



# 弘扬正能量 做时代新人

## 以道德的力量赢得人生

习近平总书记说：“人而无德，行之不远。没有良好的道德品质和思想修养，即使有丰富的知识、高深的学问，也难成大器。”道德是社会关系的基石、是人际和谐的基础，要把弘扬中华民族传统美德、加强社会主义思想道德建设作为极为重要的战略任务来抓，为实现中华民族伟大复兴的中国梦提供强大的精神力量和有力道德支撑。

在社会中，有许多行为规范约束着我们的一言一行，这就是道德。做一个有道德的人其实很简单，只要做每一件事都用心仔细想一想，多为他人考虑一点，道德就会伴随在你身边。意大利诗人但丁说过：“一个知识不全的人可以用道德去弥补，而一个道德不全的人却难以用知识去弥补。”我们今天不去讨论道德和知识谁更重要，但我相信我们的国家和民族最需要的是具有道德高尚的知识者。我们中华民族历来崇尚道德，无论是以孔子为代表的儒家思想，还是以老子为代表的道家思想，无不都以高尚的道德作为他们的至高境界。宋代文人苏辙就曾写道：“辙生好为文，思之至深。以为文者气之所形，然文不可以学能，气可以养而致。”这就说明，道德是做人的基本准则。

怎样做一个有道德的人？首先要做到“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”。三国时期

的刘备曾经以此教导过他的儿子。我们能够从身边小事做起，严于律己，那么，我们每做一件事情，我们的道德水平就会得到一次升华。“积跬步，以至千里；积小流，以成江海”。我们要善于由大及小，由大处着眼，从小处着手，决不要以微小而不足道、细小而不足为。做一个有道德的人，要注重培养自己的道德观念，必须注意知、情、意、行的统一。不能只讲动机不计效果，也不能只根据效果去判断其善恶。要注重道德认知，处理好知与行的关系，注意实际行为的锻炼，在实践中增强道德情感、意志力。值得一提的是教师这个职业，教师是“人类灵魂的工程师”，对于孩子们的成长和成才所起的作用不言而喻。古人对教师的职责概括为：传道、授业、解惑。这其实只是指出了老师“教书育人”职责中教书的一面，而我们日常挂在口头上的“为人师表”则对老师提出了更高的人格上的要求。

古往今来，沧海桑田。虽然时光在流逝，时代在变迁，但是道德建设的重要性不仅没有消减，反而与日俱增。有人说：道德是石，敲出希望之火；道德是火，点燃希望之灯；道德是灯，照亮人生之路；道德是路，引导人们走向灿烂辉煌。让我们从现在开始，从自己开始，养浩然之气，自觉地做道德的实践者和捍卫者，做一个有道德的人。

## 树立正确价值观

科技的进步总能够带给我们新的生活体验，但在这个过程中我们依旧难以避免科技所带来的负面影响，甚至在一些“有心人”的推动下，这些负面影响被无限扩大化。青少年作为处于青春期的孩子，他们缺少了一种独立自主、沉着稳定的价值观，面对互联网时代不良信息的冲击，最终酿成了同学之间的暴力事件、师生之间的对抗、自我生命的轻视等。这一切的一切，无一不暴露了当代一些青少年的三观存在着很大问题。

这些现象的发生，显然不是偶然的，而是在一些社会因素互相作用下发生的。从小学教育的失位，到中学教育的彷徨，恰恰是因为这些因素，使得一些青少年的三观偏离了社会主义核心价值观。教育是一场“持久战”。青少年的三观树立就是在点滴的教育中塑造的，而如今一些青少年所缺少的就是一种正确的价值观。青少年作为祖国的未来，也是中华文化的传承者，一个民族的兴衰在于这个民族的青年是否能够挑起大梁。习近平总书记说：“要把社会责任放在首位，自觉践行社会主义核心价值观，做真善美的追求者和传播者，在为祖国、为人民立德立言中成就自我、实现价值。”正如习近平总书记所说，只有让真善美永驻青少年心中，才能够为社会发展的过程中实现自我价值。总而言之，成长

