

人生这一段旅程，需要一本好书。像哲人那样讲话，像朋友那样谈心。

名家论人生系列

[法]米歇尔·德·蒙田 (著) 马海鹏 (译)

蒙田论人生



世纪出版集团 上海人民出版社

蒙 田 论 人 生

---

[法]米歇尔·德·蒙田 (著)

马振聘 (译)



世纪出版集团 上海人民出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

蒙田论人生/(法)蒙田(Montaigne, M. D)著;马  
振骋译. —上海:上海人民出版社,2011  
(名家论人生)

ISBN 978-7-208-09877-0

I. ①蒙… II. ①蒙… ②马… III. ①随笔-作品集  
-法国-中世纪 IV. ①I565.63

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 039818 号



出品

出品人 邵敏  
责任编辑 张莉  
助理编辑 蔡艳菲 余虹  
封面装帧 范乐春

---

**蒙田论人生**

(法)蒙田著  
马振骋译

---

世纪出版集团

上海人民出版社出版

(200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.cc)

世纪出版集团发行中心发行

上海商务联西印刷有限公司印刷

开本 890×1240 1/32 印张 6 插页 2 字数 124,000

2011 年 4 月第 1 版 2011 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-208-09877-0/B·864

定价 25.00 元

# 目录

---

-----  
论心灵的力量/001

论待人处世/007

论无知/014

论自我认知与反省/018

论欲望与野心/037

论荣誉/045

论退隐/054

论简单人生/060

论判断/070

-----  
论死亡/076

论痛苦/086

论谎言/091

论胆怯与勇气/097

论意志/102

论公义与私利/105

论友谊/113

论人与自然/118

论悔恨/126



-----  
论教育/130  
论学问与知识/134  
论亲情与衰老/141  
论差异与和谐/146  
论品德/149  
论灵魂/152  
论恒定与变化/156

-----  
论矛盾与经验/162  
论目标与追求/167  
论感觉/170  
论讨论与探索/174  
论财富/177  
论祈祷/179  
论爱情/181

# 论心灵的力量

心灵的功能有高尚的也有低下的,谁看不到这点,就不能对它有所认识。心灵平静时,或许对它观察得最清楚。情欲的风暴会吹着它向高处飘升。此外,它会专注在一件事上,全力以赴,从不会同时处理两件事。心灵处理事情不是根据事情本身,而是根据它自己本身。

事情可能都有它本身的重要性、尺度和条件。但是事情临到我们,心灵就会按照自己的意思去任意修饰。死亡对于西塞罗是可怕的,对于加图是可盼的,对于苏格拉底是无所谓的。健康、良心、权威、知识、财富、美以及与以上这些相反的东西,在进入心灵时都脱去了自己的衣衫,而接受心灵给予的新衣衫和它喜欢的花色:褐色的、绿色的、浅的、深的、刺目的、柔和的、深刻的、表面的。每个心灵都是各选各的,因为它们不是共同去检验它们的风格、规则和形式;各个心灵在自己的领土上都是王后。所以不要在事情的外在品质上找借口,责任在于我们本身。

---

心灵的激动是不是也会扰乱和挫伤心灵本身？心灵的力量在于灵活、尖锐、敏捷，然而是不是也因灵活、尖锐、敏捷而使心灵困扰，陷入疯狂？是不是最精微的智慧产生最精微的疯狂？犹如大爱之后产生大恨，健壮的人易患致命的病；因而，心灵激动愈少愈强烈，养成最出奇、最畸形的怪僻；旋踵之间就可以从一个状态转入另一个状态，从失去理性的人的行动中可以看出，用脑过度必然产生疯狂。谁不知道任凭思想放浪不羁疯疯癫癫，和严守德操一丝不苟臻于极点，这两者的区别几乎是不可察觉的，柏拉图说忧郁的人是最可塑造和最杰出的人，因而也是最易陷入疯狂的人。

多少英雄志士都是毁在他们自身的力量和聪明上。塔索是意大利最明事理、最聪敏的诗人之一，作品透剔晶莹，古意盎然，长期来其他诗人都难望其项背，就因为他天才横溢，思想活跃，最后成了疯子。毁了他的神志的这种敏思，使他失明的这种明白，使他失去理性的这种对理性的不差毫厘的理解，使他变得痴呆的这种对学问孜孜不倦的追求，使他既不用操练也不用思想的这种罕见的思想操练，这一切有什么值得他感激的呢？当我在弗拉拉看到他时，他萎靡不振，死气沉沉，既不知自己是谁，也认不出自己的作品，引起我的愤怒多于同情；他的作品未经修改也未加整理就出版，他虽看在眼里，已不知道出自何人之手。

