

西方思想文化经典

尼采箴言录

张秀章 解灵芝 选编

*nicai
zhenyanlu*

在谎言中有一种无辜，
它是对一件事物的好的信
仰的标志。



6.47

吉林人民出版社

B516.47
Z35



尼采箴言录

nicaizhenyanlu

张秀章 解灵芝 选编

吉林人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

尼采箴言录/张秀章,解灵芝选编. —长春:吉林人民出版社,2003.3

(西方思想文化经典)

ISBN 7-206-04125-6

I. 尼… II. ①张…②解… III. 尼采, F.W. (1844~1990)—箴言 IV. B516.47

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 101252 号

尼采箴言录

选 编	张秀章 解灵芝	封面设计	翁立涛
责任编辑	于二辉	责任校对	陆 雨

出 版 者	吉林人民出版社 0431—5649710 (长春市人民大街 124 号 邮编 130021)
发 行 者	吉林人民出版社
制 版	吉林人民出版社激光照排中心 0431—5637018
印 刷 者	长春市第九印刷厂

开 本	850×1168 1/32	印 张	6.5
版 次	2003 年 3 月第 1 版		
印 次	2003 年 3 月第 1 次印刷		
字 数	150 千字	印 数	1—10 000 册
标准书号	ISBN 7-206-04125-6/G·1298		
定 价	10.00 元		

如图书有印装质量问题,请与承印工厂联系。

目 录

人生·命运	1
宗教·信仰	25
平凡·伟大	39
哲学·哲理	48
道德·修养	70
知识·认识	126
读书·写作	135
学习·成才	146
文学·艺术	152
自信·自强	176
爱情·友情	188
婚姻·家庭	197
尼采年谱	202

人生·命运

尼
采
箴
言
录

人生乃是一面镜子，哪怕随后就离开人世。

《尼采诗选》

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》

从这个角度去看，我的一生真令人惊讶。为了重新评估各种价值，也许要有超于常人的才能方堪胜任；尤其是那些目前尚未互相矛盾和尚无破坏性对立的才能。保持距离的能力；不至于产生敌对的分隔技术；不掺杂任何东西，亦不调和任何东西；种类繁多却能使其各司其位等——所有的这些乃是我与生俱来的本能，且是我本能长时期秘密的作用和技巧。

它具有极严密的保卫力量，以至于无论何时，对于我内心所成长的东西，我都得不到丝毫的暗示——直到我所有的



能力在我不知不觉中臻于成熟，且在某一天完全并发出来为止。

想不出自己曾经耗费心力于任何事物——在我的生命中没有任何争斗的痕迹，我是一个有着与英雄气质完全相反个性的人。“意欲”某些东西、“追求”某些事物，心中存有“目的”或“欲望”——这一切未曾在我过去的生命中发生过。

今天，我执笔的这一瞬间，我展望自己的未来——就像平静的海面，没有任何希求能骚扰那完全的宁静。我一点也不期望任何东西会不同于它现在的情况，也不希望自己有所改变……

《瞧这个人·聪明》



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》

犯罪的类型就是强者在不利环境中的类型——失常的强者。他需要的是旷野——某种更自由、更冒险的自然状态和存在形式，只有这时，强者的一切攻防本能才会恢复其本来面目，他才会适得其所。

《偶像的黄昏》

最沉重的负荷——假如有个恶魔在你十分孤独寂寞的夜晚闯入，且对你说：“人生便是你目前或往昔所过的生活，未来仍将不断重演，绝无任何新鲜之处。每一样痛苦、欢

乐、念头、叹息，以及生活中许多大大小小无法言传的事情，皆会再度重现。而所有的结局也都一样——同样的月夜、枯树和蜘蛛，同样这个时刻的你我，也是未来那个时刻的你我。存在的永恒沙漏将不断地反复转动，而你在沙漏的眼中，只不过是一粒灰尘罢了！”

那个恶魔竟敢如此胡言乱语，难道你不会忿忿不平地诅咒他？还是，若在以前的话，你也许会回答他：“你真是一个神，我从未听过如此神圣的道理！”假如这种想法得逞，那么你就已经被改造，甚至被辗得粉碎。一切的症结在于：“你是否想就这样一成不变地因循苟且下去？”这个问题对你是一个重担！

是否，你宁愿安于自己和人生的现状，而放弃追求比最后之永恒所认定更强烈的东西呢？

《知识》



即使是最有良心的人，良心的谴责面对这样的情感也是软弱无力的：“这个或那个东西是违背社会习俗的。”最强者也害怕旁人的冷眼和轻蔑，他是这些人当中受过教育的，而且是为了这些人才接受教育的。他到底怕什么呢？怕孤立！这个理由把做人和做事的最佳理由打倒了？——我们的群体本性如是说。

