



中等职业教育『十二五』规划教材

哲学与人生

ZHE XUE
YU REN SHENG
彭培庆 娄华 主编

中等职业教育“十二五”规划教材

哲学与人生

主 编 彭培庆 娄 华

 江苏大学出版社
JIANGSU UNIVERSITY PRESS

镇 江

内 容 提 要

本书根据教育部 2008 年 12 月颁布的中等职业学校《哲学与人生教学大纲》编写而成,内容包括五章,具体为:“坚持从客观实际出发,脚踏实地走好人生路”“用辩证的观点看问题,树立积极的人生态度”“坚持实践与认识的统一,提高人生发展的能力”“顺应历史潮流,确立崇高的人生理想”,“在社会中发展自我,创造人生价值”。

本书可作为中等职业学校的德育课教材,也可作为哲学爱好者的业余读物。

图书在版编目(C I P)数据

哲学与人生 / 彭培庆, 娄华主编. — 镇江: 江苏大学出版社, 2014. 6

ISBN 978-7-81130-762-7

I. ①哲… II. ①彭… ②娄… III. ①哲学—中等专业学校—教材 IV. ①B

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 127625 号

哲学与人生

Zhexue yu Rensheng

主 编 / 彭培庆 娄 华

责任编辑 / 米小鸽

出版发行 / 江苏大学出版社

地 址 / 江苏省镇江市梦溪园巷 30 号(邮编: 212003)

电 话 / 0511-84446464(传真)

网 址 / <http://press.ujs.edu.cn>

排 版 / 北京金企鹅文化发展中心

印 刷 / 北京忠信印刷有限责任公司

经 销 / 江苏省新华书店

开 本 / 787 mm×1 092 mm 1/16

印 张 / 10.5

字 数 / 189 千字

版 次 / 2014 年 6 月第 1 版 2014 年 6 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-81130-762-7

定 价 / 25.20 元

如有印装质量问题请与本社营销部联系(电话: 0511-84440882)



哲学实际上是从人生的经验开始，最后又回归人生的思考过程。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，人生也离不开哲学智慧的指导，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对自然、社会和人类思维知识的总结和概括，而且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。

为贯彻落实《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》和《国务院关于大力发展职业教育的决定》，加强和改进中等职业学校德育教育工作，进一步增强德育教学的针对性、实效性和时代感，提高职业教育质量，教育部于 2008 年 12 月颁布了《关于中等职业学校德育课课程设置与教学安排的意见》，将“哲学与人生”列为中等职业学校德育必修课。

“哲学与人生”是一门全新的中等职业学校德育课程。这门课程将哲学与人生结合起来，既是对哲学课程的重大创新，也是发挥哲学指导和解决人生问题作用的体现。本书根据教育部 2008 年 12 月颁布的中职学校《哲学与人生教学大纲》编写而成，是中等职业教育课程改革规划新教材。

与其他同类教材相比，本书具有鲜明的特色。在体例上，我们结合中职学生思维活跃的特点，在内容讲解中穿插了“学习目标”“知识链接”“讨论区”“名人名言”“名人风采”“生活实例”“哲学故事”等栏目，并配有丰富的图片，以调动学生学习的积极性；此外，在每一小节的内容之后都设计了配套的“思考与练习”，不仅可以检验学生的学习效果，还可以帮助学生更好地体验哲学、感悟人生。在内容上，我们在介绍马克思主义哲学中与人生发展关系密切的基础知识的同时，更加注重内容之间的关联性，以便于学生更加系

统地学习该课程。在语言上，我们力求做到简洁明快、通俗易懂，帮助学生更好地理解哲学观点，进而更好地掌握分析和解决人生问题的思维方法，提高其人生发展能力。

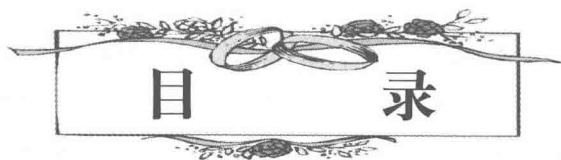
在编写过程中，我们参考了大量的文献资料。在此，向这些文献的作者表示诚挚的谢意。

本书由浙江省上虞职业中专彭培庆老师、娄华老师担任主编。其中，第一、二、三章由彭培庆老师负责编写，第四、五章由娄华老师负责编写，最后由彭培庆老师统稿。由于编写时间仓促，编者水平有限，书中疏漏与不当之处在所难免，敬请广大读者批评指正。

