

论人生幸福的实现

汪 慧

(上海旅游高等专科学校马克思主义教研部,上海 201418)

[摘 要]人生幸福是人民幸福在微观层面的生动体现,对其的自觉追求作为个体内在产生的一种具有驱动效应的自我力量,能够在健全个体人格、实现人生完满中促进人的良性发展。人们在物质需求已基本得到满足的条件下,却没有获得持久且富有深度的幸福体验,这就需要我们学习古人“立志”“修心”“力行”的幸福“法门”,在内在砥砺、外在探索中缓解现实生活与内心世界的冲突与对立。新时代下,追求人生幸福不再是束之高阁的人生理想,而是伴随“奋斗—幸福”的思想与行动逻辑,是人人可以为之效仿并终将可以实现的生活理想。

[关键词]人生幸福;人格;传统文化;奋斗

[作者简介]汪慧(1993—),女,江西景德镇人,上海旅游高等专科学校马克思主义教研部讲师,博士,研究方向:马克思主义理论、伦理学。

[DOI] <https://doi.org/10.62662/llyj0104013>

[本刊网址] www.oacj.net

[中图分类号] B82

[投稿邮箱] llyj2025@163.com

目前学界的研究大多集中在人民幸福的宏观层面,即站在国家层面探讨人民幸福实现的社会条件,缺乏对人民幸福微观层面,即对从个人角度出发探讨人生幸福实现的必要性与可行性的关注。幸福作为人对自足的终极价值的肯定,其实现有赖于主客观条件的双重满足,并最终归属于个体在自身追求中对幸福的感知与评价。“人民幸福”中国梦作为中国特色社会主义在新时代发出的幸福宣言,如何能够转化为每一个中国人民由衷认同、欣然接受并乐于践行的“人生幸福梦”,熔铸于社会成员具体的理想信念、价值取向与思想行为,是当下乃至今后较长一段时间值得高度关注的问题。本文试图在探讨追求人生幸福于人生的重大意义上,汲取中华优秀传统文化中的幸福“养分”,探索出新时代人人都可以为之效仿并终将实现的幸福之道,以期引起理论界和学术界对人民幸福问题在微观个体层面的应有重视。

一、追求幸福于人的重大意义

人除了具备“动物的机能”,更重要的是人作为有思想、意识、灵魂、精神的生命体,具有超越其生命本身自然属性进而追求精神富足、实现人生价值的独特品质,以使得人得以在超越物质层面实现人的自由全面发展。因此,人仅仅安于生理、享受需求的满足所带来的浅层感官层面的快乐是短暂的,是还未脱离动物领域的,我们要实现的幸福是在逐步走向自由自觉的生存状态中追问人生“价值”与“意义”,是更高层次、水平与意义上的幸福。对于饱含“生命意义”的幸福的追求作为一种无比强大

的内驱力,成为个体自发产生的一种具有驱动效应的自我力量,促进人的良性发展。

信仰作为人类对某种思想、宗教或是追求的信奉和敬仰,是人世界观、价值观的集中显现。恩格斯认为,“即使是最荒谬的迷信,其根基也是反映了人类本质的永恒本性,尽管反映得很不完备,有些歪曲”,但也映射了人对自己生存现状以及价值目标的观点与看法。真正的信仰作为对生命的终极关切,一旦树立,人的精神就有了“支撑”,行为就有了“方向”,正如习近平总书记在十九大报告中指出:“人民有信仰,国家有力量,民族有希望”。幸福作为人们倾其一生为之奋斗的理想目标,是对生命价值的满足与肯定,是人一生中最持久、最有力量的精神支柱,具有“至上性”的精神价值,而在这种恒久的价值追求中,对物质的满足后退至次要地位,成为辅之以必要的外部手段。真正的幸福作为一种不断涌动着的精神追求,虽不一定能够使每个人的一生方方面面都实现尽善尽美,但至少能够作为一种信仰,引领人们在更高境界、更高水平以及更高层次的幸福的追求中,塑造更高尚的人格,捕获更完满的人生。

一方面,追求幸福有利于健全个体人格。所谓人格,是指个体在对待自我、他人的关系中所表现出的一种较为稳定的心理特征,常通过人的性格、兴趣、情绪、价值观等方面反映出来。于广大劳动人民群众而言,对实现幸福的欲望有多强烈,其塑造人格的能力就会有多强大。当人们将对幸福的渴望熔铸于人生的至高信仰,便能使人们永葆热

