

一生的历书

智慧历书

作者 = 列夫·托尔斯泰 [俄]

译者 = 方圆

A Calendar of Wisdom

引述所有民族
与所有时代的最伟大哲学家
写成可供一年中的
每一天吸收的智慧思想

内蒙古文化出版社

一生的历书

智慧历书

A Calendar of Wisdom

作者 * 列夫·托尔斯泰

译者 * 方圆

我无法了解何以有人能够不与世上最聪明的人沟通而活着？……我因为阅读这本书，每天都觉得很高兴。

——托尔斯泰

责任编辑:苏 德

封面设计:李 栋

智慧历书

[俄]托尔斯泰 著

方圆 译

出版发行 内蒙古文化出版社
(海拉尔市河东新春路08号)

印刷装订 北京市海日印刷厂

责任编辑 苏德

装帧设计 溪眉

开 本 850×1168毫米 1/32

印 张 12.5 字数 150千

2000年10月第一版

2000年10月第一次印刷

印数 1—10000册

ISBN 7 - 80506 - 953 - 0 / Z·133

定价:22.00元

托尔斯泰与《智慧历书》的创作

《智慧历书》(*A Calendar of Wisdom*)是托尔斯泰的最后重要著作。这本书实现他孕育将近十五年的梦想,“将几世纪的智慧收集于一书”,供一般读者阅读。托尔斯泰投入很大的心血创作这本书,1904与1910年间,就出了三个修订版。这也是他每天最喜欢阅读的书,去世之前几年一直不断地读。

托尔斯泰在1880年代中期萌生写作这一本书的初步构想。根据1884年留下的最早纪录,他的构想是“引述所有民族与所有时代的最伟大哲学家,写成供一年中的每一天吸收的智慧思想”。那年3月15日他在日记上写着:“我必须为自己创造一个阅读的周期:艾匹克蒂塔(Epictetus)、奥理略(Marcus Aurelius)、老子、佛陀、巴斯卡(Pascal)、新约圣经。所有人都有这样的需要。”1885年,他写信给他的助手契尔柯夫:“我知道与苏格拉底、艾匹克蒂塔、阿诺德、派克……这些伟大的思想家沟通,可以带给人很大的内在力量、宁静与快乐。他们告诉我们人性中最重要的东西,告诉我们生命的意义与美德……我想创作一本书,和人们谈生命,以及生命的善行。”

收集这些思想的过程耗时超过十五年,托尔斯泰在1902年12月到1903年1月之间动笔。他接近八十岁时,健康情况已很恶劣,但思虑生死

意义的同时，也激发他开始编纂这本当时称为“每日的智慧思想”的书。终于把书送交给出版商后，他的日记上写着：“为我的‘阅读周期’编选思想时，阅读书籍让我和最优秀、最贤明的人士沟通，我觉得我也被提升到伟大的精神与道德高峰。”他经常在日记上思考这本书，不断重复“还有什么比每天与世界上最有智慧的人士沟通更加珍贵？”的主题。托尔斯泰反复地告诉同僚与朋友，他在“最佳的作家之间”精选书中所需的贡献者。他们代表范围广阔的不同哲学观点、文化背景与历史时代。

托尔斯泰写道：“读者会很意外地发现，在康德与众多著名的思想家之间，竟然夹杂着美国奥勒冈的记者露西·马洛利这种名不见经传的人物。”第一版1904年以《贤人的思想》的书名问世。托尔斯泰在世的1904到1910年间，共出了三版，每版都有不同的副题：“生命之道”(The Way of Life)、“阅读周期”(Circle of Reading)与“每天的智慧思想”(A Wise Thought for Every Day)。

1904年到1907年间，托尔斯泰扩充第二版的内容，并重新加以修订，本书是第一个中文译本，正是以这个版本作依据。1905年8月中，他写下本书的导言，并在日记上写着：“我把‘历书’加以修订与扩充，现在变得有两倍厚。两个月来，我没有读过其他东西，连报纸与杂志也没碰，但我觉得很好……我对社会的无知，特别是文化与道

