法律行为是指具有法律效力的人类行为，而法律意识是人们对法律规范及其作用的认知和感知。法律行为和法律意识相互作用、相互促进。一方面，法律行为是法律意识的体现，是人们在法律规范的指引下所做出的行为；另一方面，法律行为可以促进人们的法律意识的形成和提高，通过法律实践，人们可以更好地理解法律规范的作用和意义，增强对法律的尊重和信仰。因此，法律行为和法律意识的关系密切，互为因果，相互影响，共同推动着法治社会的建设。