

高等院校思想政治理论课辅导丛书

大学生思想政治 理论课实践教学教程

——思想道德与法治学习辅导

主 编 王艳娟

副主编 曹 罡 边立涛 焦志礼

刘东方 向宏霞 赵 姗

张 芳 罗 晴 范江涛

新华出版社

图书在版编目（CIP）数据

大学生思想政治理论课实践教程

作者：王艳娟

责任编辑：

出版发行：新华出版社有限责任公司

（北京市石景山区京原路8号 邮编：100040）

印刷：三河市龙大印装有限公司

成品尺寸：185mm×260mm 1/16

印张：13.5 字数：279千字

版次：2025年7月第1版

印次：2025年7月第1次印刷

书号：ISBN 978-7-5166-8037-7

定价：39.90元

版权所有·侵权必究

如有印刷、装订问题，本公司负责调换。



微店



视频号小店



京东旗舰店



微信公众号



喜马拉雅



小红书



淘宝旗舰店



企业微信

前言 Preface

大学生思想政治理论课是高校开展思想政治教育的核心课程，旨在通过系统化理论教育帮助大学生树立科学的世界观、人生观和价值观，掌握科学的方法论，提高思想政治觉悟和认知能力。

为进一步加深大学生对思想政治课程知识的掌握，理解其中的基本理论和知识，掌握其核心思想和精髓，学会用马克思主义的立场、观点和方法分析问题，我们以马克思主义理论研究和建设工程重点教材为基础，组织编写了《大学生思想政治理论课实践教程》一书。本书具有以下几个方面的特点。

1. 紧扣教材，突出重点

本书严格遵循教材的框架和结构，重新梳理了教材的逻辑线索，深入细致地研究了教材中的基本观点，对教材中的重要知识点进行了标注，使学生能够一目了然。

2. 体例科学，栏目丰富

本书设置了知识结构、学习导引、内容精讲、拓展阅读、课后习题详解、强化训练等六个栏目。“知识结构”栏目以思维导图的形式梳理每章知识点；“学习导引”栏目指出了每章的知识目标和能力目标；“内容精讲”栏目对知识点进行了解读与拓展，并设置“真题链接”小栏目点出重要知识点；“拓展阅读”栏目精选党和国家的重要文件，拓展学生知识维度；“课后习题详解”栏目提供了教材中“思考讨论”栏目中习题的参考答案；“强化训练”栏目设置了大量的练习题目，帮助学生巩固知识点。六个栏目环环相扣，科学实用，可以帮助学生系统掌握重点知识，强化学习效果。

3. 弱化理论讲解，突出辅导特色

为激发学生学习的积极性和主动性，建立以学生为主体的学习方式，本书突出了助学和辅导的功能，对书中的理论知识进行了简化、归纳与解析，使学生能够更好地理解知识点，提升学习的兴趣。

本书由浙江理工大学浙江理工大学马克思主义学院王艳娟任主编，石家庄科技信息职业学院曹罡、石家庄科技信息职业学院边立涛、石家庄科技信息职业学院焦志礼、山东财经大学刘东方、上海电子信息职业技术学院向宏霞、郑州工商学院赵姗、河南科技大学张芳、河南科技大学罗晴、杭州电子科技大学范江涛任副主编。

由于编者水平有限，对书中的不足之处，敬请广大读者批评指正。

编者
2025年1月



目录 Contents

绪 论	担当复兴大任 成就时代新人	1
	知识结构·····	1
	学习导引·····	1
	内容精讲·····	1
	拓展阅读·····	5
	课后习题详解·····	10
	强化训练·····	12
第一章	领悟人生真谛 把握人生方向	14
	知识结构·····	14
	学习导引·····	14
	内容精讲·····	15
	第一节 人生观是对人生的总看法·····	15
	第二节 正确的人生观·····	19
	第三节 创造有意义的人生·····	25
	拓展阅读·····	29
	课后习题详解·····	32
	强化训练·····	34
第二章	追求远大理想 坚定崇高信念	40
	知识结构·····	40
	学习导引·····	40
	内容精讲·····	41
	第一节 理想信念的内涵及重要性·····	41



第二节 坚定信仰信念信心·····	47
第三节 在实现中国梦的实践中放飞青春梦想·····	51
拓展阅读·····	54
课后习题详解·····	59
强化训练·····	62

第三章	继承优良传统 弘扬中国精神	66
------------	----------------------	-----------

知识结构·····	66
学习导引·····	66
内容精讲·····	67
第一节 中国精神是兴国强国之魂·····	67
第二节 做新时代的忠诚爱国者·····	73
第三节 让改革创新成为青春远航的动力·····	80
拓展阅读·····	85
课后习题详解·····	92
强化训练·····	98

第四章	明确价值要求 践行价值准则	102
------------	----------------------	------------

知识结构·····	102
学习导引·····	102
内容精讲·····	103
第一节 全体人民共同的价值追求·····	103
第二节 社会主义核心价值观的显著特征·····	109
第三节 积极践行社会主义核心价值观·····	113
拓展阅读·····	115

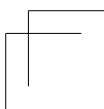
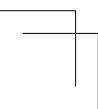
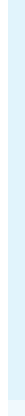
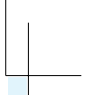
课后习题详解·····	120
强化训练·····	122

第五章	遵守道德规范 锤炼道德品格	127
------------	----------------------	------------

知识结构·····	127
学习导引·····	127
内容精讲·····	128
第一节 社会主义道德的核心与原则·····	128
第二节 吸收借鉴优秀道德成果·····	134
第三节 投身崇德向善的道德实践·····	141
拓展阅读·····	150
课后习题详解·····	158
强化训练·····	163

第六章	学习法治思想 提升法治素养	168
------------	----------------------	------------

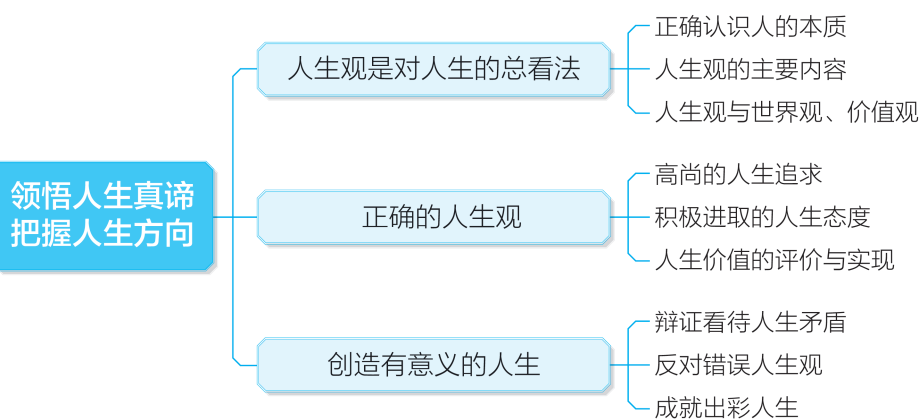
知识结构·····	168
学习导引·····	168
内容精讲·····	169
第一节 社会主义法律的特征和运行·····	169
第二节 坚持全面依法治国·····	174
第三节 维护宪法权威·····	182
第四节 自觉尊法学法守法用法·····	189
拓展阅读·····	198
课后习题详解·····	203
强化训练·····	206



第一章

领悟人生真谛 把握人生方向

知识结构



学习导引

知识目标

1. 正确认识人的本质，掌握人生观的主要内容以及人生观与世界观、价值观的关系。
2. 掌握人生价值的评价方法和实现条件。
3. 了解人生矛盾、人生观的内容，掌握人生出彩的途径。

能力目标

1. 能够辨识和抵制错误的人生观，积极追求高尚的人生目的，树立积极进取的人生态度。
2. 能够正确理解人生价值的意义，努力实现自己的人生价值，反对“躺平”。



内容精讲

第一节 人生观是对人生的总看法

习近平总书记同青年大学生座谈时强调：“要树立正确的世界观、人生观、价值观，掌握了这把总钥匙，再来看看社会万象、人生历程，一切是非、正误、主次，一切真假、善恶、美丑，自然就洞若观火、清澈明了，自然就能作出正确判断、作出正确选择。”大学生思考和规划自己的人生之路，要掌握人生观的基础理论，学会科学看待人生的根本问题。

一、正确认识人的本质

人的生命历程不同于其他动物的生命过程，人不仅要维系自身的生存和繁衍，还要生产、交往、创造，在极为丰富的社会生活中观察、思索、判别和选择。人生观就是人们关于人生目的、人生态度、人生价值等问题的总观点和总看法。思考人生，树立正确的人生观，首先需要对人和人的本质有科学的认识。

