

梭罗的简单人生观对大学生人生观的塑造研究

——以《瓦尔登湖》为例

袁振芳

山东省临沂市临沂大学马克思主义学院

[摘要]亨利·戴维·梭罗作为极具世界影响力的美国思想家和超验主义哲学先驱，所创作的《瓦尔登湖》一书备受世人推崇。在世界经济蓬勃发展，各国文化多元碰撞的时代背景下，部分大学生极力追求物质生活的满足而忽略了内心的修养，渐渐忘却了生活的本质。因此，基于梭罗在《瓦尔登湖》中体现出来的别样人生观，着重剖析梭罗对人生目的、人生态度和人生价值的追求和看法，一方面旨在启发当代大学生跟随本心，树立正确的人生观；另一方面希望鼓励其在平衡物质生活和精神世界的同时实现自己的个人价值和社会价值，达到自己的人生目的。

[关键词]梭罗；简单；人生观；大学生

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.10.2412

在当今世界经济蓬勃发展，各国文化多元碰撞的时代背景下，部分大学生受到西方消费主义、拜金主义、个人主义等思想的消极影响，往往忙于追求外在物质需求的满足，忽略了精神世界的充盈，因而越来越多的大学生容易感到内心的孤独与空虚。而《瓦尔登湖》作为一种精神食粮能够慰藉当代大学生们失落的心灵，使其在梭罗简单人生观的启发下思考和感悟自己人生的方向和意义，塑造独特的人生观，找寻最初的自己。

一、梭罗的简单人生观

人生观即人们对自己人生的看法，主要包括对人生目的、人生态度和人生价值问题的总观点和看法。人生观是把握人生发展方向，抉择人生道路的指南，探究梭罗在《瓦尔登湖》中体现的简单人生观，引发当代大学生对人生的思考和感悟，对其明确人生发展方向具有重要意义。

（一）亨利·戴维·梭罗与《瓦尔登湖》

亨利·戴维·梭罗（以下简称“梭罗”）是19世纪美国著名的作家、思想家、超验主义哲学先驱及自然主义者。梭罗生活在西方第一次工业革命使社会生产力获得空前发展的时代，这一时期的人们大都痴迷于物质财富的满足，却忽略了内心的修养，忘却了生活的本质，于是梭罗提倡回归自然和本心，追求精神的富足，并只身来到瓦尔登湖畔，开始了他质朴无华、悠闲自得的林中生活。此后，梭罗与瓦尔登湖一直作为一个整体出现在人们的视野之中，两者相互融合，密不可分，瓦尔登湖成为梭罗心灵的栖息地，而梭罗的存在也赋予了瓦尔登湖灵魂。而且，梭罗在瓦尔登湖畔写下来他的所感所悟——《瓦尔登湖》。《瓦尔登湖》正是梭罗在瓦尔登湖畔生活了两年多的思想结晶，这本书涉及人们生活的方方面面，从经济、生活、读书到谈孤独及与动物和谐相处的生活方式，但更为重要的是梭罗的简单人生观给予人们对

人生的思考和感悟。

（二）梭罗的简单人生观

“简单，简单，再简单些！”^[1]梭罗人生观的核心是“简单”，当然梭罗并不是提倡物质生活的极简，毕竟人们要在满足一定的物质需求的前提下才会尽心追求精神层面的富足，“简单”更多展现的是一种自我认知的清醒，一种简单的心态和理念，鼓励人们不要一味沉溺于追求物质生活的满足，只有物质需求和精神需求都得到满足的生活才是真正意义上的美好生活。梭罗的简单人生观内容主要包括梭罗对人生目的、人生态度和人生价值的看法和观点。首先，梭罗认为人生的目的是为了跟随自己的内心做自己喜欢的事，体验多彩的生活和不同的人生经历，并在物质生活得到一定满足的前提下去追寻精神世界的富足。其次，梭罗一直努力地尊重每一种生活，追求勇敢独立、简单从容的人生态度。最后，梭罗的人生价值主要体现在两个方面，即个人价值和社会价值。

