



# 第一单元

## 立足客观实际，树立人生理想

哲学家们只是用不同的方式解释世界，问题在于改变世界。

——马克思

学好哲学，终身受用。

——陈云





## 学习目标

**知:**了解马克思主义哲学是人类认识史上的革命性变革。认识马克思主义哲学对人生发展的指导意义。理解世界统一于物质的原理。懂得客观规律性和主观能动性的辩证关系。

**信:**理解马克思主义哲学是科学的世界观和方法论。

**行:**坚持无神论,反对封建迷信,做到一切从实际出发、实事求是,奋发图强,开拓进取。

## 第一课 美好生活的向导

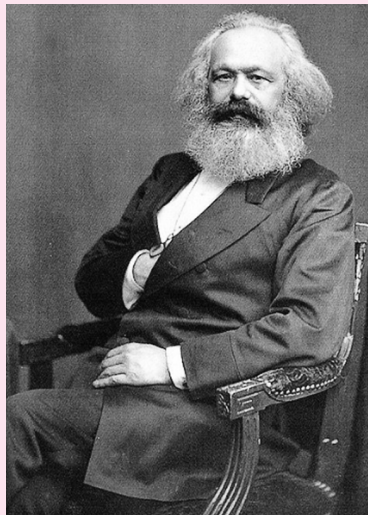
### 案例导入

#### 马克思对世界的影响

1999年,英国剑桥大学文理学院的教授们发起了评选“千年第一思想家”的活动。结果是马克思主义的创始人、无产阶级的伟大导师卡尔·马克思位居第一,伟大科学家爱因斯坦位居第二。其后,英国BBC广播公司以同一命题在国际互联网上公开投票一个月,结果仍然是马克思排名第一。

2005年7月14日,英国BBC广播公司第四频道以“古今最伟大的哲学家”为题,向3万多名听众进行了调查。结果是共产主义奠基人卡尔·马克思以27.93%的得票率荣登榜首。

2008年9月,由美国贷款危机引发的全球性金融危机,让自由资本主义走向了死胡同,马克思批判资本主义的经典名著《资本论》重新成为读者的宠儿。因为金融危机而焦头烂额的德国财长佩尔·施泰因布吕克,也开始阅读《资本论》,甚至成了马



克思的粉丝。不仅如此，从2008年10月开始，《资本论》重新进入了德国一些大学课堂，其中包括柏林大学、慕尼黑大学、波恩大学在内的31所高等学府。

**问题：**你心中的马克思是什么样子？马克思主义哲学是什么？

## 一、认识哲学



认识哲学

### (一) 哲学的含义

哲学是一门给人智慧、使人聪明的学问。在古希腊语中，哲学的本义就是“爱智慧”或者“追求智慧”。在汉语中，“哲”就是“智慧”，哲学就是“智慧之学”或“追求智慧之学”。哲学的任务是指导人们正确地认识世界和改造世界。总之，哲学是理论化、系统化的世界观，是自然知识、社会知识和思维知识的概括和总结，是世界观和方法论的统一。

#### 1. 哲学是系统化、理论化的世界观

世界观是哲学的内容，哲学是世界观的理论体系。世界观亦称宇宙观，是人们关于整个世界以及人和世界关系的总的根本看法和观点。哲学作为世界观的理论体系是采用最一般的概念和逻辑形式进行理论加工而建构起来的知识体系。

#### 2. 哲学是自然知识、社会知识和思维知识的概括和总结

哲学与具体科学既有区别又有联系。具体科学为哲学的产生提供实证知识和基础。哲学从具体科学中概括出一般结论。哲学与具体科学是普遍与特殊的关系。

#### 3. 哲学是世界观和方法论的统一

哲学是关于世界的本质和一般规律的学说，是对整个世界以及人和世界关系的总体性反映和把握，因此，它对一切具体科学和实践活动有普遍方法论的指导作用。方法论是认识和改造世界的普遍的根本方法。哲学既是世界观，又是方法论，是世界观和方法论的统一。



### 相关链接

#### 哲学的来源

哲学智慧不是生来就有的，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。哲学的智慧产生于人类的实践活动。



在人们的实际生活中,常常会自觉或不自觉地思考世界,思考周围的人和事,并用自己在思考中形成的观念来指导自己的生活和实践。在这些思考中,会触及这样或那样的具有哲学性质的问题,如“我是谁?”“我从哪里来?”“人为什么会老?”“树为什么会开花?”“鱼为什么会游?”“天为什么是蓝色的?”“草为什么是绿的?”“人和动物有什么不同?”,等等。哲学就是通过对一系列关乎宇宙和人生的一般本质和普遍规律问题的思考而形成的一门学科。

### (二) 哲学基本问题

哲学所要研究的问题很多,如宇宙、人生、思维、存在、真假、善恶、美丑、环境、公正问题等。其中基本问题是思维(意识)和存在(物质)的关系问题。这一基本问题包含相互联系的两个方面:

第一,思维(意识)和存在(物质)何者为本原的问题,即谁是第一性、谁决定谁的问题。这是哲学基本问题最重要的方面,对这个问题的不同回答,是划分唯物主义和唯心主义的唯一标准。

第二,思维(意识)和存在(物质)有没有同一性的问题,即思维能否正确反映存在,世界是否可知的问题。这是哲学基本问题的第二个方面,对这个问题的不同回答形成了哲学上的可知论和不可知论。

哲学基本问题的两个方面是紧密地联系在一起的,是一个问题的两个方面。其中,第一个方面是根本的方面,第二个方面是第一方面的延续。

### (三) 哲学基本派别

哲学的派别论争是哲学发展的基本形式。在哲学的派别论争中,最基本的是唯物主义与唯心主义的论争。

#### 1. 唯物主义

唯物主义在长期发展中主要经历了三种历史形态:古代朴素唯物主义、近代形而上学唯物主义、辩证唯物主义和历史唯物主义(即马克思主义哲学)。古代朴素唯物主义认为世界上的一切事物都是由某一种或某几种的“原初物质”构成的;近代形而上学唯物主义提出原子是世界万物的本原;马克思主义哲学认为,物质是不依赖于人的意识,并能为人的意识所反映的客观存在。

## 思考空间

读漫画，运用生活与哲学知识回答下列问题。

- (1) 漫画反映的哲学问题是什么？
- (2) 应如何认识这一问题的重要性？



## 2. 唯心主义

唯心主义大体上分为两种形态：主观唯心主义和客观唯心主义。主观唯心主义把世界说成是由主观精神创造的，客观唯心主义则把世界归结为由某种超自然的客观精神力量所创造。二者具体说法虽不相同，但都坚持精神世界是本原。

哲学史上，一切哲学派别，不是属于唯物主义，就是属于唯心主义，任何自称“独立”的第三派别，实际上都是不存在的。当然，哲学史上，也有少数哲学家（如 18 世纪法国哲学家勒内·笛卡尔等人）称世界有物质和意识两个本原，二者并行不悖，这种哲学称为二元论。但是，二元论是一种不彻底的折中主义哲学，最后它会倒向唯心主义。所以，就基本哲学派别来说，只有唯物主义和唯心主义两个基本派别。

## 二、哲学史上的伟大变革

## (一) 马克思主义哲学的产生

马克思主义哲学产生于 19 世纪 40 年代。它的产生是与那个时代所提供的可能性和无产阶级改造世界的理论需要相结合的必然产物。具体来说，马克思主义哲学的产生是深厚的阶级基础、自然科学前提和理论来源的综合结晶。





### 马克思的一生

马克思全名叫卡尔·海因里希·马克思,1818年5月5日出生在德国普鲁士莱茵省摩泽尔河畔一座历史悠久的小城特里尔,其父亲亨利希·马克思是特里尔城著名的犹太裔律师,家境不错。小卡尔聪明、机敏、才华横溢,12岁进入特里尔中学读书,以优异的成绩毕业。在柏林大学学习法律期间,他自学了黑格尔及其弟子们的著作,成为青年黑格尔派核心组织博士俱乐部的三位主将之一。比马克思大十岁左右的另两位主将鲍威尔与科本,都是博士、有名气的理论家,他们都很尊敬他。科本说,马克思是“一座思想的仓库”“制造厂”“思想的巨人”。1841年,23岁的马克思在耶拿大学申请获得哲学博士学位。当时著名的政论家、青年黑格尔派分子赫斯在给友人的信中这样描述马克思:“最伟大的哲学家”,“当今活着的唯一真正的哲学家”,“如果把卢梭、伏尔泰、霍尔巴赫、莱辛、海涅和黑格尔结合为一人——我说的是结合,不是凑合——,那么结果就是一个马克思博士”。1842年,24岁的马克思成为《莱茵报》的主编。1845年春,马克思写出了科学世界观的第一个文件《关于费尔巴哈的提纲》。1848年,马克思与恩格斯合著《共产党宣言》,该书成为共产主义者同盟的纲领性文献。1867年,马克思出版了《资本论》这部“工人阶级的圣经”。1883年3月14日,马克思逝世。1999年,马克思被评为对20世纪人类历史最具影响力的100位伟人之首。

