

图书基本信息

书名：<<青少年核心价值观教育读本·生命卷>>

13位ISBN编号：9787563932528

10位ISBN编号：7563932526

出版时间：2012-10

出版时间：北京工业大学出版社

作者：李丹

页数：243

字数：216000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

前言

青少年拥有人生最美好的光阴，正处在生命力最旺盛的“青葱”岁月，应谊学会认识生命和善待生命。

生命具有偶然性和必然性。

生命是脆弱的、是唯一的。

生命具有时间有限性，所以生命又是宝贵的。

生命是一个奇迹。

生命是神圣的。

生命现的主题是追求幸福。

生命价值是自我价值和社会价值的辩证统一。

生命的意义在于奉献。

生命具有伟大的力量。

青少年在平凡的生活中，要正确诠释生命的力量，好好活着，做有意义的事。

同时，青少年还应做到珍惜时间，学会感恩、学会欣赏，提高自身的素质和修养，宽以待人、严于律己，建立良好的人际关系。

为构建和谐社会出一份力。

青少年要学会面对生活的挫折与痛苦，勇于承受痛苦，超越痛苦，才能获得幸福。

健康是幸福生活的前提和基础，对青少年而言，不仅要具备生理健康，同时还应该具备心理健康，保持身心健康的统一。

青少年要科学地、理性地防御疾病，并且在日常生活中形成良好的生活习惯。

在生死抉择面前。

青少年要树立正确的价值取向。

正确认识生命，珍爱生命，有更高尚的精神追求。

青少年还要防范各种危险，培养生存意识和提高生存能力。

青少年是祖国的未来和希望，要树立远大的理想，远离生命的误区，同时，根据自己的特点，选择适合自己的成才之路。

有的青少年不理解生命的存在价值和意义，淡漠了对生命的敬意，甚至轻生或剥夺他人的生命，他们迫切需要认识生命、尊重生命、热爱生命、珍惜生命，树立正确的生命观和价值观。

因此。

让我们打开这本书，一起来认识生命、热爱生命。

亲爱的青少年朋友们，愿你们拥有一个丰盛的生命。

当你们老去时，回顾此生。

能看到自己的梦想开花结果——这就是本书编委会对你们所有人的期望！

内容概要

生命是神圣而宝贵的，人生的意义和价值就是在生命的机制中完成和成就的。

李丹主编的《青少年核心价值观教育读本(生命卷)》立足于青少年核心价值观的构建。着眼于青少年的健康成长，以生命的核心价值观为中心，紧密联系青少年成长的细节和特点，从生命的含义、价值以及如何珍视生命、善待生命等诸多方面入手，详尽而细致地阐释了青少年对待生命应持有的态度和立场。

翻开这本《青少年核心价值观教育读本(生命卷)》，可以让青少年对生命有一个深入而科学的认识，最大程度地提升青少年的生存能力，培养青少年的生存意识。

书籍目录

- 第一章 认识生命，善待生命
 - 第一节 生命不只是偶然
 - 第二节 生命具有时间有限性
 - 第三节 生命的质量与意义
 - 第四节 善用此生，丰富生活内涵
 - 第五节 善待生命，生活更精彩
- 第二章 生命具有神圣性，敬畏生命
 - 第一节 生命是一个奇迹
 - 第二节 生命具有神圣性
 - 第三节 生命具有唯一性
 - 第四节 对生命的态度决定一切：敬畏生命
- 第三章 追求幸福是生命的主题
 - 第一节 生命观与生命价值
 - 第二节 生命观的主题
 - 第三节 正确理解幸福的含义
 - 第四节 如何化解痛苦，获得幸福
- 第四章 建构合理的生死观
 - 第一节 “怕死”是人性使然
 - 第二节 中国古今生死观
 - 第三节 人的生命具有三重性
 - 第四节 构建合理的生死观
- 第五章 健康成长，防御疾病
 - 第一节 何谓健康
 - 第二节 生理健康与心理健康要保持统一
 - 第三节 如何防御疾病
 - 第四节 健康生活的原则和常识
- 第六章 学会欣赏，提高生命境界
 - 第一节 欣赏是一种美德
 - 第二节 欣赏需要大境界、大智慧
 - 第三节 欣赏别人才能宽以待人
 - 第四节 学会欣赏有利于人际交往
- 第七章 创造生命的价值与辉煌
 - 第一节 生命具有伟大的力量
 - 第二节 青少年需要提高自身素质
 - 第三节 具备高尚的道德是成功人生的基础
 - 第四节 勇于创新，乐于奉献
- 第八章 走出生命的误区
 - 第一节 远离毒品
 - 第二节 自杀不能解决任何问题
 - 第三节 拒绝校园暴力
 - 第四节 过早恋爱，带来的只有苦涩
- 第九章 防范危险，珍惜生命
 - 第一节 认识生存危机
 - 第二节 强化生存意识
 - 第三节 培养生存能力

