

# 周国平集

第十九卷

人生哲思录（上）



 青岛出版社  
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

# 周国平集

第十九卷

人生哲思录（上卷）

周国平 \ 著

## 图书在版编目 ( C I P ) 数据

人生哲思录. 上 / 周国平著.

—青岛: 青岛出版社, 2015.8 (周国平集; 19)

ISBN978-7-5552-2962-9

I. ①人… II. ①周… III. ①人生哲学—文集

IV. ① B821-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 197272 号

责任编辑 李磊



2005年·李滨摄

## 本卷说明

本卷为《人生哲思录》，是随感和语录的精编本，二〇〇一年一月由上海辞书出版社以《人生哲思语编》为书名第一次出版。其后做过两次修订，由该社以现书名出版（二〇〇五年；二〇一一年）。该社又于二〇一二年六月把此书分作四个分册出版，书名分别为《人生哲思录·生命感悟》、《人生哲思录·情感体验》、《人生哲思录·人性观察》、《人生哲思录·精神家园》。中国盲文出版社于二〇一三年一月出版四个分册的大字版。本卷收入的是上海辞书出版社二〇一一年五月的修订版。

## 三版说明

本书初版已近十年，二版至今也有五年了。在这后五年里，它以加速度的节奏不断重印，迄今已印刷十七次，发行近十七万册，加上前五年，共约二十一万册。这仅指纸质书，至于网上流传的许多我的语录，其实都直接间接地摘自本书。一本未作任何宣传的书，能够这样自己走进越来越多读者的视野和受到欢迎，对我是很大的鼓励。同时，我也感觉到了一种责任，一定要让它对得起读者。当然，也要对得起我自己，务使它成为我自己认可的精品。出于这个考虑，最近我花了许多功夫做修订，包括调整分类和语录归属，删除六万多旧文字，增补四万多新文字，以求结构更合理，内容更全面也更精粹。我对别的书是不会下这样的工夫的，那些书只反映我某一时期的感受和思考，一经出版，就基本定型了。本书的特殊之处在于，作为一本完整地反映我的人生感悟的语录大全，理应随同我一起生长。下一次的修订应该也是五年后了，或者，倘若我没有进步，就把这一版当作定本吧。

周国平

二〇一一年三月二日

## 二版说明

本书于二〇〇一年一月初版，原名《人生哲思语编》，人说拗口，故更名为《人生哲思录》。这次新版，做了认真的修订，删减了一些文字，又从初版后发表和未发表的作品中摘取了更多文字增补进来，篇幅增加了六万多字。关于本书的编辑构想，请读者看初版《编选说明》，我没有新的话要说。在我所出版的书中，我自己是很喜欢这一本书的。本书的好处，第一是汇集了我的散文和随感中的所谓精彩句子和段落，可说一网打尽，第二是按照主题分类编排，能收一目了然之效。一册在手，不妨闲时随意翻阅，也不妨按主题检索相关文字，的确方便得很。我希望读者也喜欢这一本书。

周国平

二〇〇五年六月二十八日

## 初版说明

本书是应上海辞书出版社之约编选的。它的性质介于辞典和文摘之间，内容是我的文字的一个摘录，形式是像辞典那样按照主题和关键词加以详细分类。编选过程是这样的：首先，我把我迄今为止已出版的和未出版的全部非学术性质的文字通读一遍，从中摘出我自己认为比较有价值并且可以独立存在的句子或段落；然后，对这些材料进行逐级分类，让它们尽可能妥帖地各居其位。这是一项很费斟酌的工作，不过，我自己觉得不无收益，使我仿佛对自己的思想做了一次细致的检阅，心中比较有数了。那么，这样一本书对于读者有什么用处呢？我猜想是这样的：在我的老读者手中，它更是辞典，用它可以方便地检索到我在某一问题上的论说；在我的新读者手中，它更是文摘，读它可以清晰地一窥我的文字和思想的基本面貌。全书分为四编，即：生命感悟，情感体验，人性观察，精神家园。它们实际上都是从不同角度对人生进行哲学思考，所以，我给本书取名为人生哲思语编。