情,全身心地投入生命活动当中,使人在为人生目的奋斗不渝的同时能够时刻关注、把握住人生的发展态势,以源自内心强大的“自制力”和丰沛的精神力量约束着自己的思想与行为,抵御、克服一切在实现幸福之路中的艰难困苦,直至将人引入真善美的人生境界。回顾历史,中国古代文王被拘遂作《周易》,孔子饱受困窘而著《春秋》,这些伟人无不是在逆境中以实现自我价值为崇高理想,纵然身心饱受挣扎,仍竭力汲取力量,留下千古传世之作,在砥砺、成就自我中感受最高层次的幸福所带来的巅峰体验。试想在革命战争年代,战士们虽食“红米饭”,饮“南瓜汤”,吃“苦野菜”,盖“干稻草”,但革命胜利与亲人团聚时的幸福画面,与他们心中的伟大“主义”早已融合为一种无比坚定的信仰,纵然食不果腹、风餐露宿,仍能够感觉到“餐餐味道香”“心里暖洋洋”。这种从内心、精神上生发出的幸福力量,是用任何“幸福公式”与“幸福哲理”也无法衡量与言喻的。正是源于对幸福的美好憧憬,人才能找到真正的心灵依托,从而将一切“负能量”转化为“正能量”,使其汇聚成人的力量之源。

另一方面,追求幸福有利于人生趋于完满。真正意义上的幸福作为一种对人现实生活的整体关照,是对人所处的一切矛盾冲突关系的消解从而达到的一种和谐、平衡状态。幸福作为一种恒久的人生追求,使人们在劳动中精神焕发、干劲十足,从而在科学有序的人生规划中孜孜以求并有所作为,而非浑浑噩噩终了一生。事实上,只有以人生的整体幸福为目标,才能积极主动地提升自我、联结他人、战胜困难,兼顾生活中的方方面面进而获得更完满的人生。而且,只有以实现人生幸福为目标,才能拥有更融洽的关系、更健康的身心、更全面的协调发展,使人生各方面趋于完满,获得涵盖更多方面、更多领域的人生幸福。因此,育人“成才”不如育人“幸福”,对幸福的追求过程本就是激发自我认知,促进自我完善、自我超越的过程,进而使人们在探寻更加美好的生活中拓宽人生的深度和广度。

人民的信仰托起民族的希望,实现中华民族的伟大复兴不仅要在经济发展方面有所超越,也更加依托于精神的崛起与文化的内曜。由于每个人自身认知水平不同,所处环境不同,要求每个人都树立多么伟大、崇高的人生信仰似乎在现实中也太不可能。但以追求幸福为目标却可以,因为幸福作为一种内在能量在外部世界的显化,它在根本上符合人性,满足人的整体需要,关乎到每一个人且足够贴近人民群众的现实生活,因而能够深入人心。新时代下,人民坚定信仰,就是要坚持以马克思主义为指导,坚定对美好生活向往的信心与决心,以追

求幸福为人生信仰,不断在现实生活中提升自己的“幸福意识”,充分调动人的自觉性与能动性,进而反作用于物质世界的生产与生活,使日益增长的“幸福需求”转化为巨大的“幸福能力”。可见,以人民幸福作为中国社会发展的终极目标,不仅是国家层面的号召与响应,在其个体意义上更关涉于每一个中国人民,关乎于每一个人如何实现自由与全面的发展。试想,当每个人都能自觉地以追求高水平、更高层次及更高境界的幸福为己任,为目标,便能完善人之道德、调动人之潜能、提升人之素质、丰沛人之精神,实现人之自由,而这也将是幸福带给人类莫大的财富!在此意义上,实现人生幸福将不仅仅再是关乎于每一个人生存与发展的价值问题,更将作为一种强大的“精神生产力”,在促进个体的普遍发展中推动社会的进步。

