

生如夏花

大学生 生命教育学概论

常素芳 李 明 ◎ 主编

这就是生命

无时无刻不在延续

清华大学出版社



生如夏花

大学生生命教育学概论

常素芳 李 明 ◎ 主编

卢慧勇 毛少华 师彦洁 雷 童 王琳琳 ◎ 编著

清华大学出版社
北 京

内 容 简 介

本书共 11 章,分理论篇和实践篇两大部分,内容涉及大学生生命教育的方方面面。理论篇:生命概述、生命教育、大学生生命教育概述;实践篇:敬畏绚烂生命——大学生生命观、明确生命的归宿——大学生生命价值观、体验快乐情绪——大学生心理健康观、描绘生命的色彩——大学生情感观、探寻生命的意义——大学生幸福观、确立生命的信仰——大学生挫折观、创造生命的和谐——大学生应急意识、承担生命的责任——大学生生死观。每章都以学习目标和案例导入开始,引起学生学习兴趣。每章内容后面都设置了问题与讨论、实训练习和拓展阅读等环节,使大学生生命教育教学过程融知识性、趣味性、教育性、体验性于一体。

本书适合普通高等院校教学使用,也可以开展生命教育专题讲座的形式供学生自学,还是大学辅导员、班级导师展开生命教育的必备读本,同时也适合关心大学生生命成长的家长和其他生命教育工作者阅读。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。

版权所有,侵权必究。侵权举报电话:010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

生如夏花:大学生生命教育学概论/常素芳,李明主编. —北京:清华大学出版社,2017
ISBN 978-7-302-44943-0

I. ①生… II. ①常… ②李… III. ①生命哲学—教学研究—高等学校 IV. ①B083

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 208309 号

责任编辑:孟毅新

封面设计:傅瑞学

责任校对:袁 芳

责任印制:李红英

出版发行:清华大学出版社

网 址: <http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址:北京清华大学学研大厦 A 座

邮 编:100084

社 总 机:010-62770175

邮 购:010-62786544

投稿与读者服务:010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质量反馈:010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

课件下载: <http://www.tup.com.cn>, 010-62770175-4278

印 装 者:清华大学印刷厂

经 销:全国新华书店

开 本:185mm×260mm

印 张:17.25

字 数:413 千字

版 次:2017 年 4 月第 1 版

印 次:2017 年 4 月第 1 次印刷

印 数:1~2500

定 价:39.80 元

产品编号:069791-01

前言

泰戈尔说过：“教育的目的应当是向人类传送生命的气息。”大学生是实现中华民族伟大复兴中国梦的主力军，是未来中国特色社会主义建设的主力军。对大学生进行生命教育是以生命影响生命、以生命成就生命的事业，是伴随大学生生存和发展的全过程需要关注的重要问题。做好大学生的生命教育，不仅可以推动教育的功利化转向注重对大学生人文精神的培育，也可以促进大学生身心健康水平和综合素质的提高。

本书针对当前在校大学生的智力成长与青春发育特点，为有目的、有计划地对大学生系统开展生命教育而组织编写。本书分理论篇和实践篇两大部分，从生命教育的概述和相关理论谈起，向读者介绍了生命意识、生命价值观、心理健康观、情感观、幸福观、挫折观、应急意识和生死观等专题，涉及大学生生命教育的方方面面，内容系统完整、教育性强，适合普通高等院校教学使用，也可以开展生命教育专题讲座的形式供学生自学，还是大学辅导员、班级导师展开生命教育的必备读本，同时也适合关心大学生生命成长的家长和其他生命教育工作者阅读。

本书共 11 章，由常素芳、卢慧勇统稿。其中，第 4 章、第 6 章由常素芳编写；第 9 章由李明、王琳琳编写；第 5 章、第 8 章由卢慧勇编写；第 1 章、第 2 章由毛少华编写；第 7 章、第 11 章由师彦洁编写；第 3 章、第 10 章由雷童编写。

