

CANEN JIAOYU LILUN YANJIU 感恩教育理论研究

项福库 祝国超◎编著

★第三批高等学校国家级特色专业建设点『思想政治教育』建设成果

★长江师范学院思想政治理论课程教学团队建设成果

★重庆市教育科学『十一五』规划项目(08-GJ-172)研究成果



西南交通大学出版社
SWJUP [Http://press.swjtu.edu.cn](http://press.swjtu.edu.cn)

· 第三批高等学校国家级特色专业建设点“思想政治教育”建设成果 ·
· 长江师范学院思想政治理论课程教学团队建设成果 ·
· 重庆市教育科学“十一五”规划项目(08-GJ-172)研究成果 ·

项福库 祝国超◎编著

感恩教育理论研究



西南交通大学出版社
· 成 都 ·

图书在版编目 (C I P) 数据

感恩教育理论研究/项福库, 祝国超编著. —成都:
西南交通大学出版社, 2011.11
ISBN 978-7-5643-1496-5

I. ①感… II. ①项…②祝… III. ①品德教育—理
论研究—中国 IV. ①D64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 236469 号

感恩教育理论研究

项福库 祝国超 编著

责任编辑	郭发仔 (gfz87@126.com)
封面设计	原谋书装
出版发行	西南交通大学出版社 (成都二环路北一段 111 号)
发行部电话	028-87600564 028-87600533
邮政编码	610031
网 址	http://press.swjtu.edu.cn
印 刷	成都蓉军广告印务有限责任公司
成品尺寸	148 mm×210 mm
印 张	10.062 5
字 数	289 千字
版 次	2011 年 11 月第 1 版
印 次	2011 年 11 月第 1 次
书 号	ISBN 978-7-5643-1496-5
定 价	28.00 元

图书如有印装质量问题 本社负责退换
版权所有 盗版必究 举报电话: 028-87600562

前 言

关于感恩教育，当下最缺的是感恩教育理论研究。

我们生活的这个时代，是一个美好的时代，也是一个不完美的时代：我们的钱越来越多了，却感觉到浮躁不安；我们的交通越来越便利了，却感觉到人与人的距离日益疏远；我们能登上月球，却有人连伸手帮助对面的邻居也不愿意；我们记住了“此仇不报非君子”，却不愿意践行“滴水之恩当涌泉相报”；我们像模像样地过着洋人的圣诞节、情人节，却把最具人情味的感恩节抛到脑后；报纸、杂志、网络上，不时映入眼帘的是某某又知恩不报了，某某又忘恩负义了……人们的心胸越来越狭隘乎？我们的社会出问题了吗？

马克思主义告诉我们一个简单的道理：经济基础决定上层建筑。历史经验也告诉我们，无论是中世纪“黑暗的欧洲”，是近代“民智未开”的中国，还是改革开放的现在，每当旧道德被推翻、新体系尚未形成的时候，社会不道德现象就会沉渣泛起，严重地挤压正义与道德的空间。这时候，什么是“道德”本身就存在问题。一些人抱着“死了”的道德来约束仍然活着的人们，导致剧烈的道德冲突；而另一些人，趁着这“新旧之交”兴风作浪，肆意破坏刚刚建立起来了的新道德、新风尚。

感恩是中华民族世代相传的传统美德。一个小小的举动，对于施助者而言算不了什么，但对于受助者往往是大恩大德。所以我们歌颂助人为乐；为了弘扬这种品德，我们也希望受助者感恩回报。“知恩图报”是受恩者的道德，对于施恩者应该是“施恩不图报”。可是，我们一些人，一旦施恩，就会坐在原地等着别人来感恩，你不来就是忘恩

负义。这是一种商人的道德。商人就是商人，强调投入产出，就是不愿背负那感恩的“道德包袱”。^①无论是对施恩者还是受助者，宽容和理解本身也是道德。

再从教育层面来说，感恩并非与生俱来的天性，它需要点拨和引导，需要通过教育来帮助人们发现生活中美好的事物，并对其回馈以感恩的眼光，从而形成一种感恩的心态、品德和责任，进而外化为感恩的行为。^②因此，加强教育十分必要。当我们在批评学生不感恩的时候，应该想到教育者的责任、社会的责任。我们的感恩专题教育做得太少了！

