



21世纪中等职业教育立体化精品教材

“互联网+”新形态教材



哲学与人生

学习指导

李秋红 周素欣 李晓慧 主 编
韩立英 杜 冰 王丽晓 副主编

 东南大学出版社
SOUTHEAST UNIVERSITY PRESS

· 南京 ·

内容提要

本学习指导与《哲学与人生》配套使用，对教材中知识点进行了系统梳理，细化了教学目标，同时为学生提供了学习训练材料。

本书结合“哲学与人生”课程的特点，配合本课程的教学大纲，设计了“情境导入”“理论探究”“能力升华”三个学习栏目，帮助学生在参与活动、合作交流中加深体验，更好地掌握教材中的学习内容，更好地感悟人生，体验哲学。

本书集知识性和实用性为一体，可作为中等职业学校学生用书，也可供相关人员参考学习。

图书在版编目 (CIP) 数据

哲学与人生学习指导/李秋红，周素欣，李晓慧主编. —南京：东南大学出版社，2018.8（2022.8重印）

21世纪中等职业教育立体化精品教材

ISBN 978-7-5641-7933-5

I. ①哲… II. ①李… ②周… ③李… III. ①人生哲学—中等专业学校—教学参考资料 IV. ①B821

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 181124 号

哲学与人生学习指导

ZHEXUE YU RENSHENG XUEXI ZHIDAO

主 编：李秋红、周素欣、李晓慧

出版发行：东南大学出版社

社 址：南京市四牌楼2号，邮编210096

印 刷：天津市蓟县宏图印务有限公司

开 本：787mm×1092mm 1/16

印 张：6.5

字 数：135千

版 次：2018年8月第1版

印 次：2022年8月第2次印刷

书 号：ISBN 978-7-5641-7933-5

定 价：20.80元

(凡因印装质量问题，请直接与营销中心调换，电话：025—83791830)

本书编委会

主 编： 李秋红 周素欣 李晓慧

副主编： 韩立英 杜 冰 王丽晓

参 编： 王建都 高瑞果 杨 欣



前言

随着国家对中等职业教育的高度重视，为了适应教育教学改革的需要，进一步推动教育教学改革的深入发展，帮助中等职业学校学生对德育教材所讲授内容掌握得更为科学、扎实和全面，我们依据教育部颁布的《中等职业学校德育大纲（2014年修订）》编写了这本《哲学与人生学习指导》。

人的一生，从出生时懵懂无知的婴孩，到慢慢成长为明理、成熟、适应社会的人，在这期间，我们困惑过、探索过，也想过解决一些关于自我、关于人生、关于世界的疑问。比如我们每天接受快乐和痛苦到底有何深意？人生在世，对自己、对世界的意义何在？通过阅读本书，将会使你受益匪浅。这本书就像一扇门，推开这扇门，迎接你的将是光明。

为了帮助同学们更好地学哲学、用哲学，在学习哲学的过程中感悟人生的道理，用哲学的智慧照亮人生前行的道路，在人生的实践中体验哲学，增长自己的人生智慧，我们结合“哲学与人生”课程的特点，配合本课程的教学大纲，设计了“情境导入”“理论探究”“能力升华”三个学习栏目，帮助同学们在参与活动、合作交流中加深体验，更好地掌握教材中的学习内容，更好地感悟人生、体验哲学。

