

著 / 周国平

幸福
是一种能力

Chasing Pavement

to

Happiness



湖南文艺出版社



博集天卷
CS-BOOKY

著

周国平

幸福
是一种能力

Chasing Pavement

to

Happiness

CMS

湖南文艺出版社

HUNAN LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE

博集天卷

CS-BOOKY

图书在版编目(CIP)数据

幸福是一种能力 / 周国平著. — 长沙: 湖南文艺出版社, 2016.3

ISBN 978-7-5404-7471-3

I. ①幸… II. ①周… III. ①散文集—中国—当代 IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第015735号

©中南博集天卷文化传媒有限公司。本书版权受法律保护。未经权利人许可, 任何人不得以任何方式使用本书包括正文、插图、封面、版式等任何部分内容, 违者将受到法律制裁。

上架建议: 文学·散文

XINGFU SHI YIZHONG NENGLI

幸福是一种能力

著 者: 周国平

出 版 人: 刘清华

责任编辑: 薛 健 刘诗哲

监 制: 蔡明菲 潘 良

特约策划: 张小雨

特约编辑: 田 宇

营销推广: 李 群

装帧设计: 利 锐

内文插画: [越南] Tamypu

封面绘图: 朴 缜

版权支持: 文赛峰

出版发行: 湖南文艺出版社

(长沙市雨花区东二环一段 508 号 邮编: 410014)

网 址: www.hnwy.net

印 刷: 北京盛通印刷股份有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 700mm × 1000mm 1/16

字 数: 164千字

印 张: 15

版 次: 2016年3月第1版

印 次: 2016年3月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5404-7471-3

定 价: 39.00元

质量监督电话: 010-59096394

团购电话: 010-59320018

- 谈钱 / 094
- 金钱的好处 / 097
- 在义与利之外 / 100
- 成功的真谛 / 103
- 职业和事业 / 105
- 做自己喜欢做的事 / 109
- 成功是优秀的副产品 / 114
- 价值观的力量 / 117
- 财富的作用取决于人的素质 / 121
- 小康胜大富 / 128
- 谋财害命新解 / 131

