

图文珍藏版

影响一生的文字 亘古不变的哲理

不要匆匆忙忙地过一生，以至于忘记了自己是从哪里来，要到哪里去，生命不是一场速度赛跑，而是一步一个脚印走过来的旅程。

——蒙田



跟随大师

感悟人生

章超◎主编

*Follow the Masters
Feeling the life*



哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

图文珍藏版

影响一生的文字

亘古不变的哲理



跟随大师 感悟人生

章超◎主编



哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

跟随大师感悟人生 / 章超主编. - 哈尔滨: 哈尔滨出版社, 2006. 1

ISBN 7-80699-609-5

I. 跟... II. 章... III. 人生哲学 - 青年读物

IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 136440 号

责任编辑: 关力

封面设计: 李尘工作室

跟随大师感悟人生

章超 主编

哈尔滨出版社出版发行

哈尔滨市动力区文政街 6 号

邮政编码: 150040 电话: 0451-82159787

E-mail: hrbcbbs @ yeah. net

网址: www. hrbcbbs. com

全国新华书店经销

黑龙江省文化印刷厂印刷

开本 787 × 1092 毫米 1/16 印张 16.5 字数 190 千字

2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 7-80699-609-5/B · 82

定价: 24.80 元

版权所有, 侵权必究。举报电话: 0451-82129292

本社常年法律顾问: 黑龙江大公律师事务所徐桂元 徐学滨



会思想的芦苇在成长

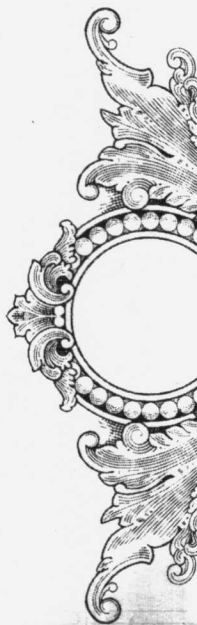
四百年前法国哲学家帕斯卡尔曾经说过：“人只不过是一棵芦苇，是自然界最脆弱的东西，但他是一棵会思想的芦苇。”因而他又说“人的全部尊严就在于思想”，正是由于我们在不断地思想着，人类才形成了人格的伟大。

这棵芦苇是脆弱的，一滴水、一把火、一口气就可以将他置于死地，就可以将他变得残缺不全；这棵芦苇又是坚强的，他有凌驾于死亡之上的思想，他有战胜命运的智慧，他有坦然面对一切困难和不幸的胸怀。这棵历经时光磨砺与苦难洗礼的芦苇，在现实生活的沃土中不断成长，日趋走向成熟。

人活着总得想点什么，总得做点什么，总得期待着什么……

在世界文学史上最著名的六个字恐怕是莎士比亚著名悲剧《哈姆雷特》中的那句话：“生存还是毁灭。”这不仅是挣扎于复仇和亲情之间的哈姆雷特的内心追问，也是每一个善于思考的人对于生命的苦苦质询，因为你“生”于世间，却未必懂得怎样“活”在世间。

在我们的生命历程中，会遇到许多的烦恼和困惑，有的来自生命，有的来自生活。这些隐于内部不为他人所知、甚至不被我们自己所知的潜意识，我们越是急于解释它，越有可能得到更多的困惑。每逢这样的时刻，我们的体悟便更加复杂多变。我们知道：没有永远确定的疑问，只有不断的求索与反思。静静地聆听天籁，不懈地追求真理。人生的价值在于明了人的本源，在永远达不到的境界中，我们学会了思考，学会了静静地凝望，在睿智状态下体现的静的思考与动的追求。高尔基曾经指出，正是沿着书本的阶梯，我们才一步步由兽类变成了人类。



人是意识的存在，更是理性的存在，这一本质注定了灵魂的追问、生命的质询以及存在的思辨的至关重要。究竟应该怎样看待生命，怎样看待生活？怎样看待命运？怎样在未来的近处徘徊、在远方等待？当我们迷惑不解的时候，当我们犹疑不决的时候，我们的目光不自觉地投向了伟大的哲人和智者，借助于他们的思想与智慧之光，照亮我们自我探寻的路程。