本书配有精美的教学课件，读者可登陆北京金企鹅文化发展中心网站（www.bjjqe.com）下载。

编 者

2014年5月



目 录

第一章 坚持从客观实际出发, 脚踏实地走好人生路	1
第一节 了解哲学基本理论	1
一、哲学的本义	1
二、哲学与世界观	3
三、哲学的基本问题	4
四、唯物主义和唯心主义	6
五、物质与意识	8
思考与练习	14
第二节 客观实际与人生选择	15
一、坚持一切从实际出发	15
二、客观实际是人生选择的前提和基础	16
三、人生选择的多样性与可能性	18
四、从实际出发, 选择适合自己发展的人生道路	20
思考与练习	22
第三节 物质运动与人生行动	22
一、物质在运动中存在	22
二、人生存在于行动中	26
三、人生路是自己走出来的	29
四、敢于行动, 善于行动	32
思考与练习	34
第四节 自觉能动与自强不息	34
一、自觉能动性是人特有的能力	35
二、人生是自觉能动的过程	38
三、自信自强对人生发展的作用	40
四、积极进取, 自强不息	41

思考与练习	43
第二章 用辩证的观点看问题，树立积极的人生态度	44
第一节 普遍联系与人际和谐	44
一、用联系的观点看问题	44
二、用联系的观点看待人际关系	47
三、人际和谐是积极健康的人生态度	48
四、营造和谐的人际关系，创造快乐人生	50
思考与练习	53
第二节 发展变化与顺境逆境	54
一、用发展的观点看问题	54
二、人生是一个在曲折中发展的过程	57
三、顺境和逆境是人生发展中不可避免的两种境遇	58
四、以积极的心态对待挫折和逆境	60
思考与练习	62
第三节 矛盾观点与人生动力	63
一、用矛盾的观点看问题	63
二、矛盾是人生发展的动力	67
三、积极面对和解决人生中的各种矛盾	68
四、坚持内外因相结合，促进自身发展	69
思考与练习	71
第三章 坚持实践与认识的统一，提高人生发展的能力	72
第一节 知行统一与体验成功	72
一、实践与认识	72
二、在知行统一中提高人生发展能力	78
三、成功与失败伴随着人生的发展	80
四、在知行统一中体验成功	82
思考与练习	84
第二节 现象本质与明辨是非	84
一、透过现象认识本质	84
二、在认识事物本质的过程中提高人生发展能力	88



三、明辨是非是做人的基本能力·····	90
四、识别假象,把握本质,明辨是非·····	91
思考与练习·····	93
第三节 科学思维与创新能力·····	94
一、培养科学的思维方法·····	94
二、科学思维方法与人生发展能力·····	98
三、当代青年必须具备创新能力·····	100
四、运用科学思维提高创新能力·····	101
思考与练习·····	105
第四章 顺应历史潮流,确立崇高的人生理想·····	106
第一节 历史规律与人生目标·····	106
一、历史规律与人的活动·····	106
二、人生目标与社会发展·····	109
三、人生目标与个人成长·····	110
四、正确树立自己的人生目标·····	112
思考与练习·····	115
第二节 社会理想与个人理想·····	116
一、理想与现实·····	116
二、社会理想与个人理想的关系·····	117
三、理想对人生发展的重要作用·····	119
四、确立崇高的人生理想·····	121
思考与练习·····	123
第三节 理想信念与意志责任·····	123
一、理想与信念·····	123
二、实现理想要有坚定的信念·····	126
三、实现理想要有坚强的意志·····	128
四、实现理想要有自觉的人生责任·····	129
思考与练习·····	131
第五章 在社会中发展自我,创造人生价值·····	132
第一节 人的本质与利己利他·····	132

一、人的本质具有社会历史性	132
二、个人与社会密不可分	135
三、正确处理公与私、义与利的关系	138
四、正确处理利己与利他的关系	140
思考与练习	142
第二节 人生价值与劳动奉献	142
一、社会价值与自我价值的统一	142
二、人生价值的实现	145
三、在劳动创造中实现人生价值	146
四、树立正确的苦乐观和生死观	148
思考与练习	151
第三节 人的全面发展与个性自由	152
一、人的全面发展	152
二、人的个性自由	153
三、人的全面而自由的发展是社会进步的最高目标	155
四、促进人的全面自由发展，实现美好人生	156
思考与练习	158

