

第一单元

坚持从客观实际出发， 脚踏实地走好人生路

人生的道路有千千万万条，而我们的生活就是在不断地做选择题。不同的选择会产生不同的结果，成功的人生源于正确的选择，而失败的人生则源于错误的选择。那么我们每个人应该选择一条什么的人生道路呢？我们要怎样做才能走好自己的人生路呢？对此，马克思主义哲学认为，人生不仅需要理想、热情，需要踮起脚尖眺望远方，更要面对客观实际，脚踏实地，要把积极的行动与尊重客观规律结合起来。只有坚持从客观实际出发，在尊重客观规律的基础上充分发挥自身的主观能动性，才能做出正确的选择，把握住自己的人生命运。



目
标
透
视

- ➔ 了解一切从实际出发、正确发挥自觉能动性马克思主义哲学的基本原理
- ➔ 理解物质运动是有规律的
- ➔ 理解从实际出发、尊重客观规律是正确发挥自觉能动性进行人生选择、走好人生道路的前提和基础
- ➔ 把握客观规律，自信自强，敢于行动，善于行动

第一课 客观实际与人生选择



情境感悟

一只秃鹰飞过王宫，看见王宫中的一只黄莺十分受到国王的宠爱，于是就问黄莺：“你是怎么得到国王宠爱的？”

黄莺回答说：“我到王宫后，唱歌十分动听，国王非常喜欢听我唱歌，就经常拿珍珠来打扮我。”

秃鹰听了，心中很是羡慕，它想：“我也应该学学黄莺，这样说不定国王也会喜欢上我的。”于是它就飞到国王睡觉的地方，开始叫起来。正好国王在睡觉，听了秃鹰的叫声，感到十分恐怖。就叫属下去看看是怎么回事。属下禀报说是秃鹰在叫。国王感到十分愤怒，就吩咐手下去把秃鹰抓来，并命令拔光秃鹰的羽毛。

秃鹰浑身疼痛、满是伤痕地回到鸟群中，它恼羞成怒，到处对别的鸟儿说：“这都是黄莺害的，我一定要报仇！”

(1) 秃鹰为什么会被拔光羽毛？

(2) 根据上文所反映的内容，谈谈你的认识，经过讨论后，总结出其中的哲学道理：





知识探究

一、物质世界是客观存在的

我们面对的世界,生机勃勃,奥妙无穷。自从人类诞生那一天开始,对世界的探索就在不懈地进行中。世界是什么?人与世界的关系是怎样的?这是生活在世界中的人们不能不回答的问题。就我们的这门课程而言,只有深切地认识到世界的本质,才能以正确的态度看待客观现实,做出正确的人生选择。

(一)人类对物质世界的认识历程

随着人类认识的拓展,思考的加深,对上述问题的思考就转化为对世界本质的思考。世界的本质问题是一个古老而常新的问题,也是所有哲学派别都必须回答的问题,古今中外的哲学家们对它进行了很多探讨。不同的哲学派别,对究竟什么是世界的本质做出了不同甚至相反的回答。总体而言,人类对世界本质的认识经历了古代朴素唯物主义、近代形而上学唯物主义与马克思辩证唯物主义三大发展阶段。

1. 古代朴素唯物主义

凭借直观和直觉猜测世界的本质或本原,把它归结为某一种或某几种具体的物质形态,称为古代朴素唯物主义。

2. 近代形而上学唯物主义

到近代,哲学家认为,物质就是原子,原子的特性就是一切物质的特性,原子是世界的特性。其代表人物是 17 世纪法国唯物主义哲学家伽森狄和 18 世纪法国唯物主义哲学家霍尔巴赫。这种形而上学物质观,不仅继承了朴素唯物主义物质观的基本观点,肯定了物质的客观性(即不依赖于意识的本质),而且以当时自然科学发展的成果为根据和基础,克服了古代朴素唯物主义物质观的自发性、直观性和猜测性的弊端,使唯物主义物质观得到了科学的论证。但是这种观点以孤立的、静止的、片面的观点解释自然界和认识论问题,解释不了千变万化的物质世界,说明不了日新月异的科学发展,也难以驳倒唯心主义的不断进攻。因此,随着自然科学的发展,这种物质观必然会被新的物质观代替。

3. 马克思辩证唯物主义

19 世纪,近代形而上学唯物主义由于其自身存在的缺陷,遇到了全面的危机。正是在这种条件下,马克思与恩格斯批判地继承了前人的成果,对具体科学关于物质世界研究的最新成果进行了哲学的概括与总结,形成了科学的辩证唯物主义物质观。

(二)马克思主义哲学对物质世界的科学认识

哲学是时代精神的精华,马克思、恩格斯适应了时代和实践的要求,在批判地继承





和改造以往哲学优秀成果的基础上,创立了辩证唯物主义与历史唯物主义,奠定了马克思主义整个理论大厦的根基,为我们提供了科学的世界观与方法论。

马克思主义认为,自然,其原意是人或物的固有属性和本质。自然即天然,是与人工物相对立的“不借人力”的存在。自然一词之所以有意义,是因为有了人类,有了人工物的存在。在人类尚未产生之前,自然界就已经存在。在自然界长期演化的过程中产生了人,形成了人类社会。人以及由人组成的社会,是自然界长期发展的产物。自然界、人类社会和人自身构成了整个物质世界。

1. 自然界的存在是客观的

自然界在人类产生之前就存在,它不由人的意识所决定,并按自身的规律而发展。自然界在漫长的历史演进中,按其自身的规律不断地自发演化,形成了其发展的多样性。在人类产生以后,即使人类改造自然的的活动使自然界发生了巨大的变化,但是,自然界的存在和发展仍然是客观的,不以人的意识为转移的。马克思对此有过精辟的论述:“人在生产中只能像自然本身那样发挥作用,就是说,只能改变物质的形态。不仅如此,他在这种改变形态的劳动中,还要经常依靠自然力的帮助。”人类经验及现代科学已经提供了无数的证据来证明其存在的客观性。

(1)宇宙间各个天体的形成与变化是客观的。早在数千年前的古代,我们的祖先就已经从日复一日的天象观察中得出结论:每一天体都是按照自然界固有的规律而形成的,有着自己的起源与变化过程。而现代自然科学的方法和手段已经证明宇宙间不存在“天国”,也不存在上帝和诸神创造天地的活动,各个天体都是统一的物质世界的组成部分。

(2)生物的产生和进化是自然界长期发展的结果。自然界中的各种生物(包括人类)的存在都是客观的,这一点可以从达尔文的生物进化论中找到答案。



知识链接

早在16世纪,就有科学家发现人和鸟虽然外表很不相同,但是其骨骼组成和排列却非常相似。到了19世纪,研究不同生物种类的形态结构的比较解剖学已相当发达,各生物种类内部结构的同源性也越来越明显。正如达尔文所指出的:用于抓握的人手,用于挖掘的鼯鼠前肢,用于奔跑的马腿,用于游泳的海豚鳍状肢和用于飞翔的蝙蝠的翼手,它们的外形是如此的迥异,功能是如此的不同,但是剔除皮毛、肌肉之后,呈现在我们眼前的骨架却又是如此相似!对此最合理的解释就是它们都是从同一祖先进化而来的。由于需要适应环境而具有不同的功能和不同的外形,但是骨子里却没能变化多少。如果它们是被分别创造出来的,根本没必要让有不同功能和不同外形的器官有着相似的构造,因为这样的构造设计,就其功能和外形而言,有时显得不是那么合理。如果让一个工程师来设计这些前肢,他完全可以去除一些对其他物种必需,对这个物种却是累赘、



退化得只剩一点痕迹的骨头。而且,比较解剖学使我们认识到许多生物体都有一些退化了的器官,它们是生物进化的令人信服的证据。比如鲸,它的后肢已经消失了,但它的后肢骨并没有消失,我们还可以在它的尾部找到已不起作用的盆骨和股骨。甚至在一些蛇类中,我们也可以找到盆骨和股骨的残余。这使我们相信,鲸是由陆地四足动物进化来的,蛇是由蜥蜴进化来的。

综上所述,现代科学的发展和达尔文生物进化论证明,生命是自然界发展到一定阶段的产物,生命物质是由非生命物质发展变化而来的。生命现象是一种客观物质现象,是物质较高级的存在形式。

2. 人类产生之后,自然界的存在与发展是不以人的意识为转移的

(1)从人们利用自然物来看。一种自然物能不能被人利用,怎样被人利用,与人的实践活动水平、人的需要、人的意识是密不可分的。人们利用自然物的根本前提是自然物的客观存在,是自然物本身的属性和规律。例如铁矿石能炼铁、煤能燃烧,水能种植农作物、养鱼、行船、放木排和发电等。

