

人生幸福论

陈瑛——主编



陈瑛 = 主编

人生 幸福

[撰稿人]

苑立强 陈瑛 陈升 朱勇辉 孙春晨

按姓氏等笔划排列

论

目 录

| | |
|-------------------------|----|
| 前 言 | 1 |
| 第一篇 幸福观的历史考察 | 1 |
| 第一章 | |
| 西方历史上幸福观简述 | 2 |
| 第二章 | |
| 西方理性主义幸福观 | 15 |
| 一 幸福与美德一致 | 16 |
| 二 幸福是德性本身 | 28 |
| 三 幸福存在于至善之中 | 39 |
| 第三章 | |
| 西方感性主义幸福观 | 51 |
| 一 幸福就是快乐 | 52 |
| 二 追求幸福是人的本性 | 64 |
| 三 幸福是满足自身需要后达到的状态 | 77 |

第四章

| | |
|------------------------------|-----|
| 西方功利主义幸福观 | 90 |
| 一 有数量差别的“最大多数人的最大幸福” | 91 |
| 二 质和量都有差别的“最大多数人的最大幸福” | 101 |

第五章

| | |
|----------------------|-----|
| 西方基督教幸福观 | 114 |
| 一 幸福来自对上帝的信仰 | 115 |
| 二 追求永恒的天堂幸福 | 129 |
| 三 热爱上帝就能获得永恒幸福 | 141 |

第六章

| | |
|----------------|-----|
| 中国古代的幸福观 | 154 |
| 一 以德祈福论 | 156 |
| 二 德福矛盾论 | 165 |
| 三 以德为福论 | 173 |

| | |
|-----------|-----|
| 小 结 | 180 |
|-----------|-----|

| | |
|------------------------|-----|
| 第二编 幸福是什么 | 186 |
| 第一章 | |
| 人与幸福 | 187 |
| 一 人 | 188 |
| 二 人生 | 207 |
| 三 幸福 | 223 |
| 四 人与幸福 | 238 |
| 第二章 | |
| 快乐、痛苦与幸福 | 245 |
| 一 快乐、痛苦的生理、心理机制 | 246 |
| 二 幸福是心灵的快乐 | 254 |
| 三 痛苦是促成幸福的一种力量 | 270 |
| 第三章 | |
| 幸福与主体 | 276 |
| 一 幸福是主体心灵上的愉悦体验 | 277 |
| 二 决定主体欲求的精神因素（上） | 282 |
| 三 决定主体欲求的精神因素（下） | 299 |

第四章

| | |
|-------------------|-----|
| 幸福与环境 | 308 |
| 一 人与环境 | 309 |
| 二 幸福是对厄运的征服 | 319 |

第五章

| | |
|------------------------|-----|
| 追求真善美与献身人类的幸福 | 328 |
| 一 真善美与人类幸福的天然联系 | 329 |
| 二 追求真善美就是献身于人类幸福 | 338 |
| 三 造福于人类幸福的人最幸福 | 344 |
| 小 结 | 355 |

| | |
|--------------------------|-----|
| 第三编 幸福与人生 | 357 |
| 第一章 | |
| 幸福观与人生观 | 358 |
| 一 人生观制约幸福观 | 359 |
| 二 享乐主义的人生观和幸福观 | 362 |
| 三 权力至上主义的人生观和幸福观 | 365 |
| 四 拜金主义的人生观和幸福观 | 366 |
| 五 为人民服务的人生观和幸福观 | 369 |
| 第二章 | |
| 事业的成功是最大的幸福——幸福与事业 | 374 |
| 一 幸福在事业 | 375 |
| 二 幸福在于创造 | 393 |
| 三 事业的成功必须付出代价 | 405 |
| 第三章 | |
| 幸福与爱情、家庭 | 416 |
| 一 真诚的爱情是幸福的重要内容 | 417 |
| 二 基于爱情的婚姻是幸福的婚姻 | 430 |
| 三 美满的家庭使人享受天伦之乐 | 438 |

| | |
|----------------------------------|-----|
| 第四章 | |
| 幸福与休闲 | 450 |
| 一 劳与逸是个对立统一体 | 451 |
| 二 广泛的生活情趣是幸福的一个必要内容 | 459 |
| 三 以劳养逸，以逸促劳 | 469 |
| 第五章 | |
| 友谊使幸福倍增——幸福与友谊 | 477 |
| 一 友谊是人生无价之宝 | 478 |
| 二 选择朋友必须慎重 | 488 |
| 三 交友之道，贵在知心 | 495 |
| 第六章 | |
| 幸福与健康 | 510 |
| 一 健康是人生的宝贵财富 | 511 |
| 二 健康在于运动 | 520 |
| 三 保持精神愉快是健康的关键 | 531 |
| 小 结 | 541 |

| | |
|-----------------------|-----|
| 第四编 幸福的实现 | 543 |
| 第一章 | |
| 幸福面对挑战与机遇 | 544 |
| 一 在挑战与机遇面前 | 545 |
| 二 在顺境与逆境之中 | 557 |
| 三 战胜挫折 争取成功 | 563 |
| 第二章 | |
| 幸福依靠创造和奋斗 | 569 |
| 一 客观条件是幸福的基础和前提 | 574 |
| 二 立足现实 改变环境 | 588 |
| 三 个人牺牲与幸福 | 598 |
| 第三章 | |
| 幸福需要自我调整 | 610 |
| 一 幸福在于需要的满足 | 612 |
| 二 欲望的冲突 | 625 |
| 三 在自我调整中实现幸福 | 634 |

