

自由的心-----幸福之路

王培富 著

2020-06-28

扉页

一个自由的心

一个自由的灵魂

一个美好的灵魂

一个高贵的灵魂

一个高雅的灵魂

一个优雅的灵魂

一个现代中国人

一个现代思想

一个现代精神

最初的现代中国人

第一代

现代中国人

2020-06-25

自由的心---幸福之路

- 第 1 章 不受干扰
- 第 2 章 自信
- 第 3 章 美好的心灵
- 第 4 章 精神独立
- 第 5 章 心静如水
- 第 6 章 做好自己
- 第 7 章 冷静
- 第 8 章 化解消极情绪
- 第 9 章 化解痛苦
- 第 10 章 面对自己
- 第 11 章 静思
- 第 12 章 直视心灵
- 第 13 章 不畏人言
- 第 14 章 内心的清明
- 第 15 章 痛苦了思索
- 第 16 章 心灵的解放
- 第 17 章 认识自己
- 第 18 章 不要纠缠
- 第 19 章 心灵的自由
- 第 20 章 不要伤害
- 第 21 章 平和
- 第 22 章 智性

第 23 章	生活的磨砺
第 24 章	从容
第 25 章	不要急躁
第 26 章	控制负面情绪
第 27 章	改善弱点
第 28 章	追求完美
第 29 章	完全的理性
第 30 章	做一个文明的人
第 31 章	心灵修养是做好自己
第 32 章	知行合一的君子
第 33 章	约束自己
第 34 章	超越生命的本能
第 35 章	消解消极情绪
第 36 章	完全的理性意义
第 37 章	心智健全
第 38 章	完善自己
第 39 章	心灵的光明
第 40 章	美好的情感
第 41 章	理性的人
第 42 章	心灵自由的人
第 43 章	诗性的心
第 44 章	修养心灵
第 45 章	好人的心灵境界
第 46 章	向神性的迈进

-
- | | |
|--------|---------|
| 第 47 章 | 圣者的心灵境界 |
| 第 48 章 | 超越物质生活 |
| 第 49 章 | 超越肉体 |
| 第 50 章 | 超越死亡 |
| 第 51 章 | 心灵的快乐 |
| 第 52 章 | 纯粹的心灵意义 |
| 第 53 章 | 超越社会 |
| 第 54 章 | 控制消极情绪 |
| 第 55 章 | 控制自己 |
| 第 56 章 | 自由的心 |
| 第 57 章 | 超越痛苦 |
| 第 58 章 | 美好的心 |
| 第 59 章 | 太阳的心 |
| 第 60 章 | 永远的微笑 |
| 第 61 章 | 不予纠缠 |
| 第 62 章 | 平和的心 |
| 第 63 章 | 积极的思维 |
| 第 64 章 | 追求美好的意义 |
| 第 65 章 | 寻求生活的意义 |
| 第 66 章 | 心灵修养的两极 |
| 第 67 章 | 消除灰色的 |
| 第 68 章 | 激活美好的心 |
| 第 69 章 | 跳动的心 |
| 第 70 章 | 活跃的心 |

第 71 章 青春的心

第 72 章 童心

第 73 章 理想的追求

第 74 章 美好的向往

第 75 章 美好的追求

第 76 章 正面思维

第 77 章 积极的心

第 78 章 自由的心

第 79 章 生活的磨砺

第 80 章 优雅

第 81 章 微笑

第 82 章 快乐的心

第 83 章 幸福的心

第 84 章 纯净的心

第 85 章 诗美的心

第 86 章 美的心

第 87 章 从容

第 88 章 春天的心

第 89 章 自律

第 90 章 理想的迈进

第 91 章 心灵的境界

第 92 章 生活的境界

第 93 章 认知

第 94 章 心灵修养

第 95 章 思想境界

第 96 章 心灵境界

第 97 章 信仰意义

第 98 章 智慧意义

第 99 章 人生的境界

第 100 章 幸福的心

第 101 章 喜悦的心

一个人是有情绪的，从心理学角度，人的情绪是正常的，是没有对错的，也是没有好坏的，尽管如此，但是从人的心灵意义，情绪是有积极的情绪与消极的情绪之分，如此，一个人是要控制一个人的情绪，“不为物喜，不为己悲”，是一个平和的心境意义，这也是说，尽管一个人是受到不良的刺激，是有一个消极情绪，但是一个人是可以控制的，是可以消除消极情绪的。

这一点是重要的，可以说，一个人只是一个积极意义的情绪，是不会有有一个消极情绪，这是一个非常高的心灵境界，这是一个圣者的心灵境界，只有一个人是有高的思想境界与精神境界，一个人是可以达到这样的平静的心灵境界，这也是说，即使一个人是受到不良的刺激，一个人也是平和的面对，一个人是温和的，一个人是一个平静的心灵意义，一个人是没有任何一个消极情绪的。

对于一个好人，对于一个贤者，一个人是受到不良的刺激，一个人是有一个消极情绪，但是一个人是可以控制自己，一个人是不会有消极情绪化的言行，这也是一个心灵的境界，这也是说，一个人是不会伤害他人的。

对于一般的人，是受到不良的刺激，一个人是有一个消极情绪，而且一个人是不能控制消极情绪，因此一个人会有消极情绪化的言行，这也是一个人会伤害他人的。

这里有一个问题，对于一个人，是有一个善的意义，一个人是不会伤害他人的，但是一个人是受到他的伤害，这是对于一个人的不良的刺激，那么一个人如果只是一味的善的意义，有时会是助长他人的恶，因此必要时，一个人是可以反击的，但是一个人的反击，一般而言是一个善的意义，有时会是有一个恶的，如恶的言行，这时也是一个善的恶，因为一个人会是一个善的意义，恶也是对于一个恶的反击，对于一个恶人的反击，可以说，反击是必要第，也是正当的。

尤其是对于一个恶的社会，是存在多的恶，是存在多的恶人，一个人在社会之中，是会面对恶的刺激，因此一个人是面对一个善恶的选择，有时一个人会是滑向一个恶的边缘，这个恶

的边缘，就是一个善的恶的意义，是一个善的人是面对一个恶人的一个反击意义。

可以说，反击是必要的，这也是维护一个人的尊严意义。

对于这一点，佛教的思想意义是一味的善的意义，一个人受到他的恶的刺激，一个人是沉默，一个人是不予理睬，是不予计较的。

对于这个意义，一个人一次是可以做的到，但是如果一个人是一次又一次的受到他的伤害，那么一个人会是愤怒的，一个人会是咆哮的，而且一个人是受到他的欺辱，一个人是有怨恨的，因此一个人也会是在忍无可忍之时，一个人会是爆发出来，可以说，一个人会是报复的，一个人会是反击的，因此这这也是一个正当的，但是这也是有一个度的问题，一个人是以制服恶为止，而不是一个恶的言行的。

可以说，对于一个人，最高的一个境界，一个人是不受他的干扰，即使一个人是有一个消极情绪，一个人也是可以消除，一个人是一个积极的意义，是一个正面的意义，这是最为重要的，这也是一个个人主义的思想意义，一个人是做好一个人的自己的。

2020-06-15

第2章 自信

一个人的自信是源于一个人的道德意义，一个人是有一个善的意义，是一个道德意义，一个人是一个文明意义，一个人是会一个文明意义自我教育，因此一个人是立足一个文明的立场，这时，一个人是需要一个自信的意义。

对于一个流氓社会，存在的是流氓文化，因此文明意义是受到践踏，道德意义是受到压制，这时，对于一个善的意义，是在一个边缘，是一个稀有的，而且对于流氓文化，是一个反文明的丑恶嘴脸，是一个欺凌善的丑恶嘴脸，因此这是对于善的压制，是对于善的践踏。因此处于善的意义，的确是需要一个自信意义。

可以说，对于一个文明社会，对于一个善的国度，一个人是面对善的意义的选择，一个人是在善的意义在选择，一个人是如何行善的。

但是对于一个流氓社会，对于一个邪恶社会，一个人面对的是一个善恶的选择，一个人是处处是受到恶的刺激，一个人会是有一个恶的喷发，这是一个人的正常的反应，因此一个人是面对善恶的选择，一个人会是在善恶之间在选择。

尽管是这样，但是对于一个人，一个人依然是一个道德意义，是一个文明意义，是坚守一个人的意义，尽管是一个边缘，但是这是一个社会的希望，可以说，一个社会的拯救，一个社会的希望，是善的人可以做的到的。

因为流氓只会是败坏社会，是一个社会的败类，是一个社会的渣滓，一个社会的希望不可能指望流氓是可以做到的。

一个社会的希望是来自一个道德意义的力量，这也是一个文明意义，如此，一个人是可以自信，可以说，一个人受到流氓社会的压迫，一个人会是挣扎的，一个人是可以坚守善的意义，但是一个人是可以征服流氓时，一个人会是可以自信。

这也是说，一个人是有一个文明的力量，是有一个善的力量，是可以征服流氓，是可以征服流氓社会的。

而且这也是一个社会的希望，一个社会是依靠善的道德力量，是依靠文明的思想力量，因此对于一个善的人，是要有一个社会意义的寻求意义，是从一个社会的角度思考，这样一个人的视野是开阔的，因此一个人会是有一个自信的。

可以说，一个人是走过泥泞的磨砺之路，一个人的心智会是健全的，一个人的思想会是成熟的，那么一个人就是可以拯救一个社会，是可以实现一个社会的文明意义，是可以实现一个社会的善的意义。

一个人的自信，一个人的力量，是来自一个人的思想的力量，是来自一个人的文明的力量，而且邪不压正的，只要一个人是不信邪，一个人是可以坚信真理的意义，一个人会是自信的。

可以说，对于一个流氓是一个空心，只是一个恶的，对于一个善的人，是可以依据文明的力量是可以制服恶的，是可以征服流氓的。

因为一个流氓什么是没有的，没有思想，没有精神，只是一个人性的恶的，是不足挂齿的。

2020-06-15

第3章

美好的心灵

一个人是修养心灵，是会有一个心灵意义的生活意义，一个人是可以提升一个人的心灵境界，一个人是可以达到一个美好的心灵境界，这个美好的心灵意义也是一个诗性的心灵意义。

如果一个人是可以达到一个美好的心灵境界，那么一个人是有一个良好的心境意义，这是一个人的心灵意义的一个根基，一个人是有一个美好意义的心灵的基础，是有一个美好意义的心灵根基，这样，即使一个人有时是有一个负面的情绪，是要有一个消极的感受，但是一个人是可以消除消极情绪，一个人是可以回归一个美好的心境，而且一个人是可以感受美好的意义，对于世界的美好的一面，对于人的美好的一面，一个人是可以感受的。

可以说，人之初是一个美好的心灵意义，一个人是可以有纯真的心灵意义，因此一个人是可以回归一个美好的心灵意义。

为什么在一个恶的社会，人是坏的，这主要是一个人是没有一个心灵意义，也是失去纯真的心灵意义，而且一个人会是一个人性的恶的一面，如此，一个人会是坏的，这样一个人是没有一个心灵意义。

可以说，对于一个文明社会，文明意义是一个美好意义的，文明教化可以使一个人是有一个美好的心灵意义，是可以使一个人是可以保持一个人的纯真的心灵意义，一个人的天生的纯真意义是不会失去的，而且一个人的文明教化是有一个广阔的心灵意义，这如是宝石一样的的。

从一个积极意义，一个人的美好的心灵意义，一个人的心灵意义会是一个健全的意义，会是一个完善的意义，这是一个人成为人的一个最基本的心灵意义，这也是说，人是什么，人是有一个心灵意义，只有人是有一个心灵意义，一个人才是一个人的意义，如果一个人是没有一个心灵意义，一个人是没有人的最基本的资格的，一个人不是一个人的意义，而是一个动物意义，甚至是一个邪恶的丑恶的存在，对于一个极权主义社会的人，有的人就是这样的。

可以说，尽管一个人是有一个美好的心灵意义，但是如果一个人是处于一个邪恶的社会，

一个人是会受到恶的刺激，一个人感受的是社会的负面，这正是一个人的美好心灵的一个意义，可以说，正由于一个人是有一个美好的心灵意义，因此一个人不仅是感受美好的意义，同时也是可以感受社会的消极存在。

如果一个人是有一个心灵意义，一个人是麻木的，一个人是迟钝的，既不能感受美好的一面，也是不能感受丑恶的一面，一个人是一个空心的，这如动物一样的，因此一个人也是愚蠢的，是愚钝的。

尽管美好的心灵意义，会对于世界的敏感的感受，有时一个人会是忧伤的，会是愤怒的，但是一个人依然是有一个平和的意义，是有一个温和的意义，一个人的心灵意义的主导意义是一个美好意义，因此一个人是可以美好意义的生活意义。

可以说，一个人是可以美好意义的生活，也是一个人的幸福意义的生活意义。

2020-06-15

第4章 精神独立

一个人是有一个心灵意义，一个人是修养心灵的，因此一个人是可以有一个思想意义，是有一个精神意义，这时，一个人是一个独立意义的，可以说，只有一个人是有一个精神意义，是有一个思想意义，是有一个心灵意义，一个人也是有一个信仰意义，如此，一个人是依据一个人的心灵意义的生活意义，因此一个人是会有一个独立意义。

这一个独立意义，是一个思想的独立意义，是一个精神的独立意义，是一个心灵的独立意义，一个人是有最基本的价值判断，是有一个最基本的善恶判断，如此，一个人的言行是不会受到他的干扰的，一个人是有一个独立意义的心灵意义，一个人的所作所为，是一个人的心灵意义的独立意义。

这也是一个自由人的最基本的心灵意义，可以说，为什么有的人会是没有主见，是有没有思想，是没有精神，因为一个人是一个空心的，一个人是不会判断善恶的，是不会判断是非的，因此他人是做了，一个人会是做的，不论这个做是对的，还是错的，一个人是有一个独立意

义。

可以说，对于一个自由人，是一个独立意义，什么是一个独立意义，是一个人的精神的独立意义，是一个人的心灵的独立意义，如李白一样的自由精神，这是一个独立意义，可以说，只有一个自由人是可以做到一个独立意义，是有一个精神独立，是有一个思想独立，是有一个心灵的独立意义。

对于这一点，在一个自由社会，一个人是可以做的到的，但是在一个极权主义的社会，对于一个自由人，是可以做到精神独立，就是一个稀有的，是一个珍贵的。

不论如何，对于一个人，一个人要生活的幸福意义，一个人要生活的美好意义，是一个人的心灵意义的追求意义，这也是说，一个人是依据一个人的心愿是可以生活的，这就是一个心灵的独立意义，一个人是有一个最基本的善恶判断，一个人是有一个最基本的是非判断，如此，一个人是明白什么是对的，是正确的，什么是错的，是谬论的，因此一个人会是一个善的意义，会是一个美好的意义，会是一个文明的意义，如此，一个人是可以有一个心灵的独立意义，一个人是可以按照一个人的心愿是能够自由的生活。

可以说，一个人是听从一个人的心灵的声音，一个人的心灵意义是一个最基本的判断意义，这是精神独立的意义，这是心灵独立的意义。

一个人是做到这一点，那么一个人会是一个可以独立的人，也是一个自由的人。

只要一个人是有一个心灵意义，而且一个人的心灵是一个强大，那么一个人是有一个强大的生活意义，是可以挺立的，是可以勇敢的，是不会畏惧的，是不会软弱的。

2020-06-15

第5章

心静如水

一个人是修养心灵，一个人会是可以提升一个人的心灵境界，心静如水是一个宁静的心灵境界，也是一个高的心灵境界。

但是这也是一个人的心灵境界的最基本的一个意义，一个人是可以完全的达到一个心静如

水的心灵境界，的确是很难的，但是作为一个理想意义，一个人是可以追求的，是可以接近这个理想意义。

因为人会有情绪的，人是对于世界的感受，是会有不同的情绪，除非一个人是完全的超越情绪意义，是一个纯美的心灵意义。

可以说，只有一个圣者是可以达到这个心灵境界。

对于一般的人，会有消极情绪的，即使一个人是有一个美好的心灵意义，那么面对一个丑恶的，一个人会有消极意义的心灵感受，有时忧伤，有时愤怒的，有时悲叹的，这就是心灵意义的感受意义。

既然如此，一个人要做的，是直面一个人的情绪，对于一个人的心灵意义是有一个主导意义，这个主导意义就是一个美好意义。

可以说，这里有一个中庸的意义，一个人只要不是一个极端，不是一个激化的，是一个中庸的意义，一个人会是一个心静如水的。

可以说，一个人的心灵越是博大，一个人的心灵越是强大，那么一般而言，即使一个人是受到不良的刺激，一个人也是可以平和的，是可以平静的。

不论如何，一个人是要有一个美好意义的心境意义，而且一个人的心灵是要强大，尤其是一个人是处于一个坏的社会，更是需要一个人是有强大的免疫力，一个人的心灵是可以征服一切丑恶的，是不会受到恶的伤害的。

人的心灵意义也是一个复杂的，而且一个人也是可以直面一个人的心灵，一个人是可以直面一个人的弱点，是修养一个人的心灵，是提升一个人的心灵的免疫力，这样一个人不会为小事是会动怒，是不会为流言蜚语是伤神的，一个人是超越的，一个人是升华的，这需要一个人的思想意义，也是需要一个人的强大的超越能力。

一个人只有是超越，只有是升华意义，一个人才是可以超越平庸，一个人的心灵会是博大的，会是伟大的，这样，一个人不仅是一个美好的心灵意义，而且一个人是有一个美好的心境的。

如此，一个人也是心静如水的，一个人是可以做伟大的事，一个人是可以有一个美好意义的生活意义。

非常人必有非常之处的，对于一个人，只有是超越，可以是心灵意义的强大，是可以心灵的伟大，那么一个人也是可以完成伟大的理想意义，一个人是可以超越平庸，一个人会是创造伟大的功绩。

心灵意义的一个超越，也是对于人性的丑恶的超越，一个人的心灵意义会是有一个美好的意义，也是一个伟大的意义，如此，一个人会是可以超越凡夫俗子的，是有一个神性的精神意义，是有一个圣者的精神意义。

2020-06-15

第 6 章 做好自己

对于一个自由人，是一个个人主义的思想意义，因此一个人是面对自己，这样不论外界是什么，一个人是自己的面对，一个人是寻求个人意义的，如此，一个人是不会怨天尤人的，因此一个人也是不会指向他人的，可以说，对于他人是没有任何的欲求的，这也是一个人独立意义的个人意义。

既然如此，那么一个人只是做好自己，是寻求个人的强大，是做好自己的事，因为这是一个人的本分，是一个人需要做的，而不是他人做的，这这就是一个界限，这一点同中国人的人性存在是不一样的。

对于中国人的人性是有劣根性的，一个人不是做好自己的事，一个人不是寻求一个人的生活意义，而是指望他人是可以为一个人是做什么，是依赖于他人的，而且如果他人是不做了，一个人会是怨恨他人。

可以说，他人为一个人是做什么，这是他人的自由与权利，他人为一个人是可以做什么，也是可以不做什么，一个人是没有权利要求他人是为一个人是可以做什么的，这样，如果他人为一个人是做了什么，一个人会是感谢的，但是如果他人是不为一个人是做什么，一个人也不

会是怨恨他人的，是不会责怪他人，因为这是他人的权利。

这是一个自由人的基本意义，什么是一个自由人，这如一只鸟，是一只鸟的自由飞翔，一只鸟是自己的觅食，一只鸟是自己的飞翔，这就是一个人是做好自己的事。

这也是说，一个人的生活意义是一个人的开辟，一个人是寻求一个人的生活价值，一个人的幸福意义是一个人的自己的寻求，而不是他人的给予。

可以分析，思想意义是一个高的意义，是一个具有思想力量的文明意义，是一个高尚的思想意义，这一点同人性的劣根性是冲突的，只有一个人是有一个思想意义，一个人的心灵意义是在一个高尚的意义，如此，一个人的生活意义是在一个高尚的意义。

一个人是抱怨他人，不如是一个人是做好自己，一个人的生活价值是掌握在一个人的手中，一个人的幸福意义是一个人的寻求意义，这如是吃饭，一个人是吃什么，是一个人的自己的吃，而不是他人的给予。

而且对于一个自由人，是一个独立意义，因此一个人是做好自己的，这个自己，是一个人的人生价值，是一个人的生活意义，而且也是一个人的心灵意义。

一个人即使是努力，由于人性的弱点，有时一个人也是不能是尽善尽美，也是有错误，也是有失误，因此一个人只有是不断的进步意义，是可以做到一个尽善尽美的意义。

可以说，一个人是可以做到无怨无悔，一个人是尽到一个人的最大努力，这时，依然是存在缺憾的，一个人依然是不能尽善尽美的，可以说，一个人是做到一个心安，的确是不易的，但是只要一个人是努力了，那么这样的缺憾会是一个最小的。

2020-06-16

第7章 冷静

一般情况，一个人是可以理性的，是可以冷静的，但是有时一个人会是激动，会是一个激越的，如生气，因此一个人会是冲动，这时，一个人完全是处于一个消极情绪之中，有时一个人是不能控制自己，是一个消极情绪的冲动的，是会有过激的言行，对于这一点，是一个需要避

免的。

但是有时一个人是处于一个消极情绪，一个人是可以控制自己的，一个人是可以控制消极情绪，尽管一个人会是激越的，但是一个人是可以冷静，什么是冷静，就是一个人是可以控制自己，是不能任消极情绪的冲动，这一点基本是好的。

可以说，一个人是不会有消极情绪，是一个平和意义，这是一个最高意义的心灵意义，因此一个人会是理性，会是冷静，是不会受到消极情绪的伤害，一个人是可以达到这样的一个人心灵境界，的确是不易的。

有时一个人会是可以做到，但是有时一个人是不能做到的，可以说，一个人修养心灵，一个人是需要磨砺心智，这个磨砺就是生活中的磨砺，是一个人的经验意义的生活磨砺，如此，一个人是会尽可能是平静的心灵意义，是一个理性意义，是一个冷静的，如果一个人完全是这样的心灵境界，这是一个圣者的心灵境界。

但是对于一般的人，有时就不能是冷静的，有时一个人会是一个消极情绪，会是激越的，这时，如果一个人是可以控制消极情绪，是没有过激的言行，也是可以的，可以说，如果一个人是出现消极情绪，一个人是需要控制自己，是不能有消极情绪的过激言行，这是一个退而求次的。

最坏的就是一个人是不能控制消极情绪，是完全为消极情绪是控制，一个人是一个情绪化的存在，这是一个动物存在，一般的说，一个人是需要避免这样的情况，因为这是具有破坏性的，是坏的情况。

因此，一个人是一个理性意义，一个人是一个冷静意义，的确是需要一个人的生活的磨砺，这是需要一个人的心灵的磨砺。

心灵的磨砺就是一个人是可以提升一个人的心灵境界，是可以提升一个人的思想境界，是提升一个人的精神境界，只有是这样，一个人才会是处于一个美好意义的心灵意义，如此，一个人是可以做到一个理性意义，也是不易出现消极情绪的，这是一个上上的存在意义，的确这是一个理想意义，是一个难以企及的心灵意义，但是一个人是可以尽最大的努力是可以做到

这一点。

尽管是这样，但是难免有时一个人会是有消极情绪的，那么这时一个人是需要冷静，是需要控制消极情绪的，是不能为消极情绪是控制。

可以说，冷静就是在这样的特殊情况的一个意义，因为在一个人的平和时，一个人会是冷静，但是一个人在受到不良的刺激，一个人会是有消极情绪的，这时一个人是需要冷静的，是需要理性的，是需要控制自己的消极情绪，这就是一个人的意义，是一个心智健全的人的存在意义，不然一个人是一个动物存在。

2020-06-16

第8章 化解消极情绪

人是有不同的情绪的，尽管从心理学的角度，情绪是无所谓好坏的，是一个正常的，但是从生活意义，从心灵意义，有的情绪是一个消极意义，是消极情绪，对一个人的生活意义是有伤害的，对于一个人的心灵意义是有危害的。

既然如此，那么一个人是要化解消极情绪，有的消极情绪是需要控制的，在控制之后，是可以化解，如一个人有时会是生气，这时是一个激越的，是一个冲动的，因此一个人是要控制消极情绪，是不能有过激的言行的，而后是消除消极情绪，一个人是恢复一个平静的正常的心灵意义。

但是有的消极情绪是平缓的，如忧伤，如悲伤，这时一个人是要化解的，是要一点一点的消除消极情绪，可以说，一个人是要走出消极情绪，不要为消极情绪是控制的，因为这样对于一个人的生活意义是有害的。

而且有时消极情绪，会是有消极的思想意义，一个人的心灵会是受到遮蔽的，这如一个太阳是受到乌云的遮蔽，因此一个人是处于一个消极的思想之中，这一点是有危害的，因此一个人是要化解消极情绪。

如何是可以化解一个人的消极情绪，只有一个人是思想意义的一个化解，这也是说，一个

人的心灵是没有困惑的，但是要解除心灵的困惑，一个人只有从思想意义是入手，一个人是有一个通达的思想意义，是可以洞明世事，如此，一个人是可以消除思想的困惑，这样消极情绪也是可以化解的。

可以说，化解消极情绪是有很多的方式，有时即使不能是化解，是不能消除，那么也是可以有一个积极的意义，这也是化解消极意义是一个积极意义，这是一个转化的心灵能力，一个人是可以把消极情绪是可以转化为积极的动力，这也是说，一个人是做积极的事，是可以看书，是可以画画，是可以写诗，是可以交流，是可以运动，是可以通过不同的积极意义是走出消极意义。

这也是一个暂时的缓解的意义，但是从根本意义是要消除消极情绪，只有一个人是可以提升一个人的心灵境界。

如一个人受到他的攻击，一个人会是气愤，会是伤心的，但是一个人是可以认清人性的劣根性，是可以认清一个人的丑恶嘴脸，一个人也是不会计较的，因为这就是社会，这就是现实，这就是人性，尤其是在一个流氓社会，可以说，处处是受到不良的刺激，因此一个人只有是有一个强大的免疫力，是不要理会的。

归根结底，一个人只有是学习，是读书，这样一个人是可以吸取思想的力量，因此一个人是可以有智慧意义，是有思想意义，因此一个人会是不会有消极情绪的，一个人是平和的，是冷静的，是理性的，即使是有消极情绪，一个人也是可以化解的。

一般而言，一个人是有消极情绪，一个人会是可以及时恢复正常的心灵意义，但是有时消极情绪会是持续的，这时是处于消极情绪的控制之中，因此一个人是需要走出阴影，是要恢复一个积极意义，是要有一个太阳的心灵意义。

2020-06-16

第9章 化解痛苦

有时人会是有一个痛苦的心灵感受，这是一个美好的心灵的正常意义，正因为一个人的心

灵是一个美好意义，因此一个人不仅是感受世界的美好的一面，同时也是感受世界的丑恶的一面，因此痛苦的心灵感受是会存在的。

但是一个人是痛苦时，一个人也是伴随有消极情绪，因此对于生活意义是有危害的，而且对于一个人的心灵是有伤害的，既然如此，因此一个人是需要化解痛苦，是要走出痛苦。

可以说，对于一个人，对于一个心灵，一个人是需要一个美好的生活意义，一个人是需要一个美好的心灵意义，这是一个最基本的意义，如此，一个人是可以幸福意义的生活，也是可以美好意义的生活，因为这是人类生活的美好意义，是人类生活的理想意义，也是人类生活的主导意义。

既然如此，因此对于一个人，对于一个心灵，是需要有一个美好意义的心灵意义，如此，一个人就需要是化解痛苦。

从一个根本意义，一个人是需要化解痛苦的，这是解决心灵痛苦的根本一点，要做到这一点，一个人只有是提升一个人的思想境界，是提升一个人的心灵境界，这样，一个人是会有一个美好的心灵意义，这样即使是心灵的痛苦，一个人依然是有一个美好的心灵意义的支撑，一个人的美好的心灵意义会是驱逐心灵的痛苦，这样一个人会是走出痛苦的。

另一点，是缓解心灵的痛苦，这就是一个人的积极意义，是一个心灵的转化意义，是可以把痛苦是转化为一个积极意义，是可以做积极的事。

不论如何，一个人有时会是痛苦，而且有时痛苦会是持续的，但是痛苦的心灵感受，会是伤害一个人的心灵的，有时也是有消极的思想，因此人的心灵是一个复杂的，是有不同的心灵感受的，这也是一个正常的意义，但是从人的生活意义，一个人是需要生活的美好意义，因此是需要化解痛苦的。

这样说，痛苦是不可怕的，关键是一个人是征服痛苦，是可以化解痛苦，是可以消除痛苦，要做到这一点，是需要一个人的强大的心灵意义。

一个人是要有一个强大的心灵意义，只有一个人是修养心灵，是可以提升一个人的思想境界，而且一个人是需要生活的磨砺，是在生活中是磨砺心灵，这是两个意义，也是一个互动的

良性的意义。

可以说，一个人是有一个伟大的心灵意义，是有一个博大的心灵意义，一个人是不怕苦难的，一个人是不怕痛苦，而且一个人会是可以征服苦难，是可以化解痛苦。

如果一个人的心灵是弱小的，那么一点痛苦，一个人会是受不了的，因此是不能承受痛苦的。

归根结底，一个人只有是读书，只有是修养心灵，只有是美好意义的生活，只要一个人是有一个美好的心灵，那么一切的苦难，也是可以征服的，而且一个人会是寻求生活的美好意义。

2020-06-16

第 10 章 面对自己

一个人是一个自由人，一个人是面对自己的，是寻求一个人的生活意义，而且一个人的生活意义是一个独一无二的，是可以完全的属于一个人的，对于这一点，也是一个个人主义的思想意义。

对于这一点，是同中国的传统文化是不一样的，可以说，中国的传统文化中是没有一个个人主义的思想意义，因此对于一个人也是缺失一个人的最基本的生活价值，而且中国人是混迹于人际关系之中，但是中国人由于是缺失一个思想的支持，因此人际关系也是缺失一个思想意义，如爱的意义，如宽容的意义，是没有一个现代思想的思想意义，因此同人的交往也是一个虚伪的，可以说，中国的传统文化的人际关系是走向一个腐朽的虚伪的境地。

但是对于一个自由人，是一个独立意义，这也是一个现代意义的思想意义，因此一个人是面对自己的，而不是面对他人的，可以说，一个人是直面自己，是直面现实，是指向一个人的自己，而不是指向他人的。

而且由于一个人是可以直面自己，因此一个人不仅是解决一个人的生活意义，而且一个人是有一个心灵意义的生活意义，一个人是有良好的人文素养，那么对于他的关系，一个人也是有一个思想支持，一个人是有一个爱的思想意义，是有一个宽容的思想意义，因此一个人

也是会有一个良好的人的关系。

一个人的问题只有是一个人的自己的解决，是不能依靠他人的，因此一个人是要直面自己，是要直面一个人的生活意义，只有这样，一个人才会是可以寻求一个人的生活价值，是可以有一个人的独立的生活意义，这也是一个人的独一无二的，一个人是有一个人的独立的一个天地，这是个人主义的思想意义。

可以说，一个人要直面自己，也是直面一个人的心灵意义，也是直面一个人的人性意义，也是直面一个人的生活意义，而且归根结底是直面一个人的心灵意义，因为一个人的生活意义是一个人的心灵意义，是一个人按照一个人的心愿的生活，一个人的心愿是什么，是一个人的心灵意义，因此一个人只有是解决了一个人的心灵问题，一个人才会是有一个人的独立意义的生活价值。

一个人是不同另一个人，一个人是一个独一无二的人，一个人是有一个独立的心灵意义，可以说，一个人是直面自己，就是一个人是认识自己，一个人只有是认知自己，一个人才会是可以把握自己的，一个人知道一个人是需要什么，一个人是知道一个人的弱点，因此一个人会是明确一个人的生活意义，一个人也是可以避免弱点，也是可以激发一个人的美好的一面，而且是可以修养心灵，是可以控制一个人的消极意义，如此，一个人才会是可以做一个最好的自己，如此，一个人才会是有一个人意义的美好生活。

2020-06-16

第 11 章

静思

一个人是需要一个理性意义，是需要面对自己，这样也是需要一个人是可以静思，一个人是要善于思考，而且是一个人的安静的思考，而且最主要是一个人要思考自己，是要反省自己的。

可以说，只有一个人的自我反省，一个人是可以认知一个人，是可以认知一个人需要做什么，是可以认知一个人的弱点，因此一个人会是明确一个人是如何的前行，而且一个人会是提升一个人的心灵意义，是可以克服一个人的弱点。

一个人是需要有一个静思的空间，当一个人是可以安静时，一个人是可以静静的思考，如此，一个人会是超越平庸，是可以走向一个高级意义。

如果一个人是不能思考，如果一个人是人云亦云，一个人也是没有一个独立意义，是没有独立的思想意义，是没有一个独立的精神意义。

一个人是有一个头脑，一个人是有一个心灵意义，一个人就会是善于思考的，一个人要寻求生活的价值，一个人要实现人生的意义，一个人是需要面对自己，因此也是需要一个人的独立意义的思考意义，可以说，一个人是走自己的路，那么一个人要走出自己的路，就需要一个人的独立思考，是有一个独立思考的能力，是有一个独立思考的习惯，如此，一个人会是一个独立意义，一个人是不会迷失自己的。

这一点，对于中国人的确是一个欠缺的，中国人是混迹于人群之中，是人云亦云，是缺失一个独立意义，这一点，不仅同极权主义的奴役有关，也是同中国的传统文化有关，由于是缺失一个自由意义，因此是缺失一个独立意义。

自由的思想意义不是中国传统文化的主流意义，对于这一点，只有是竹林七贤是有一个独立意义的自由精神。

一个人是要有一个人文修养，但是一个人是要有一个独立意义，是需要一个人的独立意义的思考意义，这个独立意义，是一个人的独立意义的判断意义，这是一个是非判断，也是一个善恶判断，也是一个价值判断。

对于一个自由社会，对于一个文明社会，一个人的判断会是受到社会的认同的，因为一个社会是一个文明意义，是有一个最基本的价值判断，是有一个最基本的是非判断。

但是处于一个邪恶的社会，由于是奴性文化，由于是是非颠倒，由于是善恶颠倒，那么一个人的独立的判断意义，的确是很难的，而且对于一个人也是不能确立一个最基本的价值立场，因此是不能有价值判断。

如有的人是以丑为美，是以恶为正当，这就是缺失一个最基本的价值立场的。

如此，面对一个邪恶的社会，对于一个人是有一个最基本的价值立场，的确是需要的，也

是最基本的，这也是需要一个人的独立的意义，只有一个人是一个独立意义，一个人才会是可
以独立的思考，是可以独立的价值判断。

2020-06-16

第 12 章 直视心灵

一个人是有一个心灵意义，一个人是需要一个心灵的修养意义，那么一个人是需要直视一个
人的心灵，是要面对一个人的心灵意义，可以说，一个人最根本的存在意义是一个心灵意义，
一个人是有什么样的心灵意义，一个人就是什么样的生活意义，一个人是有一个心灵意义，
一个人就没有一个生活意义。

如此，一个人只有是直视一个人的心灵意义，从一个低级意义，也是一个人的心理意义，
但是从一个高级意义，是一个人的心灵意义，可以说，一个人是有一个心灵修养，一个人就有
了一个心灵意义，如果一个人是有一个心灵修养，一个人就没有一个心灵意义。

如果一个人是有一个心灵意义，一个人只是一个空心人，是一个病人，是精神的残缺，
是思想的苍白，是心灵的荒芜，那么一个人既没有思想，也没有精神，是有一个心灵意义，
如此，一个人的心灵是残缺的，是一个病人，一个人是有一个健全的心灵，是有一个完善
的心灵。

可以分析，极权主义社会的反文明是造成人的心灵意义的残缺。

但是对于一个文明社会，人是一个文明教化，人是有一个人文修养的意义，如此，这是一
个心灵意义，这样一个人是有一个心灵意义的绿地，一个人是有一个心灵意义，而且一个人会
是提升一个人的心灵境界。

这样，一个人是有一个心灵意义的生活意义，因此一个人是有一个思想意义，是有一个精
神意义，是有一个道德意义，如此，一个人是有一个心灵意义的生活价值，有了这个心灵意义，
一个人就有了心灵意义的生活意义，这样一个人的存在意义是在一个高级意义，也是在一个人的
意义。

