



山西省社会学学会教育文化专业委员会 协办

第184期 投稿邮箱:kxsb_box@163.com 国内统一刊号 CN14-0015 邮发代号:21-1030 网址:http://www.xdxzw.com.cn

本期话题

怎么定性一个好的人生

策划 李恒灵

导读：信德集团行政主席兼董事总经理何超琼曾在采访中提出两个观点。一个观点是“用财富计算人生的价值很可悲”。她表示，一个人如果只能用一个数字去评价，说明这个人并不很厉害或是有很高的价值，这样去计算人生太悲惨了。她希望到时候很多人评价她时会说：“我认识这个人，我跟他接触之后，她给予我一些启发。”她认为这是一个人内心更强大、更富有的表现。另一个观点是“定性一个好的人生的标准在于你的

人生对其他人有没有意义”。因为人是社会的一部分，都与社会有一个连接点。所以人应该为更多人供应机会，这不是一个慈善概念，是一个大同的想法，是中国人独特的、千年来的智慧。

那么，究竟怎样的人生才可以被定义为一个好的人生？财富为什么不能作为衡量人生的价值？“好人生”的体现有哪些？我们应该怎么做才能有一个“好人生”？本期将就这些问题一一讨论。



什么是好的人生？

什么是好的人生？这是一个没有标准答案的问题，因为每个人对于“好”的定义都有所不同。然而，尽管标准各异，但仍有一些普遍的元素可以帮助我们定性一个好的人生。

一个好的人生，首先应当是有意義的。这意味着我们的生命不是在浑浑噩噩中度过，而是有明确的目标和追求。这个目标不必宏伟，或许是成为一名优秀的教师，培育桃李；或许是成为一名贴心的护士，救死扶伤；又或许只是经营好一个温馨的家庭，让爱常伴左右。无论大小，只要能让我们感到自己的存在有价值，能为社会、为他人带来哪怕一点点的积极影响，那么这样的人生就是有意義的。

积极向上的心态也是好人生的必备条件。生活中难免会遇到挫折和困难，如果我们总是抱怨、消沉，那么即使身处顺境，也难以感受到幸福。相反，拥有乐观、坚韧的心态，能让我们在困境中看到希望，在挫折中学会成长。这种心态使我们能够以平和的心境面对人生的起伏，始终保持对生活的热爱，从而发现生活中的美好与快乐。

健康同样是好人生不可或缺的重要组成部分。没有健康的身体，我们就无法尽情地追求梦想、享受生活；没有健康的心理，我们可能会被焦虑、抑郁等负面情绪所困扰，失去感受幸福的能力。因此，注重身体锻炼，保持良好的生活习惯，同时关注内心的需求，学会调节情绪、释放压力，才能为好的人生打下坚实的基础。

良好的人际关系也是衡量好人生的重要标准之一。亲情、友情和爱情是生活中最珍贵的财富，它们给予我们支持、陪伴和温暖。与家人和睦相处，与朋友真诚相待，与爱人相互理解、相互扶持，能让我们在情感上得到满足，感受到人性的美好。在与人交往中，学会理解、包容和尊重他人，不仅能提升我们的人际关系质量，也能丰富我们的人生阅历。

不断学习和成长是定性好人生的一个重要方面。时代在不断进步，知识在不断更新，如果我们停滞不前，就会被社会淘汰。通过学习新的知识和

技能，我们可以开阔视野、提升自己，拥有更多的选择和机会。而且，学习的过程本身就是一种充实和满足，它让我们的人生更加丰富多彩。

最后，一个好的人生应该是遵循内心、真实而自由的。不随波逐流，不被他人的期待和社会的标准所束缚，勇敢地做自己喜欢的事，成为自己想成为的人。在这个纷繁复杂的世界里，保持内心的宁静和清醒，坚守自己的原则和底线，才能活出真正属于自己的精彩人生。

总之，定性一个好的人生并非取决于金钱的多少、地位的高低，而是在于是否活得有意义、心态是否积极、身体是否健康、人际关系是否和谐、是否不断成长以及是否真实自由。当我们在人生的道路上努力追求并实现这些元素时，就能拥有一个令自己满意的好人生。

