

第六辑

生活的艺术

(法) 安德烈·莫洛亚著
见闻缩写

WUJIAO



五角丛书

· 文学 · 艺术 · 生活 · 体育 · 娱乐 ·

这是法国当代著名作家安德烈·莫洛亚的一部力作。它试图为人类提供一种既永恒又普遍的生活的艺术，以此为人们指出生活迷津，从而获得人生的乐趣。

全书分恋爱的艺术、结婚的艺术、家庭生活的艺术、友谊的艺术、思想的艺术及步入老年的艺术和寻求快乐的艺术等八章，广泛涉及到人生心理、生理、哲理，具有深刻的见地和极丰富的内容。出版后即成为畅销书，受到世界各地读者的欢迎。



海文化出版社

五角丛书

生活的艺术

〔法〕安德烈·莫洛亚著 见闻缩写

上海文化出版社

责任编辑：王牧群

封面设计：陆震伟

607-03 209

生活的艺术

[法] 安德烈·莫洛亚 著
见 闻 缩 写

上海文化出版社出版、发行 上海 绍兴路 74 号
总 经 销 处 上海市印刷十二厂印刷

开本 787×960 1/32 印张 3.5 字数 62,000

1987 年 11 月第 1 版 1987 年 11 月第 1 次印刷 印数 1—434,000 册

ISBN7-80511-077-8/G·30

书 号：7077·3097

定 价：0.50 元

目 录

莫洛亚和他的《生活的艺术》

恋爱的艺术

- 1 恋爱是神秘的吗…………… 3
- 2 选择好恋爱的对象…………… 4
- 3 当爱情发生的时候…………… 6
- 4 爱人的与被人爱的…………… 9
- 5 求爱种种……………11
- 6 莫让爱情“倦怠”了……………14

结婚的艺术

- 1 他们为什么反对结婚……………18
- 2 人，为什么要结婚……………20
- 3 婚姻成功的关键何在……………24
- 4 保持婚后生活的美满……………26

家庭生活的艺术

- 1 家庭有什么意义……………33
- 2 家庭会出现危机的……………36
- 3 父母、兄弟、姐妹……………38
- 4 回归家庭吧……………42

友谊的艺术

- 1 友谊是这样建立起来的……44
- 2 怎样才能算是友谊……46
- 3 怎样维护友谊……48
- 4 男女之间会有友谊吗……49

思想的艺术

- 1 用身体思想还是用语言文字思想……54
- 2 推理与实验……57
- 3 信念、知识、行动……64

工作的艺术

- 1 工作可以选择……68
- 2 工作在规律之中……71
- 3 当你在别人手下工作时……72
- 4 把劳力与劳心结合起来……74
- 5 艺术家怎样工作……75
- 6 休息也是一门艺术……76

快乐的艺术

- 1 快乐和不幸都会来到身边……79
- 2 快乐道路上的障碍……80
- 3 怎样得到快乐……84
- 4 把快乐保持下去……87

步入老年的艺术

- 1 老年的界线在哪里……90
- 2 老年有什么特征……93
- 3 学会和不幸作斗争……98
- 4 步入老境的最佳道路……102

莫洛亚和他的《生活的艺术》

本书是一本企图将人类短暂而黯淡的生活提升到艺术的境界的书。

作者安德烈·莫洛亚，为法国当代最杰出的传记文学作家。在他33岁和36岁时，分别以小说《布朗勃上校的沉默》和《军医奥格拉第的话》奠定了他在文坛上的地位。其后，他以艺术的手法创作所谓“小说化的传记”，从而又奠定了他在传记文学方面的不朽声望。他主要的传记文学作品有：《雪莱传》、《拜伦传》、《雨果传》、《乔治桑传》等20余部。

