

給社會新鮮人的哲思錄



周國平
◎著

讓
孤獨
成為你的
個人時尚

給社會新鮮人的哲思錄

周國平◎著



香港中和出版有限公司
www.hkopenpage.com

目錄

序 009

青春不迷茫

- 真性情——善於品味生命固有的樂趣 012
- 智慧——在執著和超脫之間求得一個平衡 018
- 愛生命——聽一聽自己的生命在說甚麼 023
- 孤獨——一切都可以成為時髦，包括孤獨 030
- 獨處——與自己談話的確是一種能力 036
- 自卑與自信——人可以培養自信，卻無法培養自卑 043
- 往事——人生一切美好經歷的魅力就在於不可重複 049
- 生命意義——困惑是我的誠實，尋找是我的勇敢 056

處世的經緯

做人——建立真正屬於自己的人生目標和生活信念 064

不佔有——人生是一個不斷地得而復失的過程 071

幽默——幽默是智慧的表情 077

嫉妒——只有當它傷害別人時，它才是惡 083

財富——錢越多，越受金錢的奴役 090

自足——最忠實的朋友還是自己 097

愛情——相愛者互不束縛對方 102

友誼——互相尊重，親疏隨緣 103

溝通——孤獨中有大快樂，溝通中也有大快樂 115

自省有哲學

簡單——詩意的生活一定是物質上簡單的生活 122

內在生活中——歡樂和痛苦都是收入 128

閒適——在忙中保持心的從容 134

安靜——在生命的活躍與靈魂的寧靜之間形成適當的平衡 141

覺悟——人一生中應當有意識地變換環境 146

享受——只有精神的快樂才可能是無限的 152

幸福——在於生命的單純和靈魂的豐富 159

創造與成功

創造——用生命去交換比生命更長久的東西 166

成功——把自己喜歡做的事做得盡善盡美 171

理想——因為精神上的成熟和自覺 178

好讀書——讀書唯求愉快 183

讀好書——讀那些永恆的書，做一個純粹的人 188

寫作——寫作的快樂是向自己說話的快樂 194

孤身的逆旅

- 平常心——甘心於不甘心，坦然於無奈 202
- 超脫——人世間的一切紛爭都如此渺小 206
- 苦難——以尊嚴的方式承受苦難 212
- 境遇與心情——從零開始與未完成是人生的常態 219
- 家——家是一隻船，在漂流中有了親愛 225
- 親自然——人來自泥土而歸於泥土，其實也是土地上的作物 230
- 命運——最奇妙的好運也不該排除苦難 236
- 死亡——既然死遲早要來，早來遲來就不是很重要的了 245

序

《人生哲思錄》是我在中國大陸出版的最受讀者喜歡的書之一，它以隨感和格言的形式薈集了我的作品中的思想精華。現在，香港中和出版有限公司從中選取部分內容，編成了這本面向港台年輕人的小書，我希望你們也會喜歡。

這本書取名為《讓孤獨成為你的個人時尚》，我覺得很有意味，說一說我的想法。

一個在港台生活的青年需要甚麼？當然，需要金錢、職業、住宅，需要朋友、愛侶、家庭，如此等等。然而，在這一切之外，我相信還需要一樣東西，一樣也許被忽視甚至常常想要逃避的東西，它就是孤獨。

我說的是一種主動的孤獨。大都市的生活是快節奏的，但你不可讓這快節奏把你完全支配了，你要自己把握好生活的節奏，做你的人生的主人。大都市的生

活是喧囂的，但你的心不可喧囂，老子說「靜為躁君」，你要以靜制躁，做你所處的環境的主人。大都市充滿了競爭，你必須奮鬥在職場，忙碌在社交場，但你不可讓奮鬥和忙碌佔用了你的全部時間，你要時常抽身出來，回到你自己。大都市是時尚之都，但你不可盲從時尚，你要有自己的選擇，讓主動的孤獨成為你的個人時尚。

所謂主動的孤獨，是富有內容的獨處時光，是你為自己爭得的心靈空間。在這個空間裡，你閱讀大師的著作，思考人生的真理，消化繁雜的印象，積累精神的能量。養成了這樣的習慣，你將會發現，你的內心是飽滿而踏實的，你的青春不會迷茫，處世不會糾結，做人不會彷徨。