第一章 坚持从客观实际出发， 脚踏实地走好人生路

对广大的中职学生来说，走什么样的人生道路，不仅关系到自己的前途，而且关系到祖国的未来。我们每个人所处的社会环境、家庭环境都不同，这些客观条件影响着我们的人生选择。只有坚持从这些客观实际出发，选择适合自己的人生道路，并充分发挥自觉能动性，自立自强，一步一个脚印，才能实现自己的人生理想。

第一节 了解哲学基本理论



学习目标

- ◆ 认知：了解哲学基本理论。
- ◆ 态度：积极进取，把握美好人生。
- ◆ 运用：用哲学的眼光观察世界、了解世界，积极面对人生。

一、哲学的本义

哲学一词源于希腊文“philosophia”，由“爱”（philia）和“智慧”（sophia）两个词组合而成，词源含义是“对智慧的追求”，因此哲学也可称为“爱智之学”。马克思说：哲学是现世的智慧，是“文化的活的灵魂”。

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。也就是说，哲学的智慧产生于人类的实践活动。

在生活实践中，人们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？”“世界是怎么来的？”“我是什么样的人？我由什么原因获得我的存在？”“世界是否因为我的存在而存在？是因为有我才有了世界，还是因为有了世界才有了我？”“世界和我相比哪个更‘厉害’？”“人活着是为了什么？”

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。哲学就在我们身边，是我们人生的指明灯，可以指导我们正确地认识自然和改造自然；可以使我们正确地认识社会，从而为生活 and 实践提供积极有益的指导；可以使我们正确地对待人生，正确对待社会进步和个人发展，正确对待生与死、进与退、得与失、名与利。

船夫和哲学家



哲学与人生的幸福联系在一起，那么，学习了哲学，人生就会幸福吗？请看下面的小故事：

有一个船夫在激流中驾驶小船，船上坐着一位哲学家。

哲学家问船夫：“你懂得历史吗？”船夫回答说：“不懂。”

哲学家给予批评说：“那你已经失去了一半的生命了！”

接着又问：“你研究数学吗？”船夫回答：“没有！”

哲学家又批评道：“那你就失去一半以上的生命了！”

话刚说完，一阵狂风巨浪把船打翻，两人落入水中，船夫对哲学家大叫：“你会游泳吗？”

哲学家说：“不会！”

船夫无限同情地说：“你现在就要失去整个生命了！”

启示：这个故事告诉我们：学习哲学不是为了满足自己的好奇心、虚荣心，也不是用来束之高阁抑或夸夸其谈的，如果不善于用哲学的智慧指导我们的生活与实践，再好的哲学也会失去意义。



二、哲学与世界观

马克思主义哲学认为，哲学是关于世界观的学问，是理论化、系统化的世界观。那么，什么是世界观呢？

人类在改造世界的实践活动中，必然对所接触的具体事物或现象产生一定的看法，形成各种具体观点。随着实践活动的扩大和深入以及人类抽象思维能力的提高，这些具体观点的积累达到一定程度，最终产生质的飞跃，形成了不同于具体观点的世界观。

所谓世界观，就是人们对包括自然界、社会和思维在内的整个世界以及人和世界关系的总的根本的看法和观点。世界观与具体观点的主要区别在于，具体观点只是人们对世界局部领域内的具体对象的认识，而世界观涉及的不是某一具体对象，它是有关整个世界的普遍本质以及人和世界关系的一般认识。

哲学是世界观的学问，但哲学并不是简单地等同于世界观。人们在实践中自发形成的世界观一般是不系统的，是缺乏理论论证和严密的逻辑性的。哲学则是少数思想家、哲学家经过一定的创造性思维活动，将自发形成的世界观用理论的形式加以高度概括抽象，通过一系列哲学概念、范畴和系统的逻辑论证而构成的思想体系。

一个智力健全的现代人，只要有一定的社会生活，参加一定的社会实践，总会形成对整个世界的某种根本看法，具有自己的世界观。但绝不是说人人都有哲学思想，只有通过哲学思维的教育和训练才可能具备一定的哲学素养。

世界观是对整个世界总的根本的看法，但世界观不可能仅仅停留在“观”世界上，人们总是按照一定的世界观去观察事物，分析和处理各种问题，因此，哲学既是世界观，又是方法论。

