

林语堂

人生智慧书

平和静远，书就人生淡雅；尘世闲情，总寄性灵笔端

杨青◎编著

“人生譬如一出滑稽剧。有时还是做一个旁观者，静观而微笑，胜如自身参与一分子。”林语堂先生把人生看作一出滑稽剧。这滑稽不是戏谑，也不是嘲讽，而是一种达观、快乐，一种冷面幽默。每个人都可以从苦中看到乐，在悲中看到喜，于拘束中感到自由，于刻薄慵懒里寻找到惬意。

人生智慧

「书系」

品／读／大／师
感／悟／人／生

品／读／大／师 感／悟／人／生

杨青◎编著

林语堂

人生智慧书

平和静远，书就人生淡雅；尘世闲情，总寄性灵笔端。

——题词

图书在版编目 (CIP) 数据

林语堂人生智慧书 / 杨青编著. —北京: 中国广播电视出版社, 2010. 1

(人生智慧书系)

ISBN 978 - 7 - 5043 - 6064 - 9

I. ①林… II. ①杨… III. ①林语堂 (1895 ~ 1976)
—人生哲学 IV. ①B821

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 243444 号

林语堂人生智慧书

杨 青 编著

责任编辑 张安平

封面设计 亚里斯

责任校对 谭 霞

出版发行 中国广播电视出版社

电 话 010-86093580 010-86093583

社 址 北京市西城区真武庙二条9号

邮 编 100045

网 址 www. crtp. com. cn

电子信箱 crtp8@ sina. com

经 销 全国各地新华书店

印 刷 涿州市京南印刷厂

开 本 880 毫米×1230 毫米 1/32

字 数 180 (千) 字

印 张 9

版 次 2010 年 1 月第 1 版 2010 年 1 月第 1 次印刷

印 数 6000 册

书 号 ISBN 978-7-5043-6064-9

定 价 22.00 元

(版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换)

名人评大师

林语堂博士仿佛是一座活的民族纪念碑。

——台湾原政界名人 陈裕清

他谈儒家、谈道家、谈中国文化，我总觉得隔一点什么，好像在原来事物的表面涂上一层釉彩似的……原来林语堂先生也和胡适一样，是用西方的眼睛来看中国人，看中国文化，看中国的儒家的、道家的。但他有的不是一般西洋人的眼睛，而是西洋传教士的眼睛。

——著名作家、文学理论家 唐弢

他一身融汇了东西的智慧，思想合理中节，其风度，其气质，古之仁人，不能过也……若谓文化人中龙凤，林氏当之无愧也。

——美国图书馆学家 安德森

林语堂把许多历史悠久的哲学思想滤清，配以现代的香料；他根据个人独特的创见，用机智、明快、流利动人的文笔写出一部有骨子、有思想的著作。作者在书中讨论到许多问题，见解卓越，学识渊博，对中西思想有着深刻的理解。

——书评家 吾兹

虽然他讲的是数十年前中国的精彩，但他的话，即使在今天，对我们每一个美国人都很受用。

——美国前总统 布什

读林先生的书使人得到很大启发。我非常感激他，因为他的书使我大开眼界。只有一位优秀的中国人才能这样坦诚、信实而又毫不偏颇地论述他的同胞。

——《纽约时报》星期日书评

热衷于办《论语》，搞幽默，鼓吹“以趣味为中心，以闲适为格调”。林语堂只是不想钻入政治的牛角尖，不愿卷入政治的漩涡。他对社会不公、黑暗的现象照样大放厥词，有时还拐弯抹角地含蓄地幽默地对政治加以讽刺。他提倡幽默文学也有来自这方面的原因，换一种方式发泄自己的不满。他把笔触投向了更为开阔、更为深邃的人生问题上，尤其是中国传统的生活及中国人的固有秉性上。

——《中国现代文学史》

林氏可能是近百年来受西方文化熏染极深而对国际宣扬中国传统文化贡献最大的一位作家与学人。其《吾土吾民》及《生活的艺术》以各种文字的版本风行于世，若干浅识的西方人知有林语堂而后知有中国，知有中国而后知有中国的灿烂文化。

