

名家名译·大师人生智慧精华

THE INNER SELF 内心的自我

人认识了自己，不会把外界的事揽在自己身上。自爱其人，自修其身，是头等大事。不做多余的事，排斥无益的想法与建议。

[法] 蒙田◎著 马振骋◎编译



长江出版传媒

长江文艺出版社

名家名译·大师人生智慧精华

内心的自我

[法] 蒙田◎著 马振骋◎编译



长江出版传媒



长江文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

内心的自我/(法)蒙田著;马振骋编译.--武汉:
长江文艺出版社,2014.11

(名家名译·大师人生智慧精华)

ISBN 978-7-5354-7487-2

I. ①内… II. ①蒙…②马… III. ①蒙田, M.E. (1533~1592)—人生哲学—哲学思想 IV. ①B565

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第184499号

责任编辑:康志刚 吴庆 方莹

责任校对:陈琪

封面设计:天行云翼

责任印制:左怡 邱莉

出版:



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

电话:027—87679360

<http://www.cjlap.com>

印刷:中印南方印刷有限公司

开本:640毫米×970毫米 1/16

印张:14.75 插页:4页

版次:2014年11月第1版

2014年11月第1次印刷

字数:142千字

定价:29.80元

版权所有,盗版必究(举报电话:027—87679308 87679310)

(图书出现印装问题,本社负责调换)

名家名译·大师人生智慧精华丛书总序

自古至今，人类历史上诞生了为数不多的大师。我说为数不多，是指相对数字，两千多年里，世代更替，总有千亿生灵来人间走一趟了吧，而倘若世界历史级的大师仅数以百计，所占的比例就是极其微小的了。我说的大师，是指那些伟大的头脑和灵魂，他们的领域也许不同，有哲学、文学艺术、科学、宗教，等等，但都对人类思想和文化做出了独特的贡献，产生了广泛而深远的影响。他们的著作代表了人类精神所达到的高度，构成了人类精神宝库的核心部分，是人类最重要的精神财富。这些财富属于每一个人，可是，唯有去读大师们的书，你才能把它们变成真正属于你的财富。

人们常说“站在巨人的肩膀上”，依我看，读大师的书是站在巨人肩膀上的最方便法子。事实上，每一位大师正是站在前辈大师的肩膀上，才成为大师的。当然，我们多半成不了大师，而只是来人间走一趟的千亿卑微生灵之一员。但是，人的高贵在于拥有思考真的头脑，体验美的心灵，追求善的灵魂，在大师们的熏陶下，我们知道了人可以达到的高度，人生有了精神目标，卑微者就能成为人性意义上的高贵者。

然而，大师们的著作汗牛充栋，常常也篇幅巨大，普通读者

如何去读？一个可行的办法是摘录其精华，按主题加以编辑，力求既能反映大师的主要思想和精彩见解，又能引起非专业读者的兴趣，这便是本套丛书的宗旨。需要说明的是，本丛书主要收进西方大师的作品，因为若要收进中国大师的作品，古文为多，风格上就不统一了。也许有人会说，市面上这类作品不是很多了吗？不错，但你们去看一下吧，几乎都是外行传抄的，谬误甚多。因此，就更有必要做正本清源的工作。本丛书的每一种都是由研究相关大师的专家执笔，基本上是从自己的译著中选编的，每位译者对相关大师的作品皆怀敬爱之心，长期玩赏之，浸染于其中，其质量当然不可同日而语了。

周国平

2014年9月2日

译者序

蒙田说：我写我自己

离法国西南城市波尔多不远的一座城堡里，一张有天盖的大木床上躺着一位老人，正处于弥留状态。他清醒过来时示意家人把邻居请来，按习俗向他们作最后的告别，还在弥撒声中想要撑起身，最终体力不支倒下。那是1592年9月13日，“蒙田家族中第一个和最后一个，也是唯一一个带着蒙田姓氏超越时代的人”（茨威格语）与世长辞。

