

让成长永无止境

真正的美德犹如河流，越深越
无声。

——哈利法克斯

致青年朋友

〔法〕安德烈·莫洛亚

切忌急躁。财富和名利时起时落，我希望你们多遇到些障碍，多经历些斗争。斗争能锤炼你们的意志。等到了五六十岁的时候，你们就会像暴风雨冲击下的礁石一样坚强粗犷。世间的困苦将雕琢你们的精神。你们将成为性格坚强的人。面对舆论的浪潮，你们能报之一笑。人在年轻时，觉得一切都很可怕。最初遭到的挫折，如同挑战。人性的阴暗面令我们恐惧。在与人世间残酷的抗争中，你们应当建立一个心灵的避难所。每个人都可以在自己的思想深处，建立一个可以抵御重型炮弹和恶语中伤的隐蔽处。一个心境平和的人还有什么可怕的呢？不论是迫害，还是诽谤，都不能削弱他内心深处思想的壁垒。

对待爱情要严肃，但不要将它看得太重要。少年时

代，女人们的琐碎、轻佻、谎言和残酷会使男孩震惊。不过，你们应当明白，这些表现她们天性的举止，虽然都是真的，但却只是些表面现象。观察她们要像观察大海一样：大海的表面虽然变化无常，然而，对于那些热爱大海，真心想了解大海的人来说，它是个可靠的朋友。去那些轻易委身于人的女人后面，寻找那些迟疑不肯表露柔情和给予信任的腼腆的灵魂。向你认为值得爱的女子表示你的忠贞吧。不要羡慕那个浪漫的诗人堂·璜，我很了解他，堂·璜是世界上最不幸、最不安、最软弱的人。

对任何事情都要忠贞不渝、始终如一。我知道，在事情被搞糟时，人总是爱灰心泄气，愿意寻找另外的女人、另外的朋友，在另一个环境中重新开始生活。不要走这条表面上看来容易的路。在某些情况下，对不幸的双方而言，新的选择是完全必要的。然而，对大多数人来说，最好的办法还是将现有的爱之舟修补好。能够在同自己一起成长和战斗的人中间死去，这是最幸福的事情。

最后，你们要谦逊，有胆略。爱情、思维、工作、领

导，所有这一切都是困难的。在尘世生活中，你们永远不可能把它们中间的任何一项完成得与你少年时所梦想的那样圆满。尽管这些很困难，可是，并不是不可能的。在你们之前，无数代人都完成了这些工作，而且，不管怎样，他们都通过了两个黑暗的沙漠，找到了那有限的生命之光。你们还有什么害怕的呢？你们所扮演的角色是短暂的，观众也同你们一样并不是长生不老的。

智慧语录

不要羡慕那个浪漫的诗人堂·璜，我很了解他，堂·璜是世界上最不幸、最不安、最软弱的人。

谦冲自牧

〔前苏联〕苏霍姆林斯基

要善于正确看待自己的优缺点。无论人家怎样夸奖你，你都要明白，你还远不是尽善尽美的人。你要懂得，人们赞扬你，多半是要求你这样进行自我教育：如果人家赞扬你，你就得考虑怎样才能做得更好。如果你不再进行自我锻炼和自我教育——那就是一种自高自大的表现。

学习是你品格表现的最重要领域。一个人的谦逊品德总是取决于他对自己精神条件的认识与自己所做的努力相符合的程度。谦逊是你生活理想形成过程中很重要的东西。你应当正确看待自己，冷静地估计自己能做些什么，在对未来提出主张和计划的时候，你越是谦虚，为克服困难和达到似乎不可能达到的目标时，你身上表现出来的毅力就越大。

凡是能够谦逊地估计自己能力的人，在掌握知识时都会获得很大的成就。

谦虚是爱好劳动、尽心竭力、坚定顽强的亲姊妹。夸夸其谈的人从来不是勤奋的劳动者。脑力劳动是一种需要非常实际、非常清醒、非常认真的劳动，而这一切又构成谦逊的品德——谦逊好像是天平，人用它可以测出自己的分量。傲慢具有很大的危险性——这是现代人常见的通病，它往往表现在：把对于某复杂事物的模糊的、肤浅的、表面的印象当作知识。

做一个谦逊的人——就是说要做一个对别人的微小缺点宽宏大量的人，假如这些缺点并不能对社会构成危险的话。要是每个人对别人严格要求时都以这条规则为准绳，要是每个人不但善于要求别人，而且善于不去注意别人的小缺点，善于体谅、宽容，那么，人们的生活就会轻松得多——我们每个人是这样，整个社会也是这样。许多不幸之所以发生都是由于很多人只对别人要求严格，而对自己则不然，即所谓严以待人，宽以律己。正因为这样，生活

