



Great Ideas from Penguin

慰妻书

IN CONSOLATION
TO HIS WIFE

我们决不能沮丧消沉或自我封闭。

WE MUST NOT
SLUMP IN

DEPRESSION



YZLI0890169641

OK > HVI

OURSELVES

AWAY

[古希腊] 普鲁塔克

[英汉双语]

企鹅口袋书系列·伟大的思想

慰妻书

(英汉双语)

[古希腊] 普鲁塔克 著

[英] 罗宾·沃特菲尔德 英译

肖艾林 文 宏 汉译



YZLI0890169641

中国出版传媒股份有限公司
中国对外翻译出版有限公司

图书在版编目(CIP)数据

慰妻书：英汉双语/(古希腊)普鲁塔克著；肖艾林，文宏译．—北京：中国对外翻译出版有限公司，2012.9
(企鹅口袋书系列·伟大的思想)

ISBN 978-7-5001-3335-3

I. ①慰… II. ①普… ②肖… ③文… III. ①英语—汉语—对照读物 ②散文集—古希腊 IV. ①H319.4:I

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第104375号

(著作权合同登记：图字 01-2012-7266 号)

www.penguin.com

Essays first published in this translation in Penguin Classics 1992

This selection first published 2008

Translation copyright © Robin Waterfield, 1992

All rights reserved

出版发行 / 中国对外翻译出版有限公司

地 址 / 北京市西城区车公庄大街甲4号物华大厦6层

电 话 / (010) 68359376 68359303 68359719

邮 编 / 100044 传 真 / (010) 68357870

电子邮箱 / book@ctpc.com.cn

网 址 / <http://www.ctpc.com.cn>

出版策划 / 张高里

责任编辑 / 吴良柱 郭小华

艺术指导 / 卢 涛

封面设计 / 奇文堂·潘峰

排 版 / 竹叶图文

印 刷 / 保定市画美凯印刷有限公司

规 格 / 760×940毫米 1/32

印 张 / 6.25

版 次 / 2012年12月第一版

印 次 / 2012年12月第一次

ISBN 978-7-5001-3335-3 定价：13.00元



“企鹅”及相关标识是企鹅图书有限公司已经注册或尚未注册的商标。
未经允许，不得擅用。

中国对外翻译出版有限公司与企鹅图书有限公司联合出版

观 念

——《伟大的思想》代序

梁文道

每隔一段时间，媒体就喜欢评选一次“影响世界的X个人”或者“改变历史的X项发明”。然而，在我看来，几乎所有人类史上最重大的变革，首先都是一种观念的变革。

我们今天之所以会关注气候的暖化与生物多样性的保存，是因为我们看待地球的方式变了，我们比以前更加意识到人在自然中的位置，也更加了解自然其实是一个动态的系统。放弃了人类可以主宰地球的世界观，这就意味着我们接受了一个观念的变化。同样地，我们不再相信男人一出生就该主宰女人，甚至也不再认为男女之别是不可动摇的本质区分；这也是观念的变化。如果说环保运动和女权运动有任何影响的话，那些影响一定就是从大脑开始的。也不要只看好事，20世纪最惨绝人寰的浩劫最初也只不过是一些小小的观念，危险的观念。比如说一位德国人，他相信人类的进化必以“次等种族”的灭绝为代价……

这套丛书不叫“伟大的巨著”，是因为它们体积都不大，而且还有不少是抽取自某些名著的章节。可

它们却全是伟大的观念，例如达尔文论天择，潘恩论常识，它们共同构成了人类的观念地图。从头看它们一遍，就是检视文明所走过的道路，从深处理解我们今天变成这个样子的原因。

也许你会发现其中有些陌生的名字，或者看起来没有那么“伟大”的篇章（譬如普鲁斯特追忆他的阅读时光），但你千万不要小看它们。因为真正重要、真正能够产生启蒙效果的观念往往具有跨界移动的能力，它会跨越时空，离开它原属的领域，在另一个世界产生意外的效果。就像马可·波罗在监狱里述说的异国图景，当时有谁料得到那些荒诞的故事会诱发出哥伦布的旅程呢？我也无法猜测，这套小书的读者里头会不会有下一个哥伦布，他将带着令人惊奇的观念航向自己的大海。