自然物及其属性与规律不以人的意识为转移,人只能根据自然物本身的属性有意识地利用自然物。人们不仅能够利用自然物,而且能够改造自然物。

(2)从人们改造自然物来看。人们为了满足自己各方面的需要,发挥自己的能力,可以有意识地制造出许多自然界原来没有的东西。但人们改造自然物活动的基础,只能是自然物及其固有的属性和变化发展的规律,而这些是不依赖于人的意识而客观存在的。人类有意识地改造自然所取得的成果,首先是人们承认自然的客观存在和服从自然的结果。在自然面前,人是不能随心所欲的;承认自然界的客观性是人类有意识地处理人与自然关系的基本前提,人与自然界应该是和谐的朋友关系。

★ 案例



案例启迪

2015年11月25日,天津建立全球最大的“克隆工厂”,克隆各种宠物犬、优质肉牛等,该公司已经克隆了550只狗。

1997年以来,人类在生物技术领域取得突破性进展。英国科学家采用体细胞核移植这种无性繁殖技术,培育出世界上第一只克隆羊。我国的克隆技术也颇有成就,



20世纪80年代末,我国克隆出一只兔,1991年原西北农业大学发育研究所与江苏农学院克隆羊成功,1993年中国科学院发育生物研究所与扬州大学农学院共同克隆出一批山羊,1995年华南师范大学和广西农业大学合作克隆出牛,接着中国农科院畜牧研究所于



1996年克隆牛获得成功。1998年,我国科学家首次培育出具有生物医药产业价值的转基因羊,可望实现构建“动物药厂”的梦想。同时,美国的克隆猴也取得成功,日本科学家称他们繁殖出200多头克隆牛。以上所述的克隆动物,都是用胚胎细胞作为供体细胞进行细胞核移植而获得成功的。目前,克隆技术在英国又有了新的进展,他们把这一技术应用于人类造血事业。克隆技术的前景不可估量,将来还会有意识地制造出更多的物种。

分析:以上案例是否意味着新物种的出现是以人的意志为转移,而不依赖于物质呢?回答是否定的。这是因为,如果没有已存在的物种,没有遗传物质染色体的基因,没有掌握基因的变化规律,或者人类不把这些客观因素作为基础,只根据自己的意志行事,“克隆羊”、“转基因羊”等新物种是不可能创造出来的。

3. 人类与人类社会的产生是自然界长期发展的结果

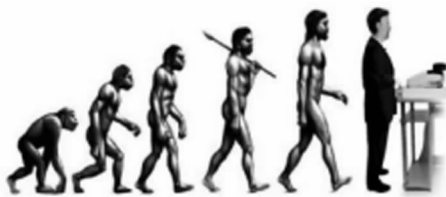
众所周知,人类并不是神所创造的,而是由古猿进化来的。在这个过程中,劳动起了决定性的作用,即古猿通过劳动进化成人类。



知识链接

原始的人类开始出现在距今约300万~200万年以前。智力和文化的发展是人类进化发展的重要标志。南方古猿是由猿分化出来的最原始的人科代表,具有猿和人的混合特征,能直立行走,代表了由猿到人演化过程的过渡阶段。它们生活在距今500万~120万年间的东非和南非等地。它们的脑容量变化范围由早期的450毫升到晚期的725毫升。它们可能像现代类人猿一样具有即兴使用树枝、木棍、石块的能力,但无有意识地制造工具(石器)的能力。

人类的进化



大约在距今250万年前后,由南方古猿演化出了最早使用和有意制造石器的原始人类——能人。它们生活在距今250万~150万年期间,代表了人类演化历史中的早期猿人阶段。它们的平均脑容量约640毫升。它们制造的石器是一些由砾石打制而成的非常简单的粗制砍砸器,在考古学中被称为奥杜韦文化。到目前为止,这一演化阶段的人类化石和文化遗址主要分布在东非地区和我国的云南省。我国云南的元谋猿人生活的时代距今约170万年。

★ 微视频



辛普森版人类进化简史

理解自然界是客观的比较容易,理解人类社会是客观的,相对来说就有些难度了。因为社会是由人组成的,社会中人们的一切活动都是在一定的思想目的支配下进行的。



这就是说，社会的存在和发展不同于自然界。尽管如此，人类社会仍然是物质世界的一部分，是客观的。

人类社会是自然界长期发展的产物，是物质世界的一种特殊存在形式和高级运动形式。人类社会存在和发展的基础是物质资料生产方式，其中生产力对社会来说是最基本的物质力量。社会存在和发展的基础——生产方式——是客观的。

人类社会是伴随着人类的产生而产生的，有了人类就有了人类社会。人类社会的形成主要不是人的生理组织与机制进化的生物学过程，而是以劳动为基础的人类共同活动和相互交往等社会关系形成的过程。人类的直接祖先是一种群居动物，它们在严酷的大自然面前不得不以群体的联合力量和集体活动来弥补个体能力的不足。恩格斯曾把过着群居生活的古猿称为“社会化的动物”，把它们群体的关系称为“社会本能”。他指出：“我们的猿类祖先是一种社会化的动物。人，一切动物中最社会化的动物，显然不可能从一种非社会化的最近的祖先发展而来”（《马克思恩格斯选集》第3卷，第510页）。人类群体的社会本能，是从猿进化到人的最重要的杠杆之一。同劳动的发展相适应，这种群体关系越来越广泛和密切，终于随着人类的出现而成为真正意义上的社会关系。有了社会关系，人类社会即告产生，这种社会关系随着人类认识世界与改造世界的能力不断增强，最终形成了我们今天所看到的五彩缤纷、复杂异常的现代社会。

4. 人类的意识是自然界长期发展的结果

思维也是人类要认识的客观世界的重要组成部分，其产生与发展是自然界长期发展的结果。思维的过程必然产生意识。人类是自然界长期发展的结果，而人与动物的最重要区别则在于人会思考，人有意识。从这一角度来看，既然人类的产生是客观的，那么与人类相生相伴的思维的产生与发展也必然是客观的。

综上所述，自然界中的万事万物都有其产生、发展的客观历史过程，都是不以人的意志为转移的客观存在。

（三）马克思主义哲学对物质与意识关系的科学认识

对物质与意识基本关系的回答，何者是第一性的，何者是第二性的，是物质决定意识，还是意识决定物质的回答，是区分唯物主义与唯心主义的基本标准。对这一问题的回答，关系到一个人能否树立正确的世界观、人生观、价值观，关系到一个人在实际的生活、工作、学习中能否做到一切从实际出发，实事求是。马克思主义哲学对物质与意识的关系做出了科学的判断。

1. 物质的基本含义

恩格斯在《自然辩证法》中指出：“物质无非是各种物的总和，物质范畴就是从这种总和抽象出来的。”这指出了物质的科学含义。物质实际上就是具体事物的抽象。列宁指出：“物质是标志客观实在的哲学范畴，这种客观实在是人通过感觉感知的，它不依赖于



我们的感觉而存在,为我们的感觉所复写、摄影、反映。”简而言之,物质是不依赖于意识而又能被意识所反映的客观实在。物质是相对于意识而言的,物质的唯一特性是客观实在性。

2. 意识的本质

马克思主义哲学总结前人科学发展的成就,结合辩证唯物主义思想,科学地说明了意识的本质,并正确地认识了意识的主观能动性。意识是高度发展的物质,它是物质世界在人脑中的主观映象,是人脑的机能。意识不是人脑固有的或自生的东西,而是人脑对客观对象的反映。正如马克思所言:“观念的东西不外是移入人的头脑并在人的头脑中改造过的物质的东西而已。”

(1)意识是自然界长期发展的产物。意识是物质世界长期发展的产物,是随着地球上人类的诞生而出现的。一般认为,意识的产生经历了三个决定性的环节:由无机物具有的反应特性发展到低级生物的刺激感应性;由低级生物的刺激感应性发展到高级动物的感觉和心理;由高级动物的感觉和心理发展到人的意识和思维。列宁说过:假定一切物质都具有在本质上跟感觉相近的特性,反映的特性,这是合乎逻辑的。

思想者时刻

植物有意识吗?为什么?



