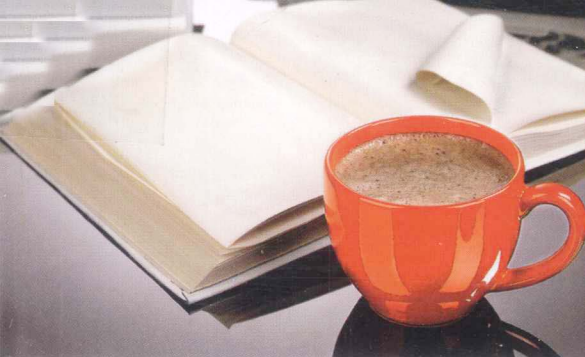




和谐中华知识文库

HEXIEZHONGHUAZHISHIWENKU

北京日报报业集团

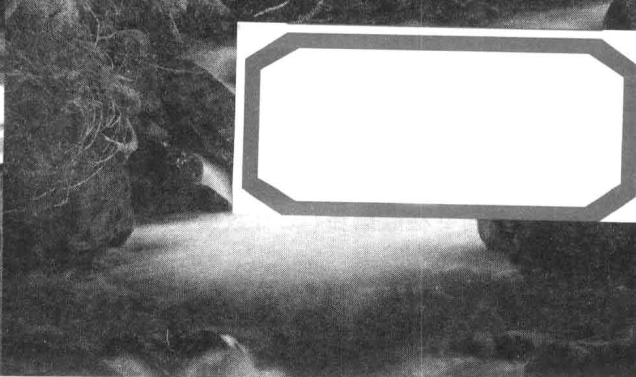
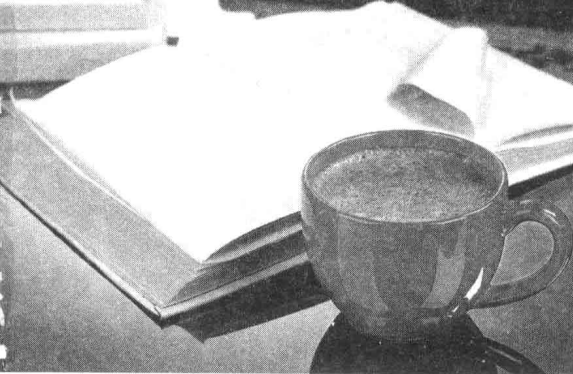
同心出版社

生活与生态

SHENGHUOYUSHENGTAI



在科技发达的今天，科学技术方便着我们的生活，提高了我们的生活质量，但随之而来也带来了很多的副作用，也给我们的自然界带来了不小的危害。追求低碳生活，保护自然环境是我们每一个人应尽的责任和义务。



和谐中华知识文库

HEXIEZHONGHU AZHISHIWENKU

生活与生态

SHENGHUOYUSHENGTAI



北京日报报业集团

同心出版社

图书在版编目(CIP)数据

生活与生态 / 阮建芳编著. —北京: 同心出版社,
2013. 5

ISBN 978 - 7 - 5477 - 0874 - 3

I. ①生… II. ①阮… III. ①生态环境 - 环境保护 -
普及读物 IV. ①X171.1 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 080193 号

生活与生态

出版发行 同心出版社

地 址 北京市东城区东单三条 8 - 16 号 东方广场东配楼四层

邮 编 100005

电 话 发行部:(010)65255876

总编室:(010)65252135 - 8043

网 址 [www. beijingtongxin. com](http://www.beijingtongxin.com)

印 刷 三河市杨庄镇明华印装厂

经 销 各地新华书店

版 次 2013 年 6 月第 1 版

2013 年 6 月第 1 次印刷

开 本 690mm × 960mm 1/16

印 张 12

字 数 158 千字

印 数 5000 册

定 价 23.80 元

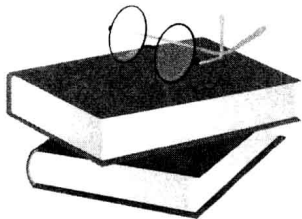
同心版图书,版权所有,侵权必究,未经许可,不得转载

卷首语

生态通常指生物的生活状态。也是指生物在一定的自然环境下生存和发展的状态，包括生物的生理特性和生活习性。简单的说，生态就是指一切生物的生存状态，以及它们之间和它们与环境之间环环相扣的关系。

生态文明是人类文明发展的一个新的阶段，即工业文明之后的世界伦理社会化的文明形态；生态文明是人类遵循人、自然、社会和谐发展这一客观规律而取得的物质与精神成果的总和；生态文明是以人与自然、人与人、人与社会和谐共生、良性循环、全面发展、持续繁荣为基本宗旨的文化伦理形态。

