



中等职业教育课程改革规划教材



哲学与人生 学习指导

中等职业教育规划教材编委会编

本册主编：赵元 夏玲
编委：柯昌盛 刘大立 陈宙华
黄荣培 田艳天 宫立杰
李丛胜 邓炎树 李波

国防科技大学出版社

内 容 提 要

本书是与中等职业教育课程改革规划新教材《哲学与人生》(西北工业大学出版社)配套而编写的学习指导。全书编排与教材同步,共分五个单元,十五课。每课分别从“情境探究”、“理论导航”、“能力升华”三部分进行教材解读与课后训练,帮助学生深入理解教材,阐述哲学观点、方法和人生观要求。另外,书中含有两套综合模拟测试题,可作为学生复习考试使用。

本书可供中等职业学校的教师和学生使用。

图书在版编目(CIP)数据

德育课配套学习指导/中等职业教育规划教材编委会编.

—长沙:国防科技大学出版社,2010.5

ISBN 978-7-81099-761-4

I. ①德… II. ①中… III. ①德育—专业学校—教学参考资料 IV. ①G711

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 089524 号

国防科技大学出版社出版发行

电话:(0731)4572640 邮政编码:410073

<http://www.gfkdcbs.com>

E-mail:faxing@gfkdcbs.com

责任编辑:曹红

全国各新华书店经销

定州市新华印刷有限公司

*

开本:787×1092 1/16 印张:35 字数:745千字

2017年7月第3次印刷

总定价:90.00元

本册定价:18.00元

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更为科学、扎实、全面地掌握德育教材讲授的内容,我们依据2008年12月教育部最新颁布的课程改革教学大纲编写了这套《中等职业教育课程改革规划新教材——学习指导》丛书。

人生发展需要哲学智慧的指导,人生处处充实着哲学。哲学实际上是从人生的经验开始,最后又落脚到人生的思考过程。哲学离不开人生的实践基础,没有人生的实践,也就没有哲学;同样,没有哲学指导的人生,就是乏味的人生、盲目的人生。马克思主义哲学不仅是自然、社会和人类思维知识的总结和概括,而且也是人类关于人生智慧的总结和概括。中职生要走好自己的人生路,就必须学习和掌握马克思主义哲学的基本观点和方法。

学哲学并不难。学哲学并不是简单地背概念、记名词,重要的是体验、感悟和理解哲学的基本道理,理解和掌握做人的基本道理和正确思维的基本方法,从而提高自己辨别是非的能力,明确自己人生发展的方向和意义。

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》课的特点,配合本课程的教学过程,试图改变传统的学习方式,设计了“情境探究”、“理论导航”、“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。

情境探究 本栏目主要是为同学们的学习创设了一个实际的情境,增加同学们的感受和体验。栏目中的“问题思考”则可以帮助同学们加深对情境中材料的思考和理解。

理论导航 本栏目中的“哲学观点”是对本课的主要哲学观点和方法的概论。“人生观点”是对本课涉及的有关人生问题的感悟和分析。“哲理与人生感悟”是通过对实际案例中的道理的感悟,加深对本课所学的哲学与人生观点的理解。

能力升华 本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参与训练,提高自己的认知、情感和行为能力。

由于编者的学术水平有限、时间仓促,对书中的不当之处,敬请读者批评指正,以便再版时修改。

编者



目 录

第一单元 坚持从客观实际出发,脚踏实地走好人生路	1
第一课 客观实际与人生选择	1
第二课 物质运动与人生行动	8
第三课 自觉能动性与自强不息	13
第二单元 用辩证的观点看问题,树立积极的人生态度	18
第四课 普遍联系与人际和谐	18
第五课 发展变化与顺境逆境	24
第六课 矛盾观点与人生动力	29
第三单元 坚持实践与认识的统一,提高人生发展的能力	35
第七课 知行统一与体验成功	35
第八课 现象本质与明辨是非	42
第九课 科学思维与创新能力	47
第四单元 顺应历史潮流,确立崇高的人生理想	53
第十课 历史规律与人生目标	53
第十一课 社会理想与个人理想	59
第十二课 理想信念与意志责任	65
第五单元 在社会中发展自我,创造人生价值	70
第十三课 人的本质与利己利他	70