（一）马克思主义关于人的本质的认识

马克思运用辩证唯物主义和历史唯物主义的立场、观点、方法，揭开了人的本质之谜。他指出：“人的本质不是单个人所固有的抽象物，在其现实性上，它是一切社会关系的总和。”这一论断关注的是现实的、具体的人，强调从社会关系出发去把握变化着的人的本质，为人们认识人生、形成正确的人生观提供了科学的方法论。

任何人都是处在一定的社会关系中从事社会实践活动的人。社会属性是人的本质属性。每一个人都从属于一定的社会群体，都同周围的人发生各种各样的社会关系，如家庭关系、地缘关系、业缘关系、经济关系、政治关系、法律关系、道德关系等。人的社会关系的总和决定了人的本质。人们正是在这种客观的、不断变化的社会关系中塑造自我，成为真正现实的、具有个性特征的人。因此，认识人的本质，只能立足于具体的、历史的社会关系中从事社会实践的人，而不能从抽象的人性论出发，更不能依靠所谓神的启示。正是在一定的社会历史条件下，人们面对各种各样的境遇，在客观的不断变化的社会关系中实践人生，通过现实的生活逐渐地感悟人生，形成了相应的人生观。

（二）个人与社会的辩证关系

人是社会的人，社会是人们相互交往的产物，是人类生活的共同体，人生的内容与社会活动密不可分。个人与社会的关系问题是认识和处理人生问题的重要着眼点和出发点。

个人与社会是对立统一的关系，两者相互依存、相互制约、相互促进。社会是由一个个具体的人组成的，离开了人就没有社会。同时，人是社会的人，离开了社会，人也就无法生活，社会是人的存在形式。社会犹如一个有生命、有活力的有机体，个人犹如这个有机体中的细胞。只有有机体的所有细胞都充满活力，这个有机体才能是生气蓬勃的；细胞



如果脱离了有机体,也将失去赖以存在的必要条件。社会成员素质的不断提高是社会发展的
重要基础,推动和实现人的全面发展是社会发展的根本目标。

个人与社会的关系,最根本的是个人利益与社会利益的关系。社会需要是个人需要的
集中体现,是社会全体成员带有根本性、全局性、长远性需要的反映。个人利益的满足只
能在一定的社会条件下、通过一定的社会方式来实现。在社会主义社会中,个人利益与社
会利益在根本上是一致的。社会利益离不开个人利益,个人利益也离不开社会利益。社会
利益不是个人利益的简单相加,而是所有人利益的有机统一。社会利益体现了作为社会成
员的个人的根本利益和长远利益,是个人利益得以实现的前提和基础,同时它也保障着个
人利益的实现。

人的社会性决定了人只有在推动社会进步的过程中,才能实现自我的发展。如果人人
都只关心自己的利益,甚至以损害他人利益、社会利益的方式满足一己之私,人赖以生存
的社会不仅难以发展进步,最终还将因个人私欲的膨胀而走向崩溃。大学生思考人生问题,
应该正确认识和处理个人与社会的关系,把自己的人生追求同社会的发展进步紧密结合起
来,在为社会作贡献的过程中成长进步,实现自己的人生价值。

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。



真题链接

(2021 年考研真题)人是社会的人,每一个人都存在和活动于具体的、基于特定历史
的现实社会当中。个人与社会是对立统一的关系,两者相互依存、相互制约、相互促进。
个人与社会的关系最根本的是()。

- | | |
|--------------|--------------|
| A. 个人价值与社会价值 | B. 个人利益与社会利益 |
| C. 个人理想与社会理想 | D. 个人存在与社会存在 |



专家详解

个人与社会的关系,归根到底是个人利益与社会整体利益的关系,社会利益
离不开个人利益,个人利益也离不开社会利益,社会利益体现了作为社会成员的
个人的根本利益和长远利益,是个人利益得以实现的前提和基础。故选 B。

二、人生观的主要内容

在一定的社会历史条件下,人们实践人生、感悟人生,形成相应的人生观。人生观
决定着人生道路的方向,也决定着人们行为选择的价值取向和用什么样的方式对待实际
生活。每个人都会对“做什么人”和“怎样做人”的问题形成一定的认识,无论自觉与
否,都会在这种认识的影响下实践自己的人生。因此,有什么样的人生观就会有什么样
的人生。

人生观的主要内容包括人生目的、人生态度和人生价值等问题的根本看法。人生目的

回答人为什么活着，人生态度回答人应当如何活着，人生价值回答什么样的人生才有价值。这三个方面相互联系、相辅相成，是一个有机整体。

（一）人生目的的含义及作用

1. 人生目的的含义

人生目的是人们在社会实践中关于自身行为的根本指向和人生追求。

2. 人生目的在人生实践中的重要作用

人生目的是对人为什么活着这一人生根本问题的认识和回答，是人生观的核心，在人生实践中具有重要的作用。

首先，**人生目的决定人生道路**。人生目的规定了人生的方向，对人们所从事的具体活动起着定向的作用。古今中外众多创造了辉煌壮丽人生的志士仁人，多在青年时期就确立了正确的人生目的，从而在面对人生的一系列重大课题时，能做出正确的选择，始终朝着正确的人生发展方向前进。

其次，**人生目的决定人生态度**。人生道路上有时会一帆风顺，有时会崎岖不平，面对各种各样的矛盾和斗争，不同的人生目的会使人持有不同的人生态度。正确的人生目的可以使人无所畏惧、顽强拼搏、积极进取、乐观向上；错误的人生目的则会使人或是虚度光阴、放纵人生，或是悲观消沉、厌世轻生，或是投机钻营、违法犯罪。在历史上和现实生活中，许多事业有成者，无不是在正确的人生目的引导下，以昂扬乐观的人生态度正确对待人生道路上的顺逆曲直。

最后，**人生目的决定人生价值选择**。正确的人生目的会使人懂得人生的价值首先在于奉献，从而在工作中尽心、尽力、尽责；错误的人生目的则会使人把人生价值理解为向社会或他人进行索取，只把个人私利视为人生的价值追求，而漠视对国家、社会、集体和他人的义务与责任。

（二）人生态度的含义

人生态度是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怎样的人生态度。反过来，一个人对人生的态度，往往又制约着他对整个世界和人生的看法，从而对个人的世界观、人生观产生重要的影响。

（三）人生价值的内容

1. 人生价值的含义

人生价值是指人的生命及其实践活动对于社会和个人所具有的作用和意义。选择什么样的人生目的，走什么样的人生道路，处理个人与社会、理想与现实、付出与收获、生与死等一系列人生历程中的重大问题时，人们总会有所取舍、有所好恶，对于赞成什么、反对什么，认同什么、抵制什么，总会有一定的标准。这些都与人们对人生价值的看法密切相关。

2. 自我价值和社会价值的含义

人生价值内在地包含了人生的自我价值和社会价值两个方面。



加强人生的自我价值。人生的自我价值是个体的人生活活动对自己的生存和发展所具有的价值，主要表现为对自身物质和精神需要的满足程度。

加强人生的社会价值。人生的社会价值是个体的实践活动对社会、他人所具有的价值。

3. 自我价值和社会价值的关系

人生的自我价值和社会价值，既相互区别，又密切联系、相互依存。

一方面，人生的自我价值是个体生存和发展的必要条件，人生的自我价值的实现是个体为社会创造更大价值的前提。个体的人生活活动不仅具有满足自我需要的价值属性，还必然地包含着满足社会需要的价值属性。个体通过努力提高自我价值的过程，也是其创造社会价值的过程。

另一方面，人生的社会价值是社会存在和发展的重要条件，人生社会价值的实现是个体自我完善、全面发展的保障。没有社会价值，人生的自我价值就无法存在。人是社会的人，这不仅意味着个体物质和精神的需要必须在社会中得到满足，还意味着以怎样的方式和在多大程度上得到满足也是由社会决定的。



真题链接

（2019年考研真题）马克思说：“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。”这表明（ ）。

- A. 实现自我价值是创造社会价值的原因
- B. 人生价值是自我价值和社会价值的统一
- C. 人生社会价值可以代替自我价值
- D. 个人价值的实现取决于他人的认可



专家详解

人生价值包括自我价值和社会价值，人生价值是自我价值和社会价值的统一。人生的自我价值是个体生存和发展的必要条件，故 A 项错误。自我价值和社会价值是统一的，社会价值不能代替自我价值，故 C 项错误。个人价值的实现是看一个人的人生活活动是否符合社会发展的客观规律，是否通过实践促进了历史的进步，故 D 项错误。故选 B。

