



红河卫校“三生教育”校本系列教材



珍惜生命 热爱生活

张程山 主 编

云南大学出版社
YUNNAN UNIVERSITY PRESS

编委会名单

主 任 张程山

副 主 任 周林毅 左 强 张志昌 吉好利 饶培辉

主 编 张程山

执 行 主 编 刘汉尧

执行副主编 刘 毅

委 员 (以姓氏笔画为序)

王 方 刘冉丹 肖春红 杨雅麟 张晓红

张 星 陈云梅 范 瑜 邱 林

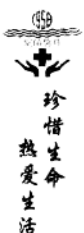
序

面向 21 世纪,全面提高大中小学生的素质,已成为每一个国家教育发展战略的核心。20 世纪 90 年代以来,世界各国把加强和改进素质教育作为面向 21 世纪的重要目标,其地位和作用日益受到重视。美国《2000 年教育目标》把对学生进行良好品德的教育,定为八大教育目标的重要内容;日本在《21 世纪的教育目标》中明确提出:“只有重视思想素质的培养,才能保证人才的健康成长。”在我国,胡锦涛总书记在党的十七大报告中明确提出:“要全面贯彻党的教育方针,坚持育人为本、德育为先,实施素质教育,提高教育现代化水平,培养德智体美全面发展的社会主义建设者和接班人,办好人民满意的教育”。温家宝总理在国家科教领导小组会议上的讲话中也要求:“学生不仅要学会知识,还要学会动手,学会动脑,学会做事,学会生存,学会与别人共同生活,这是整个教育和教学改革的内容”,“要围绕加强素质教育、多出人才,转变教育观念,深化教育改革”。

目前,素质教育在大中小学和幼儿园已蓬勃发展,但其中开展“三生教育”仍处于探索阶段。所谓“三生教育”,就是要通过教育的力量,使受教育者接受生命教育、生存教育和生活教育(以下简称“三生教育”),树立正确的生命观、生存观、生活观的主体认知和行为过程,也就是要通过整合学校教育、家庭教育、社会教育的力量,激发学生的主体认知和行为实践,最终达到帮助学生确立正确的世界观、人生观、价值观的目标过程。“三生教育”是素质教育的新探索,是素质教育的重要环节,是素质教育建设的一个有效途径,只要坚持正确方向,加强制度建设,强化基本环节,扎实推进工作,“三生教育”一定会成为新时期全面推进素质教育的新支点。

2005 年,作为北京市政协委员的中国人民大学附属中学校长刘彭芝曾提交了“将生命教育纳入中小学课程的提案”,并在中国人民大学附属中学积极推行生命教育。

经过多年思考和探索,2008 年初云南省教育厅厅长罗崇敏提出在省内各级各类学校实施“三生教育”。2008 年 5 月正式向社会公布,受到广泛关注。2008 年秋季学期开始,“三生教育”已在云南省全省范围内作为各级各类学校的必修或限定选修课走进课堂,并建立了几十个“三生教育”试点单位,红河卫校被确定为云南省“三生教育”示范学校之一。罗崇敏厅长对“三生教育”的内容和目的是这样阐述的:通过生命教育,帮助学生认识生命,尊重生命,珍爱生命,主动、积极、健康地发展生命,实现自然生命、精神生命和社会生命的价值;通过生存教育,帮助学生学习生存知识,提高生存能力,保护生存环境,把握生存规律,培养生存意志;通过生活教育,帮助学生认知生活,热爱生活,幸



福生活，最终使现实的个体生命、生存和生活转化为理想的社会生命、社会生存和社会生活。

2009年5月29日，中国教育学会、中央教育科学研究所、中国社科院哲学研究所、云南省教育厅在人民大会堂联合主办了“中国生命生存生活教育论坛”。主办方相关领导及应邀与会的百余位嘉宾就“三生教育”展开研讨。“‘三生教育’为素质教育找到了切入点，使以人为本在教育中得以具体的实现。”中共中央党校教授韩庆祥这样评价。