从这个目的出发，我们精选了大师的力作，从文字和绘画两个方面，展示先哲与智者们的内心世界，力求为读者提供一种包含更丰富、更深刻启示的阅读，一种感知领悟生命与生活的新方式。在这里，智者们的既非旁观者也非设计者，他们与自己笔下的文字居住在一起。在这些完全个人的领域，绝对自我的空间里，洋溢着他们生命的呼吸。透过这些闪光的文字片段，我们感受到了灵魂的震颤、精神的洗礼和生命的审判。先哲们为我们昭示的人生真谛凝结着宇宙最美丽的光环，有如沉静的朝阳般隽永……

展读这些作品，犹如在聆听智者的娓娓倾谈，其中未必有什么玄机秘谛，多的是生存哲学和人生智慧，是智性的思索和哲学的感悟，是植根于现实土壤沉淀到文化与生命深处的对人生价值、生命意义的探索。其称名虽小，而所见者大，可以帮助读者深入一步悟解人生，认识自我，饱享超越性感悟的快乐。

无论何时、无论何地，孤独的夜行者，都有一双追寻光明的黑色眼睛；

不管是风、不管是雨，尘嚣中的忍者，都会有一颗回归宁静故乡的心灵。

不被物欲所累、不为人情所伤，从内心开始，努力跋涉在“从生存向存在的途中”，最终才能达到宁静而致远的境界。

把握了我们的思想，就把握了我们的天堂；

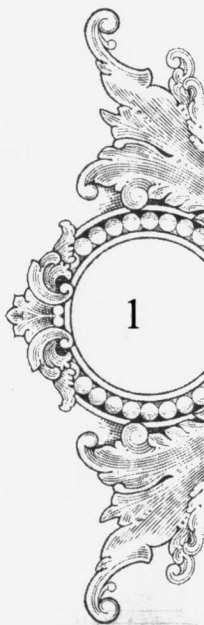
掌握了人生的智慧，就掌握了自己的人生。

2005年8月



一、生命是一份神奇的礼物

热爱生命	[法] 米歇尔·德·蒙田 /002
生命真美好	[日本] 伊藤桂一 /004
生命力	[英] 威廉·索默赛特·毛姆 /007
生命的炸药	[美] 罗杰·马尔腾 /009
紧紧地拥抱整个生命	[英] 威廉·赫兹里特 /011
书写你的生命	[英] 大卫·伯尔曼 /012
细芽	[俄] 列夫·托尔斯泰 /013
人生	[法] 翰勃 /015
两条路	[英] 戴维·赫伯特·劳伦斯 /017
人生的真谛	[英] 约翰·嘉德纳 /019
人(节选)	[前苏联] 马克西姆·高尔基 /021
人的创造力	[印度] 特·威·巴山德 /026
人是最完美的创造	[英] 戴维·赫伯特·劳伦斯 /030
蜉蝣——人生的一个象征	[美] 本杰明·富兰克林 /033
我们生来都是旅人	[印度] 罗宾德拉纳德·泰戈尔 /036
人是自身的设计师	[英] 弗朗西斯·培根 /040
美是贤哲的宗教	[黎巴嫩] 卡里·纪伯伦 /042
应该如何为人	[英] 威廉·索默赛特·毛姆 /043
生命是美好的	[美] 拉尔夫·瓦尔多·爱默生 /046



二、必不可免的归宿

人生的不同阶段	[德] 阿瑟·叔本华 /050
人生像一首诗	[中] 林语堂 /054
青春与永生	[英] 威廉·赫兹里特 /056
三十记感	[法] 阿尔弗来德·德·缪塞 /058
必不可免的归宿	[英] 弗朗西斯·培根 /060
时间是最宝贵的	[英] 威廉·赫兹里特 /063
也许时间会迷路	[意] 依·卡尔维诺 /066
生与死	[意] 达·芬奇 /068

- 论老之将至 [英] 伯特兰·罗素 /069
- 人到老年 [英] 威廉·索默赛特·毛姆 /073
- 收获 [印度] 罗宾德拉纳德·泰戈尔 /076
- 死亡与人生的形式 [英] 威廉·索默赛特·毛姆 /077
- 对死亡的态度 [奥地利] 弗洛伊德·西格蒙特 /079
- 谈怕死 [英] 威廉·赫兹里特 /082
- 病重 [法] 米歇尔·德·蒙田 /083
- 拯救 [美] 兰斯顿·休斯 /086

