

● 商务新知译丛 ●

The Examined Life: Philosophical Meditations

经过省察的人生

——哲学沉思录

〔美〕罗伯特·诺齐克 著



商务印书馆

◎ 商务新知译丛 ◎

The Examined Life: Philosophical Meditations

经过省察的人生

——哲学沉思录

〔美〕罗伯特·诺齐克 著

严忠志 译
欧阳亚丽

商务印书馆

2007年·北京

图书在版编目(CIP)数据

经过省察的人生:哲学沉思录/(美)诺齐克著;严忠志等译. —北京:商务印书馆,2007

(商务新知译丛)

ISBN 978-7-100-05398-3

I. 经… II. ①诺…②严… III. 哲学思想—美国—现代 IV. B712.59

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 022739 号

所有权利保留。

未经许可,不得以任何方式使用。

商务新知译丛
经过省察的人生
——哲学沉思录

〔美〕罗伯特·诺齐克 著

严忠志 欧阳亚丽 译

商务印书馆出版
(北京王府井大街 36 号 邮政编码 100710)
商务印书馆发行
北京市白帆印务有限公司印刷
ISBN 978-7-100-05398-3

2007 年 11 月第 1 版 开本 650×1000 1/16
2007 年 12 月北京第 1 次印刷 印张 18½
印数 5 000 册

定价:30.00 元

鸣谢

本书历经多次修改,我非常感谢朋友及家人的评论和鼓励。尤金·古哈特、比尔·普卡以及史蒂文·菲利普斯通读了手稿的几次修改稿,并且提出了大量非常有益的评述和建议;埃米丽·诺齐克和大卫·诺齐克一直对本书的写作表示关心和充满兴趣;西拉里·帕特南、西塞拉·博克、哈洛德·戴维森,以及罗伯特·阿萨西纳在各个阶段都提出了有益的评论或告诫。我的妻子耶尔特鲁德·施纳肯贝格为本书和我提供了营养。

本书的写作始于1984-1985年——哈佛大学给了我一年学术休假——间在亚多度过的1个月中,前后共用了4年;它完稿于另一次休假期间——承蒙在罗马的美国学院资助,我于1987-1988年在罗马度过一年。这一项目的缜密思考始于1981年。初期的思考承蒙约翰·M. 奥林基金会的资助,中期的承蒙萨拉·斯凯夫基金会的资助,后期的写作承蒙美国国家人文基金会的一笔研究员基金的支持。在塞尔贝罗尼别墅和位于贝拉吉奥的洛克菲勒基金会研究中心逗留期间,我对手稿进行了大量修改。我对以上机构提供的帮助深表谢意。

目 录

鸣谢	1
第一章 导言	1
第二章 死亡	10
第三章 父母与子女	18
第四章 创造	24
第五章 上帝的性质,信念的性质	36
第六章 日常生活的神圣性	44
第七章 性	49
第八章 爱的纽带	56
第九章 情感	74
第十章 幸福	86
第十一章 关注的焦点	104
第十二章 活得更真实	113
第十三章 无我	126
第十四章 态度	135
第十五章 价值与意义	146
第十六章 重要性与分量	154
第十七章 实在的矩阵	165
第十八章 黑暗与光明	187
第十九章 神学解释	199
第二十章 大屠杀	218
第二十一章 觉悟	225

2 经过省察的人生

第二十二章 给予一切事物以应有的地位	235
第二十三章 何为智慧,哲学家为何如此爱它?	249
第二十四章 理想与现实	260
第二十五章 政治的 Z 字形运行轨迹	267
第二十六章 哲学人生	277
第二十七章 青年哲学家的肖像	283
姓名索引	284
译后记	286

第一章 导 言

11

我希望思考生活,思考人生的重要问题,以便梳理我的思绪,梳理我的人生脉络。人们——我也是如此——往往依赖自动引导,依据自己过去形成的观念和目标行事,在此过程中仅仅进行微小的调整。毫无疑问,以某种不加思考的方式,追求原来制定、以相对而言未加修正的形式出现的目标,这样做具有某些益处——就追求目标或效力而言,这是一种长处;但是,我们青少年阶段或年轻时对世界的认识并不完全成熟,如果以它来指导自己的生活,也有不足之处。弗洛伊德有力地描述了幼年时期出现的强烈的、挥之不去的影响,说明了儿童的充满激情的愿望、不足的理解力、受到抑制的情感环境、有限的机会、数量很少的应对策略是如何影响其成年的情感生活,并且持续发挥作用的。这样的情况(至少可以说)是不尽如人意的——它一直受其幼年时代的左右,其情感没有半衰期,时效法在此只有在十分费力的情况下才能得以援引,你会设计出这样的智慧物种吗?类似的情况对青年时期也适用。年轻人认为自己无法获得足够的知 12 识去确立或认识生活的总方向——这样说并非是对他们的贬低。假如在人生进程中学习不到任何重要的事物,那将是令人感到悲哀的。

