叔本华的智慧

编摇摇著:叔本华·辖原著摇刘烨·辖编译
出 版 社:中国电影出版社
书摇摇号:[illegible]
版权所有:烨子工作室
类摇摇别:叔本华·原哲学思想
出版时间:[illegible]
字摇摇数:[illegible]

内容提要:

摇摇 本书是叔本华原著代表作的精选译本,是集叔本华思想之大成的作品。全书分为六大部分,分别为"人的本性"、"人生总论"、"处世之道"、"待人之道"、"爱与恨"、"生与死"和"人生对策"。在这六个部分里,叔本华分别就人的本性、幸福和快乐、意志与心智、荣誉与名声、行为和个性、命运与对策几乎囊括了人的一生的各个方面,阐述了独特新颖的"幸福论"。在本书中,他从广泛的人性角度入手,分别对人们自身的所有、地位及为人处世的方方面面给予了细致入微的阐述,他融合东西方哲学的主流,科学性地披露人性和世故,加以睿智和生动的笔触,娓娓地跟我们

需要全本请访问 www.ertongbo

讨论如何为人处世,如何求取幸福和成功,以期充分发挥此生……

叔本华的智慧

序摇摇言

叔本华（[illegible]），德国著名哲学家，开创了唯意志主义哲学及生命哲学流派。其父是一位富有的银行家，母亲是一位通俗小说家。他从小就厌恶商业生涯，憧憬文人学者平静高雅的生活。叔本华最初在哥廷根大学学医，后来，改学哲学，对柏拉图和康德哲学至为倾服。[illegible]年叔本华取得博士学位。[illegible]年发表重要哲学著作《意志和表象的世界》。他的哲学探讨的是世界和人类的本质、本源问题，他认为世界的本质是意志，事物是意志的现象或表象，意志与表象的关系是建立在人与世界的关系的基础之上的。人生就是意志的表现，意志是无法满足的渊薮，而人生却总是追求这无法满足的渊薮，所以，人生就是痛苦。

叔本华认为，人这种生命现象也是求生意志的客体化，是所有生物中需求最多的。叔本华把意志在追求目的时受到阻碍称为痛苦，把意志达到目的的状况称为幸福。所以说，痛苦

是经常的，幸福却只是暂时性的。因为，人的追求永无止境，如此说来，痛苦成了人生的本质。此外，如果人的愿望就算得到一时的满足，可是，可怕的空虚和无聊便会迅速袭来。

读其书而知其人，明其义而囿其辞，叔本华的思想也是一种令人迷惑的哲学。由于时代的局限和叔本华个人的偏见，文中不少地方感情用事，用语欠妥。在此，敬请读者在阅读时予以鉴别，取其精华，去其糟粕。不管怎样，叔本华的人生哲学开创了一个时代，影响了一代又一代人。他提出的“意志”、“本能”、“直觉”、“痛苦”、“死亡”有广泛的价值，叔本华的哲学实际上开创了近代西方人生哲学的先河。

本书所选篇章系根据叔本华思想中最具代表性的作品编译而成，涉及到人的本性、处世之道、待人之道、爱与恨，生与死、人生对策等诸多问题，我们相信本书对于了解叔本华的思想，提高青年人的理论水平，会有所帮助。

目摇摇录

第一章摇人的本性

人的本性揭示了人生特有的悲剧性、荒诞、虚伪与不幸，对诸如人与人格、生命、地位、荣誉、财富以及审美、伦理、政治、智慧等一系列困扰人的问题，提出了许多耐人寻味的见解。

人是什么 辕员
人的本性 辕员园
人的性格 辕员愿
道德本能 辕圆袁
人有什么 辕圆苑
地位，或他人眼中的位置 辕猿圆
摇 (员 名誉 辕猿圆
摇 (圆 骄傲 辕猿源
摇 (猿 官位 辕猿缘
摇 (源 荣誉 辕猿远
摇 (缘 名声 辕猿苑
心理的观察 辕源园

