

真正的勇者，

可以被打倒，可以被毁灭，
可以忍受命运的暴虐和无助的孤寂，
但无法容忍精神家园的荒芜。

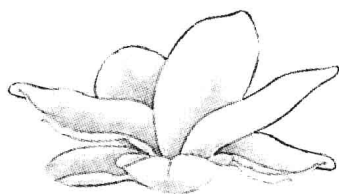
大家给大家的
美的请柬



那些扣击心灵的
经典哲理美文

姜翠平 常爱卿 编著

问渠 哪得 清如许



问渠哪得清如许

➔ 那些扣击心灵的经典哲理美文

WenQu NaDe
QingRuXu

姜翠平
常爱卿 编著

图书在版编目 (CIP) 数据

问渠哪得清如许：那些扣击心灵的经典哲理美文/姜翠平，
常爱卿编著. —北京：新世界出版社，2012.3
ISBN 978-7-5104-2535-6

I. ①问… II. ①姜… ②常… III. ①散文集—世界 IV. ①I16

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第001171号

问渠哪得清如许：那些扣击心灵的经典哲理美文

作 者：姜翠平 常爱卿

责任编辑：于海英 杨艳丽

责任印制：李一鸣 黄厚清

出版发行：新世界出版社

社 址：北京市西城区百万庄大街24号 (100037)

发行部：(010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总编室：(010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版权部：+86 10 6899 6306

版权部电子信箱：frank@nwp.com.cn

印刷：北京中印联印务有限公司

经销：新华书店

开本：710×1000 1/16

字数：380千字 **印张：**18.5

版次：2012年5月第1版 2012年5月第1次印刷

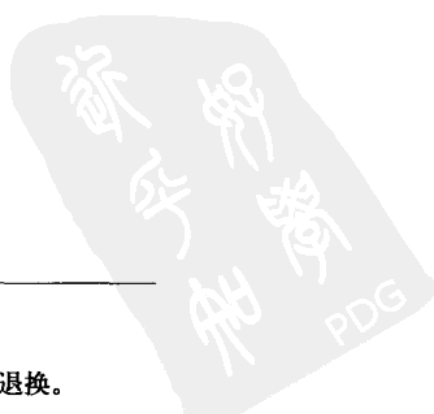
书号：ISBN 978-7-5104-2535-6

定价：29.00元

版权所有，侵权必究

凡购本社图书，如有缺页、倒页、脱页等印装错误，可随时退换。

客服电话：(010) 6899 8638





序言 Preface

寻一方精神家园

人充满劳绩，但还诗意地安居在大地之上。

——〔德国〕荷尔德林

这句诗深受海德格尔的推崇，他认为：“人在现实中总是痛苦的，他必须寻找自己的家园。当人们通过对时间、历史、自然和生命的思索明白了家之所在时，他便获得了自由，变成‘诗性的存在’。”海德格尔所谓的“家园”，即指人类灵魂栖居的精神家园。

“人的灵魂来自一个完美的家园，那里没有我们这个世界上任何的污秽和丑陋，只有纯净和美丽。灵魂离开了家园，来到这个世界，漂泊了很久，寄居在一个躯壳里面，它忘记了自己是从哪里来的，也忘记了家乡的一切。但每当它看到、听到或感受到这世界上一切美好的事物时，它就会不由自主地感动，它就觉得非常舒畅和亲切——它知道那些美好的东西来自它的故园，那似曾相识的纯净和美好唤醒了它的记忆。于是它的一生都在极力地追寻着那种回忆的感觉，不断地朝自己的故乡跋涉。人的生命历程就是灵魂寻找它的美丽故乡的归途。”柏拉图如是说。

不管我们身在何处，拥有怎样的地位，我们依然会倍感寂寞与孤独，仍然需要寻找自己的精神家园。在生命的绵长历程中，我们总是行色匆匆，唯有在精神家园的怀抱中，我们才能真正感受到物我两忘的轻松与惬意。