三、让生活之泉涓涓不息

- 生活是美好的 [俄] 契诃夫 /090
- 论生活 [俄] 列夫·托尔斯泰 /091
- 让生活之泉涓涓不息 [美] 布里安·戴森 /094
- 生活要惬意 [法] 米歇尔·德·蒙田 /096
- 我为什么生活 [英] 伯特兰·罗素 /097
- 在生活面前 [前苏联] 马克西姆·高尔基 /098
- 生活是美好的 [埃及] 齐亚特 /101
- 泪与笑 [黎巴嫩] 卡里·纪伯伦 /103
- 最苦和最乐 [中] 梁启超 /105
- 在日光下 [黎巴嫩] 卡里·纪伯伦 /107
- 花钱买快乐 [美] 梅那符 /108
- 对自己说“不要紧” [美] 培德曼 安娅·见特曼 /110
- 痛苦的成因 [法] 让·雅克·卢梭 /112
- 论爱情 [英] 弗朗西斯·培根 /116
- 孤独是一种美 [美] 亨利·大卫 /118
- 近代的不安 [法] 皮·德日金 /120

四、游弋在人性的丛林地带

- 人格的世界 [印度] 罗宾德拉纳德·泰戈尔 /124
- 信任 [美] 安迪·鲁尼 /126

目录



一个追求完美的人	[美] 沃尔特·皮特金 / 128
论雨伞道德	[英] 阿尔弗雷德·乔治·加德纳 / 131
性格是本性雕刻在我们身上的东西	[法] 伏尔泰 / 134
论美	[英] 弗朗西斯·培根 / 136
善与恶	[英] 约翰·弥尔顿 / 138
自律是一切美德的基石	[英] 塞缪尔·斯迈尔斯 / 139
鸟与人	[印度] 哈基姆 / 141
论高位	[英] 弗朗西斯·培根 / 144
我曾得到过的最好的忠告	[美] 亚瑟·戈登 / 147
人人想当别人	[美] 塞缪尔·麦考德·克罗瑟斯 / 150
爱情的痛	[德] 阿图尔·叔本华 / 153
论君子	[英] 亨利·纽曼 / 154
最有力的武器	[英] 塞缪尔·斯迈尔斯 / 156
谦逊	[前苏联] 霍姆林斯基 / 158
宽恕, 一种至高无上的爱	[印度] 拉·甘地 / 160
嫉妒是惑人心智的情欲	[英] 弗朗西斯·培根 / 161
懒惰是一种毒药	[英] 塞缪尔·斯迈尔斯 / 165
狡猾是一种邪恶的聪明	[英] 弗朗西斯·培根 / 169

五、冲破感性的迷雾认识自己

成功坦途的神话	[美] 奥里森·马登 / 174
我有一个梦想	[美] 马丁·路德·金 / 176
成败	[中] 梁启超 / 180
才能、热诚与成功	[美] 奥里森·马登 / 183
相信你自己	[美] 拉尔夫·瓦尔多·爱默生 / 185
七个自我	[黎巴嫩] 卡里·纪伯伦 / 187
论创造	[法] 罗曼·罗兰 / 189
命运问题(节选)	[德] 齐美尔 / 192
英雄的气息	[法] 罗曼·罗兰 / 194
昨天、今天和明天	[黎巴嫩] 卡里·纪伯伦 / 196

劳动	[英] 托马斯·卡莱尔 / 197
希望	[中] 鲁迅 / 200
论求知	[英] 弗朗西斯·培根 / 203
攀登	[丹麦] 奥尔格·勃兰兑斯 / 204
我用意志选择生活	[美] 海伦·凯勒 / 207

