳刚的风采是享受，那他们步入中年还在享受。青春是一种积累，他们就是在享受积累。青春是一种核子的撞击，他们就是在享受这种能够释放能量的撞击。像一支刚刚点燃的火炬，他们是享受那四溅的火星、远播的光热。难怪他们的中年能在斜坡的顶端放出那耀眼的焰火，有的步入老年，还有一番无限好的夕阳红。

青春是一个斜坡，坡上有崎岖的弯道，有隐蔽的陷阱，有陡峭的危崖，有溜滑的滚坡石。有时还会遇上狂风暴雨、电闪雷鸣。有时还会受到中途退坡的伙伴的诱惑和影响。立在斜坡上，归根结底只有两种可能：

一种：向上。

一种：下滑。

第三种可能——不上不下，并不存在，除非在坡腰上找到一棵弯腰树，把自己吊死。

于是，我想劝告青少年朋友在唱流行歌曲的时候，不要只会唱：“人们嫉妒你，因为你年轻。”而应该接着唱下去：“因为你年轻，更要向前进。”

这本书里的100多篇短文，是我从斜坡上走出来的。我现在还在走。在我眼里，不仅青春是一个斜坡，中年也是一个斜坡，老年也是一个斜坡。是一个斜坡，只要我走，我就是在向上。

目 录

在斜坡上创建壮美的人生

——序辛勤的《青春是一个斜坡》…………… 韦 苇(1)

青春是一个斜坡

——代序…………… (3)

自 立 篇

一、点亮导航灯…………… (3)

渴望长大…………… (3)

追寻未来的“我”…………… (5)

理想的根…………… (7)

兴趣倾向的自我测定…………… (10)

心想事成一二三…………… (11)

向上的车轮…………… (13)

人生的三股力量…………… (15)

可贵的觉醒…………… (17)

得寸进尺…………… (18)

完善与推销…………… (20)

贯穿一生的两个字…………… (21)

要彻底…………… (23)

要有准备…………… (25)

小河涨水…………… (27)

强化成就欲	(29)
警惕“读书死”	(30)
自知之明贵在哪里	(32)
克服缺陷	(33)
定个基调	(35)
少说空话	(37)
心里的灯	(39)
体兼众妙	(40)
关于人才的问答	(41)

二、竖起主桅杆..... (45)

清点“遗产”	(45)
继承的筛选	(47)
继承的回避	(48)
继承的优化	(50)
注意你的性格	(52)
注意你的气质	(54)
注意你的能力	(56)
人格的灵魂	(58)
人格的主心骨	(60)
人格的基石	(62)
人格的双翼	(63)
尊师二题	(65)
把脑袋摆在自己肩膀上	(67)
崇拜偶像的选择	(69)
继承传统要清醒	(71)
清除陈言	(73)

永远不熟悉	(74)
三、开辟新航道	(77)
自觉心与自贱心	(77)
抓住机遇	(79)
垫脚石与绊脚石	(81)
第一懒不得的是精神	(83)
自找苦吃	(85)
实现在追求的过程中	(86)
强化自我表现的欲望	(88)
苛刻地逼自己	(91)
打开自己	(92)
一题多解的思维养成	(94)
养成几个好习惯	(96)
每天都要有新鲜感	(104)
宜善用“今”	(107)
扬短避长	(108)
拿和给的统一	(110)

自 理 篇

一、生活自理	(115)
小孕育着大	(115)
带好钥匙	(117)
不麻烦人	(119)
不干扰人	(120)
不侵害人	(122)
就怕用钱多	(124)

遵纪,人格的需要	(126)
学法就要用法	(127)
自护的锻炼	(129)
自控的三个阶段	(131)
小题小作(八则)	(133)
掌握一些小窍门	(139)