二、在内在砥砺、外在探索中成就人生幸福

人生幸福作为覆盖于人的整体生活的良好状态,意味着人的潜能得以充分地开发与运用,在生存、发展乃至享受需要方面得到更好的满足,进而实现人的自由全面的发展。然而,在任何社会条件下,即使在马克思预设的共产主义社会中,也只能是为实现人民幸福打造极具公平、正义、自由、和谐的“幸福时代”,并不能确保每个人都能在自我实现中充分地获得并感受幸福。因为“幸福”这一关涉个人生活目标、意义的价值追求,是对人自足的终极价值的肯定,最终还有赖于每个人在自身追求中对幸福的感知与评价。“人民幸福”中国梦作为中国特色社会主义在新时代发出的幸福宣言,如何能够转化为每一个中国人民由衷认同、欣然接受并乐于践行的“人生幸福梦”,熔铸于社会成员具体的理想信念、价值取向与思想行为,是当下乃至今后较长一段时间值得高度关注的问题。

今天,人们处在多元文化交织碰撞的时代前沿,面对着科技发达、知识爆炸、物欲横流、竞争残酷的现实社会,时常沉醉于“物质世界”的满足所带给人内心与精神上短暂的慰藉与快乐,却发现这种愉悦感并不能给人带来持久且富有深度的幸福体验,甚至愈来愈惶恐不安、患得患失,不禁对人生的变幻莫测与世事无常感到迷惘,对成功与幸福的渴望比以往更加强烈。足以见得,那些令人感到暂时得到满足的例如生产生活资料、社会关系与社会地位等外在幸福的获得只能算是个人幸福的必要条件,只有与积极良好的心理体验与精神状态构成的内在幸福相结合,才能在二者的共同作用下成为生成与感知幸福的充要条件。而精神自我作为内在幸福与外在幸福的交汇点,才是人生幸福的根本,一切外在幸福最终都要通过精神自我去追求、

实现并加以体验,进而转化为内在幸福。因此,“精神世界的觉醒与文化层面的涵养,是实现人的自由全面发展的核心环节,同时也是新时代美好生活的核心着眼点”。毫无疑问,在物质需求已得到基本满足的基础上,人民的精神感受、精神追求与精神享受就显得愈加重要。新时代下,立足于个体之维,实现“人民幸福”在个人层面的人生幸福,首要的便是缓解现代人的焦虑情绪、化解精神危机,以正确的价值引领丰富人的心灵世界,提升人的精神境界,塑造人的人格力量,以解决现实生活与内心世界的冲突与对立,获得包括丰裕物质享受与精神文化在内的整体的、全面的获得感与幸福感。

这就需要我们赓续千百年来经久不衰的中华优秀传统文化,以中国“文化”涵养中国人的精神世界,完善中国人的人格。近代以来,西学东渐,西方文化之开明与创新更新了国人观念、开拓了国人视野,但却很难从根本上彻彻底底地解决中国人安身立命的问题。习近平总书记强调:“中国人民的价值观和精神世界,是始终深深植根于中华优秀传统文化沃土之中的,同时又是随着历史和时代前进而不断与日俱新、与时俱进的。”新时代下,我们要坚持守正创新,坚持以马克思主义为指导,推动“传统文化”与“马克思主义”相互融通,共同作用于社会主义道德建设,实现“传统”与“现代”的衔接,助力个人人生幸福梦的实现。

(一)“立志”:坚定理想信念

幸福作为人的恒久的价值追求,有赖于每一个具体目标的实现。我们常听人言:“幸福在于追求”,这种过程幸福的确不失为幸福的一种享受,但大部分目标的实现才是实现人生幸福的必要条件。因此,中国古人常将“立志”作为迈向成功直至获得幸福人生的第一步。“志”在《说文解字》中释为“意”之义,即指一个人的心意所指,心之所往,通俗一点来讲,就是每个人的愿望、目标及理想。人的幸福的实现需要情感驱使与信念牵引,也只有发自人内心的愿望、目标与理想才能作为实现幸福的内在动力,因此,“立志”就是每个人终其一生为之奋斗的起点和支点,是其一切行为的内在约束,唯有“立志”之人,才能在实现幸福之路中怀揣梦想、坚定目标、永怀热忱、奋斗不渝,这是人生烛光长燃不息的不竭能量,赋予人无限力量。从人生意义上看,立志是涉及一个人“根”的问题,立志就是立天命、就是要立人的根。它作为主宰人心的精神支柱,使自身的一切思想与行为得到明觉。回顾历史,一些有识之士虽满怀志向却终未能施展抱负,但那些“无志之人”则更难走向成功。可见,“志向”作为开启人生的首要智慧,被儒家学说奉为核心与

