

心灯系列

A calendar of wisdom
by Leo Tolstoy

智慧历书

滋养生命灵魂的智慧箴言

[俄]列夫·托尔斯泰 著 朱澄 译



每日与人类最伟大的思想对话，正视自己、了解自己，
使你获得生命的力量。

A calendar of wisdom
by Leo Tolstoy

智慧历书

滋养生命灵魂的智慧箴言

[俄]列夫·托尔斯泰 著 朱 澄 译

每日与人类最伟大的思想对话，正视自己、了解自己，
使你获得生命的力量。

图书在版编目(CIP)数据

智慧历书 / (俄)托尔斯泰(Tolstoy, L. N.)著;
朱澄译. - 哈尔滨:哈尔滨出版社, 2005. 11
ISBN 7-80699-562-5

I. 智... II. ①托... ②朱... III. 格言-汇编-世界 IV. H033

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 110843 号

责任编辑:周群芳

装帧设计:弘文馆·马青军

智慧历书

(俄)托尔斯泰 著
朱澄 译

哈 尔 滨 出 版 社
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
全国新华书店发行
黑龙江新华印刷厂印刷

开本 787×1092 毫米 1/16 印张 16 字数 264 千字
2005 年 11 月第 1 版 2005 年 11 月第 1 次印刷
ISBN 7-80699-562-5/H·51
定价:26.80 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

作者简介

列夫·托尔斯泰

Leo Tolstoy, 1828 ~ 1910

19世纪俄国文学家、改革家和道德思想家。1828年9月9日出生于图拉省的一个贵族家庭。1910年11月10日，正当他82岁生日那天，为了“找到一个能安静地生活并和上帝更接近的藏身之所”，托尔斯泰毅然抛弃妻子和财产离家出走，途中染上肺炎，于10日后病逝于乡间一个偏僻的小火车站，完成了其不平凡的人生旅程。

作为一代文学巨匠，托尔斯泰的作品以对家庭、社会和个人道德问题的深刻思考而著称，影响甚大。他的三大长篇小说代表作《战争与和平》（1869）、《安娜·卡列尼娜》（1877）、《复活》（1899），已成为世界文学史上不朽的名著。

关于本书

《智慧历书》是托尔斯泰晚年投入巨大心血创作的一部重要作品，出版后，托尔斯泰三次修改书稿，接连出了三个修订版。

托尔斯泰收集这些思想的过程耗时超过15年。动笔时他已经接近80岁高龄，健康状况很差。当他终于把书送交给出版商后，他在日记上写道：“为我的‘阅读周期’编选思想时，阅读书籍让我和最优秀、最贤明的人士沟通，我觉得我也被提升到伟大的精神与道德高峰。”

通过整理全世界不同时代众多先哲共同创造的智慧，托尔斯泰希望能把理性带给尽可能广大的人群，激发大众的思想与情操，让大家知道如何平和地面对自我，让思想带给人们内在的力量、宁静与快乐。

责任编辑：周群芳

特约编辑：李彦昌

装帧设计：弘文馆·马青军

托尔斯泰与《智慧历书》的创作

《智慧历书》是托尔斯泰一生最后的重要著作。这本书实现了他孕育将近 15 年的梦想，“将几世纪的智慧收集于一书”，供一般读者阅读。托尔斯泰投入很大的心血创作这本书，1904 到 1910 年间，就出了 3 个修订版。这也是他每天最喜欢阅读的书，去世之前几年一直不断地读。

托尔斯泰在 19 世纪 80 年代中期萌生写作这一本书的初步构想。根据 1884 年留下的最早记录，他的构想是“引述所有民族与所有时代最伟大的哲学家的言论，写成供一年中的每一天吸收的智慧思想”。那年 3 月 15 日他在日记上写着：“我必须为自己创造一个阅读的周期：爱比克泰德、奥理略、老子、佛陀、帕斯卡。所有人都有这样的需要。”1885 年，他写信给他的助手契尔柯夫：“我知道与苏格拉底、爱比克泰德、阿诺德、派克这些伟大的思想家沟通，可以带给人很大的内在力量、宁静与快乐。他们告诉我们人性中最重要的东西，告诉我们生命的意义与美德……我想创作一本书，和人们谈生命，以及生命的善行。”