华中科技大学党委副书记欧阳康说：“云南省教育界积极开展的‘生命、生存和生活’教育，把当代青少年的生命理解、生存技能和生活态度问题鲜明地纳入到各类教育体系，使之成为当代教育的重要内容，有非常直接的针对性，对于中国高等教育的当代发展也有非常重要的启示。”同时，他现身说法，“自己作为一名哲学教授曾主管学生工作，本以为踏进大学的学生应该至少明白自己生命的价值，结果发现实现了‘考上大学的梦想’之后，学生普遍对生命价值的判断又回到原点，很多问题凸显出来。大学生的生命向两极发展，一些学生积极进取，收获丰硕，为未来走向社会奠定了基础；一些学生消沉迷失，虚度年华甚至犯罪堕落，给家庭、学校和社会都造成了伤害。所以，对于生命教育在基础教育阶段要全面展开，打好基础，同时希望能引入大学。生命教育不应仅限于教育界，社会、家庭都要承担起生命教育的责任。”

学生素质的提高，从来不可能一蹴而就，孩子的心，就像春天的泥土，播什么种就发什么芽，学生心性纯净时，通过“三生教育”，能够让他们懂得珍惜生命，爱己、爱人、爱社会、也爱大自然，而且能够积极努力，追求生命的理想，并从中发展生命的智慧及对生命的终极关怀，展现生命意义与永恒的价值。

本书以“认识生命、珍惜生命；挑战生存、学会生存；科学生活、高雅生活”为基本逻辑框架，彰显医学院校“三生教育”的特点，阐述“三生教育”的基本理念，有自己的特色和视角。

作者

2009年8月

目 录

第一章 生命的价值	(1)
第一节 生命的价值.....	(1)
第二节 生命的价值在于奉献.....	(4)
第三节 生命的物质价值和精神价值.....	(5)
第二章 两性生殖系统	(8)
第一节 两性生殖系统解剖.....	(8)
第二节 两性性征	(10)
第三章 生命的孕育	(12)
第一节 受精、受精卵发育	(12)
第二节 胚胎、胎儿的发育	(14)
第三节 妊娠期母体的变化	(18)
第四节 分娩的艰辛和潜在危险	(18)
第四章 性传播感染及防范	(20)
第一节 性病的传播途径	(20)
第二节 常见性病的传播及预防	(21)
第三节 艾滋病的传播与预防	(23)
第四节 安全套的使用	(25)
第五节 性病的危害	(26)
第五章 动物咬螫伤的处理	(27)
第一节 蛇咬伤的处理	(27)
第二节 昆虫螫伤的处理	(29)
第三节 狗(猫)咬伤的处理	(30)



第六章 常见传染病健康教育	(32)
第一节 呼吸道传染病及预防	(32)
第二节 肠道传染病及预防	(34)
第七章 食物中毒及预防	(36)
第一节 中毒食品	(36)
第二节 食物中毒的处理	(36)
第八章 灾害事件防范	(38)
第一节 地震灾害及应急措施	(38)
第二节 滑坡及应急措施	(40)
第三节 泥石流灾害及预防措施	(41)
第四节 火灾及自救方法	(43)
第五节 电击及预防措施	(46)
第六节 雷击及预防措施	(49)
第七节 溺水急救	(50)
第八节 中暑处理	(53)
第九章 创伤急救	(55)
第一节 概 述	(55)
第二节 出血急救	(55)
第十章 心理卫生	(62)
第一节 心理卫生概论	(62)
第二节 应激与心身健康	(65)
第三节 心理咨询与心理治疗	(70)
第十一章 心理健康教育	(77)
第一节 健康新观念	(77)
第二节 健康教育	(79)
第十二章 青春期性心理	(87)
第一节 青春期性心理特点	(87)
第二节 青春期的性误区	(89)

第十三章 女性怎样保护自己	(93)
第一节 女性为什么常成为性侵犯的对象	(93)
第二节 女性受性侵犯的常见形式	(93)
第三节 女性如何避免性侵犯	(95)
第十四章 认识生存环境	(99)
第一节 认识自然环境	(99)
第二节 人与自然和谐发展	(102)
第三节 从小事做起 保护环境	(103)
第十五章 认识社会环境	(105)
第一节 人口与就业的压力	(105)
第二节 我们面临的挑战	(107)
第十六章 认识家庭环境	(112)
第一节 家庭环境的影响	(112)
第二节 创设良好的家庭环境	(114)
第十七章 营造良好的心灵环境	(116)
第一节 接受既定的事实	(116)
第二节 事不伤人人自伤	(117)
第三节 收拾心情, 让快乐成为一种习惯	(119)
第四节 如果错了, 马上承认	(120)
第五节 放弃仇恨	(121)
第六节 宽容待人	(122)
第七节 生命中最重要的是今天	(124)
第八节 适时服输, 学会害怕	(125)
第九节 摒弃浮躁, 让心灵安个家	(127)
第十八章 加强学习与实践 提高个人生存技能	(129)
第一节 智者无畏——知识改变命运	(129)
第二节 行者无疆——在实践中锻炼成才	(130)
第三节 贤者无忧——以贤德立身于世	(133)
第四节 新型职业的引领——自主创业	(136)
第五节 辉煌的结果来源于艰辛的过程	(138)