《伟大的思想》中文版序

企鹅《伟大的思想》丛书 2004 年开始出版。在英国，已付印 80 种，尚有 20 种计划出版。美国出版的丛书规模略小，德国的同类丛书规模更小一些。丛书销量已远远超过 200 万册，在全球很多人中间，尤其是学生当中，普及了哲学和政治学。中文版《伟大的思想》丛书的推出，迈出了新的一步，令人欢欣鼓舞。

推出这套丛书的目的是让读者再次与一些伟大的非小说类经典著作面对面地交流。太长时间以来，确定版本依据这样一个假设——读者在教室里学习这些著作，因此需要导读、详尽的注释、参考书目等。此类版本无疑非常有用，但我想，如果能够重建托马斯·潘恩《常识》或约翰·罗斯金《艺术与人生》初版时的环境，重新营造更具亲和力的氛围，那也是一件有意思的事。当时，读者除了原作者及其自身的理性思考外没有其他参照。

这样做有一定的缺点：每个作者的话难免有难解或不可解之处，一些重要的背景知识会缺失。例如，读者对亨利·梭罗创作时的情况毫无头绪，也不了解该书的接受情况及影响。不过，这样做的优点也很明显。最突出的优点是，作者的初衷又一次变得重要起

来——托马斯·潘恩的愤怒、查尔斯·达尔文的灵光、塞内加的隐逸。这些作家在那么多国家影响了那么多人的生活，其影响不可估量，有的长达几个世纪，读他们书的乐趣罕有匹敌。没有亚当·斯密或阿图尔·叔本华，难以想象我们今天的世界。这些小书的创作年代已很久远，但其中的话已彻底改变了我们的政治学、经济学、智力生活、社会规划和宗教信仰。

《伟大的思想》丛书一直求新求变。地区不同，收录的作家也不同。在中国或美国，一些作家更受欢迎。英国《伟大的思想》收录的一些作家在其他地方则默默无闻。称其为“伟大的思想”，我们亦慎之又慎。思想之伟大，在于其影响之深远，而不意味着这些思想是“好”的，实际上一些书可列入“坏”思想之列。丛书中很多作家受到同一丛书其他作家的很大影响，例如，马塞尔·普鲁斯特承认受约翰·罗斯金影响很大，米歇尔·德·蒙田也承认深受塞内加影响，但其他作家彼此憎恨，如果发现他们被收入同一丛书，一定会气愤难平。不过，读者可自行决定这些思想是否合理。我们衷心希望，您能在阅读这些杰作中得到乐趣。

《伟大的思想》出版者
西蒙·温德尔

Introduction to the Chinese Editions of Great Ideas

Penguin's Great Ideas series began publication in 2004. In the UK we now have 80 copies in print with plans to publish a further 20. A somewhat smaller list is published in the USA and a related, even smaller series in Germany. The books have sold now well over two million copies and have popularized philosophy and politics for many people around the world — particularly students. The launch of a Chinese Great Ideas series is an extremely exciting new development.

The intention behind the series was to allow readers to be once more face to face with some of the great non-fiction classics. For too long the editions of these books were created on the assumption that you were studying them in the classroom and that the student needed an introduction, extensive notes, a bibliography and so on. While this sort of edition is of course extremely useful, I thought it would be interesting to recreate a more intimate feeling — to recreate the atmosphere in which, for example, Thomas Paine's *Common Sense* or John Ruskin's *On Art and Life* was first published — where the reader has no other guide than the original author and his or her own common sense.

This method has its severe disadvantages — there will inevitably be statements made by each author which are either hard or impossible to understand, some important context might be missing. For example the reader has no clue as to the conditions under which Henry Thoreau was writing his book and the reader cannot be aware of the

book's reception or influence. The advantages however are very clear — most importantly the original intentions of the author become once more important. The sense of anger in Thomas Paine, of intellectual excitement in Charles Darwin, of resignation in Seneca — few things can be more thrilling than to read writers who have had such immeasurable influence on so many lives, sometimes for centuries, in many different countries. Our world would not make sense without Adam Smith or Arthur Schopenhauer — our politics, economics, intellectual lives, social planning, religious beliefs have all been fundamentally changed by the words in these little books, first written down long ago.