第十四课 人生价值与劳动奉献	76
第十五课 人的全面发展与个性自由	81
综合模拟测试一	86
综合模拟测试二	94
参考答案	102



第一单元

坚持从客观实际出发， 脚踏实地走好人生路

第一★课 客观实际与人生选择

情境探究

◎ 现象透视

王明和陈晓东都毕业于某中职学校，在校读书期间，二人是较为要好的朋友，但却表现出不同的性格特点。王明资质平凡，在校期间也没有特别的表现，是个很普通的学生，但是他做人做事都比较踏实，不爱出风头，而且有一股钻研的精神；而陈晓东与王明却不同，在校期间，他担任学生会主席，常常出席各种活动，比较爱出风头，还有些好高骛远、眼高手低，不够踏实。毕业后他们各自参加了工作，很快十年过去了，当年默默无闻的王明，在这十年的埋头苦干、踏实钻研中，掌握了一技之长，成为公司的高级技师。而陈晓东由于做事不够踏实，常常出现技术失误，被单位辞退后自己开起了小饭馆，生意平平淡淡，没有更好的发展。

李嘉诚说：“不脚踏实地的人，是一定要当心的。假如一个年轻人不脚踏实地，我们用他就要非常小心。你造一座大厦，如果地基不打好，上面再牢固，也是要倒塌的。”

一个人如果有了脚踏实地的习惯，具有不断学习的主动性，并积极为一技之长下功夫，那么成功就会变得容易起来。一个肯不断扩充自己能力的人，总有一颗热忱的心，他们甘于凡人小事，肯干肯学，多方向人求教，他们出头较晚，却在各种不同职位上增长了见识，扩充了能力，学到许多不同的知识。脚踏实地的人，能够控制自己心中的激情，避免设定高不可攀、不切实际的目标，也不会凭借侥幸去瞎碰，而是认认真真地走好每一步，踏踏实实地用好每一分钟，甘于从基础工作做起，在平凡中孕育和成就梦想。要记住：只有脚踏实地、埋头苦干的人，

才能显出真正的聪明,才能成就一番事业。

◎ 问题思考

(1)王明虽然资质平凡,他为什么能在毕业后获得成功?

(2)从王明的人生经历中你读懂了什么?根据陈晓东的性格特点,你认为他应该如何调整择业方向才能获得更多的发展机会?



理论导航

◎ 哲学观点

1. 人类对物质世界的认识历程

- (1)古代朴素唯物主义
- (2)形而上学唯物主义
- (3)辩证唯物主义

2. 马克思主义哲学对物质世界的科学认识

(1)自然界的存在是客观的

①宇宙间各个天体的形成与变化是客观的。

②生物的产生和进化是自然界长期发展的结果。

(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,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。

②从人们改造自然物来看,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。

(3)人类与人类社会的产生是自然界长期发展的结果

(4)人类的意识是自然界长期发展的结果

3. 马克思主义哲学对物质与意识关系的科学认识

(1)物质的基本含义

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

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,主要表现为:

①意识是自然界长期发展的产物。

②意识是劳动的产物。

③意识是人脑的机能。

(3)物质与意识的辩证关系

辩证唯物主义认为：①物质决定意识，意识是客观事物在人脑中的反映。②意识具有能动作用，它不仅能够正确地反映客观事物，而且能够反作用于客观事物。

(4)客观实际是人生选择的前提和基础

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。

(5)坚持一切从实际出发，实事求是

物质世界的客观性，要求我们在任何时候，任何条件下，从事任何工作，都必须遵循主观符合客观这一规律，坚持一切从实际出发，实事求是。

所谓“从实际出发”，就是根据实际情况决定工作方针。所谓“实事求是”，就是从客观实际出发，找出事物发展的规律，按规律办事。所谓“坚持从实际出发，实事求是”，就是要按照事物的本来面貌去认识事物，找出事物和现象之间的固有联系，即规律性，而不是以先入为主的思想去对待事物，也不是用幻想的或臆造的联系去取代事物本身的联系。

◎ 人生观点

1. 正确抉择人生道路

人生是一个不断选择的过程，在人生历程中，根据一定的主客观条件，在追求人生价值的过程中，对自我所做的选择和确定的活动有多种可能性。我们每天都面临着各种各样的选择。青年时期是人生观的形成时期，是人生最关键的十字路口。在这个生理心理发展阶段上，青年个体的思维发展水平、自我意识能力和社会性需要的发展程度都比少年时期有了长足的进步，甚至是一种飞跃。正确抉择人生道路的一个重要方面就是切实做好人生规划。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。

2. 确立正确的人生态度

对于青年来说，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，总之就是要学会生存、学会做人。

3. 勇于战胜人生挫折

第一，战胜挫折和困难要有自信心，认为自己干什么事情都能行，要认识到通过自己的努力，自己一定能达到目标。从心理上确认自己能行，自己给自己鼓劲。只要有心理准备，你就不会为一点困难而退缩。相信你就能充满信心地完成任任务。世界在发展，时代在进步，人也要随着时代的步伐前进，人的发展目标也在时时发生变化，只要你克服自卑心理，树立自信心，就能做自己幸福的缔造者。