第十九章 多姿多彩的人类生活	(141)
第一节 我国人民生活的基本状况.....	(141)
第二节 人类生活的发展趋势.....	(142)
第三节 科学生活.....	(144)
第二十章 规范生活	(147)
第一节 用道德规范生活.....	(147)
第二节 用法律规范生活.....	(151)
第三节 用纪律规范生活.....	(166)
第二十一章 科学生活	(168)
第一节 选择科学的生活方式.....	(168)
第二节 用科学方法和科学手段提高生活质量.....	(174)
第三节 科学处理好与人类生活相关的各种关系.....	(175)
第二十二章 高雅生活	(180)
第一节 生活不能仅仅停留在物质层面.....	(180)
第二节 以艺术陶冶生活 靠心理健康保证生活质量.....	(182)
第三节 有情趣地生活.....	(184)
第二十三章 幸福生活	(186)
第一节 诚 信.....	(186)
第二节 友 善.....	(188)
第三节 拼 搏.....	(189)
第四节 快 乐.....	(190)
后 记	(193)
参考文献	(195)

第一章 生命的价值

人的生命价值是人的价值的重要组成部分。人作为有生命的存在物，但又不同于一般生命，因为一般生命只具有“物”的价值，而人的生命却具有“生命价值”。“5·12”大地震，让我们看到了，在强大的自然面前，生命是脆弱的；在绝望的困境中，生命是顽强的，即使是病痛缠身、心力交瘁，我们也为生命的价值而坚持，为生命的价值而战！然而当今社会上，许多人对生命却抱有冷漠的态度，苛待和残害生命的现象相当严重。翻开报纸，几乎每天都有凶杀案的报道，其中一些作案缘由的微小与一条命的价值惊人地不相称。尤其令人担忧的是，对生命冷漠的病菌也侵蚀了孩子们的心灵，校园暴力、青少年凶杀犯罪的案例明显增多。与此同时，孩子们对自己的生命也不知珍惜，中学生、大学生、研究生自杀成了多发现象。

难道走进 21 世纪，人的生命价值已经打折？什么是生命的价值？在平凡的岗位上如何实现生命的价值？相信许多人在思考，许多人在追求，也有许多人感到困惑迷茫。有句广告说得好：思想有多远，我们就能走多远。一个人的价值取向决定人生的奋斗目标，也是人生进步的动力所在。

第一节 生命的价值

一、价值与生命价值观

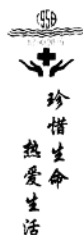
1. 价值。

价值一般分为物的价值和人的价值。物的价值属于经济学范畴，人的价值属于伦理学、社会学、人生哲学的范畴。

价值是反映主体和客体的双边关系，由主体的需要和客体有用属性满足两者的关系而构成。

2. 生命价值观。

生命价值观是人们对生命的意义和实践活动进行认识和评价时所持的基本观点和观念。迄今为止，人类历史上出现过三种不同的生命价值观：一是生命神圣论，认为“生命是神圣不可侵犯的，具有至高无上的价值”，并“无条件地主张尊重生命和关爱生命”。这种生命价值观易导致片面追求生命数量，而忽视生命质量。同时，过度强调生命神圣不