《快乐的科学》

众因的神经丛复归了，我被织入其中，——它将再次创造我？我属于永恒复归之众因。

我随这太阳、大地、鹰兀和毒蛇再度而来——不是追求新的生活，更好的生活或类似的生活：

——我重来是为了永恒同一的生活，在其最宏大与最微小的方面再次教导众物的永恒复归，——

——再次吟咏大地与人的全盛期之词，重新向人类宣布超人的来临。

《札拉图斯拉如是说》

人要是放弃了战争，也就放弃了高尚的生活。

《偶像的黄昏》

男人的成熟表现于——当他恢复童年游戏时那种认真的态度。

《彼岸》

我们的心中有各种不同的人格模式。依据各种情况，我们找出一个最恰当的模式来应付，一旦情况日趋恶化，他才知道自己还有第二种人格，甚至第三种人格。

《变革时代遗稿》

没有哪个胜利者信仰机遇。

《欢乐的科学》

内心深受创伤的人，都具有猎户星座（希腊神话中的人物 Orion）的微笑。

《权力》

人和树原本都是一样的。

他愈是想朝光明的高处挺伸，他的根就愈深入黑暗的地



底——伸入恶中。

《查拉》

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》

高高在上的人并不是普通人，他们是一群超人。人类一旦为人所尊崇，他将陷于恐怖的深渊，而不要求什么——除了别人听他的话。

《权利》

大地有一层皮肤，而这层皮肤有许多疾病，其中一种就叫做“人”。

《查拉》

所有的人都被分为奴隶和自由人，过去是这样，现在仍是这样。一个人如果他一生的三分之二的时间不是为自己而活着的话，他就是个奴隶，而且不管他是什么，政治家、商人还是学者。

《人类的、太人类的》

尼
采
箴
言
录



虽然处于生存中最为异样、最为严酷的问题中，但是，仍旧肯定生命，为了这种最高的典型思想不惜牺牲，并且欣然地承认那是自己的无尽宝藏。诸如这种对生命的意志——我管它叫迪奥纽索斯。我认为这是通往悲剧性诗人内心的桥梁。这并非要从恐怖以及同情逃脱，也不是因为那是危险的激情想藉着它激烈地爆炸，使自己变成清静——亚里斯多德如此解释——而是想超越恐怖以及同情，达到生死永远的快乐——这种快乐也包括破坏性的快乐。

《偶像》



尼
采
箴
言
录

名人，比如所有的政治家，无不需要名望。他们择友从来都有私下打算的：从这个人身上获取美德的光辉，从那个人身上拿来某些耳熟能详的个性，从第三者身上窃得“躺着晒太阳”的懒鬼名声——这毛病若偶尔为之并无大碍，会被视为闲散和随便，反而对扬名有益。

名人总是在窥探和物色身边所需要的人，一会儿是幻想家，一会儿是行家里手，一会儿是想入非非者，一会儿是学究。这些人宛如他们的替身，可是未久即被一脚踢开。如此这般，名人的周围便不断出现无人的空白，但同时又有一些人不断蜂拥而至，想变为名人的“个性”。于是，这儿总是熙来攘往，一如通都大邑的繁忙。

就像名人的个性一样，名人的名望是不断变化的，其变化手段要求这种变化，他们一会儿把这种、一会儿把那种真实的或杜撰的个性搬上舞台，当然也希望保留某些固定的、光彩照人的个性，这对于他们的喜剧和舞台表演艺术也是不可或缺的。

《快乐的科学》



有许多人死得太晚，而有些人又死得太早。不过最教人感到怪异的还是这句格言：“要死得其时！”

我要向你们赞美我的死亡，自愿的死亡，惟有在我需要它的时候，它才会到来。

那么我什么时候需要死亡呢？——那有目标、有继承者的人，只在为达成目标和让继承人接棒时，才需要它。

凡是追求盛名的人，应当适时舍弃那些虚浮的荣耀，而表现出难得的艺术——及时而退。

有许多酸酸的苹果，它们的命运无疑是得等到秋季的最后一日——那时，它们都已成熟，却也枯黄而干瘪了。……有的从来不会变得甜美，他们甚至在夏日便已开始腐烂，懦弱使得他们牢附枝头而不坠落于地。