二、梭罗的简单人生观对大学生人生观的塑造

《瓦尔登湖》曾被清华大学校长邱勇作为一份特殊的礼物送给新生，他希望新生们能够和梭罗一样找寻到属于自己的瓦尔登湖，在深入思考中重塑自己的人生观，从而在喧嚣复杂的社会生活中能够保持自己的初心和对生活的热爱，减轻物质利益交换所带来的焦虑，这无疑是在给即将步入大学生活的大学生上了一节生动的人生观塑造课。对大学生进行科学的人生观教育不仅是新时代国家和社会发展的需要，也是当代大学生自身全面发展的需要。现阶段，由于经济全球化和文化多元化的冲击，部分高校大学生的人生观和价值观出现一定的偏差，将追求物质利益视为一切作为的目的，“精致的利己主义者”层出不穷。然而，新时代的青年大学生作为有理想、有担当、有情怀的一代，应当担负起作为当

代青年人的历史使命和责任担当，保持初心，坚定信仰，明确自己的人生方向，将自身的发展与国家的发展联系在一起，树立正确的人生观。因此，探究梭罗的简单人生观对大学生人生观的塑造作用，对启发当代大学生在物质喧嚣的生活中静下心来思考自己的人生，追寻生活的本质，具有重要意义。

（一）梭罗的人生目的对大学生人生目的的塑造

首先，梭罗认为人生的目的在于以毕生之力跟随自己的内心世界，追求人生真义。梭罗曾说：“我偏爱某些东西，并且特别珍爱自由。”^[1]所谓的自由便是可以跟随自己的内心去生活，做自己喜欢的事，读自己喜欢读的书，不断追求美德和人生真义。梭罗尤其鼓励人们好好读书，即以求实的精神读最真实的书。因此，当代大学生要跟随自己的内心，做自己喜欢的事情，哪怕当下还没有找寻到真正热爱的事情，也不要放弃寻找。其实，绝大部分人在真正找到自己喜欢的事情之前都需要抓住体验各种新鲜事物的机会，虽然可能会经历各种四处碰壁的迷茫，但探索的过程并不是无用的过程，而是一个不断学习的过程，因为只有不断尝试新鲜事物，才能发觉出自己的兴趣爱好，真正找到自己喜欢做的事情。另外，要好好读书，像梭罗一样以求实的精神读最真实的书，而不是快节奏地功利化阅读，要在书中汲取营养，增长智慧，探寻人生的真谛。

其次，梭罗的人生目的在于努力去经历多种多样的生活方式，体验多彩的人生，就像梭罗在发现浮躁的世俗世界没有他的容身之地时选择拥抱自然，而在体验过了瓦尔登湖的简朴生活之后又选择回归社会一样。选择，只是为了体验；经历，才是人生财富。因此，当代大学生也要大胆地做出选择，就如同一个圆心可以画出无数圆一样，允许自己的人生拥有多种可能，体验多彩的生活，感悟不同的人生经历，实现自己的人生价值。

最后，梭罗致力于在满足必要的物质需求之后追求精神世界的富足。经济基础决定上层建筑，因而想要追求精神层面的富足应当以实现一定物质生活的满足为基础。但对物质生活的追求并不是指满足无休止、无节制的物质欲望，而是秉承“简单”的理念，从无尽物质诱惑中挣脱出来去寻求精神层面的满足，找寻人生的意义。因此，鼓励当代大学生在物质生活得到满足时，将更多的时间和精力花费在完善自己身上，比如读书、旅行和劳动上。总之，让自己的物质生活充实、精神世界丰盈多么美好！

（二）梭罗的人生态度对大学生人生态度的塑造

首先，要尊重每一种生活。梭罗认为，生活不分贵贱，世人所定义的不管是朴素的生活还是成功的生活都只是生活的一种形式，不应当夸大一种生活而贬低另一种生活，每一种生活都是独一无二的，应当尊重每一种生活。因此，当代大学生在日常生活中也不要因为一个人穿什么样的衣服，住什么样的房子而影响自己对待人的态度。不要让那些身外之物成为衡量生活的标准，更不要让它们成为伤害同胞的武器，要学会尊重每一种生活，尊重每一个努力生活的人。

