

智慧丛书

人生的智慧

认清自己
支持自己
不强迫自己

[德]叔本华 著 庄知蓓 编译

北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

人生的 智慧

[德]叔本华 著
庄知蓓 编译

图书在版编目(CIP)数据

人生的智慧/(德)叔本华著;庄知蓓编译.—北京:北京联合出版公司,2020.6
ISBN 978-7-5596-4107-6

I. ①人… II. ①叔…②庄… III. ①叔本华(Schopenhauer, Arthur 1788-1860)—人生哲学—哲学思想
IV. ①B516.41

中国版本图书馆CIP数据核字(2020)第055562号

人生的智慧

作者:(德)叔本华

责任编辑:牛炜征

产品经理:于海娣

封面设计:柒拾叁号[®]13810257854

编译:庄知蓓

特约编辑:陈曦

美术编辑:任尚洁

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)

北京联合天畅文化传播公司发行

天津光之彩印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数 82千字 880毫米×1230毫米 1/32 5.75印张

2020年6月第1版 2020年6月第1次印刷

ISBN 978-7-5596-4107-6

定价:38.00元

版权所有,侵权必究

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

如发现图书质量问题,可联系调换。质量投诉电话:010-57933435/64258472-800

幸福感来之不易：很难从自身获得，
却也没有向别处寻求的可能。

——尚福尔

目录

第一章

人生的分类 1

第二章

人的自身 15

第三章

人所拥有的 53

第四章

人向外界展现出来的样子 67

附录

叔本华语录 156

叔本华年谱 171

第一章

人生的分类

亚里士多德认为，人生的幸福可以被划分成三类，分别是来自外界的幸福、来自灵魂深处的幸福和来自肉体的幸福。现在我们姑且也按照三分法来论述，我觉得，人的命运的根本差异大体也在于三项：

一、人的自身。总的来说是人的本性，其中包括健康与精力、外貌与才能、道德品质、智慧与学历，等等。

二、人所拥有的。也就是人所拥有的财产和可占有的东西。

三、人向外界展现出来的样子。也就是在别人的眼中你是什么样子，或者说大家对你的看法是怎样的。这可以体现在别人对你的评价中，别人对你的评价又表现在你的荣誉、

名声和权位方面。

前面所说的第一项差异是自然所赋予人的。正因为是自然所赐，比起后面两项，它对人生幸福与否的影响要远远大于后面两项。后面两项只是人力所为。那些拥有特权和出身于权贵之家的人，相比那些灵魂高尚的人来说，也只不过是一时的地位高而已，而灵魂高尚的人，从灵魂的角度来判断，永居高位。古希腊哲学家伊壁鸠鲁第一个弟子门采多鲁斯曾说过：“发自内心的幸福感，要远远超过外部给予的幸福感。”

一个人是否幸福的主要决定因素是他的内在素质，这是无可辩驳的事实。人的内在素质决定了我们是否能感到满足，而外在环境只能发挥间接作用。

这就导致了外界的事件或环境对每个人会产生不同的影响。即使大家都处于一模一样的环境中，每个人的思想也有

自己的小世界，并不会完全受到外界环境的控制。一个人能直接感受到的，是自己的想法、感受和欲求；外界环境只有在促使他产生想法、感受和欲求方面产生一定的影响。我们存在的这个世界是怎样的，取决于我们如何来看待它。由于每个人的看法不同，世界在每个人的眼中也大大不同：有人觉得沉闷无趣，有人却觉得丰富多彩、趣味十足。当有人讲述有趣的遭遇时，人们都带着羡慕的心情去聆听，心里想着，要是自己也能经历就好了。他们忽略了一点：他们最应该羡慕的，应该是讲述者对于事件的理解，这种天赋让他把自己丰富的思想感情融入其中，赋予讲述的内容感染力。有的事情对于有天赋的人来说，是非常有意义的，但对于凡夫俗子来说却寡淡无味、一文不值。在歌德和拜伦的作品中，有着很多来源于生活又高于生活的美好，冥顽不灵的人只会羡慕其中的美好之处，而忘记了是诗人伟大的才华造成了点石成金的效果。同理，一个悲观的人遇到一件不好的事情时会感觉到悲惨，而一个乐观的人会把它当作一支小插曲，性格平淡的人则更是毫不在意。这些都基于一个事实，那就是

