

Nietzsche Übermensch

尼采超人讲座

超越自己·遇见自己

〔韩〕朴赞国 / 著
王宁 / 译



时下很流行疗愈系书籍，这些书旨在为那些在激烈的社会竞争中身心俱疲的人带来些许温暖慰藉。但是尼采却从来不试图给人安慰，不仅如此，他反倒极为严厉地鞭策着人们。今时今日，人们都为了享受无忧无虑的安逸生活而竭尽全力，可是尼采却说：“要活在险境当中！”“不要期待你的命运一路坦途，而应该希望它残酷多舛！”不期待安慰和同情，不要脆弱的意志，为了自身的提高和强化，我们需要痛苦而艰辛的生活。无所畏惧的意志，这才是尼采希望人类所具备的。当今世界，处处都在上演残酷的竞争，如果你想知道自己应该以怎样的态度生存下去，想知道我们的社会怎样的变革，那就有必要聆听尼采的箴言。

尼采超人讲座

超越自己·遇见自己

〔韩〕朴赞国 / 著
王 宁 / 译

图书在版编目 (C I P) 数据

尼采超人讲座:超越自己·遇见自己/(韩)朴赞
国著;王宁译.--南昌:二十一世纪出版社集团,
2017.2

ISBN 978-7-5568-2494-6

I. ①尼… II. ①朴… ②王… III. ①尼采
(Nietzsche, Friedrich Wilhelm 1844-1900) - 人生哲学 -
研究 IV. ①B516.47

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 044042 号

尼采超人讲座:超越自己·遇见自己 [韩] 朴赞国/著 王宁/译

策 划 张秋林

责任编辑 敖登格日乐

出版发行 二十一世纪出版社集团(江西省南昌市子安路 75 号 330025)
www.21cccc.com cc21@163.net

出 版 人 张秋林

经 销 全国各地书店

印 刷 廊坊市文峰档案印务有限公司

版 次 2017 年 9 月第 1 版 2017 年 9 月第 1 次印刷

开 本 880mm × 1230mm 1/32

印 张 8.25

字 数 100 千字

书 号 ISBN 978-7-5568-2494-6

定 价 36.00 元

赣版权登字—04—2017—18

凡购本社图书,如有缺页、倒页、脱页,由发行公司负责退换。服务热线:0791-86251207



超人讲座

目 录

前言 超越自己，遇见自己…001

第一个问题

“我的人生为何如此艰辛”

鄙视追求安逸生活的人

人生是摇摆于欲望和倦怠之间的钟摆…013

对于生命的判断，不可能真实…020

我们所不知道的幸福的条件…026

第二个问题

“怎样才能活得有意义”

人生，只有不执着于意义， 才会变得有意义

从骆驼到狮子，从狮子到孩童…039

像痴迷于游戏的孩子一样生活…048

如果人生永恒轮回，你是否会重复现在的生活…056

第三个问题

“为什么所有事情都与我的意愿相悖”

没有什么比活于险境更美好

尼采为何热爱艰险多舛的命运…065

命运！改变它？屈服于它？还是肯定它？…069

残酷的考验是让我强大的最好伙伴…074

第四个问题

“怎样化解人与人之间的矛盾”

尊重你的敌人

竞争和冲突乃万物之父…083

为什么憎恶和恐惧竞争？…088

升华竞争和冲突的方法…094

根除欲望，生命也会被瞬间斩断…101

第五个问题

“不信奉神，就会变得不幸吗”

真正关心你的神根本不存在

尼采为何杀死神？…111

耶稣并非为拯救人类而死…123

宗教是软弱的人所虚构出来的…127

如同植根于大地的树木一样生活…136



第六个问题

“人生是否必须有信念”

信念是压迫人生的负担

畏惧成长的人才会创造信念…151

信念是比谎言更危险的真理之敌…158

摆脱人生重负，获取自由的方法…165

第七个问题

“艺术能否改变人生”

艺术之于人生，是伟大的兴奋剂

科学知识只是生存所需的信息…171

艺术让人生更加丰满…177

用艺术来打造人生…183

第八个问题

“死单单是一件可怕的事情吗”