如爱的意义，是一个思想意义，是一个人的人文素养，一个人是没有爱的思想意义，一个人就没有一个爱的心灵意义，因此也是没有一个爱的生活意义，因此一个人是不会爱的，也是不会被爱的。

道理就是这样的简单。

可以说，人是什么，人是一个心灵意义，有了心灵意义，一个人才是一个人的意义，没有一个心灵意义，一个人只是一个动物。

而且对于一个人是要直视一个人的心灵，一个人接纳的文明思想是不同的，一个人的思想境界是不同的，一个人的精神意义也是不同的，一般而言，文明思想是有一个最基本的思想意义，如现代思想的思想意义，这是一个最基本的思想意义，如自由意义，如独立意义。

如一个人是接纳自由的意义，一个人会是寻求一个自由的生活意义，如此，一个人是追求自由的，即使一个人是处于极权主义社会，一个人依然是寻求自由意义，而且一个人是寻求一个社会的自由意义的实现意义。

为什么是追求自由，因为一个人是有一个自由思想，对于这一点，是极权主义社会下的自由人的最基本的一个意义。

2020-06-16

第 13 章 不畏人言

一个人要走自己的路，是需要做到是不畏人言的，由于人性的弱点，由于人性的丑陋，即使一个人是做的正确，有的人也是说三道四的，是会指手画脚的，而且有的人是会恶意的伤害他人。

尤其是一个邪恶的社会，由于是缺失一个文明意义，由于是极权主义的奴化，而且极权主义的驯化，人会是恶的，是丑陋的，因此一个社会是一个文明的荒芜，是一个盐碱地，是一个垃圾堆，存在多的丑恶嘴脸，那么一个流氓，是有一个文明意义的，只是一个丑恶嘴脸，因此是恶言恶语，是中伤，是诽谤，是造谣，是攻击，是一个无耻的丑恶嘴脸，的确是令人厌恶

的。

这也是一个极权主义社会的恶劣的生存环境，一个人是善的意义，一个人是一个正直的意义，要在这样的恶劣的环境是要生活，一个人是需要一个强大的心灵，一点就是可以不畏人言。

可以说，任它流氓嘴脸的丑恶，一个人是不理不睬的，而且必要时，一个人是可以反击，是可以征服流氓的。

可以说，面对丑恶嘴脸的恶言恶语，不同的人是有不同的方式，佛教思想是不理不睬的，是犯不着是较劲的，但是这只会使丑恶的人是肆意妄为，是在纵容丑恶的人，因此从一个现实意义，一个人是需要一个必要的反击，是要征服流氓的。

可以说，处于一个极权主义社会，由于人文生态的恶劣，对于善良的人，生活意义是要艰难的，在社会生活中，感受的是多的痛苦。

但是一个人在生活的磨砺中，一个人会是强大一个人的心灵，而且一个人是修养心灵，一个人会是有一个思想意义，是一个精神意义，因此对于丑恶嘴脸，也是有一个正义意义的思想意义的反击，一个人是不会受到丑恶嘴脸的伤害。

即使一个人是受到丑恶的伤害，一个人是可以维护一个人的尊严意义，但是有时也是需要不理不睬的，因为同一个垃圾人是较劲，的确是不值的，而且有时对于一个流氓，会是有极端主义的言行，因此有时会是伤害一个人。

因此制服流氓，是主要的，如果一个人是做不到这一点，一个人是可以不理不睬的，是可以超脱的。

对于一个文明社会，是有一个文明意义，是有一个道德意义，因此一个社会是有一个文明的人文生态，因此一般的人会是从善的，而且对于丑恶的人是不敢放肆，是会收敛的，是不敢为非作歹的，因此一个人也是可以反击丑恶嘴脸的，因为一个人会是受到社会的支持。

但是一个流氓社会就不同的，一个正直的人，一个自由的人，其实是同极权主义的流氓社会是对立的，是一个异类，是一个另类，因此一个人是面对一个邪恶的流氓社会，一个人要生活，一个人只有是强大一个人的心灵，是有一个思想意义，是可以征服流氓的。

2020-06-16

第 14 章

内心的清明

一个人是有一个心灵意义，一个人是可以修养心灵，一个人是可以接纳人文思想，一个人是可以接纳人文精神，如此，一个人是一个文明意义，这是最基本的一点，如此，一个人是有了一个心灵意义，这样如太阳一样，一个人的心灵是一个光明的，是一个正义的，是一个善的，是一个美好的，如此，一个人的心灵是一个清明的。

什么是心灵意义的清明，就是如一个青天白日一样的，是如一个晴朗的蓝天一样，这也是说，一个人是有一个最基本的价值立场，这个价值立场就是一个文明立场，是一个文明意义，进一步分析，一个人是会有一个最基本的善恶判断，会有一个最基本的是非判断，这是有一个最基本的价值判断。

这也是说，一个人的判断意义不是一个我的立场，而是一个客观意义的文明立场，判断一个人是一个好人或是坏人，是看一个人的言行的善恶，这个善恶的判断是一个客观意义的文明意义。

但是如果一个人是有一个心灵意义，是有一个客观意义的文明立场，那么一个人对于善恶的判断会是偏差的，如自我主义，一个人对于我是好了，那么一个人是一个好人，即使一个人是一个坏人，一个人对于我是不好了，那么一个人就是一个坏人，即使一个人是一个好人。

况且如果一个人是有一个心灵意义，一个人是有一个价值判断的，一个人的心灵会是一个混沌的，是一个灰暗的，这也是说，一个人不知道什么是善的，不知道什么是恶的，一个人是一个混沌的。

更为甚者，一个人是一个坏的，是一个恶的，是一个流氓，这样一个人的心灵就是黑暗的，是阴暗的，不仅是不知道什么是善的，而且一个人是以丑为美的，是一个是非颠倒的，是一个善恶颠倒的，因此是会做坏事，是一个坏人，是一个恶人，对于极权主义的流氓文化驯化的人就是这样的，可以说，对于一个极权主义的流氓社会，是可以把人驯化为一个流氓，的确流

氓是可怕的，因为这是对于一个社会的危害，是对于他人的伤害，因此是一个垃圾人，是败类，是渣滓。

对于一个极权主义社会，对于一个人是处于善恶的选择中，可以说，对于一个善良的人，有时流氓也是可以把一个人是逼到一个愤怒的境地。

但是对于一个流氓是无耻的，对于他人的伤害是无动于衷的，而且是一个丑恶的自鸣得意。

一个人的心灵意义，是一个人的自由选择，一个人是有一个心灵意义，一个人会是读书的，会是提升一个人的人文素养，可以说，善于读书的人，是会有一个良好的人文素养。

但是这里有一个问题，是需要一个人是有一个心灵的修养意义，只有是有一个心灵的修养意义，那么一个人的读书，人文知识是可以转化为一个人的心灵意义的思想意义，是一个人的心灵的修养意义，如此，一个人是可以提升一个人的人文素养。

如果一个人是有一个心灵修养的心灵意义，那么一个人的读书仅仅只是一个知识意义的，仅仅是一个人的一个知识，而不能是转化为一个人的心灵的修养意义，而且对于一个虚伪的人的，不仅一个人是做不到，如一个人是不诚实的，但是一个人是会要求他人的，如要求他人是一个诚实的。

这也是流氓的一个虚伪的，是一个伪君子的丑恶嘴脸，满嘴的仁义道德，是要求他人的，但是事实上，一个人是男盗女娼，是一个人的真面目。

2020-06-16

第 15 章

痛苦了思索

一个人是一个善的意义，当善受到强暴时，一个人会是痛苦的。

而且人的痛苦是不同的，为什么是痛苦，是源于一个人的心灵感受，一个人是可以感受美好的一面，一个人会是一个美好的意义，但是一个人是感受丑恶的一面，一个人会是痛苦的。

为什么是痛苦，因为是存在丑恶的，一个人是感受到丑恶的，因此一个人会是痛苦的。

对于一个人，是有一个心灵意义，会是有一个心灵的感受，一个人在生活中，一个人会是

一个美好意义，但是面对丑恶的，一个人会是痛苦的，这就是人的心灵意义。

可以说，在一个丑恶的社会，一个人会是存在多的痛苦。

但是痛苦时，一个人是做什么，一个人只有是思考，是痛苦和思考，是可以化解痛苦，是可以消除痛苦，是可以走出痛苦。

在思考中，一个人的思想意义是升华了，一个人的精神意义是纯化了，一个人的心灵境界是提升了，那么一个人是一个超越，是可以心灵的超越，这也是化解痛苦的积极意义。

因此一个人要做的，只有是思考，是思索，是可以超越痛苦，一个人要超越痛苦，一个人只有是超越心灵，一个人的思想意义是一个升华，是一个提升，一个人的思想意义是提升了，一个人会是有一个通达的认知意义，一个人是可以看清世事，是可以看清人性，因此一个人就不会是痛苦了。

如一个人是不能受到理解，一个人会是痛苦的，但是一个人是不需要他人的理解，那么即使一个人受到他的不能理解，一个人也是不会痛苦的。

如一个人是看清人性的劣根性，一个人也是不会痛苦的，因为对于人性的劣根性，只会是伤害人的，因此一个人是可以看清人性，一个人也是不会痛苦的。

但是如果一个人是不能看清人性，是不能认清他人，一个人会是痛苦的，如一个人是受到他的伤害，如果一个人是认清他人是一个流氓，那么一个人就不会痛苦了，但是如果一个人是不能认清他人，一个人会是痛苦的。

而且对于痛苦也是多样的，如一个人是不能实现一个人的理想意义，有时一个人也是痛苦的，如一个人是处于一个丑恶社会，一个人会是痛苦的，但是痛苦时，一个人是可以思索的，是可以心灵意义的超越。

而且对于一个自由人，是一个个人主义的，因此一个人是不纠缠的，一个人只是面对一个人的自己，因此是寻求一个人的超越意义，而不是纠缠他人的。

可以说，一个人是有一个思想高度，一个人也是可以化解痛苦的，一个人的痛苦是由于一个人的心灵意义的不能超越。

痛苦可以使人思索的，尽管美好意义也是可以使人思索的，但是痛苦是难免的，因此对于一个人是要美好意义的生活，一个人是需要超越的，是要化解痛苦，是可以走出痛苦。

从一个积极意义，痛苦也是会有一个积极的意义，这也是一个转化的意义，是把痛苦是转化为一个积极意义，一个人是做一个美好的事，也是可以缓解痛苦的。

2020-06-17

30

第 16 章

心灵的解放

有的思想是禁锢人的，是奴役人的，一个人的心灵是受到思想奴役，一个人的心灵不是一个自由意义，这时，是需要一个人是可以冲破思想的禁锢，是可以有一个思想的自由意义，因此一个人的心灵意义是一个自由意义。

对于一个极权主义社会，是存在思想奴役，是存在对于人的思想的禁锢，因此对于一个自由人，对于一个心灵的自由意义，是需要一个人是可以解放心灵，是可以冲破思想的奴役，是一个思想的自由意义。

思想奴役是一个深度的奴役，这也是一个奴性文化，会使一个人是一个奴性的存在，的确是可怕的。

如极权主义是一个邪恶的，但是标榜是为人民的，因此这是一个愚弄人，是欺骗人的，也是奴役人的，这也是说，一个人是一个丑恶的，是一个坏的，但是一个人是让他人是说一个人是好的，这就是极权主义的虚伪，也是极权主义的卑劣。

对于人类的思想意义，对于文明思想，是教化人的，是启迪人的，而且文明教化也存在是对于人性的恶的一个遏制，这是文明的一个制约，因此人是一个人的意义，是一个文明意义，这不是对于人的禁锢，不是对于人的奴役。

但是思想奴役就不同了，是奴化人的，使人是一个奴性的存在，是一个奴性的心灵，如中国传统文化的思想意义，如果是一个互相的，一个人是义的意义，他人也是一个义的意义，

这如现代思想的思想意义的爱的意义，是一个平等意义，是一个人是可以做到的，但是如果一个人不是一个义的意义，仅仅是要求他人对于一个人是要义，这就是一个奴役的意义。

如一个人是不爱的，但是一个人是要求他人是爱的，是要他人是爱一个人，那么这不是一个平等意义，不是一个互相的爱意义，仅仅是一个奴役，是对于他人的一个奴役。

可以说，极权主义社会就是这样的，道德意义是要求他人做的，而一个人是做不到，如一个教师教育学生是一个诚实意义，但是一个教师是不诚实的，这就是对于一个人的奴役的，尽管这个思想意义不是一个奴役人的思想意义，但是一个人是可以以这个思想意义是可以奴役他人的。

这如一个人，一个人是不爱的，是有一个爱的意义，但是一个人是要求他人是一个爱的意义，是要他人是爱一个人，这时，就是一个人对于他人的一个奴役意义。

可以说，文明思想的思想意义是一个普遍意义，这个普遍意义的根基就是一个人是要做的到，什么是文明教化，就是一个人是一个文明意义，一个人是可以做到的，但是如果一个人是做不到，也是意味一个人是不能接纳文明思想，因此一个人是有一个文明教养的，但是一个人是以文明思想是要求他人，这样就是一个虚伪的，也是对于他人的一个奴役，可以说，这正是极权主义对于人的奴役的一个卑劣之处。

对于一个文明人，是一个人的文明教化，是可以接纳文明思想，一个人是可以做到的，这样一个人是一个文明人。

这也是说，文明思想不是奴役人的思想意义，但是对于极权主义是可以以文明思想是可以奴役人的，这是一个现代社会的奴役人的形式。

2020-06-17

第 17 章

认识自己

一个人要生活的美好意义，一个人是需要直面自己，是可以直视一个人的心灵，是可以直面一个人的生活，可以说，一个人只有是面对自己，一个人是可以提升一个人的心灵境界，一

个人是可以寻求一个人的生活价值。

而且一个人是可以强大一个人的心灵意义，而且一个人也是提升一个人的生活境界，是可以实现一个人的人生价值，这是最为重要的一点，可以说，个人主义的思想意义可以使一个人是一个强者，不仅是有一个强大的心灵意义，也是有一个美好的生活价值，这是一个真正有意义的强。

但是对于中国人是不一样，由于是缺失一个文明思想的支持，因此对于一个人是不能有一个强大的心灵意义，这样一个人也是不能有一个美好意义的生活意义，一个人是处于一个低级的生活意义，这也是说，一个人是不能寻求一个人的生活价值，在一个人的生活意义，一个人是一个愚蠢，是一个病夫，是一个懦夫。

但是中国人是惯于争斗，是同人的争斗，最为臭名昭著的一句话是与人斗其乐无穷，这道出了中国人的人性的劣根性，一个人在同他人是争斗，是一个强势，是要打击他人，是要攻击他人，总之，一个人是不会吃亏的，这就是中国人的所谓的强，其实这是缺失文明思想支持的一个人性的劣根性。

对于一个自由人，对于一个人主义的思想意义，一个人是面对自己的，如一个人的心灵修养，一个人是可以提升一个人的人文素养，一个人是一个文明人，一个人是一个有教养的人，一个人是可以做的到，这是文明教化的个人意义，尽管一个人也是有一个价值判断，但是一个人是不会奴役他人的，是不会只是要求他人，但是一个人的自己是做不到的。

因此对于一个自由人，是寻求个人价值，是实现个人意义，因此一个人是面对自己的，只有是直面自己，一个人才会是可以认知自己，一个人是可以明确一个人是要做什么，一个人是明确一个人的生活价值是什么，可以说，一个人对于一个人是有一个清晰的认知，只有这样，一个人的行为是一个人的心灵意义，一个人是可以有一个强大的心灵，而且一个人是有一个强大的行动力。

可以说，中国人是喜欢比较，是同他人的一个比较，但是对于一个人主义，一个人同他人是不会比较的，一个人只是面对自己的，他人的是什么，从一个消极意义，同一个人是无关

的，尽管一个人是可以关怀他人，但是一个人是不会比较的，如此，一个人不会是嫉妒的，是不会仇视的。

可以说，一个人是可以成功，那是他人的一个付出，但是对于中国人，是看不到他人的付出，只是盯住他人的成功，只是嫉妒，只是仇视，这就是中国人的人性的劣根性。

可以说，没有一个文明思想的支持，一个人是没有一个心灵意义，如此，一个人就没有一个生活价值，是没有一个生活意义，一个人仅仅只是物质主义的享乐主义，除了物质贪欲，一个人是没有一个心灵意义的生活意义。

2020-06-17

第 18 章

不要纠缠

一个人是受到伤害，如果一个人是可以超脱的，一个人就是不要纠缠，一个人是要直面自己，一个人是可以从痛苦中是走出来，一个人是不要钻牛角尖，可以说，一个人同一个渣滓是纠缠是不值的，一个人同一个流氓是纠缠是不值的，因为是在不同的轨道，有理也是说不清，因为流氓是有流氓的丑恶嘴脸，对于一个文明人对他是讲道理，只是对牛弹琴的，

可以说，对于一个流氓，是无可救药的，是一个骨子里的丑恶，一个人是没有一个良知的，一个人是没有一个心灵意义的，一个人只是一个愚蠢，只是一个愚顽，只是一个顽石，因此纠缠流氓，只会是伤害一个人的自己。

尽管是这样，但是如果是陷入纠缠，一个人是必要的反击，那么就是踩死流氓，是征服流氓。

一般而言，斗气是没有意义的，对于一个流氓只是一个无聊的，是没有一个心灵意义，一个人的心灵是黑暗的，是灰暗的，是阴暗的，因此面对一个流氓，只能是不要纠缠，这样是不是软弱呢，不是的，应该这是一个智性的选择。

对于一个流氓社会，一个善良的人，只能是这样，是不要纠缠。

另一个意义，是一个人不要纠缠过去，一个人是可以一个心灵意义的自由意义，可以说，

一个人是陷入一个纠缠，其实一个人是钻牛角尖的，一个人为过去的痛苦是扭曲的，这时一个人的心灵会是扭曲的。

而且一个人也是不要纠缠一个人的失误，是不要纠缠一个人的错误，一个人只能是从错误中吸取教训，是增长智慧，仅此而已，不能是陷入悔恨之中。

因此对于一个人是面对一个人的心灵，是要有一个心灵的自由意义，是要有一个美好意义的主导意义，及时是可以恢复正常的心灵意义，是一个自由意义。

可以说，人是有不同的心灵感受，因此人也是有不同的情绪，但是一个人是不能控制情绪，一个人就会是处于情绪化中，如此，一个人是为消极情绪是控制，这时，一个人的心灵是扭曲的，一个人的心灵也是不自由的。

如何是一个心灵的自由意义，就是一个人是可以及时恢复一个正常意义，是处于一个自由的心灵意义，一个人的心灵是不能受到扭曲，如不能为痛苦扭曲，一个人要真正是可以做到这一点，只有一个人是磨砺心灵，在生活中是磨砺心智，不仅是一个心灵的磨砺，而且是一个心智的磨砺，一个人是有一个思想意义的升华，是可以有一个智慧意义的飞越。

一句话，一个人是可以心灵意义的生活，而不是一个动物的本能，可以说，对于一个自由人，是要控制本能，是要控制消极情绪的，一个人是一个理性意义，是一个平和意义，的确一个人要做到这一点，是需要一个人的心灵意义的超越。

2020-06-17

第 19 章 心灵的自由

对于一个人，是有心灵意义的生活意义，一个人是心灵意义的飞扬，是一个心灵意义的自由意义，这个心灵的自由意义，不仅是一个心灵的内在意义的自由意义，也是一个外在意义的自由意义。

这里主要分析是内在意义的自由意义，因为只有是一个内在意义的自由意义，一个人才会有一个外在意义的自由意义。

一个人的心灵如何是一个自由意义，可以说，可以是写一本书说明的，但是这里分析，是一个人的心灵意义与一个人的生命意义的冲突。

人是一个生命意义，因此是有人性意义，也是有一个生命意义，但是这也是一个两极的存在，有好的一面，也是有坏的一面，如消极情绪，如消极本能。

如果一个人是为消极情绪是控制，这时一个人是处于一个消极情绪之中，是一个完全的一个消极情绪的存在状态的，最为极端的，是一个人是不能控制自己，一个人的理性是崩溃的，一个人是处于消极情绪的极端之中，这时，一个人的心灵是不自由的，一个人的心灵是扭曲的，一个人是为消极情绪是扭曲。

因此一个人只有是恢复一个正常意义，是可以消除消极情绪，是可以走出消极存在，一个人是处于一个平和的，是处于一个温和的，是处于一个美好意义的，这时一个人是一个自由的心灵意义。

不同的人是有不同的弱点，对于一个人只有是直面自己，是面对一个人的弱点，因此是寻求一个美好的意义，是消除不好的。

可以说，一个人是处于消极情绪，一个人会是有过激的言行，一个人只会是一个丑恶的。这个丑恶尽管不是一个故意的，但是依然是一个人的人性的消极存在，是一个人的生命的本能的消极存在。

从一个积极意义，一个人是处于一个美好意义的，一个人的心灵意义是自由意义，因此一个人会是感受美好的意义，一个人也是一个美好的意义，因此一个人是处于一个美好的激活之中，如此，即使是面对丑恶的，一般而言，也是不会有一个消极情绪的。

可以说，一个人要根本消除消极意义，一个人只有是一个积极意义的，是一个处于心灵自由的激活意义，是处于一个美好意义的生活意义，如此，一个人的主导意义是一个美好意义，即使是感受丑恶的一面，尽管有时也是痛苦的，但是一个人不会有过激的消极情绪的，一个人是可以控制消极情绪的。

可以说，一个人是一个心灵的自由意义，一个人就不易为消极存在是困扰的。

如此，一个人要走出一个消极意义，是要不陷入心灵的不自由的，只有是实现一个人的心灵的自由意义，这如是一个自由人，是不易为束缚的，即使是他的束缚或禁锢，一个人也是有一个清晰的认知，是不会陷入的，对于人的心灵意义也是一样的，要想是一个心灵的自由意义，只有是放飞一个人的心灵，是一个自由的心灵意义，如此，一个人是不会陷入心灵的侵害中。

2020-06-17

第 20 章

不要伤害

36

对于一个善良的人，是不会伤害他人的，如果是伤害他人，一个人也是内疚的，是自责的。

但是对于一个虐待狂，是故意伤害他人，而且一个人是一个无耻的，看到他人的痛苦，一个人是魔鬼一样的笑。

对于一个极权主义社会，由于缺失文明教化，由于极权主义的驯化，因此受到驯化的人，是虐待狂的一个邪恶。

对于极权主义社会，存在的是流氓，那么对于一个善良的人，会是受到伤害的，那么对于一个人，是如何呢，这也是说，一个人是不会伤害他人，但是一个人会是受到他的伤害，这时，一般而言，就是不要纠缠流氓，是一个超脱的意义。

但是有时是需要反击的，如何的反击，好的一个意义是以善的意义的反击，是一个正义意义的，是一个文明意义，但是有时或许是需要制服流氓，是需要征服流氓，这时会是有暴力的存在，这时的暴力是否正当呢。

这也是说，对于一个流氓是一个侵略性的，是故意伤害他人的，是会欺凌他人的，这是一个暴力的，有语言暴力，也是有行为暴力，因此一个人的反击，有时难免也是暴力的，如果是伤害到一个人，如果反击是必要的，那么有时以暴易暴会是正当的。

一味的退让，有时是不可取的，一般而言，一个人也是不予纠缠，是远离垃圾人。

但是有时流氓是纠缠，是有暴力的，因此反击是必要的，这时的暴力是正当意义。

因为一味的忍让，只会是纵容流氓，一个流氓会是肆无忌惮的，因此必要时，是需要制服

流氓。

对于一个邪恶社会，对于一个善良的人，就是面临善恶的选择，可以说，对于一个流氓，以恶制恶也是必要的，对于一个坏人，必要的反击，善的恶也是正当的。

善的意义，是需要一个前提的，这就是人是一个善的意义，一个社会是一个文明意义，但是如果一个人是处于一个邪恶社会，一个人是会受到流氓的攻击，那么这时，一个人只是一个善的意义，只会是一个愚蠢的，这也是说，对于魔鬼的善是一个愚蠢的，对于一个魔鬼，是需要以恶制恶的，这时的恶是一个善的恶，而且也是正当的。

但是一个人是不能滑向一个暴力主义的，仅仅是一个制服恶的必要的反击。

对于一个极权主义社会，流氓的丑恶嘴脸会是逼迫善良的人是处于一个激越的情绪中。一个人是受到压迫的，因此有时会是超出一个人的极限，一个人会是有一个愤怒的情绪，因此有时会是爆发出来，这时的爆发是一个正当的，是可以反击流氓的。

可以说，这就是一个邪恶社会的善良人的存在境况，善良的人处处是受到流氓的攻击，是会受到流氓的欺凌，因此反抗是一个必要。

但是反抗仅仅是一个反抗，一个人是不能滑向流氓。

2020-06-17

第 21 章 平和

一个人是修养心灵，一个人会是一个温和意义的，这也是一个理性意义，如此，一个人也是一个平和的意义，是一个平和的心境。

但是这也是一般而言，一个人的主导意义是一个理性意义，是一个平和意义，一个人是一个温和的人，是一个理性的人。

但是有时一个人受到不良的刺激，这时一个人有时是可以理性的，是可以温和的，是一个平和的意义，但是有时一个人会有消极情绪，一个人会是愤怒，这时是一个非理性的，会出现一个冲突的，是理性与非理性的冲突。

这时，有时一个人是可以控制消极情绪，一个人是一个理性意义，但是有时一个人会是完全受到消极情绪的控制，是完全处于一个非理性的存在，这时，一个人会是有过激的言行，一个人不是平和的，一个人也是不能温和。

可以说，这是一个人的正常的存在，即使一个圣者，一个人也是不能完全是一个理性意义，一个人也是难免有时会有消极情绪。

尽管如此，这也不是为一个人的消极意义的辩解，对于一个人，对于一个心灵意义，是需要达到一个心灵境界，那么平和意义就是一个心灵境界，可以说，一个人是否是一个平和意义，一是看一个人在正常存在意义是否是一个平和意义，对于有的人，一般而言，就是一个情绪化的，是一个极端的，而不是一个平和的。

一是一个人是在受到不良的刺激时，一个人是否是一个平和意义，这是心灵修养的一个境界，一个人的心灵境界在这时才是一个真正意义的心灵境界，这样说，就是一个人处于不良的刺激时，一个人也是要达到一个平和意义。

这也是意味一个人是把激越的存在是降到一个最低限度，是越少越好的。

一个人是完全的一个理性意义，完全是一个平和意义，可以说，是一个美好意义的心灵境界。

可以说，人是生活于社会之中，一个人是处于一个文明社会，一个人是受到良性的激发，因此是少有不良的刺激，因此一个人也是一个平和的意义。

但是一个人是处于一个恶劣的社会，一个人是处处受到不良刺激，一个人会是有消极情绪的，可以说，不良的刺激是一次又一次的刺激，总会有时是爆发出来的，尽管是这样，但是作为一个君子，作为一个好人，是一个心灵意义，是一个心灵修养，可以说，是要有一个高雅的心灵意义，是一个高雅的存在意义，一个人是一个优雅的存在意义，要做到这一点，一个人是要做到一个平和的意义，是可以达到一个平和的心境。

因此，一个人在下滑时，一个人是要反省，一个人是要反思，是不能冲动，是不能非理性，是不能激越的，而是一个平和的，是一个理性的，因为这样对于一个人的生活意义是有益的。

一个人要生活的美好意义，是要有一个优雅的生活境界，是有一个高雅的生活境界，一个人是要达到这样一个生活境界，一个人的心灵意义是需要达到一个平和的意义。

2020-06-17

第 22 章

智性

如果一个人是完全处于一个消极情绪之中，是完全的受到消极情绪的控制，可以说，尽管有时是有一个爆发力，如果是一个正义意义，是一个善的意义，那么对于制服恶的会是有益的，是可以征服恶的。

尽管是这样，但是这时一个人的理性是缺失了，一个人是没有了理性，一个人也是不能理性，因此会是有破坏的一面，也是有消极的一面，因此一般而言，一个人是需要避免非理性的极端存在。

可以说，完全的为一个消极情绪是控制，是一个极端的存在，是具有破坏性，也是有极端的思想意识，也是有非理性的暴力倾向，因此一个人是需要避免的。

可以说，这时一个人是完全的非理性，一个人也是没有一个智性的存在。

而且为什么一个人会是出现消极情绪，这里有一个问题，这也是一个生命的本能意义，是人性的自然意义，也是缺失智性的一个存在，如一个人受到他的攻击，有时一个人会是愤怒，会是气愤，其实这是一个生命的本能反应，是人性的一个应激反应，而不是一个智性的意义。

因此对于一个人是需要一个智性的，那么面对一个人是受到不良的刺激，一个人也是一个智性的反击，是一个语言意义的智性的反应，是一个人的反应，而不是一个动物的本能反应，可以说，这是一个人与一个动物的一个分界。

可以说，这时一个人是可以幽默，是可以一个优雅的反应，是可以反击他人，是可以善的意义的反应存在。

因为一个人是一个生命意义，可以说，难免会是有有一个生命的本能意义，生命的血性也是生命的一个本能意义，但是也是同一个人的心灵意义是有关的。

可以说，人是一个复杂的，人是一个生命意义，是有血有肉的，是一个肉身，既然如此，是要完全的消除生命的本能意义，的确是很难的。

尽管这样，但是一个人是需要修养心灵，是需要一个智性的生活意义，也是一个思想意义的生活意义，是可以把生命的本能反应是降到一个最低限度。

对于一个圣者，只要是一个人，依然是有人性的弱点，是有人的弱点，可以说，生命的本能反应就是一个人的弱点。

作为一个理想意义，一个人是一个智性意义，即使是受到不良的刺激，一个人是一个智性意义，是用头脑的，是用思想的，是一个智性的反应，这才是一个人的意义，而不是一个动物存在。

什么是一个人的意义，这样就是清楚了，可以说，对于一个现代人，是一个自由人，是一个文明人，那么是一个高雅的心灵意义，是一个优雅的生活意义，一个人是要达到一个高雅的心灵意义，是要达到一个优雅的心灵境界，这样在生活意义，也是一个高雅的生活境界，是一个优雅的生活境界，如此，一个人就是一个心灵意义，是一个智性意义，是一个思想意义，而不是一个动物存在的。

这是对于一个现代人的一个理想意义的设想，也是一个理想意义的心灵境界与生活境界。

2020-06-17

第 23 章 生活的磨砺

一个人的心灵的修养意义，是在生活中的磨砺，可以说，一个人是可以达到一个美好的心灵境界，是可以达到一个诗性的心境境界，是可以达到一个高尚的思想境界，这是一个人的心灵意义的内在意义，但是一个人是要做的到，是在生活中是可以达到一个人的心灵境界，这样就是一个生活境界，这个生活境界是一个人的心灵境界的外在意义。

可以说，从心灵修养的心灵意义，一是一个人是有一个心灵境界，一个人是要修养心灵，是有一个心灵生活的生活价值，这是一个基础意义，这也就是说，一个人是有一个心灵境界。

如果一个人是有一个心灵修养的生活价值，那么一个人的心灵意义是有一个心灵境界的，一个人是有一个心灵意义，那么一个人就不是一个人，仅仅只是一个动物。

但是一个人是要做的到，不仅是可以达到一个心灵境界的内在意义，而且在一个外在意义，一个人是可以做的到，一个人在生活意义，一个人是可以达到一个心灵境界，是可以实现一个心灵境界，这样就是一个生活境界。

那么一个人是如何的做的到，是需要生活的磨砺，是在生活的磨砺中，是可以磨砺心灵的，可以说，生活的磨砺，是一个人要做的到的行的意义，这个意义是存在一个冲突的。

如果一个人是一个良性的激发，那么一个人会是一个美好意义的，一般而言，一个人是可以做的到的，一个人是可以优雅的，是可以高雅的，是可以文雅的，是一个平和的，是一个温和的。

但是问题是，有时一个人是会受到不良的刺激，这时，一个人会是有有一个应激反应，而且这个应激反应有时是一个生命的本能意义，而且是一个消极本能的，如一个人是气愤，一个人是动怒，这时同一个人的心灵意义是冲突的，可以说，是一个理性与非理性的冲突，这时关键是一个人的理性是否是一个主导意义，是否可以控制消极情绪的。

一个人要控制消极本能，一个人要消除消极反应，是一个理性与非理性的冲突，是情绪与理性的冲突，是本能与文明的冲突，因此这就是生活的磨砺，是生活的心灵的磨砺，可以说，心灵修养的难点是在这里，一个人是否有修养，就看一个人是处于这样的不良境况，一个人是一个什么样的反应。

如果是一个智性意义，如果是一个文明意义，如果是一个理性意义，如果是一个心灵意义，一个人是一个理性，一个人是一个平和，一个人是一个温和，那么这是一个心灵的境界，是达到了心灵的境界，一个人的生活境界也是一个优雅的。

这样问题是清楚了，因此，这一点同一个人的生命意义是冲突的，同人性的劣性是冲突的，但是对于一个自由人，对于一个文明人，是一个文明意义，是一个高雅的意义，因此在生活中，是需要磨砺心灵。

2020-06-17

第 24 章

从容

一个人是一个平和的意义，一个人是一个宁静的意义，一般而言，一个人也是从容的，是优雅的，可以说，心灵修养的心灵境界是一个综合意义的心灵意义，是一个思想意义，是一个精神意义，是一个人的心灵的内在的价值意义的综合意义，因此是一个立体的心灵价值，而且各个价值意义是一个融合的，不是冲突的。

一个人是可以优雅的，一个人会是从容的，一个人是可以宁静的，一个人会是平和的，一个人也是从容的。

可以说，从容的存在意义，在一般情况，一个人是可以做的到的，但是有时在生活中，是会有紧迫的，有时一个人就不能是镇静的，是不能从容的。

而且一个人是做一个大事，是做一个伟大的理想意义，这时一个人也是要从容的，是要平和的意义，是一个宁静的意义。

可以说，从容的意义也是一个人生的意义，一个人是从容的人生意义，是不急躁，是不急功近利，是从容的做自己的事。

可以分析，对于一个人是有一个自由意义，是有一个个人自治的自由意义，一个人会是一个个人独立的人生价值，一个人是有一个人的独立的生活意义，可以说，一个人是可以确定一个人的人生理想，那么一个人就是走在理想的道路上，如此，一个人会是一个理想的规划意义，一个人是可以从容的人生意义。

如果一个人是可以克服急躁，是可以克服急功近利，可以说，一个人是有一个高尚的思想意义，是有一个崇高的理想意义，那么一个人是可以超越名利的，是不会有困惑的，是不会有诱惑的，一个人是一个执着的，是一个理想主义的人生意义，如此，一个人是一个从容的人生意义。

这是一个大的意义。

从一个生活意义，可以说，更会是一个从容的意义，一个人是一个优雅的，是一个闲庭散步一样的生活意义，的确这是一个优雅的生活境界，况且生活意义本身是一个悠闲的意义，是不要有一个功利意义。

不论如何，一个人要达到一个从容的人生意义，是需要一个人是心灵修养的心灵境界，是有一个高尚的思想意义，是有一个高贵的精神意义，一个人的生活价值是在一个高尚的生活意义，这时，一个人是一个优雅的生活，是一个高雅的生活，即使是有烦恼，一个人的主导意义是一个美好意义的生活境界，是一个诗性意义的美好意义。

可以说，一个人会是超越平庸的生活，是可以超越庸俗的生活，一个人是可以达到一个生活境界，这个生活境界就是一个高雅的，是优雅的，是美好的，是诗性的，也是自由的。

这也是人生的价值意义，是一个人生的质量，什么是人生的质量，就是一个人是有一个人生的价值意义，这个价值意义很重要，是可以穿透虚无的侵蚀，是可以穿透平庸的危害，是可以穿透庸俗的泥潭，一个人如一只鸟是可以自由的飞，是在一个蓝天的自由飞翔。