随着一些不感恩事件被见诸报端、流传于网络，负责任的理论工作者和教育工作者想到了感恩教育。来自 CNKI 的调查显示：2002 年，刘万能最早提出《有必要进行感恩教育》^③；2003 年，李元卿在《光明日报》撰文《对学生的感恩教育不能少》^④；2004 年，开始有题为感恩教育的期刊论文；2005 年始，大量关于感恩和感恩教育的文章、书籍如雨后春笋般出来了。关键词为“感恩教育”，检索方式为“题名”的 CNKI 检索结果（2002—2010 年）显示共有 785 篇，按年份排列分别是：1、1、4、34、65、143、147、177、213 篇，呈逐年快速上升趋势（见图 1）。学科涉及教育学、伦理学、心理学、社会学等。万方学位论文数据库检索词为“感恩教育”的论文共 41 篇。一些颇有见地的观点和对策为加强感恩教育提供了理论和实践支撑。但是，研究仍存在如下不足：关注国内多而借鉴国外少，重实践轻理论，专事感恩教育理论研究的著作还没有。绝大多数研究均停留在对实践经验的总结上，内容主要聚焦于感恩教育实践，特别是大学生感恩教育实践的宏观操作部分，对感恩教育的基本理论研究不多。

① 廖建华：《“修车”的女大学生与“感恩”的道德包袱》，《人才资源开发》，2009（9）。

② 祝国超：《论加强大学生感恩教育》，《西南农业大学学报：社会科学版》，2006（3）。

③ 刘万能：《有必要进行感恩教育》，《中国船舶报》，2002-05-31。

④ 李元卿：《对学生的感恩教育不能少》，《光明日报》，2003-11-08。

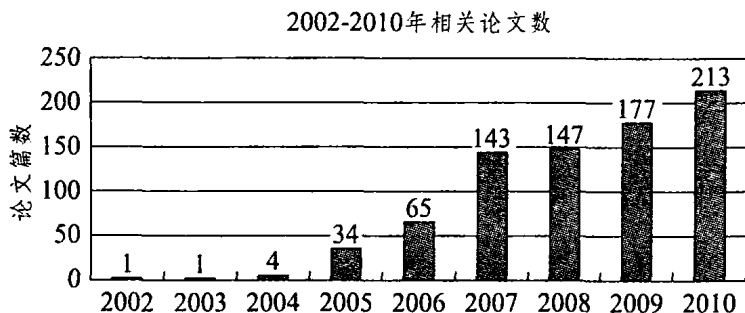


图 1 2002—2010 CNKI 感恩教育论文数量增长情况

为此，本书取名为《感恩教育理论研究》，论及古今中外的感恩教育思想，内容包括对感恩的哲学、经济学、心理学解读，感恩与幸福的关系研究，中国传统感恩教育思想，国外感恩教育思想，宗教感恩教育思想，中外感恩教育思想比较，以及一些人对感恩教育的不同观点，等等。本书编写之目的在于，在遍阅前人研究成果的基础上，尽力弥补感恩教育理论研究之不足，寻求在感恩教育理论研究上的一些突破，以指导我们高校思想政治理论课的教育教学研究与实践，使我们的大学学生能感恩于中国共产党的领导，感恩于祖国，感恩于人民，感恩于父母，感恩于社会，感恩于大自然，这就是本书的写作目的。

