

# 《灵魂只能独行》

## 图书基本信息

书名：《灵魂只能独行》

13位ISBN编号：9787020069903

10位ISBN编号：7020069908

出版时间：2009-5

出版社：人民文学出版社

作者：周国平

页数：385

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)

# 《灵魂只能独行》

## 内容概要

作者肯定精神生活的独立价值，通过对古代哲人言行的追述，对人生所面临问题的思考，阐释了哲学在我们人生和社会中的意义，富有智慧和启迪性。

# 《灵魂只能独行》

## 作者简介

周国平，1954年出生于上海，现在中国社会科学院哲学所工作。主要作品有：《守望的距离》、《安静》、《尼采：在世纪的转折点上》、《人与永恒》、《尼采与形而上学》、《周国平文集》、《妞妞——一个父亲的札记》等。

主要译作有：《尼采美学文选》、《尼采诗集》、《偶像的黄昏》等。

周国平的作品充满了人生的智慧和哲学的魅力，融理性和激情于一体，笔调清新自然，内涵睿智深刻，多年来深受读者喜爱。

# 《灵魂只能独行》

## 书籍目录

- 第一辑 灵魂的在场
- 第二辑 朝圣的心路
- 第三辑 梦并不虚幻
- 第四辑 守望的距离
- 第五辑 孤岛断想
- 第六辑 读《圣经》札记
- 第七辑 幸福和苦难
- 第八辑 智者的心灵
- 第九辑 希腊的智慧
- 第十辑 哲学和时代
- 第十一辑 传统与人文精神

第一辑 灵魂的在场 被废黜的国王 帕斯卡尔说：人是一个被废黜的国王，否则就不会因为自己失了王位而悲哀了。所以，从人的悲哀也可证明人的伟大。借用帕斯卡尔的这个说法，我们可以把人类的精神史看作为恢复失去的王位而奋斗的历史。当然，人曾经拥有王位并非一个历史事实，而只是一个譬喻，其含义是：人的高贵的灵魂必须拥有配得上它的精神生活。 我不相信上帝，但我相信世上必定有神圣。如果没有神圣，就无法解释人的灵魂何以会有如此执拗的精神追求。用感觉、思维、情绪、意志之类的心理现象完全不能概括人的灵魂生活，它们显然属于不同的层次。灵魂是人的精神生活的真正所在地，在这里，每个人最内在深邃的“自我”直接面对永恒，追问有限生命的不朽意义。灵魂的追问总是具有形而上的性质，不管现代哲学家们如何试图证明形而上学问题的虚假性，也永远不能平息人类灵魂的这种形而上追问。 我们当然可以用不同的尺度来衡量历史的进步，例如物质财富的富裕，但精神圣洁肯定也是必不可少的一维。正如黑格尔所说：“一个没有形而上学的民族就像一座没有祭坛的神庙。”没有祭坛，也就是没有信仰，没有神圣的价值，没有敬畏之心，没有道德的约束，人生唯剩纵欲和消费，人与人之间只有利益的交易和争斗。它甚至不再是一座神庙，而成了一个吵吵闹闹的市场。事实上，不仅在比喻的意义上，而且按照字面的意思理解，在今日中国，这种沦落为乌烟瘴气的市场的所谓神庙，我们见得还少吗？ 在一个功利至上、精神贬值的社

