

龙春华◎著

北大人生哲学课

每个北大人都具有北大的精神和气质，而每一个北大人都拥有自己与众不同的生活经历与智慧。所以，北大的人生哲学并非能用简单的几句话就能概括或说明的。我们汲取了部分北大的精彩而富有洞见的言论，来论述我们对北大的人生哲理。精英者能够从北大人生哲理及汪洋中吸收营养的养分，人才的话语与成长，不在于方法，而在于观念，不在于辛勤，而在于智慧。北大的成功，不仅在于拥有世界一流专业和学术水平，而且在于它独特而深刻的人生哲学。百年以来北大知名导师和教授，都曾在各种场合和著作中阐述过自己的人生哲理，可是多数人却无暇去阅读和理解，而本书则用感性的语言和生动的有趣的案例，详尽地阐释北大知名学者和教师对人生的理解，最终形成一本通俗北大人生哲理的书，希望能帮助读者经营自己的人生来帮助他人。人生本是有意义的，关键是能赋予它一个意义，即使我们没有办法进入北大的机会，也还是可以像他们丰富的人生历程中汲取价值和营养，学习北大独特的智慧，博大、厚重与坚强的胸怀，为自己的成功添砖加瓦。

世界如何？人生如何？我为何善出现在这个世界上？我的未来归于何处？
走出迷茫，摆脱苦闷，看清世界，认知自己，你的人生将从此得以改变！

中国华侨

北大

龙春华◎著

人生哲学课

中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

北大人生哲学课 / 龙春华著. — 北京: 中国华侨出版社, 2012. 9
ISBN 978-7-5113-2897-7

I. ①北… II. ①龙… III. ①人生哲学-通俗读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第212559号

•北大人生哲学课

著 者 / 龙春华

责任编辑 / 蒙 静

责任校对 / 孙 丽

经 销 / 新华书店

开 本 / 787×1092毫米 1/16 印张 / 14.5 字数 / 150千

印 刷 / 北京中振源印务有限公司

版 次 / 2012年10月第1版 2012年10月第1次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-2897-7

定 价 / 29.80元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成大厦3层 邮 编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 传真: (010) 64439708

发行部: (010) 64443051

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com



北京大学，是一所屹立于首都北京的百年高等学府，是中国近代第一所国立大学，也是亚洲和世界最重要的大学之一。这所大学见证了中国近百年的沧桑历史，是“新文化运动”兴起的摇篮，是“五四运动”的发祥地，是各种思潮的最早传播地，是一个与近代中国命运息息相关的地方。

人是思想的载体，说到北大的思想，我们就不能不说到为北大作出卓越贡献的北大人。比如，胡适、蔡元培、蒋梦麟、傅斯年、马寅初、周培源等。他们作为先进文化的继承者、传播者与发扬者，不仅孕育了北大思想，传播了北大思想，还以各自的行为与思想，共同为我们构建了一个属于北大的人文哲学体系。

北大的人文哲学体系不仅拥有北大独有的人文魅力，还体现了北大人身上少有的独特智慧、博大、厚重与坚强，并且还影响了无数北大学子，像一盏指明灯一样，为他们照亮了前进的道路。



为了将北大人文哲学思想广泛地传播开来，为了能尽快实现年轻人的人生梦想，我决定写这本《北大人生哲学课》。因为我知道任何一个人想要成功，不管是事业方面，还是人生方面，都必须要有正确的人生观与价值观做指导。眼下，许多年轻人都感到迷茫不已，不知道自己的路在何方。因此，我希望《北大人生哲学课》能为大家照亮前进的道路，点燃希望的火把。

也许有人会说，北大这些先哲的思想早已跟不上时代的潮流，其实不然。俗话说：“前事不忘，后事之师。”尽管大多数先哲已离我们远去，但是他们关于人生的感悟和总结出的言论却值得我们细细品味。他山之石，可以攻玉。虽然，我们不能复制他们的经历，但是只要我们懂得学习与借鉴，那么这些人生哲理就会为我们所用。

目录

CONTENTS

上篇：人生如浮云，做最好的你

Lesson 1

迈进人生的河流，你的人生你做主

1. 读懂人生价值，你将过得更精彩 // 002
2. 不完美才是人生的真相 // 005
3. 人活的是一个过程，别太注重结果 // 008
4. 活在当下，过好每一天 // 010
5. 有尊严的人生才活得坦荡 // 013
6. 懂得回报的人生更有意义 // 016

