

经典天天读系列

# 每天读点

# 哲学

祝和军  
编著

PHILOSOPHY  
AND  
YOUR LIFE

每 天 读 点 哲 学

「日常生活中的哲学」



哲学的全部任务，就是启人思考——海德格尔

哲学，在古希腊的意思是“爱智慧”。

智慧不是知识，知识关乎自然，智慧关乎人生。而关于人生的“知识”是没有规律可循的。因为没有哪一个人能够找到人生的规律，谁也不敢说自己掌握了人生的真理。所以，哲学家寻找人生的智慧，注定了是在解答一个没有固定答案的“人生方程式”。

每天读点人生哲学，其内容或来自经验的总结，或来自理论的阐释，或是生活的感悟，它们以一种浓缩的方式记录了人类的思想史，也就是人逐渐认识自己的历史。

 海潮出版社  
HaiChao Press

经典天天读系列

每天读点

哲学

祝和军  
编著

PHILOSOPHY  
AND  
YOUR LIFE

「日常生活中的哲学」



海潮出版社  
HaiChao Press

图书在版编目(CIP)数据

每天读点哲学/祝和军编著.—北京:海潮出版社,  
2009.3

ISBN 978-7-80213-663-2

I.每… II.祝… III.哲学—通俗读物 IV.B-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第 015700 号

书 名: **每天读点哲学**

---

作 者: 祝和军

责任编辑: 陈开仁

封面设计: 李尘工作室

责任校对: 韩红月

出版发行: 海潮出版社

社 址: 北京市西三环中路 19 号

邮政编码: 100841

电 话: (010)66969738(发行) 66969747(编辑) 66969746(邮购)

经 销: 全国新华书店

印刷装订: 北京中印联印务有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 15.125

字 数: 300千字

版 次: 2009年3月第1版

印 次: 2009年3月第1次印刷

ISBN 978-7-80213-663-2

定 价: 29.00 元

(如有印刷、装订错误,请寄本社发行部调换)

# 前言

## 哲学就在你身边

---

所有的革命都是头脑的革命，一切的胜利都是哲学的胜利。

世界上的物质都是冷冰冰的，只有头脑是热的，头脑运用智慧来组织这些物质，使整个世界呈现出不同的面目。

知识是无穷的，总在不断地推陈出新，而智慧是永恒的。几千年来，谁也不敢大胆地说自己又发明了一种新智慧。

哲学源于问题，而哲学不过是对这些问题的回答罢了。这些问题也许永远也没有答案，哲学的尴尬在于：它总是在试图回答那些根本没有答案的问题。

哲学也许从诞生那一刻就已经死亡了，因为自从人有自我意识的那一刻起，先知先觉的圣人就已经把人生的种种困境和问题醍醐灌顶地提了出来，剩下的只是回答而已。

今天的我们之所以可悲，是因为我们竟然把这些问题遗忘了，更谈不上回答了。人根本上是一个“问题的动物”，问题的遗忘注定了家园的丧失。

近半个世纪以来，大的灾难时时在考验着人类的良知和最后的底线。几年前肆虐的“非典”，将人类的有限和软弱暴露无遗。在这场灾难面前，最行之有效的办法竟然是“隔离”！“隔离”，早在几千年之前就已经被用来对付传染病了。看来，我们人类在应付灾难面前并没有进步多少，何况艾滋病到现在还没有找到应对的办法，而也许当人类真正战胜艾滋病的时候，还会出现更凶猛的疾病。正所谓“道高一尺，魔高一丈”。

幸亏人类还有自省能力，在陷入困境的时候开始在冷冰冰的物质中抽身而出，转向

了自己的“头脑”和“哲学”。我们终将明白，智慧永远是最珍贵的东西。

哲学指导人生，就是让我们回到原本属于我们的“问题”，让我们去关注那些看不见的东西、摸不着的问题，尽管很沉重，但却是在正视问题的本身。

不要企求得到答案，因为在这个世界上，真正属于人的问题都没有答案，真正让我们震撼的东西都没有形状，最终胜利的道路都不是笔直的。

# 目 录

## CONTENTS

---

### 第1章 每天读点人生哲学

- 承担“偶然”——人是尚未定型的动物 /1
- 雾里看花——人生不能问“为什么” /4
- 珍惜现在——活在当下 /7
- 从“？”到“！”——从有限走向超越 /9
- 天平人生——寻求属于自己的平衡 /12
- 按摩心灵——倾听内心的召唤 /14
- 魔由心生——不能打开的潘多拉盒子 /17
- 克制自我——别把放纵当自由 /19
- 一念之差——善恶本存乎心 /22
- 挣脱无聊——跌宕起伏是人生 /24
- 洞察生死——拷问人生之大限 /26
- 追求过程——人生的意义仅在过程中 /28

