

周国平
人文讲演录

周国平全新力作 数十载精神沉淀
思考人生幸福的智慧之作 洞悉哲学奥义的桥梁之书



幸福的哲学

周国平◎著

XINGFU DE ZHEXUE



长江出版传媒

长江文艺出版社

幸福的哲学

XINGFU DE ZHEXUE

周国平◎著



周国平
人文讲演录



长江出版传媒
长江文艺出版社

新出图证(鄂)字 03 号

图书在版编目(CIP)数据

幸福的哲学 / 周国平 著. -- 武汉: 长江文艺出版社,
2014.6

ISBN 978-7-5354-6452-1

I. ①幸… II. ①周… 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 (2014) 第 082172 号

策 划: 尹志勇

责任编辑: 秦文苑 杜东辉

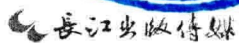
封面设计: 异一设计

责任校对: 陈 琪

责任印制: 左 怡 包秀洋



出版:



长江文艺出版社

地址: 武汉市雄楚大街 268 号

邮编: 430070

发行: 长江文艺出版社

电话: 027—87679360

<http://www.cjlap.com>

印刷: 湖北鄂南新华印刷包装有限公司

开本: 700 毫米×1000 毫米 1/16

印张: 22.75

版次: 2014 年 6 月第 1 版

2014 年 6 月第 1 次印刷

字数: 414 千字

定价: 32.00 元

版权所有, 盗版必究 (举报电话: 027—87679308 87679310)

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

出版说明

《周国平人文讲演录》分为两集。《人文精神的哲学思考》为第1集,收录作者1996年至2006年上半年的讲演。《幸福的哲学》为第2集,收录作者2006年下半年至2012年的讲演。

2014年4月

序

近一二十年来，做讲座似乎成了我的工作中重要的一部分，这是我未尝想到的。客观的原因是社会上讲坛文化的兴起，学校、机关、企业、图书馆、市民讲堂、公共论坛纷纷来约请，我自知不是讲演之材，谢绝了大多数，但累计下来数量也相当可观了。回过头看，通过做这项我不擅长的工作，我也收获良多。比如说，因为约请方的要求，我讲得多的题目是人文精神、人生哲学、幸福问题等，这就促使我在这些题目上做比较系统的思考，而在重复讲同一题目的过程中，根据听众的互动，我自己会做进一步的思考，不断调整内容使之臻于完善。过去我在这些题目上的思考是散见在单篇文章里的，现在把相关讲稿整理出来一看，竟有点儿像是小型的专著了。这使我发现，做讲座与写作未必全是冲突，像大学教授们那样在讲课的基础上写专著，其实不失为一个好方法。

不过，整理讲稿真是一件麻烦事。和大学里的讲课毕竟不同，做讲座每次面对的是不同的听众，不但同一题目所讲的内容会有变化，而且不同题目所讲的内容会有交叉，因此，在材料的取舍上，怎样做到既保持各篇的连贯性，又尽量减少互相的重复，就不免大伤脑筋了。去年年底，回顾一年的成绩，我惊讶地发现，基本上只是完成了这个讲演录。朋友问我：为何不把整理工作交给助手做，何必花费你的宝贵时间亲自操劳？我无话可说。没有办法，我就是这么一个认真的人。这件我自己做起来也相当艰难的工作，我怎么放心交给别人做呢。令我欣慰的是，通读整理好的稿子，我相信我的宝贵时间没有白费。

讲演录按照时间顺序分为两集。第一集收录1996年至2006年上半年的讲演，取名《人文精神的哲学思考》。第二集收录2006年下半年至2012年的讲演，取名《幸福的哲学》。这两个书名，只是反映了两个时期讲演的不同重点。事实上，两集中的话题也是有交叉的，但重点话题的不同却是清晰可辨的。

周国平

2014年5月5日

目 录

第一辑 谈幸福

青年与幸福	3
幸福的哲学	17
财富与幸福	39
成功是优秀的副产品	48
智慧引领幸福(节录)	56
新安论坛话幸福(节录)	61

第二辑 谈人生

善良,丰富,高贵	
——做一个有灵魂的人	73
拥有内在生活	80
哲学与人生	88
道德的根本	106
思考死亡	113
人生的境界	
——单纯,高贵,宁静	121
生命的品质(节录)	133
寻求智慧的人生(节录)	138