其次，要永远独立勇敢地面对生活。梭罗在《瓦尔登湖》中写道：“或许我们不能在一个计算好的时间内到达某个港口，但我们绝对不会偏离航向，终有一天我们会达到属于我们的终点。”^[1]人的一生不会是一帆风顺的，一定会遇到各种各样的风险和挑战，但是只要我们勇敢独立地朝着正确的方向前进，终有一天会到达目的地。因此，当面对挫折的时候一定要勇敢地面对现实，不要逃避，实事求是，积极解决问题，更重要的是坚守本心，不要随波逐流，做一个独立而有思想的人，就像梭罗坚守本心，回归自然，才有了广为流传的《瓦尔登湖》。

最后，要过简单从容，与自然和谐共处的生活。梭罗通过亲近自然，达到回归自我。因而希望当代大学生能够增强保护生态环境的意识，与大自然和谐相处，感恩自然的无私馈赠，不要沉沦于纷纷扰扰的物质世界，而是找到自己的“瓦尔登湖”，简单从容，顺其自然，回归事物本质，保持初心。

（三）梭罗的人生价值对大学生实现人生价值的塑造

梭罗的人生价值主要体现在个人价值和社会价值两个方面。第一，梭罗的个人价值主要表现在自身物质和精神需要的满足程度。梭罗并没有陷入无休止的物质欲望之中，而是在满足基本的生活所需的前提下从容地亲近自然，享受人生，使物质需求和精神需要都得到了满足，实现了自己的人生追求和个人价值。第二，梭罗对他人和社会的价值体现在他的简单人生观给予人们的思考和感悟中。梭罗在《瓦尔登湖》中的主要思想在于向世人展现了一种简单人生观，即鼓励人们跟随自己的内心世界，在满足一定物质需求的前提下追寻精神世界的富足，以积极乐观、简单从容的人生态度追求多彩的生活，在履行社会职责的同时保持真实的自己，实现个人价值和社会价值的统一。梭罗的简单人生观给予了人们心灵的寄托，启发更多的人找回丢失的本心和生活的意义，被世人广为流传。

梭罗人生价值的体现对大学生实现人生价值具有一定的

塑造作用。第一，梭罗个人价值的实现能够启发当代大学生跟随自己的本心，做自己喜欢且有意义的事，满足自身物质与精神的需要，实现自身的人生价值；第二，梭罗社会价值的体现启发当代大学生树立正确的人生观，勇于担当使命，将“小我”融入“大我”之中，实现个人价值和社会价值的统一，为实现中华民族伟大复兴的中国梦而不断奋斗！

三、梭罗的简单人生观对大学生人生观塑造的实现路径

梭罗的简单人生观对大学生人生观的塑造具有重大价值，探究梭罗的简单人生观对当代大学生人生观塑造的实现路径是将理论付诸于实践的探索，具有深远的现实意义。

（一）静下心来阅读和感悟《瓦尔登湖》

梭罗的简单人生观在《瓦尔登湖》一书中熠熠生辉。各大高校想要发挥好梭罗的简单人生观对大学生人生观的塑造作用，对大学生进行独特的人生观教育，首先最重要的就是让学生直接接触和感悟到梭罗的简单人生观内涵，即倡导大学生群体静下心来阅读和感悟《瓦尔登湖》。其次，《瓦尔登湖》作为人们心灵的慰藉，单纯的阅读很难引发学生真正的思考和真切的共鸣，因而要鼓励学生动笔写下自己的感悟和启发，这不仅能够使学生深入思考，还有利于高校教师的指导和反馈评价。就像在2016年，清华大学校长邱勇将《瓦尔登湖》作为一份特殊的开学礼物送给新生，希望新生在正式步入大学生活之前能够跟随梭罗沉下心来思考自己的人生，坚定自己的初心，树立正确的人生观。随后一年，《宁静的力量》一书在清华大学出版社出版，该书汇总了清华学子对阅读《瓦尔登湖》的感悟，是学生思想的结晶，这也是邱勇校长开展的这一特殊的人生观教育课程中的结课成果。最后，当学生完成了对《瓦尔登湖》阅读感悟的撰写之后，教师应当对每一个学生的感悟成果进行仔细阅读和深切体会，了解每一位学生的感悟程度和状态，给予相应的评价及指导，并组织一场读书交流会，让学生相互呈现和交流自己的感悟成果，在交流沟通中加深学生对《瓦尔登湖》中梭罗简单人生观的感悟与探索，使之真正能够发挥好对塑造大学生人生观的积极作用。