所有构成我们的遭遇的成分，主要分为两大部分，即彼此联系、缺一不可的主体因素和客体因素，两者就如同水中的氢与氧一样。在客体不变的情况下，每个人的思想观念不同而导致对客体的看法也不同。再美好的事物，在蠢笨的人眼中也是乏味的，就如同再美丽的景物处于恶劣的气候中，也会被蒙上一层阴霾。换种浅显一点的说法就是，每个人都会被自己的意识所影响，外部环境并不能使其脱离自己的意识范围而性情大变。

同一出戏剧中，舞台上有的人扮演君王，有的人扮演权臣，有的人扮演将军、士兵或者奴仆，等等。他们之间的差异在于呈现出来的角色身份不同，其实本质是一致的——大家都是未来堪忧的穷演员。在现实生活中也是如此。人们根据自己的出身和拥有的财富来扮演不同的角色，但这并不意味着大家对于幸福的感受就会存在三六九等。我们都是处于忧患和坎坷中的可怜虫而已。每个人的忧患坎坷各有各的不同，存在着多样性，但生命形式的本质没有

大的区别。

每个人所承受的苦难程度各不相同，但这些不同不是取决于人们所拥有的地位高低和财富多少。因为事物的存在或发生是用意识感知到的，这就造就了思想意识所占据的重要地位。在大多数的情况下，思想意识远远比呈现在意识中的外界环境更为重要。世界上所有美好的事物，在呆笨不堪的人眼中，都是毫无乐趣的。相对来说，塞万提斯在悲惨的牢狱生活中创造出了《堂吉诃德》这部巨著，真是充满了对蠢人迟钝心灵的讽刺。生命中客观的部分是由命运决定的，在不同的情况下可以呈现出不同的形式，而主观的部分却取决于我们自身，自始至终都不可改变。

因此，尽管外界环境不断改变，一个人的性格却始终如一。没有人能够从自身个性中脱离出来。就好比动物，不管处于何种外在环境中，都无法摆脱自然所限定的狭窄本能。也正因为如此，我们在花费力气让宠物高兴的时候，都不得

不顾及宠物的本性和意识所限定的范围。

人又何尝能够例外呢？一个人所能拥有的幸福，是原本就被自己的个性决定了的。人的心性更是如此，它决定了我们能否对更高一级的幸福具有感受能力。如果一个人的心性不高，自身又不努力，那么任何外在的环境都无法使他感受到超出普通范畴的快乐。心性不高的人只追求感官上的幸福，也就只能过上一种安逸、舒适的家庭生活，与素质同样不高的人一起进行低俗的消遣。就算是教育也无法提升这类俗人的精神境界。虽然我们在年少无知的时候不了解这些，但是不可否认，一个人最高级、最长久和最精彩的快乐实际上就是心灵上的满足。

心灵能否满足主要取决于心灵拥有的能力。明摆着的是，一个人是不是幸福，很大程度上取决于自身和个性如何，而一般意义上的命运是指我们所拥有的是什么，或者我们的名声如何。就这一点来说，我们当然可以改写命运，但

是如果我们内在的精神世界很富足，就不会过分追求更多的东西。相对来说，蠢笨之人始终都是蠢笨之人，就算是身处天堂，美女环绕，他也难逃蠢笨的范畴。

普遍的事实表明，生命中的主体因素对人生的快乐和幸福与否的重要性，要比客体因素大得多。饥饿是最好的调料，壮年不能与垂暮之人为伍，从天才和圣人所过的人生中同样能看出这一点。在所有的幸福中，健康所带来的幸福要胜过其他任何幸福，我们甚至可以说，一个身体健康的乞丐所拥有的幸福要比一位疾病缠身的国王多得多。一副健康的体魄造就的性情平静安宁、自身感受愉悦、头脑清醒、思想活跃、洞明世事、心性纯良，都是出身和财富无法弥补和代替的。