The Great Ideas series continues to change and evolve. In different parts of the world different writers would be included. In China or in the United States there are some writers who are liked much more than others. In the UK there are writers in the Great Ideas series who are ignored elsewhere. We have also been very careful to call the series Great Ideas — these ideas are great because they have been so enormously influential, but this does not mean that they are Good Ideas — indeed some of the books would probably qualify as Bad Ideas. Many of the writers in the series have been massively influenced by others in the series — for example Marcel Proust owed so much to John Ruskin, Michel de Montaigne to Seneca. But others hated each other and would be distressed to find themselves together in the same series! But readers can decide the validity of these ideas for themselves. We very much hope that you enjoy these remarkable books.

Simon Winder
Publisher
Great Ideas

译者导读

普鲁塔克 (Plutarch, 约 46—120) 是罗马帝国时代的希腊作家, 出身于希腊中部波奥提亚地区喀罗尼亚城 (Chaeronea) 一个有文化教养的家庭, 其父亚里斯托布鲁斯 (Aristobulus) 是一位传记作家和哲学家。普鲁塔克幼承庭训, 养成了对知识的爱好。青年时期游学雅典, 曾受业于名师阿谟尼乌斯 (Ammonius), 受过数学、哲学、修辞学、历史学以及医学等方面的训练。普鲁塔克还曾遍游希腊各地, 到过爱琴海诸岛, 访问过埃及、小亚细亚、意大利。所到之处, 他都极为留心搜集当地的历史资料和口碑传说, 从而成为一名饱学之士。后来, 他来到罗马讲学, 研究罗马的历史, 同时结识了许多名人。普鲁塔克一生经历了罗马帝国前期的三个王朝——尤利乌斯·克劳狄王朝、弗拉维王朝和安敦尼王朝。据说, 他曾经为帝国的两个皇帝——图拉真和哈德良讲过课, 并博得了他们的赏识, 图拉真曾授予他执政官的高位, 后来哈德良又提拔他担任希腊财政督察。普鲁塔克的作品在文艺复兴时期大受欢迎, 蒙田对他推崇备至, 莎士比亚不少剧作都取材于他的记载。

“普鲁塔克”这个名字在西方已经远远超出学院的门墙, 它几乎成为一个文化符号, 一种时代精

神的代表，一种政治文化的象征。《慰妻书》是普鲁塔克在四岁女儿夭折后，写给他的妻子提摩泽娜的安慰信。文如其人，这段感人的文字让我们感受到其孝悌友爱的立身之道，非常真实地展示了其温良而敦厚、和善而豁达、恬静而不慕虚荣的性格。在书中，普鲁塔克用了很多看似平常的道理安慰妻子，让我们感同身受般地体会其在悲痛中的坚守与克制，同时也为我们描述了关于道德与情感、嫉妒与憎恨、悲伤与欢乐的深意看法。他对人生、社会乃至宇宙的认知，都那么充满智慧，让人有醍醐灌顶的感觉，读时一边会意微笑，一边不禁沉思，这么朴素的道理应该是生活中最基本的东西，却被我们在不经意间遗失了。在一个物质极度膨胀的现代世界里，留给我们思考的空间太小，最本真的人性也似乎只能在物质的缝隙间苟且偷生！

书中，普鲁塔克与提摩泽娜夫妻相爱甚笃、和睦美满的家庭生活跃然纸上，我们可以读出两人携手共度难关、相互扶持、风雨同行的恩爱。文字的描述成为触碰你我灵魂的精华，在如今这个浮躁的商业社会里，读一点普鲁塔克的文章，培养一点人文精神吧！不需大段时间，抽空浅斟慢饮，细细品啜，犹如炎热夏日，饮一杯碧绿的龙井，真的让人感觉舒爽。

目 录

译者导读	I
慰妻书	1
认识德行的进步	9
论制怒	29
论知足	52

慰 妻 书

希望你收到此信时，一切安好。你派来向我通报孩子不幸夭折的人，可能在他去雅典的路上与我错过了。但我到达塔纳格拉时，从孙女那儿听闻了这一噩耗。我想，现在葬礼已经结束了吧。希望这次葬礼过后，无论是现在还是将来，你不再有任何悲伤。如果因为你想听听我的意见，还有什么事情你想做却还没做，而你认为做完这件事就不会那么难过了，那就去做吧。切记不要大张旗鼓，也不要陷入那些迷信的无稽之谈。我想你应该不会犯这样的错误吧。