二、心理自理

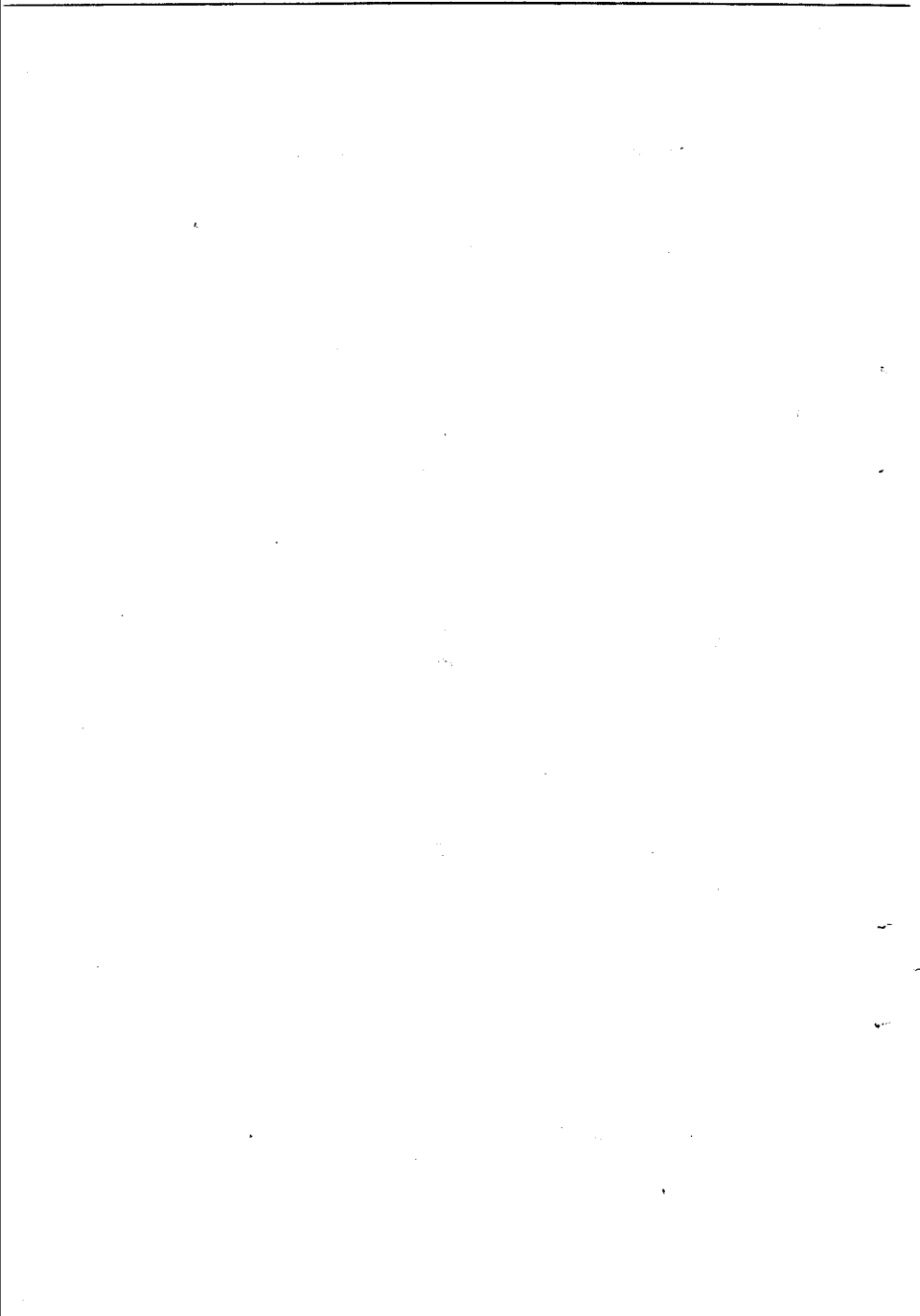
走你的路	(141)
忍与韧	(143)
知耻近乎勇	(144)
学着吃点亏	(146)
葡萄是酸的	(148)
咬一咬牙	(149)
输得起	(151)
赢得起	(153)
心上的皱纹	(154)
对自己说声“对不起”	(156)
心里要有一杆秤	(158)
恨自己	(160)

三、人际关系的自我调理

交往的学问	(162)
自己先做到	(163)
为了使大家愉快	(165)
扮好自己的角色	(166)
不轻诺	(168)
帮人即是帮己	(170)

躲开不必要的热闹	(172)
只是一种喜欢	(174)
聊天五戒	(175)
偏于自我不好	(177)
亲密有间	(179)
选择什么朋友	(181)
强化对手	(183)
坦荡地赞赏别人	(184)
扶他上马	(186)
坦率说声“我不行”	(188)
经济要清	(189)
知恩图报	(191)
多给父母一点愉快	(192)