这位伟大思想家的个人生命历程可以说是不幸的。他大学未毕业时,家中的经济支柱父亲病逝了。博士毕业后他想当大学老师,但为当时思想保守的德国大学所不容。作为《莱茵报》的主编,他的事业小有起色,却由于思想激进而被普鲁士政府的书报检查令所查封。从此马克思再无事可做,走上了更加激进的为人类幸福而进行革命工作的道路,在欧洲大陆像一个幽灵一样到处被驱逐、游荡。在个人家庭生活方面,他更是十分不幸。他和出身于封建贵族家庭的才貌俱佳的燕妮共生了七个孩子,但由于颠沛流离的生活、金钱物质的匮乏而无钱医治孩子的疾病,最后只存活下来三个女儿。其中,小女儿弗兰契斯卡病死于气管炎,因无钱买棺材,尸体被停放在租住的房中多日。马克思与燕妮一生没有属于自己的房子,总是生活在“经济危机”之中,很多时候靠革命同志接济度日,其中恩格斯对马克思的资助最多。

以马克思的天赋、才华,还有他妻子燕妮家的背景,马克思一家本可以在物质生活上过得非常丰裕,本可以在政治上居于当时普鲁士的上层社会,不必青灯黄卷花费40年的心血去写作《资本论》,不必经历那么多生活磨难,也不必让家人跟着受苦。这也正是马克

思能够成为伟大思想家、哲学家的伟大之处，他选择了放弃自己个人幸福，而为人类幸福不断奋斗的高尚事业。

资料来源：蔡海榕，傅德田，《马克思主义基本原理概论》精彩教案[M]，杭州：浙江大学出版社，2012。

### 1. 无产阶级的产生和发展是马克思主义哲学产生的阶级基础

19世纪30至40年代，资本主义经济在欧洲先进国家迅猛发展，与此同时，资本主义社会的基本矛盾日益激化。英国、法国、德国接连爆发了工人阶级反对资本主义制度的斗争，包括法国里昂工人起义、英国宪章运动、德国西里西亚纺织工人起义，标志着现代无产阶级作为独立的政治力量登上了历史舞台。但是，由于没有革命理论的指导和无产阶级政党的领导，工人的几次起义均以失败告终。无产阶级迫切需要指导自己行动的科学世界观和方法论，马克思主义哲学应运而生。

### 2. 马克思主义哲学的产生具有深厚的自然科学基础

从18世纪下半叶起，近代自然科学从搜集材料的阶段进入了整理材料阶段，科学家们开始从整体上考察自然界，着手研究分析各种事物之间的普遍联系。自然科学的许多领域相继取得了一系列突破性进展，特别是能量守恒和转化定律的发现、细胞学说的产生、生物进化论的创立。这三大发现，揭示了自然界的物质统一性以及各种物质形态之间的联系和发展的辩证性质，为马克思主义哲学的产生提供了坚实的自然科学基础。

## 名言名句



哲学把无产阶级当作自己的物质武器，同样，无产阶级也把哲学当作自己的精神武器。

——马克思

### 3. 马克思主义哲学的直接理论来源是德国古典哲学

德国古典哲学主要是黑格尔的辩证法和费尔巴哈的唯物主义。马克思、恩格斯批判地吸收了黑格尔哲学辩证法思想的“合理内核”及费尔巴哈哲学唯物主义的“基本内核”，并根据新的实践经验和科学材料，对它们进行革命的改造和发展，从而把辩证法和唯物论有机地结合起来，把唯物辩证的自然观与历史观统一起来，创立了崭新的马克思主义哲学。



## 思考空间

马克思主义哲学与以往的哲学有什么不同？

## (二)马克思主义哲学的创立是人类认识史上的革命性变革

马克思主义哲学既是物质世界发展的普遍规律的科学反映，又是无产阶级根本利益和历史地位的理论表现。马克思主义哲学的创立是人类认识史上的革命性变革，具体表现为以下几个方面：

(1)在研究对象上，马克思主义哲学结束了包罗万象的旧哲学体系，成为关于自然、社会和思维发展的普遍本质与普遍规律的科学。它第一次正确地解决了哲学和具体科学、哲学意识和其他社会意识的关系问题。

(2)在理论内容上，马克思主义哲学把唯物主义和辩证法有机统一起来，并将唯物辩证法的基本观点贯彻到认识论、逻辑学、历史观、自然观、人生观等各个方面。特别是历史唯物主义的创立，把唯物辩证的世界观和唯物辩证的历史观有机统一起来，二者在理论上互为前提、不可分割，如同“由一整块钢铁铸成的”，使马克思主义哲学成为彻底的唯物主义一元论哲学。

(3)在社会作用上，马克思主义哲学是无产阶级的哲学，为无产阶级、劳动群众和人类进步提供了认识世界和改造世界的强大理论武器，马克思主义哲学是科学社会主义、共产主义的世界观，它是在社会主义、共产主义实践基础上将科学性和革命性高度结合的哲学。

## 名言名句

与政治家、科学家、军人和宗教人士不同，很少有思想家能真正改变历史进程，而《共产党宣言》的作者恰恰在人类历史发展进程中发挥了决定性作用。

——特里·伊格尔顿

(4)在理论趋向上，马克思主义哲学结束了旧哲学理论脱离实践的封闭体系，自觉地坚持理论和实践的统一，创立了随实践与科学的发展而不断发展的开放体系，使它成为永葆青春的充满生命力的哲学。

## (三)马克思主义哲学的本质特征

马克思主义哲学是由马克思、恩格斯创立的新哲学，是唯物主义哲学发展的现代形态。



辩证唯物主义、历史唯物主义、实践唯物主义、科学的世界观和方法论、无产阶级的世界观，这些名称都是从不同方面对它的规定和称呼。马克思主义哲学是以实践性为基础的科学性和革命性相统一的无产阶级哲学，是无产阶级科学的世界观和方法论。

### 1. 实践性是马克思主义哲学区别于一切哲学最主要、最显著的特点

马克思主义哲学认为，实践是人能动地改造客观物质世界的对象性活动。其一，实践是一种客观的物质性活动。实践的主体、手段、对象、结果等构成要素都是物质的。其二，实践是人自觉的能动性活动。不同于自然物质的盲目运动，也不同于动物的本能适应活动，人的实践活动是在一定的思想观念指导下进行的自觉的、有目的的活动，是既改造主观世界又改造客观世界的能动性活动。其三，实践是社会历史性的活动。人的实践活动是在一定社会历史条件下进行的，要受一定的社会历史条件制约，并随社会历史的发展而发展。其四，实践是直接现实性的活动。人的实践活动不仅仅停留于思想观念层面，而是要同客观物质世界发生实实在在的交往活动。

### 2. 马克思主义哲学是批判性、科学性与革命性的统一

马克思主义哲学具有不同于以往全部哲学的彻底批判性的重要理论品格。马克思和恩格斯很多作品的名字冠以“批判”二字，除了自我理论批判外，更是宣告：要对现存的一切进行无情的、彻底的批判，要对资本主义的经济、政治、社会、意识形态等展开从理论到实践的批判，要在批判旧世界中发现新世界。

马克思主义哲学又具有坚定的革命性。这首先表现在其阶级性上，它要为以工人阶级为代表的无产阶级、广大人民群众的革命解放事业服务，要成为无产阶级的精神武器。马克思主义哲学的革命性还表现在其实践性上，实践具有革命性的品格，要使现存世界革命化。

马克思主义哲学还具有科学性。哲学不等于科学，从马克思主义哲学的研究对象上来说，它是科学的。而且，其批判性、革命性与科学性是统一的。

## 三、学好马克思主义哲学终身受益

### (一) 学习马克思主义哲学的意义

马克思主义哲学揭示了自然、社会、思维运动的普遍规律，揭示了人类历史运动的一般规律及其发展趋势，从而为人们正确地认识世界与能动地改造世界提供了科学的认识根据和强大的思想武器。学习马克思主义哲学的意义主要体现在如下方面。

#### 1. 有助于树立科学的世界观、人生观和价值观

学习马克思主义哲学的根本目的在于树立科学的世界观、人生观与价值观，使我们在认



识世界、改造世界的过程中少走弯路,从而为生活和实践提供积极有益的指导。

### 2. 有助于提高人的素质与理论思维水平

哲学素养是人的其他各种素质的基础,如同“庙里的神像”“家中的字画”“山上的水”。马克思主义哲学是一种大智慧,有助于学习者生成唯物的、辩证的、历史的、实践的理论思维能力,使人的思想深刻而富有创造性,进而攀登各种高峰。

### 3. 为生活和实践提供积极有益的指导

马克思主义哲学科学的世界观与方法论,有利于人们正确对待社会进步与个人发展,正确对待集体利益与个人利益的关系,正确对待进与退、得与失、名与利,从而为生活和实践提供积极有益的指导。