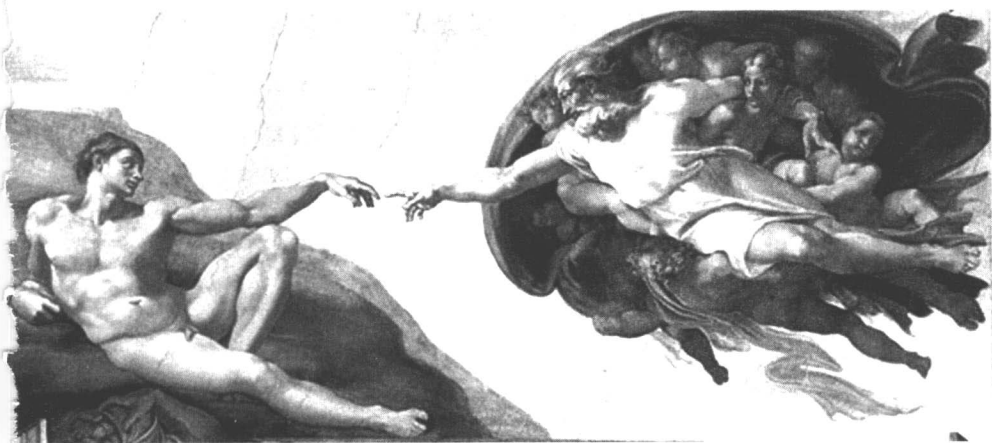
六、在大自然的怀抱里

论伟大	[中] 林语堂 / 210
在大自然的怀抱里	[法] 让·雅克·卢梭 / 212
我的林园	[英] 爱·摩·福斯特 / 215
太阳	[日] 岛崎藤村 / 219
鸟啼	[英] 戴维·赫伯特·劳伦斯 / 222
林中小溪	[前苏联] 米哈伊尔·米哈伊洛维奇·普里什文 / 224
水	[法] 弗朗西斯·蓬热 / 229
听泉	[日] 东山魁夷 / 230
航船	[乌拉圭] 罗多 / 232
远处的青山	[英] 约翰·高尔斯华绥 / 235
坚硬的荒原	[乌拉圭] 罗多 / 239
沙漠	[法] 吉约姆·纪德 / 241
风景使我重见光明	[日] 东山魁夷 / 244
一个树木的家庭	[法] 列那尔 / 248
蒲公英	[日] 壶井荣 / 249
牛蒡花——《哈吉穆拉特》序曲	[俄] 列夫·托尔斯泰 / 252
小麦	[美] 法兰克·诺里斯 / 254
与花儿攀谈	[埃及] 巴哈加特 / 256
后记	/ 258



一、生命是一份神奇的礼物

我的生命被造就出来，同野草一样，同路旁的小石子一样，一旦出生，我便想在这样的命运中奋力生活。要想奋力生活是颇为艰难的，但只要认识到你那被造就了的生命，总会得到一些救助。



● 创造亚当

意大利艺术巨匠米开朗琪罗为西斯庭教堂所作的壁画。亚当这个传说中地球上的第一个高智商生物，注视着创造自己生命的耶和华，并没有丝毫的感激之情。尽管两只刚刚松开的手流露出依依不舍的眷恋，但是亚当慵懒的身躯似乎预示着他的后裔们将要承载的苦难。

热爱生命



[法] 米歇尔·德·蒙田

某些词汇对我来说有着特殊的意义。比如说“度日”这个词，在天气不好，心情不快的时候，我把它看做是“消磨光阴”的代名词；在阳光明媚的时候，我会去慢慢地欣赏、慢慢地品味这美好的时光，而不愿意去“度”。

不好的日子都希望快些“度”过，好日子都愿意停下来细细地品尝。“度日如年”、“消磨时光”这些词汇语言，一般来讲是那些带有“哲人”气质者的习气，他们回避生命，无视它的存在，认为维持生命是件苦差事，是一个不得利用、消磨的低贱之物。而我却不这样认为，我觉得生命是值得我们大为歌颂的，是极其富有乐趣的，即便是到了垂暮之年也是如此。我们的生命来自于大自然的恩赐，它是天地间的精灵，优越无比的，如果我们觉得不堪承受这重压或是白白虚度此生，那也只能怪我们自己。

“糊涂人的一生枯燥无味，躁动不安，却将全部希望寄托于来世。”

但是，我却随时准备告别人生，对此从不觉得有任何惋惜。这倒不是因生之艰辛或苦恼所致，而是由于生之本质在于死。因此，只有乐于生的人才能真正不感到死的苦恼。享受生活要讲究方法，我比别人多享受到一倍的生活，因为生活乐趣的大小是随我们对生活的关心程度而定的。尤其在此刻，我眼看生命的时光无多，我想凭时间的有

◎ 生命是一份神奇的礼物

生命是一份神奇的礼物，她拥有至高无上的特权，当这光彩夺目的恩惠赐予我们的时候，我们只能感恩戴德。



效利用去弥补匆匆流逝的光阴。剩下的生命愈是短暂，我愈要使之过得丰盈饱满。

(于海波 译)