（四）人生目的、人生态度、人生价值的相互关系

人生目的、人生态度、人生价值三者相互影响、紧密关联。其中，人生目的决定着人们对待实际生活的态度和对人生价值的评判，人生态度影响着人们对人生目的的持守和人生价值的实现，人生价值制约着人们对人生目的和人生态度的选择。大学生只有深刻认识人生目的、人生态度、人生价值的内涵与意义，科学理解三者的辩证统一关系，才能准确把握人生方向，树立正确的人生观。



三、人生观与世界观、价值观

（一）世界观的含义

世界观是人们对生活在其中的世界以及人与世界的关系的总体看法和根本观点。一个人思考生活的意义，树立追求的理想目标，确定以怎样的方式对待生活，探讨协调身与心、自我与他人、个人与社会、人与自然的关系，总是以其世界观为根据，受到其世界观的制约和影响。

（二）人生观与世界观的关系

世界观与人生观关系密切。世界观决定人生观，有什么样的世界观，就会有什么样的**人生观**。马克思主义认为，人和人类社会是自然界长期发展的产物，人的一切认识都来自实践，并在实践中不断发展。在这样的世界观指导下，人们就能更好地立足现实，客观地对待人生，在人生道路上勇于拼搏，在实际社会生活过程中寻找解答人生问题的正确答案。概言之，对人生意义的正确理解，需要建立在对世界发展规律正确认识的基础之上。树立正确的人生观，思考人生为了什么、该如何对待人生、怎样的人生才有意义等问题，离不开马克思主义科学世界观的指导。同时，人生观又对世界观的巩固、发展和变化起着重要作用。

（三）价值观的含义

价值观是人们关于价值的根本观点，对于**人生观的形成和发展有重要的引导作用**。价值观为人们在社会生活中判断善恶、美丑、福祸、荣辱、利害提供基本准则，人们对于人生诸多问题的认识和思考，都包含着价值判断，离不开对价值问题的探索。

（四）人生观和价值观的关系

一个人树立什么样的价值观，会直接影响他对人生目的、人生意义等问题的思考，**左右他对人生道路的选择，影响他的人生态度**。马克思主义站在人民的立场探求人类自由解放的道路，坚持一切以人民为中心的价值追求，以实现最广大人民群众的根本利益为价值导向。在这样的价值观指导下，生活于现实社会中的人们，就能够正确处理个人与社会、个体利益与集体利益之间的关系，确立正确的人生追求，科学对待人生境遇，以实际行动创造有价值的人生。

第二节 正确的人生观

大学时期是世界观、人生观、价值观形成的关键时期。大学生应深入领会马克思主义关于人生问题的基础理论，准确掌握解决人生问题的科学方法，树立正确的人生观，明确人生目的、端正人生态度、认识人生价值，为创造有意义有价值的人生奠定良好的基础。

一、高尚的人生追求

古往今来，人们对人生目的的探索从未停止过，思想家们孜孜以求留下了难以计数的



答案,形成了各式各样的关于人生目的的思想。马克思主义认为,高尚的人生目的总是与奋斗、奉献联系在一起。大学生只有把自己的人生目的与国家前途、民族命运、人民幸福联系在一起,才能自觉自愿地把自己的一生奉献于利国利民的事业。

服务人民、奉献社会的思想以其科学而高尚的品质,代表了人类社会迄今最先进的人生追求。人民群众是社会历史的主体,是社会物质财富和精神财富的创造者,是社会变革的决定力量。毛泽东曾指出:“人民,只有人民,才是创造世界历史的动力。”习近平总书记强调:“人民是历史的创造者,是真正的英雄。”服务人民、奉献社会的人生追求,以历史唯物主义关于人民群众是历史的创造者的基本观点为理论基础,指明了人在成长和发展过程中应确立的人生目标和方向。不论在革命战争年代,还是在和平建设时期,服务人民、奉献社会这一高尚的人生追求,熏陶、感染了一代代革命者和建设者,对中国革命、建设、改革事业产生了重要的推动作用。新时代大学生要把为国家和人民事业无私奉献作为人生的最高追求,在服务人民、奉献社会中收获成长和进步。

一个人确立了服务人民、奉献社会的人生追求,才能清楚地把握人生的奋斗目标,深刻理解人为了什么而活、应走什么样的人生之路等道理。一个人的能力有大小、职业有不同、职位有高低,只有自觉把个人之小我融入社会之大我,不为狭隘私心所扰,不为浮华名利所累,不为低俗物欲所惑,才能够在推动社会进步中创造不朽的业绩。

一个人确立了服务人民、奉献社会的人生追求,才能以正确的人生态度对待人生、解决实际生活中的各种问题,以人民利益为重,始终对祖国和人民怀有高度的责任感,在服务人民、奉献社会中实现自己的人生价值。

一个人确立了服务人民、奉献社会的人生追求,才能掌握正确的人生价值标准,才能懂得人生的价值首先在于奉献,自觉用真善美来塑造自己,不断培养高洁的操行和纯朴的情感,努力使自己成为一个高尚的人。

二、积极进取的人生态度

没有积极进取的人生态度,再崇高的人生追求也难以真正实现。走好人生之路,需要大学生正确认识、处理生活中各种各样的困难和问题,保持认真务实、乐观向上、积极进取的人生态度。

(一) 人生须认真

以认真的态度对待人生,就是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,既要清醒地看待生活,又要积极认真地面对生活。虽然人生道路很长,但关键处只有几步;虽然人生问题很复杂,但要害在于把握住最基本的东西。大学生要学会对自己负责,对亲人负责,对周围的人和更多的人负责,进而对民族、国家、社会负责,做一个有担当、负责任的人。要正确认识和处理人生中遇到的各种问题,不能得过且过、放纵生活、游戏人生,否则就会虚掷光阴,甚至误入歧途。

(二) 人生当务实

古往今来,成功的人生既需要认真负责,也要求真务实。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。要把远大的理想寓于具体的行动中，不能好高骛远、空谈理想、眼高手低、浅尝辄止，否则就会脱离实际、一事无成。要坚持实事求是的基本原则，正确面对人生目的与现实生活之间的矛盾，更好地把人生梦想与个人情况和社会实际结合起来，从小事做起，从身边的事做起，脚踏实地、一步一个脚印地实现人生目标。

（三）人生应乐观

只有热爱生活的人，才能真正拥有生活。乐观豁达、热爱生活、对人生充满自信，体现了对自己、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。人生是丰富多彩的，既会收获成功、体验快乐，也会面临各种矛盾和问题。人生旅途中，许多事情不会总是尽如人意、一切顺遂，也会有失望和暂时的困难、挫折。要始终保持乐观向上的人生态度，不能因为没有满足自己的期望或者遇到困难和挫折，就消极悲观、畏难退缩，甚至颓废堕落、自暴自弃。要相信生活是美好的，前途是光明的，遇事要想得开，做人要心胸豁达，在生活实践中不断调整心态，磨炼意志，形成乐观向上的人生态度。

（四）人生要进取

人生实践是一个创造的过程。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。以不思进取、不想努力的消极态度面对人生难题，可能会带来一时安逸，但无助于个人发展、无益于社会进步。人生如逆水行舟，不进则退。大学生要积极进取，不断丰富人生的意义，不能贪图安逸、满足现状、因循守旧、故步自封，否则人生就会失去应有的光彩。



真题链接

（2022 年考研真题）结合材料回答问题。

材料一

2021 年 6 月 29 日，中共中央将党内最高荣誉“七一勋章”追授黄文秀同志，黄文秀曾被追授“全国脱贫攻坚楷模”“全国优秀共产党员”“时代楷模”等荣誉称号。

黄文秀生在百色、长在百色，学成归来回到百色建设家乡，2018 年 3 月，她主动要求到条件更为艰苦的百坭村担任驻村第一书记。驻村期间，黄文秀带领村干部和群众，埋头苦干，学经验、找路子、筹资金，硬化通屯路，安装路灯，修建蓄水池，发展经济林木和砂糖橘种植业，百坭村贫困发生率从 22.8% 降至 2.71%，2019 年，百坭村实现整村脱贫。

在服务百坭村的日子，黄文秀访遍全部贫困户，帮助村民发展扶贫产业，以真抓实干的作风赢得村民信任；她全身心扑在扶贫事业上，在城乡、村屯间穿梭，用真情奉献与群众打成一片，以使命担当兑现着“不获全胜，决不收兵”的驻村诺言。

