

思想道德修养与法律基础

实践教程

刘艳春 剧凤书 许晓蕊 主编



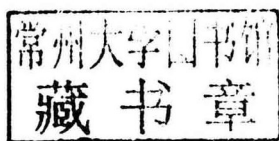
北京理工大学出版社



高等职业教育“十三五”规划新形态教材

思想道德修养与法律基础 实践教程

主 编	刘艳春	剧凤书	许晓蕊
副主编	张 洁	王 静	杨 正
参 编	王 利	甘 露	
主 审	孙晓静	张雅伦	



 **北京理工大学出版社**
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

思想道德修养与法律基础实践教程 / 刘艳春, 剧凤书, 许晓蕊主编. —北京: 北京理工大学出版社, 2017. 9

ISBN 978-7-5682-4756-6

I. ①思… II. ①刘… ②剧… ③许… III. ①思想修养-高等学校-教材②法律-中国-高等学校-教材 IV. ①G641.6②D920.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 209459 号

出版发行 / 北京理工大学出版社有限责任公司

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010) 68914775 (总编室)

(010) 82562903 (教材售后服务热线)

(010) 68948351 (其他图书服务热线)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

印 刷 /

开 本 / 787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张 / 12

字 数 / 282 千字

版 次 / 2017 年 9 月第 1 版 2017 年 9 月第 1 次印刷

定 价 / 32.00 元

责任编辑 / 梁铜华

文案编辑 / 梁铜华

责任校对 / 周瑞红

责任印制 / 施胜娟

前 言



中共中央宣传部、教育部《关于进一步加强和改进高等学校思想政治理论课的意见》（教社政〔2005〕5号）明确提出：“高等学校思想政治理论课所有课程都要加强实践环节”，“要建立和完善实践教学保障机制，探索实践育人的长效机制”。教育部印发的《高等学校思想政治理论课建设标准》（教社科〔2015〕3号）要求将思想政治理论课实践教学纳入教学计划，统筹思想政治理论课各门课的实践教学、落实学分（本科2学分，专科1学分）、教学内容等，要求实践教学覆盖全体学生。

河北能源职业技术学院自2005年3月中宣部教育部发布的《〈中宣部教育部关于进一步加强和改进高等学校思想政治理论课的意见〉实施方案的通知》（教社政〔2005〕9号）（简称“05方案”）实施以来，就将实践教学纳入教学计划，理论教学和实践教学学时比例达到1:1。近年来，随着我院课程改革的不断推进，“思想道德修养与法律基础”课程也加大了改革的步伐，实现了教材体系向教学体系的转化，教学模式和方法不断创新，形成了以实践为主线，国学经典与课程内容相结合、线上与线下相结合、课内与课外相结合的教学模式，组织开展了一系列主题实践教学活动。实践教学的地位、作用不断强化，并取得了良好的教学效果。我们在总结多年课程教学改革经验和教学实践基础上编写的《“思想道德修养与法律基础”实践教程》，是课改成果的一个体现，能够更好地贯彻落实中央文件精神，使实践教学的内容和形式更加明确、规范，具有很强的可操作性；能够进一步调动学生学习思想政治理论课的积极性、主动性，培养学生的创新精神和实践能力，提升学生思想道德素质、法律素质，更好发挥思想政治理论课主渠道、主阵地育人作用。

本书内容分为五大模块，共设有12个实践教学专题。每个专题里面包括实践项目、典型案例、拓展阅读、箴言选摘四大项内容。参加本书编写的都是河北能源职业技术学院从事思想政治理论课和学生思想政治教育工作的一线教师。刘艳春、剧凤书、许晓蕊任主编，张洁、王静、杨正任副主编。全书主审为孙晓静、张雅伦。

本书在编写的过程中借鉴和汲取了许多国内外的研究成果，引用了大量的最新资料，对这些成果的作者我们在此表示衷心的感谢。由于编者水平有限，书中难免存在不足之处，敬请广大读者提出宝贵意见，批评指正。