2020-06-17

第 25 章 不要急躁

一个人要做好一件事，是需要耐心的，一个人是需要可以细致的工作，而且是要克服急躁的，因为有时人会是急躁，是要急于做成一件事，其实这仅仅是一个人的心理因素，但是如果一个人在做事中，是在磨砺自己，是在磨砺心智，一个人会是日积月累是会达到一个境界的，这个境界，不仅是一个心灵的境界，而且也是一个生活的境界，是一个人生的境界，也是一个艺术的境界，如一个人是一个艺术家。

如一个人是从事艺术探索，一个人是在艺术探索中，是一步一步的前进，是不断的提升艺术境界的，也是不断的提升艺术手法的，这是一个综合意义的艺术探索，不仅是一个艺术本身的艺术探求，也是一个人生意义的探求，是一个心灵意义的心灵提升。

做任何事是一样的一个道理。

一个人要完成一个伟大的理想意义，一个人要实现一个伟大的理想意义，更是需要一个人是有一个高尚的思想意义，是要有一个高贵的精神意义，如此，一个人会是超越名利，会是超越功利，会是超越诱惑，一个人会是一心一意的，会是忠诚的，会是坚定的，可以说，一个人是可以为理想而生，是可以为理想而战。

但是这时，有时一个人依然是有急躁的情绪，这也是一个急于求成的情绪，可以说，一个人只有是尽心尽力，是可以尽到一个人的最大的努力，是可以奉献一个人的全部的心智，这是一个人是可以做的，至于什么时候是可以走向一个理想意义，的确是需要一个理想意义的进程。

如对于自由的追求，是需要建立一个自由中国，可以说，这是一个中国的最伟大的理想意义，是多少仁人志士的理想，是多少仁人志士的心血的奋斗，急于求成是做不好的，只有是坚定的步伐，只有是稳步的前进，是一步一步的推进，总会有一天是可以到达理想的彼岸。

不怕做不成，就怕是不做，只要一个人是做了，只要一个人是有一个伟大的理想意义，是走在理想的道路上，那么一个人在完成理想的进程中，一个人会是磨砺心智的，会是提升一个人的才智的，可以说，一个人的全部的心血与才智是可以奉献，这样，一个人会是可以达到一个伟大的意义，是可以达到一个卓越的意义，那么就不怕是不能达到一个伟大的理想的。

伟大的理想也是人做的，即使是上帝的一个恩赐，也是需要人的奋斗，因此对于一个人，只能是做一个人可以做的，是做一个人是很够做的，是做一个人应该做的，是可以竭尽全力，是可以尽心尽力，是可以完成一个人的使命。

理想会是向有心人是招手的。

可以说，急功近利只是一个近视眼的，是一个急于求成的，有时会是做不好的，会有危害的。

一个人是可以从容的人生意义，一个人会是一个坚定的理想意义，会是一个忠诚的理想意义。

2020-06-17

有时一个人会是有负面情绪，是有消极情绪，尽管这也是一个人的正常的心理，一个人是可以正常的面对，但是从人的心灵意义，从人的生活意义，有的情绪是负面的，是消极的，因为消极情绪会是干扰一个人的正常的生活意义，而且负面情绪会是影响一个人的心灵，一个人的心灵会是处于一个消极意义。

如悲伤，如愤怒，如果一个人是一个持续的消极情绪，一个人就会是陷入消极情绪之中，一个人是不能自拔，一个人会是完全处于消极情绪之中，这时，一个人的心灵意义是一个消极的，如阴云一样是一个灰暗的，是一个阴暗的，这如是乌云是遮蔽太阳一样的。

如果一个人的心灵意义是一个自由意义，是一个正常的意义，那么如是一个蓝天一样的。如是一个太阳一样的光明的，一个人的心灵意义是一个晴天，但是如果是处于一个消极情绪之中，一个人的心灵意义如是一个阴天，太阳是受到了遮蔽，如此，一个人的心灵意义会是一个灰色的。

因此从一个根本意义，一个人是要消除消极情绪，是要化解消极情绪，这有一个前提，首先一个人是要控制消极情绪，一般的说，有的消极情绪是没有爆发力，是一个平缓的，因此也是不需要控制的，只是需要化解的，只是需要消除的。

但是有的消极情绪是有爆发力，如气愤，如愤怒，这时，一个人是需要控制一个人的消极情绪，因此一个人是需要一个理性意义，是需要一个平静的意义，可以说，一个人是可以控制一个人的消极情绪，做到这一点，一个人是不会有过激言行，一个人不会是极端的，这样进一步，一个人是要化解消极情绪，是要消除消极情绪。

这里有一个心灵的主导意义，这是一个人的心灵的一个境界，是一个心境，但是人是复杂的，人是有不同的心灵感受，因此也是有不同的情绪，一般的说，如果一个人是可以及时的恢复一个正常意义，是可以恢复一个心灵的自由意义，那么这是一个好的意义。

但是有时消极情绪是一个持续的，一个人会是持续处于一个消极情绪之中，这时需要一个人的化解，是需要一个人的消除，但是这时需要一个人从根本意义是解决问题，因此是一个思

想意义的提升，是一个精神意义的升华。

只有是一个思想意义的提升，一个人的心灵才会是开阔的，是清明的，这样一个人是可以明白一个道理，是可以认清一个问题，因此一个人会是想的明白，这样一个人就会是化解消极情绪的。

对于人的意义，就是这样的，即使一个圣者，也是有不同的心灵感受，因此也是有不同的消极情绪，但是即使是消极情绪，对于一个心灵修养的人，一个人可以做的就是消极情绪是在一个最低限度的，如气愤，如果一个人是天天是气愤，就是一个病态的，可以说，有的消极情绪是可以不会出现的，这就在于一个人的心灵修养的意义。

2020-06-18

第 27 章

改善弱点

人性是不完美的，是有人性的弱点，也是有人性的恶的一面，而且人也会有弱点的，因为人是一个生命体，因此是有生命的本能，如消极本能，这样人就是一个不完美的，正如此，对于一个人，是需要心灵的修养，是需要改善人的弱点，是可以走向一个完美的境界，尽管一个人不可能是一个完美的心灵意义，但是可以接近这个理想意义的完美境界。

尽管一个人是修养心灵，但是一个人的心灵意义是不会达到一个尽善尽美的，是不会十全十美的，因此说，这只是一个理想意义，或许是一个不可能达到的乌托邦，即使这样，作为一个人是可以接近这个理想意义，这是一个人是可以做的。

可以说，人的弱点的释放，会是一个消极意义，会是一个负面存在，是会干扰一个人的生活意义，而且一个人的心灵意义会是一个灰暗的，不是一个自由的意义，不是一个光明的意义，因此对于一个人是要避免人的弱点，是要改善人的弱点，是要避免人的弱点的放纵。

可以说，这是一个心灵修养的意义，如果一个人是没有一个心灵修养，那么一个人就不能是认知如何是要改善人的弱点，因此一个人会是一个放纵的，如此，人的弱点也是会出现的，因此这会是一个丑陋的，会是一个丑恶的。

这是从一个纯美的角度的一个分析。

如气愤，一个人的生气，一般而言，是一个丑陋的，对于一般的生活，是一个丑陋的，但是一个人是面对丑恶的，是一个气愤，是一个正义的愤怒，那么这是一个积极的意义，因此说，这是需要不同的分析，而不是一味的说，生气就是一个丑陋，退一步讲，对于丑陋的，以一个丑陋的反击也是一个正当的。

而且对于一个人，一个人也是有一个人的特质意义，也是有一个人的不同的弱点，如此，一个人只有是面对一个人的自己，是可以认知自己，是明白一个人弱点是什么，这样一个是可以改善弱点，可以说，一个人的弱点就是一个人的软肋，对于一个邪恶的人，会是利用一个人的弱点，但是对于一个人的自己，是要认清一个人的弱点，是要改善弱点，是可以有一个理性的意义。

心灵修养的心灵意义，是一个自由的心灵意义，什么是一个自由的心灵意义，就是一个人的心灵是一个开放的，是一个自由的，是可以感受世界，是可以感受人生，是可以感受生活，而且是一个不同意义的感受意义。

但是如果一个人是处于一个消极情绪之中，一个人会是为消极情绪是控制，一个人只是一个消极情绪，如愤怒，如悲伤，这时，一个人是不能感受的，这如是阴天一样的，一个人的心灵是受到遮蔽的。

可以说，一个人是有一个自由的心灵意义，的确是需要一个人的心灵的修养意义，而且一个人即使受到消极情绪的影响，一个人也是可以及时的恢复一个正常意义，是一个自由的心灵。

2020-06-18

第 28 章 追求完美

一个人是修养心灵，是可以提升一个人的心灵境界，从一个理想意义，一个人是可以走向一个完美的心灵境界，但是这仅仅是一个理想意义，甚至是一个乌托邦的理想意义，可以说，是不可能达到的一个心灵境界。

尽管一个人是不能达到一个十全十美的心灵境界，是不能达到一个尽善尽美的心灵境界，但是一个人是可以接近这样一个心灵境界。

这里有一个问题，从心灵的内在意义，从一个心灵的实体意义，一个人的心灵的修养意义，一个人是可以达到一个尽善尽美的理想意义，是可以达到一个尽善尽美的心灵境界。

但是从一个生活意义，从一个现实意义，一个人在生活意义，的确是很难达到一个尽善尽美的心灵境界，尽管一个人的心灵意义是一个自由意义，但是由于人的弱点，有时会干扰一个人的心灵意义的尽善尽美的心灵境界，如此，在一个生活意义，在一个心灵的外在意义，一个人是不能达到一个尽善尽美的心灵境界。

可以说，这就是人的局限，人的弱点是限制了人是不能达到一个尽善尽美的心灵境界。

尽管这样，但是一个人在生活中，是可以磨砺心灵，是可以磨砺心智，是可以改善人的弱点，是可以控制人的弱点。

如人性是一个好色的，但是从一个理性意义，一个人会是好德的，因此一个人是可以控制自己的，一个人不会是有好色的人性的放纵。

这就是一个理性意义，也是一个生活意义，可以说，理性意义的实现会是一个生活意义，心灵境界的实现就是一个心灵自由的心灵生活的生活意义。

尽管一个人是不能达到一个尽善尽美的心灵境界，但是一个人是可以追求一个完美的心灵境界。

如果一个人是做了，那么一个人所做的是一个生活的磨砺，可以说，生活的磨砺有时会是一个痛苦的，但是在痛苦的磨砺之后，会是一个美好的意义，如一个人是控制消极情绪，如一个人是要走出痛苦，一个人是需要一个痛苦的磨砺，但是达到一个心灵境界，一个人就是一个美好的意义。

可以说，宝剑锋从磨砺出，这是有道理的，如果一个人是有一个心灵的修养意义，一个人只是一个混沌的，是一个自然人，是一个动物意义，而不是一个人的意义，人之所以是一个，是因为有人的意义，这个人的意义就是人的心灵意义。

这是最为根本的一点，一个人是要认知这一点的，没有这个意义的认知，一个人会是处于一个动物意义的存在，一个人是没有一个心灵意义，对于这一点，的确是一个残缺的，也是一个病态的。

什么是人的不完美，就是一个人的心灵的残缺，是心灵的一个病态。

可以说，一个人是可以修养心灵，这时，一个人是可以达到一个健全的心灵意义，是可以达到一个完善的心灵意义，一句话，一个人的心智是健全的，一个人的心灵是健全的。

这就是一个人的理性意义，也是一个成熟意义，否则一个人是如婴儿一样，是一个自然人的。

2020-06-18

第 29 章 完全的理性

一个人是一个完全的理性意义，的确是一个理想意义，不仅是一个人的心灵意义是一个理性意义，是一个平和的，是一个温和的，是不会极端的，是不会偏激的，而且在一个外在的心灵意义，在一个人的生活意义，一个人是可以做到一个理性意义。

但是一个人是如何做的到，只有一个人是一个理性意义，可以说，一个理性意义的最高意义，是一个人是一个完全的理性意义，这有两个意义。

一个意义是一个人是高度的理性意义，是有一个高尚的思想意义，是有一个高贵的精神意义，是有一个高雅的心灵意义，如此，一个人是可以洞明世事，一个人是可以明白，是可以清明，是可以通达，是可以超越，因此一个人是没有消极意义，是没有一个负面存在，这是一个高度的理性意义，这样也是从一个人的内在的心灵意义的一个修养。

一个意义，是一个人在一个生活意义，在一个外在的心灵意义，一个人是一个完全的理性意义，这一点就是有一个难度了，因为人是有局限的，这需要一个人是可以超越人的局限，是有一个非常的理性意义，可以说，一个人是可以控制自己，这里的控制主要是可以控制一个人的消极情绪。

一个人是没有一个消极意义，是不会出现消极情绪，这是一个人的高度的理想意义，这的确是一个圣者的理想意义。

但是有时一个人会是有消极情绪，这时一个人是一个理性，一个人会是可以控制消极情绪的，这也是一个理性意义，也是一个完全的理性，只要一个人是不会受到消极情绪的控制，只要一个人不是一个完全的处于消极情绪之中，只要一个人是一个理性意义，只要一个人是可以控制消极情绪，那么这时一个人是一个理性的，如果是可以达到这样一个状态，也是一个完全的理性意义。

这也是一个理想意义，对于一个心智健全的人，对于一个心灵健全的人，一个人是可以做到这一点的。

尽管是这样，但是有时一个人也是难免有消极情绪，如果一个人是感受的负面的多，而且是由于理性的控制的积压，有时也会是爆发出来，因此从根本意义，是要做到一个完全的理性意义，就是需要一个人是一个心灵的修养意义，这也是说，一个人是可以及时的消除消极因素。

但是一个人要做到这一点，只有一个人是思想意义的提升，一个人是有一个健全的思想意义，对于世界，对于社会，对于人生，对于生活，是有一个理性的健全的思想意义，一个人要做到这一点，的确是一个思想意义的提升，可以说，只有一个哲学家，只有一个思想家，是可以达到一个圣者的思想境界。

这样一个积极的意义，一个正面的意义，一个人在理性意义是可以消除负面的，是可以化解消极的，一个人的心灵是处于一个健全的意义，是一个完善的意义，而且一个人的心理意义也是一个健康的，如此，这是一个理想意义的高度意义，是一个完全的理性意义。

这是一个最高的理性意义。

2020-06-18

第 30 章

做一个文明的人

一个人是修养心灵，是一个人文思想的修养意义，是一个人文精神的修养意义，是一个文

明教化的社会化意义，因此一个人会是一个有教养的人，是一个文明人。

对于一个文明失落的社会，对于一个文明荒芜的社会，可以分析，人的存在是一个缺失教养的，不是一个文明人的存在意义，可以看出，文明意义是一个珍贵的。

但是对于一个文明社会，人的文明意义是一个高尚的，是一个高贵的，因此是一个美好的，是一个高雅的，是一个文雅的，是一个清雅的。

但是缺失一个文明意义，人只会是一个庸俗的，是一个丑陋的，是一个丑恶的，是一个低俗的，是一个粗俗的。

比较是可以分析，尽管中国是处于一个极权主义的反文明，但是中国人会是向往一个美好的生活意义，既然如此，因此会是向往一个文明社会，会是追求一个文明意义。

从一个人意义，对于一个人是要一个文明意义，的确一个文明的意义，是一个有教养的意义，一个人会是一个高雅的生活价值，会是一个高雅的生活意义，这对于一个人而言，的确是一个美好的生活意义，也是一个幸福的生活意义。

可以说，一个人要生活的美好意义，一个人要生活的幸福意义，只有是一个思想意义的生活意义，是一个心灵意义的生活意义，因为思想意义是一个真理意义，心灵意义是一个思想意义，是一个精神意义，一个人是要生活的美好意义，是需要有可以生活美好的思想意义，这个思想意义是一个真理意义。

如一个人要生活的幸福，是需要一个爱的思想意义，一个人是一个爱的意义，如果一个人是没有这个爱的思想意义，一个人是不会爱的，那么一个人就不能是可以幸福意义的生活，这就是一个真理意义。

因此说，文明思想是一个真理意义，一个人是有一个思想意义，是一个文明思想的思想意义，一个人是一个文明人，就是一个人是一个有思想的人，是一个有精神的人。

这也是说，什么是一个文明人，一个文明人就是有心灵的人，什么是一个心灵意义，就是一个人的心灵的思想意义，是心灵的精神意义，这才是一个人的意义，可以说，这并不是什么高深的道理，只是一个简单的道理，但是这一点，对于一个文明缺失的社会，的确是一个哲学

意义的道理的。

从一个最简单的意义讲，一个人要美好的生活，一个人是需要一个美好的心灵意义，什么是一个美好的心灵意义，就是人类文明的文明价值，文明价值也是美好价值，这是人类文明的文明成果，也是人类文明的文明积累，因此对于一个人要生活的美好意义，是需要有文明思想的思想支持的。

如果是缺失一个文明思想的心灵意义，那么一个人是有一个心灵意义，一个人只是一个动物而已，一个人只是一个庸俗的，是一个低俗的，一个人的生活意义是缺失的，一个人的人生价值是缺失的，一个人只是在低级意义的物质意义的生活，可以说，一个人只是一个苟活，是一个缺失心灵意义的美好意义。

2020-06-18

第 31 章 心灵修养是做好自己

一个人是一个自由人，对于一个自由人，是一个个人自治的自由意义，一个人是做好自己的，一个意义是一个人的自我教育，这也是一个人的心灵的修养意义，因此这是面对一个人的自己的，心灵修养是一个人面对自己的心灵意义，同他人是无关的，因此一个人是不能干涉他人，一个人也是不受他的干涉。

对于中国的极权主义社会，因为是没有一个文明意义，而且是一个反文明的，是一个反文化的，但是在表面是有文明意义的说辞，而且由于极权主义的驯化，因此人也是有流氓习气。

这个流氓嘴脸是什么，这就是一个人自己是有一个心灵修养的生活意义，一个人也是一个没有教养的，一个人是肆意妄为的，是任性的，是放纵的，但是一个人是在奴役他人，如何是奴役他人，这就是借以文明意义是要求他人的。

如诚实，一个人是做不到的，一个人是虚伪的，是奸诈的，但是一个人要求他人是要诚实，尽管文明思想的思想意义本身不是奴役人的，但是对于流氓，是可以借以文明价值是会奴役他人，这如一个皇帝的忠的意义，这是要求臣子是要忠于皇帝的，是一个忠君的，但是一个皇帝

是不会忠于臣子的，这极权主义的流氓的卑劣之处。

但是在一个文明社会，在一个自由社会，是不一样的，是维护文明价值的，因此人也是受到文明教化的，而且对于一个自由人，是一个个人自治，一个人是严格要求自己的，是严于律己的，一个人是修养一个人的心灵意义，是可以提升一个人的人文素养，是可以做一个文明人，是可以成为一个有教养的人，这是一个人的自己做的，是不需要他的强迫，也是不需要他的干涉。

正如此，因此对于一个自由人，也是不会干涉他人，尽管是有一个公共舆论，是有一个道德舆论，但是对于一个个人意义，一个人是不会干涉他人的，一个人的心灵修养是一个人的自己的事，是一个人的个人自治的自由意义。

但是一个人如果是一个不文明的，是一个败坏的，那么一个人会是受到公共舆论的谴责的，也是受到他的谴责的，但是这个谴责不是一个干涉，而是一个文明的制约，是可以为制约一个人是不会干坏事，是不能做坏人的。

因此，对于一个自由人，从个人意义，是要做好自己的，可以说，任何一个人是要生活的幸福意义，是要生活的美好意义，那么一个人如何是可以做的到，只有一个人是有一个心灵意义，是有一个思想意义，是有一个精神意义。

可以说，幸福意义就是一个文明价值，美好价值就是一个文明意义，一个人要生活的幸福意义，至少一个人是有一个幸福意义的生活价值，是有一个美好意义的生活价值，这个价值意义是一个文明价值，是一个美好价值，不是人性的意义，不是一个生命的意义，而是一个思想意义，是一个精神意义。

这样一个人的生活意义就在不同的层面，一个是一个文明的意义，是一个心灵意义，但是对于一个极权主义社会，是在一个背离文明意义的庸俗的层面，可以看出，文明与反文明是一个天壤之别的。

2020-06-18

第 32 章

知行合一的君子

从心灵意义，一个人的心灵的自由意义，是一个外在意义的心灵的自由意义，这也是说，什么是一个心灵自由，一是一个人的内在的心灵意义是一个自由的，而且一个人是可以实现心灵意义的生活意义，一个人在生活意义，一个人是一个心灵的自由意义，一个人是一个心灵的自由生活。

这也是一个知行合一的思想意义，什么是一个知，就是一个人的心灵意义是有一个价值意义，是有一个文明意义，是有一个思想意义，是有一个精神意义，如爱的意义，如自由的意义，这是一个知的意义。

一个人如何是可以知，只有一个人是可以修养心灵，是可以提升一个人的思想素养，是可以提升一个人的精神境界，一个人是有一个心灵意义，这是知的意义。

进一步，是在生活意义，一个人是可以做的到，如爱的意义，一个人在生活意义是一个爱的意义，这是行的意义，这也是一个人的心灵意义的自由意义，一个人在外在意义，这个外在意义就是生活意义，一个人是可以实现一个人的心灵意义，这也是说，一个人的心灵意义是一个自由意义，是可以自由的实现，这样就是一个完整的心灵自由的自由意义。

如一个人在社会意义，在生活意义，如果是不能实现，那么行的意义是不能实现，这也是一个人的心灵生活的自由意义是受到阻断。

对于这个问题，一是一个人是受到社会的压迫，如一个极权主义社会，由于是缺失一个文明意义，有时一个人是迫于社会压迫，一个人在社会生活，一个人是不能实现心灵意义的生活意义。

可以说，对于一个自由社会，是一个自由文明，因此也是一个心灵自由的生活意义，一个人的心灵意义的生活意义是可以实现的，是不会受到社会的压迫的，也是不会受到他的干涉的。

这样问题是什么，这就是一个人的自身的问题，这也是说，一个人在心灵意义可以是达到一个尽善尽美的心灵境界，但是在行的意义，在生活意义，有时一个人是做不到，是做的不好，为什么，问题是人的局限，是由于人性的弱点，是由于生命的局限。

如一个人是一个平和的意义，是一个温和的意义，这是一个人的心灵意义，是一个人的心灵修养的一个美好意义的心境，但是有时一个人会有偏激的消极情绪，如一个人有时会是气愤，会是愤怒，一个人有时会是处于一个消极情绪之中，因此如果是不能控制消极情绪，一个人会有过激的言行，这就是一个人是做不到，是做的不好。

这也是说，这同一个人的心灵意义的理想意义是有差距了。

因此说，对于一个君子，对于好人，这是一个自由人的特质意义，一个人是一个知行合一的，这也是一个一般意义，这是说，一个人是不会虚伪，一个人是要做到知行合一的心灵自由的自由意义，一个人是做的不好，是由于人的局限，而不是一个人的虚伪，这是一个界限，这是一个君子与伪君子的界限、

2020-06-18

第 33 章 约束自己

心灵修养的一个意义是一个人的积极意义的心灵提升，一个人是可以接纳文明思想，是可以接纳人文精神，这是一个美好意义的，是一个文明意义，是一个正面意义，这样为一个人的心灵世界是可以升起一个太阳。

但是人性是有恶的一面，人性也是有弱点的，而且人是一个生命体，也是有生命的消极意义，这样对于一个人就需要是约束自己的，什么是要约束自己，就是一个理性意义，是可以认知人性的恶的一面，是可以认知人性的弱点，而且一个人是要认知自己，是要认知一个人的自身弱点，如此，一个人是需要约束自己的，是一个理性意义的存在意义。

的确这是人的现实意义，也是人的真实意义，一个人需要有一个理性意义，是要认知到这一点，可以说，一个人是可以认知这一点，就是一个理性的意义，而且这也是一个思想意义。

既然是可以认知这一点，那么对于心灵的修养意义，就是需要一个人的理性意义，是可以理性的控制自己的，是可以理性的智性意义，这也是说，一个人是一个自律的，是严于律己的。

什么是一个自律，就是一个人是可以制约自己，是可以控制自己，这也是意味一个人是不

能放任，是不能放纵，这一点是一个消极意义，是针对一个人的人性的弱点的。

但是对于一个积极意义，如一个人的美好的意义，一般而言，一个人是可以自由意义，但是自由意义也是意味一个理性意义，尤其是人的情绪，即使一个美好的情绪意义，一般而言，也是一个中庸的意义，是需要理性的牵引的，是需要一个理性的制约的，如人是不能得意忘形的，这也是说明，一个人在一个积极意义，一个人也是可以理性的，是一个中庸的美好意义，是不能泛滥的，这就是一个度的问题。

但是一般而言，一个人的自我约束，主要是一个对于人性的负面的制约意义，可以说，对于一个自由人，是一个自律的，一个人是要做到一个自律，因为一个人是要寻求一个人的生活价值，一个人是要寻求一个人的生活意义，一个人是需要约束自己的，是不能放纵自己。

可以说，一个人的放纵自己，就是对于恶的放任的，就是对于人性的弱点的放任。

这样分析，就是可以看出，对于一个缺失文明意义的社会，人是一个放纵的，是一个放任的，是有一个自律的意义，因为是没有一个心灵意义的。

但是一个人要真正意义是可以做到自律，的确是很难的，对于这一点，儒家思想的慎独的思想意义，的确是一个自我修养的思想意义，一个人要做到一个慎独，的确是很难的。

尽管是这样，但是一个人依然是需要这样做的，是需要慎独的修养意义。

如好色，是人之性，但是一个人是可以约束自己，是不会放纵的，因此一个人是不会有过激的行为的。

2020-06-19

第 34 章 超越生命的本能

人是一个生命体，生命意义是有一个生命的本能意义，有的生命本能是一个积极本能，如求生的本能，有时是一个积极意义，但是也是有消极本能的，如一个人是有一个消极情绪的，如一个人是气愤，是一个愤怒，这是一个生命的，这不是一个人性的意义，不是一个心灵的意义，而是一个生命的意义。

既然是有生命的消极本能，这也是意味这是一个生命的局限存在，这样就有一个难题，对于一个心灵修养的生活意义，从一个心灵意义的内在意义，的确一个人是可以达到一个尽善尽美的心灵境界，但是在生活意义，在一个现实意义，有时一个人会是做不到，有时会是出现生命的消极本能，如气愤的消极情绪，这样一个人有时甚至完全是处于一个消极情绪之中，一个人完全是一个动物意义的本能的意义，如此，一个人会有过激的言行，一个人的言行是失控的，一个人的理性意义是完全的崩溃。

这也是一个本能与心灵的冲突意义，是一个理性与非理性的冲突意义，可以说，人就是处于这样的冲突之中，一个人是不能完全的理性意义，因为人是受到生命体的局限，是受到生命本能的局限，有时人的生命的消极本能会是爆发出来。

但是一个人是否是可以做到完全的超越生命的本能呢，如果一个人是一个完全的理性意义，是可以控制生命本能，是可以控制消极情绪，就此一点，基本是一个超越的意义，一个人是不会受到消极本能的困惑，这是一个层面，这也是一个境界，是人的一个境界，这是一个理性境界。

如果一个人是不会有消极情绪，一个人是一个美好意义，即使一个人是受到不良刺激，一个人依然是一个美好意义，是一个正面意义的，的确这是一个完全的理性意义，一个人能不能是可以达到这样一个人的境界呢。

如果一个人只是受到美好的一面的激发，如果一个人是不会受到不良的刺激，或许是可以做的到的，但是这是不现实的，因为一个人的现实的生活之中，总会有时受到不良的刺激的，面对消极的，面对负面的，一个人会是本能的一个反应的，会是爆发出消极情绪，如一个人的气愤。

因此这需要一个人是一个完全的理性意义，是可以超越生命的本能意义，一个人的反应是一个智性的反应，不是一个生命的本能反应。

这样讲，这也是说，一个人在一个心灵意义，在一个人的意义，是可以达成一个理性意义，是可以实现一个理性境界，而且是一个完全的理性境界。

一个人要做到这一点，是很难的，可以说，这只是一个理想意义，甚至是一个乌托邦的不能企及的，即使是一个圣者，也是不能完全的达到的。

但是作为一个理想意义，作为一个人的境界，作为一个人的理想意义，一个人是可以寻求，是可以接近这样的理想意义，的确这是一个尽善尽美的一个境界，这是人的一个十全十美的一个境界，这也是一个神性的境界。

2020-06-19

第 35 章

消解消极情绪

58

人是有一个心灵意义，因此是有不同的心灵感受的，如此也是有不同的情绪，也是有不同的情感意义。

这里可以界定情绪与情感，情绪是一个生命意义的，是一个心理意义，但是情感是一个心灵意义的，是一个思想意义的，是一个精神意义的。

对于一个人的心灵修养，因此一个人会是有一个美好的思想意义，是有一个高尚的思想意义，因此也是有美好的情感意义，一个人会是有高尚意义的情感，如爱国主义的情感，如人道主义的温情。

而且情感意义是一个持久的，是一个稳定的，也是一个美好的，是一个高尚的，如一个人对于国家的情感，对于生命的一个情感，对于人民的一个情感，如此，一个人会是有忧患意识的。

可以说，一个人是有什么样的思想意义，就有什么样的情感意义，如一个人是爱国爱民的思想意义，一个人也是有爱国爱民的情感意义，如一个人对于人民的情感，一个人对于中国人的情感，有时是一个复杂的，但是也是有一个主导的意义，如一个人对于国家是可以做什么，一个人是可以为人民做什么的。

但是人也是一个生命体，有时也是有情绪的，这个情绪意义是一个生命的本能的反应，是一个人的自然的反应，如一个人对于丑恶的愤怒，也是一个道德情感，也是一个生命情绪。

但是情绪是有消极情绪的，尽管也是有积极的情绪，如一个人的欢快的情绪，由于消极情绪是一个负面的，会是干扰一个人的正常的生活意义，甚至有时会是伴随消极思想的，因此对于一个人是要化解消极情绪的，是要消除消极情绪的。

如仇恨，是一个情感意义，也是一个情绪，如一个人是受到他的伤害，有时一个人会是有仇视的，会是仇恨的，如此，这是一个负面的，是一个消极意义的，而且是一个极端的，是一个偏激的，因此一个人是需要化解，是不能为消极情绪是控制。

如仇恨的情感，如一个人是处于极权主义的压迫之下，一个人是认清极权主义的邪恶本质，一个人会是有仇恨的，如六四事件就是激发正义之人的仇恨的，但是这也是一个负面的，一个人是不能为仇恨是控制，一个人的心灵不能只是仇恨，因此是需要化解的，是需要消解的。

可以说，一个人是不能为消极情绪是控制，如一个人是不能为仇恨是控制，因为消极情绪会是扭曲心灵的，会是扭曲人性的，如社会主义革命就是煽动人的仇恨，因此这是一个卑劣的，是一个反文明的。

对于一个人的心灵的意义，可以说，一个自由的心灵是可以感受世界的，因此是有不同的心灵感受，也是有不同的情绪的，但是最为根本的一点，一个人的心灵的主导意义是一个积极意义，是一个美好意义，不能为消极情绪是控制，是不能为消极情绪是主导，如一个人是不能为仇恨是控制，一个人的心灵不能是仇恨的主导，这一点是需要说明的。

2020-06-19

第 36 章

完全的理性意义

人是有理性意义，也是有非理性的，但是从人的生活意义，从人的意义，一个人是需要一个理性的存在意义。

对于一个自由人，是可以完全的自我控制，这是人的自律意义，这需要一个人是一个理性意义，只有人是一个理性意义，一个人才会是控制人的弱点，是可以克制自己，是可以约束自己，是不会放纵，是不会放任。

不论从那个意义，从人的现实意义，从人的意义，一个人是要是人的存在意义，是人的意义，这个人的意义，是一个文明的意义，是一个理性的意义，如此，一个人是要一个理性意义。

而且一个人是可以完全的理性意义，一个人要做到这一点，是需要心灵的修养意义，也是需要生活的心灵的磨砺，这是两个意义，是一个互相的良性互动的意义，因为生活的磨砺，也是心灵修养的一个意义，因为只有一个人是可以做的到，说明一个人是有一个文明意义，是一个有教养的人。

而且生活的磨砺，也是一个现实意义，是一个人的心灵修养的做的到，是一个生活意义，这是心灵修养的一个难点，可以说，从心灵的内在意义，一个人只是一个思想内化意义，只要是把思想意义是转化为心灵意义，一个人在心灵修养的意义是可以达到的。

但是一个人要在生活意义是可以做的到，就有难度了，因为人是有局限的，对于这一点，一个人要完全的理性意义，的确是一个理想意义，甚至是一个乌托邦的难以企及的一个境界。

尽管是这样的，但是对于一个人是需要一个理性意义，这个理性意义也是一个思想意义，是一个精神意义，也是一个智性意义，这也是说，一个人是一个信仰意义，是一个用头脑的意义，而不是一个生命的本能意义，这是一个分界，是人的意义与动物意义的一个分界。

这也是说，一个人是要做一个人，而不是一个动物，只是一个人的意义，人的意义，就是人的心灵意义，是人的思想意义，这也是人的文明意义。

对于一个现代人，就是一个现代意义，是一个现代意义的文明意义，是一个现代意义的思想意义，可以说，一个人是可以达到一个完全的理性意义。

这个完全的理性意义，是一个自由人的特质意义，一个自由人是可以做到这一点的。

可以分析，一个人是不会有消极情绪是不可能的，一个人是没有生命的消极本能也是不可能，但是一个人是一个心灵的自由意义，只要一个人是不为消极意义是控制，而是一个人是可以控制消极意义，一个人会是一个完全的理性意义，这就是一个人的境界，是一个自由人的境界，是一个现代人的境界。

一个人可以做到这一点的。

如果一个人是不会有消极意义，是不会有消极情绪，这是不可能，这只是一个乌托邦，一个人是要一直的笑哈哈，即使是面对他的攻击，一个人也是如此，一个人是没有消极情绪，这是不可能的，可以说，佛学思想的修养意义，是一个幻想的，是不现实的。

2020-06-19

第 37 章 心智健全

61

一个人是可以修养心灵，一个人会是有有一个完善的心灵世界，是有一个健全的心灵世界，这也是说，一个人是有一个思想意义，是有一个精神意义，最基本的一点，一个人是有最基本的价值尺度，是有一个文明意义的价值立场，如此，一个人是可以价值判断，是可以善恶判断，是可以是非判断，这是一个人的心智健全的最基本的一个意义。

这是一个心灵意义的内在意义，一个人是可以通过读书是可以做的到的，只要一个人是把思想价值是可以转化为一个人的心灵意义的价值意义，是一个人的内在的思想价值，那么一个人是一个心灵意义的实体意义，而不仅只是一个知识意义的。

这是心灵修养的最基本的一个意义，为什么是心灵修养，是一个是要提升一个人的思想境界，是要提升一个人的精神境界，这个思想意义，这个精神意义，是可以转化为一个人的心灵世界的思想意义，是可以转化为一个人的心灵意义的精神意义，是一个人的内在意义的心灵意义的修养意义，而不是一个知识意义。

如此，一个人才会是有有一个健全的心灵，是有一个完善的心灵，如此，一个人的心智才会是一个健全的。

如一个人是做什么，是不做什么，是一个人的价值判断，善的是可以做的，恶的就是不能做的，这是一个人的价值判断，是一个人的善恶判断，只有一个人的心灵意义是有一个价值意义，一个人才会是可以价值判断的。

如果一个人的心灵意义是有一个价值意义，一个人就不能是价值判断，如此，一个人是会是非不分，会是善恶不分，是一个混沌的。

另一个意义，是心灵修养的现实意义，是一个人的知行合一的生活意义，这也是一个人是可以做的到，心灵修养的基本意义是一个人是可以做的到，而不仅仅是一个内在的心灵意义，而是一个外在意义的心灵意义。

这个外在意义的心灵意义，是一个人的心灵自由的自由意义，可以说，一个人是一个心灵自由的生活意义，如此，一个人是一个心灵自由的存在意义，一个人在生活之中，是一个心灵意义的生活意义，如何是可以达到这一点，是需要一个心灵自由的心灵生活，这如竹林七贤一样的自由意义。