(2)意识是劳动的产物。人类意识的产生并不完全是自然演化的结果,社会劳动在这一过程中发挥了极其重要的作用。恩格斯说:“首先是劳动,然后是语言和劳动一起,成了两个最主要的推动力,在它们的影响下,猿脑就逐渐地过渡到了人脑。”

社会劳动不仅是意识产生的决定力量,而且也是意识发展的决定力量。作为思维器官的大脑在劳动过程中日趋完善,同时,劳动推动了社会的发展,改变了社会的物质生活条件,因此,也丰富了意识的内容。马克思认为:“意识一开始就是社会的产物,而且只要人们存在着,它就仍然是这种产物。”

(3)意识是人脑的机能。类人猿进化成人,就出现了世界上最高级、最完善的物质器官——人脑。人脑是意识的物质器官,是意识活动的物质承担者,离开人脑这种高度发达的特殊物质器官,就不可能产生意识。

意识是人脑对客观对象的反映,无论是正确的意识还是错误的意识,都是如此。人的意识能够正确地反映客观事物,使人们得到真知,但是人的意识也会虚幻和歪曲地反映客观世界,如各种谬论和迷信观点。

对于意识,我们要认清以下三个易混淆的问题:

第一,不管是正确的意识还是错误的意识,都是客观事物在人脑中的反映,其反映的内容都能在现实世界中找到某种客观“原型”,只不过是变了形的客观世界。错误的思



想也来源于客观世界，只不过是客观世界的一种歪曲的颠倒的反映。

第二，世界上没有不可认识的事物，只有尚未被认识的事物。随着人们实践活动的广度和深度的扩展，人们的认识能力也在不断地提高，正确反映客观事物的科学知识正在迅速增加。我们不能因为人们在认识事物过程中出现的谬误而否定科学认识的可靠性。人们对客观事物的正确认识总是不断地在扩展和加深的。

第三，不能因为意识能够正确地反映客观事物，就认为每个人的意识随时随地都是正确的。人们对客观事物的认识受到主客观条件的制约，因而随时都会出现正确和错误两种可能。

每个人的阶级立场不同，所代表的利益主体也不同，因此，看问题的立足点和观察的方向会有很大的差异。另外，每个人的受教育程度、观察和思考问题的方法也直接影响了认识对客观事物反映的正确性。因此，我们要随时注意验证自己的意识是否正确地反映了客观事物，随时接受实践的检验。

思想者时刻

你知道“仁者见仁，智者见智”是什么意思吗？



3. 物质与意识的辩证关系

恩格斯总结和概括了哲学特别是近代哲学发展的历史事实，并吸取了黑格尔和费尔巴哈的有关思想，第一次明确地指出：“全部哲学，特别是近代哲学的重大的基本问题，是思维和存在的关系问题。”哲学基本问题包括两方面的内容：其一，意识和物质，精神和自然界，究竟谁是世界的本原，即物质和意识谁是第一性，谁是第二性的问题；其二，思维能不能认识现实世界？我们能不能在我们关于现实世界的表象和概念中正确地反映现实？即思维能否认识或正确认识存在的问题。这就是我们在此要探讨的物质与意识的辩证关系。物质与意识的辩证关系，简而言之，即物质第一性，意识第二性，物质决定意识，意识对物质具有反作用。

(1) 物质决定意识。

首先，从意识的起源来看，意识是客观存在在人脑中的反映。意识是客观事物在人脑中的反映，没有物质就没有意识。这深刻地说明了意识依赖于物质，物质决定意识，进一步证明了世界的本质不是意识而是物质。

正确认识物质决定意识，必须注意以下几个方面的问题：第一，意识的形式是主观的，内容是客观的。如对一幅画的描述，由于各人的立场、知识背景不同，可能会有各种各样的表述方式，但是这却改变不了其所表达的是一幅画这一事实。第二，从性质上看，意识有正误之分；从层次上看，意识有感觉和思维之分；从内容上看，有对现状的感受与认识，有对过去的思考与总结，还有对未来的预测。无论什么样的意识都是人脑对客观



事物的反映。第三,宗教是客观事物在人脑中的虚幻、歪曲的反映。宗教观念中的东西,其原型来自于客观世界,但不能把宗教观念中的东西在客观世界中“对号入座”。

其次,从意识的生理基础看,意识是人脑特有的机能,但不能说意识来源于人脑,意识的根源在于客观存在。不要把人脑说成是大脑。

再次,从意识的本质看,意识是客观现实在人们头脑中的反映。如果没有客观现实,意识则成为无源之水、无本之木。

(2) 意识对物质具有能动作用。

首先,意识能够正确反映客观事物。意识不仅能够正确反映客观事物的外部现象,而且能够正确反映事物的本质和规律。就每一个历史时期或者每一个具体的人而言,人的认识能力是有限的,但从历史的发展以及整个人类而言,人的认识能力又是无限的。世界上没有不可认识的事物,只有尚未被认识的事物。

意识能够正确反映客观事物,不等于说人们的意识都是一样的,而是“仁者见仁,智者见智”;意识能够正确反映客观事物,也不等于说每个人的意识随时随地都是正确的。人的意识有正误之分,这是由主客观因素制约的。客观因素,最根本的是指社会历史条件;主观因素主要包括三个方面:立场不同;世界观、人生观、思维方法不同;知识构成不同。要正确反映客观事物应端正立场,以人民的根本利益为出发点来观察事物,以科学的世界观、人生观为指导,不断充实我们的科学知识,运用正确的思维方法。

其次,意识具有能动性,能够反作用于客观事物。意识以物质为前提和基础,意识的内容来源于客观实在。物质决定意识还有另一个重要方面,就是意识不是完全被动地反映物质世界,它还具有能动性。意识的能动性又称为人的主观能动性或自觉能动性,是指人类所特有的能动地反映世界和改造世界的能力和作用,即它能反映客观事物并形成观念,从而指导实践,反作用于客观事物,具有自觉的能动性是人区别于动物的根本特点。正确反映客观事物及其发展规律的意识,能够指导人们有效地开展实践活动,促进客观事物的发展。歪曲反映客观事物及其发展规律的意识,则会把人的活动引向歧途。

因此,我们一定要重视意识的作用,重视精神的力量,自觉地树立正确的思想意识,克服错误的思想意识。

★ 案例



意识的能动作用



案例启迪

宋朝有个画家叫文与可,擅长画竹子。他画的竹子栩栩如生,他的朋友晁补之写了一首诗称赞他,其中有两句说:“与可画竹时,胸中有成竹。”“胸有成竹”从此成为脍炙人口的成语,流传至今。文与可“胸中”的“成竹”从何而来呢?是天生的吗?





不是。是他冥思苦想、主观自身的吗？也不是。原来，在文与可的住处周围种了许多竹子，他一年四季都能观察竹子的变化。他对竹子、竹叶在各个不同时期的形状、姿态都有了透彻的了解，因而当他画竹时，“下笔如有神”，能够画出各种各样生动逼真的竹子。如果文与可不跟竹子打交道，不论如何构思，也不会做到“胸有成竹”，更不会成为画竹子的高手。

★微视频



胸有成竹

分析：这个案例就告诉我们，人的意识不是头脑里自生的，而是人脑对外部世界的反映。对外部世界认识的越透彻、越深刻，意识也越清晰，越接近事物的本来面目。

二、客观实际是人生选择的前提和基础

哲学是关于世界观的学说，是系统化、理论化的世界观。世界观，指的是人们对整个世界的总体看法和基本观点。世界观的具体化或者应用，即方法论。所谓方法论，即人们认识事物、改造世界的根本方法。马克思主义哲学认为，世界的本质是物质，物质决定意识，意识对物质具有能动的反作用，发挥主观能动性必须尊重客观规律。这一原理落实到方法论层面上就要求我们在实践中必须坚持一切从实际出发，也就是根据客观存在的实际情况，决定我们的主观思想和行动。所谓实际，包括事物的状况、属性和规律。认识了这些，按它的要求行动，事情才能办好。



至理名言

坚持从客观实际出发，也称之为实事求是，实事求是与坚持从实际出发是一致的。“实事”就是客观存在着的一切事物，“是”就是客观事物的内部联系，即规律性，“求”就是我们去研究。

——毛泽东

一切从实际出发是做好各项事情的基本要求，是进行人生选择的前提和基础。这里所谓“从实际情况”出发，并不是从实际存在着的事物的外表、现象出发，而是从其固有的规律性出发。这样才会有正确的思想和正确的行动，才能发扬自觉的能动性。要做到从实际出发和实事求是，就必须深入实际，做调查研究，全面了解情况，掌握第一手可靠的材料；然后在此基础上进行科学的分析、综合，找出规律性的东西。这是真正坚持从实际出发和实事求是的唯一途径。

三、坚持一切从实际出发

人生选择的实现要受到诸多主客观条件的制约。在面对人生选择时，我们不仅要了解自己的兴趣、爱好和能力等主观因素的特点，还要考虑到自身的体质、学业基础、家庭环境等客



至理名言

实事求是，一切从实际出发，理论联系实际，坚持实践是检验真理的标准，这就是我们党的思想路线。

——邓小平



观因素的特点。只有这样,我们才能更好地找到自己的方向和目标,更好地发挥自己的特长,实现人生价值。具体而言,坚持一切从实际出发包括以下几个方面的内容:

首先,做事情要遵循物质运动的客观规律,从客观存在的事物出发。找出事物本身所具有的规律性,以此作为我们行动的依据。

其次,要发挥主观能动性,做到解放思想,实事求是,与时俱进,开拓创新,在实践中检验和发展真理。

再次,要把发挥主观能动性和尊重客观规律结合起来,把高度的革命热情同严谨踏实的科学态度结合起来。

最后,既要反对夸大意识能动作用的唯意志主义,又要反对片面强调客观条件,安于现状,因循守旧,无所作为的思想。



案例启迪

航空电器与拓展教练本是两个风马牛不相及的职位,都说跳槽时两个行业不能离得太远,不然会摔得很惨,但王欣却完成了一次成功跳跃,也终于把职业与兴趣统一,找到了最合适的切合点,找到了人生的风向标。

王欣所学专业是航空电器,中职毕业后,一直从事电子工程师方面的工作。由于对工作没兴趣,在工作中他常常走神,而技术工作需要的是绝对的耐心和踏实。整天看着机器,经常一周都说不上几句话,这与王欣喜欢与人交往的兴趣大相径庭。

王欣决定忠于自己的兴趣,准备转行,应聘人众人公司的拓展培训师。其开放式的工作环境、需要乐观和多与人接触的工作性质使王欣一见钟情。王欣一路过关斩将,通过多关考验,最终获得了人众人拓展培训师职位。只有不放弃爱好,才能“守得云开见月明”。

分析:人生的客观实际包括了个人的主客观条件,这是我们做出人生选择和采取人生行动的依据。人生选择的实现要受到自己主客观条件的制约,要走好人生路,不仅要了解自己的体质、专业基础、家庭等客观情况的特点,而且还要考虑到自己的兴趣、性格和能力等特点。王欣经过考验找到了工作与兴趣的最佳结合点,做出了正确的判断和选择,便能更好地发挥自己的长处。

四、从实际出发,选择适合自己发展的人生道路

方冬美先生说:哲学不能烘烤面包,但是能使面包增加甜味。换言之,哲学不能当饭吃,但是能使人知道吃饭是为了什么。方冬美先生说的这段话,解释了哲学对人生选择的积极意义。青年的人生之路归根到底要由青年一代自己去走。在大风大浪中锻炼,到社会实践中经风雨、见世面,是青年成长的根本途径。在这方面,哲学可以给青年们以积极的指导。具体而言,人生选择可以包含以下几个方面的内容:



(一) 正确抉择人生道路

人生是一个不断选择的过程。诺贝尔说：“有什么样的选择，就有什么样的人生。”物质世界的统一性与多样性为人生道路的选择提供了多种可能性。马克思主义哲学认为，物质世界的统一性是多样性的统一，这种多样性不仅表现为物质世界的多样性，还包括人自身的多样性。

思想者时刻

说说你在一天中所要做的选择？列举两到三个你要面临的选择，并述说你是如何面对这些选择的。



人生选择是自我反省并觉醒的表现，是对自身价值的肯定。能否正确抉择人生道路，是影响人生事业发展和幸福生活的关键因素。每个人都会经历一个从童年到少年，到青年、中年，再到老年的发展过程，这是由人生发展的客观规律决定的。人生发展的不同阶段有其不同的特点，所面临的主要问题也会有很大的不同。因此，面对不同的人生阶段，所做出的选择要符合不同阶段的特点。

正确抉择人生道路的一个重要方面，就是要切实做好人生规划。所谓人生规划就是一个人根据社会发展的需要和个人发展的志向，对自己的未来的发展道路做出一种预先的策划和设计。初步尝试选择未来适合自己从事的事业和生活，尽早（多从学生时代）开始培养自己的综合能力和综合素质。这对于青年在自己一生中的成长与进步的作用无疑是巨大的。

★ 案例



人生规划的重要性

(二) 树立正确的人生态度

人生哲学既有对前人“实有”生活经验和教训的理论概括，又有对后人“应有”生活和“将有”生活图景的理论表达。对中职生来说，学习人生哲学，做出人生选择，就要学习前人的生活经验，了解当代和未来社会对人的要求，要培养对未来生活中可能出现的种种人生问题的应付和处理能力，要学会生存、学会做人。在任何情境中都应尝试从积极乐观的角度想问题，以长远的利益为决定依据，对生活环境中的一切多欣赏，少抱怨，有不如意的地方要设法去改善。总之，要想成为一名成功发展的人，开阔的心胸、乐观的态度、长远的眼光和进取精神是必不可少的。只有树立了正确的人生态度，我们才能创造出无愧于时代、无愧于自己的人生。



知识链接

美国心理学家马斯洛有一个著名的需求层次理论，他认为人类的需要可以分为：生



理需求、安全需求、社交需求、尊重需求和自我实现需求五个层次,这五个层次的需求由低到高依次排列,追求自我实现是生活中的最高层次的需求。人是万物之灵,在我们的成长中,之所以能使自身存在的一些优秀品质得到充分发挥,并在日常生活中表现出这些优秀品质,是因为自我实现是人本质具有的最高需求。可以说,我们存在于现实生活的意义就在于追求自我实现。

人生的历程在每个人身上都存在着一些共同的特征:了解并认识现实,持有较实际的人生观;积极的接纳自己、别人以及周围的世界;在情绪与思想表达上较为自然,有较广的视野;就事论事,较少考虑个人利害;能享受自己的私人生活;有独立自主的性格;对平凡事物不觉厌烦,对日常生活勇敢新鲜;爱人类并认同自己是人类的一员;有至深的知己,有亲密的家人;具有民主作风,尊重别人的意见;有伦理观念,决不为达目的而不择手段;有幽默感。

(三) 勇于战胜人生挫折

青年时期是人生问题发生的高峰期,在复杂的社会生活中,他们难免会遇到挫折、逆境、失足、失意、失败、痛苦、冤屈、不幸、讥讽等人生问题。在这些问题上,中职生应通过学习人生哲学,从中汲取精神力量,树立正确的人生观,振作精神,重整旗鼓,奋力拼搏,开辟新的人生境界。



案例启迪

2016年中职毕业生小刘学习成绩和其他方面条件都不错,在就业的初期满怀信心,但由于专业冷门等原因,找过几家单位都碰了壁,结果产生了自卑感。在后来的择业过程中,小刘表现越来越差,陷入恶性循环而不能自拔,以至于到了新的用人单位那里,只能被动地问人家“学某某专业的要不要”,而其他什么话都不敢讲,最终也没有找到合适的单位。

分析:小刘的失败是由于自卑心理在作怪,在择业遭受挫折后,他一蹶不振,对自己评价过低,丧失了应有的自信心。生活的道路上可能会遭受不同的挫折,青年应该正视挫折,积极面对挫折。挫折是人生成长过程中必经的磨炼,是走向成功的前提和条件。因此,我们要正确对待生活中的失败和挫折。要把失败和挫折当作与人生较量和自我力量展示的机会,在战胜挫折的过程中使自己走向成熟。

(四) 不断提高思维能力

人生也是一个思考的过程,人只有在思考中才能发展,才能进步,从一定意义上来说,人类社会的历史就是一部思考的历史。要想做出正确的人生选择,谨慎而经常的思考是必不可少的。我国古人就说过,“博学之、慎思之、明辨之、笃行之”,这些方法也可以



作为做出人生选择的基本方法。这些基本方法，主要体现在三个方面：一是学习，二是思考，三是实践。

首先，要重视学习人生哲学，用正确的人生观武装自己。

其次，要善于分析和总结，力求做到完整、准确的理解人生哲学的真谛，力求使之变成我们观察人生现象、分析人生问题、解开人生之谜的思想武器，并以其作为人生向导。

再次，要勤于和善于将人生哲学的理论与方法运用到自己的人生活动中，用它们来指导自己的人生实践，做到学以致用，并且注意在生活实践中检验所学理论的真实性，加深对理论的认识和理解。

因此，不要只顾埋头拉车，还要抬头看路。在人生道路上，无论是彷徨、失意时，还是得志、得意时，都尽量不要过分悲伤或兴奋，静下心来，认真思考，找出走出困境或者避免走入逆境的方法才是明智之举。

总之，在人生途中，要根据自身存在的主、客观条件，选择适合自己的人生道路。人生的选择有时候只是一念之间的事情，但结果却大相径庭。人生的航向最终只能靠自己掌握，因为你就是舵手，周围人的建议和指导只能作为参考和启发，决定向哪个方向走只能靠自己把握，所以，在人生道路上还应把握机遇，慎重选择。

发展建议

专家建议：根据自身存在的客观条件，选择适合自身发展的人生道路。

反观自我：_____

第二课 物质运动与人生行动

情境感悟

同学们，你们听过“刻舟求剑”的寓言故事吗？有个楚国人乘船渡江，一不小心，把佩带的剑掉进了江里。他急忙在船沿上刻上一个记号，说：“我的剑就是从这儿掉下去的。”船靠岸后，这个人顺着船沿上刻的记号下水去找剑，但找了半天也没有找到。船已经走了很远，而剑还在原来的地方。用刻舟求剑的办法来





找剑,不是很糊涂吗?