米歇尔·德·蒙田的祖辈原姓埃康，几代人在佩里戈尔地区的小城经营腌货和葡萄酒买卖。曾祖父拉蒙勤劳致富，购下附近一座带城堡的庄园。父亲皮埃尔随弗朗索瓦一世国王远征意大利，后来获得蒙田领主封号，把城堡修葺一新，成为一座真正的城堡。米歇尔诞生于1533年，父亲受文艺复兴精神影响，把襁褓中的儿子送往佃农家抚养，到三岁接回家，聘家庭教师让他接受拉丁语教育。父亲关心他，但不让他养尊处优；让他过上优裕的生活，但不许他养成纨绔子弟的习惯；督促他读古典书籍，但不要他盲从权威。

米歇尔青年时代在图卢兹学法律，先后在佩里格和波尔多法院工作。1568年父亲去世，米歇尔作为长子，继承了蒙田城堡，

从此以蒙田作为自己的姓氏。妻子弗朗索瓦兹·德·拉·夏塞涅1565年进门后，生了六个女儿，仅二女儿长大成人，其余俱夭折。蒙田没有子嗣。

1571年，38岁的蒙田，辞去公职，回到城堡过退隐生活，希望“投入智慧女神的怀抱，在平安宁静中度过有生之年”。

蒙田没有显赫的家世，不是个历史人物，也没有做过惊天动地的大事业。我们只是从他的《随笔集》中，对他的生平事迹略有所知。但是他经历的时代却是法国历史上最动乱与险恶的时代。宗教战争在法国历时30年，文艺复兴运动树立的道德价值经过长年战乱荡然无存。基督教新旧两派都以神的名义行反神之实，暴行得到当权者的怂恿与鼓动，一发不可收拾。绞杀、斩首、焚烧都发生在光天化日之下，司空见惯。

蒙田的后半生就是在这种打砸抢杀的氛围中度过的，人性内与生俱来的善与恶在极端条件下暴露无遗，也使他对人性有了极为深刻透彻的剖析。

除了1580年到意大利旅游一年又五个多月，1581—1585年两度担任两年一届的波尔多市市长外，蒙田退隐后二十一年间，就是在城堡塔楼三层辟出的书房里，孜孜矻矻写他的《随笔集》。据他自己说：“……只是寄语亲朋好友作为处世之道而已。当他们失去我时……还能在书中看到我的音容笑貌，以此对我逐渐保持一个更完整更生动的认识。”

《随笔集》内有 107 篇，从章节前后顺序来看，蒙田最初只是像一位有文化的乡绅，从希腊罗马古典文献中汲取营养，对历史事件提出自己的理解与体会，篇章内容五花八门，如：论反奢侈法、论感情在我们身后延续、论善恶观念主要取决于我们自己的看法、论学究式教育、论公事明天再办、论探讨哲学就是学习死亡、论判断的不确定性……篇幅有长有短，长的达两百多页，可以自成一部书；短的只有一页，似兴之所至，一挥而就。他好几次提到自己天性懒惰，记忆不佳，又缺乏恒心。写文章有时文不对题，对同一问题先后有不同看法，不能有恒专一。

但是，我们一边读《随笔集》，一边心生疑窦，蒙田真是他自己所说的那样的人吗？我们更愿意相信，这是身处乱世韬光养晦以图自存的一种方法。他远远不是个庸才，且不甘于在沉默中死亡，才写出这部空前的探讨人性的著作。语言平和风趣，但绵里藏针，反对人类偏见，同情黎民艰辛，敢于顶撞梵蒂冈教廷，为受迫害的所谓女巫仗义执言，替背教者朱里安教皇声辩，在四百多年前就提出女性享受性趣的权利……