## 名言名句



我坚信,世界上赞成马克思主义的人会多起来的,因为马克思主义是科学。它运用历史唯物主义揭示了人类社会发展的规律。

——邓小平

## (二) 学习马克思主义哲学的方法

马克思主义哲学的实践性特点,就要求学习者应有正确的学习态度和方法,即站在无产阶级的立场上坚持理论联系实际,这是学习马克思主义哲学的一项基本功。

理论联系实际的方法包括两个方面:既要有理论,也要有实际,把所学理论和实际问题有机地统一起来。

### 1. 掌握理论一定要与实际联系起来

理论所要联系的实际,范围是广泛的,内容是丰富的。在实际中印证理论,深化对理论的理解。实践到理论再到实践,反复地进行,才能把马克思主义哲学中的理论变成自己熟能生巧的东西,学会用辩证唯物主义和历史唯物主义的立场、观点、方法来分析与解决实际问题。

### 2. 在贯彻理论联系实际的原则中,必须反对教条主义和实用主义

教条主义脱离当时当地的客观实际,也不顾其发展变化,只从书本出发,把理论当作抽象的教条或者不变的模式,这就会南辕北辙。实用主义的态度和方法之所以错误,就在于把理论当作为我所用的工具,根据主观需要任意取舍和割裂,与马克思主义哲学理论的整体性相违背。

## 体验践行

1. 在日常生活中，我们能够从很多哲理故事中受到启发。如“揠苗助长”告诉我们要尊重客观规律，不能夸大主观能动性；“刻舟求剑”告诉我们不能否认事物的运动；“一把钥匙一把锁”告诉我们具体问题要具体分析；“一着不慎，满盘皆输”告诉我们关键部分对整体有着决定性作用。搜集相关资料，分享生活中的哲理故事。

2. 你认为哲学在人们的生活中有哪些作用。结合生活实际，谈谈“学习哲学，终身受用”的道理。



## 第二课 立足客观实际

### 案例导入

#### 一个职校毕业班的就业选择

新一轮毕业季如期而至,又一批学生走出校园,职校生也开始了人生的第一份工作。

湖南省娄底职业技术学院机电工程学院毕业生朱琪便是其中一位。由于学习成绩突出,多家工厂向他抛来“橄榄枝”,但都被他回绝。“虽然学的是技术,但我不想进工厂工作。”朱琪的一些同学,也避开了所学专业 and 行业。其中,有的人打算参军,有的人在准备事业单位的考试,也有的人做了外卖送餐员,还有的人干上了销售。总之,在就业的十字路口,同学们的择业观开始变得多元。

**问题:**如果你是这个毕业班的学生,会怎样选择你的就业方向,并说明原因。

### 一、物质与意识

人类是自然界长期发展的产物,自从有了人类,就有了物质和意识的对立。马克思主义哲学认为,世界的统一性在于它的物质性,运动是物质的根本属性。意识是人脑的机能,是对物质的反映,因此,它是第二性的、被决定的。但意识产生以后却能对物质产生巨大的反作用。

#### (一) 物质及其存在形态

##### 1. 物质

马克思主义哲学继承和发扬了古代朴素唯物主义和近代形而上学唯物主义物质观中的合理思想,克服了其中的局限性,全面而深刻地论述了辩证唯物主义的物质观。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。”简言之,物质是不依赖于意识又能为意识所反映的客观实在。这一概念可以从以下几个方面理解。

第一,物质的唯一特性是“客观实在性”。这也是物质最本质的属性。作为客观实在的物质不依赖于意识而独立存在,而意识却依赖于物质,是物质在人脑中的反映。



物质及其存在形态

第二，物质作为不依赖于意识的客观实在，能够被人们所感觉、认识、反映。简言之，物质是可认识的。

第三，客观实在是一切物质形态、物质现象的共同本质，一切物质形态的这一共同的本质属性在任何时候都是不变的、绝对的。而具体的物质形态、结构、属性，却随着科学和实践的进步而经常变化，是可变的、相对的，不能把物质的客观实在性同具体的物质形态及其结构、属性混为一谈。

一切唯物主义都肯定世界的本原是物质，世界统一于物质。第一，世界是具有客观实在性的物质统一体。第二，世界是多样性的物质统一体。世界物质统一性原理，既是马克思主义哲学的基石，又是我们在实践中坚持实事求是、一切从实际出发的哲学依据。



### 经典案例

“山那边是什么”“是山”“那边的那边呢”“山，还是山”……湖南湘西的武陵山区，是全国集中连片特困地区，这些地方就像诗中所说，被绵延无尽的重重大山包围，虽然风景秀丽，但却阻隔着一代代山民们走出贫苦大山的梦想。



隐身在这片山区深处的十八洞村是一个苗族村落，一度十分闭塞，村民们长期徘徊于贫困线以下。2013年，全村人均可支配收入只有1668元，贫困发生率高达57%。生存环境的桎梏世代代困扰着这里，无论时代如何变迁，摆脱贫穷似乎永远是个遥不可及的梦。

2013年11月3日，习近平总书记来到了这里。习近平总书记在考察时指出：“发展是甩掉贫困帽子的总办法，贫困地区要从实际出发，因地制宜，把种什么、养什么、从哪里增收想明白，帮助乡亲们寻找脱贫致富的好路子。”





如今,当你再次踏入这个大山深处时,你会发现这里已经发生了翻天覆地的变化:曾经贫穷落后的山野村落,已成为小有名气的网红带货直播点、动植物种养基地、苗绣合作社和乡村旅游热门景点,村民的人均年收入相比7年前翻了九翻,大批在外“游子”陆续回归家乡开始了集体创富之路。



十八洞村的今非昔比,源于“精准扶贫”思想的提出与实践,源于合适的产业与发展模式。

启示:辩证唯物主义认为,世界是物质的,物质第一性,意识第二性,物质决定意识,意识对物质具有能动作用。这要求我们在想问题、办事情的时候,要坚持一切从实际出发,实事求是。

资料来源:冯志伟,张余.十八洞村的脱贫故事.《中国日报》,2020-7-24(2).

## 2.物质的存在形态

物质概念规定了所有事物的本质。但是这个本质不是事物之外的独立存在,而是存在于不同形态、不同性质的多样性的具体存在物之中,并以运动为其存在方式。辩证唯物主义认为,运动是物质的根本属性,没有不运动的物质。

马克思主义哲学认为,运动是标志宇宙间一切事物、现象和过程变化的哲学范畴。恩格斯指出:“运动,就它被理解为存在方式,被理解为物质的固有属性这一最一般的意义来说,囊括宇宙中发生的一切变化和过程,从单纯的位置变动起直到思维。”这就是说,运动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,还包括人类思维的运动。

物质和运动是不可分割地联系在一起的。一方面,物质是运动的物质,脱离运动的物质是不存在的。从微观粒子到巨大的天体,从无机物到有机物,从自然界到人类社会,没有一种事物不处于永恒的运动之中。没有运动的物质是不可想象的。另一方面,运动是物质的运动,脱离物质的运动是没有的。凡是运动都有自己的物质基础,都有自己的物质主体。机械运动的主体是宏观物体,物理运动的主体是分子、原子、基本粒子和场,化学运动的主体是

原子、离子、原子团等，生物运动的主体是蛋白质和核酸，社会运动的主体是人，思维运动的主体是人脑，等等。总之，物质是一切运动的承担者，是一切发展过程的实在基础。

物质运动是永恒的、无条件的、绝对的，但这并不否认物质世界静止状态的存在。静止是运动的特殊状态，是指事物在一定条件下暂时处于不显著的变动状态。静止有两种基本情形：一是指某物体没有进行特定形式的运动，如没有发生位置移动的机械运动；二是指事物处在量变阶段，没有发生根本性质的变化。无论何种静止状态，都不是脱离运动的绝对不变。静止是有条件的、暂时的，因而是相对的。

辩证唯物主义坚持运动和静止的辩证统一。运动是绝对的，静止是相对的；绝对运动和相对静止相互包含、相互贯通。在绝对运动中包含相对静止，在相对静止中又有着绝对运动。



### 哲学故事

#### 刻舟求剑的故事

战国时期有一个楚国人做事很死板，书上怎么写的他就怎么做，甚至遇到事情别人怎么做的，他也学着怎么做，从没想过变通一下。

有一次，他经过山林，看见一樵夫在砍柴。忽然，樵夫的斧头一不小心从手上飞脱，掉进山谷里去了。樵夫不慌不忙地在斧头落下的地方做了一个显眼的记号，然后从旁边的小路绕下山去，对照着山上的标记，很快在草丛里找到了斧头。这位楚国人对樵夫仰慕不已。

这位楚国人喜爱剑术，总是随身佩带一把宝剑。一天，他搭乘一条渡船过江。他立在船舷边，江两岸的景色令人目不暇接。船行至江中，陶醉于美景的他一不小心把宝剑滑落到江里去了。



只见他紧盯着剑掉下去的地方发呆。旁人劝他赶紧跳下江去打捞，这位楚国人却笑着摇摇头。他眼前浮现出为樵夫刻记号的一幕，接着便镇定地说：“别慌张！我自有妙法。”



只见他用一把小刀在船舷上剑掉下去的地方刻了一道深深的记号,并且自言自语道:“我的剑就是从这儿掉下去的!”船继续前行,待船家停船时,这位楚人站起身,面对惊讶的人们,从容不迫地脱了衣服,从船舷边所刻记号处跳入水中。他在水中捞来捞去,怎么也捞不到那把剑,于是浮出水面抚摸着船边的记号,如梦游般喃喃着:“我的剑明明是从这儿掉下去的,怎么找不到了呢?”

