

《人生不较劲》

图书基本信息

书名：《人生不较劲》

13位ISBN编号：9787549565740

出版时间：2015-5

作者：周国平

页数：320

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《人生不较劲》

内容概要

本书是周国平先生2011-2014年间的感触和思绪随感的结集，也是作者的第五本随感集。所谓“人生不较劲”，是不和自己、他人、老天较劲之意。在作者看来，盲目较劲往往是人世间痛苦的根源，唯有具备不较劲的智慧，才能把劲儿节省和积聚起来，使在正确的方向上，从而实现自我的价值，得到真正的幸福。

《人生不较劲》

作者简介

周国平，当代著名学者、作家。1945年生于上海。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，现为中国社会科学院哲学研究所研究员。

著有学术专著《尼采：在世纪的转折点上》、《尼采与形而上学》，散文集《守望的距离》、《各自的朝圣路》、《安静》、《善良·丰富·高贵》、《生命的品质》，随感集《人与永恒》、《风中的纸屑》、《内在的从容》、《把心安顿好》、《人生不较劲》。

译有《尼采美学文选》、《尼采诗集》、《偶像的黄昏》等。

《人生不较劲》

书籍目录

序 i

知道自己要什么 001

不较劲的智慧 006

直觉优先 010

人性现象 012

当好自然之子 016

逆境也是生活 019

个性的风景 022

正常的生活 026

不和时间赛跑 030

通过做事而做人 033

处世待人 036

兴趣和素质 039

觉醒的力量 043

智慧引领幸福 047

财富和幸福 052

法治社会与公民幸福 055

灵魂的品质 058

灵魂另有来历 062

关于信仰 064

哲学的使命 069

哲学之用 076

精神生活 081

令人心碎的无奈 085

关于死亡的思绪 089

对女性说 092

性的境界 096

真实的爱情 100

珍惜和放下 105

婚姻，为爱筑一个好巢 107

论友谊 111

论道德 114

论感恩 121

生活大于政治 125

法治片言 129

文化片言 135

知识分子 141

教育的目标 145

教师的素质 151

论语文教学 157

父母怎样对孩子负责 161

读书的收获 166

读经典就像回家 172

文学艺术片言 178

小杂感 181

外二篇 183

两本书的网上互动 185

《人生不较劲》

微博拾遗 202

《人生不较劲》

精彩短评

- 1、无感
- 2、还行，没事的时候可以看看，对写文章有好处。
- 3、从来不读鸡汤类的书，但哲学的只字片语不是鸡汤，而是让你自省、思索、质疑、寻找，然后平和、淡然、不较劲儿。周先生的新书，虽然随感结集的拼凑有点不地道，但读完还是受益匪浅。每个人都应该去读读哲学的东西，哪怕是最浅显的白话理论。
- 4、讲真 没勇气看完 太痛苦了 写的什么啊
- 5、好像不较劲不行的样子.....修行中.....
- 6、反正吧.....我是不太喜欢，一开始看我就觉得真的有点鸡汤了，不想喝。里面有些观点我真的无法苟同，但是有些观点还是可取的，仁者见仁吧。哦对，书的排版跟质量还是不错的。
- 7、学生送我的.....内容很浅.....
- 8、心灵鸡汤般的人生指南
- 9、不和自己较劲，对自己要随性；不与他人较劲，对他人要随缘；不和老天较劲，对老天要随命。周老师教我们要脱离日常，现在哲学的高度审视人生。明确自己内心的喜好，保持独立的精神，不随波逐流，深度挖掘精神领域的宝地。书中一句话很能代表我的感受：恨相见晚，喜相见不太晚。
- 10、其实内容真是“还可以”，部分篇章看不进去.....
- 11、又一碗羊杂汤
- 12、来，干了这碗鸡汤，还是零星有几小块鸡肉可以吃的。
- 13、是不是搞错了？真的不是星云大师写的嘛？可我是在亚马逊买的正版啊
- 14、后面稍微有点乱 虽都是感悟但书的后面太显仓促
哲学 似乎离我们很远了
但好像它就在头顶上看着我踉踉跄跄
想办法不要跟自己较劲
舒服得过 舒服得活才是最重要的
让心活在更广阔的世界里
那些小事才不会被放大
你才看得清楚什么是世界
什么是你自己
加油！
- 15、感觉书做得很用心，纸质、排版都让人感觉特别舒服。——2015-8-26
- 16、一下午时间看完了。还行吧。
- 17、去年七八月吧，特别跟自己过不去的时候，在书店看到了这本，当时读着，差点哭了出来。现在看看，觉得不就是鸡汤吗.....扯什么哲学（事实证明有时候还是需要点鸡汤的
- 18、有些困惑和浮躁，看得时候心情很平静！小我和大我要学习和平相处。
- 19、很多事情都是说着简单。道理我都明白，然而。然而。
- 20、鸡汤，是我看周这么多本作品中，觉得这是最快的
- 21、高考满分作文选粹
- 22、跟着我高中毕业旅行的书。有外国友人的签名有中二的读书笔记然后参加活动的时候寄给了大连的朋友~真的很影响现在我的人生态度和恋爱观的散文(￣▽￣)觉得有时间会再认真读一遍，太喜欢他的文风了。
- 23、确实够散，杂。看不下去，这些哲学观点要成立前面得有很多假设，然而并没有去证明这些假设是否成立就下定论，不严谨。
- 24、好有道理的样子@(￣▽￣)@然而好散好杂有点乱。
- 25、可能因为没读过他的其他书，和说教似的，让人打瞌睡。心灵鸡汤，还是高级的，很哲学。
- 26、加了些哲学的鸡汤，孩子读读还行
- 27、怎么说呢 比较鸡汤 而且我一直以为书名是 不较劲人生hhhhhh
- 28、说是鸡汤吧，又太深奥，小小一本书我看了两年还没翻完.....
- 29、匆匆看完，看开头感觉鸡汤范，然后看目录，找到最近杂文，还可以，比较认同关于读书的收获