根据故事所反映的内容,谈谈你的认识,经过讨论后,总结出其中的哲学道理:

★ 微视频



刻舟求剑



知识探究

一、运动是物质的存在方式

(一) 运动的含义

恩格斯说过:“运动,就最一般的意义来说,就它被理解为存在的方式、被理解为物质的固有属性来说,它包括宇宙中发生的一切变化和过程,从单纯的位置移动起直到思维。”应用到物质上的运动,就是一般的变化。

我们知道,世界是物质的。作为一个整体的世界,无论是客观世界还是主观世界,都是处在不断地发展变化之中的,换言之,任何事物都只能在运动中存在和发展,都处于不断的运动变化之中。不运动的物质是不存在的。



至理名言

人不能两次踏入同一条河流。

——赫拉克利特

★ 微视频



运动的含义

运动是标志一切事物和现象的变化及其过程的哲学范畴。运动是物质的固有属性,是物质的存在方式,是宇宙中发生的一切变化和过程,运动是一般的变化。既包括物体的位置移动,也包括事物和现象的发生、发展和灭亡的过程,还包括人类的思维活动。

(二) 物质运动是有规律的

在日常生活中,我们经常会听到规律这个词语,但是对这个词却很少有人加以深究。下面我们将从哲学的层面上加以界定。

1. 规律的基本含义

所谓规律,指的是事物内部固有的本质的必然的联系。这种联系不断重复出现,在一定条件下经常起作用,并且决定着事物必然向着某种趋向发展。

2. 规律具有客观性

什么是规律的客观性?客观性是指,在人的意识之外独立存在,不以任何人的主观意志为转移。规律客观性的含义,就是指它的存在与作用是不以人的主观意志为转移的。它有两层意思:一是指规律的存在不以人们的主观意志为转移。由于规律是事物运动过程本



身固有的内在联系,它不是人们从外部强加于事物的,不是人们的意识所赋予的。不管人们是否认识它、喜欢它,它都客观地存在着。二是指规律是否发生作用,也不以人们的主观意志为转移。规律起不起作用,关键在于规律发生作用的条件是否存在。当规律发生作用的条件存在时,规律就必然起作用。当发生作用的条件不存在时,规律就不起作用。这一点也不以人的主观意志为转移。例如,价值规律发生作用的条件是商品生产和商品交换,只要某一社会具有这个条件,价值规律就必然发生作用,它不会以人的主观愿望为转移。

规律为什么具有客观性?这是因为规律的客观性根源于物质的客观实在性。世界是物质的,物质是运动的,物质运动是有规律的。物质的唯一特性是客观实在性,而作为物质运动的规律,也必然具有客观性。物质运动规律的客观性,从根本上来讲就是因为构成规律的各种因素是客观的,规律发生作用的物质条件是客观的。所以说,肯定物质运动规律的客观性,与肯定世界的客观实在性是完全一致的。

规律客观性的表现,是规律既不能被创造,也不能被消灭。规律是事物发展过程本身固有的本质的必然联系,人们不能根据自己的意志创造一个客观上不存在的规律,也不能改造或消灭仍然在起作用的规律。规律只能随着客观事物本身的性质、内容和所依赖的客观条件的变化而变化,而不能由人们的主观意志任意改变。规律的客观性突出地表现在它是不可违抗的。规律是必然的联系,说明它是铁的法则,具有强制性。人们想问题、办事情,不能同规律背道而驰,否则,就一定会受到规律的惩罚。规律的不可违抗性有力地证明了规律是客观的。

(三)运动和物质的关系

1. 物质是运动着的物质,没有不运动的物质

运动是物质的固有属性和存在方式,恩格斯指出:“整个自然界,从最小的东西到最大的东西,从沙粒到太阳,从原生生物到人,都处于永恒的产生和消灭中,处于不断的流动中,处于无休止的运动和变化中。”



知识链接

庞大的银河系正在以每秒 600 公里的速度在广袤无垠的宇宙中疾驰。太阳正带领着 9 大行星、66 颗卫星、众多的小行星以及彗星和流星体等围绕银河系以每秒 250 公里的速度旋转。我们的地球正在以每秒 30 公里的速度绕太阳旋转。整个生物界和人类社会都经历着由低级到高级、由简单到复杂的发展过程。



我们都学过李白的《早发白帝城》:“朝辞白帝彩云间,千里江陵一日还。两岸猿声啼



不住,轻舟已过万重山。”这就是对运动的生动描写。当然这描述的是空间的运动。对一个人的一生来说,则会经历出生、成长、衰老、死亡的过程,这描述的则是时间的运动。唐代诗人贺知章的《回乡偶书》则是时间运动的生动体现:“少小离家老大回,乡音未改鬓毛衰;儿童相见不相识,笑问客从何处来。”因此,可以看出,时间与空间都是运动着的物质的存在形式。

★ 微视频



《早发白帝城》

★ 微视频



《回乡偶书》

2. 运动是物质的运动,物质是运动的主体

没有脱离物质的运动,凡是运动,都有物质作为它实在的基础和承担者,没有物质的运动和没有运动的物质都是不可思议的。现代自然科学的成果揭示了物质和运动的具体联系,证实了物质和运动密不可分。如爱因斯坦相对论就深刻揭示了物质(质量M)与运动(光速C)的密切关系: $E=MC^2$ 。

3. 静止是运动的特殊状态

所谓静止,指的是标志物质运动在一定条件下,一定范围内所处的稳定和平衡状态的哲学范畴,静止是运动的特殊状态。静止有两种基本情形:一种是在机械运动中特定事物之间没有发生位置移动;另一种是事物处于量变阶段,没有发生根本性质的变化。

绝对运动与相对静止是辩证统一的。首先,运动是物质的存在形式,静止是运动的特殊状态,物质的具体形态都是绝对运动和相对静止的统一。运动是无条件的、永恒的和绝对的;静止总是暂时的和有条件的,因而是相对的。在相对静止中有绝对运动的一面;处于绝对运动中的事物都有相对静止的一面。其次,否认绝对运动,把相对静止绝对化,就会走向形而上学不变论;借口绝对运动,否认相对静止,就会导致相对主义诡辩论。

二、人生行动要遵循客观规律

规律是客观的,不可违背的。人在客观规律面前并不是完全消极被动的,人们在实践的过程中,通过大量的外部现象,可以认识或发现客观规律,并用这种认识指导实践,即应用客观规律来改造自然,改造社会,为社会谋福利。人们要想在活动中达到预期的目的,即取得成功,就要从实际出发,坚持实事求是,认识和尊重客观规律,按照客观规律办事,否则就会受到客观规律的惩罚。

人具有改造自然、改造社会的主观能动性,但是这一切都必须遵循客观规律,人的活动始终是受到客观世界和客观条件的制约。这是有着深刻的原因的。

(1)人的活动要受自然界的制约,人们利用自然、改造自然的活动,要以

★ 案例



遵循客观规律

至理名言

没有自然界,没有感性的外部世界,工人就什么也不能创造。它是工人用来实现自己的劳动、在其中展开劳动活动、由其中生产出和借以生产出自己的产品的材料。

——马克思



承认自然界的客观性为前提。在人类社会发端之初，生产力并不发达，和强大的自然界相比，简直就是蚍蜉撼树。人的活动处处都要受自然界的制约，这是显而易见的事实。随着人类改造自然能力的提高，尤其是工业革命以来，生产力发展突飞猛进。接二连三的巨大成就，人类社会的发展逐渐开始背离自然界的客观规律。近年来，自然界对人类施加了猛烈的报复和惩罚。人类开始清醒地意识到，人的活动必须遵循客观规律，忽视或违背客观规律只能受到自然界的惩罚。

(2)人的活动要受社会的制约，客观存在的物质资料生产方式是每一代人生产和生活的出发点。物质资料的生产方式是由当时的经济发展水平决定的，即由当时社会的生产力水平决定的，而每一代人所处的生产力水平是客观存在，不以人的意志为转移的。有什么样的生产力就有什么样的生产关系。我们只能积极努力地发展、提高生产力水平，才能使社会向前发展。