第三辑 谈人文精神

人文精神与中国社会转型	151
我们都是幸存者	
——对生命和灾难的哲学思考	172
医学与人文(节录)	189
中国企业家人文修养	194
在空军讲人文精神	199

第四辑 谈阅读和写作

直接向大师学习	
——我的读书观	209
阅读与人生	227
养成读书的习惯	240
阅读与成长	253
读书,作为信仰	276
谈散文写作	287

第五辑 谈教育和文化

教育的目的	301
基础教育和语文教学	312
漫谈教育	321
尼采对现代文化的批判	329
文化就是命运吗?	352

第一辑 谈幸福

青年与幸福

主持人：尊敬的各位领导，亲爱的同学们，大家晚上好！欢迎光临第五届学术文化节精品讲座现场。有这样一位写作者，他的写作速度很慢，每四年磨一剑，但连续二十年却出版了数百本书籍，几乎每一本都名列畅销榜的最前列。有这样一位哲人，他喜欢活得更明白一些，从童年就开始了对生与死的冥想，甚至为不能和释迦牟尼同一时代相识相知而憾恨，甚至流下了眼泪。有这样一位师长，他将大魄力和人情味融为一体，哪怕在一个恶人身上发现了一个优点，也愿意原谅他的一千件恶行。今天我们的校党委书记邱东教授专门为我们中财学子将这位作家、哲人、师长请到了我们学术文化节的现场。同时邱书记和侯慧君副书记也将和我们一起在现场相约这位大师。下面让我们用更为热烈的掌声请出忧郁、敏感、怕羞、拙于言谈、疏于功名、不通世故、不善社交的小王子——周国平先生。

周国平：刚才对我的介绍太离谱了啊。（笑声）首先第一条就不对，四年磨一剑是事实，我写作速度很慢，四年出一本，原创性著作差不多是这样，但这样下来如果出了数百本书，那我算了一下，我应该是一千多岁了。我出的书比较多，但很多其实是各个出版社选编的，真正原创性的大概也就十几本，并不多。我非常高兴能够来到中央财大和同学们进行交流。我们今天在这里相会，我觉得首先要感谢邱东书记。邱书记亲自出马打电话，想办法找到我，然后电话打到了我家里。同学们，这个不简单，近几年我在全国各地包括一些学校做讲座，做了大概有几十场了，但是第一次是学校的第一把手自来跟我联系，来邀请我。当时是我太太接的电话，她跟我说了以后，我马上说当然要去。我为邱书记这种礼贤下士的风度、这种人情味儿所感动，非常感动。我要在这里对邱书记表示我的一份敬意。（掌声）

前言：幸福是多层次、可持续的快乐

这么隆重地邀请我，第一把手亲自出马，我讲什么好呢？最后我决定就讲“青年与幸福”。为什么讲这个题目呢？并不是说我很懂幸福，但是我想对于青年人来说，对于你们财大的学生来说，什么是幸福，怎么理解幸福，是很重要的问题。用拜伦的话来说，在你们的天空中还有许多彩虹，你们还对未来充满着各种各样的憧憬、幻想、期待，所有这些对未来的向往，概括成一个词，就是“幸福”。

人人都向往幸福，希望有一个幸福的人生。那么，到底什么是幸福？我想可能很多人并不清楚。我也不很清楚，但是我比你们年纪大得多，你们的人生道路刚开始，我已经走了大部分。所以我可以回过头去想一想，这一辈子，这个人生中间，究竟什么东西是真正值得去追求的，是值得去珍惜的，这里面就有我对幸福的理解。经过这么多事情，从自己的经历里边，我还是有所体会的。我比你们可能会清楚一些，当然这也不是什么好事情，你们还有很多想法，我就想得比较简单了，这也许意味着我的人生中的可能性少了许多。我自己想明白了的东西，我到底要什么，要到了以后觉得我的生活是踏实的，我的心灵是充实的，我就谈谈这方面的体会。所以今天是和大家谈心，没有多少理论上的东西。