像这样长久悬挂在枝头上苟且偷生的人太多了，真希望来一阵大风雨，将树上已为虫蚀或腐烂的一切摇落。

《札拉图斯特拉如是说》

人类——被称之为人类的这种动物，是除了禁欲主义的理想之外一无所有的，我们见不到他们之所以生活在世上的目标。“人类为何而活？”——这是一个没有答案的问题。

人类对于肯定和肩负大地使命的意志，早已消磨殆尽了。不论是哪一个伟人，当他们步入风烛残年时，无不抱怨说自己“白活了一世”！

《尼采的智慧》

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！

《查拉》



生命意味着：不断把想死的东西从身边推开；生命意味着：对抗我们身边的——也不止是我们身边的——一切虚弱而老朽的东西。那么，生命是否就意味着：毫无孝心地对付濒死者、可怜人和行将就木者呢？一直充当杀手呢？

可是，老摩西曾经告诫：“你不应杀生！”

《快乐的科学》

所有外部没有发泄的本能，都会朝向内部发展。如此，被称之为“灵魂”的东西，就会发生于人类的身上。这个内层的世界，本来有如介于两面皮肤间的薄弱之物；然而，随着人类对外部的发泄受到抑制，它将逐渐地分化扩大，并且将增加它的深度、宽度以及高度。

针对原始自由的本能，国家为自卫设置了壁垒——种种的刑罚就是这种壁垒的一种——然而，这种壁垒到底产生了什么作用呢？充其量，只是使野蛮自由自在地活动，使人类所有本能，转了个弯，再用刀刃向着人类本身而已。像对敌意、残忍、迫害、袭击、变革、破坏的快感……。所有的这些，一齐指向本能的持有者时，即会产生所谓“良心苛责”。

被关进狭窄、死板的习惯中，又由于外部没有敌人以及抵抗之故，再也无法忍耐下去，以致只好迫害自己、撕裂自己、啃食自己，甚至虐待自己。最近流行“驯化”，可是那些离开蛮荒之地、被关进兽栏的人，往往由于用自己的身体去撞兽栏，以致伤痕累累。最后，只有以身试“险”，在冒险与不安的心理之下，制造出一片危险的蛮地。这种对沙漠萌出乡愁的人——这种愚蠢者，这种对憧憬绝望的归人，终于变成了“良心苛责”的发明者。



尼
采
箴
言
录

同时，人类也带来了至今仍无法痊愈的沉重疾病。那就是——人类对人类的问题，以及对自己本身烦恼的疾病。这也正是人类勉强剥下动物性，朝向新状况，以及生存条件的必然结果。

《系谱》

我来教你们做超人。人是应该被超越的，你是否曾努力去超越人类本身？

迄今，一切物种均已超出自己之上，难道你们愿作巨流中的退潮，宁可返回兽类而不肯超越人类吗？

猿猴之于人算是什么呢？一个可笑的族系，或是一件耻辱？人之于超人又何尝不是如此呢？

你们走完了由虫至人的漫长旅途，但是就许多方面而言，你们依然是虫。以前你们是猿猴，但是现在，人却比猿猴更像猿猴。

即使你们之中最聪明者，也只不过是一种植物与鬼怪之矛盾混合体。然而，我可曾要你们变成植物或鬼怪呢？

瞧！我现在就教你们如何去做超人。

超人便是大地的意思。让你们的意志说：“超人必定代表大地的意思吧！”