自
立
篇



一、点亮导航灯

渴望长大

每一位少年朋友都有渴望长大的急切心理，有的念初中了，还在门后画一些道道，不断记录自己天天向上的情况。如果不渴望长大，何必这样做呢？爱长不长，谁还肯操那份心。渴望长大，并且十分急切，这是一种非常健康的心理，应该自爱和强化。

当然，青少年朋友都知道，人长大不仅是骨架子长大，心也在长大。古人不知道人长知识、长智慧，是靠大脑。以为浑身上下心跳得欢，因此长知识、长智慧就都是心在起作用了。我们这里沿用这个习惯的说法，说心也在长大，就是指知识在增加，智慧在增长。

如果一个青少年朋友，只长骨架子，不长知识，不长智慧，不长志气和毅力，那他不管长得多么迅猛，都将成为空长百岁的窝囊废。因此，当我们在门后画道道的时候，别忘了全面检验自己智力和非智力等各个方面的成长情况。

智力是什么？

智力是指认识客观事物，理解客观事物，并运用已有的知识和经验解决实际问题的能力。一句话，智力是一种能力，它

中学生自理与自立

包括认识和理解客观事物的能力和解决实际问题的能力。这种能力的培养一靠先天的素质，二靠知识的积累，三靠技能的锻炼，四靠经验的积累。它主要包括记忆能力、观察能力、想象能力、思考能力和判断能力。这些能力，在中小学阶段主要依靠课业学习和课外活动相结合来培养。而且，应以课业学习为主。

非智力是指人体除记忆、观察、想象、思考、判断以外的一切能力。比如体力、意志力、心理承受力、超越爆发力，等等。一个人的记忆、观察、想象、思考、判断等智力非常优秀，而体力、意志力、心理承受力、超越爆发力等非智力不行，一样成不了才。甚至可以倒过来说，一个人的体力、意志力、心理承受力、超越爆发力等非智力不行，记忆、观察、想象、思考、判断等智力也不可能孤立发展达到应有的高度。像放风筝，如果人们以为只要一心一意把风筝裱糊漂亮，放起风筝的线好不好可以一概不管，那风筝不仅放不起来，放起来了也不稳定，不牢靠，随时有栽下来的危险。

所以，一切渴望长大的青少年朋友，一定不能忘了让自己全面长大。

人的智力因素和非智力因素是相辅相成的。我们前面提到身体长大，心也要长大，就是要求智力和非智力互相激发着并肩长大。

当然，心要长大，必先立志。我们强调自立，怎么立呢？立在哪里呢？一句话就是立在志上。明代学者王守仁说：“志不立，天下无可成之事。”为什么呢？《三国志·吴书·陆逊传》说：“志行万里者，不中道而辍足”。一个人一旦确定了人生目标，而又能“不中道而辍足”，他就可能“乘长风破万里浪”，“做

第一等人，干第一等事，说第一等话，抱第一等识”了。

立志，就像给远航的轮船安装坚实的船舵，而智力因素像是左船舷的桨，非智力因素就像右船舷的桨。船舵掌好方向，两边的桨又密切配合，还愁不能力争上游吗？

寻找未来的“我”

任何一个青少年朋友，在渴望长大的急切心理催促下，都会无时无刻不在寻找着未来的“我”。

这要看我们的青少年朋友能够接触到一些什么样的人。接触的人越多，越有名气，越能唤起美妙的幻想。这里说的接触的人有两种：一种是能够直接接触的，一种是不能够直接接触的。不能够直接接触的，只能通过影视、通过书刊、通过传闻来间接接触。不管通过什么方式接触，只要接触的人物足以唤起我们的幻想，使我们认定他（她）就是我们的未来的“我”，我们就会模仿他，向他学习，渴望自己将来就成为他那样的人。

这真是一种令人陶醉的心理活动，充满甜蜜的幻想，充满振奋精神的自豪感。有时我们甚至会忘乎所以地认定自己就是那样的人了，说话、走路、办事都像那么回事，别人看着觉得可笑，我们却理直气壮。

这样的心理活动，常常不稳定。忽然，我们觉得自己不是那样的人，而是另外的人。于是我们的举手投足就变了一个样子。不稳定，极不稳定。变换，不停地在变换。有时，我们都烦躁了，何必像哪一个呢？我就是我。于是，一切恢复常态，大人们会说：“正常了，最近几天不疯了。”

到底什么才是正常，什么才是疯呢？