本书在编写过程中，参阅了大量国内外关于大学生生命教育的文献资料，在此，对这些文献资料的作者致谢。由于编者水平有限，书中难免有不当之处，敬请读者指正！

编 者

2017 年 1 月

理 论 篇

第 1 章 生命概述	3
1.1 生命的意蕴	4
1.1.1 生命的阐释	4
1.1.2 人的生命构成	4
1.2 生命的内涵及特征	9
1.2.1 生命的内涵	9
1.2.2 生命的特征	10
1.3 中西方文化中的生命意蕴	14
1.3.1 中国传统文化中对生命的解读	14
1.3.2 西方哲学中的生命	16
问题与讨论	22
实训练习	22
拓展阅读	22
第 2 章 生命教育	24
2.1 生命教育的背景及原因	25
2.2 我国生命教育的迫切性	32
2.2.1 生命教育意识的缺失	32
2.2.2 教育的本真使命被挤压	32
2.2.3 生命教育活动的缺失	33
2.2.4 开展生命教育的重要性	33
2.3 生命教育的意蕴	35
2.3.1 生命教育的含义	35
2.3.2 生命教育的内容的维度与层次	36
2.4 生命教育的价值取向与目标	40
2.4.1 生命教育价值取向分类	41
2.4.2 生命教育的目标	42
问题与讨论	44

实训练习	44
拓展阅读	44
第3章 大学生生命教育概述	47
3.1 大学生生命教育界说	48
3.1.1 大学生生命教育的发展	48
3.1.2 大学生生命教育的内涵	50
3.1.3 大学生生命教育的特点	53
3.1.4 大学生生命教育的意义	53
3.2 大学生生命教育的目标	54
3.2.1 认知目标	54
3.2.2 情感态度目标	55
3.2.3 行为技能目标	57
3.3 大学生生命教育的原则	57
3.3.1 存在性原则	58
3.3.2 差异性原则	58
3.3.3 情感性原则	58
3.3.4 超越性原则	59
3.3.5 实践性原则	59
问题与讨论	59
实训练习	59
拓展阅读	64

实 践 篇

第4章 敬畏绚烂生命——大学生生命观	73
4.1 大学生生命意识	73
4.1.1 生命意识的内涵	73
4.1.2 大学生生命意识的内涵	75
4.1.3 大学生生命意识的表现	75
4.1.4 大学生生命意识的特点	79
4.2 大学生生命意识现状及存在的问题	80
4.2.1 大学生生命意识的现状	80
4.2.2 大学生生命意识存在的问题	81
4.3 大学生生命意识的影响因素	83
4.3.1 社会因素	84
4.3.2 学校因素	84
4.3.3 家庭因素	84
4.3.4 大学生个人的因素	85

4.4 大学生生命意识的培养·····	86
4.4.1 培养正确的思想观念和积极的情感体验 ·····	86
4.4.2 优化环境 ·····	92
问题与讨论 ·····	95
实训练习 ·····	95
拓展阅读 ·····	97
 第5章 明确生命的归宿——大学生生命价值观·····	103
5.1 大学生生命价值观的内涵与本质 ·····	103
5.1.1 生命价值的诠释·····	103
5.1.2 生命价值观教育·····	106
5.2 大学生生命价值观现状 ·····	108
5.2.1 大学生生命价值观的积极方面·····	108
5.2.2 大学生生命价值观的主要问题 ·····	109
5.2.3 影响大学生生命价值观的因素·····	109
5.3 大学生确立正确生命价值观的途径 ·····	114
5.3.1 大学生生命价值观教育的基本原则·····	114
5.3.2 大学生树立正确生命价值观的具体方法·····	117
问题与讨论·····	120
实训练习·····	120
拓展阅读·····	121
 第6章 体验快乐情绪——大学生心理健康观 ·····	124
6.1 大学生心理健康 ·····	124
6.1.1 大学生心理健康的内涵·····	124
6.1.2 大学生的心理发展特点与心理健康内涵·····	126
6.1.3 大学生心理健康的表现·····	128
6.2 大学生心理健康现状及存在的问题 ·····	130
6.2.1 大学生心理健康的现状·····	130
6.2.2 大学生心理健康存在的问题·····	130
6.3 大学生心理健康的影响因素 ·····	135
6.3.1 社会因素·····	135
6.3.2 学校因素·····	136
6.3.3 家庭因素·····	136
6.3.4 自身因素·····	136
6.4 大学生健康心理观的培养 ·····	137
6.4.1 积极的社会支持·····	137
6.4.2 高校要积极开展大学生心理健康教育·····	138
6.4.3 大学生要自觉培养健康的心理·····	140