兄弟们，我祈求你们务必要忠实于大地，而不要轻信那些夸言超越大地希望的人！不论他们是有心或者无意，总之皆是有害的。

他们是一群弃绝生命的人，自己早已中毒极深，无药可救。大地也着实厌恶他们，就随他们去吧！

在往昔，亵渎上帝是一种大不敬的行为，然而，上帝既已死亡，因此也就无所谓亵渎上帝者了。现在最为可怕的罪



恶便是褻渎大地，是视“不可知人心”的意义远超过大地！

往昔灵魂十分鄙视肉体，而这种鄙视在当时被认为是一种极高尚的行为——灵魂希望肉体瘦弱，苍白而饥渴，它认为如此便可以逃避肉体与大地。

啊！这灵魂本身却是那么瘦弱、苍白而饥渴，同时冷酷也成了它的嗜好！

但是，兄弟们，请告诉我，你们的肉体对你们的灵魂又作何表示呢？是否你们的灵魂并非贫乏、无知地自满于污秽呢？

的确，人是一条不洁的河。我们必须成为大海，方能包容一条不洁的河而不致被污染。现在，我告诉你们什么是超人！他就是那大海，能覆盖你们一切的轻蔑与鄙视。

《查拉》



尼
采
箴
言
录

以远古人类的眼光来看今天的人，将会发现，现代人具有某种独具的风格，那便是——“历史的感觉”，这便是现代人所特有的美德，也是现代人所患的一种病症。

就历史而言，这是一种新奇的趋势；对我们而言，这几乎不是什么新的感情问题。因为，历史感依旧是显得如此贫乏与冷酷，并且对一切施予无情的打击。

对某些人而言，他们的历史感却是即将来临、带有老人征候的。在这些人眼中，我们的星球像是一个忧郁的病人，为了忘掉眼前的不适，乃提笔写下他过去的青春时光。事实上，这便是另一个崭新的情感。凡是知道如何将整个人类的历史，当作其自身的历史来看的人，便可能感受到病人的痛苦、老人的怀旧、情人的失去所爱、烈士的献身许国以及英雄暮年时悲喜交织的心境。



而为了忍受这种种的悲伤，我们依旧得打起精神，做个在战斗之后仍能向发明与喜悦欢呼的英雄——仿佛我们就是世纪的分水岭，是过去一切知识高贵美德的继承人；同时也是新贵族阶级的第一人。这些都是我们所未曾梦想过的。

要毅然地承担人类所有的得失，必得将新旧、希望、征服和胜利，放进一个心灵里面——并且蕴含在一种温馨的感觉之中。

如此，便可以达到人类前所未有的幸福——一种无上的愉悦，充满了爱与力、泪和笑。那种愉悦就像黄昏时的夕照，不断地将所有的感觉——充实的、空虚的都注入空茫的大海！这种神圣不可侵犯的感觉，或许就可称之为——人性。

《知识》

我希望能唤回人类所拥有过一切至美的崇高事物。不论其是现实的事物或架空的幻想，这些都是人类昔日曾有过，人类所创造的。我希望他们都回到我的身边，这些人类曾有过最完美的事物。

人类本身对于诗人、思想家、爱情或权势都予以崇高的敌意！殊不知其结果却使自己更加贫乏、一无所有！

殊不知人类所赞叹、崇拜的事物，无一不是自己所创造出来的呢！人类在崇拜者中埋没了其本身的本性。

《权力》

而我们——我们忠实地将天赋的一切承担下来，背负着它越过险峻的高山！当我们汗如雨下时，人们便说：“是的，生命是一个非常吃力的重荷！”

然而，也只有人本身才是一个非常吃力的重荷！因为他的肩上扛着太多外来的东西。他有如骆驼般地屈膝下跪，然后让人将重荷置于其上。

尤其是那种强壮足以负重而心怀敬意的人，身上背着更多外来的沉重之名词与价值——故而生命之于他仿佛是一个沙漠！

事实上，许多原本属于我们自己的东西也是很难背负的！人类有许多内在的东西有如牡蛎一般，既滑手又不讨人喜欢——

因此他们必须有一个精致的外壳，以精致的装饰来为自己辩护。我们得学习这种艺术：要有一个外壳、一个美好的外表以及聪明的盲目！

再者，由于许多的外壳不够美好而楚楚可怜，况且至多也仅只是个壳而已，故而在人类身上往往有许多东西被隐瞒了。我们从未想到自己身上竟然潜藏着如此多的善与力，千里马竟然遇不到伯乐！

人是容易被发现的，尤其最难被自己发现。

《查拉图斯特拉如是说》

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、讽刺和诱惑——唉！生命犹如一个善变的女人！

《知识》

人类比其他的动物更软弱、不安与无法捉摸——人类是一种有趣的动物，这又是为什么呢？

无疑地，人类比其他动物的总和都更具冲劲、反抗性，





更勇于向命运挑战。这些具有个人实现欲望的人类，必将与所有的动物、自然，至于天上的众神为敌。他们当中又有一小群不满的人，无法满足于现状。他们不受人类生存法则拘束，永远追求未来理想。这些人，岂不更是这种勇敢的、有病的动物当中，罹患绝症的一群吗？

《谱系》

谁不知道找到通向他的理想的道路，那么，他的生活比无理想的人更轻浮和厚颜无耻。

《善恶彼岸》

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》

人们应该与生活相分离，就像尤利西斯与瑙西卡（Nausikaa）相分离，——祝福生活而不是迷恋生活。

《善恶彼岸》

我知道自己的命运。总有一天，我的名字将会和那些对可怕事物的回忆联结在一起——将会和那前所未有的危险、最深刻的良心起冲突，以及和那些一直被人们信仰、需要，和视为神圣与崇敬的事物咒骂在一起。

我不是普通人，我是一颗炸弹——