案例启迪

有一次，一群科学家在海边考察，发现一只小海龟从沙堆上的一个洞穴里探出头来四处张望，在确认没有危险之后，慢慢地、警惕地朝海里爬，这时，一只在空中盘旋的海鸟发现了它，便冲了下来，小海龟急忙掉头往回爬。这群科学家见状，恻隐之心顿生，决定帮小海龟一把。他们跑过去抱起小海龟，把它放到海里去。正当他们为自己的“义举”而沾沾自喜时，始料不及的事发生了。洞穴里别的小海龟见爬出去的那只小海龟没有回来，以为外面安全了，便纷纷往外爬。这立即引来了一大群海鸟，它们不断地冲下来，享用着丰盛的美餐。实际上，第一只爬出来的小海龟是出来探路的哨兵，一旦有危险就会回去报信。科学家们出于好心帮了这只小海龟，却害惨了整窝海龟。

分析：规律具有客观性，我们要尊重规律，按客观规律办事。大自然有自己的法则，并且许多法则是我们还没有掌握的。人为干涉，往往是好心办坏事，帮倒忙。以前，人们环保意识淡漠的时候，把好吃的动物捉来吃，好玩的东西捉来玩，无所不用其极。现在，人们的环保意识提高了，很多人知道要爱护动物，但似乎又矫枉过正，走向了另一个极端。很多人把动物当作宠物养起来，精心呵护。实际上，这些做法违背了自然法则，有悖于动物保护原则。动物是自然之物，只有在自然中磨炼，才能健康成长。人类不去干预它们的生活，就是对它们最好的保护。

(3)人的活动还要受自身条件的制约，人做任何事情都必须既从外部世界的客观实际出发，也要从自身条件的客观实际出发。人是社会的产物，也是环境的产物。人可以改变环境，但如何改变要从自身所具备的客观条件出发。一般来说，人自身的客观条件是后天形成的，大多数都不可能具备先天的优越条件。但人自身的客观条件一旦形成，就成为制约人进一步发展的客观因素，同时也是人进一步发展的基础。我们做任何事



情,只能从自己的基础和条件出发,而不可能不顾这个条件而实现自己的发展。

总而言之,人们生活在由自然界、人类社会和人自身构成的客观物质世界中,人们总是不断地发展和提高利用自然、改造建设社会的能力,不断地改善人自身在整个世界中的地位。但是,这一切都必须以承认自然和人类社会的客观性,以及人自身的客观实际为前提和基础。脱离了客观规律,我们将一事无成,还会遭到大自然的报复和惩罚。

三、人生路是自己走出来的

要想在人生道路上有所成就,就必须自觉认识客观规律,自觉按照客观规律办事。

(一)不断加强学习,自觉认识自然界、人类社会与人类思维的基本规律

俗话说,“知己知彼,百战不殆”。要想尊重客观规律,促进人生的辉煌,首先必须了解如何获得规律。规律的获得方式多种多样,既可以通过观察获得,也可以通过实践、科学实验获得,由于客观条件与人的认识能力的局限,个人以此类的方式获得的规律是极为有限的,无法满足日益复杂的现实世界的需要。而人类社会在数千年的发展过程中,积累了丰富的知识,这是对自然界、人类社会与人类思维运行客观规律的宝贵财富,显然,个人只有加强学习,才能更好地掌握这些规律,创造条件促进自身与社会的发展。

(二)从自身实际出发,做好人生目标定位

什么是人生目标定位呢?人生目标定位就是思考人生之路应该怎么走,生活应该怎么过,做一个什么样的人。如前所述,无论是人类本身,还是人类社会,都是自然界长期发展的产物,都有着人类自身所无法左右的客观规律。正确认识自身的优点与缺点,正确认识自己的性格与气质,正确认识自身所处的客观环境,在此基础上确定一条适合自己的人生道路。这样既可以避免妄自菲薄,也可以避免好高骛远,做事情也更容易达到事半功倍的效果。

对于人生定位,主要包括以下三个方面的定位:

第一,人生目标定位,即自己准备做一个什么样的人。一个人如果不想虚度年华,要想过得有意义、有价值,就要对国家、对社会、对人民、对父母有所贡献和承担责任的目标定位。

第二,学习定位。中职生正处于求学的关键时期,应该积极主动、刻苦扎实,在有限的时间内抓紧充实自己,获得优秀的成绩和较强的专业能力。能主动接近老师和同学,培养自己的思维能力、写作能力、口头表达能力、组织交际能力,为将来毕业之后走向社会做大事创大业做准备。

第三,职业定位。当前中国的许多领域都出现了就业难的现象,社会和家庭都迫使子女考虑以后的职业生涯,将来做什么人、做什么事都和自己的职业定位有关系。应该把自己的工作和自己的远大理想联系在一起,而不是简单地为了生活而赚钱。将自己的爱好和理想的实现寄托在工作当中,着眼于把自己的真才实学、思想修养和专业品格



展现出来。人生定位说到底是一个世界观、人生观、价值观的问题，是一个树立理想、立志的问题，每个人都要认真去思考、去选择、去实践，大家都应该从自身的实际条件出发积极思考，合理定位。

四、敢于行动，善于行动

不论现在或将来做什么事情，都要努力去做，而且要一直坚持下去，直到目标实现。人生途中，最重要的是把所有精神集中在自己的目标上。当决定做某一件事情时，它要么一定有去做的价值，要么就是没有去做的价值。因此，一旦决定做某件事后，就要集中精神去做。



很多人都有过这样的经验，刚定好目标时很有干劲，可是过了一段时间之后就没有冲劲了，更别提实现目标的信心了。实际上，制定目标相对容易，难的是付诸行动。制定目标可以坐下来想，用笔去写，实现目标却需要扎扎实实地行动，只有善于行动才能实现目标。

很多人都制定了自己的人生目标，但制定目标之后，便把目标束之高阁，没有投入到实际行动中去，到头来仍然是一事无成。

确定目标后，就不要犹豫，要积极地投入行动。观望、徘徊或者畏缩都只会使你延误时间，以致使计划化为泡影。敢于行动的同时，也要讲究方法和策略，做到善于行动，要从客观实际出发，善于寻找做事的方法，善于发现事物运动的规律，这样才会更有可能走向成功的巅峰。

总之，为了实现目标，不仅要敢于行动，还要善于行动，必须尽一切努力，这样才能实现我们的目标。



案例启迪

中职生张昕毕业没几年，开了家农产品店，继而又开办“绿悠悠”电子商务网站，称得上是首批蔬菜农作物“网上超市”之一。近日，“绿悠悠”网站引进风险投资，创业前景看好。

张昕在中职校学的是计算机专业。2004年毕业那年，他集结同学中的“电脑高手”组建了学校第一间“设计工作室”，当时接洽了几宗“大生意”，帮索尼等企业制作官方网站。毕业后，他开了家IT公司，从事广告设计。

2007年10月，和朋友思想“碰撞”后，张昕想在“网上超市”进行尝试。张昕做了小型的市场调查，发现当时淘宝等电子商务网站上农产品还是个空白点，因为它的网上购物人群还没形成。家庭买菜的多以老人为主，他们不是网络购物的主力消费者。于是，张昕把创业范围缩小在“有机蔬菜”领域，定位于白领家庭。2008年初，张昕投资30万元，在安远路开了间180平方米的“绿悠悠”农产品店。

因为年轻，张昕的想法与众不同。一次市场考察中，江西农业局一位负责人向他介



绍:他们那儿的鸡蛋是绿色的壳,蛋清和蛋白更有营养。民间有一种说法更吸引人:土鸡中极少有产绿壳蛋的,母亲都留给最疼爱的孩子和最尊敬的老人食用,因为它能提高小孩免疫力,治疗老人头晕、目眩等疾病。张昕听后顿受启发——现在卖东西都是卖商品,我能不能“卖故事”?