第二,要自强不息,有坚强意志,不怕困难。不论做什么事情,要想有所成就,必须刻苦钻研,不怕困难。干工作要持之以恒,不半途而废,见异思迁是做不成大事的。要像一个优秀的运动员长跑一样,即使被人落在后面,或者中途出了意外,只要他还能跑,他就一定要坚持跑到终点。

第三,战胜挫折的关键是不怕失败,失败是成功之母,不要在遭到失败后就垂头丧气,再也没有了奋斗的勇气,而要在遭失败和挫折后不气馁,从失败中吸取教训,继续奋战。爱迪生发明电灯泡时,历经了无数次的失败,最后终于换来了全球的光明,失败可以把人的毅力锻炼得更加坚韧。

第四,排除干扰,不要被外来的其他因素所困惑,我们身边环境总有其他的人和事,有可能会干扰我们,要做到目标始终如一,坚持到底才是胜利,冲破黎明前的黑暗,曙光就在前头。

4. 不断提高思维能力

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,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中,用它们来指导自己的人生实践,做到学以致用。

◎ 哲理与人生感悟

1. “两粒种子”的故事

农夫在地里种下了两粒种子,很快它们变成了两棵同样大小的树苗。第一棵树开始就决心长成一棵参天大树,所以它拼命地从地下吸收养料,储备起来,用以滋润每一个细胞,盘算着怎样向上生长,完善自身。由于这个原因,在最初的几年,它并没有结果实,这让农夫很恼火。而另一棵树同样也拼命地从地下吸取养料,打算早点开花结果,它做到了这一点。这使农夫很欣赏它,并经常浇灌它。时光飞转,那棵久不开花的大树由于身强体壮,养分充足,终于结出了又大又甜的果实。而那棵过早开花的树,却由于还未成熟,便承担起了开花结果的任务,所以结出的果实苦涩难吃,并不讨人喜欢,而且自己也因此累弯了腰。农夫诧异地叹了口气,终于用斧头将它砍倒,当柴烧了。

哲理简析 这个故事说明一切从实际出发,脚踏实地地努力,注重自身知识的积累,厚积薄发,自然会水到渠成,获得成功。

2. “投机取巧”的故事

古时候,一位帝王想选一位使者出使别国,可出使之路困难重重。帝王为了找一个可担此任的使者,在全国范围内展开了选拔,经过层层筛选,最终确定了两位候选人。可帝王无法

从中选出一个最好的。于是，他便去寺里找方丈帮忙。方丈听完了帝王的来意，沉思了一会儿，带着帝王和两位候选人来到斋房。斋房里堆放着好几种水桶，方丈对两位候选人说：“你们一人选一对桶，从山底挑一担水上山，看谁先上来。”两人各有所思，打量了许久，便过去选桶。第一个人将水桶反过来倒过去地比较，最后选择了其中两个最小的桶，第二个人则从中选择了两个尖底的水桶。然后，这两人便下山挑水去了。

两位候选人走后，方丈笑着问帝王：“陛下认为哪一位可先到达山顶？”帝王一笑，对方丈说：“当然是选小桶者先到。”方丈一笑，摇了摇头说：“老衲认为，选尖底桶者应先到。”帝王不信，便和方丈打赌，等候在山顶上。

一个时辰后，有人到达了山顶，还真应了方丈所言，果然是挑尖底桶者。帝王不解，忙问为什么。方丈则叫来那位候选人，问道：“施主为何选尖底桶？”那位候选人一笑，对方丈说：“挑起尖底桶，可以催促我上山啊！因为我挑起它们便不能让它们着地，一旦着地，水便会泼掉，我就完成不了任务。所以，为了不让水泼掉，我必须持之以恒地走下去，直到完成任务。所以，我选了尖底桶。”帝王听后，豁然开朗，心中便有了出使的人选。不一会儿，挑着两只小桶的人也到达了山顶。当他发现自己不是先到达山顶的人时，一脸的羞愧。方丈把他叫了过去，问道：“施主知道自己为什么没有先到达山顶吗？”那人面露愧色，对方丈说：“我原以为我的桶小，挑起来省力，肯定会比他先到，所以在路上没有太急。”