“情境导入”栏目主要是为同学们的学习创设一个实际的情境，增加同学们的感受和体验。栏目中的“问题思考”可以帮助同学们加深对情境中材料的思考和理解。

“理论探究”栏目中的“知识点拨”是对本节的主要哲学观点和方法的概述。“人生讲堂”是通过对实际案例中的道理的感悟，来加深同学们对本节所学的哲学与人生观点的理解。

“能力升华”栏目不仅是对同学们知识学习的检验，更重要的是希望同学们能够通过训练，提高自己的认知、情感和行为习惯。

由于编者的学术水平有限、编写时间仓促，书中难免存在不当之处，敬请读者批评指正，以便再版时修改。

编者



目录

第一单元 生活处处有哲学，哲学是生活的向导

- 第一节 哲学与世界观 1
- 第二节 哲学的基本问题 7

第二单元 坚持从客观实际出发，脚踏实地走好人生路

- 第一节 物质运动与人生行动 11
- 第二节 客观实际与人生选择 16
- 第三节 自觉能动与自强不息 21

第三单元 用辩证的观点看世界，树立积极的人生态度

- 第一节 普遍联系与人际和谐 27
- 第二节 发展变化与人生的顺境逆境 32
- 第三节 矛盾观点与人生动力 37

第四单元 坚持实践与认知的统一，提高人生发展的能力

- 第一节 知行统一与体验成功 43
- 第二节 现象本质与明辨是非 49
- 第三节 科学思维与创新能力 54

第五单元 顺应历史潮流，确立崇高的人生理想

- 第一节 历史规律与人生目标 59
- 第二节 社会理想与个人理想 64
- 第三节 理想信念与意志责任 68

第六单元 在社会中发展自我，创造人生价值

第一节 人的本质与利己利他	73
第二节 人的全面发展与个性自由	77
第三节 成功在于拼搏，价值在于奉献	82
参考答案	86

第一单元

生活处处有哲学， 哲学是生活的向导

第一节 哲学与世界观

情境导入

◎ 现象透视

一位数学家和一位哲学家用一根绳子圈地，看谁圈的面积大。数学家经过周密的计算，认为把绳子围成圆形得到的面积最大，于是就用绳子在地上围了个圆形，并宣布：“经过计算，圆周的面积最大。”哲学家不假思索地把绳子随便在地上一围，然后站到里面，并宣布：“我现在站到了自己所圈地的外面了。”

◎ 问题思考

作为中职生我们应如何运用哲学知识思考自己的人生？



理论探究

◎ 知识点拨

一、哲学的起源

哲学的起源来自两方面：一是任何哲学智慧和思想都产生于人类的生活和实践，二是任何哲学都是人们在生活和实践中对世界进行追问和思考的结果。

每个人都在生活，每个人都在实践，每个人都在思考，每个人都在追问，而哲学就产生于人类对生活、实践的追问和对世界的思考，由此不难得出结论：哲学就在我们身边，哲学并不神秘。

（一）哲学的智慧产生于人类的实践活动

哲学的智慧不是从人们的主观情绪中凭空产生的，而是人们在认识世界和改造世界的活动中，在处理人与外部世界关系的实践中逐步形成和发展起来的。一句话，哲学的智慧产生于人类的实践活动。

（二）哲学源于人们对实践的追问和对世界的思考

哲学并不是高高地悬浮于空中的思想楼阁，哲学也没有我们想象的那样神秘，只要留心思考，就会发现它与人们的生活以及人们所处的自然环境和社会环境密切相关，它总是自觉或不自觉地影响着人们的学习、工作和生活。

二、哲学是什么

哲学是一门给人智慧、使人聪明的学问。哲学是指导人们生活得更好的艺术。如果人们善于运用哲学来指导我们的生活，那么，人们的生活将会变得更加美好。

（一）哲学是一门智慧科学

在汉语中，哲就是智慧，哲学就是智慧之学或追求智慧之学，即爱智之学。正如马克思所说，哲学是现世的智慧，是“文化的活的灵魂”。

（二）哲学的任务

从前，哲学直接绘制朴素的世界图像，呈现给没有受过科学教育的人去感知；现在，哲学能够阐述科学为它提供的世界图像。在完成科学图像时，哲学不得不以两种方式进行：向下完成（completion downwards）和向上完成（completion upwards）。向下完成关注的是获得具体学科依赖的基础。每一门学科都是从某些原始事实和作为基础的假设开始的。向下完成就是检验这些假设，研究不同学科相互支持的关系，把假设打造成一个可靠的基础。简而言之，建构基础是哲学的第一项任务，而关注这一点的哲学学科是知识论。

向上完成成为哲学的第二项任务，即习惯上所谓的形而上学的任务。

三、世界观的含义

世界观是人们对整个世界及人与世界关系的总的看法和根本观点。

四、哲学和世界观的关系

哲学与世界观既有联系,又有区别。世界观是人们对整个世界以及人与世界关系的总的看法和根本观点。世界观是自发的、朴素的,人人都有。而哲学是系统化、理论化的世界观,要靠不断学习、思考、实践才能掌握。

◎ 人生讲堂

1. 牛顿是经典力学的奠基人。他在自发的唯物论指导下,创立了万有引力的理论,对自然科学特别是对力学和数学的发展做出了杰出的贡献。但是他在哲学上是个盲人。他厌恶理论思维,曾自我警告:“物理学,当心形而上学啊!”这是他为了排斥理论思维发出的警告。事实上他不可能摆脱哲学的影响和支配。为了解决太阳系最初是怎样开始运动以及行星又是如何绕太阳运转这类问题时,他认为除了万有引力的作用外,还必须有一个“切线力”。这个力从何而来呢?他陷入了困境。于是,他提出了“上帝是第一推动力”来作为太阳及行星运动的起因,他从自发的唯物论坠入了唯心论的泥坑。晚年,他埋头注释《约翰启示录》,写了130万字的神学著作,妄图用科学的发现来证明上帝的存在。这就完全成了宗教神学的俘虏,阻碍了他在科学上做出新的贡献。