编 者

2017年6月

目 录



第一模块 学习观教育——珍惜大学生活开拓新的境界

实践教学专题一 科学规划大学生活·····	1
一、实践项目·····	1
二、典型案例·····	7
三、拓展阅读·····	9
四、箴言选摘·····	20
实践教学专题二 培育和践行社会主义核心价值观·····	23
一、实践项目·····	23
二、典型案例·····	27
三、拓展阅读·····	28
四、箴言选摘·····	36

第二模块 理想信念与爱国主义教育——追求远大理想

弘扬中国精神

实践教学专题三 追求远大理想 坚定崇高信念·····	38
一、实践项目·····	38
二、典型案例·····	41
三、拓展阅读·····	42
四、箴言选摘·····	49
实践教学专题四 继承爱国传统 弘扬中国精神·····	51
一、实践项目·····	51
二、典型案例·····	52
三、拓展阅读·····	55
四、箴言选摘·····	65

第三模块 人生观教育——领悟人生真谛创造人生价值

实践教学专题五 树立正确的人生观 创造有价值的人生·····	67
一、实践项目·····	67
二、典型案例·····	71
三、拓展阅读·····	74
四、箴言选摘·····	80
实践教学专题六 协调身心关系，学会人际交往·····	83
一、实践项目·····	83

二、典型案例	86
三、拓展阅读	91
四、箴言选摘	96
第四模块 道德观教育——遵守道德规范 锤炼个人品德	
实践教学专题七 遵守社会公德 做文明的社会公民	98
一、实践项目	98
二、典型案例	101
三、拓展阅读	106
四、箴言选摘	117
实践教学专题八 培育家庭美德 做孝老敬亲的好儿女	119
一、实践项目	119
二、典型案例	123
三、拓展阅读	130
四、箴言选摘	137
实践教学专题九 遵守职业道德 做合格的职业人	139
一、实践项目	139
二、典型案例	140
三、拓展阅读	142
四、箴言选摘	146
第五模块 法律观教育——遵守宪法法律 弘扬法治精神	
实践教学专题十 学习宪法法律 建设法治体系	148
一、实践项目	148
二、典型案例	149
三、拓展阅读	152
四、箴言选摘	154
实践教学专题十一 树立法治观念 尊重法律权威	155
一、实践项目	155
二、典型案例	157
三、拓展阅读	160
四、箴言选摘	162
实践教学专题十二 行使法律权利 履行法律义务	164
一、实践项目	164
二、典型案例	165
三、拓展阅读	168
四、箴言选摘	173
附件1: 河北能源职业技术学院“思想道德修养与法律基础”课社会实践指导书	175
附件2: 河北能源职业技术学院“思想道德修养与法律基础”课社会实践报告书	177
附件3: 河北能源职业技术学院“思想道德修养与法律基础”习题库(网络资源) ...	181

第一模块 学习观教育——珍惜大学生活 开拓新的境界

实践教学专题一 科学规划大学生活

认知目标：认识大学生活的特点，了解新的学习理念，把握大学生需要确立的成才目标，理解思想道德和法律的作用及相互关系。

行为目标：树立角色意识，提升适应能力，端正学习态度。

情感目标：热爱大学生活，激发对“思想道德修养与法律基础”课程学习的兴趣与热情，增强服务国家和人民的社会责任感。

一、实践项目

（一）大一新生问卷调查

调查目的：了解大一新生学习、生活、交往、兴趣爱好等方面的情况，以便有针对性地指导学生的学习和生活。

调查内容：见附件“大一新生调查问卷”。

附件：大一新生调查问卷

1. 你上大学的目的是（ ）。

- | | | |
|-----------|--------------|---------|
| A. 学习文化知识 | B. 提高自身素质 | C. 报效祖国 |
| D. 为光宗耀祖 | E. 为了将来找个好工作 | F. 不清楚 |
| G. 其他 | | |