回上海后,张昕将店里几十种商品一一归类,从网上搜集了从产地到用途等的各种信息,编成一个个“产品故事”,教消费者怎样从颜色、大小、形状等细节分辨农产品的好坏,并把一些有机农作物和各项身体健康指标“对号”,比如东北某个品牌的黑木耳吃了可以软化血管等。

赋予商品故事和文化后,消费者的认可度马上提高了不少,两个月后销售额就突破了40万元。在张昕的店里,商品旁边不再是单一的价格标签,还有五颜六色的“故事牌”,方便消费者挑选适合自己的种类。

分析:创业不能凭一时热情,不能盲目模仿他人的成功经验,而应找到属于自己的事业舞台,充分考虑自身实际,结合自己的专业特长和兴趣爱好,选择自己熟悉的行业范围,找到合适的切入点。案例中的张昕紧密结合自身实际,并广泛调查、收集信息,凭借着自己的创业精神和创业能力,敢于行动,善于行动,最终取得了成功。



发展建议

专家建议:人生行动要遵循规则,勇于行动,善于行动。

反观自我: _____

第三课



自觉能动性与自强不息



情境感悟

三只青蛙掉进了鲜奶桶中,第一只青蛙说:“这是命。”于是它盘起后腿,一动不动地等待着死亡的降临。第二只青蛙说:“这桶看来太深了,凭我的跳跃能力是不可能跳出去的。我今天死了。”于是它沉入桶底淹死了。第三只青蛙打量着四周说:“真是不幸!但我的后腿还有劲。我要找到垫脚的东西,跳出这可怕的桶!”于是它一边划一边跳,慢慢地,奶在它的搅拌下变成了奶油





块,在奶油块的支撑下,这只青蛙纵身一跃,终于跳出了奶桶。

(1)三只青蛙面对同样的困境,为什么结局却不同?

(2)这个故事体现了什么哲学道理?



知识探究

一、自觉能动性是人特有的能力

主观能动性又称自觉能动性,是人类特有的行为特征。马克思主义哲学以生产实践为基础考察人与动物的区别,指出人区别于动物的特点是,人具有主观能动性,人能够有意识地、自觉地想问题、办事情。人们应该以客观规律和客观条件为基础,充分发挥主观能动性。



案例启迪

有人做过这样一个实验:在火中放置一根香蕉,人用杯子从附近的水缸中取水灭火后拿出香蕉来吃,猩猩很快学会了。当人把水缸放到猩猩经常玩耍的小河对面时,人们发现猩猩并没有从身边的小河中取水灭火,而是走过小桥,从水缸中取水,再走回来灭火。

分析:从这个实验可以看出,猩猩并不知道小河里的水和水缸中的水都是可以灭火的,对它来说,用来玩耍的水和用来灭火的水二者是不一样的。而人在任何情况下都知道水能灭火,并且能够掌握其他多种灭火方法。因为人脑有着极为复杂的结构和非常特殊的生理活动,自觉能动性是人特有的能力,是人区别于动物的根本特点。

(一)人的自觉能动性的内涵

人的自觉能动性,指的是人们在认识世界和改造世界的过程中有目的、有计划、积极主动的活动能力,是人类特有的能力与活动。它包括以下互相联系的三个方面:

第一,人类认识世界的的能力,以及人们在社会实践的基础上能动地认识世界的活动,突出地表现为通常说的“想”。

第二,人类改造世界的的能力,以及人们在认识的指导下能动地改造世界的活动,即通常所说的“做”。

第三,人类在认识世界和改造世界的活动过程中所具有的精神状态,即通常所说的决心、意志、干劲等。



(二)人的自觉能动性的重要性

人们要在认识世界和改造世界的活动中有所建树,就必须充分发挥主观能动性,这其中有着深刻的原因。

第一,事物的本质与规律隐藏于现象之中,人们只有充分发挥主观能动性,运用抽象思维能力,才能透过事物的现象揭示事物的本质与规律,从而正确地指导人们的行动。

第二,事物不会自动满足人的需要,人们只有充分发挥主观能动性,通过实实在在的行动,利用规律和条件,才能改造世界,创造美好的生活。

第三,人们在认识世界和改造世界的过程中,必然会遇到种种困难、挫折,甚至暂时的失败,这就需要坚强的意志和十足的干劲,需要充满活力的精神状态。

(三)人的自觉能动性的具体表现

1. 人的活动具有目的性和计划性

人类的活动和动物的活动有根本的区别。动物的活动是无意识的、不自觉的本能活动,而人的活动则是有目的、有计划的,即有意识的活动。马克思说过:“蜘蛛的活动与织工的活动相似,蜜蜂建筑蜂房的本领使人类的许多建筑师感到惭愧。但是,最蹩脚的建筑师从一开始就比最灵巧的蜜蜂高明的地方,是他在建筑房屋以前,已经在自己的头脑中把它建成了。”目的性与计划性是人的自觉能动性的生动体现。

思想者时刻

为什么建筑师比蜜蜂强?



2. 人能够认识事物的本质和规律

事物的本质隐藏在现象的背后,事物的规律性淹没在事物发展的偶然性之中。人们通过“去粗取精,去伪存真”能深入地反映事物的本质和规律,形成关于事物的正确认识。这表明人的意识对客观世界的反映是一个能动的创造性地过程。人们的认识不仅能反映事物现象,而且能够透过现象抓住事物的本质和规律,从而预测未来。



3. 人能够通过科学认识 and 实践活动改造客观世界

人们不仅能从实践中获得正确的认识 and 理论,更重要的是表现在以这些正确的认识 and 理论为指导,通过社会实践把观念的东西变成现实的存在。这就是意识对物质的反作用。人能够通过科学的认识 and 实践活动改造客观世界,这是人的主观能动性最突出的表现。

至理名言

人的意识不仅反映客观世界,而且创造客观世界。

——列宁



二、尊重客观规律, 正确发挥自觉能动性

(一) 自觉能动性和客观规律性的辩证关系

规律是指事物运动过程中本身所固有的本质的联系和必然的趋势。意识的自觉能动性是指人们能动地认识世界和能动地改造世界的实践能力和作用。两者之间有着密切的联系, 从一定意义上来说, 这也是物质与意识辩证关系原理在人类社会生活中的具体化。

第一, 尊重客观规律是发挥自觉能动性的前提和基础, 只有尊重客观规律, 才能更好地发挥人的自觉能动性。人们对客观规律认识越深刻、全面, 自觉能动性越能充分地发挥。如果违背了客观规律, 就会受到惩罚。

第二, 发挥人的自觉能动性是认识、掌握和利用客观规律的必要条件, 因为客观规律是隐藏在事物内部的。要正确地认识必须通过实践, 依靠自觉能动性的发挥, 利用客观规律改造世界。

第三, 尊重客观规律和发挥人的自觉能动性是相辅相成、辩证统一的。既要尊重客观规律, 又要发挥人的自觉能动性, 把坚持唯物论和辩证法有机统一起来。

(二) 发挥自觉能动性的基本要求

充分发挥自觉能动性, 要做到以下两点:

首先, 自觉能动性的发挥受客观因素的制约, 要正确发挥自觉能动性, 就必须遵循客观规律, 按客观规律办事, 要遵循客观条件, 从实际出发。

其次, 自觉能动性的发挥还受一系列主观因素的制约, 因此, 要提高认识水平, 树立科学的人生价值观。



案例启迪

2004年, 中国正式开展月球探测工程, 如今已进入第13个年头。2013年, 玉兔号月球车因为技术限制沉睡在了月球上, 不少网友都为此感到惋惜。令人期待的是, 全国人大代表、中国航天科技集团公司科学技术委员会副主任谭永华告诉中国青年报·中青在线记者, 下一次探月, 关键就是要解决“回来的问题”。

“2017年12月, 我国目前推力最大的长征五号运载火箭将进行第三次发射, 也就是发射嫦娥五号。嫦娥五号的主要任务是要落到月球上, 挖两公斤月壤回来, 它承担着我国探月工程‘绕、落、回’三步走中最后一步‘回’的任务。”谭永华说。

据了解, 嫦娥五号将实现我国开展航天活动以来的4个“首次”: 首次在月球表面自





动采样；首次从月面起飞；首次在 38 万公里以外的月球轨道上进行无人交会对接；首次带着月壤以接近第二宇宙速度返回地球。

谭永华强调，从月球上“回”是难度最大的任务。“这个系统要复杂得多，包括轨道器、返回器、上升器、着陆器 4 个方面。它的采样、起飞上升、交会对接等任务都将是重大挑战。”

谭永华还透露，2018 年我国将发射嫦娥四号，实现在月球背面着陆。“这是全世界的第一次，这对于通讯、导航等方面都是很大的考验。”

而据包为民介绍，在月球采样可以实现之后，火星采样返回预计在 2030 年左右实现。“2030 年以后，我们还要实现载人登月，我们还要向太阳系边缘遥远的星系进行探测。以上这些都已经在我们的规划当中了，国家很快会讨论这些问题。”

包为民表示，计划在 2030 年左右实现长征九号运载火箭首飞，这是为了下一步的载人航天和深空探测做准备。“长征九号可以为载人登月、火星的采样返回以及其他航天探测任务提供更大推力”。

“长征九号是我们国家未来要发展的重点，也可能是人类历史上运载能力最大的运载火箭，它有 140 吨左右的近地轨道运载能力。”包为民强调，长征九号有望将我国的航天技术推到世界领先水平。

