

## <<内在的从容>>

### 图书基本信息

书名：<<内在的从容>>

13位ISBN编号：9787543866638

10位ISBN编号：7543866633

出版时间：2010-10

出版时间：湖南人民出版社

作者：周国平

页数：327

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：<http://www.tushu007.com>

## <<内在的从容>>

### 前言

本书是我的第三本随感集，所收文字写于2001至2005年间。

前两本为《人与永恒》、《砚中的纸屑》，皆流传已久，最近又由出版社出了袖珍精装本。

这一本初版于2006年，当时的书名是《碎句与短章》，现在也要出袖珍精装本，有读者认为原书名与我的作品风格不吻合，建议更改，我觉得有理，欣然听从。

“内在的从容”是从本书内容中选取的一个词组，代表了我近些年特别愿意保持的一种状态，用做书名挺合适。

在今天的世界上，大家都很忙，我似乎也不例外。

但是，对于忙，我始终有一种警惕。

我确立了两个界限，第一要忙得愉快，只为自己真正喜欢的事忙；第二要忙得有分寸，做多么喜欢的事也不让自己忙昏了头。

其实，正是做自己喜欢的事，更应该从容，心灵是清明而活泼的，才会把事情做好，也才能享受做事的快乐。

比如读书和写作，我有许多大的计划，但我决不赶进度，读得慢、写得少又何妨，把这么好的乐事变成苦差才是最划不来的。

初版时全书分成两部分。

上编“碎句”，基本上是随感的原始素材，按主题加以分类编排。

下编“短章”汇集了一些短小的文章，大多是为一家报纸的副刊写的，实际上也是在随感素材的基础上加工而成。

现在虽然改了书名，但内容及布局未变，故仍保留“碎句”和“短章”为上下编的标题。

## <<内在的从容>>

### 内容概要

《内在的从容》这是作者的第三本随笔集。由上下两篇——碎句与短章构成，作者以优美的笔调，对人生、人性、婚姻、生活、文学、艺术等多个主题，做了深入的思考，并将毫不吝惜地将他的体悟呈现在读者面前，每个人只有为自己的心灵保留一个自由的空间，一种内在的从容和悠闲，才有可能真正获得精神上的快乐。

## <<内在的从容>>

### 作者简介

1947年生于上海，当代著名作家、学者。

主要作品：

纪实文学：《妞妞，一个父亲的札记》《岁月与性情——我的心灵自传》

散文集：《守望的距离》《各自的朝圣路》《安静》《善良丰富高贵》

随感集：《人与永恒》《风中的纸屑》《内在的从容》

学术著作：《尼采：在世纪的转折点上》，《尼采与形而上学》

博客地址：<http://blog.sina.com.cn/zhouguoping>

## &lt;&lt;内在的从容&gt;&gt;

## 书籍目录

序上编碎句人性人生做人处世独处与交往爱两性之间婚姻孩子和教育幸福与苦难创造精神生活信仰和道德哲学文化和学术文学和艺术写作读书世态人情个人态度思絮下编短章社会性的质量两种人性的单纯丰富的单纯敬畏自然城里的孩子没有童年与万物交谈海的真相人类生活的永恒核心感受生命的奇迹珍爱生命开展生命教育的迫切性生命是最基本的价值倾听生命自身的声音不失性命之情生命观与人生意义利己和同情灵与肉的奇妙结合情欲的卑贱和伟大性是自然界的一大神秘差异中倾注了上帝的灵感欣赏另一半最优秀的男女是雌雄同体的女性是永恒的象征爱造就丰富情爱价值的取舍婚姻中的利益考虑尼采的鞭子原罪的故事人生的坐标“定力”从何而来摆脱日常生活的情性保持内在的从容一天的难处一天担当神圣的休息日励什么样的志成功是优秀的副产品及早找到最适合自己的领域“三十而立”解生命质量的两个基本要素幸福和运气不满足的人比满足的猪幸福检验人的素质的一个尺度可持续的快乐钱和生活质量快乐与钱无关可怕的不是钱，是贪欲做钱的主人，不做钱的奴隶哲学家与钱财财富观的进步最高的物质幸福对自己的人生负责最根本的责任心拥有“自我”解读“性格就是命运”成为自己的朋友与自己谈话的能力认识你自己多听少说为自己写的日记心灵土壤永远不成熟的人灵魂之杯两种不同的梦卵石和顽石怀念和追求“上帝”的含义人生思考者的痛苦和快乐野蛮的做法教育的尺度不可误用光阴童年的价值向孩子学习教师是神圣的职业花开时节热闹的空虚媒体时代的悲哀媒体对于大众阅读的责任诚信与尊严不愿意纠缠“好人一生平安”“世纪末”没有感想我看改革二十年文化、商业与炒作我的守株待兔学而思，思而录灵感是思想者的贵宾内在的眼睛写作与市场因为它在那里对譬喻的理解力艺术的个性与人类性关于美的两个定义一个文学家眼中的哲学不同的哲学观对后现代的怀疑鸡年说鸡