我也是從青年時代走過來的，所說的其實是我的親身體會，願以此與港台的社會新鮮人共勉。

周國平

二〇一五年四月七日

青春不迷茫

真性情

善於品味生命固有的樂趣

在我看來，所謂成功

是指把自己真正喜歡的事情做好，

其前提是首先要做自己真正的

愛好，即自己的真性情。

我的人生觀若要用一句話概括，就是真性情。我從來不把成功看作人生的主要目標，覺得只有活出真性情才是沒有虛度了人生。所謂真性情，一面是對個性和內在精神價值的看重，另一面是對外在功利的看輕。

一個人在衡量任何事物時，看重的是它們在自己生活中的意義，而不是它們能給自己帶來多少實際利益，這樣一種生活態度就是真性情。

一個人活在世上，必須有自己真正愛好的事情，才會活得有意思。這愛好完全是出於他的真性情的，而不是為了某種外在的利益，例如金錢、名聲之類。他喜歡做這件事情，只是因為他覺得事情本身非常美好，他被事情的美好所吸引。

這就好像一個園丁，他僅僅因為喜歡而開闢了一塊自己的園地，他在其中培育了許多美麗的花木，為它們傾注了自己的心血。當他在自己的園地上耕作時，他心裡非常踏實。無論他走到哪裡，他也都會牽掛著那些花木，如同母親牽掛著自己的孩子。這樣一個人，他一定會活得很充實的。

相反，一個人如果沒有自己的園地，不管他當多大的官，做多大的買賣，他本質上始終是空虛的。這樣的人一旦丟了官，破了產，他的空虛就暴露無遺了，會惶惶然不可終日，發現自己在世界上無事可做，也沒有人需要他，成了一個多餘的人。

在我看來，所謂成功是指把自己真正喜歡的事情做好，其前提是首先要有自己真正的愛好，即自己的真性情，捨此便只是名利場上的生意經。而幸福則主要是一種內心體驗，是心靈對於生命意義的強烈感受，因而也是以心靈的感受力為前提的。所以，比成功和幸福都更重要的是，一個人必須有一個真實的自我，一顆飽滿的靈魂，它決定了一個人爭取成功和體驗幸福的的能力。

人做事情，或是出於利益，或是出於性情。出於利益做的事情，當然就不必在乎是否愉快。我常常看見名利場上的健將一面叫苦不迭，一面依然奮鬥不止，對此我完全能夠理解。我並不認為他們的叫苦是假，因為我知道利益是一種強制力量，而就他們所做的事情的性質來說，利益的確比愉快更加重要。

相反，凡是出於性情做的事情，亦即僅僅為了滿足心靈而做的事情，愉快就都是基本的標準。屬於此列的不僅有讀書，還包括寫作、藝術創作、藝術欣賞、交友、戀愛、行善等等，簡言之，一切精神活動。如果在做這些事情時不感到愉快，我們就必須懷疑是否有利益的強制在其中起著作用，使它們由性情生活蛻變成了功利行為。

「君子喻以義，小人喻以利。」中國人的人生哲學總是圍繞著義利二字打轉。可是，假如我既不是君子，也不是小人呢？

我相信，在義和利之外，還有別樣的人生態度。在君子和小人之外，還有別樣的人格。套孔子的句式，不妨說：「至人喻以情。」

義和利，貌似相反，實則相通。「義」要求人獻身抽象的社會實體，「利」驅使人投身世俗的物質利益，兩者都無視人的心靈生活，遮蔽了人的真正的「自我」。「義」教人奉獻，「利」誘人佔有，前者把人生變成一次義務的履行，後者把人生變成一場權利的爭奪，殊不知人生的真價值是超乎義務和權

利之外的。義和利都脫不開計較，所以，無論義師討伐叛臣，還是利慾支配眾生，人與人之間的關係總是緊張。

如果說「義」代表一種倫理的人生態度，「利」代表一種功利的人生態度，那麼，我所說的「情」便代表一種審美的人生態度。它主張率性而行，適情而止，每個人都保持自己的真性情。你不是你所信奉的教義，也不是你所佔有的物品，你之為你僅在於你的真實「自我」。生命的意義不在奉獻或佔有，而在創造，創造就是人的真性情的積極展開，是人在實現其本質力量時所獲得的情感上的滿足。