方法论是关于认识世界和改造世界的根本方法的学说，也就是通常所说的根本的思想方法和工作方法。哲学是世界观和方法论的统一，哲学虽有高度抽象概括的特点，但无论何种哲学总要以不同的方式影响或指导人们的认识和实践活动。

门捷列夫



门捷列夫是化学元素周期律的发现者。他的成功在于不自觉地遵循了哲学中的辩证法。他认为，质与量的统一是化学元素周期律的基础，自然界不仅有量变，而且有质变。正是基于这一思想，他发现了化学元素周期律。但是，门捷列夫到了晚年则成了形而上学的俘虏。他为了证明社会发展变革的不合理性，竟反对自然界存在着飞跃，否认原子可分为“电子”，否认元素的复杂性。他竭力反对的原子结构的新发现，恰恰是对发展门捷列夫化学元素周期律具有重大意义的东西。

启示：哲学为具体科学提供世界观和方法论的指导。科学家的研究活动都是自觉和不自觉地在某种世界观的指导下进行的。在正确的世界观和方法论的指导下，科学家才可能取得成功。在错误的世界观和方法论的指导下，科学家就会在自己的研究活动中失去正确的方向，甚至因陷入混乱而失败。

三、哲学的基本问题

在人类历史发展过程中，人类提出并探索了许多涉及整个世界的大问题，其中贯穿始终的便是哲学基本问题，即思维和存在的关系问题，也就是精神和物质的关系问题。

思维和客观存在的关系问题包括多方面内容，其中有两个最为突出的方面。第一个方面是：世界的本质是精神还是物质，是精神决定物质还是物质决定精神。根据对这一问题的不同回答，全部哲学划分为唯物主义和唯心主义两个根本对立的基本派别：凡主张世界的本质是物质，坚持物质第一性、精神第二性，物质决定精神的，属于唯物主义派别；凡认为精神是世界的本质，坚持精神第一性、物质第二性，精神决定物质的，都属于唯心主义派别。

哲学基本问题的第二个方面是：人的思维有没有能力认识客观世界，或者说，世界是可知的还是不可知的，用哲学的语言表述，就是思维和客观存在、精神和物质之间有没有同一性的问题，哲学史上称之为认识论问题。绝大多数哲学家肯定思维和客观存在之间有同一性，属于可知论者；只有少数哲学家否

认思维和客观存在的同一性，属于不可知论者。

思维和客观存在的关系问题之所以是哲学基本问题，这是由哲学本身的性质和任务决定的。哲学以整个世界的普遍本质和关系作为自己的研究对象，精神和物质正是整个世界最一般、最普遍的两大类现象，作为哲学范畴的精神和物质是世界上一切现象最高和最抽象的概括，精神和物质的关系无疑是一切关系中最一般的关系。因此，思维和客观存在的关系问题，特别是何者为第一性的问题，理所当然地成为哲学的基本问题。

思维和客观存在的关系问题贯穿于全部哲学问题之中，如何解决这个问题决定了一个哲学家或哲学派别研究的基本方向，影响他们对其他哲学问题的解决。思维和客观存在的关系问题也是任何哲学家都无法回避的问题，有的哲学家试图摆脱甚至取消这个问题，实际上是不可能的。

思维和客观存在的关系问题是哲学基本问题，同时也是人类全部认识和实践的基本问题。人们从事的一切活动，包括科学研究和各项具体工作，都存在着以什么为出发点的问题——从客观存在的实际出发，还是从思想观念出发，这是两条根本对立的思想路线，而思想路线正是哲学基本问题在实际认识和实践中的具体贯彻。

洪水中的神父



在某个小村落下了一场暴雨，洪水淹没了全村，一位神父在教堂里祈祷，洪水已经淹没到他跪着的膝盖了。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。一架直升飞机缓缓地飞过来，飞行员丢下绳梯之后大叫：“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，固执的神父最终被淹死了，他是在这场洪水中唯一一个被淹死的人。

点评：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问题的不同回答，是划分唯物主义和唯心主义的唯一标准。由于神父坚持了唯心主义世界观，所以他在洪水面前作出了大异于常人的错误选择。