这样一个人是一个自由人，是一个心灵自由的自由意义，而且一个人是可以实现心灵生活的生活意义，的确这是一个很高的生活意义，只有一个人是有一个心灵意义，而且一个人是有一个自由意义，一个人才会是寻求一个心灵自由的心灵生活。

但是一个人要完全的可以做的到，从一个积极意义，一个人是可以做的到的，如一个人的美好意义，只要一个人是美好价值的自由意义，一个人会是一个美好意义的自由意义，如爱的意义。

但是从一个消极意义，一个人需要是一个理性意义，一个人是可以控制人的消极一面，只是一个积极意义的自由意义，要做到这一点，这也是前面讨论的问题。

2020-06-19

第 38 章

完善自己

一个人的心灵修养的意义，是一个提升心灵境界的修养意义，进一步，是可以达到一个完善意义，这个完善意义是一个人是可以达到一个尽善尽美的心灵境界，这也是一个人的自我完善，如此，一个人的心灵世界是一个健全意义，是一个完善意义，也是一个人的心智健全的基本意义。

从一个内在意义，从心灵意义，一个人是可以做到这一点的，是可以达到一个尽善尽美的一个境界。

这样做的意义是什么，是指向一个人的生活意义，是指向一个人的价值意义。

如一个艺术家，艺术作品要达到一个艺术境界，是需要一个艺术家的心灵修养是要达到一个心灵境界。

如一个诗人，诗的思想境界是一个诗人的思想境界，一个诗人是要达到一个思想境界，如此，一个诗人的诗会是可以达到一个思想境界，如杜甫的圣者的思想境界，如李白的自由精神的自由境界。

这是一个人的生活价值的意义，也是一个人的人生的价值意义。

从一个生活意义，一个人要生活的美好意义，如要寻求一个高雅的生活意义，一个人就需要是修养心灵，是可以提升一个人的心灵境界，可以说，一个人是有什么样的心灵境界，一个人就有什么样的生活境界，就有什么样的人生境界。

一个人是没有什么心灵意义，一个人就没有一个人生价值，一个人是没有什么生活价值，如幸福意义，如爱的意义。

如此，对于一个人，只是一个庸俗的生活，是一个低俗的生活，如享乐主义的物质意义，可以说，这样的生活意义只是一个动物意义，不是一个人的意义。

而且一个人是缺失一个心灵意义，一个人是没有什么人生价值，而且一个人也是一个没有教养的，这时，一个人只是一个动物层面的，不仅是低俗的，也是丑陋的，也是荒诞的，如一个人的消极情绪的放纵，只会给他人是制造痛苦，而且一个人也是低级意义的荒诞存在。

但是对于一个心灵修养的生活意义，从个人意义，一个人是可以提升一个人的生活境界，是可以有一个高雅的生活意义，是有一个高尚的生活价值，如美好的生活意义，如幸福的生活意义，如爱的生活意义。

而且一个人的人生价值是一个高尚的，是一个美好的，最基本的一点，一个人是有一个生活价值，是有一个人生价值，如幸福意义，如自由意义，这样一个人的生活境界就是一个高尚的意义。

但是从另一个意义，从一个消极意义，尽管一个人是可以有一个高尚的生活价值，但是这

在一个文明社会，会是可以实现的，因为人人是一个文明人，是有一个心灵意义的生活价值，而且一个社会是一个文明社会，因此这是一个良好的人文生态，这如鱼一样是在水中，一只鱼是可以遨游的。

但是在一个丑恶的社会，对于一个有心灵意义的人，一个人会可以感受多的痛苦，因为丑恶的是过多，这如是一个人是生活于一个贼窝一样的。

尽管如此，一个人也是要奋力向前，是可以做一个自由人，是可以做一个有心灵的人，因为这是一个人的意义，这也是一个人是要做一个人，而不是一个动物，不是一个野人。

2020-06-19

第 39 章 心灵的光明

人是一个人的意义，什么是一个人的意义，就是人的心灵意义，只有人是有一个心灵意义，这是人与动物的一个分界。

而且对于人类，也是存在反文明的，这样人的存在不仅是一个动物意义，而且会是一个恶的存在，因为是一个反文明，因此会是一个邪恶的，会是一个丑恶的，如此，人是一个异化，如极权主义对于人的驯化，人是一个恶的，是一个流氓的存在，说到底，依然是一个动物意义，是一个野蛮的。

但是对于一个文明社会，人是一个文明人，一个人如何是可以成为一个文明人，是需要一个人是可以受到文明教化，人的文明教化是通过一个人的心灵是可以实现，这也是说，一个人是可以接纳人文思想，这样人文思想是可以转化为一个人的心灵意义，是一个人的心灵的内在的修养意义。

如此分析，一个人是有一个心灵世界的，一个人的心灵的修养意义，是一个人构建一个人的心灵世界，一是一个人是有一个心灵世界，一是一个是可以构建心灵世界。

这样，一个人就需要一个人的心灵世界是一个光明的意义，如是太阳一样的，可以说，文明思想是如太阳一样的，文明意义是如太阳一样的。

一个人是修养心灵，一个人的心灵世界就是有文明思想，是有人文精神，这本身也是一个美好价值的，因此一个人的心灵意义会是一个美好意义。

由于是一个美好意义，是一个文明意义，因此一个人的心灵世界是一个光明的意义，是一个善的，是一个正义的，是一个道义的，是一个美好的。

正如此，一个人才会是可以寻求美好的生活意义，是有美好的生活愿望，是有美好的生活价值。

可以分析，愿望是一个心灵意义的，是一个价值意义，美好的生活愿望是由于一个人是有美好的价值意义。

但是欲望是不同的，欲望是一个肉体的，是一个人性的，是一个生命意义的，因此是一个低级意义的。

这样是可以把愿望与欲望是可以区别的。

一个人是有一个心灵世界，而且一个人的心灵世界是一个光明的意义，这如是太阳一样的，这如是一个蓝天一样的，这是一个人的心灵世界的最基本的一个意义。

如此，一个人的心灵世界是一个美好的意义，由于是一个美好的意义，因此一个人是可以征服困难，是可以超越苦难，是可以超越一切的艰难险阻的，一个人会是可以化解一切的消极意义。

这就是一个人的心灵世界的一个支撑，是一个美好意义的支撑，有了这个美好意义，即使一个人是在苦难之中，一个人的心灵依然是有太阳的光，一个人会是向往美好的生活，一个人依然是追求美好的生活价值，是可以实现美好的生活意义。

而且一个人会是可以消除消极思想的，是可以奋发图强的，是可以独立的，是可以自由的，一个人是不会懦弱的。

2020-06-19

第 40 章 美好的情感

情感意义是一个心灵意义，同一个人的思想意义是关联的，一个人是有什么样的思想意义，一个人会是有什么样的情感意义。

一个人的心灵意义是一个美好意义，一个人也是有美好的情感意义，就美好本身，一个人是有美好意义，一个人也是有美好的情感意义，如一个人对于美好的感受，是一个美好情感的感受意义。

一个人对于美好价值的寻求意义，也是一个美好的情感意义，是会伴随美好的情感的。

一个人是有美好的愿望，是有美好价值的寻求，如一个人的人生价值，如一个人的生活价值，是一个美好意义的，是一个美好价值，如幸福的意义，如美好的意义，如爱的意义，这是人的生活价值，这也是美好价值，如此，一个人也是可以激发一个人的美好意义的情感意义。

如爱的意义，是有一个爱的情感意义，一个人是一个爱的生活意义，不仅是一个爱的思想意义，也是一个爱的情感意义，如亲情的爱的意义，如父母对于子女的爱的意义，是有一个美好的情感意义。

对于美好价值的寻求意义，也是一样的道理，如对于自由的寻求，一个人也是有一个美好的情感意义。

如一个人是有人道主义的思想意义，如此，一个人会是有一个人道主义的情感意义，如一个人会是温情的，是不会伤害他人的，一个人不会是有意的伤害他人的。

因此对于一个人，从一个高级意义，从一个心灵意义，一个人是需要激发高尚的情感意义，是需要激发美好的情感意义，可以说，高尚的思想意义会是可以激发高尚的情感意义，如爱的意义，一个人是有一个高尚的思想意义，一个人也是有一个高尚的情感意义。

美好的情感会是可以激发一个人的美好的意义，有时也是一个美好的激情的意义，但是一般而言，是美好的情感的一个温和的意义，而且情感意义是一个持久的，是一个稳定的，是一个永恒的，一个人是有一个美好的情感意义，会是可以伴随一个人的生活之中的。

这一点是不同情绪，消极情绪是短暂的，是一时的，一个人可以从消极情绪是恢复一个人的正常的意义。

如诗人的诗，不仅是一个思想意义，也是有一个情感的意义，那么对于一个人的生活而言，一个人是有一个美好的心灵意义，一个人也是有一个美好的情感意义。

而且对于一个人，是需要激发美好的情感意义，一个人不仅是有一个美好的人生价值，而且一个人在寻求美好价值的生活意义中，一个人是可以唤醒美好的情感，是可以激发美好的情感。

这是一个积极意义的，是一个正面意义，是一个美好意义。

如此，一个人是要修养心灵，只有一个人的心灵意义是一个美好意义，一个人才会有美好的情感意义。

2020-06-19

第 41 章 理性的人

一个人是可以达到一个心灵意义的健全意义，是可以达到一个心灵意义的完善意义，这时，一个人的心智是可以健全的，一个人是一个自由人，是一个文明人，一个人是一个人的意义，也是一个理性的人。

这是说，只有一个人是有一个健全的心智，一个人才会是一个理性的人，因为一个人是有一个健全的心灵意义，是有一个完善的心灵意义，最基本的一点，一个人是可以理性判断，是可以价值判断，是有一个价值判断的判断能力，这是一个理性的人的最基本的一个意义。

一个意义，只有一个人是一个健全的心灵意义，是一个完善的心灵意义，这时，一个人是可以完成个人自治，可以说，一个人是有一个个人自治的自治能力，一个人是可以做好自己的事，从一个心灵意义，一个人是有个人价值，是有一个人的的人生价值，是有一个人的生活意义，这是一个心灵意义，这是一个文明人与一个野蛮人的区别。

而且一个人是可以实现个人价值，是可以实现一个人的人生价值，是可以实现一个人的生活价值，一句话，一个人是可以幸福意义的生活，一个人是可以美好意义的生活，即使一个人是在苦难之中，一个人依然是寻求生活意义，一个人依然是可以寻求幸福意义，这也是个人

自治的基本意义。

简单的说，一个人是可以幸福意义的生活，是可以美好意义的生活，这是一个人的心灵意义的一个力量，这个力量是心灵意义的心灵力量，也是一个思想的力量，也是一个精神的力量，但是从心灵意义，是一个人的心灵意义的综合意义的心灵力量。

这是个人自治的自治意义，一个人是可以自己的做的好，这样一个人不仅一个人的独立意义是一个美好意义，而且一个家庭也是一个美好意义，而且一个人在社会之中，一个人给予他人的也是一个美好意义，从一个消极意义，一个人是不会给他人是制造痛苦的。

这个就是一个理性的人的生活意义，也是一个自由人的生活意义，也是一个文明人的生活意义。

相反，如果是缺失一个心灵意义，如中国的极权主义社会，由于是缺失一个心灵意义，可以说，一个人是缺失一个人生价值，也是缺失一个生活价值，这样问题就出现了，一个人的生活会是一个荒诞的，因为一个人不清楚一个人的价值意义是什么，因此一个人也是不会实现价值意义，因此一个人只是一个人性的，只是一个生命的，从一个人的自身是这样的。

既然如此，一个人的生活境况只是一个乌烟瘴气的，不仅一个人是不能好的意义的生活，而且会是祸害他人，是会给他人制造痛苦。

可以说，一个缺失心灵的人，一个人是有一个理性意义，也是有一个文明意义，一个人如孩童一样的，只是一个放任的，是一个自然人的，这也是一个原始意义，况且，如果一个人是一个极权主义的驯化的流氓，一个人的生活就会是更加可悲，因为一个人会是一个虐到狂的卑劣的，如此，一个黑暗的心灵存在，只会是一个黑暗的生活境况，因为一个人即使是富有天下，一个人依然是没有一个幸福意义的。

2020-06-19

第 42 章 心灵自由的人

只有一个人的心灵意义是一个自由意义，一个人才会是感受世界，是可以感受人生，

是可以感受社会。

如果一个人的心灵意义不是自由的，什么情况会是不自由的，这就是一个人的心灵意义是受到遮蔽的，一个人的心灵是受到扭曲的，为什么是这样，如一个人为一个消极情绪是控制，一个人的心灵意义就会受到遮蔽，这时，一个人的心灵意义只是一个消极情绪是一个主导意义，可以说，一个人是为一个消极情绪是在控制，而不是一个人是在控制一个消极情绪，这样一个人的心灵意义不是一个自由意义。

如此，对于一个心灵修养的生活意义，心灵境界的最基本的一个意义是自由意义，是心灵意义的自由境界。

一个人要达到一个心灵意义的自由意义，的确是难一点，这主要是一个人的心灵意义有时会受到遮蔽的，这如是乌云遮住太阳一样，一个人的自由的心灵意义是一个太阳一样的明亮的，是一个蓝天一样的晴朗的，但是如果是太阳是受到乌云的遮蔽，这时一个人的心灵会是不是自由的。

其实遮蔽心灵意义的乌云是很多，如世俗意义的权力，如金钱，如名利，也是可以遮蔽一个人的心灵意义。

可以说，一个自由的心灵意义是一个通透的，是一个明亮的，是一个清明的，是一个光明的，如湖水一样，如明月一样，如太阳一样的，因此一个自由的心灵，是可以感受世界的，而且这个心灵感受是一个明净的意义。

这也是说，一个人是可以感受世界的美好意义，也是可以感受世界的丑恶的，这个心灵的感受意义是一个明净的，是一个纯粹的，是一个客观的，这如是世界是投影在一片白纸一样，这就是自由的心灵的一个特质。

而且自由的心是可以有一个明净的思想意义，是有一个纯粹的精神意义，而且这个思想意义会是一个高尚的意义，这个精神意义会是一个高贵的意义，因为一个人是可以超越世俗的庸俗的，是可以超越世俗的鄙陋的，如一个人是可以超越名利，这时一个人才会是可以发现真理意义，是可以揭示思想意义。

如果一个人的心灵受到遮蔽，如受到世俗的名利的遮蔽，那么一个人的心灵是会受到遮蔽的，一个人的心灵是不能放射思想的光，是不能放射精神的光。

可以说，自由的心是有心灵的光，如太阳一样的，这个心灵的光，也是思想的光，是精神的光，一个人的自由的心是可以穿透一切迷雾，是可以穿透一切乌云，是可以发出思想的光，是可以发出精神的光，对于这一点，这同中国的传统哲学的思想意义是一致，如心学的思想意义，如佛学的哲学意义。

不同的人是有不同的弱点，一个人的弱点有时会是遮蔽一个人的心灵，如一个人有时是一个消极情绪，一个人会为一个消极情绪是控制，可以说，这时一个人的理性意义是一个最低的，一个人的心灵意义也是受到遮蔽的，一个人只是一个消极情绪的过激的言行，可以说，一个人是一个愚蠢的，是一个笨拙的。

2020-06-19

第 43 章 诗性的心

诗是一个诗美的意义，也是诗美的一个境界。

对于一个人是修养心灵，一个人是可以接纳人文思想，是可以接纳人文精神，因此也是在接纳美好价值，是在接纳美好意义，这本身是一个诗美的意义，可以说，诗的最高境界是哲学，哲学的最高境界是诗。

因为一切的文明价值是一个美好意义，因此一个人是提升一个人的人文素养，也是可以达到一个美好意义的心灵境界，这时，一个人的美好意义的心灵意义是一个诗美的，什么是一个诗美的，就是一个美好意义，只有是一个美好意义的，才会是一个诗美的。

因此这时，一个人的心灵意义是一个诗性的心，什么是诗性的，就是诗美的，就是美好的，只有是美好的意义，才会是一个诗美的，才会是一个诗的意义。

如此，一个人是可以美好意义的生活，这也是一个诗意的栖居，这一点同荷尔德林的思想意义是一致的。

如此，一个人的心灵意义是有一个太阳，因此即使一个太阳是受到遮蔽，即使一个人的生活是有苦难，一个人依然是一个诗美的意义，是一个诗意的栖居，一个人的太阳的光，一个人的心灵的光，依然会是闪耀，因此会是照亮一个人的心灵世界。

这一点很重要的，可以说，一个人的修养心灵，一个人是有一个强大的心灵，这个强大的心灵意义是一个思想的强大，是一个精神的强大，可以说，这是一个思想的力量，是一个精神的力量，是一个文明的力量，是一个真理的力量。

既然如此，那么一个人即使是处于苦难之中，一个人依然是可以奋进的，即使有时是痛苦，一个人依然是超越痛苦，即使有时是懦弱，一个人依然是可以超越自己，是可以挺立的。

从一个诗性的意义，一个人依然是有诗，是可以诗一样的栖居的，是有诗美的生活意义，即使是凄美的，即使是悲剧的，依然是诗美的，是可以诗一样的生活，是有诗美的心灵意义。

最为重要的一点，一个人是可以焕发奋进的力量，是可以看到未来的光明，是可以寻求美好意义，是可以追求美好价值。

可以说，对于一个诗人，是可以这样的生活，那么对于一般的人，如何呢，可以做的到吗，这在于一个人的心灵修养的意义。

可以说，如果一个人是接纳一个思想意义，一个人就是可以达到一个思想境界，对于一般的人，也是可以做的到。

如纽约面对病毒的侵蚀，成千上万的人是愿意做志愿者，这其实是一个贵族精神，但是为一般民众是可以接受，一个人就是可以达到一个思想高度。

就此一点，这在中国是做不到的，因为这在一个流氓社会，会是视为是傻的，这就是文明意义与反文明的天壤之别的。

如此，什么是一个文明意义，有文明思想才会是一个文明意义，没有文明思想，就会是一个原始部落的，而且文明意义是一个美好的意义，可以分析，这样一个文明意义，人才是一个人的意义，这才是人的尊严意义。

2020-06-20

从一个社会意义，对于一个文明社会，人是要受到文明教化，这是一个社会化的文明意义，如此，一个人才会是可以在社会中生活。

从一个人意义，对于一个自由社会，人是一个自由人，因此是一个人的个人自治，如此，一个人是有一个自我教育的心灵意义，而且对于一个文明社会，人会是有一个心灵意义，只要一个人是接纳文明思想，是受到人文教化，那么一个人就有了一个心灵意义。

况且对于一个自由人，一个人本身是有一个自我教育的心灵意义，一个人要生活的美好意义，一个人要生活的幸福意义，而且从社会意义，一个人要做什么，是有一个理想意义，而且一个人是要实现理想意义，那么一个人就需要有一个健全的心智意义，而且一个人是有高尚的思想意义，是有美好的心灵意义，也是有一个高贵的精神意义，如此，一个人才会是可以实现一个理想意义。

既然如此，一个人是需要修养心灵，这一点同儒家思想的修养意义是一致的。

最为简单的一个道理，就是一个人的生活意义，一个人要生活的美好意义，一个人是要有一个生活价值，那么最基本的一个意义是美好意义，只有一个人是有美好意义的价值意义，一个人才会是寻求美好的生活意义，是可以实现美好意义的生活意义。

如果一个人的心灵是一个黑暗，是一个荒芜，是一个沙漠，那么一个人的心灵意义就没与一个美好价值的价值意义，这就谈不上是要寻求美好意义的生活了，也是谈不上是要实现美好意义的生活了。

最为基本的一点，即使一个人是面对一个美好意义，一个人也是不能感受的，因为一个人是有一个心灵，因为一个人是有一个美好价值，那么即使一个美好是在身边，一个人也是不能感受的，可以说，对于极权主义社会的人，人的生活意义是在一个庸俗的低级意义，可以说，有的人是有一个生活价值，是有一个生活意义，因为有的人是有一个心灵意义。

可以分析，什么是人生的价值意义，什么是生活的价值意义，就是美好价值，就是美好意义，这一点同物质生活是基本无关的，为什么有的人是富有天下，依然是没有一个美好意义，但是有的人是生活清苦，依然是可以幸福的生活，如古代的人，物质生活是低下的，但是有的人依然是可以诗一样的生活，如苏轼的思想境界。

因此从个人意义，不论从那个角度讲，一个人是要生活的美好意义，是要生活的幸福意义，为什么有的人是不能幸福的生活，即使幸福是在身边，一个人依然是不能的感受，为什么，因为是没有一个心灵意义，因为是没有一个生活的价值意义，的确这一点是可悲的，可以说，极权主义的驯化，由于是一个反文明的邪恶，因此把人是驯化为没有心灵的空心人，如此，很多人是处于一个可悲的生活境地。

如果一个人是可以觉醒，那么一个人就是可以读书，是可以学习，是可以接纳文明思想，是可以修养心灵。

2020-06-20

第 45 章 好人的心灵境界

中国传统的儒家思想是有君子的思想意义，在一个现代社会，君子也是好人的意义，对于一个现代文明社会，对于一个人，最基本的一个意义是一个人的意义，是一个现代人的意义，这也是说，一个人是一个人，一个人要称为一个人，是有一个人的意义。

那么什么是人的意义，什么是一个现代人的意义，这就是一个文明意义，而且这个文明意义是一个现代文明社会的最基本的文明思想的思想意义，这也是普世价值的人类意义，这是现代文明社会的最基本的思想意义。

但是在这个基础上，一个人也是可以做一个好人，的确什么是一个好人，也是不易界定的，但是如果是明确了人的基本意义，是明确了人的最基本的思想意义，那么对于好人的意义，就是进一步的思想意义，这也是说，一个人是可以修养心灵，是可以提升一个人的心灵境界。

至少一个人的思想意义是一个高尚的思想意义，一个人的精神意义是一个高贵的精神意义，

可以分析，这也是现代社会的精英分子的心灵意义。

这也是说，对于一个君子，是可以担负社会责任，那么对于一个好人，也是可以承担社会责任，是可以担负社会道义，是一个社会的精英分子，进一步，一个人是可以成就一个事业的，是可以实现一个理想意义。

如一个诗人，如一个画家，如果是可以达到一个卓越的艺术高峰，可以说，是一个精英分子的，因此在一个人的心灵意义也是可以达到一个好人的心灵意义。

因此说，好人的心灵意义是一个开放的思想意义，不同的人是有不同的思想意义。

但是一个人是有一个人的独特意义的思想意义，是有一个人的独特的精神意义，一个人的心灵境界是可以达到一个高度的。

尽管人是没有一个等级意义，而且对于一个文明社会，人在尊严意义是一个平等意义，但是依然是有不平等的，这个不平等的意义就是一个人的自身的不平等，如天赋，有的人的天赋是要高一些的，如天才的诗人。

而且由于人的天赋不一样，如果一个人的后天努力，这样也是有不平等的，因此有的人的成就要高一些的，如伟大的诗人。

不论如何，对于一个现代社会，是有一个好人的意义，而且一个现代社会，也是可以构建为一个好人社会，从这个意义，好人意义也不是一个高深的意义，依然是一个人是可以达到，如君子的意义，一个人做一个君子是不难的，因此一个人做一个好人也是不难的。

因为一个人是可以接纳文明思想，一个人的心灵意义一下是可以提升到一个心灵高度的，是有一个高的心灵境界，这主要是一个人是做的到的。

如曾国藩是一个儒家思想的践行者，是可以修养心灵，而且是可以做的到，因此是可以达到一个圣者的心灵境界。

2020-06-20

第 46 章 向神性的迈进

一个人是修养心灵，是在生活中的磨砺，这个生活的磨砺，是可以激发一个人的思想，是一个焕发一个人的精神，而且一个人是读书，是可以吸取人类文明的思想意义，如此，一个人是可以提升一个人的思想境界，是可以提升一个人的精神境界，也是可以提升一个人的心灵境界，这个思想意义，这个精神意义，是可以超越人性的，是具有伟大的意义，因此思想意义的进步意义，精神意义的进步意义，也是一个人是在向神性的迈进，这个进步意义是一个积极意义，是一个正面意义，因此，一个人不仅是不会堕落，而且一个人是可以进步的。

可以说，思想境界的提升，精神境界的提升，是具有神性的意义，这也意味一个人是要提升一个人的心灵意义，是要修养心灵，是要思索，是要进步，而不是堕落，而不是放任。

可以说，有时人会是处于理性与非理性的冲突之中，也是处于文明意义与生命的本能的冲突之中，也是处于人性与心灵的冲突之中，这是冲突意义是一个真实的，正由于是一个冲突，因此，这时是一个一个是战胜另一个的冲突，如精神意义是可以战胜人性的消极存在，那么这时一个人会是有精神意义的飞越的，一个人是可以提升一个人的精神境界。

但是如果是人性的消极意义是战胜了精神意义，这时一个人会是一个屈服的，是。

于人性的消极意义的控制之中，如嫉妒，如仇恨，这时也是意味一个人会是一个堕落的，可以说，对于心灵的修养意义，一个人会是时时是处于冲突之中的。

可以说，思想意义的高尚，精神意义的高贵，是一个神性意义，是一个纯粹意义的心灵意义，是可以超越人性，是可以超越生命，是可以超越自我的，是一个具有巨大力量的文明意义。

这也是说，对于一个文明人，对于一个自由人，最基本的一点是恪守人的意义，是恪守文明意义，如此，一个人可以做的是激发思想意义，是激发精神意义，而不是人性的消极意义的放纵，而不是生命的消极本能的放任，这就是一个分界，一个人是要把握这个分界。

只有一个人是可以分清这个分界，那么一个人是可以站在人的意义，是可以恪守文明意义，是可以严于律己，是可以修养心灵，是可以焕发一个人的心灵的力量，是可以提升一个人的心灵境界，这也是意味一个人是可以向神性的迈进。

可以说，高尚的思想意义，高贵的精神意义，就是神性的意义。

可以分析，神性的意义是一个心灵意义，只要一个人是有一个心灵意义，一个人就有一个神性的意义。

如遇到危难，是绅士要挺身而出，妇女与儿童是要逃离的，这是西方社会的绅士的精神意义，这个精神意义是一个神性的，是同人性的消极意义是冲突的。

2020-06-20

第 47 章

圣者的心灵境界

76

一个人是修养心灵意义，一个人会是可以提升一个人的心灵境界，如果是可以达到一个伟大的思想意义，是可以达到一个伟大的精神意义，这时，一个人会是可以达到一个圣者的心灵境界。

对于一个人，如何是可以达到这样的一个人心灵境界，可以说，一个人的天赋是一个因素，一个人的后天的悟性与努力也是一个因素，如王阳明的思想意义，是可以达到一个思想境界，因此是一个圣者的思想境界，如密尔的自由主义的思想意义，也是可以达到一个圣者的思想境界，如杜甫是有圣者的思想境界，因此也会是一个圣者的心灵境界。

可以分析，只有极少数的人是可以达到圣者的思想境界，是可以达到圣者的精神境界，如哲学家的思想境界，如思想家的思想境界，如诗人的精神境界，如艺术家的思想境界，如贝多芬是可以达到一个圣者的心灵境界。

但是对于一般的人，如果一个人是以一个圣者的思想意义是可以修养心灵，那么一个人有时也是可以达到一个圣者的思想境界，如曾国藩的天赋是一般的，但是后天的心灵修养是第一流的，因此日积月累，也是可以达到一个圣者的思想境界。

因此圣者也不是高不可攀，如果一个人是有圣者的天赋意义，可以说，就精神意义，有的人天生是有一个圣者的心灵境界，如伟大的人物，如华盛顿，如杰斐逊，的确是有极高的天赋意义，天生就是一个王者，天生就是一个圣者。

因此如果一个人是有一个圣者的天赋意义，那么一个人的心灵的修养意义，一个人也是可

以走向一个健全的思想意义，是可以走向一个完善的精神意义，一个人的先天的天赋与一个人的后天的心灵修养是可以达成一个融合意义，一个人是可以走向一个圣者的心灵意义。

但是对于一般的人，可以以伟大的思想意义为一个坐标，可以以伟大的圣者为一个楷模，是可以学习，是可以修养心灵，是可以有一个博大的心灵意义，也是可以有高尚的思想意义，是有高贵的精神意义。

可以说，只要一个人是修养心灵，那么一个人在一个方面或许也是有一个伟大的，只不过对于一个圣者，是有很多的伟大的意义，如有伟大的思想意义，是有高贵的精神意义，是有伟大的心灵意义。

一个人为一个圣者，一个人是可以完成伟大的理想意义，有的人是哲学家，如孔子，有的人是政治家，如杰斐逊，有的人是艺术家，如贝多芬，这样讲，对于一个圣者，不是一个自夸的，而是一个可以完成一个伟大的理想意义，是有一个伟大的功绩的。

尽管是这样的，但是有一点可以说明，一个圣者也仅仅是一个高峰意义，并不意味是一个十全十美的，因为是没有十全十美的，如果说是有一个尽善尽美，那么也仅仅是一个思想意义的，是一个精神意义，是一个心灵意义，在一个现实意义，的确圣者也是不能达到一个尽善尽美的完美境界。

2020-06-20

第 48 章 超越物质生活

人的生活是一个现实生活，因此任何一个人是离不开物质生活的，但是对于一个人，如果仅仅只是一个物质生活，是有一个心灵生活，那么一个人会是一个物质主义的，会是一个享乐主义的。

但是如果一个人是有一个心灵生活，是有一个心灵意义，这样一个人的生活层面是一个精神意义，不在一个物质层面，这是一个分界，是心灵生活与物质生活的一个分界。

既然如此，那么对于一个具有心灵生活的人，一个人就有了一个思想意义，如此，也是有

一个信仰意义，而且一个人的人生意义是有一个价值意义，一个人的人生是有一个价值意义，一个人的生活也是有一个价值意义，这个价值意义是一个思想意义，是一个精神意义，是一个信仰意义，如自由，如爱。

既然一个人是在精神生活的生活意义，是在心灵生活的生活意义，那么一个人对于物质生活是不会欲求的，一个人是不会追求物质生活的，尽管一个人是离不开物质生活，但是一个人对于物质生活是一个自然的意义，这也是说，一个人是可以达到什么样的生活质量，一个人就是生活于什么样的生活意义，这也是一个纯粹意义的心灵意义的生活意义。

因此一个人是可以超越物质生活，可以说，一个人的物质生活是不会困扰一个人的心灵，这如一个人的吃饭，是有什么就吃什么，一个人是不会有有意追求的，因此说，一个人是有一个心灵意义，一个人是实现一个人的生活价值，是实现一个人的人生价值，而且这个人生价值同社会价值是一致的。

如一个人是愿意做一个诗人，这是一个人生价值，这也是一个精神生活，那么，一个人的人生价值，一个人的生活意义，是如何成为一个诗人，是寻求诗歌艺术的创造意义，而且一个人对于物质生活是一个满足的，一个人是有什么样的物质生活，一个人是一个满足的，

对于中国的极权主义社会，是一个享乐主义，是一个物质主义，是一个拜金主义，为什么，因为人是没有一个精神意义，是没有一个心灵意义，因此人的生活层面是在一个低级意义，而且对于物质生活的追求意义，一个人是贪婪的，是一个无止境的，这样就会是引发人性的扭曲的，也是一个不正常的。

但是对于中国社会，也是存在具有良知意义的人，因此也是有心灵意义的追求意义，可以说，这才是一个社会的希望，这才是一个民族的希望，要改变极权主义社会，就是需要这样的具有心灵生活的人。

而且由于文明思想的教化意义，可以使一个人是有一个高尚的思想意义，是有一个高贵的精神意义，如此，对于物质生活也是有一个中庸的思想意义，而不是一个极端主义的，因此说，文明意义是一个社会的希望，文明意义是一个社会的力量，这样一个社会是一个文明意义，而

且可以为人类的文明意义是有一个进步意义。

2020-06-20

第 49 章

超越肉体

灵与肉的问题是一个永恒的问题，也是不能完全可以说清楚的，但是可以从心灵意义的角度可以分析。

对于一个人，是离不开肉体的，但是如果一个人是一个心灵意义的生活意义，是一个精神生活的生活意义，这样一个人的生活意义是在精神层面的，如此，一个人的人生价值是一个精神意义，一个人的生活意义是一个精神意义，而且物质生活是在一个人的低级层面，这样对于肉体的意义也是在一个低级意义。

肉体的存在是一个生理意义的，是一个人的吃喝问题，如果一个人是有一个心灵意义，是有一个精神意义的生活意义，这时一个人的生活意义是一个物质意义的，从人的生理意义，一个人会是仅仅是一个吃喝玩乐的。

享乐主义是一个肉体的生活意义。

如此，对于一个人的心灵意义，一个人是可以超越肉体的生理意义，尽管一个人也是吃饭睡觉的，但是一个人不仅仅只是这些的，而是有一个精神意义的生活价值，因此一个人也是可以超越肉体的，如舒伯特是穷困的，但是依然是可以创造音乐，并不会是由于吃不饱是不会创造的。

这样说来，对于一个有精神意义的人，不论一个人是物质意义是如何，不论一个人是否可以吃饱，一个人依然是一个精神意义的生活意义，一个人是可以超越肉体的存在，可以说，一个人是一个纯粹意义的精神意义，是一个纯粹意义的心灵生活，如梵高也是这样的。

对于这一点，可以说，只有是有自由精神的人是可以做的到，因为一个人是一个心灵意义的自由意义，一个人只是心灵意义的自由实现，一个人是什么样的心灵意义，一个人是什么样的生活意义，生活意义是一个心灵意义的，而不是物质意义的。

一个人是有一个精神意义，是有一个心灵意义，一个人是一个精神的飞扬，是一个心灵的自由意义，不论一个人是处于什么样的物质生活，不论一个人是否可以吃饱，一个人是不会受到物质的困扰，是不会受到吃喝的困扰，也是不会受到肉体的困扰，一个人是可以超越物质生活，是可以超越肉体的，这是一个人的心灵意义的一个力量，也是一个心灵意义的生活意义。

或许一般人是不能可以认知这个问题，如果是可以认知舒伯特的人生境况，一个人就是可以认知心灵意义的精神生活的伟大意义，对于一般的人，也是做不到的，但是对于具有心灵意义的人，是可以做的到。

这如一个人，是物质主义的，是如一只鸡一样，但是如果是一个心灵意义的，那么一个人是一只鹰，这是一个客观的事实。

如此，对于人的心灵生活是在一个高级意义，是在一个心灵意义，这是人的伟大之处，只有人是有一个心灵意义，是可以实现心灵意义的精神生活。

2020-06-21

第 50 章 超越死亡

人是一个生命意义，生命意义也是一个最高的意义，这是对于一切生命的尊重意义，是对于一切生命的关怀意义。

但是作为一个人，一个人是有一个心灵意义，那么一个人的生活是一个心灵的自由生活，是一个人的心灵的自由飞扬，是一个人的精神的自由飞扬，如此，一个人即使是面临生命的危险，一个人也是不会放弃的，是不会屈服的，一个人依然是一个自由的心灵意义。

如竹林七贤一样的，这在一个黑暗的时代，是对于精神自由的一个追求，的确是难能可贵的。

对于一个自由社会，也是一样的，一个人是有一个心灵意义，一个人是有一个思想价值，是有一个精神价值，是有一个信仰意义，一个人是做一个正义的事，一个人会是挺身而出的，一个人是不会退缩的，即使是面临生命的危险，即使一个人是面对死亡，一个人也是不会退缩，

一个人不会是由于面对死亡而不做一个正义的事。

尽管生命是一个至高的，是一个生命意义，一个人是要珍视生命，但是人的意义，是有一个心灵意义，是有一个精神意义，如此，一个人会是可以超越死亡的，不会由于是面对死亡，一个人是不会做一个正义的事。

如极权主义社会，一个人是反抗，一个人是追求自由，会是受到极权主义的迫害，但是一个人并不会退缩的，而是一个人的勇敢的前进，即使是面对死亡，一个人依然是追求自由的，如此，一个人是可以超越死亡的。

这也是说，一个人是要珍视生命的，是要爱生命的，但是一个人也是不会畏死的，因为人是有一个精神意义，有时精神意义是可以高出生命意义的。

如竹林七贤的生活意义是这样的，是精神意义是可以超越死亡的，如嵇康的精神意义。

其实这也是一个精神自由的自由意义，是一个心灵意义的自由意义，这也是说，不能是由于面对死亡，一个人的心灵意义是不能自由的展现，相反，一个人是可以无所畏惧的，即使是面对死亡，一个人依然是一个自由意义，是一个精神意义，是一个心灵意义。