分析:这件事说明,即使是著名的科学家,如果忽视正确的哲学思想指导,也会偏离科学的道路。

2. 2000年是世纪之交,最引人注目的事件之一无疑就是“千年伟人”的评选。英国广播公司(BBC)用几周时间在网上经过反复评选,最终得出的结果是:马克思排在第一位,排在第二位的是科学家爱因斯坦。

在评选活动开始阶段,爱因斯坦的票数领先。在评选活动的后期,选马克思为千年最伟大思想家的票数直线上升,并遥遥领先于爱因斯坦。美国纽约的一家报纸用整版篇幅评论了这个意义深远的事件。后来,路透社又邀请政界、商界、艺术和学术领域的名人评选“千年伟人”,39名候选者的得票比较平均,爱因斯坦仅以一票的优势领先于甘地和马克思。这同样具有重要意义,同样说明马克思是千年伟人。

从1995年到1998年,千人以上的马克思主义国际学术研讨会开过四次,分别是:1995年为纪念恩格斯逝世100周年在巴黎举行的、有1500多位学者参加的第一届“国际马克思大会”;1996年在美国纽约召开的、有1500多名学者参加的“世界社会主义者大会”;1996年在伦敦召开的、有6000多人参加的、盛况空前的“96伦敦马克思大会”;1998年为纪念《共产党宣言》发表150周年,在巴黎召开的、有1500多人参加的马克思主义国际学术讨论会。此外,1998年在巴黎还召开了有500多人参加的第二届“国际马克思大会”,以及在莫斯科举行的每年一度的国际社会主义研讨会,至于小型的国际学术讨论会更是不计其数。

在2000年,回顾和总结20世纪的社会主义运动,展望21世纪社会主义发展前景,是国际理论研讨活动的重要内容。法国“马克思园地”协会在巴黎举办了规模盛大的、题为“全球化与人类解放”的马克思主义国际学术研讨会,主要议题有:20世纪社会主义分析与总结;当代资本主义分析;如何实现真正的公有制和新国际主义等。同时,

在美国纽约举行了 2400 多人参加的“世界社会主义者大会”，讨论当代社会主义面临的新问题、社会主义的历史命运、当代资本主义的新变化，以及如何取代资本主义等重大问题。世界其他地区也举办了类似的活动。法国《世界报》用“回归马克思”的题目来形容并点评这种热潮。

分析：马克思被评选为“千年伟人”，说明人们没有忘记，也不会忘记马克思。马克思的思想体系仍然在世界政治生活和思想领域中发挥着重大作用。马克思主义已成为人类精神文明发展的重要构件，是全人类的文化遗产。



能力升华

◎ 素质演练

一、单项选择题

1. 恩格斯说：“人在怎样的程度上学会改变自然界，人的智力就在怎样的程度上发展起来。”这说明（ ）。

- A. 哲学的智慧产生于人类的实践活动
- B. 哲学的智慧是人们主观产生的
- C. 哲学观点都是正确的
- D. 学习哲学使人聪明

2. 有人认为，神秘而深奥的哲学智慧产生于哲学家聪明的大脑，这种观点（ ）。

- A. 是正确的，肯定了哲学的产生必须以聪明的大脑为基础
- B. 是正确的，肯定了哲学是一门给人智慧、使人聪明的学问
- C. 是错误的，没有认识到哲学与生活密切相关的关系
- D. 是错误的，否认了哲学的智慧产生于人类的实践活动

3. 人总是按照自己对周围世界和人生的理解做人做事。有人认为命由天定，因而深处困境时消极等待，逆来顺受；有人认为人定胜天，因而在困难面前积极奋争，不屈不挠。以上材料说明（ ）。

- A. 哲学源于人们对实践的追问和对世界的思考
- B. 世界观决定方法论，方法论体现着世界观
- C. 哲学不等于自发产生的世界观
- D. 哲学是关于世界观的学说

4. 有人认为，哲学的智慧产生于人类的实践活动。也有人认为，哲学源于人们对实践的追问和对世界的思考。这两者（ ）。

- A. 不矛盾，前者是从本源来说的，后者是从获取方式来说的
- B. 不矛盾，说哲学源于对实践的追问，是因为认识在不断发展
- C. 是矛盾的，因为实践是一切认识的源头
- D. 是矛盾的，因为对实践的追问未必都是哲学