现在我们这个时代跟我年轻的时候很不一样了，现在这个时代大家比较看重的东西是金钱和成功，我觉得可以理解。其实我也觉得金钱和成功是好东西，因为以前很长时间我是很不成功的，现在好像取得了一点小小的成功，比如写作得到相当一些读者的认可，书比较好卖，这也算成功吧。我在社会上得到了更多读者以后，我的生活好过多了，书好卖了，收入比以前多得多了，这样我就可以比较超脱了，这是我感觉到的最大好处。譬如说，单位里面往往会为了一点小利益争夺，我可以不在乎，你们去争吧，我都不需要。有了超脱的本钱，这当然是好事。但是我要说，金钱和成功不是最好的东西，它们本身还不能成其为幸福，还有比成功和金钱更好的东西，幸福的源泉就在那里。是什么呢？第一是生命，生命本身的快乐比金钱好得多。第二是精神，内在的精神充实比外在的成功好得多。

对幸福的理解，西方哲学史上主要分两大派。一派认为幸福就是快乐，这派被称为快乐主义，比如古希腊的伊壁鸠鲁，一直到近代英国的经验论者休谟、约翰·穆勒、亚当·斯密这些人，他们基本上认为幸福就是快乐。还有一派认为幸福就是精神上的完善，或者道德上的完善，在古希腊以苏格拉底、柏拉图为代表，后来主要是德国的一些哲学家，最典型的是康德。不管这两派有什么不同的意见，我觉得有一点是共同的，就是他们都更重视精神，包括快乐主义那一派，也是更重视精神上的快乐，认为这是幸福

更重要的方面，而完善论者也都承认完善本身伴随着精神上的快乐。那么，也许可以简单地把幸福归结为快乐，不过对这个快乐要进行分析。

快乐要成其为幸福，我认为必须符合两个条件。第一，这个快乐必须是丰富的、多层次的，其中包含了高层次的快乐。如果只是单一的、低层次的快乐，例如只是肉体欲望的满足，就不能称作幸福。第二，这个快乐还必须是长久的、可持续的，它有生长的能力，快乐本身能生成更多的快乐。如果只图眼前的快乐，实际上埋下了今后痛苦的种子，当然也不能称作幸福。那么，什么快乐符合这两个条件呢？我觉得有两种快乐，一个是生命的快乐，一个是精神的快乐。我们想一想，老天把我们造就为人，我们身上最宝贵的东西是什么？无非就是这两样东西。首先是生命，这是最基本的价值，没有生命其他就谈不上。其次，人比其他生命高的地方，就在于人是有精神的。要说快乐，生命的快乐就是深层次的快乐，精神的快乐就是高层次的快乐。所以，快乐的源泉其实就在人自己身上，你真正感到幸福的时候，其实是把人身上这两样最宝贵的东西开发出来了，实现出来了，你去享受它们了。你真正具备了健康的生命和优秀的精神，你自己身上就有了用之不竭的快乐的源泉，你的快乐是可以不断生长的，你的幸福是有保障的。我今天讲幸福的问题，主要就从这两个方面来讲。

一、生命的快乐

先说生命的快乐。我们每一个人，上帝给了我们这一个生命，我们只有这一次机会，我认为我们应该享受生命。苦行主义把生命的快乐看作低级的快乐，我认为大错特错的。但是我发现，真正懂得享受生命的人并不多，人们往往把满足生命本身的需要和满足物质欲望等同起来了，其实这是两回事。现在社会上把金钱看得很重要，好多人把全部精力用来挣钱，挣了钱就花钱，全部生活由挣钱和花钱组成，以为这就是快乐。其实，物质的欲望是社会刺激出来的，并不是生命本身带来的。一个人的生存当然需要有物质条件，要有钱，在这个社会里你没有钱就会很可怜，所以不妨让自己有钱一些。但是，生命有它本身的一些需要，它们的满足给人带来的快乐是最大的，而这其实并不需要有很多的物质、很多的钱。

