

# 思想道德与法治

—— 教学课件 ——

## 专题二

---

领悟人生真谛 把握人生方向

# 杭州大学青年 别样人生方向

## 第一讲 树立高尚人生目的

- 一、如何认识人的本质？  
——处理人生问题的依据
- 二、人生为什么要有所追求？  
——人生目的是人生观的核心
- 三、怎样的人生值得追求？  
——树立服务人民、奉献社会的人生目的

## 第二讲 保持积极进取的人生态度

- 一、如何面对人生？  
——大学生应保持的人生态度
- 二、如何辩证对待人生矛盾？  
——勇敢面对和处理各种人生矛盾

## 第三讲 创造有意义的人生

- 一、什么样的人生更有价值？  
——科学理解和评价人生价值
- 二、怎样抵制错误人生观？  
——认清错误人生观的实质与危害
- 三、如何成就出彩人生？  
——在实践中创造有意义的人生

## 第二讲 | 保持积极进取的人生态度

# “躺平”

2021年,《光明日报》发表了《**引导“躺平族”珍惜韶华奋发有为**》;光明网发表了《**年轻人选择“躺平”,也是在传递信号**》;新华社发表了《**谈“躺平族”:“未富先躺”须警惕!**》;《南方日报》发表了《**“躺平”可耻,哪来的正义感?**》。这些媒体密集发表关于年轻人“躺平”的文章,引发了社会对“躺平”的热议。

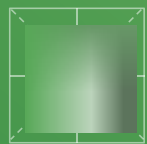
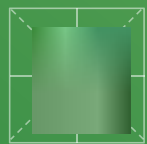
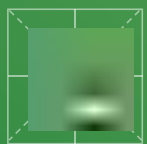
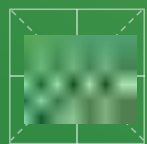
**媒体为什么高度关注年轻人“躺平”?**

# 一、如何面对人生？

——大学生应保持的人生态度



## (一) 什么是人生态度?



指人们通过生活实践形成的对人生问题的一种相对稳定的心理倾向和精神状态。

一个人有什么样的人生观，就会有什么样的人生态度。每个人的人生境遇不同，所秉持的人生观不同，就会催生出不同的人生态度。

## “碾平”一切困难的杨洪琼

我的三块金牌，每一块都是摔出来的。不过摔跤我不怕，哪怕从坡上下来摔进了沟里，下一圈我照样下。在我心里一直有个念头，在哪里摔倒，我就要把哪儿碾平！

——杨洪琼

13岁遭遇不幸的杨洪琼，没有屈服命运而“躺平”，而是选择“碾平”一切困难，充分展现了青年人积极的人生态度。



## (二) 大学生应保持的人生态度

时代造就青年，盛世成就青年……新时代中国青年生逢中华民族发展的最好时期，拥有更优越的发展环境、更广阔的成长空间，面临着建功立业的难得人生际遇。

新时代青年应以何种人生态度面对这一人生际遇？

◆ 大学生应保持认真务实、乐观向上、积极进取的人生态度

要严肃思考人的生命应有的意义，明确生活目标和肩负的责任，积极认真地面对生活。



人最宝贵的是生命。生命属于人只有一次。人的一生应当这样度过：当他回首往事的时候，不会因为碌碌无为、虚度年华而悔恨，也不会因为为人卑劣、生活庸俗而愧疚。

——奥斯特洛夫斯基：《钢铁是怎样炼成的》

人生须认真

**讲认真是我们党的根本工作态度，必须做到无私无畏、敢于担当，把认真精神体现到党内生活和干事创业方方面面。讲认真是关系党和人民事业的大问题，是关系世界观和方法论的大问题，是关系党的性质和宗旨的大问题，应该体现在干事创业方方面面，也应该体现在党内生活方方面面。**

——习近平在党的群众路线教育实践活动第一批总结暨第二批部署会议上的讲话（2014年1月20日）

- ◆ “世界上怕就怕‘认真’二字，共产党就最讲认真”，这句名言是毛泽东在莫斯科大学会见中国留苏学生和实习生，发表演讲时提出来的。“认真”二字蕴含着无穷的力量，也包藏着无限的可能。
- ◆ “认真”是我们党的优良传统，是共产党人的优秀品格。
- ◆ “认真”可以成就一个人，而“不认真”则能毁掉一个人。

# 人生当务实

务实，就是要遵循客观规律，一切从实际出发，不图虚名，不务虚功，以科学的态度看待人生，以务实的精神创造人生。



钟南山

在英国留学期间，钟南山认为英国教授的一篇论文不够严谨，因为教授的结论只在小白鼠身上试验过，并没有进行过人体实验。于是，他冒着风险自己亲自做人体实验，并证实了论文存在的错误。钟南山的求真务实深深打动了英国同行。