作 者

2010年6月20日

于长江师范学院鉴湖之滨

目 录

第一章 感恩和感恩教育概说/1

第一节 感 恩/1

第二节 关于感恩教育/16

第三节 中外感恩教育研究综述/33

第二章 感恩的经济学、哲学、心理学解读/40

第一节 论感恩昌孝的经济价值/40

第二节 感恩的哲学解读/49

第三节 感恩的心理学解读/76

第三章 中国传统感恩教育思想研究/95

第一节 中国儒家文化与感恩/95

第二节 中国孝文化与感恩/108

第三节 中国传统感恩教育思想的现代化/119

第四章 中国当代感恩教育思想研究/159

第一节 中国当代感恩教育研究综述/159

第二节 青少年感恩教育专题研究/169

第三节 大学生感恩教育专题研究/187

第五章 国外感恩教育思想研究/210

第一节 国外感恩教育思想概览/210

第二节 国外主要国家的感恩教育/220

第三节 《圣经》中的感恩理念对西方人精神的影响/225

第六章 宗教感恩教育思想研究/235

第一节 宗教中的感恩教育思想/235

第二节 感恩与宗教信仰的关系/239

第七章 中外感恩教育思想比较研究/254

第一节 中西方感恩思想之比较/254

第二节 美国基督教感恩文化与中华孝文化之比较/259

第三节 中美大学生感恩教育比较/262

第八章 感恩与幸福的关系研究/268

第一节 感恩与幸福关系研究综述/268

第二节 感恩与幸福感的对应关系/271

第三节 感恩影响幸福感的机制/277

第九章 感恩教育的另一种声音/283

第一节 感恩意识扩大化的伦理悲情/283

第二节 对当前感恩教育观的几点质疑/286

第三节 基于师生交换的感恩教育限度的思考/294

第四节 老板，我为什么要感恩？/304

参考文献/309

后 记/312

第一章 感恩和感恩教育概说

第一节 感恩

一、感恩的含义

感恩是人类社会普遍的情感。感恩自古有之，存在于任何社会。然而，在不同的文化背景和学术领域，感恩的含义不尽相同。

（一）中国对感恩的界定

“感恩图报”是中华民族的传统美德。“施人慎勿念，受施慎勿忘”“知恩图报”“投我以桃，报之以李”“受人滴水之恩，当以涌泉相报”等众所周知的古语，都体现了知恩图报的精神。孟子说：“谨庠序之教，申之以孝悌之义，颁白者不负戴于道路矣。”就是教育人们要懂得孝顺父母、敬重兄长。“感恩”一词最早出自《三国志·吴志·朱桓传》：“桓分部良吏，隐亲医药，食粥相继，士民感恩之。”^①《说文解字》对感恩的解释是：“感，动人心也；恩，惠也……恩：从心、从因，因从口大，乃就其口而扩大之意，亦含有相赖相亲之意，心之所赖所亲者，彼此必有厚德至谊，即他人给我或我给他人之情谊。”^②《辞源》解“感恩”为：感怀恩惠。《辞海》认为：感恩是在别人得到帮助之后对他人产生的一种感激和爱戴之情。《现代汉语词典》对“感恩”的解

① 《词源（二）》，北京：商务印书馆，1998：1149。

② 许慎：《说文解字》，在线查询网，<http://www.codebit.cn/shuowen>。

释是：“对别人所给的帮助表示感激。”^①《现代汉语规范词典》的解释是：“恩惠：他人给予的好处”，“感恩：感激别人对自己的恩德”。

当前教育理论界比较认同的感恩的定义，是陶志琼在《关于感恩教育的几个问题的探讨》中对感恩的解释：“感恩就是对他人、社会和自然给予自己带来的恩惠和方便在心里产生认可并意欲回馈的一种认识、一种情怀和行为。”^②

通过对 CNKI 中 70 篇关于感恩的文章的研究发现，当代国内学者对感恩的界定主要表现在以下几个方面：

(1) 从认知、情感、行为三个角度定义感恩。感恩是个体对他人、社会和自然给予的恩惠在内心认可，并意欲回报的一种认识、情怀和行为（赵国祥，2006；梁勤儒等，2006）。感恩是行为主体在生存和发展过程中对自身产生过积极作用的人和事物的一种感激与回报，包括三个层次：一是认知层次，是指认识 and 了解自身所获得的恩惠和方便，并在内心产生认可；二是情感层次，是指在认知的基础上，衍生出一种愉悦、温暖和幸福的情感，从而转化为自觉的感恩意识和回报的冲动；三是实践层次，将感恩意识和回报冲动转化成为报恩乃至施恩的行为，并形成习惯，即回报恩情、乐善好施、甘于奉献（周元明，2007）。陈荣华（2006）认为感恩是人的道德素质中的基础素质，是人的情感世界中的原始情感。王玉川（2007）指出感恩是种美好的情感，是一种道德良性互动的润滑剂和催化剂。