在这本《生活的艺术》中，作者以其渊博精深的智慧，通过对人性幽微深邃的洞察，对人生境遇世故的体验，对人类和煦温馨的关怀和勉励，以优雅轻盈的笔调和法国文人独特的哲人风度，娓娓道出人类生活中种种复杂而微妙的人际关系和生活态度，诸如恋爱、结婚、家庭生活、友谊、工作以及如何思想，如何获得快乐，如何欢度晚年等等。为迷惘而苦闷的现代人指出了生活的迷津，使人们能够获得人生的乐趣而走上幸福之路。

“他山之石，可以攻玉”，对于广大的中国读者，安德烈·莫洛亚所提示的生活的艺术，虽然由于他

的世界观和他所生活的社会与我们有一些距离，但是我们仍然可以有分析地阅读，并且从中得到借鉴和启迪。

恋爱的艺术

1. 恋爱是神秘的吗

自然在爱情中只提供“素材”，这就是说，它只赋予男女两性繁殖种族的欲望，以及达成这种欲望的强烈本能。假如不是几个世纪以来，人类的精神不断地把这些要素加以修正重组，我们的恋爱恐怕至今仍然停滞在粗鄙低级的阶段。我们不妨观察一下生长在荒野、天空、河流中的动物的恋爱，就可以知道我们的恋爱并不是任其自然，而是以自身的技巧和其他动物有着明显差异的。很久以前，我在伦敦听说一个老绅士替他女儿买书的故事。他不好意思地问女店员：“这本书中没有谈性的吧？”女店员回答：“没有，这是一本恋爱故事。”这句话有它的寓意，大约在恋爱小说里都包含有不少关于性本能的事情。人类恋爱的神秘，是在那种单纯的本能上建立起来的、极其复杂微妙的感情建筑物。恋爱有魔术般的作用，常常会使一对天生自私、腼腆、粗野的男女，融为最亲密的一体；世人的冷淡或敌视、民族的憎恨以及对将来的不安等等，在他们眼中都

会消失殆尽。那种强烈的欲望，越过自私之墙，产生了高度的忍耐力。但，欲望只是暂时性的，怎样才能从人类那反复无常的本能中抽出永恒不变的纯粹感情呢？如果我们想获知恋爱的艺术，这个“欲望的净化”的问题，就是首先应该加以解决的。

2. 选择好恋爱的对象

为什么我们会在所认识、所遇到的无数男女中，唯独钟情其中的某一个人呢？这两种解释，而这两种解释却蕴含着相同的真理。

第一，青年时期非常容易陷入恋爱，虽然没有明确的对象，但那种朦胧的欲望，使我们产生愉快的期待之念。青年时期，男青年如果没有女朋友，他就在想象中塑造一个“理想的女性”；少女则往往对小说主角、潇洒的影星产生爱慕。所以说，青春是最强烈的媚药。歌德的《浮士德》中那个魔鬼说得好：“当你喝下这媚药时，将可在芸芸女性中，发现到你心目中的海伦。”于是你就处心积虑地设好圈套，战战兢兢地等待爱人的出现，唤醒无意中从“这里”经过的那第一个令你满意的人的爱情。在这种情况下下的偶然邂逅，有的会很幸运地结成幸福的夫妻；有的由于一时的欲望而接近，旋即发现彼此的不调和，甚至因而互相轻蔑，以恋爱始而以憎恶终。

男女的感情是很微妙的：平时木讷腼腆的人，也会一变而敢于向对方滔滔不绝地倾诉；男人，百

炼钢可以化为绕指柔，少女，也能化娇野为温柔。彼此眼神的交会，便能沟通无限的情意；肌肤刹那的接触，即可产生说不出的愉悦和温馨。此外，英雄扬威之时，固然是产生恋爱的好时机，但冷傲的态度，也可以隐藏自己身上的缺点而吸引异性。形形色色，无所不有，实在无法用理论来归纳说明。