是一段漫长的旅行，他们在旅行中学到了什么，在今后的成长过程中便会将这些价值观作为自己的人生导航。一个人的思想往往是难以控制的，他此刻的一个动作，或许是他大脑中千万个符号共同命令下实现的。青少年需要更好地成长环境，但社会是多变的，因此青少年才更加要树立正确的三观，而树立正确三观的过程就是多读书、多思考，做一个乐观积极、有志有为、奋发向上的人。“志”即理想，它是指引人生的灯塔。人在青年时期应以理想为指引，摆正心态，坚持做正确、有益的事，同时，再小的事情也要认真对待，对自己进行历练，为实现抱负进行积累。其次，青少年一定要有艰苦奋斗的精神，没有吃苦耐劳的精神，青少年难以担当重任。现在这个时代，人的心态普遍比较浮躁，有些青年人有时难免会产生挫败感，觉得自己的努力和奋斗都是徒劳。事实上，“自古雄才多磨难，从来纨绔少伟男”。再次，青少年要坚持高尚的品德，提高自身的修养。面对同一件事情，有的人一失足成千古恨，有的人洁身自好不为所动，其中的根本原因，还在于个人品德修养的差距。

青少年是社会和我们所珍爱的家庭的未来。我们塑造了怎样的青年，我们就将拥有怎样的今天和明天。

## 以文明的行为点亮生活

一个国家凝聚正能量才能富强，一个人凝聚正能量才能向上。社会需要正能量、时代呼唤正能量。构建社会主义和谐社会，需要有鲜明的社会价值导向，并以此引领和保证全体人民有共同的道德遵循，整个社会有稳定的运行秩序。习近平总书记在十九大报告中提出“培养担当民族复兴大任的时代新人”。因此，我们这一代更要承上启下，以高度的自律做社会主义核心价值观的实践者、做良好道德风尚的推动者、做中华优秀传统文化的弘扬者——

文明礼仪不仅是个人素质、教养的体现，也是个人道德和社会公德的体现，更是城市的特征、国家的脸面。所以，我们作为具有五千年文明史的礼仪之邦，文明更是展示民族精神的重要途径。

如果说生活中最主要的是文明、是礼貌，一点也不夸张。在我们生活中，许多名人的故事在广泛流传。“融四岁，能让梨”的故事家喻户晓，妇孺皆知。毛泽东从小养成了对长辈有礼貌的美德，后来当了国家主席更加礼貌待人。由此可见，文明礼貌比最高的智慧、一切的学识都重要。我们生活在集体大家庭中，文明礼貌

地处理待人是每个人成长过程中必修的一课。因此，我们一定要养成讲文明、讲礼貌的好习惯，做文明人、行文明事。

那么，文明是什么呢？文明是路上相遇时的甜甜微笑，文明是别人有困难时的热情帮助，文明是平时与人相处时的亲切宽容，文明是见到长辈时的问好、问好，文明是不小心撞到对方时的一声“对不起”，文明是自觉将垃圾放入垃圾箱的举动，文明是看到有人做错事时的主动制止……文明就在我们平时生活中的细小琐事中。大千世界，芸芸众生，人与人之间难

免磕磕碰碰，有时甚至失礼、失态，一句“对不起”就能使怨气烟消云散。反之，可能会造成意想不到的后果，甚至酿成悲剧。礼仪是人际交往的工具。规范的行为、文明的礼仪是通往心灵的钥匙。文明礼仪反映着一个人的修养，而且影响着整个社会风气。

点滴之间，涵养文明。让我们选择文明的生活方式，共享文明的幸福之果。相信今后，当我们行走在大街小巷，看到干净、美观的城市环境的同时，也能看到更加热情开朗、积极向上、乐于助人的辽源人民。

## 守住传统文化基因

传统文化是我们的根，是伟大中华文明的基因，是我们宝贵的民族精神家园。守住传统文化就是守住我们的根，守住我们的民族精神家园。文化发展并不意味着忘记过去。相反，要把过去的精髓融入今天的发展中来。文化的发展一脉相承，历史是“历史虚无主义”和“民族虚无主义”必然被历史所抛弃。引导年轻人守住传统文化，目的就在于引领他们去了解传统文化的发展历史、了解其发展的精髓所在，走近传统文化，让传统文化入脑、入心，引导他们成为守住传统文化的中坚力量。