这个故事告诉我们:世界上的事物,总是在不断地发生变化,不能只凭主观做事情。

## (二)意识的本质

辩证唯物主义对意识的本质的规定,可以概括为两个基本点:意识是人脑的机能和属性,是对客观存在的主观映像。

### 1. 意识是人脑的机能

意识是物质的产物,但又不是物质本身。意识是特殊的物质——人脑的机能。作为人脑的机能,意识是人脑在第一信号系统和第二信号系统的基础上进行的精神活动。



动物和周围世界之间的相互作用,是通过反射活动进行的。反射分为无条件反射和条件反射两大类。无条件反射是动物对外界环境作用的一种生而具有的反射,它是由遗传而获得的本能;条件反射是在无条件反射的基础上,由动物自身活动的经验而产生的。

现代物理学把这种接受外部具体刺激而引起的条件反射,叫作第一信号系统,它是动物唯一的信号系统。人除具有第一信号系统外,还有第二信号系统。第二信号也就是信号的信号——语言和文字。在第一信号系统基础上产生的反映,是具体形象的感性反映;而在第二信号系统基础上产生的反映,则是抽象概括的理性反映。

第一信号系统是动物和人共有的，第二信号系统则是人所特有的。人脑在第一信号系统和第二信号系统的基础上进行的精神活动就是意识。

## 思考空间

在2005年出版的《奇点逼近：当人类超越生物学限度》一书中，科兹威尔作出了坦率的预测：“到2045年时，将出现第一台拥有自我意识的计算机，在这个可怕的奇点到来后，人类和动物将和另外一种智能物共享地球，以后永远如此。”你认为计算机会产生自我意识吗？

## 2. 意识是人脑对客观世界的反映

人脑是意识的器官，但不是意识的源泉，光有一个大脑是产生不出意识来的。人只有在社会实践中，同客观世界打交道，客观事物才有可能刺激人的感官和大脑，人才有可能形成关于它们的意识。正如马克思所说：“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。”意识的反映形式如感觉、知觉、表象以及概念、判断、推理，都是主观的，但它所反映的内容是客观的，都是来自外部世界客观存在的事物。没有被反映者，就不会有反映。离开社会实践，不接触客观事物，人脑就如同一部空转的精密机器，生产不出任何意识来。



## 相关链接

古希腊哲学家色诺芬尼说：假如牛、马和狮有手，并且能够像人一样用手作画和塑像的话，它们就会各自照着自己的模样，马画出或塑出马形的神像，狮子画出或塑出狮形神像。

费尔巴哈曾对各国的神进行认真的考察，发现各国的神，无论其形象、衣着、使用的语言，还是发号施令的方式，都同那个国家的现实生活极为相像，几乎是该民族现实生活的翻版。费尔巴哈发现一条隐藏在神圣光环背后的真理：自然神不是别的，就是自然本身；人神不是别的，就是人本身。并非神按照他的形象造人，而是人按照他的形象造神。

这说明了宗教所描绘的世界和现实世界之间有密切的关系。宗教所描绘的世界及鬼神形象虽然荒诞离奇，但是并不是和现实世界毫无关系的，它只不过是对现实世界的事物



进行加工改造后所创造出的形象而已。没有现实世界,就不可能产生宗教观念和宗教思想。要形成意识,不仅需要人脑,还必须有被反映的客观存在。如果说人脑是生成意识的厂房和机器,那么,意识的反映对象——客观存在就是生成意识的原材料。不管是正确的意识还是错误的意识,都是人脑对客观存在的反映,都是客观存在通过生活和实践的环节进入人脑,并在人脑加以改造的结果。因此,意识是人脑对客观世界的反映。离开了客观存在,意识既不能产生,也不能发展。

资料来源:人教版高中政治必修四《5.1 社会历史的本质》。

### (三)物质和意识的辩证关系

辩证唯物主义在科学地肯定物质对意识的决定作用的同时,承认意识对物质的能动的反作用,这两个方面是辩证统一的,其具体体现如下。

#### 1.物质决定意识

物质对意识的决定作用,不仅表现在意识的起源和本质上,而且表现在意识的作用上。意识作用的产生,意识作用的大小,意识作用的发挥,一刻也离不开物质运动及其客观规律的制约作用。

#### 2.意识对物质有能动的反作用

我们在肯定物质决定意识的前提下,应当承认意识在认识世界和改造世界中表现出巨大的能动作用。如“望梅止渴”一词来源于曹操鼓励行军途中的士兵,告诉他们前面有一片梅林,士兵们一个个流口水,确定目标,止住了口渴。这体现精神上的目标可以止住身体上的口渴,体现出意识对物质具有能动作用。

只有科学地理解物质和意识的辩证关系,才能真正理解意识的能动作用及其实现的途径。

## 二、客观实际是人生选择的前提和基础

### (一)坚持一切从实际出发、实事求是

一切从实际出发是指人们在任何时候,任何条件下,从事任何工作,都要把客观实际作为出发点、立足点,把客观实际作为想问题、办事情的依据。所谓“客观实际”,就是存在于我们意识之外的现实情况,即事物自身的属性和特点,以及事物之间的种种联系和关系。

一切从实际出发要求我们必须探寻和把握客观事物的内在规律,做到实事求是。所谓“实事求是”,就是从客观存在的事实出发,经过调查研究,找出事物本身固有的而不是臆造的规律,以此作为我们行动的依据。实事求是不仅反对把自己的主观愿望作为出发点,反对以主观想象代替客观事实,更要求我们努力探求事物本身所具有的内在规律性,用符合客观规律的认识指导自己的行动。





## 哲学故事

## 秃鹰与黄莺

一只鹰飞过王宫，看见王宫中的一只黄莺受到国王的宠爱，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。”

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。属下禀报说是一只鹰在叫。国王感到十分愤怒，就吩咐属下去把这只鹰抓来，并命令拔光它的羽毛。

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！”

这个故事说明了鹰没有考虑实际情况，只是一味模仿别人，没有做到从实际出发。

## (二) 客观实际是确立人生理想的前提和基础

## 1. 人生的客观实际

理想是指人们对未来美好目标的向往和追求，凝聚着人们对未来的憧憬和希望。要树立正确的人生理想，作出正确的人生选择，走好人生路，就要从自身的客观实际出发。人生的客观实际主要包括以下内容。

(1) 客观的社会历史条件。每个人都只能在一定的社会历史条件下生活，都要受到客观的社会历史条件的制约。一个人要想在事业上有所成就，就必须适应社会历史条件。这就需要我们了解自己所处的社会实际，自觉地服从社会和人民的需要，使我们的理想与选择符合社会历史发展的趋势。







### 思考空间

有人说,人生道路是自己的,所以可以从自己的愿望出发,想怎么选就怎么选。  
你怎么评价他的说法?

(2)个人的主客观条件。要树立正确的人生理想、走好人生路,不仅要了解自己的体质、学业基础、家庭环境等客观条件,还要考虑到自己的兴趣、性格、能力等主观条件。这样才能更好地找到自己前进的方向,更好地发挥自己的长处。不了解自己的实际情况,就无法作出正确的判断和选择,就有可能走弯路。

### 思考空间

性格内向的人适合做律师、教师、演员等工作吗?

