

# 最新远离邪教的手抄报内容简单(精选5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 远离邪教的手抄报内容简单篇一

简单的识别方法：

——让你误了工、荒了田、抛了家、弃了学去相信“神”的是邪教；

——鼓吹入了“教”能治病、能消灾避难的是邪教；

——宣传“世界末日”就要到了、只有加入他们的组织才能得救的是邪教；

——欺骗、威逼妇女受教主凌辱的是邪教；

——说传统宗教过时了、要信新“神”的是邪教；

——非法聚会时鬼鬼祟祟、乱喊乱叫、乱唱乱跳、乱哭乱闹的是邪教；

——让你用骗人的手段诱使他人加入的是邪教；

——加入后不让退出的是邪教；

——把社会、政府、普通老百姓当成“魔”的是邪教；

- 以“神”的名义煽动成员对抗政府的是邪教；
- 打着宗教、科学的幌子编造歪理邪说的是邪教；
- 不择手段地骗敛钱财的是邪教；
- 建立地下组织，进行非法活动的是邪教。

## 远离邪教的手抄报内容简单篇二

中国历史上邪教的渊源，可以追溯到南北朝时期的佛教异端——弥勒教。教首法庆，本是佛教僧人，因不满当时佛教高层的腐败，他便打着佛教的旗号，提出“新佛去世，除去旧魔”的口号，组织僧俗群众造反，他所说的新佛便是弥勒佛，旧魔就是原来的佛教。元末白莲宗(会)也是打着佛教旗号。

中国明代中叶‘兴起的大量民间秘密教门，也都是打着正宗宗教的旗号迷惑群众。罗教创始人罗梦鸿，虽自立宗门，但却说自己属于佛教的临济宗。秘密教门黄天教也自认是道教的全真道，该教骨干平日也是道士打扮，以出家道士自居。

欧洲中世纪，那些反对教会腐败和世俗封建政权的“千年王国运动”，也是在基督教旗号下进行的。如德国的托马斯·闵采尔以基督教的名义组织了一个“天选者”组织，后来领导了8000名农民起义，反对天主教会利世俗封建主。

当然，对于中国秘密教门的造反活动和欧洲历史上“千年王国运动”，也不能简单地与当代邪教同等看待。

当代国外邪教也大多打着基督教的旗号。如美国的邪教“人民圣殿教”、“人卫教支派”，韩国人文鲜明创立的邪教“统一教会”等概莫如此。

中国当代的邪教“一贯道”，以“在家佛教”自居。民国年间

“一贯道”人道首张光璧自称“济公活佛”转世，女大道首孙素贞自称“月慧菩萨”临凡。在清代，该道还因为儒家思想与佛道两教构成了中国传统文化的三人支柱，受到人们的崇拜，因而宣称该道是儒释道“三教合一”。到了民国自己的生日改为中国农历的四月八日佛诞这一天。

邪教骗人手法所以屡屡得逞，原因主要是钻政府政策的空子。中国历代政权对宗教持宽容态度，一直把宗教作为对人民群众进行“教化”的工具，使得邪教打着宗教旗号可以鱼目混珠。欧州中世纪，基督教被各国定为“国教”，因此，一切打着基督教旗号的反教会势力，才得以生存和发展。当代，西方国家宪法皆规定公民有宗教信仰自由，各种邪教也正是利用这个政策，以宗教的名义大肆活动。

## 远离邪教的手抄报内容简单篇三

我为什么要买《我们为什么要睡觉》这本书有两个原因：一个是比尔·盖茨推荐的，称此书让他告别熬夜，开始好好睡觉；另一个原因是这本书全球销量达100万册，被译为34种语言畅销全世界，位居纽约时报、星期日泰晤士报畅销书排行榜第一名。

我认为这本书能够如此备受推崇一定会有它存在的价值，况且失眠也是困扰我的一大难题，所以我就买了。

那么《我们为什么要睡觉》这本书究竟都讲了些什么呢？有没有使用价值呢？今天给大家分享下。

关于《我们为什么要睡觉》，比尔·盖茨如是说：“这是一本重要且引人入胜的好书——关于这项地球人都需要的基本活动，我从沃克那里学到了很多，我想这本书也将教会你很多。”