如苏格拉底也是一样，是一个可以超越死亡的思想意义，这也是说，死亡并不是可怕的，对于一个人是有一个可以超越死亡的精神意义。

人的精神意义是可贵的，人的心灵意义是自由的，如此，这也是一个高尚的思想意义，一个人是可以看淡生死，一个人是有一个心灵意义的自由意义。

这也是说，并不能由于是死亡，一个人会是抛弃精神意义，因此精神意义是最为重要的，是一个比生命更为可贵的价值意义。

尤其是处于一个黑暗的社会，由于是面对死亡的威胁，因此对于一个有志向的人，对于一个有理想的人，要追求理想，会是面临威胁的，会是面对迫害的，如此，一个人会是可以一个精神意义的至高意义，是可以超越社会，是可以超越死亡的。

2020-06-21

第 51 章

心灵的快乐

一个人是有一个心灵意义，而且一个人的心灵意义是一个美好意义，这时，一个人的心灵意义的主导意义是一个美好意义，如此，一个人会是有一个幸福意义的心灵意义，而且一个人的心灵意义也是一个快乐的意义。

尽管有时一个人也是感受丑恶的，一个人会是有消极情绪，但是一个人可以及时的恢复一个人的正常意义。

一般的说，一个人的心灵意义是有幸福的感受意义，一个人的心灵意义也是快乐的意义，但是有时一个人是没有快乐的意义，这也是说，尽管一个人的心灵感受是有幸福的感受意义，但是一个人在生活中，有时一个人是不快乐的，这时，一个人是要寻求快乐意义，可以使一个人是快乐起来。

可以说，心灵意义的快乐意义是一个持久的，是一个稳定的，如果一个人的心灵是一个快乐意义，那么一个人的生活意义也会是快乐的。

而且一个人的心灵意义的美好的感受意义，一个人的心灵意义会是一个快乐意义。

人的快乐意义，最核心的一个意义是心灵的快乐，一个人的心灵意义是一个快乐意义，一个人是有一个快乐的意义。

因此一个人是要快乐的意义，是需要一个人是可以感受美好的，只有一个人是可以感受美好的，一个人心灵才会是可以快乐的。

因此一个人也是需要修养一个人的心灵意义，一个人是有一个美好的心灵，是有一个幸福的心灵，因此一个人也是有一个快乐的心灵，这也是一个人是要有一个美好的心，是有一个幸福的心，是有一个快乐的心。

如此，一个人是可以感受美好的，是可以感受幸福的，也是可以感受快乐的。

心灵意义的快乐是一个真正的快乐意义，一个人是要一个快乐意义，就需要一个人的心灵是一个快乐的。

一个快乐的心灵，是需要一个人的心灵修养的磨砺，这如是一个人要有一个诗性的心，

是有一个诗美的生活意义，一个人的心灵意义是一个诗美的，如此，是有一个诗美的心灵感受，也是有一个诗美的生活意义。

快乐的心灵意义也是一样，是一个人是修养一个人的心灵意义是一个快乐的。

有时一个人的心灵感受是有负面的，因此一个人会是痛苦的，如此，一个人也是没有快乐的意义，这时一个人只有是走出痛苦，是可以化解痛苦，是可以恢复心灵意义的正常意义。

可以说，一个快乐的心是一个微笑的心，是面对生活的微笑，只有一个快乐的心，一个心才会是可以微笑的。

而且一个快乐心灵也是一个心灵境界，一个人是可以达到一个美好意义的心灵境界，也是可以达到一个幸福意义的心灵境界，是可以达到一个快乐意义的心灵境界。

只有一个人是经历痛苦的磨砺，一个人才会是可以修养一个快乐心，这也是宝剑锋从磨砺出的思想意义。

2020-06-22

第 52 章 纯粹的心灵意义

一个人是有一个心灵意义，一个人是有一个心灵生活，这时一个人的生活意义是在心灵生活，而且是一个心灵意义的自由意义，可以说，一个人也会可以达到一个纯粹意义的心灵意义，这也是一个人的生活意义只是一个心灵意义的自由意义。

如竹林七贤的心灵意义的自由意义，这时，是一个精神的飞扬，是一个思想的自由。

可以分析，一个人是一个纯粹意义的心灵意义，一个人是寻求一个心灵意义的自由意义，这个自由意义，不仅是一个心灵的内在意义的自由意义，一个人是一个思想自由的，是一个精神自由的，而且一个人是在外在意义的生活意义，一个人也是一个心灵自由的自由意义，这也是意味一个人是可以达到一个精神飞扬的心灵自由，是可以达到一个思想自由的心灵意义，一个人是一个完全意义的心灵意义的自由呈现，一个人的生活意义是一个人的心灵意义的自由意义，这是一个纯粹意义的心灵自由的自由意义。

对于一个自由社会，对于一个自由人，一个人是可以达到一个心灵自由的自由意义。

但是如果一个社会是有一个自由意义，也是没有一个心灵意义，那么一个人要实现心灵自由的自由意义，这时是需要一个人是要冲破社会的压迫，可以说，一个人的心灵意义是有一个巨大力量的，一个人是可以冲破一切压迫，一个人是一个完全的自由意义，是一个纯粹意义的心灵意义。

如林七贤的生活意义是这样的，李白的的生活意义也是这样的，是一个自由意义，而且这个自由意义是一个心灵自由的自由意义。

对于这一点，一个跳动的心灵，一个自由的心灵，是需要有一个自由的精神，也是有一个高贵的精神，这也是说，一个人是无畏的，一个人是勇敢的，是不能畏惧的，是不能恐惧的，可以说，一个人是有可以冲破一切压迫的心灵的巨大力量，这样一个人是寻求一个心灵的自由意义，而不是顾虑现实社会的压迫，也是不会畏惧世俗的压迫的，的确一个人要做到这一点，是需要一个人是有非凡的勇敢的，一个人是要做到无所畏惧的。

这在一个自由社会，是不会有社会的压迫的，在一个文明社会，也是没有社会的压迫的，但是在一个丑恶社会，在一个没有自由社会，人的生活是处于社会的压迫之中的，一个人是要寻求一个自由意义，一个人是需要冲破社会的一切压迫。

只有是这个意义，一个人的心灵会是一个自由意义，而且是一个真正的自由精神，什么是一个自由精神，就是一个人是可以无所畏惧的，是可以冲破社会压迫的，一个人的心灵意义是可以冲破一切的社会压迫，这样一个人才是一个真正的自由意义，这也是自由精神的实质意义。

2020-06-22

第 53 章 超越社会

对于一个没有自由的社会，对于一个没有心灵意义的社会，这样一个社会是一个邪恶的，是一个丑恶的，也是一个荒漠的，是一个沙漠的，如果一个人是处于这样一个社会之中，但是一个人是有一个心灵意义，是有一个自由精神，这时，一个人是会寻求心灵意义的生活意义，

也是会寻求心灵意义的自由意义,而且这个心灵的自由意义是一个外在的社会生活的自由意义,这时,一个人是会面对社会的压迫。

如果一个人是处于社会压迫之中,这时,是需要一个人是有一个自由精神,也是需要一个人高贵的精神意义,这时意味一个人是要冲破社会的压迫。

一个人是如何是可以冲破社会的压迫,这需要一个人是可以超越社会,一个人的超越意义也是一个心灵意义的一个超越。

如一个人的自由意义是受到限制,是受到社会的压迫,如一个人的自由的思想意义,这时,一个人只有是无所畏惧,只有是一个勇敢,因为只有一个人在思想意义,在精神意义,是可以超越,一个人才会是可以冲破社会压迫。

这也是意味一个人在思想意义,在精神意义,是有一个巨大的力量,是可以征服社会的压迫,也是可以征服世俗的压迫,因为只有一个人在心灵意义是可以征服社会压迫,一个人才会是可以冲破社会的压迫,一个人才会是有心灵意义的自由意义,一个人是可以自由的精神飞扬。

可以说,只有一个人在理性意义是可以征服社会,一个人才会是可以超越社会的,一个人是有一个超越的意义,这也是一个人的心灵意义是可以超越的,只有一个人在心灵意义是一个超越,这样一个人在社会意义,一个人也是一个超越,如此,一个人是有一个自由意义,是有一个心灵意义的自由意义。

的确这要超越社会,是要冲破社会的压迫,的确是不易的,但是这是一个自由精神的真正意义。

如果一个人是不能冲破社会压迫,那么一个人是有心灵的阴影的,一个人是有恐惧的,如此,一个人的心灵意义不是一个纯粹意义的自由意义,而且一个人是不会超越社会的。

可以说,只有一个自由的心灵是可以超越社会,是可以冲破社会的压迫的,因为一个自由的心灵会是可以寻求自由意义,如此,一个人在一个心灵意义,会是可以一步一步的穿透社会的压迫,这样一个人总会是可以超越社会,也是可以寻求一个心灵的自由意义。

因此这个自由意义,一是心灵的内在的自由意义,只有一个人是有一个内在意义的自由意

义，一个人是可以冲破心灵意义的阴影，一个人是有一个心灵意义的完全的自由意义，可以说，一个人在理性意义，一个人是可以征服社会，是可以超越社会，如此，一个人在社会意义，一个人也是一个心灵意义的自由意义，是有一个外在意义的心灵自由，如此，一个人是可以在社会之中，一个人是可以超越社会，是有一个真正意义的自由精神。

2020-06-22

第 54 章

控制消极情绪

86

一个人是有一个美好的心灵意义，而且一个人是有心灵的感受，那么有时一个人会是有消极情绪的，这也是一个正常的心理意义，但是问题是消极情绪会是有有一个消极意义，有时也是伴随消极思想，因此会是伤害一个人的心灵的，会是干扰一个人的生活的。

这是问题的所在，既然如此，那么一个人是需要消除消极情绪的，但是有时消极情绪是需要控制的，这也是说，有的消极情绪是有爆发力，如愤怒，如气愤，这时，一个人是要控制消极情绪，是不能有情绪化的过激言行，这一点是重要的。

然后是一个人的平静，是一个人可以化解消极情绪，是可以走出消极情绪的。

有的消极情绪是长久的，是持续的，如悲伤的，这时，从一个根本意义，是需要一个人的思想意义的穿透，是有一个思想的飞越，这也是一个人是可以明白一个道理，是可以想的明白，如此，一个人是可以穿透思想的阴影，这样消极情绪会是可以消除的，一个人会是可以走出消极情绪的。

一个人是没有消极情绪，或许是不可能的，如佛学的修养意义，一个人是没有消极情绪的，一个人是可以做到这一点，的确是需要一个人是一个圣者，是有一个神性的心灵意义，对于一般的人，是很难达到的。

或许这也是一个幻想的，是不现实的。

但是从一个积极意义，的确一个人是没有消极情绪是最为理想的，一个人是可以寻求这个理想意义，是可以接近这样一个没有消极情绪的理想意义。

但是如果一个人是有了消极情绪，有时是需要一个人是可以控制消极情绪的，为什么，因为一个人是处于一个消极情绪，一个人有时会是理性的崩溃，一个人会是完全的处于一个消极情绪之中，一个人是完全为一个消极情绪是控制，这样一个人是有过激的情绪化言行，是一个破坏性的，会是一个消极意义的。

因此一个人在这时，是需要控制一个人的消极情绪，一个人是要冷静，是要理性，是要平静，也是说，一个人是可以平静，一个人会是恢复一个人的正常的理性意义，一个人会是平和的，会是温和的。

这也是一个中庸的思想意义，一个人是要避免极端的过激的消极情绪，一个人是要有一个平和的心灵意义，是一个温和的心灵意义，这是说，一个人的心灵世界是一个春风一样的，是如一个太阳一样的，不是有阴云的，一个人的心灵是不能受到遮蔽的，一个人的消极情绪是不能控制一个人的。

的确这是一个心灵的磨砺，是需要一个人在生活中的磨砺，从一个思想意义，是可以这样的分析，但是一个人要真正是可以做的到，的确是很难的，尽管如此，但是一个人依然是需要修养心灵，是可以做的到，可以说，把消极情绪的极端存在是可以降到一个零点的。

2020-06-22

第 55 章 控制自己

一个人是修养心灵意义，一个人是可以提升一个人的心灵境界，是可以向神性的一个迈进，这不是一个人是在拔高自己，而是一个心灵修养的提高自己的，可以说，从一个消极意义，有时一个人是会面对丑的一面，因此这时，一个人会是一个消极意义的感受意义，如此，从心灵意义，一个人的心灵是会受到了遮蔽的，一个人的心灵是一个阴云的遮蔽，这是对于一个人的心灵的危害，是一个伤害。

如果一个人是不能的化解，是不能的消除，这时，一个人的心灵会是处于一个消极意义，如果是长期的积压的，一个人的心灵会是受到侵害的，这是问题的所在。

可以说，人的一切是人的一个心灵意义，一个人是心灵的有病，一个人会是一个消极意义的，可以分析，人类存在的丑的一面，是由于人的心灵的病变。

因此修养心灵意义，也是为了生活的美好意义，而且也是可以提升一个人的生活境界，一句话，一个人是要生活的美好意义，一个人是要生活的幸福意义，那么如何是可以做到这一点，只有是可以修养心灵，只有是可以提升一个人的心灵境界。

只有一个人的思想境界是高尚的，只有一个人的精神意义是高贵的，只有一个人的心灵意义是伟大的，如此，一个人才会有有一个高尚的生活价值，是有一个高尚的生活意义，如此，一个人才是可以生活的美好，是可以生活的幸福意义。

因此，一个人只有是修养心灵，是可以提升一个人的心灵境界，这不是一个人是要拔高自己，而是一个是要提升自己。

如此，一个健全的心灵意义，一个完善的心灵意义，一个人是一个理性意义，而且是可以做到一个完全的理性意义。

对于一个自由人，是一个理性的人，因此也是一个可以自律的人，如此，一个人是可以控制自己的。

为什么是要控制自己，因为人是不完美的，因为人性是有恶的一面，因为人是有弱点的，因为人是有局限的，因此这需要一个人是可以控制自己的。

如一个人的丑恶的一面，有时也是爆发出来，尤其是一个人处于一个消极意义之中，如为一个消极情绪是控制，这时，一个人是一个丑陋的，是一个丑恶的，因此一个人是需要控制自己。

一个人的控制自己，从一个人意义，是一个人的自我克制，一个人是有一个克制力，是可以克制一个人的消极存在，可以说，一个人只是一个积极意义，只是一个美好意义，人不能是一个丑恶的存在，是不能一个消极意义。

的确一个人是要一个完全的理性意义，是一个心灵的境界，这也是一个理性境界，的确是很难的，尽管如此，但是一个人依然是需要修养心灵，是可以有一个理性意义，是可以控制自

己的。

可以说，心灵的修养是一个无止境的，一个人要达到一个尽善尽美的一个境界，的确是很难的。

2020-06-22

第 56 章 自由的心

89

对于一个人是有一个心灵意义，但是有一个问题，如果是一个文明社会，一个人是在接纳文明思想，而且这个文明思想是一个现代意义，不是一个奴役人的思想意义，这样一个人的心灵意义是一个积极意义，是一个文明意义，一个人也是一个自由人的意义，也是一个现代人的意义。

但是如果一个人是处于一个邪恶社会，这时，一个人不是接纳文明思想的，而是接受一个反文明的思想意义，如此，一个人会是一个反动的思想意义，这样一个人不是一个文明人，而是一个驯化的丑恶的人，如纳粹主义，如极权主义的社会主义。

因此心灵意义只是一个文明的意义，是一个人类的意义，是一个进步的意义，只有是这个意义，一个人才会有有一个心灵意义。

既然一个人是有一个心灵意义，因此是有一个心灵自由的自由意义，这里主要分析，是一个人的内在意义的心灵的自由意义，这也是说，一个人的心灵是一个自由的心灵，是一个自由的心。

如何是可以做到这一点，最基本的一点，一个人的心灵是不能受到遮蔽，一个人的心灵是受到遮蔽，一个是思想意义，这是一个思想自由的自由意义，对于一个自由的心灵，一个人的思想意义是一个自由的思想意义，这是最为根本的一点，这也是，一个人的思想不是受到禁锢的，而是一个自由的思想意义，尽管一个人也是接纳文明思想，但是文明思想是一个启迪人，是一个教化人，而不是奴役人的，这是最为根本的一点。

一个意义是一个人可以超越，这个超越意义是一个宽泛的意义，如一个人的生命的消极

本能，一个人是需要超越，如果一个人是为生命的消极本能是控制，这时一个人的心灵不是一个自由意义，这也意味一个人的心灵是受到遮蔽的，如此，一个人的心灵意义不是一个自由意义。

如此，一个人是要超越，如超越生命，如超越肉体，如一个人是做一个事，但是是有危险的，会是危及一个人的生命，这时，如果一个人是顾及生命，一个人或许是不会做的，这也是意味一个人的心灵是受到遮蔽的。

因此，一个人是一个自由的心灵，是需要一个人是一个纯粹意义的心灵意义，一个人是一个精神的飞扬，是一个思想的自由，是一个心灵的自由，而且一个人在一个外在意义，也是一个自由的心灵意义，如此，一个人才是一个真正的自由的心灵。

的确这需要一个人是可以超越的，如超越世俗，对于世俗的观念，有的是一个偏见的，是一个庸俗的，因此一个人是要特立独行，一个人是要有一个独立的心灵意义，一个人会是可以超越世俗，是可以超越庸俗的，这样一个人的心灵会是一个自由意义，可以说，世俗的观念有的是一个奴役人的，是禁锢人的思想的，而且是根深蒂固的，极具危害性的。

如此，一个人的心灵意义是一个自由意义。

2020-06-22

第 57 章 超越痛苦

只要一个人是有一个心灵意义，而且是一个美好意义的心灵意义，这时一个人是有最基本的善恶判断，因此一个人是有一个最基本的心灵感受，这样，一个人会是感受丑恶的，如此，一个人会是有痛苦的。

但是这时，一个人只有是可以超越痛苦，是可以化解痛苦，是可以走出痛苦的阴影。

可以分析，要超越痛苦，一个人只有是思索，是在痛苦中的思索，这样也是可以激发一个人的思想意义，是可以激发一个人的精神意义，如此，一个人是会有一个思想的升华，是有一个精神的飞越，只要一个人是可以坚守一个善的意义，是可以固守一个文明的意义，是可以坚

持一个人的意义，那么一个人会是一个思想意义的飞越，而不是一个人的堕落，可以说，如果一个人是处于痛苦之中，是一个下滑，是一个放任，意味一个人会是堕落的。

而且一个人在痛苦之后，一个人是有一个思想的升华，这时，一个人不在是痛苦，如一个人是受到他的责难，是受到他的攻击，一个人会是痛苦的，但是如果一个人是认清世事，对于社会，对于他人，对于自己，对于人性，是有一个清晰的认知，那么一个人就不会是痛苦了，因为一个流氓是一个丑恶嘴脸的。

退一步讲，对于一个庸俗的人，只是一个丑陋的，一个人的认识，一个人的思想，只是一个低级的，只是一个庸俗的，如此，一个人是不会计较的，一个人也是一个鄙视的。

这就是社会，这也是现实，这也是人性，这也是人的丑陋。

痛苦是可以促使一个人是可以思索的，是可以奋进的，这里有一个基本意义，这也是一个人是要有一个积极意义，是有一个正面意义，这是一个人的根基，一个人在任何时候是要坚守这个根基的，这样一个人是可以积极意义的奋进，是可以超越痛苦，而不是为痛苦是扭曲。

可以说，如果一个人的心灵是受到痛苦的遮蔽，这也是意味一个人的心灵是为一个痛苦是在控制，这时，一个人是处于一个痛苦之中的，一个人的心灵是受到遮蔽的，这如乌云一样的，一个人要做的，只有是坚守一个人的最基本的根基，一个人是一个积极意义，是一个美好意义，是一个诗美的意义，是一个诗性的意义，如此，一个人的心灵就有了光芒，是可以穿透痛苦，一个人的心灵的乌云会是消散的，如此，一个人会是可以走出痛苦，一个人依然是一个太阳一样的，是如蓝天一样的晴朗的。

可以说，痛苦是可以造就一个哲学家的，是可以造就一个思想家，如六四事件对于一个人的伤害，一个人会是问为什么是这样的，一个人是要找到一个解答，这是一个漫漫的寻问之路，但是如果一个人是可以弄明白这个问题，一个人是会成为一个哲学家了，可以说，只有一个哲学家是可以精确的回答这个问题，因为这是一个极权主义的社会，是一个邪恶的社会，的确一个人是可以认清这个社会的根本问题，一个人是可以成为一个思想家了。

2020-06-22

人性是一个人的事实，人性是有善的一面，也是有一个美好的一面，这也是一个事实，如此，对于文明思想是激发人性的美好的一面，是激发人性的善的意义，而且人文思想也是从人性的善的一面是出发的，是从人性的美好一面是出发的，因此是符合人性的，是一个人性意义，这是最为根本的一点。

可以说，自由思想的思想意义也是一个自由的教育意义，什么是一个自由意义的教育思想，就是激发人性的美好的一面，是激活人性的善的一面，是一个人是激发一个人的独特的一面，是可以开发一个人的独特的个人特质，这是最为根本的一个意义。

但是后天的人文教育也是重要的，这也是说，一个人是有一个基础，这个基础就是人性意义的美好，是人性意义的善，而且是一个人的特质意义，这样后天的人文教化，是可以使一个人是可以认知自己的，这一点是很重要的，这个认知自己，也是激活一个人的美好的一面，这如一个人是喜欢吃可口的食物，因为这是符合人的口味的，是一个自然意义，这如是人性意义的善的意义。

因此一个人是有一个美好的心灵意义，从一个人性意义，就是一个人是呵护一个人的先天的美好的心灵意义，从人文教化的意义，是一个人发现一个人的美好意义，是一个人可以激发一个人的美好意义，而且可以使一个人是可以认知美好意义，这是一个人的先天的特质意义与后天的人文教化的一个一致的意义。

如此，一个人是可以修养心灵的，什么是修养心灵，一是呵护人的美好的心灵意义，是可以使一个人的先天的美好意义是可以激活的，一是一个人是修养美好的心灵意义，一个人是可以成为一个文明人，是可以成为一个现代人，是可以成为一个理性的人，一句话，一个人可以成为一个自由人，

可以说，一个人的后天的人文教化，可以使一个人的心灵会是一个纯粹意义的美好意义，

这也是一个人是可以理性意义，因此，这需要一个人在受到伤害时，一个人依然是一个正面意义，是一个积极意义，是一个文明意义，一个人不会是堕落，是不会下滑，这是最为根本的一点。

的确后天的人文教化是需要一个社会意义，一个社会需要是一个文明社会，。

如果一个社会是一个邪恶的社会，一个人就会受到邪恶社会的驯化，一个人的善的一面是受到遮蔽，相反，人性的丑恶的一面是放纵，人性的丑陋的一面是放任，如此，一个人会是成为一个丑陋的人，而不是一个美好的人。

因此一个人要成为一个美好的人，一个人是需要有一个美好的心，一个人是要有一个美好的心，是需要一个人的心灵的修养意义。

而且思想意义是一个伟大的意义，是一个高尚的意义，如此，是可以提升一个人的思想境界，这样一个人的心灵意义才会是一个美好意义，可以分析，后天的文明教化也是很重要的。

2020-06-22

第 59 章 太阳的心

一个人是可以修养心灵，一个人可以是一个文明人，是有文明思想，是有人文精神，这如是太阳一样的，是一个光明的意义，是一个正义的意义，是一个善的意义，是一个美好的意义，是一个人的意义，是一个现代人的意义，如此，是一个太阳的心。

什么是一个太阳的心，就是一个人的心灵是如一个太阳，这个太阳是一个人的意义，这是最为根本的一点，因此一个立足点是人，什么是一个人，就是一个文明人，是一个现代人，是一个自由人，这是人的意义，这样同动物是可以分界，这样同野蛮人是可以分界，这样同流氓是可以分界。

可以说，如果是缺失一个文明意义，也是意味是缺失一个人的意义，那么一个人只会是一个动物的，是一个野蛮人的，甚至是一个流氓的。

因此对于一个人，对于一个文明社会，可以说，一个文明社会是如一个太阳一样的，是如

蓝天一样的，是一个光明的意义，是一个正义的意义，是一个善的意义，是一个美好的意义，如此，人的文明教化可以使一个人是一个太阳人，一个人是有一个太阳的心。

因此太阳的心是从这个意义的分析，但是对于文明思想也是需要界定的，可以说，是有一个古典的思想意义，也是有一个现代的思想意义，这里是指现代意义的思想意义，因为古典思想的思想意义有的是一个奴役人的，如中国的儒家思想的忠孝思想，是一个奴役人的思想意义，尽管也是一个文明思想，但是这是一个古典的思想意义，因此在一个现代社会，也是一个腐朽的，也是一个没落的。

对于一个现代社会，是一个现代意义的文明思想，而且这个文明思想是一个人类意义，可以说，人类文明的进化意义是不平衡的，有的国家是先进的，有的国家是一个落后的，这是一个事实。

但是人类思想是一个共同的意义，不论是那个国家，是属于人类意义的，是属于世界意义的，因此是一个共享的思想意义，这是现代文明世界的最基本的开放的意义，这如科学技术一样的。

可以说，对于一个邪恶的社会，是一个黑暗的，是一个荒漠的，因此文明思想如太阳一样的，是有光的，是一个温暖的，是一个美好的，是一个爱的，这在一个邪恶社会的黑暗中，是一个伟大的思想力量，的确是如太阳一样的。

可以分析，太阳的光是引导一个社会是可以走向文明的思想力量，因此对于善良的人，是需要接纳文明思想，是可以有一个太阳的心，如此，一个社会是可以有一个希望。

因此希望是来自一个人的自己，只要每一个人对于一个人的自己是有希望，那么一个社会是会有一个希望，因此对于一个人是可以做一个文明人，是可以有一个太阳的心。

2020-06-22

第 60 章 永远的微笑

一个人是面对人生是一个微笑，面对生活是一个微笑，的确是一个美好的意义，是一个善

的意义，是一个积极的意义。

一个人要做到这一点，是可以永远的微笑，的确是不易的，因为人生是有磨难，生活是有苦难，一个人是可以面对苦难是一个微笑，是需要一个人在苦难之中的心灵的磨砺。

从一个人性意义，面对美好的，一个人会是微笑的，但是面对苦难，一个人会是哭的，这也是一个正常的意义。

但是人是有一个心灵意义，是有一个思想意义，是有一个精神意义，如此，一个人在苦难之中的磨砺中，一个人就会是可以学会微笑，的确一个人面对苦难是可以微笑是不易的，可以说，是需要一个人在苦难之中的心灵意义的磨砺，在苦难的磨砺中，一个人的心灵会是可以变的强大，只有一个强大的心灵意义，一个人才会是可以微笑的，而且是一个永远的微笑。

什么是一个强大的心灵，这里主要是一个思想意义的伟大意义，是一个精神意义的高贵意义，的确这一点是非常重要的。

就面对苦难本身，从人性的意义，一个人是哭的，一个人会是软弱的，一个人是缺失一个承受苦难的力量，但是一个人的心灵是可以强大了，一个人的思想是可以伟大了，一个人的精神是可以高贵了，这样，一个人在苦难之中，一个人才会是可以微笑的。

可以说，一个人的心灵意义会是一个美好意义，一个人的心灵的主导意义是一个美好意义，这样面对苦难，一个人不仅是承受，而且一个人是可以超越苦难，是可以征服苦难，是可以走出苦难，是可以在苦难之中，是有寻求美好生活的心灵意义，是有可以征服苦难的勇气与力量。

可以说，经历大苦大难的人，一个人的心灵会是一个强大意义，这里问题是关键一个人是向那个方向的迈进，同样是一个苦难，如果一个人是向往太阳，是可以寻求光明的，是可以追求正义，是一个正道意义，是一个人道意义，那么一个人是走在太阳的路上，如此，太阳的光会是可以牵引一个人的心灵，是永远的向往光明，是可以超越苦难，是可以有一个征服苦难的心。

这一点是最为重要的，因此对于一个人只要是有一个太阳的心，一个人会是有一个美好的

心，是一个伟大的心灵，是有一个高尚的思想，是有一个高贵的精神，如此，一个人是可以超越苦难，是可以有一个征服苦难的勇敢的心。

道理是这样的，但是一个人在苦难之中，也是需要苦难的磨砺，因为一个人有时也会是消极的，会是悲观的，但是只要一个人的心灵是一个跳跃的，是一个有希望的，是一个美好意义的，那么一个人会是可以挺立的，是可以消除消极的一面，是可以走向一个光明的意义，是可以微笑的，而且是一个永远的微笑。

2020-06-22

第 61 章 不予纠缠

对于一个自由人，是一个个人主义的思想意义，这意味一个人是一个个人自治，什么是一个个人自治，是一个人做好自己的事，一个人是需要面对自己，是一个人寻求一个人的人生价值，是一个人寻求一个人的生活意义，从这个角度，一个人同他人是无关的。

既然是这样，因此一个人同他人是不予纠缠的，这是说，当一个人是受到他的伤害，一个人是不予纠缠他人，因为人是有一个报复的心理，因此一个人会是报复他人，这样就会是陷入同他人的争斗之中，如此，一个人会是迷失一个人的价值意义。

如果一个人是有一个报复的心理，但是从一个思想意义，一个人也是不予纠缠他人，不是直接的报复他人的，而是一个人是做好自己的，一个人的成功意义就是对于他人的报复，当一个人是可以做好自己，一个人是有一个成功意义，那么从一个间接意义，就是对于伤害自己的他人的一个报复，这也是不是一个报复的报复。

一个人是没有一个报复之心，的确是很难的，但是一个人是有一个思想意义，一个人是不会纠缠的，因此一个人是不会直接的报复他人的，而是一个只是做好自己的事。

的确这是一个思想意义，同人性的阴暗的一面是冲突的，这也是说，一个人是要一个思想意义，而且一个人是要控制人性的弱点，这样一个人就是一个思想意义的存在意义，是在一个高级意义的存在意义。

可以说，一个人是不予纠缠，并不是一个人是软弱，而是一个人的思想意义，但是这也是一种的意义。

如果一个人是不断的受到他的伤害，这时，一个人有时可以是反击，是可以征服他人，尽管有时一个人会是有消极意义，但是这时一个人是一个正当意义，如一个人也是可以气愤，是可以攻击他人的，但这也只是忍无可忍之时的一个无奈。

这也是说，对于一个自由人，是不会纠缠他人的，但是如果他人是一个无休止的纠缠，那么有时一个人也是一个反击，而且是可以征服他人，但是一般而言，是需要一个理性意义，而不是一个暴力的，尽管有时也是有语言暴力，但是这也是一个无奈的，如此，一个人是不会陷入争斗之中，一个人是不会放任，是不会放纵的。

的确个人主义的思想意义，是一个智慧的思想意义，是一个高尚的意义，这一点是可以根治中国人的争斗的顽疾。

可以说，对于中国人是有同他人争斗的弱点，这也是说，一个人是处于同他人的争斗之中，一个人会是一个争强好胜的，正如此，一个人面对一个人的生活，如挫折，如苦难，一个人却是一个懦弱的，一个人是没有一个强大的心灵意义，可以说，这是中国人的思想意义的缺失的一个顽疾。

但是对于一个自由人，同他人是一个友好的相处，但是如果一个人是受到他的伤害，一个人也是不会纠缠的。

2020-06-23

第 61 章 平和的心

一个人是可以修养心灵，一个人会是接纳文明思想的，如此，一个人会是一个中庸的思想意义，这样一个人是一个温和的意义，也是一个平和的意义，这是一个人的思想意义的主导意义，也是一个人的心灵意义的主导意义。

一般而言，一个人是不会极端主义的，是不会暴力主义的。

尽管是这样，但是有时一个人是受到不良的刺激，这时有时一个人是一个平和的，是一个温和的，但是有时一个人会是有有一个消极情绪，这时，一个人会是一个情绪化的，如果一个人完全是为消极情绪是控制，一个人会是有有一个过激的言行，会是有有一个极端的倾向。

如此，这时，是需要一个人是可以控制自己，是可以控制消极情绪，如此，一个人是不会有过激的言行，是不会有极端的倾向，这一点是重要的。

而且一个人是可以及时的恢复一个正常意义，是一个理性意义的，一个平和的意义，是一个温和的意义。

可以说，平和的意义是一个诗美的意义，是一个美好的意义，一个人是可以有一个诗美的心灵意义，一个人是一个平和的诗意，是一个诗性的心。

的确这是一个人的心灵修养的一个意义，而且也是需要一个人在生活中的磨砺，但是只要一个人是有一个思想意义，是一个中庸的，是一个人道主义的，是一个和平主义的，一般而言，一个人的心灵意义是一个温和的，是一个平和的。

但是一个人在受到不良刺激时，一个人依然是一个平和的，是一个温和的，做到这一点，的确是不易的，是需要一个人的生活的磨砺。

从一个理想意义，对于一个美好的心灵意义，一个人是不愿有激烈的情绪，是不愿有极端的情绪的，但是有时由于人的局限，由于生命的消极本能，一个人会是有消极情绪，但是这时随时需要一个人是可以一个退而求次的，这时是需要一个人是可以控制消极情绪的，因此一个人依然是一个理性意义，是一个温和的。

从一个理想意义，一个人的平和的心灵意义，一个人也是一个平和的生活意义，这也是一个人是有一个极端主义的，是有一个暴力主义的，即使是语言暴力，一个人也是没有的，而是一个和平主义的，的确在这样一个平和的生活意义中，是一个美好的生活意义，也是一个诗美的生活意义。

简单的说，是没有乌烟瘴气的，是没有败坏的，是没有暴力的，是没有极端的，一个人是一个平和的意义，是一个理性意义，因此只要一个人是处于这样的生活意义之中，那么即使是

有不良的情绪，一个人也是可以做到一个平和的，是一个温和的，是一个理性的。

而且作为一个理想意义，一个人是可以寻求一个平和的诗美的意义，即使是受到不良的刺激，一个人也是可以温和的，是可以平和的，而不是一个生命的消极本能的一个反应，这也是说，一个人是需要一个思想意义，是一个智慧意义，是一个心灵意义的。

2020-06-23

第 63 章

积极的思维

99

一个人是有一个心灵意义，也是意味一个人是有一个思想意义，如此，一个人的心灵意义是一个如太阳一样的，这是一个正面意义的，是一个积极意义，是一个正道意义的，是一个人道意义，这是一个人的心灵意义的一个根基，这一点是非常重要的。

如此，一个人的心灵意义是一个人类意义的，是一个文明意义，同世界是一致的，是文明价值是一致，可以说，同人类意义是一致，这是一个人立足世界之中的一个根基。

有了这个根基，一个人的心灵意义是一个光明的，是一个清明的，是一个正道的，也是一个人的意义，一个人是在人的意义，是在人的立场。

如此，一个人的心灵意义会是一个积极意义的，即使一个人是面对苦难，是面对打击，是面对丑恶，是面对邪恶，一个人尽管有时是有一个消极意义，如消极情绪，如消极思想，但也只是一时的，一个人会是一个积极的思维意义，是可以走出消极意义的，这一点也是一个人的心灵的一个磨砺意义。

有时一个人的心会是冷的，会是凉的，而且一个人的心会是碎裂的，即使是这样，一个人依然是一个信仰意义，是坚守一个正道意义，是坚守一个人的意义，一个人是一个上升的，不是一个下滑的，这一点是非常的重要。

简单的说，一个人是有一个心灵的超越意义，是有一个心灵的超脱意义。

一个意义是超越，在心灵的磨砺中，一个人是可以奋进的，是可以向上的，一个人是一个积极的意义，而不是一个消极的下滑。

如此，一个人的思想意义是可以升华，一个人的精神意义会是纯化，可以分析，这时，是一个人的思想意义的更加的纯化，一个人的精神意义是更加的纯化，一个人会是有一个更加牢固的信仰意义。