可侵犯，也不利于医学研究的开展，在一定程度上阻碍了医学科学的进一步发展。二是生命质量论，主张“以人的体能和智能等自然素质的高低、优劣为依据，衡量生命对自身、他人和社会存在的价值”。对生命的关注由生命存在的数量转向对生命质量的追求，这不仅适应了人类生存发展的需要，为人类控制人口过度增长而采取避孕、流产、节育等措施提供了道德支持，而且为医务人员对不同生命质量的病人采取不同的治疗方式提供了一定的道德取舍标准。同时也有利于实现医疗卫生资源的合理配置，符合现代医学科学的长远发展。然而，仅以生命质量的高低为标准来对生命存在加以取舍，实际上抹杀了生命的神圣性，在一定程度上降低了人们对生命的敬畏感，而且只看到了生命的自然属性，忽视了生命的社会属性，不可避免地带有了一定的历史局限性。三是生命价值论，它主张以生命价值为标准来衡量生命存在的意义，强调生命对他人、社会的贡献，体现了生命内在价值和外在价值的统一，把生命的神圣性建立在生命的质量和生命的价值辩证统一之上，成为现代生命伦理学的核心理念，它是对前两种生命价值观的扬弃。^①

生命价值观以人生活中客体 and 主体的价值关系为反映对象，在价值观念体系中居于深层次、核心的地位，对主体的行为有着根本的导向作用。

二、生命价值的内涵

1. 生命的自我价值。

生命的自我价值是指生命活动对自身存在和发展的满足，即自己满足自己需要的关系。人是社会的存在物，作为在社会关系中存在的人，其个人的自我价值就是社会价值在个人身上的体现。

2. 生命的社会价值。

生命的社会价值是指生命存在对他人和社会的存在和发展的满足，即作为客体的人满足作为主体的人的需要的关系，主要表现为人通过劳动创造，对社会和人民所作的贡献。

3. 生命的价值是自我价值和社会价值的统一。

首先，生命的自我价值和社会价值是同时并存，不可偏废的，不可能只有一方而没有另一方。其次，生命的自我价值必须与社会价值相结合，并通过社会价值表现出来。人只有把自己同社会 and 他人联系起来，积极地为社会 and 他人作贡献，才能实现自我价值。生命是最基本的价值，但是生命价值的大小取决于生命的社会价值，生命活动对他人 and 社会的贡献越大，其价值就越大。

所以人作为有生命的存在物，生命的价值并不仅仅是为了活着，而是为了更好地活着，在充实生活的每一个瞬间，创造生命的价值。

三、思考和正确选择生命价值的目标

当我们面临个人与社会、自我与他人、希望与现实、愿望与可能、未来与当前等等许

^① 陆树程、朱晨静：《敬畏生命与生命价值观》，《社会科学》2008年第2期。

多关系和矛盾的时候，应该怎样处理这些关系和矛盾？应该怎样生活、成长和前进？这时候我们不得不严肃地认真思考：怎样做才是正确的，怎样才能使自己的生命有价值。

1. 珍爱生命，热爱生活。

生命是人生最珍贵的基石，它是来之不易的，是享受一切权利的基础，是创造有意义人生的前提和基础。没有了生命，一切都无从谈起。

2. 生命在于奋斗。

学习时，为一个高分需要不断奋斗；工作中，为了一个好业绩需要不断奋斗；生活里，为了一个好品质需要不断奋斗。可以说，人的一生，为了更好地生存和发展，总是奋斗不息。

3. 生命在于坚持。

因为坚持，人学会了说话、走路；因为坚持，我们逐渐长大成熟；因为坚持，无数困难在你面前知难而退；因为坚持，辛劳和汗水换来了胜利；因为坚持……可见，生命离不开坚持，生命需要持之以恒。

4. 生命是一杯酒。

生命是浓是淡？是甜是苦？是醉是醒？一切皆看作为调酒师的你的口味和技艺。

所以，生命的价值首先体现在对生活具有热情，对逆境具有勇气，对生命具有热爱，善待生命，绝不放弃。善待生命，不仅要善待自己的生命，还包括善待他人的生命；善待生命，不仅表现在身体健康和身处顺境之时，还应表现在有身体缺陷和身处逆境之时；善待生命，要增强自我保护意识，掌握一些自我保护常识，提高自我保护能力；善待生命，还应爱护和尊重他人的生命；善待生命，不仅是自己和他人生存发展的需要，也是衡量一个人文明程度的重要标志。

总之，生命是短暂的，要好好珍惜才是，生命对每个人都只有一次，认真过好每一天，命运可以通过个人的努力奋斗来改变。每个人要根据自己的个性，发挥自己的优势，选择一条适合自己的、独特的成才之路，展示自己的风采，为社会贡献自己的智慧和才能。

