

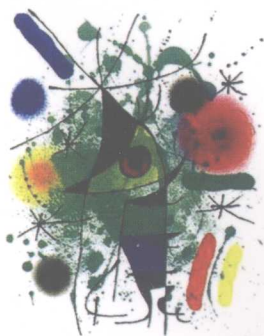
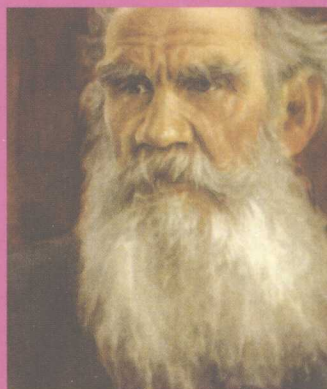
〔俄国〕列夫·托尔斯泰◎著 肖 聿◎译

托尔斯泰每日箴言

WISE THOUGHTS
FOR EVERY DAY

他喜欢这本书甚于自己其他所有作品，
将它看作自己对人类唯一最重要的贡献。

本书闪耀着托尔斯泰深邃的智慧、信仰和知识。
他的思想浓缩了数千年人类历史经验的精华，
他教读者去沉思，去惊异，去笑，
他更教人们用清晰深刻的同情心去理解人类生存境况。
这是一本经典的——也是永恒的——“心灵鸡汤”。



中国商业出版社

WISE THOUGHTS
FOR EVERY DAY
托尔斯泰每日箴言



【俄国】列夫·托尔斯泰◎著 肖聿◎译

肖聿 译

中国商业出版社
（北京）
北京博图彩印有限公司印刷

889 × 1194 毫米 32 开 8 印张 178 千字
2008 年 4 月第 1 版 2008 年 4 月第 1 次印刷
定价：20.00 元

（如有印装质量问题，请与本社联系）

中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

托尔斯泰每日箴言 / (俄罗斯) 托尔斯泰 (Tolstoy, L.N.) 著; 肖聿译.
—北京: 中国商业出版社, 2008.4

ISBN 978-7-5044-5927-5

I. 托… II. ①托…②肖… III. 托尔斯泰, L.N.(1828~1910) —语录
IV. K835.125.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 035576 号

责任编辑 孙启泰

*

中国商业出版社出版发行
(100053 北京广安门内报国寺 1 号)
新华书店总店北京发行所经销
北京博图彩色印刷有限公司印刷

*

889 × 1194 毫米 32 开 8 印张 178 千字
2008 年 4 月第 1 版 2008 年 4 月第 1 次印刷
定价: 20.00 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)
版权所有 侵权必究

译者感言

《托尔斯泰每日箴言》是托尔斯泰耄耋之年的封笔巨作，是他人生最后一程的案头必读，更被他看作自己对人类惟一最重要的贡献。它集中地反映了“道德自我完善”和“不以暴力抗恶”的思想。与托翁信仰不同的读者，可以不同意他的主张，但不能否认他先知般的伟大。

他是“损不足以奉有余”社会里的忏悔贵族，怒斥世道不公，同情被侮辱与被损害的穷人。为实践“道德自我完善”的理想，他不但写出了列文和聂赫留道夫，更勇于解剖自己的灵魂，痛悔自己早年的荒唐，放弃狩猎，葛衣素食，为农民子弟办学，躬亲农务，终于以82岁高龄上的出走完成了精神的复活。他是未来理想社会的先知，其精神境界，为芸芸衣食男女远远不能企及。

至于“不以暴力抗恶”主张，则建立在相信人性善良的抽象理念上，是善良的社会改革家的一相情愿；在以暴力取得和维持政权的阶级看来，其政治上的幼稚更为明显。无君子不养小人，恶人无不是好人惯出来的。在这个方面，罗曼·罗兰曾一针见血地指出：“在革命与战乱之中，人类早已养成一副铁石心肠矣，即令‘非武力的抗拒’或有战胜之时，亦尚须数代人民之牺牲以换取之，此牺牲乃胜利之必须代价也。”（见罗曼·罗兰致傅雷书，1934年，引自傅雷译《巨人三传》。）托尔斯泰不是政治家，而是一位悲

