

# 《一个悲观主义者的积极思考》

## 图书基本信息

书名：《一个悲观主义者的积极思考》

13位ISBN编号：9787511334152

10位ISBN编号：7511334156

出版时间：2013-5

出版社：中国华侨出版社

作者：叔本华

页数：184

译者：林康成

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)

# 《一个悲观主义者的积极思考》

## 前言

箴言与哲思 叔本华，生于1788年2月22日。父亲是一位富有的银行家，母亲是一位通俗小说家。他从小就厌恶商业生涯，憧憬文人学者平静高雅的学术生活。叔本华最初在哥廷根大学学医，后来改学哲学，对柏拉图和康德哲学至为倾服。1814年，叔本华取得博士学位。1919年发表重要哲学著作《作为意志和表象的世界》。叔本华继承了东方印度哲学、柏拉图哲学和康德哲学的精神，确立了他的悲观主义的哲学体系。以往众多的悲观主义者中，没有一个人能像他那样用这么大的学问来证明悲观主义的看法是正确无误的，同时又说明生命本身是不幸的。在他心目中生长、存在着的这种对生命的悲观主义态度，影响了他的一生，直到生命结束都没有改变过。叔本华生时并不广为人们赏识，却大大影响了后世的哲学。他高瞻远瞩，看出人是非理性冲动的牺牲，为弗洛伊德和一般心理学的理论开创了先河。1860年9月21日，叔本华在法兰克福逝世。这本书是叔本华誉满天下的最后一部著作《附录与补遗》中最精华的部分。他融合东西方哲学的主流，科学地披露人性和世故，加以睿智、生动的笔触，娓娓地跟我们讨论如何为人处世，如何求取幸福和成功，以期充分发挥此生。在这本充满悲观主义情绪色彩的书中，叔本华从广泛的人性角度入手，分别对人们自身的所有、地位及处世为人的方方面面给予了细致入微的阐述。另外，一些关于人生的思辨与箴言更是人们处世修身的大智慧。全书分为五大部分，分别为“人生总论”、“处己之道”、“处人之道”、“命运与世道”和“阶段人生”。在这五个部分里，叔本华分别从人生的幸福和快乐、意志与心智、荣誉与名声、行为和个性、命运与年龄等几乎囊括了人的一生各个方面，阐述了独特新颖的“幸福论”。

一、人生总论 对人生的快乐和幸福作了基本的划分：人的自身、人的所有和人的地位。另外，对人生的选择和准备作了总体的概括。

二、处己之道 本章阐述了作者对于人生的幸福快乐和内心的平静安谧所持有的态度，以及如何应对人生的各种不幸的遭遇，以求得比较完美的一生。特别地，作者强调了孤独对个人修养的磨炼。

三、处人之道 人的一生免不了与人交往，包括配偶、父母、孩子和朋友等。在人生旅途的进程中，我们应该尽可能做到宽容和自律，避免与人争论和口角，这样我们的一生将获益良多。为人处世的睿智，更显哲思的光辉。

四、命运与世道 不以物喜，不为己悲。不管命运如何坎坷不平，我们都应该坦然而对。人生不会永远幸福，也不可能长久地陷于不幸。正所谓“得意不忘形，失意不失态”。

五、阶段人生 从出生到死亡，人们要不断经历痛苦和折磨。在每个人生阶段，我们不可避免地走向衰老和死亡。每个阶段都会有不同的人生图景，重要的是，我们应该如何顺利走完一生。人生是什么？如果世人不能免于痛苦和不幸，我们应该怎样求得幸福和成功？无数人在思考这样的问题，为此苦苦寻求人生的真谛所在，更有多少人为了获得人生的幸福和快乐，耗尽一生的精力却一无所得。人生竟是如此神秘莫测么？我们可曾在黑夜里，独自一人躺在床上思考过关于我们自身的问题：我们从哪里来，到哪里去？我们的生活是为了什么？如何达到内心的平静和安谧？怎样才是完美的人生？或许我们都曾经这样思考过，也为此迷茫不解而深感痛苦。人生是如此的复杂多变，以至于我们浪费了多少青春和美妙的时光，为了活命而不惜牺牲宝贵的年华。在这本书中，哲学大师叔本华从唯意志论出发，以哲人特有的敏锐和无畏道出了人生特有的悲剧性、荒诞、虚伪与不幸，对诸如世界、人与人格、生命、地位、荣誉、财富以及审美、伦理、政治、智慧等一系列困扰人的问题，提出了许多耐人寻味的见解。叔本华的人生哲学，给许多处于迷茫中的人们提供了最可慰藉的处世为人的方式，深深地影响了整整几代人的思想。这是一本闪烁着高度文学价值的哲学杰作，历经百年而更加闪耀着哲思的光辉。

# 《一个悲观主义者的积极思考》

## 内容概要

《“我读”系列:一个悲观主义者的积极思考》取自叔本华一生中最后一部巨著《附录与补遗》，是他对哲学著作《作为意志和表象的世界》的补充与说明。这篇以格言体写成的《附录与补遗》，使名声沉寂六十多年不获承认的叔本华一夜成名。正如他所说，此刻的我站在路的尽头，老迈的头颅无力承受月桂花环。《“我读”系列:一个悲观主义者的积极思考》是《附录与补遗》中最精华的部分，书中，叔本华融合东西方哲学的主流，披露人性和世故，加以睿智、生动的笔触，娓娓地跟我们讨论如何为人处世，如何求取幸福和成功，以期充分发挥此生。

# 《一个悲观主义者的积极思考》

## 作者简介

叔本华（1788-1860），悲观主义哲学大师。一生未婚，以狗为伴，家产万贯，却并不得志，生前思想也不广为人们所赏识，去世后却大大影响了后世哲学。其主要著作有《作为意志和表象的世界》《伦理学的两个基本问题》等。作者从唯意志论出发，以哲人特有的敏锐和无畏道出了人生特有的悲剧性、荒诞、虚伪与不幸，对诸如世界、人与人格、生命、地位、荣誉、财富以及审美、伦理、政治、智慧等一系列困扰人的问题，提出了许多耐人寻味的见解。

# 《一个悲观主义者的积极思考》

## 书籍目录

### 第一章 人生总论

我们所处的世界是怎样的，主要在于我们以什么方式来看待它，所以不同的人看到不同的世界：有人  
认为它荒芜、枯燥和肤浅，有人觉得它丰富、有趣而充满意义。

### 第二章 处己之道

人生快乐的两大仇敌是痛苦和烦闷。我们可以进一步说，要是我们有运气能离开一个仇敌，我们就按  
照离开它的多少，而接近另一个仇敌。事实上，人生的过程似乎就是在这两者之间的剧烈摆动。

