

生·命·学·与·生·命·教·育·丛·书

何仁富◎主编



何仁富 著

生命教育演讲录

中国广播影视出版社

浙江省高校重大人文社科项目攻关计划“大学生生命文化育人的理论与实践研究”（项目编号 2013Gr1020）成果

生命教育演讲录

何仁富 著

中国广播影视出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

生命教育演讲录 / 何仁富著. —北京: 中国广播
影视出版社, 2016. 5

(生命学与生命教育丛书 / 何仁富主编)

ISBN 978-7-5043-7649-7

I. ①生… II. ①何… III. ①大学生—生命哲学—教
学研究—文集 IV. ①B083—53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 060521 号

生命教育演讲录

何仁富 著

策 划 刘 媛

责任编辑 叶怡雯

封面设计 嘉信一丁 海燕·贝壳悦读

出版发行 中国广播影视出版社

电 话 010-86093580 010-86093583

社 址 北京市西城区真武庙二条 9 号

邮 编 100045

网 址 www.crtip.com.cn

电子信箱 crtp8@sina.com

经 销 全国各地新华书店

印 刷 北京天正元印务有限公司

开 本 710 毫米×1000 毫米 1/16

字 数 216 (千) 字

印 张 14.5

版 次 2016 年 5 月第 1 版 2016 年 5 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5043-7649-7

定 价 42.00 元

(版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换)

目 录

上 篇

生命教育：以生命教育生命	3
爱敬存心：生命教育的价值实现	27
《课改纲要》背景下的学校生命教育	45
新时期学校生命教育应有的理念	61
新时期学校生命教育可能的内容	74
生命的哲学思考与生命教育	91
生命教育与教师素养	104

下 篇

让生命在教育中诗意地栖居	117
从心到灵的两重生命力培育	135
德育的生命哲学反思与生命教育	149
“清明”的信仰价值与生命意义	159
国学修养与党政干部的生命样态	171

狗大便也有春天	188
做一个负责任的道德传播者	202
做最好的自己	217
后 记	228

上 篇

生命教育：以生命教育生命

爱敬存心：生命教育的价值实现

《课改纲要》背景下的学校生命教育

新时期学校生命教育应有的理念

新时期学校生命教育可能的内容

生命的哲学思考与生命教育

生命教育与教师素养

生命教育：以生命教育生命

——关于生命教育对象、目标、内容、方法的生命学思考

今天要讲的，侧重在生命教育的基本理念上。理解生命教育，我们可以将“生命教育”四个字拆开再组合，拆开以后就会有主次。生命教育是去教育生命的，但去教生命教育的人也是一个生命存在。在生命教育的实践中，我们不是把自己当作一个“教书匠”去教书，而是以一个真实的、完整的生命去“教人”。所以，生命可以作为主词。与此同时，在生命教育实践中，教育的对象是作为谓词的生命。由此，把生命教育拆开以后，就可以构成四种组合，恰恰呈现了生命教育的对象、目标、内容、方法四个问题。第一个，是“教生命”，这是关于生命教育的对象问题；第二个，是“育生命”，这是关于生命教育的目标问题；第三个，是“以生命教”，这是关于生命教育的内容问题；第四个，是“以生命育”，这是关于生命教育的方法问题。

一、教生命：生命教育的对象问题

第一个大问题说“教生命：生命教育的对象问题”。关于这个问题的核心理念，我认为应该是：“生命教育必须面对真实的生命”。

生命教育的对象，不管是小学生、中学生还是大学生，不管是年轻人、中年人还是老年人，每一个阶段的人都有相应的生命问题、相应的生命困惑、相应的生命任务。面对这些生命困顿、生命任务去开展的生命教育，实际上应该是全民终身教育。不管作为教育对象的生

命个体处于什么样的状态，他首先是一个真实的生命。因此，我们必须把他当作一个“真实的生命”来看待。真实的生命，就没有三六九等。真实的生命，就是他本然所呈现出来的状态，而不是你期待的那种理想状态。这是生命教育实践者必须承认的一个基本现实。没有这样一个现实的承认，一开始就把学生划为三六九等，那便是以“理想的设计”去面对“当下的生命”，就缺少对生命个体的真实呈现。