# 人生要乐观

乐观豁达、热爱生活、对人生充满自信，体现了毛泽东对自己、对生活、对社会的积极态度，这种态度是人们承受困难和挫折的心理基础。

人生易老天难老，岁岁重阳。今又重阳，战地黄花分外香。  
一年一度秋风劲，不似春光。胜似春光，寥廓江天万里霜。

——毛泽东：《采桑子·重阳》

# 人生要进取

适应历史发展的趋势，以开拓进取的态度迎接人生的各种挑战，才能不断领悟美好人生的真谛，体验生活的快乐和幸福。



作为人类探索月球的一个重要里程碑，中国探月工程瞄准月背软着陆这一巨大挑战，攻坚克难，开拓进取，最终填补一系列国际国内空白。



## 当代青年能否选择“躺平”？

---

本讲导入中提到“躺平”这一热词，并介绍了一些媒体的报道。“躺平”作为一种人生态度，往往与年轻人在压力面前主动选择放弃、回避与退却有关。虽然个人具有选择自己人生态度的自由，但当代青年也应该深入思考能否选择“躺平”的人生态度。

平

- ◆ 躺平不可取，躺赢不可能，奋斗正当时。
- ◆ 新时代中国青年刚健自信、胸怀天下、担当有为，“躺平”的人生态度与新时代青年的特质格格不入。
- ◆ 唯有保持认真、务实、乐观、进取的人生态度，才能成就出彩人生。

## 二、如何辩证对待人生矛盾？

——勇敢面对和处理各种人生矛盾



## (一) 人生矛盾“如何看”？

每个人都争取一个完满的人生。然而，自古及今，海内海外，一个百分之百完满的人生是没有的。所以我说，不完满才是人生。

——季羨林：《季羨林谈人生》



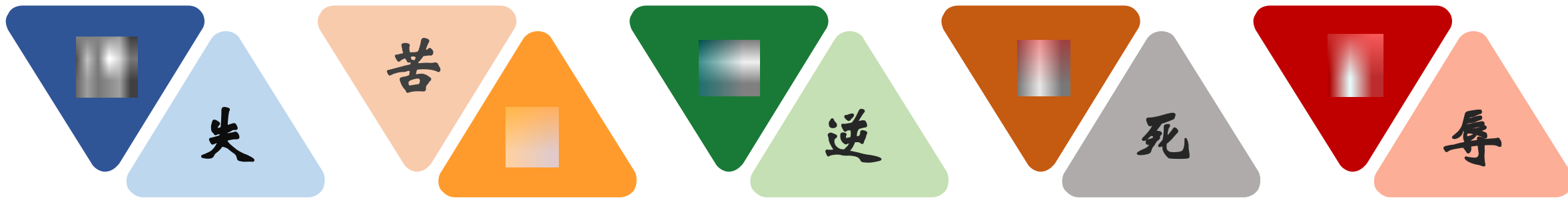
**“不完美才是人生”道出了人生矛盾存在普遍性，人生实践中常常遭遇各种矛盾。**

**面对客观存在的人生矛盾，消极应对还是积极求解，不同的态度会导致不同的人生结果。**

**矛盾是事物发展的动因，矛盾也是人生发展的动因，无矛盾不人生。**

**大学生要科学认识实际生活中的各种问题，勇敢面对和正确处理各种人生矛盾。**

## 几对主要人生矛盾



## (二) 面对人生矛盾“怎么办”？

### 正确看待得与失



吴祖太原本在新乡地区水利局工作，得知林州正在酝酿引漳入林工程后，他果断放弃中心城市的生活，主动要求调到当时偏僻且条件很差的林州去工作。后来被委以重任，成为红旗渠的设计师。



- ◆ 1966年1月11日，中华人民共和国内务部追认吴祖太为革命烈士。
- ◆ 2019年，国家九部委联合给“红旗渠建设者”颁发了“最美奋斗者”的集体荣誉，吴祖太受之无愧。
- ◆ 2021年，国家广电总局推出“理想照耀中国”英模人物展播，吴祖太入选其中，称赞他是“为我国渠道建设事业作出巨大贡献”的红旗渠“最美奋斗者”。

# 得失

得与失是人生经常面临的经历。不要过于看重一时的“得”，也不要惧怕或斤斤计较一时的“失”。要跳出对个人得失的计较，**把小我融入大我，在奉献社会中实现更大的人生价值。**

## 正确看待苦与乐



习近平回忆在延安梁家河的插队岁月，吃了很多苦，可慢慢融入这里以后，发现生活中有很多乐趣，为乡亲们谋福利更是快乐。习近平说：“**我总感觉到了插队以后，是获得了一个升华和净化。个人确实是一种脱胎换骨的感觉。**”