会里，适应取代创造成了才能的标志，消费取代享受成了生活的目标。在许多人心目中，“理想”、“信仰”、“灵魂生活”都是过时的空洞词眼。可是，我始终相信，人的灵魂生活比外在的肉身生活和社会生活更为本质，每个人的人生质量首先取决于他的灵魂生活的质量。一个经常在阅读和沉思中与古今哲人文豪倾心交谈的人，和一个沉湎在歌厅、肥皂剧以及庸俗小报中的人，他们肯定生活在两个绝对不同的世界上。 人是一个被废黜的国王，被废黜的是人的灵魂。由于被废黜，精神有了一个多灾多难的命运。然而，不论怎样被废黜，精神终归有着高贵的王室血统。在任何时代，总会有一些人默记和继承着精神的这个高贵血统，并且为有朝一日恢复它的王位而努力着。我愿把他们恰如其分地称作“精神贵族”。“精神贵族”曾经是一个大批判词汇，可是真正的“精神贵族”何其稀少！尤其在一个精神遭到空前贬值的时代，倘若一个人仍然坚持做“精神贵族”，以精神的富有而坦然于物质的清贫，我相信他就必定不是为了虚荣，而是真正出于精神上的高贵和诚实。 1995.4 灵魂是一个游子 如果你吃了一顿美餐，你会感到快乐。是什么东西在快乐呢？当然，是你的身体。如果你读了一本好书，听了一支优美的乐曲，看到了一片美丽的风景，你也会感到快乐。是什么东西在快乐呢？显然不是身体了，你只好说，是你的心灵、灵魂感到了快乐。 你犯了胃痛，你摔了一跤，你被虫子蜇了一口，你的身体会受疼痛的折磨。可是，当你失恋了，你的亲人去世了，你想到了自己有一天会死，或者你遭到了不义的事情，是你的哪一部分在痛苦呢？当然，又是灵魂。 看起来，人有一个身体，又有一个灵魂，它们是很不同的东西。有些哲学家否认人有灵魂，他们把灵魂说成是肉体的一种功能。可是，如果没有灵魂，我们怎么解释上述种种精神性质的快乐和痛苦的根源呢？ 灵魂是看不见、摸不着的，它不像眼睛、耳朵、四肢、胃、心脏、大脑那样是人体的一个器官。但是，根据人有着不同于肉身生活的精神生活，我们可以相信它是存在的。其实，所谓灵魂，也就是承载我们的精神生活的一个内在空间罢了。人的肉身是很实际的，它要生存，为了生存便要求温饱，为了生存得更好还要到社会上去奋斗，去获取名利地位。人的灵魂就不那么实际了，它追求的是理想，是诸如真、善、美、信仰、思想、艺术之类的精神价值。我们把这种对理想和精神价值的追求称作精神生活。如果一个人只知道吃睡和赚钱，完全没有精神生活，我们就会嘲笑他没有灵魂，认为他与动物没有多大区别。 灵魂好像永远不会满足于现状，它总是在追求一种完美的境界。这种对理想境界的渴望从何而来？当我们看到美的形象，听到美的音乐，我们的灵魂为何会感动和陶醉？一颗未被污染的淳朴的灵魂似乎自然而然地就喜欢美善的东西，讨厌丑恶的东西，它是具备这样的特性的？古希腊最伟大的哲学家柏拉图对此提出了一种解释。他推测，灵魂必定曾经在一个理想的世界里生活过，见识过完美无缺的美和善，所以，当它投胎到肉体中以后，现实世界里的未必完善的美和善的东西会使它朦胧地回忆起那个理想世界，这既使它激动和快乐，又使它不满足而向往完善的美和善。他还由此得出进一步的结论：灵魂和肉体有着完全不同的来源，肉体会死亡，而灵魂是不朽的。他的这个解释受到了后世许多哲学家的批评，被指责为神秘主义。使我感到奇怪的是，人们怎么没有听出柏拉图是在讲一个寓言呢？他其实是想说，人的灵魂渴望向上，就像游子渴望回到故乡一样。灵魂的故乡在非常遥远的地方，只要生命不止，它就永远在思念，在渴望，永远走在回乡的途中。至于

## 《灵魂只能独行》

这故乡究竟在哪里，却是一个永恒的谜。我们只好用寓言的方式说，那是一个像天堂一样美好的地方。我们岂不是在同样的意义上说，灵魂是我们身上的神性，当我们享受灵魂的愉悦时，我们离动物最远而离神最近？

