

超訳ヘッセの言葉

超译 黑塞

著
[瑞士] 赫尔曼·黑塞
[日] 白取春彦

译
李 洁

痛苦和悲伤都是欢喜

外语教学与研究出版社



超訳ヘッセの言葉

著

[瑞士] 赫尔曼·黑塞

[日] 白取春彦

译

李 洁

塞

苦

伤

喜



悲

欢

是

译

超

黑

痛

和

都

外语教学与研究出版社

北京

CHOYAKU HESSE NO KOTOBA by Haruhiko Shiratori
Copyright © 2014 by Haruhiko Shiratori
Original Japanese edition published by Discover 21, Inc., Tokyo, Japan
Simplified Chinese edition is published by arrangement with Discover 21, Inc.

图书在版编目 (CIP) 数据

超译黑塞：痛苦和悲伤都是欢喜 / (瑞士) 赫尔曼·黑塞 (Hermann Hesse), (日) 白取春彦著；李洁译. — 北京：外语教学与研究出版社，2018.11

ISBN 978-7-5213-0506-7

I. ①超… II. ①赫… ②白… ③李… III. ①黑塞 (Hesse, Hermann 1877-1962)—语录 IV. ①K835.165.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 274865 号

出版人 徐建忠
项目统筹 张颖
项目编辑 姜霁松
责任编辑 郑树敏
责任校对 徐晓雨
装帧设计 范晔文
出版发行 外语教学与研究出版社
社址 北京市西三环北路 19 号 (100089)
网址 <http://www.fltrp.com>
印刷 北京盛通印刷股份有限公司
开本 787×1092 1/32
印张 9
版次 2020 年 1 月第 1 版 2020 年 1 月第 1 次印刷
书号 ISBN 978-7-5213-0506-7
定价 52.00 元

购书咨询：(010) 88819926 电子邮箱：club@fltrp.com
外研书店：<https://waiyants.tmall.com>
凡印刷、装订质量问题，请联系我社印制部
联系电话：(010) 61207896 电子邮箱：zhijian@fltrp.com
凡侵权、盗版书籍线索，请联系我社法律事务部
举报电话：(010) 88817519 电子邮箱：banquan@fltrp.com
物料号：305060001



记载人类文明
沟通世界文化
www.fltrp.com

序

激进的反权威主义者黑塞

赫尔曼·黑塞作为诗人声名远扬，在日本，大家普遍认为黑塞是一位赞美大自然的瑞士田园诗人。尤其是由于有些人只看过黑塞一两首诗和一两幅水彩画就到处吹嘘，黑塞给人的这种印象就更加定格了。

此外，黑塞晚年有过一幅肖像画，画中的黑塞是一位干瘦的老人形象，也加深了这种印象。赫尔曼·黑塞的小说《在轮下》尽人皆知，大概是因为它的片段曾经被编入教科书里吧。在日本还有一种倾向就是，由于大家都喜欢读黑塞早期的作品，黑塞又变成了一位擅长描写苦涩与甜蜜交织的言情小说的作家。

然而现实中的黑塞，既不田园，也不甜美，更谈不上稳健。作为诗人，他有过避世的经历，但绝不是一位人畜无害的“小白兔”。看了他的后期作品《德米安》《荒原狼》《玻璃球游戏》等等，就会发现，他其实是一个反权威的战士，有着拒绝妥协的坚定意志。而且，也有着不见容于世也能自己活下去的力量。

黑塞 1877 年生于德国南部小镇卡尔夫。这个时期，英国

处在辉煌的维多利亚女王时期；在俄国，托尔斯泰刚刚写完他的《安娜·卡列尼娜》，而在黑塞 82 岁高龄、死于出血性白血病的 1962 年，他身在瑞士南部蒙塔诺拉（Montagnola），这一年，爆发了“古巴危机”，美国和苏联两个大国对峙，战争一触即发。

关于童年的黑塞，母亲玛丽在信中写道：

“赫尔曼看似在所有领域里都有着天分。他观察月亮和云，有很长一段时间喜欢用风琴即兴表演，他的铅笔画和钢笔画着实让人惊讶。心情好的时候他会像模像样地歌唱，而且他还不缺少作诗的才能。”（井手贡夫《黑塞》）

这不是母亲的吹捧。赫尔曼·黑塞确实多才多艺。而且，后来他也确实让这些才能展示了出来。

少年时代的黑塞，像所有这个年龄段的孩子一样心思细腻

又多愁善感，但在老师眼里，他却是个惹麻烦的捣蛋鬼。当然这也是由于 19 世纪的教师多数都是极端权威主义的，不能理解学生，把强制和体罚当成理所当然的缘故。

本书也引用了一部分这样的内容，对于那些有出色才华而自得的学生，或者不能循规蹈矩的学生，教师们是深恶痛绝的。这种态度也来自教师们的缺乏观察能力、心胸狭隘和小市民的性格。