### 第三章 处人之道

在人生的路途中，如果我们愿意而且有能力做到两点：放眼前途，容忍异己，我们会受益良多。前者  
让我们不受损失和伤害，后者可以使我们免于争论和口角。

### 第四章 命运与世道

不管命运如何降临我们身上，不可太高兴，也不可过分悲伤。一方面是由于一切事物都充满变化，我  
们的运气随时都会变动；另一方面是因为在判定事情对自己是好是坏之时，我们易于受到欺骗。

### 第五章 阶段人生

活到高寿有两个方法，两者都以身心健全为绝对必要条件。这两个方法可用两盏灯来说明，一盏灯的  
油很少而点燃得久，因为它的灯芯小；另一盏灯尽管灯芯粗，但也点得很久，因为它有大量的油供应  
。在这里，油就是生命力，灯芯粗细的不同就是使用生命力的多样方式。

# 《一个悲观主义者的积极思考》

## 章节摘录

第一章 人生总论我们所处的世界是怎么样，主要在于我们以什么方式来看它，所以不同的人看到不同的世界：有人认为它荒芜、枯燥和肤浅，有人觉得它丰富、有趣而充满意义。人生的福分亚里士多德将人生的福分划分成三类：来自外界的福分、来自心灵的福分，以及来自肉体的福分。我不计较这种划分的内容，只想保留它的数字。据我观察，人的命运的根本不同点，可以归结为三类：人的自身：针对人格的广泛意义而言，它包括健康、精力、美、脾气、品性、才智和教养。人的所有：就是指财产和其他各种可能占有的一切。人的地位：就是大家都知道的，他人把你看成什么，或更严格地说，他人是根据什么看待你的。这可以从别人对你的看法中透露出来，而别人对你的看法，又可以从你所获得的荣誉、地位和名声中明显地看出来。人生是一次旅行为我们的一生做周详的准备——不管是哪种准备，都是最常见且最严重的愚蠢行为。这种准备，首先假定我们会长寿，我们可能活到人类最长天年——有多少人能活那么长久！即使能活那么久，对于所完成的计划而言，也太短了。因为要实现那么多的计划，需要的时间比我们在开始时所想到的要更多。而且沿途会有许多事故和障碍。在人世中，究竟有多少人能达到目标？最后，纵使目标达到了，我们思考时间对我们的影响，不管是我们的工作能力，还是享受的能力，不可能一辈子都一样。因此，我们全力以赴希望获得的东西，往往在得到的时候，发现已经不适合我们。为某一伟业做准备所逝去的岁月，无意中剥夺了我们去贯彻它的力量。一个人不畏艰难和危险所累积的财富，自己却常常无法享用，勤劳所得只能留给他人；或者是，他多年努力奋斗所获取的职位，却没有能力担任。对他而言，幸福来得太晚，从另一方面说，他自己抵达得太晚，无缘享受幸福。人生好比一次旅行，沿途所见景色跟开始的时候不同，当我们走近些，它又有变化。这就是真实的人生——对我们的愿望而言，更是如此。我们时常找到些别的东西，一些甚至比我们所寻求的更好的东西。我们所要寻找的东西，往往不在我们着手寻找的那一途径上，而在另一条小路上。我们没有找到期望的欢乐与喜悦，我们获得的是经验、世故、知识——一种真正而永恒的幸福，而不是短暂的、只在幻想之中才有的。我们所处的世界是怎样的，主要在于我们以什么方式来看待它，所以不同的人看到不同的世界：有人认为它荒芜、枯燥和肤浅，有人觉得它丰富、有趣而充满意义。我们竭尽力量唯一所能做到的事，就是尽力发挥我们个人的品质，让我们从事的事业，能够用上我们的才智，在能力范围内，极力避免其他的纷扰。因此，我们就得选择最适合我们发展的职位、行业和生活方式。

## 《一个悲观主义者的积极思考》

### 编辑推荐

《“我读”系列:一个悲观主义者的积极思考》编辑推荐：1851年，叔本华完成了对《作为意志和表象的世界》的补充与说明，结果就是这篇以格言体写成的《附录与补遗》使他瞬间名声大噪。《“我读”系列:一个悲观主义者的积极思考》是《附录与补遗》中最精华的部分，书中，叔本华从人性角度入手，分别对人们自身的所有、地位及处世为人的方方面面给予了细致入微的阐述。一些关于人生的思辨与箴言更是人们处世修身的大智慧。

# 《一个悲观主义者的积极思考》

名人推荐



## 《一个悲观主义者的积极思考》

### 精彩短评

- 1、这本书出现的时机恰到好处。其中的智慧，即便无法帮我避免生活中的不幸，至少也可以回答我很多的疑惑。
- 2、如果不是我配不上这个时代，那就是这个时代配不上我。霸气啊！这书有点儿像人生规范，各种人生格言，叔本华教我们如何为人处世，很多方面挺有借鉴意义，受益匪浅，就是不知为啥起这书名。。。
- 3、你所有过的困惑与感受早已被世上的某个人经历过，并清楚地表达出来。
- 4、。。。。。
- 5、我好想又懂了一点这个世界
- 6、手写读书笔记第一遍
- 7、要么孤独，要么庸俗。
- 8、这是超级没意思的文段集，还不如直接去买叔本华的完整著作来看。
- 9、人人都应该尽早读读叔本华，一个悲观主义的乐观思考：人人都喜欢规划，可悲的是没有一个人知道自己可以有能力规划的时间期限，所以少点规划，多点思考，什么是能使你人生获得最多价值和快乐的行为，面对命运施予你的一切也都能坦然面对了
- 10、我觉得我的灵魂得到了升华。
- 11、是我太浮躁？
- 12、图书馆随手拿了一本 一气看完好像自己即将走完一生(明明是叔老的一生) 是选本 但还是很感谢。(很显然 比渴望死亡更好的选择是渴盼老年哈哈)
- 13、17.1.1 那时还是蛮喜欢这本书的
- 14、大哲学家写的心灵鸡汤，可惜翻译实在不行，别扭得很
- 15、叔本华看的可真透 整本书偶尔鸡汤 偶尔反鸡汤 满满的人生哲学 不过悲观也是一种积极的生活态度
- 16、叔本华的书我还是很喜欢的，
- 17、感觉一天只能读二十页，看多了就像喝了没化开的浓缩酸梅汁。
- 18、如果人从一开始就清楚，世界是无常的世事注定是难以圆满的，或许就能少很多不必要的妄念，来真正感受人生的点滴吧。。
- 19、所谓幸福就是不那么痛苦
- 20、找到了当年看卢梭《忏悔录》的感觉
- 21、叔的一生。这本鸡汤太温柔。
- 22、如果不是我配不上这个时代，那就是这个时代配不上我。
- 23、人生在于避免痛苦，而非获取幸福。一本避免痛苦的指南
- 24、很喜欢这本书，正在阅读中...感觉过去某段时间天分过的自己，现在居然靠的是意志来刺激自己了。悲哀！
- 25、抽象的段子已经听得太多，即便是睿智如叔本华，即便与现有的人生经历有共鸣，但是完全没有醍醐灌顶。现在的阅读爱好，要么是系统性论述，要么是细致的描写。期待下一部要看的高阳的历史小说。
- 26、哲学家.....怎么说呢
- 27、这是我真正意义上接触哲学的第一本书，带着解惑的心读了第一遍。内容相对浅显、直白，但大量的观点和警句并不那么好消化。书中关于智慧、孤独和处世的内容，对当下的我是一种极大的鼓舞和慰藉。性格仍需要认识，脾气还可以再改改，心智仍需要磨练。抱着认识悲观主义者的心来读这本书，没想到却获得了很多积极向上的鼓励！真是没想到。
- 28、以往囿于少年时代的教育对这位被冠以“悲观主义”定义的哲学伟人抱着敬而远之的态度，无意中拿到的这本书令我惊讶，对于智慧我忽然感到有了更为细致的类似于手指触摸的肌肤的触感，于是这也是我很少在书上便写上“批注”的一本，也引起了对于更深入地了解这样一位人物的兴趣
- 29、果然读书少的人容易被骗
- 30、不得不说，站在哲学的角度讲述着佛教的思想
- 31、根本不是在看书，而是在洗澡，这叔本华写的完完全全是我自己啊，不是什么精神洗涤,而是把我