了解传统文化内涵是前提。传统文化就是“文明演化而汇集的一种反映民族特质和风貌的民族文化，是民族历史上各种思

想文化、观念形态的总体表征”。从这个层面来说，传统文化打上了自己民族特色的烙印，中国传统文化“以儒家为内核，还有道教、佛教等文化形态，包括：古文、诗、词、曲、赋、民族音乐等等”。这也告诉我们传统文化博大精深，其拥有丰富的思想内涵。可是，在一些青少年眼中，他们对传统文化内涵的了解知之甚少，更有甚者将传统文化简单归结为古诗词、书法，这些都是对传统文化的片面了解。要真正了解传统文化，就需要去了解我们的文化发展历史，了解各个历史发展阶段所形成的特色传统文化。正如习近平总书记所说：“中华优秀传统文化积淀着中华民族最深沉的精神追求，代表着中华民族独特的精神标识，其中最核心的内

容已经成为中华民族最基本的文化基因。我们生而为中国人，最根本的是我们有中国人的独特精神世界，有百姓日用而不觉的价值观。我们的同胞无论生活在哪里，身上都有鲜明的中华文化烙印，中华文化是中华儿女共同的精神基因。”

守住传统文化要与时俱进，更要开拓创新。守住传统文化不是全盘接收，更不是全盘抛弃。守住传统文化要有所取舍，取其精华，去其糟粕，对于落后、腐朽文化要敢于剔除，敢于说“不”；对于文化精髓，要继承更要弘扬，要创新方式，将传统文化内涵渗透在日常学习、生活中去，让他们感受到传统文化魅力，并感受其在今天生活和在学习中的作用。

## 养成自律好习惯

自律是你克制自己的情绪而支配自己行动的能力。想象一下，你该怎样不受其他任何事物影响来实现自己既定目标。若你不能自律，很多梦想和目标都会轻易地半途而废。但若你能够自我约束，就有一半的可能会实现。自律的最高境界便是，当你作出一个决定时，你一定会朝着目标前进。

宋代理学家朱熹把树立高尚而又远大的志向看作提高道德修养的第一步，当有人问及“为学功夫，以何为先”时，他回答：“专在人自立志。既知这道理，办得坚固心，一味向前，何患不进。只患立志不坚，只听人言语，看人文字，终是无得于己。”在立志过

程中，他提出了立志要勇猛、坚定的观点：“学者立志，须教勇猛，自当有进。”只有坚定信心、勇猛果敢、勇往直前，不达目标不罢休，方能树立起人生的坐标，才会朝着既定的目标一往无前、义无反顾地前进。这些忠言对今天的我们仍有借鉴和教育意义。

一个自律的人，就应是一个懂得自爱、勇于自省、善于自控的人。自律，它能使人明于自知、使人养成良好的行为习惯、使人学会战胜自我、使人身心健康、使人高尚起来，建立良好的人际关系，同时，它是一个人修养的起点和基本要求，也是一个人行动自由所必须遵循的条件。一个人能够自律，说明他修养已到达了较高的境界。“金无足赤，

人无完人”。世界上没有十全十美的人，每个人都会有缺点、错误。一个自律的人就应经常检查自己，对自己的言行进行自省，纠正错误、改正缺点，这是严于律己的表现、是不断进取的重要方法和途径。有错误和缺点不怕，可怕的是无视它、不去改正它。

自律是一种信仰、自律是一种素质、自律是一种觉悟、自律是一种自爱、自律是一种自省、自律是一种自警。卡皮耶夫说：“思想和格言能够美化灵魂，正如鲜花能够美化房间一样”。所以，要想做一名有益于社会的人，就要针对自己的实际，选取相关的名言、警句、格言，作为自己的座右铭，用以勉励自己、提醒自己、警示自己。

本版稿件由本报记者 祝琪尧 采写  
本版策划 戚凯慧