黑塞在 12 岁时就宣布说自己除了诗人什么都不想当。但他也知道做诗人是不能谋生的，因而报考了学费最便宜的神学院。他为了进入神学院，首先到拉丁语学校学习拉丁语，然后通过邦试，进入了墨尔布隆神学院。

“我的信仰时代截止到 13 岁，从 14 岁行坚信礼开始，我就抱着相当程度的怀疑了。从那之后我的思维就完全变得世俗化了。虽然对父母有着深厚的感情与敬意，但对于父母虔诚的信仰方式，我感觉到了有些不对头，不知道哪里透露着一种屈辱感，甚至觉得那是一种审美的恶趣味，

所以一进入青春期，我就经常激烈地反抗。”（黑塞《自传备忘》）

在墨尔布隆神学院的经历后来被黑塞写进小说《在轮下》里：黑塞从学校出逃，在只有 8 摄氏度的寒冷野外过夜，不久被学校开除学籍。正好也在这个时期，他陷入了初恋，对方是一位大他 7 岁的女士，失恋后，他因为自杀未遂和严重的神经症困扰而住进精神病院。

在 1915 年发表的诗集《孤独者的音乐》中，收录着这样一首诗，痛切地描写了他的失恋时的感受。

《美人》

稚童得到玩偶

凝视它

拥揽它

毁损它

明日就忘记那位

赠他玩偶的某君。

就如那稚童
你将我赠你的心
当成可意的玩偶
在你柔嫩的小手中扯玩
对于它痛苦的痉挛
视而不见

第二年，黑塞进入了上级高中，他开始和一些品行不良的学生以及高年级学生交往，黑塞沾染了酗酒和恶作剧的恶习。一年不到他就从学校退学，做了一名书店店员。从那个时候起，黑塞开始阅读歌德等古典著作。17岁时他进入一间工厂工作，一年后辞职，成为书店的见习职员。从20岁开始，相比于歌德，他对于尼采的热情更加高涨了起来。

也就是在这个时候，黑塞开始真正投入诗歌和散文的创作之中，22岁出版了第一部诗集。之后他在旅行、书店的工作

和写诗的轮替状态中度过了几年，26岁时黑塞发表了长篇小说《彼得·卡门青》，一举成名之后，他就心无旁骛地走上了作家的道路。

黑塞27岁结婚生子，29岁出版了《在轮下》一书。在这之前一年，日本的夏目漱石出版了《我是猫》。超级畅销书《德米安》发表于黑塞40岁时，50岁时他又发表《荒原狼》，给人以写作手法丰富多变的印象。66岁时打破过去的常规，发表了最后一部长篇小说《玻璃球游戏》，并于69岁时获得了诺贝尔文学奖。

黑塞并不是一个一帆风顺的作家。他一生经历了为数不少的艰难，但从没有妥协过。

1914年第一次世界大战爆发后，黑塞虽然为了德国战俘承接了很多繁杂的工作，包括参与一些报道和书籍的出版工作。但还是因为对德国当时过激的爱国主义提出批评，而受到德国全国媒体的攻击，被说成是“卖国贼”，进而被封杀。

因为封杀的关系，靠稿费和版税生活的黑塞生活变得窘迫，虽然他自己能够顽强抵抗，但他的小儿子染上重病，妻子的精

神病也急剧地恶化了。不久黑塞自己也开始接受精神治疗。在《自传备忘》中，黑塞写道：

“这些年以来，我开始了一种准备，准备与市民生活、舆论、祖国和家庭诀别。在战争即将结束的时刻，妻子的精神病已经严重地摧毁了家庭正常生活。所以婚姻也结束了。”

在非常短的时间内，黑塞写成了《德米安》，但他不得不匿名发表。在《自传备忘》里，他写道：

“功成名就的田园派文学家，变成了深渊中的局外人。”

46岁时，黑塞取得了瑞士国籍，第二年与一位年轻女士结婚。这位女士只是贪慕黑塞的名声，所以这次婚姻也在三年后告终。黑塞第三次结婚是在54岁。

这个时候德国纳粹开始崛起，1934年希特勒首相兼任总统，也就是黑塞62岁的时候，德国政府认为他的作品不合时宜，禁止供应印刷纸张。由于这个原因，他的作品不能在德国流通，只能在瑞士出版。

