

一生的
历书

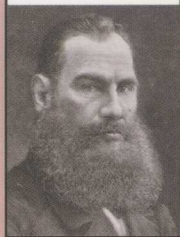
托尔斯泰的最后重要著作

俄国小说家

评论家

剧作家

哲学家



*A Calendar
of Wisdom*

[俄] 列夫·托尔斯泰◎作者
方 圆◎译

智慧历书

下

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

智慧历书

(下)

作者 列夫·托尔斯泰

译者 方 圆

④ 内蒙古文化出版社

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

地 址 呼伦贝尔市海拉尔区河东新春街4付3号

邮 编 021008

电 话 0470 - 8222592

责任编辑 苏 德

印 刷 北京一鑫印务有限责任公司

开 本 850 × 1168 毫米 1/32

印 张 12

字 数 150 千字

印 次 2009 年 9 月第 2 版第 1 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 80506 - 953 - 1

定 价 59.80 元 (上、下册)

物质生命会遭逢苦难与死亡，任何的努力也无法让自己免除苦难或死亡。但灵魂的生命既没有苦难也没有死亡，因此，要从苦难与死亡获得拯救，只有一条途径：将意识上的“自我”从物质世界移往灵魂的世界。

了解现世的方法是去认识内在的自我。靠着爱的帮助，并凭借别人的爱，我们了解其他生存的实体：人、动物、植物、石头、天体。我们也了解这些实体对自己的态度，而这些态度则创造我们知道的整体世界。了解的方法必须以世上所有创造物的团结以及爱作为基础。

还不要成就我的意志，只要成就你的意志。

——路加福音22:42

敬爱良善的本质在于灵魂对其创造者的需要，想与这道更高的光结合的欲求。

——犹太教法典

每个人身上的永恒起源一直都存在，未来也将一直存在，永远不会结束。

——婆罗门教格言

我们所了解的动物性“自我”的快乐或不幸，需要灵魂的至高意志来决定。

没有任何事比空洞的闲聊更能助长人的懒散。人最好能保持沉默，不要习惯说些兴趣、空洞的事来取悦自己。人为什么受得了这些？

说话太多的人，很难以行动履行自己说过的所有话。聪明的人总是提醒自己不要言过于行。

——中国格言

先想，然后再说。别人说“够了”，就要闭嘴。人优于动物，是因为人会说话，但如果人不懂得善用这项能力，那就比动物还不如。

——沙迪

无话可说的人，话也最多。

想阻止一个人做某件事，就要求他对这件事多表示意见。说话得愈多，采取行动的欲望愈小。

——卡莱尔

说话愈少，做事愈多。你们要留意别人。我
们要静默而高贵地来要，常常怕人

古代社会的根基是暴力，当代社会的基础是明智
的和谐与否定暴力。

你们要静默而高贵地来要，常常怕人

你们听过别人说“以眼还眼，以牙还牙”，但我要
告诉你们，不要与恶人作对，有人打你们的右脸，连
左脸也要转过来由他打。

马太福音

——马太福音 5:38-39

是以圣人处无为之事，行不言之教，万物作焉而
不辞，生而不有，为而不恃，功成而弗居。老子

老子

有人认为不用暴力不可能统治别人，所以就像对
待马一样对待别人，他们蒙住对方的眼睛，好让他们
乖巧地绕着圈子走。

老子

如果只知运用暴力影响别人，那人的理智还有何
用处？

老子

不论如何，有人动用暴力时，应该设法让他们放弃。人应该善用明智、有说服力的主张，不要诉诸普通的常识，要求助更高的精神认知。如果你获得成功，你的良心将感到最大的满足。

人相信永恒的生命，因为他们相信生命的起源是灵，所以也是永恒的。

永恒的迹象存在于我们的灵魂之中。

——恰宁

长生不老是最大的愿望，可是一旦从身体解放之后，我们就不会想回来。小孩生下来之后，还会想回到母亲肚子吗？从监狱释放出来的人，难道还会想回牢房吗？同样地，只要不是与现世的物质生命连结得太过紧密，人没有必要害怕未来从肉体解放出来。

——巴比德法典 (Tables of he Babids)