(3)人生不同阶段所具有的不同特点、情况和问题。每个人都会经历由童年到少年,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,所面临的情况和问题也不同。因此,确立人生理想、选择人生道路时要符合不同人生阶段的特点。

青年时期是人生的关键阶段。在这个阶段,人的生理发育成熟,不断增强的体质和精力推动着青年的发展,完成着从青少年到成人的转变。这个阶段的主要特点是人开始自立。青年自立的特点之一是开始自主学习,青年时期是人一生中学习最集中、最重要的时期。青年自立的第二个特点是开始独立承担社会责任,履行自己的社会职责,要通过自己的职业去实现自己的理想。这些都是青年人必须面对的客观实际,要走好人生路,就必须面对这些具体的客观实际,作出正确选择。



### 经典案例

#### 中国女排队员梁艳的职业生涯

2020 年上映的电影《夺冠》(原名《中国女排》),将中国女排走过的 40 年冠军之路串联在一起,唤醒了 14 亿国民的集体回忆。中国女排一直是国人的骄傲,特别是在 1981—1986 这 5 年的时间在世界排坛所向披靡,拿下了前所未有的 5 连冠。在我国女排夺得 5 连冠期间,梁艳是唯一获得“五连冠”的队员。

梁艳出生于1961年,当我国女排第一次获得世界冠军的时候,她才20岁,在球队主要打的是副攻。她在14岁的时候才开始系统地接触排球这一项运动,很快就受到了重用,15岁进入省队,17岁入选女排大名单。作为球队的副攻手,其实她的存在感不高,在球队中她的天赋只能算是一般,臂展1米77也不出色,因此她在球队一直没有找到自己的定位,并且极度地不自信,甚至主动向教练申请将自己换掉。而那个时候女排的指导对她说:“不要怀疑自己,你要走可以,但除非你能够找到一个比你更强大的人来接替。”那次之后,梁艳慢慢找到了自信,并且成了女排的英雄。



梁艳在退役之后,就不再接触排球了。在一次接受采访的时候,梁艳解释道,自己作为运动员的时候就应该全心全意地打好排球,而在退役后,希望自己能够活得更加自由一点。因此,梁艳没有去选择做主教练,或者是去海外打球,而是选择了深造。她先是去中国人民大学新闻系读书,在毕业之后去了一家杂志社当编辑。经过一段时间的学习,她偶然发现了一份商机,于是筹资创办了一家体育文化传媒公司。经过数十年的发展,这家公司越做越大,不仅在国内颇受欢迎,很多业务也拓展到了国外。

梁艳的人生无疑是让大家羡慕的,在球员时代荣誉加身,在退役之后还能大获成功拥有幸福美满的生活,不过一分耕耘一分收获,梁艳的人生如此精彩也是因为付出了辛勤的汗水。

资料来源:她是中国女排五连冠唯一“全勤”的队员.腾讯网,2020-09-29.

## 2. 正确认识和把握自己的过去、现在和未来

人生是在一定时间和空间内的生命运动过程,人生现在的实际与过去、未来紧密联系、不可分割。过去活动的结果形成现在的实际,没有过去,就没有现在,不同的过去会对现在产生不同的影响;而现在的实际又孕育着未来,未来产生于现在。只有将现在与过去、未来联系起来才有意义,脱离过去和未来,现在就失去了存在的根基。



## 名言名句



吾十有五而志于学，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳顺，七十而从心所欲，不逾矩。

——孔子

要认识和把握自己的客观实际，就必须了解自己的过去和把握自己的未来，既不能无视过去、否认现实，也不能只看过去、不看未来。只有正确认识自己的过去，才能准确把握人生的起点和依据，认清自己在人生道路上的位置；只有正确把握自己的未来，才能在前进的道路上离目标越来越近，最终实现人生理想。



## 相关链接

### 青年在选择职业时的考虑

每个人眼前都有一个目标，这个目标至少在他本人看来是伟大的，而且如果最深刻的信念，即内心深处的声音，认为这个目标是伟大的，那它实际上也是伟大的……

但是，这声音很容易被淹没；我们认为是热情的东西可能倏忽而生，同样可能倏忽而逝。也许，我们的幻想蓦然迸发，我们的感情激动起来，我们的眼前浮想联翩……但是，我们梦寐以求的东西很快就使我们厌恶，于是，我们便感到自己的整个存在遭到了毁灭。

因此，我们应当认真考虑：我们对所选择的职业是不是真的怀有热情？发自我们内心的声音是不是同意选择这种职业？我们的热情是不是一种迷误？……不过，如果不对热情的来源本身加以探究，我们又怎么能认清这一切呢？

伟大的东西是闪光的，闪光会激发虚荣心，虚荣心容易使人产生热情或者一种我们觉得是热情的东西；但是，被名利迷住了心窍的人，理性是无法加以约束的，于是他一头栽进那不可抗拒的欲念召唤他去的地方；他的职业已经不再是由他自己选择，而是由偶然机会和假象去决定了。

我们的使命绝不是求得一个最足以炫耀的职业，因为它不是那种可能由我们长期从事，但始终不会使我们感到厌倦、始终不会使我们劲头低落、始终不会使我们的热情冷却的职业，相反，我们很快就会觉得，我们的愿望没有得到满足，我们的理想没有实现，我们就将怨天尤人。

但是，不仅虚荣心能够引起对某种职业的突然的热情，而且我们也许会用自己的幻想把这种职业美化，把它美化成生活所能提供的至高无上的东西。我们没有仔细分析它，没

有衡量它的全部分量，即它加在我们肩上的重大责任；我们只是从远处观察它，而从远处观察是靠不住的。

在这里，我们自己的理性不能给我们充当顾问，因为当它被感情欺骗，受幻想蒙蔽时，它既不依靠经验，也不依靠更深入的观察。然而，我们的目光应该投向谁呢？当我们丧失理性的时候，谁来支持我们呢？

是我们的父母，他们走过了漫长的生活道路，饱尝了人世辛酸。——我们的心这样提醒我们。

如果我们经过冷静的考察，认清了所选择的职业的全部分量，了解它的困难以后，仍然对它充满热情，仍然爱它，觉得自己适合于它，那时我们就可以选择它，那时我们既不会受热情的欺骗，也不会仓促从事。

但是，我们并不总是能够选择我们自认为适合的职业。我们在社会上的关系，还在我们有能力决定它们以前就已经在某种程度上开始确立了。

我们的体质常常威胁我们，可是任何人也不敢藐视它的权利。

诚然，我们能够超越体质的限制，但这么一来，我们也就垮得更快；在这种情况下，我们就是冒险把大厦建筑在残破的废墟上，我们的一生也就变成一场精神原则和肉体原则之间的不幸的斗争。但是，一个不能克服自身相互斗争的因素的人，又怎能抗御生活的猛烈冲击？怎能安静地从事活动呢？然而只有从安静中才能产生出伟大壮丽的事业，安静是唯一能生长出成熟果实的土壤。

尽管我们由于体质不适合我们的职业，不能持久地工作，而且很少能够愉快地工作，但是，为了恪尽职守而牺牲自己幸福的思想激励着我们不顾体弱去努力工作。如果我们选择了力不胜任的职业，那么我们决不能把它做好，我们很快就会自愧无能，就会感到自己是无用的人，是不能完成自己使命的社会成员。由此产生的最自然的结果就是自卑。还有比这更痛苦的感情吗？还有比这更难于靠外界的各种赐予来补偿的感情吗？自卑是一条毒蛇，它无尽无休地搅扰、啃啮我们的胸膛，吮吸我们心中滋润生命的血液，注入厌世和绝望的毒液。

如果我们错误地估计了自己的能力，以为能够胜任经过较为仔细考虑而选定的职业，那么这种错误将使我们受到惩罚。即使不受到外界的指责，我们也会感到比外界指责更为可怕的痛苦。

如果我们把这一切都考虑过了，如果我们的生活条件容许我们选择任何一种职业，那么我们就可以选择一种使我们获得最高尊严的职业，一种建立在我们深信其正确的思想上的职业，一种能给我们提供最广阔的场所来为人类工作，并使我们自己不断接近共同目标即臻于完美境界的职业，而对于这个共同目标来说，任何职业都只不过是一种手段。



尊严是最能使人高尚、使他的活动和他的一切努力具有更加崇高品质的东西,是使他无可非议、受到众人钦佩并高出于众人之上的东西。

但是,能给人以尊严的只有这样的职业,在从事这种职业时我们不是作为奴隶般的工具,而是在自己的领域内独立地进行创造;这种职业不需要有不体面的行动(哪怕只是表面上不体面的行动),甚至最优秀的人物也会怀着崇高的自豪感去从事它。最合乎这些要求的职业,并不总是最高的职业,但往往是最可取的职业。

但是,正如有失尊严的职业会贬低我们一样,那种建立在我们后来认为是错误的思想上的职业也一定会成为我们的沉重负担。

这里,我们除了自我欺骗,别无解救办法,而让人自我欺骗的解救办法是多么令人失望啊!

那些主要不是干预生活本身,而是从事抽象真理的研究的职业,对于还没有确立坚定的原则和牢固的、不可动摇的信念的青年是最危险的,当然,如果这些职业在我们心里深深地扎下了根,如果我们能够为它们的主导思想而牺牲生命、竭尽全力,这些职业看来还是最高尚的。

这些职业能够使具有合适才干的人幸福,但是也会使那些不经考虑、凭一时冲动而贸然从事的人毁灭。

相反,重视作为我们职业的基础的思想,会使我们在社会上占有较高的地位,提高我们自己的尊严,使我们的行为不可动摇。

一个选择了自己所珍视的职业的人,一想到他可能不称职时就会战战兢兢——这种人单是因为他在社会上所处的地位是高尚的,他也就会使自己的行为保持高尚。

在选择职业时,我们应该遵守的主要指针是人类的幸福和我们自身的完美。不应认为,这两种利益会彼此敌对、互相冲突,一种利益必定消灭另一种利益;相反,人的本性是这样的:人只有为同时代人的完美、为他们的幸福而工作,自己才能达到完美。

如果一个人只为自己劳动,他也许能够成为著名的学者、伟大的哲人、卓越的诗人,然而他永远不能成为完美的、真正伟大的人物。

历史把那些为共同目标工作因而自己变得高尚的人称为最伟大的人物;经验赞美那些为大多数人带来幸福的人是最幸福的人;宗教本身也教诲我们,人人敬仰的典范,就曾为人类而牺牲自己——有谁敢否定这类教诲呢?

