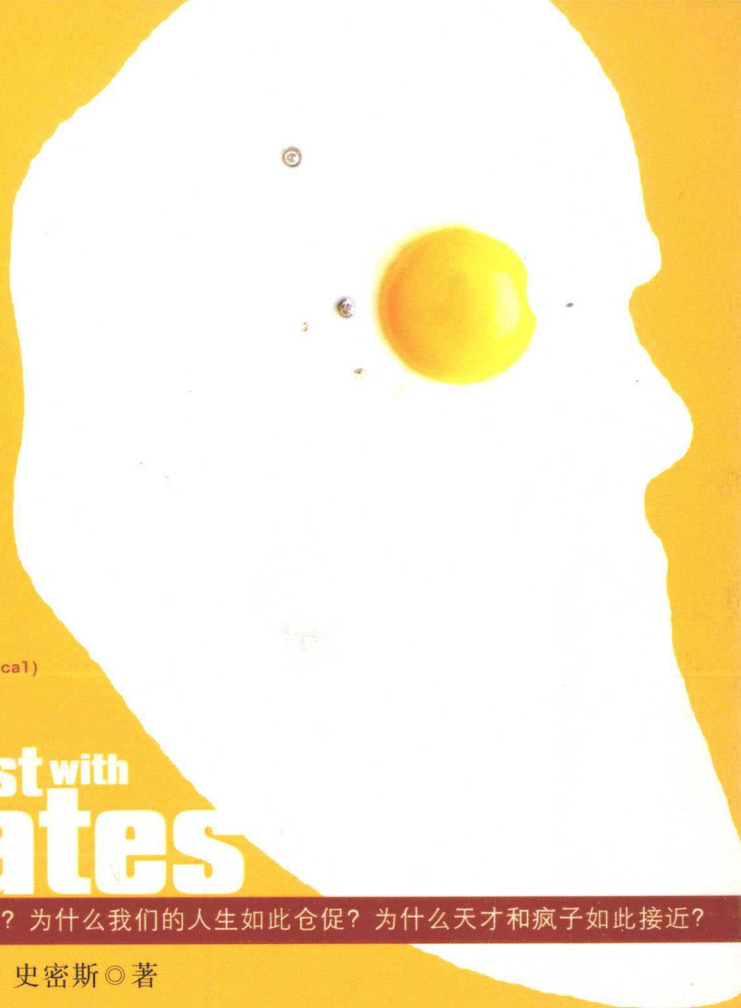


《金融时报》《泰晤士报》

《连线》《出版人周刊》

等著名媒体推荐阅读



An Extraordinary (Philosophical)

Journey Through

Your Ordinary Day

Breakfast with Socrates

为什么我们的生活一成不变？为什么我们的人生如此仓促？为什么天才和疯子如此接近？

[英] 罗伯特·罗兰·史密斯◎著

焦建◎译

与苏格拉底吃早餐

我们如何有意义地醒着、活着、爱着与梦着

这是我的第一本通俗哲学书

这是我与趣味哲学的第一次亲密接触

B821-49
189

An Extraordinary (Philosophical)
Journey Through
Your Ordinary Day

Breakfast with Socrates

[英] 罗伯特·罗兰·史密斯◎著 焦建◎译

与苏格拉底吃早餐

我们如何有意义地醒着、活着、爱着与梦着

中信出版社
CHINA CITIC PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

与苏格拉底吃早餐：我们如何有意义地醒着、活着、爱着与梦着 / (英) 史密斯著；焦建译。
—北京：中信出版社，2010.7

书名原文：Breakfast with Socrates

ISBN 978-7-5086-2119-7

I. 与… II. ① 史… ② 焦… III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 090404 号

BREAKFAST WITH SOCRATES by Robert Rowland Smith

Copyright © Robert Rowland Smith Ltd. 2009

Published by arrangement with Profile Books Ltd. c/o Paterson Marsh Ltd. through Bardon-Chinese Media Agency

Simplified Chinese translation copyright © 2010 by China CITIC Press

ALL RIGHTS RESERVED

本书仅限于中国大陆地区发行销售

与苏格拉底吃早餐——我们如何有意义地醒着、活着、爱着与梦着
YU SUGELADI CHI ZAOCAN

著 者：[英] 罗伯特·罗兰·史密斯

译 者：焦 建

策划推广：中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行：中信出版集团股份有限公司 (北京市朝阳区和平街十三区35号煤炭大厦 邮编 100013)
(CITIC Publishing Group)