——台湾《中国时报》社论

生活的最大哲学即是快乐和洒脱

何为人生？林语堂先生说：“人生譬如一出滑稽剧。有时还是做一个旁观者，静观而微笑，胜如自身参与一分子。”他把人生看作一出滑稽剧。人生或长或短，或饱满或艰涩，充满各种悲喜离合，但不管有多少眼泪和疾苦，它总是“滑稽”的。这滑稽不是戏谑，也不是嘲讽，而是一种达观、快乐，一种冷面幽默。在这种幽默里，每个人都可以从苦中看到乐，在悲中看到喜，于拘束中感到自由，于刻薄慵懒里寻找到惬意。这就是林语堂先生对生活真正的价值定义：闲适。

闲适不仅是种行为方式，更是种思想和观念。照片上的先生，一袭灰色长袍，手拿半尺长的精致烟斗，脸上挂着浅浅的微笑。那神态自然、安详、无拘无束，一副田园诗者的悠然自得，仿佛烦恼不侵，悲苦不袭。但这就是先生的闲适观吗？当然不是。闲适的背后，是先生对生命的深刻的感知与思考。他深知每个生命的甘苦、生存的不易、拼搏的艰辛。没有人能选择自己的出身、奋斗经历和改变际遇的贵人，但是我们可以选择面对生活的方式。

如果大多数人注定都是渺小的，如果想要有所成就就必定要经历波折和痛苦的磨砺，我们为什么要躲避而不是勇敢地迎上去？如果人生的苦痛不可避免，不管发生什么，生活都要继续也必须继续，我们为什么不大胆地拿出自己的热情、乐观和坚强去面对生活给予的一切？只有勇敢地放淡生活悲苦的人，才是生活的智者，才能体会到生活里的那丝甘甜，才能享受繁忙和浮躁的生活表面下的闲适

与逍遥。

林语堂先生说，生活是用来享受的，生命是用来感知的。没有真正体会到生活乐趣的人，还不够深爱自己的人生。而想深爱人生，就要全情投入。要敢爱敢恨，敢对邪恶怒目相斥，能为善行仗义执言。人总要有份性情，才能活得洒脱、自在，才能在看似乎平淡无奇的生活里，体会它的真滋味。一个人可以温和，却不能没有骨气；可以理智，却不能冷血；他应是哲人也是诗人，是斗士也是学者，能冷眼旁观，也可古道热肠。这样的人才是饱含深情的热爱生活的人，而生活，也会回馈给他最精彩的人生。

虽然，生活并不容易，但我们可以努力地让它有滋有味，让它因为我们的知性与理性的共融而达到某种和谐与自在。人无法改变生活，能改变的是自己，而自己即是生活本身，于是，生活也会因为我们的改变而在潜移默化中悄悄变换模样。

在整个生命的过程中，无论我们面对的是怎样的境遇，无论是欢喜还是悲伤，生离还是老去，都是一个过程，都是每个人必要走的路。既然必须经历，就应该勇敢地走下去，去享受这一切。林语堂先生问道，上天很公平地给了我们每个人几十年的生命，为什么不去珍惜和敬畏？为什么把悲伤放大，让痛苦蔓延？为什么不快乐、洒脱、自在一点？快乐不是负担，用快乐稀释痛苦才会减轻负担，有多少人意识到了这一点呢？

最大的生活哲学就是敬畏生活，敬畏生活就是好好地活下去，过得快乐和洒脱。

目 录

生活的最大哲学即是快乐和洒脱 / 1

序章 寻梦桃园：沉醉一生的“闲适”格调 / 1

人生的极乐园里有的不应是金钱、权力、身份、地位，而应是自由、欢愉、悠然和乐观。最美的人生应有最美的思想，最美的思想里有一种就叫闲适与豁然。

性情逍遥似东坡 2

“烟仙”雅号伴一生 5

旅行·自由·净土：真雅士的随性人生 8

生之雅趣：平和静远间书就人生淡雅 / 11

生活，不只是生下来，活下去。它不是画，却应有水墨画般的淡雅舒意；不是诗，却应有诗歌般的优美韵律。生活，本就是首最美的歌，需要我们每个人去用心感知。

生活之美，在乎适度 12

行走中顿悟生命的纯美 15

不贪即是乐，自足乃为福 18

深爱人生，才能享受人生 21

付出收获至乐 25

生来乐天：心向朝阳的生活美学	28
谜样人生：似梦非梦的别样之美	31
生活，总有一个安身的角落	34

修身智行：洒脱性情里的行为纲常 / 37

一个人真正的自由与洒脱不在于行为的拘束与否，而在其道德水准的高低。当我们的情操与衡量是非的守则以及智慧和德义并行之时，内心就会真正豁达自在。拥有高尚的灵魂与深厚的德行，才会铸就最终的成功。