第二，那有如“触电”般神思恍惚的一见钟情。希腊神话中说，原来的人具备男女两性的特征，后来造化之神把人从中一分为二，以后，被切离的两半都在互相寻求。在我们每个人的内心中，都有着一种在茫茫人海中找寻理想的异性的潜在意识，所以，到了青春时期，一旦在现实中发现了自己梦境中完美无瑕的“理想异性”，顿时神思恍惚以至忘我，那种美给我们以朦胧感；同时也由于对方优雅的谈吐，更使我们的的心灵得到充分的满足，因而更加深了对他(她)的爱情，以至死而无悔。他(她)们的声音，是最美妙的音乐；他(她)们的话语，是最动人的诗篇。这时，整个心灵充满了热爱和崇拜，只知道陶醉在幸福的憧憬之中。这种以崇拜为基础的恋爱，不论是灵还是肉，也都赋予了最强烈的欢愉。

还有一种是决意终身伴侣，这和前两种有区别，不是区别于偶然，也不是由于难以克制的感情，而是在不得不结婚的时候选择配偶。这样的男女为数很多。对这类人来说，在爱的艺术上有什么一般性的原则呢？简而言之，就是快、忍耐，尤其是幽默的气氛，很大程度上有助于夫妻间的和谐和幸福。

一般说来，女人与具有阳刚之美的男性结合，

较易幸福；男人则与温柔的女性结合，易得圆满。女人若是对和她一起生活的男人的气力和勇气不表赞美，而能感觉真正幸福的，似乎还没听说过；男人若是和所谓“女中丈夫”结合，而能获得最高幸福的，也是前所未见。另外，女人固然是渴望被保护的，但有时最柔顺的女人，也会在她所崇拜的英雄中，发现他的孩子气，而兴起保护的本能。这类事情，实在是非常复杂、奥妙。

在婚姻的实际情况下，出于偶然动机的居多，真正以“理智”来选择终生伴侣的实为罕见，这种场合，即使“本能”会犯各种错误，也比“理智”来得真切明显。“我们不必去考虑该不该爱的问题，爱情只宜于用感觉。”恋爱的发生和一切事物的发生一样，都属于自然的事业，渗进爱的艺术，是后来才有的事情，现在的艺术家用这些素材创作时，应该知道最初那瞬间的真貌。

3. 当爱情发生的时候

法国写实主义小说大师、《红与黑》的作者斯达尔在《恋爱论》一书中，对恋爱感情的发生有精彩的叙述：

一、所有恋爱的开始，都是一种冲动，不管是由于赞美引起的冲动，还是由于某种事件引起的冲动，都是在相互谅解下产生了欲望。所以，在托尔斯泰的《安娜·卡列尼娜》中，乌隆斯基一边走下火

车，一边仿佛梦幻似地想着：“卡列尼娜夫人实在太美了……她那样子看我，是什么意思？”

二、这种冲动，注意力容易集中在某一个人身上，当这个人不在眼前的时候，更加能促使恋爱的发生。所以法国近代散文家、批评家和哲学家阿伦说：“女性最大的媚力是当她姗姗来迟或不在眼前时。”这是因为使我们冲动的对象，假如经常出现在眼前，就立刻可以了解她(他)的弱点；反之，当你所钟爱的人不在眼前的时候，我们会用她(他)所有的长处和优点，塑造一个“理想的对象”。斯汤达尔把这种情况叫做“结晶作用”。经过这种“结晶作用”后的恋爱对象，与其本来的面目已经有了差异，变得更完美了。正因为如此，法国一位重要的小说家普洛斯特也说：“恋爱是主观的东西，我们所爱的并不是现实的人，而是主观所创造的人。”

三、经过第一次结晶作用后，再度相逢，这时，对于恋情已经没有任何危险的影响，因为这个时候，我们的冲动已达到顶点，当对方出现在眼前时，所看到的已经不是她(他)真实的面目，而是经过结晶作用后的面目。对方即使是平凡的谈吐、性情或者理智上具有某些缺点，都不会使我们在意。因为我们看到对方就觉得喜悦，这全然是出于心灵的作用。

