



新华博识文库

尼采的博客

对生活、宇宙以及万物的42个深度思考

42: DEEP THOUGHT ON LIFE, THE UNIVERSE AND EVERYTHING

[英] 马克·弗农/著
江舒/译

当今最具思想深度、最易理解、最通俗流行的哲学随笔之一。

——朱利安·巴吉尼 英国哲学家、《哲学家杂志》创办人

新华出版社

新华博识文库

I561.65
F602

-54

尼采的博客

对生活、宇宙以及万物的42个深度思考

42: DEEP THOUGHT ON LIFE, THE UNIVERSE AND EVERYTHING

[英] 马克·弗农/著
江舒/译

I561.65
F602

新华出版社

图书在版编目(CIP)数据

尼采的博客:对生活、宇宙以及万物的42个深度思考/(英)弗农著;
江舒译.——北京:新华出版社,2010.12
ISBN 978-7-5011-9495-7

I. ①尼… II. ①弗… ②江… III. ①散文—作品集—英国—现代 IV. ①I561.65

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第238977号
著作权合同登记号:01-2010-3563

42: Deep Thought on Life, the Universe and Everything
Copyright © 2008 by Mark Vernon
Copyright Licensed by Oneworld Publications arranged with
Andrew Nurnberg Associates International Limited
中文简体字专有出版权属新华出版社

尼采的博客:对生活、宇宙以及万物的42个深度思考

作 者:(英)马克·弗农
译 者:江舒
责任编辑:黄绪国
出版发行:新华出版社
地 址:北京石景山区京原路8号
网 址:<http://www.xinhupub.com> <http://press.xinhuanet.com>
邮 编:100040
经 销:新华书店
印 刷:北京竹曦印务有限公司
开 本:710mm×1000mm 1/16
印 张:12.5
字 数:160千字
版 次:2011年1月第一版
印 次:2011年1月第一次印刷
书 号:ISBN 978-7-5011-9495-7
定 价:25.00元

温馨提示: 本社“新华版短信书友会”新书直订 发短信至:13651277005
本社图书策划中心诚征品位畅销选题 发邮件至: xhchzx@163.com

购书热线:010-63077122 中国新闻书店购书热线:010-63072012
图书如有印装问题请与出版社联系调换:010-63073969

前言 | 我们究竟该怎样生活

42是《银河系漫游指南》^①（The Hitchhiker's Guide to the Galaxy）中名为“深思”（Deep Thought）的超级电脑所计算出来的数字，也是生活、宇宙和万物的答案。当然，这并不是一个答案，而只是一个玩笑。但这是否是一个伤感的笑话呢？是否在暗示，其实没有最终答案？或是一种智慧？表明答案并不存在于数字这类抽象概念中，而存在于人的实际生活中？我认为“深思”很明智。在这本书中，我选取了42句格言（均由有过丰富人生经历的人所写），并将其作为寻求更完整生活的起点。

这并非易事，任何尝试平衡工作与生活的人都知道这一点。一旦你“开始这项计划”或“发现这个秘密”，那么改变生活就易如

①《银河系漫游指南》：英国作家道格拉斯·亚当斯（Douglas Adams）创作的著名科幻系列小说的第一部。这个系列共5部，其中第三部名为《生活，宇宙及万物》（Life, The Universe and Everything）。

反掌——但这都是借口，也是许多自助书籍尽管出于好意，但往往让人失望或自满的原因。本书试图过滤沉渣，努力探寻真正带来改变的思想。

我的灵感源于哲学：不是探索规律或谜题的哲学，而是提出“我应该如何生活”的问题的哲学。这也是古代哲学家了解自我的方式。他们的哲学追求意义与见解，受实际生活的挑战与理性结果的激发，其目的并不仅限于准确的理解，也在于个人的自我改造。

古人非常喜欢格言警句。他们相信，尽管你真正的目的在于鼓起你的生活之帆，但理性就像船舵，能将你导向正确的航向。苏格拉底曾说，智慧并不像水那样，能从水壶倒入盆中。生活的智慧彰显于习惯、选择、热情与内省中。

幸福与快乐是一个古老的话题，也是人生永恒的问题。而本书则介绍了一种不同的探索这一问题的方法：通过运用比喻、掌故、问题和语录，将哲学应用于生活的丰富与精彩之中。

目 录

前言：我们究竟该怎样生活.....	1
约翰·斯图尔特·穆勒 问自己是否幸福的人已无幸福可言。.....	1
赫拉克利特 性格即命运。.....	9
柏拉图 我们所讨论的并非平常小事，而是如何正确地生活。.....	14
苏格拉底 没有经过思考的人生是不值得过的。.....	18
歌德 “了解自己”？如果我了解自己，我会马上跑掉。.....	20
艾米莉·狄更生 要说出全部真理，但不能直说；成功之道，在于迂回。.....	25