作为一名党员干部，黄文秀始终扎根群众、心系群众。作为驻村第一书记，黄文秀还特别注重在脱贫攻坚中发挥基层党组织的战斗堡垒作用。黄文秀始终牢记当年在



入党申请书中写下的誓言：“一个人要活得有意义，生存得有价值，就不能光为自己而活，要用自己的力量为他人、为国家、为民族、为社会作出贡献。”

2019年6月，百坭村连降暴雨。因惦记百坭村的防汛抗洪工作，利用周末看望手术不久的父亲后，黄文秀冒雨连夜返回，不料途中遭遇山洪，年轻的生命定格在30岁。习近平总书记在对黄文秀先进事迹的指示中强调，黄文秀同志“在脱贫攻坚第一线倾情投入、奉献自我，用美好青春诠释了共产党人的初心使命，谱写了新时代的青春之歌”。

“年轻人的态度就是乡村的未来”，黄文秀生前曾在驻村日记中这样写道。如今，她的先进事迹和优秀品质被广为传颂，激励着越来越多的青年扎根新农村，带领村民创造更美好的生活。

资料来源：摘编自《人民日报》（2021年06月18日07版、2021年07月27日05版）。

材料二

一代人有一代人的长征，一代人有一代人的担当。每一代青年都有自己的际遇和机缘，都要在自己所处的时代条件下谋划人生、创造历史。“清澈的爱，只为中国”，这是年轻边防战士在皑皑雪山立下的铿锵誓言；“我们的征途是星辰大海”，这是年轻航天人探索宇宙抒发的豪情壮志；“请党放心，强国有我”，这是年轻学子发自内心的庄严承诺。青年向上，国家向前。在庆祝中国共产党成立100周年大会上，习近平总书记深情寄语新时代的中国青年，要“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！”

资料来源：摘编自《人民日报》（2021年08月09日）。

问题

- （1）黄文秀的先进事迹启示新时代青年应该有怎样的人生态度？
- （2）一代人有一代人的担当，新时代中国青年应当承担什么样的历史重任？



专家详解

本题考查的知识点：一是人生观中人生态度的内容，二是当代青年的责任与担当。积极的人生态度包括人生须认真，人生当务实，人生应乐观，人生要进取。对于本题，可将其与材料中黄文秀不畏艰难，毅然选择回到家乡，心系家乡人民，帮助家乡实现脱贫相结合即可。当代青年的责任与担当，即当代青年应该怎么做。对于本题，可结合材料谈谈当代青年应如何做，也可适当结合自身谈谈新时代青年应当肩负起怎样的历史重任。

（1）人生须认真、务实。以认真的态度对待人生，就是要严肃思考人的生命应有的意义。黄文秀的人生是认真的人生，她生命的意义是为了人民，为了集体，为了群众。人生当务实。要从人生的实际出发，以科学的态度看待人生，以



务实的精神创造人生。黄文秀的人生从她所在的基层实际出发，用科学的方法带领群众脱贫，带领群众走向致富。人生应乐观、进取，用乐观的态度对待生活，用进取的精神迎接挑战。黄文秀即使处在逆境之中，仍乐观进取。

（2）当代青年要高扬爱国主义主旋律，让敬业奉献成为价值追求，让崇德向善成为社会风尚就能始终保持干事创业、开拓进取的精气神，在实现中国梦的新征程上奋力前行。新时代青年要有崇高的理想信念，牢记使命，自信自励，立志当高远，立志做大事，立志须躬行。新时代青年要有高强的本领才干，勤奋学习，全面发展，不断增强实现人生价值的能力与本领。新时代青年要有“天下兴亡，匹夫有责”的担当精神，讲求奉献，实干进取，立志为实现共产主义而奋斗终生。

三、人生价值的评价与实现

对人生价值及其相关问题的正确认识，是人们自觉朝着选定的目标努力前行，创造有价值的人生重要前提。

（一）正确评价人生价值

1. 评价人生价值的根本尺度

评价人生价值的根本尺度，是看一个人的实践活动是否符合社会发展的客观规律，是否促进了历史的进步。在今天，衡量人生价值的标准，最重要的就是看一个人是否用自己的劳动和聪明才智为国家和社会真诚奉献，为人民群众尽心尽力服务。客观、公正、准确地评价社会成员人生价值的大小，除了要掌握科学的标准外，还需要掌握恰当的评价方法。

2. 人生价值的评价方法

（1）既要贡献的大小，也要看尽力的程度。评价一个人的人生有无价值或价值大小，最根本的是看他对社会是否作出贡献及贡献大小。每个人所处的环境不同，个体的生理状况、先天禀赋、努力程度各有差异，现实生活中从事职业不同、能力大小不同，对社会贡献的绝对量自然也不同。但是，不能简单地认为能力大的人人生价值就大，能力小的人人生价值就小。在评判一个人的人生价值时，既要看他对社会贡献的大小，也要看他所对应的职责及尽力的程度。任何人不论从事何种劳动，只要在自己的岗位上尽职尽责、兢兢业业，积极为社会进步作贡献，就应该对他的人生价值给予积极肯定的评价。

（2）既要尊重物质贡献，也要尊重精神贡献。人的生产劳动是物质生产劳动和精神生产劳动的统一，一定条件下，两种生产劳动成果还可以相互转化。现实生活中，人类社会劳动分工形成了不同职业，有的职业侧重于物质财富的创造，有的职业侧重于精神财富的创造，社会的发展与进步是物质文明和精神文明的共同发展与进步。在我们社会主义国家，一切劳动，无论是体力劳动还是脑力劳动，都值得尊重和鼓励。评价人生价值，既要看到一个人对社会作出的物质贡献，也要看他对社会作出的精神贡献。

（3）既要注重社会贡献，也要注重自身完善。人生的社会价值是实现人生自我价值的基础，评价人生价值的大小应主要看一个人对社会所作的贡献，但这并不意味着要否认人生的自我价值。推动和实现人的全面发展是社会发展的根本目标，人的全面发展和素质提



升离不开人的自我完善。人生自我完善的过程，既是人生自我价值实现的过程，也是为社会创造价值的过程。因此，衡量人生价值，既要看他对社会贡献的大小，也要看他自身完善的程度。



真题链接

（2017年考研真题）社会主义核心价值观，为人们确定和实现人生价值提供了基本遵循。人生价值评价主要是看一个人的人生活动是否符合社会的客观规律，其评价的根本尺度是（ ）。

- A. 历史标准 B. 政治标准 C. 经济标准 D. 文化标准



专家详解

人生价值评价的根本尺度，是看一个人的人生活动是否符合社会发展的客观规律，是否通过实践促进了历史的进步，即历史标准。故选 A。

（二）人生价值的实现条件

人们在实践中努力实现自己的人生价值。但是，人们的实践活动从来都不是随心所欲的，任何人都只能在一定的主客观条件下去实现自己的人生价值。因此，正确把握人生价值实现的条件至关重要。

1. 实现人生价值要从社会客观条件出发

人生价值是在社会实践中实现的，人的创造力的形成、发展和发挥都要依赖于一定的社会客观条件。在人类历史上，因为缺乏一定的社会客观条件，一些有抱负有才能的人未能实现自己孜孜追求的人生价值。随着社会的进步，实现人生价值的社会客观条件也在不断完善。改革开放以来，我国经济社会发展取得的巨大成就，中国特色社会主义制度的自我完善和发展，为人们实现人生价值提供了有利条件和机遇。大学生要珍惜难得的历史机遇，把自己的人生追求及人生价值的实现建立在正确把握当今中国社会发展实际的基础上。

2. 实现人生价值要从个体自身条件出发

人的自身条件会有一定的差异，某一个具体的价值目标，对这个人来说是恰当的、比较容易实现的，而对另一个人来说却未必如此。大学生正处在自己一生中最美好的时期，长身体、长知识、长才干，风华正茂，每天都有新收获，每天都有新期待。但在这样一个特殊阶段，大学生也往往会受自身社会经验偏少、知识储备不够等方面的限制，容易把对自身条件的主观想象当作“真实”的存在，导致价值选择、行为倾向出现偏差。因此，大学生要客观认识自己，准确把握影响人生价值实现的自身条件。

3. 不断增强实现人生价值的能力和本领

实现人生价值，需要人们充分发挥主观能动性。个人的主观努力，在相当大的程度上决定着人生价值实现的程度。正如人们经常说的，没有条件可以创造条件。人的能力具有累积效应，能够通过学习、锻炼而得以提升。同学们要通过各种方式和途径，增长才干、增强本领，提高自身各方面的能力，为实现人生价值做好充分准备，奠定扎实的基础。