2. 入学后你最关心的问题（ ）。

- | | | |
|-------------|----------------|------------|
| A. 各科考试能否通过 | B. 就业 | C. 能否拿到奖学金 |
| D. 如何提高自身素质 | E. 三年后能否拿到毕业证书 | F. 不清楚 |
| G. 其他 | | |

3. 你打算（ ）安排业余时间。

- | | | |
|---------|-----------|-----------|
| A. 完成作业 | B. 参加社团活动 | C. 参加体育活动 |
| D. 交朋友 | E. 上网 | F. 打工 |
| G. 其他 | | |

4. 对你自身发展最重要的是 ()。
 - A. 学会做人
 - B. 学会处事
 - C. 培养创造力
 - D. 培养意志力
 - E. 增强自信心
 - F. 其他
5. 成为河北能源学院的一员你的感觉是 ()。
 - A. 充满希望
 - B. 感到失望
 - C. 感到压力
 - D. 感到平淡
 - E. 终于可以自由了
6. 今后的大学生活你打算如何度过? ()
 - A. 先玩一年再说
 - B. 尽快适应, 成为生活的主人
 - C. 准备升本
 - D. 以学习为主, 全面发展
 - E. 没想过, 随遇而安
7. 你认为在大学生中开设“思想道德修养与法律基础”课是否必要? ()
 - A. 必要
 - B. 没必要
 - C. 不清楚
8. 你认为当代大学生整体道德素质如何? ()
 - A. 良好
 - B. 一般
 - C. 较差
 - D. 不清楚
9. 你对“思想道德修养与法律基础”课是否感兴趣? ()
 - A. 感兴趣, 充满期待
 - B. 没兴趣, 不想学
 - C. 无所谓
 - D. 不清楚
10. 影响你对“思想道德修养与法律基础”课程学习兴趣的主要因素有 ()。
 - A. 课程内容
 - B. 教师素质
 - C. 自己的情绪
 - D. 社会因素
 - E. 教学方法
11. 你的信仰是什么? ()
 - A. 宗教 (A1 佛教; A2 道教; A3 伊斯兰教; A4 天主教; A5 基督教)
 - B. 马克思主义 (共产主义)
 - C. 无信仰
 - D. 其他
12. 你知道父母亲的生日吗? ()
 - A. 只知道妈妈的生日
 - B. 只知道爸爸的生日
 - C. 都知道
 - D. 都不知道
13. 乘坐公交车你是否会主动给老幼病残孕让座? ()
 - A. 经常
 - B. 偶尔
 - C. 不会
 - D. 从不坐公交车
14. 看到老人跌倒了, 你是否会过去帮忙扶起来? ()
 - A. 会
 - B. 不会
 - C. 不一定
 - D. 看情况
15. “七七事变”发生在 ()。
 - A. 1931 年
 - B. 1937 年
 - C. 1945 年
 - D. 不知道
16. 中国共产党成立于 ()。
 - A. 1911 年
 - B. 1921 年
 - C. 1931 年
 - D. 不知道

17. 如果你的合法权益遭到侵害,你会()。

- A. 协商解决 B. 诉讼 C. 上访
D. 找机会报复 E. 不知道怎么办

18. 你现在的的生活来源是()

- A. 父母工作收入 B. 自己打工收入 C. 亲朋好友等的资助
D. 银行贷款 E. 其他

(二) 开展主题辩论活动

活动主题:大学生成才提高思想道德素质更重要还是提高专业素质更重要?

正方观点:大学生成才提升思想道德素质更重要。

反方观点:大学生成才提升专业素质更重要。

活动目的:通过辩论,使学生能够正确认识德与才的关系,并且培养学生辩证思维能力、语言表达能力、资料搜集和筛选能力、团队合作精神和竞争意识等。

活动准备:

(1) 教师将全班同学分组,抽签确定正反方。

(2) 正反方各选出四位主辩手,确定好角色,明确分工,做好辩论的准备。

(3) 选出本次主题辩论活动的评委和学生主持人。

附1:辩论简易流程

1. 立论陈词

正反方一辩开篇陈述己方观点,每人发言不得超过3分钟。

2. 攻辩阶段

正反方二辩、三辩进行攻辩,每次对攻时间限制2分钟。

(1) 正方二辩选择反方二辩或者三辩进行一对一对攻。

(2) 反方二辩选择正方二辩或者三辩进行一对一对攻。

(3) 正方三辩选择反方二辩或者三辩进行一对一对攻。

(4) 反方三辩选择正方二辩或者三辩进行一对一对攻。

3. 自由辩论

由正方开始提问反方任意辩手,然后自由辩论,双方各4分钟,共8分钟。正方后援团的观众先向反方除四辩外任意辩手提问,然后由反方后援团向正方除四辩外任意辩手提问,辩手回答时间不得超过1分钟。

4. 总结陈词

先反方后正方四辩做总结陈词,时间各为3分钟。

5. 评委点评

请各位评委为双方辩手打分,记分员汇总,选出当天的胜者以及最佳辩手。

附2:辩论赛评判标准依据

1. 团体得分部分(100分)

(1) 审题。(20分)

对所持立场能否从逻辑、理论、事实等多层次、多角度理解,论据是否充足,推理关系

是否明晰，对对方的难点是否有较好的处理方法。

(2) 论证。(20 分)

论证是否有说服力，论据是否充足，推理过程是否合乎逻辑，事实引用是否恰当。

(3) 辩驳。(20 分)

提问是否抓住对方的要害，问题明了。在规定时间内没有提出问题或提问不清，应适当扣分。是否正面回答对方问题，是否给人有理有据的感觉。不回答或不正面回答问题应适当扣分。

(4) 配合。(20 分)

是否有团队精神，能否相互支持，论辩衔接是否流畅，自由辩论时发言是否错落有致，回答是否形成一个有机整体，给对方有力打击。

(5) 辩风。(20 分)

语言流畅、用词得当、语调抑扬顿挫、语速适中；尊重对方辩手，尊重评委，尊重观众；表演得体、错落大方，有幽默感。

2. 个人得分部分 (100 分)

(1) 辩论技巧。(30 分)

辩手是否语言流畅、立意明确，能否从多角度、多层次分析、理解、认识辩题，叙述是否有层次性、条理性，论证是否有说服力。

(2) 内容资料。(30 分)

论证是否充分、合理、恰当有力，引述资料是否翔实。

(3) 表情风度。(20 分)

辩手表情、手势是否恰当、自然、大方，不强词夺理，尊重对方，尊重评委和观众，富有幽默感。

(4) 自由辩论。(20 分)

正反方辩手是否始终坚持自己的立场，主动、准确、机智地反驳对方的观点，思路清晰，立场坚定，逻辑正确，应对灵活。

辩论小提示——提前弄清楚几个概念：

素质；大学生成才目标；思想道德素质；专业素质。

(三) 制订“我的大学生活规划”

目的：指导学生思考大学生生活应该如何度过，明确学习目标，制订符合实际的、可行性强的学习生活计划，合理安排业余时间，让大学生生活过得充实而有意义。

要求：

(1) 围绕大学学习、生活、交往、消费、兴趣爱好等方面内容制订大学生生活规划，注重培养自己的综合素质和能力。

(2) 把自己的发展目标与社会的发展方向相结合。

(3) 把长远目标与近期目标相结合。

(4) 根据现实条件和自身特点来制订大学生生活规划，每项具体的计划应该可测评，即有相应的成果。

(5) 填写“我的大学生活规划”表（见活页纸上的附表）。

附表

我的大学生活规划

班级		姓名		学号	
项目及实施计划					
大一学年					
大二学年					
大三学年					
指导教师 评价					

续 表

自 我 介 绍	

二、典型案例

案例 1：陶行知改名

陶行知，1891 年 10 月 18 日生于安徽歙县，原名陶文濬。1911 年，20 岁的陶文濬开始攻研王阳明的学说。因非常信从王阳明的“知行合一”观而为自己改名为“陶知行”。