对于一个现实存在的个体生命的诞生而言，我们通常讲“十月怀胎”，一句话就带过去了。实际上，在这个十月当中，至少经历了三个伟大的过程。第一个过程，是精细胞和卵细胞结合的过程。在一次性活动中，一个男性释放出的精细胞可以有两到三亿个，这两到三亿个精细胞大部分瞬间都会死掉。能够游走到卵细胞周围的，大概还有两三千万个，最后有两三百个围攻卵细胞。最后只有一个，那一个一定是最勇敢的、最坚定的，也是最健康的，可以有机会进入卵细胞。这是一个伟大的过程！在这个过程中，每一个精细胞都要让自己走向自己的人生目标，要去努力实习这一目标。第二个过程，是精卵结合成为一个受精卵后，开始细胞分裂的过程。原来只是一个单细胞，经过不断分裂，一分为二，二分为四，四分为八，这是一个很了不起的过程。在细胞分裂过程中，各种来源于两个个体身上的遗传信息，也就是我们“前世”作为“人”的那些信息，都成为全新的“制造信息”存放在那个神秘而伟大的受精卵细胞里，并着床于子宫内最舒适的环境中，这是个体生命的“第二次诞生”。第三个过程，是细胞分工的过程。这个过程极为神奇，在细胞分裂的过程中同时伴有细胞分工，也就是遗传信息的分工，一部分细胞去制造眼睛，一部分去制造大脑，另外的去制造两只手，或者制造心脏、制造肺，等等。这是一个“巧夺天工”或者说是自然的神奇设计，没有丝毫差错（有差错便是不健康个体！），最后就长出个“人”的样子来了。

将个体生命还原到这个出生的真实状态，每个“人”都是一样的。每一个人出生的过程都如此。对这样一个基于自然存在所诞生出来的个体生命的尊重，是生命教育必须有的最基本的尊重。对每一个个体

生命，既不能把他看高，也不能把他看低。用稍微“哲学”一点的话说，不能把人当神看，也不能把人当物看，而是要把人当人看。这样一种“把人当人看”的观念，还可以进一步细化为一些可操作性的观念。

既然生命教育是教“真实”的生命，就必须承认，这个真实的生命是在不断成长中的。真实的生命，一定是一个不断成长中的生命。因此，在任何时候，生命教育都要反对“僵化”地看待学生。所谓“好坏”“优劣”的当下区分，是不适用于生命教育对待学生的立场的。从僵化的机制看，似乎学生总有优劣好坏之别。但是，真实的生命，是一个成长的过程，不仅仅在娘胎里有这样一个成长过程，来到世界上他也有一个不断的成长过程。在什么时候才不成长呢？中国人有一句话，棺材盖着躺下来的时候就不成长了，即“盖棺论定”。也就是说，在棺还没盖的时候，一个人都还没有论定。所以，这样一种“成长性”的观念，生命教育一定要坚守。将这样一种“成长性”观念运用于我们实际的教学，我们就必须遵循时间、空间、环境、条件等对个体生命的影响。

我们生活在时间长河中，时间在向前一点点的移动，生命也伴随时间在变化。弗洛伊德曾经认为，一个人人格的成长在五岁以前就基本完成了。但是埃里克森指出，生命人格的完成是一件终生的事业，他提出了生命的八阶段理论，这八个阶段包括从出生到死亡的全部人生过程。每一个阶段都有他自己需要完成的生命任务，每一个阶段都有他需要去克服的生命困顿。因此，生命教育对于不同个体和群体，就要去找准他所处的生命时间点，看这个阶段生命存在的基本特质和他面对的生命任务，以及他所需要克服的生命困顿。这样的生命教育才会有针对性。另一方面，我们都生活在特定的空间中，空间在变，生命也在拓展。人生活在不同的地方，就会接收不同的空间信息，或者说吸收到不同的空间能量源。比如，生活在农村和生活在城市，生活在大学和生活在小学，生活在街道和生活在乡村，这些不同的空间场域，一定会带来不同的生命能量。相应的，一个人换了环境，也会