第三节 创造有意义的人生

美好的人生目标要靠社会实践才能转化为现实。大学生要在科学高尚的人生观指引下，正确对待人生矛盾，自觉抵制错误观念，努力提升人生境界，成就出彩人生。

一、辩证对待人生矛盾

“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。

（一）正确看待得与失

如何认识和对待人生发展过程中的得与失这对矛盾，对一个人走好人生之路、实现人生价值有重要影响。大学生要以积极进取的态度去面对生活中的成败得失，使一时的挫折或失败成为人生的财富而不是人生的包袱。

首先，不要过于看重一时的“得”。工作中取得成绩、生活上有所收获，人们自然会产生一种愉悦心情或一定程度的满足感，这是人之常情，但是，一时所得、一点成绩相对于漫长的人生道路、伟大的事业而言是微小的。在成绩与收获面前，更要保持平常心态，更加谦虚谨慎，切不可得意忘形，以免乐极生悲。一个阶段的成绩或收获只是继续前进的基础，一个人如果总是满足于一时的“得”，往往会停步在小小的成功和已有的成绩之上，放弃接下来的努力，造成最后的失败。历史上无数成败的事例都诠释了这条人生道理。生活从不眷顾因循守旧、满足现状者，从不等待不思进取、坐享其成者，而是将更多机遇留给善于和勇于创新创造的人们。

其次，不要惧怕或斤斤计较一时的“失”。正所谓“吃一堑，长一智”“塞翁失马，焉知非福”，得到了不一定是好事，失去了也不一定是坏事，一定意义上有舍才有得。在失意之际坚持不懈，在坎坷之时不断努力，方能有所收获，实现人生目标。

最后，要跳出对个人得失的计较。只有把小我融入大我，才会有海一样的胸怀，山一样的崇高。个人利益的得失只能部分地衡量人生价值的大小，每个个体只有在奉献社会中才能实现更大的人生价值。只有跳出对狭隘个人利益的计较，关爱他人，热爱集体，真诚奉献，才能赢得他人和社会的尊重，创造有意义的人生。

（二）正确看待苦与乐

苦与乐既对立又统一，在一定条件下还可以相互转化。毛泽东用“红军不怕远征难，万水千山只等闲”形象地写出了红军战胜长征途中各种苦难的豪迈气概，用“更喜岷山千里雪，三军过后尽开颜”生动地描述了红军夺取胜利后的喜悦心情，给我们正确理解苦与乐的辩证关系提供了重要启示。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”奋斗是艰辛的，艰难困苦、玉汝于成。真正的快乐往往由奋斗的艰苦转化而来。不经历风雨，怎能见彩虹？



不经历人生的苦难，怎能享受到人生的乐趣？大学生要担负起民族复兴之大任，更要在磨炼中培养吃苦耐劳、乐观向上的良好品质。在成长过程中，大学生要准确把握苦与乐的辩证关系，继承和发扬吃苦耐劳、自力更生、艰苦奋斗的精神，像先辈那样青春热血镌刻在历史的丰碑上。

（三）正确看待顺与逆

顺境和逆境是人生历程中两种不同的境遇。在顺境中前进，天时、地利、人和等有利因素，使人们更容易接近和实现目标。但是，顺境中的宽松气氛、优越条件，又容易使人滋生骄娇二气，自满自足，意志衰退。在逆境中奋斗，需要付出更大的努力和更多的艰辛才可能成功，但也会有顺境中难以得到的获得感和成就感。无论是顺境还是逆境，对人生的作用都可能是双面的，关键是怎样去认识和对待它们。要正确对待个人成长的外部环境，处优而不养尊，受挫而不短志，使顺境逆境都成为人生的财富而不是人生的包袱。只有善于利用顺境，勇于正视逆境、战胜逆境，人生价值才能够实现。

（四）正确看待生与死

生命的历程是一个从生到死的过程，有生必有死，这是恒常不变的自然现象。生与死是贯穿人生始终的一对基本矛盾。在人类历史的长河中，个体的生命相对而言是短暂的。从一定意义上说，正是因为生命短促，每个人只有一次生命，才更显示了人生的弥足珍贵。如何认识、对待生与死，体现了一个人人生境界的高低，更直接影响着他的生活。大学生要牢固树立生命可贵、敬畏生命的意识，倍加爱护自己和他人的生命，理性面对生老病死等自然现象，努力使自己的生命绽放出人生的光彩。同时，新时代的大学生也要有为了崇高目标而勇于奉献、敢于牺牲的精神。孔子谓“杀身成仁”，孟子曰“舍生取义”，司马迁讲“人固有一死，或重于泰山，或轻于鸿毛”，这些千古名句说明，人的生命价值在于个体生命付出背后的意义。个体生命的时间长度总是有限的，但为人民服务、为人类进步事业贡献力量是无限的。大学生应珍爱生命、珍惜韶华，在服务人民、投身民族复兴伟大事业中发掘出生命所蕴藏的巨大潜能，努力给有限的个体生命赋予更大的意义。

（五）正确看待荣与辱

“荣”即荣誉，是指社会对个人履行社会义务所给予的褒扬与赞许，以及个人所产生的自我肯定性心理体验；“辱”即耻辱，是指社会对个人不履行社会义务所给予的贬斥与谴责，以及个人所产生的自我否定性心理体验。

荣辱观是人们对荣辱问题的根本看法和态度，**在一定社会思想道德原则、规范的体现和表达**。中国古人向来注重荣与辱，并通过“知耻”来进行道德评价和判断。孔子提出“知耻近乎勇”，孟子认为“无羞恶之心，非人也”，管仲强调“礼义廉耻，国之四维”，把知耻之心与人的文明程度、社会的治乱安危紧密联系在一起。荣辱观对个人的思想行为具有鲜明的导向和调节作用。大学生只有具备正确的荣辱观，明确是非、对错、善恶、美丑的界限，坚持以热爱祖国为荣、以危害祖国为耻，以服务人民为荣、以背离人民为耻，以崇尚科学为荣、以愚昧无知为耻，以辛勤劳动为荣、以好逸恶劳为耻，以团结互助为荣、



以损人利己为耻，以诚实守信为荣、以见利忘义为耻，以遵纪守法为荣、以违法乱纪为耻，以艰苦奋斗为荣、以骄奢淫逸为耻，才会在纷繁复杂的社会生活中明确应当坚持和提倡什么，应当反对和抵制什么，从容走好人生之路。

二、反对错误人生观

是非明，方向清，路子正，人们付出的辛劳才能结出果实，人生实践才能产生积极正面的价值和意义。在我们国家，尽管社会主流价值观念积极健康，但现实中还存在拜金主义、享乐主义和极端个人主义等种种错误观念和看法。这些错误思想观念容易侵蚀大学生的心灵，不利于大学生树立科学高尚的人生观。大学生要学会思考、善于分析、正确抉择，认清这些错误思想观念的实质，警惕和自觉抵制它们的侵蚀。

（一）反对拜金主义

金钱作为一种财富形式，为人所创造并为人服务。人应当是金钱的主人，而不是金钱的奴隶；应当依靠自己的劳动创造财富，合理合法获取金钱。同时，金钱不是万能的，生活中还有许多远比金钱更有意义的东西值得我们去追寻。在人类历史上，视钱如“神”的观念早已有之，但拜金主义作为一种社会思潮却是伴随着资本主义的发展而形成的，这种思潮至今还对一些人思考和认识人生目的有着不可忽视的影响。拜金主义将金钱神秘化、神圣化，视金钱为圣物，往往把追逐和获取金钱作为人生的唯一目的和生活的全部意义，金钱成为衡量人生价值的唯一标准。陷于拜金主义的泥潭，并由此确立人生目的，其危害显而易见：“神圣”的金钱成为人的存在和全部实践活动的目的，个人生命的意义就会如人们所形容的那样，“可怜到只剩下钱了”；人与人之间除了赤裸裸的利害关系、冷酷无情的金钱交易，再没有其他的关系，人的尊严和情感被淹没在金钱的铜臭之中。拜金主义是引发钱权交易、行贿受贿、贪赃枉法等丑恶现象的重要思想根源。同学们需要理性对待金钱与财富，避免陷入拜金主义的误区。