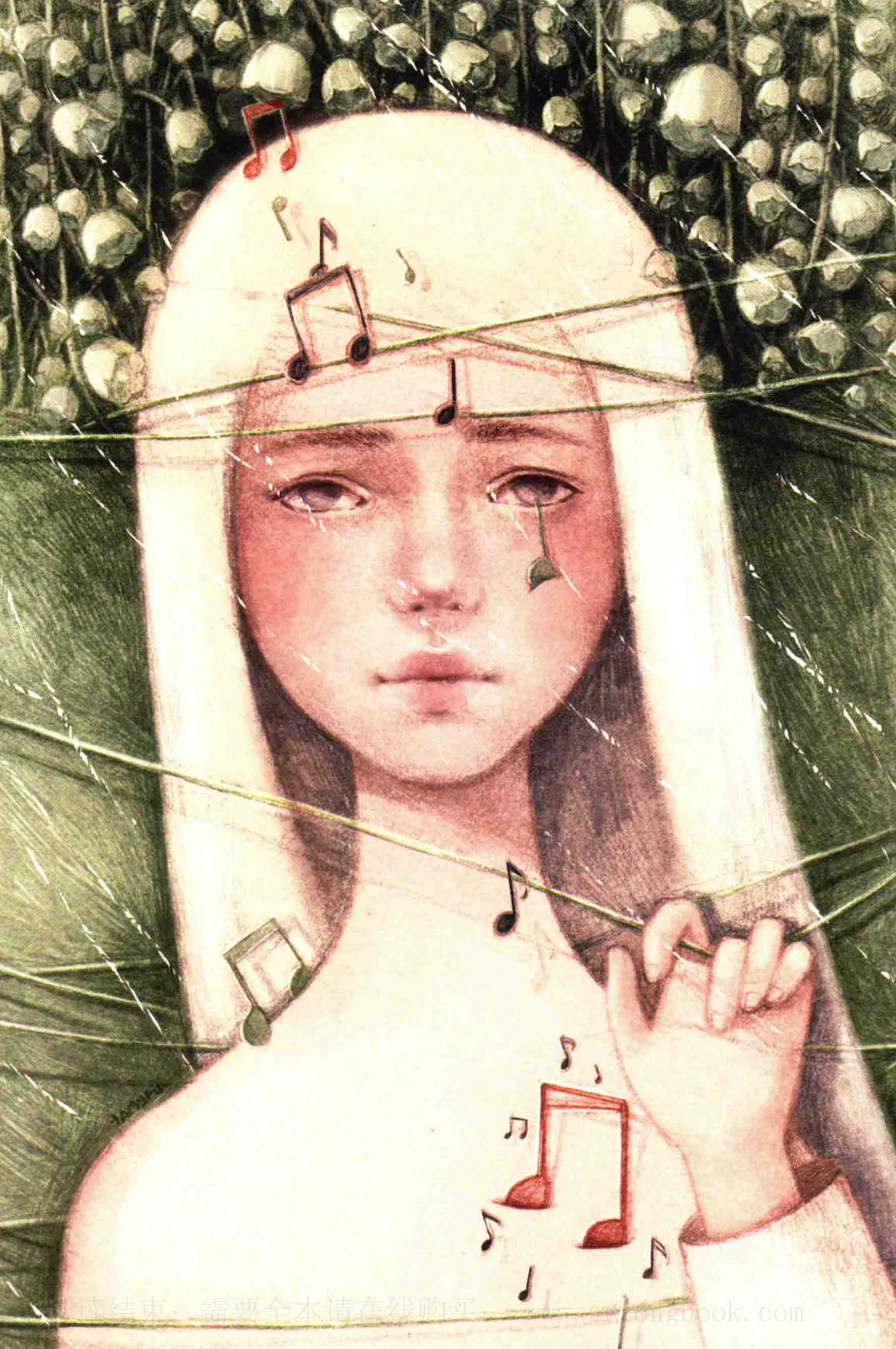
- 丰富的安静 / 136
- 安静的位置 / 139
- 活出真性情 / 141
- 内在的从容 / 146
- 心灵的空间 / 150
- 生活的减法 / 153
- 心灵的宁静 / 155
- 往事的珍宝 / 160
- 平常心 / 164
- 内在生活 / 170

在义与利之外

第四章 Chapter 4

内在的从容

第五章 Chapter 5



与身外遭遇保持距离 / 176
 守望的角度 / 179
 不占有 / 182
 习惯于失去 / 186
 超脱的胸怀 / 189

正视苦难 / 196
 苦难与生命意义 / 199
 以尊严的方式承受苦难 / 201
 人得救靠本能 / 206
 苦难中的智慧 / 211
 与命运结伴而行 / 216
 面对苦难 / 221
 苦难的精神价值 / 225

与身外遭遇
 保持距离

与命运
 结伴而行

Chapter 6
 第六章

Chapter 7
 第七章

幸福学

Chapter 1

第一章

幸 福 是 一 种 能 力

幸福是 一种能力

哲学家们提出过种种幸福论，可以确定的是，没有一种能够为多数人所接受。至于形形色色所谓幸福的“秘诀”，如果不是江湖骗术，至多就是一些老生常谈罢了。

幸福是 一种能力

幸福是一种能力

内心世界的丰富、敏感和活跃与否决定了一个人感受幸福的能力高低。在此意义上，幸福是一种能力。

在我看来，所谓成功是指把自己真正喜欢的事情做好，前提是首先要有自己真正的爱好，即自己的真性情，舍此便只是名利场上的生意经。而幸福则主要是一种内心体验，是心灵对于生命意义的强烈感受，因而也是以心灵的感受力为前提的。所以，比成功和幸福更重要的是，一个人必须有一个真实的自我、一颗饱满的灵魂，它决定了一个人争取成功和体验幸福的能力。