1927 年，从事教育工作的陶行知却提出“行是知之始，知是行之成”的理论，正与王阳明的“知是行之始，行是知之成”主张相反。于是，有顽皮的学生便为其改名，称“行知吾师”。1934 年 7 月 16 日《生活教育》第 1 卷第 11 期始设《行知闲谈》栏目。在栏目第一期，陶行知谈到，获得知识的进程是“‘行知行’，而不是‘知行知’”，“挂着‘知行’的招牌，卖的是‘行知’的货物，似乎有些不妥”，于是改名为“陶行知”。他曾为此次改名感叹道：“我对于二十三年来天天写、天天看、天天听的名字，难免有些恋恋不舍，但为求名实相符，我是不得不改了。”

1946 年 7 月 25 日，陶行知逝世。“知行”一名用了 23 年，而“行知”一名却只用了 12 年。今天人们多知“陶行知”，而不知“陶知行”。虽然只是“知”与“行”易位，却反映了陶行知教育思想的重大转变。“行知行”理论是陶行知对传统“知行合一”理论的一次重要创新，是陶行知教育思想的重要组成部分。

（资料来源：<http://blog.sina.com.cn>。）

案例 2：21 名大学生 4 个月内被企业辞退 20 名

据《中国青年报》报道：2004 年 7 月，重庆理念科技产业有限公司招聘了 21 名大学生。让人始料未及的是，在随后不到 4 个月的时间里，该公司陆续开除了其中的 20 名本科生，仅仅留下了一名大专生。据该公司反映，这些大学生被开除的主要原因是他们的自身素质和道德修养不能胜任公司的人才需求。

第一批被公司除名的是两名来自某重点大学的计算机高才生。他们在第一次与客户谈完生意后，将价值 3 万多元的设备遗忘在出租车上。面对经理的批评，两人却振振有词地说：“对不起，我们是刚毕业的学生。学生犯错是常事，你就多包涵吧。”两人终因修养不够、“言多语失”而被开除。据记者了解，像这两名本科生一样，其余十几名本科生被开除的主要原因也是与个人修养缺失有关。

第三个被公司“扫地出门”的是一名本科毕业的女学生，喜欢睡懒觉，上班经常迟到，还在工作时间上网聊天，经多次警告仍置若罔闻，最终被公司“开回家”。

另有 3 名大学生因“张狂”而被“卷了铺盖”。他们在与客户吃工作餐时，夸夸其谈，大声喧闹，弄得客户和公司领导连交谈的时机都没有。席间，更有一名男生张嘴吐痰，一口痰刚好落在了客户的脚边，惊得客户一下子从凳子上跳了起来，该男生却像什么事都没有发生一样继续吃饭，结果可想而知。

最让人难以接受的是，有一次，公司老总带领公司员工到外地搞促销，在海边租了一套别墅，有 20 多间客房，但员工有 100 多人，很多老员工甚至老总都只能睡在过道上。而有些新来的大学生却迅速给自己选定好房间，然后锁上房门独自看电视。这些学生好几次走出房门看见长辈睡在地上，竟都视而不见，不吭一声。此事又让几名大学生丢了饭碗。

最后被开除的是一名男生，他没与对方谈妥业务就飞到南京，让公司白白花了几千元的

飞机票。当领导问及此事时，他却振振有词：“我没错，是他们变卦，你是领导我也不怕！”

就这样，3个多月下来，20名本科生全都离开了公司。

有专业人士指出，大学生在求职时，要得到用人单位的认可，修养和学识缺一不可。做任何事情的前提是学会做人。“有些大学生在刚跨入社会时，其角色转化、人际关系、思想认识等都可能存在一些问题。”该公司老总李玉华就此事评论说。这件事可以给大学生们提个醒，从进入大学的第一天到面对自己的第一份工作，大学生在注重调整自己知识结构的同时，也应该注重自己的道德修养，把握好处事分寸，从各方面提高自己的综合素质。（作者：田文生、熊黎）