收集这些思想的过程耗时超过 15 年。托尔斯泰在 1902 年 12 月到 1903 年 1 月之间动笔。他接近 80 岁时，健康情况已很恶劣，但思索生死意义的同时，也激发他开始编纂这本当时称为“每日的智慧思想”的书。终于把书送交给出版商后，他在日记上写道：“为我的‘阅读周期’编选思想时，阅读书籍让我和最优秀、最贤明的人士沟通，我觉得我也被提升到伟大的精神与道德高峰。”他经常在日记上思考这本书，不断重复“还有什么比每天与世界上最有智慧的人士沟通更加珍贵”的主题。托尔斯泰反复地告诉同僚与朋友，他在“最佳的作家之间”精选书中所需的贡献者。他们代表范围广阔的不同哲学观点、文化背景与历史时代。

托尔斯泰写道：“读者会很意外地发现，在康德与众多著名的思想家之间，竟然夹杂着美国俄勒冈的记者露西·马洛礼这种名不见经传的人物。”第 1 版 1904 年以《贤人的思想》的书名问世。托尔斯泰在世的 1904 年到 1910 年间，共出了 3 版，每版都有不同的副题——“生命之道”、“阅读周期”与“每天的智慧思想”。

1904 到 1907 年间，托尔斯泰扩充第 2 版的内容，并重新加以修订，本书作为第一个英文译本，正是以这个版本为依据。1905 年 8 月中，他写下本书的导言，并在日记上写着：“我把‘历书’加以修订与扩充，现在变得有两倍厚。两个月来，我没有读过其他东西，连报纸杂志也没碰，但我觉得很好……我对社会的无知，特别是在

文化与道德上的无知，令我越来越震惊……我们的教育应该朝向累积祖先与世界上最优秀思想家的文化遗产发展。”

第1版《贤人的思想》与第2版《智慧历书》的最大差异，在于托尔斯泰现在根据某天、某周或某月的主题，把相关的思想集合在一起。他在1904年6月3日的日记上写着：“为‘阅读周期’而忙碌……无法做其他事……我依据下列的几个主要主题，把挑选出来的思想分类：神、理智、法律、爱情、人类的神圣本性、信仰、诱惑、文字、自我牺牲、永恒、善良、仁慈、人与神的合一、祈祷、自由、完美、工作等等。”托尔斯泰加入约八百段自己的思想，都是他多年沉思的结果，或从日记中摘取的精华。书中的每一天通常都以他自己的思想开始，然后加入引述于其他地方的资料，再以自己的思想作结束。

除此之外，每周结束时，他会写段3到10页长的小故事或短文。每个故事都与当周的道德、哲学或宗教主题配合。他总共准备52篇故事，称之为“周日阅读故事”。多数故事都是特别为这本书而撰写，少数则是从柏拉图、佛陀、陀思妥耶夫斯基、帕斯卡、雷斯柯夫、契诃夫等人的著作挑选出来或改编而成。托尔斯泰在“周日阅读故事”呈现的散文风格，和早期小说的成熟老练有很大不同。他以清晰、单纯、几近原始的文字写这些故事，是专为更广大读者设计的文体，集单纯的形式与深刻的哲思于一体，后来的帕斯德尔纳克与索尔仁尼琴都很欣赏。不过，这些故事并未在所有的版本中出现，而且整体占的篇幅颇长，所以本书也未收录。

1904年12月21日，在看过标题为“贤人的思想”的第2版印刷校样后，托尔斯泰在日记上写道：“这些日子以来，为创作‘阅读周期’而与世界最好、最有智慧的思想家沟通，让我一直处于精神与道德的高峰，今天我刚从这样的高峰走下来。”1905~1907年出版的第2版，书的标题改为“众多作家论真理、生命与行为的智慧思想，托尔斯泰为一年中的每一天收集与编纂”。这本书从出版以来，就一直摆在托尔斯泰的案头，是他生命中最后5年最喜爱的书。1905到1910年间的每一天，他逐日阅读书中相同日子记述的思想，他也建议所有的朋友养成同样的习惯。1908年5月16日，他写信给朋友顾赛夫：“我无法了解何以有人能够不与世上最聪明的人沟通而活着。……我因为阅读这本书，每天都觉得很高兴。”