Lesson 2

人生道路千万条，做好自己头一条

1. 每个人都是被上帝咬过的苹果 // 020
2. 真实是人生的至高境界，做真实的自己 // 022
3. 不靠天不靠地，自立才能自强 // 024
4. 自信是号角，鼓励你奋勇前进 // 027
5. 诚信是安身立命不可或缺的品德 // 030
6. 人要有主见，勿人云亦云 // 032

Lesson 3

人不能选择命运，但可以选择心态

1. 用平常心对待人生百态 // 036



2. 少计较，宽容他人就是宽容自己 // 038
3. 牢记他人的恩泽，拥有一颗感恩心 // 042
4. 贪婪犹如鸦片，让你欲罢不能 // 045
5. 与其抱怨不公平，不如看淡不平事 // 048
6. 消除忌妒心，做一个心胸坦荡之人 // 051

Lesson
4

心存快乐笑常在，做自己情绪的主人

1. 知足者常乐，满足自己所拥有的 // 056
2. 学会克制情绪：情绪少一点，快乐多一点 // 059
3. 把自己的快乐分享给他人 // 063
4. 每天一个甜蜜笑靥，人生快乐砝码加倍 // 065
5. 从劳动中寻求快乐 // 068
6. 给自己找到快乐的理由 // 071

中篇：做事有技巧，成功有秘诀

Lesson
5

理想美现实骨感，用行动实现理想

1. 没有理想就没有前途 // 076
2. 理想源于内心的不满足 // 079
3. 树立正确的人生理想 // 082
4. 做好准备，迎接机遇的到来 // 085
5. 有了理想就要立即展开行动 // 088
6. 一勤天下无难事 // 091
7. 坚持就是胜利 // 094

Lesson
6

选择比努力重要，敢放弃才有所得

1. 不同的选择缔造不同的人生 // 100

2. 近朱者赤，近墨者黑 // 103
3. 认真衡量，当机立断 // 105
4. 取其精华，弃其糟粕 // 108
5. 放弃也是一种选择，别为失去的伤心 // 111
6. 舍得舍得，有舍才有得 // 114

Lesson

7

落实细节才是真，做大事先做小事

1. 劳动是人的第一需要 // 118
2. 认真踏实地做好每一件事 // 121
3. 做大事请先从小事做起 // 123
4. 没有恒心，什么事都做不好 // 126
5. 一生做好一件事情，就是成功 // 129
6. 尽人事再听天命 // 131

Lesson

8

人际关系是过程，人脉资源是结果

1. 任何人都不能离开团队 // 136
2. 集体是最大的生产力 // 138
3. 不要轻视“小人物” // 141
4. 包容朋友的不足，友谊才会更长久 // 144
5. 投机取巧是破坏人际关系的毒瘤 // 147
6. 多为他人着想是拥有良好人际关系的关键 // 149

下篇：生活如细雨，幸福如饮水

Lesson

9

不如意事常八九，踩着困难向前走

1. 斗志往往被安乐的生活吞噬 // 154
2. 苦难是一所大学 // 157

3. 不经风雨，怎能见彩虹 // 159
4. 并非每一次不幸都是灾难 // 161
5. 勇于挑战困难，困难终将被你征服 // 165
6. 接受痛苦才能忘记痛苦 // 168

Lesson
10

要做金钱的主人，不做金钱的奴隶

1. 金钱买不到青春 // 172
2. 没有钱是万万不能的 // 175
3. 金钱带给我们的两种人生 // 178
4. 看淡金钱，我们的人生会更快乐 // 181
5. 该花钱时一定要花，别做吝啬鬼 // 184
6. 需要存钱，但更需要钱生钱 // 186

Lesson
11

平平淡淡才是真，珍惜圣洁的爱情

1. 专注爱情，一次只爱一个人 // 190
2. 坦然面对爱情，顺其自然 // 192
3. 勇敢地追求爱情，别因懦弱错过爱情 // 195
4. 时间才能理解爱情的伟大 // 197
5. 不因寂寞而恋爱 // 200
6. 失恋虽然很痛苦，但能让我们成长 // 204

Lesson
12

找对自己那盘菜，婚姻就美满幸福

1. 踏进婚姻大门的脚需谨慎 // 208
2. 用欣赏的眼光看待对方，婚姻会更美满 // 210
3. 执子之手，与子偕老 // 212
4. 珍惜眼前人，把握能把握的幸福 // 214
5. 适合自己的就是最好的 // 218
6. 夫妻应同甘共苦，相濡以沫 // 221