天悯人的道德家。

《托尔斯泰每日箴言》里多次引述了老子的《道德经》，表明了托尔斯泰晚年对我国圣哲老子的心仪。1884年，他曾将法文版《道德经》译成俄文，并在为1909年俄文版《中国圣人老子语录》所作的序中说：“他（老子）教导人们从肉体的生活转化为灵魂的生活”，“这一思想不仅和《约翰福音》第一章里所写的基督教教义的基本思想相近，而且完全一致。根据老子的学说，人与上帝藉以沟通的唯一途径就是道。而道通过弃绝一切个人肉体的东西才能获得。”在《托尔斯泰每日箴言》里，托尔斯泰多次提到舍弃肉体、为精神而生，甚至主张禁欲和独身，这是对追求满足物质享乐的生活价值观的矫枉过正，是一种可敬的理想主义。

《托尔斯泰每日箴言》为我们敞开了托尔斯泰的精神世界。对今天的人们来说，其中一些主张已经很生疏了。商业社会对人们心灵的戕害似乎已呈不可逆转之势：托翁身体力行平民化，今人则拼命追求贵族化；托翁行素食，今人尚饕餮，无所不食，几年前的“非典”就是报应；托翁提倡同情弱者，今天的老板却在继续剥夺弱者，谓予不信，请看每年农民工的讨薪；托翁说：“幸福的一个非常重要的条件，就是工作”，而当今的广告和荧屏却在鼓吹有闲是福，享乐有理。对私利文化，对自恋型社会，托翁的思想显得那么格格不入。燕雀不知鸿鹄之志，我们可以不喜欢《托尔斯泰每日箴言》的内容，但不能无视我们不能理解的智慧。

品读《托尔斯泰每日箴言》能荡涤心灵，能使人想起昔日的老歌。记得我初次阅读托翁作品还是在上个世纪六十年代，那是托翁为平民子弟写的一本读物，其中一则故事说小孩子见父母让爷爷奶奶用木碗吃饭，自己便开始学做

木碗，供将来给父母用。“文革”年代偷读《安娜·卡列尼娜》的经历更是难忘：那本书没有封面，朋友从朋友处借来又转借给我，限我一天读毕即还。如今有机会翻译了这一千余条托翁语录，颇生“如听仙乐耳暂明”之慨，遂以识之，是以为序。

肖聿

2007年7月于北京



托尔斯泰最后的巨著

彼得·谢基林

《托尔斯泰每日箴言》是列夫·托尔斯泰的最后著作。他喜欢这本书甚于自己其他所有作品，将它看作自己对人类唯一最重要的贡献。在这本书里，托尔斯泰提炼并陈述了许多民族、文化及历史时期的精神智慧，创造了一部独特的作品，世界文学中的任何作品都无法超越它。他将世界上的宗教经卷、重要宗教、伟大的哲学体系和文学作品作为本书的资料来源，包括了他喜欢的三百多位作者的作品。

托尔斯泰将一生最后八年倾注在了这本书的写作上，它以三部曲的形式，经历了几次版本的演变：

《智者思想录》(1903年)；

《循环读物》(1906年)，其英文版于1997年由美国Scribner公司首版，书名为《智慧日历》(A Calendar of Wisdom)；

《托尔斯泰每日箴言，或“为了每天”》(Wise Thoughts for Every Day, or, For Every Day, 1909年)，最近在俄国被重新发现，如今首次以英文版出版。

《智者思想录》(1903年)

这本书每天只收入一到三则语录，共约800则，复述了41位作者的思想。此书篇幅较短，其中语录随意排列，彼此



并无主题上的联系：它们只是托尔斯泰对自己喜欢的作家们思想精华的汇集。这本小书获得了极大成功，在1903年就至少印了12版。它甚至被作为桌面日历礼品出版。它大受欢迎，使托尔斯泰在1904年修订和重新考虑了这本书的写作计划。他打算创作一个“人人必需”的读本，将大部分时间和文学创作精力花在了它上面。