### 第2章 每天读点生活哲学

- 禅茶一味——平常心是道 /32
- 生无所息——追求比占有更重要 /35
- 杨朱泣途——选择的权利在自己手中 /38
- 惜缘思源——相濡以沫还是相忘于江湖 /40

- 感恩生活——善待每一天 143
- 得失之间——宠辱不惊,遇事从容 145
- 有所忌惮——常怀敬畏之心 148
- 宁静致远——“慎独”的功夫和境界 150
- 逝者不复——生活中有些事情不能等 152
- 未来可期——不要为打翻的牛奶哭泣 155
- 能忍则安——忍一时海阔天空 158
- 三思而行——别让理性成为激情的奴隶 160

### 第3章 每天读点幸福哲学

- 安贫乐道——眼睛向下,境界向上 163
- 乐在何处——天使和魔鬼的厮杀 166
- 超脱金钱——金钱是快乐的资源,而非快乐本身 168
- 固守家园——让高尚的东西占据你的心灵 171
- 境由心造——培养感受幸福的人格和能力 174
- 快乐由己——不要预支明天的烦恼 176
- 知足常乐——最悲莫若欲难填 178
- 忙里偷闲——别挡住我的阳光 181
- 活在爱中——爱是快乐的藤 183
- 幸福的真谛——幸福是沉甸甸的承担 185
- 冷暖自知——幸福的几个关键词 188

### 第4章 每天读点处世哲学

- 出世入世——庖丁解牛的启示 192
- 加减法则——处世不过攻守进退 195
- 各安天命——认识你自己 198
- 难得糊涂——留一半清醒留一半醉 100
- 吃亏是福——乐于吃亏是一种境界 102
- 上善若水——处世还是低调一点好 105

- 美在适度——过度和不及都不是美德 /107
- 摆正心态——换个角度看世界,跳出世界看自己 /110
- 预留退路——切莫把事情做绝 /113
- 聚散皆缘——路要自己走 /115

## 第5章 每天读点交际哲学

- 管好嘴巴——并不是每个人都会说话 /118
- 善于倾听——把“倾听”当做一种技能来学习 /121
- 学会拒绝——把“拒绝”修炼成一门艺术 /123
- “夸”的艺术——赞美别人是一种美德 /126
- 察言观色——一生都要学习的必修课 /128
- 刺猬法则——把握人际交往的火候 /130
- 走出幻想——透过外表看本质 /132
- 良药苦口——向自身的弱点宣战 /134
- 知己难求——君子之交淡如水 /137
- 迂回进入——两点之间最短的未必是直线 /139
- 张弛有度——在不平衡中寻找平衡 /141
- 将心比心——知其不可而为之 /143

## 第6章 每天读点品格哲学

- 仰望天空——透视灵魂的求索 /146
- 追求真理——吾爱吾师,但更爱真理 /149
- 三省吾身——不经审查的人生不是好人生 /152
- 智者无惑——知人者智,自知者明 /153
- 仁者无敌——与人为善,于己方便 /156
- 勇者无惧——勇敢是灵魂的忍耐 /158
- 诚者无妄——诚实是一种品质,更是一种能力 /161
- 尊己爱人——赠人玫瑰,手留余香 /163
- 宽己容人——己所不欲,勿施与人 /165



- 海纳百川——世界上最宽广的是人的胸怀 /168  
敢于负责——人生的一门必修课 /170  
见贤思齐——尺有所短,寸有所长 /173

## 第7章 每天读点励志哲学

- 思想的芦苇——我们全部的尊严就在于思想 /176  
熟知非真知——走出常识的牢笼 /179  
自强不息——天下没有免费的午餐 /182  
拒绝孤独——到社会中去实现自己的价值 /184  
接受磨炼——生于忧患,死于安乐 /187  
扬弃安逸——走出柏拉图的“洞穴” /189  
依靠自己——恃人不如恃己 /191  
播种习惯——优秀是一种习惯 /194  
学无止境——人生有涯,而知无涯 /196  
笑到最后——阳光总在风雨后 /199  
聪明的“坏处”——把聪明放在“褙褙”的后面 /201  
单纯的“好处”——活在真实的世界里 /204

