

名家讲坛
MING JIA JIANG TAN

人生三品·家庭四论·文化五说



*Xun Zhao Sheng Ming
De Zhi Hui*

寻找生命的智慧

周国平 金正昆等 著

中国书籍出版社

【名家讲坛书系】

寻找生命的智慧

文化名人演讲录

周国平 金正昆 等 著

中国书籍出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

寻找生命的智慧：文化名人演讲录 / 周国平等著.

-北京：中国书籍出版社，2008.1

ISBN 978-7-5068-1630-4

I. 寻… II. 周… III. 演讲-世界-选集 IV. I16

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第178680号

责任编辑 / 刘伟见 孙马飞

责任印制 / 熊 力 武雅彬

总体策划 / 博爱天使

出版发行 / 中国书籍出版社

地址：北京市丰台区三路居路97号 (邮编：100073)

电话：(010) 51259192 (总编室) (010) 51259186 (发行部)

电子邮箱：chinabp@vip.sina.com

经 销 / 全国新华书店

印 刷 / 北京温林源印刷有限公司

开 本 / 154毫米×230毫米 1/16

印 张 / 16

字 数 / 160千字

版 次 / 2008年1月第1版 2008年1月第1次印刷

定 价 / 25.00元

版权所有 翻印必究

编者絮语

随着社会主义和谐社会的建立，一个真正的市民社会和公民社会正在逐步形成，这就要求我们每个人既要有普通公民的基本素养，同时还要有深刻的人文内涵，本书正是在这样的基础上产生的。在中央电视台《百家讲坛》等栏目经常出现的金正昆、周思源、孟宪实等多位文化名人，以及在社会上卓有影响的周国平、樊富珉、陆晓娅等专家，成为我们这部融知识性、实用性和趣味性的精神大餐的参与者。感谢他们！

按照中国古汉语的解释，“和”者乃“禾苗入口”，“谐”者乃“人皆能言”，意思就是说“只有每个人吃饱肚子，并能说出自己想说的心理话，社会才谓之和谐”。前者为物质文明，后者为精神文明；也就是说，处理好每个人的物质问题与精神问题是和谐社会的主要内容。因此，在这部演讲集里发言的诸位名家，他们以各自不同的视角，为我们讲述了每一个人都无法回避的上述若干重要问题，无论是“人生三品”，还是“家庭四论”，或者“文化五说”……这些内容既是当下时代的热点，也是难点，同时也是最基本的常识。

这部书有两大特色：一是全部为名家讲演，二是内容通俗易懂。

当我们通过学习，洞悉了哲学与人生，体悟了生涯规划和人生发展，并认真做好自己的健康管家，成为一个善于家庭理财和懂得情绪管理与教育艺术的优秀家长时，只是一个普通的公民。因为光有这些还不够，还需要通过文化来丰富自己的内涵和生命的魅力。那就有必要通过学习文学经典和体察历史来挖掘并发扬我们的传统文化……这样我们的生活才会变得多姿多彩，人生才会焕发出绚烂的光彩。尤其是在一个现代社会，我们还有必要掌握有关的法律常识和现代礼仪，并把它们传递给我们的下一代，这样我们才是一个合格的公民。

《圣经》上说：“寻找即找见，叩门即开门。”因此，当我们打开这本书的时候，就打开了人生的一扇新的大门。

2007年初冬于北京

目 录

I 人生三品

周国平：哲学与人生	4
樊富珉：生涯规划与人生发展	21
张国玺：做自己的健康管家	44

II 家庭四论

陆晓娅：父母的情绪管理	64
王宝祥：发展孩子智力，提高学习成绩	84
张 瑛：家庭理财之保险规划需求导航	99
刘彦斌：理财有道	117

III 文化五说

周思源：解读《红楼梦》的四把钥匙	140
孟宪实：唐太宗——从玄武门之变到贞观之治	161
金正昆：文明城市与现代礼仪	180
何火任：毛泽东诗词的人格魅力	198
李玫瑾：法与人生——关注未成年人成长	225

I 人生三品

周国平：哲学与人生

樊富珉：生涯规划与人生发展

张国玺：做自己的健康管家



周国平

中央电视台《百家讲坛》主讲嘉宾，中国社会科学院哲学研究所研究员，哲学博士。1967年毕业于北京大学哲学系，1981年毕业于中国社会科学院研究生院哲学系。主要学术专长是现代外国哲学。著有学术专著《尼采：在世纪的转折点上》、《尼采与形而上学》，随感集《人与永恒》，散文集《守望的距离》、《各自的朝圣路》、《安静》，纪实作品《妞妞：一个父亲的札记》、《南极无新闻——乔治王岛手记》等。