《循环读物》(1906年)

托尔斯泰最初只想修订和扩编《智者思想录》。1904年初，他在日记中写道：“我正忙于完善《思想录》。”但数月之后，他却显然不只是编辑了该书：他创作出了一本全新的书，其结构、编排、篇幅和性质都和《智者思想录》不同。托尔斯泰起初把这本新书的计划称为《新日历》，有时称为《智慧日历》，但不久便开始叫它《循环读物》。1904年9月24日，他在写给G·卢萨诺夫的信里第一次提到了这个书名：“最近以来，我一直很忙：我不再继续《日历》的工作，而每天都在写《循环读物》。”

这本新书中的语录按照每日的话题编排，例如爱、上帝、友谊、人生和儿童等等，贯穿在12个月中。由于素材资料数量繁多，这本新作品的写作进展缓慢。在写作这套三部曲的第二部期间，托尔斯泰反复地阅读了300多本书，而《日历》也从36页扩大到了数百页。书中每个话题都包括五到七则智慧语录，有的更多——总共有两千多则，它们都是托尔斯泰从他22,000多卷藏书中精心遴选的，选自各个时代250多位最伟大思想家和作家的著作。其中有数百则语录选自俄文、法文、英文和德文的50种语录集。

每一天开始和结尾的段落都是托尔斯泰自己的思想，以

斜体字印出。他还增加了52篇每周读物，包括一篇短篇小说或者长篇小说的一章，取自他喜欢的作家的作品，其中有安东·契诃夫、费多尔·陀斯妥耶夫斯基、古斯塔夫·福楼拜、维克多·雨果和柏拉图。这本书篇幅太大，以至没有作为单卷本出版，而是以12本每月一册的形式于1906年出版。从1907年到1915年，它陆续再版了很多次。

但在一定程度上，这套三部曲的第二部却不够连贯统一。全书没有总体结构和总论，话题的重复多少有些随意，与月份中的具体日子没有联系，日子也没有标题，甚至每周读物也不够统一，从虚构作品到非虚构作品，各种各样。

《托尔斯泰每日箴言，或“为了每天”》(1909年)

从1906年到1909年，托尔斯泰十分沉迷这个写作计划，决定再写一部类似的作品，书名是《托尔斯泰每日箴言》。这个书名最终缩短为《为了每天》。托尔斯泰在这部作品里彻底实现了他的意图：《为了每天》具有明确的结构，每月循环论述重复的主题，内容更集中，更简明，同时也更易为广大读者所理解。

一年的每一天都包括了9到12则警句或语录。在前一本书里，托尔斯泰已为第一本增添了两百位作者的语录；而在这本厚书里，托尔斯泰加入了自己写出的段落。后来，托尔斯泰偶然有了一个想法，它不同寻常，极具开创性：他拟出了30个话题(例如上帝、爱、信仰、灵魂、真理等等)，将它们与每月各日联系起来，每月重复同样的体例(稍有变化)。在写给友人、文学评论家波谢的信里，托尔斯泰强调说：这本书不同于他以前写出的任何作品，因为它的材料广泛而与众不同。

托尔斯泰这个最后的伟大写作计划，似乎起因于他晚年与死亡的近距离接触。1902年春，年已75岁的托尔斯泰患了重病，最初是肺炎，继而是类伤寒。当时还没有发明任何抗生素，这两种病都被看作有潜在的致命危险。数月当中，托尔斯泰命悬生死之间。他的康复简直是个奇迹。1902年11月到12月，托尔斯泰在克里米亚的雅尔塔附近的加斯帕拉小镇病愈时，还不能按照他以前的方式工作，因此常常与契诃夫、高尔基等作家同行见面，谈论生死、文学和人生意义等问题。他逐渐养成了一个习惯：每天阅读和思考一小段名言，它们来自挂在他房间墙上的一本日历。那本日历结束于1902年12月。

1903年1月，托尔斯泰感到缺少可供思考的现成话题，便明白了自己已经养成了一种习惯，它很有益处，使他大有收获。他彻底康复以后，便开始从自己的藏书中搜集智者的语录，以此作为消遣。