## 第8章 每天读点成功哲学

- 谋局定势——成功就是在与别人的竞争中胜出 /207  
不必拘执——成功没有固定的模式 /210  
见机行事——真正的高手是不预测的 /213  
破除成见——以不变应万变 /215  
无知无畏——勇气来自无知 /218  
打破常规——别让经验把你“杀死” /220  
善于取舍——做大事者,不拘小节 /223  
大智若愚——最重不过“是非心” /225  
隐藏弱点——别让“软肋”成为你的要害 /227  
善假于物——狐假虎威的启示 /230  
人脉竞争——让别人来成就你 /232

# 第 1 章

## 每天读点人生哲学

---

哲学源于对人生的思考。人生之所以会成为哲学的焦点,是因为人追求无限和永恒的冲动和人生有限的宿命形成了难以打开的死结。如果人能够长生不老,就不会有人来思考哲学,因为前五百年的遗憾满可以在后五百年来弥补。如果人意识不到自己的有限,那也是一件非常“幸运”的事情。

可惜,人不能长生不老。人永远是那个在悬崖中间铁链上摇摆的动物,铁链的一端是生,另一端是死。

科学不能解决人生的意义,即使我们征服了整个世界,我们也无法征服自己。正如苏格拉底所说,“知识关乎自然,智慧关乎人生”。知识是我们用来“对付”大自然的,而对人生则没有太多的帮助。随着科学技术的迅猛发展,我们对大自然取得了一次又一次的胜利,但人生的种种困惑却没有因此而减少。“认识你自己”,古希腊德尔斐神庙的这句千年箴言一直如影随形地跟着我们,挥之不去。

### 承担“偶然”——人是尚未定型的动物

人类一思考,上帝就发笑。

——米兰·昆德拉

舒伯特正在作曲,他的友人问:

“为什么你总是作这样哀伤的音乐?”

舒伯特抬起头:

“你可知哪一首是欢乐的音乐?”

是啊,万丈红尘,生命的欢歌究竟何在?帝王威赫一生,到头来却哀叹“可怜生在帝王家”;百姓孱弱无依,人生更如浪卷浮萍。生命的音符尽管丰富,却总是残忍地谱写着绵延的哀歌,命运的祭台上草草堆放着的,不正是那一段段曾让我们沉沦、最终却被它弃之如蔽履的生命岁月吗?

人类曾多么庆幸自己是茫茫宇宙中唯一的在思索着的生命,的确,大概没有哪一种生物比人类能够更清楚地意识到了命运的无常和个体的渺小,然而,这究竟是我们的幸运还是不幸呢?

芥川龙之介有一篇著名的小说《河童》,说的是河童这个种族的婴儿将要出生时,它的父母将询问它是否愿意降生人间,如果回答不愿意,它的生命将自动消失。可惜的是人类却无此幸运,尼采早就断言:“最好的东西就是你永远得不到的;不要出生,不要存在,化为虚无。”

可是,现实中的人却没有如此幸运。海德格尔曾经有一句著名的话:“人是被抛入这个世界的。”“被”字表明这是一个主语欠缺的被动语态。主语的欠缺,表明人来到这个世界并不是由谁决定的,他是非常偶然地发生的行为。这里的“抛”字非常形象。它在向我们昭示:人来到这个世界是非常偶然的,他不会对外在的事物负责,没有任何债务需要承担,他就是他,一身轻松,表明人是生而自由的;但这个被动语态,又说明人来到这个世界是完全被动的,由不得自己选择,也不会征求其同意。从这一角度而言,人来到世界上又是何等的宿命!所谓的自由后面原来是更深、更大的不自由!正如萨特所说:“人生就像是被抛上了一列飞速运转的列车,对于它来自何处,还要驶向何方,人们一无所知。人唯一所能做的就是在存在中自由选择,并独立地对自身及整个世界担负起责任。”

的确,没有人问你愿不愿意,你就已经有了生命,也来不及问一声为什么,命运的鞭子就催你上路了。这一生你走得如此辛苦,记不清多少次曾心碎欲裂:为了褪色的爱情,为了失去的亲人,为了在岁月中风化的少年壮志,为了……为了太多太多,你常常诧异自己竟然还能走下去。终于有一天,再经历了命定的九九八十一难以后,终于可以安然入睡了,但就在你回首而望的那一刹那,你却突然

疑惑了：这筋疲力尽的一生，真的是属于自己的吗？或者，你只是不幸被挑中来上演一出所有的情节都已写好、但却注定没有结局的悲喜剧，而你，连说“不”的胆量都没有。幕落了，看客们心满意足地咀嚼着你的生命走出了剧场，而你却站在空旷的舞台上，望着他们漫不经心的身影，只剩下欲哭无泪的惶惑……