知识链接

相传万神之王宙斯的儿子十八岁即将独立生活，那一年开始思考人生道路应该怎样走，有一天，当他坐在十字路口沉思这个问题时，恰好迎面来了两个高大的妇女，一个名字叫“享受”，首先上来对他说：假如你选择我做你的朋友，那么我将指引你走一条最舒适的道路。在那里你不用参加任何战斗和艰苦的劳动，就可以得到丰盛的美餐和各种肉感的满足，你快跟我走吧！这时另一个名叫“美德”的妇女也到了跟前对他说：我不是用怠惰的快乐来引诱你，只是告诉你，人不经历努力和辛苦，神是不会使他有所收获的。假如你愿意收获就必须耕种。选择这条路虽然是艰难的，但以后的幸福却是属于你的。宙斯的儿子经过反复思考，选择了“美德”指引的人生之路，最后终于成为了一个了不起的英雄。

这个故事告诉我们，自觉思考生命价值不仅是创造有价值的人生重要条件，也是人走向成熟的重要标志。

第二节 生命的价值在于奉献

生命的价值在于什么？在于奉献，大多数人对这样一句话可能都会脱口而出。然而，对于什么是奉献？奉献是一个在物质层面上可以量化的概念，还是一个精神层面的概念？市场经济条件下怎样评价奉献？很多人的认识并不十分清楚。

一、生命的价值为什么在于奉献？

1. 在社会发展过程中，只有每个社会成员都为它提供财富，社会才能根据这些财富的总和，扣除社会所需部分，然后满足每个人享受的需要。因此说，贡献是享受的前提。

2. 作为公民，在个人和社会关系上，必须承担一定的权利和义务，权利和义务两者相互依存，密不可分，是互为条件的，一般来说，起支配的决定作用方面是义务而不是权利，人们能够提供的贡献的水平决定人们能够享受的水平。

3. 人生最崇高的价值是为无产阶级和全人类的解放事业作出贡献。在我国，首先要为建设富强、文明、民主的社会主义现代化国家而奋斗。

4. 自我价值是在实现社会价值的过程中实现的，只有当个人奉献了社会，为社会创造了价值，社会才会给予个人相应的回报。个人只有奉献社会，为社会创造价值，才会在劳动的过程中感受自己的智慧、才能，才能实现自身的精神价值。

个人对社会的贡献是生命价值的基本标志。时代呼唤奉献精神，大力弘扬奉献精神。人人都乐于对他人奉献，对社会奉献，是社会的进步，也是现代人应有的品质。

二、生命的价值如何奉献？

1. 奉献的含义和表现。

奉献是一种自我牺牲，是一种道德上极为崇高的境界。判断奉献与否，就是要看是否包含着自我牺牲的因素；没有自我牺牲，就不能算做奉献。

众多劳动者在本职岗位上工作，为整个社会创造价值，但如果没有对个人利益的自觉舍弃，恐怕不能称之为“奉献”。李大钊为追求真理而捐躯，白求恩为人类正义而殉职，董存瑞为人民解放而牺牲，邓稼先为科学事业而献身，雷锋将有限的生命投入无限的为人民服务之中，徐虎走街串户解市民之难，吴天祥将万家忧乐挂在心头……以上种种，哪个不是自我牺牲的体现？奉献者并非没有为自身利益打算的考虑。他们只是不局限于这种利益，因而成就了奉献。

我们的社会需要人们在某些时刻、某些场合作出奉献。比如：在疫魔横行的时候，我们期待着医护人员作出奉献；在国家危亡的时候，我们会期望着仁人志士作出奉献。或许

在某些时候，我们自己也会被期待着选择牺牲，作出奉献。

2. 怎样奉献？

也许你们会说：“我要是碰上一件能使我的生命有价值的事就好了，否则，我一个普通的人，能创造出什么有价值的东西呢？”是的，同学们，我们都是普通的人，谁也没有呼风唤雨的神奇，谁也没有摧枯拉朽的力量。但我们不能就此否定生命的价值。也许正因为普通、因为平凡，生命的价值才更加伟大。