## 《一个悲观主义者的积极思考》

染上的，或我不要的通通擦掉

32、从未这样酣畅淋漓的看过哪本书。像亲眼目睹一支笔描绘出自己的所有想法 并能把那些打上的结解开。 16.10.26/19

33、人生的快乐和幸福来自哪里？在说短不短说长不长的一生当中，我们如何与自己相处，又如何与他人相处，又如何在这个社会上安身立命？有时我也在想这些问题，但总是不得而知。看这本书的时候，感觉越看越有兴趣，作者的很多见解觉得很值得自己学习。虽然书籍简短，但是简练的字句却给迷茫中的我以慰藉，也许经历不足还不能完全体会到作者想表达的深意，但这无疑是一本值得读的好书，而且相信会常读常新。

34、永生悲观，永生积极。

35、读起来让自己很平静的一本书，自己的一些行为在书中找到了“理论”认可。

36、就好像他知道你所有的困惑

37、叔本华老头挺好哈哈。毕竟孤独才是寂寞的唯一出路。更多的该是时代配不上吧。晚安。

38、叔本华把人生划分为四个阶段：少、青、中、老，各18年加起来72年。而他自己最后活了72岁。虽然某些关于社交的观点略偏激，但是一位老者如此精准的预测了自己人生，难道不也是从侧面说明他为我们后人所总结的这本书的实用性吗。

39、看来我还真是悲观主义者... 很多观点早有同感，有一些不确定，需要继续思考（直观？），还有一丢丢好像不能赞同。不过总体很喜欢叔本华先森。 20150915 黄山—厦门

40、叔本华是我亲爸爸

41、硬生生把哲学翻译成心灵鸡汤，还骗人说是最精华的部分

42、这翻译得都不像是叔本华的作品了，反倒成了读后感一样

43、多实用啊...像本工具书 ..... “不轻易爱人，也不轻易恨人”是处世智慧的一半；“不轻易说话，也不轻易听信别人的话”，是另一半。...「毫无疑问，世上最快乐的命运是个性丰盈的珍贵禀赋，而更为特别的是具有可羨的才智。这是最幸福的命运，虽然可能不是最光辉璀璨的人生。」

哈哈反正那种要时刻（这是重点）温润如玉笑语盈盈待人的想法已被我抛弃！感觉好棒！

44、Kindle

45、巩固了我的人生观价值观。

46、放了人参大枣枸杞和板栗（积极）的“毒”（悲观）参鸡汤，来自叔本华大叔的小灶

47、一本教我们如何幸福的书，ys女神推荐的。书里的一些观点有些太过极端，比如过分夸大的独处的好处，独处的人的优秀，又过分贬低了爱热闹的人。（虽然最近喜欢独处的我看了挺高兴的）

48、叔本华对于人的一生看的还是很透彻的，他所谓的悲观并不是消极、绝望，而是极为理性智慧的悲观，反而让你更加明朗。

49、人生哲学

50、前部分人生总论与处己之道十分精彩。后部分阅读需要时间与阅历的积累沉淀。叔本华在了解世界生存本质后提出的应对方法，对于怎样平和生存有很大帮助。真的不至于让人自杀啊。