生命真美好



[日本] 伊藤桂一

我今年已经 73 岁了。

人一旦到了 70 岁，就会觉得心胸上更开阔，心理上更坦然、更从容不迫，也更喜欢回忆往事，愿意总结和感悟生命的意义。因为，死亡已经越来越近了，而且随时随地都可能降临，让人无法避免地去思考生与死这个命题。

生命的全部意义在于尽情享受生活所带来的乐趣，但是不良的生活方式以及许多意外事故却有可能导致生命的早逝。

我在古稀之年的今天，回首逝去的 70 年岁月，发现有许多知己和朋友因为酗酒而先于我离开了人世。我对此十分不理解，难道人生在世没有比醉酒更让人愉快的事了吗？在他们的眼里或许一醉方休、英年早逝才是人生的最大幸福呢？

除了酗酒这个原因外，另一个促使早亡的因素是过量美食和劳累过度。

我的一位朋友是著名的美食家，为了品尝鳗鱼之鲜，可以不顾百里之途的劳累，而且每次光顾浜松的那家著名餐馆，从来没有给我打过电话，因为那家餐馆是我介绍给他的。可见他吃鳗鱼的时候是多么的投入，我这个老朋友早已被他忘到九霄云外去了。大量的美食造成



● 古稀老人在思索，稚嫩孩童在遐想，年轻的母亲在轻声吟唱：一首生动而绚丽的歌。盈缩之期，不但在天，养福之怡，可得永年。生命是一列向着叫死亡的终点疾驰的列车，沿途有许多美丽的风景值得我们留恋。为此，我们在珍惜生命的同时，要努力感受生活，感受爱。

005

脂肪的堆积，这位美食家就这样过早地死去了。

过度劳累同美食和酗酒一样是人的意志所难以控制的，尤其是有了一定的成就以后，就会身不由己地为名利所累。不信你看，艺术家和通俗作家中很少有人长寿。

有人也许会说：回避那些美味佳肴，粗茶淡饭、孤独清贫地生活就好吗？我想结论应当是肯定的。

人能活在这个世界上才是最美好的，我之所以放弃许多东西，为的是让生命能够更长久地存在下去。因为只有活着才能领略到瞬息万变、千奇百态的世间人情，才能够真切体验到人生的真正意义。

也许，只有像我这样活到 70 岁的人，才有可能领悟到这个人生

的真谛，那些以酗酒的方式解除疲劳之苦，误以美食而享乐人生的人，是认识不到这一点的。

非常令人惋惜的是，有些人尚未到60岁就过早地死去了，大千世界里千变万化的事物，丰富多彩的风貌，国际上的风云变幻，再也没有机会体味和观赏了，这是多么遗憾的事啊。

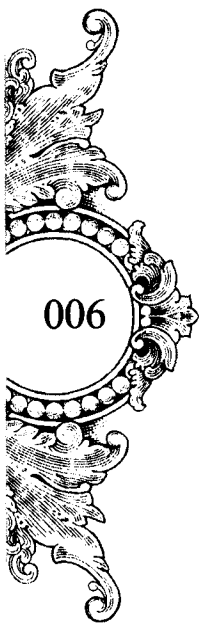
我的生活原则是：远离烟、酒、美食，工作量力而行，凡事适可而止，绝不勉强为之。

有一位编辑朋友经常和我开玩笑说：“你很会保养啊！”每逢听到他的话，我总是笑着回答：“我可是时髦作家呀！”其实，人出名以后被许许多多的人追捧着，这是一件可怕的事。然而，意识到这一点的时候大多已在弥留之际，可以说是太晚太晚了。

所谓的感悟人生无非是能够清楚客观地看待生命与生活，我每天都感受到生活的厚重和幸运；与此同时，我针对自身的情况，坦然选择了适合自己的生活方式。作为战争的幸存者，我还要做一些不辱使命的工作，我相信无论何时都不会陷入那种磨难中，也绝不会为任何名利和冠冕所累。我所做的一切都是为了延长我的生命，为了更充实地活着，其中的甘苦得失都是值得的。