因为能量的变化而发生相应的变化。因此，生命教育不能固执于对人做特定的类型划分。环境是时空的整合体，人、事、物和特定时间、空间组合在一起，才叫作“环境”。随着环境的变化，我们也要看到这种变化。还有，关系也在变，人与事关系中的存在物的变化，也会影响个体生命的存在。

我自己在教生命教育过程中，会特别关注到“出身”这个话题所具有的独特生命学意义。人们在讨论或者说到“出身”时，往往关注的是“十月怀胎”而“一朝分娩”，对“十月怀胎”的生命意义会看的更重，而将“一朝分娩”的这样一个“生命时间点”看得很简单。其实，恰恰是“分娩”这样一个“刹那”，改变了“这个”个体生命的存在状态。如果稍微延展一下我们的想象，我们就可以体会到，“你”作为一个个体生命的诞生“意味”着什么：你来到这个世界上，让很多关系都发生了根本性的变化。你没来到这个世界上以前，你的爸爸妈妈只是夫妻关系，他们只是丈夫或者妻子，或者儿女，可是由于你来到这个世界上，他们就变成爸爸或者妈妈了，你让他们的身份发生了变化。所以，父母往往也会因为孩子的诞生而发生根本性的生命改变。当然，如果言而广之，因为你来到这个世界上，某一个地方就增加一个人口，地球上也要增加一个人口，某个幼儿园会有有一个潜在来学习的人，某一所小学、中学、大学，这个关系都会跟着发生变化。当然，反过来，关系的变化也会影响个体生命的变化。有时，在生命教育过程中，实际上包括心理咨询过程也是一样的，解决个人的问题往往是解决关系问题。比如，心理治疗中的“家庭治疗”，就是通过关系来治疗个体的问题。所以，我们要看到关系本身的变化对于个体生命的影响。

此外，还必须关注信念的变化对个体生命的影响。作为个体生命，一个人不是一个只装知识的机器，而是一个综合的整体。个体生命的内在信念，往往决定一个人的生命方向。因此，生命教育很重要的内容，便是要协助个体生命确立或者建构相应的信念。信念改变，人就会改变。信念在一个人头脑里是很坚固的，一旦形成了某种信念是不

容易改变的。但是，不容易并不意味着他不能改变。改变信念，就能改变一个人的生命。所以，生命教育工作者要坚决杜绝僵化地对待学生的态度和立场。

真实的生命是一个身、心、灵一体的整全生命，因此，要反对片面地对待学生。身心灵全人生观，是我们开展生命教育的一个基本理念。每一个个体生命，作为一个“存在者”，都存在身体、心理和灵性三个层面。身、心、灵各自都会有它的内在结构。就经验层面而言，我们首先面对的是个体生命的自然肉体生命的成长，自然肉体是我们整个生命的基础，所以，在生命教育中，安全保障就成为最基础的教育目标要求。实际上，中国大陆在推进生命教育时，尤其是在中小学，最初强调的主要便是生命安全教育！这是对的，因为没有自然肉体生命作为存在基础，我们一切事情都不能做。孝敬爸爸妈妈这是很好的想法，但不能够只是头脑里想，心里想，最终还必须要我们肉体生命去做。但是，仅仅强调这一点，就生命教育而言，还是不够的。尤其是到了中等学校以上的生命教育，就不能只是停留在“身体”层面了，而必须往高层走也就是包含知、情、意的心理生命层面。