德上的无知，愈来愈震惊……我们的教育应该朝向累积祖先与世界上最优秀思想家的文化遗产发展。”

第一版《贤人的思想》与第二版《智慧历书》的最大差异，在于托尔斯泰现在根据某天、某周或某月的主题，把相关的思想集合在一起。他在1904年6月3日的日记上写着：“为‘阅读周期’而忙碌……无法做其他事……我依据下列的几个主要主题，把挑选出来的思想分类：神、理智、法律、爱情、人类的神圣本性、信仰、诱惑、文字、自我牺牲、永恒、善良、仁慈、人与神的合一、祈祷、自由、完美、工作等等。”托尔斯泰加入约八百段自己的思想，都是他多年沉思的结果，或从日记中摘取的精华。书中的每一天通常都以他自己的思想开始，然后加入引述其他来源的资料，再以自己的思想作结束。

除此之外，每周结束时，他会写段三到十页长的小故事或短文。每个故事都与当周的道德、哲学或宗教主题配合。他总共准备52篇故事，称之为“周日阅读故事”。多数故事都是特别为这本书而撰写，有些则是从柏拉图、佛陀、杜思妥也夫斯基、巴斯卡、雷斯柯夫、契诃夫等人的著作挑选出来或改编而成。托尔斯泰在“周日阅读故事”呈现的散文风格，和早期小说的成熟老练有很大不同。他以清晰、单纯、几近原始的文字写这些故事，是专为更广大读者设计的文体，集单纯的形

式与深刻的哲思于一体，后来的帕斯特纳克与索忍尼辛都很欣赏。不过，这些故事并未在所有的版本中出现，而且整体占的篇幅颇长，所以本书也未收录。

1904年12月21日看过标题为“每日阅读周期历书”的第二版印刷校样后，托尔斯泰在日记上写着：“这些日子来，为创作‘阅读周期’而与世界最好、最有智慧的思想家沟通，让我一直处于精神与道德的高峰，今天我刚从这样的高峰走下来。”1905—1907年出版的第二修订版，书的标题改为“众多作家论真理、生命与行为的智慧思想，托尔斯泰为一年中的每一天收集与编纂”。这本书从出版以来，就一直摆在托尔斯泰的案头，是他生命中最后五年最喜爱的书。1905到1910年间的每一天，他逐日阅读书中相同日子记述的思想，他也建议所有的朋友养成同样的习惯。1908年5月16日，他写信给朋友顾赛夫：“我无法了解何以有人能够不与世上最聪明的人沟通而活着？……我因为阅读这本书，每天都觉得很高兴。”

托尔斯泰继续准备经过修订、浓缩与简化的第三版，在1910年他生命的最后一年，以“生命之道”的新标题出版。他希望最单纯与受教育最少的农夫与儿童都能够了解这本书。当他写道：“与其为搏取若干富裕阶层片刻的欢心而创作一本小说，然后被永远遗忘，远不如为千万大众创作一本书来得更重要，也更有收获。这种最单纯、

最广为接受的情感艺术的领域，几乎从未被触及。”他很可能是拿《智慧历书》与《战争与和平》相提并论。

1911 - 1912 年间，另有其他版本在圣彼得堡与奥德隆出现。德文评论版（E. Schmidt 与 A. Schkarvan 翻译，德勒斯登的 Karl Reissner 公司 1907 年出版）并列出他引述的来源出处。

这本书以前从未译成中文，《智慧历书》的第一个中文译本，将为中文读者带来一大发现。托尔斯泰是全世界最伟大的小说家兼思想家之一，他为呈现世界精神遗产的精髓，援引世界文学中最伟大的宗教、哲学与文学作品来创作此书。这是人类才智之士的最佳创作，是足以充当读者实际精神导师的作品，能够指引人们如何平和地面对自己，过着充满良善、满足与快乐的生活。