有人也许会产生疑问：人生在世，未尝酣畅的快乐，未品佳肴的美味，未有忘情的奋斗，未知美女的销魂，这算是什么人生啊！我在这里坦然地告诉他：我非常珍惜美好的生命！

（贾冰威 译）



生命力

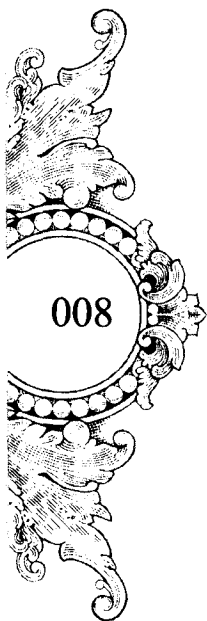


[英] 威廉·索默赛特·毛姆

生命力是一种非常活跃的力量，它给人们带来的欢愉足以抵消人们所面临的一切艰难困苦。它使生活具有无限的价值，因为它在人的内心深处起作用，用它自身的辉煌火焰向每个人放射光明，所以无论怎样艰难，你都会忍受下去。悲观主义的产生，往往在于你设身处地想象别人的感受，这也是小说所以不那么真实的诸多因素之一。小说家用他的个人经历作素材，创造一个公众的世界，把他自己特有的敏感性、思维能力和感情力量加在他想象的人物身上。大多数人不具备很强的想象力，他们无法领会到想象力丰富的人所感受到的无法忍受的坎坷境遇。

以私生活为例，极贫困的人不怕受到干扰，甚至习以为常，不以为意；而我们对此却非常重视，非常担心私生活受到干扰。一般来说，贫穷的人大多不喜欢独处，许多人聚在一起时他们的心理上会有某种安全感。和他们接触过的人都会感受到，他们对富有的人既不羡慕也不嫉妒。有许多我们认为生活中必不可少的东西，他们却认为自己不需要，这是富裕的人的运气。因为除非是瞎子，谁都可以看到，大城市里的无产阶级全都生活在苦难和纷扰之中。许多人没有工作，即使是有工作也是非常沉重的，他们以及他们的妻子儿女，长期生活在饥饿和死亡的边缘，前途是永无尽头、无法摆脱的贫穷。如果只有革命才能改变这个局面，就让革命早日到来吧。

即使在今天，我们也会在这个习惯于称为文明国家的社会里，看到人与人之间的关系依然是那么残酷无情，真不能轻易断言他们的生



活比过去好。尽管如此，我们不得不承认，总的来说这个世界比历史上的世界要好一些，大多数人的命运虽然不好，总不像过去那样可悲可怕，我们有理由希望，随着知识的增长，许多残酷的迷信和腐朽习俗的废弃，代之以生气勃勃的博爱精神，人们深受其苦的好多邪恶将被消除。然而还有许多邪恶势必会继续存在。我们是大自然的玩物，地震将继续制造惨重灾害，干旱将使谷物枯萎，突然而来的洪水将摧毁人们精心建造的房屋。唉，愚蠢的人类还将继续发动战争，蹂躏彼此的国土，不能适应生活的婴儿还将继续出生，结果生活将成为他们的沉重负担。世界上的人只要有强弱之分，弱者终将被强者逼得走投无路。除非人们摆脱得掉私有观念的符咒——我想那是永远不可能的——他们终将从无力守卫的人手里攫夺他的所有物。只要人们自我完成的本能存在一天，他们就不惜牺牲别人的幸福，恣意发挥自己的这种本能。总而言之，只要人是人，他必须准备面对他所能忍受的一切邪恶和祸患。

恶的存在，无从解释。只能把它看做是宇宙秩序中不可缺少的一部分，无视它是幼稚的，悲叹也是徒劳的。斯宾诺莎说“哀怜是女子气的”，这个比喻出自这位温雅严肃的思想家之口含有叱责的意味。我想他的意思是，对你没法改变的事情痛心疾首只是浪费感情而已。我不是悲观主义者。的确，我若抱悲观主义，那是荒谬的，因为我是一个幸运儿。我常对我的好运气感到奇怪。我明明知道，许多人应该比我交运更好，却没有享受到我所享受的幸福。这儿一个偶然的情况，那儿一个偶然的情况，都可能使一切变样，使我遭受失败，一如那许多才能和我不相上下或者胜过于我的人，机会相等而遭受失败。他们中间倘有碰巧看到这几页书的，我请他们相信，我并不妄自尊大，把