真正的勇者，可以被毁灭，可以忍受命运毒箭的肆虐和无助的孤寂，但无法容忍精神家园的荒芜。当他们守望的精神家园遭受喧哗与躁动的毁灭性蹂躏时，他们往往会选择以身殉道，用自己的肉身捍卫家的纯粹。《老人与海》里的桑提亚哥，在海上搏斗了两天两夜，



问渠哪得清如许

那些叩击心灵的经典哲理美文

最后仅仅赢得了一具空空的鱼架。老人虽败犹荣，高傲地说：“人生来就不是为了被打败的，人能够被毁灭，但是不能被打败。”茨威格说：“我的精神上的故乡已毁灭，我再也没有地方可以从头开始我的生活了，”然后，他端起酒杯，微笑地与妻子对视，以苏格拉底式的从容，静静地死去。

但是，在今天，面对着钢筋水泥打造的摩天大楼，面对着熙来攘去的滚滚人流，在飞速穿过的车流面前，我们更多的是迷失，迷失在红绿灯闪烁的十字路口，更迷失在人生的岔路口。很多人都怀着浓浓的乡愁，渴望能够找到自己的精神家园。

我们所追寻的精神家园究竟迷失在哪里？究竟如何才能寻回我们的精神家园？

朱熹在《观书有感》中写道：“半亩方塘一鉴开，天光云影共徘徊。问渠哪得清如许，为有源头活水来。”读书是一种收获，可以让我们受益一生。读书，让我们在朦胧的世界中，学会用缤纷绚烂的生活积累去塑造自我、塑造人生。

本书选取了诸多经典哲理美文，其内容涉及人生的方方面面，它们有的睿智凝练，让心灵为之震撼；有的灵气十足，宛如一线罅隙中奔涌而出的清泉，悄然渗入心田。编者还在每篇文章的结尾处附注了“哲语沉思”，引导您去品味其哲思与意蕴。

一篇美文就是一道独特的人生风景，让您品味生活的千滋百味；一则故事就是一泓深邃的哲理清泉，助您开启生命的智慧之光。充满哲理的美文，教会我们用心去拥抱生活，用爱去点燃希望。阅读本书，您可以在轻松愉快的氛围中聆听动人的故事，感悟人生的真实韵味，洗去遮蔽心灵已久的尘埃。



目录 Contents

第一卷

用智慧寻找生存的空间

- | | |
|----------------------------------|----------------------------------|
| 002 人,一种无常的存在..... [印度] 阿罗宾诺 | 011 你要懂得生活..... [德国] 康德 |
| 004 如何活着..... [古希腊] 德谟克利特 | 012 都市人如何抵抗压力..... [德国] 齐美尔 |
| 005 思想的探索者..... [英国] 劳伦斯 | 013 不可替代的生活根基
..... [德国] 海德格尔 |
| 006 地狱箴言..... [英国] 威廉·布莱克 | 014 决战人生每一天..... [日本] 池田大作 |
| 007 书卷长伴一生
..... [法国] 安德烈·莫洛亚 | 016 希望不会骗人
..... [英国] 塞缪尔·约翰逊 |
| 009 追逐时髦
..... [法国] 亨利·德·蒙泰朗 | 017 忍受蠢人的评判..... [俄国] 普希金 |
| 010 我一直创造着..... [法国] 罗曼·罗兰 | 018 生活的两面性..... [美国] 富兰克林 |

第二卷

直视人性的弱点

- | | |
|---------------------------|-------------------------|
| 021 诱惑迷人心窍..... [黎巴嫩] 纪伯伦 | 024 怒气伤害了谁..... [英国] 培根 |
| 022 论骄傲..... [德国] 叔本华 | 026 谦虚是美德吗..... [英国] 罗素 |
| 023 不可或缺的虚荣心..... [英国] 培根 | 027 自恋的根源..... [英国] 罗素 |



问渠哪得清如许

那些叩击心灵的经典哲理美文

- 028 无益的负罪感..... [英国] 罗素
029 猜疑的流沙
..... [英国] 托马斯·德昆西
030 自私者的下场..... [英国] 培根
031 怜悯是恶德..... [古罗马] 奥古斯丁