世界是大海，每个人是一只容量基本确定的碗，他的幸福便是碗里所盛的海水。我看见许多可怜的小碗在海里拼命翻腾，为的是舀到更多的水，而为数不多的大碗则很少动作，看上去几乎是静止的。

英国哲学家约翰·穆勒说：“不满足的人比满足的猪幸福，不满足的苏格拉底比满足的傻瓜幸福。”

人和猪的区别就在于，人有灵魂，猪没有灵魂。苏格拉底和傻瓜的区别就在于，苏格拉底的灵魂醒着，傻瓜的灵魂昏睡着。灵魂生活开始于不满足。不满足于什么？不满足于像动物那样活着。正是在这不满足中，人展开了对意义的寻求，创造了丰富的精神世界。

那么，何以见得不满足的人比满足的猪幸福呢？穆勒说，因为前者的快乐更丰富，但唯有兼知两者的人才能做出判断。也就是说，如果你是一头满足的猪，跟你说了也白说。我不是骂任何人，因为我相信，每个人身上都藏着一个不满足的苏格拉底。

人生意义取决于灵魂生活的状况。其中，世俗意义——幸福——取决于灵魂的丰富，神圣意义——德行——取决于灵魂的高贵。

人生的价值可用两个词来代表，一是幸福，二是优秀。优秀，就是人之为人的精神禀赋发育良好，成为人性意义上的真正的人。幸福，最重要的成分也是精神上的享受，因而是以优秀为前提的。由此可见，二者皆取决于人性的健康生长和全面发展。

经历过巨大苦难的人有权证明，创造幸福和承受苦难属于同一种能力。没有被苦难压倒，这不是耻辱，而是光荣。

有无爱的欲望，能否感受生的乐趣，归根到底是一个内在的生命力的问题。

幸福是一个心思诡谲的女神，但她的眼光并不势利。权力能支配一切，却支配不了命运。金钱能买来一切，却买不来幸福。

人生最美好的享受都依赖于心灵能力，是钱买不来的。钱能买来名画，买不来欣赏；能买来色情服务，买不来爱情；能买来豪华旅游，买不来旅程中的精神收获。金钱最多只是获得幸福的条件之一，永远不是充分条件，永远不能直接成为幸福。

幸福是 灵魂的事

在世上的一切东西中，好像只有幸福是人人都想要的。如果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，如果你问人们想不想幸福，大概没有人会拒绝。而且，有些人之所以不想生孩子或经商等，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，是否幸福也很难说，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，争到手了却发现远不如想象的好，是常事。幸福与主观的愿望和心情如此紧相纠缠，当然就很难给它定一个客观的标准了。

我们由此可以确定一点：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境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。外在的财富和境遇仅是条件，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，这种体验都是指向一生的，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作灵魂。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，便终生难忘了。

我们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并不是无关紧要的。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，更能使人发现人生的意义，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，灵魂生活具有头等重要性，因为其余的生活都要依赖外部条件，而它是自足的。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。这思想从一个哲学家口中说出，我们很可能会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称为幸福，那么，内心体验的敏感和丰富与否的确就是重要的，它决定了一个人感受幸福的能力高低。

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，一个习惯于沉思的智者，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段距离，他的心境也就比较不易受尘世祸福沉浮扰乱。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剥夺的。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。

智慧 与幸福

幸福是一种能力

苏格拉底提出过一个等式：智慧=美德=幸福。他的意思是，一个人倘若想明白了人生的道理，做人就一定会做得好，而这也就是幸福。反过来说，我们的确看到，许多人之所以生活得不幸福，正是因为没有想明白人生的道理，在做人上出了问题。在此意义上，智慧是引领我们寻求幸福的明灯。

幸福是相对的，现实中的幸福是包容人生各种正负经历的丰富体验。人生中必然遭遇挫折和痛苦，把它们视为纯粹的坏事予以拒斥，是一种愚痴，只会使自己距幸福越来越远。

人生最值得追求的东西，一是优秀，二是幸福，二者都离不开智慧。所谓智慧，就是想明白人生的根本道理。唯有这样，才会懂得如何做人，从而成为人性意义上的真正优秀的人。唯有这样，才能分辨人生中各种价值的主次，知道自己到底要什么，从而真正获得和感受到幸福。