1996.10 人的高贵在于灵魂 法国思想家帕斯卡尔有一句名言：“人是一支有思想的芦苇。”，他的意思是说，人的生命像芦苇一样脆弱，宇宙间任何东西都能置人于死地。可是，即使如此，人依然比宇宙间任何东西高贵得多，因为人有一颗能思想的灵魂。我们当然不能也不该否认肉身生活的必要，但是，人的高贵却在于他有灵魂生活。作为肉身的人，人并无高低贵贱之分。唯有作为灵魂的人，由于内心世界的巨大差异，人才分出了高贵和平庸，乃至高贵和卑鄙。

两千多年前，罗马军队攻进了希腊的一座城市，他们发现一个老人正蹲在沙地上专心研究一个图形。他就是古代最著名的物理学家阿基米德。他很快便死在了罗马军人的剑下，当剑朝他劈来时，他只说了一句话：“不要踩坏我的圆！”在他看来，他画在地上的那个图形是比他的生命更加宝贵的。更早的时候，征服了欧亚大陆的亚历山大大帝视察希腊的另一座城市，遇到正躺在地上晒太阳的哲学家第欧根尼，便问他：“我能替你做些什么？”得到的回答是：“不要挡住我的阳光！”在他看来，面对他在阳光下的沉思，亚历山大大帝的赫赫战功显得无足轻重。这两则传为千古美谈的小故事表明了古希腊优秀人物对于灵魂生活的珍爱，他们爱思想胜于爱一切，包括自己的生命，把灵魂生活看得比任何外在的事物包括显赫的权势更加高贵。

珍惜内在的精神财富甚于外在的物质财富，这是古往今来一切贤哲的共同特点。英国作家王尔德到美国旅行，入境时，海关官员问他有什么东西要报关，他回答：“除了我的才华，什么也没有。”使他引以为自豪的是，他没有什么值钱的东西，但他拥有不能用钱来估量的艺术才华。正是这位骄傲的作家在他的一部作品中告诉我们：“世间再没有比人的灵魂更宝贵的东西，任何东西都不能跟它相比。”

其实，无须举这些名人的事例，我们不妨稍微留心观察周围的现象。我常常发现，在平庸的背景下，哪怕是一点不起眼的灵魂生活的迹象，也会闪放出一种很动人的光彩。

有一回，我乘车旅行。列车飞驰，车厢里闹哄哄的，旅客们在聊天、打牌、吃零食。一个少女躲在车厢的一角，全神贯注地读着一本书。她读得那么专心，还不时地往随身携带的一个小本子上记些什么，好像完全没有听见周围嘈杂的人声。望着她仿佛沐浴在一片光辉中的安静的侧影，我心中充满感动，想起了自己的少年时代。