知、情、意是我们个性心理生命的内在存在结构，各自的功能不一样。由此，在生命教育过程中，要有侧重点。“求知”是我们生命成长的动力，因此需要有学习的引导。但是，“知”的功能主要是指向过去的，是要整合当下已经拥有的各种信息，不管是感觉、知觉得到的，或者是从其他环节得到的。这些信息都是“已经”存在的，“知”便是要把这些散乱的信息整合成相应的“知识”。“情”是对当下的，其主要功能是调节我们个人生命内部存在的相互关系，调节个体生命和外在的生命关系，使这些内外生命关系达到和谐状态。这是“情”的作用，也就是所谓的“调情”。现代心理学所讲的“情商”，就是调整我们的情绪以及他人的情绪和人际关系的能力。所以，提高人的“调情”能力，开发情商，这应该是生命教育中很重要的目标。有了“知”和“情”，还要有“意”愿去做，关于“意”及相关心理能力的培养，现代心理学特别强调了“逆商”的培养，这也是生命教育需要关注的。

知、情、意三者构成一个“心”，从“心”的维度切入，对不同方面的心理生命能力的培养，是中学阶段生命教育应该重点关注的。

但是，“心”还不是我们生命教育的全部，尤其是到了大学阶段。大学阶段最重要的生命事件是“精神断奶”。在中学阶段，个人心理生命的成长已经开始，开始要有自己的主见（知），要有自己的表达情绪情感、调整情绪情感的能力（情），以及自己人生行为选择与实现的能力（意）。当然，中国的独生子女情况特殊。很多独生子女到大学初期阶段都还没完成心理生命的成长任务。大学阶段最重要的生命任务是“灵性精神的觉醒”。心理生命的成长是要在“心”的层面告别对父母的依赖，慢慢成长自己的心理能量；而灵性精神的觉醒，则是要寻找自己的人生方向。因为中国的孩子，在大学以前基本上很难自己做主，包括高考填志愿这样的重大人生事件，基本上都是由父母或者老师来决定的。这导致大学生没有自己的生命方向感。大学低年级学生最普遍的生命状态是“茫然”“不知所措”，不知道自己该干什么。所以，这个阶段生命教育最重要的就是灵性的觉醒，帮助他们尽快实现“精神断奶”和自己灵性生命的成长。灵性精神是生命的方向盘，其核心内容也包括三个方面。最内在的，是信念信仰系统，决定一个人朝哪儿走。次一层的是价值观系统，就是一个人依据自己的信念信仰系统对现实世界所存在的一切进行一个价值排序。价值观源于信念信仰。最外面的一层，是意义行为方式，即个人依据自己的价值观，采取自己认为有意义的行为，或者做出一种选择。

可以做一个形象的比喻，假定把我们的生命想象为一部车，“身”就是车身，四个轮胎；“心”是发动机。有轮胎，车就可以运动了；人有一个身体，就可以做事了。心理生命的成长，犹如给车安上发动机，增强其动力。发动机引导轮胎迅速旋转，车就可以高速运作；在心理能量的推动下，一个人的身体能量就可以得到最充分调动。但是，仅仅如此，车并不一定能够行走目的地。要达到目的地，还必须有一个方向盘；没有方向盘，就没办法实现目标。“灵性”就是我们生命的方向盘。所以，越是到了高级阶段的生命教育教学，特别是到了大学

阶段，重点就不在“身”和“心”两个方面了，而应该是灵性觉醒，即如何为自己的生命安装上自己的方向盘。

在我们现实生活的世界里，有三个地方人们不愿意去，可是随时都有人不得不在那里待着。人的身体不好了，不得不在医院里待着；人的心理不健康了，严重的只有到精神病院待着；而如果你的人生方向出了问题，灵性精神不健康，便只有到监狱里待着了。人们或许会说，监狱里都是“犯法”的人，是因为他们触犯了刑法。但是，如果一个人灵性精神健康，他的生命方向没问题，他根本就触碰不到法律这个社会规则的底线。所以说，犯法的人，经验上看是因为“不懂”法律，根本上是因为人生方向盘错了，缺乏个人生命的灵性自觉。大多数没有犯法蹲监狱的人，并不是因为他们都懂法，而是因为他们的人生方向盘掌握在自己手里，他能够坚持做人的最基本原则，因此不可能触犯到作为底线的法律。

