

# 《论幸福生活》

## 图书基本信息

书名：《论幸福生活》

13位ISBN编号：9787544754375

出版时间：2015-10

作者：[古罗马] 塞涅卡（Lucius Annaeus Seneca）

页数：298

译者：覃学岚

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《论幸福生活》

## 内容概要

**【古罗马哲学家塞涅卡名篇，以斯多葛学派的智慧治愈焦虑，抚慰人心】**

本书为塞涅卡的名篇欣赏，收录了八篇劝导性的文章，分别写给友人、兄弟、母亲，以及尼禄皇帝，主题涉及愤怒、悲伤、欢乐和恐惧等人类情感，表达了斯多葛派智者勇于直面人生短暂和命运无常的生活态度。塞涅卡极善于谈心，每篇从对方的处境出发，娓娓道来，层层深入，令人心胸豁然开朗，对于幸福生活的含义有更为透彻的认识。

# 《论幸福生活》

## 作者简介

塞涅卡（Lucius Annaeus Seneca，约公元前4—公元65），古罗马政治家、哲学家、悲剧作家、雄辩家、新斯多葛派的代表。他早年信奉毕达哥拉斯的神秘主义和东方的宗教崇拜，后皈依斯多葛派。曾任帝国会计官和元老院元老，在尼禄即位后成为其主要顾问之一。失宠后闭门谢客，潜心写作，但仍被尼禄勒令自尽。他著有大量的哲学文章，包括《道德书简》、《论愤怒》、《论仁慈》、《论幸福生活》等。

# 《论幸福生活》

## 书籍目录

导读  
论天意  
论愤怒 卷三  
与玛西娅告慰书  
论幸福生活  
论生命之短促  
论心灵之宁静  
与赫尔维娅告慰书  
论仁慈  
自然问题 卷六：论地震

# 《论幸福生活》

## 精彩短评

1、我们得到的都是会毁灭的东西，我们自己也会毁灭。那么，我们为什么还会忿恨呢？为什么我们还要抱怨呢？我们注定就是为此而生的。灵魂并未藏于深深的凹处，无需用刀就可以将其连根拔除；不见得非要扎得很深才能伤到要害部位：死亡就在手边。我没有明确规定哪儿是一击致命的部位：你希望是哪儿就是哪儿，出口是敞开的。我们称之为死亡，也就是灵魂离开我们的躯体这件事是非常匆促短暂的一个过程，快得难以察觉：无论是用绳结勒喉咙，还是用水堵呼吸，或是一头栽到坚硬的地面上摔破脑袋，又或是呛进嘴里的火焰切断了呼吸过程，不论是什么，你生命的尽头都会来得很快。你难道不因羞愧而脸红吗？因为这个眨眼间就完结的事情，你居然怕了这么久！幸福生活就是拥有一颗独立、高尚、无畏且不可动摇的心灵，远离恐惧与欲望。

2、尼禄的老师，每次读斯多葛派的文字，都会进入一种肃然起敬的清醒状态，但是他一点都没有感化尼禄。

3、高级床头鸡汤文。有点絮絮叨叨，尼禄估计听烦了。

4、听说本文作者是古罗马的孔子，我只能表示我骄傲中国孔子无法复制。

5、Euthymia

# 《论幸福生活》

## 章节试读

### 1、《论幸福生活》的笔记-第15页

p15 “我们得到的都是会毁灭的东西，我们自己也会毁灭。那么，我们为什么还会忿恨呢？为什么我们还要抱怨呢？我们注定就是为此而生的。物质是造化自己的东西，她高兴怎么用就让她怎么用吧。让我们打起精神，勇敢地面对一切吧，要想到没有任何我们自己的东西会毁灭。好人的义务是什么呢？就是把自己交给命运。”

p19 “灵魂并未藏于深深的凹处，无需用刀就可以将其连根拔除；不见得非要扎得很深才能伤到要害部位：死亡就在手边。我没有明确规定哪儿是一击致命的部位：你希望是哪儿就是哪儿，出口是敞开的。我们称之为死亡，也就是灵魂离开我们的躯体这件事是非常匆促短暂的一个过程，快得难以察觉：无论是用绳结勒喉咙，还是用水堵呼吸，或是一头栽到坚硬的地上摔破脑袋，又或是呛进嘴里的火焰切断了呼吸过程，不论是什么，你生命的尽头都会来得很快。你难道不因羞愧而脸红吗？因为这个眨眼间就完结的事情，你居然怕了这么久！”

p104 “幸福生活就是拥有一颗独立、高尚、无畏且不可动摇的心灵，远离恐惧与欲望”

p104 “只有漠视命运，才能赢得自由，继而才会有无价的幸福，找到了安全的停泊之所的心灵才会获得安宁与升华”

p115 “自由只有在找不到比自己更有价值的东西时，才会立于不败之地。由于它开始有求于命运了，就受到了最大的束缚；接下来的便是一种提心吊胆、疑神疑鬼、惊恐不安的生活，担心不幸的降临，发愁生活的变数。”

p135 “这种心理上始终镇定自若的状态，希腊人称作euthymia”

p138 “他们走完一段旅程又马不停蹄地走另一段旅程，看完一处景观又看另一处景观，正如卢克莱修所言：就这样每个人都永远在逃离自我。可是他如果不逃离自我，对他有什么好处呢？他始终都在追随自己，同时又在把自己当作最讨厌的同伴来压迫。”

# 《论幸福生活》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)