莫以财富论人生价值

财富，常被视为成功和价值的象征。在当今社会，许多人将拥有财富的多少作为衡量人生价值的标准。然而，以财富计算人生的价值是一种极其可悲的观念。

以财富来衡量人生价值，会使人陷入无尽的欲望和焦虑之中。当一个人的目标仅仅是追逐金钱和物质，那么他将永远不会满足。无论积累了多少财富，总会觉得不够，这种心态会让人的心灵永远处于饥渴状态，无法感受到真正的满足和幸福。财富的增长可能带来一时的快乐，但这种快乐往往是短暂而表面的，无法触及内心深处对人生意义的追求。

用财富计算人生价值，会导致人性的扭曲和道德的沦丧。为了获取更多的财富，一些人可能会不择手段，抛弃诚信、善良、正直等美好品质。他们可能会欺骗、剥削他人，甚至违法犯罪。在这种对财富的疯狂追求中，人的灵魂被腐蚀，人性的光辉被掩盖，最终成为金钱的奴隶，失去了作为人的尊严和底线。

真正的人生价值，在于对社会的贡献、对他人的帮助以及个人内心的成长和充实。那些为了科学事业奉献一生的科学家，他们的价值不是用财富可

以衡量的。他们的研究成果推动了人类社会的进步，造福了无数的后代；那些默默奉献在教育一线的教师，他们培养了一代又一代的人才，他们的价值在于塑造了未来的希望；那些勇敢的志愿者，在灾难面前挺身而出，在贫困地区奉献爱心，他们的价值在于传递了温暖和善良。

一个人的人生价值还体现在其精神世界的丰富和内心的宁静。当我们追求知识、追求艺术、追求真善美的时候，我们的内心会变得充实而强大。即使没有巨额的财富，我们依然可以拥有丰富而有意义的人生。相反，如果仅仅以财富来定义自己的价值，那么在失去财富的时候，就很容易感到人生的空虚和无意义。

财富只是生活的一部分，而不是全部。它可以为我们提供物质上的享受，但无法给予我们内心的满足和人生的真谛。我们应当摒弃以财富计算人生价值的可悲观念，去追求更加真实、更加有意义的人生。让我们用爱、用奉献、用智慧去书写属于自己的精彩篇章，让人生的价值在无私的付出和美好的品质中得以彰显。这样的人生，才是真正有价值、值得骄傲的人生。

追求不被定义的“好人生”

对于许多人来说，功成名就或许是好人生的一种体现。拥有显赫的地位、丰厚的财富和广泛的声誉，似乎标志着人生的成功。然而，大学教授可能会提醒我们，这只是人生的一种外在表现，真正的好人生不应仅仅依赖于这些物质和虚荣的标准。若将功成名就视为唯一的追求，当繁华落尽，内心可能会陷入无尽的空虚。

那么，一个好的人生是否在于实现个人的梦想与目标呢？追逐梦想的过程无疑是充满激情和动力的，它赋予我们生活的方向和意义。但教授也许会指出，梦想的实现并非终点，而是一个不断前行和探索的过程。如果过于执着于目标的达成，而忽视了沿途的风景和成长，那么即使实现了梦想，也可能感到失落。

或许，一个好的人生在于拥有真挚的情感和良好的人际关系。亲情、友情和爱情，如同生活中的温暖阳光，给予我们力量和安慰。与亲人分享欢乐，与朋友共渡难关，与爱人相互陪伴，这些情感的交流和连接让人生变得丰富而有意义。大学教授可能会强调，关爱他人、懂得付出和珍惜身边的人，是构建好人生的重要基石。

又或者，好的人生在于内心的平静与满足。无论外界如何喧嚣和变幻，能够保持一颗平和的心，对自己所拥有的感到知足，不被贪婪和欲望所驱使，便能在平凡的日子里找到幸福。教授也许会告诉我们，学会欣赏生活中的小美好，感恩每一个微小的瞬间，这种内心的宁静和满足是无法用外在的标准来衡量的。

定性一个好的人生并非取决于单一的因素，而是多种元素的融合与平衡。它需要我们在追求物质成功的同时，不忘关注内心的成长；在追逐梦想的道路上，珍惜身边的人和事；在面对纷繁世界时，坚守内心的平静与善良。

一个好的人生，是一场自我实现与奉献社会的和谐共舞，是一段不断探索与领悟的心灵之旅，是一份对生活的热爱和对生命的敬畏。当我们在人生的道路上不断思考、不断前行，或许就能逐渐找到属于自己对于“好人生”的定义。