四、唯物主义和唯心主义

按照对哲学基本问题第一方面，即思维和客观存在何为第一性的不同回答而形成的唯物主义和唯心主义，是哲学中的两个基本派别。

同一基本派别的哲学在不同历史条件下，表现为不同的具体形态。唯物主义在长期发展中主要经历三种历史形态：古代朴素唯物主义、近代形而上学唯物主义和现代辩证唯物主义，其中辩证唯物主义是唯物主义哲学发展的高级形态。

唯心主义大体上分为两种形态：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，但都坚持精神世界的本原，在这一点上它们是共同的。

哲学中唯物主义和唯心主义两大基本派别的对立，有着深刻的社会阶级根源和认识根源。就社会阶级根源而言，脑力劳动和体力劳动相分离，私有制和阶级的产生，是唯心主义哲学产生的必要条件，而剥削阶级从精神上维持其统治地位的需要，则是唯心主义哲学得以长期存在和发展的阶级基础；与此相反，但凡要求发展生产力，推动社会进步的阶级、社会集团或个人，都合乎逻辑地承认外部世界的客观存在，都主张或容易接受唯物主义，这里主要是指历史上广大劳动群众，也包括反映当时社会进步倾向的某些剥削阶级的代表人物。

就认识根源而言，不带宗教或唯心主义偏见的人，通过自己亲身的生活和实践，决不会怀疑外部世界的客观存在，这就是说唯物主义深深植根于人类的认识和实践本身；唯心主义虽然完全颠倒了精神和物质的关系，但这种根本上

错误的哲学也是有其认识根源的，人的认识本来就是一个充满矛盾的复杂过程，如果片面夸大其中某一方面或某一片断，使之成为脱离物质的神化了的绝对的东西，那就不可避免地导致唯心主义。所以，直线性和片面性，死板和僵化，主观主义和主观盲目性，就是唯心主义哲学的认识根源。

值得注意的是，不存在超越唯物主义和唯心主义的所谓“第三派”“中间派”。哲学中的二元论把精神和物质看作两个互相独立的世界本原，企图以此调和唯物主义和唯心主义。二元论并非唯物主义和唯心主义以外的“第三派”，它不过是一种不彻底的折衷主义。二元论最终不得不对思维和客观存在何者为第一性的问题作出回答，大多数二元论哲学的发展趋势是倒向唯心主义。

毛泽东和哲学



1937年1月，毛泽东到达延安后，每到星期三晚上，他都约10来个人，在他自己的窑洞里开哲学座谈会。每次都是毛泽东亲自主持，他事先指定一个报告人，由这个报告人准备好发言提纲并做中心发言，然后大家发表意见。毛泽东对每个人的发言都认真听，并做笔记。毛泽东酷爱学习马克思主义哲学，引起了许多中高级干部学习马克思主义哲学的兴趣，初步形成了党政军干部学习哲学的热潮。

毛泽东在刻苦学习和认真研究的基础上，还把哲学从哲学家的书本和讲堂中解放出来，他竭尽心思不断地把唯物辩证法用通俗、易懂、易记的语言传播出来，创造性地发展了辩证法的许多方面，如“矛盾的特殊性”“实事求是”“从实际出发”“调查研究”“一分为二”“要抓主要矛盾”“物质变精神，精神变物质”“总结经验、提高认识”等。

1937年1月至1947年3月，毛泽东在延安住了10年。这一时期是毛泽东思想的成熟期。他博览群书，系统地学习和研究了马克思主义哲学，当时在他的书架上摆放着马克思、恩格斯、列宁和斯大林的著作，还有许多线装的中国史书。在这期间，他结合中国革命的实际，共撰写了100多篇文章。《实践论》《矛盾论》《论持久战》《论联合政府》《抗日战争胜利后的时局和我们的方针》等许多重要著作，都是在延安时期相当艰苦的条件下写的。这些文章对指导中国人民的抗日战争和解放战争发挥了巨大的作用。

点评：马克思主义哲学包括辩证唯物主义和历史唯物主义两大部分。学习马克思主义哲学，可以帮助我们树立正确的世界观、人生观、价值观，使我们在认识世界、改造世界的过程中少走弯路；可以帮助我们形成正确的思维方法，锻炼我们的思维能力，激发我们的想象力和创造力；可以使我们正确地看待自然、社会和人生的变化与发展，用睿智的眼光看待生活和实践。

五、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）世界的物质性

马克思主义哲学继承和发扬了古代朴素唯物主义和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”。物质的最本质属性或物质的“唯一”特性是客观实在性。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。

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。