

处在痛苦中的人没有悲观的权力——

尼采如是说



中国友谊出版公司

处在痛苦中的人没有悲观的权力——

尼采如是说

0621/21

(京)新登字191号

书名	尼采如是说
原著	(德)尼采
编者	林郁
出版	中国友谊出版公司
发行	中国友谊出版公司
经销	新华书店总店北京发行所
印刷	北京百花彩印有限公司
规格	850×1168mm 32开本 97千字 5.25印张
版次	1993年3月第1版
印次	1993年3月第1次印刷
印数	1—8000册
书号	ISBN 7-5057 0455-9/G·34
定价	4.20元

DG 21/21

目 录

第一部 为了生存

- 3 1、幸福中所必要的
- 7 2、不屈不挠的勇气
- 12 3、精神的三种变化
- 19 4、回复自我
- 27 5、不会脱皮的蛇即将死亡
- 33 6、有关读书
- 38 7、关于恋爱与结婚
- 42 8、爱小孩们们的世界
- 45 9、伟大——是指引他一个正确方向
- 53 10、未来的人性
- 56 11、所谓“哲学家”
- 60 12、走出第七个孤独
- 66 13、从苦恼到爱
- 76 14、我不是普通人，我是一颗炸弹

第二部 为了思考

- 83 1、献给不可知的神
- 88 2、人类是一条高悬于深渊的绳索
- 95 3、生活的收获是生活
- 100 4、如何阅读历史
- 106 5、虚无主义 (Nihilism) 或现代史
- 111 6、基督与基督教

116	7、善良者通常是一个终点的发端
125	8、我们对艺术的感谢
133	9、瞧瞧这个人
137	照片所显示的尼采传记
159	尼采的简略年谱
161	引用原典简语表
163	后记

第一部 为了生存

或许这就是生命最迷人的地方。用一块镶上金框的面纱遮盖自己的脸庞，面纱里却藏着承诺、反抗、谦恭、调整和诱惑——唉！生命犹如一个善变的女人！

《知识》第339节

在我心中，只有生命为我所爱！

——尤其是我最恨它的时候，也正是我最爱它的时候！

《舞曲》（选自《查拉I》）

1. 幸福中所必要的

幸福中所必要的，说起来实在很简单！不过是一个风笛所发出的声音罢了。

——一生中若没有音乐，那将是一项严重的错误。在德国，连神都在唱歌娜！

《偶像·箴言和箭》第33节

我要创造所有美的东西！除此之外，我别无感谢的方法。唯有这种方法，才能表达我对美好事物的钟爱。

《瓦格纳事件》第1节

不必在意一日的长短——只要你在这段时间内有着多采多姿的生活，你将发现，有一百个口袋可用于填充它们。

《人性的·上》第529节

人类的生命，不能以时间长短来衡量，心中充满爱时，刹那即永恒！

——真的是不能以时间长短来衡量的。

《查拉时代遗稿》

生存是什么？生存是——不断地从我们身上排除任何会趋向死亡的东西。

生存是——对即将就木的人、可怜的人和年老的人毫不留情。

也就是一种持续的谋害。

《知识》第26节

最可喜的是能够永远、且真正地活着。

但一般人即使得到永生，也只不过是“活着”罢了，并未具有特别的意义！

《人性的》第408节

要死得其所——查拉图斯特拉是如此教人的。

事实上，那生不逢时的人，怎么可能死得其时呢？最好是别让他出生！

——我对多余之人如此相劝。

《自由而死》（选自《查拉 I》）

要想体认一切存在之最大价值和最高享受的秘诀就是——活在危险之中。将你们的城市建筑在维苏威火山（Vesuvius）的山坡上，将你的船驶入浩瀚无涯的海域！与你的对手抗衡，甚至处于自我交战的状态中！若是不能成为统治者或主人，不妨做一个掠夺者或征服者。当你裹足不前，像胆怯的小鹿躲藏在森林中时，时光将弹指而过。