问题与讨论·····	146
实训练习·····	146
拓展阅读·····	150
第7章 描绘生命的色彩——大学生情感观 ·····	153
7.1 大学生情感观的内涵与本质·····	154
7.1.1 情感观含义·····	154
7.1.2 情感观本质·····	154
7.1.3 情感观内容·····	154
7.2 大学生情感观现状·····	159
7.2.1 亲情观现状·····	159
7.2.2 友情观现状·····	162
7.2.3 爱情观现状·····	164
7.3 大学生树立正确情感观的途径·····	168
7.3.1 大学生确立正确亲情观的途径·····	169
7.3.2 大学生确立正确友情观的途径·····	170
7.3.3 大学生树立正确爱情观的方法·····	171
问题与讨论·····	172
实训练习·····	173
拓展阅读·····	174
第8章 探寻生命的意义——大学生幸福观 ·····	177
8.1 大学生幸福观的内涵与本质·····	177
8.1.1 幸福观的内涵·····	178
8.1.2 幸福观的本质·····	181
8.1.3 马克思主义幸福观的基本内容·····	182
8.2 大学生幸福观现状·····	184
8.2.1 大学生幸福观的现状调查·····	184
8.2.2 大学生幸福观存在的问题·····	185
8.2.3 大学生幸福观现状的原因·····	186
8.2.4 加强大学生幸福观教育的重要意义·····	188
8.3 大学生确立正确幸福观的途径·····	189
8.3.1 高校要加强幸福观教育·····	189
8.3.2 大学生应学会正确追求幸福·····	190
问题与讨论·····	191
实训练习·····	191
拓展阅读·····	194

第9章 确立生命的信仰——大学生挫折观	199
9.1 大学生挫折观的内涵与本质	200
9.1.1 挫折的含义	200
9.1.2 挫折的特点	200
9.1.3 挫折的内涵	201
9.1.4 挫折的反应	201
9.1.5 受挫后的心理防御机制	206
9.2 大学生挫折观的现状	211
9.2.1 大学生常见的挫折	211
9.2.2 大学生挫折观现状的特点	213
9.2.3 大学生挫折教育发展的现状	213
9.3 大学生确立正确挫折观的途径	214
9.3.1 正确认知挫折与自我、树立正确的挫折观	214
9.3.2 合理创设挫折情境、加强抗挫意志磨练	215
9.3.3 多渠道普及心理知识、帮助学生学会自我调适	215
9.3.4 多学科融合、丰富教育途径	215
9.3.5 注重教育示范、增强学生战胜挫折的信心	216
9.3.6 学校、家庭、社会三位一体形成良好的教育机制	216
9.3.7 构建专业型、综合性挫折教育模式	216
问题与讨论	216
实训练习	216
拓展阅读	217
第10章 创造生命的和谐——大学生应急意识	221
10.1 大学生应急意识	222
10.1.1 大学生应急意识的含义	222
10.1.2 大学生应急意识教育的意义	223
10.1.3 生命教育对于大学生应急意识发展的必要性	224
10.2 大学生应急意识的现状	224
10.2.1 大学生突发事件应急意识的现状分析	224
10.2.2 大学生应急意识缺乏的原因	226
10.3 大学生确立正确应急意识的途径	228
10.3.1 加强危机意识教育、培养大学生应急意识	228
10.3.2 提高抗压能力、完善大学生身心素质	228
10.3.3 融合实践训练、提高大学生应急能力	230
问题与讨论	230
实训练习	230
拓展阅读	234