四、停留在这种状态下的恋爱，无疑可以给我们欢乐。但是，炉灶中没有木柴就无法燃烧，这燃烧起来的爱的火苗，假如没有新的希望和追求不断地加以补充，帮助它燃烧，恐怕很快也会熄灭。一

个眼神，一次握手，稍为热情的谈话等等，都能帮助爱的火苗继续熊熊燃烧。

五、这种状态持续下去，彼此都产生了爱情，都怀着一种至高无上的美感，这自然是幸福的。但是，别以为这样已是万事大吉，可以高枕无忧了，假使那样，有时也会扼杀爱情。多数男女在刚开始恋爱的时候，怀疑心总是很重。所以，与其老是怀疑对方，不如以鼓励性的举止和冷淡的态度交换着使用为好，这对爱情的变化并没有什么影响。在某种情况下使恋人心怀不安，倒反而有着很大的功能，他（她）会从你的眼神、言语、举止等方面进行分析，寻找那层隐藏着的意义，检查自己究竟犯了什么过失而遭到冷淡。这些事情愈是得不到解释，越是可以助长他（她）对你的思念，加深对你的爱情。从不安产生的恋爱，往往竟会使你越陷越深。

六、所谓“媚态”就是这样产生的。骤然伸出诱惑的手，马上又缩回来，然后再伸出去，这样交替着游戏。为了唤起爱情，常常使用这种游戏，像小猫追绒线球似的，年轻的男人为了他倾慕的女人，常常就这样被捉弄得神魂颠倒。

七、但是，如果“媚态”过分了，那也会扼杀爱情。一旦他发现了她的这番游戏，他或许就因为深感苦恼而远离了她。

八、在进行这场“残忍”的游戏时，也要设法在冷酷的举止中挑起对方的希望，这样才能使游戏持续下去。不过，恋爱中是不是必须采取这种游戏呢？不。最聪明的男女，会因为爱情、亲切和相互的利

益而终止这种作弄人的故作媚态，而是用宽大的胸怀说：“因为我爱你，所以我会照你的话去做，我也乐于这样做。”如果对方确是足以信赖的人，彼此互信互爱，常常就可能产生甜蜜的恋情。

九、彼此产生爱悦的时候，是恋爱最快乐的时刻，这时形成了双重的结晶作用，只求能见对方一面，即使不说一句话，也不会觉得被冷落，因为这时，在彼此的心目中，都是理想化的“梦中情人”，这种状态如果能持之以恒，那确实是非常美的生活。

4. 爱人的与被人爱的

爱能够强求吗？男女接触一开始就必须有爱情吗？如果你付出的爱得不到回报，那么只要求肉体的快乐，那还不是来得十分容易的吗？在人类还没有进入文明社会以前，男人可以把自己中意的女人掠为己有，被俘的女性可以让士兵任意处置，因为生米已煮成熟饭，他已是她的主人了，或许对方也能使她满意。另外，在某些情况下，金钱和权势也曾在婚姻中担任极重要的任务。财富产生的爱，当然不是真正的爱，因为它毕竟是身外之物，不是恋人本身原有的东西。

对于个性比较强的人来说，这种强迫性的爱情，没有一点幸福可言。凡是人，都希望在婚姻中有所选择，而不愿意不容分说地屈服。前面说的做了俘

虏而成为妻子的，也只有自由意志的征服才能给她们快乐。只有在自由意识下，疑惑、不安等等才能成为优美的爱情的泉源。后宫美女虽有天姿国色，但不能激起我们的爱情，因为她们是被囚之身。

爱情令人苦恼，也有它的欢乐。我们为了讨好所爱的女性，所做的一切，不完全是欣然而往的吗？你认识她的时间也许很短，但却朝思暮想着怎么向她表白自己的心意，虽然如此，你仍然甘于品尝这种苦闷和烦恼的滋味，因为你认为她有这样的价值。