承 印 者：北京通州皇家印刷厂

开 本：880mm × 1230mm 1/32 **印 张：**9 **字 数：**187千字

版 次：2010年7月第1版 **印 次：**2010年7月第1次印刷

京权图字：01-2010-0715

书 号：ISBN 978-7-5086-2119-7 / F · 1995

定 价：33.00 元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书，如有缺页、倒页、脱页，由发行公司负责退换。

http: //www.publish.citic.com

E-mail: sales@citicpub.com

author@citicpub.com

服务热线：010-84264000

服务传真：010-84264033

“毫无疑问，我们如何度过自己的一天，就同如何度过自己的一生一样。”

——安妮·迪拉德，《写作生涯》

献给我的妻子克莱尔。一直以来，她总是紧盯着要我吃早餐。
这本书，也是为她而写。



序言

有鉴于苏格拉底是被毒药毒死的，所以在接受他共进早餐的邀请之前，你或许会犹豫一下。但是，导致他被毒死的原因，却也正好能使他成为一个非常不错的早餐伙伴。那个原因，就是他的好奇心。他之所以被限制发言，是因为他问了太多的问题，从而招致古希腊人对他过多的非议。我们可以用“打破沙锅问到底”、不僵化、有创造性来形容苏格拉底的头脑，他对万事万物——从法律的目的到性的起源——都充满了疑问。而也正因如此，难怪他那最出名的学生柏拉图要把他描绘成一只令人感到“不爽”的蚂蝗了。要是你真的有机会跟苏格拉底坐在一起享用卡布奇诺咖啡和羊角面包的话，或许，他会开始对你这样进行提问：“你为什么按照现在这样的方式来生活呢？”或者，“作为一个人，你具有什么样的价值呢？”与因为感觉被冒犯所以最终毒死了他的希腊人一样，这种提问方式或许也将会冒犯到你。但是，站在另外的一个角度上来看，假如你能够正确地认识到他的这种追问所带来的好处的话，你将获

得的就会是一次非凡的精神之旅。因为，或许苏格拉底会为你解答这样的问题，“为什么天才和疯子二者是如此接近”或者“宇宙到底是如何构成灵魂的”。在一种更加私人化的层面之上，有关于“为什么变得有道德比变得快乐更加重要”这个问题，没准儿他也能够为你寻找到几种解释。苏格拉底有句著名的格言是，“未经审视的生活是不值得过的”。出于喜欢与人进行对话而不是单纯进行演讲的习惯，他将让你自个儿反思你的自身和你的所作所为。他所采用的这种方式，要么能给这些反思赋予更大的意义，要么将启发着你去进行某种改变。正因如此，这将给你的生活增添先前所没有的意义。

即便当你跟黑格尔享用百吉饼^①或者跟培根吃鸡蛋的时候，情况其实也是大同小异。在哲学中，的确存在着一些令人痛苦的争执，如“在一根针尖上，能够站立多少个天使？”、“存在与生存之间，有什么区别？”。尽管如此，哲学的精神其实并非真的是要给研究人员们拼凑难题，而是要帮助我们去寻找智慧。毕竟，“哲学”这个词的原意便是“爱智慧”。而变得睿智（wise），其实并不等同于变得机灵（clever）。当灵巧劲儿沾沾自喜于赢得了在抽象问题上的口舌之争时，智慧，却是一门在实践中才会呈现出来的艺术。它的目的是当你处在日常生活的复杂性之中时，帮你作出恰到好处的判断。从这个意义上来说，哲学是在一片混沌中发现出生活本身所蕴含着的意义。至于苏格拉底呢？对于“到底应该给为你奉上面包和松饼的侍者多少小费？”以及“上帝是否存在？”这两个问题，他会不分主次都会感兴趣的。