第 11 章 承担生命的责任——大学生生死观	242
11.1 大学生生死观	242
11.1.1 生死的基本概念	242
11.1.2 生死本质	243
11.1.3 生死观概念及内容	243
11.1.4 死亡心理	244
11.1.5 生死智慧	245
11.1.6 大学生生死观概述	248
11.2 大学生生死观现状	249
11.2.1 大学生生死观现状与特点	249
11.2.2 大学生生死观特点	250
11.2.3 大学生生死观偏差现状	251
11.2.4 大学生生死观出现偏差的原因	253
11.3 大学生确立正确生死观的途径	254
11.3.1 大学生生死观的影响因素	255
11.3.2 确立生死观的途径	256
问题与讨论	258
实训练习	258
拓展阅读	259
参考文献	262

理 论 篇

- 第 1 章 生命概述
- 第 2 章 生命教育
- 第 3 章 大学生生命教育概述

生命概述

无数连环缀成的一个精致的长链，近旁的与天边的紧紧相连，眼睛读出它将何往的谶语，玫瑰说出了天地间全部的语言，一只小虫奋力生成为人，越过了自然的所有峰巅。

——爱默生

学习目标

- (1) 了解生命的起源、意义与价值。
- (2) 认识生命的特征及意义。
- (3) 了解中西方文化中生命的含义。

案例导入

生命的价值

——不要让昨日的沮丧令明天的梦想黯然失色

在一次讨论会上，一位著名的演说家没讲一句开场白，手里却高举着一张 20 美元的钞票。

面对会议室里的 200 个人，他问：“谁要这 20 美元？”一只只手举了起来。他接着说：“我打算把这 20 美元送给你们中的一位，但在这之前，请允许我做一件事。”他说着将钞票揉成一团，然后问：“谁还要？”仍有人举起手来。他又说：“那么，假如我这样做又会怎么样呢？”他把钞票扔到地上，又踏上一只脚，并且用脚碾它。而后他拾起钞票，钞票已变得又脏又皱。“现在谁还要？”还是有人举起手来。

“朋友们，你们已经上了一堂很有意义的课。无论我如何对待那张钞票，你们还是想要它，因为它并没有贬值，它依旧值 20 美元。人生路上，我们会无数次被自己的决定或碰到的逆境击倒、欺凌甚至碾得粉身碎骨，我们觉得自己似乎一文不值。但无论发生什么，或将要发生什么，在上帝的眼中，你们永远不会丧失价值。在他看来，肮脏或洁净，衣着齐整或不齐整，你们依然是无价之宝。”

这个故事告诉我们：生命的价值不会因外力而改变，也不仰仗我们结交的人物，而是取决于我们本身！我们是独特的——永远不要忘记这一点！

1.1 生命的意蕴

1.1.1 生命的阐释

生命是一个奇迹,至今为止,人类探测的宇宙星球中只有地球有生命,生命是大自然的馈赠,生命是大自然不断演变进化的结果,人们对生命的认识经历了漫长的历史过程,古今中外不同学科对它的解释不尽相同。

从生物学的角度看,生命是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殖后代,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。也可以定义为生命是生物体所表现出来的自身繁殖、生长发育、新陈代谢、遗传变异以及对刺激产生反应等的一种复合现象。

从生命哲学的角度看,生命是生物的组成部分,是生物具有的生存发展性质和能力,是生物的生长、繁殖、代谢、应激、进化、运动、行为表现出来的生存发展意识,是人类通过认识实践活动从生物中发现、界定、彰显、抽取出来的具体事物和抽象事物。恩格斯在《反杜林论》中指出:“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的新陈代谢,而且这种新陈代谢一旦停止,生命就随之停止,结果便是蛋白体的分解。”无论从生命哲学角度还是生物学角度,生命的定义都在认同一点:“自我更新与发展”是生命的本质含义,任何生命在其存在的每一瞬间,都在不断地调节自身内部的各种机能状况,调整自身与外在环境的关系,以求得进步与发展。概括地说,广义的生命应包括自然界的一切生命,即人之生命和自然环境中一切动物、植物的生命。狭义的生命就是指人的生命。

