

The  
Hidden  
Pleasures  
of  
Life

年度“伦敦传播奖”获奖作品  
商务人士必读  
十本重磅好书之一

寻找一种不仅为生存、  
金钱和地位  
而奔波的生活方式

# 如果生活背叛了我们， 我们还拥有什么？

“当代巴尔扎克”  
“国际思想领导者”  
沃尔夫森史学奖获得者

西奥多·泽尔丁  
集一生之热情与智慧，  
探究21世纪生活的  
艺术与终极价值

SPV

南方出版传媒  
广东人民出版社

[英]  
西奥多·泽尔丁  
(Theodore Zeldin)

著



易伊田碧菲

译

A New Way  
of Remembering  
the Past  
and Imagining  
the Future

The  
Hidden  
Pleasures  
of  
Life

如果生活背叛了我们，  
我们还拥有什么？

[英]  
西奥多·泽尔丁  
(Theodore Zeldin)

◎  
著



易伊田碧菲  
◎  
译

A New Way  
of Remembering  
the Past  
and Imagining  
the Future

**SPM**  
南方出版传媒  
广东人民出版社  
·广州·

图书在版编目 (CIP) 数据

如果生活背叛了我们, 我们还拥有什么? / (英) 西奥多·泽尔丁 (Theodore Zeldin) 著; 易伊, 田碧菲译. — 广州: 广东人民出版社, 2017.1  
ISBN 978-7-218-11329-6

I. ①如… II. ①英… ②易… ③田… III. ①散文集—英国—现代 IV. ① I551.65

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 263124 号

The Hidden Pleasures of Life: A New Way of Remembering the Past and Imagining the Future by Theodore Zeldin

Copyright © 2015 by Theodore Zeldin

This edition arranged with Andrew Nurnberg Associates International Limited, 20-23, Greville Street, London EC1N 8SS.

Simplified Chinese edition copyright © 2017 by **Grand China Publishing House**

All rights reserved.

No part of this book may be used or reproduced in any manner whatever without written permission except in the case of brief quotations embodied in critical articles or reviews.

本书中文简体字版通过 **Grand China Publishing House** (中资出版社) 授权广东人民出版社在中國大陸地区出版并独家发行。未经出版者书面许可, 本书的任何部分不得以任何方式抄袭、节录或翻印。

Ruguo Shenghuo Beipanle Women, Women hai Yongyou Shenme?

## 如果生活背叛了我们, 我们还拥有什么?

[英] 西奥多·泽尔丁 著 易伊 田碧菲 译

版权所有 翻印必究

出版人: 曾莹

策划: 中资海派

执行策划: 黄河 桂林

责任编辑: 肖风华 古海阳 张静

特约编辑: 王影 王利军

版式设计: 刘榴

封面设计: WONDERLAND Book design  
电话 020-34489184

出版发行: 广东人民出版社

地址: 广州市大沙头四马路 10 号 (邮政编码: 510102)

电话: (020) 83798714 (总编室)

传真: (020) 83780199

网址: <http://www.gdpph.com>

印刷: 深圳市汇汇丰印刷科技有限公司

开本: 787mm × 1092mm 1/16

印张: 21.5 字数: 26.6 千

版次: 2017 年 1 月第 1 版 2017 年 1 月第 1 次印刷

定价: 42.00 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与出版社 (020-83795749) 联系调换。

售书热线: (020) 83795240



## 作者简介

### 当代巴尔扎克——西奥多·泽尔丁

- ★《星期日独立报》评选其为“21世纪对人类未来影响力最大的40位思想家之一”
- ★《时代周刊》称其为“世界上最权威的法国专家”
- ★《今日管理》杂志评选为“英国最杰出的知识分子之一”
- ★《快公司》选任其为“国际思想领导者”
- ★英国顶级历史学奖项“沃尔夫森史学奖”（Wolfson Prize）获得者
- ★2016年传播奖（Transmission Prize）获得者
- ★被誉为“在法国最受欢迎的英国人”

西奥多·泽尔丁（Theodore Zeldin）生于1933年8月22日，17岁从伦敦大学伯克贝尔学院毕业，之后在牛津大学担任教授。他协助建立了牛津大学的圣安东尼奥学院，该学院主要进行国际学研究，是该方向的研究生培养中心。泽尔丁在圣安东尼奥学院担任了13年院长，现为该学院荣誉研究员、牛津大学坦普利顿学院外籍院士、英国社会科学院和欧

洲学院 (Academia Europaea) 知名史学家，任 Oxford Muse 基金会主席。他经常活跃于英国牛津大学坦普利顿学院的行政领导能力项目中，是牛津大学塞得商学院的副研究员、法国巴黎商学院 HEC 的荣誉教授、世界经济论坛的研究员、Nord-Pas-de-Calais (加莱海峡) 计划委员会的主席、法国千禧年委员会的顾问、总理网页的提出者，曾获得法国荣誉军团勋章、英帝国二等勋位爵士。