《人生不较劲》

，后面的部分更生活

30、要是不知道作者是周国平 我真是要对这本书翻出一个天际白眼

31、没什么新内容

32、这本书在迷茫的时候可以翻翻目录对症下药。但是完全没有必要通本精读。只需要根据自己不同时期的需求，找到对应的话题看完即可。有三分之一都是大道理，对我用处并不是很大

33、基本像在读各种小微博 政治之类的现在还真是读不进去

34、食欲与性欲，科学与艺术的等等观点，粗略读了遍，很有意思

35、鸡汤也好，哲学也罢，我们需要更清醒的认识自己，更辩证的去看待这个社会，如此才能更好的生活。

36、看同事桌上放着一本，随手拿出来翻了翻，就贴近生活来说吧，还不如豆瓣的鸡汤文；就里面的感悟断章吧，还不如豆瓣的广播和段子。剩下的所谓的哲学思考，也显得很扭曲。附录还有一些中学生的来信，荼毒生灵啊。

37、还是有假大空之感。对于学校教育和家庭教育方面的想法很好，可是实际情况无法改变。无力感.....想想现在的中国，他的国民，以及制度...

38、人生的导师。

39、不和自己较劲、不与他人较劲、不和老天较劲，许多痛苦缘于盲目较劲，看完豁然开朗的人生智慧[鼓掌]

40、我们何必不断批评别人的书籍，选择了这本书，选对了是一种缘分，选错了也是你自己的失误

41、你们写不出来也做不到的鸡汤！！凭什么把什么都叫做鸡汤！

42、飞机读物..