1、我并不是个爱读书的人，但是如果是自然科学和科幻文学我就会读的如饥似渴。。也许只是对文学不太感兴趣吧。。比如说，各种红的不要不要的言情小说，都市喜剧，玄幻小说，金庸古龙等等。。小学时候迷恋过一阵霸道总裁系列，上了初中便觉得有点不现实，遂弃之。上了初中便发现了科幻文学，便一发不可收拾，每周必去书市上搜索。我最最不爱看的，就是哲学。其实就是因为讨厌政治课上讲的所谓哲学，于是小小年纪就把哲学一棍子打死了。。。最近驴友推荐了一些读书软件，我经常翻翻，便决心攻一本哲学著作，看看到底要无聊晦涩到什么程度。也是因为最近觉得有一句反鸡汤特别适合我“说得太多，读书太少！！”，所以想努力借此改变现状。选了两本，叔本华的《一个悲观主义者的积极思考》，还有一本《乌合之众》，都是与国内主流思想相左的，所以不太见广泛推荐的。先读了《一个悲观主义者的积极思考》。现在还差几十页就完结了，我已经觉得受益匪浅。先说一下自己的问题吧。我这个人，并没有多少矛盾，也不优柔寡断，但是却充满了痛苦，而且特别容易被外界影响，别人任何的举动都很容易伤害到我。我也一直不知道怎么处理别人的无视，嫉妒，中伤等等。。收到伤害之后我会用大量的情绪把愤怒爆发到别人身上去。别人只觉得我脾气不好，钻牛角尖，但是他们不知道我是很痛苦的。脾气不是发出去了就舒服了，之后会觉得痛苦，后悔，羞耻。。等等。但是受到别人影响后我却找不到办法去释放自己的压力，总是陷在这样的痛苦里没法自拔。与主流思想强调集体主义不同，这本书完全是从个人的角度出发来写的，虽然德语翻译过来有点生涩，但是习惯了也就读下去了。刚读完第一章我就知道我选对了书。这本书从一个人如何对待自己，分析自己开始，扩展到如何与外界接触，如何融入人群，如何对待相左的意见，如何对待敌人与争执等等。。完全是在剖析个人的感觉，如何解析痛苦，以及从人性的本质来解释爱慕，友谊，嫉妒，痛苦的来源。。对于我这种追根问底的人来说，十分好接受，并不是泛泛而谈，而是具体的分析了各种情况。就讲一下对我触动比较大的几点吧。1. 人们不会对一个人的社会地位和财富过于苛责，但是对别人拥有的天赋才能却是会非常的介意，通常表现为集体性的“失明”和“失声”，就是完全视而不见，似的才能拥有人对自己的能力感到低估和无用挫败。这些话解释了我从小到大一直解决不了的疑问。我无数次的问过爸爸妈妈，但是他们也并不能给出答案。我一直觉得，人们会因为我家里是否有钱，是否父母慈爱而产生嫉妒，因为这些事是我们生来不能选择的，是不公平的。但是如果我会画画不会唱歌，你会唱歌不会画画，我们是没有必要嫉妒对方的，因为我们可以选择把自己的天赋发挥出来或者藏起来，是可选的。而且每个人都有一些天赋，是平衡的，是公平的。而我从小看到的，却是大家对我能花多少钱反应非常正常，但是如果我一露出来点画画的能力，跳舞的爱好。。身边的人要不集体性的沉默，当没看见，要不就是有几个很不爽的人冒出来各种酸气的评论，很不友好。而且关系越远，大家的态度越宽容，关系越近就越苛责。所以我在写博客的时候交到陌生的，从未谋面的朋友，却不能在同学和同事之间找到心态平和接受我的人。我便很不明白为什么。我只会这点东西，你们不也会其他东西吗，比如说弹钢琴，比如说唱美声，比如说写小说。。我都不会呀，我也都给你们点赞了呀。直到读了这本书里的相关章节，我才明白这只是人之本性，是不能以我的一厢情愿来理解的。所以，想要让人喜欢我，就把自己的才能藏起来些，不然自己不知道的时候就已经树立了敌人。虽然我还是不会藏起来，还是会发朋友圈，但是我不会再对别人的态度那么在意，觉得是不是自己做的还是不够好，画的不够漂亮，所以别人才没有反应，才会酸气的评论不好的话。我也不会再在单位里所有同事面前表演节目之后，奇怪为什么一个部门的同事们第二天会统一冷着脸，绝口不提此事而只有其他部门认识的不太想干的人跑来跟我说哎呀跳得真好呀。。。我知道自己的性格不会改变，所以并不指望一本书可以把我转变成人见人爱的老油条，但是我真的很需要一个答案，让我可以安心下来，不再惶惶恐恐的责怪自己。2. 独处是正常的，不愿意过多与人交谈也不是错误。这个社会对内向的人太过苛责，但是人在独处时才能真正的思考，与自己交谈，战胜自己。我从小就没有什么朋友，因为我喜欢的东西跟大家太不一样，成长轨迹也太不同，永远都不合群。妈妈很慈爱，从来没有因为我的内向而苛责我，但是我自己却因为缺少大群的朋友而羞愧。。于是我拼命的努力合群，即使自己说着言不由衷的话，做着自己非常不享受的事情，但是有了很多朋友的陪伴，我至少成为了一个“正常人”。多年以后，毕业了，工作了，再到出国留学，我终于忍受不了这样自欺欺人了，回到了独来独往的生活，不再故意迎合别人而作践自己，但是心里的自卑还是有的，相比别人一呼百应的友谊，我还是觉得自己的形单影只是有罪的，是应该羞愧的。直到读到这本书，这个问题也算有了答案。虽然很多人都说过，独处如何如何好，不是坏事，但是真的在一本哲学著作中读到，心里才

## 《一个悲观主义者的积极思考》

能真正的接受，便对自己的性格释然了。同样的，独来独往，确实会受到孤独的折磨，但是我仍然不会改变自己的性格去迎合别人换来友谊，我只是需要一个答案，来理解我自己，知道我这样没有错，只是跟别人不一样而已。3. 别人做着不好的事，说着不好的话，听着恨不得你大声责骂他们。。。处理方法便是，想象他们正在演一出喜剧，屡试不爽。我很多的痛苦来源都是周围人越过界限来跟我指手画脚。我试图在周围立起一圈高墙，但是仍然不时有人试图进攻进来，告诉我他们对我的生活态度多么的有意见，多么想把我改造的正常。而且我发现跟他们无法讲道理，他们不理解什么叫做“想做做的事情”，什么叫做“找到合适的人再结婚”，什么叫“我不知道我行不行，但是我想试一试”。他们眼里只有“你应该这样，你应该那样，你应该像那谁谁谁一样。。。”。很幸运的是，我的父母并不是他们中的一员。我有时候觉得这些人很可笑，我的父母尚且不会逼迫我，你们算老几？觉得自己多大能耐？敢越过我的父母来教育我？怎么不回家照顾一下自己着火的后院呢？在大街上，会有陌生男人突然凑过来冲我大喊，说我敢单独出门在大街上走就是想找人非礼的。会有拉着小孙女的老爷爷对面走过来，淫荡的看着我，与我脸对脸5厘米的距离擦肩而过，把带着烟臭的口气喷在我的脖颈上，完全不顾身边小孙女一脸的好奇。。在单位，会有看我不爽便口出不逊的，会有看我像个花瓶就认为我是靠脸踩男人爬上来的，会有认为自己能力高资历老就不服从我管理的。。在办公室里，会有某名牌博士，大谈女人读书无用，找个有钱人当小三就一辈子衣食无忧好了，无视我们一屋子女博士硕士，人数明显压倒男性。会有八卦之人对某个品性很好的姑娘各种污蔑。会有对领导的谄媚，对下级的欺凌。。。所有这些，现在虽然还会影响到我，但是却基本上被我挡在了高墙之外。因为他们只是身外之物，不该打扰到我内心的平静。他们每天在身边吵吵闹闹，让我感觉恶心，让我感觉厌恶，让我想要一拳打过去。。。可是就像书里说的那样，别人如何行为，是由于他们受到的教育而来，这世上最不可能的事就是试图改变别人，实在被影响的时候，就把他们想象成话剧里的小丑，说着奇奇怪怪可笑的话。于是，周围每天上演着各种闹剧，而高墙之内我的内心，却平静了。暂时只想到这一点，是对我影响比较大的。我真的推荐内向不善社交，还对此自卑的朋友们读一读这本书，说不定也可以像我一样原谅自己，找到生活的答案。此外，作者生活的年代很早，整本书说的都是站在男人的角度，对女人只提了几句，也是那种不屑一提的口气，女权主义者看了说不定会爆炸的。