哲理简析

投机取巧是永远不会获得想要的结果的，只有脚踏实地、持之以恒才能获得最终的成功。



能力升华

◎ 试题演练

一、单项选择题

1. 某地区进入供暖季后常常出现雾霾，而一旦出现大风天气或等到春暖花开后，雾霾就会散去或减少，从该地区较长时间的数据变化看，经过人们努力治霾，污染物排放总量在持续走低；但在某些时段，环境空气质量污染指数会迅速攀升，甚至“爆表”。这种看似“矛盾”的现象凸显了大气污染防治的一大特点：天帮忙很重要，但人努力才是根本。“人努力”与“天帮忙”之间的关系对我们正确处理主观能动性和客观规律之间辩证关系的启示是（ ）。
 - A. 尊重事物的客观规律是正确发挥主观能动性的前提
 - B. 人类有意识的思想活动是掌握客观规律的根本前提
 - C. 认识活动是客观规律性与主观能动性相统一的基础
 - D. 尚未认识的外在自然规律对人的实践活动起着至关重要的作用

2. 有人认为,既然人的意识是对客观外部世界的反映,那么人脑里的“鬼”、“神”意识就是对外在世界上鬼、神真实存在的反映。这种观念的错误在于()。
- A. 夸大意识的能动作用 B. 把意识看成是物质的产物
C. 认为意识是对存在的直观反映 D. 混淆了人类意识自然演化的阶段
3. 中国特色社会主义道路,就是在中国共产党领导下,立足基本国情,以经济建设为中心,坚持四项基本原则,坚持改革开放,解放和发展社会生产力,巩固和完善社会主义制度,建设社会主义市场经济、社会主义民主政治、社会主义先进文化、社会主义和谐社会,建设富强、民主、文明、和谐的社会主义现代化国家。“立足基本国情,走中国特色社会主义道路”体现的辩证唯物论道理是()。
- A. 意识反映物质 B. 坚持客观与主观相统一
C. 一切从实际出发 D. 意识对物质具有反作用
4. 中国特色社会主义伟大旗帜,是当代中国发展进步的旗帜,是全党全国各族人民团结奋斗的旗帜。这说明()。
- A. 物质不能脱离意识而存在 B. 意识对物质具有能动的反作用
C. 意识可以改变物质的具体形态 D. 意识对客观事物的反映具有多样性
5. 月色的朦胧、娇美曾引发历代文人雅士的无限遐想,“嫦娥奔月”便演绎了一则美妙的神话。从哲学上着,“嫦娥奔月”的神话故事()。
- A. 源自于人的意识能动性 B. 并不是对客观事物的一种反映
C. 是人们主观想象的产物 D. 是客观事物在人脑中的能动性反映

二、理解说明题

1. 有一个楚国人,出生以来,从没见过生姜,可他对别人说:“生姜是长在树上的。”旁边有人告诉他:“生姜是长在土里的。”这个楚国人固执己见,恼羞成怒地说道:“生姜就是长在树上的。咱们找10个人来问问,我用我骑的毛驴同你打赌。”随后,他们就问了10个人。大家都说“生姜是长在土里的”。这个人哑口无言,脸色也变了,却仍然坚持道:“尽管毛驴输给你了,但是生姜还是树上长出来的。”

(1)上述楚国人的做法违背了什么哲理?

(2)从中我们应得到什么哲学启示?

2. 一头小猪、一只绵羊和一头乳牛，被关在同一个畜栏里。有一次，牧人捉住小猪，他大声号叫，猛烈地抗拒。绵羊和乳牛讨厌它的号叫，便说：“他常常捉我们，我们并不大呼小叫。”小猪听了回答道：“捉你们和捉我完全是两回事，他捉你们，只是要你们的毛和乳汁，但是捉住我，却是要我的命呢！”

这一寓言故事体现的哲理是什么？谈谈你的理解。

◎ 参与践行

1. 分小组查找一切从实际出发的正反面例子，并相互交流。
2. 有人认为：“重视物质利益就是唯物主义，强调精神文明就是唯心主义。”请谈谈你的看法。

第二课 物质运动与人生行动



情境探究

◎ 现象透视

小燕是某中职学校文秘专业的学生,但小燕的心里一直有做记者的理想,于是在上学期间,她积极锻炼自己捕捉、书写新闻的能力,临近毕业的一天,小燕得知一家企业内刊招聘记者,当即赶了过去。

到现场一看,仅有的一个岗位,竞争者竟达 120 多人!而且其间又不乏学历、资历、年龄、口才诸方面胜过自己者。见此阵势,小燕本欲打退堂鼓,可又一想既然来了,长长见识也是好的,便耐着性子坐下来。

面试的人太多,主考官是该公司的老总,小燕又被安排在后面,看着应聘者一个接一个脸色沉重地走出考场,她已预感到形势对自己越来越不利,必须采取独特的面试方式打动老总才能出奇制胜。

这时候,在会客室里坐等的几位应聘者开始闲聊。其中有这么几句牢骚话引起了小燕的注意:“来的都是有经验的人,小不点的内刊还拿不下来?一个面试还搞这么复杂!”“肯定要当面出题让应聘者动笔,不怕它,都带了作品集了,还说明不了问题?”