你說，得活出個樣兒來。我說，得活出個味兒來。名聲地位是衣裳，不妨弄件穿穿。可是，對人對自己都不要以貌取人。衣裳換來換去，我還是我。脫盡衣裳，男人和女人更本色。

人生中一切美好的事情，報酬都在眼前。愛情的報酬就是相愛時的陶醉和滿足，而不是有朝一日締結良緣。創作的報酬就是創作時的陶醉和滿足，

而不是有朝一日名揚四海。如果事情本身不能給人以陶醉和滿足，就不足以稱為美好。

此生此世，當不當思想家或散文家，寫不寫得出漂亮文章，真是不重要。我唯願保持住一份生命的本色，一份能夠安靜聆聽別的生命也使別的生命願意安靜聆聽的純真，此中的快樂遠非浮華功名可比。

人不僅僅屬於時代。無論時代怎樣，沒有人必須為了利益而放棄自己的趣味。人生之大趣，第一源自生命，第二源自靈魂。一個人只要熱愛生命，善於品味生命固有的樂趣，同時又關注靈魂，善於同人類歷史上偉大的靈魂交往，即使在一個無趣的時代，他仍然可以生活得有趣。

智慧

在執著和超脫之間求得一個平衡

人生最值得追求的東西，

一是優秀，二是幸福，而這二者
都離不開智慧。

智慧不是一種才能，而是一種人生覺悟，一種開闊的胸懷和眼光。一個人在社會上也許成功，也許失敗，如果他是智慧的，他就不會把這些看得太重，而能夠站在人世間一切成敗之上，以這種方式成為自己命運的主人。

智慧有點兒像是謙虛，不過這是站在很高的高度才具備的一種謙虛。打個比方說，智慧的人就好像站在神的地位上來看人類包括他自己，看到了人類的局限性。他一方面也是一個具有這種局限性的普通人，另一方面卻又能夠居高臨下地俯視這局限性，也就在一定意義上超越了它。

智慧和聰明是兩回事。聰明指的是一個人有能力方面的素質，例如好的記憶力、理解力、想像力，反應靈敏等等。具備這些素質，再加上主觀努力和客觀機遇，你就可以在社會上獲得成功，成為一個能幹的政治家、博學的學者、精明的商人之類。但是，無論你怎麼聰明，如果沒有足夠的智慧，你的成就終究談不上偉大。也許正是因為這個原因，自古到今，聰明人非常多，偉人卻很少。

人生最值得追求的東西，一是優秀，二是幸福，而這二者都離不開智慧。所謂智慧，就是想明白人生的根本道理。唯有這樣，才會懂得如何做人，從而成為人性意義上的真正優秀的人。也唯有這樣，才能分辨人生中各種價值的主次，知道自己到底要甚麼，從而真正獲得和感受到幸福。

健康的心理來自智慧的頭腦。現代人易患心理疾病，病根多半在想不明白人生的根本道理，於是就看不開生活中的小事。倘若想明白了，哪有看不開之理？

人生在世，既能站得正，又能跳得出，這是一種很高的境界。在一定意義上，跳得出是站得正的前提，唯有看輕沉浮榮枯，才能不計利害得失，堂堂正正做人。

如果說站得正是做人的道德，那麼，跳得出就是人生的智慧。人為甚麼會墮落？往往是因為陷在塵世一個狹窄的角落裡，心不明，眼不亮，不能抵擋近在眼前的誘惑。佛教說「無明」是罪惡的根源，基督教說墮落的人生生活在黑

暗中，說的都是這個道理。相反，一個人倘若經常跳出來看一看人生的全景，真正看清事物的大小和價值的主次，就不太會被那些渺小的事物和次要的價值絆倒了。

智慧使人對苦難更清醒也更敏感。一個智者往往對常人所不知的苦難也睜開著眼睛，又比常人更深地體悟到日常苦難背後的深邃的悲劇含義。在這個意義上，智慧使人痛苦。

然而，由於智者有著比常人開闊得多的視野，進入他視界的苦難固然因此增多了，每一個單獨的苦難所佔據的相對位置卻也因此縮小了。常人容易被當下的苦難一葉障目，智者卻能夠恰當估計它與整個人生的關係。即使他是一個悲觀主義者，由苦難的表象洞察人生悲劇的底蘊，但這種洞察也使他相對看輕了表象的重要性。

由此可見，智慧對痛苦的關係是辯證的，它在使人感知痛苦的同時也使人超脫痛苦。

所謂智慧的人生，就是要在執著和超脫之間求得一個平衡。有超脫的一面，看到人生的界限，和人生有距離，反而更能看清楚人生中甚麼東西真正有價值。

一個人熱愛人生便不能不執著，洞察人生真相便不能不悲觀，兩者激烈衝突又達成和解的結果就是超脫。所以，超脫實質上是一種有悲觀約束的執著，有執著約束的悲觀。仔細分析起來，其中始終包含著悲觀和執著兩種因素，只是兩者之間已經形成一種恰當的關係，不再趨於一端罷了。