上篇

人生如浮云，做最好的你

人生就像一次短暂的旅行，我们两手空空地来到人世间，又两手空空地走进了墓穴。转眼间，一切如浮云般烟消云散。这个过程虽然非常短暂，但我们只要做最好的自己，那么当我们离去时，也不会留下任何遗憾！在即将闭上双眼的那一刹那，你会自豪地说：“这个世界我来过，挥一挥衣袖，不带走一片云彩！”

Lesson 1

迈进人生的河流，你的人生你做主

在我们“呱呱”坠地的那一刻，我们的双脚就已经迈进了人生的河流中。在人生的这条河流中，有的人却随波逐流，听从命运的安排，碌碌无为地过完了自己的一生。其实，握起你的拳头，你就会发现命运是掌握在自己手中的。做自己人生的主人，人生将会过得更精彩。

1. 读懂人生价值，你将过得更精彩

作为一个人还是要努力实现人的价值，同时要对国家、对人民负起一定的责任。一个人的能力有大小，但要奋力朝着这个方向去做。我一生做得还少，我对自己是不大满意的。

——张岱年

张岱年曾担任过北京大学教授，中国现代哲学家、哲学史家。

在我们“呱呱”坠地的那一刻，我们就开始了我们的人生之旅。行走在这段旅途中，我们有过追求，有过渴望，有过奋进，有过奉献，有过坎坷，也有过失落……它们时刻伴随着我们的人生，不管是阳光下，还是风雨中，它都镌刻着我们人生的历程，体现着我们人生的价值。

那么，何为人生价值，它又主要体现在哪些方面？被别人需要，是人的天性，也是一个人人生价值的最好体现。假如在某些特定的情况下，一个人不再被别人需要，那么他就失去了生存的意思。

北京大学教授张岱年对此作出了很好的解释，他认为：“作为一个人还是要努力实现人的价值，同时要对国家、对人民负起一定的责任。一个人的能力有大小，但要奋力朝着这个方向去做。我一生做得还少，我对自己是不大满意的。”

了解张岱年老先生的人，不得不承认他已经实现了他的人生价值。张岱年老先生先后写了《先秦哲学中的辩证法》、《秦以后哲学中的辩证法》、

《颜李之学》、《中国元学之基本倾向》等重要哲学论文，第一次系统而全面地梳理了中国古代哲学的唯物论思想，阐发了中国的辩证法思想，显扬了中国人的本思想，而且做出了以马克思主义哲学观点解释社会人生的尝试。毫无疑问，张岱年老先生为国家、为人民负起了一定的责任。正是这种责任充分显示了他是被他人所需要的，也充分体现了他的人生价值。

英国思想家霍布斯曾说：“和其他所有的东西一样，一个人是否举足轻重，在于他自身的价值，也就是说，在于他能发挥多大的作用。如果只是为了自己享受生活，人就不会有太大的拼搏激情。”

是的，人生活着不只是为了享乐，人存大的最大价值便是被他人需要。下面的这个故事就很好地阐述了一个人的人生价值：

在医院的一间病房里，住着两位相同的绝症患者。他们一个来自乡下农村，日子过得很拮据；而另一个生活在医院所在的城市，生活过得很幸福、满足。

每天都有亲戚朋友与同事来医院探望这位生活在城市里的病人，络绎不绝。家人来到病人的病榻前安慰他道：“家里你就放心吧，还有我们呢，你就安心养病吧。”

家人走了，朋友探望时劝慰道：“现在你什么也别想，就一门心思养病就行。”

朋友走后，单位上的同事探望他时开导说：“你放心，单位上的事，我们都替你安排好了，你现在的工作就是养病……”这位病人听着朋友的安慰声，闭着眼睛点了点头。

然而，与这位城市病人情况完全不同的是，这位农村患者的病榻前只有一个十二三岁的小孩子守护着。一般来说，他的妻子十天半月才能来医院一次，要么送钱，要么送些衣物。

这位农村妻子跟城市病人的那些家人完全不一样，她没有安慰丈夫，而是不停地唠叨，要丈夫为家里的事情拿主意。比如，农村快要浸种了，今年是种“六四”还是“四六”？再过几天，他大伯就要嫁女了，应该给多少贺礼？再有就是，女儿为了给家庭分忧，想跟她表姐去打工，这事他怎么看，得出个主意……



几个月后，情况发生了戏剧性的变化。很多医生与护士都不理解，这位生活在医院所在城市的病人，用着最贵的药物，而且家人也给予他这么多安慰，可是，他却离去了。而那位农村患者，有时候家里都没钱给他买药，他却奇迹般地活了下来。