这本书尝试着遵循这一原则：有关于历史上那些最为伟大的

① 先蒸后烤的发面圈。——译者注

观念——不一定只局限在哲学范围内，事实上它还包括了心理学、社会学以及政治学——这本书展示了它们为什么会与你如何选择生活道路、如何能够对生活产生更多思考息息相关。事实上，针对这些问题，的确已经有了非常多的进行过深入讨论的著作。它们的话题包括“怎样才能够符合伦理地去行事为人？”、“你应该为什么样的政党投票？”等诸如此类的问题。而这本书和它们的不同之处在于，那些书是以学术的腔调来写作的。正是因为那些书采用了这种方式，才使那些伟大的观念变得高高在上，而不是以日常生活的经验为安身立命之所在。写一本与它们的方法相反的书，正是本书的写作目的。所以，当你阅读这本书的时候，将会有用“魔法”召唤出来的一群天才人物陪伴着你。当你身处健身房之中时，社会历史学家米歇尔·福柯将跟在你的身边，为你解释“为什么说，你的日常锻炼是国家控制你的一部分”；作为心理分析学家的雅克·拉康，将变成专门为你服务的侍从，当你紧盯着试衣间里的镜子左右端详的时候，他会向你揭露自我陶醉的危险；当你在工作的时候，卡尔·马克思将向你耳语着“才能如何避免成为工资的奴隶”；你将会遇到马基雅维利，他提出了有关于如何举办一次成功的聚会的建议；听到卡尔·施密特讨论“为什么跟你的爱人发生争执可能是一件好事情”、“如何避免在浴缸里面睡觉”等。因为，这些人已经让你自己去考虑你早晨的准备活动，或者你在电视上所看到的東西。所以，你将确实可以从他们那里学到一些东西。或许在你的眼中，他们的观念，要么是具有挑衅性的，要么是显得奇形怪状的，但这些观念却将一直与你如何度过自己的生命息息相关。

当然，这样的一天或许将不是按照在书中所预想的轨迹来运行的。并不是所有的人都把性当成是每天生活中的必需品；而与你父

母共进午餐，或许——谢天谢地，只是或许而已——频率将变得不会比那些一年只有一次的活动还要高；假如你在家中工作，那么“通往单位之路”就不可能和第三章中所描写的那种辛苦发生关联。在那一章中，我引用了17世纪的政治理论家托马斯·霍布斯的观念来解释，“为什么说人们早晨的通勤显现出了我们身上的野蛮性”。实事求是地说，或许有些你想要看到的东西却在这本书中被忽略掉了。本书如果有另外一个版本的话，那里面或许会包括“从学校里接孩子”、“见你的私人医生”、“做祈祷”或者“上夜班”等内容。但即便如此，在这本书中所描述的经验，其实也是应该值得你去认知的。当你重新思考过这些经验之后，你将会被“思想的利器”武装起来。

在那些被谈到的“伟大的观念”之中，并不是所有的部分都是来自伟大的思想家。在它们中间，也有一些我自己的想法。在音乐、绘画、电影、文学甚至是一个有名的日本人所做的水的结晶实验等等这些问题上，你将会发现，这本书对于它们都有所涉猎。在“看医生”这一章节中，你将会读到一个有关痛苦的严肃性研究。与此同时，还将听到一个“世界上最有趣的笑话”（这是它自己说的）。在“做晚餐、吃晚餐”这一章中，带给你的将是法国的人类学知识，而彼得·格林纳威那部以厨房为主题的电影——《情欲色香味》也将陪伴左右。我使用了各种各样的材料——陈旧的、崭新的、虚构的或者是有些阴暗的（在关于性爱的那一章，我就讨论了色情文学的问题）——或许这将给单调带去真实性、幽默感，给例行公事带去其“存在即合理”的原因。

那句“未经审视的生活不值得过”的格言是正确的。与其去等待一个有关这个问题的讲座，为什么不现在就开始去审视自己的生活呢？毕竟，普普通通的日子构成了我们生活中99%的内容。如果

在我们过着这种日子的同时却不思考其意义的话，生活中就不会再有太多时间去留给我们进行反思了。而假如我们这样做了的话，在那些表面看上去微不足道且我们习以为常的事情上——例如穿衣或是睡觉——我们将学会去认识到它们的重要性。除此之外，我们还将以一种崭新的眼光去寻找它们的意义。

目录

Breakfast with Socrates

序言 / XIII

第一章 醒来，你才成为最真的你 / 1

真理就是甩开被褥，保持醒着。而且在一种确定无疑的意义上来说，当你醒着的时候，你最是你自己，而你也很难“掩耳盗铃”地装扮出醒来的样子。

第二章 为新的一天做好充足准备，可能是件糟糕的事 / 17

这一天过得越有意义，它被预先确定的部分就会越小。在晨间进行的清洁工作，会创造出一块处女地。这一天，你或许会以各种意想不到的方式来耕作属于自己的这块处女地。

第三章 上班途中，你将得到和红灯一样多的绿灯 / 33

假如你在通过马路的时候遇到了一个又一个的红灯，那你要知道，在自己的一生之中事情不可能总是那么糟糕，你将会得到和红灯一样多的绿灯。因此，红灯所起到的调节作用，是给你的上班之旅带来了公正性。