(2) 将感恩等同于感激。感恩就是感激，是一种积极情绪，是受惠者在受到施惠者的恩惠后内心产生的一种冲动，能促使受惠者对已受到的恩惠做出回报；同时，感恩也是一种道德情感，即感恩来自人类的良知良心并且能够激发道德行为（白霞，2006）。

(3) 将感恩定义为一种责任感。感恩的内涵应为“人的责任感，他让人体会到生活是获得，而不是索取”（谢敬东，2006）。

① 中国社会科学院语言研究所词典编辑室：《现代汉语词典》，北京：商务印书馆，1997：409。

② 陶志琼：《关于感恩教育的几个问题的探讨》，《教育科学》，2004（4）。

(4) 将感恩定义为一种生活态度。作为一个社会人,对生活持什么态度,也将决定他会有什么样的生活。如果对生活的一切持感恩态度,把挫折看成是一种对自己的锻炼,成功时提醒自己勿忘帮助自己的人,见别人于危难中及时尽己所能给予帮助等,这就是一种积极的生活态度(葛琳,2007)。

通过以上分析可以看出,人们对感恩存在多种理解,但它们也表现出以下共同点:首先,感恩是一种正性情绪。其次,感恩一般是在认识到自己获得恩惠,并且在这种恩惠他人的无私帮助之后才产生的感恩情绪。最后,感恩是在两个或两个以上人或群体的人际间产生的,或者说一个人在得到他人给予的恩惠之后,感恩可以激发他做出善举以作为回报。

(二) 外国对感恩的界定

在西方,感恩(gratitude)一词来源于拉丁字根“gratia”,意思是“恩惠、令人愉快的”。《牛津字典》里对“感恩”的定义是:“乐于把得到好处之后的感激之情呈现出来,并回馈他人。”感恩在西方本义上是感谢上帝赐予人类以生存的面包和水,后来扩大为社会成员要常怀一颗宽容与回报之心,记得周围人对自己的帮助而忘却不快乐的事。“感恩”一词在西方与感恩节(Thanksgiving Day)密切相关。而在理论界,国外学者对感恩的含义至今也没有一个统一的定论,不同学科背景的学者从不同角度来理解感恩:

(1) 从哲学的角度来看。亚当·斯密把感恩定义为“推动我们做出回报的最迅捷和最直接的情感”,“立即和直接促使我们去报答的情感”;^①康德认为感恩是“称赞一个人,因为他已经给了我们仁慈。”苏格兰哲学家托马斯·布朗把感恩定义为:“那种对他的爱的高兴情绪,他已经给予了我们仁慈,这种情绪本身不仅仅是所给予恩惠的一小部分。”

(2) 从社会学的角度来看。社会学家认为“感恩不仅仅是道德强

^① [英]亚当·斯密:《道德情操论》,蒋自强等译,北京:商务印书馆,2006:82。

化物，还是一种传统美德”^①。感恩总是在两个个体之间产生和存在的。在感恩形成的过程中，社会交互作用和人际关系发挥着重大作用。同时，感恩在建立和维持社会联系方面发挥着重要作用，它不仅仅是一种道德强化物，还是一种传统美德。作为一种美德，感恩是性格的一个重要方面，即体验感恩的能力以及表达感恩的能力。感恩者认为感恩是一种人格财产、一种天赋、一种特质，甚至是一种渗透到他所有社会联系中的一种礼物。他们还认为，若缺乏这种道德感，就可能导致忘恩负义。

(3) 从心理学的角度来看。当今心理学界的共识为：“感恩是一种积极的情绪，是受惠者在接受到施惠者的恩惠后在内心产生的一种冲动，它促使受惠者为已受到的恩惠做出回报。”^② 心理学家主要从认知与情绪两个方面进行了研究与阐释：