文明是人类文化发展的成果，是人类改造世界的物质和精神成果的总和，也是人类社会进步的象征。



目录

contents

第一章 生态文明与人类发展息息相关·····	001
生态与生态文明 ·····	003
人与自然的关系 ·····	006
生态文明的意义 ·····	011
环境污染与人类健康 ·····	013
科学发展与环境保护 ·····	016
生态破坏产生的危害 ·····	020
第二章 生态环境的恶化影响了人类的生活与健康·····	029
PM2.5——笼罩在天空中的阴霾杀手·····	031
酸雨——“空中死神” ·····	037
光污染——城市中的视觉污染 ·····	041
噪音——工业革命带来的健康杀手 ·····	044
核污染给人类带来的灾难 ·····	050
震惊世界的水俣湾事件 ·····	064
赤潮的危害 ·····	066
拒绝白色垃圾，减少环境污染 ·····	071
第三章 新型生态环境促进人类健康发展·····	075
环境保护大势所趋 ·····	077
我国的主要污染 ·····	083
保护环境，需要我们共同努力 ·····	089
怎样保护生态环境 ·····	094

人与自然和谐相处	098
工业文明与生态文明和谐发展	103
第四章 生态文明视角下的低碳生活.....	109
低碳生活	112
养成低碳生活习惯	116
低碳生活50条	128
低碳生活是促进环境保护的有效途径	132
绿色风暴席卷而来	135
绿色低碳生活小窍门——绿色办公	137
绿色，是生命的颜色	142
节约用水，点滴做起	149
电是能源，珍惜使用	154
垃圾分类，有益环保	159
爱惜粮食，节约用餐	166
节俭生活，绿色环保	170
室内环境与人类健康	174

生态文明建设与人类发展息息相关

第一章

CHAPTER ONE

生态文明与人类发展息息相关



生态与生态文明

生态通常指生物的生活状态。也是指生物在一定的自然环境下生存和发展的状态，包括生物的生理特性和生活习性。简单的说，生态就是指一切生物的生存状态，以及它们之间和它们与环境之间环环相扣的关系。

生态文明是人类文明发展的一个新的阶段，即工业文明之后的世界伦理社会化的文明形态；生态文明是人类遵循人、自然、社会和谐发展这一客观规律而取得的物质与精神成果的总和；生态文明是以人与自然、人与人、人与社会和谐共生、良性循环、全面发展、持续繁荣为基本宗旨的文化伦理形态。

文明是人类文化发展的成果，是人类改造世界的物质和精神成果的总和，也是人类社会进步的象征。在漫长的人类历史长河中，人类文明经历了三个阶段。第一阶段是原始文明。约在石器时代，人们必须依赖集体的力量才能生存，物质生产活动主要靠简单的采集渔猎，为时上百万年。第二阶段是农业文明。铁器的出现使人改变自然的能力产生了质的飞跃，为时一万年。第三阶段是工业文明。18世纪英国工业革命开启了人类现代化生活，为时三百年。从要素上分，文明的主体是人，体现为改造自然和反省自身，如物质文明和精神文明；从时间上分，文明具有阶段性，如农业文明与工业文

明；从空间上分，文明具有多元性，如非洲文明与印度文明。

对于“生态文明”概念，有的学者从不同的角度给出了见解。

1. 广义的角度

生态文明是人类的一个发展阶段。这种观点认为，人类至今已经历了原始文明、农业文明、工业文明三个阶段，在对自身发展与自然关系深刻反思的基础上，人类即将迈入生态文明阶段。广义的生态文明包括多层含义。第一，在文化价值上，树立符合自然规律的价值需求、规范和目标，使生态意识、生态道德、生态文化成为具有广泛基础的文化意识。第二，在生活方式上，以满足自身需要又不损害他人需求为目标，践行可持续消费。第三，在社会结构上，生态化渗入到社会组织和社会结构的各个方面，追求人与自然的良性循环。

2. 狭义的角度

生态文明是社会文明的一个方面。这种观点认为，生态文明是继物质文明、精神文明、政治文明之后的第四种文明。物质文明、精神文明、政治文明与生态文明这“四个文明”一起，共同支撑和谐社会大厦。其中，物质文明为和谐社会奠定雄厚的物质保障，政治文明为和谐社会提供良好的社会环境，精神文明为和谐社会提供智力支持，生态文明是现代社会文明体系的基础。狭义的生态文明要求改善人与自然关系，用文明和理智的态度对待自然，反对粗放利用资源，建设和保护生态环境。

3. 生态文明是一种发展理念

这种观点认为，生态文明与“野蛮”相对，指的是在工业文明已经取

得成果的基础上，用更文明的态度对待自然，拒绝对大自然进行野蛮与粗暴的掠夺，积极建设和认真保护良好的生态环境，改善与优化人与自然的关
系，从而实现经济社会可持续发展的长远目标。