青少年常有迷恋女演员的情况，她们扮演的角色美化了她们，青少年或被她们舞台上的美妙歌喉吸引，或为她们高雅的气质沉醉，其实，她们不一定真正具有那些优点。我们只看到五彩的灯光照射下的动人脸庞，并不知道她们的年龄以及隐藏在脂粉下的皱纹；我们没有和她们一起生活过，无从了解她们的虚荣心或泼辣劲。拜伦说过：“为所爱的女人而死，远比与她们共同生活容易得多。”人就是这样，对于没有接触过的人，容易产生崇拜心理。崇拜小说家的女性，大概就因为，她们以为作者的个性跟他书中的男主角一样完美无瑕，却不知道那位作家也许说话结结巴巴、生活邋遢、骨瘦如柴，是一个其貌不扬的生就一副棺材脸的人。

然而，为了成全恋爱，是不是不必让对方了解我们的思慕，而等待对方来向我们求爱呢？不，因为这种精神的恋爱，虽然开始的时候很美，很有诗意，但毕竟不可能持续到最后。在走过这愉快的羊

肠小道之后，必须达到目的地，不能始终在旷野中徘徊，恋爱在旷野中是容易酣睡的。

5. 求爱种种

为博取异性欢心而采取的行为或手段，叫做求爱。兽类在交尾期也有求爱的举动。以下我们把一切生物——从低级生物到人类——最常见的引诱异性的方法，做一个简要的叙述。

一、装饰品 装饰品是吸引异性注意的主要道具之一。夜光虫和萤火虫在黑暗中放出光芒，作为向异性同类求爱的信号；女士也以典雅或新奇的服装，来供男士们挑选。几乎所有的少女都有寻求悦己者的内心倾向，只是方式不同而已。愚蠢的少女追求鲜艳华丽的服装；聪明的少女则寻求更具有永久性的美妙的魅力。年轻女性大都追逐时尚，也不外乎是为了吸引异性的注目。正因为不断涌起的这种欲望，所以，珠宝商、时装店、西服店等，才得以生活。

二、显示才干 这是做事情的时候故意显示出自己比别人高明、出色、勇敢，以博取异性欢心的方法。恋爱中的男人都会努力炫耀自己的才能，卖弄的题目花样繁多。鸟类中也有一种鸟，经常在它的“情人”面前潜入水中，从水底衔出水草，奉献给情人。许多小说是作者为他所动心的女性而写的，从书中可以看出作者感情的画像，几乎所有的女性

家，都在他的旋律中注入了自己的希望或感叹。

恋爱时，男朋友漂亮的身手，确实具有很大的吸引力。聪明的少女或许能抵抗他的吸引，但愚蠢的少女则认为他是很体面的恋人，而产生从情敌或朋友手中夺取过来的念头，这是一种很复杂的感情，它既是虚荣心的表现，又怀有着对其他女性眼光的震动，同时还有一种微妙的渴望在情场交锋中争取胜利的欲望。

女人具有极强烈的安定欲，所以希望找到一个坚实的支柱。战争时，她们等待戴着“头皮颈饰”（印第安人的战胜标帜）的英雄；和平时，则寻求英才或财富。而礼物便是恋爱中的男人证明自己能力的手段。有些动物也像人类订婚时一样，企鹅会送光亮的石子给“爱人”，似乎以此象征它的财富；雄金翅雀则送树枝或叶子给雌鸟；燕子如同女人，选择雄燕时首先就考虑到了“巢”的问题。

三、赞美 这也是一种礼物。几乎所有的恋爱诗都由赞美或感叹的词句构成。感叹的词句或许能感动对方，但容易令人腻烦，而赞美，则可使任何人都感到喜悦，因为不论男人、女人，甚至非常傲慢的人，都为某种“复杂的弱点”烦恼着，如怀疑自己的魅力，怀疑自己精神方面的优点。一个人总有些优点，也因此才会被人爱上，而自己竟不知道或者认为它无关紧要——现在，竟在所爱的异性口中说了出来，当然会私下感到快悦。有些羞怯或忧郁的女人，由于受到赞美的温暖，就像花朵受到阳光的照耀，突然明朗起来。