泽尔丁不仅风趣，而且聪明、忠诚、苛刻、博学、轻松、认真、才华横溢，常被邀请参加法国电台和电视台的节目，也被邀请为商务人士和政府工作人员进行演讲，其中包括金融、法律、医药、IT、保险、咨询、人力资源、社会保障、运输、制造、设计、艺术、娱乐、化妆、时尚、媒体、食品、酒店、广告、地方政权、政府、国际组织等行业或组织。泽尔丁的项目“未来工作”(The Future of Work) 开创了新的商业模式，在启动之初就得到了欧洲委员会的资助。2001 年，泽尔丁成立了 Oxford Muse 基金以发展并推广其理念 ([www.oxfordmuse.com](http://www.oxfordmuse.com))。

泽尔丁的著作主要关注人类个体以及人类在各方面的感情，主要作品有：

《法国激情史》(*A History of French Passions*)，沃尔夫森史学奖获奖作品，全书 2000 页，共 5 卷，包括：

《野心与爱情》(*Ambition and Love*)

《智慧与骄傲》(*Intellect and Pride*)

《品位与堕落》(*Taste and Corruption*)

《焦虑与虚伪》(*Anxiety and Hypocrisy*)

《政治与愤怒》(*Politics and Anger*)

《法国人》(*The French*)

《情感的历史》(*An Intimate History of Humanity*)

《论幸福》(*Happiness*)

《论幸福》《情感的历史》以及他在 BBC 的演讲集《交谈》(*Conversation*) 表明, 泽尔丁的研究已经扩展到所有文明领域, 对于生活艺术的关注也越来越。他是 BBC 智囊团的一员, 在大英帝国也有话语权。

近年出版的作品包括《未知城市指南》(*Guide to an Unknown City*) 和《未知大学指南》(*Guide to an Unknown University*), 前者为解决社会排斥现象提出了新的方法, 后者为如何选择更杰出、更专业的教育提供了依据。近年来, 泽尔丁在研究两种极端的人群, 一是无家可归者, 二是英国的 CEO, 在此基础上, 他为社会和智慧的互动提供了新的空间。作者的其他著作包括:

《埃米勒·奥利维耶与自由主义之帝国》(*Emile Ollivier and the Liberal Empire*)

《拿破仑三世的政治制度》(*The Political System of Napoleon III*)

在每一本著作中, 泽尔丁都从不同角度阐述了, 如今的人类能够做到哪些数世纪之前的先民所不能之事, 他总是探索着 3 个问题:

1. 人应当如何更快乐、更富激情地度过每一天、每一年?
2. 除去幸福、财富、信仰、爱、科技与疗愈, 还有哪些雄心勃勃的领域有待人类探索?
3. 拥有独立思想的个体或自我感觉孤独、与众不同的人, 在社会中扮演着怎样的角色?



## 权威推荐

### 伊恩·克里奇利 《星期日泰晤士报》

哲学家西奥多·泽尔丁将其新作描述为“寻宝之旅”，每一章都“追逐一条线索”。他欲探讨的，是诸如“努力工作的意义”以及“生命的意义”之类的哲学话题。在其最负盛名的著作《情感的历史》中，泽尔丁以人类生活的某些片段为跳板，探索了人类不同年龄时期的思想和情感，而在《如果生活背叛了我们，我们还拥有什么？》当中，作者撷取历史案例，阐述今天我们遇到的问题，从两性、国家和宗教之间的沟通问题落笔，写到了许多工作中吞噬人类灵魂的例行公事。

泽尔丁讲述了源自不同国家和不同文化的许多故事，其中包括历史上第一位伊朗裔美国公民，抚养过485个孩子的印度女人，以及陀思妥耶夫斯基的狱中体验。同时，他还对自己的个人体验进行了详尽的叙述，比如他曾在宜

家公司向员工教授语言课程，并教顾客的孩子弹奏尤克里里，从而尝试令宜家的工作场合对员工和顾客而言变得更有意义。

针对每个他所提出的问题，泽尔丁并不总是能得出最后答案。归根结底，他更感兴趣的，是激起有益的辩论（“我所追求的不算答案，而是探索的途径”）。他的这本著作，博采众长、野心勃勃、思想深刻，极具启发性。