读了他当时的书信和日记，就会知道当时黑塞过着怎样拮据的生活。但他没有因为这些就动摇自己的想法，或者转而对当局者阿谀奉承。支持黑塞坚持到底的是从佛陀、耶稣、歌德、叔本华、尼采那里汲取的营养，经过黑塞自己的消化而形成的思想和信念。

黑塞对于尼采的钟爱在小说《德米安》中可见一斑：

“桌子上放着数卷尼采的集子。和尼采一起生活，我能感受到他灵魂的孤独，能嗅到那无处不在的、让他无处可逃的命运的力量，和他一起在痛苦中煎熬。同时又为这世上曾经有过这样的人——这样顽固地遵循着自己的道路前进的人而感到欣喜。”

另外，黑塞还循着尼采的作品名，写了一篇叫作《查拉图斯特拉的复归》的小文章，用意也是砥砺青年。

在这个简介里把黑塞的思想说清楚是非常困难的事，所以只能不揣浅陋地把要点简单地总结如下：

人只能接受命运。然而，这命运来自自己的性格、才能和生存方式。从这个意义上说，每个人都只能活出自己。活出自己是非常珍贵而难得的事，它意味着在这个世上接受了生的事实。

不接受命运的生活方式也是有的。只是会变得不知道什么是善，什么是神圣。这样的人对于艺术作品，只能靠价格、名声来判断它的价值。

从这些思想中就可以看出，赫尔曼·黑塞不但没有过时，而且是一个至今向我们提出挑战的人物。

1. 走自己的路

- 001 走自己的路 / 3
- 002 自己承认自己 / 4
- 003 现在的自己就是真正的自己 / 5
- 004 不要试图成为别人 / 6
- 005 真正成为自己的方法 (一) / 7
- 006 真正成为自己的方法 (二) / 8
- 007 成长最大的敌人 / 9
- 008 不要听从任何人 / 10
- 009 热爱自己的命运 / 12
- 010 改变世界从改变自己开始 / 13
- 011 不能抗拒自己的命运 / 14
- 012 越过自己内心的荒原 / 15
- 013 沉浸于蝉鸣中忘却自己 / 16
- 014 对他人要宽容，对自己要不宽容 / 17
- 015 爱最大的敌人 / 18
- 016 目标是比较昨天更好的自己 / 19
- 017 任何时候都不要忘掉自己的良心 / 20
- 018 成为自己是真正的快乐 / 21
- 019 不要管周围怎么说 / 22
- 020 相信自己的价值判断 / 23
- 021 为了看到真正的自己 / 24
- 022 自己身上的神秘力量 / 25
- 023 你有能力创造性地生活 / 26
- 024 在内心中寻找避风港 / 27
- 025 不管世界怎么变，只管做你自己 / 28
- 026 依然爱着这个世界 / 29
- 027 向自己求救 / 30
- 028 好好爱自己 / 31
- 029 让自己孤独 / 32
- 030 为了献身的利己主义 / 33
- 031 肯定一切 / 34

2. 痛苦和悲伤都是欢喜

- 032 痛苦和悲伤都是欢喜 / 37
- 033 用战斗争取心灵的安宁 / 38
- 034 保有能平静对待痛苦的心灵 / 39
- 035 你的痛苦是只有你才能体验的，有巨大价值的痛苦 / 40
- 036 心中没有的东西不会在现实中存在 / 41
- 037 解放你心中的世界 / 42
- 038 价值判断是一种妄想 / 43
- 039 悲伤也是因执着而起 / 44
- 040 悲伤让人成长 / 45
- 041 觉得自己最痛苦的想法是因为以自我为中心 / 46
- 042 恐惧赋予我们行动的力量 / 47
- 043 能让心情快乐的药 / 48
- 044 你只是在抒发感情，不是吗？ / 49
- 045 放弃所欲的就能看见真正想要的 / 50
- 046 祈愿的一定能够实现 / 51
- 047 性格和个性是囚禁自己的牢笼 / 52
- 048 用你自己的眼睛寻找答案 / 53
- 049 丢弃时间这个概念，把精力集中在应该做的事情上 / 54
- 050 让生命闪光的不是逻辑，而是矛盾 / 55
- 051 优秀的人能够保持青春，也能老去 / 56
- 052 音乐不是道德的 / 57
- 053 音乐是爱的柔指 / 58
- 054 我服从的是我自己的道德 / 59
- 055 用常识是不能理解圣人的 / 60
- 056 翻过来的真理还是真理 / 61
- 057 真理不是知道的对象，而是体验的对象 / 62
- 058 『讨厌』并非坏话 / 63
- 059 逻辑不能让人爱 / 64

