

写材料关于自我修养表述 名人名言合集



云公文商城



领导决策



办公室工作

（说明：本合集内容除原创外，全部整理自各级政府网站、各专业领域媒体、杂志、图书等，已经编辑甄别筛选修改，均可复制粘贴，绝对保证质量。请大家在学习参考过程中严禁抄袭，严禁上传网络或者用于商业用途，违者必究）

1.勿以恶小而为之，勿以善小而不为。惟贤惟德，能服于人。

——刘备（中）

2.怠者不能修，而忌者畏人修。

——韩愈（中）

3.君子之修身也，内正其心，外正其容。

——欧阳修（中）

4.夫君子之行，静以修身，俭以养德，非淡泊无以明志，非宁静无以致远。

——诸葛亮（中）

5.俭朴的生活，不但可以精神愉快，而且可以培养革命品质。

——徐特立（中）

6.凡建立功业，以立品为始基。从来有学问而能担当大事业者，无不先从品行上立定脚跟。

——徐世昌（中）

7.我的确时时解剖别人，然而更多的是无情地解剖我自己。

——鲁迅（中）

8.土积而成山阜，水积而成江海，行积而成君子。

——恒宽（中）

9.患难困苦，是磨炼人格之最高学府。

——梁启超（中）

10.德可以分为两种。一种是智慧的德，另一种是行为的德。前者是从学习中得来的，后者是从实践中得来的。

——亚里士多德（古希腊）

11.一个人随时注意培养美德，在他度过漫长一生时，便会收到惊人的结果。

——西塞罗（古罗马）

12.要使人成为真正有教养的人，必须具备三个品质：渊博的知识、思维的习惯和高尚的情操。知识不多，就是愚昧；不习惯于思维，就是粗鲁或愚笨；没有高尚的情操，就是卑俗。

——车尔尼雪夫斯基（俄）

13.德行是什么？德行就是藐视漫无节制，就是意识到一切都是过眼烟云，就是坚强的内心平衡。人应当对任何灾难都有心理准备，不要骄傲，享受要有节制。

——施捷克里（苏联）

14.当你已取得善良、谦和、真诚、明理、平和、豁达之名时，你要留心别换了这些名字；而如果你失去了它们的话，你也要赶快地恢复旧观。

——奥罗马（古罗马）

15.一个人的美德不由他特殊的行动来衡量，而应该由他日常的品行来衡量。

——巴斯卡（法）

16.美德必须在逆境中养成。在安适的顺境里，人类的智能就陷入沉睡。但是，当重大而紧迫的事件发生时，人类的

思想看来会提高到那个事件相适应的水平。困难唤起精神产生力量，并且常常会是这样，你越限制我压迫我，我的智能越增长，一直到它们冲破一切压迫所造成的障碍。

——葛德文（英）

17.美是必要的，快乐是必要的，爱情也是必要的，但一切都应该有健康的基础。

——基米特洛夫（苏联）

18.我们播一个动作，就收获一个习惯；播一个习惯，便收获一个品格。

——杰佛莱斯（英）

19.出身贫苦，不可骄傲；创业艰难，不可奢华；努力不懈，不可安逸。能以“谦”“俭”“劳”三字为立身之本，而补余之不足；以“骄”“奢”“逸”三字为终身之戒，而为一个健全之国民，则余愿足矣。

——车耀先（中）

20.在关键时刻既能把热情和冷静相结合，又能使大胆和谨慎相结合——不仅能自制，而且能制止别人轻举妄动。

——车尔尼雪夫斯基（俄）

21.未种树者必培其根，种德者必养其心。

——王守仁（中）

22.教养不是轻易从别处买来贴到身上的东西，而是从你本人的生命里侧、皮肤底层渗透出来的光彩夺目的情操。

——池田大作（日）

23.天性好比种子，它既能长成香花，也能长成毒草，所

以应当时时检查，以培养前者而拔除后者。

——培根（英）

24.任何人都应该有自尊心、自信心、独立性，不然就是奴才。但自尊不是轻人，自信不是自满，独立不是孤立。

——徐特立（中）

25.无论是别人在跟前或者自己单独的时候，都不要做一点卑劣的事情：最要紧的是自尊。

——毕达哥拉斯（古希腊）

26.虔诚不是目的，而是手段，是通过灵魂的最纯洁的宁静而达到最高修养的手段。礼仪不良有两种：第一种是忸怩羞怯，第二种是行为不检点和轻慢；要避免这两种情形，就只有好好地遵守下面这个规则，就是，不要看不起自己，也不要看不起别人。