（资料来源 <http://news.sina.com.cn/c/2004-11-14/06074231293s.shtml>）

案例3：好习惯造就英雄加加林

长期以来，当问到世界上第一个“航天人”为什么会选中加加林时，苏联官方的回答多年不变：“因为加加林具备了以下无可争辩的品格：坚定的爱国精神、对飞行成功的坚定信念、优秀的体质、乐观主义精神、随机应变的智能、勤奋好学的态度。”对于这种回答，大家显然是不能满足的，因为当时20多个参加训练的航天员，无一不具备这些最基本的素质，加加林并不比别人突出。

直到多年后，首批航天员队伍的领导之一卡尔诺夫透露，加加林其实原本是当年的三号人选，基本上没有上天的希望，世界首位宇航员的任务本来安排的是一号邦达连科。可就在即将升空前的3月23日，邦达连科在充满纯氧的船舱训练结束时，随手将擦拭传感器的酒精棉扔到一块电极板上，船舱顿时引发大火，邦达连科被烧伤后不治身亡。

有关方面马上召开紧急会议，研究新的上天人选，会上出现两种意见，在原二号季托夫和三号加加林之间争执不下，应该说他们都很优秀，都有第一个上天的理由。最后，著名飞船总设计师科罗廖夫发表意见拍板赞成加加林，他就谈了一个理由，据他观察，参加训练的20多个宇航员中，每次进入飞船训练时，只有加加林一人不怕麻烦，脱下靴子，只穿袜子进入座舱。就是这个细小的举动一下子赢得了科罗廖夫的好感。他感到这个27岁的青年既懂规矩，认真细致，又如此珍爱他为之倾注心血的飞船，于是他毅然决定让加加林执行人类首次太空飞行的神圣使命。

邦达连科因为一个不经意的动作，不仅失去了千载难逢的大好机遇，还牺牲了自己宝贵的生命；加加林则通过一个细节，表现了细致认真的素质和珍爱他人劳动成果的修养，终于在竞争中胜出，一飞冲天，成为永载史册的世界第一飞人。

在生活中，细节往往最容易被人忽视，却又最能反映一个人的真实状态，一些不经意间流露出来的细节，往往能反映出一个人的深层次的素质，即所谓“见微知著”。而如何处理细节，多靠习惯支配，养成了良好习惯，完美的细节就会自然地流露出来。有些人总认为，干大事不必拘小节，因而马马虎虎，大大咧咧，结果常常由于不注意细节而导致重大失误。千里之堤，溃于蚁穴，这样的教训可谓举不胜举。无数事实说明，细节决定成败，细节成就完美，大事成功于细节，伟业得益于细节，历史就是这样写就的。

欧洲有则著名寓言，一个大将出征前给战马钉掌时少钉了一个钉子，结果“缺一钉而失马蹄，缺一马蹄而失战马，缺一战马而失战将，缺一战将而遭战争失败，是为失一钉而战败，至国乃亡”。如果把这个因细节而亡国的寓言，与加加林因细节而取胜的故事联系起来

看，意味也就更深长了。

(资料来源：<http://tieba.baidu.com>.)

案例启示：

三、拓展阅读

文论 1：德才之辩

大学生作为一个特殊的社会群体站在时代的前列，不仅要有“才”，更要有“德”。古人云：“德才兼备方为君子。”如果大学生徒有“才”而无“德”，必将会沦为社会的“蛀虫”。

德是才之“核”。这也就是说，德是才的重要内涵，德本身就是才，德是人格力量所体现出来的一种才干和能力。现代教育学也认为，一个人成才除了应具备一定的智能因素外，同时还必须具备包括理想、道德、意志、情感、气质、动机等在内的非智能因素。非智能因素作为智能因素的动力和灵魂，与智能因素相辅相成，相互促进，是人才成长所不可忽视的。历史和现实、理论和实践都说明，人格就是力量，德性就是才干，而且是其他任何智能因素都无法替代的力量和才干。