小燕心里一动,当即赶往楼下的打字店,以“求贤若渴”为题写下一篇现场短新闻。回到会客室时,正好轮到她出场了。

面试的内容有些出乎小燕的意料,神色已略显疲惫的老总既没提业务,也不问应聘者的经历,而是要小燕从自己的角度谈谈如何当好内刊记者。小燕当即递上刚打印完的那篇短新闻稿说自己的角度就是“敏锐”。

◎ 问题思考

- (1)想一想小燕是如何在百余名竞争者中脱颖而出的。
- (2)从小燕找工作的经历中你读懂了什么?



理论导航

◎ 哲学观点

1. 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。

2. 物质运动是有规律的

规律是指事物之间的内在的必然联系。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。

规律的特点主要有：① 规律具有客观性。规律是客观存在的，是不以人们的意志为转移的，但人们能够通过实践认识它、利用它。② 规律具有重复性。这是其最基本的属性，人们正是对社会、自然现象的多次重复进行探索，抓住其内在联系，证明它的规律性。③ 规律具有稳定性。规律虽然不是一成不变，但它具有相对稳定性。

3. 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。
- ② 运动是物质的运动，物质是运动的主体。
- ③ 静止是运动的特殊状态。

4. 人生行动要遵循客观规律

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，要以承认自然界的客观性为前提。

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。

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。

◎ 人生观点

1. 人生路是自己走出来的

曾经有一位 65 岁的老人从纽约步行到了佛罗里达州的迈阿密市。经过长途跋涉，克服了重重困难，他到达了迈阿密市。在那里，有几位记者采访了他。他们想知道，这路途中的艰难是否曾经吓倒过他？他是如何鼓起勇气，徒步旅行的？

“走一步路是不需要勇气的，”老人答道，“我所做的就是这样。我先走了一步，接着再走

一步,然后再走一步,我就到了这里。”

要获得成功,必须立刻开始行动。任何一个伟大的计划,如果不去行动,就像只有设计图纸而没有盖起来的房子一样,只能是一个空中楼阁。

目标再伟大,如果不去落实,永远只能是空想。成功在于意念,更在于行动。制定目标是为了达到目标,目标制定好之后,就要付诸行动去实现它。如果不化目标为行动,那么所制定的目标就成了毫无意义的东西。

2. 敢于行动,善于行动

一位侨居海外的华裔大富翁,小时候家里很穷,在一次放学回家的路上,他忍不住问妈妈:“别的小朋友都有汽车接送,为什么我们总是走回家?”妈妈无可奈何地说:“我们家穷!”“为什么我们家穷呢?”妈妈告诉他:“孩子,你爷爷的父亲,本是个穷书生,十几年的寒窗苦读,终于考取了状元,官达二品,富甲一方。哪知你爷爷游手好闲,贪图享乐,不思进取,坐吃山空,一生中不曾努力干过什么,因此家道败落。你父亲生长在时局动荡战乱的年代,总是感叹生不逢时,想从军又怕打仗,想经商时又错失良机,就这样一事无成,抱憾而终。临终前他留下一句话:大鱼吃小鱼,快鱼吃慢鱼。”

“孩子,家族的振兴就靠你了,干事情想到了看准了就得行动起来,抢在别人前面,努力地干了才会有成功。”他牢记了妈妈的话,以十亩祖田和三间老房子为本钱,成为今天《财富》华人富翁排名榜前五名。他在自传的扉页上写下这样一句话:“想到了,就是发现了商机,行动起来,就要不懈努力,成功仅在于领先别人半步。”立刻行动起来,不要有任何的耽搁。要知道世界上所有的计划都不能帮助你成功,要想实现理想,就得赶快行动起来。成功的道路有千条万条,但是行动却是每一个成功者必须要付出的,行动也是通向成功的捷径。

◎ 哲理与人生感悟

1. 行动的“价值”

在一次演讲活动中,杰克·坎菲尔德拿出一张面额100美元的美钞,说:“这里有100美元,谁想得到它?”

这时候,屋子里所有的人都举起了手。但杰克坐在那里,手里一直举着那100美元,他又问了一句:“有谁真的想得到这100美元吗?”

