

# 《一个无神论者的静修》

## 图书基本信息

书名：《一个无神论者的静修》

13位ISBN编号：9787569901894

出版时间：2015-5

作者：李银河

页数：262

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.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《一个无神论者的静修》

## 内容概要

这是一本真诚感人、质朴无华的心灵悟语、散文随笔集，作者退休后离开繁体喧嚣的北京城，隐居乡下或海滨时，每日独对日月星辰、海浪潮涌、四季轮转，写下这些文字。作者自言，“我是个冥顽不灵的无神论者，难道我就不可以有精神生活？我准备在此记录我的静修心得，因此将此书定名为《一个无神论者的静修》。其中所有文字只是直抒胸臆而已，并无探索哲学、启迪大众之意。这本书是我与自己内心的对话，是我内心矛盾、挣扎的记录。我想，正因为这一点，或许能够引起他人的共鸣。

”这些心灵悟语，从无神论信仰入笔，既写了静修生活和心得，并对存在、自由、激情、爱情、快乐、生死等反复思考，充分体现一位大学者的内心细腻情怀和理性哲思。这部作品，风格清新、大气从容，不仅有梭罗的超然、罗素的自由、海子的自然，还有叔本华的虚空和福柯的激情。当然，她的文字最少不了的是灵魂深处对王小波的思念，和自己当前生活的知足感恩。

# 《一个无神论者的静修》

## 作者简介

李银河，当代中国最具影响力知识分子、著名社会学家，“先锋女权主义代表”，自由主义代表学者。美国匹兹堡大学社会学博士。中国第一个文科博士后，1999年被《亚洲周刊》评为中国50位最具影响的人物之一。2008年被评为“改革开放30年影响中国30人”（与邓小平等一起入选）。2012年从中国社科院退休后，隐居乡间、海滨，她的名字和她的立场，仍然频繁成为舆论的焦点和媒体的热门。代表作《性社会学》《性的问题》《酷儿理论》《爱你就像爱生命》《李银河：我的生命哲学》等。