### 约翰·桑希尔 《金融时报》

作为一名哲学家和历史学家，泽尔丁向传统公然发起了挑战……这部令人陶醉的著作充满了各种各样的预言。

### 纳塔利·海恩斯 《独立报》

他是一名极富魅力的旅行伴侣，在历史传记和哲学之间翩跹起舞。

### 汉娜·道森 《文学评论》

一次精彩而成功的叫板……对我们在管理学上遇到的问题，泽尔丁的著作可谓一针见血，幽默风趣。

### 《费加罗夫人》

才华横溢、略带保守、似是而非……泽尔丁问到了一些令人左右为难的问题。

### 罗恩·艾默生 英国商业银行董事长

本作提供了一个非常独特的新框架，引导我们去发现自己究竟希望怎样度过自己的一生。



## 《明镜周刊》

西奥多·泽尔丁博学而幽默。

## 《每日电讯报》

在十几年的时间中，这是我读过的最令人兴奋、最具野心的非虚构类作品。

## 《金融时报》

才华横溢、充满预言性、魅力四射。

## V. 皮特里西奥里 欧洲研究委员会科学顾问

一颗无价的宝石，一本罕见的、将永留在人的心灵之中的作品……以令人难以置信的方式鼓舞人心……探讨的话题令人啼笑皆非，永远不会无聊……极具可读性。绝对值得阅读、重读和深入研究的作品。

## 理查德·沃森 剧本策划，著有《未来趋势》(*Future Trends*)

一本真正精彩的书，甚至目录就让我震惊得无以言表。如果你的愿望是真正地活着，那么就阅读这本书吧。

## 《倍耐力基金会商业文化杂志》(轮胎公司倍耐力在2015年被中国化工集团董事长任建新以70亿美元大宗买进)

本书捕捉到了商业和世界文化之间的联系。“最有价值的交易商品，”泽尔丁在一个最优美和挑衅的段落中写道，“不是黄金，而是时间，决定你每一天要做的事，让你的利润更大。只要商业被视为一种可以教授的技术，它就不会形成一种‘哲学’，一种关于生命的意义和目的的观点。”

多么具有远见，多么令人鼓舞，泽尔丁的整本书都应该被阅读、喜爱和推荐。

玛格丽特·赫弗南 CEO、企业家、电视制作人

当读者开始问自己这本书提出的问题时，他们将发现自己以一种截然不同的方式活着。一本充满变革意义的作品，满载着从青少年到百岁老人都可以享受的智慧。

锡安·汉密尔顿 弗伊尔斯书店零售运营总监

精华读物。我很高兴我正在阅读这本书，但我多么希望自己年少时就能遇到这样的作品……我与这本书争论，我完全沉浸其中……一段将持续一生的丰富旅程。

《文学评论》

一次挑战，一次成功……泽尔丁在他的作品和在我们眼中灾难性的管理学事务方面，尤其优秀和有趣。

埃尔·蒙多 《马德里报》

本书的辉煌和卓越使人神魂颠倒。

巴黎 Canal+ 电视台

毫无疑问，本年度最具智慧的作品……它能立即让你享受到智慧的乐趣……治疗全世界忧郁的良药，总是站在欢乐、开放、探究和自由的一边……它就是我们需要的人生与艺术指南。

# 目 录

## 前 言 在思考中书写人生 1

溯源时间长河，撷取精神碎片 1

沉思：最繁重的劳动 3



## 第一部分 交流的艺术

### 第 1 章 人生最大的冒险是什么？ 6

愚昧，人类无法根除的顽疾 6

生活是一次没有尽头的旅行 10

人生是一支越燃越短的蜡烛吗？ 15

### 第 2 章 何为虚度一生？ 18

有理想的人如何定义理想？ 18

用自传书写人生态度 22

评判自己的一生是最困难的事 25

### 第 3 章 人类如何辨伪去妄？ 28

怎样才能深入了解他人，甚至自己？ 28

我们是谁？ 30

有效沟通需要精心的准备 36

- 第4章 如果生活背叛了我们，我们还拥有什么？ 40  
    命运的嘲弄：电影巨匠未竟之作 40  
    艺术，顺从与叛逆的结合体 43  
    激发彼此想象力的缪斯 46
- 第5章 穷人对富人的忠告 50  
    用仁慈回报社会的残忍 50  
    重新定义富人 53  
    摆脱孤立！来自社会透明人的呐喊 56
- 第6章 富人对穷人的忠告 59  
    “金钱是最低廉的信仰” 59  
    如何欣赏他人，包括与我们志趣不同的人？ 67
- 第7章 世界上有多少种自杀方式？ 72  
    艺术家的遗言：重塑世界 72  
    嫉妒、贪婪和傲慢自大是无法痊愈的慢性病 78
- 



## 第二部分 虚构之物：国家与宗教

- 第8章 没有信仰的人如何理解有信仰的人？ 82  
    智慧与神学的巅峰——人文思想与普适价值合二为一 82  
    在分歧中寻找融合：交流、倾听与理解 87
- 第9章 宗教将如何演变？ 92  
    统一的宗教信仰是建立政府的前提？ 92  
    如何将自己的信仰投于实践？ 99