普通人做好自己力所能及的事，就是用自己的所作所为作奉献。只要有心，奉献随处可见。当妻子独自挑起家庭重担，却还鼓励着电话线另一端边防守卫的丈夫时；当小伙子或姑娘不得不放开恋人的手，让作为医生、护士的她或他走上抗“非典”一线时；当年迈的父母或微笑或含泪，目送子女走上各自的岗位时；当“非典”肆虐时大街上的人们通过口罩上各种有趣的图案表达一种乐观与力量时，他们或许根本就没有想到“奉献”一词，却在无形中也做到了一种奉献。

以“衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴”的精神来追求真理，是奉献；用“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干”的态度去工作，是奉献；拿“横眉冷对千夫指，俯首甘为孺子牛”的气度去斗争，是奉献；有“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”的决心，也是奉献。在“奉献”的旗帜上我们可以从身边的小事做起，从现在做起，在平凡的实践中创造。

人们在生活中往往不是难以奉献，而是不会奉献。其实奉献就在我们身边：农民在农田里辛勤劳动，生产粮食；工人在工厂里一丝不苟地工作，生产我们的各种生活用品；老师在灯下细心地备课，批改作业；冬天，清洁工人一大早就开始在马路上清扫垃圾……我们可以这样做：搀扶老人过马路；热心回答别人的问路；节约用水，出门关灯；不让垃圾污染我们的校园；关心同学，乐于助人；在家里帮助父母做些家务活，减轻他们的负担；见面的一两句问候；一个对不相识人的微笑……我们每一个人脚踏实地在平凡的岗位上做好了本职工作，那就是在创造和奉献！这样的生命才会精彩，这样的人生才有价值。

第三节 生命的物质价值和精神价值

1982年7月11日，中国人民解放军第四军医大学学生、共产党员张华为抢救一个沼气中毒落入粪池的老农，光荣地献出自己年轻的生命。事情发生后，全国上下广大青年掀起了学习张华事迹的热潮。可是有人却说：一个风华正茂的大学生，为了抢救一个普通农民而牺牲，是“金子”换了“石头”，太不值得了。这种观点对不对？

这件事情虽已过去了二十几年，但二十几年后的今天，在市场经济的大环境下，我们重新讨论这个问题是否还有意义？衡量生命价值的尺度应该是什么？

一、衡量生命价值的标准

生命的真正价值在于对社会的贡献。个人对社会的贡献是多方面的，但归根到底是物质价值和精神价值两种形式。

(1) 生命的物质价值：生命活动在物质方面所具有的意义。

(2) 生命的精神价值：生命活动在精神方面所具有的意义。

生命的物质价值与精神价值具有辩证关系。物质价值为人们创造精神价值提供了物质条件和实践的经验，构成精神价值的基础；精神价值为物质价值的创造提供精神支柱和强大的精神动力，而且在一定条件下，精神价值可以转化为物质价值。人们创造的精神产品以及为社会贡献的思想境界、劳动态度和为人民服务的精神，对社会的影响尤为深刻，能够对提高劳动者的素质起到持久的激励作用，如果能为社会群众所具备，转化为群体意识，乃至成为民族精神的一部分，对社会将产生无法估量的物质力量。这是因为，先进的事迹、高尚的情操能够教育和激励有志者在自己的岗位上奋发努力，开拓进取，创造出比先进人物本人多得多的物质贡献。在社会生活中，一些英雄人物在他人生命危在旦夕、国家财产面临威胁的紧急关头，挺身而出，有的还献出了年轻的生命。从这些英雄本人来看，他们也许没有为社会作出更多的物质贡献，但他们的英勇事迹和崇高精神境界激励了广大有志者，促使他们在自己的岗位上奋发努力，因而也就创造了比个人更多的物质财富。“感动中国”2006年度人物之一的“微尘”，起初只是青岛一位数次捐款不留姓名的普通市民，但他慷慨解囊扶贫济困的无私奉献精神却影响了更多的人以“微尘”的名义奉献爱心，使“微尘”成为青岛一个体现爱心的公益品牌，同时也激励了青岛乃至全国劳动者以更加努力的工作来回报社会、奉献社会。这正是精神力量的体现。