真言才是生命常态	38
为与不为，诱惑与良知的较量	42
描摹他人灵魂，莫若做一个自己	45
以接纳不足为始	49
以有限之钱，为无限善行	52
自觉渺小，方能中窥见伟大	55
规矩做人，莫丢人生短板	58

谦和宽怀：平易低调的处世修为 / 61

谦和是种境界，低调是种修为。当我们学会宽容、隐忍、不争，内心自然平静祥和。没有纷争的内心才是最强大的内心，蕴含低调的生活才是最美丽的生活。

天下大智莫若不争	62
宽之者比罚之者有福	66
智者糊涂经：看透不说透	69
得意不忘形：沉静、潜隐的处世观	72



以无声辩有声，以无言辩有言	75
忍让有度，过犹不及	79
善忍：至高的生存法则	82
不卑不亢：四平八稳中孕育的强大内心	85

励志跋涉：才情人生的智性打磨 / 89

人生总需要打磨，不管你是块顽石，还是块璞玉。如果真有一个理想藏于心窝，就要心甘情愿地接受各种磨砺。彩虹总在风雨过后显出风华，人生何尝不是如此？

梦想：潜伏心底的另一个自己	90
寻获机会不可守株待兔	94
切莫在迁延与拖沓中摇摆	97
用真心感知真自我	100
终始：生命持久的定力	103
在爱与善中驱散坏情绪	107
不足不知乃为大错	110
挑战：于“不能”中寻出一条出路	113

快嘴哲学：冷面幽默里的茶人智语 / 117

人不是因说话而思考，而是因思考而说话。茶人智语，说的是严肃话，用的是诙谐语。

天天说话未必会说话	118
言有信实，信者无疆	121
幽默：让智慧与生活并行	125
激将：心灵的内在推动力	129





批评也能和风细雨	132
拒绝之道：学会将球踢还别人	135
多言无益，少说为精	137
 苦乐旅途：放淡悲苦从容应对 / 141	
每一条路都是跋涉，每一种生活都会有波折。人不因一路平坦而洋洋自得，该来总会来。那些生命中必经的苦乐是忽略不掉的过程。如果必须承受，就从容一点；如果必须经历，就淡定一些。苦乐总有轮转，人生意在更迭。	
失败也有真人生	142
苦难中，静心体味生之芳华	145
不妄想，用行动说话	148
人生大乐：敢为天下难为之事	151
生命的彻悟恰等于受苦的深度	154
珍视苦难，即是珍视自己	158
在苦乐的流转轮回中悠然过往	161
已有弱点，亦应解嘲	163
 爱恨情仇，难道尽个中滋味 / 167	
生命中，总有一些纵然是千言万语也难以说清的情愫。它可能是一个刺痛心灵的名字，一个匆匆一瞥却铭记许久的微笑，可能是一段情，也可能是一句话。不管是爱还是友谊，都让我们默默铭记。生命因情的存在而五味俱全，也因情的存在而饱含浓浓爱意。	
鲁迅之谊：其即其离，皆出自然	168
交友之道：云映日成霞，泉挂岩成瀑	171

挚友亦可为良师	173
化恩怨为德义，化敌人为挚友	176
锦上添花，莫若雪中送炭	180
另眼看待他人短处	183
恩爱真情怎与钱相关	186
婚姻杂味：生命必经之体验	189

纵文论道：性情文人的笔墨人生 / 193

以笔作文，写出的是文字，浸透的却是浓浓的人生感悟。做人如作文，有真性情，才有好文章。

以真情滋养生命，生命得还真情	194
道中庸而人和谐	199
读书：开悟与明思的必经之路	202
举一反三，触类旁通	204
成功无止境，学习无绝期	208
做人如作文，贵在调和	211
信仰：一颗让内心强大的种子	214

冷眼观世：嬉笑怒骂剖析众生百态 / 219

冷眼观世，不是让邪恶复制邪恶，诡计追寻诡计。而是要看出邪恶背后的真、善、美，冷酷背后的温存。社会，无论有着一副怎样的面孔，都需要每个人亮出自己的热心肠。

最悲伤时，能哭且哭	220
世上没有绝对公平	223
势利总是短视的	226

反求诸己：人生不能跌倒两次	230
仗义执言：斯文学者的真意气	233
孤独中，体味先行者的痛苦与欢愉	236
名利之争，荣辱皆在自己	240
优游人间：尘世闲情总寄性灵笔端 / 243	
有灵气的人才有多姿的人生感悟，有性灵的笔端才会描绘出非凡的智慧人生。尘世百年纵有种种烦恼与不快，也应优哉往来。快乐终是主旨，悠闲与率真才是真人生。	
于自然中，感悟生命最初惬意	244
欢乐：此情只应心中寻	247
没有别的日子比今日更伟大	250
老是生之必然	253
清风茗月话女人	257
万物适者为宜	260
率性而为，做生命中的随性素食者	263
永葆孩子般的情怀	266
附录 / 269	
文思雅韵	270
大师妙语	273
林语堂年表	275