哲学家们发现,人生或生活并不是那种经过探讨可

以给人很多回报的题目。给我们需要解决的难题或需要阐释的悖论,给我们带有足够角度或倾向性看法的尖锐问题,给我们可以斡旋其间或进行修正的复杂的思想结构,那么,我们就能以明确方式描述出理论,就能运用有敏锐洞察力的原则去得到令人惊讶的结果,就能去玩智力 8 字游戏,所有这些同时又能符合明白无误的成功标准。但是,对人生的思考更像对其进行仔细研究,由此得到的更完整的认识并不使人有手握接力棒冲过了终点的感觉——它只是使人觉得自己更成熟了。

对人生的哲学沉思描绘出一幅肖像画,而不是提出什么理论。这幅肖像画可能由理论性片段——问题、特征、解释等——构成。为什么幸福不是唯一有意义的事物?永生是怎么样的,其意义何在?继承性财富是否应该遗留给许多代人?东方的觉悟学说是否有效?创造性是什么,人们为什么推迟令人期望的计划?假如我们从不具有任何情感,然而却有快乐的感觉,我们会缺失什么?纳粹策划的大屠杀是否改变了人类?当人主要关心个人财富和权力时,什么出现了倾斜?信仰宗教的人能否解释神灵允许邪恶存在的原因?在浪漫爱情改变人的方式中,什么尤为宝贵?智慧是什么,为什么哲学家们对它深感兴趣?从理想与现实之间的巨大差距中,我们会得到什么启迪?某些存在之物是否比其他存在之物更真实,我们自己能否变得更真实?但是,将这些零零星星的理论连接起来却会构成一幅肖像画。想一想你面对一幅肖像画——例如,一幅出自拉斐尔、伦勃朗或霍尔拜因之手的作品——然后让它存在于内心时的情景。再想一想欣赏肖像画的方式与阅读对某个人的客观描述——或者阅读普通心理学理论——的方式之间的差异。

在省察人生的过程中获得的认识本身会逐渐渗透到生活之中,引导它的方向。亲历经过省察的人生就是创作一幅自画像。伦勃朗在他晚年
13 创作的自画像上注视着我们,他不仅是一个拥有这样的眼光的人,而是一个用这样的眼光观察人世、审视自己的人,是一个具有这种勇气的人。我们看到他在审视自己。他也用坚毅目光注视着我们——我们看着他用同样的目光审视着自己;他的神情不仅向我们展示他审视自己的行为,它也耐心地期待我们以同样诚实的方式去审视我们自己。

为什么没有哪一张人像照片能够具有肖像画所拥有的深度呢？这两样事物体现了不同数量的时间。人像照片是一种“快照”，无论被拍摄的人是否摆了姿势都是如此；它显示一个特定的瞬间，显示这个人在那一瞬间的外貌，显示出他的表面所呈现的事物。然而，在描绘肖像画所需要的长达数小时的时间里，被画对象显示出不同的品质、情感和思想，所有这一切都以不同的亮度展现出来。画家结合对这个人的不同的朦胧感觉，在这一点上选取不同的侧面，在那一点上使人物的肌肉更紧张一些，在这一点上表现出闪光，在那一点上使线条显得更有深度，以此形成以前从未同时表现出来的不同的画面层次，最后创作出一幅更加完美、更加具有深度的肖像画。肖像画家可从瞬间呈现的一切表象中挑选一个微小侧面，将它结合进最后的作品之中。摄影师可能会试图复制这种效果——从不同时刻拍摄的面部照片中找出一些侧面，然后将它们分层堆积，组合起来；许多这样的微小选择最终能够形成一张在深度上可以与肖像画媲美的照片吗？（只要能找出与高度控制的照片制作过程形成对比、对绘画而言特殊的事物——例如，找出油彩的特殊色调所形成的效果，找出应用和构成这种油彩的不同方式的具有质感的共同作用所形成的效果——这样的实验值得一试。）但是，在面对被画对象的数小时的过程中，肖像画家逐渐认识了可见表面没有显示的事物——这个人的言辞、他待人接物的方式——因此增加或强调某些细节，进而使深层因素浮现出来。