43、6.29

1、我相信不同时期阅读会有不同的感悟，失意时不妨看看，不用全信，就当看一个老者的人生态度，至少这种态度不偏激，也不伤人，能否疗伤就不得而知了。书中有些东西有点重复阐述，末尾部分还穿插了幸福的哲学的访谈，感觉有点卖力宣传。周国平说经典就是绿色食品，接下来准备看看一些经典哲学作品，有病治病，无病防身。我其实挺很开心，因为这本书，对哲学有了兴趣。关于人生1. 未经思考的人生不值得一过——苏格拉底这句名言是最好的注解，就是绝不肯糊里糊涂地或，一定要想明白人生的道理。2. 一个人在世上生活，必须知道自己到底要什么。一是应该要什么，人生中什么是重要的、宝贵的、真正值得争取的。这就是正确的价值观。二是能够要什么，自己的兴趣和能力在什么地方，做什么事最适合于自己的性情和禀赋。这就是准确的自我认识。3. 不过，在年轻的时候，我们对此往往是不清楚的，这是一个逐渐清晰起来的过程。我想强调的是，你可能暂时不知道自己到底要什么，但是，你必须知道不要什么。事实上，一个越是知道自己不要什么，他就越有把握找到自己真正要的东西。关于工作1. 人是智力动物，做自己喜欢的工作是人生幸福的重要方面。因此，职业与兴趣一致的确是莫大的幸运。2. 在现实中，人也许只有两种选择：最好是做自己真正喜欢的工作；其次是尽可能喜欢上自己在做的工作。关于教育1. 成长的真理是自我教育。教育是心智成长的过程，你们要自己做这个过程的主人。2. 检验一个人的学校教育是否合格，最可靠的尺度是看他走出校门后能否坚持自主学习。3. 真正的教育理应使人在知识勉强保持头脑的自由，在功利世界面前保持心灵的丰富，在物质力量面前保持灵魂的高贵。关于阅读叔本华说，期望一个人记住他读过的全部书籍，恰如期望他能在体内储存他吃过的全部食物。有形的知识不重要，书籍的价值仅在于提供精神营养，而精神营养是无形的，因为它倘若真正起了作用，就必定已化为你的血肉。

2、书籍的价值

叔本华说：期望一个人记住他读过的全部书籍，恰如期望他能在体内储存他吃过的全部食物。这个比方打得有些极端，因为在事实上，无论谁都不可能、即使可能也不愿意在体内储存吃过的全部食物。但是，世上确实有过目不忘、满腹诗书的记忆天才。我相信，叔本华的意思应该是：有形的知识不重要，书籍的价值仅在于提供精神营养，而精神营养是无形的，因为它倘若真正起了作用，就必定已化为了你的血肉。——周国平读万卷书，行万里路。其实读书也是一种行路，是行走在人类精神的世界里。我就是这样的一个旅行者，阅读是我在勘测人类精神世界的地图。——周国平阅读本身是莫大的快乐，如果取消了阅读过程中的理解、思考、质疑、感悟等等，质言之，取消了自己心智的积极参与，那客观呈现的知识对于你就无甚价值。——周国平站在巨人的肩膀上

人类历史上有过许多精神巨人，他们高瞻远瞩，各人依凭自己的心性看见了不同的奇异风景。我们不是巨人，但何妨站到巨人的肩膀上，去欣赏一下他们眼中的那奇异的风景。我们不是伟大的人，但何妨阅读伟大的著作，去体会一下人的伟大可以达到何种高度。是的，读经典就是站在巨人的肩膀上的最直接、最现成的方式。——周国平怎样教孩子处世做人

孩子幼小时，一直生活在父母羽翼的庇护之下，自由自在，无忧无虑。上小学后，情况大变，一下子进入了某种带有强制性的秩序之中，以及某种相对陌生的人际关系之中。他会遭遇许多矛盾，他的极其有限的经验完全不足以对付，因而疑惑丛生。——周国平事实上，他已经开始面对如何处世做人这个大问题了。细究起来，最基本的矛盾是个人自由和社会规则之间的矛盾，而这正是贯穿人类社会经济、政治、法律、道德领域的核心问题。在这个问题上，最困难的是如何把握好二者的度，各个学派对此亦是众说纷纭。对于个人来说，个性与社会性的冲突也是贯穿终生的，而儿童时期是其肇始，打下一个正确解决的基础是特别重要的。怎样让孩子既能自由成长，又能适应社会，这同样是令父母们苦恼的问题。我想强调的是，父母在引导孩子思考这类问题时，也要把握好度，不可把孩子教育成小绵羊，盲目服从社会的成规。正确的目标是，让孩子既能明白公共生活的若干基本准则，培养自制、友爱、仁慈等美德，又能学会分析复杂的社会现象，坚持独立思考，培养自信、勇敢、正义等美德。——周国平在学校遵守学校的制度，离开学校遵循自己的原则。当在集体中（公司、团队、朋友圈）个人意志和集体产生矛盾，首先告诉大家：我保留我的意见不改变，但是我遵从集体的决定。（简单粗暴的说，就是：要么忍、要么滚、要么狠）不要试图改变别人，更加不要试图改变集体，可以表明立场，但是不要螳臂挡车。有些人傻啦吧唧的跟领导作对，有那功夫多学习，早日赶超就完了，人生道路石头多了，绕道走就完了，非得挨个搬走，猪八戒都没那么傻。狠人另当别论，但是千万别以为自己狠，因为：卑鄙是卑鄙者的通行证，高尚是高尚者的墓志铭。今日学校里作文教学有两大