后来，一位心理学家解开了这个谜：生活在医院所在城市的病人，在亲人、朋友、同事一声声“你放心吧”、“你就安心养病吧”、“你目前的工作就是养病”的宽慰声中，他意识到他们已不需要自己，自己也就失去了活下去的价值意义，渐渐地失去了战胜病魔的信心和勇气，最终在孤独寂寞与病魔的吞噬中一点点地死去。

那位来自农村的患者，在妻子大事小事都要自己定夺、拿主意的唠叨声中，他意识到自己对家人必不可少。因此，自己必须活着，哪怕仅仅是给家人拿些主意。于是，一种强烈的求生欲望使他奇迹般地活了下来。

故事中心理学家的一席话不仅解开了医生、护士心中的疑惑，更解开了很多人心中的疑惑：人为什么而活？其实，人活着不只是享乐，而是被他人需要。

是的，被他人需要就是我们人生价值的最好体现。有一天，当你感觉到这个世界需要你的时候，你就会产生旺盛的生命力。这股力量将促使你战胜一切困难，奋勇前进。而当你发现世界不再需要你，世界上的每一个人都不再需要你时，你将会在孤独寂寞中走向毁灭。比如很多父母为了孩子而不辞辛劳，甚至乐此不疲。但假如他们的子女长大后告诉他们，已经不需要他们了，他们的生活就会失去方向，变得无所适从。

我们弄懂了人为什么活着这个问题后，那么就开始实现自己的人生价值吧！做一个有用的人，做一个对他人有用的人，做一个被他人所需要的人。



被他人需要，是人的一种天性，也是一个人的人生价值的最好体现。在某种特定情况下，一个人一旦不被他人所需要，那么他的生存也就失去了意义。所以，我们应该常常告诉我们的亲人、朋友：“我们需要你。”

2. 不完美才是人生的真相

每个人都争取一个完美的人生。然而，自古及今，海内外，一个百分之百完美的人生是没有的。所以我说，不完美才是人生。

——季羡林

季羡林担任过北京大学教授、北京大学副校长，中国著名文学家、语言学家、教育家和社会活动家、翻译家。

有这样一则故事：

一粒种子在肥沃土壤的滋润下，经过一个漫长冬天的孕育，一觉醒来了。当它睁开蒙眬的双眼时，大地母亲就问道：“小种子呀，你想成为什么？这一次，我允许你选择自己的命运。你是想变成被人采食的蔬菜、水果，还是希望成为百花丛中的一员，供人流连赞美？”

种子一听，兴奋不已，不假思索地回答道：“我希望自己是一株人见人爱的花儿，但必须是山上长得最好看的那种。”

大地母亲温和地说道：“好极了！那你觉得玫瑰怎么样呢？”

小种子想了想，回答道：“玫瑰确实十分漂亮，又有芬芳的气息，可是，它身上带有刺，而且刺还会扎人的，花和刺可不能待在一块儿。”

大地母亲忽然眼睛一亮，高兴地说道：“我知道最适合你的是什么了！你应该成为百合花。百合花不仅没有刺，而且洁白典雅。怎么样？你会成为花中皇后的。”

小种子琢磨了好一会儿，才说道：“百合是没有刺，可是它的色彩太单调了。我想成为最艳丽、最光彩夺目的花儿。”

大地母亲恍然大悟地说道：“啊！原来你的最佳选择应该是紫罗兰，它那么艳丽，那么引人注目。”

小种子左思右想，过了许久，才说道：“紫罗兰实在太矮小了，我想成为更高更大的花，让所有的花儿都仰视我才行。”

大地母亲一听，想了想，才问道：“那这么说，你喜欢剑兰？它不仅长得高高的，而且还能开出美丽动人的花儿。”说完，大地母亲就打了一个哈欠。

小种子很不乐意地说道：“可惜它的花不能同时绽放。”

这一次，大地母亲再也没有说话了。小种子并没有注意到大地母亲的异样，又低头寻思了半天。它忽然想到了一个好主意：“想……”可是，大地母亲呢？它一转身，才发现大地母亲已不知去向，因为其他种子还在等着它呢。

第二天早上，小种子一觉醒来，它感到无比气恼，因为它竟变成了一株狗尾巴草。

苏轼曾在《水调歌头》中写道：“人有悲欢离合，月有阴晴圆缺，此事古难全。”是的，人生都是不完美的，不完美才是人生的真相，或多或少都会留下一些遗憾。假如我们刻意追求完美的人生，那么我们注定要付出惨重的代价。

故事中的小种子就是因为追求完美的人生，最终变成了一株狗尾巴草。假如小种子能够接受人生的不完美，能够接受玫瑰身上那扎人的刺，能够接受那百合单调的色彩……那么它也许就变成了一朵娇艳的玫瑰，或者变成一朵清香的百合……