人的生命是上天的恩赐,是大自然的赠品,我们的生命是父母给予的,但我们不是父母的私有财产,也不要绝对认为生命是自己的,我们也无权处理或者放弃自己的生命。你想过没有,我们父母的生命从哪儿来的,我们父母的父母的生命又是从哪儿来的,你们思考过吗?我们是谁?我们从哪里来?我们到哪里去?你们思考过吗?思考的意义在于敬畏生命、珍爱生命,生命如同四季,也有春夏秋冬的轮回,春天你播种理想和希望,只要不吝啬你的汗水和劳动,你的理想和希望就会在夏日里茁壮成长,你才会有一个沉甸甸的丰收的秋季,到了冬季,你才会坦然宁静拥抱自己人生的冬季,欣慰地回归到生命的来处。

1.1.2 人的生命构成

人的生命由三个因素构成,即物质因素、精神因素和社会性因素。历史唯物主义认为,人的生命具有多重属性,其中最主要的是自然属性和社会属性。社会属性是人最主要、最根本的属性,它是决定人之所以是人的最根本的东西。生命的自然活动主要包括新陈代谢、生长、发育、遗传、变异、感应、运动等。生命的社会活动包括感知社会、角色扮演、人际交往、求学择业、社会竞争等。

人的生命有以下几种形态。

(1) 生物性生命,即人首先是作为自然生理性的肉体生命而存在的,这是生命的基本属性。

(2) 精神性生命。人之所以为人就在于人有高于动物的意识活动,有超越生物性生命的精神世界。人不但要思考如何活下来,还要思考如何更好地生活。只要人在世界上存在一天,大脑就不会停止思考,人类就要创造、超越,就要更好地认识世界、改造世界。

(3) 价值性生命。每个人在一生中都要思考诸如“为何活着”的问题,这就是人对于生命意义发自内心的追问,是人对价值生命的一种诉求。人的价值性生命为人的生存夯实了根基,加足了动力,以至于可以好好地生存在这世界。

人的生命处于自然环境、自我世界和社会环境等复杂的系统之中,是一个由多种因素交织而构成的特殊存在物,因此我们将人的生命分为自然生命、精神生命和社会生命,从三个维度来剖析生命的结构。

1. 自然生命

自然生命也叫物质生命,它是一切生物得以存在的根本前提。人的生命作为一种生物体生存,是一种生命现象。生命个体通常都要经历出生、成长和死亡的过程。作为自然界的产物,人像自然界中的日月星辰、花鸟鱼兽、山川草木一样,是大自然的一个重要的组成部分。生命现象最本质的是新陈代谢。生殖和遗传也是重要的特征。从世代交替的长期历史来看,生命是不断进化的,从简单的原始生命发展到现代地球上几百万种不同形式的生命。科学证明,人是自然界经过四千多亿年的进化,从无机物中产生出有机物,再从原始的低级生命物质经过一系列变化,发展到高等动物,最后才产生出来的。