- 032 生活的奴隶..... [黎巴嫩] 纪伯伦
034 世间曾有一个小丑
..... [俄国] 屠格涅夫
035 人性从未屈服..... [俄国] 谢德林

第三卷

时间犹如天地一瞬

- 039 不为时间所迷..... 丰子恺
041 瞬间即是永恒..... [俄罗斯] 邦达列夫
042 勤劳的生命..... [意大利] 达·芬奇
043 时间价值
..... [加拿大] 罗·威·塞维斯
045 命运漠视一切..... [英国] 罗素
046 向死而生的旅程..... [英国] 劳伦斯

- 047 永劫回归..... [捷克] 米兰·昆德拉
048 时间的抚慰..... [法国] 伏尔泰
049 生命中最重要的
..... [美国] 萨密斯·柯什尔
051 迎接今天..... [美国] 奥格·曼狄诺
053 正与反..... [法国] 加缪

第四卷

等待是美丽的坚持

- 056 翹与禱..... [美国] 克莱恩·沃森
057 未感孤独
..... [美国] 亨利·大卫·梭罗
059 以等待为乐..... [德国] 亨利希·施颇尔
060 门内潜藏的奥秘
..... [德国] 克里斯托弗·马尔滕
061 过一种坚忍的生活..... [德国] 叔本华
063 填补空虚..... [印度] 克里希那穆提
064 爱的天国..... [美国] 海伦·凯勒

- 066 生活值得过..... [美国] 威廉·詹姆斯
067 思想永不止步..... [苏联] 高尔基
068 建造空中楼阁
..... [美国] 亨利·大卫·梭罗
069 一切还不迟
..... [美国] 鲍森·布朗·沃尔夫
070 未来不可预知
..... [古罗马] 马可·奥勒留

第五卷

选择是一种艺术

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------------|
| 073 我为何而生..... [英国] 罗素 | 082 不着眼于好看..... [德国] 康德 |
| 074 该走哪条路..... [英国] 劳伦斯 | 083 爱情是选择
..... [墨西哥] 奥克塔维奥·帕斯 |
| 075 因小而失大..... [美国] 富兰克林 | 084 难得一遇..... [英国] 培根 |
| 076 独处生活的回报..... [美国] 梅·萨顿 | 086 激情燃烧的代价..... [德国] 康德 |
| 078 残缺的爱..... [智利] 佩德罗·普拉多 | 087 笑容的背后..... [美国] 克莱贝尔 |
| 079 生活的艺术..... [法国] 安德烈·莫洛亚 | 088 迷恋不等于爱..... [墨西哥] 德佩雷拉 |
| 081 命运的选择权..... [德国] 齐美尔 | |

第六卷

在守望中追寻

- | | |
|----------------------------|-----------------------------|
| 094 爱的使命..... [俄国] 列夫·托尔斯泰 | 102 爱与憎常并存..... [德国] 叔本华 |
| 095 施舍的树..... [美国] 谢尔·西弗斯汀 | 103 父爱无声..... [美国] 卡尔·克里斯托夫 |
| 097 一生的守望..... [荷兰] 赫·布洛魁仁 | 106 友谊之于人..... [英国] 培根 |
| 099 幸福的红玫瑰..... [美国] 阿·戈登 | 107 爱的代价..... [美国] 弗洛姆 |
| 101 自由之爱..... [印度] 克里希那穆提 | 109 守望的天使..... 三毛 |

第七卷

爱情是最美的结局

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| 113 男人与女人..... 张爱玲 | 123 圆满的婚姻..... [英国] 罗素 |
| 114 真正的恋爱..... [日本] 池田大作 | 124 恋爱也无法解脱人生..... [德国] 叔本华 |
| 115 女人的身体..... [加拿大] 玛·阿特姆德 | 125 甜美的体验..... [美国] 爱默生 |
| 116 理想中的女人..... [丹麦] 克尔凯郭尔 | 126 爱情的真相..... [法国] 拉罗什富科 |
| 117 生活在爱情中..... [德国] 齐美尔 | 128 共度爱的四季..... [美国] 约翰·格雷 |
| 119 第二性规则..... [法国] 卢梭 | 129 走出爱的歧途..... [法国] 卢梭 |
| 120 寻找最佳的伴侣..... [日本] 大川隆法 | 130 两性的吸引力..... [德国] 叔本华 |
| 122 初恋永远最美好..... [丹麦] 克尔凯郭尔 | 132 爱在人生中的位置..... [英国] 罗素 |