第四节 学会生存
参考文献

章节摘录

第一节生命不只是偶然 每个人都会对生命产生焦虑和思索：生命是什么？

生命从哪里来？

每个民族的文化对生命的起源都有自己的解释。

无论是从生命的起源、生物进化的角度，还是从人的生命的特点来看，生命都具有偶然性，同时还具有必然性。

一、有关生命的思索 生命是一个严肃的命题。

几乎每一个人都会对这一命题提出疑问，也许是在闲暇的时候，也许是在疲惫的时候，也许是在面壁沉思的时候。

总之我们会忍不住问：生命究竟是什么？

我从哪里来？

中国是一个文明古国，有着几千年的历史文明。

自古以来，就有“盘古开天”的神话。

传说宇宙一开始只是一团混沌，像一个巨大的鸡蛋。

后来这个“鸡蛋”中孕育出了第一个生命，就是盘古。

盘古生在黑暗团中，因为不能忍受黑暗，遂用神斧劈向四方，逐渐使天空高远，大地辽阔。

为了不让天地重新合并，他继续施展法术。

每当盘古的身体长高一尺，天空就随之增高一尺，经过近万年的努力，盘古变成一位顶天立地的巨人，而天空也升得高不可及，大地也变得厚实无比。

这就是中国神话中天地的由来。

有了天地，才有了“女娲造人”，才有了世间的一切生灵。

天主教和基督教认为，世间的一切都是来自上帝。

在他们眼中，上帝创造了太阳，给我们日光；创造了月亮和星星，使晚上也有光亮；创造了地球，给人类居住。

上帝还创造了天使，创造了人类，总之上帝创造了世间的万物。

1835年，生物学家达尔文来到加拉帕戈斯群岛，发现每个小岛间的生物，不论是鸟类，还是蜥蜴、象龟等，都有相同之处。

达尔文疑惑了，开始思考。

他认为各岛间生物的差异是由于觅食环境的不同而产生的。

回国之后，他提出影响生物界一百多年的“物种起源”假说。

主张进化论的人认为，物竞天择，适者生存，而人类是由猿猴进化来的。

这些说法不一而足，但都体现了我们人类对于生命这一主题的遐想，这些主观的和客观的观点都表明我们对生命有着深深的焦虑和深刻的思索。

作为青少年的你们，也一定会有同样的想法，甚至会像个孩童似的问：“我到底从哪里来？”

当我们刚刚有了记忆的时候就会问：“妈妈，我是从哪里来的？”

有的家长会说你是从大山沟里抱来的，有的会说你是从垃圾桶里捡来的，有的家长会说：“爸爸给了妈妈一粒种子，妈妈把种子吃到肚子里就怀孕了，然后就生下了你。”

当我们稍大一点的时候，就会从书本上了解到，生命的孕育最初是由一个细胞开始的。

细胞分化分裂后，在母体内渐渐成熟，然后经过“十月怀胎”，最后“一朝分娩”。

从出生的那一刻起，我们要经历成长、生病、衰老及至死亡。

我们的生命来自母亲，是母亲赋予我们生命，那么母亲的生命又来自哪里？

生命到底从哪里来？

生命是什么？

在我们的周围到处都是生命，包括动物、植物、微生物等。

地球上已命名的生物约有180万种，现有物种有500万~1000万种。

我们自己也是生物，每天同生物打交道已经成为每个人生活的主要内容，我们对此已习以为常。

尽管每个民族的文化对世界、生物和人类起源都有自己的解释，但是《僻海》从生命科学的角度对生命一词做了解释：“由高分子的核酸蛋白体和其他物质组成的生物体所具有的特有现象。能利用外界的物质形成自己的身体和繁衍后代，按照遗传的特点生长、发育、运动，在环境变化时常表现出适应环境的能力。

”在19世纪，恩格斯曾提出了著名的生命定义：“生命是蛋白体的存在方式，这个存在方式的基本因素在于和它周围的外部自然界的不断地新陈代谢，而且这种新陈代谢一停止，生命就随之停止，结果便是蛋白质的分解。

”生命的本质是蛋白质的这一看法，曾得到了人们的认同。

但是20世纪50年代以后，DNA双螺旋结构的发现及其遗传功能的研究进展改变了这一看法，人们开始把具有自我复制和携带有遗传信息的核酸看做是生命的分子基础。

生命哲学则认为，“生命是世界的绝对的、无限的本原，它跟物质和意识不同，是积极地、多样地、永恒地运动着的。

生命不能用感觉或逻辑思维来认识，只能靠直觉或体验来把握”。

总之，到目前为止，人们对生命的定义还没有达成共识。

人类的生命现象本身的涵盖太广，它似乎无所不在，无穷无尽，这就决定了人们只能从某一特定的层面或角度来对它加以把握和研究。

我们青少年应该这样认识生命：人的生命是自身繁殖、生长发育、新陈代谢、遗传变异以及对刺激的反应等复合现象。

它有自然属性和社会属性，是自然生命和价值生命的统一体，人力求在生存与意义之间寻找平衡，以此来完满生命。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>