（二）反对享乐主义

健康有益的、适度的物质生活和文化生活，是人的正当需要，也有利于促进经济社会的发展。享乐主义是一种把享乐作为人生目的，主张人生就在于满足感官的需求与快乐的思想观念。把享乐尤其是感官的享乐变成人生的唯一目的，作为一种“主义”去诠释人生的根本意义，是对人的需要的一种错误理解。一些大学生用父母辛苦劳作挣来的钱追逐名牌和奢侈品，比阔气、讲排场，在消费上超出自己及家庭的承受能力，有的甚至因此负债累累。这些错误的观念和行爲，不仅影响大学生的健康成长，而且败坏社会风气。同学们要自觉抵御享乐主义的冲击，树立正确的消费观念，培育积极健康的兴趣爱好，在努力奋斗中去获得成功与快乐。

（三）反对极端个人主义

个人主义是一种以个人利益为出发点和归宿的思想体系和道德原则，主张个人需求就是目的，具有最高价值，社会 and 他人只是达到个人目的的手段。个人主义是生产资料私有制的产物，是资产阶级人生观的核心。资产阶级革命早期，在争取个人权利和自由、反对



封建专制方面，个人主义具有一定的积极意义，但是一些敏锐的资产阶级思想家很早也意识到它还具有销蚀社会的一面。极端个人主义是个人主义的一种表现形式，突出强调以个人为中心，在个人与他人、个人与社会的关系上表现为极端利己主义和狭隘功利主义。同学们要正确处理好个人与他人、个人与集体、个人与社会的关系，在团结合作中共同成长、共同进步、共同发展。

拜金主义、享乐主义、极端个人主义等错误的人生观，没有正确把握个人与社会的辩证关系，忽视或否认社会性是人的存在和活动的本质属性，对人的需要的理解极端、狭隘和片面，其出发点和落脚点都是一己私利。金钱和享乐可能会给人带来一时的满足感，但无法持久。人的幸福不能仅仅局限于物质方面，精神需要的满足、精神生活的充实也是幸福的重要方面。人只有在追求物质生活水平提高的同时，更加注重追求德行和人格的高尚，注重追求健康向上的精神生活，不断提升精神境界，才能拥有更为深刻持久的幸福感。大学生应当顺应时代潮流，在科学理论的指导下，认清拜金主义、享乐主义、极端个人主义等错误思想和腐朽观念的实质，选择并追求高尚的人生目的，在服务人民、奉献社会的人生实践中完善自我、创造人生的美好价值。

三、成就出彩人生

青年的人生目标会有不同，职业选择也有差异，但**只有把自己的小我融入祖国的大我、人民的大我之中，与历史同向、与祖国同行、与人民同在，才能更好地实现人生价值、升华人生境界。**

（一）与历史同向

历史车轮滚滚向前，时代潮流浩浩荡荡。历史只会眷顾坚定者、奋进者、搏击者，而不会等待犹豫者、懈怠者、畏难者。我们所处的时代是一个充满挑战的时代，也是一个充满希望的时代。当代大学生要正确认识世界和中国的发展大势，尊重并顺应历史的选择和人民的选

（二）与祖国同行

青年只有自觉将人生目标同国家和民族的前途命运紧紧联系在一起，才能最大限度地实现人生价值。回溯历史，五四运动时期，青年学生勇立时代潮头，为救亡图存奔走呐喊；新民主主义革命时期，为国捐躯的青年典范不胜枚举；中华人民共和国成立以来，更有无数青年积极投身社会主义现代化建设事业，展现时代风貌，勇于开拓进取。当代中国正处于中华民族伟大复兴的关键时期，建成社会主义现代化强国任重道远。当代大学生要正确认识国家和民族赋予的历史使命和时代责任，坚定信心，锐意进取，奋进新征程，建功新时代。

（三）与人民同在

人民群众是历史的创造者，是国家的主人。大学生要在为人民服务、实现人民群众利益的过程中实现人生价值。只有走与人民群众相结合的道路，向人民群众学习，从人民群众中汲取营养，做中国最广大人民群众根本利益的维护者，才能使自己的人生大有作



为。人的一生只能享受一次青春，当一个人把自己的青春与党和人民的事业紧密相连，就可以在为祖国、为民族、为人民的不懈奋斗中书写绚烂、无悔的青春篇章。

（四）在实践中创造有价值的人生

社会实践是实现人生价值的必由之路。崇高的人生价值目标要靠社会实践才能转化为现实，辉煌的人生价值只有在创造性的社会实践中才能实现。一个人即使在头脑中有了再崇高、再伟大的想法，如果不付诸实践，又有什么实际意义呢？人生价值没有一个绝对的顶点，人生价值的创造也没有一个绝对的终点。不断地在实践中创造，才能够实现更大的人生价值。同学们正处于人生最好的学习阶段，不仅要认真学习文化知识，汲取日新月异的现代科学文化成果，而且要坚持理论联系实际，积极投身社会实践，在实践中发现新知、运用真知，在解决实际问题的过程中增长才干，不断提高实践能力、创新能力。只有让所学服务于正确的人生价值目标，并且踏踏实实地去劳动创造，才能实现最大的人生价值，才能实现人生自我价值与社会价值的统一。

一代人有一代人的责任和担当，青春的底色永远离不开“奋斗”二字。我们现在享受的幸福生活，是一代又一代前辈接力奋斗创造的。人世间的一切幸福都需要靠辛勤的劳动来创造，追求幸福的过程就是不满足于现状、不断追求和创造更美好生活过程。我们要享受眼前的幸福，更要不断奋斗，创造未来的幸福，在奋斗中创造幸福人生。如今的时代仍然是奋斗者的时代，书写新的辉煌业绩离不开新时代的奋斗者。新时代呼唤新使命，新使命需要新担当。青年是标志时代的最灵敏的晴雨表，时代的责任赋予青年，时代的光荣属于青年。新时代的大学生应当砥砺奋斗、锤炼品格，释放火热青春的奋斗激情，彰显有志青年的人生价值。



拓展阅读

习近平与青年的故事

一个国家的进步，镌刻着青年的足迹；一个民族的未来，寄望于青春的力量。

跨越半个世纪，从沟壑纵横的陕北高原一路走来，习近平总书记深知青年的渴望，格外关心青年的成长。与青年通信，同青年谈心，参加青年活动，常把青年记挂心间。深情嘱托、诚挚盼望，为青年在奋斗前行的道路上点亮航标、指引航程。

1. 尺素传情，真情流露

写信，是习近平总书记同青年交流的方式之一。

时隔30多年，中国农业大学教授曹兵海仍然记得1983年12月的一天，他和其他几位河北农业大学正定籍的同学一起读信时的感动。

信，来自时任正定县委书记习近平同志。

“农村迫切需要农大学生，农大学生同样也离不开农村。可以说，家乡的40多万父老乡亲都在翘首以待，盼望着你们早日以优异成绩成就学业，为祖国的四化建设挑梁扛柱，竭智尽才。”字里行间，满是求贤若渴的期盼，满是对异乡负笈人的牵挂。

信的落款一句“你们的同志 习近平”，拉近了家乡书记同远方学子的心。



受到习近平同志的真情感召，河北农业大学 1984 届至 1987 届正定籍 51 名大学生中有一多半人回到正定工作。

当年陆续回乡工作的大学生，如今已在当地农业、畜牧、林业等一线部门独当一面，他们中还走出了多位石家庄市、河北省乃至全国的专家。

一封封书信，一段段寄语，记录着习近平同志求才思贤的真情。

2000 年到 2013 年，河北保定学院近百名毕业生自愿到西部工作生活。

对于扎根西部的青年，习近平总书记感同身受，“我在西部地区生活过，深知那里的孩子渴求知识，那里的发展需要人才。”

“好儿女志在四方，有志者奋斗无悔”“到基层和人民中去建功立业，让青春之花绽放在祖国最需要的地方”……2014 年五四青年节前夕，习近平总书记的殷殷期许从南海传到边疆远塞，飞进支教青年的心坎上。

赞许华中农业大学“本禹志愿服务队”志愿者“用知识和爱心热情服务需要帮助的困难群众”，勉励大学生村官“热爱基层、扎根基层，增长见识、增长才干”，嘱咐参加“青年红色筑梦之旅”的大学生创新创业团队“扎根中国大地了解国情民情”……