第八卷

在凡俗中遇见未知的自己

- | | |
|----------------------------|-----------------------------|
| 135 认识自我..... [黎巴嫩] 纪伯伦 | 145 征服自己..... [美国] 奥里森·马登 |
| 136 创造理想的自己..... [日本] 大川隆法 | 146 不可推卸的责任 |
| 138 无法填充的空虚..... [德国] 弗洛姆 | [英国] 威廉·巴克莱 |
| 140 生命的恩赐..... [美国] 马克·吐温 | 147 驱逐无知..... [英国] 弥尔顿 |
| 141 在未知中燃烧 [英国] 劳伦斯 | 148 生的沉思..... 卢迈 |
| 142 生活需要妥协吗 | 149 真正的生命..... [俄国] 列夫·托尔斯泰 |
| [美国] 爱因·兰德 | 150 引路的影子..... [波兰] 普鲁斯 |
| 144 真正的勇敢..... [德国] 康德 | 153 溺身于情..... [英国] 培根 |

第九卷

韶华易逝，且行且珍惜

- | | |
|----------------------------|----------------------------|
| 156 生活哲思..... [英国] 雪莱 | 162 未见新思想..... [法国] 乌尔法特 |
| 157 捍卫尊严的方式..... 袁昌英 | 163 理想与幸福 |
| 159 永不屈服 | [苏联] 奥斯特洛夫斯基 |
| [俄国] 康·巴乌斯托夫斯基 | 165 生活是美好的..... [俄国] 契诃夫 |
| 160 两条路..... [德国] 让·保尔·克里特 | 166 生活在此刻..... [美国] 丽莎·普兰特 |
| 161 为健康而忧虑..... [日本] 池田大作 | 167 生命的召唤..... [美国] 惠特曼 |

第十卷

为灵魂寻一处栖息之地

- | | |
|----------------------------|------------------------------|
| 170 内心的沉沦..... [古希腊] 朗吉弩斯 | 181 真正的单纯..... [法国] 弗朗索瓦·费奈龙 |
| 171 保留内涵..... [黎巴嫩] 纪伯伦 | 182 灵魂的渴望..... [德国] 尼采 |
| 173 灵魂的完善..... [德国] 齐美尔 | 183 从意识开始..... [俄国] 列夫·托尔斯泰 |
| 175 舍弃自我..... [日本] 东山魁夷 | 185 独断在怀疑中..... [日本] 三木清 |
| 176 光明不可征服..... [美国] 汤米·琼斯 | 186 英雄崇拜..... [英国] 卡莱尔 |
| 178 酣梦初醒时..... [美国] 霍桑 | |

第十一卷

美可以拯救世界

- | | |
|----------------------------------|----------------------------|
| 189 永恒之美..... [法国] 雨果 | 195 艺术的愉悦..... [德国] 威廉·狄尔泰 |
| 191 女性之美..... [苏联] 苏霍姆林斯基 | 196 性爱的魅力..... [英国] 劳伦斯 |
| 192 非永恒性的价值..... [奥地利] 弗洛伊德 | 198 美的智慧..... [日本] 池田大作 |
| 193 爱美的天性常在
..... [美国] 雷切尔·卡森 | 199 美在心中..... [苏联] 苏霍姆林斯基 |
| 194 形式之美..... [俄罗斯] 邦达列夫 | 201 谈美..... [黎巴嫩] 纪伯伦 |
| | 202 美的真谛..... [俄罗斯] 邦达列夫 |