德是才之“帅”。人的素质是多方面的，其中德居于首要的、统帅的地位。孔子说“德之不修，学之不讲”，就强调了“德”的这种统帅作用。现代有一种人才观，无才无德是“废品”，有德无才是“次品”，有才无德是“危险品”，只有德厚而才丰才是“合格品”。现实生活中也常有这样的现象，一个没有德行的人，其知识越多、才能越大，对社会和人民的危害也越大；一个德行不好的人，即使有才干，也很难为社会所接纳。

德是成才的精神动力。实践证明，在条件大体相同的情况下，人的思想政治觉悟不同，精神状态不同，学习的效果就会大不相同。一个人只有树立远大的理想、具有崇高的追求，才会产生成才的强烈欲望。钱学森、邓稼先等老一代科学家，正是由于对祖国有一颗生死相依、荣辱与共的赤子之心，才能够在极其困难的条件下创造出共和国“两弹一星”的奇迹。

才是德之“资”。这话是司马迁说的。他说：“德者，才之帅也。才者，德之资也。”我们强调德的重要性，并不否认才。才是德之资，就是说才可以辅德，才是德的具体表现，也是衡量德的一个标准。一个不学无术的人，就谈不上是一个道德高尚的人。一个人不专，也就谈不上红。德与才、红与专是相辅相成、相互促进的。只讲德，不讲才，没有为人民服务的本领，就会成为庸才、蠢材，就会误事，以至误国、误民。相反，只讲才，不讲德，就会干坏事，甚至祸国殃民。只有德才兼备，才能成为现代化建设的有用之才。

文论 2：知行合一

“知行合一”是中国古代哲学中认识论和实践论的命题，由明朝思想家王阳明提出来。

所谓“知行合一”，“知”，主要指人的道德意识和思想意念。“行”，主要指人的道德践履和实际行动。因此，知行关系，也就是指的道德意识和道德践履的关系，也包括一些思想意念和实际行动的关系。王阳明的“知行合一”思想包括以下两层意思。

知中有行，行中有知。他认为知行是一回事，不能分为“两截”。“知行原是两个字，说一个工夫”。从道德教育上看，王阳明极力反对道德教育上的知行脱节及“知而不行”，突出地把一切道德归之于个体的自觉行动，这是有积极意义的。因为从道德教育上看，道德意识离不开道德行为，道德行为也离不开道德意识。二者互为表里，不可分离。知必然要表现为行，不行不能算真知。道德认识和道德意识必然表现为道德行为，如果不去行动，不能算是真知。

以知为行，知决定行。王阳明说：“知是行的主意，行是知的工夫；知是行之始，行是知之成。”意思是说，道德是人行行为的指导思想，按照道德的要求去行动是达到“良知”的工夫。在道德指导下产生的意念活动是行为的开始，符合道德规范要求的行为是“良知”的完成。

中国古代哲学家认为，不仅要认识（“知”），尤其应当实践（“行”），只有把“知”和“行”统一起来，才能称得上“善”。

王阳明简介：

王阳明（1472—1529），名守仁，号阳明，浙江余姚人，是我国明代著名的哲学家、教育家、政治家和军事家，“心学”流派创始人，宋明时期主观唯心主义集大成者，最早提出“知行合一”。曾接受朝廷任命，成为都察院左佥都御史，巡抚广东南雄、韶州、惠州、潮州等地。为整治“寇患”，上书朝廷，请求在原广东龙川县和平岭羊子埔增设和平县治。获准后，人们为了纪念王阳明，将羊子埔改名为阳明镇。至今，和平县城阳明镇还有阳明纸、阳明伞流传。

文论 3：成功、自信、快乐

成功就是成为最好的你自己

美国作家威廉·福克纳说过：“不要竭尽全力去和你的同僚竞争。你应该在乎的是，你要比现在的你强。”

中国社会有个通病，就是希望每个人都照一个模式发展，衡量每个人是否“成功”采用的也是一元化的标准：在学校看成绩，进入社会看名利。尤其是在今天的中国，各行各业，对一个人的成功的评价，更多地以个人财富为指标。但是，有了最好的成绩就能对社会有所贡献吗？有名利就一定快乐吗？