二、多项选择题

1. 下列关于人生与哲学关系的说法,正确的是()。
 - A. 人生需要哲学,哲学就在我们身边
 - B. 哲学是从人们的主观情绪中凭空产生的
 - C. 哲学是指导人们生活得更好的艺术
 - D. 哲学的任务就是寻找光明,在人类生活的路途上点起前进的明灯,指导人们正确地认识世界和改造世界
2. 《学哲学用哲学》一书中说:“学懂了哲学,脑子就灵,眼睛就亮,办法就多。”对此理解正确的是()。
 - A. 哲学是世界观和方法论的统一
 - B. 哲学能够指导我们正确地认识世界和改造世界
 - C. 科学的哲学能对我们的工作和生活加以指导
 - D. 我们在工作中的一切行为和认识都应以马克思主义经典著作中的论述为标准
3. 哲学起源于()。
 - A. 任何哲学智慧和思想都来源于人类的生活和实践
 - B. 任何哲学都是人们在生活和实践中对世界进行追问和思考的结果
 - C. 哲学产生于哲学家的头脑
 - D. 哲学产生于神的启示
4. 人类的两项基本活动是()。
 - A. 认识世界
 - B. 改造世界
 - C. 劳动
 - D. 思考
5. 广大哲学社会科学工作者应坚持贴近实际、贴近生活、贴近群众,坚持立足当代、立足国情,以深入研究重大现实问题为主攻方向,自觉、积极、主动地为建设中国特色社会主义的伟大实践服务。上述内容说明()。
 - A. 哲学是世界观和方法论的统一
 - B. 哲学是系统化理论化的世界观
 - C. 哲学源于人们对世界的思考
 - D. 人们研究哲学的目的是为了认识世界和改造世界

三、简答题

1. 哲学的起源是什么?

2. 哲学是什么？

四、案例分析题

1. 中国有个寓言叫“愚公移山”，讲的是几千年前，在一个交通不便的山村里有位叫愚公的老人，他下决心要将挡在家门口的两座大山移开。亲戚和邻居都说不可能，但他力排众议，带着子孙日复一日挖土移山。他说：“山不会加大增高，人却子孙无穷，只要持之以恒，总有一天会把大山搬走。”愚公的精神感动了天神，两座山在人和神的共同努力下被移开了，愚公的家乡同外界实现了互联互通。

- (1) “愚公移山”的故事说明了什么？
- (2) “愚公移山”的故事给了你什么启示？

2. 材料一 恩格斯指出：“在从笛卡尔到黑格尔和从霍布斯到费尔巴哈这一长时期内，推动哲学家前进的，决不像他们所想象的那样，只是纯粹思想的力量。恰恰相反，真正推动他们前进的，主要是自然科学和工业的强大而日益迅速的进步。”

材料二 自然科学的发展离不开哲学。从古至今，没有哪一种科学知识体系实际上不是以某种哲学为指导的，也没有哪一个科学家实际上不是具有某种哲学信仰的，所不同的是表现出来的自觉程度不一样。

上述材料是怎样体现哲学与具体科学之间的联系的呢？

◎ 参与践行

1. 将同学们以 10 人为一组，分组讨论哲学对人生的指导意义。
2. 每个小组选出一位代表，在班级讨论课上做主题发言，要求制作精美的 PPT，小组内分工合作，体现团队合作精神。

第二节 哲学的基本问题

情境导入

◎ 现象透视

思维与存在的关系问题,是人们在现实生活和实践活动中首先遇到和无法回避的基本问题。在实际生活中,我们都会面对思维与存在的关系问题,如学生会涉及学习计划与学习实际之间的关系;教师会涉及教学计划与教学实际之间的关系;学校会涉及治学模式与学生实际情况之间的关系。

◎ 问题思考

你有没有根据自己的实际情况制定出学习计划和目标呢?