第十二卷

淡品百味人生

- | | |
|---------------------------|----------------------------|
| 205 尽情享受..... [法国] 蒙田 | 215 光荣的荆棘路..... [丹麦] 安徒生 |
| 206 最后的抗议..... [英国] 毛姆 | 218 生活的本色..... [英国] 罗素 |
| 207 孤独之歌..... [西班牙] 麦斯特勒斯 | 219 悠闲生活..... [英国] 弗农·李 |
| 208 人生各有不同..... [丹麦] 勃兰兑斯 | 221 为何迷惘..... [美国] 塔拉·布莱克 |
| 210 人生如蜉蝣..... [美国] 富兰克林 | 223 最美的纪念..... [奥地利] 茨威格 |
| 212 同情百万富翁..... [英国] 肖伯纳 | 224 生命的热忱..... [美国] 拿破仑·希尔 |
| 213 要生活得惬意..... [法国] 蒙田 | 225 人生可笑又滑稽..... [法国] 蒙田 |
| 214 寂寞是一种清福..... 梁实秋 | |

第十三卷

幸福一直在这里

- | | |
|-----------------------------|---------------------------|
| 229 幸福之路..... [俄国] 列夫·托尔斯泰 | 239 幸福难得..... [日本] 松下幸之助 |
| 230 生活在此岸..... [印度] 泰戈尔 | 240 真正的财富..... [俄罗斯] 邦达列夫 |
| 231 伏哉游哉..... [德国] 海因里希·伯尔 | 241 简单生活..... [美国] 丽莎·普兰特 |
| 233 生活的智慧..... [苏联] 高尔基 | 242 持久的幸福..... [法国] 卢梭 |
| 235 生命一去不复返..... [俄罗斯] 邦达列夫 | 243 人生无目的..... [美国] 弗洛姆 |
| 237 未知恶魔的束缚..... [美国] 爱因·兰德 | |



第十四卷

生命合于自然之道

- | | |
|-----------------------------------|-----------------------------------|
| 246 扫把上的沉思
..... [英国] 乔纳森·斯威夫特 | 255 生命在于使用..... [法国] 蒙田 |
| 247 当老之将至..... [英国] 罗素 | 256 现实需要超越
..... [美国] 亨利·大卫·梭罗 |
| 249 归于安宁..... [英国] 劳伦斯 | 257 以追求舒适为目的..... [英国] 赫胥黎 |
| 250 爱之旅..... [印度] 泰戈尔 | 259 遗忘混烦忧..... 梁实秋 |
| 252 死亡的强迫..... [英国] 劳伦斯 | 261 自然之道..... [美国] 伯罗蒙塞尔 |
| 253 死亡如影随形..... [奥地利] 弗洛伊德 | 263 不完满才是人生..... 季羡林 |

第十五卷

世界美如斯

- | | |
|----------------------------------|-------------------------------------|
| 266 海鸥的尊严..... [英国] 约翰·罗兰 | 276 地下的玫瑰树根
..... [智利] 加·米斯特拉尔 |
| 267 猛虎和蔷薇..... 余光中 | 277 天鹅之歌..... [法国] 布封 |
| 269 北极的紫罗兰..... [意大利] 罗大里 | 280 大树的寓言..... [西班牙] 麦斯特勒斯 |
| 271 两片树叶的故事
..... [美国] 艾·巴·辛格 | 281 雨珠、露珠与泪珠
..... [伊朗] 尤素福·埃森萨米 |
| 273 欲望的沙漠..... [法国] 纪德 | 282 前方的火光..... [俄国] 柯罗连科 |
| 275 六月的草莓
..... [德国] 雅·伊瓦什凯维奇 | 283 夜莺的自由..... [法国] 米什莱 |



第一卷

用智慧寻找生存的空间

假如生活欺骗了你，
不要悲伤，不要心急！
忧郁的日子里需要镇静。
相信吧——愉快的日子将会来临！
心儿永远向往着未来，
现在却常是忧郁。
一切都是瞬息，一切都将会过去，
而那过去了的，就会成为亲切的怀恋。