如果我们选择了最能为人类而工作的职业,那么,重担就不能把我们压倒,因为这是为大家作出的牺牲;那时我们所享受的就不是可怜的、有限的、自私的乐趣,我们的幸福将属于千百万人,我们的事业将悄然无声地存在下去,但是它会永远发挥作用,而面对我们的骨灰,高尚的人们将洒下热泪。

资料来源:萧灼基.马克思传[M].北京:中国社会科学出版社,2008.



### 三、正确选择适合自己发展的人生道路

选择适合自己发展的人生道路, 就要从以下两个方面出发:

(1) 客观地认识自己, 使自己的主观愿望符合自己的客观实际, 从而更好地发挥自己的作用, 为社会作出自己的贡献。

(2) 了解社会发展的实际, 使自己的主观愿望适应时代潮流, 主动地承担社会历史赋予我们的责任。中职生应根据社会主义现代化建设的需要和个人的兴趣爱好, 充分利用社会提供的成才条件, 努力掌握科学文化知识和专业技能, 以便走上工作岗位后为社会的进步贡献自己的聪明才智。

#### 名言名句



新时代的中国青年要以实现中华民族伟大复兴为己任, 增强做中国人的志气、骨气、底气, 不负时代, 不负韶华, 不负党和人民的殷切期望。

——习近平

#### 思考空间

列举你在生活中处在十字路口, 甚至是“米字路口”时, 你作出了怎样的选择, 你这样选择的理由是什么。

### 四、坚持无神论, 反对封建迷信

#### (一) 科学无神论

当前, 在我国坚持马克思主义在意识形态领域的指导地位, 决定了我们必须坚持辩证唯物主义和历史唯物主义这一科学世界观和方法论, 要了解无神论的教育。科学无神论的教育, 并不仅仅限于单纯否定神灵的存在。它的最主要的内容是运用马克思主义的科学世界观认识宗教的本质及其发展规律, 还包括自然科学知识的普及、社会进化论等社会科学知识的宣传。

#### (二) 宗教活动与封建迷信

宗教活动与封建迷信不能混为一谈。宗教活动是在宗教活动场所按照宗教习惯进行的



诸如拜佛、诵经、烧香、礼拜等活动。封建迷信是指神汉巫婆、算命先生等利用封建迷信愚弄群众，危害社会治安的活动。正常的宗教活动受法律保护，而邪教、迷信等活动应依法取缔。



### 思考空间

邪教是不是宗教？其实质是什么？

### 体验践行

1.《青年在选择职业时的考虑》写于 1835 年秋，是即将中学毕业的马克思面临着择业问题时对自己前途的思考。阅读《青年在选择职业时的考虑》，谈谈马克思认为在择业时应考虑哪些方面，想一想自己在确立职业理想时需要考虑哪些因素，并以小组为单位与同学分享学习体会。

2.结合自己的生活实际，分析讨论自己面对的客观实际情况以及应该如何正确对待、正确选择。

## 第三课 发挥主观能动性

### 案例导入

#### 江心救人

许榜样是重庆市公运出租车有限公司驾驶员，冬泳爱好者。

2020年6月5日19时20分，许榜样和冬泳队队友在嘉陵江双碑大桥附近游泳，已经游了1个小时。就在众人准备穿衣离开时，江中传来呼救声。当时，游泳上岸的许榜样还没换衣服，拿着漂包就直接向江心游去。

许榜样换衣服的地方距离江边礁石有三四十米，礁石距离溺水男子的位置，又有几十米，加起来有百米左右。他以百米冲刺的速度游到落水男子身边，将漂包交给他握住，拖着他往回游，不到5分钟就将男子拉到了岸边。

见落水者休息后并无大碍，许榜样悄悄离开了。几天后，这段简短的救人视频传遍了游泳爱好者、出租车驾驶员的朋友圈。

**问题：**许榜样江心救人是基于什么前提？为什么说“想问题办事情既要量力而行又要尽力而为”？

### 一、客观规律性和主观能动性

#### (一) 物质运动是有规律的

##### 1. 规律的含义

所谓规律，是指事物运动过程中所固有的、本质的、必然的、稳定的联系。规律作为一种内在的、非表面现象的联系，它是看不见、摸不着的，只有通过思维才能把握。它表明事物发展过程中不可避免、确定不移的趋势，它是贯穿在变动不定的现象中的相对稳定的联系。对规律含义的具体理解如下：

(1) 规律是一种本质的联系。世界上事物的联系各种各样，其中，只有体现了事物本身固有的、内在的根本性质，并贯穿于事物发展全过程的联系，才是本质的联系，才可以称为规律。



物质运动  
是有规律的



(2)规律是一种必然的联系。规律表明了事物发展过程中不可避免、确定不移的趋势。

(3)规律是一种稳定的联系。规律是贯穿在变动不定的现象中的相对稳定的联系。重复性是规律稳定性的表现,只要具备一定的条件,合乎规律的现象就一定会重复出现。

## 名言名句



冬天已经来了,春天还会远吗?

——雪莱

### 2.规律的特征

规律具有客观性和普遍性。规律是客观的,是不以人的意志为转移的,它既不能被创造,也不能被消灭;规律是普遍的,自然界、人类社会和人的思维在其运动变化和发展过程中,都遵循其固有的规律,没有规律的物质运动是不存在的。

规律的上述特征要求我们必须遵循客观规律,按照客观规律办事,而不能违背规律,否则就会受到规律的惩罚。

### 思考空间

“人生易老天难老”的哲学寓意是什么?

### 3.规律是可以认识和利用的

在客观规律面前,人并不是无能为力的。只要在认识和把握规律的基础上,根据规律发生作用的条件和形式合理利用规律,就能改造客观世界,造福人类。



### 经典案例

#### 新时代,也要有大禹治水思维

2020年8月18日,习近平总书记来到安徽省阜阳市阜南县,察看淮河水情,了解当地防汛救灾和灾后恢复生产等情况。习近平总书记指出:“我们中华民族在和灾害作斗争的过程中,斗了几千年,愚公移山、大禹治水,但是我们还要继续斗下去。这个斗不是跟老天爷作对,是人与自然要更加和谐,要顺随自然规律,更能够摸得到自然规律。”

相传在 4000 多年前的尧舜时代，我国黄河流域连续发生特大洪水。大禹从其父亲鲧治水的失败中汲取教训，改变单纯筑堤堵水的办法，采取了以疏导为主的科学方法。“禹凿龙门，辟伊阙，决江浚河，东注之海，因水之流也”，正是依循水流动的客观规律，因势利导，疏浚排洪，大禹治水最



终获得成功。然而，“禹决江疏河，以为天下兴利，而不能使水西流”，虽然大禹取得了为天下万民兴利除害的旷世之功，但他却不能使江河西流。因此，无论是治水还是解决生活中的其他问题，人们都应该借鉴大禹的成功经验，遵循客观规律，因势而治。

资料来源：新时代，也要有大禹治水思维。央视网，2020-08-21.

## （二）主观能动性是人特有的能力

### 1. 主观能动性的含义

主观能动性，是指人认识世界和改造世界中有目的、有计划、积极主动的有意识的活动能力，既包括把客观的东西能动地反映于主观，又包括把主观的东西能动地见之于客观。

主观能动性是人特有的能力和活动，是人区别于动物的根本特点。

### 2. 主观能动性的表现

首先，主观能动性表现为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，即我们通常所说的“想”。人在实践的基础上不仅能认识事物的外部现象，还能通过抽象思维活动认识事物的本质和规律；不仅能认识现存的事物，还能在头脑中构想出尚不存在的事物，预测事物发展的未来趋势。

其次，主观能动性表现为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，即通常所说的“做”。人们按照自然规律改变事物本来的形态和内部结构，创造了许多自然界原本不存在、单靠自然力量也不能产生的事物，如克隆羊、人造心脏、人造蛋白质等。

最后，主观能动性还表现为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。例如,积极主动的进取精神、吃苦耐劳的奉献精神、百折不挠的坚强意志、孜孜不倦的务实态度,都是主观能动性的表现。这些精神状态贯穿于人们认识世界和改造世界的活动之中,对这些活动的导向与选择、激发与抑制、控制与调节有着巨大影响。