——认知观点。虽然大量生活经历可以引发感恩情感，但是从根本上来说，感恩还是来自于对个人积极结果的认知，是对受到恩惠的积极认知。而这种结果是由于他人活动所造成的，对于感恩者来说是不应得的。

所罗门认为：“感恩是对利益的一种估计以及对这种利益负责的某个他人的判断。”哈内德认为，感恩是一种对待给予者的态度，一种对待礼物的态度，即决定合理地使用礼物，从而有效地利用他，以便与给予者的意图取得一致。伯特茨和米勒德认为：“愿意承认自己的经历中不应得的增量就是感恩。”在他们看来，感恩的基础是不应得美德的观念，感恩者认识到他（她）什么也没有做，不值得得到那样的礼物或恩惠，它是无偿给予的。菲茨杰拉德区分了感恩的三种成分：对某人或某物的高度欣赏感；某人或某物的一种良好意愿感；从欣赏和良好意愿流露出来的行动的倾向。社会心理学家海德认为，当人们收到来自他人的恩惠的时候，并且在他们看来这是给予者有意帮助他们

①、② 刘建岭：《感戴：心理学研究的一个新领域》，郑州：河南大学硕士论文，2005：3、6。

的时候，他们可以体验到感激心情。恩惠的意图的可识别性，是决定一个人在受到一种恩惠之后是否体验到感激心情的最重要因素，受惠者倾向于把他们的感恩归因于内在动机而不是外在因素，如职责或社会规范。韦纳认为，作为一种情绪，感恩是一种归因依赖型状态，这种状态由两个步骤的认知过程形成：第一，认识到一个人已经得到了一种积极的结果；第二，认识到这种积极结果是由一种外在的因素造成的。

——情绪观点。有些心理学家认为感恩是一种情绪，其核心是受惠者在受到恩惠之后产生的愉快情绪。他们倾向于用“情绪”一词来描述感恩。威廉·麦克杜格在其著作《心理学纲要》中写道，感恩是一种第二位的、混合的情绪，它包括敬畏、羡慕、尊敬、妒忌、憎恨、烦躁不安等，并认为感恩是“微弱的情绪和负性的自我体验”的混合物。负性的自我体验是指与给予者相比，接受者的可识别的卑微。埃德温·韦斯特马克则认为，感恩是一种道德情绪，或者更确切地说，是一种“回报的友好情绪”，这种情绪包含一种给予愉快的愿望，是对受到恩惠后产生愉快的回报。韦斯特马克认为感恩没有一种负性的自我体验。拉扎勒斯认为，感恩是一种“移情情绪”，它根植于移情于他人的能力，与感恩相联系的核心相关主题是对利他礼物的识别和欣赏。Ben-Ze' ev 认为，感恩是一种“短期状态”，反映了一种对他人的行为的值得称赞性。

从以上定义可以看出，古今中外的人们对感恩的理解不尽相同，有的强调感恩的内心体验，有的侧重感恩的外在表现，但总体又基本一致，都包含“感激”和“回报”两种成分。鉴于上述情况，并考虑到我们在德育领域讨论感恩，根据“任何一种品德结构都包含一定的道德认识、道德情感、道德行为方式三种基本成分”这一原理，我们把感恩定义为：人们对自己所受到的恩惠产生认可，并设法回报的一种认识、情感和行为。此定义表明，感恩是一种认识，它是人认识和了解到自身所获得的恩惠，并在心理上产生认可；感恩是一种情感，它是人在获得恩惠后产生的愉悦、温暖和幸福的感情，并且是一种回报的冲动；感恩还是一种行为，它是人的一种外显的回馈举动，大到

回报的大举动，小到一声“谢谢”，都是感恩的行动。

这个定义包含感恩者、施恩者、恩惠三个主要成分。感恩者是主体性的存在，包括任何个人，或者团体与群体，如集体、工作单位、国家、社会，因此我们常说感恩的人、感恩的企业、感恩的地区、感恩的国家。施恩者则不仅包括主体性的存在，还包括非主体性的存在，如自然物（生命物与非生命物）或人工物。^①所以，我们感恩植物、动物、山川河流等。恩惠则是联结感恩者和施恩者的关键，它无所不包，大至大恩大德，小到举手之劳；它可以是经济的、金钱的帮助，也可以是感情上的给予、支持。一个肯定的眼神，一个赞许的微笑，一片肺腑之言，都可能是一种恩惠。