亲爱的，我唯一的要求就是，在悲伤的同时，我们两个人，我，还有你，都要懂得节哀。我的意思是，不幸已然发生，我们要悲伤有度。但是如果我发觉你过度悲伤，那将比失去女儿更令我不安。你知道，我并非铁石心肠。我们一起养育了这么多孩子，他们都是在自己家里长大的，没有要任何人帮忙。我了解，继四个儿子之后，你诞下渴望已久的女儿是多么地欣喜。因为她，我才有机会以你的名字给孩子命名。而且，父母对这个年纪的孩子尤其疼爱有加。因为这种爱带来的快乐很单纯，没有一丝一毫的愤怒和苛求。而且，女儿生性温顺而随和，懂得感情回报，她是那么地惹人喜爱，不仅带给我们快乐，也让我们看到了她的善良和无私。她总是让乳母把乳汁喂给其他的孩子，甚至是那些她最喜爱的玩具，她无私地要把她拥有的美好事物以及她最喜爱的东

西与她最喜爱的人分享，待他们犹如上宾。

然而，亲爱的，她有生之年带给我们这些快乐的点点滴滴，如今回忆起来，我找不出任何理由为之难过和悲伤。反之，我担心的是，我们可能因为要躲避悲伤而遗忘对她的记忆。如此，便会变得像克里谟奈一样。她曾说：“我讨厌山茱萸木制的弯弓！我宁愿世上没有体育馆！”她总是害怕忆起儿子，并且避免这样做。因为与回忆相伴的是痛楚，人会本能地逃避。不，我们的女儿是这世上最可爱，最令人想拥抱、注视和聆听的孩子。正因为如此，我们一定要让她长驻心间，她带给我们的快乐，将远远超过悲伤。我们通常劝慰别人的那些话，在我们困难之际也能适时地帮助我们自己。我们不能沮丧消沉，自我封闭，用数倍的忧伤来抵消那些欢乐。

那些参加葬礼的人有些吃惊，他们说你连丧服都没有穿，你和侍女们并没有遵从陈规陋习。你衣着得体，葬礼也没有奢华的排场，一切从简，静默肃穆。对此我并不以为奇。你去看戏或参加公众游行时也从不打扮，你认为奢侈无益，铺张亦无乐趣可言。因此，你在伤痛之时坚持自然和简朴。

关键在于，体面的妇女不仅应该在酒神节的狂欢中保持纯洁不堕落，而且应该在悲痛中认识到，需要克制悲痛带来的情绪不稳和困扰。这种自我克制不是常人所想的那样对情和爱的压抑，而是对心的宽容。思念、崇敬和怀念已故之人是人之常情，但是无尽的悲痛让我们恸哭、哀号，这就和放纵的享乐主义一样可鄙，尽管情有可原：虽然可鄙，但随之而来的并非快乐，而是更多的悲伤和痛苦。摒弃过度的纵情欢笑，却允许源自同一理由的痛哭流涕，或者像某些丈夫们一样，因为妻子抹着奢侈的头发香水、穿着俗丽的衣服而与

她们争吵，却在她们在哀悼时剪去头发、染黑衣服、坐姿难看或以不舒服的姿势斜靠在桌旁时表示服从，还有什么比这更荒谬的呢？最恼人的是，他们抗拒和阻止妻子过分而不公平地惩罚仆人，却忽视了当她们受到情感和不幸的影响时所遭受的恶毒、严厉的惩罚，实际上此时更需要的是轻松和宽容的心态。

亲爱的，我们之间已非常默契，从来没有为一点小事而争吵，而且我想我们永远也不会为此而争吵。一方面，与我们相处过、了解我们的每位哲学家无不对你朴素的穿着打扮和谦逊的生活方式印象深刻，我们每一个同胞都见证了你在宗教仪式、祭祀典礼和剧场观演时的自然淳朴。另一方面，之前在你失去长子、我们可爱的卡龙又过早地离开我们时，你的表现足以证明，你可以在这种情况下保持镇定。我记得，当孩子夭折的噩耗传来时，我带着来访者从海上回来，他们还有其他人聚集在我们家。他们后来告诉别人，看到我们家如此平静安宁，还以为并没有什么可怕的事情发生，不过是传出了毫无根据的谣言罢了。因为通常在这样的时刻，一片混乱也是情有可原的，而你仍然负责地把家里安排得井然有序。你亲自给孩子哺乳，乳头发炎后还做了手术。这都是出于母爱的高尚之举。