中才发生了人与人之间的争吵、冲突、家庭悲剧，也因此出现了不幸的儿童。

人们称谦逊为一切美德的皇冠，因为它将自觉的纪律、天职、义务以及意志的自由和谐地融汇到一起。一个谦逊的人如果将自己身上一切值得赞扬的东西都看作是应该的、理所当然的，那么他就会将纪律当作真正的自由，并且为之努力奋斗。

智慧语录

人们称谦逊为一切美德的皇冠，因为它将自觉的纪律、天职、义务以及意志的自由和谐地融汇到一起。

待己则诚

〔印度〕克利希那穆尔提

如果你不知道自己，不知道自己思考的方法以及为什么要思考某些特定的事物；如果你不知道自己生活的背景，不知道自己为什么对艺术、宗教和你的国家、邻居以及你自己有某些特定的信念，那么，你怎么能够真正地思考任何事物呢？如果不知道你自己的背景，不知道你自己思想的实质以及这思想来自何处，那么，你的探究的确是完全无益的，你的行为也没有任何意义。

在我们能够弄清楚生命的最终目的是什么，战争、国家的对抗、冲突以及整个这一切意味着什么以前，我们必须先认识自己。难道不是吗？这听起来是如此简单，但其实是非常困难的。审视自己，了解自己是怎样思考的，必须特别地警惕。当人对自己的思想、反应和感情的复杂性开

始有越来越多的警惕时，他才开始有一种更大的认识。这种认识不仅是针对自己，而且针对那些与自己发生联系的人。认识自己就是从行为中研究自己，而这种行为就是社会关系。

困难对于我们是如此迫切，我们想要生活，想要达到一种目的，以致我们既没有时间也没有场合给自己研究、观察的机会。或者在维持生计、教养孩子这些各种各样的劳作中承担着义务，在各种各样的组织中担当某些职责，在不同的方面我们有如此多的责任，以致我们几乎没有时间去自我反省，去观察，去研究。因此，忽略的责任实际上在于自己，而不在于别人。你也许能漫步于整个世界，但最终必须回到你自身。而且，因为我们大多数人没有认识到自己，所以要清楚地了解我们的思想、感情与行为的过程是极端困难的。

认识自己越多，就会越清楚：自我认识是没有尽头的，你不会达到一种完成，也不会得到一个结论，它是一条无尽头的长河。随着人对自身的研究以及这种研究的逐

渐深入，人才能获得安宁。只有当内心是安宁的——这种安宁只能通过自我认识而不是通过强加给自我的约束而获得，只有处身于安宁与静默之中，真实才能出现。只有到那时，你才能有巨大的幸福，有创造性的行为。没有这种认识与经验，仅仅读一些书，参加一些谈话，作一些演讲，我觉得是很幼稚的，它们只是一些行为，而没有更多的意义。反之，如果一个人能够认识自己，并因此带来富有创造性的幸福和对一些精神性事物的体验，那么，也许会使与我们直接有关的社会关系和我们所生活的世界产生改变。

智慧语录

当一个人对自己的思想、反应和感情的复杂性开始有越来越多的警惕时，他才开始有一种更大的认识。

判断力

〔法〕蒙田

哲学的考察与反省只是好奇心的素材。哲学家正确地将我们交给自然规律，可是这些规律却与崇高事物的知识毫无共同之处。哲学家歪曲它们，往自然的脸上涂抹浓墨艳彩，使她面目全非。对一个不变的主题，怎么有那么多不同的肖像呢？自然赐予我们走路脚，也赐予我们生活的智慧。这种智慧当然不如哲学家创造的智慧那么敏锐、健全，那么令人惊叹，却相当简单而有益，只要有什么要求，它都能妥善完成，每个人都十分幸运地懂得如何简捷正确地、自然而然地运用它。一个人对自然的依赖越单纯，就越明智。一个精明脑袋枕着的枕头不论多么柔软，多么令人惬意，多么益于健康，也只能是愚昧无知，索然无味的。

我想通过自我研究了解自己，而不愿通过阅读西塞罗了解自己。经验告诉我，假如我是个杰出的学者，我的发现足以使我聪明。一个人，只要想想过去发怒时的暴躁，想想激动怎样使自己误入歧途，他就会看到自己那时的丑态比亚里士多德更甚，就会设想一个正直的人对此是如何深恶痛绝。一个人，只要回忆一下他曾遭受的苦难和威胁，回忆一下毫无价值的琐事怎样使他四处奔逃，他就会做好准备，应付未来发生的变化，推测即将遇到的境况。