第四章 工作中，老板丰厚的资本可能是“美德的花朵” / 47

你甚至还为获得魅力型领导的赏识而任劳任怨，但是，魅力也有其黑暗的一面。就像是一种秘密的配料一样，它的难以琢磨和它为人所喜欢的程度是一样的，它并不是一种能够通过学习所获得的能力。

第五章 看医生，害的相思病也该看看 / 63

假如说爱情是一种疾病的话，那么疾病也同样是一种爱情了。因为在本质上，它也是“从黑暗中飞来”，让人不可预计，而且是使人盲目的。长着翅膀的丘比特或者一场传染病，当它们正在来临时，你都没法看到。

第六章 与父母吃午饭，让父母买单吧 / 79

你的人生之路将继续前进，并且你也会拥有自己的孩子。让父母们照看自己的孙子，让他们看到生命在延续，无论怎么说，这都已经是一种你报答自己父母的方式了。所以，还是让你的父母们付午饭钱吧。而当时机来临的时候，你将会在自己的孩子身上做同样的事。

第七章 溜号，是自由者的救赎 / 93

假如你真的像自己所宣称的那么自由的话，你就应该站起身来，径直走出门去。假如有谁敢挡你的道，你就会给他点颜色瞧瞧，免得让人们将你行动中所蕴含的高尚品德误认为是一种堕落。

第八章 购物，是种欲望 / 109

购物，其实是一个有关欲望的问题：是的，你回家时带回的包包越多，你就会变得越高兴。但是，即使你到家时，丰田车的后备箱里空空如也，你也依然可以说你去购物了……购物麻木了感官，而当你踏上了穿过购物广场内部无数自动扶梯的履带时，很明显，你已经把自己交给了一部巨大的机器。

第九章 度假，寻觅自我之旅 / 121

假如你去度假的目的是“寻觅自我”的话，事情可能会变得更加简单——也更加便宜——在你自家的后花园寻找自己吧。在美国诗人爱默生的诗句中，就含蓄地表达了这种观点：“我们踏破铁鞋去寻觅芳踪，但心中必知美为何物，否则只会与其擦肩而过。”

第十章 健身房，是一只“披着羊皮的狼” / 135

健身房是一只“披着羊皮的狼”。它表面看上去友好，但它暗地里的任务，却不仅仅是要监视你的心跳节奏，还监视你本人的所有特性。

第十一章 沐浴，回到我们起源的地方 / 149

通过让我们的思绪在水中平缓下来，浴缸给我们赋予了人性——它恢复了我们人之初时的状态。不管我们已经多少年没有像婴儿一样在浴缸里沐浴，我们都需要这种沐浴在子宫羊水里的感觉。为婴儿进行洗礼？可以；给婴儿洗淋浴？不成——浴缸，就是那个每天能够让我们回到自己起源的地方。

第十二章 读书，就像坐上“会飞的毯子” / 161

一本书，就像是一支管弦乐队，而作为读者的你，就是这个乐队的指挥。只有你才能够让书页中“弹奏”出声音，否则它将只能保持缄默无声的状态。

第十三章 电视，壁炉火焰的现代版 / 177

电视机就是壁炉火焰的现代版，围绕着它，整个家庭汇聚在了一起。但是，与其说电视机像一堆火，不如说它更像是遥远银河中正在燃烧的东西。

第十四章 晚餐，我们不再野蛮的标签 / 191

当你尽情地大嚼炸鸡块的时候，你是暴露了你动物性的起源，还是说明你已经把动物性甩在身后好久了？

第十五章 聚会，欢笑背后的意外变故 / 205

最倒霉的例子，莫过于以公司名义所进行的聚会。这种聚会由营销部门进行组织，打着呆板的“增加联系”的旗号。这种聚会，就像是一场单身者聚会一般，高潮的到来以互相交换电话号码为标志，并以金钱而不是爱情作为结束。

第十六章 与爱人吵架，什么是男人味或女人味？ / 217

当你跟爱人产生争执的时候（当然，在这里我们假定你们是异性恋的一对恋人），你或许在没有意识到的情况之下，就用自己脑袋里所怀有的这种观念来指责他们缺少男人味或者女人味。