哲学与人生

今天我讲的题目是《哲学与人生》，是个聊天性质的题目，我想借这个机会和大家谈谈心。哲学从一开始来说就不是讲课，最开始并没有哲学课程，无非就是谈谈心，学生把一些哲学家的话记下来就成了哲学方面的名言。大哲学家苏格拉底一天到晚跟着喜欢和他聊天的年轻人一起在雅典的街头逛，一边逛一边聊，他的两个学生把他的话整理出来。所以谈论哲学最好的方式是聊天、谈心，因此我比较喜欢场地小一点，人都靠近一点，大家随便聊，我讲的过程中你们可以随便打断，也可以插话，这是最适合讲哲学的方式。在我讲的过程中，你们有什么问题也可以随时提出来，让我们形成一个对话的方式。

我讲《哲学与人生》这样的题目还是有一定资本的，我学过哲学，搞的也是哲学。我17岁进入北京大学哲学系学习，毕业后分配到广西呆了十年，后来考回中国社会科学院研究生院继续学习哲学，毕业后留在中国社会科学院哲学研究所直到现在。我一辈子都是搞哲学的，我对人生思考得比较多，虽然想不通但爱想，今天不妨从我爱思考人生问题的角度来谈谈我的一些想法。

什么是哲学？很多人对哲学的认识是有问题的，这和我们的哲学课有关，我们的中学、大学都有哲学课，学的是马克思主义哲学，是非常简单化的马克思主义哲学。我想象的哲学是非常有意思的，但我考上北大哲学系以后，听课感觉是比较沉闷的，是很让人失望的，那不是真正的哲学。我对哲学的一点儿概念不是从课程上学来的而是从书上读来的，我读了西方哲学史，一些大哲学家如康德、尼采的一些作品，我对尼采很感兴趣，我翻译了一些他的著作。我也读了所有马克思的哲学原著，我们学校教科书里的东西和马克思哲学原著所表达的东西完全是两回事。通过我自己的阅读，我觉得哲学是对世界、人生问题的终极思考。

哲学开始于什么呢？柏拉图说哲学开始于惊疑，即哲学是从惊奇和疑惑开始的。当人对世界、对自己感到惊奇的时候，会问这个世界到底是什么？我们每个人都有类似的经历，现在很难看到星空，我小时候在上海这样的大城市都能看到星星，当我们看到满天星星的时候你会感到非常惊奇，这个世界那么大，地球是宇宙中一颗小小的星，还有无数和地球一样的星星，那么这个世界到底是什么？于是你想知道它是什么，这就开始哲学的思考。所以你的哲学开始于仰望星空时产生的敬畏、惊奇，这就有哲学的感觉了。面对世界是因为惊奇，面对人生是因为困惑、疑惑，当你对人生感到困惑的时候，就会思考人生的意义是什么？我们活一场的意义是什么？想这些问题就是在想哲学问题。因为惊奇而问世界是什么，这可以叫做世界观，是对世界的看法。因为困惑而问人生到底有什么意义，这是人生观，是对人生的思考。

从我所理解的角度来讲，哲学有三个特点：

一、哲学是面向世界和人生的整体的

我们每个人都有职业、生活，你可能是个商人、企业家，也可能是个干部或是个职员，当你不是作为具体的身份的人而是作为一个人，把身份等一切都甩开，来想人所面临的问题的时候，就是哲学的思考。从我们平时所过的日子、所做的事情中跳出来，从局部跳出来看人生的全部、看世界的整体是什么样的，这是一种哲学的状态。然后你就站在全局的角度来看，你现在的日子过得到底好不好、做的事情有没有意义、你应当做什么和怎么做。所以先从局部跳出来看全局，然后站在全局的高度上再回过头来审视你的局部。

哲学能把一个人变成两个人，我要谋生、我要做事情、我有我的家庭，但我经常会跳出来，看看在世界上生活的具体的我做得对不对，从而产生一个更高的自我。哲学就是让你有一个更高的、更理性的自我，看真实的自我做得对不对、给真实的自我一点指导。一个人把哲学学好了，就好像有了一个真正的朋友甚至有了一个更高的自我，这个自我可以和自己谈心、开导自己，你做得不对不好的时候，更高的自我会指导你。读多了哲学方面的书籍之后，你会感觉自己的提升。你还是要做那些事情，但感觉不一样了。

哲学是面对全局的，哲学思考的是根本的问题。经常有人会对我说“你是搞哲学的，你帮我从哲学的角度分析一下这个事情”，我对这样的问题基本不回答。哲学不是对具体的问题给出一些方法，哲学是管理心态的，是考虑问题之后用很好的心态去面对生活，而不是把具体的问题解决掉。面对具体问题时采取何种心态是哲学的作用，通过思考，你的思路、眼界开阔了，这才是哲学的作用。