后记 / 277	
----------	--

序章 寻梦桃园：沉醉一生的 『闲适』格调

人生的极乐园里有的不应是金钱、权力、身份、地位，而应是自由、欢愉、悠然和乐观。最美的人生应有最美的思想，最美的思想里有一种就叫闲适与豁然。





性情逍遥似东坡

苏东坡是个秉性难改的乐天派，是个悲天悯人的道德家，是黎民百姓的好朋友，是散文作家，是新派的画家，是伟大的书法家，是酿酒的实验者，是工程师，是假道学的反对派，是瑜伽术的修炼者，是佛教徒，是士大夫，是皇帝的秘书，是饮酒成癖者，是心肠慈悲的法官，是政治上的坚持己见者，是月下的漫步者，是诗人，是生性诙谐爱开玩笑的人。

——《千古谁识苏东坡》

但凡性灵相近者，灵魂深处总有某种难以言说的共鸣，林语堂先生和苏东坡就是这样。虽远隔千年，两人却有一样的乐观、逍遥与自然的情怀。

先生说，苏东坡是个集大成者，他多才多艺、知识广博、诙谐、有高度的智力以及烂漫的赤子之心；他天真淳朴，诗词文章或是一时即兴之作，或是不满之时的有感而发。他有时顺乎天性，有时刚猛激烈，一切的性情都不予遮盖，都是自然的流露。他的作品就是他的本性，亦庄亦谐，生动而有力。而人们之所以喜欢他的诗文，

是因为“完全发乎内心，字字自真纯的自心肺间流出”。

他还有一股强大的道德力量。“这力量由他呱呱落地开始，即强而有力地在他身上运行，直到死亡封闭他的嘴，打断了他的谈笑才停止。”因为这种道德，他的笔端才有了诸多魔力：能轻松玩笑也能庄重严肃。从那里，我们可以听到人类情感之弦的振动，听到欢愉，听到喜悦，也听到心头的觉醒。也正因为这种高尚情操，他可能会因事愤怒，却不会因事恨人。因为不恨，所以才寻到乐的根源。他不精于自谋，却有民胞物与的精神。他对人热情，慷慨仁义，不积一分钱，也觉得无比富有。他有时过于心直口快，有时又冷静异常。他骨子里是个纯然道家，却经常愤世嫉俗，是非分明。他能体会生之极乐，享受宴饮与美酒，是真正的诗人与凡人的共融体。

林语堂先生与东坡灵魂相近，性情相投。他经常发觉自己在读苏东坡的同时也是在读千年前的自己：一样的悠然、达观，懂得享受人生也知道要经历世间的甘苦。他们是隔世的知己，语言不通，生命却有无限共鸣，所以他才会投入极大精力撰写《苏东坡传》，才会发出这样的呼喊：“千古谁识苏东坡？”这样呼喊的人往往最懂被呼喊者，但是即使人们都懂苏东坡，谁又能真正懂得林语堂先生呢？

谁能理解当时的林语堂？他曾经因为提倡闲适之风而不被理解，大多数人都说他不合时宜。他提倡幽默，说要乐观地看待生活的悲苦，有人却说，只有严肃的态度才能处理严肃的事。有谁能够理解乐观背后掩藏的强大生命力？先生一度被贴上玩世不恭、个性张扬的标签，谁能理解，这正是看透生活本质后的另一种态度？达观没有错，闲适没有错，有些美就像遮了一层轻纱，需要时间的轻拂，才能看见轻纱背后的美丽和真实。

然而先生注定是不孤独的，他的闲适、乐观、性情与千年前的高士东坡不谋而合，生命也因为这种特殊的相会而饱满和富有深情。人可以无所推崇，却要适时地有个精神偶像。他应该与我们的生活哲学相契合，应该平和、自然，给生活带来快乐。

最难把握的不是生活本身，而是我们面对生活的态度。从容、淡定、乐观一些，人生或许会更加快乐。