需要全本请访问 www.ertongboo

第二章摇人生总论

不同的人看到不同的世界,有人认为它荒芜、枯燥和肤浅,有人觉得它丰富、有趣而充满意义。

人生总论,对人生的快乐和幸福作了基本划分 ;人的自身、人的所有和人的地位。另外,对于人生的选择和准备作了总体的概括。

周详的准备 辕源
人生的选择 辕员
人生之旅 辕苑
福分的划分 辕愿
人的命运 辕怨
人世的痛苦 辕缘
生存的虚无 辕员
一切的努力和欲望皆为迷误 辕迟
幸福如同梦幻,痛苦才是现实 辕迟

第三章摇处世之道

人生快乐的两大仇敌是痛苦和烦闷。事实上,人生的过程似乎就是在这两者之间的剧烈摆动。

人生是否能幸福快乐和内心能否平静安谧取决于你所持有的态度,以及你应对人生各种不幸和苦难的方法。

通盘观察自我 辕迟
现在才是实在的 辕苑
幸福有限 辕园
脑力工作是获取幸福的源泉 辕园

不断自我反思 辕蒡蔼
幸福意味着自我满足 辕蒡缘
远离妒忌 辕蒡愿
坚持到底,做出成绩 辕愿园
勇于面对过错 辕愿园
抑制想象 辕愿源
珍惜拥有的一切 辕愿愿
自制的重要性 辕怨园
个人所获 辕怨圆
生命在于运动 辕怨蔼
维护大脑健康 辕怨缘
人生的快乐 辕怨苑
身在福中要知福 辕怨怨
相信自我 辕员园园
两个生命 辕员园员
平庸与才智 辕员园圆
保持心境平静 辕员园蔼
心灵的内在财富是真正的财富 辕员园源
自负与自豪 辕员园缘
心智的优越性 辕员园远
心灵的贫瘠 辕员园苑
独善其身的好处 辕员园愿
内在丰富才能幸福 辕员员园
智者的需求 辕员员圆
心境平静的来源 辕员员源
适度的比较 辕员员缘
幸福的因素 辕员员远
他人的见解 辕员员愿
警惕贬抑与侮辱 辕员圆园
勿妒忌和排斥他人 辕员圆圆

第四章摇待人之道

人的一生免不了与人交往，包括配偶、父母、孩子和朋友。在人生旅途的进程中，我们应该尽可能做到宽容和自律，避免与人争论和口角，放眼前途，容忍异己，这样我们的一生将获益良多。为人处世的睿智，更少不了容忍的光辉。

待人宽容如待己 [illegible]
明晰个性差异 [illegible]
“同流才能合污” [illegible]
爱与尊敬 [illegible]
不同的人 [illegible]
正确的见解 [illegible]
适当藐视 [illegible]
知人断事 [illegible]
自律与强制 [illegible]
以人为鉴 [illegible]
友谊不可靠 [illegible]
韬光养晦 [illegible]
信任与怀疑 [illegible]
礼貌和尊敬 [illegible]
该做与不该做 [illegible]
不可辩驳他人的见解 [illegible]
意志的亢奋 [illegible]
洁身自好 [illegible]
守口如瓶 [illegible]

第五章摇爱与恨,生与死

人生就像一家糖果店,货物应有尽有,形形色色——却全部都是用同样的糖浆做出的。

不以物喜,不以己悲。不管命运如何坎坷不平,我们都应该坦然面对。人生不可能永远幸福,也不可能长久地陷于不幸。正所谓“得意不忘形,失意不失态。”

性欲 辕灵魂
性爱 辕灵远
恋爱的激情 辕灵远
女人 辕灵源
爱与恨 辕灵园
结婚 辕灵缘
性爱的倒错 辕灵范
禁欲 辕灵远
摇(员 禁欲的礼赞 辕灵远
摇(圆 圣人们 辕灵猿
摇(猿 心灵的喜悦境界 辕灵源
摇(源 圣人的心灵挣扎 辕灵源
摇(缘 痛苦的解脱 辕灵缘
生命的理念 辕灵范
求生意志 辕灵园
死亡 辕灵源
超越生命 辕灵魂
生命因意志而在 辕园园
自杀 辕园源
生命的本质是苦恼 辕园远
生命终归灭亡 辕园源
痛苦无从避免 辕园园

第六章摇人生对策

从出生到死亡，人们要不断经历痛苦和折磨、在人生的每个阶段，我们都无可避免地走向衰老和死亡。每个阶段都会遭遇各种不幸和灾难，如何顺利地走完一生，就成为每个人都需要思索的问题。