托尔斯泰原来的目标是把智慧带给尽可能广大的民众，以“取悦千百万的读者”。在精神需要日益增加的当前，这仍然是和当时同样迫切的目标。

导 言

——列夫·托尔斯泰

我从很庞大的著作与文集中，收集到本书收录的思想。我在每段思想的下方写出作者姓名，但并未注明实际的出处或是我引用的著作书名。在某些情况下，我并非从原始出处直接翻译，而是从我知道的译文转译。所以，有时候我的翻译和原文可能不是完全相符。我翻译德国、法国或意大利思想家时，并未严格遵守原文，通常会加以浓缩与简化，并删除若干文字，以便更容易了解。读者或许会说，某段引文不是巴勒卡或卢梭的话，而是我自己的写作。但我认为以修饰过的形式传达他们的思想，并不是件错误。因此，如果有人想把此书译成其他文字，我会建议他不必去找寻英国诗人柯立芝（Coleridge）、德国哲学家康德或是法国作家卢梭的原始文字，只需直接从我的写作中翻译即可。有些思想可能和原著不符的另一个原因是，有时我从冗长、复杂的主张中摘取我要的思想，我必须改变某些字句，以求措词的清晰与统一。有些情况下，我甚至完全以自己的话来表达。我所以这样做，是因为我的书不是要呈现其他作者创思的逐字精确翻译，而是利用不同作家创造的丰富智慧遗产，为广大的读者带来容易了解的每日阅读周期，激发他们最好的

思想与情操。

我希望读者能够体会我创作本书所经历的仁慈与高尚情怀,我每天读这本书,或是扩充、修订先前的几个版本时,也一而再地有相同的体验。

——列夫·托尔斯泰,1908



1.01

知道少数几件好而必要的事物，胜过知道很多
无用而平庸的东西。

精心挑选的小书房可能隐藏珍奇的财富！几千年来，来自世界所有文明国家最有智慧、最值得推崇的才智之士，将他们的智慧结晶与研究成果遗留给我们。有些思想可能连他们最好的朋友也无从闻问，却透过文字清楚地向活在另一个世纪的我们交代。是的，我们应该感激完美的书籍，感激我们生活中最高的精神成就

——爱默生(Ralph Waldo Emerson)

有很多平庸的书籍纯为娱乐你的心灵而存在。所以，只读那些公认的好书即可。

——塞尼加(Lucius Annaeus Seneca)

先读最好的书，否则你会发现时间不够。

——梭罗(Henry David Thoreau)

真正的物质毒药与知识毒药的区别，在于多数的物质毒药味道令人作呕，但以廉价报纸与坏书的形式出现的知识毒药，很不幸地，有时却很吸引人。

1. 02



我们时代的多数学者都存有世上最糟糕的偏见，认为人可以没有信仰地过活。

多少世纪以来，每个时代的人都想有些起码的模糊概念，了解自己生存的根源、起始与最终目的。宗教满足这项要求，阐明使所有人像兄弟般结合在一起的关系，也让他们了解他们有相同的根源、相同的生活使命与相同的最后目标。

——马志尼 (Giuseppe Mazzini)

每一种宗教的基本意义都是要答复“我为何活着，我对周遭的无限世界应怀着什么态度？”的问题。不论是最成熟或最原始的宗教，无一不以定义人对世界的态度作为根本。

所有宗教的核心都存在一个单一的统一真理。让犹太人戴着帽子，基督徒挂着十字架，回教徒带着弯月，但我们必须记得，这些都只是表征。所有宗教的普遍本质都是爱你的邻居，不论是马努夫、琐罗亚斯德、佛陀、摩西、苏格拉底、耶稣、圣保罗与穆罕默德，都是这么要求。

——佛吕格 (Ewald Flugel)

人若过着没有信仰的生活，便是过着动物般的生活。



1.03

知道真正智慧法则的人不如喜爱这些法则的人，喜爱的人又不如实践的人。

——中国谚语

人随时都得注意的重要问题是：我们的行为是否得当？在我们称之为生命的简短历程里，我们的举止是否顺从带我们来到这世界的力量的意志？我们的行为是否得当？

在我身处困境时，我祈求神帮助我。但服侍上帝是我的责任，他却没有服侍我的义务。只要记得这点，我的负担便会减轻。

我们必须诚实、责无旁贷地做好该做的工作。不论我们期望有一天能成为天使，或是我们自认根源于蛞蝓，都没有关系。

——鲁斯金(John Ruskin)