一分钟后,有人从座位上站了起来,走到杰克跟前,等着杰克把这100美元递到他的手上。可是,杰克还是没有动。

终于,另一个人走上前来,从杰克手里抢走了这100美元。

这时,杰克对现场所有的观众说:“他刚才的所作所为和其他人有什么不同吗?答案就是,他离开了座位,采取了行动。”

哲理简析

只想不做,一无所获。只有行动才能缩短自己与目标之间的距离,才能拥

有幸福的人生，身体力行永远胜过怨天尤人。机会是在行动中被创造出来的，坐以待毙永远没有机会。一次行动胜过一千次的抱怨，让自己行动起来，让自己的人生积极起来。

2. 成功始于心动，成于行动

宋朝著名禅师大慧，门下有一个弟子道谦。道谦参禅多年，仍无法开悟。一天晚上，道谦诚恳地向师兄宗元诉说自己不能悟道的苦恼，并求宗元帮忙。宗元说：“我能帮忙的当然乐意之至，不过有三件事我无能为力，你必须自己去做！”道谦忙问是哪三件。宗元说：“当你肚饿口渴时，我的饮食不能填你的肚子，我不能帮你吃喝，你必须自己饮食；当你想大小便时，你必须亲自解决，我一点忙也帮不上；最后，除了你之外，谁也不能驮着你的身子在路上走。”道谦听罢，心扉豁然洞开，快乐无比，他感到了自我的力量。

哲理简析 成功，首先始于自愿自觉。当一个人失去生活的目的和意义，万念俱灰之时，我们说“无可救药”；当一个人动了念头，不达目的不罢休时，我们说“矢志不渝”。成功始于心动，成于行动。



能力升华

◎ 试题演练

一、单项选择题

- 哲学上讲的运动是指()。
 - 一切客观物体的位置移动
 - 生命有机体的新陈代谢
 - 人伦事理和社会风气
 - 宇宙中一切事物的变化和过程
- 物质和运动的辩证关系是()。
 - 物质是运动的主体
 - 所有的物质都是运动的
 - 所有的运动都是物质的运动
 - 所有的物质都是运动的物质，所有的运动都是物质的运动
- 运动的绝对性是指()。
 - 运动的无条件性
 - 运动的有条件性
 - 运动的可知性
 - 运动形式的多样性
- 静止是()。
 - ①运动的特殊状态 ②一种不显著的运动 ③绝对的不运动
 - ④指事物之间的空间位置保持不变和事物在一定时期内没有发生质变

A. ①②③

B. ②③④

C. ①②④

D. ①③④

5. “任何一个有机体,在每一瞬间是它本身又不是它本身,始终处于不间断的变化之中。”这句话是说()。

①事物的变化是捉摸不定的

②事物的运动是绝对运动和相对静止的统一

③运动是物质的惟一特性

④对立统一是各种运动形式的普遍现象

A. ①②

B. ②③

C. ③④

D. ②④

二、理解说明题

1. 有人说:“脱离物质的运动和脱离运动的物质都是不可想象的。因此,运动就是物质,物质就是运动。”

结合上述观点简要说明物质和运动的关系。

2. 赫拉克利特说:“人不能两次踏进同一条河流。”他的学生克拉鲁普曾认为:“人甚至一次也不能踏进同一条河流。”

你认为应怎样正确评述以上两人的观点?

◎ 参与践行

1. 分小组查找一切生活中敢于行动,善于行动的例子,并相互交流。

2. “拔苗助长”的寓言故事体现了什么哲学道理? 分组讨论。

第三课 自觉能动性与自强不息

情境探究

◎ 现象透视

在某中职学校 2016 年秋季录取新生中，有一位特殊的中职新生吸引了社会各界的关注，他失去了双腿，体重仅有 30 多公斤，但他以顽强毅力，克服重重困难，考入该中职学校，他就是陆浩云。

陆浩云家住淮北市濉溪县关帝村，12 岁前曾是个健康的小伙。在 2005 年 9 月的一场车祸中，陆浩云永远失去了双腿。巨大的反差，一股强烈的自卑涌上了他幼小的心灵。出院后，以前活泼好动的陆浩云不愿意去见任何人，一个人静静地待在家里，看到窗外自由飞翔的小鸟，陆浩云不知偷偷流了多少次眼泪。“一定要坚强地活下去，身高比别人矮了许多，我要用精神补上。”三个月后，坐着轮椅车的陆浩云又返回学校上学。他不再封闭自己，主动和别人交往，学习时也格外的刻苦用功。