太原综合高级中学教研团队赴永济中学等校研修学习

科学导报讯 12月7日，太原市综合高级中学由副校长徐飞带队，教研组组织教研组长团队一行11人奔赴永济中学和永济市第三中学，开启了为期两天的一场干货满满的参观学习研修之旅。

一踏入永济中学，大家便被这所底蕴深厚的校园吸引。校园布局规整大气，绿树成荫，教学楼错落有致，无声诉说着学校的辉煌过往与育人理念。永济市第三中学则别具一格，现代化设施与人文关怀完美融合。校园里随处可见南方植株，小桥回廊为莘莘学子提供优美的学习环境。参观两校校史馆让老师们真切领略到了校园浓厚的文化氛围。

深入课堂听课，更是让老师们眼前一亮。永济中学的课堂上，授课老师凭借精妙的教学设计，将知识点层层拆解，学生们思维活跃，小组讨论热火朝天，课堂互动精彩纷呈；永济市第三中学同样毫不逊色，老师们紧扣高考考点，教学方法多元，巧用实例，让晦涩知识瞬间变得通俗易懂，引得教研团队的听课老师纷纷点头称赞。

评课议课环节更是思维碰撞的高光时刻。教师们围坐一堂，坦诚交流，教研团的老师们积极分享听课心得；永济的老师也毫无保留，答疑解惑，为教学难点给出新思路，双方共同探寻教学的最优解。

(闫珊)

太原市小店区九一小南中环校区劳动技能大赛 展示学子风采

科学导报讯 12月18日下午，太原市小店区九一小南中环校区举行了“劳动励心智 实践促成长”劳动技能大赛活动。

率先上场的一年级学生进行的是整理书包的比拼。只见参赛选手们迅速有条理地将书包收拾好，穿好自己的衣服，背上书包，拎上水壶，动作利落；二年级学生紧张有序地展开了“我会自己穿衣服”的比赛，培养了他们的耐心和细心；三年级的学生在剪纸比赛中，亮出自己的看家本领，充分发挥创意；四年级以各班级为单位制作自己心里最有创意的水果拼盘，呈现了一个个赏心悦目的作品；五年级学生在缝沙包比赛中，从选择布料到完成封口，在劳动中体会到亲手缝沙包的乐趣。

比赛结束，学校举办了颁奖仪式。通过此次劳动比赛，学生们在“劳”中成长，“动”中学习，提高了学生生活自理能力，强化了劳动意识。

(张敏 李丽)

介休市彦博小学

聚焦学为中心 构建生本课堂

科学导报讯 在新课标理念的引领下，近日，介休市彦博小学积极开展“聚焦学为中心 构建生本课堂”主题活动，教研室精心规划，校领导深入课堂，老师们全力以赴，共同踏上这教育的逐梦之旅。活动在林宗书院校区、二中校区和穆家堡校区依次展开。

林宗书院校区五六年级的老师们，聚焦学科核心素养，深入研讨大单元任务群教学，他们就像一群智慧的工匠，精心雕琢着知识的璞玉，以智慧凝聚力量，让知识问题化、问题活动化、活动整合化。

二中校区的年轻教师们，青春洋溢，热情满满，借展示暨赛课活动的舞台，反复磨砺，他们如同初升的朝阳，充满希望与活力，以多样教法、精心情境，像温暖的春风吹拂着求知的田野，引领学生互动成长。

穆家堡校区的老师们则践行新理念，深入学生，以评促教，于听评课中谦虚好学，他们宛如辛勤的蜜蜂，在教研的花园里采摘花蜜，营造出浓厚的教研氛围，为教育的花园增添了绚丽的色彩。

各学科评课活动有序进行。教师们齐聚，共话教学得失，既肯定大单元教学的优势，又为问题建言献策。

此次121赛课教研活动，恰似桥梁，连通教与学；如明灯，照亮教育路。彦博小学的教师们将以课堂为诗画，以创新为舟楫，奏响教育最强音，扬帆远航，为学生的未来铸就坚实基础。

(闫珊)



网易山西
科教频道



扫码可查询论文



现代教育
校长微信公众号



现代教育
周刊数字报



现代教育
微博



现代教育
投稿微信号



立媒报业公众号



校园新动向



现代教育
今日头条

本版组稿

闫珊 李丽 张敏