托尔斯泰继续准备经过修订、浓缩与简化的第3版，在1910年他生命的最后一年，以“生命之道”的副标题出版。他希望最单纯与受教育最少的农夫与儿童都能够了解这本书。他写道：“与其为博取若干富裕阶层片刻的欢心而创作一本小说，然后被永远遗忘，远不如为千万大众创作一本书来得更重要，也更有收获。这种最单纯、最广为接受的情感艺术的领域，几乎从未被触及。”他很可能是拿《智慧历书》与《战争与和平》相提并论。

1911~1912年间，另有其他版本在圣彼得堡与奥德萨出现。德文评论版(ESchmidt与A. Schkarvan翻译，德勒斯登的KarlReissner公司1907年出版)并列出

他引述的来源出处。

《智慧历书》1921年又出一版，但十月革命后，苏维埃政权认为这本书的精神导向与众多宗教雷同，而加以禁止，直到1995年才重见天日，并获得巨大的成功，销售量超过30万册。

这本书以前从未译成英文。《智慧历书》的第一个英文译本，将为英文读者带来一大发现。托尔斯泰是全世界最伟大的小说家兼思想家之一，他为呈现世界精神遗产的精髓，援引世界最伟大的宗教、哲学与文学作品来创作此书。这是人类才智之士的最佳创作，是足以充当读者实际精神导师的作品，能够指引人们平和地面对自我，过充满良善、满足与快乐的生活。

托尔斯泰最初的目标是把智慧带给尽可能广大的民众，以“取悦千百万的读者”，在精神需要日益增加的当前，这仍然是和当时同样迫切的目标。

赛奇林(本书英文版译者)

1997年

导言

我从很庞大的著作与文集中,收集到本书收录的思想。我在每段思想的下方写出作者姓名,但并未注明实际的出处或是我引用的著作名。在某些情况下,我并非从原始出处直接翻译,而是从我知道的译文转译,所以,有时候我的翻译和原文可能不是完全相符。我翻译德国、法国或意大利思想家的作品时,并未严格遵守原文,通常会加以浓缩与简化,并删除若干文字,以便更容易理解。读者或许会说,某段引文不是帕斯卡或卢梭的话,而是我自己的,但我认为以修饰过的形式传达他们的思想,并不是错误。因此,如果有人想把此书译成其他文字,我会建议他不必去找寻英国诗人柯立芝、德国哲学家康德或是法国作家卢梭的原始文字,只需直接从我的写作中翻译即可。有些思想可能和原著不符的另一个原因是,有时要从冗长、复杂的主张中得到我要的思想,我必须改变某些字句,以求措辞的清晰与统一。有些情况下,我甚至完全以自己的话来表达。我所以这样做,是因为我的书不是要呈现其他作家著作的逐字精确翻译,而是利用不同作家创造的丰富智慧遗产,为广大的读者带来容易了解的每日阅读周期,激发他们最高尚的思想与情操。

我衷心希望读者能够体会我创作本书所经历的仁慈与高尚情怀,我每天读这本书时,或是扩充、修订先前的几个版本时,也再三地有相同的体验。

列夫·托尔斯泰

1908 年

由于时代的局限性以及托尔斯泰宗教信仰等问题,其在创作本书时引用了一些宗教言论,为了保持大师作品的原貌及完整性,我所作了部分删除。对于留存的部分,希望广大读者在阅读的过程中持科学客观的态度。

——编者

目 录

CENTENTS

英文版序——托尔斯泰与《智慧历书》的创作/1

导言/4

1 月份/1

2 月份/23

3 月份/41

4 月份/61

5 月份/83

6 月份/107

7 月份/129

8 月份/149

9 月份/171

10 月份/191

11 月份/209

12 月份/227

January

1 月份

- | | | |
|---------|---------|---------|
| 1.1 阅读 | 1.11 谦逊 | 1.21 理智 |
| 1.2 信仰 | 1.12 责任 | 1.22 修养 |
| 1.3 意义 | 1.13 信仰 | 1.23 止怒 |
| 1.4 团结 | 1.14 施惠 | 1.24 追寻 |
| 1.5 言辞 | 1.15 目标 | 1.25 法则 |
| 1.6 节制 | 1.16 人生 | 1.26 仁慈 |
| 1.7 尊重 | 1.17 灵魂 | 1.27 爱 |
| 1.8 友善 | 1.18 知识 | 1.28 本性 |
| 1.9 知识 | 1.19 改善 | 1.29 智慧 |
| 1.10 教育 | 1.20 安身 | 1.30 仁慈 |
| | | 1.31 节制 |