肖像画家在一段时间里将注意力集中在一个人身上，从而使其在刹那之间形成一种在场，但是这样的在场在那一瞬间却无法被完全记录下来。与照片相比，绘画浓缩更多时间，因而在欣赏肖像画时需要——并且希望——使用更多时间，让画中的人物形象呈现出来。我们在记忆中回想我们见过的人，其方式或许更像绘画——而不像在转瞬之间获得的照片——由此构成的综合形象包括我们在许多小时的观察中挑选的细节；这样看来，画家利用更多的技巧，更多的控制行为，从事了我们的记忆 14 力以自然的方式所做的工作。

浓缩性也是小说——与电影相比而言——能够到达的丰富性、深度和关注的敏锐性的基础。面部表情的一种突出神态可以在排除其他神态

的情况下,用文字加以描绘——形象化的眼光可以摄取同时呈现出来的所有神态,作家能够将这些选取出来的突出神态组合起来,构成丰富的质感。除了细节的浓缩之外,随着小说作者在连续修改的过程中将语句重构为更具匠心的作品,思想本身也被浓缩了。但是,对影片的编辑只是将已经存在的不同的连续镜头组合起来——正如许多人强调的,通过组合在不同时刻、从不同角度拍摄的特写镜头和连续镜头,电影也可以取得浓缩的效果。

不过,很可能出现的情况是,形成小说内容的构思行为所用的数年时间会使小说——在此请考虑一下杰出的 19 世纪小说——具有比电影更丰富的神韵。在提炼语言的过程中——如贝克特的创作所示——也需要进行思考,需要付出艰辛的努力;这种朴实本身就促进了对关注的极大强化。我在此并不是暗示这种脑力劳动价值理论;它侧重“富有思想的生产时间”,但却忽视在才华或灵感方面的差异。我也不是要否认存在着经过导演多年缜密思考的具有丰富神韵的影片——黑泽明的《乱》、伯格曼的《芬妮和亚历山大》是最近出现的两例。此外,在所有其他因素相等的情况下,投入的专注思考越多,它的结构就越好,意义也越丰富。生活的情形也概莫能外。

15 人生的活动因为省察而变得充实,而并非只是受到它的影响;当人生的活动渗透着高度反思的结果时,其品质就出现了变化。在省察所产生的理由和目的的等级结构之内,它们得到不同的阐释,那些被放弃的备选项也是如此。再则,由于我们可以将人生的组成部分——包括它的活动及追求——视为构成模式的因素,当诸如反思这样的新的、明显不同的部分被添加进去时,便形成了一种新的总体模式,这种情形类似于将新的合适的科学数据补充到一条曲线上。以前的科学数据点这时被视为构成新的曲线或方程的要素;在这种情况下,原有的组成部分便以不同的方式得以认识和理解。因此,省察和反思并非仅仅与人生的其他组成部分有关;它们被添加到人生之内,与其他组成部分并存,而且通过它们的在场,形成新的总体模式,改变对人生的每一部分的认识方式。

只有为数不多的著作能够阐明让成年人——我指的是完全成熟的

人——相信的知识。映入我脑海的是亚里士多德的《伦理学》、马可·奥勒利乌斯的《沉思录》、蒙田的《随笔集》，以及塞缪尔·约翰逊的散文。即便在阅读这些著作时，我们也不会简单地全盘接受作者的观点。严格说来，作者的声音并不是我们自己的，作者的生活也不是我们自己的。不管怎样说，如果我们发现另外一个人所持的观点与我们的完全相同，对具体事物的感受与我们的类似，对重要问题的评价与我们的如出一辙，那将是令人困窘的。尽管如此，我们仍然可以从这些著作中获益，在它们的启迪下对我们自己进行评价和反思。这些著作——还有一些看似不太成熟的作品，如梭罗的《瓦尔登湖》以及尼采的著述——邀请或督促我们与它们一起思考，使我们自己的思维得到扩展。我们的生活与这些著作所描述的并不完全相同；但是，阅读它们却使我们的人生产生变化。

