

超译尼采

Die weltliche
Weisheit von
Nietzsche

从尊敬 一事无成的 自己开始

【德】尼采 著
【日】白取春彦 编译
杨明绮 译

长江文艺出版社

【德】尼采 著

【日】白取春彦 编译 杨明绮 译

超译尼采

Die weltliche Arbeit von Nietzsche

从尊敬
一事无成的
自己开始



长江文艺出版社



江苏教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

超译尼采：从尊敬一事无成的自己开始 / (德) 尼采原著，
(日) 白取春彦编译，杨明绮 译. -- 武汉：长江文艺出版社，
2016.9

ISBN 978-7-5354-8998-2

I. ①超… II. ①尼… ②白… ③杨… III. ①尼采，F.W. (1844-
1900) - 语录 IV. ①B516.47

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第160744号

著作权合同登记号：17-2016-201

超訳 ニーチェの言葉 白取春彦

“Choyaku Nietzsche no kotoba” by Haruhiko Shiratori

Copyright © 2010 by Haruhiko Shiratori

Original Japanese edition published by Discover 21, Inc., Tokyo, Japan

Simplified Chinese edition is published by arrangement with Discover 21, Inc.

策 划：李 勇 张 婷

营销编辑：王宏丹

责任编辑：吴 双 周 媛

责任校对：周 杨

封面设计：今亮后声 HOPESOUND
pinko@163.com

责任印制：张 涛

出版：长江出版传媒  长江文艺出版社

地址：武汉市雄楚大街 268 号

邮编：430070

发行：长江文艺出版社

北京时代华语图书股份有限公司 (电话：010-83670231)

http: //www.cjlap.com

印刷：北京中科印刷有限公司

开本：880毫米×1230毫米 1/32 印张：9.5

版次：2016 年9月第1版 2016 年9月第1次印刷

字数：150千字

定价：39.80 元

版权所有，盗版必究

(图书如出现印装质量问题，请联系 010-83670231 进行调换)

生于 19 世纪后半叶、殁于 20 世纪初 (1844-1900) 的德国哲学家尼采，24 岁就被聘为巴塞尔大学教授，但任教仅 10 年，便因为生病疗养的关系，辞去教职，周游欧洲各地，创作他独特的论述。

尼采的著作中，最广为人知的就是《查拉图斯特拉如是说》。就算没听过这部著作，也应该听过理查·施特劳斯作曲的《查拉图斯特拉如是说》，这首曲子是电影《2001: 太空漫游》的主题曲。