一个人内在拥有的，在他独自一个人的时候陪伴其左右，任何人给不了也抢不走的東西，显然比这个人所拥有的和他向外界展现出来的样子更加重要。一个内在富足的

人在远离尘嚣的时候，完全可以在自己多彩的精神世界中流连忘返。

换成一个蠢笨的人，即使整天沉浸在聚会、看戏、旅游等世俗的消遣中，也无法逃离烦恼；即使沦落至贫困的境地，性格良好、温和理智的人也能随遇而安、自得其乐；即使腰缠万贯，性情贪婪、善妒又不知足的人也会痛苦不堪。对于总是知足常乐而且心智高尚的人，别人所追求的世俗的快乐都是多余的，甚至是一种累赘和困扰。古罗马诗人贺拉斯曾说：“很多人认为象牙、大理石等物品是必不可少的，但至少我不会因为没有这些东西而烦恼。”苏格拉底看到许多奢侈品出售的场景，忍不住说道：“这个世界上对于我来说不必要的东西还真不少啊！”

因此，决定我们生活幸福与否的最重要和最关键的因素是我们的自身，是我们的本性。如果没有外在因素的干扰，本性会在任何变化的环境中发挥其不变的作用。本性不像前

面描述的另外两项，它不受命运的支配控制，也不会被强行剥夺。因此，对比另外两项，本性更具有绝对价值。由此可知，想通过外在的手段去控制一个人，要比想象的困难得多。

时间也会在我们的生命中发挥其自身的作用。人的身体和精神方面的种种优势都会在时间面前败下阵来，唯有道德品质不受时间的影响。从时间所造成的破坏性来看，之前所讲述的后面两项带来的幸福，仿佛由于不受时间的直接影响而比第一项更有优势。后面两项带来的幸福还有别的优势，那就是它们处于客体的位置，其本质使得它们可以被任何人所拥有，也有可能被任何人拥有。相反，属于主体的东西却不会随着人的意志改变，因为它是与生俱来的一种“神权”，始终不变且无法转让和授予，属于命中注定的东西。歌德说过：“一个人从降临世间的那一刻起，命运就是注定了的，他只能在限定的命里成长，就如同太阳和行星的关系，行星只能遵循永恒的定律运行。女巫和先知们也

曾断言过，人是无法逃脱自己命运的轨迹的，就算是时间，也无法发挥作用。”

我们所能做的只有尽量发挥自己的本性能起的作用，遵循心之所向，努力寻求本性能够接纳的完满，避开本性排斥的事物。如此，我们就会选择那些最适合自己的地位、职业和生活方式。

试想一下，有一个体格健壮的人，外界的环境迫使他必须坐下来从事一种精细、琐碎的手工工作，或者从事学术研究或其他脑力劳动，以上恰恰都超出了他的能力范围，那么这个人终其一生也不会从工作中感受到幸福快乐。更可悲的是，一些人具有非常突出的聪明才智，却无处施展，不得不从事一种体力不能胜任的力气活。因此，我们有必要重视这种情形，特别是在年轻气盛的时期，不要让自己处于这种危险的境地。前面所说的第一项所带来的幸福，相比后两项具有绝对的优势，因此可以说，注重保持身体健康和发挥自身

能力，显然比只知道积累财富要明智得多。当然，这并不意味着我们可以忽略生活必需品的获得。严格意义上来说，过多的财富对我们的幸福没有太大的帮助。因此，许多有钱人常常感到不快乐，是因他们缺少真正的精神层面的内涵，最终使他们难以具备对事物产生客观兴趣的能力。因此，除了那些真正必须满足的需求，其他所拥有的财富对于幸福来说都没有什么意义。相反，拥有过多的财富事实上会妨碍幸福，因为保住现有的财富是需要花费我们大量精力的。

尽管人的内在对幸福的影响比他所拥有的财富更甚，但还是有很多人比起追求精神世界的满足更加热衷追求财富，这就是为什么我们会看到很多人像蚂蚁一样整天劳碌，追名逐利。他们的意识一片空白，对财富之外的事物漠不关心。他们无法企及人生更高一级的精神世界的快乐，只能在短暂的感官享受中沉迷片刻，却不得不为之付出高额的代价。运气好一些的话，他们劳碌一生的结果就是得到一大笔财富，死后留给子孙后代去继续积累，或者挥霍一空。这种人的