## &lt;&lt;内在的从容&gt;&gt;

## 章节摘录

在任何情形下，都不存在万无一失的办法以确保一个婚姻绝对安全。

在一切办法中，捆绑肯定是最糟糕的一种，其结果只有两种可能：或者是成全了一个缺乏生机的平庸的婚姻，或者是一方或双方不甘平庸而使婚姻终于破裂。

相爱的人要亲密有间，即使结了婚，两个人之间仍应保持一个必要的距离。

所谓必要的距离是指，各人仍应是独立的个人，并把对方作为独立的个人予以尊重。

一个简单的道理是，两个人无论多么相爱，仍然是两个不同的个体，不可能变成同一个人。

另一个稍微复杂一点的道理是，即使可能，两个人变成一个人也是不可取的。

家庭生活本身具有一种把两个人捆绑在一起的自然趋势，因此，要保持必要的距离谈何容易。

我能够想出的对策是，套用政治学的术语，在家庭中也划分出一个双方一致同意的私域。

也就是说，在必须共同承担的家庭责任之外，各人都拥有一个属于自己的领域，在此领域中享有个人自由，彼此不予干涉。

这个私域的范围，不外乎两个方面，一是个人的精神生活，例如独处、写私人日记、发展个人爱好，

另一是个人的社会交往，例如交共同朋友圈子之外的朋友，包括交异性朋友。

当然，个人在私域中必须遵守一般规则，政治学的这个原理在这里也是适用的。

所以，诸如养小蜜、包二奶之类的自由是不能允许的，因为它们违背了婚姻的一般规则。

爱侣之间用什么方式来保持必要的距离，分寸如何掌握，是因人而异的，不存在一个普遍适用的方案。

我想强调的仅是，一定要有这个保持距离的觉悟。

从根本上说，这也就是互相尊重对方的独立人格的觉悟。

惟有亲密有间，家庭才能既成为一个亲密生活的共同体，又成为一个个性自由发展的场所。

我相信，这样的家庭是更加生机勃勃、更加令人心情舒畅的，因而在总体上也必然是更加稳固的。

太封闭和太开放都不利于婚姻的维护，要使婚姻长久，就应该在忠诚与自由、限制与开放之间寻找一种适当的关系。

难就难在把握好这个度，我相信它是因人而异的，不存在一个统一的尺寸。

总的原则是亲密而有距离，开放而有节制。

最好的状态是双方都以信任之心不限制对方的自由，同时又都以珍惜之心不滥用自己的自由。

归根结底，婚姻是两个自由个体之间的自愿联盟，惟有在自由的基础上才能达到高质量的稳定和有创造力的长久。

凡是身心健康的男女，我的意思是说，凡是不用一种不自然的观念来压抑自己的男女，在和异性接触时都会有一种和同性接触所没有的愉快感受，在和某些异性接触时这种感受还会比较强烈，成为特别的好感，这乃是一个基于性别生理差异的必然倾向，这个倾向不会因为一个人已经有了情人或结了婚而完全改变。

在一定的意义上可以说，专一的爱情是靠了克制人性的天然倾向才得以成全的。

不过，如果双方都珍惜现有的爱情，这种克制就会是自愿的，并不显得勉强。

也有一方没有克制住的情形，我的建议是，如果另一方对于彼此的爱情仍怀有基本的信心，就最好本着对人性的理解而予以原谅。

要知道，那种绝对符合定义的完美的爱情只存在于童话中，现实生活中的爱情不免有这样那样的遗憾，但这正是活生生的男人和女人之间的活生生的爱情。

当然，万事都有一个限度，如果越轨行为成为常规，再宽容的人也无法相信爱情的真实存在了，或者有理由怀疑这个风流成性的哥儿姐儿是否具备做伴侣的能力了。

我尝自问：大千世界，有许多可爱的女人，生活有无数种可能性，你坚守着与某一个女人组成的这个小小的家，究竟有什么理由？

我给自己一条条列举出来，觉得都不成其为充足理由。

我终于明白了：恋家不需要理由。

只要你在家里感到自由自在，没有压抑感和强迫感，摩擦和烦恼当然免不了，但都能够自然地化

## <<内在的从容>>

解，那么，这就证明你的生活状态是基本对头的，你是适合于过有家的生活的。夫妇之间，亲子之间，情太深了，怕的不是死，而是永不再聚的失散，以至于真希望有来世或者天国。

佛教说诸法因缘生，教导我们看破无常，不要执著。

可是，千世万世只能成就一次的佳缘，不管是遇合的，还是修来的，叫人怎么看得破。

## <<内在的从容>>

### 编辑推荐

《内在的从容(经典随感·珍藏版)》：即使是出自内，心需要的匆忙也并不可取。

在我看来，即使是出自内心需要的匆忙也并不可取。

无论你多么热爱自己的事业。

也无论你的事业是什么，你都应该为自己保留一个开阔的心灵空间。

一种内在的从容和悠闲。

今天人们都活得很匆忙，仿佛被什么东西驱赶着。

事实上，匆忙往往是出于逼迫。

如果说穷人和悲惨的人是受了贫穷和苦难的逼迫，那么，忙人则是受了名利和责任的逼迫。

名利也是一种贫穷，欲壑难填的痛苦同样具有匮乏的特征，而名利场上的角逐同样充满生存斗争武的焦虑。

所以，一个忙人很可能是一个心灵上的穷人和悲惨的人。



<<内在的从容>>

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:<http://www.tushu007.com>