真正的成功应是多元化的。成功可能是你创造了新的财富或技术，可能是你为他人带来了快乐，可能是你在工作岗位上得到了别人的信任，也可能是你找到了回归自我、与世无争的生活方式。每个人的成功都是独一无二的。所以，凌志军在其《成长》一书中得出的重要结论是“成为最好的你自己”。也就是说，成功不是要和别人相比，而是要了解自己，发掘自己的目标和兴趣，努力不懈地追求进步，让自己的每一天都比昨天更好。

成功的第一步：把握人生目标，做一个主动的人

在新浪聊天室里，当网友问我的人生目标是什么时，我是这么回答的：“人生只有一次，我认为最重要的就是要有最大的影响力（impact），能够帮助自己、帮助家庭、帮助国家、帮助世界、帮助后人，能够让他们的日子过得更好、更有效率，能够为他们带来幸福和快乐。”我回答这个问题时丝毫不需要思考，因为我从大学二年级起就把“影响力”当作自己的人生目标。

对我来说，人生目标不是一个口号，而是我最好的智囊，它曾多次帮我解决工作和生活上的难题。我当初放弃在美国的工作，只身来到中国创立微软中国研究院，就是因为我觉得后一项工作有更大的影响力，和我的人生目标更加吻合。此外，当我收到一封封迷茫学生的来信，给他们写回信时，我也会想：“如何让回信有更大的影响力？”我先后公开的三封“给中国学生的信”都是如此诞生的。

马加爵也悟出了他的人生目标，只可惜他是在案发被捕后才悟出的。他说：“姐，现在我对讲一次真心话，我这个人最大的问题就是出在我觉得人生的意义到底是为了什么？……在这次事情以后，此时此刻我明白了，我错了。其实人生的意义在于人间有真情。”如果马加爵能早几个月悟出人生目标，他在做傻事前就会问问自己，充满真情的父母、姐姐会怎么看待这件事？这样，他可能就不会走上歧途了。

所以，无论是为了真情，为了影响力，还是为了快乐、家人、道德、宁静、求知、创新……一旦确定了人生目标，你就可以像我一样在人生目标的指引下，果断地作出人生中的重大决定。每个人的人生目标都是独特的。最重要的是，你要主动把握自己的人生目标。但你千万不能操之过急，更不要为了追求所谓的“崇高”，或为了模仿他人而随便确定自己的目标。那么，该怎么去发现自己的目标呢？许多同学问我他们的目标该是什么，我无法回答，因为只有一个人能告诉你人生的目标是什么，那个人就是你自己。只有一个地方你能找到你的目标，那就是你心里。

我建议你闭上眼睛，把第一个浮现在你脑海里的理想记录下来，因为不经思考的答案是最真诚的。或者，你也可以回顾过去，在你最快乐、最有成就感的时光里，是否存在某些共同点？它们很可能就是最能激励你的人生目标了。再者，你也可以想象一下，十五年后，当你达到完美的人生状态时，你将会处在何种环境下？从事什么工作？其中最快乐的事情是什么？当然，你也不妨多和亲友谈谈，听听他们的意见。

成功的第二步：尝试新的领域，发掘你的兴趣

为了成为最好的你自己，最重要的是要发挥自己所有的潜力，追逐最感兴趣和最有激情的事情。当你对某个领域感兴趣时，你会在走路、上课或洗澡时都对它念念不忘，那么你在该领域内就更容易取得成功。更进一步，如果你对该领域有激情，你就可能为它废寝忘食，连睡觉时想起一个主意，都会跳起来。这时候，你已经不是为了成功而工作，而是为了“享受”而工作了。毫无疑问，你将会从此得到成功。

相对来说，做自己没有兴趣的事情只会事倍功半，有可能一事无成。即便你靠着资质或才华可以把它做好，你也绝对没有释放出所有的潜力。因此，我不赞同每个学生都追逐最热门的专业，我认为，每个人都应了解自己的兴趣、激情和能力（也就是情商中所说的“自