人与自然的关系

人与自然是人类生存与发展的基本关系。人类社会的历史与发展是在人类认识、利用、改造和适应自然的过程中不断演进的，随着社会的不断向前发展，人与自然的关系处在不停的演变过程中。

这种关系大概经历了三个阶段：第一阶段是人与自然和谐相处的“天人合一”阶段，即原始的农耕文明阶段，人与大自然是相对亲近的，人类服从自然、属于自然；第二阶段是人类征服和改造自然阶段，即近代工业文明阶段。这一阶段以人类大规模地征服、改造和利用自然为特征，人与自然的关系日渐走向疏离；第三阶段是人与自然重新走向和谐的新阶段，这一阶段是人类重新认识自然，了解自然的阶段，人类认识到人类本身与自然是一个有机统一的整体。这一阶段呈现出人对自然关系的新认识和某种程度的复归。

人与自然是随人类生产能力的发展而变化的，二者的关系表现为一个历史性的发展过程。在原始社会，人类认识自然和改造自然的能力十分有限，在人与自然关系上更多表现为人受制于自然。

随着历史和时间的推移，生产力与科学技术取得了前所未有的发展，人类也积累了抵抗自然的能力。人与自然的关系开始发生了转变，人类逐渐

由“敬畏自然”的态度变为“征服自然”，自然成为人类改造的对象。农业社会以后，人类开始大规模改造自然，这样做虽然扩大了耕地面积，满足了日益增长的粮食需求，却破坏了森林、草原、湖面，不仅导致了水土流失、土质下降、沙漠化、盐碱化，而且进一步使生态失去平衡。工业文明的出现使得人类和自然的关系发生了根本性的改变：自然界完全不再具有以往的神秘和威力，自然界在人的面前变得十分的渺小起来。

进入20世纪，伴随着环境污染、能源危机和核武器的威胁，人们越来越认识到科技的发展并未给社会带来真正的进步，反而使人类社会陷入了深深的不可摆脱的生态危机之中，于是人与自然的关系问题正式进入了每一个地球人的视野。实现人与自然的和谐发展，在当代已不再是一个理想的口号，它是我们基于全球性生态危机而提出来的关系到整个人类生存和发展的现实问题。强调全球性可持续发展的理念已为世界各国所普遍接受，建立起一个新的人与自然和谐发展的“地球生态圈”成为新世纪人们的共同愿望。

人类经历了一系列的可怕的噩梦，终于明白了大自然的威力。人类终于渐渐觉醒：人与自然和谐共处，是社会可持续发展的唯一出路。

近代以来，由于科学技术水平的发展，人类认识自然、改造自然的能力大大提高，人类实践的范围不断扩大，人类在征服自然、利用自然取得巨大成果的同时，对自然均衡状态的破坏也达到了相当严重的程度。环境污染、生态失衡已成为世界性公害。目前全世界有10亿以上人口生活在污染严重的城市，而在洁净环境中生活的城市人口不到20%。全世界有近三分之一的人口缺少安全用水，每天有数以万计人的死与水污染有关，食品安全事件经常发生。由于自然资源非正常利用，干扰了自然生态的正常演化，破坏了整体自然生态系统的稳定和平衡，出现了全球性的生态危机。

人与自然关系严重失衡，主要是人类认识自然的水平有限，并受功利

主义思想的影响，国家利益、民族利益、地区利益、集体利益以及个人利益代替了人与自然的整体利益和长远利益。人们在实践过程中，往往只注意到眼前自然资源的使用价值，而忽略了自然永存的内在价值，为了满足眼前局部的利益，对自然资源进行掠夺性开采，以至于危及人类自身的持续发展。

世界上的任何事物都是矛盾的统一体。我们面对的现实世界，就是由人类社会和自然界双方组成的矛盾统一体，两者之间是辩证统一的关系。一方面，人与自然是相互联系、相互依存、相互渗透的，人类的存在和发展，每一刻也离不开自然，必然要通过生产劳动同自然进行物质、能量的交换。随着生产力水平的提高，人类认识自然、改造自然的能力不断增强，现在的自然已经不是原来意义上的自然，而是到处都留下了人的意志印记的自然。

“人化自然”表明人与自然之间的相互联系、相互渗透越来越密切。人与自然之间客观上形成的依存链、关联链和渗透链，必然要求人类在认识自然、改造自然、推动社会发展的过程中，不仅要自觉地接受社会规律的支配，同样要自觉地接受自然规律的支配，促进自然与社会的稳定和同步进化，推动自然与社会的协调发展。