有一些需要，可以说是生命骨子里的东西，是生命古老又永恒的需要。比如健康，享受生命最基本的一个方面是享受健康。你看那个古希腊哲学家伊壁鸠鲁，他讲幸福就是快乐，他给快乐下的定义是什么？他说快乐就是身体的无痛苦和灵魂的无纷扰，也就是说，你有一个健康的身体，一颗宁静的灵魂，你就是快乐的，你就是一个幸福的人。我特别欣赏托尔斯泰的一句话，他说真正的物质幸福不是金钱，从物质角度来看什么是幸福，那也不是金钱，是什么呢？他说对个人来说是健康，对人类来说是和平。这个道

理其实很简单，如果没有健康，你金钱再多有什么用。现在有些人为了挣钱，累出一身病，英年早逝，值得吗？

人是自然之子，和自然交融，享受大自然，享受阳光、空气，这也是满足生命本身的需要，给人以莫大的快乐。关于这一点，我就不多说了。

生命的快乐还有一个方面，就是所谓天伦之乐，爱情、亲情、家庭，这是人生非常重要的价值。我这个人是很看重家庭的，我觉得这是人生太重要的一个内容了。回想起来，我这一辈子幸福感最强烈的时候是什么时候？有两段时光。一段是刚上大学时，我是十七岁进了北大，正值青春期，整个人在发生变化，我眼中的整个世界也在发生变化，我突然发现天下有这么多漂亮的姑娘，真觉得这个世界太美好了，人生太美好了。（笑声）那个时候，实际上我并没有谈恋爱，你们现在很幸福，你们在大学里是可以自由谈恋爱的，我六十年代上大学的时候，大学生是不允许谈恋爱的，尤其是如果被发现发生了发生关系或怀孕，那是要受处分甚至开除的。但是你挡不住青春啊，这个感觉在啊。我记得海涅有一句诗：“在每一项草帽下面，都有一个漂亮的脸蛋。”那个时代的时尚吧，女士、小姐戴一顶精致的草帽。我当时的感觉就是，好像有一件未知的、还不太清楚的、但是非常美好的事情在等待着我，这是一种非常强烈的幸福感。

我确实觉得恋爱是非常美好的。现在有些人说，大学生谈恋爱不好，是早恋。大学生都十七八岁了，还说早恋啊？这正是恋爱的季节！（掌声）大学生谈恋爱，天经地义。我们这一代人已经被压抑了，不应该再压抑新一代，是吧？我对大学生恋爱是这样看的：第一，我觉得特别正常；第二，我觉得你也不要当作一个任务去完成。我知道有些同学是当作任务完成的，别人有女朋友、男朋友了，别人在谈恋爱了，好像我不谈恋爱就没面子似的，这个就不必要了，应该顺其自然嘛，你的日子长得很，不用勉强去谈，不要攀比，是吧？第三，我希望是这样的，要高质量地谈恋爱。恋爱是有质量的区别的，质量取决于谈恋爱的当事人的质量，境界不同，素质不同，恋爱的质量是有差别的。如果你光是沉溺在卿卿我我这种关系里，别的什么都不要了，我觉得挺可悲的。我刚才强调，快乐应该是可持续的，有生长能力的。你们这个年纪可以说是为一生的幸福打基础的时候，应该是通过恋爱互相促进，互相激励，激励精神的向上、求知的努力和创造的冲动。恋爱是可以有极大的激励作用的。我真正谈恋爱是比较晚的，但我那时候的状态非常好（笑声），写了很多诗啊，很多爱情诗、哲学诗，还写了很多哲学的随感。因为当时我的女朋友啊，她是一个爱文学的人，特别看重你的文学才华，我就想表现自己，就使劲写啊，能够博美人一笑就特别满足，特别有成就感。我当时写这些东西，根本没有想到要出版，许多年后出版了，现在来看，仍然是我自己最满意的作品之一。我是想说，我是支持大学生谈恋爱的，但是你这个状态应该是一个更好的状态，一个能够开花结果的状态。这是一段时间，就是青春期、谈恋爱，幸福感特别强烈。

