

一日一善

夏

〔俄〕列夫·托尔斯泰◎著

梁祥美◎译



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

一日一善

夏

〔俄〕列夫·托尔斯泰◎著
梁祥美◎译



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目(CIP)数据

一日一善. 2. 夏 / (俄罗斯) 托尔斯泰著; 梁祥美译. —北京: 新世界出版社, 2014.6

ISBN 978-7-5104-5034-1

(经典天天读)

I. ①一... II. ①托... ②梁... III. ①格言—汇编—世界 IV. ①H033

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第109259号

一日一善(全4册)

作 者: [俄]列夫·托尔斯泰

译 者: 梁祥美

责任编辑: 刘丽刚

责任印制: 李一鸣 高 金

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京西城区百万庄大街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: +8610 6899 6306

版权部电子邮箱: frank@nwp.com.cn

印 刷: 北京旭丰源印刷技术有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 880×1230 1/32

字 数: 330千字 印 张: 38.25

版 次: 2014年7月第1版 2014年7月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5104-5034-1

定 价: 120.00元(全四册)

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

目 录

四 月

- | | | | |
|-----|-----|--------------|--------------------|
| 002 | 一日 | 知识的领域 | |
| 005 | 二日 | 道德的生活 | 048 十七日 建立信仰 |
| 007 | 三日 | 死并非不幸 | 051 十八日 知识的量与质 |
| 010 | 四日 | 人生是喜悦的 | 055 十九日 苦恼有助精神成长 |
| 013 | 五日 | 人不能不劳动 | 061 二十日 真正的幸福 |
| 016 | 六日 | 不断改善自己 | 063 二十一日 以爱为生活的基础 |
| 020 | 七日 | 以善报恶 | 067 二十二日 认识自己就是认识神 |
| 022 | 八日 | 战争是一种罪恶 | 070 二十三日 真正的善是单纯的 |
| 025 | 九日 | 一心求善就是对永恒的信仰 | 073 二十四日 精神的力量 |
| 027 | 十日 | 走向更好的境地 | 076 二十五日 精神与自由 |
| 030 | 十一日 | 道德世界 | 078 二十六日 认识心中的神 |
| 034 | 十二日 | 神就在自己心中 | 082 二十七日 勿毁谤人 |
| 037 | 十三日 | 灵性的根源 | 085 二十八日 怠惰与勤劳 |
| 040 | 十四日 | 暴君与奴隶 | 088 二十九日 生病有助人的觉醒 |
| 044 | 十五日 | 谈贫富 | 090 三十日 人生的意义 |
| 046 | 十六日 | 人生在于求道 | |

五 月

- | | |
|-----------------|------------------|
| 096 一日 崇高的法则 | 148 十七日 完全的喜悦 |
| 099 二日 真理 | 150 十八日 精神的力量 |
| 102 三日 使命与幸福 | 152 十九日 信仰的根源 |
| 105 四日 思想的力量 | 154 二十日 精神生活与自由 |
| 109 五日 教育与宗教 | 157 二十一日 把握行善的机会 |
| 112 六日 天地有道 | 161 二十二日 精神的成长 |
| 115 七日 从内在去求幸福 | 164 二十三日 习惯于匮乏 |
| 118 八日 谦逊 | 167 二十四日 爱 |
| 122 九日 人生是不断的变化 | 171 二十五日 善德 |
| 125 十日 灵与肉 | 173 二十六日 谈死亡 |
| 130 十一日 理想境地 | 176 二十七日 良心的决定 |
| 132 十二日 人生如旅 | 179 二十八日 行为的结果 |
| 136 十三日 正视生死问题 | 182 二十九日 人的尊严 |
| 139 十四日 认识内在灵性 | 186 三十日 土地并非买卖对象 |
| 142 十五日 真理与幸福 | 188 三十一日 肯定人生的喜悦 |
| 144 十六日 人类与宗教 | |

