

<<智慧引领幸福>>

图书基本信息

书名：<<智慧引领幸福>>

13位ISBN编号：9787209062237

10位ISBN编号：7209062238

出版时间：2013-4

出版时间：山东人民出版社

作者：周国平

页数：318

字数：310000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;智慧引领幸福&gt;&gt;

## 前言

前言 亚里士多德说：“幸福是人的一切行为的终极目的，正是为了它，人们才做所有其他的事情。

”这无非是说人人都想要幸福。

然而，这个人人都想要的幸福，却似乎是一个难以捉摸的东西，若问究竟什么是幸福，不但人言人殊，而且很不容易说清楚。

幸福这个词，一般用来指一种令人非常满意的生活。

什么样的生活令人满意，的确是因人而异的。

有人因此说，幸福完全是一种主观感受，自己觉得幸福就是幸福。

当然，主观满意度是幸福的必要条件，自己觉得不幸福的人，你不能说他是幸福的。

但是，这不是充分条件。

我们应该问一个问题：对于什么样的生活令人满意，人们的感受为什么如此不同？

很显然，有一个东西在总体上支配着人们的主观感受，那就是价值观。

价值观不对头的人，对幸福的感受必定是肤浅的，也是持久不了的。

为了使幸福的衡量有据可依，现在兴起了幸福指数的研究，试图给幸福制定客观标准。

其方法大抵是列出若干因素，比如个人方面的收入、工作、家庭、健康、交往、休闲，社会方面的公平性、福利、文明、生态等等，给每一项规定一个分值，据此统计总分。

作为尝试，这并无不可。

我本人对幸福能否数据化持怀疑态度，并且要指出一点：对各个因素重要性的评价，所给的分值，归根到底也是取决于价值观。

由此可见，撇开价值观，幸福问题是说不清楚的。

哲学正是立足于价值观来探讨幸福问题。

在哲学史上，对幸福的理解大致分两派。

快乐主义认为，幸福就是快乐，但强调生命本身的自然性质的快乐和精神的快乐。

完善主义认为，幸福就是精神上或道德上的完善，但承认完善亦伴随着精神的快乐。

两派的共同点是重生命、轻功利，重精神、轻物质。

无论是哲学家们的赐教，还是我自己的体悟，都使我得出一个结论：人身上最宝贵的价值是生命和精神，倘若这二者的状态是好的，即可称幸福。

怎样才算好呢？

我的看法是，生命若是单纯的，精神若是丰富的，便是好。

所以，幸福在于生命的单纯和精神的丰富。

现代人只从物质层面求幸福，却轻慢了人身上最宝贵的两种价值，结果并不幸福，毛病就出在价值观。

为了幸福，我们要保护好生命的单纯。

人应该享受生命，但真正的享受生命是满足生命本身那些自然性质的需要，它们是单纯的，而超出自然需要的物欲却导致了生活的复杂，是痛苦的根源。

人是自然之子，与自然和谐相处是人类幸福的永恒前提。

在当今这个崇尚财富的时代，财富是促进幸福，还是导致不幸，取决于有无正确的财富观。

人是精神性存在，精神需要的满足是幸福的更重要源泉。

在物质生活有保障之后，幸福主要取决于精神生活的品质。

良好的智力品质表现在智力活动的兴趣和习惯，在此基础上找到自己真正喜欢做的事，拥有属于自己的事业，这个意义上的成功才是会带来有着巨大幸福感的真成功。

良好的情感品质表现在自我的充实、内在生活的丰富、爱的体验和能力，这是自己身上的快乐源泉。

良好的灵魂品质表现在善良、高贵的品德，真诚的信仰，这是做人的最高幸福。

幸福是相对的，现实的人生必然包容痛苦和不幸。

因此，承受苦难乃是寻求幸福之人必须具备的素质。

<<智慧引领幸福>>

也因此，在智慧的引领下，想明白人生的道理，与身外遭遇保持距离，与命运结伴而行，才能在寻求幸福之路上从容前行。

人人都在寻求幸福，通往幸福没有现成的路可走，我们必须探路。

以上是我探路的心得，按照这个线索，我对以前写的文字做了选择和整理，又补充了一些新的文字，编成这本书，供别的探路者参考。

2012年4月11日

## <<智慧引领幸福>>

### 内容概要

《智慧引领幸福》是周国平从价值观角度叩问幸福的一本最新力作。本书中作者认为，幸福是一个价值观问题，结合哲学上对幸福的理解，加上自己的体悟，作者认为：幸福在于生命的单纯和精神的丰富。做到这两点就是好，就是幸福。