还有一段时间，我也觉得幸福感特别强烈，就是自己刚当了爸爸，初为人父的时

候，第一次迎来了一个小生命。你们现在没有孩子，你们是不知道的，将来你们就会知道，现在跟你们说了也没用。我自己没有孩子的时候，人家跟我说孩子多么可爱，我是没感觉的，原来没有孩子的时候，我对要不要孩子的问题就是顺其自然，有也可以，没有也可以，我觉得没有也不是什么缺陷。但是有了孩子以后，真是不一样，你生命里面的一些东西，有些你不知道的本能被打开了。那是我又一次感觉到世界非常美好，有某种未知的非常美好的事情在等待着我，那个感觉就是每一天都是新的。当然我的第一次经历是很不幸的，你们可能看过我写的《妞妞——一个父亲的札记》，我的第一个孩子刚满月的时候，就发现患有先天癌症，一岁半就去世了，我为她写了一本书。后来我又有了一个女儿，我觉得每次孩子来到的时候，那种心底里的快乐都无比强烈，我愿意什么也不干，整天陪着她，跟她玩，给她记录。尤其孩子快到一岁的时候，开始学说话，到两岁、三岁，话语的那种美妙啊，大人是想象不出来的。我为我现在的儿写了多日记，那几年里面，我的日记大部分是写她的，是她的话语的记录。我准备把这些东西好好整理，作为一个礼物送给她，这是给孩子的最好的礼物。我们自己小时候的事情，我们都忘了，这是很可惜的，所以我不能让我的孩子的童年也是空白。我写过一篇文章叫《我为女儿当秘书》，我那时候真是给她当秘书，认真记录她的言行。当时她也习惯了，说出一句妙语，我夸她，她马上说，爸爸你给我记下来（笑声）。

这种感觉不光是我有，我看很多人，无论是大人物、小人物，这个感觉是共同的。比尔·盖茨，全球首富，现在不是了，好像是老二了吧，他有一张照片，是他抱着当时两岁的女儿照的，下面有一句题词：“只有在这个时候我才感到最幸福。”他有五百亿美元的家产，但是财产带给他的快乐，那种打动人心的深度，远不如这个小生命给他带来的。凭我自己的体验，我相信他讲的完全是真话。财富带来的名利欲、权力感、雄心的满足，是另一种性质的快乐，在深度上无法与生命根底里的快乐相比。还有美国现代舞的创始人邓肯，她是一个天性非常健康的女人，一生谈了无数次恋爱，她的自传写得非常真实。在刚有小孩的时候，她这样喊道：上帝啊，在这个小生命面前，我的那些艺术算得了什么呀，所有的一切算得了什么呀！其实普通人也一样。有一次我在北京坐出租车，从我上车开始，那个司机就跟我说他的孩子，他有了一个一个月大的孩子，一直说到我下车。在我临下车前，他跟我说：你知道吗，我以前最讨厌的就是人家跟我说他的孩子，婆婆妈妈的，琐琐碎碎的，有什么意思，现在我自己有了孩子，我忍不住要说啊。这个东西真是人性根底里的东西，生命核心里的东西。

后来我就分析了，我说人的性本能实际上有两个层次，一个层次是快乐本能，就是男女之间的事情，当然这也是很大的快乐，不过还是比较低的层次。它的更深的层次是什么？是种属本能，所谓的传宗接代。大自然把这个本能安在人的身体里面，我们平时是不知道的，没有孩子的时候，这个本能是沉睡着的，一旦有了孩子，这个本能就苏醒了，会给你一种更强的快乐。当然，我现在跟你们说也是白说，以后你们自己体会吧。

我只有一条建议，不要做丁克族，应该要孩子，没有的时候，你不知道孩子会给你带来多大的快乐，也就不知道不要孩子是多大的损失了。

我就强调一点，就是要把生命本身的需要和物质的欲望区分开来，这是两回事。其实，中国的道家是很懂这个道理的，主张保护好生命的真实的、完整的本性，不可用物质欲望去戕害它。古希腊的哲学家也认为，生命的快乐基本上是不依赖于物质的。这可以说是哲学家们的共识。我们现在太看重物质的东西了，所以我说，你应该静下心来，听一听你生命的声音，听一听它真正需要的是什么。

二、精神的快乐

下面我讲幸福的第二个方面：精神的快乐。人不但应该享受生命，而且人还有一个更高的层次，就是人是有精神属性的，人应该享受自己的精神属性，满足自己的精神需要。精神需要的满足，精神能力的生长和发展，是人生幸福更加重要的源泉和方面。