在永不间断的无限时空之中，人类究竟扮演着什么样的角色？在把目光转向那玄妙不可知而又必然不可免的命运时，人类在面对世界时所拥有的雄心勃勃和不可一世，是否还能剩下些什么？谁，又能给予肯定的回答？

当然，我们不该忘记“英雄”，不该忘记他们曾经用高远的理想和满腔的执著去反抗过命运的捉弄。是的，他们或许创造过不可一世的功业，然而为什么依然掩饰不住茫然无助的空虚？他们或许有着功盖千秋的盛名，然而为什么赫赫威名也会在岁月的磨蚀中风化、凋零？“问苍茫大地，谁主浮沉？”英雄的声音尽管雄壮，但无敌的，毕竟不是我们。

何等的悲观！但是，哪里有危险，哪里就有拯救。人正是带着彷徨来到世界，也毕竟会带着疑惑离开人世。几十年的时间太短了，根本不够我们用来洞察人生的玄机，也正是因为人生的有限，我们才迫不及待地去思考，以至于发出了“向天再要五百年”的慨叹！

何等的悖谬！人生简直就是一个无法解开的方程式，永远也没有人会知道答案，但这种悖谬和无解从另一方面却也呈现出了人的伟大。尽管“人类一思考，上帝就发笑”，但这丝毫没有影响和阻碍人类探究自身命运的努力和性情！正所谓：“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”

人是偶然来到这个世界的，却要必然地承担这种“偶然”的命运。这对人来说根本不能用“幸运”或者“不幸”这种非此即彼的词语来表达。因此，我更愿意用另外一个词来形容人的这种生存状态——悲壮。

当有人问尼采人是什么时，他斩钉截铁地回答：“人是尚未定型的动物。”萨特说，人的存在先于本质。也许，正是这种偶然性，注定了人一生的拼搏和求索。人正因尚未定型，才同其他动物区别开来，并且战胜了其他动物。因为其他动物在物种上都已固定，没有发展的自由了。人却不然，他没有一成不变的既定本质，他可以自己改变自己，塑造自己，创造自己的本质。

人的未定型性和寻求意义的执拗性正是人的伟大之处。从某种程度上说，人是“痛苦的造物”，因为在探索多方面的可能性时，必然“充满矛盾的评价，从而

充满矛盾的动机”。但是,尽管痛苦,终归值得,人因此而更显伟大。

正是因为“痛苦的创造”,人又被尼采比喻为“自己的一个实验品”。每一次的实验,无论成败,都会化成自己的血肉,成为人性的组成部分。评价和寻求意义的行为非同小可,选择一种可能性意味着排斥了其他的可能性。正如美国诗人弗罗斯特在他那首《未选择的路》的小诗中所写的:

黄昏的树林里分出两条路,  
我选择了其中一条,  
留下一条改日再走。  
可是我知道每一条路都延绵无尽头,  
一旦选定,就不能返回,  
从此决定了一生的道路。

其实人生之路又何止两条,人永远处在选择中。人应当是永远不定型的,人在每一个自我创造的同时创造出了再创造的自由。

## 雾里看花——人生不能问“为什么”

用分析方法来研究对象就好像剥葱一样,将葱皮一层又一层地剥掉,但原来的葱已不在了。

——黑格尔

很喜欢上面黑格尔的这个“剥葱”的比喻。有些东西,我们实在没有必要先钻进去探究个明白,然后再去行动。人生也是如此,我们并不是先把事事都搞清楚之后再生活。恰恰相反,我们总是雾里看花,如此“糊涂”地生活着,而且并没有感觉有什么不适。因此,我很不喜欢把“科学”这个字眼同人生联系在一起,比如市面上经常出现的“科学地规划人生”、“科学人生”之类的话,好像人生也可以被搞得像白开水一样清清楚楚、透透明明,然后再去操作。

庄祖鲲牧师曾经讲过这样一个故事,说有一个人在抗战期间,寄居在贵州一个农家里。有一天,他正在看书,农家四五岁的小女孩跑过来,两个人就展开了一段对话:

“叔叔，你在干什么？”

“我在看书。”

“你为什么要看书？”

“看书可以增长知识啊！”

“增长知识干什么？”

“增长知识可以赚钱啊！”

“赚钱干什么？”

“赚钱才可以吃饭啊！”

“吃饭干什么？”

