

周波
著

有人说
这是一本好书
有人说
这是一副良药
答案
只能自己来寻找

自圆其说



自圆其说

周波 著

图书在版编目 (CIP) 数据

自圆其说 / 周波著. —北京: 中国工人出版社, 2018.5
ISBN 978-7-5008-6989-4

I. ①自… II. ①周… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2018) 第085836号

自圆其说

出 版 人 芮宗金
责任编辑 吴 迪
责任校对 董春娜
责任印制 黄 丽
出版发行 中国工人出版社
地 址 北京市东城区鼓楼外大街45号 邮编: 100120
网 址 <http://www.wp-china.com>
电 话 (010) 62005043 (总编室)
(010) 62005039 (出版物流部)
(010) 62379038 (社科文艺分社)
发行热线 (010) 62005049 (010) 62005042 (传真)
经 销 各地书店
印 刷 北京市密东印刷有限公司
开 本 880毫米×1230毫米 1/32
印 张 7.5
字 数 130千字
版 次 2018年6月第1版 2018年6月第1次印刷
定 价 30.00元

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社出版物流部联系更换
版权所有 侵权必究

自序

小时候生活在东北的林区，天一黑就能看到满天的繁星，那个时候并没有觉得这满天的星星有多么美妙，也没觉得它们有什么迷人，更不觉得它们有什么神奇，相反，还有点让人害怕，它们就像黑夜的森林里很多动物的眼睛。随着年龄的增长，慢慢地对这满天的星星产生了一些兴趣，星星是从哪里来的？为什么会发光？星星上有生命吗？总之，对这满天的繁星有了无限的遐想和好奇。工作以后，曾经的这些遐想和好奇逐渐被城市的车轮碾压、粉碎，慢慢淡出了脑海。很多年以后，人生也快过半，内心渐渐有了些许的平静，这份平静让我有时间去思考，生命到底是怎样诞生的？人类是怎样进化的？宇宙有边际吗？人生应该如何度过？怎么才能获得幸福等等诸如此类的问题。经过了几年的思考和沉淀以后，内心深处总有一个声音在不断提醒自己，应该写

点什么，于是下定决心，尝试着把它们写下来，就算是送给自己、家人和朋友的礼物吧，希望他们能在这个繁杂的世界里保持一份平静，保持一份清醒和豁达，在看清生活的真相和本质之后还能依然热爱生活，度过这短暂而又美好的人生！同时也希望这本书可以促使大家多一些思考，殊途同归，翻开它，“道”一通达，“术”皆可为你所用。到那个时候，你们的人生将不再痛苦，也不再迷惑，你们可以随心所欲不逾矩，也可以勇往直前乐无边。上篇阐述了一个圆点、两面世界和三角人生的思维和观点，目的就是希望大家能够运用这些思维和观点去解决日常生活中所遇到的具体问题。为了加深理解，下篇挑选了一些生活中比较常见的问题来分析。

目前人类是生活在地球上的唯一智能生物，虽说智能，但到现在为止人类仍然被很多问题所困扰：为什么生命会在寒武纪突然大爆发？人的意识到底是怎么回事？宇宙中的这一切到底是从哪里来的？说到底这些问题都与宇宙的起源有关，这是个终极问题，也是一个人类永远无法解决的问题，尽管无法解决，但人类却从未放弃对这个问题的探讨与思索，为了了解这些问题的根源，人类目前唯一能借助的只有光——遥远的宇宙深处传来的星光，下面就跟随这束光来开启我们的人生旅程吧！

遥远的星光

遥远的星光

你经过了一百多亿年的徜徉

来到了这个蓝色的地球上

几十亿年的等待呀

几百万年的冥想

神奇的生命之树

已经忘记了当初的模样

多想拉住你的手

述说着我们的困惑与彷徨

多想停下你的脚步

问一问你是否也会有

烦恼和忧伤

遥远的星光

你从远方的黑暗中艰难地走来

纯净的眼眸中泛着微弱的光

没有泪水

没有胆怯

只有诞生时就拥有的坚强

你想告诉我什么
是像你一样执着
从不放弃 自己的梦想
还是像你一样友爱
带给整个人类 光明与希望
我慢慢地抬起头
凝视着你
日思夜想
没有答案
只能任思绪
在浩瀚的银河中 飞扬
然后 再默默地看着你
一步一步地 走向远方