- 第 10 章 如何克服偏见？ 105
- 如何处理生活中的混乱与意见分歧？ 105
  - 塑造人类对不同艺术的审美品位 109
  - 学会欣赏他人 116
- 第 11 章 预言、担忧与未来之思 120
- 未来，回到原点？ 120
  - 现实中的历史温度 124
- 第 12 章 嘲讽是非暴力对抗的最有效形式吗？ 130
- 幽默能够成为暴力反抗的替代选择吗？ 130
  - 嘲讽暴政：民众的语言暴力 135
- 第 13 章 如何培养幽默感？ 140
- 怎样冷静地看待世界？ 140
  - 在讽喻与教化间徘徊 143
  - 幽默，源于普通人的生活 146
- 第 14 章 为什么身在祖国，也没有归属感？ 151
- 逃离焦虑、平凡、歧视、懒惰与无知 152
  - 你，要到哪里去？ 161
- 第 15 章 一个人可以同时爱几个国家？ 163
- 人类是从属于社会关系的物种？ 163
  - 爱国主义和世界主义之间有什么关系？ 166
  - 世界公民：跳出狭义爱国主义 171
- 第 16 章 为何总是怀才不遇、无人欣赏，像行尸走肉那般活着？ 174
- 失败，通向成功的另一条路 174

- 迷失于政治信仰的羔羊 178  
变为现实的理想——吞噬希望的蠕虫 181
- 



## 第三部分 两性之间

- 第 17 章 两性战争 186  
    性别歧视，自然选择还是人为制造？ 187  
    妇女运动先驱：点燃照亮真理的蜡烛 193
- 第 18 章 灵魂伴侣的替代品是什么？ 196  
    我们都是突变体？ 196  
    困于集体与规则中的个人主义 199  
    私人生活，逃离压力的避风港 204
- 第 19 章 另外一场性爱革命能够实现吗？ 207  
    婚姻，原是爱情天堂！ 207  
    中国的压抑、印度的奔放与雅典的排斥 210  
    如何改变人类对性的理解？ 215
- 



## 第四部分 生活与工作，梦想与现实

- 第 20 章 除了自我表现之外，艺术家还有哪些人生目标？ 222  
    艺术：拉近陌生人的距离 222  
    消除文明隔阂的交流媒介 224  
    艺术能够拯救那些被工作折磨的普通人？ 226
- 第 21 章 哪些事比成为领导者更有趣？ 233  
    “事业的野心使人备受痛苦” 233

说服他人接受自己的观点 237

目标的真谛是什么? 241

## 第 22 章 努力工作的意义 247

“榨取他人身上最后一丝利润” 247

如何优雅地度过一生? 252

## 第 23 章 哪些谋生方式更有趣? 258

卖家居, 更卖生活 258

创造自己的未来 263

## 第 24 章 我们在酒店里还可以做哪些事? 267

欣赏矛盾性是建立有效人际交往的基础? 267

旅行与人性的交集 271

广交益友的“实验室” 274

## 第 25 章 年轻人能够从长辈那里获得哪些人生经验? 281

“更强大、更真实的我愉快地自杀了” 281

应对恐惧的方法并不限于抵抗 283



## 第五部分 逝者如斯, 惜时之叹

### 第 26 章 除了保持心态年轻之外, 如何对抗衰老? 292

最快乐的事——拥有爱人的陪伴 292

细节雕琢人生品质 295

### 第 27 章 怎样获得有价值的知识? 303

无知: 全新的历史阶段 303

最重大的发现全部来自“不期而遇” 308

第 28 章 活着的意义是什么？	313
生命的目的——繁衍或死亡？	313
超越马斯洛需求层次论的幸福样本	316
理解死亡才能理解生命？	320
后 记 如何寻找精神慰藉？	325





# 前言

## 在思考中书写人生

### 溯源时间长河，撷取精神碎片

为你的权利而战！抗议！无视周围的恐惧，逗自己开心，做一个幸福的人！拼命赚钱，努力工作，攫取权力！这是我们保护自己、抵御残酷生活摧残的仅有武器吗？与这些古老的自我防护机制相比，当下的人性已大为不同。我们的知识储备远超前人，同时也忍受着比前人更深刻的失落与沮丧。那些曾经能够激发美好与希望的错误理念已无法桎梏我们的思想。因此，我启程寻找并从个人角度出发，溯源时间长河，撷取散落其中的人类思想精华碎片，同时寻找那些隐秘、不可言说或已被世人遗忘的东西。

在每一章的开头，我都会从生活在不同时代、浸润于不同文明的某类人落笔。他们面临着每个人都会遇到的重大人生抉择，并且用自己的故事为人类某个永恒的疑问，