《知识》第283节

最重要的操守——小不忍则乱大谋。如果你今天没有一件事是可以忍着不去做的，那么今天将是失败的一天，而且很可能危及明天。如果你希望成为一名支配者，

这种操守是不可或缺的！

《人性的·下 I》第 305 节

每天的经历——你每天的经历是由什么构成的？看看你经历中的那些生活习惯——它们是不是由无数懦弱与怠惰所产生的结果？或者是你的英勇与卓越理性的产物？

即使两者有极显著的不同，这并不影响别人对你的赏赐，或你施予别人实际利益的价值。

但是这种赏赐、利益、名声，或许可以满足那些只求心安理得的人，欲无法满足你这“缰绳的试验者”、有“良知自觉”的人！

《知识》第 308 节

一种安静与静观——请特别小心，勿使你的安静与静观，变成了肉店前面的狗儿一般。不要有如狗儿一般，恐怖使你不敢前进，欲望使你不愿后退。同时，勿显示出目瞪口呆的样子。

《人性的·下 I》第 47

你们所能体验到的最伟大事情是什么呢？那便是非凡的轻蔑。是时，你们甚至会对自己的幸福感到厌恶，而理智与道德亦然！

《查拉·序》第 3 节

你认为自己是自由的吗？

我希望听到的是你所拥有的思想，而非你摆脱枷锁的佳音。

“你从何处获得自由？”那与查拉图斯特拉有什么关系呢？而你的眼睛已明白地告诉我，为何而求取自由！

《创造者之道》（选自《查拉 I》）

请相信我！最重大的事，不是最喧哗的，而是最静默的时刻。

这个世界不会绕着发明新噪音者旋转，而是绕着发明新价值者……默默地旋转。

《大事件》（选自《查拉 I》）

2. 不屈不挠的勇气

不屈不挠的勇气——一个人如果未能对自己的工作感到不屈不挠，那他绝不是一流的艺术或科学家。——唯一的例外是讽刺家也是思想家，他在看过世界和历史后说：“神就没有这份勇气，祂把所有的事物做得生动有趣，而且祂的确也做到了。”

《人性的·下 I》第 25 节

——要尝到深井泉水的滋味是很费时的。

他们必须等待很久，才能获知藏在地底深处里的内涵是什么！

《市场之蝇》（选自《查拉 I》）

四分之三的力量——如果一位作者想写出一本美好且健康的作品，他必须切记只须使出四分之三的力量就够了。

相反的，作者使出全力所写出的作品，不仅会让读者感到兴奋，且会由于紧张，而陷于不安。

所有美好的东西，多少有点懒散的特质，好比一头母牛躺在牧场一样。

《人性的·下 I》第 107 节

从容不迫——无法想象一个人生下来精神就已经成

熟了。当他完成作品之后，便像秋天黄昏的落叶坠落于地。希望他不要被性急的渴望，勉强地写出他无法胜任的作品。

所有的创作都是罪恶的，只会显出作者的羡慕、嫉妒、野心罢了！对读者而言，这些作品往往不如昔日的作品——想成为卓越的作家，唯有先成为比“生产性人类”更高一级的人。

《人性的·上》第201节

消化这件事，于健康上，非有一种怠惰不可。

同一道理，想消化体验也必须如此。

《查拉时代遗稿》

像面包这种东西，可以中和并掩盖其他食物的味道，所以在费时颇长的餐宴上，非得有它不可。一位艺术家如果没有这种东西，只是不眠不休地做下去，他就会感到厌倦，并且产生反感，其结果会使他无法像长时间的餐宴般持续下去。

《人性的·下I》第98节

对于思想者和具有创作天才的人而言，无聊是一种不愉快的“平静”，但却也是通往快乐之途的前导。他必须忍受它，必须等待它可能带来的影响——这是缺乏此中热情的人所无法体验的！

• 想驱走无聊是十分平常的，就像人们对一些毫无乐趣的工作早已司空见惯似的。就这点而言，亚洲人是在欧洲人之上的，因为他们较能做到沉着稳重，就连麻醉剂对他们的作用，都是缓慢而需要相当的耐心。这与作

2. 不屈不挠的勇气

用突然而令人不愉快的欧洲人的烈酒大不相同。

《知识》第42节

正午，一个历经人间冷暖的灵魂，处在人生的正午时，无不企求能有一个极其安静的环境——四周一片寂静，所有的声音都远远离去，太阳在正上方照耀着。在肉眼无法见到的森林里，牧神正在草地上安睡。万物与之共眠，牧神脸上流露出他那永不改变的表情——至少它——这一个灵魂——是这么认为。