尼采让他笔下的查拉图斯特拉说：“这是我自己的方式，你的方式在哪里？……独一无二的方式是不存在的。”虽然我确实也在思考我们为什么渴望知道它，但是，我并不主张像尼采这样，认为独一无二的方式并不存在——我只是不知道。尽管如此，本书所做的一切旨在以尽可能开放、诚实和富有思想的方式提出我对人生的看法。然而，我也要问——不仅在这一章中，而且在贯穿本书的各章中——你的是什么方式？或许，这个问题听起来显得好斗，就像在提出挑战：如果你不赞同我的观点，请提出更适当的观点吧！从本质上讲，这样做收回了我的只是提出一种方式的主张。但是，我是以一个同时代的人的身份来提出这个问题的——我在学识和价值方面的所知有限，在自己能够区分和界定的意义方面能力有限，而且我希望向他人学习。我的思考并不旨在得到你的赞同——姑且暂时将它们置于你自己的反思之列吧。

我并不是像苏格拉底那样，宣称没有经过省察的人生是不值得度过的——这未免过于苛刻了。不过，当我们用经过自己深思熟虑的想法来指导生活时，我们所过的就会是我们自己的生活，而不是他人的生活。就此而言，没有经过省察的人生并不是以如此充实的方式度过的。

经过省察的人生利用人能够运用的一切，对人进行彻底的塑造。如果 16
如果我们不了解符合并且实现这些关于人生的观点的人的情况，我们就难

以确切把握这个人提出的观点的要旨。因此,我们需要接触这个人——在柏拉图早期对话中出现的苏格拉底的形象、福音书中的耶稣的形象、以他自己的声音侃侃而谈的蒙田、以自传方式表达观点的梭罗、身体力行的释迦牟尼。为了评价其言,我们就得评价其人。

自柏拉图以来的哲学传统一直试图为伦理学提供理由,其方式是说明按照伦理行事会给我们带来或增加幸福。为了证实这一点,人们首先得认识人生的要旨,然后借此描绘符合道德准则的行为所起的作用和所具有的重要性。我的沉思也从与伦理考量具有一定距离的方面入手;在人们不再急切需要帮助的时代,从伦理学中提取某些理念,这有利于使我的观察超越就人们忙碌之事提出补救办法的做法。但是,当伦理学在本书的后面出现时,它所占比重非常小——在那之前的讨论一直受到它不在场所造成的影响。假如一本关于人生的著作类似于具有透视技法的画作——重要的题目在前景中加以突出,每一要素都拥有符合其重要性的比例或地位——它可能更为恰当。读者在接近本书尾声时将不得不回顾前面内容,根据后面出现的伦理学对其重新加以审视;更确切地说,读者就像在画作中漫游,进入了背景,此时转过头来,从这个新的、非常突出的角度来观察早些时候看到的景色。

我此时此刻反思人生中什么事物是重要的这个问题,我所依据的只有自己目前的认识,它在某种程度上源于我对他人认识的理解;毫无疑问,这是会改变的。一个人在著书立说、拓展他人的见解时,得体的做法难道不该等到自己的思想臻于成熟之后——甚至打算在自己死后——才让它出版面世吗?但是,这样的思想有可能在其他方面有所降低,例如在活力或生动性方面。他人的临时表达,正在成形过程中的思想,这些事物都可以促使我们进行思考。

我们不愿意抱守任何特定的认识不放,不愿意让自己禁锢在其中。对论者而言,这一危险十分突出——在公众或他们自己看来,他们很可能
 17 认同特定的“见解”。我本人曾经撰写了一本在观点上别树一帜、我现在认为显得严重不足的政治哲学著作——我在本书后面的讨论中将会就此有所评论——因而心里尤其清楚沿袭或逃避思想感受的难度。有的人在

交谈中常常要我继续或坚持我在年轻时所持的“自由主义的”见解，虽然他们自己对它加以排斥，而且很可能希望以前根本没有人提及它。在某种程度上，这可能是因为人的心理经济性——我在此所谈的也包括自己。我们一旦将人分类，并且了解了他们的意思，就不喜欢那些要求我们重新理解它们、对它们进行分类的新信息；而且，当我们已经为它们花费了许多精力时，我们就会讨厌它们强迫我们花费更多精力的做法！我最好还是——颇为悲哀地——认识到，这些沉思也可能施加具有阻碍作用的吸引力。