### 经典案例

#### 青藏铁路的修建

随着青藏铁路最后一排铁轨稳稳安放在拉萨河畔,占中国 1/8 土地的西藏结束了没有铁路的历史,青藏高原 1300 年来的沧桑苦旅成为永恒的记忆。



青藏铁路创造了人类铁路建设史上的新纪录:跨越“世界屋脊”的青藏铁路,是世界上海拔最高、线路最长的高原铁路,西方舆论称它“堪与长城媲美”。

青藏铁路的修建经历了世界工程史上从未经历过的艰难:大部分线路处于“生命禁区”和冻土区,国外专家认为在这里修铁路“几乎不可能”。数万名青藏铁路建设者挑战生命极限,解决了多年冻土、高寒缺氧和生态脆弱三大世界难题,将无数奇迹定格在雪域高原。

主观能动性是人特有的能力和活动。人们能够充分发挥主观能动性认识世界和改造世界,创造有利条件。青藏铁路的成功建设正是人们充分发挥主观能动性的结果。

### (三) 客观规律性与主观能动性的辩证关系

尊重客观规律与发挥主观能动性是辩证统一的关系,具体如下:

(1)充分发挥主观能动性是认识和利用客观规律的必要条件。人们要想按客观规律办事，就必须先了解、认识规律，并在事物运动中把握规律，而这离不开主观能动性的发挥。

(2)尊重客观规律是发挥主观能动性的前提和基础。人的主观能动性的发挥不是随意的，要受到客观规律的制约。只有从客观实际出发，尊重客观规律，才能更好地发挥主观能动性。

(3)必须把尊重客观规律和发挥主观能动性结合起来。人们办事情的过程就是发挥主观能动性的过程，而要把事情办好，就必须按照客观规律的要求去做。任何违背客观规律、夸大主观能动性的做法都是错误的；同时，在现实面前消极被动、听之任之、无所作为的态度也是错误的。



### 哲学故事

#### 揠苗助长

古时候，有个人希望自己田里的禾苗长得快点，天天到田边去看。可是，一天、两天、三天，禾苗好像一点也没有长高。他在田边焦急地转来转去，自言自语地说：“我得想个办法帮它们长高。”



一天，他终于想到了办法，就急忙跑到田里，把禾苗一棵一棵往高里拔。从中午一直忙到太阳落山，弄得筋疲力尽。他回到家里，一边喘气一边说：“今天可把我累坏了，力气没白费，禾苗都长高了一大截。”他的儿子不明白是怎么回事，跑到田里一看，禾苗都枯死了。

这个故事告诉我们，只有按照客观规律去发挥主观能动性，才能把事情做好。反之，单凭自己的主观愿望去做，而不顾客观规律，结果只会适得其反。



## 二、人生是主观能动的过程

### (一)人生的存在和发展都是主观能动的过程

人生不是被动的、本能的生存过程,而是在一定社会历史和环境条件的基础上,能动的、创造性的生活过程,是使用自己的智力和体力去认识世界、改造世界,创造物质财富和精神财富,主动地生存和发展的过程。所以,主观能动性的发挥对人生的发展起着重要作用。能不能正确发挥主观能动性,决定了我们能不能健康成长,能不能走好自己的人生路,能不能拥有幸福、快乐的人生。

### (二)人生发展是把自己的潜能变成现实的过程

人自身努力的发挥程度取决于对自身物质潜能(体能和智能)的开发程度及对外部世界的认识程度。潜能的挖掘和发挥可以提高人认识和改造客观世界的能力,增强战胜各种困难、挫折的勇气和能力。每个人都有潜在的能量,但不一定都能发挥出来。要充分挖掘和发挥自身的潜能,就必须正确发挥主观能动性。主观能动性发挥的程度越高,人自身的潜能就能发挥得越彻底。



### 经典案例

#### 一个具有“疯子精神”的设备维修工

黄实现,一个具有“疯子精神”的设备维修工,做他人不敢做,想他人不敢想,他却说:“我只是一个从事自己喜欢工作的幸运儿。”

谈起梦想的初衷,黄实现说:“上中学的时候,有一堂摩擦生电的物理实验课,摇动手柄,两只带电小球慢慢接触就会迸发出电火花,这看不见摸不着的神秘电流让我产生了浓厚的兴趣,从此,我就与电结下了不解之缘。”

步入徐州技师学院的那一天,黄实现毅然地选择了机电一体化专业,他说:“那时的我,就像干涸湖泊里一条游向大海的小鱼,我一边拼命汲取理论知识,一边抢着多做实验,以此不断充实自己。”

2011年,黄实现拿到电工证,穿上工作服,正式迈上设备维修岗位。每天他不是在高又窄的行车上奔波,就是在又小又脏的机床中摸索。他说:“那时的我没感觉有多苦多累,相反常常因为自己对设备不熟悉而苦恼。”为此,黄实现利用业余时间研读机床说明书,上网查阅相关资料,翻译外文说明书。

“疯子黄”和“黄大仙”是黄实现的专属称呼，他回忆说：“刚开始工作的时候，别人不敢拆的设备我敢拆，别人弄不明白的事情我一定要弄出个所以然，大家都管我叫‘疯子黄’。”后来随着设备维修经验的积累，黄实现的维修技术也日益成熟起来，大家都不约而同地改叫他“黄大仙”。也是在那个时候，他才真正体会到“技术赢得尊重”这句话的内涵。

2016年，黄实现凭借韧劲和精湛的技艺闯进了全国数控大赛的决赛。备战期间，他每天训练时间长达16小时，他认为，只有将技能转化为技巧，技巧转换成创新，才能成就创造。

最终，黄实现荣获第七届全国数控技能大赛决赛数控机床装调与维修项目职工组第一名，他实现了怀揣多年的梦想。“赛场就是战场，没有平日艰苦卓绝的训练，就没有战场上真枪实弹的胜利。”黄实现说。

资料来源：中职生的彩虹人生：兴趣点燃梦想 执着磨砺“工匠精神”。中国青年网，2016-12-22.

### （三）人生意义是在发挥主观能动性的过程中实现的

每个人的人生意义都是在为社会作贡献的过程中实现的。当我们发现自己能够为他人带来欢乐、为他人减轻痛苦、为自己的家乡和社会作出贡献时，就能体会到自己的人生意义。不能正确认识自己的生命价值，不去努力进取，我们的人生也就失去了意义。中职生要积极发挥主观能动性，勇敢选择，积极行动，使自己的人生更有意义。

## 三、自信自强对人生发展的作用

### （一）自信

自信是人主观能动性的表现，它可以产生强大的精神力量，对人生发展起着重要的作用。要走好人生的每一步，不仅需要自然、社会的客观条件，还需要有强大的精神力量的支撑。自信是自己相信自己，对自己所具有的现实力量持积极肯定的心理状态。自信的人，在困难面前能看到机遇和希望，而消极自卑的人，则只能看到困难和失望。因此，一个人有没有自信自强的精神，决定了他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。人的潜能犹如一座待开发的金矿，蕴藏量无穷，我们每个人都有一座潜能金矿。充满自信才能开发出埋藏在深处的潜能，能力才会得到极大的提升，人生才能达到一个新的高度。而丧失自信的人，遇到困难和挫折时，往往是自暴自弃，有的还自轻自贱、放弃努力。没有自信的人，是不可能事业上取得成功的。



## 名言名句



吾心信其可行,则移山填海之难,终有成功之日;吾心信其不可行,则反掌折枝之易,亦无收效之期也。

——孙中山

### (二) 自强

自强是指一个人所具有的独立、自主、奋发向上、不断进取的精神。自信自强对人生发展具有重要作用。

自强是我们健康成长、搞好学习、成就事业的强大动力,是通向成功的阶梯。具有自强精神的人,面对困难不低头、面对挫折能进取,最终走向成功。同时,自强不息是我们中华民族几千年来传承的民族精神,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。



### 经典案例

#### 无臂青年彭超的自强路

2021年3月27日,在同济大学一场研究生复试的考场上,一名用脚写字的考生引起很多人的关注。

这名考生叫彭超,6岁时由于一场意外导致双臂截肢。失去双臂后,彭超的生活全靠父母照料,昂贵的手术费让家里一贫如洗。痛苦过后,总要学会自己爬起来,彭超开始练习用脚写字、吃饭、洗脸刷牙、穿衣、做饭,每天练习10个小时,坚持了一年半,做到了以脚代手,生活能够自理。

刚开始上学时,由于用脚写字速度太慢,彭超几门功课都不理想。而且,除了学业上的落后,他还承受着一些同学的捉弄。求学之路并不顺畅,但彭超依然咬牙坚持下去。为了用脚写字,即便在冬天,他依然穿着拖鞋上学,一双脚被冻得裂开,贴了十几片创可贴,每走一步都必须忍受疼痛。功夫不负有心人,随着脚趾灵活性的不断提升,彭超的写字速度也在加快,从小学二年级开始,彭超的成绩逐渐提高。此后直到高中,他的成绩都名列前茅。2014年高考,他用脚执笔,由于紧张,做题速度慢,才考了538分。不甘心的彭超选

择了复读,2015年他以608分的高分如愿入读四川大学法学院。2019年5月16日,彭超荣获全国自强模范。2021年3月29日,他考上了同济大学法学院硕士研究生。2021年7月15日,彭超入选“全国十大读书人物”。

彭超自幼喜欢诗词,大学期间曾在川大中华经典美文诵读大赛上表演。大一下学期,他参加了央视的《中国诗词大会》,过五关斩六将,连续答对10道诗词题目,战胜了另外4名攻擂选手,最终夺得该节目首位擂主。



与身边的同龄人相比,坚强乐观的彭超认为自己与他们的“区别在于我比你们少了双臂,相同的是我也是一个为着美好理想拼命努力的人”。拼搏的人生最美好。未来,彭超计划攻读博士,成为一名学者或者律师,用自己的青春力量奉献社会。

资料来源:攀枝花无臂青年彭超入选“全国十大读书人物”,腾讯网,2021-07-16.