一纸信笺，承载着始终鼓励青年向下扎根、向上成长的谆谆教诲。

在习近平总书记的“笔友”中，还有不少外国青年。

“我们觉得您是好人，也很帅！”2019 年 2 月，美国伊利诺伊州北奈尔斯高中中文班学生，在给习主席的中文信结尾袒露心声。

很快，他们收到了习主席的回信。习主席不仅称赞他们“汉语书写工整、用词规范，‘太棒了’”，更寄语他们“为增进中美人民友谊作出贡献”。

这份喜悦，意大利罗马国立住读学校的师生们和日本青年中岛大地等也感受过。

“愿你们青春正好、不负韶华，都能成就梦想”，罗马国立住读学校学生卢多薇卡用信中的话鼓舞自己。

“这是对我多年坚持的最好肯定和认可，让我非常感动。”一封信种下并坚定了一名日本青年做中日友好使者的理想。

国之交在于民相亲，民相亲寄望于青年。一次次跨越山海的“信笺对话”，于润物无声中，滋养着中国人民同世界人民的友谊之花。

2. 亦师亦友，言谆意重

于青年学子，习近平总书记亦师亦友。“每年五四前后，这个时间我是留给青年人的，到年轻人中间和青年学生相处，到学校看看。”

信守承诺，习近平总书记一次次走进青年学子的“课堂”，谈梦想，论志向，说信仰，做青年前进、追梦路上的领路人。

1970 年 4 月，当我国第一颗人造地球卫星遨游太空时，陕北黄土地上，一名 17 岁的青年，激动万分。40 多年后，当选中共中央总书记后的第一个青年节，习近平来到见证新中国科技强国梦的航天城，参加共青团“实现中国梦、青春勇担当”主题团日活动，聆听广大青年抒发与祖国共奋进、与时代齐发展的青春感受。



“我国青年不懈追求的美好梦想，始终与振兴中华的历史进程紧密相联。”习近平总书记鲜明指出，为实现中华民族伟大复兴的中国梦而奋斗，是中国青年运动的时代主题。

中国梦熠熠生辉，伟大的召唤指引青年怀揣梦想，大步前行。

中国有梦，青春无悔。“把自己的梦和祖国的伟大事业联系在一起，将奋斗的平台放在祖国伟大事业上，才能成就你们的理想。”习近平总书记循循善诱的话语，令广大青年学子收获了关于青春的更多思考。

身处实现“两个一百年”奋斗目标的关键一程，习近平总书记深刻思考青年工作必须回答的时代课题，鲜明提出青年成长应该遵循的价值坐标——自觉践行社会主义核心价值观。

2014年5月4日，习近平总书记来到五四运动策源地北京大学，以“人生的扣子从一开始就要扣好”的生动比喻，指出价值观教育要抓早、抓实的重要性。

一个民族的文明进步，一个国家的发展壮大，需要很多力量来推动，核心价值观是其中最持久最深沉的力量。

青年的价值取向决定了未来整个社会的价值取向。习近平总书记给出“勤学、修德、明辨、笃实”的要求，成为当代青年修身立德的八字箴言。

榜样的力量是无穷的。

1966年，还在上初中的习近平，读到了穆青等同志采写的《县委书记的榜样——焦裕禄》。“这件事一直影响着我。直到我从政，直到我担任县委书记，后来担任总书记，焦裕禄精神一直是一盏明灯。学习焦裕禄精神诠释了中国共产党人的优秀品质。”

2017年五四前夕，在中国政法大学“不忘初心跟党走”主题团日活动中，习近平总书记把自己的“偶像”介绍给了青年们。

“焦裕禄同志的事迹归结到一点，就是坚定跟党走，他一生都在为党分忧、为党添彩。”习近平总书记说，不忘这个初心，是我国广大青年的政治选择，也是我国广大青年的人生航向。

3. 言传身教，不负韶华

以身教者从。习近平总书记结合自己在成长路上的切身感受赠予青年的人生箴言，点燃青春激情，唤醒成长渴望。

总书记以身作则，倡导青年“自找苦吃”——

在延安插队时过跳蚤关、饮食关、生活关、劳动关、思想关。

“我对自己的首要要求就是‘自找苦吃’。”习近平同志常用这句话来自省修身，正己正人。

梁家河大冬天下到粪池里起粪，他干得最多，每次都是第一个主动跳下去抢着干。习近平同志说，只有跨过了劳动关，树立了“自找苦吃”的想法，才能砥砺思想，让你的思想更加靠近老百姓，也让老百姓更加信赖你。

总书记严以律己，激励青年练就过硬本领——



勤奋学习是青春远航的动力，增长本领是青春搏击的能量。

2013年，同各界优秀青年代表座谈时，习近平总书记说：“我到农村插队后，给自己定了一个座右铭，先从修身开始。一物不知，深以为耻，便求知若渴。上山放羊，我揣着书，把羊拴到山岭上，就开始看书。锄地到田头，开始休息一会儿时，我就拿出新华字典记一个字的多种含义，一点一滴积累。我并不觉得农村7年时光被荒废了，很多知识的基础是那时候打下来的。现在条件这么好，大家更要把学习、把自身的本领搞好。”

总书记分享心得，指引青年坚定理想信念——

从青年时期开始，习近平同志就不断接受马克思主义智慧的滋养。

2018年5月，在北京大学考察时，面对一张张朝气蓬勃的面庞，总书记分享了他的读书心得：“那时候，我读了一些马列著作。15岁的我已经有了独立思考能力，在读书过程中通过不断重新审视，达到否定之否定、温故而知新，慢慢觉得马克思主义确实是真理，中国共产党领导确实是人民的选择、历史的选择，我们走的社会主义道路确实是一条必由之路。这种通过自己思考、认识得出的结论，就会坚定不移。”

每每同青年对话，习近平总书记都衷心希望每一个青年都成为社会主义建设者和接班人，不辱时代使命，不负人民期望。

总书记希望青年教师成为打造中华民族“梦之队”的筑梦人；鞭策青年官兵“争当训练尖子、技术能手、精武标兵”；勉励青年劳动者“走技能成才、技能报国之路”……

立足中华民族伟大复兴战略全局和世界百年未有之大变局，把青年一代培养造就成德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人，事关党和国家前途命运。

2021年4月19日，习近平总书记来到清华大学考察，内容涉及美育、创新、体育等多个方面。

一代人有一代人的长征，一代人有一代人的担当。在“两个一百年”奋斗目标和中国梦的指引下，当代青年接过历史的接力棒起跑、冲刺。向着目标奔跑的国家，尽是青春的模样。

资料来源：《人民日报》（2021年05月03日01版），选入本书时有改动。



课后习题详解

1 马克思主义认为，个人与社会是辩证统一的。请你据此谈谈人生的自我价值与社会价值的关系。

【参考答案】（1）个人与社会的辩证关系。马克思主义认为，个人与社会是辩证统一的。人是社会的人，社会是人们相互交往的产物，是人类生活的共同体。马克思指出，“个人是一个特殊的个体，并且正是他的特殊性使他成为一个个体，成为一个现实的、单个的社会存在物”。然而，“人的本质不是单个人所固有的抽象物，在其现实性上，它是一切社会关系的总和”。现实的人总是生活在一定社会关系之中，每个人



都不能离开社会而生存；人的生存和发展受到社会的制约。社会也总是人的社会，由无数个体所组成，离开了人，社会也就不复存在；人在受到社会制约的同时也以自己的实践活动作用于社会。

(2) 自我价值和社会价值的含义。人生价值内在地包含了人生的自我价值和社会价值两个方面。人生的自我价值，是个体的人生活活动对自己的生存和发展所具有的价值，主要表现为对自身物质和精神需要的满足程度。

人生的社会价值，是个体的实践活动对社会、他人所具有的价值。

(3) 自我价值和社会价值的关系。人生的自我价值和社会价值，既相互区别，又密切联系、相互依存。

一方面，人生的自我价值是个体生存和发展的必要条件，人生的自我价值的实现是个体为社会创造更大价值的前提。个体的人生活活动不仅具有满足自我需要的价值属性，还必然地包含着满足社会需要的价值属性。个体通过努力提高自我价值的过程，也是其创造社会价值的过程。另一方面，人生的社会价值是社会存在和发展的重要条件，人生社会价值的实现是个体自我完善、全面发展的保障。没有社会价值，人生的自我价值就无法存在。人是社会的人，这不仅意味着个体物质和精神的需要必须在社会才能得到满足，还意味着以怎样的方式和在多大程度上得到满足也是由社会决定的。

2 青年处于人生道路的起步阶段，在学习、工作、生活方面往往会遇到不少困难和挫折。请你结合自身实际，谈谈如何正确认识和处理好人生矛盾。

【参考答案】青年学生在学习、工作、生活方面往往会遇到不少困难和挫折，也会面对许许多多的矛盾，我们应当以积极的态度去面对生活中的成败得失，积极处理矛盾，将他们转换成人生的财富而不是包袱。