六 月

- | | |
|-----------------|--------------------|
| 192 一日 对死亡的思索 | 231 十六日 如何改善社会制度 |
| 195 二日 男人与女人的使命 | 234 十七日 战争的动机 |
| 198 三日 相信生命的永恒性 | 238 十八日 义务的意识 |
| 201 四日 虚伪的信仰 | 240 十九日 良心 |
| 203 五日 谈外在世界 | 244 二十日 谈理性 |
| 206 六日 恶有恶报 | 246 二十一日 不幸未必无益 |
| 209 七日 谦虚与傲慢 | 248 二十二日 真正的宗教只有一个 |
| 211 八日 善与真理 | 251 二十三日 内在生活与自由 |
| 213 九日 检讨现存制度 | 254 二十四日 勤劳与满足 |
| 216 十日 对动物的同情 | 257 二十五日 谈虚荣 |
| 218 十一日 思想的演变 | 263 二十六日 理性之光 |
| 221 十二日 苦恼的意义 | 266 二十七日 表里一致 |
| 224 十三日 理性 | 270 二十八日 家庭幸福的泉源 |
| 227 十四日 勿论断人 | 274 二十九日 忧郁 |
| 229 十五日 什么是对神的爱 | 277 三十日 外在世界与内在世界 |

四

月

知识的领域

四月一日

知识的领域是广大无边的，因此如果想获得真正的知识，你必须分辨在那广大的领域中什么是最重要的，什么是次要的，以及什么是最不重要的。

现代由于种种研究的结果，已经累积了相当可观的知识。我们虽只是要把这些重要知识的小小部分变成自己的东西，人生都显得太短促，能力也显得太有限了。当我们接受了许多有助于我们的知识财富之后，我们又得将其中大部分如草芥般抛弃。无论如何，不要让自己背负过重的知识包袱才好。

康德

念书过早或念书过量，就会因为接受了太多自己无法处理的材

料，而造成记忆支配感情或本性的结果。因此我们时时需要深刻的哲学，它能使我们的感情归到原始的纯真，能让我们察觉到自己是多么盲目地接受了一大堆别人的无聊思想和意见。它将让我们开始以“自己本身”来感受来说话，或者说它将让我们开始以“自己本身”的样子而存在。

李希登堡

波斯一贤者说：

年轻的时候我对自己说：“拼命去求得一切学问吧！”但毕竟有一些事情是我无法了解的。而当我上了年纪，以较成熟的观点来看我所知道的一切东西时，因为我的人生已经到达另一个阶段，那些东西也变得微不足道了。

将欲知天地间一切事物的念头从你心中或脑中扫除吧。一般说来，有关天道或存在的法则我们所能知道的是非常有限的，但就这么一点也够了，想要知道更多并不是我们的幸福。我们应该相信：我们所要努力的是过谦虚的生活，并在自足中接受所面临的人生。超过这个界限的一切努力只有徒增混乱，超过这个界限的一切知识也只有徒增悲哀。

罗斯金

天文学家的观测或计算教给我们非常多的东西。但他们的研究之最重要成果是为我们暴露我们的无知乃是无底的；在获得很多知识之后，我们的理性才开始承认人的所知太有限了。如果我们能好好去检讨这件事，我们在决定知性活动的终极目标上就会发生极大的变化。