蒙田的这部著作，归根结蒂是一部谈论“我”的作品。这个“我”也就是“人”，因为蒙田认为任何人的一生都包含了一个人生的全部形态。他不是从单纯的思辨与虚构出发，而是基于对自己的生活、他人的生活的观察。他勤读多思，反省内心，关注世情，不断捕捉心灵的感受。他在写作过程中思想活跃，随时会产生原来并不存在于自己内心的想法。他说：我完成了书，书也完

成了我。

他从皮浪怀疑主义出发，提出这句千古名言：“我知道什么？”根据人类天性与世界现实，研究“我们应该怎样生活？”他最出色之处，“是研究了可研究的事物，同时冷静地尊重不可研究的事物”。（歌德语）他不让陈旧的道德规范与意识形态桎梏、约束自己的天性，在悲惨与屈从中过完一生。

他告诫世人，出生是偶然的，但本身是一种幸福。未来是不可知的。人天性中有善有恶，不可能彻底消除与改变。哲学是安身立命的根本。理智是必要的，但要警惕它的局限性。人的行为变化无常，人与人更有差异。想象的弊端与理性的虚妄，都会妨碍人找到真理与公正。

他还说，人是由灵魂与肉体组成的，二者不可分离，也不可偏废，缺少了哪一部分，就是人生的死亡与毁灭。人既然活着，就必须面对死亡，要学习如何克服对死亡的恐惧。人既然行动，就必须预见失败，要学习如何接受失败的挫折。在社会中，就必须与人交往，要懂得接受不同的经验与习俗……凡此种种，蒙田无不用他那摇曳多姿的文笔，精细入微，去辨析闪烁的思维与飘忽的灵魂。

蒙田表面看来不谙世务，然而在宏观问题上的前瞻性，今天读来着实令人佩服。在西班牙人征服南美洲后，他以辛辣的文笔鞭挞他们实施种族灭绝政策，虽然那时还没有出现“反人类”这样的词汇。他不仅反对以自我为中心的优越人种论，还大胆提出

人与人的差别不见得小于人与兽的差别。他认为不但人与人要宽容尊重，人与万物也要和谐共处。这样在他之后的《拉封丹寓言》也就令我们更好理解了。

《随笔集》初版分两卷，在1580年问世。此后蒙田不停地补充加注，在1588年再版时增至三卷，篇幅是原来的两倍。1595年，蒙田逝世后两年，蒙田义女德·左内小姐，根据蒙田临终前增添在样书上的补注缀文整理，在巴黎朗格里埃出版社出版，此为后四百年间《随笔集》的底本。

《随笔集》出版后几次加印，说明当时已经有读者欣赏此书内俯拾皆是至理名言，这些读者也不是那些买书来作为客厅装饰之用，只会打野兔子的乡绅。

对于《随笔集》真正的文艺评论，出现在17世纪路易十三时代，当时批评声多于赞扬声。此时宗教战争已经结束，天主教廷对思想的钳制非常严厉。蒙田声称自己是天主教徒，但是作品中对教会的迂腐、独断与堕落进行直率的批评。自由思想者又用书中的语言抨击当局。到了1640年，西班牙宗教裁判所首先查禁了《随笔集》，1676年罗马教廷把它列为禁书。此后50年间，《随笔集》在书市上销声匿迹。

然而在英吉利海峡另一边，《随笔集》得到英国读者的热烈欢迎。稍后于蒙田的培根也写出自己的随笔，使这种写法在英语世界涌现出许多模仿者。

罗马教廷的禁令直到 1854 年才撤销。在此之前，欧洲思想界伏尔泰、孟德斯鸠、狄德罗已经开始发声。伏尔泰说：“亨利三世时代的一位乡绅，他是无知时代的学者，极端分子中间的哲学家，他用自己的名义描述我们的弱点与疯狂行为，这么一个人会永远被人热爱。”狄德罗说：“在皮浪主义的信徒中，我们忘记还有蒙田，他是《随笔集》的作者，世界上只要有人还爱真理、爱毅力、爱朴实，就会去读他这部书。蒙田的作品似乎是明智的试金石。”