**青年面临的选择很多，关键是要以正确的世界观、人生观、价值观来指导自己的选择。无数人生成功的事实表明，青年时代，选择吃苦也就选择了收获，选择奉献也就选择了高尚。**

——习近平在同各界优秀青年代表座谈时的讲话  
(2013年5月4日)





苦与乐既对立又统一，在一定条件下还可以相互转化。真正的快乐只能由奋斗的艰苦转化而来。大学生要在磨炼中培养吃苦耐劳、乐观向上的良好品质，努力做迎难而上、艰苦奋斗的开拓者。

## 正确看待顺与逆



1993年，货轮“银河号”遭受的屈辱，让中国坚定了建立自己的全球卫星导航系统的想法。中国作为主要投资方却被“踢出”了伽利略计划后，中国意识到研发导航系统只能依靠自己。几代北斗人在逆境中奋发，不懈努力，成就了今天闪耀世界的中国北斗。



现在回过头看，我们当时制定的北斗“三步走”方案更符合中国国情，北斗的发展路线与星座方案设计充满了中华民族实践智慧和务实精神，为国际卫星导航技术体系贡献了中国智慧和方案。

——北斗总设计师杨长风

**逆境倒逼北斗人坚定走自己的路，自主拼搏，勇于创新，最终建成了世界一流的卫星导航系统。**



顺

顺境与逆境是人生历程中两种不同的境遇。无论是顺境还是逆境，对人生的作用都是双面的，关键是怎样去认识和对待它们。只有善于利用顺境，勇于正视逆境和战胜逆境，人生价值才能够实现。