2、大约是因为浮躁和浅薄的缘故，看哲学书总是让我头疼，通常我是宁愿看枯燥的论文集和杂文都不敢翻开哲学书的。然而跟一个热爱哲学的朋友聊起，她推荐我说，总是要看几本哲学书的，能让人清醒一些。于是勉强开始读这些哲学书目。在前两章，叔本华对人的天性的嘲讽和对天才总是忧郁而受世俗所累的观察，会在一开始让人产生不适感，而这种不适感却恰恰来自他这番话的准确，如对于人的天性妒忌、愚人与天才的不同境遇的描述。然而，有一些地方，我是不同意他的态度的。他提到，所谓“理想的社会”，对于天才和睿智之人来说其实是可怕的，因为人与人之间的智力和品行差异是如此的之大，而理想型的社会却要求我们忽略这些不同，通过建立“权利平等”的制度、阶级和地位的平等，来限制天才的能力和才智，在他看来这是愚不可及的。”这些权利直接导致人人都可以自命不凡，那是大家都喜爱的“，在他所提及的这种理想社会中，为了和谐，天才们或者被磨去棱角蜷曲变形，或者被迫避世独居。我认为，叔本华所反对的这种理想型的社会，其实是传统的”乌托邦“社会，由于过分强调平等而忽略差异性，而差异性才是一切美好的本源。因此，他所说的”理想社会“只是乌托邦式理想社会，而众所周知乌托邦只是一种特定的、被许多人所反对的“理想社会”模型，而非理想社会的等同含义本身。因此我认为他在此基础上一大段对虚伪和不幸的论述，其实是不恰当的。按照他所说”才智上的差别就意味着所拥有的社会权利应该有有相对的不同”，我认为这是他对柏拉图的“哲学王”式的精英治世社会的赞同。在这本书的许多地方，他都流露出了作为天才所特有的傲慢和对社会的不屑。在第四章和第五章作者对于命运、世道和人生的悲观主义思考，对于我是非常有启发的。当我们认识到命运是如此的不可测，而所有的事物又都是稍纵即逝，便像作者一样建立起一种习惯不幸而将人生作为长久的战事去面对的态度，嘲讽它的荒诞与虚伪，于自己更加的清醒，能适应长久的孤独。别说它的福分就是我们的整个生命都不值得我们那么胆战心惊所以，且让我们英勇地面对人生，对命运的每次打击都勇敢相向。-----贺拉斯《讽》p141页

# 《一个悲观主义者的积极思考》

## 章节试读

### 1、《一个悲观主义者的积极思考》的笔记-第19页

追逐名利、寻欢作乐、过高级的生活，是通往快乐的大错特错的途径。因为这么做，是企图把我们苦难的生存转化为一连串的欣喜、高兴和欢乐——这种过程到最后一定会变为失望和妄想。就此点而言，可以相提并论的是它带来的必然伴奏：大家彼此说谎。正如我们的身体为衣服遮盖，我们的心灵则隐蔽于谎言的帷幕背后。帷幕总是存在的，我们只能有时透过帷幕猜测他人的思想，如同我们通过别人的衣着外观而获知他们的体型。

### 2、《一个悲观主义者的积极思考》的笔记-第173页

人在10岁时，水星（使神）当头：10岁的人像水星一样，在一个小范围之内非常活跃，凡事对他的影响都很大。但在这位灵活善言的使神指导之下，他取得很大的进步。

20岁由金星（爱神维纳斯）接管，这时男子全心热爱女人；30岁，火星（战神）位列前茅，这时的人浑身是劲是力——勇敢、好斗、倨傲。

年届40，就由4个小行星管事。这时人的生命范围扩大了。他很实在，换句话说，由于谷神星的帮助，他偏爱有用的事物；受到灶神星的影响，他有自己的炉灶；小惑星（智慧女神）教导他具有必要的知识；他的妻（婚姻女神）是管家的女主人。

到50，主要的影响力来自木星（主神）。这时他的许多同时代的人已经去世，他觉得他是当代的佼佼者。他的精力依然旺盛，而又富于阅历和知识。根据他的个性和地位，他对周围的一些人具有权威。他不再倾心于接受他人的命令，他要自己说话。这时最适合他的工作，是在他自己的范围内，从事指导和管理。这显示罗马主神朱庇特的胜利结局，50之人到达人生的顶峰。

然后是土星的到来，大约是60岁，这时人像一条船，迟钝而缓慢：

最后天王星。用俗话说就是，人要归天国了。

我不知道怎么处理海王星，因为这颗行星命名不当，我不使用它正确地称呼——爱神厄洛斯，否则我可以指出人生的开端和结束是如何相连，厄洛斯跟死亡的关系是怎样的密切，以及冥王星如何是一切事物的毁灭者和创造者。死亡是生命的大储藏库，各种实体都由冥王星而来——此刻活生生的每一实体，都曾经在那里存在过。

### 3、《一个悲观主义者的积极思考》的笔记-第60页

当我们见到人们全力争取某些事物，费尽千辛万苦，冒险犯难，无非是为了让人刮目相看；当我们见到不但官职、头衔、勋章的猎取，就是财富甚至知识和艺术修养的获得，都是为了赢获人们更大的尊重——这些难道不是确凿的凭据，证明人类的愚蠢已悲哀到无以复加的程度吗？

### 4、《一个悲观主义者的积极思考》的笔记-第91页

容忍他人的艺术，可以用无生命的物体来练习我们的忍耐力而有所得。无生命的物体，由于其某种机械的或一般物理上的必然性，对于我们的肆意行动，会做出坚决的对抗——我们每天都需要具有这种形式的忍耐力。我们这样获得的忍耐力，在我们跟人们交往的时候经常能够应用。我们会从此习惯于他人的反对，不管我们是在哪里遇到，我们都会认为这是出于别人性格的必然结果。他们的性格蓄意要反对我们，是由于丝毫不变的必然律，跟无生命物体对我们做出抵抗的情况一模一样。对别人

## 《一个悲观主义者的积极思考》

的行为感到气愤，就如同对着滚到我们面前的石头气愤一样愚蠢。对于许多人，我们所能提供的最明智的想法就是：“我不要改变他们，我要善用他们。”