## 《一个无神论者的静修》

### 精彩短评

- 1、感觉李银河应该和星云大师去东方大讲台开个鸡汤专题。出书立传的人应该对书这个东西有点敬畏心吧，拿周记出书就有点不够意思了，文章翻来覆去就那两句话，都是一张纸完结，还一定要搞个硬壳子和彩色目录，应该改名叫《中考作文路路通》。
- 2、花了很长的时间，一口气看完，散文随笔，很多语句是重复的，尤其是到后半部分。每篇的篇幅很短，所以关键的东西没有展开说，有些漂浮的感觉。很多“道理”浅显易懂，甚至是无什么新鲜事儿可言。但也许是阅历递增，越简单的道理开始越来越笃定的去写去重复着。始终强调的关键词也始终那么几点，如果撇开李银河这位作者，我觉得有很大的鸡汤成分，甚至是不想看。觉得她的思想、深度，不应只单单止于此。
- 3、李银河版心灵鸡汤，讨论人生的意义，从人类整体上来说，无意义；从个体的几十年来说，有意义。
- 4、很难得在读书的时候会读到感同身受的语句，看到一个个跳跃在纸上的思想，就觉得自己真的是在和作者对话，我很享受这样的阅读，就像遇到了故人，我们一起喝了一杯下午茶，没有太多的评论，我们只是聊了会天。
- 5、喝了一大碗鸡汤，总的来说价值观是和自己普遍相似的，但是文字通俗内容有些反复。心情烦躁之时，用来对自己的价值观温故知新还是很有用的，但是通篇读来营养不浓。
- 6、看完了感觉吃饭都可以不用放盐了。颇有坐天观井的意味。地下的人抬头看，云里雾里看个姿态；上面的人低头看，不过笑笑。
- 7、难道不少看法引起共鸣，至少我不是孤独的~
- 8、对宇宙没有影响。但是可以影响身边的人。哲学与社会学，而不必皈依什么宗教
- 9、高考满分作文选粹。
- 10、李银河老师的自言自语，不能完全认同，但是有些观点真心觉得赞，吸引我想要看更多她的著作与研究。时间好大，开卷有益。
- 11、大体道理都很好，只是有些絮叨，大概是上了年纪的缘故，值得学习的是作者的某种生活方式，全书比较易读，没有太深刻哲理的思考。
- 12、适合飞机上或者高铁上的读物 部分观点略微偏激 倒也是挺不错的观点 挺喜欢的一本书
- 13、提出一个问题比解决一个问题更有价值。
- 14、同意里面的大部分说法 尤其是关于虚无主义和微观下人生的意义
- 15、浪费钱
- 16、碎碎念
- 17、如果我有信心做我自己真正想做的事，我就会不顾一切，彻底地自说自话。——蒙田
- 18、读此书感触颇深，对宇宙、对人生、对自己今后的生活，目标与定位，想明白了一些问题。读罢此书，对人生认识更透彻、清晰。有一种不过如此的感觉。让自己拥有更多的淡定与从容。
- 19、同是修心人，有很多共鸣，也有几篇写的比较出彩。想哪写哪写哪是哪的文风说实话有点太随意了，更像是给自己看的日记随笔，不太适合集结出书，诸多内容重复。李银河是五零后人，本期待她年岁更长经历更多，可能有些更深入的体悟，但说实话有点失望。作为修心入门读物可以。相较之下更推荐《当下的力量》。
- 20、“你所有的，就是你想要的”
- 21、前边还有点意思，后面越来越无聊，呓语一般反复，有些观点还是略狭隘，其实这样细想挺难过的，是自己走太快么，无法看见前方的路？
- 22、断断续续看完了
- 23、挺好
- 24、屎全是屎
- 25、重复、累赘，真的是凝练不足
- 26、一个相信爱情的人，一定不是无神论者。
- 27、读李银河《一个无神论者的静修》。人在欲望未满足时陷在痛苦的一端，因此要清心寡欲，这是李银河静修的重要内容。在欲望全都满足之后又会摆到无聊的一端。为了避免无聊，唯一出路是去过一种审美的生活。心情平静无比，优雅无比，每日审美。如果有可能，去创造一些美出来，这是人生

## 《一个无神论者的静修》

修练的最高境界。

28、冯唐冯唐冯唐

29、方所排队签售版，字里行间洋溢着灵魂深处对小波的思念。三星半。

30、李银河的书，读第一本尚觉惊艳，到第二本时只觉大同小异

31、作为无神论者固然没有什么不好，但所追求的依然与宗教所定的内容相差无多，那能不能跳出这个圈子，活的洒脱、任性，结果是不可能的.....

32、10月第6本，2016年第53本。

33、道理我都懂 可是做不到 甚至看不下去 我这个年龄段的阴郁无法理解看透一切后的从容 这是没有意义的 正如作者经历过起伏后无法理解得抑郁症或是终日惶恐的人 这也是没有意义的。

34、无神论者 存在主义者。为一个毫无意义的偶然生命赋予个人意义。最让人诟病的就是 作为一个无神论者 全片充斥造物主、上帝这样的词藻 此书也没有涉及到哲学的探讨 更关乎自身的修行。习俗成为限制人的自由的专横力量，人就会感到不自由。

35、李银河老师的鸡汤美学

36、能催眠的一定是好书

37、确实是一个老太太反复的絮叨，但仍不失为一个可爱的老太太可爱的絮叨。

38、第一次看的时候喜欢得不行，现在每天晚上翻一点都觉得是在浪费时间了，不再喜欢听道理和被教How了。不过住在海边的生活还是好。

39、人畜无害的心灵鸡汤

40、心灵老鸡汤

41、科科 果真只有7.1分。全书的主题思想和我的世界观还是一致的，只是李老师的诉说方式真的是像一个老妈子每天清晨在你耳边叨叨快起床了一样烦人...