但是，我希望自己在此提出的并非完全都是见解。我在年轻时曾认为，对每个题目都拥有自己的看法都是重要的：安乐死、最低工资立法，下一次美国棒球联盟冠军的得主是谁？萨科和/或者范塞蒂是否有罪？——凡是你想到的我都能说上几点。当年，在我遇到有人表述的观点涉及我从未听说的题目时，我也会感到有必要就此形成自己的看法。现在，我发现自己可以非常轻松地说，我对某个问题没有什么看法，而且也没有必要——即使在该题目引起激烈的公众争议时也是如此；所以，我现在对自己当年所持观点感到茫然。严格说来，这并不是因为我原来固执己见；我当时对改变观点的理由持开放态度，而且我也并未试图将自己的观点强加于人。我当年对事物一定得持这样或那样的观点——我“喜欢表达见解”。或许，对年轻人而言，见解是特别有用的。哲学也是一个似乎鼓励人们表示见解的学科——关于自由意志、认识的性质、逻辑学的地位以及其他问题的“见解”。但是，在本书的沉思中对有关问题加以缜密思考就足够了——甚至有可能更好一些。

我在此关注的是我们的完整存在；我希望表达对人的完整存在的看法，希望从我自己的存在的角度来阐述看法。我将讨论这些问题的意义：我们的存在的组成部分是什么、所谓的完整是什么？柏拉图将灵魂分为三个部分：理性部分、勇气部分以及欲望或爱好激情。他将这三个部分排18序，认为在和谐的人生——也是最好的人生——中，理性部分统治着其他两个部分。正如人们所熟知的，弗洛伊德提出了两种具有不确定相互关系的划分方式：一种将人自身分为自我、本我和超我，另一个将意识方式

分为意识的和无意识的(而且也是前意识的);心理学家们近年来提出了可供选择的划分方式。有的论者认为,存在着一种自我的想象部分,人们难以轻易用理性的方式,对它进行线性定位。东方的观点讨论了分层的能量中心和意识的各个层面。甚至自我也有可能证明仅仅是一个特殊结构,是我们的整体存在的一个部分或侧面。有的论者认为,存在着一种精神的部分,它高于其余的所有部分。

如今在哲学领域中出现的局面是,同样的部分在发言和倾听,理性的的心灵对着理性的的心灵述说。它并不囿于仅就其自身发表看法——它的主题可以包括人的存在的其他部分,以及宇宙的其他部分。但是,讲话的主体和客体、发言者和受众两者都是心灵的理性部分。

当然,哲学史表现出一种更为多样化的特征。柏拉图说明并发展了抽象理论,但是他也谈及在记忆中挥之不去的、使人产生联想或回忆的神话,谈及分离开来的残缺灵魂。笛卡儿将其最具影响力的著述植根于当时天主教的沉思冥想的实践之中;康德表达了他对两种事物的敬畏,“星光闪耀的天国和内心深处的道德律”。尼采和克尔恺郭尔,帕斯卡和柏罗丁,这个名单可以继续开列下去。然而,当下对哲学的占支配地位的观点已经被“净化”,以便脱离理性心灵(只)与理性心灵交流的传统。

这一经过净化的活动具有真实和持久的价值——我希望我的下一本书将要探讨这一更为朴素的美德。然而,没有什么压倒一切的理由将所有哲学都局限于此。我们原本是作为希望思考事物的人来探讨哲学的,哲学只是这样做的一种方式;它不必排除散文家、诗人、小说家的方式,不必排除其他象征结构的创造者,不必排除旨在用不同方式追求真理、追求真理之外的事物的方式。^①

这样的哲学是否会让我们存在的每个不同部分与其对应的部分交流,或者说,每个部分是否得到来自其余所有部分的交流?这种情形是同时出现还是依次出现?这样的著作不就是各个种类和声音的大杂烩吗?

① 不过,哲学思想和哲学探求——根据其性质——最终形成的不是詹姆斯和普鲁斯特的小说,而是更像具有智慧的火星眼眼中的关于人类生活的初级读本的东西;情况是否如此呢?

