

周国平 著

· 经典随感 ·

周国平

内在的从容

为自己的心灵保留一个自由的空间，

一种内在的从容和悠闲，

才能真正品尝到精神的快乐。



013035140

I267.1
889-2

何国平 著

内在的从容

· 经典随感 ·



I267.1
889-2
作家出版社



北航

C1642577

图书在版编目 (CIP) 数据

内在的从容 / 周国平著. -- 北京 : 作家出版社, 2013.3
(周国平文集)

ISBN 978-7-5063-6871-1

I. ①内… II. ①周… III. ①散文集 - 中国 - 当代
IV. ① I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 060393 号

内在的从容

作 者: 周国平

总 策 划: 贺鹏飞

出版统筹: 刘玉浦

责任编辑: 盖启天 冯京丽

特约编辑: 肖 瑶 印超华

图书策划: 张 斌

装帧设计: 蒋宏工作室

出版发行: 作家出版社

社 址: 北京农展馆南里 10 号 邮 编: 100125

电话传真: 86-10-65930756 (出版发行部)

86-10-65004079 (总编室)

86-10-65015116 (邮购部)

E-mail: zuoja@zuoja.net.cn

<http://www.haozuoja.com> (作家在线)

印 制: 三河市华润印刷有限公司

成品尺寸: 139 × 204

字 数: 170 千字

印 张: 10

版 次: 2013 年 5 月第 1 版

印 次: 2013 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5063-6871-1

定 价: 28.00 元

作家版图书, 版权所有, 侵权必究。

作家版图书, 印装错误可随时退换。

↓
→ 序 ↗



本书是我的第三本随感集，所收文字写于 2001 年至 2005 年间。前两本为《人与永恒》、《风中的纸屑》，皆流传已久，最近又由出版社出了袖珍精装本。这一本初版于 2006 年，当时的书名是《碎句与短章》，现在也要出袖珍精装本，有读者认为原书名与我的作品风格不吻合，建议更改，我觉得有理，欣然听从。

“内在的从容”是从本书内容中选取的一个词组，代表了我近些年特别愿意保持的一种状态，用作书名挺合适。在今天的世界上，大家都很忙，我似乎也不例外。但是，对于忙，我始终有一种警惕。我确立了两个界限，第一要忙得愉快，只为自己真正喜欢的事忙；第二要忙得有分寸，做多么喜欢的事也不让自己忙昏了头。其实，正是做自己喜欢的事，更应该从容，心灵是清明而活泼

的，才会把事情做好，也才能享受做事的快乐。比如读书和写作，我有许多大的计划，但我决不赶进度，读得慢、写得少又何妨，把这么好的乐事变成苦差才是最划不来的。

初版时全书分成两部分。上编“碎句”基本上是随感的原始素材，按主题加以分类编排。下编“短章”汇集了一些短小的文章，大多是为一家报纸的副刊写的，实际上也是在随感素材的基础上加工而成。现在虽然改了书名，但内容及布局未变，故仍保留“碎句”和“短章”为上下编的标题。

周国平

2008年3月5日

↓
目
录
↓

01 / 序

上编 碎句

002 / 人性

007 / 人生

014 / 做人

017 / 处世

022 / 独处与交往

028 / 爱

032 / 两性之间

036 / 婚姻

041 / 孩子和教育

047 / 幸福与苦难

- 050 / 创造
- 057 / 精神生活
- 062 / 信仰和道德
- 069 / 哲学
- 078 / 文化和学术
- 084 / 文学和艺术
- 092 / 写作
- 100 / 读书
- 104 / 世态人情
- 109 / 个人态度
- 114 / 思絮

下编 短章

- 120 / 社会性的质量
- 122 / 两种人性的单纯
- 124 / 丰富的单纯
- 126 / 敬畏自然
- 128 / 城里的孩子没有童年
- 130 / 与万物交谈

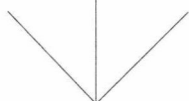
- 132/ 海的真相
- 134/ 人类生活的永恒核心
- 136/ 感受生命的奇迹
- 137/ 珍爱生命
- 139/ 开展生命教育的迫切性
- 141/ 生命是最基本的价值
- 143/ 倾听生命自身的声音
- 145/ 不失性命之情
- 147/ 生命观与人生意义
- 149/ 利己和同情
- 151/ 灵与肉的奇妙结合
- 153/ 情欲的卑贱和伟大
- 155/ 性是自然界的一大神秘
- 157/ 差异中倾注了上帝的灵感
- 159/ 欣赏另一半
- 161/ 最优秀的男女是雌雄同体的
- 162/ 女性是永恒的象征
- 164/ 爱造就丰富
- 166/ 情爱价值的取舍
- 168/ 婚姻中的利益考虑

- 170/ 尼采的鞭子
- 172/ 原罪的故事
- 174/ 人生的坐标
- 176/ “定力”从何而来
- 178/ 摆脱日常生活的惰性
- 180/ 保持内在的从容
- 182/ 一天的难处一天担当
- 184/ 神圣的休息日
- 186/ 励什么样的志
- 188/ 成功是优秀的副产品
- 190/ 及早找到最适合自己的领域
- 192/ “三十而立”解
- 194/ 生命质量的两个基本要素
- 196/ 幸福和运气
- 198/ 不满足的人比满足的猪幸福
- 200/ 检验人的素质的一个尺度
- 202/ 可持续的快乐
- 204/ 钱和生活质量
- 206/ 快乐与钱无关
- 208/ 可怕的不是钱，是贪欲