二、感恩的对象

在人们的传统观念中，感恩主要体现为孝顺父母、报答老师的培育之恩和报答他人的帮助。实际上，感恩有更丰富的内容，包括热爱祖国、珍爱生命、孝顺父母、尊敬师长、关爱他人、敬畏自然，等等。“父爱如山，母爱似海”道出了父母对我们的养育之恩；“一日为师，终身为父”描绘了老师对我们的教导之恩；“士为知己者用”表白了领导的知遇之恩；“千年修得同船渡”说明了同学同事对我们友爱帮助之恩；“万世修来共枕眠”形容了夫妻百日之恩；“路见不平拔刀相助”赞扬了见义勇为之恩；“急人所难，慷慨解囊”彰显了扶危济困之风；“清平世界，海晏河清”歌颂了我们构建和谐社会之恩；“民富国强，振兴中华”高歌了祖国繁荣昌盛之恩……概括起来，感恩的对象应与前文所述的施恩者一致，包括主体性存在和非主体性存在。其中，主体性存在又可分为个体（包括父母、老师、朋友、他人）和群体（包括集体、社会、祖国等），非主体性存在也可分为自然物（包括生命物和非生命物）和非自然物（如困难、挫折等）。如图 1.1 所示。

^① 张桂权：《感恩意识与感恩教育》，《当代教育论坛》，2006（1）。

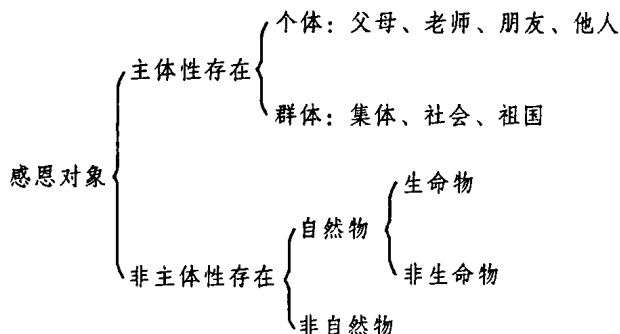


图 1.1 感恩对象

1. 感恩父母

“百善孝为先”，感恩首先当感恩父母。父母含辛茹苦的养育之恩应当摆在感恩对象的首位。有句俗话说：“要知父母恩，除非抱儿孙。”其意思就是，只有在抱得儿孙之后才能明了父母的良苦用心和莫大恩情。实际上，儿女不知父母恩，并非真的不知恩，而是看问题、想事情的方式方法出现了一些偏差：父母养育儿女，被认为是天经地义、道义使然；父母严加管理，又会被认为是没有爱心、刁难自己；父母忍无可忍的过激言行，则会被认为是仇恨自己。岂不知“可怜天下父母心”，那些无非都是“望子成龙、望女成凤”之心使然。虽然有些时候父母的方法欠妥，但那绝不应该成为子女仇视父母的理由和借口。俗语“爱之深、责之切”，就是对父母某些过激言行最恰当的解释。在每个人成长的过程中，给予我们最多的便是辛勤养育我们的父母。因此，我们要提倡感恩，首先要感恩父母。感恩父母把我们带到人间，感恩父母的辛苦养育，感恩父母的情感支持，感恩父母的无限鼓励，感恩父母无私的爱。感恩父母应是做人之本。

2. 感恩老师和朋友

“师者，所以传道授业解惑者也。”一个人的成长离不开老师的教育，从幼儿园、小学到中学、大学，都是老师在帮助、教育、培养我们，老师传授我们知识，教我们做人，把我们培养成对社会有用的人。