对此，北京大学教授、副校长季羨林曾深有感触地说：“每个人都争取一个完满的人生。然而，自古及今，海内海外，一个百分之百完满的人生是没有的。所以我说，不完美才是人生。”

然而，很多人都不知道的是，在这句名言的背后曾经发生过一个美丽凄婉的爱情故事。我们一起来看看这个故事：

1935年，风华正茂的季羨林来到哥廷根大学留学。在这之前，父母已在山东老家为他娶了一个大他4岁的妻子。季羨林虽然谈不上多爱妻子，但他知道自己肩上的责任。

在德国留学的这段时间里，季美林认识了一位名叫伊姆加德的女孩。伊姆加德是季美林邻居迈耶先生的女儿，长得如花似玉，活泼可爱，年龄比季美林小一些，尚未出嫁。

季美林留学的第二年，便开始写博士论文。他用德文写成稿子，但必须用打字机打成清稿，再送给教授。

可是，季美林当时生活非常拮据，根本买不起打字机。就在他为此苦恼不已时，伊姆加德小姐表示自己家有打字机，而她很愿意帮助季美林打字。

季美林喜出望外，每天晚上都去她家。打完字之后，他们还常常一起去林中散步，去电影院看电影，去商店里买东西。两人并肩而行，边走边谈，走遍了哥廷根的大街小巷。经过一段时间的接触，季美林和伊姆加德小姐之间渐渐产生了感情，彼此都沉浸在幸福的喜悦之中。

可是，季美林每次回到住所，内心都充满了矛盾与痛苦。他知道自己肩上的责任，家里已经有妻子、有儿女，他必须对他们负责。假如自己敞开心怀与伊姆加德由相爱而结合，也许会幸福美满。可是，那样就背叛了妻子，抛弃了儿女，也意味着把自己的亲人推向了痛苦的深渊。这是违背自己做人原则的。

可是，克制自己的感情，让这段正在燃烧的爱情之火熄灭，那么不仅让自己抱憾终生，而且还会伤害伊姆加德。在很长的一段时间里，幸福与痛苦、欢乐与自责的矛盾心理一直折磨着他。

最终，季美林认为伊姆加德还年轻，以后还会碰到意中人，会拥有一个幸福的家庭。因此，他选择回到祖国，回到妻子的身边。

然而，让季美林都没有想到的是，伊姆加德一直等着他，终生未婚。当季美林在《留德十年》里披露这段鲜为人知的爱情时，有些读者深受感动，便专程到哥廷根遍寻伊姆加德小姐的下落。经过一番努力，终于找到了她。如今，伊姆加德小姐，已是满头银发的老人，然而精神矍铄，风韵犹存。她终生未婚，独身至今，而那台老式的打字机依然静静地放在桌子上。

不能跟自己爱的女人厮守终生，这便是季美林人生中的不完美。上面的两个故事告诉我们一个道理：事物总是循着自身的规律发展，即使在我们看来那是不理想的，但它也不会随着我们的意志而转移。

所以，我们要学会接纳不完美的人生。然而，力求完美的人生是一种美好的境界，而接纳不完美的人生更是一种崇高的境界。请记住：享受不完美的人生，才是最完美的人生。



人生哲理净言

不圆满才是人生的真相。所以，我们要学会接纳不圆满的人生，更要学会享受不完美的人生。只有这样，我们才能接近最完美的人生。

3. 人活的是一个过程，别太注重结果

人的一生就是体道，悟道，最后得道的过程。

——翟鸿燊

翟鸿燊曾任北京大学客座教授，我国当代传统文化的倡导者和传播者，国学实践应用专家。

有这样一句话：“人生不在于追求后得到什么，而在于追求过程中悟到什么。”这句话告诉我们一个道理：人活的是一个过程，别太注重结果。其实，结果都是一样的，不管是谁，最后都两手空空地躺进了那片潮湿的土地。然而，不同的人却有不同的人生过程。在人生的这趟旅行途中，有些人看到了美丽的风景，而有些人却什么也没看到，荒度了人生的美好时光……

然而，很多人都不知道“人活的是一个过程”的道理。小时候，他们总是渴望长大，长大后他们渴望成为有钱人，甚至想不付出劳动就能拥有一大堆金银财宝。等有钱后，又渴望儿孙满堂……下面就有这样一则富有哲理的故事：

有一个十分贫穷的年轻人，他每天都要起早贪黑地做工。因此，他便向上帝抱怨道：“我的命真是不好，我每天这么辛苦，还挣不到什么钱，连孩子老婆都不能养活。”