其实这也是一个人是坚持一个真理意义，是坚守一个正道意义，是一个正义意义的，是一个善的意义，这本身是一个积极的意义，是一个人的积极的思维意义，是一个人的积极的心灵意义。

一个意义是可以超脱，可以说，一个人是有一个理想意义，是有一个远大的志向，那么对于苦难，对于打击，对于丑恶的，一个人会是一个超脱的意义，一个人是不予计较的，是不予理会的，是超脱于现实之外的，这是一个人的心灵意义的一个力量。

如此，一个人是不会有极度的痛苦，即使一个人是一时的痛苦，一个人会是可以及时的消解痛苦，是可以化解痛苦，一个人会是可以恢复一个人的美好的心灵意义，是一路向前，是勇敢的前进。

可以说，苦难是算什么，丑恶的是算什么，是不值一提的，这就是一个超脱的思想意义，因此一个人是不会陷入泥潭之中，一个人是一个轻盈的，是一个飞翔的，是一个自由的心，是一个太阳的心。

2020-06-23

第 64 章 追求美好的意义

一个人是有一个美好的心灵意义，一个人是有一个信仰意义，也是有一个价值意义，因此一个人是会寻求美好价值的，这个美好价值也是一个社会价值，也是一个社会意义，而且也是一个人的人生价值，是一个人的生活价值，这是最为重要的一点。

一个人为什么是要追求，为什么一个人的心灵是有一个美好意义，是有一个美好价值，这不仅是一个人性意义，也是一个心灵意义的，因为一个人是有一个心灵意义，因此是有一个美好价值，是有一个美好意义，因此是可以激发一个人是可以积极意义的追求的。

尽管这是一个理想意义，也是一个现实意义。

可以说，一个人只有是有一个心灵意义，一个人才会是有一个美好的心灵意义，这个美好的心灵意义，一个意义是一个人的心灵是一个美好意义，一个意义是一个人的心灵是有美好价值。

对于美好价值是值得人生可以追求的，是需要一个人是要追求的，不论是从社会意义，还是从个人意义，一个人对于美好价值的追求意义，是一个人的最基本的意义，这就是人类意义，这也是一个文明意义的，人类社会是这样的，人生价值是这样的。

这是一个人的立足世界的一个根基，是一个人的人生的一个根基，一个人为什么是要活着，因为一个人是有一个美好价值，因为一个人是有一个美好意义，是需要一个人的追求，是值得一个人的追求的。

虚无主义是一个陷阱，即使一个人是不会贪婪权力，或是金钱，即使一个人是不会追求功名富贵的，对于人世间的外在的是一个虚无的，但是对于一个人是有一个美好价值的，是有一个美好意义的，这是一个人的心灵意义，也是人类社会的文明意义，也是人类文明的价值意义，由于人类是有这个文明价值，是有这个文明意义，因此人类社会是有一个美好价值的，是有一个美好意义，这也是人的心灵意义的，这一点也是说明心灵意义的高级意义的。

可以说，这一点是可以穿透虚无主义的，是可以认清人类的真实意义，是可以认清人类社会的价值意义。

对于中国社会，是有虚无主义的消极思想，如佛学的消极意义，是一个虚无主义的，为什么，是因为没有一个人类的价值意义的，是没有一个人类的文明意义的，这也是说，是缺失一个价值确定，是缺失一个价值意义，因此会是一个虚无主义的。

既然人是一个心灵意义的，而且心灵意义是在一个高级意义，是一个高于物质意义的，是一个高于世俗意义的，因此也是世俗意义的高级意义，是世俗意义的心灵意义，是世俗意义的价值意义。

如此，一个人是一个心灵意义的生活意义，因此一个人是可以追求美好价值，是可以追求

美好意义，这才是人类生活的本质意义，是人类社会的根本意义。

如果是缺失这个最根本的根基，就会是陷入虚无主义的泥潭的。

2020-06-23

第 65 章 寻求生活的意义

一个人是有一个美好的心灵意义，一个人是有一个美好的价值意义，是有一个美好的意义，这是一个人的心灵的一个太阳，如此，一个人的心灵意义是一个光明的意义，因此一个人也是会寻求美好价值，是可以寻求美好意义，可以说，一个人是可以实现美好的生活意义，是可以实现美好的人生价值。

从一个社会意义，对于美好价值的积极追求，也是寻求社会的进步意义，是寻求社会的文明意义，这是大的方面。

而且一个人的人生价值同社会价值是一致的，一个人在寻求社会价值的同时是可以实现一个人的人生价值。

可以分析，是有了价值意义，因此是有一个意义的，不论是社会，还是人生，或是生活，因为是有有一个价值，是有一个美好价值，是有一个正义价值，是有一个文明价值，这样就有了一个意义。

因此一个人是对于美好价值的一个寻求，也是对于美好意义的一个寻求，什么是人生的意义，什么是生活的意义，是由于人生是有一个价值意义，是由于生活是有一个价值意义，因为有了价值意义，因此是有一个意义，是有一个人生意义，是有一个生活意义。

可以说，是价值是赋予意义，有了价值，是有了意义。

只要一个人是可以确立一个价值意义，可以说，心灵修养的思想意义，就是一个接纳人文价值的，是接纳价值意义的，人类的文明思想是一个思想价值，思想意义是一个价值意义，如自由，如爱，这是一个思想意义，也是一个价值意义。

只有一个人是可以接纳人文思想，在一个人的心灵中是有一个思想价值，是有一个价值意

义，这本身是一个心灵意义，是一个人的意义的高级意义。

为什么人的生活是有一个高级意义，是因为人是有一个心灵意义，而心灵意义的核心意义是思想价值，是价值意义。

而且思想价值是一个美好价值的，是一个文明价值，是一个正义价值，这是一个根基，是人类社会的根基，也是人的根基。

人之所以是人，是有一个心灵意义，是有一个思想价值，如此，人类是可以进步，社会是可以文明，人是可以进化的。

如此，对于一个人，从个人的生活意义，一个人是寻求一个人的生活价值，只要一个人是确立了一个人的生活价值，一个人也是确立了一个人的生活意义。

为什么生活是有意义的，是因为生活是有一个生活价值，如爱的意义，如善的意义，因为是有这个美好价值，因此是有一个美好意义，如果是缺失一个美好价值，一个人是不会寻求一个美好价值的，如此，一个人的生活意义也是没有一个意义的，由于是价值的缺失，因此是一个意义的缺失，如此，是会陷入虚无主义的泥潭的。

2020-06-23

第 66 章 心灵修养的两极

一个人是心灵修养，一个意义是一个是可以接纳人文思想，是可以接纳人文精神，这是一个最基本的意义，如此，一个人是可以提升一个人的思想境界，是可以提升一个人的精神境界，可以说，一个人是可以有一个高尚的思想意义，是有一个高贵的精神意义，只有一个人是可以读书，一个人是可以做到这一点的。

另一个意义，是一个生活意义，生活意义是一个心灵的磨砺，也是一个人是可以做的到的行的意义，这也是说，一是读书，这是知的意义，但是心灵修养是一个知行合一的意义，一个人不仅是明白一个真理意义，而且一个人是可以践行一个真理意义，这样是一个完善意义的心灵意义，也是心灵意义的自由意义。

什么是心灵的自由意义，从外在意义，是一个人的心灵意义的自由呈现，如何是可以这样，就是一个人是可以做的到的。

从一个积极意义，从一个美好意义，一个人是可以做的到的，因为美好的意义是一个心灵意义的自由呈现，是不会有阻碍的。

但是对于一个消极意义，一般是很难做的到的，这如一个人的消极情绪，一个人是要控制一个人的消极情绪，的确是很难的，有时一个人会是完全是为消极情绪是控制，因此一个人的理性意义是完全的崩溃的。

因此说，心灵修养的生活磨砺，是一个两极的，一极是一个积极意义，是一个美好意义，一般而言，一个人是可以做的到的，如一个人的爱的意义，一个人是可以做的到的，这也是一个正面意义的，是一个积极意义的。

在这一方面，只是需要激发一个人的美好的一面，只是激活一个人的美好的一面，对于一个文明社会，一般而言，人是一个自由意义，而且美好意义是一个普遍意义，是受到社会的普遍支持的，因此也是可以激活一个人的美好的一面，一个人是不会有压抑的。

但是在丑恶社会，在一个邪恶社会，对于这一点，由于是缺失社会意义的文明支持，而且美好意义是一个珍稀，因此对于一个美好的人，会是有压抑的，有时一个人也是不能是一个心灵的自由意义。

另一个意义是对于消极意义的一个磨砺，有时这一方面，可以说，如果一个人是缺失一个抗压力量，消极存在是极有破坏力的，是可以摧毁一个人的精神。

这也是说，一个人会是可以感受丑恶的一面，因此一个人会是有消极情绪，是有一个消极意义的，如消极思想，如此，这才是生活的真正的磨砺，可以说，对于生活于一个丑恶社会的人，但是对于一个美好的人，一个人的精力有时会是消耗在消极意义之中，一个人是面对一个人的自救，是面对一个人的善恶选择，有时丑恶的会是把一个人是推到一个极端的，会是激发出一个人的恶的一面，因此一个人是面对一个善恶的选择，只要一个人是不愿堕落，一个人是需要自救的。

2020-06-23

第 67 章 消除灰色的

一个人的心灵世界的灰色的一面，其实也是阴暗的一面，有的是人性的弱点，有的是生命的消极本能，有的是人的欲望，因此从个人意义，一个人是需要直面自己，是需要面对心灵世界的灰色的，是要消除灰色的，是要控制灰色的。

这里有一个问题，这也是说，心灵修养是一个个人意义的，同他人是无关的，即使一个人是在社会之中，即使一个人是受到他的伤害，即使一个人是感受丑恶的一面，但是归根到底是一个人的心灵意义是一个活动，从一个人意义，一个人是要指向一个人的自己的心灵世界，是要厘清一个人的心灵世界，是要优化一个人的心灵世界，是要把一个人的心灵世界营造为一个美好的意义。

如此，一个人是要有一个个人意义的思想意义，这也是直面自己的心灵世界，不是同他人的纠缠，这是一个思维的一个基点，一个人是要找到这个基点，只有一个人是找到这个基点，一个人的思维意义是在一个基点，如此，一个人的思想意义也是在一个基点，如此，是不会偏离的，而且这样会是一个思想意义的高度意义。

尽管一个人也是可以批判现实的，是可以批判丑恶的，但是这是一个意义。

从个人修养的意义，一个人是要修养心灵，为什么是修养心灵，因为这是一个文明社会的人文教化，只要一个人是受到人文教化，一个人的心灵意义就是可以激活，可以说，一个人是有了一个心灵意义，这是一个人的一个根基，只有一个人是有一个心灵的根基，这样一个人是一个文明人，是一个理性的人，是一个自由的人，这是文明社会对于一个人的最基本的一个要求。

从个人意义，一个人是要有成就，一个人是要为社会是可以做事，一个人是需要一个文明教养，一个人是需要一个文明意义，这也是文明社会对于人的一个最基本的要求的。

如一个诗人，是要创造伟大的诗歌，至少一个诗人的心灵世界是一个伟大的意义，只有伟

大的心灵是可以创造伟大的诗歌，这是一个最基本的道理的。

这也是说，是没有轻而易举是可以做成一件事的，一个人是有一个伟大的成就，一个人就要付出一个巨大的心血的，从心灵意义，一个人是有一个伟大的心灵意义。

这也是容易理解的，一个凡夫俗子是可以创造一个伟大的理想吗，这是不可能的。

从一个人意义，一个人是要生活的美好意义，是要生活的幸福意义，一个人是要有一个美好意义的生活境界，是要有一个高尚的生活境界，一个人要达到这样的生活境界，至少一个人的心灵境界是要达到一个美好意义，是要达到一个高尚的境界，是要达到一个诗美的心灵境界。

因此对于心灵意义的灰色，一个人是需要面对一个人的心灵，是可以消除灰色的，一个人的心灵是可以达到一个纯美的境界，是可以达到一个纯粹的境界，的确这是一个高尚的心灵境界。

2020-06-23

第 68 章 激活美好的心

人性是有美好的一面，是有善的一面，如此，人类是有美好的思想，是有美好的情感，也是有美好的意义，是有美好的价值，如此，人类会是一个文明意义，会是一个美好意义。

一个人是修养心灵，一个人是需要读书，只有一个人是可以读书，是可以读人文经典，这是一个人在接纳人文思想，是在接纳人文精神，如此，这个过程，也是在激活一个人的美好的心灵，一个人的美好的一面是可以激活的，如此，一个人的心灵是激活了，而且一个人是有了一个心灵意义，是有了一个思想价值，是有了一个人文精神，而且一个人的日积月累，一个人是会有一个美好的心灵意义。

而且在一个生活意义，对于一个文明社会，是一个文明意义，是一个美好意义，因此这是一个社会意义的文明教化，一个人在社会生活中，一个人是可以习得文明精神，是可以成为一个文明人，这也是在激活一个人的美好的心灵，可以说，一个人的心灵的美好意义是激活了，

如此，一个人的心灵意义是一个活跃的，是一个美好的，是一个跳动的，也是一个飞扬的。

从一个个个人意义，一个人是修养心灵，一个人是可以有一个美好的心灵意义，而且这个心灵意义是一个思想意义，思想意义是一个根基，如此，一个人是有一个高尚的思想意义，是有一个伟大的思想意义，如一个人是可以接纳圣者的思想意义，如杜甫的思想意义，一个人是可以达到一个圣者的思想意义。

对于有的人或许天生是一个圣者，是有圣者的心灵意义，是有圣者的伟大的心灵，但是有的人是一个后天的修养意义，一个人是接纳圣者的伟大的思想意义，一个人也是可以达到一个圣者。

而且对于一个现代社会，尽管是一个人的意义，但是依然是存在高尚的思想意义，是存在高贵的精神意义，因此依然是存在精英，是存在圣者，这不仅仅只是古典社会是有的。

一个人是有一个美好的心灵意义，有时一个人是由于受到挤压，或许一个人的心灵是受到遮蔽，这时，一个人的美好的心灵是受到遮蔽的，这时，如太阳是受到遮蔽，因此是需要一个人是可以唤醒一个人的美好的心灵，是可以激活一个人的美好的心灵，一个人是可以穿透阴云，是可以走出痛苦，是可以有一个太阳一样的光芒，因此一个人的美好的心灵意义是可以激活的。

其实最为可怕的是一个人是没有一个心灵意义，是没有一个心灵修养，是没有一个文明教化，是没有一个理性意义，这样一个人的心灵是黑暗的，是灰色的，是灰暗的，极权主义社会的反文明的邪恶社会，只会是驯化为人是一个流氓的丑恶嘴脸。

如此，一个人是需要觉醒，是需要自救，如果一个人是不能觉醒，一个人会是无药可救的，这也是极权主义需要的，是一个没有心灵的空心人，是一个反文明的流氓。

2020-06-23

第 69 章 跳动的心

一个人是有一个美好的心灵意义，这也是意味一个人的心灵是一个活跃的，是一个跳动的，是一个有活力的，是一个有生机的，这如一个人的生命意义的活力一样。

一个人是有一个美好的心灵意义，一个人的心灵就会是可以活跃的，一个人的心灵是可以跳动的，为什么，因为一个人是有一个美好价值，是有一个美好意义，这也是一个人的美好的愿望，也是一个人的美好的情感，如此，一个人是有一个心灵意义的生活意义，是有一个心灵意义的生活价值，如此，一个人的心灵是一个跳动的，一个心是一个跳动的。

哀莫大于是心死，如果一个人的心灵是黑暗的，是灰暗的，如果一个人的心灵是一个荒漠，是一个沙漠，这其实是一个没有心灵的，这如同是死灭一样的心灵。

可以说，极权主义的邪恶的反文明，由于是没有一个文明教化，由于是极权主义邪恶社会的驯化，因此一个人是没有一个心灵意义，是没有一个文明意义（一个人自身是没有一个文明意义），如此，这就等于是消灭一个人的心灵，这是一点。

另一点是毒化，极权主义的意识意义与社会存在，是一个反文明的对于人的驯化，这是一个毒化，由于人是受到毒化，因此是一个流氓的丑恶嘴脸，这样一个人的心灵是黑暗的，是灰暗的，是灰色的，是阴暗的，是丑恶的，是丑陋的，这正是极权主义的邪恶之处。

这样，一个人是没有一个心灵意义的，一个人的心灵是一个死灭的，是一个黑洞，可以说，极权主义对于人的不仅是一个奴化，而且是一个心灵的毒化，而且毒化也是对于人的一个奴化的。

既然如此，一个人的心是不会跳动的，一个人的心灵不会是一个美好意义的，可以说，一个人是没有一个心灵意义，是没有一个美好的心灵，一个人只会是一个丑恶的，是一个丑陋的。

可以分析，一个文明社会与一个反文明的社会分界。

可以说，一个文明社会可以使一个人成为一个人，但是极权主义社会，可以使人成为一个流氓，是成为一个恶棍。

对于一个极权主义社会，由于是缺失一个心灵意义，因此人的生活是有一个价值意义，是有一个美好价值，如此，是在一个低级意义，是在一个庸俗的，是一个恶俗的，如拜金主义，如物质主义，如享乐主义，如娱乐至上，其实是奴役人的，是毒害人的。

但是在荒漠上也是可以有绿树的，毕竟是有良知的人，是有正直的人，是有心灵的人，因

此会是有有一个美好意义，是有有一个美好价值，是有有一个文明意义，如此，是可以寻求社会的进步意义，是可以寻求民族的文明意义，这是一个社会的希望，是一个社会的力量，是一个社会的未来。

因此对于中国人，是需要一个自救的，对于一个人是要自救，是可以走出极权主义的魔掌，是可以有一个心灵意义，最简单的是读书，是阅读人文经典，是一个心灵的拯救，是可以有一个心灵意义。

2020-06-24

第 70 章 活跃的心

一个人是有有一个心灵意义，是有有一个美好的心灵，一个人的心灵是一个跳动的，如此，一个人的心灵也是活跃的，是有生机的，是有活力的，可以说，一个人是可以激发一个人的全部的心智，是可以激发一个人的全部的心灵的力量。

什么是一个心灵的力量，是一个人的思想的力量，是一个人的精神的力量，是一个人的心智的力量，可以说，一个人是用头脑在思索，不如说一个人是用心灵在思索的，心灵的思索就是一个思想的思索，是一个思想的力量。

人的力量来自何处，是一个人的思想的力量，是一个人的精神的力量，只有一个人是有了思想，一个人是可以激发思想，是可以激活思想，是可以升华思想，是可以创造思想，是可以有一个思想的力量。

为什么一个文明社会，一个自由社会，是一个活跃的社会，是一个昌盛的社会，因为人的心灵是一个活跃的，因为人的思想是活跃的，如此，是可以有思想的进步意义，是可以有精神的进步意义，如此，一个社会是有有一个文明意义，是可以提升文明程度，是可以提升文明境界。

只有一个人的心灵是一个活跃的，只有一个人的心灵是一个美好意义，如此，一个人才会是有有一个美好的生活意义，可以说，一是一个人是感受世界的美好意义，是可以感受生活的美好意义，一句话，一个人是可以发现美好意义，一个人的心灵是可以感受美好意义。

的确就此一点，一个人就是生活于一个高级意义，因为这是一个心灵意义的生活意义，如此，一个人的生活意义本身就是一个美好意义，什么是一个美好意义的生活，最低一个意义，是一个人是感受美好的意义，这样就是在激活一个人美好的心灵，一个人的美好的心灵是可以唤醒了。

一个意义，一个人是可以寻求美好意义的生活，是可以实现美好意义的生活意义，至少一个人是有一个美好价值，是有一个美好意义，是可以值得一个人的积极寻求，是可以激发一个人是可以寻求。

可以说，一个人的生活意义是在一个高尚的意义，是在一个高雅的意义，也是在一个文明的意义，这是一个最基本的意义，这是心灵生活的生活意义。

如果一个人是缺失一个美好价值，是缺失一个美好意义，那么一个人是不会寻求美好意义，也是不会有一个美好意义的生活价值，可以说，一个人是不知道什么是一个美好，是不知道什么是一个美好价值，如此，一个人是不会有有一个美好意义的生活意义，如此，只会是一个低俗的，是一个庸俗的，是一个恶俗的。

一句话，一个人要美好的生活，是需要一个美好的心灵。

只有是美好的心灵，一个人的心灵会是一个跳动的，是一个生机的，如此，是可以开辟一个美好的生活意义。

2020-06-24

第 71 章 青春的心

从中国的现代意义，中国的现代思想与现代文化是从 1840 年之后的探索，在经历了一百多年的探索之后，在 21 世纪初，基本是可以形成中国的现代思想与现代文化，可以说，在中国的现代思想与现代文化的构建中，在之初，是一个雏形，这如一个孩童一样的，是一个不成熟的，如民国的现代意义。

当中国的现代思想与现代文化是形成时，这是也是意味中国的现代思想与现代文化是一个

青春的，是进入一个青春的时代，可以分析，这是中国的现代人的原初的人。

这个分析是重要的，中国的现代意义，从思想意义，从文化意义，是可以构建中国的现代思想与现代文化，因此具有中国的现代思想与现代文化的中国人，是一个现代中国人。

思想进步是促使社会的进步意义，那么中国是进入一个现代意义，从思想意义，从文化意义，是中国人要成为一个现代中国人，这是一个心灵意义，也是一个思想意义的，也是一个精神意义的。

如古典中国社会，中国人是一个古典的中国人，为什么，因为中国人的思想意义与文化意义是一个古典意义的。

这也是，人是一个思想的动物，是一个文化的动物，为什么是一个人的意义，因为人类是有一个思想意义，是有一个文化意义。

而且思想意义与文化意义是也文明教化，接纳什么样的思想文化，人类就会是什么样的人，因此对于中国的现代意义，首先是思想意义的现代意义，是文化意义的现代意义，这是中国现代社会的一个根基，是一个思想价值的基础意义，是一个文化价值的基础意义。

而且这个思想意义，这个文化意义，是一个文明教化，如此，一个人是接纳了这个现代意义的思想意义，是接纳这个现代意义的文化意义，一个人就是一个现代人，对于中国社会也是一个道理。

中国的现代意义，首先是中国人是一个现代意义，这就是中国人是一个现代中国人，如何是成为现代中国人，是由于现代中国人是有一个现代思想，是有一个现代文化，这是意味现代中国人的心灵意义是一个现代意义。

从这个意义，中国的现代思想与现代文化的进程中，在当代是走向一个青春时代，这也是一个青春文化的现代意义，这是标志中国的现代思想与现代文化是一个比较成熟的，如一个青春意义。

因此中国的现代思想与现代文化是走向一个青春意义，这也是一个青春的文化，因此是一个清新的，是一个刚健的，是一个美好的，是一个心灵的，是有活力的，是有生机的。

也是温和的，是爱的，是善的，是美的，是高雅的，是优雅的，是文雅的，是清雅的，这个现代思想与现代文化是一个宽泛意义，是需要中国的现代哲学家与思想家的探索，也是需要中国的文化精英的探索的。

因此青春文化的现代中国人，在思想意义，在心灵意义，是一个青春的心。

2020-06-24

第 72 章 童心

112

对于一个孩童，是一个人性的自然意义，因此人性的善的意义是自然的，而且人性的美好意义是自然的，可以说，一个孩童的心灵意义是一个美好意义，也是一个纯洁的，是一个圣洁的，是一个纯美的。是一个诗美的。

一个人在后天，一个人是文明教化，是接纳文明思想，是在激发一个人的善的意义，是在激活一个人的美好意义，而且从一个意义，也是一个人可以保持一个人的童心，为什么，因为人文教养，可以使一个人的美好的一面是激活的，可以使孩童的美好的一面是激发的，这一点是一致的意义。

为什么有的人是没有的童心，这也是因为一个人是没有了美好意义，简单的说，一个人是没有了心灵意义，一个人的心灵是泯灭了，这主要是一个人的心灵是为丑恶的占据，一个人的心灵意义是一个丑陋的。

如果一个人是受到一个意识的毒化，一个人不仅是丑恶的，而且会是邪恶的，如极权主义对于人的心灵的毒化。

因此说，只要一个人是可以人文修养，是可以修养心灵，一个人会是在纯化一个人的美好意义，这是说，孩童是有一个美好的心灵意义，后天的人文教化可以使一个人的美好心灵是进一步的纯化，是可以达到一个纯美的意义，是可以达到一个诗美的意义。

对于一个有心灵修养的人，一个人是有一个美好的心灵意义，如此，一个人是有孩童的心灵意义，是有一个童心的，即使一个人是一个老年人，一个人依然是有一个童心的。

因此说，童心的意义是一个美好意义，是一个善的意义，这个童心是一个人的人性的善的意义，是一个人的人性的美好意义，这也是人类思想意义的一个根基，是人类文化的一个根基。

这样分析，也是可以明确的，一个美好的心灵意义就是一个童心的。

一个人是有一个童心，只是说，一个人是一个美好意义，一个人的心灵意义是一个美好意义，而且一个人是可以把丑恶的一面是可以剔除，是可以把丑陋的一面是剔除，如此，一个成年人是一个心灵意义的纯化意义，而且也是一个思想的意义，这一点是同孩童的区别，因此一个成年人是一个健全的心灵意义，是一个完善的心灵意义，也是一个健全的心智。

可以说，一个成年人，主要是一个思想意义，是一个心灵的健全意义，是一个心灵的完善意义，而且是有一个才智的意义，如此，是一个理性的人，是一个自由的人。

这一点，对于孩童是不具备的。

但是从心灵的美好意义，一个人是一个童心的，为什么说一个人是一个世故，是由于一个人是受到世俗的丑陋的侵害，因此一个人的美好的一面失却了。

在中国的古典思想中，也是有这样的认识，如“大人不失赤子之心”，也是说明这个思想意义，因为这是人类的一个根基，是人类文明的一个根基。

2020-06-24

第 73 章 理想的追求

对于一个美好的心灵，一个人的心灵是一个跳动的，是一个激活的心灵，因此是有一个美好意义的追求意义，一句话，一个人是要生活的美好意义，而不是苟且，而不是庸俗。

因此从一个积极意义，一个人会是一个理想意义，什么是一个理想意义，是一个人对于未来是有一个追求意义，也是一个人对于人生是有一个追求价值，而且一个人在社会意义，是有一个美好的追求价值。

一个人是有了一个理想意义，这时一个人要做的，是向理想的迈进，是可以实现理想意义。

理想意义不是一个幻想，是一个可以实现的美好意义。

如一个人是要成为一个诗人，这是一个人生的理想意义。

如一个人是要创造一个伟大的艺术，这是一个人的人生价值。

如一个人是可以寻求社会的进步意义，是寻求人民的幸福意义，这也是一个社会意义的理想意义。

如一个人是可以追求自由，在中国是可以实现一个自由中国，这也是一个人的理想意义，而且也是中国人的一个理想意义。

可以分析，一个人是有一个理想意义，也是一个难得的，因为在一个丑恶的社会，有的人是一个堕落的，是一个败坏的，是一个丑恶的，是一个庸俗的，因此只是一个低级意义，也是一个恶俗的。

因此一个理想意义是一个美好的意义，一个人是有一个美好的心灵意义，一个人就有一个美好的追求意义，是有一个美好的追求价值，如此，一个人也是有一个理想意义。

如此，对于一个人是可以向理想的挺进，是可以实现一个理想。

而且在实现理想的进程中，一个人的心智是可以走向一个成熟意义，而且也是可以一步一步的实现理想意义。

这是说，理想意义的并不是一步到位的，而是一个步步为营的挺进的，一个人不是一步登天的，如一个人是要成为一个诗人，并不是一夜之间一个人就会成为一个诗人，而是一个人在追求的进程中，是一步一步的前进，这如何登山一样的，是一步一步的向前，这样一步一步是可以攀越一个山峰，一个人总会有一天是站在一个山峰，是可以领略一个理想的美好意义。

对于生活意义，对于社会理想，也是一个道理的。

而且可以说，任何一个理想意义是一个美好意义，是一个美好价值，是有益于一个人的个人意义，也是有益于社会的。

但是在理想的迈进中，也是有苦难，是有挫折，是有失败，但是一个人的理想的追求，一个人的信仰意义会是更加的坚定的，而且一个人的心灵意义会是一个健全的，一个人的心智会是一个成熟的，如此，不论前进的道路是如何，一个人会是一如既往的，是可以勇敢的向前。

可以说，对于一个社会，是要有一个理想意义，对于一个人，是要有一个理想意义。

只要是有一个美好的心灵意义，就会是有一个美好的理想意义。

2020-06-24

第 74 章

美好的向往

一个人是有一个美好的心灵意义，一个人是有一个美好的向往的，这个美好的向往就是一个人的美好的愿望，这是一个心灵意义，是一个美好意义。

如此，一个人是有一个理想意义，而且一个人是有一个希望，只有一个人是有一个希望，一个人的人生意义是有一个价值意义，也是有一个美好意义，这也是说，美好意义的本身是一个美好意义的。

可以说，一个美好的心灵是一个跳动的，是一个有生机的，是一个有活力的，是一个青春的心，因此不论一个人是处于何处，不论一个人是处于什么样的一个社会，不论一个人的人生道路是如何，即使是苦难，即使是痛苦，一个人的心灵是一个美好意义，因此一个人会是有一个美好的向往，一个人会是追求，一个人会是向往，一个人会是奋斗，一个人会是勇敢的前进。

如一个人是处于一个极权主义社会，这是一个邪恶的社会，是一个丑恶的社会，是没有一个文明意义，但是一个人是有一个心灵意义，是有一个心灵的修养意义，如此，一个人也是有一个美好意义，那么，一个人就不愿是受到奴化，一个人的心灵是不愿受到毒化，一个人会是可以特立独行的，是有一个理想意义，是有一个美好的向往，也是有一个美好的追求意义。

可以说，尽管一个人的人生会是苦难的，会是磨难的，但是一个人也是可以超越苦难，是可以征服苦难，如此，一个人也是可以实现一个美好意义。

因此说，苦难并不可怕，邪恶并不可怕，可怕的是一个人的心灵的屈服，是一个人的心灵的泯灭，可怕的是一个人是有一个美好的心灵，如此，可怕的是一个人是有一个美好的向往的，如此，一个人会是堕落的，是庸俗的，是低俗的。

一个人是要什么样的生活，是一个人的心灵意义，一个人是有什么样的心灵意义，一个人

就会是一个什么样的生活意义，是有一个美好的心灵意义，一个人会是一个美好意义的生活意义，是一个高尚的生活价值，如果是没有一个心灵意义，一个人的生活意义只会是一个庸俗的，是一个低级的。

因此说，一个人的心灵是如何思想的，一个人就是会追求什么样的生活意义，只有是一个美好的心灵意义，一个人会是有有一个美好的向往的，而且一个人会是可以追求，是可以奋斗，是可以实现一个美好意义。

这如一个人的心灵是一个太阳，一个人是一个太阳的心，因此一个人就是一个太阳一样的生活意义，因为这是一个真理意义。

一个人是要有一个真理意义，可以说，极权主义是一个愚弄人的，因此是一个欺骗，尤其是社会主义的极权主义是更有欺骗性，因为是打着文明的旗号，因为是一个虚伪的，因此是有很大的欺骗性。

但是真理意义也是一个科学意义，是一个真实的，是一个人性的，因此是一个启迪人的，是一个激发人的，是一个唤醒人。

2020-06-24

第 75 章 美好的追求

一个人是有美好的向往，是有美好的理想意义，一个人是有美好的追求意义。

可以分析，人的心灵意义的美好价值是一个融合意义，是一个美好意义的价值体系，是可以互相生发的，是可以互相激活的。

一个人是有了美好的心灵意义，一个人就会是可以美好意义的追求意义，为什么，因为一个人是有一个美好的心灵意义，一个人是会有一个美好价值的价值意义，这是心灵意义的核心意义，是一个人的心灵意义的最核心的价值意义。

有了美好的价值意义，一个人是可以确定一个人的人生价值，是可以确定一个人的生活价值，这如一个文明社会一样，一个文明社会是有一个文明价值，是可以实现文明价值，而且文

明价值就是一个美好价值的。

一个人也是一样的道理，对于一个人是有一个美好的心灵意义，一个人的心灵是有美好价值，这是心灵意义的最核心的价值意义，如此，一个人是会明确一个人的人生价值，是可以明确一个人的生活意义，这也是说，一个人的人生是有价值意义，一个人是生活是有价值意义，如自由，如爱，这是一个美好价值，只有是一个美好的心灵意义，才会是有一个美好价值。

如此，一个美好的心灵是有一个美好的追求意义，因为一个人要实现美好价值，是需要一个人的追求。

而且一个人是有一个心灵修养的心灵生活，一个人是有美好价值的价值意义，一个人也是有一个美好价值的，这本身就是实现美好价值，尽管这是一个起点，但是一个人是站在美好价值，是站在美好意义，一个人就是可以向美好意义是前进的。

这也是说，一个人的路子要对，一个人是要走在一个正道的，是一个文明意义的，是一个美好意义。

对于这一点，在一个极权主义社会，也是难得的。

一个人是有美好价值，是有美好心灵，那么一个人会是一个美好意义的生活意义，是向美好意义是可以前进的，这本身就是一个美好意义的追求意义。

可以说，美好意义的生活意义是一个无止境的，这如是一个人的心灵修养也是一个无止境的，是一个不断的提升意义，一个人是不断的提升心灵境界的，一个人也是不断的提升一个人的生活境界，有一天，一个人会是站在一个高度，是会可以达到一个生活境界。

这如一个人的思想意义的提升，一步一步的突破，一步一步的迈进，有一天，一个人是可以达到一个思想境界，是可以达到一个思想高度的。

生活意义也是一样的。

这如一个人的走路，只要一个人是前进，是不断的行进，那么日积月累，有一天，一个人会是可以行万里路的，是走了很远的路。

如果一个人的心灵意义是缺失的，一个人也是没有一个美好意义的追求意义，其实这如是

一个人是站在原地的，因此一个人只是一个庸俗，是一个恶俗的，如果一个人是受到极权主义的毒化，一个人会是一个邪恶的，是一个丑恶的。

2020-06-24

第 76 章

正面思维

一个人的思维意义同心灵意义是有关的，如果一个人的心灵意义是一个消极意义，一个人的思维意义也是一个消极意义，这也是心理学中的焦虑存在，一个人只是想到坏的一面，只是想到消极的一面，是不能有一个正面意义，是不能有一个积极意义的。

从一个人的心灵意义，如果一个人的心灵意义是受到伤害，如精神病患，一个人的心灵意义会是一个消极意义，是一个负面的，一个人的心灵意义是一个灰色的，是一个灰暗的，如此，一个人是要突破心理障碍，是要消除灰色的，是要消除灰暗的，是一个太阳的心灵意义，是一个蓝天的心灵意义。

对于一个人的心灵意义的主导意义是要一个积极意义，是要一个正面意义，是要一个太阳的意义，是要一个春风的意义，这样一个人的思维意义是一个积极意义，是一个正面意义，这也就是说，一个人是可以想到积极的一面，是可以想到正面的意义。

在这个积极的思维意义的主导下，在一个积极意义的心灵意义的主导下，这时，一个人的消极思维会是一个积极意义，是可以弥补积极思维的不足之处。

但是如果一个人只是一个消极心灵，那么一个人会是处于一个灰色的，一个人是没有一个积极意义，如此，一个人的心灵也是灰暗的，如此，一个人是看不见阳光，也是看不见积极的意义，因此一个人的心灵是沉重的，是阴郁的，是暗淡的，这对于一个人的生活意义是一个消极意义，而且一个人也是不能美好意义的生活，一个人也是没有一个快乐的生活意义。