值得注意的是，大多数母亲是等别人把孩子清洗干净、打扮漂亮之后再把他们抱在怀里。她们把孩子当做是玩物。如果孩子夭折，这些母亲们就会沉湎于空洞、虚伪的悲痛之中。这种悲痛并非出自合理而可敬的热烈情感：她们对肤浅的信仰有着强烈的倾向，再加上一点儿本能的情绪，于是乎悲痛猛然爆发，不但激烈、狂躁而且难以自抑。伊索显然意识

到了这一点：他说，当宙斯在众神之间分配赞誉时，“悲伤之神”也请求得到一份；于是宙斯应允了他——但这份赞誉只能来自那些有心想要给予悲伤之神以荣誉的人。

起初，确实如此：悲伤入侵的只是一个个体；然而一段时间之后，它便成为了一个永久的姊妹，一种习惯性的存在，无论如何也挥之不去。这就是为何我们在一开始就要将它拒之门外的原因，不要为之挑选特别的着装、打理特别的发型或是做其他诸如此类的事情，以免它在我们心中驻扎生根，日复一日地折磨、贬低、束缚和封闭我们的心灵，使我们变得无动于衷或忧心忡忡，就好像为了表现悲痛而挑选的服装和做出的事情将我们与欢笑、光明以及聚餐等社交行为隔绝开来。这种痛苦的状态让人忽视身体，厌恶给身体涂油、洗澡和其他日常养生。情况本该相反，应保持健康的身体，这样才有助于缓解纯粹的精神痛苦。身体安定，心灵悲痛便会大大减轻、平息和消散，犹如天气晴朗时，波浪会平息。但是，如果生活规则紊乱，导致身体变得肮脏污秽，对心灵没有任何良性的影响或是益处，带来的只有切肤而难忍的悲伤和痛苦，即使渴望恢复的人也会发现难以达成。心灵受到如此虐待，便会深陷于种种障碍和不适之中。

不过，我没有理由担心会出现最严重的、最令人担忧的失常情形——“恶女入侵”，她们悲痛的哀号和表现使悲痛更加深刻和厚重，从而无法随着外部因素影响而减退或自然消散。我能体会你最近的痛苦挣扎，你去帮助席恩的姐妹，抵抗妇女们的恸哭哀号——这一行为无异于以火攻火。我的意思是，当人们看到朋友的房子着火时，他们会努力尽快扑灭火焰；但是当看到这个朋友的心灵燃起火焰时，人们却会火

上加油！有人眼部受到感染时，不会同意任何人去触碰它，也不去治疗炎症，但伤心人却会坐下来，让每个过路人刺探自己的伤痛（可以这么说），从而使情况变得更糟。这就好比一个本来微不足道的发痒的痛处，爆发成为真正难耐的痛苦折磨。无论如何，我相信，你对此会有所防范的。

但是，你一定要时常试着把自己的思绪带回到女儿出生以前，那时的我们没有理由抱怨命运，然后将此时与彼时联系起来，想象我们现在的境况与原先没有不同。你瞧，亲爱的，如果我们发现和女儿出生前相比，现在要抱怨的事情更多，说不定会后悔生了女儿。我们不应将这两年的记忆抹去，因为它带给了我们幸福和快乐，我们应该把它视为快乐的缘由。美好的事物总是短暂的，但不应因而把它看作是长期的不良影响：我们不应该因为命运不再施与我们更多的希望，就对我们曾经拥有的毫不领情。

关键在于，对诸神要态度虔诚，对他人要宽厚仁慈，对命运要心平气和，只有这样才能始终收获美好而愉悦的报偿。任何人如果处于我们这种境地，都会特别注意突出对美好事物的记忆，不去思忖生活的黑暗面和尘世纷扰，而是多想想光明的未来和璀璨的生活，他们要么完全摒弃任何带来痛苦的事物，要么将悲痛与欢乐融为一体，这样至少可以减轻和掩饰痛苦。正如香水，闻起来清香怡人，但也可以用来消除难闻的气味；同样，将美好的事物铭记在心能使我们在苦难的时候得到必要的支持，对于那些不惧怕回忆美好时光、不怨天尤人的人，这就好比一剂良方。我们应当尽量避免这样一种情况——抱怨综合症，生活就像一本书，尽管其他页面干干净净，但有一个污迹，有人仍会对此百般挑剔。