在探索幸福的路上，本书向读者分享了作者对生命、自然、财富、成功、友谊、快乐、爱、做人做事，甚至与幸福相对的孤独、苦难等主题的思考，倡导人们珍惜简单的平凡的生活，注重丰富的内在的精神生活，对于今天疲于生活、为名利所累的现代人，如同一股股清泉，抚慰着心灵，指引着人生方向。

作者在本书中保持了一贯的平白朴实的语言风格，不时跳出的虽浅显但极富哲理的语句，总能让读者顿悟。

## 作者简介

周国平，当代著名学者、作家。  
中国社会科学院哲学研究所研究员。  
1945年生于上海，1967年毕业于北京大学哲学系，1981年毕业于中国社会科学院研究生院哲学系。  
著有学术专著《尼采：在世纪的转折点上》《尼采与形而上学》等，散文集《守望的距离》《各自的朝圣路》《安静》《善良?丰富?高贵》《生命的品质》等，纪实作品《妞妞：一个父亲的札记》《岁月与性情——我的心灵自传》《偶尔远行》《宝贝，宝贝》，随感集《人与永恒》《风中的纸屑》《内在的从容》《把心安顿好》等，诗集《忧伤的情欲》，以及《人生哲思录》《周国平人文讲演录》等，译著有《尼采美学文选》《尼采诗集》《偶像的黄昏》。

<<智慧引领幸福>>

书籍目录

前言

第一辑 幸福与价值观

价值观的力量  
幸福是灵魂的事  
快感离幸福有多远？

活出真性情  
人生贵在行胸臆  
在义与利之外  
内在的从容  
幸福是一种能力  
可持续的快乐

第二辑 享受生命

珍爱生命  
让生命回归单纯  
保持生命的本色  
生命本来没有名字  
生命本身的享受  
戏说欲望  
平凡生活的价值  
品味平凡生活  
生命中不能错过什么  
生活的减法  
心灵的空间  
神圣的休息日  
休闲的时尚

第三辑 亲近自然

亲近自然  
自然的奥秘  
当好自然之子  
怀念土地  
都市里的外乡人  
旅+游=旅游  
现代技术的危险何在？

诗意地栖居

第四辑 财富与幸福

金钱的好处  
两种快乐的比较  
谋财害命新解  
消费=享受？

谈钱  
不占有  
习惯于失去

<<智慧引领幸福>>

白兔和月亮

简单生活

精神栖身于茅屋

第五辑 成功与幸福

成功是优秀的副产品

比成功更重要的

成功的真谛

职业和事业

做自己喜欢做的事

快乐工作的能力

创造的幸福

度一个创造的人生

最合宜的位置

第六辑 做自己的朋友

自爱和自尊

拥有“自我”

成为你自己

最好的朋友是你自己

做自己的朋友

与自己谈话的能力

独处也是一种能力

独处的充实

往事的珍宝

时光村落里的往事

心灵的宁静

安静的位置

丰富的安静

第七辑 自己身上的快乐源泉

内在生活

心灵也是一种现实

自己身上的快乐源泉

不满足的人比满足的猪幸福

不做梦的人必定平庸

理想主义永远不会过时

梦并不虚幻

好梦何必成真

车窗外

美的享受

阅读的快乐

与大师为友

读书的癖好

愉快是基本标准

做一个真正的读者

写作的理由

养成写日记的习惯

第八辑 爱的幸福

我爱故我在

<<智慧引领幸福>>

爱使人富有  
表达你心中的爱和善意  
有爱心的人有福了  
爱与孤独  
相遇是一种缘  
女性的美丽和伟大  
我对女性只有深深的感恩  
什么是爱  
爱情不风流  
婚姻的质量  
伴侣之情  
家  
迎来小生命  
亲子之爱  
父母怎样爱孩子  
亲疏随缘

第九辑 做人的最高幸福

做人和做事  
第一重要的是做人  
善良 丰富 高贵  
人品和智慧  
善良是第一品德  
做人的尊严  
人的高贵在于灵魂  
灵魂的追求  
信仰的核心  
信仰之光  
与世界建立精神关系  
不见而信  
不仅是靠食物  
报应  
拒绝光即已是惩罚

第十辑 面对苦难

正视苦难  
苦难与生命意义  
落难的王子  
以尊严的方式承受苦难  
人得救靠本能  
苦难中的智慧  
一天的难处一天担当  
做一个能够承受不幸的人  
面对苦难  
苦难的精神价值