第十七章 做爱，只是机器人的一个计划？ / 233

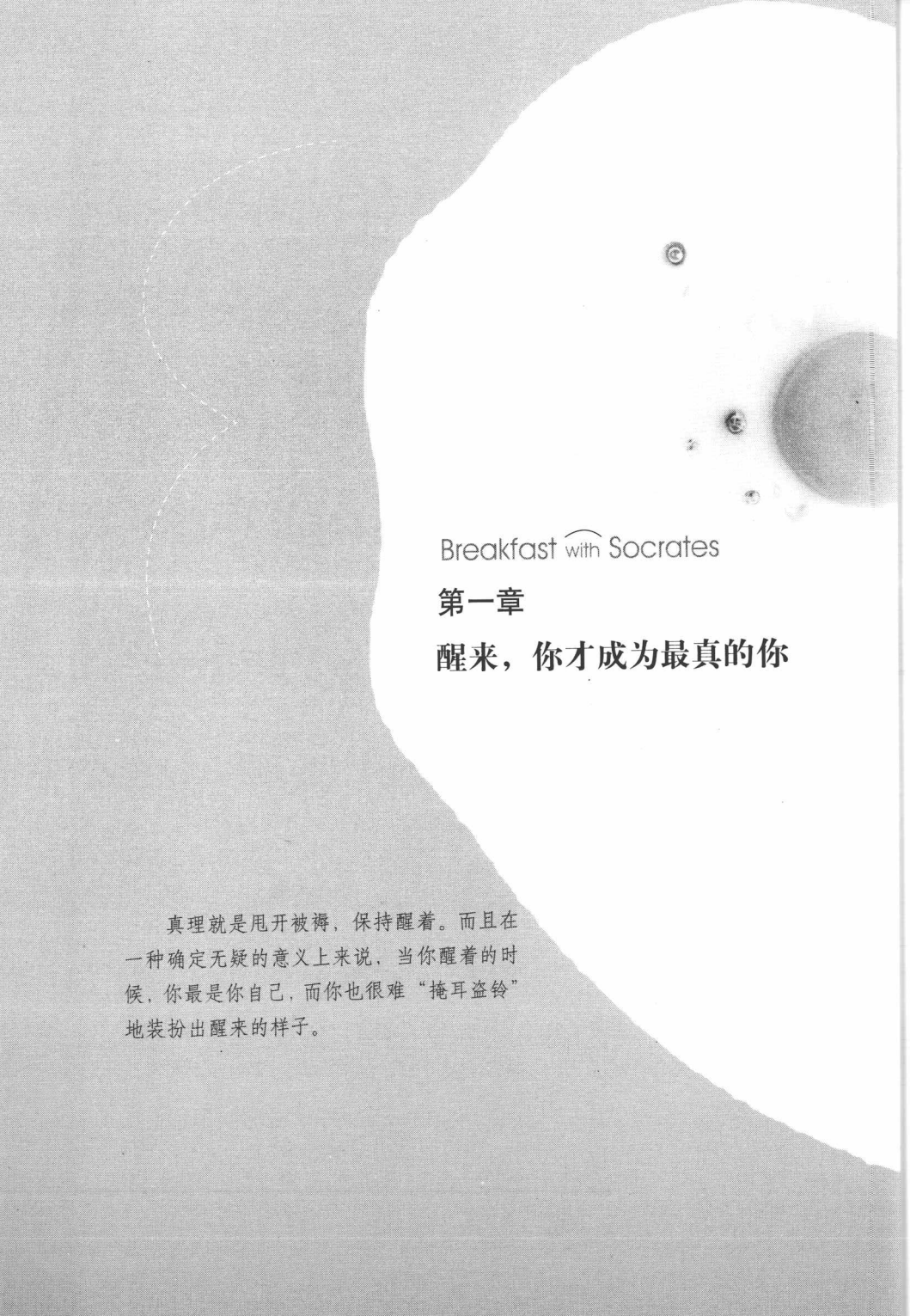
不是因为在做爱过程当中我们越过了死亡的阴影，而是因为它把我们变成了机器人去执行一个计划。这个计划的目的是为了集体，而集体的唯一目标，就是复制出它自身。

第十八章 入睡与做梦，一场自我欺骗的电影 / 247

睡眠就是一个大骗子。它看起来清白无辜，但谁又知道在头脑的电影院中，多少罪恶的秘密正在上映？而奇怪的事情还在于，做梦者自己也被它给欺骗了。

后记 / 263

致谢 / 267



Breakfast with Socrates

第一章

醒来，你才成为最真的你

真理就是甩开被褥，保持醒着。而且在一种确定无疑的意义上来说，当你醒着的时候，你最是你自己，而你也很难“掩耳盗铃”地装扮出醒来的样子。