阅读

托尔斯泰智慧小语

真正的物质毒药与精神毒药的区别在于,多数物质毒药的味道令人作呕,而以书籍等形式出现的精神毒药,有时却很吸引人。

知道少数几件好而必要的事物,胜过知道很多毫无意义的平庸之事。

精心布置的小书房里可能隐藏着无尽的财富!几千年来,来自世界所有文明国家最值得推崇的有识之士,将他们的智慧结晶与研究成果遗留给我们。有些思想可能连他们最亲近的朋友也不曾问津,却通过文字清楚地活到了另一个世纪并传到我们手里。的确,我们应该感激完美的书籍,感激这些我们生活中最高的精神成就。[爱默生]

有很多平庸的书籍只是为娱乐我们的身心而存在,所以,只去读那些公认的好书就可以了。[塞涅卡]

先读最好的书,否则你会发现时间不够。[梭罗]



信仰

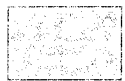
托尔斯泰智慧小语

人如果没有信仰地活着,便是过着动物般的生活。

我们时代的多数学者都存有世上最无知的偏见,即认为人可以没有信仰地活着。

多少世纪以来,每个时代的人都想要了解自己生存的根源、起始和最终的理想,即使那只是一些模糊的概念。信仰满足了人们的这些要求,它阐明了使所有人像兄弟姐妹般结合在一起的关系,也让人们了解他们有相同的根源、相同的生活使命与相同的最终目标。[马志尼]

每一种宗教或信仰的基本意义都是要阐明“我为什么而活着,我对周围的无限世界应怀着什么态度”的问题。不论是最成熟还是最原始的信仰,不论是有神论还是无神论的信仰,无一不以定义人对世界的态度作为根本。



意义

托尔斯泰智慧小语

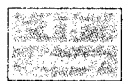
如果你认为生命的目的只是追求快乐，那么生命便会变成残酷、没有意义的东西。你必须拥抱人类的智慧、你的理智与你的心性告诉你的信息：生命的意义在于服侍引领我们来到世界的力量。那样，生命便成为不变的欢愉。

知之者莫如好之者，好之者莫如乐之者。[孔子]

人随时都得注意的最重要的问题是：我们的行为是否得当？在我们称之为生命的简短历程里，我们的举止是否顺从带我们来到这世界的力量的意志？我们的行为是否得当？

只要是人，就会犯错，怕犯错的人是永远成就不了大事的，因为只有不做任何事才不会出错。

我们必须诚实、责无旁贷地做好该做的工作，不论我们期望有一天能成为天使，还是我们自认根源于蝼蛄，都没有关系。[罗斯金]



团结

托尔斯泰智慧小语

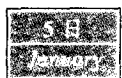
人类的历史是人性迈向更大团结的运动。

即使不愿意，我们还是可以感受到与其余人类的关联。工业、贸易、艺术、知识，特别是共同的道德，都把我们联结在一起。

善良的人不论有心或无意，都会彼此帮助，邪恶的人则故意互相作对。[中国谚语]

每个人都有各自的负担，不可能没有旁人的协助而活下去，因此，我们必须互相扶持，互相以安慰、劝告与警告支持对方。[沉思书]

所有亚当的子女都是同一个身体的一部分，一个部分受苦，其他部分都会跟着受苦。如果你漠视别人的苦难，你就不配叫做人。[萨迪]



言辞

托尔斯泰智慧小语

要警惕自己,不要以言辞来挑拨是非,破坏人们的团结。

言辞的伤害有时明显,有时不明显,也许你看不到自己言辞对别人造成的伤害,但这不表示伤害很轻。

刀、枪伤或许还可以治疗,唇舌造成的伤害却永远不会愈合。[波斯格言]

不以言辞冒犯别人的人,是个完美的人……舌头虽小,作用巨大。但要注意,小东西也可以惹出大麻烦。[新约雅各书 3:2,5]

听到有人说别人坏话时,不要高兴地加入讨论;

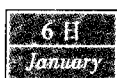
听到别人的恶行时,不要听到最后,要尽可能忘掉你听到的话;

听到别人的美德时,要牢牢记住,并转述给其他人知道。[东方格言]

倾听辩论,但不要过分介入。[果戈理]

注意自己的行为,别让舌头犯罪。[西方格言]