遥远的星光
你看 时间的长河还在默默流淌
你看 生命的列车依然熙熙攘攘
有的人 着急地下
有的人 慌忙地上
但谁也无法阻挡
阻挡它 行进的方向

我们只能 欣赏
欣赏这 沿途的风光
也许有一天
我没来得及向你们道别
走得太匆忙
请不要生气 也不要悲伤
因为
我相信 总会有那么一天
你我还会相遇
相遇在 遥远的故乡
那里 没有饥饿
那里 没有烦恼
那里是 传说中的天堂
那里 没有哀怨
那里 没有争吵
那里是 生命开始的地方

目录

自序
001

下篇

上篇

摄影 颜色 语言 声音 婚姻 爱情 共享经济 减肥 堵 车 保 险 麻 将 股 票

三角人生 两面世界 一个圆点

143 138 133 130 125 121 119 115 111 108 103 084 011 007 002

后 记	人 生	死 亡	幸 福	选 择	考 试	教 育	中 国 文 化	历 史	创 新 思 维	创 新	销 售	商 品	商 业 模 式	江 湖
--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	------------------	--------	------------------	--------	--------	--------	------------------	--------

225	212	207	201	197	193	184	181	178	173	169	163	158	154	146
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

上篇

一个圆点 ——宇宙

目前哲学上困扰人类的三大问题：一、我是谁？二、我从哪里来？三、我要到哪里去？其实站在人类的角度来看，这个问题回答起来并不难，能理解这句话：“父母在，人生尚有来处；父母去，人生只剩归途。”即可。但站在宇宙的层面上看，这就是一个超级难题，这三个问题等同于：一、宇宙是什么？二、宇宙从哪里来？三、宇宙要到哪里去？

两千多年前，中国古代有人给宇宙做了一个定义：四方上下为宇，古往今来为宙。这里的“宇”指的就是空间，“宙”则指的是

时间，也就是说中国古人认为：时间和空间就是宇宙。而现代科学则认为宇宙是由时间、空间和物质组成的，这两种说法的基本意思是相同的，但我个人并不认同这种说法，如果非要给宇宙下个定义的话，我的观点是：宇宙就是客观存在。一切客观存在组成了宇宙，但这些客观存在从哪里来？又要到哪里去？这是一个永远不会有正确答案的问题。宇宙目前呈现给我们的只是这样一幅色彩斑斓的图画，而我们却不知道它是从何处起的笔，用什么方式完成，更不知道是何人所画？人类经过了多年的研究和探索，目前比较一致的看法是：这幅画是从一个圆点开始的，用大爆炸的方式自我绘成，这一切看起来是那么难以理解，又那么玄妙，人类要想打开这扇众妙之门，“光”是目前唯一可以借助的工具，但由于光速的有限性（ 30万 km/s ），使人类的认识也被限制在光速的范围了，我们称之为“视界”，视界会导致人类在研究宇宙起源的问题上永远不会有真正的答案，最多也只能得出推测和想象的结果，而这个结果永远也无法得到验证，正因为如此，所以才有了古今中外宗教界、哲学界和科学界的百花齐放和百家争鸣。

在这里，我也想贡献一点自己的想象，哪怕是谬以千里。我个人认为，宇宙就是一个圆点，这个圆点，就像一粒种子，其中蕴藏了巨大的生命力，它以大爆炸的方式诞生，用自己的洪荒之力编写了一个庞大的、复杂的、精密的宇宙系统软件，大到星球的运转，小到电子的跃迁，宇宙中的一切客观存在都在这个平台

上自动运行。对于人类而言，这属于宇宙自带的系统软件，它也许会自动进化和更新，但在宇宙消亡以前它永远也不能被卸载和删除，最为神奇的是：一切生命在这个系统软件上又开发出了属于自己的应用程序，这些应用程序让鸟儿可以飞翔，让花儿可以开放，让马儿可以奔跑，让人类可以思想……