检讨与回顾 [illegible]
勇敢面对人生 [illegible]
认知的改变 [illegible]
不欠时间的债 [illegible]
一日三省其身 [illegible]
勿与人争高低 [illegible]
谨慎说话 [illegible]
对不幸有所准备 [illegible]
智慧的力量 [illegible]
而立之年的界限 [illegible]
本金和利息 [illegible]
人生如书，人生如戏 [illegible]
谨防寂寞无聊 [illegible]
人生的起点与终点 [illegible]
人之将死 [illegible]
人生的智慧 [illegible]

人是什么

按语：

人格，是人本身所具有的一些特质，人格所具备的一切特质是人的幸福与快乐最根本和直接的影响因素。其他因素都是间接的、媒介性的，因而它们的影响力可以消除、破灭，但人格因素的影响却是不可消除的。

从通常意义来说，人是什么比他有什么和别人对他的评价是什么更影响他的幸福。因为个性随时随地伴随着人并且影响他，因此，人格——也就是人本身所具有的东西——是我们首先应该考虑的问题。能自各种享乐里得到多少快乐是因人而异的。我们大家都知道在肉体享乐方面确系如此，精神享乐方面亦然。

一个性格不好的人把所有的快乐都看成不快乐，好比美酒倒进充满胆汁的口中也会变苦一样。因此生命的幸福与困厄，不在于降临的事情本身是苦是乐，而要视我们如何面对这些事情，我们的感受如何。人是什么，他本身所具有的一些特质是什么，用两个字来说，就是人格。人格所具备的一切特质是人的幸福与快乐最根本和直接的影响因素。其他因素都是间接的，媒介性的，所以它们的影响力也可以消除、破灭，但人格因

需要全本请访问 www.ertongbo

素的影响却是不可消除的。这说明了为什么人的根深蒂固的嫉妒心性难以消除,不但如此,人常小心翼翼的掩饰自己的嫉妒心性。

在所有我们所做和所受的经历中,我们的意识素质总占据着一个经久不变的地位;其他的影响都依赖机遇,机遇如过眼云烟,稍纵即逝,且常变动不已;只有个性在我们生命的任何时刻都不停的工作。所以亚里士多德说:"持久不变的并不是财富而是人的性格。"我们对完全来自外界的厄运还可以容忍,但由自己的个性导致的苦难却无法承受:只因运气可能改变,个性却难以改变。人自身的福分,如高贵的天性、精明的头脑、乐观的气质、爽朗的精神、健康的体魄,简单说,是幸福的第一要素;所以我们应尽心尽力去促进和保持这类使人生幸福的特质、莫孜孜以求于外界的功名与利禄。

在这些内在品格里,最能给人带来直接快乐的莫过于"愉悦健全的精神",因为美好的品格自身便是一种幸福;愉快而喜悦的人是幸福的,之所以如此,只因其个人的本性就是愉快而喜悦的。这种美好的品格可以弥补因其他一切幸福的丧失所产生的缺憾。如果你常常笑,你就是幸福的;如果你常常哭,你就是不幸福的。当愉快的心情敲响你的心门时,你就该打开你的心门,让愉快与你同在,因为它的到来总是好的。但人们却常踌躇着不愿让自己太快活,惟恐乐极生悲,带来灾祸。事实上"愉快"的本身便是直接的收获——它不是银行里的支票,却是换取幸福的现金。因为它可以使我们立刻获得快乐,是我们人类所能得到的最大幸事。为什么这样说?因为就我们的存在对当前来说,我们只不过是介于两个永恒之间极短暂

的一瞬间而已。我们追寻幸福的最高目标就是如何保障和促进这种愉快的心情。

能够促进心情愉快的是健康，而非财富。因此，我们应当尽力维护健康，因为惟有健康方能绽放出愉悦的花朵。至于如何维护健康实在也无需我来指明——避免任何的过度放纵自己和激烈不愉快的情绪，也不要太抑制自己，经常做户外运动，冷水浴以及遵守卫生原则。没有适度的日常运动，便不可能永远健康，生命过程便是依赖体内各种器官的不停操作，操作的结果不仅影响到有关身体各部门也影响了全身。亚里士多德说："生命便是运动。"运动也的确是生命的本质。