死亡是人生的顶峰而非终点

死亡是让人成熟的最好契机…195

怜悯让人变得软弱…203

选择自由而自愿的死亡…209

第九个问题

“怎样才能成为我自己”

绽放你自己的花朵

打造你自己的个性…215

你是否甘愿做受制于他人眼光的奴隶？…222

倦怠是生活亟待改变的信号…229

第十个问题

“怎样才能突破自己”

不光要控制感情，还要控制身体

让弱点也发射光芒…237

先开导身体，然后才是思想和情感…244

学习观察、思考、写作的方法…247

后记 将你的船，驶向浩瀚无涯的未知海域…251

前言

超越自己， 遇见自己

抗癌多时的张英姬女士未逾花甲便仙逝了。拜读她的散文集《我生命中的唯一》，我看到了一段关于海明威的小说《老人与海》的文字。《老人与海》我只在小学时期读过，隐约记得那是个有关老人和鱼的故事。看了张英姬女士的文章，我才发现，原来这本小说中

蕴含着尼采哲学的精髓。

《老人与海》讲述了一个老人孤身一人在苍茫的大海上，与一条大鱼殊死搏斗的故事。对于这场搏斗，张英姬女士是这样描述的：

在苍茫的大海上，这场发生在人和鱼之间的悲壮战斗没有胜负之分，重要的是谁能凭借崇高的勇气和耐力坚持到最后，至死不屈。老人用鱼叉插中大鱼，然后紧握绳索，直至大鱼浮上水面。大鱼则为了挣脱鱼叉而拼死挣扎，在这场激烈的对决中，大鱼和老人都堵上了性命，这是一场荣誉之战。

正因为如此，老人对于他的敌手，也就是那条大鱼，产生了一种同僚之情，他呐喊道：

啊，我的兄弟，我此生从未见过比你更美丽、沉着、高贵的鱼。来吧，你可以杀死我，不管谁将谁杀死，如今我已经不在意了。

老人和大鱼整整搏斗了三天，当大鱼终于气绝浮上水面的时候，老人所感受到的痛惜却远胜于胜利的喜悦。当鲨鱼群涌上来撕咬大鱼时，老人如同自己的肉被咬掉般痛苦。

张英姬女士认为，这部小说当中最经典的语句就是老人在和大鱼搏斗的过程中反复说过的那句话，“人可以被毁灭，却不能被打败。”

为什么我会从这部小说中想到尼采呢？

因为我觉得，在尼采看来，人类与命运之间、人与人之间最恰当的关系，可以用“爱的斗争”这句话来形容。人类通过与自己的命运及与他人的斗争，来使自

己变得更强大。

命运不由我们决定，人生中有诸多不期而至。很多事情我们都无法选择，比如有怎样的父母，天生怎样的容貌和智商，患上什么样的病症，以及遇到什么样的人等等。

人生就是与这些命运的抗争。在抗争的过程中，我们会遭受挫折，会慨叹自己的命运与别人相比太过残酷，并因此而抱怨苍天不公。

但是尼采却发出这样的呐喊：“要活在险境当中！将你的城市建立在维苏威火山的山坡之上！”也就是说，我们不应该期待命运温和安逸，而应该希望它像维苏威火山般残酷艰险。

只有与这样的命运相抗争，我们才会变得更加强大。也只有这样，我们才会发现残酷的命运有其美丽之处，从而热爱它。我们会像《老人与海》中的老人一样，对命运发出这样的呐喊。

啊，我的兄弟，我此生从未见过比你更美丽、强韧、高贵的对手。来吧，你可以杀死我，不管谁将谁杀死，如今我已经不在意了。

从这个意义上来说，人与命运之间最恰当的关系应当就像老人与大鱼一样，是一种“爱的斗争”关系。尼采希望人与人之间的关系也能如此，也就是说，人们通过相互斗争，促进彼此强大，并尊重和敬爱对方。