灵魂之地位。

当人们树立远大志向,对理想的极大热忱便会激发人们的意志与斗志,使人们以乐观、豁达、勇敢与无畏的精神乘风破浪,穿过人生起起伏伏,达至人生巅峰,获得人生意义的满足,这种凌驾于物质欲望满足的精神境界,甚至超乎于生命。古往今来,无数鲜活的例子向我们证明了确立远大志向与收获人生幸福的紧密关系,他们以苦为乐,酣畅其中,深感幸福。马克思早在青年时期就将自己的人生志向记录于他的中学作文中,以感人肺腑之言阐发出他愿以实现“人类的幸福”与“自身的完美”为择业时的价值考量,为此,他倾其一生,始终坚守其人生志向,以为实现“大多数人的幸福”展开顽强斗争作为他一生的拼搏动力,故将“斗争”作为其对幸福的理解。少年时期的周恩来则以“为中华之崛起而读书”来树立自己的人生志向,为此他博览群书,积极投身于革命事业,将实现自己人生价值与幸福的美好期许深深地熔铸于“中华之崛起”的伟大事业之中。足见得,远大志向作为人类精神世界的磅礴力量,是鼓励与指引人们在改造客观世界的同时,成就自身的前提条件,是人的生命之光。

(二)修心:提升人生境界

中国古代圣人在论及有关“人”的问题时,大多都研于心,而不是求于外。人不能止步于财富、名利等外在幸福的满足,沦为物质利益的奴仆,还要注重内在探索,在人生境界上要有所提升与超越,这也是历来先哲们苦心孤诣希望人们秉承的观点。而在物欲沉沦的大千世界面前,人的内心总容易漂泊不定,无处安放,一时间人生方向陷入迷途,这时,就需要我们冶炼我们的内心,在“心”上下功夫,以追求更高的人生境界,完善精神自我,塑造个体人格,实现人生幸福。中国传统文化本就是一门关于“成人”的学问,当然,囿于中国古代知识水平有限,其具有浓厚的道德理想主义色彩,但最终指向是极为明确的,旨在“以心欲性”,发挥“心”即精神的能动作用,教化人们在追求、满足欲望的同时,节制自身,将欲望引向更高的水平与层次,从而在提升人生境界中填补精神世界的荒芜,“学以至圣入之道”来安顿好中国人的“心”,形成勇敢、正直、积极、豁达的个人品质,做到宠辱不惊,得失畅然,穷通皆乐,悠然自得。古代智者留给我们的这一传世财富,对于帮助当代人安渡精神与心理危机具有极为重要的借鉴意义。

(三)力行:贵在竭力而行

不驰于空想、不骛于虚声。人生的意义在于用实际行动赋予它意义,幸福作为人们的永恒追求,不停留于过去也不憧憬于未来,而在于安住当下,

在于每个人凭借其坚毅的人格力量和人生智慧为实现自己的人生志向竭力而行,纵然道路荆棘密布,也能够激情绽放,创造价值与幸福。与马克思一样,中国古人也将幸福的实现看作是人在实践中的积极有为的过程,即朝着理想信念矢志不渝、竭力而行的奋斗历程。中国古人十分看重“力行”,也就是实践的作用,正所谓“非知之艰,行之惟艰”(《尚书·说命中》),意指要真正做到知悉、了解事物的本质与道理其实并不是一件难事,而在实际生活中如何去做、去行动才是尤其艰难的事情。王阳明更是在纠正以往知行分离的基础上,提出“知行合一”以“致良知”的创新论断,认为练就生命实践的功夫不亚于单纯的认知活动,完善了道德自觉与道德实践的关系问题,将“知”与“行”看作是浑然天成的一体。可见,实践作为创造幸福的源泉,是无法逾越的必经之路,它需要人们冶炼出自强不息、艰苦奋斗的精神品格并借助于处世安身的人生智慧来面对前进道路中的困难险阻、穷途末路。