作为一种肉体生命的自然存在物,人和其他动物一样,也有生存的物质需求。例如,人们对衣、食、住、行等社会物质生活条件的需要,是人的肉体生命存在的一种自然必然性,是人最基本的生存需要。人的这些需要同其他动物的需要没有什么不同。但是,正是人的这种自然生命体的存在,才构成了人的一切活动的基础,同时也是最为基本的前提。马克思主义认为,人的生存和发展离不开物质生活和物质利益的满足,这是由他们的肉体组织所决定的。人们为了能够创造历史,必须能够生活。但是为了生活,首先就需要吃喝住穿以及其他一些东西。但与此同时,人又是一个特殊的自然存在物,人的自然生命不只是肉体的固定组成、自然的顺序发展和本能冲动的任意释放,而且他还能意识到自身生命的存在和发展,并且能够对于自身生命的存在和发展做出自主的选择。这就使人的自然生命与周围的环境之间有一种既相互依赖又相互对抗的特殊关系。唯有保持这二者之间的动态平衡,人的生命的发展才能拥有一个健康、完满发展的坚实基础。人的自然生命的存在是人的一切存在的基础和先决条件,是人的一切高级生命存在的物质前提。没有了这个基础和前提,人的精神生命无从谈起。从这个意义上来说,人应当首先关注和保全的是人的自然生命。只有健全、健康的物质生命,其他一切生命因素才有坚实的物质基础和依托。

2. 精神生命

精神生命是相对于物质生命而言的,是对物质生命的超越。人之所以为人,就在于人不仅仅是为了满足自己的物质生命而活着,而且还要追求超越于物质生命的精神生命。“人不满足于生命支配的本能生活,人的生活是经过理解的生活,人要规划自己的人生、创造自己的价值,这说明‘人’作为已超越了‘生命’的局限,要去追求高于生命、具有永恒意义的东西,

已属‘超物之物’‘超生命之生命体’，这才所以称之为‘人’。”^①

人在满足自己的物质生命的基础上，还有超越于物质生命的精神追求。也就是说人除了吃穿住行用之外，还需要与其他人建立情感的联系或关系，希望受到别人的尊重、追求实现自己的能力或潜能，并使之完善化等一系列心理上的需要。人的这些心理上的需要就是精神需要。精神需要同物质需要一样，也是人的基本需要。人之所以要追求精神生命，主要在于精神生命对人的肉体生命的指导和提升。我们知道人的肉体生命所关注的是人的生理、物质欲望的满足，是形而下的肉体享受，是对于自身的物性、感性、有限性暂时的实现。而人在实现自己肉体生命的过程中，如果没有人的意识的萌生、精神的关注 and 价值的指导，那么，就不称其为人的生命，不如说是动物的生命。正是在人的精神生命的指导下，人的自然生命才摆脱了动物性；正是人的精神生命才使人的自然生命提升至理性、无限和永恒的高度。由此可见，正是由于有了精神生命，才使人的物质生命有了人文意义和价值；正是由于有了精神生命，才使人的自然生命有了理性的意蕴和诗性的光辉；正是由于有了精神生命，才使人的自然生命蕴含着道德的升华和价值的提升；正是由于有了精神生命，才使人的物质生命超越了有限，走向了永恒。可以说人的精神需要使人超越了人的物质生命，精神生命让人超越动物，也是人之所以为人的关键所在。

3. 社会生命

社会生命是指人生命的社会性。人的存在不是孤立的，而是在一定社会关系之中的，所以人是一个社会的存在。人的本质不是单个人所固有的抽象物，在其现实性上，它是一切社会关系的总和。

社会性是生物作为集体活动的个体，或作为社会的一员而活动时所表现出的有利于集体和社会发展的特性，是人的不能脱离社会而孤立生存的属性。人是社会动物，任何人都不能脱离社会存在。一个人是什么样的，即具有什么样的本质，不取决于他的生理机体的特性，而取决于他的社会关系，是各种社会关系的总和构成了一个人特定的本质。