# 《灵魂只能独行》

## 编辑推荐

即使两个相爱，他们的灵魂也无法同行。世间最动人的爱仅是一颗独行的灵魂与另一颗独行的灵魂之间的最深切的呼唤和应答。

## 《灵魂只能独行》

### 精彩短评

- 1、不错
- 2、每一个人的灵魂教育都只能是自我教育！
- 3、他对通俗文化不耻，却被学界排斥。他自认为平庸无奇，却在平实的文字里把哲学写的惊心动魄。看完这本书，想把其他三本都看看，可以搜集很多洞察和创意。
- 4、灵魂不孤
- 5、每次读它内心总能回归平静。读完心中感慨万千，世界上居然有个人思想和你如此接近……一切高贵的情感都羞于表白，一切深刻的体验都拙于言辞
- 6、对于喜欢的人来说，大概读到三分之一处就会生出“原来你也在这里”的感激，类似不期而遇的惊喜，对于不喜欢的人来说，也许会觉得作者全书絮絮叨叨，神游八方而不得要领。这是一本作者的散文集而非小说集，所以题材广泛而又发散，涉及哲学，人性，文学，医学诸多方面，基于篇幅所限，没有办法深入探讨，只能留待读者自行发掘回味，有点意犹未尽，但又未尝不是一种乐趣#Timing for philosophy#
- 7、又一男神，喜欢到不能再多
- 8、里面谈到的很多东西在此之前都或深或浅的思考过，如今再看时多少又有了些新的理解和体味。很喜欢里面生死论那一节，的确是在长久的惧怕死亡，纵使如何思考如何美化死亡这场盛典也仅是徒劳，恐惧依旧存于心。
- 9、哲学性思考！虽然我并不几道到底什么是哲学 书中有些文章的哲学味实在太浓了 读不进去 但大部分文章还是比较通俗易懂 在那个年代 能有对于灵魂 人性 生活 或者更深层次的东西（我并不知道是什么深层次的东西）有这样的思考和感悟 对于世人即使是一二十年后的我们都很有启发 还是感觉里面有些东西很深 以后还可以再读一遍
- 10、周国平先生的随笔第一次拜读 不得不说真的感触颇深 人与兽之间最大的区别就是有无信仰与灵魂 人应当有所禁忌 有所追求 否则就是一具行尸走肉的空壳 那便了无意义 思想永远比物质重要得多 行走在人生的道路上 多少人浑浑噩噩虚度光阴 多少人兢兢业业沉浸于思考之中 这就是差距 远比金钱的多少要明朗深远的多
- 11、我们在黑暗中并肩而行，走在各自的朝圣路上，无法知道是否在走向同一个圣地，因为我们无法向别人甚至向自己说清心中的圣地究竟是怎样的。然而，同样的朝圣热情使我们相信，也许存在着同一个圣地。作为有灵魂的存在物，人的伟大和悲壮尽在于此了。”
- 12、一开始觉得看不懂结果给我很大的震撼
- 13、深刻，关于人生态度的好书
- 14、零零碎碎的文字，虽有些内容有同样的感受，但整体觉得“无病呻吟”……
- 15、对哲人思想的二次分析，加入自己的理解。我并不能完全看懂，可是受益良多。
- 16、不懂的人自然不懂……
- 17、即使两人相爱，他们的灵魂也无法同行。世间最动人的爱仅是一颗独行的灵魂与另一颗独行的灵魂之间的最深切的呼唤和应答。
- 18、有一段时间，感觉孤独。这里面却给了我出口。
- 19、最近在看，诚然如一些评论说的一样，更像是一本读书笔记，但话题很契合自己一些独自思索而不得解答的问题，很有参考价值。重点是，有些句子读起来像是在对读者的劝解和安慰，很舒服，有一种与我心有戚戚焉的欣喜！虽然每个人在灵魂上都是孤独的，但在黑暗中即使是擦肩而过是一件幸事。
- 20、他的书需得心十分之静才读的下去，起初并不喜欢这种平淡如水的哲学性文字，遂丢在一边不愿再翻，后来偶然随手翻了一篇慢慢方觉精妙，许多文字醍醐灌顶，简直是孤独症患者良药。
- 21、还不错~
- 22、周国平的散文
- 23、灵魂只能独行
- 24、论点语言有些繁琐泛滥单调。只是偶尔能看到令人反思的只言片语。
- 25、保持信仰的人生，索取最少的人生，敢于独行的人生，写到了内心深处
- 26、难的不是避世修行，而是肩着人世间的重负依然走在朝圣路上。



## 《灵魂只能独行》

- 27、从哲学的角度来看，现在与二十年前没有什么区别。
- 28、除了物质生活，有更值得追求的精神信仰，世界越发丰富，信仰也趋向于多元化，重要的不在于信仰之形式，而在于信仰之真，拥有自己的内心世界。信仰在路上……
- 29、在微薄看了一段引用的
- 30、我是做不到像书中所说、但是灵魂只能独行这句话我很认同、文章许多观点也让我有所启发
- 31、孤独的灵魂是美丽的，丑陋属于为了逃避孤独而将就的人们。    身边有一个同样追求的人就已经很好，还能奢望些什么。
- 32、我不爱喝鸡汤的原因就是鸡汤只是鸡汤，没有鸡肉好吃。
- 33、嗯。
- 34、鸡汤味重，合书忘词
- 35、值得一读 周国平为孤独正名 阐述拥有灵魂的重要性
- 36、由此开始学习哲学吧，非常有趣。
- 37、很喜欢的一本书 醍醐灌顶
  