第四章

幸福观应该不断提高 641

一 幸福的不同境界与层次 643

二 全面发展真善美 653

三 健全的人格 664

小 结 675

后 记 677

前 言

幸福，这是一个多么美好的词啊！

从遥远的古代到今天，直到无穷的未来，从初涉人生的少年，到年富力强的青壮年，直到耄耋的老年，谁不为它吸引，为它陶醉，为它困惑，为它兴奋和激励，为它终生奋斗，甚至不惜牺牲一切呢！可以说，追求幸福是全人类的最大愿望和永恒课题。

但是，当问题一旦深入下去，牵涉到幸福是什么，是由什么决定的，怎样才能得到幸福等问题的时候，它的复杂性立即会呈现出来，令我们瞠目结舌。

例如，幸福究竟是客观的，还是主观的呢？有些人处境孤苦，他却感到幸福而自得其乐；也有些人，大家觉得他非常幸福，而他本人却苦恼万分。同一件事情，某些人觉得苦

不堪言，而某些人却乐在其中。幸福的标志和尺度究竟是什么？幸福与快乐又有什么关系，是不是快乐的就是幸福的，或者说幸福的就该是快乐的？我们会发现，幸福与快乐有时并不一致，甚至于有些幸福与痛苦和缺憾联系得更紧密。

幸福是指物质生活条件呢，还是指一种精神感受、精神体验？人们都肯定物质生活条件对于幸福的意义，但是，物质生活条件与承受主体的精神状态、精神感受，究竟又有多少作用？我们经常发现，物质生活条件优越的人未必幸福，而有些布衣蔬食的人，却又乐在其中。例如孔子称颂的颜渊：“一箪食，一瓢饮，在陋巷。人不堪其忧，回也不改其乐。”这种现象又该怎样理解呢？

幸福是人所特有的精神感受、精神体验呢，还是其他动物也有？决定一个人幸福（或使一个人幸福）的，主要是生理的、心理的机制，还是社会的因素？如果几种因素和机制都起作用，那么它们在其中又各占什么位置，三者之间的关系又是如何呢？幸福只是感性的，还是理性的，抑或是二者兼有？如果都有，那么感性、理性在幸福中所占的地位和关系又怎样的呢？

人们为了追求幸福，主要是靠改造客观世界呢，还是改造主观世界？如果说是在改造客观世界的同时改造主观世界，那么这两种“改造”的关系是什么，它们之间应该怎样相互渗透并相互转化，形成辩证的运动和发展过程？在实现人生幸福的征途上，怎样处理个人与集体、与人民群众的关系，是先求自己的幸福呢，还是首先应当寻求集体和社会幸福？个人幸福怎样才能与集体幸福、全人类的幸福相一致？如果二

者之间出现了尖锐冲突时，又该怎么办？

幸福，它还体现在人生发展的每个时期和阶段上，譬如儿童幸福，青年幸福和老年幸福等，不仅如此，它还体现在人生的各个方面，譬如在职业和事业上，在爱情婚姻和家庭生活中，在休闲时等。每一代人，每一个人在人生的每个时期每个阶段或人生每个方面的幸福，都有自己所面对的特殊问题，包含着特殊的内容。这些具体问题和内容中包含着数不清的学问，值得研究。

可以说，幸福问题是人生哲理，乃至人生科学的集中处，枢纽点。佛教中说，纳须弥于芥子之中；西方人也常说，从一个砂粒可以看整个世界。幸福问题，就是这颗芥子和砂粒，它几乎包含着人生问题的一切。也可以说，幸福问题像喜马拉雅山上的珠穆朗玛峰，它在人生问题的顶巅之上，它激发、召唤着人们去攀登，而且从这个角度，可以看清楚人生和人世的一切。然而，要攀登这座人生问题的高峰是极为困难的。

困难之一，是它涉及到许多部门的科学知识，这里包括哲学、历史、生理、心理、伦理以及社会学等等，还有一些处于边缘学科的知识。例如关于幸福的生理基础和心理机制等，虽然人类科学已经取得了长足的进步，但是离彻底解决问题还很遥远，至今仍然需要研究。更何况，由于行业等方面的局限，对于已经取得的科学进展，我们也知之甚少。

困难之二，也是最重要的，要有科学的世界观和方法论作指导，才会找到人生幸福问题的正确答案，并对人生有益；否则将会陷入泥潭，不但理论上可能走到死胡同，而且对我们现实的人生产生极其有害的影响。这不是耸人之谈，而是