通过分工,让每一种类各司其职,使哲学著作仅仅包括推理、论证、理论、解释和推测,从而有别于格言、戏剧、故事、数学模型、自传、寓言、治疗法、人为符号、催眠迷幻,我们不是可以借此得到最大的好处吗?然而,我们的存在的不同部分自身并不是以类似的方式分离开来的。需要某种以综合方式来研究它们的东西,需要提供一种如何将它们结合起来的模式。即使最终将会失败的尝试也能唤起我们的潜在需要,并且借此为它服务。

很久很久以前,哲学曾经承诺给予人们比思想内容更为丰富的事物。“雅典的公民们”,苏格拉底问道,“你们一门心思贪婪地积累财富,追求名位和声誉,但却从不思考和关心如何追求真理、智慧,如何让自己的灵魂升华;难道你们不觉得羞耻吗?”他谈到了我们的灵魂的状态,他让我们看到了他自己的灵魂的状态。

第二章

20 死亡

人们说,没有人能够认真对待自己死亡的可能性,但是这个说法并不完全正确。(每个人是否认真对待自己人生的可能性呢?)一个人在其父母双双去世之后,他自己的死亡对他而言就变为真实的了。在此之前,存在着一个“被认为应该”死在他之前的人;现在,没有人站在他与死亡之间了,死亡轮到他自己的“头上”了。(人们是否假定,死亡会尊重先后次序?)

不过,具体细节可能模糊不清。作为父母的独生子,我不知道年长的子女是否应该先走一步。希腊神话中的阿德墨托斯甚至要求父亲替他去死——但是,他后来也要求他的妻子阿尔刻提斯作为他的替死鬼。我年届 82 岁高龄的父亲如今患病在身,我母亲去世已经 10 余年了。与对父亲的关心交织在一起的是他在为我开辟道路这一想法;我现在觉得,我也会活到 80 余岁,或许也会——这一点不那么令人愉快——遭遇类似的苦难。自杀者也为自己的子女标示了道路,以父母的身份允许他们结束自己的生命。在这种情况下,认同作用会结束基因可能开始的东西。

21

我认为,人不愿意死去的程度应该取决于他未竟的事情,取决于他所剩下的做事能力。他认为重要的事情完成得越多,剩下的能力越少,他就应越愿意去面对死

亡。当死亡降临时,如果人尚有许多可能实现但却未竟的事情,死亡被认为“来得过早”。但是,当人不再拥有完成未竟事情的能力,当人已经完成所有自认为重要的事情时,那么——我希望说——人就不应极不情愿去死。(然而,如果已经不可能去做——或者没剩下——什么重要的事情了,维持这种状况难道不可以是活下去的重要方式之一吗?再则,一个人在完成了自认为全部重要的事情之后,难道不可以为自己设定一个新的目标吗?)从原则上说,一个人死亡临近时产生的懊悔之情应该受到所有尚未实现的重要行为的影响。但是,某些特别重要的愿望或做出的成就有可能作为其余事情的替代物;他可能会想“我一直没能如愿完成那件事情”,也可能会想“既然这件事情已被包括在我的人生之中,我能够无愧地去死了。”

数学公式是否有可能给这些问题带来更多的精确性?我们可能看到,一个人对其生活方式所表达的懊悔之情取决于尚未完成(但他曾经有能力完成)的重要事情与已经完成的重要事情之比。(我们从这个公式推知,尚未完成的事情越多,或者说,已经完成的事情越少,他的懊悔感就越大。)他对自己人生的满意度有可能被完全相反的比率来确定;这样,完成的事情越多,或者说剩下的事情越少,他的满意度就越高。由此可见,与他对自己的生活方式感到的懊悔不同,他在濒死时刻感到的懊悔可被视为应归于死亡中断他做事情的程度,即,他尚未完成、但现在仍然具有能力完成的重要事情的百分比。虽然我们无法就此进行精确量度,注意这些比率带来的结构类型是具有启迪意义的。

衰老过程通过降低人做事的能力,恰恰会减少人在濒死时脑海里出现的懊悔感。这里的相关能力是人自认为拥有的能力,而渐进的衰老过程改变他对这一点的看法。但是,通过在生命进程中尽量降低自己的能力,从而减少自己在面对死亡时产生的懊悔感,这一做法并不是人生的高明策略。这样会减少人生的成就,增加人对自己的生活方式的懊悔感。降低自己从事重要事情的愿望的做法也行不通;尽管这样做可能影响产生懊悔感的心理程度,它却不会影响对这样的生活感到悔恨的感觉程度——这样的感觉取决于涉及人生已经完成的事情与剩下尚未完成的事