如果说这本书，不能绕开的就是它的作者马修·沃克。马修·沃克英国科学家，毕业于英国纽卡斯尔大学，神经生理学博士学位。美国国家科学院卡夫利奖研究员，曾在哈佛大学医学院担任精神病学教授，现在是加州大学伯克利分校的神经科学与心理学教授，并创立了“人类睡眠科学中心”，并且马修·沃克在2020年还获得了卡尔·萨根科普奖。而这本《我们为什么要睡觉》就是他的成名作。

《我们为什么要睡觉》主要讲了四个部分的内容，第一、睡眠是什么，第二、睡眠的好处和不足，第三、梦的解析，第四、如何应对失眠。因为这本书里面有太多的术语和专业名词，所以刚开始读的时候，有些吃力，于是我首先开始读的反而是第四章如何应对失眠。

近日，中国睡眠研究会等机构在北京发布《2021年运动与睡眠白皮书》，数据显示当下中国有超3亿人存在睡眠障碍！不幸的是我也是其中一员。

要使大脑和身体健康恢复到最佳状态，我们唯一能做的也是最有效的事，就是睡觉，它是大自然赐予我们的最佳对抗死亡方法。

首先你要明白失眠是什么原因造成的？才能找到对应的方法。造成失眠的原因一般有三种：

1、因身体疾病造成的失眠，这个病理性的问题只能去医院解决。在此不做赘述。

2、环境造成的失眠。也就是说因为外界环境影响到人的生物钟所造成的失眠。

3、心理、精神因素导致的失眠

心理因素如焦虑、烦躁不安或情绪低落、心情不愉快等，都

是引起失眠的重要原因。生活压力、工作与学习的压力、以及心心念念的事情，都会使人产生心理和生理反应，导致神经系统的功能异常，使人精神亢奋，从而引起失眠。

你是否也曾有过这样的情况，明天有一个重要的考试，或者明天即将回到阔别已久的家乡。总之，明天你将有一件非常重要的事情要去做，所以，晚上辗转反侧，就是无法入睡。

这时如果你想要安然入睡，必须关掉电脑，关掉手机，甚至把灯也关掉，静静地躺在床上，可以放点儿“白噪音”，不知不觉就睡着了。

在竞争越来越大的现代社会，没有压力是不可能的，关键是怎么给自己减压。首先要明白一个事实，你要明白很多事就算是你不吃不睡也解决不了问题。然后给自己心理暗示，只有好好睡觉，明天才能好好工作，工作好了，自然就能解决很多问题。

看了《我们为什么要睡觉》我还学到了几个促进睡眠的好方法，现在分享给大家。

1、远离手机，远离一切电子屏，甚至把灯关掉。

自从爱迪生发明的电灯以后，我们的世界发生了重大的改变，我们甚至可以人为地改变白天黑夜。但是人作为动物的一种，是有它的生物钟的。但是呢，人又是一种主观能动性很强的生物。

只要外界的诱因存在它就有可能保持自己很亢奋的状态。比如在酒吧里你肯定是睡不着的，反而会翩翩起舞。刷剧、玩游戏、看小视频都是造成你失眠的原因之一。

所以如果想睡个好觉，真的要远离手机，远离一切的电子屏，只有把黑夜还给黑夜，我们才能安然入睡。

## 2、夜晚保持微凉

马修·沃克在《我们为什么要睡觉》中指出，适合人类睡觉的温度是18.3度。他说，环境是影响睡眠质量的关键因素之一，太冷或者是太热都使我们无法安然入睡。

## 3、拒绝睡前饮酒

不知道从什么时候开始，喝酒成了促进睡觉的一种手段，其实这个说法是不对的。

酒精不仅影响我们的记忆力，还会让我们更加难以入睡。因为睡前饮酒，酒精在进入肝脏以后，肝脏不得不再次被调动起来工作，进而许多身体又不得不被迫进入工作状态。

## 4、晚上不要吃太饱

俗话说，早上吃好，中午吃饱，晚上吃少。说得也是这个道理，至于原因上文的第三点一样，如果身体器官无法休息的话，你也别想安然入睡！

当然，《我们为什么要睡觉》这本书说得更多，更详细，也更专业，在此，我只是简单地说了一些个人理解的东西，希望能够对你有用！

## 远离邪教的手抄报内容简单篇四

邪教组织利用宗教往往能给人带来心灵安慰和精神寄托的特点，以宗教为幌子，利用一些人对社会上存在的某些问题的迷茫失落的心态，大肆宣扬世界上的灾难，声称只有加入他们的组织，才能躲过劫难，才能使灵魂升入天堂，才能“圆功德”、“成正果”等，蒙骗教徒，使其迷失方向。