### 5、《一个悲观主义者的积极思考》的笔记-第74页

他必须知道在一生中他的真正的主要的和最为关键的目标是什么，他最想拥有的快乐是什么；还有，在那之后，什么在他思想中占据着第二和第三的位置；他必须找出，就整体来说，他一生真正的使命是什么，他应该扮演什么样的角色，他跟世界的一般关系如何。

### 6、《一个悲观主义者的积极思考》的笔记-第79页

人们到头来真正能了解和欣赏的东西，总是合乎自己的性格和气质。笨人喜欢笨东西，普通人喜欢普通作品，观念不清的人会被杂乱的思想所吸引，没有头脑的人对于“愚昧”有好感。最好的例子是，每个人都喜欢自己的作品，因为其格调完全跟自己相配。

### 7、《一个悲观主义者的积极思考》的笔记-第31页

当你发现人类社会令人厌恶，觉得你有理由远离人群，你的本性可能会使你无法忍受独处所带来的沮丧。你如果年轻，其情况就大多如此。那么，让我劝告你，要养成跟人交往时保持着孤单感。一方面学习怎么跟伙伴在一起时依然故我，并不立刻说出你的想法，在另一方面，对别人所说的话，不必太推敲字义，在道义上或智力上，不要对别人期望过高，并加强对他人意见的淡漠感，就最能练习人人赞美的容忍精神。

如果你那么做，虽然你就在他们之间走动，但你看起来在生活上相当独立：你跟别人的关系完全是君子之交，保持客观的性质。这种谨慎能保持你不跟他人接触频繁，从而能让你不受他人熏染或被他人激怒。在这一方面，社群好像一把火——聪明人在适当的距离取暖，不像傻瓜一样过于靠近火，一旦被烧伤，就跑开独自发抖，大叫大嚷火会烧伤人。

### 8、《一个悲观主义者的积极思考》的笔记-第14页

人生睿智行为中的要点，是维持我们对目前和未来看法适度平衡，目的是避免过分注意其中一方面，而忽视另一方面。

### 9、《一个悲观主义者的积极思考》的笔记-第110页

海天相隔，长时间不见面，总是对友谊不利的，不管我们是多么不愿意承认。我们对于不见面的朋友的关切——尽管是最亲近的朋友——不过几年就慢慢地会干枯，变为抽象的观念，终致我们对那些朋友的兴趣只是理念上的——的确，这样的友谊只不过是陈陈相因罢了。我们对于眼前经常所见到的，即使不过是可爱的小动物，我们会维持活生生而深刻的兴趣。这说明人们的感受有其限度。

### 10、《一个悲观主义者的积极思考》的笔记-第91页

如果我们要跟人们一起生活，我们必须允许每个人都有权利按照自己的性格生存，不管他的性格如何。我们应该努力从事的，是在他的本性所许可的方式中善用他的性格，而不是希望他的个性有所改变，或是直截了当地指责人家性格的不是。这就是格言“自己活也让别人活”的真实意义。可是这话虽然含有至理，要做到却很困难。一个人如果能够永远避免跟若干人打交道，那么他是非常幸福快乐的。

### 11、《一个悲观主义者的积极思考》的笔记-第1页

## 《一个悲观主义者的积极思考》

我们所要寻找的东西，往往不在我们着手寻找的那一途径上，而在另一条小路上。我们没有找到期望的欢乐与喜悦，我们获得的是经验、世故、知识。

伏尔泰说：快乐不过是梦，忧伤却是现实的。生活幸福就是指生活不那么不幸福——即度过一段可以容忍的生活。（苦中作乐）

不幸大体有两种：一种只是可能的，大不了是极其可能的；另一种是不可避免的。……所以，如果我们不想由于恐惧不幸而失去人生的所有快乐，我们就应该把前类不幸看作永远不会发生，把后类不幸看作不会立刻发生。（开导自己、他人的好办法）

聪明人首先要争取的是免于痛苦和烦恼，能得安静和闲暇，也就是一种平静朴实、不受干扰的生活。……一个人的内心愈为充实，他对其他人的需要就愈少——其他人愈不能替他做什么。独处时，每个人只能依靠自己，各人的自身条件便显露出来。可怜的个性是人的终身负担：愚人纵然出身富贵，仍然会被他的个性所累，而有才智的人因为充满生动的思想，能使荒地充满人群。（心如止水、不与他人比较，学会独处，享受孤独和自由。）

社群好像一把火——聪明人在适当的距离取暖，不像傻瓜一样过于靠近火，一旦被烧伤，就跑开独自发抖，大叫大嚷火会烧伤人。（凡事都掌握一个度，就会获取它的好处而不至于受伤，感情也是如此。）

一般人只想着如何消磨时间，有点才智的人是尽量如何利用时间。

才智有限的人易感烦闷，是因为他们的才智只是意志的动力的工具。当没有特别的事情需要让意志发生作用的时候，意志就休息，有些人才智随之放假。他们的才智跟意志一样，需要外因来发动，其结果就是人的各种能力的可怕的停滞——烦闷。（要自律、自觉，不要让外力和压力推着自己走呀）

三类生命：生命力（吃喝睡），体力（运动，军事），感受力（感性，观察，文艺，发明）。

名声躲开追求它的人，却去追求躲开它的人。只因为前一类人让自己迎合当代人的品位，后一类人敢于反抗。

粗鲁胜过任何辩论，它把理智的光芒全部遮盖。

如果我们要跟人们一起生活，我们必须允许每个人都有权利按照自己的性格生存，不管他的性格如何。我们应该努力从事的，是在他的本性所许可的方式中善用他的性格，而不是希望他的个性有所改变，或是直戳了当地指责人家性格的不是。这就是格言“自己活也让别人活”的真实意义。

在人生的路途中，如果我们愿意而且有能力做到两点：放眼前途，容忍异己，我们会受益良多。前者让我们不受损失和伤害，后者可以使我们免于争论和口角。

我们对待这些卑鄙和愚蠢的态度，应该和矿物学家偶然发现非常特别的矿物标本没有什么不同。

正如这个世界流通的不是真的银币，而是纸币，在人生的真实尊敬和真正友谊之中，我们所见到的只是那些外表——一些按照原物尽力仿制的赝品。

讲礼貌不是容易的事，因为礼貌要表示我们对每个人都尊敬，而大多数人根本不值得尊敬。

这些就是时间对我们的剥削（借钱去干事情），不能等待的人是它的牺牲者。试图改变时间的步伐，

## 《一个悲观主义者的积极思考》

是最浪费的做法。

不管命运如何降临我们身上，不可太高兴，也不可过分悲伤。一方面是由于一切事物都充满变化，我们的运气随时都会变动；另一方面是因为在判定事情对自己是好是坏时，我们易于受到欺骗。几乎每个人在一生都有这样的经验，我们为之悲伤的一些事，以后证明为所发生过的最好的事；或是我们为之欢欣不已的事，竟然成为最大痛苦的来源。……莎士比亚：我觉得喜事悲事都有许多花招，所以它们猛然间出现的面貌，未能使我惶悚不知所措。《皆大欢喜》3-2