3. 随心所欲地生活吧

- 060 随心所欲地生活吧 / 67
- 061 承担全部责任前提下的任性 / 68
- 062 随心所欲而且谦虚 / 69
- 063 人生就是通往自己的路 / 70
- 064 属于自己本身的生存方式 / 71
- 065 人生和旅程都有路上的欢乐 / 73
- 066 从苦难的正中间通过 / 75
- 067 为了克服恐惧，只有一步也要向前走 / 77
- 068 直率，单纯地生活就足够了 / 78
- 069 把握对人生真正重要的东西 / 79
- 070 自由地决定命运 / 81
- 071 命运是自己培养起来的 / 82
- 072 积累那些用血换来的人生经验 / 83
- 073 所谓英雄就是能够承担自己命运的人 / 85
- 074 保持童心 / 86
- 075 人生就像三明治 / 87
- 076 小的不愉快让一天白白浪费 / 88
- 077 最倒霉的一天也是无法替代的一天 / 89
- 078 集中于工作，迷惑就会消解 / 90
- 079 在自己的位置上好好工作 / 91
- 080 人生就像音乐一样流淌 / 92
- 081 早晨都盼望夕阳 / 93
- 082 森林中苍苔的秘密 / 94
- 083 逝者鲜活地存在着 / 95
- 084 独自隐居的愿望 / 97
- 085 珍惜眼前瞬间 / 98
- 086 聆听自己内心的声音 / 100
- 087 命运是不得不接受的，问题是如何接受 / 102
- 088 做那些能够一直持续下去的职业 / 103
- 089 天职都是后来才知道的 / 104
- 090 天职就是从心底发出震颤的喜悦 / 105
- 091 写小说是件困难的事 / 106

- 092 为没有意义的人生发现意义 / 107
- 093 个性意味着战斗 / 109
- 094 想要自由地生活需要心理准备 / 111
- 095 如果不去献身 / 112
- 096 青春的歌到了老年也在回荡 / 113
- 097 试试放弃人生 / 114
- 098 接受人生的阶段 / 115
- 099 连死亡都能爱上 / 116
- 100 死亡是人生最隆重的庆典 / 117
- 101 开始自己独创的人生 / 118
- 102 痛苦的事情都要自己来做 / 119
- 103 身心健康并不需要金钱 / 120
- 104 以欲望为中心的生活，让人格贫困 / 121
- 105 不能像植物那般过活吗？ / 122
- 106 『面包』这个词隐藏着善 / 123
- 107 所有的体验都是自己的感召 / 124
- 108 不要惶惶于人生琐事 / 125
- 109 想要知道人生的意义，就必须真诚 / 127

4. 人无欢喜 不生存

- 110 人无欢喜不生存 / 131
- 111 坦白地表达快乐吧 / 132
- 112 真正的才气会有各种表现形式 / 133
- 113 人是不找到意义不肯罢休的生物 / 134
- 114 越是缺乏生命力，越是依赖金钱 / 135
- 115 有欲望，就除了欲望什么都看不见 / 136
- 116 人都是在伪装着自己 / 137
- 117 保持着自己的梦想 / 138
- 118 一个人身上有全人类的灵魂 / 139
- 119 所有歧视和纷争都来自人心 / 140
- 120 别人的判断不能听信 / 141
- 121 智慧和知识以及理性都没有关系 / 142
- 122 让人行动的不是思想，而是金钱和名誉 / 144
- 123 比起天才，社会更喜欢凡人 / 145
- 124 反抗的年轻人中总有个把天才 / 146
- 125 教师无法发现才能 / 147
- 126 资本主义和社会主义的盲目支持者并无二致 / 148
- 127 年轻人的愚蠢 / 149
- 128 年轻人是孤独的利己主义者 / 150
- 129 只有被认为『任性』的人才是有个性的人 / 151
- 130 音乐在于实操而非空谈 / 152
- 131 孩子的灵魂并不肖于双亲 / 153
- 132 一个人有无数的灵魂 / 154
- 133 承诺太多不是好事 / 155
- 134 赌博能让人失去的不只是金钱 / 156
- 135 小市民的恶 / 157
- 136 个性也是一种幻想 / 158
- 137 天才超越了教师的理解能力 / 159
- 138 灵魂和谐了，人就充实了 / 160
- 139 知识越多，疑惑越多 / 161
- 140 我喜欢讲真心话的人 / 162
- 141 失去感性，世界就是沙漠 / 163