(1) 我们应该以积极客观的心态正确认识人生矛盾。

① 正确看待得与失。要以积极进取的态度去面对生活中的成败得失，使一时的挫折或失败成为人生的财富而不是人生的包袱。

② 正确看待苦与乐。要准确把握苦与乐的辩证关系，继承和发扬吃苦耐劳、自力更生、艰苦奋斗的精神。

③ 正确看待顺与逆。无论是顺境还是逆境，对人生的作用都可能是双面的，关键是怎样去认识和对待它们。

④ 正确看待生与死。生命的历程是一个从生到死的过程，有生必有死，这是恒常不变的自然现象。

⑤ 正确看待荣与辱。要具备正确的荣辱观，明确是非、对错、善恶、美丑的界限。

(2) 应当用自己的学识积极处理人生的矛盾。马克思主义哲学认为，矛盾即对立统一，在一定的条件下是可以相互转化的。而在人生的语境中则意味着，风雨、困苦在一定条件下也可以转化成人生的乐趣。我们应当培养自身吃苦耐劳的精神，向红军学习、向女排姑娘学习、向航天人学习，充分认识到快乐可以由奋斗的艰苦转化而来。



③ 新时代是奋斗者的时代，只有奋斗的人生才称得上幸福的人生。新时代大学生如何成就出彩人生？

【参考答案】新时代是奋斗者的时代，只有在奋斗的过程中才能收获真正的快乐，只有奋斗的人生才能称得上幸福的人生。新时代，大学生想要成就出彩的人生，就必须通过自己的双脚去丈量，通过自己的双手去实践，通过自己的努力不断奋斗。要把自己的小我融入祖国的大我和人民的大我之中，与历史同向、与祖国同行、与人民同在。

（1）与历史同向。历史的车轮滚滚向前，但是从来只会眷顾坚定的奋进者。新时代的大学生应当有正确认识历史方位，正确把握历史方向的能力，尊重并顺应历史和人民的选择，准确把握我国发展所处的重要战略机遇，与时代同步伐，与时代共命运。

（2）与祖国同行。当代大学生不应当只在意自身的个体价值的实现，更应当将自己的人生目标与国家和民族的命运紧密联系在一起，才能最大限度地实现人生价值。当代中国正处于中华民族伟大复兴的关键时期，建成社会主义现代化强国任重道远。当代大学生要正确认识国家和民族赋予的历史使命和时代责任，自觉与国家和民族共奋进、同发展。

（3）与人民同在。人民群众是历史的创造者，是国家的主人。当代大学生应当在为人民群众服务、实现人民群众利益的过程中实现人生价值。只有走与人民群众相结合的道路，向人民群众学习，从人民群众中汲取营养，做中国最广大人民群众根本利益的维护者，才能使自己的人生大有作为。



强化训练

一、单项选择题

1. 马克思指出：“人的本质不是单个人所固有的抽象物，在其现实性上，它是一切（ ）的总和。”
A. 社会关系
B. 人与人的关系
C. 人与动物的关系
D. 交往关系
2. 人生观主要是通过人生目的、人生态度和人生价值等体现出来的。其中回答人为什么活着的是（ ）。
A. 人生目的
B. 人生态度
C. 人生价值
D. 人生道路
3. 人生观中人生价值回答的是（ ）。
A. 人的本质是什么
B. 人应当如何活着
C. 人为什么活着
D. 什么样的人生才有价值

- ## 二、多项选择题

- 35



2. 人生的社会价值和自我价值,既相互区别,又密切联系、相互依存。它们的关系是()。
 - A. 人生自我价值的实现是个体为社会创造更大价值的前提
 - B. 人生社会价值的实现是个体自我完善,全面发展的保障
 - C. 个体通过努力提高自我价值的过程,也是其创造社会价值的过程
 - D. 自我价值的大小取决于社会对自我的满足程度
3. 比较客观、公正、准确地评价社会成员人生价值的大小,除了要掌握科学的标准外,还需要掌握恰当的评价方法,坚持()。
 - A. 能力有大小与贡献须尽力相统一
 - B. 物质贡献与精神贡献相统一
 - C. 完善自身与贡献社会相统一
 - D. 地位与影响相统一
4. 走好人生之路,需要正确认识、处理生活中各种各样的困难和问题。积极进取的人生态度,就是人生要()。
 - A. 认真
 - B. 务实
 - C. 乐观
 - D. 进取
5. 辩证对待人生矛盾,需要树立正确的荣辱观。中国人向来注重荣与辱。以下名言体现出中国人注重荣与辱的有()。
 - A. “知耻近乎勇”
 - B. “无羞恶之心,非人也”
 - C. “礼义廉耻,国之四维”
 - D. “舍生取义”

三、名词解释

1. 人生态度
2. 人生价值
3. 价值观
4. 荣辱观

5. 人生观

6. 人生目的

7. 世界观

四、简答题

1. 简述自我价值与社会价值的关系。
2. 如何正确认识和处理人生矛盾?
3. 新时代大学生如何成就出彩人生?
4. 简述评价人生价值的根本尺度和评价方法。
5. 简述世界观与人生观的关系。
6. 简述人生观与价值观的关系。



五、论述题

1. 论述人生目的、人生态度、人生价值三者间的辩证关系。

2. 论述如何保持积极进取的人生态度。

3. 论述个人与社会的辩证关系。

六、材料分析题

阅读材料，回答问题。

“杂交水稻之父”袁隆平院士：一稻济世 万家粮足

“人就像种子，要做一粒好种子。”这是袁隆平院士生前常说的一句话。他也用一生，为这句话写下了注脚。他是我国研究与发展杂交水稻的开创者，也是世界上第一个成功利用水稻杂种优势的科学家，被誉为“杂交水稻之父”。他冲破传统学术观点的束缚，于1964年开始研究杂交水稻，成功选育了世界上第一个实用高产杂交水稻品种。杂交水稻的成果自1976年起在全国大面积推广应用，使水稻的单产和总产得以大幅度提高。他带领团队开展超级杂交稻攻关，接连实现了大面积示范每公顷10.5吨、12吨、13.5吨、15吨的目标。2020年，又实现了周年亩产稻谷1500千克的攻关目标。

袁隆平院士1981年获得国家发明特等奖，2001年获得首届国家最高科学技术奖，2014年获得国家科学技术进步奖特等奖，2018年被授予“改革先锋”荣誉称号，2019年被授予“共和国勋章”。他还相继获得联合国教科文组织“科学奖”等20余项国内国际大奖。

就是这样一位功勋卓著、誉满全球的大师，一直以来坚持亲自带博士，坚持定期组织课题组研讨和会议，坚持亲自给研究员、普通学生等讲解最新的前沿科技。直到2021年年初，他还坚持在海南三亚的国家南繁科研育种基地开展科研工作。如今，在他的身后，几代年轻的科学家，已经逐渐担当起振兴中国种业的重担。

在位于长沙马坡岭的国家杂交水稻工程技术研究中心，很多新来的研究生第一次见到袁隆平院士都是在稻田。“袁老师经常说，电脑里长不出水稻，书本里也长不出水稻，要种出好水稻必须得下田。”国家杂交水稻研究中心栽培师李建武说，“下田，是他对年轻人的第一位要求，也是他自己一辈子的追求。”

2009年春，本科即将毕业的李建武正在海南三亚的国家南繁科研育种基地实习，恰好



赶上袁隆平院士来查看稻田。在田间，一块长势出众的稻田吸引了袁隆平院士的注意，他立即问身边人这块田是谁种的，大家便把李建武推了出来。正是因为“下田”的本领高强，本科毕业的李建武从很多博士、硕士中脱颖而出，被破格招录为杂交水稻工程技术研究中心的研究人员。“这永远激励着我把论文写在祖国的大地上。”李建武说。

“您去往了星辰，化作那颗编号 8117 的‘袁隆平星’。我们将继承您的遗志，完成您未竟的事业！夜空中最亮的星，将指引我们前行……”国家杂交水稻工程技术研究中心副研究员、《杂交水稻》杂志副主编胡忠孝说，自己出生于湖南郴州莽山山区的农村，是袁隆平院士的精神激励着他选择了农学，激励着他一直向着杂交水稻的前沿探索。“袁老师有一个著名的禾下乘凉梦，那是我父辈的梦想，也是我的梦想。”胡忠孝说，“中国的农民养活着 14 亿人口，我们有责任为农民多做点事，做袁老师梦想的践行者。”

资料来源：《人民日报》（2021 年 05 月 23 日 04 版），入选本书时有改动。

（1）实现人生价值的主客观条件有哪些？

（2）联系自身情况，谈谈如何实现自我价值与社会价值的统一。



参考答案及解析