标题：身体和头脑的关系不外乎这5种

开头：身体和头脑的关系不外乎这5种：

正文：1有行动+无反思=动物

2无行动+有反思=优柔寡断

3有行动+行动后反思=普通人

4有行动+行动前反思=智者

5有行动+行动前、中、后反思=AlphaGo

黑格尔《逻辑学》：对事物本质的认识→对事物存在的认识的扬弃→从直接性认识上升到间接性认识→经过“辩证否定”向更加丰富和深刻的本质“变和过渡”的“无限运动”→反思

结尾：反思、反思、反思

百利无一害