

外国哲学名家丛书  
The famous book of Foreign Philosophy



# 尼采的 自我哲学

Nietzsche's Personal Philosophy

(德) 尼采 (Nietzsche, F.W.) / 著  
唐译 / 编译

Personal  
Philosophy

哲学让我们变得更加睿智 · 哲学赋予我们最美的精神家园

天才总是孤独的，天才的感悟总是充满智慧，尼采的感悟里充满了痛苦的体验，但正如浩瀚宇宙飞逝的流星一样，从他的著作中，让我们在黑暗的天空看到了生命的光芒，他的感悟可以给我们现代人提供探索人生、探索生命的智慧和勇气！

## 尼采 到底说了什么？



外国哲学名家丛书  
The famous book of Foreign Philosophy

# 尼采的 自我哲学

Nietzsche's Personal Philosophy

(德) 尼采 (Nietzsche, F.W.) / 著  
唐 译 / 编译



## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

---

尼采的自我哲学 / (德) 尼采 (Nietzsche, F.W.) 著  
; 唐译编译. -- 长春: 吉林出版集团有限责任公司,  
2013.6

ISBN 978-7-5534-2053-0

I. ①尼… II. ①尼… ②唐… III. ①尼采,  
F.W. (1844~1900) — 哲学思想 IV. ①B516.47

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第133771号

## 尼采的自我哲学

---

作 者 尼 采  
译 者 唐 译  
责任编辑 王亦农  
开 本 787mm × 1092mm 1/16  
字 数 210千字  
印 张 16.25  
印 数 1—5 000册  
版 次 2013年6月第1版  
印 次 2013年8月第1次印刷  
出 版 吉林出版集团有限责任公司  
发 行 吉林音像出版社有限责任公司  
吉林北方卡通漫画有限责任公司  
地 址 长春市泰来街1825号 邮 编: 130062  
印 刷 北京市通州富达印刷厂  
ISBN 978-7-5534-2053-0 定价: 29.80元

---

版权所有 侵权必究 举报电话: 0431-86012906

# 序言



## 尼采的自我哲学

Nietzsche's  
Personal Philosophy

尼采 (Friedrich Wilhelm Nietzsche, 1844—1900)。

德国后现代主义哲学家、诗人、作家。1844年生于普鲁士萨克森州的洛肯镇。1862年发表《命运与历史》的论文。又写《意志之自由与命运》。1869年受聘为巴塞尔大学的古典语言学教授。3月，未经考试获得莱比锡大学颁授的学位。1882年完成《欢悦的科学》并出版。1883年完成《查拉图斯特拉如是说》第一部。1888年完成《反基督》。1900年在魏玛去世。

在西方哲学发展史上尼采是最不能忽略的人物，也是最富有争议的人物之一。由于观点和立场不同，人们对他的作品有着不同的理解。不仅如此，尼采的思想由于采取了独特、强劲、充满隐喻和矛盾，甚至是疯癫的独白形式，因而常常遭到误解。

那么，我们到底该如何看待尼采以及他的思想呢？

首先从正面来说，尼采是一位特立独行的哲学家。他将哲学的深邃、诗歌的浪漫、音乐的震撼、心理学的精细和语言学的广博融为一体，自成一家。尽管他的思想中存在不可避免的糟粕，但他为后人留下的思想财富是极其宝贵的。

尼采贬斥理性和日神精神，赞美感性和酒神精神，故而被视为西方现代非理性思潮以及生命哲学的创始人之一；他主张对现代性及其一切价值彻底重估、批判和颠覆，并因此被多数后现代主义者奉为先驱。受其影响的大家有：弗洛伊德、海德格尔、福柯、萨特等；文学家有：茨威格、萧伯纳、纪德、黑塞、鲁迅……

其次，从反面来说，尼采有些思想是需要批判的，比如尼采浓厚的贵族情结和对个人意志的过分强调导致了其过于激进的理论倾向、主要有：

### 反民主倾向

不可否认，尼采的“超人哲学”作为一种英雄主义学说，无疑有其颇为可取的一面。几乎每一个时代都需要英雄，因为在知识、智慧和胆略起决定作用的特殊时代下，一个英雄或杰出人物常常胜过千军万马。但是，“超人哲学”所反映的英雄主义又是极端的、褊狭的。他认为普通人是粗制滥造的产品，主张由“高等人”统治世界。试想，如果像尼采主张的那样向