42、我大概能摸索到她想推崇的东西，但是这姐的论证总有一种【因为我没吃饭所以我怀孕了】的偏颇。

43、更多的是在写自己的内心，像是一种自我剖析，营养还是有的。

44、抱着对信仰的疑惑读的这本书，希望能从中得到一些解答。结果倒好，一波未平又引一波，对信仰的疑惑仍在，对虚无和意义又多了困惑。

李银河讲宇宙，讲生命，讲欲望，可能是我的个人选择，看到最多的，是从时间上一切终将从无到有再到无，空间上从零到接近无穷再到无。

45、读不下去，感觉作者就是为了让读者觉得她自己很厉害生活得很棒而写的这本书。说是写静修但满页都是ego。

46、能感受到李银河女士性格的可爱与坦率，不过题目不太合适，应该叫“我的人生感悟与思考”。书中内容不免重复与矛盾，且作者的文字功底相对局限，大部分文章可以凑成一篇文章说清。除了前半部分有些“修”的内容在，书中其他内容更像是生活随笔拼凑而成。

47、银河尚在，小波断流。李银河老师之特立独行超越时代。“我们每个人都像茫茫大海中突然闪现的幽灵岛，存在一段时间之后，就消失隐没，或者全无踪影。没有目的，纯属偶然，这就是人生或生命的残酷真相。”

48、今天收到书以后，大致读了一下，跳过了爱情那个章节。关于人活着的意义的思考其实挺有共鸣的，那种自说自话的风格也很像平时自己写在日记里的文字。没有细看，但也感受到了一个普通人对生活的思考其实也是充满矛盾的。静修生活和使自己感到充分的愉悦在她的讲述下似乎是相悖的。

49、知道别人是怎么看世界的，就知道自己多渺小。

50、到处喝鸡汤的日子里，喝到了这碗，算是够了。

# 《一个无神论者的静修》

## 精彩书评

1、《一个无神论者的静修》在扎扎实实做学问的学者里，李银河教授是最有名气的一个。记得当年读王小波杂文的时候，李银河还是他笔下的李博士，不想今已步入老年，而王小波也已逝去快二十年了。因与王小波的夫妻关系，我后来买了一批李博士的社会学方面的书，她的行笔言简意赅，以举例为主，列数据为理，用了大量科学性的事实论据来客观地说明现象，她是中国第一批研究同性恋问题的，至此引起了社会的压力，她推崇福柯，喜欢尼采，叔本华，罗素等一批哲学家，在文章中有大量他们的引句。社会学方面的书，她的书是最朗朗上口，条理清晰，以事实为依据，很快就抓住重点，让读者很容易读懂。多年以后，李银河也退休了，通过博客，她的消息延绵不绝，文章也是笔耕不断，说出了不少讨论性的话题。而本书则是步入老年后的静修，返朴归真，阐述了最简单的人生信条，过了知天命的年纪，大胆地说出了无神论，讲述了生命的意义，如何让人心灵安静，如何保持激情与平静的矛盾观，如何看待短促的人生之旅，如何更好的权衡欲望与心灵，她安然道来，几乎不带情感，行笔之处，点到为止，三言两语，简洁明白，道出了她的整个平静的人生态度，有时太过平缓理智，有时冷静得几乎参透生命，这就是她所概括的活到如此的感悟，她的静修，她热爱的存在哲学，与急剧发展的中国社会保持了距离，也许心灵的圣洁和平理的宽容世界观，才是一个人获取幸福最直观的觉悟。作为男性读者，我读了此书，总有种心灵鸡汤的腻歪感，总觉得少了大火炒菜，浓烟四起，香味扑鼻的快感，面对她的涓涓细流，波澜不惊的笔触，总认为少一点火候。