- 210/ 做钱的主人，不做钱的奴隶
- 212/ 哲学家与钱财
- 214/ 财富观的进步
- 216/ 最高的物质幸福
- 218/ 对自己的人生负责
- 220/ 最根本的责任心
- 222/ 拥有“自我”
- 224/ 解读“性格就是命运”
- 226/ 成为自己的朋友
- 228/ 与自己谈话的能力
- 230/ 认识你自己
- 232/ 多听少说
- 234/ 为自己写的日记
- 236/ 心灵土壤
- 238/ 永远不成熟的人
- 240/ 灵魂之杯
- 242/ 两种不同的梦
- 244/ 卵石和顽石
- 246/ 怀念和追求
- 248/ “上帝”的含义

- 250/ 人生思考者的痛苦和快乐
- 252/ 野蛮的做法
- 254/ 教育的尺度
- 256/ 不可误用光阴
- 258/ 童年的价值
- 260/ 向孩子学习
- 262/ 教师是神圣的职业
- 264/ 花开时节
- 266/ 热闹的空虚
- 268/ 媒体时代的悲哀
- 270/ 媒体对于大众阅读的责任
- 272/ 诚信与尊严
- 274/ 不愿意纠缠
- 276/ “好人一生平安”
- 278/ “世纪末”没有感想
- 280/ 我看改革二十年
- 281/ 文化、商业与炒作
- 283/ 我的守株待兔
- 285/ 学而思，思而录
- 287/ 灵感是思想者的贵宾

- 289/ 内在的眼睛
- 291/ 写作与市场
- 293/ 因为它在那里
- 295/ 对譬喻的理解力
- 297/ 艺术的个性与人类性
- 299/ 关于美的两个定义
- 301/ 一个文学家眼中的哲学
- 303/ 不同的哲学观
- 304/ 对后现代的怀疑
- 306/ 鸡年说鸡



碎

→ 上编 ↗

句



人 性

↓
从

内在的

容

↓

002

每一个人的长处和短处是同一枚钱币的两面，就看你把哪一面翻了出来。换一种说法，就每一个人的潜质而言，本无所谓短长，短长是运用的结果，用得好就是长处，用得不好就成了短处。

华兹华斯说：“孩子是大人的父亲。”我这样来论证这个命题——

孩子长于天赋、好奇心、直觉，大人长于阅历、知识、理性，因为天赋是阅历的父亲，好奇心是知识的父亲，直觉是理性的父亲，所以孩子是大人的父亲。

这个命题除了表明我们应该向孩子学习之外，还可做另一种解释：对于每一个人来说，他的童年状况也是他的成年状况的父亲，因此，早期的精神发育在人生中

具有关键作用。

人是情感动物，也是理智动物，二者不可缺一。

在人类一切事业中，情感都是原动力，而理智则有时是制动器，有时是执行者。或者说，情感提供原材料，理智则做出取舍，进行加工。世上决不存在单凭理智就能够成就的事业。

所以，无论哪一领域的天才，都必是具有某种强烈情感的人。区别只在于，由于理智加工程度和方式的不同，对那作为原材料的情感，我们从其产品上或者容易认出，或者不容易认出罢了。

情感和理智是一对合作伙伴，如同一切合作伙伴一样，它们之间可能发生冲突。有几种不同情况：

其一，两者都弱，冲突也就弱，其表现是平庸。

其二，双方力量对比悬殊，情感强烈而理智薄弱，或理智发达而情感贫乏。在这两种情形下，冲突都不会严重，因为一方稳占支配地位。这样的人可能一事无成，也可能成为杰出的偏才。

其三，两者皆强，因而冲突异常激烈。然而，倘若深邃的理智终于能驾驭磅礴的情感，从最激烈的冲突中便能产生最伟大的成就。这就是大天才的情形。

一个人对于人性有了足够的理解，他看人包括看自己的眼光就会变得既深刻又宽容，在这样的眼光下，一切隐私都可以还原成普遍的人性现象，一切个人经历都可以转化成心灵的财富。

绝大多数人的生命潜能有太多未被发现和运用。由于环境的逼迫、利益的驱使或自身的懒惰，人们往往过早地定型了，把偶然形成的一条窄缝当成了自己的生命之路，只让潜能中极小一部分从那里释放，绝大部分遭到了弃置。人们是怎样轻慢地亏待自己只有一次的生命啊。

不论电脑怎样升级，我只是用它来写作，它的许多功能均未被开发。我们的生命何尝不是如此？

骄傲与谦卑未必是反义词。

有高贵的骄傲，便是面对他人的权势、财富或任何长处不卑不亢，也有高贵的谦卑，便是不因自己的权势、财富或任何长处傲视他人，它们是相通的。

同样，有低贱的骄傲，便是凭借自己的权势、财富

或任何长处趾高气扬，也有低贱的谦卑，便是面对他人的权势、财富或任何长处奴颜婢膝，它们也是相通的。

真正的对立存在于高贵与低贱之间。

我听到一场辩论：挑选一个人才，人品和才智哪一个更重要？双方各执一端，而有一个论据是相同的。一方说，人品重要，因为才智是可以培养的，人品却难改变。另一方说，才智重要，因为人品是可以培养的，才智却难改变。

其实，人品和才智都是可以改变的，但要有大的改变都很难。

也许，人是很难真正改变的，内核的东西早已形成，只是在不同的场景中呈现不同的形态，场景的变化反而证明了内核的坚固。

人性意义上的伟大是世界性的，必能赢得一切民族的人的尊敬。

耶稣说：“先知在自己的家乡往往不受欢迎，而在家乡之外却受到尊敬。”套用他的话，我们可以说，只在自己的家乡受到推崇，而在家乡之外不受欢迎的榜样是不够格的榜样。