甘地

如果你希望世界改变，那么你必须先按照这个期望来改变自己。30

大卫·休谟

选择毁灭整个世界，还是选择划伤自己的手指，从理性上来讲，
两者并不矛盾。…………… 34

贺拉斯

把握今日！…………… 38

巨蟒

人群：“是的，我们都是个体！”个人：“我不是！”…………… 44

托马斯·格雷

无知是福，大智若愚。…………… 48

帕斯卡

人的不幸只有一个原因——他无法安静地待在一个房间。…………… 55

赫胥黎

具有基督教和酒精的一切优点，而没有两者的缺点。…………… 60

政治口号

情况只会越来越好。…………… 63

- 威廉·詹姆斯
就哲学思考而言，思想家和处于热恋中的人是一样的。…… 68
- 亚里士多德
渴求友谊的欲望来得很急，但友谊却非如此。…… 73
- 孔子
己所不欲，勿施于人。…… 78
- 雅克·德里达
礼物是你不应该感谢的东西。…… 82
- 盖瑞·努曼
我们的朋友是电子的！…… 85
- 无名氏
爱是盲目的。…… 88
- 简·奥斯汀
最高的道德，我们并不到大城市里去寻找。…… 91
- 斯派克·米利甘
金钱买不到幸福，却能买到更愉悦的痛苦。…… 95

尼采的博客——对生活、宇宙以及万物的42个深度思考

塞内加

如果你想挑战无欲无求的朱庇特，那么你也必须无欲无求。… 98

米歇尔·福柯

灵魂是身体的监狱。…………… 100

昆汀·塔伦蒂诺

我们工作吧。…………… 105

甘地

自由与受奴役都是精神上的状态。…………… 109

马可·奥勒留

性，就是器官的相互摩擦，伴随着少量粘液的间歇性分泌。… 111

贝托特·布莱希特

唯有饱暖，方思伦理。…………… 118

G·K·切斯特顿

人们常说，旅游能开阔眼界，但你自己首先要有自己的见地。… 122

尼采

匆忙是普遍的，因为每个人都在逃离自我。…………… 127

- 欧内斯特·海明威
一只猫总是会带来另一只猫。…………… 131
- 让-吕克·戈达尔
摄影是一种真实，而电影是一种每秒24格的真实。…………… 135
- 麦克白
无忧的睡眠。…………… 138
- 弗朗西斯·培根
万能的上帝首先建造了一座花园。…………… 140
- 爱德华·艾比
为增长而增长，是癌细胞哲学。…………… 144
- 道格拉斯·柯普兰
一项新技术的理想，就是梦想有一天能被更新的技术所代替。… 148
- 詹姆斯·洛夫洛克
那些为后代留下更好的生活环境的生物，会得到自然的偏爱。… 151
- 哈里·卡拉汉
我觉得自己幸运吗？嗯，那你呢？…………… 155

尼采的博客——对生活、宇宙以及万物的42个深度思考

詹姆斯·布朗奇·卡贝尔

乐观主义者宣称，我们生活在最美好的世界；而悲观主义者
则担忧事实真是如此。…………… 161

伍迪·艾伦

我不想通过我的作品来达到不朽，我想要通过永生不死来实
现不朽。…………… 163

意第绪谚语

真相仅取决于上帝，有一点取决于我。…………… 169

柯勒律治

哲学在疑惑中开始，也在疑惑中结束。…………… 174

附录：42句名言的英文原文 …………… 177

约翰·斯图尔特·穆勒^①

问自己是否幸福的人已无幸福可言。

你可能认为人类会就某些事情达成一致，这些事情并不是指马麦酱三明治是美味还是令人作呕，也不是指喇叭裤是时尚创意还是一大败笔，而是指“幸福是什么”这样的事情。当然，这个问题仍有待思考。但是，人类史已有25万年，哲学史有2500年，而互联网独特的革命性历史也有丰富的25年，我们有理由相信人们在这一点上已有共识。毕竟，无论在何时何地，微笑都是幸福的标志。而且，幸福也应该成为大家的共识，因为幸福正是人们活着的理由。

然而，幸福史却是一段悲伤的传说。世界上总有一些乐观主义者，而享乐主义者正是其中之一，他们将幸福等同于快乐，并追求

^①约翰·斯图尔特·穆勒 (John Stuart Mill, 1806-1873)，英国哲学家、经济学家和逻辑学家，实证论者和功利主义者，主要著作有《政治经济学原理》《论自由》《功利主义》等。