---

人是会犯错误的,这一点至少让我们在改变看法时行为为更加谨慎克制。我们应该记住,不管理解了什么,常会理解到一些错误的东西,同样都是通过这些时常会自相矛盾和迷误的心灵。

因为心灵稍一遇到变化便会左右摇摆,自相矛盾也就毫不奇怪了。我们的理解、判断和其他心灵功能都受到肉体行动和改变的影响,而肉体又是在不断行动和改变的。我们健康时不是比患病时精神更抖擞,记忆更清晰,言辞更生动吗?我们的灵魂接受事物,在欢欣愉快时和痛苦忧郁时,看到的面目不是也会不一样吗?您认为卡图鲁斯或萨福的诗句,在一个吝啬刻薄的老人读来,跟一名朝气蓬勃的青年感到同样愉快吗?阿纳克桑德里德斯国王的儿子克里昂米尼生病,他的朋友责备他脾气和想法跟平时不一样,他回答说:“我想是不一样的,因为我不是健康时的我,我换了一个人,我的脾气和想法也就不同了。”

肉体的激情对心灵会产生很大的震撼,但是心灵本身的激情会产生更大的震撼;心灵受制于自身的激情,有时甚至可以这样认为,没有心潮澎湃,心灵也静止不动,犹如海洋中的一艘船,无风也就不会颠簸。遵循逍遥派学说而这样主张的人,他不会



---

过分责备我们,既然一致公认最美好的心灵活动来自激情的推动,或者需要激情的推动。他们还说,没有愤怒的参与不会有完美的勇敢。

我们在愤怒时打击坏人和敌人最厉害。说情人要引起法官的愤慨才会得到公正的判决。激情使地米斯托克利奋发;激情使德摩斯梯尼兴起;激情促使哲学家通宵达旦,四方讲学;激情鼓动我们去为荣誉、学说、健康做有益的工作。

苦难中灵魂表现的这种怯懦,可以在良心中产生悔罪和内疚,对上帝的惩罚和政治的压迫如对天灾那样敏感。同情促使我们宽仁,畏惧使我们清醒,遇事好自为之;多少好事是由野心促成的?多少是由自命不凡带来的?总之没有一桩大好美德不附带骚乱激动。因为上帝的恩惠是要激发情欲,打破宁静,才会在我们身上产生效应——情欲如同刺激和鼓励,鞭策心灵去采取符合美德的行动。伊壁鸠鲁派要上帝不要干预和关心人间琐事,这不也是其中理由之一吗?要不然就另有想法,把情欲看作是风暴,搅得心神不宁,难以为情。“没有一丝微风掀起波涛,海面就会平静如镜;同样,没有一点情欲搅动心灵,心灵也会如一潭死水。”(西塞罗)

---

有人说我们的利益应该寓于品德,有人说我们的利益寓于享乐,又有人说归于自然;有人说是学问,有人说是没有痛苦;有人说不要受表面的迷惑(这种说法仿佛跟老毕达哥拉斯的那种

---

说法很接近,这也是皮浪派的目的)。

纽玛希厄斯,遇事不惊,

这几乎是唯一能够保持幸福的方法。

——贺拉斯

亚里士多德认为遇事不惊是灵魂高尚的表现。阿凯西劳斯认为判断有根有据,态度不屈不挠是好事,但是同意和实行则是罪恶和坏事。当他把这句话作为坚定不移的信条时,他背离了皮浪主义。皮浪派说至福在于不动心,不动心是判断的完全终止;他们不是作为积极的方式提到的,而是心灵平稳的摆动,使他们避过深渊,保持安详泰然,有了这样的心态,也就不会受其他的侵袭。

---

我们所以那么不耐烦去忍受疼痛,是不善于去发现心灵中的主要满足,对它没有足够的期待,其实它是我们处境和行为的唯一至高无上的主宰。身体只有一种状态和一种反应,除了程度上的不同。而心灵多姿多彩,变化无穷。身体上的感觉与其他一切外界事件,不论是什么样的,心灵感受后都会作出反应。然而必须对它探讨研究,激发它内在的强大活力。任何理智、规章和力量都不能牵制它的倾向与选择。它具备成千上万种感应,让它作出一种最有利于我们太平无事的感应,这样的话我们不但能够免受任何冲击,若适当的话还要欢迎,甚至鼓动冲击与痛苦。