智慧不是一种才能，而是一种人生觉悟，一种开阔的胸怀和眼光。一个人在社会上也许成功，也许失败，如果他是智慧的，他就不会把这些看得太重要，而能够站在人世间一切成败之上，以这种方式成为自己命运的主人。

健康的心理来自智慧的头脑。现代人易患心理疾病，病根多半在于想不明白人生的根本道理，于是就看不开生活中的小事。倘若想明白了，哪有看不开之理？

智慧使人对苦难更清醒，也更敏感。一个智者往往对常人所不知的苦难也睁着眼睛，又比常人更深地体悟到日常苦难背后深邃的悲剧含义。在这个意义上，智慧使人痛苦。

然而，由于智者有着比常人开阔得多的视野，进入他视界的苦难固然因此增多了，每一个单独的苦难所占据的相对位置因此也缩小了。常人容易被当下的苦难一叶障目，智者却能够恰当地估计它与整个人生的关系。即使他是一个悲观主义者，由苦难的表象洞察人生悲剧的底蕴，这种洞察也使他相对看轻了表象的重要性。

由此可见，智慧与痛苦的关系是辩证的，它在使人感知痛苦的同时也使人超脱痛苦。

所谓智慧的人生，就是要在执着和超脱之间求得一个平衡。有超脱的一面，看到人生的界限，和人生有距离，反而更能看清楚人生中什么东西真正有价值。

人生中的大问题都是没有答案的。但是，一个人唯有思考这些大问题，才能真正拥有自己的生活信念和生活准则，从而对生活中的小问题做出正确的判断。

航海者根据天上的星座来辨别和确定航向。他永远不会知道那些星座的成分和构造，可是，如果他不知道它们的存在，就会迷失方向，不能完成具体的航行任务。

智慧的人就好像站在神的位置上来看人类，包括他自己，看到了人类的局限性。他一方面也是一个具有这种局限性的普通人，另一方面又能够居高临下地俯视这局限性，也就在一定意义上超越了它。

人要能够看到限制，前提是要和这限制拉开一段距离。坐井观天，就永远不会知道天之大和井之小。人的根本限制就在于不得不有一个肉

身凡胎，它被欲望所支配，受有限的智力所指引和蒙蔽，为生存而受苦。可是，如果我们总是坐在肉身凡胎这口井里，我们就不可能看明白它是一个根本限制。所以，智慧就好像某种分身术，要把一个精神性的自我从这个肉身的自我中分离出来，让它站在高处和远处，以便看清楚这个在尘世中挣扎的自己所处的位置和可能的出路。

从一定意义上说，哲学家是一种分身有术的人，他的精神性自我已经能够十分自由地离开肉身，静观和俯视尘世的一切。

一个人有能力做神，却生而为人，他就成了哲人。

苏格拉底说：“我知道我一无所知。”他心中有神的全知，所以知道人归根到底是无知的，别的人却把人的一知半解当成了全知。

心中有完美，同时又把不完美作为人的命运承受下来，这就是哲人。

人生在世，既能站得正，又能跳得出，这是一种很高的境界。在一定意义上，跳得出是站得正的前提，唯有看轻沉浮荣枯，才能不计利害得失，堂堂正正做人。

如果说站得正是做人的道德，那么，跳得出就是人生的智慧。人为什么会堕落？往往是因为陷在尘世一个狭窄的角落里，心不明，眼不亮，不能抵挡近在眼前的诱惑。佛教说“无明”是罪恶的根源，基督教说堕落的人生活在黑暗中，说的都是这个道理。相反，一个人倘若经常跳出来看一看人生的全景，真正看清事物的大小和价值的主次，就不太会被那些渺小的事物和次要的价值绊倒了。