那么，人有哪些精神需要，有些什么样的精神能力呢？我套用柏拉图的一个分类，不过可能跟他的原意不太一样。我们可以把人的精神能力、精神属性分为三个方面：一个是智，智力，理性，人有思考的能力；第二是情，情感，人有感受的能力；第三是意，意志，人有实践的能力，能够支配自己的行为，这实际上是指人有道德和信仰上的追求。和三种能力相对应，智追求的是真，情追求的是美，意追求的是善。

1. 智力活动的快乐

我先讲第一点。人的精神快乐很重要的一个方面，是智力活动的快乐，通俗地说，就是动脑筋的快乐。这一点对学生来说特别重要，因为在学校里智育是主要任务，占据了最多的时间。智力活动的主要因素是什么？我认为有两个。一个是好奇心，人有理性，面对外部世界的时候，理性一旦发动，就会产生好奇心。另一个是独立思考的能力，你对事物感到好奇，发生了兴趣，就要用自己的头脑去思考，探究它的谜底。一个人对事物充满好奇心，又善于独立思考，他就能充分地享受智力活动的快乐。

大科学家就是如此。爱因斯坦是怎么走上科学道路的？他自己回忆，他最早对科学发生兴趣是在五岁的时候，他爸爸送给他一个指南针，他看见里面的针自己会转，总是指向同一个方向，就觉得非常神奇。当时他的感觉是：事物内部藏着一个秘密，等着我去把它找出来。这正是一种科学探索的心情。事物内部藏着一个秘密——这是怎样的诱惑！把它找出来——这是怎样的成就感！前者是好奇心，后者是独立思考，这两者都给人以莫大的快乐。一个人始终保持这样一种心情，他不成为一个科学家才怪呢。爱因斯坦说过一句话：神圣的好奇心是一棵非常脆弱的嫩苗，很容易被扼杀掉。科学家是什么

人？就是好奇心没有被扼杀掉的人，他们是幸存者。

好奇心之所以容易被扼杀掉，最大的敌人是功利心。我觉得在中国这个问题挺严重的，我们总是把精神价值看得很空，好像必须落实到物质的价值，否则就不承认它有价值。智力活动本身就是快乐，探索世界的秘密本身就on价值，我们对这样的观点是陌生的。实际上这涉及到一个根本问题，就是怎么看精神和肉体的关系。精神和肉体，哪个是目的，哪个是手段？人的精神能力，在这里是理性、智力，它的价值仅仅是为肉体服务吗？当然，无论个人还是人类，肉体的生存是前提，在这个问题解决之前，我们不得不把主要精力用在满足生存的需要上，智力好像更是肉体生存的手段。但是，一旦生存的需要得到了满足，智力活动仍然只是手段吗？精神需要的满足是否应该逐渐上升到主要地位，我们是否应该逐渐把主要精力用在精神需要的满足上了呢？因为从人之为人的本质属性看，应该说肉体只是手段，精神才是目的。我们动脑筋，不是为了填饱肚子，只是因为动脑筋本身让我们感到快乐，智力的运用和真理的探究本身让我们感到快乐，在这样的一种状态中，我们岂不更像是万物之灵？事实上，人类也好，个人也好，越是能够从精神活动本身中获得快乐，就的确是处在人性的一个更高的阶段上。

好奇心和独立思考能力具体到学习上，作为一个学生来说，看一个学生在智育上是不是过关，智力素质好不好，我就看两条。第一条，你有没有快乐学习的能力。学习是好奇心和求知欲的满足，本来应该是一件快乐的事情。第二条，你有没有自主学习的能力。尤其是大学生，你一个是要对知识有兴趣，另一个是你要知道自己的兴趣在什么地方，对什么东西最感兴趣，然后你就根据你的兴趣来安排自己的学习。大学生不应该是跟着老师走的人，要具备自己安排自己的学习的能力。所以，我觉得大学期间的学习有两个目标，一个是爱上学习，另一个是学会自学。有了这两条，你就获得了一笔终身的财富。因为大学期间的学习，学生阶段的学习，仅仅是学习的一个开端，你要真正在知识上大有作为，做出成就，那你是一辈子要学习的，以后就靠你自己了。我认为一个人在受过大学教育以后，应该成为一个知识分子。什么是知识分子？就是热爱智力生活的人，养成了智力活动习惯的人。你品尝到了智力活动的快乐，养成了智力活动的习惯，一辈子也改不掉了，不让你从事智力活动你就难受，这就叫知识分子。如果你离开学校后就仅仅是去谋生了，你对智力活动再也不感兴趣了，那你就真的是白受了教育，你没有成为知识分子。