所以不仅要承认奉献是评价生命价值最重要的标准，而且还要全面认识奉献的内容。

二、正确看待生命的物质价值和精神价值

衡量一个人的生命价值，既要看他在物质文明方面对社会的贡献，又要看他在精神文明、思想道德等方面对社会的贡献，特别要重视精神方面的贡献，至于哪一方面的贡献大一些，突出一些，则是因人而异的。对此爱因斯坦有着深刻的认识：“一个人对社会的价值首先取决于他的感情、思想和行动对增进人类利益有多大的作用。”所以，他在《悼念玛丽·居里》一文中提出，我们在悼念像居里夫人这样崇高的人物时，不能仅仅满足于回忆她的工作成果对人类所作的贡献，更要看到她对于时代和历史进程的意义，看到在其道德品质方面，也许比单纯的才智成就还要大。针对青年人对物质贡献和精神贡献的认识误区，爱因斯坦指出：“现在这一代人往往注意我们发明什么，有哪些著作，实际上我们这些人的道德行为对世界的影响从某种意义上来讲更大。”

2008年5月12日14时28分在四川汶川爆发的地震震撼了全中国，人们的家园顷刻间被夷为平地，一瞬间将许许多多生命推离人世，许多幸福的家庭变得支离破碎，许多孩

子成了孤儿，就在地震发生的几个小时内所有的中国人都被震惊了，全中国和整个世界的眼光都移向这个平日里默默无闻的地区，中共中央立即下达指示成立了抗震救灾指挥中心，全中国即刻动员起来，一场众志成城抗震救灾的行动全面展开。

地震震碎了我们的家园，让千千万万中国同胞失去了生命，把我们创造的物质财富付诸东流，但它没有震碎我们的心，它给这个世界留下了一种精神，为中华的历史抒写了一部永恒的篇章，在物质与精神之间我们看到了物质的脆弱与精神的坚韧，脆弱的生命或许经不起这样一次强烈的震动，但是仍有许多生命在震动中创造了生命的奇迹，摆脱了死神的考验，仍有许多生命用精神捍卫生存的权利，留给世人一幕幕感动。在这场灾难中我们发现了精神的重要性，如果没了精神再失去物质我们就什么都没了，所以在创造物质的同时我们更需要培养一种精神，物质没了我们还可以继续创造，只要我们还有创造的精神。生命因为有精神的存在而变得永恒！

据相关媒体报道，2007年8月2日，浏阳市淳口镇13岁男孩易威，因突发颅内大出血引发脑死亡，孩子的父母接受孩子脑死亡这一事实之后，善良的父母选择了无偿捐赠器官给需要帮助的人。8月7日，通过多名专家鉴定，已脑死亡的孩子完成了多器官捐献，分别挽救了6名患者。

很多人都会为这对父母无私的行为鼓掌喝彩，称赞他们用自己孩子挽救了更多人的生命。可回到村子的他们，却遭到了村民的唾骂，“扔下孩子”、“拿孩子器官去卖钱”这种声音不断，给这对父母带来了格外的精神压力。爱子之心，是天下所有父母的天性，中年丧子的痛苦恐怕只有他们心中最清楚，别人是无法感受到这种情感的，当他们想用自己死去孩子的生命挽救更多人生命之际，却遭到了不公平的流言飞语，淳朴的父母又如何能接受这个窘境呢？难道他们真的错了吗？

人的价值的实现即是自我的实现，通俗地讲就是事业的归宿，对社会贡献应有之力。这是我们所渴望的。

追求个人价值与追求社会价值、追求物质价值与追求精神价值应该是统一的。马克思曾经说过：“思想”一旦离开“利益”，就一定会使自己出丑。贫穷不是社会主义。社会主义的根本目的，是使广大人民群众过上富裕幸福的生活。为此，必须放手让一切劳动、知识、技术、管理和资本的活力竞相迸发，让一切创造社会财富的源泉充分涌流，以造福于人民。同时，社会主义又是全面发展、全面进步的社会，致力于促进人的全面发展。一个民族，物质上不能贫困，精神上也不能贫困，只有物质和精神都富有的民族才具有强大的生命力和凝聚力；一个人，只有坚持追求物质价值和精神价值的统一，生命才有价值和意义，才能获得真正的幸福，进而实现全面发展。

亲爱的朋友们，让我们行动起来吧！勇于创造，乐于奉献，让我们的生命更有价值！让我们的青春更加美丽！

第二章 两性生殖系统

第一节 两性生殖系统解剖

一、男性生殖器解剖

男性生殖系统由内、外生殖器两个部分组成。外生殖器包括阴囊和阴茎；内生殖器包括生殖腺体（睾丸）、排精管道（附睾、输精管、射精管和尿道）以及附属腺体（精囊腺、前列腺和尿道球腺）。