对于这一点，一个人只有是修养心灵，是可以消除灰色的，是可以消除灰暗的，是可以寻求一个积极的思维意义，是可以修养一个积极的心灵意义。

可以说，一个人的心灵意义是一个积极意义，是一个正面意义，是一个阳光的意义，的确

一个人要做到这一点，一个人的心灵是没有病变的，即使是一个精神病患，如果一个人是可以修养心灵，一个人也是可以走出消极意义，是可以有一个积极意义的。

因此一个人的积极意义的心灵意义，是一个积极的心，也是一个积极的思维，由于一个人的心灵是一个积极意义，因此一个人的思维意义是一个积极意义。

的确人的心灵是也复杂的，有时会有消极的一面，但是对于一个健康的心灵意义，对于一个健全的心灵意义，一个人是一个积极的心灵意义，是一个正面的心灵意义。

从大的方面，一个人是有一个正大的心灵，这也是一个文明意义，是一个正义意义的，是一个美好意义，这是一个人的心灵意义的一个根基。

有了这个根基，那么其它的消极意义是可以消除的，只要一个人的心是正大的，那么一切灰色的，一切灰暗的，是可以消除的，是可以化解的。

如此，一个人是一个积极的心，因此也是一个积极的思维意义。

2020-06-24

第 77 章 积极的心

一个人是是一个积极的意义，是一个积极的心灵意义，是一个积极的思维意义，这也是一个正面的思维意义，是一个正面的心灵意义。

这也是说，一个人是要看到积极的一面，是要看到美好的一面，是要看到正面的一面，而不是负面的，不是消极的，不是坏的，的确对于一个人，一个人的心灵的主导意义是需要一个正面意义的。

要做到这个正面意义，也是需要一个人的心灵是一个正面意义，如此，只要一个人是修养心灵，那么一个人会是有一个文明意义的，因此也是一个正面意义的，因此一个人的心灵是阳光一样的，是太阳一样的。

但是即使这样，由于心理因素，有时一个人也是焦虑的，因此是一个负面的，是一个消极的，是一个灰色的，即使这样，一个人做的，只有是修养心灵，是可以消除灰色的，是可有消

除灰暗的，可以说，一个人是有一个正大的心灵。

只要一个人是修养心灵，是可以接纳文明思想的，是一个文明意义的，因此也会是一个正大意义的心灵意义。

如此，一个人的心灵会是一个美好意义，也是一个积极的心灵意义，也是一个正面的心灵意义，因此一个人的思维意义也是一个积极的，是一个正面的，是一个美好的。

而且这是一个人的主导意义，一个人的心灵的主导意义是一个积极意义，一个人是一个积极的心，这样一个人的思维意义会是一个积极意义，在这个最基本的积极意义的基础上，这时，一个人的消极思维会是有一个积极意义的，一个人是可以兼顾消极思维的负面意义。

如一个人是做一件事，首先是一个积极意义，是如何做好一件事的，是如何可以把一件事是能够做成的，但是这时，一个人的消极意义的思维意义，一个人也是可以看到做一件事的负面意义，这时，一个人消极思维会是一个积极意义。

因此一味是说消极思维只是负面的，也是不太正确的，关键是要看到消极思维是在什么情况下的，因为如果一个人只是一个消极思维的，一个人只是看到负面的，只是想到坏的一面，这时，一个人的心灵会是一个灰色的，是一个灰暗的，如此，一个人的生活意义会是一个灰色的。

有时一个人在人生意义是一个积极意义，是一个奋斗的，是一个奋进的，但是在生活意义由于心理因素，有时一个人会是一个灰色的，，如一个人是焦虑，如一个人是恐惧，这些负面的消极心理会是影响一个人的思维意义，一个人会是一个消极的思维意义。

的确如果一个人只是一个积极思维，是缺失一个负面思维，有时一个人也会是冒进的，是鲁莽的，因此中庸意义是一个思想意义，对于思维意义，是需要一个中庸的意义，是不要极端的，是不要偏激的。

正负两面都会是有一个极端的，是有一个偏激，这也就是说，并不是积极意义就不会是偏激，如人的激情，如果是一个狂热的，会是一个极端的。

2020-06-24

对一个落后的社会，由于思想意义的落后，而且由于思想奴役的存在，由于认识意义的低下，因此是有禁锢人的心灵的意识毒素，也是有奴役人的奴役思想，这一点的确是可怕的。

但是对于一个自由的心，是会冲破一切的思想奴役，是冲破一切的心灵禁锢，是走向一个自由意义，是走向一个明净的意义。

可以说，只有自由的心灵是一个太阳一样的，是光明的，是明净的，是清明的，是透明的，是清澈的，是没有灰色的，是没有灰暗的，是没有阴暗的，这如是一只鸟一样，是在天空的自由飞翔，而不是束缚翅膀，而不是禁锢在一个笼子。

可以说，思想奴役就是把人的心灵是禁锢在一个笼子一样，这如是一只鸟是在笼之中，是不能飞翔的，一个人的心灵是受到禁锢的。

其它的如禁锢人的心灵的意识，也是一种奴役，是把人是禁锢在一个界限之内，是不能越出一个界限，这如是束缚一只鸟的翅膀，尽管一只鸟是在空中，但是鸟的翅膀是束缚住的，因此也是不能飞翔的，是不能自由的，如迷信的说法就是这样的。

但是一个自由人，是一个自由的心灵，是一个自由的心，这里分析是内在意义的心灵自由，的确一个人是要有一个自由的心灵是不易的，这在一个丑恶的社会，更是不易的。

尽管是这样的，但是对于一个人是会突破禁区的，是敢于突破思想禁区，这也是冲破思想奴役的，如中国的孝文化，是一个奴役人的，的确一个人要敢于突破是不易的，但是从一个思想意义，是可以分析，孝文化的确是一个思想奴役的。

只有一个人是敢于思想，是敢于冲破传统文化的思想意义，是敢于冲破世俗的庸俗意义，一个人才会是有一个自由的心灵，的确一个自由的心灵也是一个自由的灵魂，只有一个人是有一个自由的心灵，一个人才会是有一个自由的灵魂。

一个自由的心，是一个清明的，是一个蓝色的，是一个太阳的，这如是一只鸟是在空中一样的，是可以自由的飞翔，是不受任何的束缚，尤其是不受外在的压迫，如李白的自由精神，

如竹林七贤的自由精神，可以说，是一个自由的灵魂，是一个自由的典范。

对于一个自由的心，就是这样的，这在一个自由社会，人也是一个普遍意义的自由意义，也是一个心灵意义的自由意义，一般的人也是可以做的到的。

但是如果一个人是处于一个奴役社会，那么一个社会如是坚冰一样，是在压迫人的，除了政治压迫之外，也是有思想奴役的，也是有心灵奴役的，而且一个邪恶的社会，也是需要人是一个奴性的，是一个愚钝的，如白痴一样的，因此会是放任思想毒素的，是放任落后思想的愚昧，如此，是便于极权主义的统治，的确这是把人视为动物，是视为东西，不是一个人的意义，不是一个人的尊严。

但是一个自由的心，是可以勇敢的突破一切的压迫，是可以冲破一切的束缚，是有一个自由的心，是有一个自由的灵魂意义。

2020-06-24

第 79 章 生活的磨砺

一个人是一个心灵意义，而且一个人是一个心灵意义的生活意义，那么一个意义是一个人是可以实现心灵意义的自由意义，只有一个人是一个心灵自由的生活意义，是一个心灵生活的自由意义，那么一个人在生活意义是一个心灵意义，是一个心灵生活。

一个人要做到这一点，就是在生活中是可以做的到，因此这需要一个人是可以突破阻碍的，一个人是一个自由意义，就个人意义，从一个美好意义，从一个正面意义，一般而言，一个人是可以做的到，如一个人是可以诗一样的生活，一个人是可以实现这个高雅的生活意义的。

但是从一个消极意义，由于人性的弱点，由于人的局限，一句话，由于人的不能完美，那么一个人是需要控制人性的弱点，是需要克制一个人的弱点，是需要控制人性的恶，如此，一个人要做的到，的确是不一样的。

如一个人是受到辱骂，一个人会是气愤的，一个人会是反击的，但是这也是一个低级意义的，是一个生命的消极本能，但是如果一个人是不会气愤，也不会恶的，而是一个理性意义，

是一个智性意义，一个人是一个直的意义，是以善的意义反击恶，一个人会是批判的，会是一层一层拨下丑恶嘴脸，如一个伪君子，一个人的正当的反击，是一层一层拨下伪君子的面纱，是显示出伪君子的一个丑恶嘴脸，可以使一个人是无地自容的，这也是一个智性的意义。

这需要一个人在生活的磨砺，而且一个人的心灵修养的磨砺意义主要是在这一方面的。

在一个丑恶的社会，一个人是面对善恶的选择，因为有时会把一个人是推向一个极端，是推向一个绝境，如此，一个人的消极意义会是显示出来，因此一个人是要控制自己，一句话，一个人是要控制自己，一个人是不会堕落的，一个人是一个积极意义的，是一个光明的意义，是一个正义的意义，是一个智性的意义，是一个思想意义。

一个人是要做到这一点，是生活的磨砺，是磨砺一个人的心灵，是磨砺一个人的心智。

为什么是要磨砺，因为一个人是需要坚守善的立场，是需要坚持一个文明的立场，是有一个信仰意义，是有一个文明意义，这也是说，一个人是一个人的意义，是一个人的尊严意义，一个人是不能下滑为一个动物的，是不能堕落为一个流氓的。

可以说，一个人是要一个上升的意义，而不是一个下滑的存在，是一个尊严的意义，而不是一个堕落的存在。

这一点，对于一个流氓社会，对于一个邪恶社会，一个人是要坚守一个文明立场，是要坚守一个人的立场，的确是需要在生活的磨砺，而且主要是面对丑恶的一个抗压，如此，一个人是可以有一个强大的心灵，也是有一个强大的心智。

可以说，是不需要怕流氓，因为流氓除了丑恶嘴脸，什么也是没有的，因此是不足为怕的，只要一个善良的人是一个智性的意义，是可以踩倒流氓，是可以踩死流氓的。

2020-06-24

第 80 章

优雅

对于一个自由人，是一个自由的心灵，是一个自由的灵魂，而且是一个现代意义的文明思想的思想意义，是一个现代意义的精神意义，因此一个人的心灵意义是一个美好的意义，一个人

是一个美好的心，也是一个美好的灵魂，也是一个高贵的灵魂，从这个意义，一个人的心灵意义也是一个高尚意义，因此是一个高雅的心灵意义，也是一个优雅的心灵意义。

如此，一个人的生活意义是一个人的心灵意义的外在意义，是一个人的心灵意义的自由意义，如此，一个人的生活意义是一个高雅的，是一个优雅的。

这也是说，一个优雅的心，是有一个优雅的生活意义，一个高雅的心，是有高雅的生活境界。

因此这是一个心灵的优雅境界，是一个生活的优雅境界。

只有一个人是可以达到一个高雅的心灵意义，一个人在生活意义也是可以达到一个高雅的生活境界。

而且一个人是可以达到一个优雅的心灵意义，一个人的言行会是一个优雅的高贵意义。

民国时代的自由主义知识分子的精神气质是一个优雅的，这也是说明了自由人的最基本的一个精神特质，是优雅，是高雅，这本身是一个高贵的精神气质的。

这个精神气质，是一个人的心灵意义的精神气质，只有一个人是有一个自由的灵魂，是有一个高贵的灵魂，是有一个高尚的思想境界，是有一个高贵的精神境界，这时，一个人是有一个优雅的精神气质，是有一个高雅的精神气质。

这一点，同极权主义的虐待狂是不一样的，极权主义的流氓的丑恶嘴脸，是一个恶魔一样的丑恶，是魔鬼一样的丑陋。

因此只有是心灵意义的美好意义，一个人才会是有一个高雅的精神气质，是有优雅的精神气质。

这个优雅的意义，不仅是一个精神气质，也是一个生活境界，一个人在生活意义是可以达到一个优雅的生活境界，不论是做什么，一个人是一个优雅的，如一个人是粗野，肯定不是优雅的，但是优雅的人是会有一个优雅的言行的。

可以说，对于中国人，是在走向一个现代意义，从文化意义，从思想意义，中国人也是走向一个现代中国人，什么是一个现代中国人，就是具有现代思想与现代精神的人，而且这也是

社会公民的一个心灵意义，这是说，现代中国人就是现代公民，也是社会公民。

因此具有这个现代思想与现代精神的中国人，是最初的现代中国人，也是第一代的现代中国人，因为这是现代中国的一个开端，也是自由中国的一个开端，从这个意义，现代中国人也是自由人的，是一个自由的中国人，这个现代中国人的灵魂意义，是一个自由意义，是一个自由的灵魂，因此也是一个高贵的灵魂，是一个优雅的灵魂，是一个高雅的灵魂。

民国一代的自由知识分子，是现代中国人的一个雏形，但是在当代中国，只要是接纳中国现代思想与现代精神的一代人，就是现代中国人的一个最初的人，是第一代的现代中国人。

2020-06-24

第 81 章 微笑

对于美好的，一个人是可以微笑，但是面对丑恶的，一个人依然是可以微笑的。

为什么这样说，对于美好的，一个人是可以微笑，这是一个自然的，是一个美好的心灵的美好感受。

但是面对丑恶的，如何呢，一个人依然是一个微笑，为什么，因为一般而言，一个人会是气愤，会是愤怒，会是一个生命的消极本能，如一个人受到他的辱骂，一个人有时会是反击，也是会骂他人，这时一个人会是一个非理性的，会是一个情绪化的，会是过激的言行，其实是一个人的计较，是同丑恶的人的一个纠缠，也是一个人的弱小的一个反应。

但是一个人是一个强大，一个人是如何，一个人是不屑一顾的，是鄙视的，因此一个人是笑之，是微笑，这是一个人的内心强大的一个意义。

只有一个内心强大的人，是可以做到这一点，对于丑恶的，是一个鄙视的，是一个厌恶的，是一个背弃的，因此是不会纠缠的，是不予计较的，这是一个骨子里的贵族意义，一个有教养的人同一个丑恶嘴脸是不能等同的，是在一个不同的层面，因此，面对丑恶的，只有一个鄙视，只有是一个不屑一顾的。

可以说，面对丑恶嘴脸，一个人是可以微笑，的确是不易的，因为这需要一个人的智性，

也是需要一个人的生活的磨砺，可以说，一个人是厌弃对骂，一个人是鄙视丑恶的，一个人是一个骨子里的美好意义，怎能同丑恶嘴脸是纠缠在一起。

而且一个人的微笑，也是一个人的自信，一个人是有了力量，一个人是有一个强大的内心，一个人才是有一个自信的意义，因为一个人是一个高大的，如此，同卑鄙小人是不能纠缠在一起的，一个人只有是鄙视丑恶的小人的。

而且一个人是面对丑恶嘴脸，一个人是不会伤害一个人的心灵，即使丑恶的嘴脸是一个丑恶的，但是一个人的内心是一个强大，对于丑恶嘴脸的丑行，一个人是不会伤害自己的，这一点是重要的。

另一个意义，是一个人在生活的磨难中，一个人是可以微笑，一个人是有勇气是可以担当的，一个人是可以自我负责，一个人是可以承担一个人的命运，如此，一个人是不会怨天尤人的，一个人即使是哭，一个人也是微笑的生活，对于生活依然是美好意义的寻求。

这一点是需要一个人有一个强大的心灵，是可以容纳命运，因为一个人的命运是一个人的把握，因此一个人是要有勇气承担，成功了，是一个人的喜悦，失败了，一个人依然是敢于承担，一个人也是可以微笑。

一个人是学会微笑，是需要一个人是有一个强大的心灵意义，这一点是很重要的，因为只有是一个强大的心灵，一个人的思想意义是一个高尚的意义，一个人的精神意义是一个高贵的意义，如此，一个人是可以蔑视一切苦难，是可以嘲笑一切磨难，如此，一个人是可以微笑的。

可以说，只有是经历了哭的人，一个人才会是学会微笑的。

2020-06-25

第 82 章 快乐的心

幸福意义是一个价值意义，对于一个人，是要生活的幸福意义，但是如何一个人是可以幸福的生活，这需要一个人是有一个幸福的心。

什么是一个幸福的心，这需要一个人是有一个幸福价值，对于幸福意义是有一个最基本的

认知意义，这一点是重要的。

如此，一个人是可以修养一个幸福的心，这样一个人是可以感知幸福，一个人是一个幸福的人，重要的一点，一个人是可以给予他人是一个幸福意义，如家庭幸福的幸福意义，如公共社会的幸福意义。

既然如此，那么一个人是不会给他人是制造痛苦的。

对于这一点，这是一个最基本的人文修养。

可以说，对于一个有美好心灵的人，也是一个幸福的心，因此一个人的痛苦是一个人的承担，而不是给他人是制造痛苦，可以分析，一个给他人是制造痛苦的人，是一个极端自私的人，这也是说，一个人是活的不好，一个人让他人也是活的不好，可以分析，这一点的确是中国人的一个劣根性，是人性一个卑劣之处，尤其是缺失人文教养的人，是有这个劣根性的。

另外一点，是有阴暗心理的人，是有流氓习气的人，会是故意给他人制造痛苦，并以此为乐，这是一个邪恶的，是一个丑恶的，而不仅是一个丑陋的。

对于丑陋的人，是无意之间给他人是制造痛苦，但是一个邪恶的人是以他人的痛苦为乐的，可以说，这是一个魔鬼的黑暗的心理，也是一个虐待狂的丑恶嘴脸。

可以分析，一个邪恶的社会，人会是有一个什么样的，可以说，美好与邪恶之间是一个天壤之别的。

对于一个人，是有一个幸福的心，一个人是可以感受美好意义，是可以感受幸福意义，一个人是有一个幸福的意义。

但是这并不意味一个人会是快乐的，因此这时，是需要一个人是有一个快乐的心，这个快乐的心，主要在生活意义。

从一个人意义，一个人是有一个价值意义，一个人是可以做一个人的事，是可以有一个理想意义，一个人是可以奋斗，一个人是可以战斗，一个人会是有一个幸福意义，也是有一个快乐意义，这是人生的幸福意义，这是人生的快乐意义，这是一个人的大幸福，这是一个人的大快乐。

但是在生活意义，一个人也是可以快乐的，这需要一个人是有一个快乐的心，这也是意味，一个人在生活意义，是可以寻求快乐意义，是可以快乐的生活意义，尽管这也是大幸福的小快乐，但是依然是一个人的人生的幸福意义的一个意义。

为什么一个人是不快乐的，原因是很多的，如一个人是忧伤的，是忧郁的，是悲伤的，如此，一个人是少快乐的，但是即使这样，一个人也是需要修养心灵，是有一个快乐的心，是可以快乐的生活，这样一个人是可以微笑的，是可以欢笑的。

2020-06-26

第 83 章 幸福的心

一个人是有一个美好的心灵意义，因此一个人也是一个幸福的心，因为人类的文明价值是一个美好价值，而且美好价值是一个价值体系，是一个可以互相生发的融合的价值体系，因此只要一个人是走在一个文明意义的正道意义，那么一个人接纳的是美好价值的思想意义，这也是说，文明意义的思想意义，也是美好意义的思想意义，如此，一个人的心灵意义是一个太阳一样的心灵意义。

这样，一个人的心灵意义是一个美好意义，既然是一个美好意义的，因此也是一个幸福的心，是一个太阳的心，是一个积极的心，是一个诗美的心，是一个伟大的心灵，是一个高尚的心灵，是一个高贵的心灵，这样，一个人是同人类的文明意义是一个一致的，可以分析，对于一个文明社会，也是一个美好意义，因为这如一个人一样的。

可以分析，一个文明社会是一个美好意义的，但是一个邪恶社会，是一个丑恶的，是一个邪恶的，是一个丑陋的。

既然一个人是有一个幸福的心，那么一个人也是可以感受美好意义，也是可以感受幸福意义，这是一点。

最为重要的一点，幸福的心是一个幸福的价值意义，是一个幸福的生活意义，这也意味一个人不仅是美好的幸福生活，而且一个人同他人相处，他人也是一个美好意义，是一个幸

福意义，这是幸福的基本意义，不论是家庭生活，还是公共社会的公共生活。

从这个意义，一个幸福的心，是不会伤害他人的，因为如果一个人是伤害了他人，一个人会是一个自责的，是一个内疚的，也是痛苦的。

这一点，同一个虐待狂是不一样的，对于极权主义社会，由于极权主义的邪恶驯化，由于流氓文化的毒化，可以说，极权主义只是一个虐待狂的。

一个幸福的心，也是一个爱的心，因为只有爱的意义，才会有一个幸福意义，没有一个爱的意义，就没有一个幸福意义，这是一个最基本的思想逻辑，这也是一个真理意义。

因此一个美好的心灵意义，是一个现代思想的思想意义，是一个现代精神的精神意义，这是最基本的一点，可以分析，具有这个现代意义的文明教化的一代人，是自由中国的第一代人，而且这一代人是担负构建自由中国的历史使命。

因此也是一代美好的人，因为美好价值是一个价值体系，而且是一个融合的价值体系，因为一个人是接纳人文思想，也是在接纳现代意义的价值体系，如爱，如和平，如美好，如幸福。

如此，对于新一代的现代中国人，是可以告别过去的，是从极权主义的黑暗中可以觉醒的一代人，可以说，一个人要么是可以成为一个现代中国人，是新一代的自由中国人，是可以追求自由，是可以构建自由中国，是自由中国的建国者，要么一个人是为极权主义是吞噬，是一个极权主义的，是一个虐待狂的，是一个邪恶社会的牺牲品。

2020-06-26

第 84 章 纯净的心

心灵意义与心理意义是有区别的。

对于一个人是修养心灵，是可以接纳人文教化，一个人的心灵意义会是一个太阳的心，是一个春天的心，是一个正大的，是一个光明的，是一个温和的，是一个温暖的，这是最基本的意义。

如此，一个人的心灵意义也是如蓝天一样的，是一个明净的，是一个纯净的，是一个高尚

的，是一个高贵的，是一个高雅的，这是因为文明价值是一个美好意义，是一个正义意义的，是一个光明的意义，是太阳一样的，因此是没有邪恶的，是没有丑恶的，是没有丑陋的，这是文明意义与反文明的一个分界。

因此一个人的心灵意义也是一个纯净的，是一个纯粹的，是一个明净的，这是最基本的文明意义。

但是人是有人性的，这也就是说，一个人的心灵意义会是一个太阳的，会是一个蓝天的，会是一个纯净，是没有灰色的，是没有灰暗的，是没有阴暗的，这是心灵意义的文明意义的最基本的一个心灵特质，也是一个最基本的一个意义。

但是一个人的心理是有灰色的，是有阴暗的，是有灰暗的，为什么，如一个人是焦虑，如一个人是恐惧，这是一个心理意义的，因此人会有灰色的一面。

另一方面，从心灵意义，一个人是一个纯净的意义，但是由于人性的弱点，由于人性的恶的一面，因此在心理意义，一个人会有灰色的，是有灰暗的，有时这一点也是一个人的心灵意义的，可以说，有时心灵意义与心理意义是交织的。

如此，一个人要做的是什么呢，一个人是需要直面自己，是需要直面人性，也是需要直面心灵，一个人是可以消除灰色的，为什么，因为灰色的会是影响一个人的正常的心灵意义，会干扰一个人的正常的生活意义。

可以说，对于心理因素的灰色的，从根本意义，是要从心灵意义是可以解决的，只有一个人是可以解决心灵的思想意义，是可以解决了心灵的精神意义，那么心理因素的灰色也是可以消除的。

如恐惧，如极权主义社会下的反抗的人，是要革命的一个人，由于极权主义的暴力主义，因此会有迫害，是有打击，有时一个人也是恐惧的，一个人是不愿受到迫害的，但是如果一个人是一个无畏的，是一个勇敢的，是一个敢于牺牲的，那么一个人就不会是恐惧的。

因此，一个人的心灵意义的修养意义，也是可以解决心理意义的灰色的一面。

的确人是一个复杂的，人有心灵，人也有心理，人也是有人性的，人也是生命的，因此也

是有灰暗的一面，如此，只有是直面事实，是可以寻求消除灰色的。

即使是不能消除的，一个人也是要正面意义的面对，是可以控制的，是可以克制的，如消极情绪，如本能反应。

如此，是寻求一个心灵意义，是寻求一个思想意义，是寻求一个智性意义。

因为一个自由人，是一个理性的人，因此是可以自律的，是可以做一个文明的人，是可以做一个优雅的人。

2020-06-26

第 85 章 诗美的心

一个人是可以修养心灵，一个人是可以达到一个美好意义的心灵境界，这个美好意义本身是一个诗美的意义，这如一个孩童，天生是有一个美好的心灵意义，因此是有诗美的心灵意义，从心灵意义流出的一句话就是一首诗。

对于一个人，是有一个美好的心灵意义，也是一个美好的心，一个美好的心是一个诗美的心，什么是一个诗美，就是一个美好意义，这是一个最根本的意义。

从这个意义，诗美的境界是一个很高的，但是也是一个最低的，为什么，只要是心灵意义的一个美好意义，就是一个诗美的意义。

但是一个人是有一个诗美的心灵，一个人会是一个自觉的，这一点是重要的，因此一个人是可以诗意的生活，是可以诗一样的生活。

从另一个角度，一个人是可以美好意义的生活，这本身就是一个诗美的生活意义。

一个人是可以感受美好意义，一个人是有一个美好的心灵感受，一个人是可以一个美好的生活意义，这就是一个诗美的生活意义，是诗一样的生活意义。

这样就清楚了，一个诗美的生活意义是一个美好的生活意义，这是诗美意义的实质意义。

如此，一个诗人是要有一个诗美的诗歌，是要创造伟大的诗歌，只需要做到一点，是一个诗人的心灵意义是一个美好意义，是一个伟大的心灵意义。

如此，这个诗美意义是任何一个人是可以达到的，因为这有一个最低意义，这一点同人性的美好意义是一致，可以说，只要一个人是保持一个人的天性中的美好一面，只要一个人是有一个最基本的人性意义，就有一个美好的意义，如此，就有诗美的意义，那么一个人的心灵的修养，会是可以强化这一点，是可以纯化心灵，是可以升华心灵，是可以达到一个心灵的境界，是可以达到一个心灵的高度，如此，是一个诗美心灵的一个纯化意义。

这如一个人是可以成为一个圣者，只要一个人是有一个最基本的良知意义，是有一个最基本的善的意义，如此，只要后天的人文修养，一个人的思想意义是可以达到一个思想境界，是可以达到一个圣者的思想境界，是可以达到一个圣者的精神高度，那么一个人是可以成为一个圣者。

诗美的意义也是一个道理，是有一个基础意义，这个基础意义是人性美好的一面，是人性的善的一面，这是诗美的一个基础意义，如果一个人是可以修养心灵，一个人是可以有艺术修养，是可以有文学修养，是可以有人文修养，如此，一个人是在提升一个人的诗美的一个境界，是可以达到一个诗美的一个高度的。

一个人是有一个诗美的心，一个人是可以达到一个诗的境界，是一个诗的生活意义，这也是诗意的栖居的思想意义。

如此，不论生活是什么，一个人会是化为一首诗的，是可以诗意的生活，即使是一个悲剧，也是一个悲壮的，是一个凄美的，是一个壮美的，是一首诗，是一首歌。

如此，一个人也是可以征服苦难，是可以走出悲剧的。

2020-06-26

第 86 章 美的心

一个人是可以修养心灵，一个人是可以接纳文明价值，也是可以接纳美好价值，如此，一个人的心灵世界是一个美好的意义，是一个美好的心，也是美的心，这是从一个美学意义的一个分析。

为什么是一个美好意义，因为一个人的心灵世界是一个价值体系，这个价值体系是一个文明价值的价值体系，也是一个美好价值的价值体系，对于这一点，同一个文明社会的人文生态是一样的。

因此说，一个文明社会是可以实现文明价值，这也是可以实现美好价值，因此这样也是一个美好的社会，因此是一个美的社会，是一个美丽的社会。

可以分析，如果中国是可以实现自由中国，那么就会是可有实现一个文明社会，如此，也会是一个美好的中国，也是一个美的中国，是一个美丽的中国，这是一个事实的，尽管是一个理想意义，但是是一个事实的，是可以实现的一个理想，是可以实现的一个事实。

对于一个文明人，对于一个自由人，也是一个道理的。

什么是一个美的，一个意义是一个美好的意义，由于是一个美好的意义，因此是一个诗美的，是一个美的意义，一个意义是一个美丽的意义，一个人的心灵意义也会是一个美丽的意义。

这如一个人，如果有一个良好的人文素养，那么一个人是有一个美好的心灵意义，如此，是一个美的心，是一个美丽的心灵。

什么是一个美的，什么是一个美丽的，这如一个人的美貌一样，是一个美丽的，是一个美的，那么心灵意义的美丽是什么，一个心灵意义的美是什么，最基本的一个意义是一个人是有一个文明意义，是有一个最基本的思想价值的价值体系，如此，一个人是会有一个美好的心灵意义，因为文明价值是一个美好价值，这是一个最基本到一个定位。

如爱的意义，是一个美好价值的，也是一个思想价值的，一个人是一个爱的意义，一个人就是一个美好的意义，是一个美好的心，因此是一个美的心，是一个美丽的心。

如此，也是一个给人是美好的心灵感受，只有是美的，一个人是可以感受美的，这是一点，另一点，也只有是美的，会是给人是一个美的感受，这个美的感受，是心灵的美好的感受意义，从美学意义，是一个美的感受，这如一个人是欣赏一个美的画，如此，一个人是可以美好的生活，也是可以幸福的生活。

这也是说，如果对于一个文明社会，由于是文明教化，因此一般的人，最基本的一点是有

一个文明意义，是有一个最基本的文明价值的价值体系，如此，一个人才会是可以价值判断，是可以善恶判断，而且一个人的心灵是一个美好的意义。

如此，一个文明社会是这样的，人人是可以做到这一点，是一个文明人，是一个自由人，是一个理性的人，因此会是一个美好的人，如此，一个文明社会是一个美好社会，而且生活其中的人，由于是一个美好的人，因此人也是可以实现美好的生活意义。

中国的儒家的大同世界也只是如此而已的，这并不是一个什么高不可攀的，而是一个可以实现的理想意义。

2020-06-26

第 87 章 从容

从容是一个心灵的境界，一个人要达到一个从容的心灵境界，的确是需要一个人的心灵的修养意义，一个意义是一个人是有一个从容的心灵意义，一个意义是一个人在生活中的磨砺，一个人是可以做的到。

由于人的心理因素，如焦虑，如恐惧，这时，一个人在生活意义是不能的从容，一个人会是紧张的，会是匆忙的，会是慌乱的，会是惊恐的，的确这不是一个好的意义，而是一个消极存在，会是干扰一个人的正常的生活意义。

如此，一个人是要有一个从容的意义，是可以做到是从容意义的生活意义。

这一点，一个意义是一个人的心灵修养的一个意义，一个人是可以达到一个从容的意义，一般的说，如果一个人对于生活是一个理性意义，是一个可以理性把握的生活意义，一个人是可以做到从容的，因为一个人会是一步一步的稳步的前进，是一点一点的从容的做事。

这如一个人对于一个人的生活，对于一个人的人生，在生活的磨砺中，一个人对于一个人的人生是一个理想意义，而且是一个理性的意义，这也是一个人的个人自治的自由意义，可以说，一个自由人是可以达到这样一个理性的境界，这样的一个人生意义是一个理想意义，是一

一个理性意义，一个人知道一个人是做什么，一个人知道什么时候是可以做什么，一个人完全是一个理性意义，一个人不会是急功近利的，是不会一个物质主义，不是一个享乐主义的，不是一个娱乐至上的，一个人完全是一个心灵意义，因此是一个高尚的意义，是一个优雅的意义，如此，一个人也会是一个从容的意义。

另一个意义，从容意义是一个人是可以从容的面对人生，可以说，一个经历苦难的人，在苦难的磨砺中，一个人是直面人生，是直面现实，是直面苦难，一个人的心灵也是可以磨砺出从容的意义，一个人是可以勇敢的承担人生，是一个从容，一个人是敢于承担人生的一切，是一个从容的人生。

只有一个自由人，是可以做到这一点的，因为一个自由人是可以承担人生，是可以承担命运，因为一个人是一个完全的自我负责，一个人的做什么是一个人的自主意义，因此一个人是一个自我负责的，一个人是要担负一个人的人生，如此，不论一个人的人生是什么，一个人是可以勇敢的承担。

如此，一个人是明白这个道理，因此一个自由人会是一个从容的人生意义，对于这一点，同人性的弱点是不同。

对于人性的弱点，一个人只想成功，只想是好的意义，是不愿有失败，是不愿有坏的存在，但是从人的存在的基本事实出发，这是一个幻想的，这是一个幼稚的，因为对于人生，对于生活，是不会十全十美的，总会有失败的，是有磨难的，是有苦难的，这是人世间的真相。

如此，一个自由人，是一个个人自治，因此一个人是可以勇敢的承担人生，如此，是可以从容的人生意义，而不是患得患失的，而不是恐惧消极的一面的。

2020-06-26

第 88 章 春天的心

一个美好的心灵意义，是一个太阳的心，是一个春天的心。

为什么，因为一个美好的心灵意义，从思想意义，是一个人道主义的，因此是一个人道意义的，是一个善的意义，如此，是一个春天一样的，是一个温暖的，是一个温情的。

美好的心灵也是一个爱的意义，因此一个人是一个爱的心，是爱的，而不是被爱的，这样一个人是一个爱的人，是一个爱的心，因此是一个温暖的，是一个温和的，是一个美好的，这也是如春天一样的，是一个春天的心。

另一个意义，一个美好的心灵意义，是一个美好价值的思想意义，因此是有一个中庸的思想意义，因此是不会极端的，是不会偏激的，如此，是一个温和的，是一个平和的，是一个平静的，这也是一个春天的心。

因此从思想意义，一个美好的心是一个思想价值的思想意义，是一个美好价值的思想意义，因此是一个太阳的心，是一个春天的心。

从另一个角度分析，如果一个人是缺失一个文明意义，是缺失一个思想意义，如此，有时一个人会是冰冷的，是冷漠的，是冷酷的，如极权主义是这样。

但是如果是缺失一个思想意义，一个人只是一个人性的意义，那么就会是一个利益的意义，而不是一个心灵的意义，如一个人是有求于一个人，一个人会是讨好的，会是逢迎的，一个人对于另一人是一个炎热的，如夏天一样的酷热，是缺失一个中庸的意义，这也是过之。

因此说，一个人的心灵是有一个思想意义，一个人会是一个中庸的意义，这一点同儒家的思想意义是一致的，这也是说，一个人是不会过之的，是不会一个偏激的，即使一个人是一个热情的，一个人依然是一个中庸的意义，是一个温暖的意义，是一个温和的意义，不会是有献媚的炎热的。

而且一个人也是不会不及的，这也是说，一个人会是温和的，是温暖的，是不会冷酷的，是不会冷漠的。

因此由于思想价值的思想意义，由于是美好价值的美好意义，因此一个人的心灵世界是一个完善的是思想意义，是一个健全的精神意义，而且是一个价值融合的价值体系，可以说，是一个美好的心灵意义，是一个美丽的心灵世界，因此是如春天一样的，是一个温暖的，是一个

爱的，是一个平和的，是一个温和的，也是一个美好的，是一个美丽的，如春天一样的美丽。

这样分析，并不为过的，因为这是一个事实，也是一个符合思想逻辑的真理意义。

如社会主义革命的狂热，就是由于是缺失一个文明意义，如纳粹主义的狂热分子，也是一样的，是没有任何思想意义的价值意义，因此是一个人性弱点的放纵的，是人性的丑陋的放任的。

因此对于一个自由人，是不会狂热的，只是一个温暖的意义，是一个温和的意义，不会是极端，不会是偏激的。

2020-06-26

第 89 章 自律

一个人是可以修养心灵，是一个人的个人自治，是一个个人意义，因此一个自由人，一个理性的人，最基本的一点是自律，只有是可以心灵修养，一个人才会是一个可以自律的。

这是一个思想意义的思想逻辑，心灵修养本身是一个自律的意义，是需要一个人是可以修养心灵，是一个人的个人做的，而不是他治的，因此一个人是个人的心灵修养，就是一个自律的意义，这也是一个人是做好自己的，可以分析，个人自治就是自律。