在老师的谆谆教导下,我们从懵懵懂懂的幼儿走向成熟,从一无所知变得学有所长。老师指引我们前进的方向,引领我们追逐梦想。“春蚕到死丝方尽,蜡炬成灰泪始干。”他们就像燃烧的蜡烛,用知识之光照亮我们的心灵,直到生命的终结。所以说,在我们的感恩清单上,不应该没有我们的老师。中华民族自古就有尊敬师长的优良传统。教师之于学生的影响,也许仅次于父母之于子女。为人子弟者,无论地位如何显赫,财富如何巨大,都不可忘记恩师的培育之恩和指路之功。薄伽丘曾说:“友谊真是一样最神圣的东西,不光值得特别推崇,而且值得永远赞扬。它是慷慨和荣誉的最贤慧的母亲,是感激和仁慈的姊妹,是憎恨和贪婪的死敌;它时时刻刻都准备舍己为人,而且完全出于自愿,不用他人恳求。”^①朋友便是与我们拥有这样的友谊的人。在我们困难时,朋友会伸出援助之手;在我们无助时,朋友会给我们力量,朋友会帮我们迈过人生的沟沟坎坎,鼓励我们涉过暗流险滩,让我们看到希望与阳光。朋友给我们帮助与关怀,不仅和我们同尝甘甜,而且能够和我们共担苦难。所以,我们应该感恩朋友,感恩他们给予我们的帮助,感恩他们给我们带来的温暖,感恩他们陪伴我们成长,感恩他们的信任和情谊。

3. 感恩他人

现代社会每个人的成长都离不开无数陌生人的帮助。粮农让我们有饭可吃,纺织工让我们有衣可穿,建筑工让我们有房可住,公交车司机带我们去想去的地方……作为社会中的个体,我们时时刻刻受恩于他人为我们提供的各种帮助和方便。很多时候,我们享受着他人的恩惠却浑然不知。可能这恩惠只是不经意间的一个相扶,或是微不足道的一次让座,或是迷路时的一个指引。印尼海啸、汶川地震发生后,不同国籍、不同肤色的人纷纷向灾区伸出援助之手,这些都是他人给予的恩情与帮助。我们应该感恩每一个为我们的生活提供了方便和帮助的人。

4. 感恩国家和社会

社会给我们提供了一个生活的平台、生存的环境、成长的舞台。

① 碧冷:《教学生懂得感恩的17堂课》,北京:时事出版社,2008。

虽说我们的社会现在还并不是最完美的社会，但我们应该正确地去看待这些不完善。目前，我们的社会正在以德治国、依法治国的道路上前进，正在为全面建设社会主义和谐社会而奋斗。现代社会中教化与法治并行，这本身就是痛定思痛后锐意进取的明证。随着改革开放和现代化建设的推进，我们的祖国更加繁荣富强，我们今天的生活日渐富裕，教育不断发展，越来越多的青年学生能够步入高等学府继续深造，拥有繁花似锦的前程。因此，唯有感恩于社会与祖国，方能回报于社会与祖国，方能为改变这个还不完美的社会、建设更加富强的祖国贡献自己的一份力量。

5. 感恩自然

人是自然的一部分，自然也是人生活的一部分。大自然为人类的生存和发展提供了资源和空间：阳光是人类的能量之源，水是人类的生命之源，动植物是人类的食物之源，地球是人类的生存空间。这些我们都应该深深地感恩。从人类走过的历程来看，我们始终依赖着大自然慷慨的馈赠，可以说，感恩自然是人类生存的基础，和谐社会不仅是人与人之间的和谐，还有人与自然之间的和谐。恩格斯曾经做过一段精辟的论断，至今仍提醒着人类：“我们不要过分陶醉于我们对自然界的胜利，对于每一次这样的胜利，自然界都报复了我们，每一次胜利，在第一步都确实取得了我们预期的结果，但在第二步和第三步却有了完全不同的出乎意料的影响，常常把第一个结果又取消了。”^①因此，作为未来可持续发展社会的建设者，青少年应该懂得感恩自然、尊重自然，保护生态环境，珍惜自然资源，爱护地球家园，与自然和谐相处。

三、感恩的实质

感恩是一个人所应具有的基本道德准则，也是做人最基本的修养。感恩是相互之间的一种善意，它包含人与人之间的认知、情感和

^① 《马克思恩格斯全集》（第20卷），北京：人民出版社，1965。