一个人幸福与否在于人的精神，精神的好坏又与健康息息相关。一般说来，人的幸福十之八九有赖健康的身心。有了健康，每件事都是令人快乐的，失掉健康就失掉了快乐。即使其他的人具有如此伟大的心灵，快活乐观的气质，也会因健康的丧失而黯然失色，甚至变质。所以当两人见面时，我们首先是问候对方的健康情形，相互祝福身体康泰，原来健康是成就人类幸福最重要的成分。只有最愚昧的人才会为了其他的幸福牺牲健康，不管其他的幸福是功名、利禄、学识，还是过眼烟云似的感官享受，世间没有任何事物比健康重要。

健康能给我们在极大程度上带来愉悦的心情，这种心情乃是幸福的本质。不过快乐的心情并不完全依赖于健康，一个人体质上极其完美健全，但他们有可能忧郁悲哀、多愁善感，并且经常萌生和屈从于一些悲哀的念头。忧郁根源于更为内在的体质上，此种体质是无法改变的，它系于一个人的敏感性和他的体力、生命力的一般关系中。

柏拉图把人分为性格温和快乐的人和性格郁悒难处的人。他指出不同的人对于快乐和痛苦的印象，有不同程度的受容性，所以，面对同样的事情，有人可能会痛苦绝望，也有人可能会一笑置之。大概对不快乐的印象受容性愈强的人对快乐的印象的受容性愈弱，反之亦然 ;每件事情的结果不是好就是坏，总担忧和烦恼着事情可能转坏，因此，即使结果是好的，他们也快活不起来了。另一方面却不担心坏结果，如果结果是好的，他们便很快乐。这就好比两个人，一人在十次事业里成功了九次，还是不快乐，只懊恼那失败的一次 ;另一人只成功了一次，却在这次的成功里得到安慰和快乐。

世上有利的事也就有其弊，有弊的事亦必有其利。郁悒而充满忧虑个性的人所遭遇和必须克服的困厄苦难多半是想象的，而欢乐又漫不经心的人所遭受的困苦都是实在的。因此凡事往坏处想的人不容易受失望的打击，反之，凡事只见光明一面的人却常常不能如愿。

内心本有忧郁倾向的人若又得精神病或消化器官不良症，那么因为长期的身体不舒适，忧郁便转成为对生命的厌倦。一些小小的不如意事便令自己自杀，更糟的是，即便没有特殊的原因也会自杀。这种人因长久的不幸福而想自杀，会冷静而坚定地执行他的决定。如果我们观察有这样一个受苦者，因厌倦生命到极点时，便可发现他确实没有一丝战栗、挣扎和畏缩，只焦急地等待着他人不注意时，便立刻自杀，自杀几乎成了最自然和最受他欢迎的解脱工具。世上即使最健康和愉快的人也可能自杀，只要他对外在的困难和不可避免的厄运的恐惧超过了他对死亡的恐惧，就会走上自杀的路。对快活的人而言，惟

有高度的苦难才会导致他自杀 ;对原本郁悒的人来说,只要微微的苦难就会使他自杀的,二者差别就在受苦的程度。愈是忧郁的人所需的程度愈低,最后甚至低到零度。但一个健康又愉快的人,非高度的受苦不足以使他结束自己的生命。由于内在病态忧郁情绪的加强可以导致自杀,由于外在强大的苦难也会使人结束自己的生命。在纯粹内在到纯粹外在的肇因之二极端间,当然还有不同的程度。

美也是健康的事务之一。虽然美只是个人的一种优点,与幸福不构成直接的关系,但却间接给予他人一种幸福的印象。所以即使对男人来说,美也有它的重要性。美可说是一封打开了的介绍信。它使每个见到这封信的人都对持这封信的人油然而生欢喜之心。荷马说得好 :美是神的赐予,不可轻易的抛掷。