弊病。一是造假，诱导甚至逼迫学生伪造符合意识形态导向的经历和感受。二是媚俗，鼓励甚至要求学生用搜集来的华丽词句——所谓好词好句——表达那些伪造的经历和感受。无论内容，还是形式，都是假的、空的、千人一面的，以此败坏了学生真实感受、独立思考和诚实表达的能力，恰恰起了相反的作用。——周国平所以都要学习写作，目的不在写作本身，而是为了培养真实感受、独立思考和诚实表达的能力，这种能力是一个人整体文化素质的基础和不可缺少的组成部分。在道德主义的逼迫下，假大空已成学生作文的通病。写假话甚至是一种硬性要求。在这样的语文教学中，既没有好的文字，又没有真实的“我”，真实的生命和心灵，遑论相互照亮。——周国平我承认，在这个信息时代，我是一个落伍者。无论何处，人手一部手机，大家都在埋头专心地接收和传播信息，每见这个情景，我就觉得困惑不解。我坚定地认为，一个人完全不需要知道许多信息，只需要知道与自己的生活 and 心灵真正有关的东西，那超出的部分不但无用，而且挤占了有用东西的空间，扰乱了内心的秩序。这就好比进食，有足够的营养即可，用不着摆一大桌菜，那多余的全都浪费了，硬吃下去则阻碍了营养的吸收，扰乱了消化的秩序。——周国平一个人如何对待持有不同观点的人，比他自己持有何种观点更能反映他的文明程度。对不同观点施以谩骂、语言暴力、道德审判，这种方式所体现的国民素质是专制的肥沃土壤。——周国平用哲学课取代品德课

中国历来是德育大国，四书五经皆道德文章，格物致知亦仅是修齐治平的手段。在今天的世界上，也大约只有中国在中小学开设德育课。可是，为何国人的道德现状仍然堪忧，值得反思。道德并非孤立之物，而是人生智慧和觉悟在人际关系方面的体现。所以，应该用真正开启人生智慧和觉悟的哲学课取代意识形态灌输的品德课。否则，今天你教孩子说你自己不信而他不懂的话，明天他就会对任何人说他自己不信的话。——周国平对亲近者不挑剔

夫妻容易发生争吵，因为亲近之人往往挑剔。当然也有不争吵的夫妻，情况可能有二。一是双方或其中一方内心已足够疏远，到了不屑于挑剔的程度。二是双方或其中一方有足够好的教养，摆脱了对亲近者挑剔的本能逻辑。是的，对亲近者挑剔是一种本能，而警惕这种本能，做到对亲近者不挑剔，则是一种教养。——周国平永远不要怨恨

两人因为相爱在一起，不管时间久暂，都是美好的。有朝一日分手了，请不要互相怨恨，而应该感谢对方给了你一段美好的时光。有人说，到头来发现，对方其实并不真爱自己，只是利用和欺骗了自己。我说，即使如此，你也不要怨恨，而应该蔑视。怨恨仍是强烈的感情，人生的一个重要原则是节省感情，蔑视就是不动感情，不把感情浪费在不值得的人身上。——周国平夫妻为何会离异？我的回答是：因为有了亲人的感觉。如果亲人的感觉还在，即使其中一方移情别恋，也一定会万分踌躇，难下离异的决心。相反，如果双方已不是亲人的感觉，而是友人的感觉，离异就会是一个理性的决定。当然，如果双方已成路人甚至仇人，不离异就太荒谬了。——周国平孔子说：“学而不思则罔，思而不学则殆。”只学不思会糊涂，只思不学会枯竭，学和思不可偏废。我还想加上两个东西：感和悟也不可缺少。感，是对生命悲欢的感受，悟，是对人生真理的体悟，二者是每个人在亲身经历中的精神收获。在一定的意义上可以说，感是学和思的依据，悟是学和思的目的。如果没有感和悟，学和思都失去了内心的基础，学就成了表面的知识，思就成了抽象的推理。学，思，感，悟，这四者组成了人的精神生活的基本方式。——周国平有的夫妻是没有精神交流的，原因就是——没有人生感悟呗！连学习思考都费劲，还会感悟？