探月、火星探测以及今后我国将要进行的其他深空探测究竟有何意义？包为民表示：“我们要认识我们生存的宇宙环境，就跟认识地球环境一样。宇宙环境、深空环境对我们地球的影响是什么？这些还需要探索。航天的发展对于保障我们的生存条件有非常重要的支撑作用。”

分析：上述事例表明人们可以充分发挥自觉能动性，认识大自然，探索宇宙，利用对规律的认识，改变或创造某些条件，从而造福人类。

总之，我们必须遵循尊重客观规律和发挥自觉能动性相统一的原则。否认人的自觉能动性，消极坐等、无所作为是不对的；否认客观规律，不顾客观事实、客观条件，主观蛮干也是不对的。既要充分发挥广大人民群众积极性和创造性，又要踏踏实实，按规律办事。

三、自信自强对人生发展的作用

决定一个人是否成功主要有三大因素：远大的目标、顽强的意志和适当的机遇。目标是前提，没有目标何谈成功？机遇是可遇而不可求的，无法人为把握；而真真切切我们所能掌控的、需修炼的是意志，是百折不挠的毅力。著名作家狄更斯说过：“顽强的毅力可以征服世界上任何一座高峰。”而支撑这顽强毅力的就是自信自强。

（一）自信对人生发展的作用

自信是一种心态，它有三个层次：第一，对自己能力的信任；第二，对自己能力不足的信心；第三，对自己能力、潜能力的信任。对自己能做的事，就相信自己能够把它做好，并且勇敢地将自己的能力体现出来，该表现时，当仁不让，不惧人言，不拘泥于前人之法。



这就是能力自信，是自信的第一层次。对自己没有把握的事情，敢于尝试，有失败的心理准备，即使失败了也能从中得到经验：什么是能力所不及的，然后坦然处之；什么是经过努力可能做到的，然后调整心态和策略，进行再一次地尝试。这是自信的第二层次。有一些事情，可能没有能力做，但你必须做（如背水一战等），这时候就必须相信自己能做到，通过暗示、自我激励，可能会激发出超强的能量来，把事情做成。这就是对潜能力的自信，是自信的最高层次。

自信是一种有志于主宰自己人生的人的最基本素质，是人的自觉能动性的表现，是获得成功的基础。自信可以产生出强大的精神力量，对人生发展起着重要的作用，同时也是打开自己潜能宝库的钥匙。

（二）自强对人生发展的作用

自强是努力向上，是奋发进取，是对美好未来的无限憧憬和不懈追求，是狂风暴雨袭来时的傲然挺拔。自强者的精神之所以可贵，在于其不怨天尤人，在于其永不言败的坚韧不屈，在于自己的拼搏、奋斗。

自强是我们战胜各种困难的法宝。它教我们打破原有的一种接受命运安排的生存生活模式，重新找到自身存在的一种人生价值。



案例启迪

华罗庚中学毕业后，因交不起学费被迫失学。回到家乡，他一面帮父亲干活，一面继续顽强地读书自学。不久，华罗庚身染伤寒，病势垂危。他在床上躺了半年，痊愈后，却留下了终身的残疾——左腿的关节变形，瘸了。当时，他只有19岁，在那迷茫、困惑，近似绝望的日子里，他想起了双腿伤残后著兵法的孙臆。“古人尚能身残志不残，我才只有19岁，更没理由自暴自弃，我要用健全的头脑，代替不健全的双腿！”年轻的华罗庚就是这样顽强地与命运抗争。白天，他拖着病腿，忍着关节剧烈的疼痛，拄着拐杖一颠一颠地干活；晚上，他在油灯下自学到深夜。1930年，他的论文在《科学》杂志上发表，这篇论文惊动了清华大学数学系主任熊庆来教授。此后，清华大学聘请华罗庚当了助理员。在名家云集的清华园，华罗庚一边做助理员的工作，一边在数学系旁听，还用四年时间自学了英文、德文、法文，并发表了十篇论文。他25岁时，已是蜚声国际的青年学者了。



★ 案例



华罗庚简介

分析：在遇到困难和挫折时，自信自强的人，能够奋发向上，自强不息，征服挫折和失败，在挫折与失败中获得成功。而丧失自信的人，遇到困难和挫折时，往往自暴自弃、自

轻自贱,在遇到困难和挫折时,首先想到的是自己不行了,从而放弃了努力奋斗。所以没有自信自强的人,是不可能事业上取得成功的。

总之,作为中职生更应该发扬自信自强的精神,积极发掘自身潜力。肯定自己、关爱自己,坚定走好人生每一步。

四、积极进取,自强不息

积极进取,既是一个人对生活的态度,也是时代的需求,体现了一个人积极乐观、不断追求的向上精神。新时代的青年一代,应该朝气蓬勃,积极向上,在前进的道路上不断给自己提出新的奋斗目标,并为实现目标顽强拼搏,克服一切困难,做一个有所作为的青年人。

至理名言

天行健,君子以自强不息。

——《周易》

生活中,许多不良习惯都是因为缺乏坚强的意志和升华的人生观、价值观造成的。遇到困难时,只要拥有宽广的心胸和崇高的道德涵养,不管遇到多大的困难,也能洒脱地去面对。有时候,不把困难当成困难,反而更容易克服困难,或许以后的日子里还会很感谢这段经历。没有风雨怎么能见彩虹,是困难磨炼了我们的意志,使我们得以更加健康地成长。

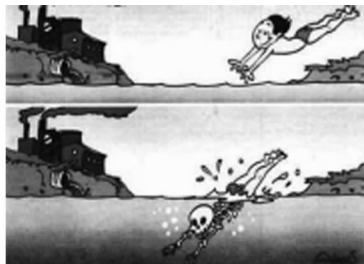
发展建议

专家建议:自强不息,奋斗不已。

反观自我: _____

学以致用

请根据图片所反映的内容,结合本章所学的知识,谈谈你的看法。





活动体验

组织全班同学开一次讨论会，讨论主题如下：

有人认为，人类要生存和发展，就必须积极地改造自然、征服自然；也有人认为，人类对自然的改造，必然造成自然环境的恶化，使人类无法生存和发展，因此，人类必须服从自然。

你认为哪种观点正确？人类应该怎样正确处理人与自然的关系？

知识拓展

詹森效应

曾经有一名叫詹森的运动员，平时训练有素，实力雄厚，但在体育赛场上却连连失利，让自己和他人失望。不难看出这主要是压力过大，过度紧张所致。由此人们把这种平时表现良好，但由于缺乏应有的心理素质而导致正式比赛失败的现象称为詹森效应。

詹森效应在中国的运动员身上也曾经出现过。2004年雅典奥运会前被寄予夺金厚望的中国男子体操世界冠军李小鹏男子单项比赛中发挥失常，仅获得一枚双杠铜牌。而同样是他，在2003年世界体操锦标赛却获得了这两个项目的冠军，而且也是2000年悉尼奥运会的双杠金牌得主。由此我们不能说他没有夺金的实力，事实上，他在赛后接受采访时表示，这次发挥失常的主要原因是某些特殊情况给自己带来了较大的压力，心情紧张。

在2016年里约奥运会上，中国女排以3：1战胜塞尔维亚队，赢得了奥运冠军。当中华人民共和国国歌奏响，国旗升起的时候，有多少人为此落泪。这不只是因为我们赢了，更多的是因为在这过程中表现出来的女排精神。事实上，在8月12日与塞尔维亚队的小组赛中，中国队是以0：3负于塞尔维亚队的。



在决赛中，中国队调整状态，面对塞尔维亚队的强有力挑战，中国女排在先输一局的情况下加强发球和拦网，连扳三局3—1逆转获胜，时隔12年再度荣膺奥运冠军。就这样，赢回信心的中国姑娘笑到了最后。由此，我们不得不说是中国女排良好的心理素质赢了。还有乒乓女将邓亚萍，虽然已经隐退，但每每提起她，我们总会想到她在赛场上胜败取决于最后几个球的关键时刻，她总能沉着冷静，最终赢得胜利。她自己也曾经说过，其实技术有时是不分上下的，这时靠的就是心理素质。

事实上，我们在生活中随时都有可能碰到这类偶然事件。比如，你正在冥思苦想解



难题,同桌却在喋喋不休地小声讲话;考试最紧张的时候,钢笔里没有墨水了;当你正卖力地主持一台晚会,话筒却突然没有了声音……这些都会成为影响我们情绪的罪魁祸首。这时,我们必须注意理智地控制自己的情绪,不要被这些小事所左右,从容应付突发事件。如果一时冲动,甚至因此而怒火中烧,那很有可能把事情弄砸,蒙受不必要的损失与失败,最终受害的还是自己。