虽说尼采是哲学家，但他不是那种思索、论述抽象难解事物的人，他只是批判当时的基督教道德，极力主张最重要的是现世的真理、善，以及道德。也就是说，他是为活在现世的

人们创造哲学思想。

尼采之所以留名后世，是因为他那敏锐的洞察力。将其独特的观点、盎然的生命力、不屈的灵魂、高傲的意志，化为一句句名言与短文，打动许多人的心。

尤其是简短的警句与短文，更是彰显出他那不凡的思考力。本书特别从他的作品中挑选了反映现代人心灵层面的佳句短文，加以编纂成册。

尼采的哲学，应该说是独特的思想，不同于康德和黑格尔的文体宏大，多是以热情文思缀成的短句与短文。

虽说是短句，却充满尼采式的发想魅力，好比这样的论述：“人类的肉体存在着莫大的理性，还有称为精神的小理性。”如此大胆的发想，确实带有艺术般迷人的魅力，不是吗？

若是像康德那般耿直的哲学家，肯定会论

述自己这么说的理由，但尼采只是轻描淡写地丢出一个发想而已，就这点来说，比起哲学家的头衔，他更像艺术家。

从古至今，对于尼采的流言蜚语与误解，从未断过。譬如，批评他的观点是纳粹思想的根本，散布虚无主义哲学，主张反犹太主义等。

认为希特勒与纳粹分子深受尼采影响的说法，简直是恶意中伤。希特勒和纳粹分子都是那种为了填补内心的空虚，恬不知耻地曲解各种领域的思想，借以虚张声势的人。

也有可能是因为尼采的妹妹曾向纳粹分子靠拢，所以崇尚马克思主义的匈牙利哲学家卢卡奇才会提出尼采是纳粹主义先驱的说法，加深世人对尼采的误解。

批评尼采是反犹太主义者，其实也有欠公允，应该说他反宗教主义比较恰当。尼采到底讨厌宗教的哪一点呢？概括说来，应该就是对

于宗教这般另一个世界的东西，也就是神与那个世界，对道德尺度予取予求的态度，十分反感吧。而且不仅如此，尼采思考的是更贴近现世人类必须具有的道德观，因此尼采的思想被称为“存在主义的先驱”。

所以尼采不是主张虚无主义的哲学家，反倒是批评虚无主义最厉害的人。Nihilism(虚无主义)，Nihil在拉丁文中是“无”的意思，虚无主义认为这世界没有绝对价值与真理的存在。现代社会可说是虚无主义时代，因为将商品价值相对化(相对价值)而失去了其最根本的价值。

其实对现代人来说，金钱与利润就是绝对价值，要是找不到绝对价值，内心就会惶惶不安。

直到十九世纪，基督教道德都是西欧的绝对价值与真理。然而尼采认为，基督教只是一

种教人相信虚无价值的宗教罢了。这种道德是假的，不是为活着的人们设想的宗教。

那么，金钱和利润就是现代社会的新绝对价值吗？尼采批评这只是替代神的一种价值，只是为了逃离虚无主义所创的一种新虚无主义。

摘自《查拉图斯特拉如是说》里的一句话：

“我们在永远的‘无’中漂流，不是吗？”此外，他的遗稿《权力意志》里也有一句话：“对于现今道德的怀疑，将会席卷这世界吧！”仿佛预言了当今世界的状况。

其实，尼采的哲学观点没有那么艰涩难懂，只要试着阅读一下，就能感受到一股莫名的兴奋感。当然出版本书最大的目的，不是让读者感到兴奋，而是希望大家都能思考人生的意义，这就是尼采的独特魅力。



从尊敬一事无成、毫无成就的自己开始。

- 002 尊敬自己，才能拥有改变的力量
- 003 不要只在乎名声
- 004 别在疲惫不堪时反省自己
- 005 睡眠是最好的调节方法
- 006 自我表现的三种方式
- 007 人生最重要的事，就是找到自己的专长
- 008 懂得克制，才能主宰自己的行为
- 009 弄清楚动机，才能找到方向
- 010 看似不起眼的行为，也会产生长久的影响
- 011 一切从了解自己开始
- 012 坦然接受自己的蜕变
- 015 用放大镜检视自己
- 016 用行动赢得别人的信赖
- 017 解释会禁锢我们的思想，失去思考的本质
- 018 想要了解真正的自己，先回答这些问题

- 019 乐于付出才能得到最纯粹的喜悦
020 无法引人注目的原因
021 人生苦短，只允许我们专注自己的目标
022 恐惧由心生
023 发自内心，才能成就好事
024 每天都离目标更靠近一步
025 你之所以觉得孤独，是因为不知道怎么爱自己
026 能让自己安心的地方，就是安居之所
027 自己就是人生最大的财富



让自己更喜悦吧！

- 030 喜悦永远不嫌多
033 满足是种奢侈
034 晨起静思

- 035 并非所有的喜悦都是正面积极的
- 036 工作是你生活的重心
- 037 再没有比有人陪在身旁更美妙的事
- 038 享受一知半解时的学习乐趣，才能不断进步
- 039 悦人也悦己
- 040 让喜悦永驻心中
- 041 享受当下
- 042 精神层次越高，越能对细微的事物感到喜悦

III 生

请选择不被欲望操控的人生。

- 044 不开始，就不会有进展
- 045 活用经历过的事，打造最精彩的人生之旅
- 046 充满活力的事物，才能产生良善的影响
- 047 懂得舍弃，才能往前迈进
- 048 活得无怨无悔