庶民开战，天下必定大乱，英雄也难以成为英雄。尼采说：人应该生活在山顶。假如“超人”或“高等人”是人类之山的山峰，而山峰要摒弃它赖以耸入云天的山体，这不是很可笑吗？

“超人哲学”导致了尼采对贵族政治的极力推崇，这就决定了尼采的反民主倾向。尼采主张由“高等人”统治世界，希望建立“一个以最严酷的自我训练为基础的庞大的新贵族社会，在那里有哲学思想的强权人物和艺术才能的专制君主的意志要给千秋万代打下印记。”这样的主张显然是与历史大潮悖逆的。

#### 对爱与同情持否定态度

这最典型地体现在他对女人的态度上。他说：“男人训练来战斗，女人应当训练来供战士娱乐。其余一概愚蠢。”他在《查拉图斯特拉如是说》里借老妪之口说：“你去女人那里吗？别忘了你的鞭子！”他把女人当作劣者和弱者来鄙视的。这样的观点显然是与今天男女平等的时代理念相悖的。

当然，对待尼采，我们需要的不是辩论他的对与错，得与失，我们要做的是如何去理解，去探索，去研究他的言行，他的智慧。

故，本书的策划思路摒弃了将其作品简单的组合的拙劣做法。我们大胆的，无所畏惧的在尼采的思想里遨游，追寻昔日伟人的足迹，撷取其智慧的灵光，将其一生中的闪光点整理成文，集文成书。我们的“莽撞”全无冒犯伟人之心，更无亵渎之意。实以秉着取其精华弃其糟粕，帮助读者更轻松地去了解其思想的宗旨行事。我们谨其言，慎其行，将全书分为四卷：卷一：人生的告诫；卷二：天才的感悟；卷三：理性的思考；卷四：疯狂的激情。

本书囊括了尼采思想中最具代表性的观点和主张，包含有很多惊世警言，如“人是应该超越的东西”、“上帝死了”等。

读其书而知其人，明其义而囿其辞。我们深信本书对于帮助读者了解尼采有举足轻重的作用。

# 目录



## 尼采的自我哲学

Nietzsche's  
Personal Philosophy

### 卷一 人生的告诫

在漫长的人生道路上，没有遇到过先哲的幽灵的人生，是不完美的人生。尼采就是一个在我们的人生道路上需要遇到的幽灵。他独到的以美学解决人生存在的根本问题，他是魔鬼的思想，亦是伟人的见识，他对人生提出的告诫最广泛，最实际，最具审美意识。

人是应当被超越的 \2

---

别抛弃你的爱和希望 \4

---

钟爱优秀者 \8

---

珍惜你的美德 \10

---

谨防小人 \12

---

永葆贞洁 \16

---

与人交往的艺术 \18

---

世间没有永恒的善与恶 \20

---

从报复他人的欲望中解脱出来 \24

---

别作肉体的蔑视者 \26

---

超越自我 \30

---

自我控制 \34

---

提防同情 \37

心灵的正确态度 139

---

强者自我保存的手段 142

---

学问的严肃 144

---

学习 146

---

学会沉默 148

---

痛苦的智慧 150

---

人类的三种毒害 152

---

人生的劝诫 156

---

世俗的智慧 159

---

新的告诫 162

---

## 卷二 天才的感悟

天才总是孤独的，天才的感悟总是充满智慧的，尼采的感悟里充满了痛苦的体验，但正如浩瀚宇宙飞逝的流星一样，从他的著作中，让我们在黑暗的天空看到了生命的光芒，他的感悟可以给我们现代人提供探索人生，探索生命的智慧和勇气。

洞悉生命 164

---

适度放纵 168

---

人要死得其时 170

---

# 目录



## 尼采的自我哲学

Nietzsche's  
Personal Philosophy

施予 173

---

上帝并不存在 176

---

同情的真谛 178

---

卑贱者的嘴脸 182

---

贪婪者的劣根性 186

---

自我伪装 190

---

意识的作用 192

---

自我考验 196

---

同情的归属 198

---

自卫 100

---

颓废 102

### 卷三 理性的思考

他是一个幽灵，一个在人生的旅途中徘徊在理性与非理性之间的幽灵；他是一个天才，一个在人类哲学史、美学史上恣意表演的天才。他是一个孤独的寂寞的先哲，一个在冷酷的银河里闪烁的星星。去拜读他吧，因为他帮助人去找到救苦救命的仙子，并告诉每一个人怎样去面对艰难困苦的人生，他还带领人们去剖析人生，让人们去感悟人生的真谛。他理性的思考让你见识到什么是天才，什么是智者。