什么是自律，就是一个人是做好自己，是做好自己的事，也是可以管好自己的，是一个个人自治的，而不是他治的。

这是自由意义的思想逻辑，也是一个自由人的生活意义。

没有一个自由意义，是没有任何个人自治的自律意义。

没有一个心灵修养的心灵意义，一个人也是没有自律的个人意义。

对于一个文明社会，对于一个自由社会，人是一个自由人，也是一个文明人，因此一个人是一个自律的意义。

可以分析，自律的意义是宽泛的，在一个自由社会，一个人是个人自治就是一个自律的意义。

狭义意义的自律意义，是一个人可以控制自己，这是一点，什么是自律的，这也是一个人是严于律己的，一个人是管好自己的，而不是他治的。

一个人是要管好什么，这是一个人可以控制自己的，为什么是需要一个人的控制自己，因为人性是有弱点的，因为生命是有消极本能，因为人是有局限的，所以一个人是需要控制自己，一个人是需要自律，一个人是需要管好自己的。

可以说，一个高度理性的人，会是一个高度自律的人，一个有心灵修养的人，会是一个高度自律的人，因为一个人是面对一个人的自己。

对于这一点，是一个个人主义的思想意义，也是自由思想的思想意义。

尽管是这样的，但是对于一个社会是需要法治意义，是可以制约人性的恶，也是需要道德意义的，是可以约束人性的弱点。

如此，对于一个人而言，首先是可以做好自己，是可以自律的，但是如果是面对他人的丑恶，一般而言，对于一个文明社会，一个人也是可以站出来，是可以制约的，如此，一个社会是有一个道德意义的舆论意义，是可以制约人的。

对于这一点，是中国人缺失的，这是说，路见不平，是要敢于站出来，是可以伸张正义的，对于一个文明社会，是要可以形成这样一个社会正气，是有这样的社会气氛的，如此，是可以制约丑恶的，是可以约束丑恶的，如此，恶的是不会放肆的，是不会放纵的。

对于一个极权主义社会，做坏事做坏人，是没有人敢管的，但是一个人是做好事做好人，却是受到社会的压制，这就是一个邪恶社会是一个是非颠倒的。

但是一个文明社会是不一样的，不仅一个人是可以自律，而且是过街老鼠人人喊打的，一个人也是有正义感，是有道德感，是可以敢于站出来，是可以伸张正义的。

2020-06-26

第 90 章 理想的迈进

对于一个自由人，是一个个人自治，如此，一个人是有一个人的价值，是有一个人的

生活意义，这是说，一个人是可以确立一个人的价值意义，这本身是一个理想意义，一个人是有一个人的理想意义。

最基本的一点，一个人不是他治的，而是个人自治的，个人自治意味什么，意味一个人不是他治，他人是不会管一个人的，而且社会基本也是不会管一个人，而是一个是要管一个人，一个人是要做自己的事，一个人要自己吃饭，一个人要自己走路的，一个人是一个完全的依靠自己的，这是从一个消极意义的分析。

从一个积极意义，一个人是一个自由人，因此一个人是可以主宰一个人，这也是意味一个人是可以追求一个人的人生价值，一个人是可以确立一个人的生活意义，这就是一个人的自己的事，是一个人是做好自己的，这就是个人自治。

如此，一个人是有一个理性意义，一个人是走什么路，是一个人的独立意义，是一个人的自己说了算的，一个人是自主的，一个人是统治自己的，是一个自我统治的，而不是他的统治。

既然如此，既然一个人是一个自由人，那么一个人就有一个人的人生理想，一个人是一个理想意义的生活意义。

如此，一个人是要向理想的迈进，一个人是可以实现个人理想，这也是实现一个人的价值意义。

如一个人是做一个诗人，这是一个人生价值，也是一个人生理想，如此，一个人是走在诗人的道路上，一个人是向诗人的道路是在迈进，有一天，一个人是可以实现个人理想，是可以实现个人价值。

如果一个人的天赋极高，或许一个人会成为一个伟大的诗人，如果一个人的天赋一般，或许是一个一般的诗人，总之，一个人是可以实现个人价值的。

这也是自由社会，自由的大门是敞开的，是为任何一个人是打开的，只要一个人是可以奋斗，只要一个人是可以好的意义的个人自治，在社会之中，一个人总会是可以找到一个人的价值意义。

可以说，一个人的理想越是高远，一个人实现理想的道路越是艰难的，而且一个人的付出

的心血也是越多的。

这样说来，对于一个极权主义社会，人也是可以有一个理想意义，这个理想意义就是一个自由意义，是可以实现自由，那么这就需要建立一个自由社会，可以说，这会成为中国人的一个最高的理想意义，也是一个社会理想，也是一个时代的理想。

如果一个人是可以认知到这一点，那么一个人会是走向时代的先锋，是可以担负历史使命，是可以同热爱自由的中国人一起，是向理想的迈进，是可以勇敢的战斗，是可以实现自由中国。

这是需要中国人的觉醒，只要人民是可以觉醒，只要中国人民是可以成为一个社会公民，是可以成为一个现代中国人，是可以成为一个自由人的心灵意义，中国人民就会是可以站起来，是可以发出自由的吼声，是可以建立自由中国的。

2020-06-26

第 91 章 心灵的境界

一个人是可以修养心灵，一个人是可以提升一个人的心灵境界，对于心灵境界，不同的思想意义，不同的精神意义，不同的心灵意义，会是有不同的心灵境界。

但是对于一个自由人，对于一个现代人，是有一个最基本的思想意义，是有一个最基本的精神意义，这是现代思想的思想意义，是现代精神的精神意义，而且也是一个自由意义，如此，也是存在一个最基本的心灵意义，因此是有一个最基本的心灵境界，这是一个共同的普遍意义的心灵意义，是一个基础意义的心灵意义，是一个最基本的心灵意义。

但是在这个意义的基础上，不同的人的思想意义是不同的，不同的人的精神意义是不同的，不同的人的心灵意义是不同的，如一个诗人的思想意义，是有一个诗歌意义的思想意义，如浪漫主义的，如现代主义的，因此一个人的心灵意义是不同的，如此，一个浪漫主义诗人同一个现代主义诗人的心灵意义是不同的，因此心灵境界也是不同的。

这是说，由于人是有一个心灵意义，而且是有一个心灵修养，也是有一个心灵生活的生活意义，如此，是存在心灵境界的心灵意义。

如一个自由人，心灵境界会是什么，最基本的一个意义是自由境界，是心灵自由的自由境界，对于一个现代人，对于一个现代意义的自由人，在一个心灵意义是可以达到一个自由意义的心灵境界。

如理性意义的心灵境界，这也是一个自由人的心灵境界，也是一个自由人的理性境界。

如一个诗美的心灵境界，一个人是一个自由人，一个人是一个文明人，如此，一个人是有一个美好心灵的最基本的一个意义，是一个美好心灵，如此，可以进一步的心灵修养，是可以进一步的心灵纯化，会是可以达到一个诗美的心灵境界。

而且对于一个自由人，也是有一个美好意义的心灵境界，这是一个自由人的美好境界，是一个文明人的美好境界。

而且这个美好意义是一个无止境的，但是也是存在一个最基本的心灵意义，如爱的意义，如宽容的意义，如人道主义精神，如此等等，是一个现代思想的思想意义，是一个现代精神的精神意义。

可以说，只有一个人是有一个心灵意义，是有一个心灵修养的文明意义，一个人才是有一个美好意义的心灵意义。

如果一个人是有一个心灵意义，一个人是有一个心灵修养的生活意义，那么一个人就没有一个美好意义的心灵意义，如极权主义社会的流氓。

因此心灵境界是有一个普遍意义的最基本的一个意义，也是有一个人的独特的心灵意义，如华盛顿如上帝一样的心灵意义，这也是一个心灵境界，如观音菩萨的救苦救难的精神意义，也是一个心灵境界。

从这个意义，的确宗教思想与宗教精神是有一个非常的心灵意义，这在一个世俗意义是难以企及的。

2020-06-27

第 92 章 生活的境界

一个人的心灵境界是什么，一个人的生活境界会是什么的，一般而言是这样的。

如果一个人是有一个心灵意义的生活意义，而且这个生活意义是一个心灵自由的生活意义，那么一个人在生活意义会是一个心灵意义的生活意义，要达到这个心灵意义的生活境界，是需要一个人的心灵意义的自由意义，这也是说，一个人在生活意义是可以实现一个心灵意义，如竹林七贤的精神自由，如李白的自由意义。

一般而言，在一个自由社会，由于是一个自由意义，而且由于是一个心灵意义，因为只要一个人是接纳文明教化，一个人就有了一个心灵意义，如此，一个人是有一个自由意义，而且是有一个心灵意义，而且是有一个心灵意义的生活意义，这样心灵意义与生活意义是一个一致的，是一个统一的，这是人类生活的一个本质意义，也是人类生活的一个高级意义，为什么说是一个高级意义，因为是一个心灵意义的生活意义。

这样一个人的生活意义是一个人的心灵意义，如此，一个人的生活境界是一个人的心灵境界。

如美好的生活意义，一个人要达到这样一个美好意义的生活境界，这也是美好境界，最基本的一点，一个人对于一个美好价值是有一个认识意义，什么是一个美好意义的，什么是一个丑陋的，什么是一个丑恶的，可以说，一个人是有一个最基本的美丑判断，这样一个人才是可以明白什么是一个美好意义的。

有了这个基础意义，那么一个人的心灵意义会是一个美好意义的修养意义，可以说，一个人的人文素养是越高，一个人的美好意义的心灵意义是越完善的，因为文明价值就是一个美好价值的，文明意义就是一个美好意义的，如爱的意义，如美好价值，如幸福价值。

如此，一个人是有一个美好的心灵意义，如此，一个人是可以美好意义的生活，只要一个人是一个心灵意义的生活意义，一个人是可以达到一个美好意义的生活境界。

如幸福意义也是一样的，只有一个人是有一个幸福的心灵，是一个幸福的心，一个人才是可以幸福意义的生活。

如果一个人是一个愚钝，是没有一个人文教化的，如果一个人是受到思想毒素的毒化，是

受到邪恶的驯化，如极权主义社会，这时，一个人是有一个心灵意义，而且一个人的心灵是一个黑暗的，是灰暗的，那么就同文明意义是背道而驰的，就根本是谈不上什么是一个美好意义的生活，因为这样的心灵是同美好意义是绝缘的。

可以分析，什么样的社会是造就什么样的人，一个自由社会，是造就自由人，一个文明社会，是造就美好的人，但是一个流氓社会，是可以把人驯化为一个流氓的。

对于一个人而言，的确是一个人的个人选择，不论一个人是处于何种社会，一个人是有一个自由的心灵，而且一个人是有一个心灵意义，因此一个人会是寻求一个自由意义，会是寻求一个美好意义的。

可以说，这是中国社会的现代转型的一个基础，有了心灵意义的文明意义，就有一个自由人的心灵意义，如此，是有一个自由意义的寻求意义。

2020-06-27

第 93 章 认知

一个人是接纳人文教化，一个人是有一个心灵意义，这也是打开了一个人的心灵意义，这一个人文化的文明化的心灵意义，而且一个人的心灵意义会是更加的一个纯化，是一个升华，是一个纯粹，是一个明净。

为什么，因为文明思想是一个人类意义，是一个人的意义，是一个启迪人的，是一个教化人的，可以使一个人成为一个文明人，可以使人成为一个人的意义，而不是一个动物意义的。

如果一个人是有一个人文教化，这时，一个人只是一个人性意义的，只是一个生命意义的，因此是会有丑陋的一面，是有恶的一面。

如果一个人是受到一个意识的毒化，是受到邪恶社会的驯化，这时，一个人只是一个流氓，只是一个恶棍，只是一个虐待狂。

如此，一个人是愚钝的，如此，一个人是愚蠢的，是奴性的，是恶魔化的。

可以分析，一个文明社会与一个邪恶社会的差距，最基本的一点是文明意义的差距，一个

文明社会是有一个文明意义，因此是一个人类的，是一个人的尊严的，但是一个反文明的社会，一个邪恶的社会，是有一个文明意义，而且是一个思想奴役，是一个社会奴役，是一个毒化，是一个驯化，因此是一个邪恶的，是一个丑恶的，如此，是有一个人类的意义，是有一个人的尊严意义。

因此说，一个人是接纳人文思想，即使只是一个知识意义的，一个人也是可以提升一个人的认知意义。

如对于自由的认知，至少一个人是有自由主义思想的基本意义，一个人是可以认识自由的基本意义，如此，一个人是可以好的意义的享有个人自由，这是一个最基本的认知意义。

如果一个人是不能认知自由的思想意义，一个人就不会明确什么是自由，因此一个人就不能是好的意义的享有自由，而且一个人也是不会寻求一个自由意义。

可以看出，这个自由主义的思想意义是启迪人的，是激发人的，而不是一个奴役人的，不是一个愚弄人的。

可以说，凡是一切愚弄人，一切奴役人的，只能是一时的，因为总会有一天，人会是可以认识到谬论的荒谬，也可以认识到谎言的虚伪，一切的欺骗人的，总会被揭穿的。

但是文明思想是一个真理意义，是可以见得阳光的，因为文明思想本身是一个太阳意义的。

而且文明思想是一个真理意义，因此是可以经得住谬论的验证，如自由主义思想战胜极权主义，是一个真理对于谬论的战胜，可以说，真理是不怕论辩的，是不怕批判的，这也是真金不怕火炼的。

可以分析，一个人要明白这个道理，是需要一个人的思想意义的认知意义，对于一个思想家，是需要痛苦的思想探索，但是对于一般的人，只要是可以接纳文明思想的思想意义，就是可以有一个知识意义的认知意义，如此，一个人会是豁然开朗的，一个人的心灵意义会是可以打开的。

如对于极权主义邪恶本质的认知，一般的人只要是接受真理意义的思想意义，就会是可以认知极权主义的邪恶本质的，但是对于一个思想家，的确是需要长期的思想探索的，是需要痛

苦的思想探求的。

2020-06-28

第 94 章

心灵修养

对于一个自由社会，对于一个文明社会，一个自由人是一个个人自治，而且一个人是要接受文明教化，因此一个人是有一个心灵意义，而且是一个心灵意义的生活意义。

从一个意义，心灵意义的生活意义，是一个人对于心灵的修养意义，一个人是需要修养心灵，可以说，心灵修养是可以提升一个人的文明境界，因为人文素养的提升，一个人的文明境界是可以提升，如此，一个人的思想境界是可以提升的，一个人的心灵境界是可以提升的。

这也是从社会意义的一个分析。

一个人为什么要心灵修养，从个人意义，一个人是要个人自治，一个人是要生活于社会之中，因此一个人是需要社会化，什么是一个社会化，就是一个人是可以接受人文教化的，是需要文明教化的，而且这个社会化的意义也是需要一个人的个人的自我教育，这也是个人自治的心灵修养的心灵意义。

从个人意义，一个人是要在社会之中，是寻求一个人的人生价值，是要实现一个人的人生意义，这是一个人的理想意义，也是一个个人意义的，一个人要可以个人自治，一个人要做的好，一个人是需要自我教育，一个人是需要提升一个人的人文素养，是有一个思想境界，是有一个精神境界，是有一个心灵境界。

如一个人是要做一个诗人，这也不是轻而易举的，是需要一个人要付出心血的，从心灵意义，一个人是需要有一个美好的心灵意义，而且是一个完善意义的美好意义，也是需要一个人是有一个伟大的心灵意义，而且一个人是有一个人的个人特质的心灵意义，的确这也是一个人的天赋与后天修养的一个融合意义，一个伟大的诗人是有一个伟大的心灵意义。

对于这一点，也是中国的儒家思想的思想意义，如修身，是一个人的心灵意义的修养意义。

在一个现代社会，在一个自由社会，本身是有一个心灵意义的，那么心灵修养的心灵意义

是一个人的个人修养的重要的。

如此，一个人是需要修养心灵，从一个生活意义，也是一个人可以提升一个人的人生境界，是可以提升一个人的生活境界。

如中国的极权主义的社会，享乐主义，娱乐至上，物质主义，这一切的低俗的庸俗的意识意义，一个人的生活境界是一个低下的，可以说，是没有一个生活境界，因为是没有一个心灵意义的，只是一个动物意义的。

但是如果一个人是有一个心灵修养，一个人就有一个心灵意义的生活意义，如一个人是可以成为一个诗人，这是一个精神意义的生活意义。

如有的人是可以寻求自由意义，是可以寻求社会的进步意义，是可以寻求人民的幸福意义，这就是一个伟大的心灵意义，是一个至高的人生境界，是一个至高的心灵境界，因为这意味着一个人是一个奉献的意义，是一个有牺牲精神的意义。

2020-06-28

第 95 章 思想境界

人类的意义主要是一个思想意义，思想意义的一个进步意义，引发社会的一个进步意义。

但是思想的进步意义是需要思想家的思想探索，是需要哲学家的思想探索，是有一个思想意义的超越意义，如此，是有一个思想意义的进步意义。

但是当思想意义是出现之后，对于一般的人，是一个思想意义的知识意义，一个人是可以接受一个思想意义的知识意义，一个人就是可以有一个思想意义，是可以达到一个思想境界的。

但是对于探求思想意义的思想家，每前进一步是艰难的，是需要思想意义的突破，是需要思想意义的超越，而且不仅是一个头脑意义的思维意义，而且是一个思想意义的心灵意义。

如中国的传统文化的孝文化，一般而言，是很难突破的，但是从自由原理出发，的确是一个奴役人的思想文化，因此是违背自由原理的，因此是需要抛弃的，尽管如此，但是一个人是

受到中国传统文化的影响，一个人也是很难抛弃孝文化的。

从思想意义，有一个人类主义的思想意义，什么是一个人类主义，这也是说，一个思想意义是一个人类意义的，什么是一个人类意义，就是是一个文明意义，这是人类意义的一个根基。

为什么是一个人类的，因为是一个文明意义，这是人类的根本意义，什么是一个文明意义，就是一个思想意义，文明价值是思想价值，文明意义是思想意义，人类就是在不断的探求文明意义，从思想意义，就是在不断的探求思想价值的。

因为是一个文明意义，因此是一个人的尊严意义，是一个人类的尊严意义，这也是说，文明意义是赋予人类是一个尊严意义，这是人类主义的思想核心。

因此对于一个文明社会，是一个人类主义的思想意义，因此是有一个文明意义，是有一个思想意义。

而且这个文明意义的一个基础是人性的善的意义，是人性的美好的意义，因此从这个意义，人类主义是一个人的意义，是一个人类的意义。

但是反文明就不一样，反人类就不一样的。

如 90 年代的新疆有个火灾，流氓是溜走了，因为是一个流氓文化，因此是缺失一个文明意义，如此，是缺失一个人的尊严，就此一点，可以看出极权主义的意识的反人类的邪恶本质。

因此人类主义是人类社会的一个根基，是一个基础意义，人类的文明进化是形成了人类主义的思想意义，尤其是 20 世纪，自由主义国家是经历了同极权主义的冲突，由于极权主义的邪恶本质，更是验证了自由主义社会的文明意义，也是促成人类主义的思想意义的形成。

因此思想的进步意义，也是思想境界的提升意义，也是一个文明境界的提升意义，如中国是可以实现一个自由社会，一个社会的文明程度是一下是提升到一个自由意义，而且文明程度是可以提升到一个美好意义，是可以提升到一个人的尊严的文明意义。

2020-06-27

第 96 章

心灵境界

思想意义是有一个思想境界，精神意义是有一个精神境界，如此，一个人的心灵意义也是有一个心灵境界。

一个人是可以提升是一个人的心灵境界，一个人是可以提升一个人的人生境界，是可以提升一个人的生活境界，人生境界是一个大的意义，生活境界是一个小的意义。

对于一个人，是有一个高尚的思想境界，是有一个高贵的精神意义，这时，一个人的人生境界是在一个高级意义，如一个人的美好意义的心灵意义，一个人会是可以美好意义的人生意义，因为一个美好意义的心灵意义，是一个寻求美好价值的人生意义，而且美好价值是一个思想价值，是一个人类价值，是一个文明价值，这也意味一个人是一个正道意义，而且美好价值也是一个心灵意义的，如此，一个人的人生境界是一个心灵意义的生活意义，这本身是一个高级意义的心灵生活。

如一个人是做一个诗人，一个诗人的思想境界是一个诗人的诗歌的思想境界，这是一个意义，而且就人生意义，一个诗人的人生意义是一个心灵意义的生活意义，是一个高雅的人生意义。

如爱的意义，一个人是有爱的思想意义，一个人会是一个爱的生活意义，也是一个爱的人生意义，这样一个的人生意义就是一个美好意义，是一个美好的人生意义，是一个美好的人生价值，如此，一个人是可以美好意义的生活，因为一个人是可以爱的生活，是一个爱的人生。

而且思想境界是生成一个人的人生境界，可以说，思想境界是一个无止境的修养意义，因此人生境界也是一个不断提升的人生意义。

一个人的思想境界是提升了，一个人的人生境界是可以提升，而且一个人的人生价值是可以提升。

这里也是有一点，也是需要一个人的才智意义，一个人不仅是有一个思想境界，而且一个人是有一个才智的，这样一个是可以实现一个人的人生价值，是可以提升一个人的人生境界。

如一个人是寻求一个自由意义，是寻求社会的进步意义，是寻求人民的幸福意义，这是一个思想境界，但是一个人是要实现一个人的理想意义，一个人是要达到思想境界的人生境界，

的确也是需要一个人是有才智的，这样一个人是可以实现一个人的思想境界，在人生意义是可以实现思想意义的人生境界。

这如一个艺术家的艺术探索，一个艺术家的艺术作品的艺术境界，是一个艺术家的心灵境界，一个艺术家是要创造一个伟大的艺术作品，一个意义是有一个心灵境界，一个意义也是需要一个艺术家的艺术手法是可以达到一个炉火纯青的艺术境界的。

对于人生意义，对于生活意义，也是一样的，尽管思想境界并不等同于人生境界，但是心灵境界是一个基础意义，只要一个人在人生意义，在生活意义，是可以实现一个心灵境界，是可以达到一个心灵境界，一个人是可以做的到，那么一个人就是可以实现一个人生境界，是可以实现一个生活境界。

2020-06-28

第 97 章 信仰意义

思想价值是一个价值体系，这个价值体系也是一个信仰体系，对于一个现代社会，对于一个自由社会，是有一个现代意义的思想体系，是有一个自由意义的价值体系，而且这这也是一个信仰价值，是一个信仰体系。

这是一个文明社会的最基本的一个基础意义，这是一个思想基础的基础意义，是一个文明意义的基础意义，而且这这也是一个信仰价值的信仰意义。

对于信仰意义，不仅是一个宗教信仰的信仰意义，也是存在人类社会的世俗意义的信仰意义。

对于一个人而言，一个人是可以接纳人文思想，这也意味一个人是接纳一个思想价值，如此，一个人的心灵意义是有一个价值意义，而且一个人会是信仰一个思想价值，如此，一个思想价值会成为一个人的信仰意义。

为什么是这样的，因为思想意义是一个真理意义，真理意义是有一个可以信服的信仰意义。

如爱的思想价值，是一个真理意义，这也是说，一个人要生活的美好意义，一个人要生活的幸福意义，一个人是需要一个爱的意义，一个人是可以爱的，是一个爱的心，是一个爱的人，

这是一个思想意义，也是一个真理意义，一个人是信服这个真理意义，一个人就有一个爱的信仰意义。

可以分析，信仰意义是一个思想价值，一个人是一个心灵意义的价值意义，是一个心灵意义的文明意义，这也是文明生活的真理意义。

如此，这同迷信是不一样的，同个人崇拜是不一样的，个人崇拜与迷信是一个迷信的，不是一个真理意义，仅仅是一个盲从，是一个顺从的，是不会寻问一个真理意义的。

一个人是可以信仰一个思想价值，不是一个盲从的，而是一个思想意义的探索意义，即使一个人是一个普通的人，如一个爱的人，一个人是一个爱的生活，一个人并不是一个盲从的意义，而是一个思想探索的生活意义，如此，如果一个人是受到一个他的伤害，那么一个人是爱，还是不爱，从一个思想意义，一个人是可以爱的，因此只有是一个爱的意义，一个人的生活才会是一个美好意义。

但是如果一个人是不在爱了，是一个仇恨的，那么一个人会是远离爱的生活，一个人也是偏离一个文明意义，是偏离一个人的意义，如此，一个人会是陷入一个丑恶的堕落的，对于这一点，是一个人的生活意义的磨砺，也是一个人的思想意义的一个探求的，是有一个现成的答案的。

因为一切真理是一个活的思想意义，不是一个僵化的教条，这是真理意义的最基本的一个特质，因此真理意义是一个不断进步的意义，在社会进化中，真理意义是不断的显示，如此，一个真理意义是不断的进步意义。

如自由主义的思想意义，是一个不断进步的思想意义，对于自由的认知，是在社会之中的不断的探求，是一个不断的进步意义，也是在不断的完善，这如人类的文明进化一样，是一个思想进化的思想意义。

2020-06-28

第 98 章

智慧意义

一个人是有一个思想意义，一个人是有一个精神意义，从大的方面，这是一个思想意义的真理意义，也是一个思想意义的文明意义，因此一个人是可以有一个最基本的思想原则，但是在思想原则的基础上，在小的方面，也是有一个智慧意义。

如爱的意义，是一个思想价值，是一个思想意义，一个人是有爱的思想价值，一个人是一个爱的心灵，一个人也是一个爱的心，这是一个思想原则，如此，一个人是可以一个爱的人生，是一个爱的生活。

但是一个人是如何的爱，是在爱的思想意义的基础上，是一个人的一个智慧意义，同样是一个爱的意义，但是爱的意义也不是一个盲目的，在一个人是有爱的思想意义基础上，一个人是如何的爱，是一个智慧意义，如果一个人是不会爱，同样也是会有偏差的，会是伤害他人的，而且一个人也是受到伤害的。

如善的意义，一个人是一个善的思想意义，一个人是可以从善的，一个人是不会为恶的，这是一个思想原则，是一个大的意义的原则意义，如此，一个人会是一个道德的人，是一个正义的人。

但是如果一个人是面对一个流氓，是面对一个强盗的，尽管一个人也是一个善的意义，但是如果一个人是受到他的伤害，这时一个人的反击是必要的，尽管是有不同的反击意义，而且反击意义也是一个善的意义，但是有时面对暴力，或许只有是需要制服暴力，尽管制服暴力，最好的意义是不战而屈人之兵，是一个善的意义的制服，但是有时是需要暴力的制服，因此只是需要一个智慧意义，即使是暴力制服，一个人的暴力只是制服暴力为止，而不是暴力的泛滥，如果一个流氓是屈服了，就不能是暴力了，而且的确是以一个正义意义，是以一个善的意义是制服暴力，是可以制服流氓，的确是一个智慧意义。

这里只是说明一个问题，智慧意义是一个无穷的，是需要一个人在生活中的磨砺，但是只要一个人的心灵是一个活跃的，是一个正义意义，是有一个思想意义的原则意义，那么一个思想意义会是可以生发出智慧意义的。

如个人主义的思想意义，是一个思想意义的真理意义，但是也是一个人生意义的智慧意义，

如一个人是一个可以面对自己的，一个人同他人是一个不会纠缠的，是个人主义的思想意义引申的一个智慧意义。

这也是一个人是永远的面对自己，即使一个人是面对社会，是面对他人，但是从一个消极意义，一个人是不会纠缠他人的，如一个人受到他的伤害，一个人是可以维护一个人的尊严意义，但是一个人是不会纠缠他人的，一个人依然是走自己的路，这是一个最基本的思想意义。

因此说，只要一个人是坚持一个思想意义，是有一个思想原则，一个人是可以一个思想意义，是可以一个思索的，一个人就会是有一个智慧意义的。

2020-06-28

第 99 章 人生的境界

人生是一个人的人生的意义，但是一个人的人生是如何，也并不是一个简单的问题，可以说，这也是有一个思想意义，这个思想意义也是复杂的，但是一般而言，一个人的人生是有一个人生境界的，一个人的人生会是处于一个层面的，这同一个人的思想意义是有关的。

如果一个人是有一个心灵意义，是可以接纳文明思想，是可以有一个良好的人文素养，那么一个人是一个心灵意义，是一个价值意义的，是一个思想意义，这是一个人的人生价值的大方面。

如一个人是愿意做一个诗人，这是一个心灵意义的，不是一个物质意义，如一个人是一个美好的心灵意义，一个人是可以寻求美好意义的人生，是可以寻求美好意义的生活，这是一个思想意义，是一个价值意义，也是一个心灵意义，如此，一个人的人生境界是在一个高级意义，是一个高雅的人生意义，是一个优雅的生活意义。

可以说，思想境界是可以提升一个人的人生境界，而且思想境界是一个无限可以提升的思想意义，因此对于人生意义，也是存在一个不同意义的思想境界的人生境界。

如同样是一个思想意义，是一个文明意义，从一个层面，一个人是一个爱的意义，是一个爱的人，是一个爱的人生，是一个爱的生活。

但是有的人是可以寻求社会的进步意义，是可以寻求人民的幸福意义，这是一个至高的思想境界，这样一个人的思想境界是在一个至高的思想境界。

人生是有一个人生境界的，一个人的思想境界是同一个人的思想境界是相关的。

如果一个人是有一个思想意义，是有一个心灵意义，这就是一个可怕的，如极权主义社会的物质主义，享乐主义，拜金主义，娱乐至上，这些垃圾意义的生活状况，就是缺失一个思想意义的一个堕落，是一个缺失心灵意义的一个丑陋的。

既然如此，对于一个人，是要提升一个人的思想境界，是需要一个人的提升一个人的心灵境界，可以说，一个人是有什么样的心灵境界，一个人就有什么样的人生境界。

人生境界的提升，也是可以提升一个人的思想价值，是可以提升一个人的生活意义，一个人的心灵境界是这样的，那么一个人的思想价值就是这样的，一个人的心灵境界是那样的，那么一个人的思想境界就是那样的，这是存在一个高低之分的。

人生是有不同的人生境界，这同人的心灵境界是相关的。

可以分析，一个庸俗的心灵只会是一个庸俗的人生，一个丑恶的心灵只会是一个丑恶的人生，有时一个人会使不自知的，对于一个极权主义社会，由于思想意义的一个缺失，由于文明价值的一个失落，因此对于有的人是一个堕落的，是一个腐化的，是一个丑恶的。

但是对于一个美好意义的，一个人是寻求一个美好的人生意义。

2020-06-28

第 100 章 幸福的心

人生价值是一个多元意义，人生是有不同的价值意义，但是幸福价值是一个价值意义，也是一个美好价值，可以说，对于人类，对于一个人，是要幸福意义的生活意义，是要幸福意义的人生意义，如此，一个人是可以美好意义的生活，是一个美好意义的人生意义。

既然如此，这是需要一个人是有一个幸福价值，是有一个美好价值，如此，一个人才会是

有一个幸福价值的人生价值，是有一个美好价值的生活意义，如此，一个人才会是寻求幸福的人生价值，是可以寻求美好生活的生活意义，这是一个基础意义，也是最基本的一个意义。

这也是一个人是可以从幸福出发，是可以从美好出发，但是这也是需要一个基础意义，是需要一个前提，是需要一个人是有一个幸福的心灵，是一个幸福的心，是需要一个人是有一个美好的心灵，是一个美好的心。

这个幸福的心灵，这个美好的心灵，是一个人的心灵修养的一个意义，可以说，只有一个人是可以修养心灵，一个人才会是有一个幸福的心灵，是有一个美好的心灵，而且这个心灵意义是一个健全的心灵意义，是一个完善的心灵意义。

如此，一个人的心灵就不会轻易的受到摧毁的，因为有时一个打击，有时一个失败，会是可以摧毁一个人的心灵，如一个人是一个善的意义，是一个爱的意义，但是有时善的意义是受到他的伤害，有时爱的意义是受到打击，那么这时，如果一个人的心灵是一个脆弱的，不是一个强大的，不是一个健全的，或许一个人不在是爱的，不在是善的，对于处于极权主义社会的人，有的人就是由此是堕落的，是下滑的。

但是一个健全的心灵意义，一个强大的心灵意义，一个人依然是可以坚守一个正道意义，依然是一个文明意义，依然是一个人的意义，一个人是不会下滑，是不会堕落，一个人是有也最基本的价值思想，这一点是非常重要的，因此一个人依然是一个善的，是一个爱的意义。

对于极权主义社会的人，有的人就是由于是不能坚持一个思想原则，是不能有一个最基本的价值思想，因此他人是坏的，一个人也是坏的，他人是恶的，一个人也是恶的，因此社会是这样的，人是这样的，问题是什么，就是一个人是没有一个独立意义的思想价值，是没有一个独立意义的个人价值，因此是易于受到社会丑恶的毒化，这也是极权主义社会的人的一个普遍存在。

但是如果一个人是有一个思想价值，是有一个健全的心灵意义，一个人会是坚持一个思想原则，不论社会是什么，不论他是什么，一个人是有一个独立意义，即使处于一个邪恶社会，一个人依然是可以坚持一个正义意义，是可以坚持一个文明意义，是有一个思想意义，以你—

个人是有一个独立意义的人生意义。

2020-06-28

第 101 章

喜悦的心

一个人是有一个幸福的心，是有一个美好的心，一个人是可以感知幸福意义，是可以感知美好意义，如此，一个人的心灵意义是一个愉悦的，是一个喜悦的，的确这是一个很高的心灵境界。

从一个人意义，一个人是一个幸福的心，一个人是一个美好的心，一个人是可以幸福的生活，是可以美好的生活，一个人是一个爱的，是一个善的，是一个美好的，一个人是可以看到一个人的一个进步意义，是有一个美好的，是有一个幸福的，这时，一个人也是喜悦的，是一个愉悦的，这个意义是来自一个人的努力，这如一个人是可以种植一朵花，一朵花是可以发芽生长，一个人是可以看到一个人的努力意义，一个人是一个喜悦的，是一个愉悦的。

这如一个人是一个爱的意义，一个人是做了一个好事，如此，一个人是一个愉悦的，是一个喜悦的。

这样即使一个人的生活是存在不尽人意，即使有时是存在痛苦，而且有时也是受到他的伤害，但是一个人依然是一个美好的心灵意义，是一个幸福的心灵意义，一个人依然是一个美好的，是一个爱的，是一个幸福的寻求意义，这是一个人是一个太阳的心，是有光芒的，因此一个心灵也是愉悦的，是喜悦的。

这个喜悦的心灵感受，是一个人的美好意义的平和的诗意意义，这不是一个狂喜的，不是一时的情绪，而是一个人的一个持久的心灵意义的感受意义，是一个人的平和的心境的一个积极意义的心灵意义。

的确有时一个人是很难达到这个心灵境界，如果一个人只是一个愉悦的心，是一个喜悦的心，的确是一个人生的至高的心灵境界的。

尽管是不易达到，但是只要一个人是一个积极意义，是一个正面意义，是一个进取意义，

是一个奋斗，是一个奉献的，是一个付出的，一个人就有一个美好的意义，是有一个幸福的意义，也是有一个愉悦的心，是有一个喜悦的心。

从这个意义，这也是心灵修养的一个意义，这也是说，一个人是可以超越的，是可以超脱的，是可以超越于消极意义之外，是可以超脱于丑恶的伤害之外，一个人的心灵意义是可以及时的恢复一个正常的心灵意义，是有一个持久的平和的诗意，是有一个持久的美好的心灵意义，那么一切丑恶的，一切苦难，一切磨难，是不会伤害一个人的心灵，一个人的心灵意义会是一个强大的。

什么是一个强大的心灵，就是一个人在生活中的磨砺，是在苦难中的磨砺，一个人的心灵是一个人的心灵的修养意义，只要是可以修养心灵，一个人会是可以消除消极意义，是有一个太阳一样的心，如春天一样的心，是发光的，是温暖的，是一个美好的，是一个善的，是一个爱的，如此，一个人是有一个美好的心灵感受，是有一个幸福意义的心灵感受，如此，一个人是可以达到一个愉悦的心，是可以达到一个喜悦的心。

2020-06-28

后记

一个文明价值

一个美好价值

一个美好意义

一个心灵

一个美好价值

一个心灵

一个美好意义

一个太阳的心

一个春天的心

一个自由的心

一个美好的心

一个美的心

一个美丽的心

一个心灵

一个灵魂

一个中国

一个美好的中国

一个美的中国

一个美丽的中国

一个自由的中国

一个现代的中国

2020-06-26