学和思是自己的事，感和悟是需要交流的。其实不交流也无伤大雅，关键还强迫对方也不许感悟（呵呵），我就见过这种，这就是周国平所说的——粗糙的耳朵。其实还是人品不行，无法善待对方，太自私了。爱情——其实是精神契合

婚姻——需要继续占有和保持这种契合，不舍得失去共鸣，进而用法律约束对方不许跑。

没有爱情，婚姻一样维持，同事朋友也没有爱情，不一样共事共同玩耍吗？

所以相怨相恨的婚姻啊！活该～都带有极强的目的性及企图心，达不成既定目标才会原形毕露。

过个日子能有多难？比工作还难？（花钱难道比挣钱难？）非得难上加难、没事找事。哲学的拯救作用

现代人容易有心理问题和道德问题，究其根源，在很大程度上可以归结为哲学问题，皆源于不明白人生的根本道理。人生道理不明，遇事想不开，郁结于心，便成心理疾患。人生道理不明，见利起贪心，失足于行，便成道德污点。心理疾患害己，道德污点害人亦害己，可见明白人生道理之重要，哲学之具有拯救作用。心理治疗和道德劝诫都必须有哲学的内涵，如果没有，心理治疗只是治标，道德劝诫只是说教。——周国平心理门诊应该开设这门课程，按疗程收费。

《人生不较劲》

抑郁症乃至精神疾病的确应该多读些哲学类书籍。

精神病患者都是缺少智慧的善良之人，坏银从不得这类疾病，因为他们没有良心，不得心理疾病。

哲学写作的风格

一个珍爱自己思想的哲学家就应该这样写作：

一方面，努力让那些精致的耳朵听懂每一句话，另一方面，决不为了让那些粗糙的耳朵听懂——它们反正听不懂——而多说一句不必要的话。如此写出的作品，其风格必是简洁的，这是一种有着深刻内涵的简洁。——周国平哲学的用处是让你有一个好的心态。

我们平时过着具体的日子，做着具体的事情，有顺心的时候，也有不顺心的时候，有快乐，也有苦恼、困惑、纠结。哲学就是让你从这个局部中跳出来，看一看人生的全景，想一想人生的大道理。大道理之一，是人生中究竟什么是重要的，什么是不重要的。这就是价值观。有了正确的价值观，你就会有好的心态。你再回到局部里去的时候，对于重要的东西，你就能看得准、抓得住，对于不重要的东西，你就会看得开、放得下了。你仍然在过着具体的日子，做着具体的事情，但心态不一样了，境界也不一样了。——周国平俩个人价值观不同，或者开始相同，但是后来不同步吧，就会造成一人所想所求，另一人熟视无睹。所以婚姻也好，友情也罢，所谓合适：就是你想的也是我想的，你不想的我正好也不爱，就这么简单点事。

再包容点、善待点、日子和和美美好简单哒。

不美满的总是一方要求太多，或单方面付出太多，失衡及不知珍惜造成的。和好不好看、有没有文化无关，跟品行有莫大的关系。幸福在于生命的单纯和灵魂的丰富；

道德在于生命互相的同情和灵魂互相的尊重；

信仰在于敬畏生命和提升灵魂；

法治在于保护生命和灵魂的权利；

教育在于生命和灵魂的健康生长；

艺术在于生命和灵魂的自由表达。

——周国平

《人生不较劲》

章节试读

1、《人生不较劲》的笔记-第4页

在如何活的问题上，你必须自己做主，盲从舆论和习俗是最大的不负责任。在人间的一切责任中，最根本的责任是对你的人生负责，真正成为你自己，活出你独特的个性和价值来。

2、《人生不较劲》的笔记-第170页

读无用的书，做有梦的人

《人生不较劲》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu111.com