（二）做好人生发展规划，践行独特人生观

通过阅读《瓦尔登湖》深切感悟梭罗的简单人生观内涵，希望能够给予当代大学生一定的成长启示，为之埋下成长的种子，鼓励大学生们自己的人生观完成人生发展规划。人生发展规划作为学生未来发展方向的指明灯是学生独特人生观的生动体现，也是学生根据自己的心之所向，实现人生目的、追求人生态度、不断实现人生价值的规划过程。

当代大学生通过撰写自己的长期或者短期人生发展规划，能够更加明确自己的人生目的，从而在追求自己喜欢的事物过程中不断实现自己的人生价值。但是人生发展规划的制定并不是一朝一夕就能够完成的，需要长时间的探索和实践，因而大学生们可以从完成一项短期规划开始。首先，在着手写下规划之前，要问自己三个问题：“我是谁？我在哪儿？我将走向何方？”。其次，基于这三个问题，写下自己当下所处的成长阶段、已具备的条件、个人优势、遇到的成长的瓶颈、规划的下段目标以及预设的达到目标的三个关键事件。最后，大学生在制定和实现自己短期规划的过程中不断探索和践行自己的人生观，从而使大学生们更加清楚地认识自己，在正确人生观的指导下迎来丰富而多彩的人生。

（三）亲近自然，劳逸结合

在《瓦尔登湖》中，梭罗认为高度膨胀的物质欲望使人们迷失了自我，忽视了对精神层面的追求，他们所过的是一种沉重而可悲的生活。世人眼中所谓的成功就是自己吃好吃好住好穿好，并为下一代积攒下财富，将自己的人生意义与金钱欲望实现的程度挂钩，殊不知物质财富稍纵即逝，只有精神财富才能长存于世。于是，梭罗选择亲近自然，拥抱瓦尔登湖，在自然中寻找宁静的力量，回归自我。同时，他也希望人们能够在与大自然和谐相处的过程中从物质羁绊中挣脱出来，从容地度过每一天，在享受自然风光中汲取宁静的力量，静心思考生活的本质和人生的意义，从而把更多的时间和精力放到人格的自我完善上。当代的大学生具有远大理想，肩负着时代的历史使命，承担着一定的社会责任，更需要在亲近自然中劳逸结合，找到追求物质生活和崇尚精神世界的平衡点，在心中怀有所信仰的“瓦尔登湖”，在不断奋斗中实现自身的人生价值。

总之，《瓦尔登湖》中的梭罗过着简单从容的生活，自由地在精神世界驰骋，并用实际行动践行着自己的人生观，并向世人证明：“如果一个人朝着他梦想的方向充满自信地前进，努力过一种他想象中的生活，他便会取得在通常情况下预想不到的成功。”^[1]因此，探究梭罗的简单人生观希望能够启发和鼓励当代大学生在经济快速发展的时代像梭罗一样坚守初心，戒骄戒躁，在满足一定物质需求的前提下追求精神世界的富足，达到物质世界与精神世界的平衡，取得属于自己的成功，过有意义和有价值的一生。

参考文献

[1] 刘绯（译）. 瓦尔登湖[M]. 亨利·戴维·梭罗（著）. 石家庄：花山文艺出版社，1996.