与此同时，人与自然之间又是相互对立的。人类为了更好地生存和发展，总是要不断地否定自然界的自然状态，并不断地向大自然索取。人与自然之间这种否定与反否定的关系，极易造成人与自然之间失衡。所以，人类在改造自然的同时，应该对自然进行涵养保护。人类与自然的关系应是共生、共赢、共荣的伙伴关系，必须以互惠互利、共同发展为前提，克服目光短浅、急功近利思想，树立人与自然和谐并进的科学发展观。

在我们倡导树立科学发展观、构建和谐社会的今天，我们必须认真思考人与自然的关系。因为人与自然的关系，不仅是人类生存的一个基本问题，也是构建和谐社会的一个前提。协调人与自然关系，已成为当今世界高

度关注的议题之一。人们普遍认识到，人类目前所面临的人与自然不和谐问题比历史上任何时期都要复杂和严峻，但是人类绝不可能退回到被动适应自然的道路上去，只有依靠科学发展，才能实现人与自然的和谐，实现资源的合理可持续利用和生态环境的有效保护。

（1）整体性新生态观念的确立

人类首先是克服传统“以人为中心”的狂妄思想，切实地为自己的行为承担起责任，并以一种开放的宽容态度处理与他人、与世界的关系。其次是重新肯定人与自然之间天然的和谐关系，应把人类发展与维护生态环境结合起来，在保护生态环境的前提下寻求社会发展，在发展的基础上改善生态环境。事实上，良好的生态环境与自然资源的持续利用是人类得以生存和发展的基本前提和物质基础。最后必须考虑到发展的可持续性，社会发展既要满足当代人的需要，又不能对后代人满足其需要构成威胁。社会的和谐发展、人与自然的和谐相处的一个根本条件是要使所有地球人享受到社会进步带来的成果，创造稳定、健康、幸福的生活环境。

（2）可持续发展中的人与自然的和谐与斗争

人与自然是一对矛盾，强调人与自然的和谐，事实上是以承认二者之间存在矛盾为前提的，否则和谐也就失去了内容和意义。比如地震、海啸、洪水等，它们都是一种自然现象，也是人类永远不可能完全消除的，人类的生存就与它们是充满矛盾的。人要与自然真正实现和谐发展，人类首先要能理解自然、掌握自然、控制自然，和谐中既有服从又有“斗争”，和谐是以人类的科技、文化进步作为核心主体的。

（3）科学技术全球发展的不平衡问题

要实现人与自然的和谐，科学技术的发展至关重要，它是我们与自然界进行谈判的砝码。只有当我们的技术水平能够控制、影响自然的时候，才

能彻底实现与自然的和谐共处。当代科技的发展，使得我们对大多数自然灾害问题都有了一定的了解，人类社会初期那样的大自然灾害已经能够基本避免了，但现在的最大问题是生态系统是一个大的整体，环境生态问题属于全球问题，而科技发展在全球的不平衡使我们很难真正实现与自然的和谐。

（4）科技、人文、生态环境的一体化

要最终实现人与自然的和谐共处，我们人类实现人文、科技和整个生态圈环境的一体化才是根本的途径。因为在当代社会，地震、江河洪灾等所引起的自然灾害对人类产生的威胁、破坏力已大大缩小了，全球气候变化有2/3是人为因素引起的，其他才是自然因素造成的，当代自然灾害一般是“三分天灾、七分人祸”。我们所提倡的新自然观将坚持人与自然的相互限定、相互依赖和相互包容，坚持人与自然的密切关系、不可分割和内在统一，以承认自然价值的多样性为基础，对自然资源的消费不仅要支付其传统意义上的经济价值，还要支付其生态等其他价值。

生态文明的意义

近代以来，由于科学技术水平的发展，人类认识自然、改造自然的能力大大提高，人类实践的范围不断扩大，使得更多的天然自然转化为人化自然，人类在征服自然、利用自然取得巨大成果的同时，对自然均衡状态的破坏也达到了相当严重的程度。目前全球存在的人与自然的问题：人口问题（人类自身问题）、资源问题（自然问题）、环境问题、生态问题（人与自然的关系问题）相当突出。

环境污染、生态失衡已成为世界性公害。据世界卫生组织报告：目前全世界有10亿以上人口生活在污染严重的城市，而在洁净环境中生活的城市人口不到20%。全世界有近三分之一的人口缺少安全用水，每天有数以万计人的死与水污染有关，食品中毒事件经常发生。由于自然资源非正常利用，异生型人工自然物的大量滋生，干扰了自然生态的正常演化，破坏了整体自然生态系统的稳定和平衡，出现了全球性的生态危机。其中：“臭氧层的破坏”、“温室效应”、“酸雨危害”，已成为世界性的生态危机的三大突出问题。人们在实践过程中，往往只注意到眼前自然资源的使用价值，而忽略了自然永存的内在价值，为了满足眼前局部的利益，对自然资源进行掠夺性开采，以至危及人类的持续发展。