尼采积极接受了赫拉克利特的“战争乃万物之父”的思想。而这里尼采所指的“战争”，却是能使对方强大的爱的斗争。

当今时代，人们都希望尽可能将命运的负担减至最少。连大自然都在科学技术的作用下驯服于人类，从近代的社会发展趋势来看，贫困和不平等的程度也在逐渐缩减，人们的安逸生活得到越来越多的保障。现代人

也认为只有不存在争端、相互体谅、彼此帮助的和谐社会才是最理想的。

对于近代社会的这种倾向，尼采做出了最彻底的抵抗。他认为人类真正渴望的不是享乐安逸、益寿延年，而是自身变得更加强大的感觉。可是要想体会到这种感觉，就必须面对残酷的命运。不可否认，多数人都会被这样的命运所挫败。

尼采认为，通过与残酷命运的对决，少数人会变得更加强大，变成更美的存在。尼采一生被头痛、胃痛等各种疾病所困扰，他的人生道路也堪称坎坷，但是他却说，这些疾病让他变得更加深刻和强大。

尽管近代社会倾向于为人们提供安逸的生活，但如今依然有很多人认为自己的人生太坎坷。他们纷纷抱怨命运不公，为什么偏偏是我得了这种病？为什么我没有出众的头脑和容貌？在如今这样一个物质财富丰足的世界，对于人们来说，人生依然充满艰险，很多人甚

至放弃跟命运抗争，选择自杀来逃避。

在这种情况下，尼采发出呐喊，“不要期待你的命运平坦顺利，而应该盼望它残酷艰险。”在和命运的抗争中，即使壮烈地死去，也不可以投降认输。

众所周知，尼采是个很具多面性的思想家。

无论是无政府主义等极左思想，还是纳粹主义、法西斯主义这样的极右思想，很多思想流派都将尼采归到了自己的阵营当中。而为他们提供这样做的根据的，正是尼采本人。

但是，我认为有种核心思想贯穿了尼采思想发展历程的始终。这就是希腊和罗马的强力意志，面对艰险的命运，不但不屈服，还要肯定它，并且热爱它。

这种强力意志不会逃避痛苦，反而会主动去寻找痛苦，通过与其斗争而强化自己。除此之外，强力意志还会去寻找可以跟自己匹敌、甚至比自己更

优越的对手，通过跟他们斗争，让自己和对方都变得更强大。

不管对方是命运还是他人，这种意志都会对其给予充分的尊重和敬爱，哪怕是被其毁灭。尼采称这种强力意志为“强力厌世主义”。这种强力意志指的是一种挑战精神，以健康的生命力，主动寻找人生中的残酷和恐惧，将那些让我们畏惧的对象作为敌手来测试自己的力量。海明威的《老人与海》中的老人正是这种“强力厌世主义”的具象化人物。

张英姬女士告诉我们，《老人与海》中还有一点不容忽略。那就是鲨鱼意识，即躲避艰险的斗争，只抢夺他人的战利品，坐享其成。老人历尽千辛万苦捕到的大鱼，却被鲨鱼轻而易举的吃光了。

张英姬女士称鲨鱼的这种行径为“卑鄙无耻的机会主义意识”，对于这种贪图安逸的做法，尼采称之为“末人意识”。为了让自己的意志和生命力更强大，

至少应该跟与自己对等或者更强的对手去斗争，而这些人却躲避选择艰险的命运，为了利益和安乐，不惜动用一切卑鄙手段去剥夺弱者，对于这样的人，尼采极为蔑视。

在这本书中，我一直在思考，对于我们在自认为艰难的生活所提出的一些问题，尼采会作何答复呢？

很多人将尼采所崇尚的意志解释为耶稣和菩萨所传扬的爱和慈悲精神。匈牙利哲学家卢卡奇等马克思主义者则认为，尼采主张的是将对弱者的奴役和征服合理化的帝国主义精神。

我却认为尼采所主张的既不是耶稣和菩萨式的爱与慈悲，也不是帝国主义精神，而是一种被一味宣扬关爱和同情弱者的现代人所忘却的强力意志，一种为了强化自己而主动选择痛苦和艰险命运的霸气和魄力。

这才是尼采所崇尚的超人意志。尼采曾经说过，“所谓超人，是不光能承受苦难，更热爱苦难的人。他会敦