想象归想象，但问题并没解决，如果说宇宙中的洪荒之力是这个系统软件的编程者？那么宇宙这个庞大的硬件又是谁制造的？这个问题仍然是无法逾越的超级难题，于是有些人只好借助上帝，或者是与上帝有同类功能的各路代表，他们认为上帝是宇宙硬件的制造者同时又是这个系统软件的编程者，如果上帝真的存在，那么它的创造力和想象力也太强大了，不信你看看地球上那些千奇百怪、形态各异的生命。我觉得，所谓的上帝其实就是这个圆点的代名词，圆点即上帝，是它创造了宇宙间的一切软硬件，它就是人类眼中的万物之母，这个万物之母在宇宙诞生之前，处于一片混沌之中，是一种无序的存在，也就是我国春秋时期著名的哲学家、思想家老子说的无名之态，从大爆炸的那一刻起，从无名到有名，从无序到有序，从万物之始到万物之母。从现在人类认识的水平来看，我们的万物之母可以追溯到大约 138 亿年前，比利时数学家勒梅特把这个圆点称为“宇宙蛋”，这个“蛋”有时也被称为奇点，这个蛋在一次无与伦比的大爆炸中分裂成无数碎片，最后形成了今天的宇宙，这就是著名的宇宙大爆炸理论。既然宇

宙是“蛋”生的，那么宇宙本身也应该是一个生命体，这个生命体拥有一切生命的基本特征，也会经历出生、长大和衰亡，只不过它的生命周期是以亿年来计算的。现代科学讲究实证，宇宙微波背景辐射证实了宇宙大概率是以大爆炸的方式诞生的，而星系红移和哈勃膨胀又证实了宇宙的不断长大，只不过现在还无法证明宇宙将以何种方式死亡，我猜想，当宇宙不再膨胀、不再长大的时候，宇宙将从中年走向老年，最终以坍缩的方式归于一个圆点来结束自己的一生吧！

如果把真实存在的宇宙叫真宇宙的话，那么人类眼中的宇宙则是“假宇宙”，这个假宇宙是一种主观存在，是人类对客观存在的放映，也是人类对真宇宙认知的结果，尽管这种认知是有限的、浅薄的，甚至是可笑的，但这丝毫不会影响人类对宇宙的探索和研究，这是对生命的好奇，也是人类追求美好生活的需要。这种认知随着人类生命的到来而到来，又随着人类生命的结束而结束，人类就生活在自己创造出的“假宇宙”中，人死、灯灭，一切如梦幻泡影。

虽然人类对宇宙的探索从未停歇，但宇宙对人类而言还是太过玄妙，从宏观的天体运行到微观粒子的波粒二象性，这一切都是由什么来控制的？许多科学家穷其一生都想找到一种万物理论来解释这一切，于是就有了牛顿的万有引力理论，后来又有了爱因斯坦的广义相对论，然后是普朗克的量子力学理论，近些年来

又有了“弦理论”和 M 理论，等等。未来可能还会有更多的理论，但到目前为止，还没有任何一种理论可以完美地解释这一切，它们都有局限性，尽管如此，在这条不归的路上，却总能发现孤独的旅者，也正是他们的这种探索精神，激励着整个人类在这个茫茫宇宙中奋勇前行！对于万物理论，我个人觉得那只是一个美好的愿望，因为人类无法跨越自己的“视界”，“视界”以外的世界只能推测和想象，永远也无法验证，一个理论只能在一个有限的被认知的世界里去验证，那只能是相对的和局限的，即便是这样，到目前为止，在可以认知的世界里也没有找到一个看起来比较完美的万物理论，人类要走的路还很长！

从一个圆点到另外一个圆点，似乎分不清先后，也分不清彼此，当一个圆点结束的时候便也接近了另外一个圆点开始的时候，站在更长的时间跨度上来看，宇宙中的这一切周而复始，循环往复，从起点到终点，又从终点到起点，好像从未发生过一样。宇宙到底是什么？很多人一生都在苦苦追问，在我看来，宇宙其实就是一个圆点，一个有生有灭的圆点，它的大小取决于你想画多大的圆，认知的半径不同，圆的大小就不同，动则无外，静则无内，一切源于你自己。

两面世界

——无识与有识

人类是通过眼睛（视觉）、耳朵（听觉）、鼻子（嗅觉）、舌头（味觉）、身体（触觉）来感受外界事物的，这“五觉”的综合就在人类的大脑里形成了对事物的意（感觉），这就是佛家通常所讲的眼识、耳识、鼻识、舌识、身识和意识。从人类认识宇宙的“六识”上看，我们可以从“识”的角度把这个世界分为“无识”世界和“有识”世界。“无识”指的是人类现在还没有办法认识，不能认识；“有识”指的是人类现在有能力认识，能够认识，简单地讲就是无的世界和有识的世界。无的世界不能简单地理解为不存