第十一辑 智慧引领幸福

智慧与幸福  
超脱的胸怀  
与身外遭遇保持距离



<<智慧引领幸福>>

平常心  
宽待人性  
幽默是心灵的微笑  
幸福是相对的  
苦与乐的辩证法  
和命运结伴而行  
从一而终的女人  
幸福的西绪福斯

## 章节摘录

幸福是灵魂的事 在世上一切东西中，好像只有幸福是人人都想要的东西。你去问人们，想不想结婚、生孩子，或者想不想上大学、经商、出国，肯定会得到不同的回答。可是，如果你问想不想幸福，大约没有人会拒绝。而且，之所以有些人不想生孩子或经商等等，原因正在于他们认为这些东西并不能使他们幸福，想要这些东西的人则认为它们能够带来幸福，或至少是获得幸福的手段之一。也就是说，在相异的选择背后似乎藏着相同的动机，即都是为了幸福。而这同时也表明，人们对幸福的理解有多么不同。

幸福的确是一个极含糊的概念。人们往往把得到自己最想要的东西、实现自己最衷心的愿望称作幸福。然而，愿望不仅是因人而异的，而且同一个人的愿望也会发生变化。真的实现了愿望，得到了想要的东西，是否幸福也还难说，这要看它们是否确实带来了内心的满足和愉悦。

费尽力气争取某种东西，争到了手却发现远不如想象的好，乃是常事。幸福与主观的愿望和心情如此紧相纠缠，当然就很难给它订一个客观的标准了。

我们由此倒可以确定一点：幸福不是一种纯粹客观的状态。我们不能仅仅根据一个人的外在遭遇来断定他是否幸福。他有很多钱，有别墅、汽车和漂亮的妻子，也许令别人羡慕，可是，如果他自己不感到幸福，你就不能硬说他幸福。

既然他不感到幸福，事实上他也的确不幸福。外在的财富和遭遇仅是条件，如果不转化为内在的体验和心情，便不成其为幸福。

如此看来，幸福似乎主要是一种内心快乐的状态。不过，它不是一般的快乐，而是非常强烈和深刻的快乐，以至于我们此时此刻会由衷地觉得活着是多么有意思，人生是多么美好。

正是这样，幸福的体验最直接地包含着我们对生命意义的肯定评价。

感到幸福，也就是感到自己的生命意义得到了实现。

不管拥有这种体验的时间多么短暂，这种体验却总是指向整个一生的，所包含的是对生命意义的总体评价。

当人感受到幸福时，心中仿佛响着一个声音：“为了这个时刻，我这一生值了！”

“若没有这种感觉，说‘幸福’就是滥用了大字眼。

人身上必有一种整体的东西，是它在寻求、面对、体悟、评价整体的生命意义，我们只能把这种东西叫做灵魂。

所以，幸福不是零碎和表面的情绪，而是灵魂的愉悦。

正因为此，人一旦有过这种时刻和体验，便终身难忘了。

可以把人的生活分为三个部分：肉体生活，不外乎饮食男女；社会生活，包括在社会上做事以及与他人的交往；灵魂生活，即心灵对生命意义的沉思和体验。

必须承认，前两个部分对于幸福也不是无关紧要的。

如果不能维持正常的肉体生活，饥寒交迫，幸福未免是奢谈。

在社会生活的领域内，做事成功带来的成就感，爱情和友谊的经历，都尤能使人发觉人生的意义，从而转化为幸福的体验。

不过，亚里士多德认为，对于幸福来说，灵魂生活具有头等的重要性，因为其余的生活都要依赖外部条件，而它却是自足的。

同时，它又是人身上最接近神的部分，从沉思中获得的快乐几乎相当于神的快乐。

这意见从一个哲学家口中说出，我们很可怀疑是否带有职业偏见。

但我们至少应该承认，既然一切美好的经历必须转化为内心的体验才成其为幸福，那么，内心体验的敏感和丰富与否就的确是重要的，它决定了一个人感受幸福的能力。

<<智慧引领幸福>>

对于内心世界不同的人来说，相同的经历具有完全不同的意义，--因而事实上他们也就并不拥有相同的经历了。

另一方面，一个习于沉思的智者，由于他透彻地思考了人生的意义和限度，便与自己的身外遭遇保持了一个距离，他的心境也就比较不易受尘世祸福沉浮的扰乱。

而他从沉思和智慧中获得的快乐，也的确是任何外在的变故不能将它剥夺的。

考虑到天有不测风云，你不能说一种宽阔的哲人胸怀对于幸福是不重要的。

· · · · · ·

#### 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>