“吃饭才不会死啊！”

“那不死干什么？”

“去！去！去！别啰嗦了，去找你妈去！”

现在这个人已经八十几岁了，每天在想的就是：“是啊，不死干什么？”

人生的终点是死亡，但任何人都不会为了这个目的而活着，谁忙忙碌碌是为了死亡呢？上面这个故事看起来十分可笑，但仔细想来，又不得不令人深思。任何事情，如果非要打破砂锅问到底，询问个究竟，到最后可能就会是一片虚无。就像黑格尔所说的那样，你如果想要知道葱的本质，将葱皮一层层剥掉，却发现原来的葱却不见了，更谈不上葱的本质。

其实，我们在生活中，“知道”和“信仰”往往是两回事。有些事情，知道得越清楚，越不利于我们去信仰、去思考、去行动。正如老子所说：“为学益久，为道日损”。

人的一生不可能用科学来规划，因为人生的魅力就在于神秘性。毋宁说，人生是荒谬的。人的想法、行为总是掺杂了太多的思想和感情。还是想借用苏格拉底的那句名言：知识关乎自然，智慧关乎人生。知识都是科学的，它要探究我们身处于这个客观世界的真相，它要求客观、真实，不允许出现矛盾，不喜欢颠三倒四。而人生呢？它却处处充满矛盾和纠结，真与假、善与恶、爱与恨、悲与喜往往纠缠在一起，可以说真中有假、善中有恶、爱中有恨，悲中有喜，而且人生中的昨天—今天—明天的过渡没有任何规律可循，正如赫拉克利特所言：“人不能两次踏进同一条河流”。“人的一生就像一团永恒燃烧的活火，它在一定分寸上熄灭，又会在一定分寸上燃烧。”

冷静的态度、客观的精神，我们可以用来探究大自然的奥秘，但千万不要带

进你的人生,千万不要用它来指导你的生活,因为这必将稀释你人生的浓度,减少你生活的激情,削弱你行动的动力。水至清则无鱼,水如果太清澈了,就没有鱼的容身之地了。人生也是如此,太冷静了,太理智了,太客观了,人的信仰就会失去地盘,就会陷入一片空虚。

柯达公司创办人伊斯曼先生,是一个很会享受人生的人。他的房子雕梁画栋,匠心独运。他自己又是聪明绝顶的人,发明了许多东西。他酷爱音乐,后来还捐钱建了一所伊斯曼音乐学院。他甚至为了使客厅的音响效果好一点,硬是将已建好的房屋切割开来,再把一半的房子横移 0.6 米,再连接起来,花了 75 万美金,而当初建整栋房子也不过花了 30 万美金而已。他没有结婚,所以也没有子孙。到了他 77 岁时,以手枪自杀,结束了他的生命。死前一天,他还改了遗嘱,将全部家产捐赠给罗彻斯特大学。在他的纪念馆中,展示了他自杀前留下的字条,上面写着:“我已经得到了所有我想要的,还等什么呢?”(I have all I want. Why wait? )

伊斯曼的一生,令人想起《传道书》。《传道书》的作者聪明绝顶,名利双收,又是一国之君。他懂得享乐,又善于营造花园。然而整卷书却充满了对“虚空”的感叹,认为“日光之下”的万事万物,都是虚空,都是捕风,毫无意义。伊斯曼和《传道书》的作者何其相似!

人生还是需要多一点神秘感,因为它会让你的生活始终充满开拓的精神和进取的热情。什么都看明白了,什么都得到了,未必是件好事。英国作家王尔德曾有一段颇有哲理的名言,他说:“人生有两种悲剧,第一种悲剧是你所要的东西却得不着,因此你感到失望;但是另一种更大的悲剧是,你所要的东西你终于得到了,却感到绝望。”失望是众人都有的经验,因为人生不如意的事,十之八九。但是你所梦寐以求的东西既然终于得到了,为何却感到绝望呢?这恐怕只有人生阅历较丰富的人才能领悟。因为我们常常对渴望的东西,赋予太多的幻想与期望,因此当我们花极大的代价得到之时,往往却感到幻灭与虚无。因为所有在“日光之下”的事物,包括物质、爱情、权势、名望,都不能持久或不变质,也不能提供永恒的价值和意义。

水至清则无鱼。水,为什么要追求“清澈得没有杂质”这个境界呢?殊不知到了此等境界就不可能再有鱼了。人,为什么要力图对事事、人人都明察呢?岂不知明察秋毫是大聪明,而难得糊涂才是大智慧!