---

佝偻的身材背不起重担，心灵也是如此。必须让心灵开朗飞扬才能顶住这个死敌的压力。因为心灵害怕时就永远不会安宁。一旦心灵安宁了，它就可以自豪地说焦虑、恐惧、甚至微不足道的烦恼不足以干扰它。这差不多超越了我们人类的处境。

心灵成了情欲与贪婪的主宰，匮乏、羞耻、贫困和其他一切厄运的主宰。谁能够就应去获得这种心灵优势。这才是至高无上的自由，给我们养成浩气去取笑武力与不公，嘲弄监牢与铁链：

我叫你戴上手铐脚镣，  
交给一个恶吏看管，——神会来救我的。  
——你是说：我会死的，以死来一了百了？

——贺拉斯

在我们的宗教中，人最可靠的基础就是蔑视生命。不光是理智的推理要我们这样去做：有一件东西失去后不可能后悔，我们又为什么害怕失去呢？还因为我们受到那么多死亡方式的威胁，害怕一切方式还不如忍受一种方式而少受些痛苦吗？

---

# 论待人处世

---

人与人相处是一项非常有用的学问。就像文雅与美丽，都有助于交际与熟悉的最初接触；从而向我们敞开大门，向其他人的楷模行为学习，若学到了有所启发和值得交流的东西，也可培养自己成为别人的楷模。

人际交往中最有趣的或许莫过于我们彼此为了争权夺利而较劲，有的体现在体力上，有的体现在智力上，这一切跟王权是无关的。事实上我经常觉得，对待君王过分尊敬，反而是对他们的怠慢与侮辱。因为在我的童年，有人跟我比武有意留一手，觉得若用全力我就不能做他们的对手，我就感到无比恼火。因为每个人都觉得自己不值得努力跟他们较量，这类事我们天天看到发生。如果谁见到他们对胜利多少有点追求，没有一个人不是设法让他们满足，宁可有益于自己的荣誉也不愿冒犯他们的尊严；大家都尽力去增添他们的光彩。每个人都捧着他们，他们

---

在比武中又能做什么？

与人交往方面，我经常注意到这个缺陷，我们不去认识别人，而一心标榜自己，不思努力获取新知识而兜售自己的货色。沉默与谦虚是交谈中非常有用的品质。当这个孩子得到知识后，要教导他谦虚谨慎；有人在他面前说话不中听，听到不要怒形于色；因为抨击一切不合自己心意的东西，这是极不礼貌的讨厌行为。让他乐于自我改正，不要自己不愿做的事都怪别人，不要跟大众的习俗背道而驰。“做人聪明也可以不张扬，不傲慢。”  
(塞涅卡)

讨论让人学到东西，同时又锻炼口才。我若跟一位有主见的人和强手讨论问题，他就会不断出手，令我左右难以招架；他的想象力会刺激我的想象力，嫉妒心、荣誉感、凝神专志会催促我，推动我超越自己。在讨论中你唱我和意见一致，那是最没劲的。

由于我们的思想在跟俊彦人士切磋中得到磨炼提高，决不能说跟凡夫俗子日常不断的交往会使我们变得迟钝与衰退。这方面不存在传染与扩散。我从切身经验知道是怎么一回事。我



---

喜欢思想交锋与讨论,但是这是跟少数人,是为了我自己。在权贵面前拿腔作势,唯恐不能卖弄自己的才学与三寸不烂之舌,我觉得一位有识之士是不屑这样去做的。

---

苏格拉底遇到有人对他的言论有不同意见,总是含笑接受,我们可以说这源自于他的自信力,最终优势总是在他那一边,他接受它们更增添一份他的光荣。但是从另一方面我们看到自视甚高与轻视对方最会使我们的感情变得脆弱,按理来说,弱者更愿意接受对方有利于他提高与改进的意见。