然而要等到 19 世纪，法国文学评论家圣勃夫在洛桑文学院开课，批评巴黎宗教堡垒王家码头学派，提到这学派的攻击对象之一——蒙田时，才使蒙田的著作开始真正得到世人的赏识与认同。文学史上的大人物歌德、席勒、雨果、司汤达、拜伦、萨克雷、纪德、爱默生、普鲁斯特提到蒙田时都满口赞词。

蒙田在四百多年前写的随笔杂文，在今日还像莎士比亚、塞万提斯、托尔斯泰、歌德的作品一样充满生命力，得到学术界、读书界的全面接受，这实在是个令人惊讶的现象，甚至有人把他看作法国第一位大政治家、第一位大道德家。

《随笔集》最大的魅力，是愈读愈觉得作者是个可以亲近并信任的人，他不是道貌岸然地站在你的面前，用纪德的话来说，“他是另一个我”。他承认自己有七情六欲，不是道德完美、思想纯洁的人，他看不出人性能够改变，怀疑人类社会能否实现真正平等。人生出来，世界已成定局，社会变革的艰难性令他望而

却步……然而蒙田与人为善，实事求是地研究与探索人性中的美与丑，提出自己的看法与主张，尊重他人的习俗与意愿，否定人与人相互敌视有任何积极价值。

蒙田认为，对于人最重要的不是认识自然、征服自然，而是希腊德尔斐岛阿波罗神庙门楣上那句箴言：“认识你自己。”随后他扪心自问：“我知道什么？”

随后，他以一生的经验为基础，在《随笔集》最后部分写道：“最美丽的人生是以平凡的人性作为楷模，有条有理，不求奇迹，不思荒诞。”“知道光明正大地享受自己的存在，这是神圣一般的绝对完美。”