## 珍惜现在——活在当下

饥来吃饭倦来眠。

——大珠禅师

“活在当下”的英文是 Live in the present。“活在当下”的真正含义来自禅。禅师知道什么是活在当下。《大珠禅师语录》中就曾经记载了有源禅师和大珠禅师的一段对话：

有源禅师来问：“和尚修道，还用功否？”

师（大珠禅师）曰：“用功。”

曰：“如何用功？”

师曰：“饥来吃饭，倦来眠。”

曰：“一切人总如是，同师用功否？”

师曰：“不同。”

曰：“何故不同？”

师曰：“他吃饭时，不肯吃饭，百种须索；睡时不肯睡，千般计较，所以不同也……是以解道者，行住坐卧，无非是道；悟法者，纵横自在，无非是法。”

“饥来吃饭，倦来眠”，这是再自然不过的事情了，但禅语却说，这就是活在当下！仔细想来，恍然大悟。这种最自然不过的事情对我们现代人来说早已经成了远古的图腾和遥不可及的梦想了。

在现代生活中，估计每个人都遇到过这样的情况：有时尽管一点睡意也没有，但观念总觉得该睡不可，而强迫自己一定要入睡。就这样，一边脑子里思绪纷飞，一边又因为时钟的滴答声而感觉心烦气躁，结果是无法入眠。直到清晨两点、三点……最后甚至感到有种绝望的悲哀。

如果你是一个公司职员，当午后两三点睡意正浓之时，如果随性在办公室呼呼大睡，保证没多久就被炒鱿鱼了。上学的时候，老师在台上讲得口沫横飞，自己却在下面偷吃零食的那种惊险而有趣的体验，对于一个公司职员来说也许是一



种天方夜谭。“饿来吃饭,倦来眠”,对于我们这些芸芸众生而言,竟然成了可遇不可求之际遇。

还有吃饭,本来该吃饭时就吃饭,但现代人总是非得先在食物的营养调配上大费一番周章才进食,于是常让肚子挨饿受苦。近来,社会上竟然还出现了“缩食瘦身”的风潮,为了所谓的美竟然该吃饭时不吃饭,该喝水时不喝水。当这些有一天成为尘封的历史后,肯定会被我们的后代当做笑话来指点和评说。

对我们而言,什么事情是最重要的?什么时间是最重要的?什么人是最重要的?有人会说,最重要的事情是升官、发财、买房、购车,最重要的人是父母、爱人、孩子,最重要的时间是高考、婚礼、答辩。其实这些都不是,最重要的事情就是现在你做的事情,最重要的人就是现在和你一起做事情的人,最重要的时间就是现在,这种观点就叫活在当下,它直接可以操作。

一个人被老虎追赶,他拼命地跑,一不小心掉下悬崖,他眼疾手快抓住了一根藤条,身体却悬挂在空中。他抬头向上看,老虎在上边盯着他;他往下看,万丈深渊在等着他;他往中间看,突然发现藤条旁有一个熟透了的草莓。现在这个人有上去、下去、悬挂在空中和吃草莓四种选择,他会选择什么呢?正确的答案肯定出乎你的意料——他选择了吃草莓。吃草莓这种心态就是活在当下。你现在能把握的只有那颗草莓,就要把它吃了。有人说,马上就要死了,还吃草莓干什么?但他不是还没死吗?机会可能就会在动态中出现。也许老虎过一会儿就走了,他还可以爬上来。如果你把这个问题拿去问幼儿园的孩子,孩子一定会毫不犹豫地回答——吃草莓。孩子之所以比我们这些大人快乐,就是因为他们活在当下。活在当下,就是不要为了虚幻的未来牺牲现在。人生就是由若干个“现在”构成的生命之流,如果它在每一个点上都不能发光,这条河流就是暗淡的。“人生不得抒胸臆,犹活百世也为夭”,这是苏东坡的名句。那么,我要问你:你是不是活得很匆忙,不论是睡觉、吃饭、走路、娱乐,总是没什么耐性,急着去赶赴下一个目标?你是不是觉得有更大的任务等着你去完成,不能把多余的时间浪费到“现在”这些细小事情上面?

不只是你,大多数的人都无法专注于“现在”。他们总是若有所思,心不在焉,只想着明天、明年甚至下半辈子的事。有人说“我明年要赚得更多”,有人说“我以后要换更大的房子”,有人说“我打算找更好的工作”。后来,当钱真的赚得更多、房子也换得更大、职位也连升好几级的时候,他们却并没有变得更快乐,反而感