——[俄国] 普希金

人，一种无常的存在

[印度] 阿罗宾诺

人是一种非终极的无常的存在。高处的圣光照耀着我们的身心，那里才是我们神往的终极所在，那里昭示着我们从有限的、苦难的尘世走向自在的解脱之道。

我是说人的心灵被禁锢于肉体之中，而在可能存在的意志力之中，心灵并不是至高无上的，因为心灵并不占据着绝对的真理，而只是绝对真理的天真的探索者。绝对真理被人的心灵之外的某种超智性的或神秘的意志力占据着。这种超智性与神圣的知者和创世者那无穷的智慧和无尽的意志力不可分割，它自在自为，是充满活力的意志之源。超智性便是超人，人类下一个非凡的进化便是走向超人的存在。

从人走向超人是我们的生命进化中下一个能够达到的成就，其必然性合于我们内在精神的意向与自然生命进化的逻辑。从物质世界和动物进化到人，这种可能性既已实现的事实是降临中的圣光之第一次闪现，是神性诞生于物质之中的第一个遥远的兆示。从人类世界中诞生出超人将是这种神圣兆示之希望的圆满实现。从我们被肉体束缚着的灵魂中正在出现与力量、幸福 and 知识联为一体的神秘的目光之晕，超智性将会是那闪耀着的光彩之形成。

超智性的存在并不是将自身的天性发展到顶峰的人，也不是比人类的伟绩、知识、权力、智性、意志、性情、天才、活力、神圣、爱恋、纯洁或完善更高一级的限度。超智性是超越于人的灵性与人的有限性之外的某种存在，它是比人类天性中可能出现的最高意识更伟大的意识。

人是一种智性的存在，其智力的显现因和物质性的大脑联为一体而受制、而含混、而贬抑。即使是处于最佳的状态，智性也只是通过大脑这个附属物而对至高的力和自由之可能性作出较为清晰的闪现；如果与神圣的力量隔绝，它便不可能超越某些狭隘而可怕的限制而对我们的生活作出改变。这是一种受制的力，常常表现为利益的仆人或侍者，用以满足我们的生命或肉身的种种娱乐性欲望。而神圣的超人则是神秘的精灵，其超智性虽在上方却也能洞察下界的一切，它将把握我们的智性与肉身，它将使我们的灵魂、生命与身体发生本质性的变化。

心灵体现着存在于人身上的最高的力，但这是一种求知中的、迷茫的、本身在不停地

挣扎着的力。即使心灵极其明亮之时，它也不过是一线微光的折射罢了。闪耀着圣光的、自由的超心智将是超人的主脑，其自在的知识之轮的无限运转，其自发的力量源泉，其永恒的喜悦将使俗界的众神之生命达到和谐的境地。

人不过是虚无而已，但人充满了欲望，他是着迷于高度的侏儒，卑微地要达到那高不可攀的富丽与堂皇，他的心灵在宇宙神灵的万般光彩中是一束黑色的光线。他的生命是奋斗、兴奋和苦难，他受激情摆弄、被悲伤折磨，盲人或哑巴似的渴求着宇宙神灵的一瞬间。他的身体是物质世界中劳作着的、易逝的尘埃。这不可能是那神秘的大自然之造化的终点。超越于人的某种生灵存在着，那将是人类的未来。否认其可能性、否认其存在的偏见像大墙一样挡在面前，我们只能通过大墙上的裂口对此依稀可见。一个不朽的灵魂存在于人身上的某个地方，显示出一些存在的火花；某种永恒的精灵从上面遮蔽着人，同时保持着人的天性中灵魂的延续性。然而这个更伟大的精灵由于他自塑人格的硬壳的限制而不可降临，这样，内在的明亮的灵魂被包扎压抑于厚厚的外表之中。总的来说，有一些灵魂鲜于动，大多数灵魂更是看不见的。人身上的灵魂和精灵，看来与其说是人们永恒或看得见的真实的一部分，不如说它们存在于人的天性的背后或上方；与其说它们诞生于肉体，不如说它们处于生的过程；与其说它们是现实的存在物，不如说它们代表了人类意识的可能性。