它不奢求什么，也不思虑什么，它的心脏早已静止了，只有眼睛依然雪亮——一个睁大眼睛的死人。

这个人看到很多东西，在他眼中所有东西都镶在一面光亮的网里，仿佛埋葬在网子的深处。他感觉无比的幸福，且是他自己无法承受的那种太过奢侈的幸福。

长满树木的森林中，吹起了徐徐的凉风。正午过去了，他又回到真实的生活当中，回到毫无目的的生活中。伴随着生活的有愿望、欺骗、遗忘、享乐、否定和无常等。

傍晚降临，大地吹起了仿佛早晨的凉风，一切活动也渐渐停息——

这一个活动性很强的人，开始想认知自己。病痛和死亡逐渐逼近他，然而他却一点也不恐惧。

《人性的·下I》第308节

你们觉得粗活和一切新奇的东西都很可爱。你们受够了自己。你们拼命地工作，却只是自我逃避罢了！如果你们能信仰生命，就不会自弃于一念之间了！

《死亡的说教者》（选自《查拉I》）

活跃者主要的缺点——活跃者一般都只从事与自己毫无关系的工作。我之所以这么说，是基于其个人的立场而言。即使他们是公务人员、商人或学者之一，他们的工作往往和特定的个人，也就是他本人，是毫不相干的，他们并未致力于本身的修养工作。

不论是在任何时代，就是今天也一样，我们可以将人类分为奴隶和自由人。换句话说，除非一天里有三分之二的时间是属于你个人所有，否则不论你是政治家、商人或公务人员，都只不过是一名奴隶罢了！

《人性的·上Ⅰ》第238节

现代人的焦虑——愈往西方走，现代人的焦虑愈趋严重。是以，在美国人的眼里，欧洲人都是喜欢宁静并且有条不紊的。事实上，欧洲人的生活犹如蜜蜂或蜂鸟一般繁忙。在繁忙的生活压力下，高等文化的果实，犹如季节的转换般过于迅速，以致无法开花结果。活跃者，也就是那群一直无法静下来的人，他们的高声疾呼，并未能使情况稳定下来。所以我说——静观乃现代人最必要的修养。

《人性的·上》第285节

世界弥漫着焦躁不安的气氛，因为每一个人都急于从自己的枷锁中解放出来。

《反时代的Ⅰ》第5节

现代人是快乐地生活在三M当中的奴隶——Moment（瞬间）、Meinungen（舆论）、和Mode（流行）。

《反时代的Ⅰ》第6节

2. 不屈不挠的勇气

舆论——是个人不加思索的盲从。

《人性的·上》第 482 节

自己的意见——当别人问及你所不熟悉的事，你们所说出的每一句话，事实上不能算是你自己的意见。这些只是你为了顺应自己的阶级、地位和个性，所说出的一些外交辞令罢了！

“自己的意见”这种东西，一般是不会轻易表达出来的。

把舆论当真的人，就是那种把双眼遮盖住又戴上耳塞的人。

《人性的·上》第 571 节

想跟世论一般思想的人，等于蒙蔽自己的眼睛，塞住自己的耳朵。

《反时代的 I》第 2 节

孤独的人说他要将自己从世上那些疲倦、情绪不佳、无聊的工作中解放出来，重返自然的怀抱。殊不知那些建筑完全封闭住的内心堡垒的人，往往是心灵的破坏者。他将永远无法享用涌自心灵的生命之泉。

《人性的·下 I》第 200 节

3. 精神的三种变化

我将告诉你们有关精神的三种变化——精神如何变成骆驼，骆驼又如何变成狮子，最后狮子又如何变成儿童。

有很多重责大任是要让那些心怀崇敬、坚忍不拔的人来负担的。这些人以追寻重大责任、且是最重的大任，来表现出自己的精神。

“什么是重责大任？”这个有担当的精神问道。然后，如同骆驼般屈下膝来承受一切。

“英雄们，还有什么重责大任吗？”这个有担当的精神又问道：“都让我来承担吧！也好让我的力量能够充分地发挥出来。”

唯谦卑足以克制高傲，唯大智若愚足以嘲弄智慧，是否就是这样呢？

或者是要我们舍弃那已获胜的主张，登上高山之顶，去挑逗诱惑者？

或者只要是真理之水，尽避它污秽，也要纵身跃入？无论是美丽的青蛙或是丑陋的癞蛤蟆，我们都要包容不弃？

或者是要爱那些轻蔑我们的人，并且要和那些可怕的恶魔握手言欢？

有担当的人自己承担了这些重责大任，面向自己的荒漠急趋而去，犹如一头满载重负的骆驼，急步迈向荒