节制

托尔斯泰智慧小语

不论你曾经尝试过多少次,千万不要放弃驾驭自己的情绪,因为每次尝试都能削弱情绪的力量,使它变得更容易驾驭。

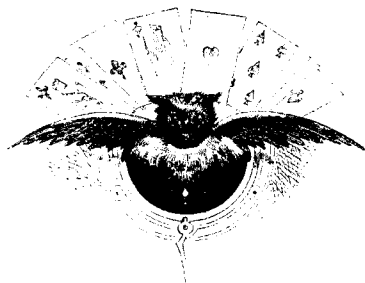
努力行善很重要,但更重要的是避免作恶。

治人事天,莫若嗇。夫唯嗇,是谓早服。早服谓之重积德。重积德则无不克,无不克则莫知其极。[老子]

至少投入一半的精力清除空泛的愿望,很快你就会发现,这样做会带来更大的快乐。[爱比克泰德]

上帝考验众生,有时通过财富,有时利用贫穷。考验富人看他是否对需要帮助的人伸出援手,考验穷人则看他是否知足、顺从地承受所有的苦难。[西方格言]

怒火像最快的马车一样速度飞快,懂得控制愤怒的人就像好车夫,而其他人只知道拉着缰绳,他们没有真正的力量。[法句经]





尊重

托尔斯泰智慧小语

务必与人保持亲和的关系。如果你不能亲切待人,那你便是没有尽到你的主要义务。

尊重每一个人,不管他身份多么卑微,要知道活在每个人身上的是和你我相同的性灵。[叔本华]

不要狠心对待受到诱惑的人,要试着安慰他们,因为你也会希望获得安慰。[西方格言]

(1)今日事,今日毕。

(2)自己能够做成的事情切莫麻烦别人。

(3)骄傲给我们带来的损失超过饥渴和寒冷。

(4)想到那些尚未发生的罪恶已经让我们遭受很大的痛苦,实际已经发生的事却不会。

(5)生气的时候,先数到十再说话;如果还不能平静下来,就数到一百。仍然平静不下来,就数到一千。[杰弗逊]



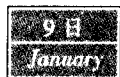
友善

托尔斯泰智慧小语

以当务之急,为重而不蔽于毫末,求其所必求,为其所能为,知其所该知。

没有任何人完美到不需要任何适时的进言。那些不懂得察言纳谏的人都是一些无可救药的蠢夫。即使是最为特立独行的人也应该注意那些友善的劝告,甚至连君主也乐于取人所长。有些人终其一生难以接近,他们常常因为没有人敢在他们失足时给予扶持,最后倾覆而亡。即使是那些最固执的人也应该把友谊之门敞开,有朝一日,善意的帮助将会由此而入。我们都需要一个能毫不保留地指责我们、向我们进言的朋友。我们则用自己的信任来赋予他们这种权力,并对他们的忠诚与明慎表示由衷的敬意,但是却绝对不会将尊重与威信滥施于人。在内心深处,我们需要一个能推心体己的人作为镜子。如果我们能够珍视这面镜子,它会使我们免于自欺。[拉美特利]

不要难以接近,因为这样会让你丧失很多机会。[西方格言]



知识

托尔斯泰智慧小语

少读,少学,但要多想。不论是通过老师或书本,只学习你真正需要与真正想要知道的东西即可。

忘掉别人教我们的东西后,我们才开始拥有真正的知识。[梭罗]

经常接受别人的思想,会停顿与僵化自己的创见……所以,经常的学习会软化头脑。……“停止创造自己的思想,以腾出空间容纳其他书本的意见”的做法跟“卖掉自己的土地,以便拜访其他国家(莎士比亚语)”一样愚蠢。[叔本华]

惟有能真正回答自己灵魂发问的思想,才是引领生命迈往正确方向的思想。从别处借用,然后被自己记忆与接受的思想,并不能真正影响生命,有时还会把你引向错误的方向。

真正的知识只能通过理智的努力而不是记忆来获得。



教育

托尔斯泰智慧小语

教养是所有教育的基础。

一切教育的基础在于建立我们与万物之间的关系,以及我们的行为可能从中汲取的结论。

不失本色以本来面目待人,也就是保持住自己独立的人格,保持住自己真正的人的本性。[孟子]

抚育孩子长大时,必须记得我们是未来的守护者。改善他们的教育,就是改善人类的未来、世界的未来。[康德]

父母要让孩子相信自己的道德操守,相信自己的人格力量,相信自己出自本性,亦出自诚心。[孟子]