实际上,我有意多接近对我严厉的人,而少接近对我害怕的人。跟崇拜我们的人,和礼让让我们的人打交道,谈不上乐趣,而且还是有害的。安提西尼告诫他的子女决不要感谢和宽恕对他们唱赞歌的人。在激烈的论战中,我被对方有力的道理所折服,也从而战胜了自己,我对这样的胜利非常自豪,远远超过我利用对方的弱点而把他战胜的喜悦。

---

有人抱住一句话、一个比喻不放;有人只沉浸在自己的思路中,再也感受不到人家反对他的是什么,他想到的是自己的想法,不是你的想法。有人感到自己底气不足,害怕一切、拒绝一

---

切,一开始就语无伦次,或者争到激烈时赌气一声不出;虽然无知得可怜,还要装出高傲的蔑视或者傻乎乎的谦逊来逃避交锋。

这个人只顾到攻击,没有料想自己是多么暴露。那个人字斟句酌,满口都是道理。还有人发挥嗓音与肺活量的优势。这里有人作出自我否定的结论,那里有人用毫无意义的开场白与废话说得你晕头转向!有人纯然以辱骂为武器,平白无故找岔子吵架,来摆脱别人对他的紧逼,不敢与之来往。最后还有不讲道理的,但是用他一套教条与花言巧语把你困在辩证法的围墙内。

---

我每天跟自己讲道理,逐渐摆脱这种幼稚与非人性的做法:我们希望用自己的痛苦去博取朋友的同情与怜悯。我们夸大自己的不幸去赚取他们的眼泪。我们赞扬别人遭逢厄运时表现坚定,但是我们遭逢厄运时责怪亲友无动于衷。他们听了我们的不幸感到难过,我们对此不满足,还要他们伤心苦恼。开心的事应该与人共享,伤心的事尽量抹掉。没有理由要人可怜的人,有了理由也无人可怜。就因为无人可怜,就总是要人可怜,也经常可怜巴巴的,以致谁都不认为他可怜了。谁在活着时装死人,也易于在死去时被人看成活人。

我还见过有些人因为人家说他们容光焕发、气闲神定而勃然大怒,强制自己不笑是因为害怕暴露他们病体已愈,恨身体健康是因为这样就没人怜惜了。

---

对我来说,没有交流就没有任何乐趣。每次心里产生一个高兴的想法,若是一个人独自琢磨,找不到人共享,我就会闷闷不乐。“若有人给我智慧,又提出条件只许我一人独有,不可使别人得知,这样我会拒绝接受。”(塞涅卡)另一人说这话的调子更高。“假定一位智者生活这样的环境,物质上应有尽有,可以自由自在沉思,从从容容学习一切值得了解的东西;即使有这样的条件,他若注定孤身独居,永远见不到别人,他宁可离开这样的生活。”(西塞罗)我同意阿契塔的看法,就是在天上没有人作伴,独自在巨大神圣的天体上散步,也是很无趣的。

但是独自一人还是比有个讨厌无味的人在身边要好些。亚里斯提卜喜欢到处独来独去。

如果命运允许我随心所欲生活……

——维吉尔

广泛接触世界,有助于对人性的判断,可以做到洞若观火。我们都自我封闭,目光短浅,只看到鼻子底下的东西。有人问苏格拉底从哪儿来。他不回答说:“从雅典。”而是说:“从世界。”他经天纬地,把宇宙看做是自己的城市,从全人类的角度来议论他的学问、他的交往与他的感情,不像我们只顾到自己的眼前。

---

处理人世事务的品德,是一种包容各层面曲曲折折观点的品德,在实施时要考虑到人性的弱点,它复杂和做作,不直率、明白和恒定,也不完全纯洁无辜。

人走进人群中央,应该迂回前进,夹紧胳膊,有时后退有时前进,根据遇到的事甚至还要离开正道;他必须更多按他人而不是按自己的意志生活;不是按自己的建议,而是按人家的建议,按时间,按各人,按事情而处世。

柏拉图说谁清清白白逃出世事的操纵,真是靠神迹才会脱身。他还说,当他主张用他的哲学家来充当政府首脑,他说的不是像雅典政府这样腐败的政府,更不是我们的政府,在那里智慧毫无用武之地。犹如把一种草移植到完全不符合条件的土壤里,能做到的是草适应土壤,不是土壤适应草。

每件事物都有不同的特点与境况,要看清和选择其中最有利的去做实在无能为力,这就使我们举棋不定和手足无措。当一切考虑都对我们不合适时,最可靠的方法以我来看,是采取最