事实。我们知道，幸福问题非常重要，它直接地指导着人生的实践，但是，它的解决决不像初等数学那样简捷明确，一是一，二是二，也不像自然科学那样，正确的答案只有一个，各种不同的人都会有共识。幸福问题虽然不能说每人一个答案，但是，不同时代、不同地区、不同阶级和阶层中的人们，在不同的情况下，会得出不同的答案。自然，这些不同之中，又会有联系，不但互相矛盾和对立，而且相互吸收和渗透。它们自身往往都包含有一些真理性的因素，却又有不同程度的谬误。我们应该正确地判定它们的是非，汲取其精华并剔除其糟粕，更重要的，是要从人们的社会实践之中，得出科学的关于人生幸福的各种结论。要做到这一点，在当代，就必须站在无产阶级和人民群众的立场上，用马克思主义的辩证唯物主义和历史唯物主义作指导进行探索和研究。舍此则别无出路。

例如，关于幸福中的物质因素和精神因素中的关系问题，世界上便没有一种公认的结论和统一的比例。孔子说的“君子喻于义，小人喻于利”，至今被一些人非议，其实他老先生讲的是事实。在道德高尚的人那里，道义的力量无比巨大，无比重要；而在道德水平低下的人眼里，只会有暂时的眼前的物质利益。发挥孔子的话，也可以说“君子乐于义，小人乐于利”，“君子以义为幸福，小人以利为幸福”。事实难道不是这样吗？

再如，幸福中的个人幸福与他人、集体幸福的关系，也存在着尖锐的分歧：有人以个人的幸福为幸福，不肯为别人，甚至为天下人的幸福损伤一根毫毛。尤有甚者，有人残酷暴

虐，以别人的不幸为快乐和幸福，像殷纣、夏桀，像法西斯和希特勒。但是，更多的人却愿意与人同乐、助人为乐，还有少数优秀人物，像范仲淹所说的那样，可以做到“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”。我们今天的社会主义时代的英雄人物，提出“牺牲我一个，幸福千万人”，以自我牺牲为幸福，这又是何等崇高的境界！不同的幸福观，相差十万八千里，简直是南辕北辙，霄汉泥垠。

综观幸福问题，可以说，什么样的人就有什么的幸福观，有多少种人就会有多少种关于幸福的理解。幸福问题说到底就是人的问题，人的本质和本性问题，人的个性与共性问题。解决这个问题，靠抽象的人性论不行，只靠生理和心理学更不行。科学研究的出发点只能是马克思主义哲学那条关于人的基本观点：“人的本质并不是单个人所固有的抽象物。在其现实性上，它是一切社会关系的总和。”运用这个原理作指导，最终从人的社会关系，特别是人的社会经济关系中，分析和把握其幸福观，这才是解决幸福问题的根本钥匙，是科学的人生幸福论所赖以建立的最稳固的理论基础；离开了它，研究立刻就会走到斜路上去。当然，只有正确的指导和出发点还不行，马克思主义的条文，背得再熟，也不一定能解决问题。正如只有指南针方向盘，远远不能算航行，只有坚实的地基并不等于盖成了高楼大厦一样，还必须继续深入研究人生幸福的多种具体问题。

研究幸福问题，攀登人生问题的这个高峰，还要有一个

条件，也可以说困难之三，就是研究者本身要有丰富的亲身体会和人生经验。没有这些，就不容易找准问题的关键和突破口，抓不住其要害和实质，达不到像理学家讲的那样“一棒一条痕，一掴一掌血”。即使讲起来头头是道，也只能是轻飘飘地，缺乏说服力，不能感动人。其实不只是搞研究，就是学习人生哲理和幸福问题，也必须时时把自己摆进去，结合着自己的经历和体会去学，不能把它当作寻常的知识，这样才能学得深刻，把握得牢靠。正所谓“书上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”

放在读者面前的这部《人生幸福论》，应该说是由一些不够格的作者贡献给大家的试作。我们既缺乏丰富的科学知识，又没有深刻的人生体验，学习过一些马克思主义哲学，也是既粗又浅。但是鉴于人生幸福问题的重要，特别是处在当前商品生产和市场经济的大潮滚滚而来，而社会处于转型时期的重要关头，许多朋友，特别是青年朋友们对此非常关注，多有思索，出于理论工作者的良心和责任感，我们不揣冒昧，将自己的一些研究和心得贡献出来，以期能对读者有所助益。

本书共分四编，第一编介绍古近代哲人，特别是西方近代思想家对于幸福问题的思考，总结其经验教训，以便鉴古而知今。第二编主要论述了我们对于幸福问题的理解，着重从哲学方面进行分析。第三编讲述幸福问题在人生各个方面的具体体现，例如职业、健康、婚姻家庭、休闲生活等。第四编着重研究实现幸福的道路，例如怎样正确对待主客观条件，怎样在实践中正确处理主客体关系等。总之，我们力求在马克思主义哲学的指导下，从史论结合、理论与实践结合

的角度，论述人生幸福中的几个主要问题。

愿我们的这本书，能够帮助读者，特别是青年读者们，把握幸福的真谛，走上幸福之路，敲开幸福之门。