理论探究

◎ 知识点拨

一、思维和存在的关系

哲学研究的问题有很多,但是贯穿于哲学发展始终的基本问题是思维和存在的关系问题,对这一问题的不同回答决定着各种哲学的基本性质和方向。

(一) 哲学的基本问题是思维和存在的关系问题

哲学的基本问题是思维和存在的关系问题,即意识和物质的关系问题。

(二) 哲学基本问题的内容

1. 思维和存在何者为本原的问题

凡认为存在决定思维的,就是唯物主义;凡认为思维决定存在的,就是唯心主义。各种哲学由于对这个问题不同回答,分属于唯物主义和唯心主义两大阵营。

2. 思维和存在有没有同一性的问题

思维和存在有没有同一性的问题,即思维能否正确认识存在的问题。

二、为什么思维和存在的关系问题是哲学的基本问题

思维和存在的关系问题,是人们在生活和实践活动中首先遇到和无法回避的基本问题。

思维和存在的关系问题,是一切哲学都不能回避、必须回答的问题。

◎ 人生讲堂

在某个小村落,下了一场非常大的暴雨,洪水淹没了全村。一位神父正在教堂里祈

祷，此时洪水已经淹没到他的膝盖了。一个救生员驾着舢板来到教堂大喊：“神父，赶快上来吧！不然洪水会把你淹死的！”神父说：“不！我深信上帝会来救我的，你先去救别人好了。”

过了不久，洪水已经淹没到神父的胸口了，神父只好勉强地站在祭坛上。这时候，一个警察开着快艇过来大喊：“神父，快上来，不然你真的会被淹死的！”神父说：“不，我要守住我的教堂，我相信上帝一定会来救我的，你还是先救别人好了。”

又过了一会儿，洪水已经把整个教堂淹没了，神父只好紧紧地抓住教堂顶端的十字架。一架直升机缓缓地飞过来，飞行员丢下了绳梯之后大叫：“神父，快上来，这是最后的机会了，我们可不愿意看着你被洪水淹死！”神父还是坚定地说：“不，我要守住我的教堂，上帝一定会来救我的，你还是先救别人好了，上帝会与我同在的。”

洪水滚滚而来，固执的神父终于被淹死了，他是在这场洪水中唯一一个被淹死的人。

分析：哲学的基本问题是思维和存在的关系问题。对思维和存在何者为第一性的不同回答，是划分唯物主义和唯心主义的唯一标准。世界观决定方法论，方法论反映世界观，有什么样的世界观就有什么样的方法论。由于神父坚持了错误的唯心主义世界观，所以他在洪水面前做出了错误的选择。



能力升华

◎ 素质演练

一、单项选择题

1. 在实际生活中常常有这样一种情况出现，即人们对某种事物的存在与否感到难以预料，心中无底时，往往就认为“信则有，不信则无”。这种观点从哲学上说，是认为（ ）。

- A. 世界不是由神创造的，而是由人创造的
- B. 存在决定思维
- C. 思维是世界的本原，思维决定存在
- D. 世界观不同，对事物的看法就不同

2. 唯物主义和唯心主义的根本区别在于是否承认（ ）。

- A. 世界是普遍联系和变化发展的
- B. 世界是统一于物质的
- C. 意识对物质具有反作用
- D. 世界是可以被认识的

3. 中央“一号文件”是在充分了解我国农业、农村和农民现实问题的基础上制定的。这充分说明（ ）。

- A. 思维与存在何为第一性的问题是以思维和存在的同一性问题为基础的

- B. 思维和存在同一性问题是以前思维与存在何为第一性的问题为基础
- C. 思维与存在的同一性问题是哲学基本问题，可以划分唯物主义和唯心主义
- D. 哲学基本问题就是思维与存在何为第一性的问题
4. 毛泽东曾明确指出：“存在第一性，思维第二性，这是思维与存在同一性的唯物主义前提，只有肯定这一条，我们才能与唯心主义划清界限。”这主要说明（ ）。
 A. 思维与存在具有同一性
 B. 对思维与存在何为第一性的不同回答，是划分唯物主义和唯心主义的唯一标准
 C. 唯物主义和唯心主义是不同的世界观与方法论
 D. 思维与存在的性质是不同的
5. 下列说法正确反映思维和存在的关系的是（ ）。
 A. 眼开则花明，眼闭则花寂
 B. 形存而神存，形谢则神灭
 C. 神灵天意决定着社会的变化
 D. 物是观念的集合

二、简答题

1. 哲学的基本问题是什么？
2. 唯物主义和唯心主义的区别是什么？

三、案例分析题

南北朝时期著名的唯物主义思想家范缜指出：“形存则神存，形谢则神灭”，物质实体乃产生精神的基础。十八世纪英国主教贝克莱说：“我说我写字的桌子存在，就是说我看见它，摸到它。”

从哲学上看，范缜和贝克莱分别属于什么派别？这两个派别的根本分歧是什么？

◎ 参与践行

1. 将同学们以 10 人为一组，分组读伟人故事，撰写读书报告，要求字数不少于 1000 字。
2. 每个小组选出一位代表，在班级读书会上做主题发言，要求制作精美的 PPT，小组内分工合作，在共同分享读书心得体会的基础上，共同完成汇报材料。