二、哲学是没有标准答案的

西方哲学史两千多年在讨论世界的本质是什么、人生到底有什么意义等问题，但这些问题并没有确切的答案，用科学考察的问题是有答案的，但是像“世界的本质是什么”这样的问题，我们没有经验可找，我们永远看到的是现实。到底有没有上帝，我们没有经验可循，宗教只是信仰，不可能从中得出确切答案。如果有人告诉你“我上哲学课可以得出问题的答案”，那绝对是骗人的，哲学不存在标准答案。我们在学校上哲学课，老师出一些哲学题，都是有标准答案的，这种方法离哲学越来越远。我们在学校学到的辩证唯物主义、历史唯物主义都是非常简单的，认为物质第一的是唯物主义，认为精神第一的是唯心主义，还有一种辩证法是形而上学，发展地看问题就是辩证法，唯物主义的就是好人，唯心主义的就是坏人，有的唯物主义哲学家是形而上学的唯物主义，是有缺点的，有的唯心主义是辩证法的，是有一技之长的坏人，可以被我们利用，而马克思主义唯物主义者就是完人。这套我们在哲学课上学的东西和哲学毫无关系，而且让人觉得哲学枯燥、让人讨厌，所以我认为我们的哲学课一定要改革。

三、哲学就是让你去思考，哲学本身就是个思考的过程

哲学不是知识，而是激发你去思考问题，激发你的好奇心、惊奇、困惑，如果你困惑了，就让自己去思考问题，去寻求答案。绝对不要寻求现成结论，而是要思考。哲学是让你进入一种思考的状



态。

如果你是看重精神生活而有理想的人，有过困惑并想要去解决这些问题，那么哲学和你的关系就很密切；如果你感觉精神生活无所谓，你的灵魂也不在乎人生怎么样，那么哲学与你关系不大。哲学与一个人关系的密切程度取决于这个人是否重视精神生活、精神生活在他的全部生活中所占位置是否重要，你重视精神生活，你就需要哲学。

这个时代物质的诱惑很大，要奋斗、争夺，达到一个比别人都好的境况，所以应先把外部生活这个问题解决了，但外部生活是无止境的，每个人应当解决基本的生存问题，在这个前提下要关心精神方面的问题。在我们这个时代，哲学从表面上看来受到了冷落，考哲学系的人很少，招生时往往考生不够。前些天记者邀我写一篇关于萨特的文章，上世纪80年代时法国哲学家萨特是很热的，现在很少有人去读萨特的书，确实很受冷落，不过没关系，我认为我们并不需要很多人从专业角度去关注哲学，哲学系也不需要很多学生。以前我们太重视意识形态，把哲学等同于意识形态，其实我们这个时代不需要那么多东西，我们只需要那些真正对哲学感兴趣的人学习哲学。从人生的角度来说，人因为自己的困惑、社会的压力和诱惑，思考如何生活、如何面对压力和诱惑。人都想生活得有意义，而不仅仅想生活得好，都会有精神上的要求，精神上的要求确实使我们的时代受到威胁。我说过一句话：“表面上看起来哲学成为我们这个时代的弃妇，实际上她是很多人梦寐以求的”。因为很多人还在梦想、追求哲学。

今天重点谈谈人生。哲学可以讨论很多问题，如世界观即世界的本质方面的问题，另一方面是人生观即人生哲学。人生哲学实际

上思考的问题归根结底是人生的意义的问题，人活着到底有没有意义，有什么意义？这个问题可以分成两部分，一部分是生和死的问题，死亡对人生的意义提出挑战——既然一定要死，那么活着有什么意义？另一部分是幸福的问题，人生存更重要的意义在幸福上。哲学讨论人生问题归根结底就是要解决生和死、幸福的问题，所有的宗教也涉及到这些问题，这是人生最大的困惑。

生和死是有冲突的，人确实是动物，是自然界的一种生存形态，但另一方面人是高等动物，是有精神的。生和死这两方面确实是冲突的，所有的问题都是由这两个矛盾引起的，都是要解决这两个问题。有的人去思考如何解决，宗教是要靠信仰的。

幸福问题牵涉到“人生到底是什么”的问题，人生的意义到底是什么？人生的意义可以分为思索的意义、神圣的意义，怎么样活才是让你满意的？如何活生活质量是高的？怎么样活才是幸福的才是让人满意的？还有人生的神圣问题，如何活境界是高尚的？这是靠道德和信仰来解决的。