2、先说说我的心得。帝制，中国多数潜规则都可以用帝制来理解，作者反复用帝制这个词，刺激了我的思维。幻觉，宗教、爱情或者其他白日梦是大多数人获得幸福的最便捷途径。下面是书评无神就是无来生，无目的。人除了解决生存问题，就剩下克服无聊。生存好像是大多数人需要解决的问题，在这个阶段是不用面对无聊这个问题的，信仰对大多数人来说是带来希望和减轻痛苦的。而对于已经解决了生存问题的人来说，比如旧时贵族，现在的富人和退休族，无聊这个问题就成了最大的人生问题。信仰在解决无聊的问题上，作者的认识是引导人进入幻觉模式，找到幸福。作者认为无神论者最佳的解决无聊的模式是艺术和爱，她没有说清，我理解她的意思就是用这个通道来进入幻觉。作者的表达带着一些读书人的优越感，好像只有能读懂经典听懂古典的人，才能拥有最高级的享受，我想是她需要这种幻觉带来的优越感吧。那么，优越感是她通往幸福的守关怪兽吧，我的守关怪兽是什么呢？再说说不好重复，车轱辘话，感觉像听老太太聊天。不围绕主题，就是想到哪说到哪。天啊，我的毕业论文也被老师这个评价。除了第一章的前几篇比较好，后面的需要跳着看，要不然会中途放弃的。

3、书名触动了我的心弦，对呀，一个无神论者也可以静修啊。她认可佛教对世界的认识，缘起性空，但是作为一个无神论者，她并不相信有来世，也不赞成后者的应对方式。大部分宗教都叫我们控制欲望，为了来世积功德，奉献于世界。李银河认为欲望也要控制，但可以引导到对爱和美的追求上去，这是一个无神论知识分子的哲学，有几分古代隐者的风范。作者对爱情的讴歌很可喜，老一辈人如此讴歌爱情，年轻人也羡慕。就是一条思路，重复的内容多了点，如果再薄些，可能更凝练。

4、这是我读的第一本李银河的书。27号在方所将它带回后，昨天忍不住将它读完了。读完后对李银河的想法有了些改变。（一）关于其中“无神论”和“人的存在及意义”的部分，推荐史铁生《病隙碎笔》及杨绛《走到人生边上》。在初了解李银河的性观念时，我觉得她很锐气。可是这本书读下来，我觉得她很柔软。她既仍存有含苞少女的羞怯、爱意，又流露出一种母性气质；她既能被一切激发出狂热沸腾痴迷，又能在受挫后回归沉静与平和。在此书中，我瞧不出一丝“先锋之姿”，只觉得她可以包容一切，感知万物之灵，并由此能对周遭世界付出爱。比起她“随缘”的静修（欲望的平息、生命力的渐弱），我更和她一样，渴望心中波动的爱意。此吾之所往矣。（二）可能是短小随笔集成的缘故，篇与篇的联系粘连，时而跳跃，时而重复。有几篇表达的意思相近，初读惊喜，数读则乏味而灵性渐失。

# 《一个无神论者的静修》

## 章节试读

### 1、《一个无神论者的静修》的笔记-第73页

“我们对于去参与某些事件和采取行动的要求越小，我们静观和聆听大自然的生命和人类生命的能力就变得越强，我们对它们不加指责，并总是怀着对它们的多姿多态的新奇之感任其在我们身旁掠过，有时是同情的、不动声色的怜悯，有时是带着笑声带着欢悦带着幽默。”

——德国小说家 黑塞

以享受的心情接受年轻、年老和死亡。

### 2、《一个无神论者的静修》的笔记-第63页

无论是物质生活，精神生活，情感生活，我只要那一点点精华，最美丽的，最舒适的，最失意的，最适合我的。活着，就享受所有这些感觉；死去，就告别所有这些感觉。这就是我的生活的全部意义。&lt;原文开始&gt;&lt;/原文结束&gt;

# 《一个无神论者的静修》

## 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.tushu000.com](http://www.tushu000.com)