### (三)积极进取,自强不息

在人生道路上,只有积极进取,自强不息,才能实现人生理想。要做到积极进取,自强不息,必须做到以下三点。

#### 1.不断自我激励

《周易》说:“天行健,君子以自强不息。”意思是说君子应该效法天道运行的刚健,做到自立自强、奋斗不息。自我激励可以使自己的精神振作起来,可以激发自己对成功的信心与欲望,充分发掘和调动自己的长处和潜能。





## 名言名句



自信就是成功的第一秘诀。

——爱默生

### 2. 克服自卑

自卑往往表现为对自己的能力、品质评价过低。青年时期是一个人自我发展和自我确定的关键时期,也是成长过程中矛盾最突出的时期。挫折和失败很容易使中职生产生自卑情绪,导致其自信心日益低落,最终自暴自弃。要摆脱这种困境,就要对自己有一个全面和正确的认识,同时也要善于发现和挖掘自己的潜能,战胜眼前的困难,实现自己的目标。



### 相关链接

#### 自卑心理克服方法

健康不仅仅是生病,更需要优雅的体态和有品质的生活,你可以不自信,但是不能自卑。一般自卑感主要来自于孩提时代的成长环境,而最根本的原因则多半源自于父母的态度。过分自卑,就会心生内疾,影响人的健康。

##### (1) 童年教育

自卑感是幼小时在家庭里就开始形成的,所以幼年期的教育非常重要。做父母的不应对子女寄以超过其实际可能的期望值,要客观地观察并承认子女的天赋条件。要着重培养其实际能力,因材施教,并设法让他感到心里踏实。成才需要坚定的毅力,应帮助孩子培养起良好的心理品格。

##### (2) 系列摆脱法

若是自己不能胜任的事,不要立即强制去做,而是先从较容易的事入手,获得自信后,再做较为复杂的事,以便一步一步地实现目标。这叫作系列摆脱法。

##### (3) 共鸣性理解

怀有自卑感的人,应主动摆脱孤立无援、独自苦恼的状态,将自己的困惑向周围人诉说,让别人帮助分忧解愁,体谅、理解自己的苦恼心情,争取周围人及家属的“共鸣性理解”,对消除自卑感具有良好作用。

## (4)化不利为有利

自卑感既会使人羞怯退缩,也能使人奋发进取。某种意义上,自卑感是走向成功的踏板。发现它,承认它的存在,并设法弥补它,从而达到人生的目标。

## (5)行为矫正法

要针对自己的弱点制订一个逐步训练的计划,并坚持不懈地执行。如争取在集会上发言,主动接触陌生人;可以预先拟就话题,演练对话,提高语言技巧及社交手段。也可观察一下周围的人,发觉别人也不像自己所认为的那样十全十美,对自己又并无歧视之意,也就不再“自惭形秽”了。

## (6)伴同心理障碍的治疗

若有明显的焦虑、抑郁、失眠及自主神经功能失调,当求医辅用适当药物同时治疗。当自卑感伴同神经衰弱、抑郁症、心身疾病等时,最好短期住院治疗。你只要正确认识自己,能全面地看待他人和自己,就会感觉自己其实没那么差,只是自己可能感觉状态不是最佳或太在乎他人的看法或想法而已。而他人的看法或想法往往存在片面性,引起了你不必要的自卑感。

## (7)集体心理治疗

对于自卑感的克服,一般心理治疗中的说理开导、分析评价、讲授对策、鼓励劝慰等,都是用得上的。心理治疗时还把有同样经历的人组织成集体小组,相互慰藉,共同探讨,鼓励进取,消除自卑。对个人单独难以克服的自卑者,参加这类有组织的自助小组,开展自救心理治疗会有更多裨益。

其实克服自卑的方法很简单,首先要正确认识自己,了解自己的性格优势与不足;其次要学会扬长避短,形成自己独特的自信心;最后要学会广交朋友,因为朋友能让你远离孤独,帮助你融入社会以获得快乐。

## 3.奋斗不止

奋斗不止是生命追求的一种表现方式。生命就是要努力前进、奋发向上,并使之保持为一种常态,它强调的是持续的过程,没有终点,而不仅是在暂时的逆境中才具有的特质。

## 名言名句



奋斗是万物之父。

——陶行知



“学如逆水行舟,不进则退。”每个人要想获得更好的发展,就要“居安思危”,不懈地向上努力、追求进步,不断创新,不断完善自我,不断打造个人核心竞争力。

面对经济突飞猛进、知识日新月异的社会,一个人只有不停奋斗,勇于攀登,敢于创新,顽强拼搏,才不会被社会边缘化,才会不断汲取新的知识、新的技能,不断追求新的创造、新的发展,才能谋得发展,立足社会。因此,要坚定奋斗成就人生的价值观。



### 经典案例

#### 挺起胸膛,有梦想就去追

李剑飞,一个荣获8个国家级竞赛大奖的在读研究生,7年铺就科创之路,他坚信“一旦兴趣成为信仰,一切险阻都将化为坦途”。

“我从小就热衷于电子产品,一直梦想着考上大学,毕业以后成为一名电子工程师。”然而,中考时的李剑飞却遭遇了考试失利的打击,连普通高中志愿都没填的他,只能选择职高,但他没有气馁,选择了自己感兴趣的电气运行与控制专业。凭借着对于电子近乎痴迷的热爱,年仅17岁的李剑飞以编程满分的成绩荣获全国一等奖。第二年,他又光荣卫冕。面临毕业的他,放弃良好的就业条件,再一次立志考大学。“高考时,我只填报了浙江师范大学应用电子技术教育专业这一个志愿,也是我唯一的一个志愿,我想把编程一直学下去。”最终,李剑飞如愿以偿。

成长之路难免有质疑与挑战,他回忆起刚上大学的情景时说道:“当时我想参加大学生电子设计竞赛,却因为中职生和大一的身份,不被师兄们接收进团队。”李剑飞下定决心自学专业知识,9个月的时间里,他每天“寝室—教室—实验室”三点一线,坚持学习10余个小时。比赛中,李剑飞以国奖第一的成绩打破了所有人对他专业能力不足的偏见。

“算上高中,我已经在学科竞赛的道路上走过了7年,也在实验室‘住’了7年,获得了5个全国一等奖、2个全国二等奖。渐渐地,我发现实验室就像一把能让我摘到星星的梯子,总能让我看到有些比生活更远的东西。”李剑飞说。

面对已经取得的成绩,李剑飞表示,所有的成绩都是在实验室里堆积出来的。大学四年,李剑飞只回家过3天,却在实验室待了10000多个小时。也正是因为不懈的努力,他顺利通过了浙江大学电气工程学院免试攻读硕士研究生的面试。

李剑飞在分享活动时说道:“就读职高,并不意味着低人一等,如果你觉得你也可以做到别人做的,那么请挺起你的胸膛,有梦想就去追,当你蓦然回首的时候,一定不会感到后悔。”

资料来源:中职生的彩虹人生:兴趣点燃梦想 执着磨砺“工匠精神”.中国青年网,2016-12-22.

## 体验践行

1.奋斗本身就是一种幸福。只有奋斗的人生才称得上幸福的人生。唯有奋斗者，才能在历史的年轮上刻印足迹。请以“幸福是奋斗出来的”为主题，写一篇演讲稿（800字以上），并举行一次演讲比赛。

2.游戏式的活动——撕人生。

活动方式：教师发给每位同学一张白纸，让学生在这张白纸上画出一个箭头坐标，然后标出自己的出生年龄和实际年龄；做完后再让学生思考并写下自己应当功成名就的年龄、以后人生中最迫切想要实现的三件事情，同时思考自己如何做才能功成名就；最后让学生预测自己的死亡年龄。

活动后教师进行启发式的提问：

- (1)面对这张纸，你有何感受？
- (2)那仅有的，可以用来努力学习和拼命工作的时间，我们应该怎样利用？
- (3)应该怎样规划自己的人生？