最大程度的快乐。亚里斯提布^①就是这样一个人，他一生都在追求快乐。他很聪明，只有苏格拉底斥责了他，指出无限制的享乐会使他成为自己欲望的奴隶，根本就不会幸福。对此，亚里斯提布的回应简单而激进，他决定沉溺于更强烈的快乐中，这种快乐甚至会超越他自己所渴望的程度，从而使自己凌驾于快乐之上，而不是让快乐驾驭自己。

但是他的这种方法有一个缺点：过度的快乐会带来痛苦，甚至会引发死亡。叙拉古的国王狄俄尼索斯一世（Dionysius I of Syracuse）就是亚里斯提布的仰慕者，他因在酒神节上纵情欢饮而死，临死前才发现过度享乐的致命性。赫格西亚斯（Hegesias）也是亚里斯提布的门徒，他对此的回应则是完全推翻这一哲学：他提出，真正的幸福是避免痛苦，而不是沉溺于享乐。由于痛苦与享乐如此接近，所以应同时消除这两者，那么自杀是唯一理性的选择。这一结论使赫格西亚斯被人们称为“死亡演说家”。他在亚历山大城的演讲肯定非常有说服力，因为他当时的演讲引发了一连串的学生自杀案。就算这些学生是非常满足地死去，但他们通过自杀获取幸福也是有代价的，那便是他们导师的不幸。而且，由于这些导师非常痛苦，他们甚至还禁止赫格西亚斯的演讲。自那以后，道德权威人士强调，快乐并不是人们随意追求的事物。享乐主义是他人幸福的阻碍。

另一个问题则是：一个人对自己的幸福有怎样的影响。当然这取决于许多条件：饮食的供应、家人和朋友的爱，或远离灾难和罪

^①亚里斯提布（Aristippus of Cyrene, 435? -356? BC），古希腊哲学家，苏格拉底的弟子，昔勒尼学派创始人，快乐主义倡导者之一。

恶等，而一个人对这些事物的控制权很小，或完全无法控制。即使在今天，世界上至少有三分之二的人很难享有这些必需条件。对于其余的人而言，这些必需条件也随时可能从自己的生活中消失，从而成为一个潜在威胁。因此，犬儒学派（the Cynics）提倡自制和自足，尽管这样会减少与他人共处的乐趣。或像斯多葛学派（the Stoics）那样，提倡随大流——这也是可以的，但当所谓的“大流”如同城市交通一样拥堵时，就比较困难了。

基督教徒则更进一步激化了这个问题。奥古斯丁是基督教早期神学的理论大师。一天，他在米兰的街头看到一个乞丐。他对那个场景印象深刻，因为当时那个乞丐正有说有笑。此时，一股深深的悲伤之情涌上这位圣徒的心头。他的生活过得不错，那一天，他正准备去给国王作演讲。他精力充沛，雄心勃勃，不仅因尘世的成功，也因内心的平静而幸福。而在那一刻，当他看到这个几乎一无所有的人的微笑时，他却不由地向朋友倾诉自己的痛苦。这个乞丐一无所有却很幸福，而他却不幸福。而且，即使他知道这个乞丐的幸福可能是虚幻的——这个乞丐可能是喝醉了或是疯了，但这仍启发了他：自己过去所选择的道路不过是计谋与策略，永远无法达到一种朴素的状态，无法拥有发自内心的快乐。之后，他还意识到，幸福如同太阳和口渴：你无法把太阳看得清清楚楚，也不能一劳永逸地解决口渴的问题。

为什么会这样？奥古斯丁认为，这源于人类希望获得极度愉悦的欲望。正如《人类的堕落》的故事里所描述的，亚当与夏娃的原罪在后来的每一个个体身上都显露无遗。整个人类的邪恶史就是不相信上帝的结果。男人与女人陷入一个恶性循环而无法自拔，逃不

出乌云密布的天空。如此恶劣的状况使得奥古斯丁断定，人们在今生是无法获得幸福的。任何人，只有在其自私随其死亡而逝之后，才会得到上帝的拯救，也才有可能获得满足。看一眼这个世界：你可能并不是基督教徒，但你不得不承认，奥古斯丁的悲观主义中的确有一种强大的力量。

但也有一些基督教徒不认同这一观点。在启蒙运动中，一些思想家就反对这一理论。他们重新提出乐观主义，其基础是他们视为人类进步的事物。无论是通过收成的增加、人口的增长，或明显的精神成果，正如杰里米·边沁^①曾写道的，“幸福感都在持续递增”。最大多数人获得最大程度的幸福，不仅是可以实现，也是必定会实现的。18世纪的乐观主义者宣称，18世纪是人类最幸福的世纪。“幸福不仅很美好，而且也是人的一项权利”这一思想在当时非常盛行。