“天行健,君子以自强不息”(《周易·乾卦·象传》)是中国古人在纵观天象、体察万物之时,对浩瀚宇宙与自然界之间万事万物生生不息、变化不止的运动规律的发现与感慨,以劝诫世人应当效仿“天道”之强劲刚健,在对外部世界与主观世界进行改造的过程中自立自强、奋发进取、永不言败、拼搏向上。孟子云:“故天将降大任于是人也,必先苦其心志、劳其筋骨、饿其体肤、空乏其身,行拂乱其所为。”(《孟子·告子下》)警醒世人当面对重大使命与任务之时,要有磨练心志、增强才干的勇气与毅力,以顽强的意志力战胜挫折,成就自我。告诫人们在历经磨难之时,要以乐观豁达、积极向上的人生态度过每一段坎坷之路。这句大气蓬勃、气势恢宏的勉励之言鼓舞了一代又一代的中华儿女,使他们在追逐人生梦想、实现人生抱负的道路中,坚定意志、充盈精神、强健体魄,为成就一番事业砥砺前行、一往无前。正所谓“艰难困苦,玉汝于成”,不畏艰险、艰苦奋斗作为支撑中华文明几千年的意志品格,牢牢地撑起了中国人的脊梁。正是这种精神支撑了红军度过两万五千里长征。可以说,这种几千年来形成的坚毅品格是牢牢刻在中国人的“骨头”里的。

同时,在“力行”过程中,还要善用处世智慧,化解一切矛盾冲突,使幸福之路变得平坦、宽广。所谓智慧,就是人们为实现“好生活”而用以指导生存与生活的正确的观念、意识与品格。它有赖于知识的累积与文化水平的提升,但又不能简单等同于知识、文化,还须伴有德性的完善与优良品质的生成。智慧的人,往往具有极强的认知、辨别与选择能力,

能当机立断地对当前及未来发生或将要发生的事情作出评估与预判。同时,要求人们恪守中庸之道,遵循适度原则,在为人处世中做到恰到好处,合情妥当,避免走向极端。智慧作为调控人身心的综合机制,能够帮助人们协调好各方面的关系,并在众多人生问题上找到重要问题的核心,把握住最关键的部分。

三、“奋斗幸福”——新时代人人可以为之效仿的幸福之道

中国特色社会主义进入新时代,习近平总书记指出,新时代是属于奋斗者的时代,“幸福都是奋斗出来的”且“奋斗本身就是一种幸福”。每个人都是新时代的见证者、开创者与建设者,没有任何艰难险阻能够阻挡中国人民迈向美好幸福生活的脚步。如古语讲:“永言配命、自求多福”(《诗经·大雅》),幸福这一每个人终其一生的奋斗目标是自己谋求的结果,绝不能仅仅依靠“他求”来实现,任何外在的力量只能是作为辅之以幸福实现的外部手段。幸福这条长满荆棘却又吐露芬芳的美好之路,只能由自己来走,只有凭借自己的双手创造出来的幸福才最“甘甜”。

就个人而言,幸福首先是一种认知,而后才是一种欲求的行为,幸福的主体是人,人的思想观念、价值选择、自身素质与人格品质都是追求幸福的前提条件。新时代人民幸福的中国梦归根结底是属于人民群众的,是每个人都可以凭借自身努力实现的个人幸福梦。以往的哲学家们总是单一强调超然于现实社会的“普世价值”,而新时代下,我们所讲的是一种对广大人民群众具有普适性的幸福之道。人生幸福的实现,既有赖于外部世界创造的社会条件,也依托于优良德性与人格完善的主观条件,是功利幸福与德性幸福的和谐统一。

首先,幸福不是一纸空文,虚幻缥缈,它需要立志有为、坚定信仰、奉献他人。这要求我们必须率先立下人生之“志”,尤其要“立鸿鹄志,做奋斗者”,在远大的理想抱负和坚定的人生信念中,增强奋斗的主体意识与内生动力。从哲学上来讲,自为性是人的根本规定性,是实现幸福的基础,然而人的自为又必须在社会中进行,因而也就具备了自为的社会性,即是说每个人都要在社会中通过奉献他人来实现自为、实现自我。因此,我们要以立志做“圣人”的崇高品格,引导自身认知水平与实践能力的提升,以无所畏惧的献身精神全身心地为他人、社会、国家乃至人类贡献出自己应有的力量,从而在超乎于常人、君子的圣洁生活中感受到超凡脱俗的幸福体验。