人的伟大不在于他是什么，而在于他可能做什么。他的荣耀在于他是一个封闭的地方和神秘的劳工车间，在这里神圣的“人家”正在培育着超人。同时人也被赋予一种比其自身更伟大的属性：非低级的创造，正是这种属性使得人本身部分成为制造这种变更的匠人；要使降临于人的肉体之中的荣耀代替人本身，需要人对其间的参与、需要在意识中有认可和献身的意志，人在世间的渴望正体现了大地对超智慧的创造者的呼唤。

如果人人都在呼唤并且得到了至高无上的回答，那么无量而辉煌的变更时代便在目前了。



人活着，其实只是个在苦难与不安中挣扎的存在物，永远朝着最高处的圣光追寻，永远也追求不到最美好的人生，一切只能在忙碌的过程中延续。一个人的伟大之处不在于他取得多大的成就，而在于他可能去做什么。这就是人生的意义。

人生的意义永远是不确定的。用萨特式的存在主义的观点看，活着本身就是荒谬的，是没有人跟我们商量过就胡乱将我们抛掷到这个世界上的。



如何活着

[古希腊] 德谟克利特

卑劣地、愚蠢地、放纵地、邪恶地活着，与其说是活得不好，不如说是慢性死亡。

追求对灵魂好的东西，是追求神圣的东西；追求对肉体好的东西，是追求凡俗的东西。

应该做好人，或者向好人学习。

使人幸福的并不是体力和金钱，而是正直和公允。

在患难时忠于义务，是伟大的。

害人的人比受害的人更不幸。

做了可耻的事而能追悔，就挽救了生命。

不学习是得不到任何技艺、任何学问的。

蠢人活着却尝不到人生的愉快。

蠢人是一辈子都不能使任何人满意的。

学治好身体的毛病，哲学解除灵魂的烦恼。

智慧生出三种果实：善于思想，善于说话，善于行动。

人们在祈祷中恳求神赐给他们健康，却不知道正是健康的主宰。他们的无节制戕害着健康，他们放纵情欲，自己背叛了自己的健康。

通过对享乐的节制和对生活的协调，才能得到灵魂的安宁。缺乏和过度惯于变换位置，将引起灵魂的大骚动。摇摆于这两个极端之间的灵魂是不安宁的。因此应当把心思放在能够办到的事情上，满足于自己可以支配的东西。不要光是看着那些被嫉妒、被羡慕的人，思想上跟着那些人跑；倒是应该将眼光放到生活贫困的人身上，想想他们的痛苦，这样，就会感到自己的现状很不错、很值得羡慕了，就不会老是贪心不足，给自己的灵魂造成苦恼。因为一个人如果羡慕财主，羡慕那些被认为幸福的人，时刻想着他们，就会不由自主地不断搞出些新花样，由于贪得无厌，终于做出无可挽救的犯法行为。因此，不应该贪图那些不属于自己的东西，而应该满足于自己所有的东西，将自己的生活与那些更不幸的人比一比。想想他们的痛苦，你就会庆幸自己的命运比他们的好了。采取这种看法，就会生活得更安宁，就会驱除掉生活中的几个恶煞：嫉妒、眼红、不满。

哲语沉思

每个充满欲望的个体生命，实际上都是一个悲剧，人不过是在苦中作乐罢了。这就好比田野上的羊，在屠夫们的监视之下嬉戏，而这群羊永远也不会知道，它们将或先或后被屠夫任意宰割。在美好的日子里，我们往往意识不到隐而未发的厄运，诸如疾病、贫穷、昏聩等，可它们早已等待在其后了。这是人类的悲哀。

充满欲望的人生注定是痛苦的，只有摆脱欲望的控制，转向宽广崇高的精神生活，才能够离苦得乐。

思想的探索者

[英国] 劳伦斯

人生就是不断在意识领域冒险的过程。云柱和火柱、昼与夜轮番在人面前穿过时间的荒野，直到人开始向自己一次次地撒谎。然后，谎言就走在人的前头，就像蚂蚁头上顶着的胡萝卜。