只需大概考察一下就会发现,痛苦与厌倦是人类幸福的两大劲敌。甚至可以说,即使我们有幸远离了痛苦,但也离厌倦更近了 ;若远离了厌倦,痛苦又靠近了我们,人生多少有些游移于这两者之间。贫穷和困乏带来痛苦,太得意时,人又生厌。所以,当下层阶级无休止地与困乏也就是痛苦挣扎时,上流社会却和"厌倦"打持久战。在内在或主观的状态中,对立的起因,是由于人的受容性与心灵能力成正比,而个人对痛苦的受容性,又与厌倦的受容性成反比。心灵空虚是厌倦的根源,这就好比兴奋过后的喘息,人们需要寻找某些事物,来填补空下来的心灵。由于内在的空洞,人们寻求社交、娱乐和各类享受,因此就产生奢侈浪费与灾祸。人避免灾祸的最好方法,莫如增长自己的心灵财富,人的心灵财富愈多,厌倦所占的地位就愈

小。那永不竭尽的思考活动在错综复杂的自我和包罗万象的自然里,寻找新的材料,从事新的组合,我们如此不断鼓舞心灵,除了休闲时刻以外,就再不会让厌倦趁虚而入。

但是,自另方面来看,高度的才智根植于高度受容性,强大的意志力和强烈的感情上。这三者的结合体,易动感情,对各种肉体和精神痛苦的敏感性增高,不耐阻碍,厌恶挫折——这些性质又因高度想象力的作用,更为增强,使整个思潮(其中包括不愉快的思潮),都好似真实存在一样。以上所言的人性特质,适用于任何一种人——自最笨的人到空前的大天才都是如此。所以,无论在主观或客观两方面,一个人接近了痛苦便远离厌倦,反之亦然。

人的天赋气质决定他受苦的种类,客观环境也受主观倾向的影响,人所采用的手段总是对付他所易受的苦难,因此客观事件有些对他有特殊意义,有些就没有什么特殊意义,这是由天赋气质来决定的。聪明的人首要努力争取的无过于免于痛苦和烦恼的自由,求得安静和闲暇,过平静和节俭的生活,减少与他人的接触,所以,智者在他和同胞相处了极短的时间后,就会退隐;若他有极高的智慧,他更会选择独居。一个人内在所具备的愈多,求之于他人的愈少——他人能给自己的也愈少。所以,人——智慧越高,越不合群。

然而,那些经常受苦的人,有朝一日一旦脱离了困乏的痛苦,便立即不顾一切地求得娱乐消遣和社交,惟恐独守孤寂,与任何人都一拍即合。何以如此,只因孤独时,人须委身于自己,他内在财富的多寡便一览无遗;愚笨的人,在此虽衣着华丽,也会为了他有卑下的性格呻吟,他永远也无法摆脱这种包袱,然

而,资质聪慧,才华横溢之士则会以其富有生气的思想摆脱单调乏味的处境,即使身在荒野,亦不会感到寂寞。色勒卡宣称,愚蠢是生命的包袱,这话实是至理名言。

人们把大脑视作是有机体的寄生物,仿佛它就寄居在人体内接受养老金的人,而闲暇,即一个人充分享受自己意识和人格的时间,乃是生存得以休息的产物,是它们辛苦、劳累的成果。然而大部分人在闲暇里,得到些什么呢?除了感官享乐和浪费外,便只是厌倦与无聊了。这样度过的闲暇真是毫无价值。亚里士多德说:无知人的闲暇是多么可悲啊!而如何享受闲暇实是现代人的最大问题。

闲暇是存在必然的果实和花朵,它使人面对自己,所以内心拥有真实财富的人,才真正知道欢度闲暇。然而,大多数人的闲暇又是什么呢?一般人把闲暇总当作一无是处似的,他们对闲暇显得非常厌倦,当成沉重的负担一样。这时他的个性,成为自己最大负担。

事实上,最幸福的人乃是自身拥有足够内在财富的人,因为他向外界需求极少或者根本无所需求。需求的代价是昂贵的,它可能会引起危险,肇生麻烦。因此,人们不应当从别人那里期待过多。我们要知道每人能为他人所做的事情并不多,到头来,任何人都得各自为政,重要的是,知道那各自为政的不是别人,正是自己。这道理在歌德《诗与真理》一书中有所表明:人们在所有事情上最终只能求助于自己。

人所能作为和成就的最高极限,无法逾越自我。人愈能发现自己原本是一切快乐的源泉,愈能做到这一点,就愈能使自己幸福。所以,亚里士多德讲过这样一条伟大真理:"知

需要全本请访问 www.ertongbo