人之生命的社会性具体表现在以下几点。首先，作为生活在一定社会之中的人必定会受到社会制度、伦理规范、价值取向、文化传统等因素的影响与制约。人在与他人和社会发生关系以及相互交往的过程中，就应该考虑一定的社会制度规范和价值取向，并依照一定的社会规范行事，只有这样个体才能得到社会的认同，社会也才会具有相对安定和谐的秩序。其次，人不能脱离社会共同体而孤立、单独地存在。正如人一出生就具有生物组织和自然属性一样，人一出生也一定处于特定的人群团体和社会中，并与其建立这样或那样的联系。人如果脱离了社会，脱离了社会化的存在，他就无法成为一个真正意义上的人。现代心理学、社会学和人类学都认识到，群体生活或社会生活对个体来说是一种内在需要，如果人的社会生活权利被剥夺，他的心理状态很容易发生扭曲，他的才能与智慧也很容易消逝。所以，人的生存和发展离不开社会。最后，作为一个社会生命，人与人之间的相互交往是个体发展和社会发展的必要条件。交往的存在既是社会关系的实现，也是人际关系的实现。人类是群居的社会动物，人类活动的显著特征就是交往性。人与人之间的交往，贯穿社会生活的各个领域，综观人类历史的全部过程，它渗透在人类的一切社会关系之中。人一生的成长过程就

^① 刘恩允. 大学生生命教育研究[M]. 北京：中国社会科学出版社，2012：5.

是与他人不断交往的过程,人一生的快乐、痛苦、喜悦、烦恼、爱与恨等情感都是在与他人交往的过程中发生的。可以说,人类就是在相互交往的过程中塑造自己的人性的。

人的社会性还表明:我们所讲的人不是想象中的抽象的人,而是生活于现实社会中的人,是从事实活动的人。马克思曾提出,人的本质并不是一种内在的、无声的,把许多个人纯粹自然地联系起来的共同性,而是人的社会特质。因此,离开了人的社会性,脱离了人的社会联系,就没有真正人的存在,就没有现实的、具体的人。人类实现社会性之日,就是人类完全独立于自然界和彻底脱离动物界之时。人离开了社会,就不是真正意义上的人,将与动物无异。

人的生命是物质生命、精神生命和社会生命的统一体。在生命的三个方面中,人的自然生命是生命的基础和前提。生命的这三个部分并不是孤立的,而是紧密地联系在一起共存于一个生命体中,舍弃任何一个,人的生命都是不完整的,人就不能称得上完全意义上的人。

资料链接 1-1

生命的三个层次

钱 穆

每个人的生命发展过程都应该有三个层次,或者说三个阶段。

一、生活

第一阶段为生活。衣食住行的意义与价值是维持生命的存在。先讲讲食和衣。

所谓食前方丈,一丈见方的很多食品同颜渊的一簞食、一瓢饮,实质上没有什么区别。大布之衣,大帛之袍,同锦衣狐裘的作用也差不多。饮食为御饥渴,衣着为御寒冷。

同样,颜渊居陋巷,在贫民窟里;诸葛亮卧草庐,在一间茅草房里。从表面上看双方好像不一样,其实在生命的意义与价值上还是差不多的。

再讲到行。孔子出游一车两马,老子出函谷关只骑一头牛,普通人就只好徒步跋涉了。

今天科学发达,物质文明日新月异,我们的衣食住行同古代的人绝不相同,但从生命的意义与价值的角度看,衣还是衣,食还是食,住还是住,行还是行,生活还只处于第一阶段。

动植物亦有它们的生活,有它们维持生命的手段,所以生命的第一层次即生活方面比较接近自然。可以说人同其他动植物的生活相差得不太远。孟子的“人之异于禽兽者几希”即是此意。

进一步说,我们是为了维持我们的生命才有生活。生活应该在外层,生命则在内部。生命是主,生活是从,生命是主人,生活是跟班,来帮主人的忙。

生命不是表现在生活上,应该另有作用。这就是我们要讲的生命发展过程中的第二阶段,即人的行为。换句话讲,人的生活价值应该体现在事业上。

二、事业

我们来到这个世界上,不是只为吃饭、穿衣、住房子、行路的,我们应该还有人生的行为和事业,这才是人生的主体。

今天不少人工作都是为了谋生。为了解决衣食住行问题才谋一个职业,拿工作来满足自我生活需要。工作当然也可以说是一种行为,实际上应该有另一种更高尚的行为,按照古人所讲,就是修身齐家治国平天下。

一个人只要肯有所不为——不讲我不想讲的话、不做我不想做的事,不论他是大总统、