我们真正所需的一切，主要将由自己告诉自己。如果一个人记得他有多少次判断失误，却从此不再怀疑自己的判断力 岂不是愚蠢透顶吗 我发现 如果别人论证出我错了，我从他提出的新的事实和我在这一点上的无知中——这是一个小的收获——不如从我的弱点和不可信赖的理解中获得的那么多。由此出发，我开始了一种整体的改造。对其他错误也是如此。经由这种方式，我的生活获益匪浅。我不认为人类和个人是我的绊脚石，我学会怀疑每一步，力图调整它们。知道某人说过或做过蠢事算不了什么，必须懂得，人只是傻瓜，这才是更全面、更重要的教

训。

我的记忆经常失误，即便在记忆最为自信的时候。这种失误对我并非毫无裨益。现在这记忆徒劳地向我担保，我仍然向它微微地摇头。对记忆提出的最初异议使我产生怀疑，再不敢将重要的事情托付给它，也不敢在其他人的事情上为它作保。倘若不是因为健忘，不是因为别人缺乏真诚，我将始终从别人嘴里接受真理，而不是依靠自己。如果每个人都像我一样，真切地了解情感造成的后果及影响，他就能预料其来临，稍微抑制轻率的冒进。

智慧语录

我不认为人类和个人是我的绊脚石，我学会怀疑每一步，力图调整它们。

梦

〔英〕考德威尔

为什么在梦中我们会允许自己去干一些在真实生活中我们耻于做的事呢？有两个因素的结合促成了梦中的道德松弛状况。人的遗传原型不但原始，而且兽性十足，所以意识的发展在本质上是外界的加工塑造，是对完整原木的雕刻。意识开始时是自我意识，是将自身与环境区分开来。但仅此还不能保障意识，这种自我意识在某种程度上是与意识相对立的，是纯本能的。只有当自我意识回归到环境，并通过经验给自身打上环境的印记时，它才意识到现实，意识到“他性”。这是一个社会过程。

婴儿对环境产生兴趣并通过能动的经验了解环境，从而渐渐地有了意识。因为婴儿是通过语言和社会活动推进这一过程的，所以他对现实的经验是丰富繁杂的。睡眠具

有内倾性，在梦中，环境渐渐消失，大部分现实世界也随之消失。我们趋于回到童年的内倾和幼儿自我意识初萌的状态。那时的“我”是一切，而外界只是朦胧的混沌。这不仅解释了梦何以常常重演往事，稚气十足，而且解释了对梦的分析为什么能在相当程度上揭示幼儿期经历的影响。当我们睡觉时，我们的面孔就变得孩子气起来。由于同样的原因，母亲、回到子宫、乱伦以及其他种种弗洛伊德提出的为人熟知的童年主题在梦中扮演了重要角色。

此外，虽然梦中的“我”十分重要，却是小的自我，因为社会生活是人实现自身的手段。梦中的“我”就像梦中的世界，只是部分地被社会化了。梦双重地脱离现实——既脱离外部现实也脱离内在现实。它并不与两方面完全断绝关系，但关系是松弛的。

依据梦境推演生活而不考虑两者的区别是错误的。这区别在于环境在生活中所起的更为积极的作用，而被人们有意识地感知理解的环境则是一种社会产物。我们生来只是遗传原型，是本能的动物。我们渐渐变得自觉，同时由

于与环境相互作用，我们的本能产生适应性变化，这变化决定了我们幼年的意识，以及我们幼年的希望、渴求和目标。我们成长的过程，就是意识日渐丰富的过程，也就是说，我们幼稚的愿望更进一步地适应着环境。成年意识并不由我们婴幼儿期的意识决定，正如我们的意识不是由我们天生的遗传原型所决定一样。其中的差别取决于经验的差别，而经验的基础是由于我们生活在社会中，环境进一步渗透入我们的意识。我们生活了，因而发生改变。

智慧语录

人的遗传原型不但原始，而且兽性十足，所以意识的发展在本质上是外界的加工塑造，是对完整原木的雕刻。

内在动机

〔美〕理查德·泰勒

凡做事不由自主的人，既没有罪过，也没有功德。不管用他自身的原因还是用他身外的原因来解释他的行为；不管用肉体的原因还是用所谓“精神”的原因来说明他的行为，也不管这些原因是近因还是远因，这都无关紧要。我是男人而非女人，对此，我并不负有责任。因而，对于我具备男性特点的气质、欲望、意图和理想，我也不负有责任。从来没有人问我这一切是否应该加于我的身上。同样地，有盗窃癖的人无法自制地从事偷盗；长期嗜酒的人不能自拔地一再破戒。甚至，有时候英雄的死亡也是出于不能自己的勇敢冲动。虽然这些行为的因素就存在于这些人自身之中，但是，这并未减少它们的强制性，而且它们的牺牲品也从未情愿受制于这些强制性因素。