周国平

二〇〇〇年十月二十八日



## 目录

三版说明……001

二版说明……002

初版说明……003

### 第一编 生命感悟

#### 生活态度

真性情……003

爱生命……007

亲自然……013

简单……023

不占有……027

平常心……032

自爱自尊……035

超脱……040

## 人生境界

自足……047

独处……054

安静……061

闲适……065

单纯……071

智慧……075

觉悟……081

真实……085

做人……089

## 生活质量

享受……094

创造……100

内在生活……106

成功……111

财富……118

幸福……123

苦难……128

### 人生况味

- 沉默……140
- 孤独……146
- 寂寞……151
- 无聊……154
- 往事……160
- 境遇与心情……169

### 人生难题

- 生命意义……177
- 自我……183
- 时间……188
- 命运……193
- 死亡……201

## 第二编 情感体验

### 爱

- 爱……215
- 爱与孤独……225
- 大爱和小爱……231

## 性与爱

- 性……235
- 爱情……239
- 性爱哲学……245
- 性爱伦理……250
- 性爱心理……257
- 性爱美学……263
- 性爱现象……267

## 女人和男人

- 女性价值……273
- 女性魅力……281
- 女性心理……288
- 男人……291
- 两性比较……295
- 两性之间……299

## 婚姻和家庭

- 婚姻……304
- 爱情与婚姻……311
- 婚姻的智慧……318
- 家……327

伴侣之情……331

亲子之爱……334

孩子……343

童年和成长……350

怎样做父母……354

第一编

生命感悟

## 生活态度

为别人对你的好感、承认、报偿做的事，如果别人不承认，便等于零。为自己的良心、才能、生命做的事，即使没有一个人承认，也丝毫无损。

每个人都只有一个人生，她是一个对我们从一而终的女子。我们不妨尽自己的力量引导她，充实她，但是，不管她终于成个什么样子，我们好歹得爱她。

## 真性情

我的人生观若要用一句话概括，就是真性情。我从来不把成功看作人生的主要目标，觉得只有活出真性情才是没有虚度了人生。所谓真性情，一面是对个性和内在精神价值的看重，另一面是对外在功利的看轻。

一个人在衡量任何事物时，看重的是它们在自己生活中的意义，而不是它们能给自己带来多少实际利益，这样一种生活态度就是真性情。

一个人活在世上，必须有自己真正爱好的事情，才会活得有意思。这爱好完全是出于他的真性情的，而不是为了某种外在的利益，例如金钱、名声之类。他喜欢做这件事情，只是因为他觉得事情本身非常美好，他被事情的美好所吸引。这就好像一个园丁，他仅仅因为喜欢而开辟了一块自己的园地，他在其中培育了许多美丽的花木，为它们倾注了自己的心血。当他在自己的园地上耕作时，他心里非常踏实。无论他走到哪里，他也都会牵挂着那些花木，如同母亲牵挂着自己的孩子。这样



一个人，他一定会活得很充实的。相反，一个人如果没有自己的园地，不管他当多大的官，做多大的买卖，他本质上始终是空虚的。这样的人一旦丢了官，破了产，他的空虚就暴露无遗了，会惶惶然不可终日，发现自己在世界上无事可做，也没有人需要他，成了一个多余的人。

在我看来，所谓成功是指把自己真正喜欢的事情做好，其前提是首先要有自己真正的爱好，即自己的真性情，舍此便只是名利场上的生意经。而幸福则主要是一种内心体验，是心灵对于生命意义的强烈感受，因而也是以心灵的感受力为前提的。所以，比成功和幸福都更重要的是，一个人必须有一个真实的自我，一颗饱满的灵魂，它决定了一个人争取成功和体验幸福的能力。

人做事情，或是出于利益，或是出于性情。出于利益做的事情，当然就不必太在乎是否愉快。我常常看见名利场上的健将一面叫苦不迭，一面依然奋斗不止，对此我完全能够理解。我并不认为他们的叫苦是假，因为我知道利益是一种强制力量，而就他们所做事情的性质来说，利益的确比愉快更加重要。相反，凡是出于性情做的事情，亦即仅仅为了满足心灵而做的事情，愉快就是基本的标准。属于此列的不仅有读书，还包括写作、艺术创作、艺术欣赏、交友、恋爱、行善等等，简言之，一切精神活动。如果在做这些事情时不感到愉快，我们就必须