——洛克（英）

27.路上，就会发现能帮助他度过一生的一条或者1种真理。但是他切不可系任自己：他必须克制自己，光有赤裸裸的本能是不行的。孩子是要别人教的，毛病是要别人医的，即使自己是教员或医生。但做人处事的法子，却恐怕要自己斟酌，许多人开来的良方，往往不过是废纸。探索别人身上的美德，寻找自己身上的恶习。

——富兰克林（美）

28.满招损，谦受益，莫伸手，终日乾乾，自强不息。

——陈毅（中）

29.每一次克制自己，就意味着比以前更强大。

——高尔基（苏联）

30.傲不可长，欲不可纵，乐不可极，志不可满。

——魏徵（中）

31.每人都看自己的前面，但我看自己的内部。对于我，只有自己是对象。我经常研究自己，检查自己，仔细探讨自己。

——蒙田（法）

32.和自己的心进行斗争是很难堪的，但这种胜利则标志着这是深思熟虑的人。

——德谟克利特（古希腊）

33.要找时间来考虑一下一天中做了些什么：是正号还是负号。假如是正号，很好；假如是负号，那就采取措施。

——季米特洛夫（苏联）

34.对可耻的行为的追悔是对生命的拯救。

——德谟克利特（古希腊）

35.一分一秒钟自满，在这一分一秒钟就停止了自已吸收的生命和排泄的生命。只有接受批评才能排泄精神的一切渣滓。只有吸收他人的意见才能添加精神上新的滋养品。

——徐特立（中）

36.一个人只有拿自己的缺点与别人的优点相比，才能感到自己的不足，才会进步。

——王杰（中）

37.虚己者进德之基。

——方孝孺（中）

38.完善的新人应该是在劳动之中和为了劳动而培养起来的。

——欧文（法）

39.只有那些晓得控制他们的缺点，不让这些缺点控制自己的人才是强者。

——巴尔扎克（法）

40.一个目光敏锐、见识深刻的人，倘又能承认自己有局限性，那他离完人就不远了。

——歌德（德）

41.九牛一毫莫自夸，骄傲自满必翻车。历览古今多少事，成由谦逊败由奢。

——陈毅（中）

42.内不愧心，外不负俗，交不为利，仕不谋禄，鉴乎古今，涤情荡欲，何忧于人间之委曲？

——嵇康（中）

43.应该热心地致力于道德行事，而不要空谈道德

——德谟克利特（古希腊）

44.生气的时候，开口前先数到十；如果非常愤怒，先数到一百。

——杰弗逊（美）

45.为一件过失辩解，往往使这过失显得格外重大，正像用布块缝补一处小小的破孔，反而欲盖弥彰一样。

——莎士比亚（英）

46.修养之于心地，其重要犹如食物之于身体。

——西塞罗（古罗马）

47.让我们来献身。献身给善，献身给真，献身给正义。

——雨果（法）

48.自我修养应该以全面均衡的发展和完善为最高目标，
——无论是在身体上、学习上，还是在道德上，它包括身体的健康、学识的广博和心灵的纯洁。

——布雷默（美）

49.自我征服是最大的胜利。短不可护，护短终短；长不可矜，矜则不长。

——聂大年（中）

50.良心是由人的知识和全部生活方式来决定的。

——马克思（德）

51.人应该支配习惯，而决不能让习惯支配人。一个人，不能去掉他的坏习惯，那简直一文不值。

——奥斯特洛夫斯基（苏联）

52.我们只有战胜并超越精神上的混乱、骚动和不和谐，我们才能使自己的思想达到真正的平衡。

——布雷默（美）

53.半治疗忧郁的办法是用激昂、令人鼓舞的情绪填补我们的心灵。如果一个意念或想法使你消沉，那么就要尽可能去想一件令你振奋、高兴的事情。这是一个行之有效的办法。

——马登（英）

54.艰苦的生活比舒适的生活往往更使人养成良好的品质。

- 费定（苏联）
- 55.良好的品德是对坏倾向作顽强的斗争中培养出来的。
- 德克斯特（德）
- 56.反省是一面莹澈的镜子，它可以照见心灵上的玷污。
- 高尔基（苏联）
- 57.如果不学好治理自己，就会陷入灭亡的深渊。
- 池田大作（日）
- 58.当良心、羞耻心、责任心和事业心在你的心灵中永远扎下根来的时候，你就会形成一种有道德的个性。
- 苏霍姆林斯基（苏联）
- 59.我可以抵御一切野兽的残暴，也可以抵御百依百顺的奉承者。
- 拉·封丹（法）
- 60.喜欢别人奉承的人，必将为自己的愚蠢而后悔。
- 菲得洛斯（古罗马）
- 61.因为，谄媚是一切罪恶的保育员。
- 拉罗什富科（法）
- 62.只有克服了自吹自擂的缺点，人才能变得高贵。
- 扬格
- 63.现代道德存在于对时代准则的恪守之中。
- 王尔德
- 64.一个人如果每年根除一种恶习，那么他用不了多么久就会成为十全十美的人。
- 托马斯（德）