（一）男性外生殖器

1. 阴茎。阴茎由两个阴茎海绵体和一个尿道海绵体组成。阴茎头又称龟头，尿道外口在其顶部。龟头及阴茎颈部对性刺激极为敏感。阴茎是性交器官，兼有排尿和射精的功能。

2. 尿道。尿道全长约 18 ~ 22 厘米，内口连着膀胱，外口在阴茎的龟头上，是排尿和排精的通道。

3. 阴囊。阴囊有保护睾丸、调节体温，有利于精子产生和贮存的功能。

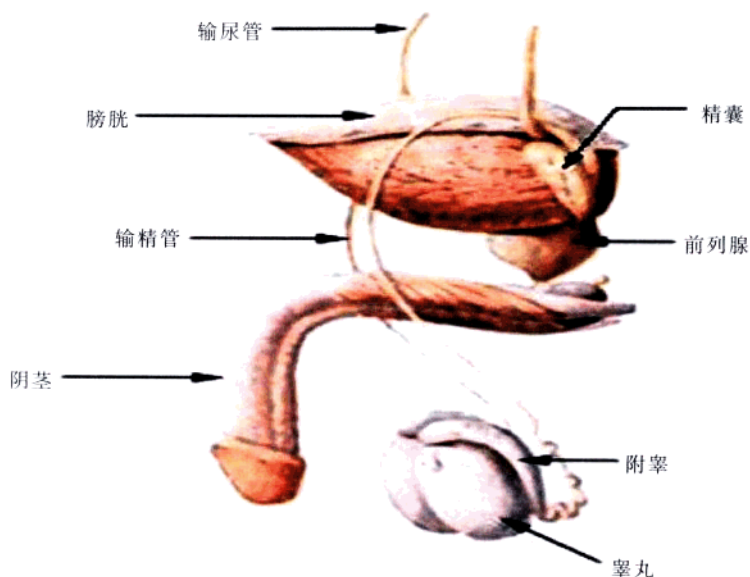
（二）男性内生殖器

1. 睾丸。睾丸在阴囊内，左右各一，呈卵圆形，是产生精子和分泌男性激素的内分泌腺体。

2. 附睾。附睾位于睾丸的后上方，左右各一，睾丸产生的精子通过输出管，贮存在附睾内。

3. 输精管。输精管左右各一，是输送精子的管道。

4. 前列腺、精囊腺、尿道球腺是三个副性腺，开口于尿道，它们的分泌物和精液是由睾丸产生的精子和由前列腺、精囊腺、尿道球腺等所分泌的液体（统称精浆）共同组成。

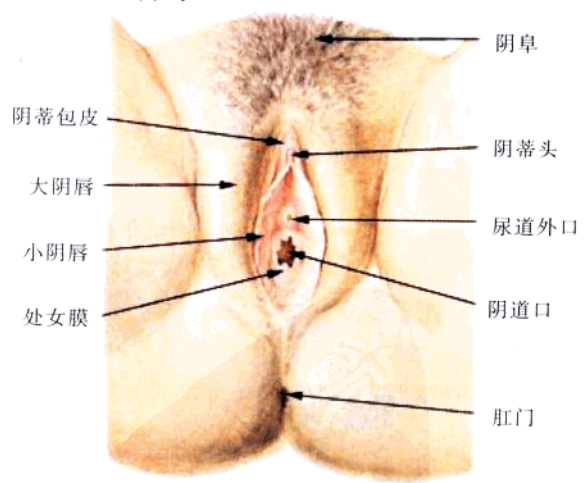


男性生殖器解剖

二、女性生殖器解剖

(一) 女性外生殖器解剖

女性外生殖器是指生殖器官的外露部分，又称外阴，包括大阴唇、小阴唇、阴蒂、阴道前庭部和前庭大腺及处女膜。外阴部有大阴唇和小阴唇，两小阴唇之间为阴裂。阴裂中上方有尿道口；下方是阴道口。小阴唇两侧的前方融合，包绕阴蒂。阴蒂头富于神经末梢，极为敏感，是性感最强的部位。



女性外生殖器解剖