人生的前40年好比写出一本书的正文，剩下的30年完成该书的注释。没有注释，我们对于正文的真义、系统，该书所含的寓意，还有它的微妙引申，都无从获得正确的了解。

用行星总结人的一生就是如此：

十岁 水星（使神）当头，凡事对他影响很大

二十岁 金星（爱神维纳斯）爱情

三十岁 火星（战神）勇敢好斗

四十 4个小行星 谷神星 偏爱有用事物；灶神星 有自己炉灶；小惑星（智慧女神）教导他具有必要的知识；妻子（婚姻女神）管家的女主人

五十岁 木屋（主神）佼佼者权威 罗马主神的胜利结局

六十岁 土星 人像一条船迟钝而缓慢

天王星 归天

冥王星 毁灭一切事物

### 12、《一个悲观主义者的积极思考》的笔记-第11页

伏尔泰说：“快乐不过是梦，忧伤却是现实的。”事实上他的话十分可信。一个人想要评估自己的一生是否快乐，一定要一一记下他所逃过的各种劫数，而不管他曾享受的欢乐。因为“幸福获致术”的起始，就是首先承认它的名称本身就是一种委婉的说法。“生活幸福”就是指“生活不那么不幸福”——即度过一段可以容忍的生活。

### 13、《一个悲观主义者的积极思考》的笔记-第1页

青年人是由热情支配的，热情给予我们大量的痛苦，而只有少许的欢乐；年老时，热情降温，让人休息，我们的心情偏向深思熟虑，理智获得自由而占上风。由于理智超出痛苦的范围，只要理智挂帅，我们就会觉得快乐。

人生可以比喻为一幅刺绣，我们在前半生所见到的是刺绣的正面，后半生所见到的是反面。反面没有正面那么漂亮，但是比较具有教导作用，它能说明丝线是如何绣在一起的。

春天开始，树上的嫩叶颜色相似，形状也差不多一样。在人生的最初几年，我们都彼此相似，大家和睦。但是，随着青春期的到来，相异就开始了。像一个圆周的半径范围，我们愈往前走，分离就愈大。

如果到后来，我们以一成不变的无情的正确理念，那些死记硬背或是可能借自他人的无济于事的抽象观念，或者我们开始用的一般规则，还有那些曾经指导他人的原则，而未充分考虑“适于彼者未必适于己”的箴言，就来批评自己的行为，那么，我们可能对不起自己。

所谓幸福和欢乐都不过是海市蜃楼，从远处可以见到，一旦接近就消失了。另一方面，折磨和痛苦却



## 《一个悲观主义者的积极思考》

是千真万确的，其现实性没有缓冲余地，不容许妄想或虚假的希望置身其间。

人的性格是不能改变的，忘记别人的坏德性，好像是扔掉辛苦赚来的钱。

不能告诉敌人的任何话，也不能告诉你的朋友。如果我守住“秘密”，这秘密就在我的看管之中；要是它不胫而走，我倒被监禁了。沉默之树结出和平的果实。一般来说，与说话相比，以沉默显出你的智慧，是更为可取的。因为不说话是谨慎，说话总带一些虚荣的意味。表现这两种品质的机会差不多是一样的，但是，说话所给予的短暂的快感，常常受到欢迎，而舍弃用沉默可获取的长远的好处。

要是无理由怀疑某人在说谎，你得看起来像相信他说的每一个字。这会鼓励他继续说下去，他的说辞会变得更为激烈，最终便会自露马脚。你若是看出某人企图隐瞒你什么，但并不太成功，要装作你不信他。你的这种反对态度，会刺激他透露真情，把实话说出，以对付你的怀疑。

在人世中，究竟有多少人能达到目标？最后，纵使目标达到了，我们思考时间对我们的影响，不管是我们的工作能力，还是享受的能力，不可能一辈子都一样。因此，我们全力以赴希望获得的东西，往往在得到的时候，发现已经不适合我们。

从这些我们可以看出，为其他福分——财物、晋升、学问或名誉，更别说为了一时的感官享受，而不惜牺牲健康，是最愚蠢的事。任何事物都应该搁放在健康之后。

艾匹克提塔斯（Epictetus）所说的：“事物不影响人，是我们对事物的想法影响我们。”

任何值得拥有的东西，每个人只可能获得无限小的一部分。然而，另一方面，每一个人都会遭逢人生的许多不幸。

即使夜幕刚刚降临，华灯初上，我们的心灵就像眼睛一样，对事情还不如在白天看得那么清楚。这时候不适合进行严肃的思考，尤其不适合思考不愉快的问题。早晨才是适当的时候——无论做任何努力，不管是思想的还是身体方面的，都是如此，没有例外。因为早晨是一日的青春，万事万物都如此明媚、新鲜和轻盈。我们在那时觉得有体力，官能完全听我们使唤。不可迟于起身，把早晨缩短，或是做鸡毛蒜皮的事，或是闲谈，把早晨时光浪费掉。早晨是生命的精华，应该把它看作是近乎神圣的。夜晚就好比老年，这时候我们无精打采，喜欢说话，稀里糊涂。

对于任何可能影响我们祸福的事情，注意不要操之过急。不要让我们过分忧心，而要冷静、心平气和地去考虑事情，把这件事看作跟我们关系并不特别密切的抽象问题。在这里，我们不应该让想象扮演任何角色，想象做不了判断——它只会唤起幻象，导致有害而且不时非常痛苦的心情。

每一天是一个小生命：每一次醒来和起身是小模样的出生，每一个早晨是短暂的青春，每一次休息和睡觉是小模样的死亡。

这些人的自身，我们可以说，只具备为人的条件的一小部分。他们需要相当多的人数，才能凑出可观的分量，达到自觉够资格成为人。优秀的人，并不代表某一小部分，而是指整体，他本身就是完全的。

人赞美的容忍精神。如果你那么做，虽然你就在他们之间走动，但你看起来在生活上相当独立：你跟别人的关系完全是君子之交，保持客观的性质。这种谨慎能保持你不跟他人接触频繁，从而能让你不受他人熏染或被他人激怒。在这一方面，社群好像一把火——聪明人在适当的距离取暖，不像傻瓜一样过于靠近火，一旦被烧伤，就跑开独自发抖，大叫大嚷火会烧伤人。