自我折磨的美德 \106

被当做美德的巧妙的残酷 \110

权利和义务 \112

因苦难而得以成全的知识 \116

生活圈 \120

经验与虚构 \122

动机冲突 \126

意图与意志 \128

人类的兽性 \132

上帝没有神性 \134

自我独立 \136

天才的痛苦及价值 \138

人的表情和语言 \140

意识 \142

让我们留心 \144

祈祷的价值 \146

最大的改变 \148

个人之上帝 \150

人的个性 \152

# 目录



## 尼采的自我哲学

Nietzsche's  
Personal Philosophy

沉思者的幻觉 \154

失而复得的智慧 \156

闲暇与懒散 \158

爱是必须学习的 \160

未来的人性 \162

受苦的意志和同情 \164

道德问题 \168

美与丑 \172

自由精神 \174

受害者与为害者 \180

“善与恶” “好与坏” \182

### 卷四 疯狂的激情

还有谁能高呼惟有日神与酒神及美好理想与非理性主义的激情碰撞，才能摆脱噩梦的纠缠。惟有尼采，他的疯狂近似于有点癫狂。他是一个载歌载舞的日神，是一个百兽献瑞的酒神。他的生命的冲动、意志的力量，让无数人彻夜难眠，让许许多多接受命运挑战的奋斗者彻夜不眠……

活着是值得的 \192

---

理性的良知 \196

---

高贵者和卑贱者 \198

---

善恶的功过 \202

---

力量意识 \204

---

爱的定义 \208

---

人与人之间的隔板 \212

---

无私的先生 \214

---

灵魂的折磨 \218

---

追求出人头地 \222

---

不再想到自己 \226

---

模仿他人 \230

---

囚犯和病人 \234

---

内心的冲动 \238

---

美德是灵魂的健康 \240

---

死亡的沉思 \242

---

心灵与痛苦的治疗者 \244

---

良知的本性是虚伪 \246

---

我们是难以理解的人 \248

---

Nietzsche's



卷一  
人生的告诫

Personal Philosophy

在漫长的人生道路上，没有遇到过先哲的幽灵的人生，是不完美的人生。尼采就是一个在我们的  
人生道路上需要遇到的幽灵。他独到的以美学解决人生存在的根本问题，他是魔鬼的思想，亦是伟人的  
见识，他对人生提出的告诫最广泛，最实际，最具审美意识。



## 人是应当被超越的

>> **按语：**人是一种应该被超越的东西。超越前辈伟人是历史对后人的要求，不然人类还有什么进步和希望可言？

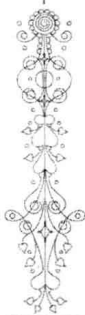
迄今一切物种均已超出自己之上。因此，人也是应当被超越的。你们是否曾想过超越人类自身呢？你们是否甘愿作巨流中的退潮，宁可返回兽类而不肯超越人类呢？尼采给出的答案是：

“猿猴比之于人是什么？一种可笑或一种羞耻之物。人比之于‘超人’同样如此。”

人走完了由猿猴到人的漫长之途，但在许多方面，人依然是兽。以前是猿猴，但现在的人类，比任何一种猿猴更像猿猴。

即使人们之中最有智慧者，也不过是一种植物与鬼怪之矛盾的混合体。然而，人并非一定要变成植物或鬼怪，相反人是应当被超越的。

毋庸置疑！人是一条污脏的河。因此，我们必



须成为大海，方能容纳一条不洁的河而不至自污。如此，你便能无视针对你们的一切轻蔑与鄙视。你们所能体验到的最伟大的事便是非凡的轻蔑。那时，你们甚至会对自己的幸福感到厌恶，还有理智与道德同样如此。

这时你们会说：‘我们的幸福有什么价值？它只不过是贫乏、污秽，以及无知的自我满足而已。但是你的幸福不正应当辩明自己的存在价值吗?!’

这时你们会说：‘我的理智算得了什么？它渴求知识是否如狮子渴求它的猎物一样？那不过是贫乏、不净以及无知的自我满足罢了!’