生命教育所面对的，是这样一个身心灵完整的全人格的生命，因此，生命教育必须真实思考和面对人的身心灵的关系，并促进其健康和谐成长。这一点，也符合世界卫生组织对“健康”所下的定义。世界卫生组织关于“健康”的定义是：不只是没有疾病和不虚弱，而是包括躯体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康。其实，这里所说的“道德健康”，也就是“灵性健康”或者说灵性生命的自我觉悟，因为灵性精神层面最重要的就是道德上的自作主宰。有了身体健康、心理健康和灵性精神的道德健康，一个人自然而然就会有良好的社会适应能力。

在生命教育过程中，尽管要关注到身心灵的整体性，但在成长中，“心”仍然是中枢。“心”能否接受“灵”的指引，对于生命活动的意义呈现具有决定性的作用。“心”的指向，实际上有三个方向，也由此决定相应的生命态度。如果我们的“心”指向的是“身”这个层面，那么，生命就会执着于以“身”为代表的有形之物，就会形成以物质欲望的追求和满足为主要内容的生存状态，以追求身外之物为主要目的的生活态度，以及绝对功利主义的生命境界。这是当下很多商业社会中成长起来的年轻人所不得不面对的一个普遍性的生命困顿。如果

“心”的指向为“心”，生命就会执着于以“心”为代表的自我自身，就会形成以自我感受快乐为主要内容的生存状态，以追求自我快乐体验为主要目的生活态度，以及自我中心主义的生命境界。这也是在当下很多年轻人中存在的生命状态，我快乐我就做，我想做我就做，我意愿我就去做，不考虑我应不应该做。如果我们“心”的指向为灵，就会超越当下的一切执着，生命便会有成长以及超越的可能性，就会形成以意义获得为主要内容的生存状态。我“活”，是要活出意义来，以坚定的信念信仰持守为主要目的生活态度，我总要“坚持”个什么，而不能遇到环境就放弃信仰了。现实理想主义，或者理想现实主义的生命境界，就是现实和理想结合，既不是纯粹的理想主义也不是纯粹的现实主义。在相当程度上，生命教育最重要的使命，就是要把生命的“心”引向“灵”，将生命中最重要动力系统引向我们的灵性成长，去关注意义、价值观和信念信仰系统。

真实的生命是有人格尊严的，因此，生命教育反对强制地对待学生。这也是在生命教育过程中需要的基本理念，因为内在动力才是真正的动力，“心动”才会有真正的“行动”。外在的强制性的东西起不了多大的作用，尤其是越往上成长越是如此。有位小学老师举了这样一个例子：为了解决上课时部分同学喜欢说话的问题，老师顺口说了句“下一次哪位再说话，我就要拿封口胶把他的嘴封起来了。”没想到，下一次上课时，就有一个同学专门带了封口胶带到教室来，并提醒老师的承诺。上课时，确实发生了同学习惯性说话的问题。老师怎么处理呢？老师停下讲课：“刚才谁在说话？”那个讲话的孩子胆怯地站起来说：“是我”。老师又问：“刚才谁在说话？”那个孩子不好意思地回答：“是我”。老师再次问：“刚才是谁在说话？”那个孩子一下子不明所以了，自己都已经站起来了，而且几次回答是自己在说话了，为什么老师还在问呢？孩子也不知道怎么回答了。这时，老师的生命教育理念开始发挥作用了，老师说：“是你在说话吗？你怎么可能说话呢？是不是？你知道上课说话是不对的，你怎么可能说话呢？所以，不是你在说话。那是谁在说话呢？是那个坏的习惯在说话。是你过去

从其他地方获得的那个坏的习惯在说话。”注意，老师在这里做了一个十分重要的区分，将“坏的习惯”和“这个人”本身区分开。如果他直接将“课堂说话”这件事与“这个人”连接，很明显即给说话的孩子贴上了“上课爱说话”的“坏孩子”的标签，很显然这会让孩子自尊心受到伤害。老师进一步引导说：“不是你在说话，因为你是知道上课说话不对的，你知道上课不该说话，因此你不会说话的。之所以上课说话，是因为过去你已经染上了恶的习惯，这个恶的习惯逼迫着你，它成了你的主人，把你变成了一个被习惯统治的奴隶。因此，我要和你一起，你也要和我们一起，去和那个坏的习惯抗战。我们要战胜的，是那个坏的习惯，而不是你这个人。”并且进一步问：“你愿不愿意和这个坏的习惯挑战啊？”同学说：“愿意，我当然愿意。”老师说：“那你说该怎么做啊？”同学说：“我自己来把封口胶贴上。”而且，旁边其他几个喜欢上课说话的同学，也主动申请用封口胶。这就是教育的真正效果。生命教育体现在很多具体的细节上，这就是一种尊重生命、启发生命的教育。