进入中职后，陆浩云成了校园的焦点人物，同学们被其坚强的精神所折服，很快伸出友谊热情之手想帮助他解决日常琐事，而他却婉言拒绝，“这么多年，我已经学会了坚强，我一定要继续坚持自强，我会用健全坚强的双臂迎接未来的困难和挑战。”除了日常上下楼和打饭之外，洗衣，叠被等生活琐事都是自己完成。在课余时间他不忘培养自己的特长，苦练书法，唱歌；在学习上认真刻苦学习医学知识；在学院举办的活动中，他积极参加，并获得了不少荣誉；在担任班级心理信息员期间，积极为同学排忧解难，为同学解决了不少心理问题。

◎ 问题思考

- (1) 如果你是案例中的主人公，你会怎样做？
- (2) 从陆浩云的人生经历中你读懂了什么？体会出什么样的哲学道理？

理论导航

◎ 哲学观点

1. 人的自觉能动性的内涵

人的自觉能动性，又叫人的主观能动性，是人类特有的能力与活动，它包括互相联系着的

三个方面:第一,人类认识世界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,突出地表现为我们通常说的“想”;第二,人类改造世界的能力以及人们在认识的指导下能动地改造世界的活动,即通常我们所说的“做”;第三,人类在认识世界和改造世界的活动中所具有的精神状态,即通常所说的决心、意志、干劲等。

2. 自觉能动性的重要性

- ① 只有充分发挥自觉能动性,才能揭示事物的现象和规律,正确地指导人们的行动。
- ② 只有充分发挥自觉能动性,才能利用规律,利用和创造条件,达到改造世界的目的。
- ③ 认识世界和改造世界的过程中,必然会遇到困难和挫折,需要坚强的意志和十足的干劲,需要充满活力的精神状态。

3. 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
- (2)人能够认识事物的本质和规律
- (3)人能通过科学认识 and 实践活动改造客观世界

4. 自觉能动性和客观规律性的辩证关系

- ① 尊重客观规律是发挥主观能动性的前提。
- ② 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。
- ③ 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。

5. 发挥自觉能动性的基本要求

- ① 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。
- ② 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。

◎ 人生观点

1. 自信自强在人生发展中的作用

自信自强是人的主观能动性的表现,它可以产生强大的精神力量,对人生起着重要的作用。

一个人有没有自信自强的精神,决定了一个人的自觉能动性发挥的程度。自信是打开自己的潜能宝库的钥匙。自强是战胜各种困难的法宝,让一个人活出尊严、活出个性。自强不息是我们中华民族几千年来熔铸成的民族精神,正是这种民族精神,使中华民族历经沧桑而不衰,饱经磨难而更强,豪迈地立足于世界民族之林。

2. 积极进取,自强不息

人生要积极进取,要做到自强不息,必须不断自我激励,战胜自我,克服自卑。人生只有

自强不息才能实现自我，才能成为自己人生的真正主人，创造出属于自己的闪亮人生。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。

◎ 哲理与人生感悟

1. “嫦娥奔月”的故事

自2007年10月24日，中国在西昌卫星发射中心用“长征三号甲”运载火箭将“嫦娥一号”卫星成功送入太空后，我国航天事业取得了长足的进步，今年“嫦娥五号”将再访广寒。

嫦娥五号探测器由中国航天科技集团公司五院抓总研制，包括轨道器、返回器、上升器、着陆器四部分。将在2017年12月前后发射，实现月球软着陆以及采样返回。这意味着我国探月工程“绕、落、回”三步走的最后一步即将完成。

这次任务有望实现我国开展航天活动以来的四个“首次”：第一，首次在月球表面自动采样；第二，首次从月面起飞；第三，首次在38万公里外的月球轨道上进行无人交会对接；第四，首次带着月壤以接近第二宇宙速度返回地球。

哲理简析 “嫦娥奔月”是我国古代的神话，它反映了古代人对人类登上月球的向往。而今天，人类已把这个神话变成了现实。这说明人充分发挥主观能动性，就有可能利用规律，创造条件改造客观世界。

2. 成就人生的辉煌

舞蹈是要用双脚来跳的，一个舞蹈演员演出时是在用肢体动作向观众传达自己的感情。因此，人们都认为没有双腿的人根本无法跳舞。可是有一个脸上总是挂着笑容的弱小的年轻女子却做到了，她是四川绵竹的一位舞蹈教师，叫廖智。