- 049 态度坚决才能赢得众人的认同
050 若想过着安逸的人生
053 打破陈腐思想，才能脱胎换骨
054 埋首工作，等待转机到来
055 计划永远赶不上变化
056 用更真诚的眼光，重视基本生活
057 爱清洁的人，自然幸福
058 懂得构思生活，才能品味生活
059 别被占有欲操控
060 眼里只有目标，便会迷失人生方向
061 人终须一死，更要积极向前
062 身为人类的宿命



为何心灵自由的人都是智者呢？

- 066 拥有轻盈的心
067 心中有光，才能看到希望之光

068	熟悉的风景是让内心沉稳的力量
069	创造每天的历史
070	改变观点，才能逆中求胜
071	小习惯也能改变人生
072	平等背后隐藏的是欲望
073	看似是优点，其实不见得是优点
074	胜利绝非偶然
075	胆小者注定是输家
076	瞧不起别人，是因为内心怯懦
077	事实容易被情绪掩盖
078	多数人都是为反对而反对
079	没有永远的敌人
080	狡猾的虚荣心
081	灵魂偏爱奢侈之水
082	厌倦是因为不求自我成长
083	人为何觉得无趣
084	疲累时就停止思考，好好休息
085	快感与不快感，都是从思维而生
086	为何自由的人很潇洒
087	如何把握精神的自由



亲近那些靠自己的实力创出一番成就的人。

- 090 交友之道
- 091 主动与朋友交流
- 092 拥有四种美德
- 093 挚友的相处之道
- 094 君子之交淡如水
- 097 你需要的是能让自己成长的人际关系
- 098 好管闲事的人，绝对交不得
- 099 适时装傻是必要的
- 100 唯有物以类聚，才能相互认同
- 101 懂得培养友情，才会有幸福的婚姻

VI
世

别被外来的力量牵着鼻子走。

- 104 超脱世间的人生态度
- 105 片面追求安定只会让人与组织腐朽
- 106 没必要讨好所有人
- 107 拥有自己的生活主张
- 108 自称有道德的人，不一定真的有道德
- 109 责备别人的同时，也是在暴露自己的缺点
- 110 不为无聊的事苦恼
- 111 不被大多数人的判断迷惑
- 112 容易迷失的原因
- 113 用支配反抗被支配
- 114 接纳批判的声音
- 115 若你的想法与组织不一致，不必觉得不正常
- 116 规则会改变环境，也会改变人心
- 117 事物代表的往往不是事物本身
- 118 人之所以为非作歹，是因为不够爱自己
- 119 暴徒的真正目的

- 120 人总会将事情解释成对自己有利
- 121 现实生活中，小心狡猾的人
- 122 小心冒牌老师的教诲
- 123 放松警戒时往往就是最危险时
- 124 快感何处寻
- 125 不要轻易相信“政客”
- 126 送礼要送得恰到好处
- 129 理性做事，不盲目
- 130 滴水之恩，当涌泉相报
- 131 受骗的悲伤
- 132 不要过分追求权势



保持个人的独特性，就能变强。

- 134 沟通需要技巧
- 135 不要老想着别人如何了

136	不要侮辱人类的天性
137	两种人
138	伟大的人可能是“怪咖”
139	真正具有独创性的人，拥有独到的眼光
140	学会适当隐藏，才能发挥领导魅力
141	没有仔细思考，再多的体验也没用
142	要赢就要赢得彻底
143	成功者会正视自己的缺点与弱点
144	约定的“真面目”
147	不必对没做过的事深感后悔
148	找到你的人生扶手
149	为梦想负责的勇气
150	真正聪明的人懂得“藏锋”
151	不要吹嘘自己的人品
152	人所渴求的东西
153	笑也可以看出人性
154	年少有成，不见得是好事
155	玩世不恭者，大多都是愤世嫉俗的人
156	能够控制自己，才能得到真正的自由
157	胆小鬼有时才危险，才要提防
158	令人蒙羞是罪大恶极的事
161	不要固执己见
162	话多的人，内心藏着秘密
163	改变思维比学习技巧更重要
164	“恶与毒”能让人变得更强