人从未出生，因为他一向存在，现在存在，未来也将存在，只有了解这点之后，人才不会害怕死亡。

当人了解生命不是一道波浪，不是一段时间，而

是像波浪般存在于现世的永恒运动之中，他相信生命不是从出生开始，也不会跟着死亡结束的人，比了解或不相信这点的人，更容易有美好的生活。

真正真实、美好与伟大的事物，总是单纯的。

真理的语言总是单纯的。

——塞尼加

往往最单纯、最没受教育的人可以轻易、下意识地了解生命的意义，而最有学问的人却没有这种能力，因为他们受过太多教育，以致无法了解最基本的单纯事情。

反复的思考几乎总是无法参透最明确与最单纯的概念。

——西塞罗

如果你想找可以遵循的典范，应该在单纯、谦卑的人当中找寻。只有在不自我宣传，也不自以为伟大的人当中，才找得到真正的伟大。

命主对其他生命体的怜悯，让我想起自己身体的痛苦感觉。身体的痛苦会随着时间的消逝，对别人的怜悯同样也会逐渐减弱。

把宗教带进生命的第一个条件，就是表现对所有生命的爱与慈悲。

——中国格言

对动物的同情和人的性格息息相关，凡是对动物残酷的人，肯定不会仁慈。

——叔本华

每一种谋杀行为都很可怕，但最可怕的莫过于吃掉你杀害的生命体，因为你是为满足口腹之欲而谋杀。

——哥斯坦 (Mikhail Golstein)

当另一个生命体的苦难令你感到痛苦时，不要顺从自己想逃避受苦者的立即反应，相反地，要尽可能地接近受苦者，试着去帮助他。

爱是超越时间而存在的神圣本质的显现。爱不只是生命的方式，也是针对他人而发的善意行动。

爱不存在于未来，只存在于此刻，不在此刻表现爱的人，根本没有爱。

即使世界责怪你，也要保持仁慈，这总比被所有人赞美，却仍是恶徒更好。

新约反映的是非常单纯的信仰：相信神并尊敬它。这和遵守法律是一样的；法律只有一种：爱你的邻人。

——斯宾诺沙

回想过去那些做得到，但却没有完成的工作，无疑是很痛苦的事，慈善工作就是一个例子。因为你拒绝期待援助的人，也阻挠自己体念完成一项既定工作的快乐。

不能与爱和谐共存的信仰，不是真正的信仰。

只要你愿意，天堂之门永远为你开启。驱除苦恼与问题，引导灵魂走向精神领域。谨慎行事，履行责任，不必为后果烦忧。要主导事件的发展，不要被事件摆布。

——印度格言

我的弟兄们，若有人说自己有信仰，却没有行为，这又有何用？这信仰救得了他吗？若是兄弟或是姐妹，赤身露体，又缺乏日用的饮食。你们中间有人对他们说：“平平安安的去吧，愿你们穿得暖，吃得饱。”可是却不给他们身体需要用的，这有什么益处呢？所以，没有行动的信仰就是死的。……这样看来，人必须以他的行为来判断，不能单纯信仰。……身体没有灵魂是死的，没有行动的信仰也是死的。