当然，从我们现在这种应试教育的体制来看，要让孩子们、学生们成为热爱智力活动的人，实在是太困难了。基本上这个体制起了相反的作用，让你讨厌智力活动。其实也不是讨厌智力活动，因为你还没有真正品尝过智力活动的快乐，你从事的很多活动根本不是智力活动，那些为考试做的死记硬背不是智力活动，你跟智力活动还没有沾边，还没有把你引入到智力活动里面去，问题在这里。结果你就这样从大学毕业了，由于在学校里就没有品尝到智力活动的快乐，走上社会以后，在择业的时候，你也就不会有真

正属于自己的兴趣和志向，只有薪金之类的外在标准，这真是很可悲的。一个人没有自己的真兴趣，是永远不可能活得有意思的。

在我看来，学习不快乐，把学习变成折磨，仅此一点，就已经是教育的最大失败。从小学开始，孩子们就受这个折磨，上了一天学，回家还必须做大量枯燥的作业，天天上床时都筋疲力尽，其用途只是应付考试，对真正的智力开发毫无益处。到了初中，尤其高中，折磨越来越甚，简直是虐待了。我认识一个中学校长，他任职的学校是当地最好的中学，所谓高考名校吧，升学率最高，反正高官大款都把自己的子女送到那里去。那次我去那个城市做一个讲座，他听说了，就一定要请我吃饭。在饭店，他见我的第一面就说：周老师，我们这些人都是历史的罪人，我们将来是要受审判的。据他说，他这个学校考上清华、北大的多了，考上北师大算差的。怎么做到的？全封闭管理，两周休息一天。在应试体制下，不这样做，他的学校就会出局。他自己的孩子也在这个学校上高中，毕业那一天，他请孩子吃饭，流着泪说：你的生活从今天才真正开始。是啊，原来过的不是生活，不是人的生活！

你们也都受过这种苦，中国的教育，你们都是直接受害者，从初中、高中过来，就好像从炼狱里过来。现在过了高考关，进了大学，好像进到了天堂，可以松一口气了。大学比中学好得多，多少有一点自由了，但还是很可怜的，是吧？在大学做讲座时，有些学生让我题词，我就题两句话：做学习的主人，向教育争自由。现在大学的问题是急功近利，你要清醒，把弊端对你的损害减小到最低限度。几年的时间一晃就过去了，你要珍惜，自己好好想一想，这几年怎么学，自己有一个计划，真正做学习的主人。

这是我讲的精神快乐的第一点：智力活动的快乐。其实，幸福观和人生观是统一的，从幸福观的角度讲，是智力活动的快乐，从怎么做人的角度讲，就是要有一个自由的头脑，把上帝赋予你的理性能力的价值实现出来。

2. 情感体验的快乐

第二点讲一讲情感体验的快乐。我这里讲的情感是广义的，指人的感受能力。人不光有智力，也就是认识能力，还有感受能力。如果说认识能力主要是面向世界的，那么，感受能力主要是面向人生的。当然，这只是相对而言，实际上两者难以分开，我们在认识世界时也在感受，我们在感受人生时也在认识。你在这个世界上生活，无论是在认识外部事物的过程中，还是在和人打交道的过程中，你的感情是参与的，你有顺心的时候，也有不顺心的时候，有些人你喜欢，有些人你讨厌，你会快乐或者痛苦。人带着感情生活，有好恶，有喜怒哀乐，在我看来这都是财富。不是说只有快乐才是财富，你遇到了讨厌的人，倒霉的事，就完全是损失了。如果说心灵是一本账簿，那么，对于这本账簿来说，没有支出，全是收入。

在生活中，我也跟大家一样，常有情感的波动。我会遇到我特别讨厌的人，那时候