然而，他们这种对于自己命运的理解如同米兰乞丐的幸福一样不切实际。边沁的当代信徒也承认，就如与他同时期的卢梭^②所说，人类所获得的进步也许并不能增进幸福，却的确能通过三种方式毁灭幸福。首先，获得进步所依赖的一些因素（如竞争意识）会引起人们的焦虑。其次，进步会滋长一些欲望（如占有欲），从而引发人们的不满。第三，进步会激起人们的期望（如对幸福的渴望），从而扰乱人们内心的平静。卢梭评论道：“我们身处如此多的哲

①杰里米·边沁（Jeremy Bentham, 1748-1832），英国哲学家和法学家，功利主义伦理学的代表，认为利益是行为的唯一标准和目的，每个人关心自己的利益，就会达到“最大多数人的最大幸福”。

②卢梭（Jean-Jacques Rousseau, 1712-1778）法国思想家、文学家，著有《契约论》《爱弥尔》。

学、文化、优雅举止和崇高的谚语中，但我们所拥有的不过都是虚伪肤浅的外表：毫无内在美德的荣誉，毫无智慧的思维，毫无幸福的愉悦。”

如果我们在幸福这个问题上很难达成一致，或许我们应该换个策略来解决这个问题。也许我们应该确定不幸福的定义是什么。想想这样一个例子：一个人饱受病痛折磨，徘徊在死亡边缘，痛苦不堪，还拒绝了医生所提供的疼痛缓解药物治疗。这个肯定是一个毫无争议的不幸福的案例了吧？但伊壁鸠鲁^①却不这么认为。他在人生最后的日子就与肾结石带来的极度痛苦为伴，而且也没有阿司匹林这类药物可以使用，对此，他有绝对的发言权。然而，他临终前并没有寄希望于肾衰竭能给他带来不幸之中幸运的解脱。他愉悦地死去。他表示，痛苦很容易忍受，因为生活中快乐的事情，其愉悦程度能盖过痛苦，如同毯子能盖住火焰；他只需回想与朋友交谈的愉悦，相比之下，那些痛苦就显得很苍白了。甚至，因为这些记忆拥有的力量如此强大，其所带来的幸福感也极为强烈。满足所带来的平静照料着他的身心。因此，即使伊壁鸠鲁的平静看起来未必是真的，但将其作为不幸福的案例肯定也是有争议的。而且实际上，这件事情本身也让我们明白了三个道理。

首先，思考幸福本身并不能使人幸福。正如学习不一定会使人明智一样，研究幸福并不会使人的脸上自动露出微笑。以想要戒烟的人为例。他们决定担负起责任，回避他们习惯抽烟的地方，当他们感到抽烟的欲望强烈时，他们就会找事情做，让自己忙起来，最

^①伊壁鸠鲁（Epicurus，341-270BC），古希腊哲学家，最先提出社会契约说，主张人生的目的是追求幸福。

后会和自己信任但却有害的圆柱形朋友永别。这是一种表现意愿的行为。他们希望此后能够说：“我刚刚戒烟了。”但接下来难题就出现了。一旦他们问自己将如何戒烟时，他们只是看到自己未来的决心。此前他们曾试过多少次？这个过程将会有多么困难？没有烟的日子，时间是多么漫长！萨特^①注意到，从决定戒烟到讨论戒烟这个过程是一个从第一人称到第三人称转移的过程。在这种情况下，戒烟的个人不再得过且过，此时，戒烟也相对简单，因为只需在提及戒烟的这一时刻付诸行动即可。相反，如果不是这样的话，他们看着自己不断持续，却总是在想自己到底怎样才能戒烟。也许正是因为如此，人们才常说自己永远也戒不了烟，但却会一直努力戒烟。谈论幸福也有着同样的效果。幸福是一种不自觉的状态，对幸福投入过多关注反而会更难获得。或者正如约翰·斯图尔特·穆勒所说的：“问自己是否幸福的人已无幸福可言。”

其次，幸福并不是人们所想的那样。将幸福等同于快乐看似一个很自然的假设，但当快乐逐渐远去时，人们开始发现幸福所依赖的事物和快乐无关，如尊严、承诺。亚里士多德就理解了这一点，他曾论证：幸福不是一种体验，而是一个行为；幸福更像是友谊，而不是快乐。或换言之，幸福就像爱：即使浪漫的感觉不是常常都有，你还是会爱自己的伴侣；同样，在任何时刻，无论你的感受是怎样的，你都能够幸福。

幸福与痛苦也有很大的关系。大多数人凭直觉会认为，孩子是

^①萨特（Jean-Paul Sartre, 1905-1980），法国哲学家、作家，存在主义代表人物，拒绝接受1964年诺贝尔文学奖，著有哲学著作《存在与虚无》、小说《恶心》、剧作《群蝇》等。