马振骋

2013年9月

目 录

译者序 蒙田说:我写我自己 / 001

第一章 做自己的事,懂自己的心

做自己的事,懂自己的心 / 003

每个人都是人类处境的完整形态 / 004

美德不能过分 / 007

心灵坚强有力,才能做到心情平静如镜 / 010

心灵的伟大不是实现在伟大中,而是实现在平凡中

/ 012

囿于个人爱好而固执不变,这是在做自己的奴隶 / 015

习惯是第二天性,但不比第一天性弱 / 018

不让自己过于纵情欢乐,以免要收心时头破血流 / 020

有点儿耐性,许多烦恼可以消除 / 021

天性正常的人身上都有普遍理性的种子 / 022

自高自大是我们与生俱来的一种病 / 023

完全的无知,是不知道自己无知的无知 / 025

我宁愿通过自己,而不是通过西塞罗了解自己 / 027

提醒大家认识自己意义重大 / 029

最美丽的人生是以平凡的人性作为楷模,有条有理,

不求奇迹,不思荒诞 / 030

习惯的最大威力就是抓住我们不放,蹂躏我们 / 032

心灵里留住了哲学就会健康 / 033

记得自身还藏有许多弱点和缺陷,不要忘记人生的

虚妄性 / 035

不为任何利益,只为与美德密切相关的荣誉 / 036

德操不同一般,比我们内心滋生的善意更为高贵 / 038

农民和国王,贵族和贱民,官员和平民,差异只是在

裤子上 / 040

自视过高是一切谬误思想的根源 / 042

没有自知之明,才会被虚假的好话陶醉 / 044

心灵对待痛苦与享乐要同样节制 / 045

本性不可能根除,只能掩盖、隐藏 / 047

要求自己敢做的事就要敢说 / 048

人世中最重要的是知道怎样属于自己 / 049

第二章 人生如果看不清最短的路,永远走最直的路

既然看不清最短的路,永远走最直的路 / 053

别人说到的事,我都能做到 / 056

丑事到处可见,好事了无影踪,病态满目皆是,健康

则很罕见 / 058

我们都是偶然出生在信仰这个宗教的国家里 / 061

神的超自然力量和天上的圣事具有我们世俗社会的

标志,因为信仰和祷告的是人 / 065

老老实实承认人的天然地位 / 067

任何东西都处于不同的光线下,可以从不同的角度

观看 / 068

自然中没有无用的东西,即使无用的也有用 / 072

自然中除了怀疑以外不存在别的 / 073

按照自然的规律无人是贫困的,按照世人的意见

人人都是贫困的 / 075

学问肇始于感觉,归结于感觉 / 076

我们这些世纪最主要、最著名的学问,不就是了解

有学问的人的学问吗? / 077

学问和艺术不是用模子铸造的,而是屡次三番琢磨

切磋慢慢形成的 / 078

思想是一把伤人的利剑,即使对于佩剑者也是如此

/ 080

命运不会迎合和屈从我们的推断与算计 / 081

不是法律让我们干得太久,而是让我们干得太晚 / 084

没有必要把事情都解释得那么透彻细致 / 085

我们所谓的真理与理性,其标准也只是凭借我们所处

国家的主张与习俗而已 / 086

未知事物是招摇撞骗的真正领域与题目 / 089

适应各种环境,接受不同习俗 / 091

我们必须超越自己才能洞察未来 / 094

最适合各人的东西也是最符合天性的东西 / 095

让一个人一切都不劳而获,你这是在毁灭他 / 097

外出旅行,我知道我在逃避什么,但是不知道我在

寻找什么 / 098

罗马在坟墓里也保持帝国气派 / 099

苏格拉底的真理像孩子般稚朴 / 100

人类的一种普遍义务,对有生命有感情的动物和

树木花草都要有爱惜之情 / 102

第三章 与人交往是训练思想最有效最自然的方法

训练思想最有效与最自然的方法是与人交谈 / 107

友谊中掺入其他原因、目的和期望,就不是友谊了 / 109

友谊与交往则是人类生活中最令人满足与甜蜜的

果实 / 111

假话远比沉默更难让人接近 / 112

沉默与谦虚是交谈中非常有用的品质 / 114

开心的事与人共享,伤心的事尽量抹掉 / 116

人的行为经常自相矛盾,难以逆料 / 120

那人是心里幸福,这人是表面快乐 / 122

我们身上有两个灵魂,一种鼓励我们行善,一种鼓动

我们作恶 / 124

公事明天再办 / 126

高尚的人一切都光明正大,至少一切都非常人性 / 128

最好的沟通,前提在于不谋私利 / 130

恪守婚姻义务的人在历史上找不出十二个 / 132

她洁身自好,那他就决不会放弃追求 / 134

婚姻中的苦与甜,聪明人都不会对外说 / 136

笼外的鸟死命要往里钻,笼里的鸟又决意要往外飞 / 138

对于淫乱不合情理的痛恨,源于一种最虚妄、最暴虐的
疾病,就是嫉妒 / 139

爱情不是别的,只不过是跟钟情的对象共同欢乐的
渴望 / 141

父与子:唯有理智才可以指导我们的天性 / 142

以自己的美德、乐天知命、慈爱和善而受人尊敬 / 144

最令人痛心的是他从未与儿子有过内心的交流 / 145

无所事事是堕落的根源,会让人民养成不良的习惯 / 147

冲突大部分起于无谓的争执 / 149

一个有缺陷、不完善的人做不到有条理、节制和
坚持 / 150

世上处处是陷阱,若要万无一失就要浅尝辄止 / 152

奥古斯都对有功的人赏赐非常慷慨,授勋则十分吝啬 / 155

赞扬一个人,却提出不合他身份的一些优点总有点像是
嘲弄和侮辱 / 156

贤人得益于愚人,更多于愚人得益于贤人 / 158

人人都对别人的罪恶非常苛刻,而对自己的罪恶十分
宽容 / 159