其次,当一个人内在具备了完善的人格,同

时也享有实现幸福的外部条件时,还并不能获得幸福。因为幸福最终是建立并归属于每个人内心的感受与评价,是对人自足的终极价值的肯定,因此,还需要他具备幸福的意识,即具有对幸福的感知能力,而这也正是古语讲“身在福中不知福”的重要原因。虽然人对满足“需要”的激情是促使人在劳动中实现自身价值,获得幸福体验的动力和源泉,但超越理性限度下过度、泛滥的“欲望”也势必会使人陷入无止境的贪婪的“漩涡”,终生甘为欲望的奴仆,与“不幸”相伴。尽管人类对于物质文明与精神文明的追求永无止境,但唯有“满足感”是可感知的,正是“满足”对抗了人类欲望的无限性,从而使可以被“欲”所绕,却终不为“欲”所奴。这就需要我们效仿中国古人“冶炼心灵”的本领,在外在探索的同时注重内在修为,在对人生的伦理反思中,审慎思考生活的意义与价值,注重精神领域的发展,节制欲望并将欲望的层次与境界提升至更高水平,增强感受幸福的能力,以积极、平和、豁达的人生态度和高尚、通达的人生境界,做一个懂得幸福、知足常乐之人,在“厚德载物”中使幸福的层次更高、格调更美。

最后,无论是优良德性的培养、健全人格的完善还是美好生活的创造,都需要在奋斗实践中得来,唯有奋斗才能在外在世界的显化中,为幸福的生成储蓄能量,才能使外在幸福与内在幸福实现真正的联结,且奋斗本身的过程也是人生幸福的应有

之义。实现幸福不能一蹴而就,需要历经自强不息、砥砺前行,克服艰难困苦的奋斗历程。只有立下坚定志向,锐意进取,不畏艰险的人才能在荆棘丛生的奋斗之路中,做到脚踏实地、身体力行,以坚毅人格和人生智慧帮助个体度过艰难险阻,开拓进取直至走向成功。也就是说,要在创造劳动成果的同时,以自身素质的提升、品质的完善,德性的提升与自我的实现达到有机统一。唯有奋斗不息、拼搏实干,才能使自己摆脱平庸,进而在酣畅人生“价值”与“意义”的过程中获得更高境界的人生幸福。

参考文献:

- [1]马克思恩格斯全集(第1卷)[M].北京:人民出版社,1956:651.
- [2]王婷,练庆伟.论幸福与信仰[J].世界哲学,2018(6):118-123.
- [3]江畅.人民幸福与中国社会发展[J].当代中国价值研究,2017,2(4):24-37.
- [4]项久雨.论美好生活的马克思主义逻辑[J].马克思主义研究,2020(7):5-14,159.
- [5]习近平.在纪念孔子诞辰2565周年国际学术研讨会暨国际儒学联合会第五届会员大会开幕会上的讲话[M].北京:人民出版社,2014:13.
- [6]瓦·奇金.马克思的自白[M].北京:中央编译出版社,2011:184.
- [7]习近平.在北京大学师生座谈会上的讲话[M].北京:人民出版社,2018:12.

On the Realization of Happiness in Life

WANG Hui

(Department of Marxism Teaching and Research, Shanghai Institute of Tourism, Shanghai 201418, China)

Abstract: Happiness in life is a vivid manifestation of people's happiness at the micro level. The pursuit of happiness in life, as a self-driven force generated internally by individuals, can promote the healthy development of people by perfecting their personality and achieving a fulfilling life. Despite the basic satisfaction of material needs, people have not obtained a lasting and profound sense of happiness. Therefore, it is necessary for us to learn the ancient "methods" of happiness such as "setting aspirations", "cultivating the mind", and "taking action", and alleviate the conflicts and oppositions between real life and the inner world through internal self-improvement and external exploration. In the new era, the pursuit of a happy life is no longer an ideal that is placed on a shelf, but rather a life ideal that everyone can follow and eventually achieve, accompanied by the thought and action logic of "striving for happiness".

Key words: happiness in life; personality; success; traditional culture; striving