这不是天方夜谭，在中央电视台的《我要上春晚》节目中，没有双腿的舞蹈演员廖智“站”在了舞台中央，跪在鼓上的她表演了一出叫《鼓舞》的舞蹈。红绸飞舞，失去双腿的廖智用自己残缺的身体在一面大鼓上旋转翻滚，做出各种高难度的舞蹈动作。这是一场震撼人心的演出，现场掌声雷动，观众无不满含泪水地看完廖智这场令人难忘的舞蹈演出。几位资深评委在点评廖智的演出时，一个个感动得热泪盈眶，哽咽得话都说不下去，这就是一个没有双腿的舞蹈演员带给人们的巨大感动。

哲理简析 人生的存在和发展都是自觉能动的过程，只有自强不息才能实现自我。人生如登高山，只有积极进取、坚持不懈地努力，才能登上顶峰。只要我们积极进取、努力学习，培养自己的意志力，就能自信自强，成为自己人生的真正主人，创造出属于自己的闪亮人生。



能力升华

◎ 试题演练

一、单项选择题

- 我国科学家利用转基因羊体细胞克隆了两头羔羊,还在国际上首次成功培育了一头携带有人血清蛋白基因的转基因试管牛。这表明()。
 - 有些自然界中的东西是人的意识的产物
 - 新物种的产生依赖科技的进步和人的意识
 - 只要有创新精神,就能创造新物质
 - 人们可以认识和利用规律,培育出新的物种
- 根据国家气候中心综合评估,赤道中东太平洋 2014 年持续至 2016 年的厄尔尼诺事件,是 20 世纪有观测以来最强的。在这次超强厄尔尼诺事件影响下,我国防汛抗旱的形势非常严峻,对天气预报预测的服务工作带来很大挑战。近年来,全球范围内的气候异常事件日渐频繁,从哲学的角度看,之所以会出现这种现象,主要是由于()。
 - 自然规律发生作用的频率增大了
 - 人没有充分发挥主观能动性去预防和避免规律发生的破坏作用
 - 人在利用和改造自然时没有按客观规律办事
 - 人在利用和改造自然的活动中,忽视了规律的客观性,加大了对自然的破坏和索取
- 上题中提到的全球范围的气候异常事件,其产生的根本原因是()。
 - 人们发挥主观能动性的结果
 - 事物自身运动的规律性和客观性
 - 大气环流的增强
 - 工业的发展,二氧化碳排放量的增加
- 2017 年 1 月 5 日 23 时 18 分,我国在西昌卫星发射中心用长征三号乙运载火箭,成功将通信技术试验卫星二号发射升空。中国航天 2017 年首次发射任务取得圆满成功。“长征三号”的成功发射表明()。
 - 人与规律的关系总是和谐的
 - 人能够充分发挥主观能动性
 - 人能够正确认识和利用规律
 - 规律发生作用的形式是多种多样的
- 同样是对引力规律的运用,有人用它来发射气象卫星,进行科学实验;也有人用它来发射间谍卫星,进行核军备竞赛。这表明()。
 - 人的主观能动性的性质决定规律发生作用的性质
 - 规律就其本质来讲,就有二重性
 - 规律的客观性受人的主观性的制约
 - 规律发生作用的形式与人的主观因素是相联系的

二、理解说明题

1. 列宁说：“当我们不知道自然规律的时候，自然规律是在我们的认识之外独立地存在着并起着作用，使我们成为‘盲目必然性’的奴隶。一经我们认识了这种不依赖于我们的意志和我们的意识而起着作用的规律，我们就成为自然界的主人”。

- (1)为什么“当我们不知道自然规律的时候……我们成为‘盲目必然性’的奴隶”？
- (2)“自然界的主人”是如何表现出来的？
- (3)怎样才能使我们由“奴隶”变为“主人”？

2. 据有关部门提供的资料，2016年中国自然灾害频发，暴雨洪涝灾害南北齐发，长江流域发生1998年以来最大洪水，龙卷风、冰雹等极端强对流天气频繁发生，造成人员伤亡数量多年少有。此外，干旱、低温冷冻、雪灾、地质灾害等也有不同程度发生。

- (1)以上两则材料告诉我们一个什么事实？
- (2)请用哲学知识，分析造成这一事实的原因及给我们的教训。

◎ 参与践行

1. 分小组查找自信自强的人物和事例，并相互交流。

2. 有人说：“人在自然界面前是微小的，所以，人只能顺应自然界。人的命运也不在自己的手里，而由自然界掌握。”还有人说：“人是自然界中最伟大的，人有思想，人一定能战胜自然界。人的命运是把握在自己手里的，人完全可以通过自己的努力改变自己的命运。”

请你根据所学知识，谈一谈对上述两种观点的看法。