65.一个人应该学会保持冷静。动辄火冒三丈，会在下级面前失掉自己的上级身份。

——爱默生（美）

66.要说发脾气，谁都会，这并不难；难的是发脾气要选择合适的对象，掌握分寸，利用适当的时机，有正当的目的，采取适当的方法——所有这些并不是什么人都能做到的。

——莎士比亚（英）

67.来抵制感情的冲动，而不是屈从于它，人才有可能得到心灵上的安宁。

——托马斯（德）

68.做自己感情的奴隶比做暴君的奴仆更为不幸。

——毕达哥拉斯（古希腊）

69.思想要高尚，行为也要高尚。

——朗费罗（法）

70.对镜自赏只能助长傲气。

——奥维德（古罗马）

71.自以为十全十美的人，早晚会把自己引以为豪的老本也一起丢光。

——威尔逊（美）

72.不要想到什么就说什么，凡事必须三思而行。

——莎士比亚（英）

73.像江河消失在大海中一样，美德也会消失在自身的利益中。

——拉罗什富科（法）

74.通向美德的道路是坎坷的，美德既要同外界，也要同内部的困难作斗争。

——蒙田（法）

75.不要出卖美德以换取财富，也不要出卖自由去换取权力。

——富兰克林（美）

76.仁爱先从自己开始，公正先从别人开始。

——狄更斯（英）

77.我们扶起别人，自己才能站起，对倒地者俯身相助的人才站得最直。

——英格索尔（美）

78.要想做一个真正的人，就得学会四件事：一、头脑要清醒；二待人要诚恳；三、行为动机要纯；四、要坚信上帝和苍天。

——范戴克（美）

79.行动的四条准则是：革除自身陋习，克服不良情绪；保持青春活力；决不嫉贤妒能。我立身处世的准则归纳如下：工作勤奋，娱乐适度；人言纷杂，我行我素；对待朋友，不玩心术；处理事务，不躁不怒；生活讲究，量入为出；随遇而安，永远知足。

——琼·内森（美）

80.对所有的人以诚相待；同多数人和睦相处；和少数人常来常往；只跟一个人亲密无间；决不与任何人为敌。

——富兰克林（美）

81.假如你想干一件事又不想让人知道，那就别干。

——爱默生（美）

82.不要让女人的脚步声和窸窸窣窣的绸衣裳的声音摄去了你的魂魄；不要把你的脚踏进窑子里去；不要把你的手伸进裙子里去，不要把你的笔碰到放债人的账簿上去；抵抗恶魔的引诱吧。

——莎士比亚（英）

83.人的思想是可塑的；一个人如果每天观赏一幅好画，阅读某部佳作中的一页，聆听一支妙曲，就会变成一个有文化修养的人个新人。

——罗斯金（英）

84.一个人只要耐心进行文化方面的修养，就不敢蛮横得不可教化。我们的目的应该是熄灭我们心中的欲火，而不是平均我们的钱财。

——亚里士多德（古希腊）

85.我们的奋斗目标不是长寿，而是活得正直。

——塞内加（古罗马）

86.无私无畏者，从心所欲；从心所欲者，其乐无穷，其乐无穷者，踌躇满志，踌躇满志者，无所奢求；一旦到了无所奢求的时候，人也就超脱万物了。

——塞万提斯（西班牙）

87.请用“知足”为你自己设防，因为“知足”是座坚不可摧的要塞。

——托·富勒（英）

88.人都该有自己的行止极限。

——奥维德（古罗马）

89.尤其要紧的，你对你自己忠实；正像有了白昼才有黑夜一样，对自己忠实，才不会对别人欺诈。

——莎士比亚（英）

90.人应该了解自己，而了解自己也是世界上最难的课题。

——塞万提斯（西班牙）

91.我以为，克制自己欲望的人比战胜敌人的人更勇敢，因为征服自我是最艰难的。

——亚里士多德（古希腊）

92.一个人一旦打响了征服自我的战斗，他便是值得称道的人。

——勃朗宁（英）

93.征服自己的情感和愤怒，就能征服一切。

——奥维德（古罗马）

94.吾日三省吾身，为人谋而不忠乎？与朋友交而不信乎？传不习乎？

——孔子（中）

95.天降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为也，所以动心忍性，增益其所不能。

——孟子（中）

96.修身者智之府也，爱施者仁之端也，取予者义之符也，耻辱者勇之决也。

——司马迁（中）

97.合抱之木，生于毫末；九层之台，起于累土；千里之行，始于足下。

——老子（中）