如果你认为生命的目的只是追求快乐，生命便会变成残酷、没有意义的东西。你必须拥抱人类智慧、你的理智与你的心性告诉你的讯息：生命的意义在于服侍引领我们来到世界的力量。那么，生命便成为不变的欢愉。

1.04



即使不愿意,我们还是可以感受到与其余人类的关系。工业、贸易、艺术、知识,特别是共同的道德,都把我们连结在一起。

善良的人不论有心或无意,都会彼此帮助,邪恶的人则故意互相作对。

——中国谚语

每个人都有各自的负担,不可能没有旁人的协助而活下去。因此,我们必须互相扶持,相互以安慰、劝告与警惕支持对方。

——神思书(Book of Divine Thoughts)

所有亚当的子女都是同一个身体的一部分。当有个部分受苦,其他部分都会跟着受苦。如果你漠视别人的苦难,你就不配叫作人。

——沙迪(Muslin - ud - Din Saadi)

人类的历史是人性迈向更大团结的运动。



1.05

言辞的伤害有时明显，有时不明显，看不到自己言辞对别人的伤害，不表示伤害就比较小。

枪伤或许还可以治疗，唇舌造成的伤口却永不愈合。

——波斯格言

不以言辞冒犯的人，是个完美的人……舌头虽小，却有大用。要注意，小东西也可以惹出大麻烦。

——新约雅各书 3:2,5

听到有人说别人坏话，不要高兴地加入讨论。听到别人的恶行时，不要听到最后，尽可能忘掉你听到的话。听到别人的美德，要牢牢记住，并转述给其他人知道。

——东方格言

要倾听辩论，但自己不要太过介入。

——果戈里(Nikolai Gogol)

我要注意自己的行为，不让舌头犯罪。

——旧约诗篇 39:1

要警惕自己不可以言辞挑拨是非，破坏人们的团结。

1.06



努力行善很重要,但更重要的是避免作恶。

治人事天莫若嗇,夫唯嗇是谓早服,早服谓之重积德,重积德则无不克,无不克则莫知其极。

——老子

至少投入一半的精力清除空泛的愿望,很快你就会发现,这样做会带来更大的实践与快乐。

——艾匹克蒂塔(Epictetus)

神考验众人,有时透过财富,有时利用贫穷。考验富人是否对需要帮助的人伸出援手,考验穷人则看他是否满足、认命地承受所有的苦难。

——犹太教法典(The Talmud)

怒火像最快的马车一样飞奔,懂得控制愤怒的人才是好车夫。其他人只知拉住缰绳,他们没有真正的力量。

——法句经(Dhammapada)

不论你试过多少次,千万不要放弃驾驭自己的激情。每次尝试都能削弱激情的力量,使它变得更容易驾驭。



务必与人维持亲和的关系。如果你对人不亲切，你便未尽到你的主要义务。

要尊重每一个人，不论他是何等的卑微与可笑。要记得活在每个人身上的是和你我相同的性灵。

——叔本华 (Arthur Schopenhauer)

不要狠心对待受诱惑的人，要试着安慰他们，因为你也会希望获得安慰。

——神思书

(1) 今日事今日毕。(2) 自己能做的事，不要强迫别人做。(3) 骄傲的代价远高于食物、饮料、庇护所或衣服等必需品。(4) 想到那些可能发生但没有发生的事让我们受苦，实际已经发生的事却不会。(5) 发脾气时，在开口说话或做任何事之前，先数到十。如果还不能平静下来，就数到一百。仍然平静不下来，就数到一千。

——杰佛逊 (Thomas Jefferson)

人愈是仁慈、体贴，愈能发现别人的仁慈。仁慈丰富我们的生活，让神秘的事物变得明确，困难的事情变得容易，乏味的事情变得趣味十足。