我们平时总是回避死亡的问题，因为它让人害怕且不太吉利，觉得想也是徒然，到最后还是要死的，所以我们一般不愿意多想。还有的人认为想它干什么，到时候自然就解决了，现在想还早着呢。我很欣赏西藏的一位高僧针对这个问题的看法，他说：“任何时候想这个问题都不早，因为哪个人先来到，没有人能知道。”你明天还在不在这个世界上？今天是没有办法知道的，突然的死亡是没有办法预测的，死亡是随时可能会来到的不速之客，所以哪怕今天晚上死去，我也能够非常安详，我们要有这样的心态。这样的心态从哪里来？不可能从天上掉下来，是靠平时的修行得来的。平时要做到能放得下，到时候才能放得下，平时放不下，到时候也一样



放不下。平时修炼到把人世间的利益看透，不妨碍你去享受它，但你要保持宁静的心态，看淡身外之物，包括你的生命，要看透这一点。佛教很强调“无我”，大家很看重“我”，认为“我”就是一切，佛教告诉你“我”是不存在的，组成“我”的这些因素一分散，这个人就不存在了。所以要看到这个“我”其实是个假象，这个观点是对的。佛教不是迷信，而是非常深刻的人生哲学，让你做到看透世间很执迷的东西，将执迷的东西看得透、放得下，平时你看透了能够放得下，到时候才能放得下，如果你平时很看重你在人世间的一切如财富、家庭等，那么一旦离开这些东西，你就站不起来了，很多人到那时候都是精神崩溃的，都是因为平时放不下。让你去想、去认识这个问题，不要逃避，平时要注意修行，一方面积极生活，另一方面要调整心态，到时候才能做到安详。这是人生很大的成就，西方哲学家苏格拉底有一句名言是“哲学就是预习死亡”，我们总有一天是要死亡的，现在要预习好。佛教修行的目标是最后安详地面对死亡，面对死亡时非常从容。我们不要回避，要去想、去面对，不要把焦虑和恐惧埋在心里，而是要把它们拿出来并且去面对。小孩刚刚意识到死亡这件事情的时候，会经常提出这方面的问题，而家长往往是什么反应呢？家长常常会说“不要瞎说”、“不要胡思乱想”，会赶快阻止他，这不是胡思乱想，这是人生的大问题。我的小孩5岁的时候提出了很多关于人生的困惑，那个时候他知道人会死，他说不愿意长大，因为长大会老、会死，他说为什么有时间，如果没有时间该有多好，他问我什么是时间？时间是怎么回事？我如何回答他？关于什么是时间，哲学上到现在仍没有结论。但我对他说“你提的问题特别好，但爸爸回答不上来，我们一起来想这个问题”，这个时候不要给他一个简单的结论，也不要阻止他提出问

题。我儿子就真的老想这件事，有一天他说知道时间是怎么回事了，他说“时间是一阵阵过去的，我刚才说的那句话刚才还在，现在没有了，想找也找不回来了”，他知道了时间一去不复返的性质，这是他自己想到的。有一次他问我这个世界上还有没有另外一个他，我说“可能吧，也许哪一天你还会看到他”，他马上特别生气说“不会的”。他和他妈妈说：“有一天当你老（即死的意思）的时候，这个世界的另外一个地方又会生出一个人来，这个人和你长得完全不一样，但她就是你。”他思考的是人死了之后会到哪里去，想的是死亡的问题。我自己也是小学的时候开始想这个问题，自从我知道我也会死的时候，这个问题就开始折磨我，觉得那么人不就是白活了吗？你不存在了，这些东西也都不存在了。对于死亡的问题，很多人都是想起来就马上不想想了，我认为不要逃避，想这个问题虽然还是没有结论，但经常想这个问题有好处，能让你活得更积极、更进取，并不是消极地想。生命是有界限的，人生是有长度的，你想到这些的时候，你会有责任感，你要对你的人生负责。没有任何人能保证你死了以后可以重新活一次，没有任何人能够真正安慰你，说什么都是空的，你如何不对人生产生一种严重的责任心呢？各种各样的责任在某种意义上是可以分担或转让的，只有人生的责任是不可以转让也不可以分担的。没有人能替代你对你的人生负责，这种对自己人生的责任心是其他一切责任的根源和基础，如果一个人对自己的人生不负责任，他就更不可能真正对其他的事情负责任。如果你对自己的人生负责任的话，就会从人生这个方面来考虑，一定要最好地实现自己的人生价值。实际上真正思考死亡、知道人生有限，不完全是消极的，是让你更好地规划人生，去实现自己的价值，让你积极进取。对死亡的思考增加了对人生的思考，