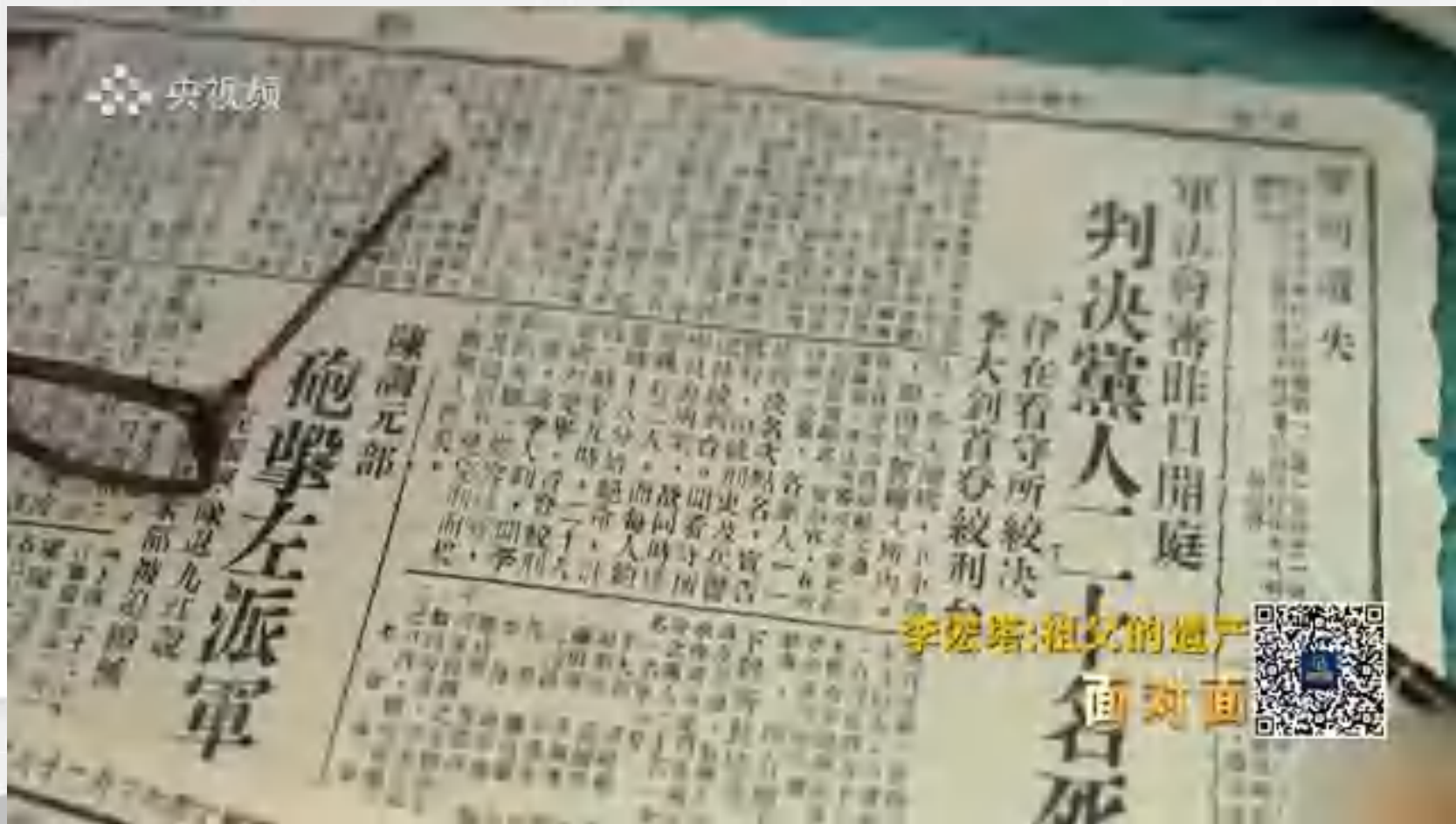
逆

## 正确看待生与死

人生的目的，在发展自己的生命，  
可是也有为发展生命必须牺牲生命的时候。  
因为平凡的发展，有时不如壮烈的牺牲  
足以延长生命的音响和光华……  
高尚的生活，常在壮烈的牺牲中。

——李大钊





李大釗慷慨赴死

生

死

**生与死是人生的自然现象，是贯穿人生始终的一对基本矛盾。人的生命是有限的，而人生的意义是无限的。大学生既要有为了崇高理想而勇于牺牲的精神，又要牢固树立生命可贵的意识，珍爱生命、珍惜韶华，在服务人民、投身民族复兴伟大事业中努力给有限的个体生命赋予更大的意义。**

## 正确看待荣与辱

### 吉鸿昌“我是中国人”

有一次，身处美国的吉鸿昌要往国内邮寄衣物，邮局职员竟说不知道中国。陪同的人对吉鸿昌说：“你说自己是日本人，就可受到礼遇。”吉鸿昌当即怒斥：“你觉得当中国人丢脸，我觉得当中国人光荣！”为抗议帝国主义者对中国人的歧视，维护民族尊严，他找来一块木牌，用英文在上面写上：“我是中国人！”

吉鸿昌将军

恨不抗日死，留作今日用。

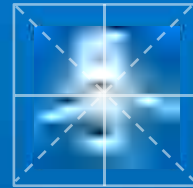
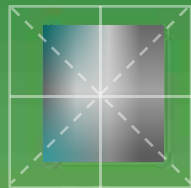
国破尚如此，我何惜此身。

时值吉将军就义六十四周年纪念日报  
吉将军就义诗 戊寅年四月李心勳书于日

有义荣者，有势荣者；有义辱者，有势辱者。  
志意修，德行厚，知虑明，是荣之由中出者也，  
夫是之谓义荣。爵列尊，贡禄厚，形势胜，上为  
天子诸侯，下为卿相士大夫，是荣之从外至者也，  
夫是之谓势荣。

——《荀子·正论》






**荣辱观是人们对荣辱问题的根本看法和态度，是一定社会思想道德原则、规范的体现和表达，对个人的思想行为具有鲜明的导向和调节作用。大学生应树立起正确的荣辱观，明确是非、对错、善恶、美丑的界限，才能从容走好人生之路。**



**“看似寻常最奇崛，成如容易却艰辛。”** 大学生的人生成长之路还很长，未来前进途中，有平川也有高山，有缓流也有险滩，有丽日也有风雨。大学生要勇敢面对和正确处理各种人生矛盾，在人生历练中成长，履好人生之责，走好人生之路，让青春在为祖国、为人民、为民族、为人类的奉献中焕发出更加绚丽的光彩！

- 
- ◆ 人生态度是人们通过生活实践形成的对人生问题的一种相对稳定的心理倾向和精神状态。
  - ◆ 大学生应保持积极进取的人生态度：一是人生须认真；二是人生当务实；三是人生应乐观；四是人生要进取。
  - ◆ 大学生要勇敢面对和正确处理得与失、苦与乐、顺与逆、生与死、荣与辱等矛盾，在人生历练中成长，履好人生之责，走好人生之路。

- ◆ 大学生应保持何种人生态度？
- ◆ 主要人生矛盾有哪些？请结合实际谈一谈你对其中一对矛盾的看法。

# 拓展阅读

1. 习近平：《之江新语》，浙江人民出版社2007年版。

2. 习近平：《在纪念五四运动100周年大会上的讲话》，人民出版社2019年版。

3. 中央党校采访实录编辑室：《习近平的七年知青岁月》，中共中央党校出版社2017年版。

4. 中华人民共和国国务院新闻办公室：《新时代的中国青年》，人民出版社2022年版。

---