在学校教育中，生命教育绝对不应该只是一门课，而应该是所有学科教师的基本素养。我到重庆江北中学去讲课，发现他们编了一套书，包括《语文与生命教育》《化学与生命教育》《音乐与生命教育》《物理与生命教育》等。这是一个很好的尝试。客观上说，我们不能将生命教育当成几个人的事情，生命教育应该是所有老师的一个观念、一个信念、一种方式和方法，学校的每门课程都可以融入生命教育的观念。通常，可以将人的生命存在分为自然生命、社会生命和精神生命三个纬度。就以这样的生命视角去审视学校的学科教育，我们就会发现，《语文》中有写自然生命的美文，写自然的风光、自然的美；也有写社会生命的美文，写人际关系、人伦关系的美；也有写精神生命的美文。因此，从这些角度切入去探讨这些美文的生命启示，就是在进行生命教育。其他学科也是如此。从生命纬度切入去讲具体的学科知识，同时又培养学生对生命的一种洞察力、领悟力和自觉力，这就是生命教育。

真实的生命是有情感体验的，因此，生命教育反对冷漠地对待学生。生命的本质就是爱，生命教育的本质就是一种爱的教育，是帮助学生学会爱，并且去实现爱。在现实的生活世界，单独的个人是没办法“活”下去的，每个人都需要关怀，都需要爱。通常，我们看一个经常犯错误的孩子，其实不是他习惯性犯错误，换一个角度，“犯错误”是在表达他“需要爱”。他犯错误，是以这种特殊的方式来获得别人对他的一种关注，“关注”就是爱的一种表达。如果从这个角度来看犯错误，就不会把错误想象的那么严重了。每个人的天性都是善良的，人是可以教育好的。不要认为某些孩子天生就没办法教，虽然不一定每一个人都会成圣成贤，但是人的基本善面是存在的。

情感是需要宣泄沟通的，所以，在教育中及时的沟通十分重要。人与人之间也是可以感通的，所以要相信人性的正能量。现代大儒唐君毅先生有两本关于爱情的书，一是《爱情之福音》，一是《致廷光书》。唐先生说：“人间的结合最高的是爱的结合。爱，是相爱的人生命之间的渗融者、贯通者。爱，破除人与人之间的距离，破除人与人之间各自的自我障碍，使彼此的生命之流交互渗灌，而各自扩大其生命。所以，爱里面必须包涵着牺牲，牺牲是爱存在的唯一的证明。”唐先生认为：“个人与个人之间的爱，最真挚有力的，是父母对子女之爱，因为这是生命原始爱流之顺流而下。最吨恳可贵的是子女对父母之爱，因为这是生命原始爱流之逆流而上。最深长隽永的，是兄弟姐妹之爱，因为这是生命原始爱流之支分派衍。最细密曲折的，是夫妇之爱，因为这是一个生命原始爱流与另一生产原始爱流之间的宛转融汇。最复杂丰富的，是朋友之爱，因为这是不定数的生命原始爱流之纵横错综。”唐先生将个人与个人之间的爱分为五种，父母对子女的爱、子女对父母的爱、兄弟姐妹的爱、夫妇之间的爱、朋友之间的爱。在唐先生看来，这五种个人与个人之间的爱，一个人至少必须有一种曾经真正的体验。不然，就需突然悟到超个人与个人之间的爱，再不然，其生命的泉源就将枯竭。生命教育要培养一颗柔软的心，也就是培养一颗会爱的心。