这时你们会说：‘我的道德又算得了什么？它即不曾激起我的狂热之情；我又如何能对自身的善恶不感到万分的厌倦！那也不过是贫乏、不净以及无知的自我满足罢了!’

你们又会说：‘我的正义有何价值？我并不认为自己便是烈火与炭木，然而，正义本身便是烈火与炭木!’

你们是否这样说过？抑或是否这样喊过？你们知道吗？

这并不是你们的过错——这是你们的满足在向天叫喊！甚至于你们在罪过中的贪吝向天叫喊！”

尼采是激情四射的，尼采是疯狂的，他用哲理性的话告诉人们：人是可以也是应当被超越的。



## 别抛弃你的爱和希望

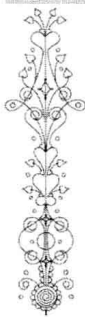
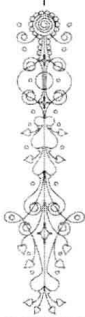
**>> 按语：**每个人都想往高处攀升，于是不惜用尽各种手段，殊不知自古有“高处不胜寒”的谚语。升得越高，你只会越感孤独。因此，非常有必要告诫你们，别抛弃你的爱和希望。因为只有拥有爱和希望，你才不会感到孤独。

假使你想用手去撼动一棵参天大树，你认为你能做到吗？绝对做不到。然而，我们见不到的风却能随意地晃动它，甚至折断它。同样，我们也正被一种不可视见的力量所掌控，或受其压迫。

人和树原本一样。他愈是想朝光明的高处攀升，他的根愈会挣扎向下，向地里，向黑暗，向深处——向罪恶。

每一个人都想往高处攀升，但是到头来你会对自己彻底失去信心，因为你的周围没有人再会相信你，这到底是怎么回事？

是因为你改变得太快，你的今天驳斥了你的昨



天。当你往上攀升的时候，你常常不择手段，这样做，你周围的人便不会原谅你。

当你站在高处，你会觉得愈发孤独，没有人和你对话，落寞犹如深秋的寒霜不停地向你发动袭击。

你的轻蔑与期望会随着地位的上升与日俱增。你攀升得越高，便愈会鄙视那些往上攀登的人。到头来，你会羞愧于自己的攀爬和踉跄！嘲讪于自己的气喘吁吁！因而你也会憎恨那些凌空飞翔的人！当你身处高处时，你会觉得身心疲惫！苦不堪言！

但是，请记住这样一个事实，独自耸立在山上的参天大树，它长得比人和兽都高大。假使它要说话，必定找不出一个能理解它的人来，因为它太高大了。但它仍在期待——它期待什么呢？难道由于它太接近云端，而在期待那第一道雷电吗？

对于这些追求伟大者的糟糕表现，尼采深感难过，因为他看到了存在的一切危险。

在尼采眼里：他们还不自由，但他们仍在寻求自由。他们的苦苦寻求使他们过于疲惫和苦恼。

他们向往着高处，他们的灵魂渴望着星辰。但他们那劣根性也渴望着自由。

在尼采看来，他们依然是一个幻想着自由的囚犯。唉！类似于他们这样的囚犯的灵魂很机敏，同时也很狡诈与邪恶。尼采深知他们的危险，但尼采以尼采的爱和希望请求他们，千万别抛弃了自身拥有的爱和希望！

尼采告诫那些追求者说：“你们仍然觉得自己很高贵，即使是怨恨你们或用恶毒的眼光看你们的人也一样认为你们很高贵。你们务必





## 尼采的自我哲学

Nietzsche's  
Personal Philosophy

明白一件事，对任何人而言，一个高贵者总是有碍于他的。

对于善良的人，高贵的人也是一种障碍，甚至他们称他为善良，仅仅是想以此为借口将他撇开。

高贵的人一心想创造新的事物和新的道德。善良的人则意欲旧的事物永远保存。

但高贵的危险，不在于成为善人，而是恐怕他会成为一个傲慢无知者、揶揄者，或破坏者。”

尼采说：“高贵的人们一旦失去了他们的最高尚的希望，他们便会诽谤一切高尚的希望。

于是，他们无耻地沉溺于短促的快乐中醉生梦死，不分昼夜。曾经他们想成为英雄，但现在却成了享乐主义者。英雄对于他们来说是一种悲愁，一种痛苦。”

尼采提醒人们：别放逐了你精神中的英雄！且将你的最高希望永远保持神圣。