就这样，托尔斯泰逐步开始了一个计划，它几乎占据了托尔斯泰一生最后的八年时间（即从1903年到1910年），将成为一部长达1,200多页的三部曲。这部作品将总结作家的人生观和上帝观。托尔斯泰将把它称为比他以前的全部作品都“重要得多”的著作。写这本书的想法其实出现得更早，大约是在他此番患病的二十年前。1884年3月15日，托尔斯泰在日记中写道：“循环阅读或许很美妙：埃皮克提图^①、马库斯·奥勒留、佛祖、帕斯卡和《新约》。这对每个人都必不可少。”一年后，他在写给助手切特科夫的一封信（日期为1885年6月4日到5日）里，重复了同样的想法：“我打算编一本循

^① 埃皮克提图（Epictetus，55?—135?）：古希腊斯多噶派哲学家。又：马库斯·奥勒留和帕斯卡的注释见本书正文有关脚注。——译注



环读物，换句话说，就是书籍片断汇编，那些书告诉我们人生最需要的是什么、什么对人有益。”其他的写作计划占去了完成这个计划的时间，但在1903年，托尔斯泰病愈后又继续写作这部作品了。

最后说说目前这本《托尔斯泰每日箴言》的有关情况。托尔斯泰这套三部曲从1903年其第一部发表到1917年革命一直大受欢迎。苏维埃政权时代，所有这三部作品均遭查禁，由于其宗教内容，它们被查禁了将近八十年。苏联解体后，它们被重新发现，近年来在俄罗斯获得了巨大的成功，印刷了三版，印数达30万册。《托尔斯泰每日箴言》是这三部当中最后被发现的，本书是它首次被译成英文发表。

这是托尔斯泰最后一部巨著，在它首次发表将近一百年后的今天，这本书像它首次发表时一样重要。本书通篇清晰地闪耀着托尔斯泰深邃的智慧、信仰和知识。他的思想浓缩了数千年人类历史经验的精华，无论在今天还是以往，这些思想都同样新鲜、诚恳，切实。托尔斯泰教他的读者去沉思，去惊异，去笑，而最重要的是，他教人们用清晰深刻的同情心去理解人类生存境况。这是一本经典的——也是永恒的——“心灵鸡汤”。

《托尔斯泰每日箴言》的结构既是精心设计的，又有灵活变化。每月的语录分为四个部分——我们与上帝的关系，我们遇到的挑战，我们的行动和我们的精神生活——包括了多种主题，每日一题。例如，每月以“我们与上帝的关系”开始，其主题包括：信仰、灵魂、众生一魂、精神的一致、上帝和博爱。下一部分是“我们遇到的挑战”，其主题包括：我们的过错和诱惑、不平等、伪科学、审判与惩罚、暴力与战



争。“我们的行动”部分包括的主题有：精神的努力与美德、思想、言辞与行动、真理与谎言、人性、自我牺牲、祈祷以及工作。最后是“我们的精神生活”部分，包括的主题有：活在当前、罪恶与苦难、死、死后、幸福以及爱。这些主题每月循环出现，但每日的主题有所变化，某个月可能重复或缺少某个主题。

这个英文版是《托尔斯泰每日箴言》的选本，我选出了原书中我认为最具独创性、最适合当今时代、最精辟的语录。托尔斯泰从不同角度思考了前人的思想，因此在这个选本中，某些主题的重复论述是必然的。

在生命的最后几年中，托尔斯泰一直将他这本关于纯洁生活的指南放在案头，直到最后（他甚至要助手切特科夫将此书拿到他临终时的床头）。他养成了一个习惯，那就是给他的家人朗读此书，并极力将它推荐给友人。在如今这个精神日益觉醒的时代，托尔斯泰这部论述自励的伟大杰作再度面世，将为世界各地的读者提供启迪和慰藉，并且会像托尔斯泰希望的那样，“对他们的生活和工作有所帮助”。