康德

“地上长着草，我们能看到这些草，这在月球上是看不到的。草上有小花，小花上有小生物，除此之外就没有任何东西了。”这是多么自负的说法！

“复杂的肉体乃由种种要素所构成，而这些要素是无从解剖分析的。”这又是多么自信的说法！

巴斯噶

不要怕无知，该怕的是虚伪的知识，这个世界的邪恶全部由此而来。

※

知识是无限的。因此，知道很多的人对知道很少的人所存的优越感也几乎不值一提了。

四月二日
道德的生活

善的生活需要不断的努力才能达成。

习惯绝非好事。行善一旦变成习惯也就不算什么好事了；行善会因为变成习惯而失去其道德意义。经由努力获得的东西才能算是“善”。

康德

不要性急，无论肩负任何担子，都让它成为一种奉献吧！你应该从万物吸取智慧生活所需要的东西，就像胃从食物吸取养分那样，又像火因加上燃料而烧得更旺盛那样。

奥勒留

越是想把自己背负十字架的痛苦推到一旁，它越是成为一种重担。

爱弥尔

我们应随时以审慎的态度对待自己所做的事；什么事都以不小心为理由是不可原谅的。

人若能单纯地怀着道德感默默履行义务，他就会逐渐获得力量，就能坚强果敢地走在尘世的喧嚣中或火柱上。

爱默生

成长是个缓慢的过程，而不是一阵痉挛式的爆发。以突然的思想上的冲动如何能了解科学的整个领域呢？以爆发性的悔悟如何能克服罪恶呢？精神的成长除了跟从充满智慧的教诲并不断忍耐、不断努力之外，别无他法。

柴宁

※

道德上的努力与了解人生的喜悦两者之相互关系，就如同肉体的劳动与休息的喜悦两者之关系。没有肉体的劳动便不可能有休息的喜悦，同样的，没有道德上的努力便不可能有了解人生的喜悦。

死并非不幸
四月三日

死通常是幸福的——死不是我们那原来的“我”转变成另一种形式吗？死不是个别性的消失而融入万物的根源吗？

生是梦，死是觉醒——我们确实可以这么认为。可是当我们的自我未曾有任何自觉，活得浑浑噩噩的时候，我们会认为死是一种破灭。

叔本华

死是肉体的破坏。死是我们通过它来看东西的玻璃窗之破碎。如此一来，玻璃窗是否将换上另一种东西，或者就改从窗子来看东西，我们不得而知。

叔本华

如同培植无花果树的人知道什么时候果子会成熟，神知道什么时候把义人从这个世界召回。

人生是存在着某种限制的，它必须像果实或四季那样有开始，有终了。具有高度智慧的人都心甘情愿遵从这个秩序。童话中向神挑战的巨人总显得那么狂妄，他们反抗的是自然或自然法则。

西塞罗

在宇宙中的“我”这个个体，死后是否仍然生活下去？关于此问题的答案只有一个：假如个体的生活死后持续下去较好，它就会持续下去；如果不好，它就会终断。从我对神的了解，我可以相信神所做的对我们就是最好的事。

爱默生

死可以非常轻易地使不相信永恒的人解除不幸和困惑；死对相信永恒并等待新生活的人而言又是极大的喜悦。因此，假如死不伴随着苦恼，大家都要拼命去寻死了；正因为有苦恼人才不任意赴死。

没有人了解死是什么，但也没有人了解死是最大的善；大家都把死当成最大的恶而对死怀着恐惧。

柏拉图

渴望死又恐惧死的人不能算是聪明的人。

阿拉伯谚语

假如神问人是要一直活在贫困、苦恼、忧郁和疾病之中，还是过着一边享有财富、权力、满足与健康，一边恐惧这一切将逐渐被剥夺的生活，人真不知要怎么选择。

自然会帮我们解决问题，帮我们解除选择的困难。

※

让我们努力保持既不恐惧死也不渴望死的生活状态吧。

四月四日

人生是喜悦的

人生可以是无比的喜悦，而且应该如此。

这个世界既非泪之谷亦非苦刑场。这个世界的生活是无比的喜悦——只要我们尽了义务，过该有的生活，便能享有无比的喜悦。

一个人的恶念不仅使他个人陷于不幸，同时也让别人不幸。善良的心就如同使车轮顺利旋转的润滑油。

大部分的人由于过分执着于自我满足，以致自我得不到满足的时候就会悲叹不已。只有彻底认清什么是真正的喜悦，而当喜悦的原因消失的时候亦不悲叹，才是正确的作为。

巴斯噶

试试看吧——只要你尝试，你应该也可以像那些借着爱与善行以获得内心和平并满足于自己命运的人一样，好好生活下去的。

奥勒留

真正的圣贤是常乐的。

※

欣然活下去的主要方法是相信人本来就应该是欣喜的。如果你失去喜悦，你必须找找看是哪里弄错了。