在人的意识里有两种知识：一是他自己告诫自己的，一是他自己发现的。前者往往令人欣悦，是自欺欺人的谎言，而后者，则通常连开个头都很难。

人是思想的探索者。当然，我们这里所说的思想，是指发现，而不是那种自欺欺人，以陈腐的事实来蒙骗自己，得出的错误结论。人们往往将后者当成思想，而其实，思想是一种冒险，不是耍小聪明。

当然，我们所说的是人全部的探险，不只是他的智慧。正因为如此，人不能完全笃信康德或斯宾诺莎。康德用他的大脑和灵魂思考，从来不用热血思考。其实，人体的热血也同样在思考，在暗中沉郁地思考，在欲望和冲动中思考，得出奇特的结论。我的大脑和灵魂得出结论：只要人人互爱，这世界就会尽善尽美。可是，我的热血却断定这是胡说，并发现这噱头的说法令人恶心。我的热血告诉我，世界上并没有什么完美之类的东西，唯有在日见其危的时间深谷里进行的没完没了的探索，对意识的探索。

人发现大脑和灵魂将他引入了歧途。我们跟随灵魂，相信它宣扬的所谓完美之类的反话，我们聆听大脑的胡诌，例如只要我们消灭这顽固而讨厌的血肉之躯，就可以使一切变得完美，云云。久而久之，我们偏离了正常的轨道。



我们不无伤心地偏离了轨道，情绪很坏，犹如迷途者。我们只好自我解嘲：“我才不在乎呢，一切都靠命运安排。”

命运并不能解决问题。人是思想的探索者，只有思想方面的探索能使人找到新的出路。

哲语沉思

人生中存在众多的可能性，人生之路不可能始终沿着唯一命定的轨迹延伸。

因为如此，我们才会真切地感觉到自己是命运的主人，从而踌躇满志地走自己正在走着的人生之路。尽管绝大多数可能性未被实现，但这成了现实人生中不可缺少的组成部分，正是它们给那极少数我们实现了的可能性罩上了一层自由选择的光彩。这就好像我们未能走遍树林里纵横交错的无数条小路一样，然而，由于它们的存在，我们即使走在其中一条路上也仍然能够感受到曲径通幽的微妙境界。

地狱箴言

[英国] 威廉·布莱克

驱着你的车和犁，在尸骨上碾过去吧。谨慎明智是有钱而丑陋的老姑娘，她被“无能”追求着。有愿望而无行动的人，是瘟疫的滋生源，被犁断的虫原谅犁头。凡好水者，应把他浸入河里。傻子和智者见到的不是同一棵树。谁脸上不发出光明，他就永远不会变成一颗星。永恒的爱是时间的产品。钟能计量愚行的时辰，却不能计量智慧的时辰。一切有益健康的食物都是不必用罗网或陷阱捕获的。度量衡要在荒年制定。

没有一只鸟会飞得太高，如果它用自己的翅膀飞升。尸体不会为伤害复仇。如果傻瓜坚持他的愚蠢，他就会变聪明。法律之石筑成监狱，宗教之砖砌成妓院。孔雀的骄傲是上帝的荣耀。山羊的淫欲是上帝的智慧。女性的裸体是上帝的创作。狐狸责备捕兽夹，而不责备自己。欢乐授胎，悲哀生育。让男人穿狮皮，女人穿羊毛。

鸟需巢，蜘蛛需网，人需情谊。水池蓄，喷泉溢。一种思想能充满无限空间。时刻准备说出你心中的话，卑鄙的人就将躲避你。每件可信之事，都是真理之像。上过你的当的人最了解你。愤怒的虎比善教诲的马聪明。

死水有毒。人永远不会懂得什么叫“足够”，除非他懂得了什么叫“过度”。勇气弱者诡计强。苹果树不问山毛榉如何生长，狮子不问马如何猎食。如果别人不曾愚蠢，我们