——雅各书 2；14-18，24，26

知道法律却不去实践的人，有如耕地却不去播种。

——东方格言

努力是道德提升的必要条件。

身体好逸恶劳，却自认可以过着高尚精神生活的人，可说大错特错。

身体是灵魂的第一个学生。

——梭罗

努力是人最真实的优点，人只有在努力当中，才能在他真正的光芒中显现出来。

——可兰经

受到辱骂时，要努力去爱辱骂你的人。如果你责骂别人，则要努力纠正你所造成的过错。

人了解生命的法则时，便会显现存在身上的神性。

自天子以至于庶人，一是皆以修身为本，其本乱而末治者，否矣。

——孔子

人最终只能达成他们设定的目标，因此，要尽可能为自己设定最高的目标。

实践善良的法则和日常的物质成就无关，物质的成就与道德的良善有时会发生抵触，物质的缺失能成就精神的提升。

有时候，我们看不出我们的苦难与罪恶之间有何关联，但两者的关系确定存在。

“我的善行获得恶报”然而，如果你爱你施惠的对象，那你已获得报酬。因此，怀着爱心做的一切，都是为自己而做。

美德的报酬是了解善行。

——西塞罗

要探讨让自己受苦的罪恶起因。有时罪恶是自己行为的直接结果，有时是自己长久前所做坏事转化而成。但根源一定在你身上，拯救之道在于改变自己的行为与生活方式。

有些人说话，只图博得机敏的虚名，却并不关心地真理的讨论，仿佛语言形式比思想实质还有价值。有些人津津乐道于某种陈词滥调，而其意态却盛气凌人。

那些喜欢出语伤人者，恐怕常常过低估计了被伤害者的记忆力和报复心。

善于保持沉默也是谈话一种艺术。

讲话绕弯子太多令人厌烦，但过于直截了当又会显得唐突。能掌握此中分寸的人，才算精通了谈话的艺术。

知识只是工具，不是目的。

人的知识有限，因为他们试图了解一些无法了解的东西：例如神、永恒与灵魂；或是一些不值得了解的东西：像是水如何结冻，新的数字理论，或是病菌如何散布疾病等。但唯一真正的知识是如何度过生命。

认为知识是生命中第一要务的人，有如飞身扑向烛火的蝴蝶，不但引火上身，也熄灭了烛火。

“学者”的头衔表示这个人上过学校，做过研究，但不表示他获得任何真正重要的知识。

——李希登伯格

生命的目的是实践人的意义，不是获得更多的知识。

忏悔永远优先于追求完善。有人认为忏悔并不重要，是令人遗憾的事。

任凭罪恶的起因置身自己面前是危险的事，在这种状况下忏悔是不可能的。

——罗伯森 (Frederick William Robertson)

不接受错误，就是增加错误。

我的灵魂承载着重担。在我漫长的一生中，我未曾让任何人快乐，不论是朋友、家人或甚至我自己。我做过很多坏事……我是引爆三次重大战争的祸因，约八十万人因为我的缘故丧生在战场，他们的母亲、兄弟、寡妇都为他们哭泣。如今，这一切都横在我和上帝之间。

——俾斯麦 (Otto von Bismarck)

要活得心安，让自己可以放心对心灵倾吐一切。

生命中愈是重要的事，如果你加以滥用，未来对你的伤害便愈大。人的不幸与悲哀往往起因于滥用我们生命中最珍贵的工具：理智。

当理智成为罪恶与激情的奴隶，以及谎言的帮凶时，理智不仅受到扭曲，而且变成一种疾病，让我们无法分辨真假、善恶与是非。

——恰宁

人想要运用知识答复“我为何存在于这个世界？”的问题时，一定会感到晕眩。人的智慧无法为这类的问题找到答案，这代表什么呢？这表示我们没有为这些问题找到解答的智慧。我们的智慧只能答复“我应该如何生活？”这样的问题。而答案非常简单：“我们应该为带给世人美好的事物而活。”

理智的目的是要揭示真理，因此，运用理智的活动颠倒真理，是有害的误解。

只有了解自己弱点的人，才能宽容邻人的弱点。

孩子，如果有人以言语辱骂你们，不要太在意。在你的祷告中保持沉默，请求你的朋友来排解纷争，为你以及辱骂你的人之间找到和平。

——犹太教法典

不能宽恕别人等于是破坏自己必须横越的桥梁，
因为每个人都需要宽恕。

——贺伯特 (Edward Herbert)

只要探索自己的灵魂深处，几乎一定都会发现我们责怪他人的相同罪恶。如果没有在自己的灵魂中发现某种特别的罪，那就应该更仔细地找，我们甚至会发现更严重的罪。

丢颗石子到很深的河流中，并不会激起太大的水花。有信仰的人如果因为别人的批评而受伤害，那他并不是河流，只不过是浅浅的池塘。你若宽恕别人，别人也会宽恕你。

——沙迪

让自己投身在别人的处境，我们便会抑制自己的骄傲。

人们若都愿意遵守法律，世上便不再有贫富之分。

有个人来见耶稣说：“夫子，我该做什么善事，