## 2、摧残健康，残害生命

邪教组织编造荒诞的邪说，使无数成员因病贻误治疗时间或死或伤或精神失常。教主还不惜教徒生命，制造集体自杀或绑架、暗杀、爆炸等事件，其残忍、疯狂之举令世界震惊。

## 3、破坏亲情，分裂家庭

邪教组织散布歪理邪说与心理诱导，导致教徒的思想、情意、情感和行为习惯逐渐变得与现实生活格格不入，孤僻、偏狭、叛逆、敌意，不容亲情、不讲人性，对工作、生活、家庭没有责任心。因此有精神疾患家族史的人常常出现种种妄想、幻觉、自残、自杀与暴力行为，造成家庭与社会的悲剧。

## 4、扰乱稳定，危害社会

邪教组织的所作所为，导致人们思想混乱、行为失范、人格分裂、精神失常、破坏家庭亲情和人际关系，严重践踏了成员的人权。邪教的敛财骗色、非法经营、偷税漏税、非法集会、诡秘活动等，扰乱了公共秩序，对社会造成极大的危害。

## 5、对抗政府，威胁政权

正常的宗教活动，一般都遵守所在国政府的法令，与现行社会相适应，不干预国家政治，不进行反社会、反政府的活动和其他违法活动。而邪教组织则披上一层“政治色彩”。如“法轮功”邪教组织煽动和教唆群众与党离心离德，与人民政府作对，破坏社会秩序。并在境外敌对势力支持下，疯狂地攻击和否定改革开放的中国、攻击和否定中国共产党领导，其政治野心昭然若揭。

## 远离邪教的手抄报内容简单篇五

邪教组织要达到敛财、控制成员等目的，首先就要骗人相信，

引人崇拜。为此，他们都精心编造一套荒诞离奇的歪理邪说。这些歪理邪说最主要的有“末世论”、“劫难说”、“巫神论”、“天国说”等，这都是古今中外许多邪教惯用的谎言。

## 2、用宗教帽子蒙蔽人

在我国，公民享有宗教信仰自由，正常的宗教活动受到国家法律保护。邪教组织为给自己披上一件合法的外衣，以欺骗群众，逃脱法律制裁，往往要冒用宗教的名义。邪教伪装宗教的伎俩五花八门，我们要切实提高对邪教的敏感性和识别力，谨防上当受骗。

## 3、用治病、免灾诱惑人

生老病死是任何人都要面临的自然现象。邪教组织把人生病、死亡和遭受天灾人祸与是否信其邪说相挂钩，并以此作为拉人入会的好时机。误入邪教的人们，不仅未能消灾祛病，反而成了延误治疗、精神失常、家破人亡等严重后果。

## 4、用各种把戏吓唬人

邪教常利用人们对鬼、神等虚构的超自然力量的恐惧心理，先把人吓住，然后又兜售免除恐惧的“法宝”——加入邪教组织。如看相算命、装神弄鬼等。

## 5、用小恩小惠笼络人

利用一些群众生活困难、需要帮助、看重实惠的现实情况，投其所好，以小恩小惠笼络人心，拉人入伙，培养“效忠”意识。其实，邪教组织聚敛的大量钱财，早已被其头目挥霍和用于发展组织，用于“周济”的只是皮毛而已。

## 6、用暴力行为胁迫人



用暴力行为胁迫人，也是一些邪教的突出特点。误入邪教的人员在看清其真实面目，醒悟过来而想要摆脱邪教纠缠时，邪教头子就会撕掉伪装，露出狰狞面目，用暴力手段胁迫其继续参加其违法活动。