要养成跟人交往时保持着孤单感。一方面学习怎么跟友伴在一起时依然故我，并不立刻说出你的想法

## 《一个悲观主义者的积极思考》

；另一方面，对别人所说的话，不必太推敲字义，在道义上或智力上，不要对别人期望过高，并加强对他人意见的淡漠感，就最能练习人

人与人之间的共同之处，是人们的性格之中最低下、最不高贵，也就是那些平庸、琐碎、卑俗的部分。

年岁愈高，日子过得愈快，我们就想到把余生专注于智慧上的事，而忽视人生的实务。

一些非常努力、只希望生活于未来之中的人们，总是向前看，迫不及待地盼望着未来，认为只有尚待获得的东西，才会使他们快乐。尽管他们极度聪颖，其神情正像意大利所见的驴子，它们步伐之所以匆促，是因为它们头上捆绑着一根棍子，棍顶悬挂有几棵稻草；稻草总挂在前头，驴子一直试图能吃到稻草。这些人终生生活在幻想之中，他们老是“将就着”过活，直到终老死去。

明智人士所致力的是免于痛苦，而不是寻求欢乐。

一个人所能直接领悟的，只是他自己的观念、感情和愿望，外在世界对他的影响，只能促使他产生那些观念、感情和愿望。

在所有其他的事情上，基础愈广阔，安全性就愈大。“快乐”的建构所依据的蓝图，与前面所述的情况恰恰相反。

我们要小心，不要把人生的幸福建筑在过于宽泛的基础之上，不能要求拥有许多条件以保持快乐。快乐要是建筑在宽泛的基础上，最容易受到破坏，遭遇到不幸的机会也因而增加——不幸的事故总是随时发生的。

最快乐的命运，不是去体验到最怡人的欣喜或是最大的欢乐，而是把生命带到终点，未遭受到身体或精神上的巨大痛苦。

企图转变当前的苦难的情景，使之成为欢乐的园地，致力于争取欣喜和欢乐，而忽视最大可能地免于痛苦——可是多少人都这么做——完全是违反天理。

我们绝不应该用痛苦的代价去换取欢乐，即使只是局限于招致痛苦的风险，也不应该去冒犯。要是那么做，就是以正面的真实去换取负面的虚幻。但为了避免痛苦而牺牲欢乐，却是有利可图的。至于痛苦是跟随在欢乐之后，还是在欢乐之前来到，都是无关紧要的。

痛苦给人的感觉是不折不扣的，快乐的真正标准就是没有痛苦。如果我们没有遭受痛苦，而且又不觉得生活枯燥，世上快乐的必要条件都已经达到了，其他一切都是虚妄的。

要衡量一个人的幸福完全依靠他得到什么，而不同时知道他希望得到什么，就好比只知道一个分子式的分子，不知道分母，而要想得出它的数值，只会徒劳无功。

古今的伟大人物，都把不受打扰的闲暇，看作跟自身同样有价值。

具有这些天赋的人生活于两个生命之中，一个是自身的生命，一个是睿智的生命。而且后一生命会逐渐被看作真实的生命，前一生命只是当作导致睿智生命的手段而已。

智者会让睿智的生命获得优待：由于洞察力的知识不断增长，睿智生命就像缓慢形成的艺术品一样，需要持之以恒、长久的强烈感情，一种愈来愈完整的同一性。

## 《一个悲观主义者的积极思考》

像一个失去健康的人，他试图用补品和药物来恢复健康，而不想发展自身的生命力，也就是未顾及他失去健康的真正来由。

一般人只想如何“消磨”时间，有点才智的人是尽量如何“利用”时间。

人们就像孩子一样，你要是宠爱他们，他们就会顽皮。

“我不要改变他们，我要善用他们。”

塞尼加说得好：“人愈是可鄙和可笑，愈是喜欢说他人的坏话。”

用棍子赶走自然，她仍然会回来。

如果以往所经历的失望，对未来的担心，无不严重地影响着我们，我们就做不到这些。拒绝现在的欢乐时刻，或是因为对过去和未来不安，而未能珍惜目前的美好时光，就是极大的愚蠢。但对于现在，让我们记住塞尼加的话：“把每一天都当作独特的一生看待。”我们要尽可能地把每一天过得称心满意，它是我们实际上拥有的唯一时间。

因为在日常的生活和工作中，我们做人处世总是依从我们的性格，受动机的左右，而且局限于我们的能力范围之内——简言之，从头到尾，都受到“必然律”的控制。每时每刻，我们都按照自己看来妥妥当当的方式行事。只有在事后，当我们回顾整个一生和大致结果的时候，我们才能看出一生为什么是这样。

我们不应该为那些小事感慨，更别记在心中为之烦恼，而是要跟它们保持距离，把它们看作路上的石头，推开不让其挡路。千万不要去想它们，不容它们在反思中占一席之地。

### 14、《一个悲观主义者的积极思考》的笔记-第21页

在一个社会中，令大才大智人士恼怒的是“权利平等”，因为这些权利直接导致人人都可以自命不凡，那是大家都喜爱的；而在自然的情况中，才智上的差别就意味着所拥有的社会权力应该有相对的不同。

理想的社会承认任何类别的要求，可就是不重视才智，把才智视为违禁品。人们对于各式各样的愚蠢、乖戾和鲁钝，都表现出无限的耐心；具有才华得要获得他人的赞同，否则需要完全深藏起来。智慧上的优越自然就会冒犯了别人。

所谓理想的社会，最糟糕的不仅是给我们带来无法赞美或喜爱的同伴，而且还不让我们保持天性和本色。为了做到和谐，它强迫我们蜷缩，甚至是完全变形。

### 15、《一个悲观主义者的积极思考》的笔记-棋如人生

特伦斯(Terence)有言：“人生好比一局骰子戏，如果所出现的点数不是你所要的，你还是能动脑筋同样善用它。”特氏在这里所想到的必定是类似“十五子棋”的一种游戏。更简要一些，我们可以说人生好像是一场牌戏，洗牌和发牌是命运。就目前的讨论而言，最适当的比喻似乎是下象棋：我们决定一盘棋要怎么走的计划，将受到对手要怎么下的牵制——在人生中，则受制于命运的变幻无常。我们被迫修正策略，在实施时往往要作重大的改动，以致原来计划的特点几乎没有一项可以看出了。

# 《一个悲观主义者的积极思考》

## 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)