「你智慧嗎？」「當然——因為我不聰明。如果不智慧，我還有甚麼優點呢？」

愛生命

聽一聽自己的生命在說甚麼

世上有兩種人
對自己的生命最不知愛護也最不善享受，
其一是工作狂，其二是縱慾者，
他們其實是在
以不同的方式透支和榨取生命。

生命是最基本的價值。一個簡單的事實是，每個人只有一條命，在無限的時空中，再也不會有同樣的機會，所有因素都恰好組合在一起，來產生這一個特定的個體了。同時，生命又是人生其他一切價值的前提，沒有了生命，其他一切都無從談起。

由此得出的一個當然的結論是，對於每一個人來說，生命是最珍貴的。因此，對於自己的生命，我們當知珍惜，對於他人的生命，我們當知關愛。

生命是宇宙間的奇跡，它的來源神秘莫測。是進化的產物，還是上帝的創造？這並不重要。重要的是用你的心去感受這奇跡。於是，你便會懂得欣賞大自然中的生命現象，用它們的千姿百態豐富你的心胸。於是，你便會善待一切生命，從每一個素不相識的人，到一頭羚羊，一隻昆蟲，一棵樹，從心底裡產生萬物同源的親近感。於是，你便會懷有一種敬畏之心，敬畏生命，也敬畏創造生命的造物主，不管人們把它稱作神還是大自然。

生命是我們最珍愛的東西，它是我們所擁有的一切的前提，失去了它，我們就失去了一切。生命又是我們最忽略的東西，我們對於自己擁有它實在太習以為常了，而一切習慣了的東西都容易被我們忘記。

因此，人們在道理上都知曉生命的寶貴，實際上卻常常做一些損害生命的事情，抽煙、酗酒、縱慾、不講衛生、超負荷工作等等。因此，人們為虛名浮利而忙碌，卻捨不得花時間來讓生命本身感到愉快，來做一些實現生命本身的價值的事情。往往是當我們的生命真正受到威脅的時候，我們才幡然醒悟，生命的不可替代的價值才突現在我們的眼前。但是，有時候醒悟已經為時太晚，損失已經不可挽回。

每一個人對於自己的生命，第一有愛護它的責任，第二有享受它的權利，而這兩方面是統一的。世上有兩種人對自己的生命最不知愛護也最不善享受，其一是工作狂，其二是縱慾者，他們其實是在以不同的方式透支和榨取生命。

自然賦予人的一切生命慾望皆無罪，禁慾主義最沒有道理。我們既然擁有了生命，當然有權享受它。但是，生命享受和物慾是兩回事。一方面，生命本身對於物質資料的需要是有限的，物慾決非生命本身帶來的，而是社會刺激起來的。另一方面，生命享受的疆域無比寬廣，相比之下，物慾的滿足就太狹窄了。那些只把生命用來追求物質的人，實際上既怠慢了自己生命的真正需要，也剝奪了自己生命享受的廣闊疆域。

生命所需要的，無非空氣、陽光、健康、營養、繁衍，千古如斯，古老而平凡。但是，驕傲的人啊，拋開你的虛榮心和野心吧，你就會知道，這些最簡單的享受才是最醇美的。

生命原是最珍貴的價值。可是，在當今的時代，其他種種次要的價值取代生命成了人生的主要目標乃至唯一目標，人們耗盡畢生精力追逐金錢、權力、名聲、地位等等，從來不問一下這些東西是否使生命獲得了真正的滿足。

生命原是一個內容豐富的組合體，包含著多種多樣的需要、能力、衝動，其

社會新鮮人面對身份與環境的轉變，有時難免感到孤獨與迷茫。周國平以哲理及優美兼備的筆觸，向你娓娓道出孤獨是成長必然經歷的一部分，迷茫更是青春常有的風景。最重要的是按自己個性發展出健康的價值觀，不標奇立異，而做一個有個人時尚的人；不在苦難中怨天尤人，而在順逆流中內心有錨。相信每位社會新鮮人讀畢此書，都可以對號入座，找到共鳴，為往後人生加力。

網上書店



超閱網
SuperBookcity.com

上架建議：哲學·文學

ISBN 978-988-8284-68-9



9 789888 828468 9
WHA0360 HK\$78 NT\$350



聯合出版集團



香港中和出版有限公司
www.hkopenpage.com