托尔斯泰序

这本《托尔斯泰每日箴言》与我前一本书《循环阅读》风格相同，结构亦与之相近。它为一年中的每一天汇集了语录。

本书与前一本书的不同，主要是书中新语录的排列不像前书那样任意，而是按照逻辑顺序。从这月到下月，每天的语录都有特定顺序，后一则与前一则意义相关，因此各日互联。同样，各月均有可作为我们行为指南的特定哲理主题。每个主题都用古今各国思想家们的语录阐明。

书中标明了这些思想家的名字（我借用了他们的思想），但很多语录都有所改变或缩短，因此反映了我对它们的理解。未标明作者的语录是我自己写的。

希望本书读者能像我一样体验到慈善与向上的情感。写作此书时，我体验到了这种情感；每天阅读此书时，我一次又一次地体验到了这种情感。

1908年—1910年

目 录

译者感言	1
托尔斯泰最后的巨著	4
托尔斯泰序	10
托尔斯泰每日箴言【春卷】	1
托尔斯泰每日箴言【夏卷】	61
托尔斯泰每日箴言【秋卷】	121
托尔斯泰每日箴言【冬卷】	183



托尔斯泰每日箴言

【春卷】

1月1日

信 仰

上帝的律法包括实现上帝的意志。人人生而平等，因此上帝的律法对我们所有的人都相同。惟有理解了上帝的律法并遵循它，我们才有善的生活。

犹太古谚说：“上帝之灯是人的灵魂。”上帝之灯不点，人便无力无助；上帝之灯点亮，人便强大自由。此话当然不可颠倒，因为那不是人自己的力，而是上帝的力。

我们虽不知何为博爱，却知道我们皆应遵从善之律条，它存在于人类心智和我们心中。

若以为只用仪式和祈祷——而不用行动——便能取悦上帝，便是对上帝和自己撒了谎。



7月2日

灵魂

我怎样称呼我的“内心自我”？它是我的灵魂，它居于内心，与我的肉体相联。我们一天天变老，经历人生的各个阶段。我们起初是婴儿，既而是儿童，然后是男人女人，最后我们渐渐老迈。但在这个阶段，我们的内心自我却一如以前。这个内心自我就是我们的灵魂。

理解自己，应懂得生命不在体内而在灵魂内。

铁硬于石，石硬于木，木硬于水，水硬于气。但有一种东西，我们摸不着，见不到，亦听不到，却比任何东西都坚强。它以前存在，此刻存在，将来存在，永不消失。它是什么？它是精神，是居于每人内心的灵魂。

大山、太阳和宇宙中星辰之大使我们惊异，但与我们的灵魂相比，这些庞然大物便不算什么了。世界上最强大有力的，是我们的灵魂。

7月3日

众生一魂

河流的样子不像池塘，池塘不像木桶，木桶不像杯子，但其中的水全都相同。同样，健康的成人，生病的孩子，年

轻的国王，贫穷的女人——各种人的精神也全都相同。相同的精神把生命赋予我们每个人。

见别人有与我们相同的灵魂，我们感到仿佛从长睡中醒来。

我们与一切人、一切生灵完全相同。因此，我们必须以自己之所欲不但施于他人，而且施于动物。

上帝居于每一种人的心中。

人不能单独生活，人的生命和灵魂与他人的相联。若能理解这一点，人们便会懂得：善待他人就是善待自己。

7月4日

上帝

人们常说上帝是爱，或说爱是上帝。人们也说上帝是智，或说智中有上帝的力量。但并非如此。爱和智是我们知道的上帝的品质。何为上帝，我们当然并不知道。

人人都能感觉到上帝，但无人能真正理解上帝。因此，不要力图理解上帝，而要尽量感觉上帝存在于你心中。若在自己心中找不到上帝，你便永远找不到他。

你内省时可见到所谓“你的自我”或你的灵魂。你摸不到它，看不到它，不理解它，但你知道它存在。你的这个部分——即你不理解的部分——就是人们所说的上帝。上帝既在我们周围，又在我们心里——在我们的灵魂中。

你越是懂得你与上帝同一，你就越是懂得你与他的全部现世显现同一。