- 38、很一般的散文，果真很散
- 39、此书收获是让我简略了一下西方哲学。欣赏一些哲学家的简单哲学，书总体有点枯燥
- 40、精神生活的平庸化是我们的时代的一个明显的事实，这个事实是如此的明显、以至于一个人并不需要多么的敏锐的心灵就可以感受到了。其主要表现一、信仰生活的失落、人生缺乏一个精神目标，既无传统的支持，又无理想的引导。尤其可悲的是、人们甚至丧失了对信仰问题的起码认真态度。二、情感生活的缩减，畸形都市化堵塞了人与自然的交感，功利意识扩张导致人与人真情淡薄。情感体验失去个性和实质，蜕化为可模仿的雷同流行歌词和礼品卡语言。
- 41、没事的时候可以看看，一锅浓浓的鸡汤……感觉全本就一个主题，人活着需要灵魂在场……
- 42、纸质稍微差点、、、、
- 43、收录文章大多是一些散乱的札记和各种书的序言，也有完整的论述，却失之肤浅概括，拾人牙慧。读下来有价值的不多，时间都浪费在翻页甄选上了。
- 44、很静
- 45、有时候，需要停下来，思考一下。
- 46、周国平真心写的不错像是豪华升级版余秋雨
- 47、都还是好文章，就是兑水的严重。
- 48、哲学的启蒙老师
- 49、孤独的人何其相似，快乐的人各有各的快乐。
- 50、这么大个人。在谈论哲学的时候还像是在无病呻吟。不断的标榜自己的清高雅兴。不断的否认自己的偏见和愚蠢。严重不推荐不推荐。
- 51、哲理性，有点晦涩
- 52、上次读周国平的《守望的距离》。就觉得他写的文章偏向哲学，于灵魂于人生这类问题，可以在他的书里找到很多话语权。
- 53、自足即是智慧
- 54、很好的书 启迪心灵
- 55、彷徨在灵魂寻觅的路上，一个人。会有荆棘遍野，会有利欲熏心。花花世界，何其诱人。几乎就要跌入拥挤的人潮，却又艰难地爬出来。没有什么伟大的缘由，不过是对精神世界的渴望和人的尊严的坚守。
- 56、去年暑假看的书，启蒙了我开始看西哲，再回过去看看也有很多新收获
- 57、丰富的安静
- 58、哲学的边边吧

# 《灵魂只能独行》

精彩书评

## 章节试读

### 1、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

1, 罗素崇尚科学,但并不迷信科学、爱与科学,爱是第一位的。科学离开爱的目标,便只会使人盲目追求物质财富的增殖。罗素说,在现代世界中,爱的最危险的敌人是工作即美德的信念,急于在工作和财产上取得成功的念欲。这种过分膨胀的‘事业心’耗尽了人的活动力量,使现代城市居民的娱乐方式趋于消极的和团体的。

2, 生活在今日的世界上,心灵的安静不易得。这个世界既充满着几乎也充满着压力。机会诱惑人去尝试,压力逼迫人去奋斗,都使人静不下心来。我不主张年轻人拒绝任何机会,逃避一切压力,以闭关自守的姿态面对世界,年轻的心灵本不该静如止水,波澜不起。世界是属于年轻人的,趁着年轻到广阔的世界上去闯荡一番,原是人生必要的经历。所须防止的只是,把自己完全交给了机会和压力去支配,在世界上风风火火或浑浑噩噩,迷失了回家的路途。

3, 如果说第一人称是做自己,第三人称是做自己的旁观者,那么,第二人称就是做自己的朋友。

4, 不管你在名利场和情场上多么春风得意,如果你做人失败了,你的人生就再总体上失败了。最重要的不是在世人心目中占据什么位置,和谁一起过日子,而是你自己究竟是一个什么样的人。

5, 与只知做梦的人比,从来不做梦的人是更像白痴的。

6, 如果整个人类只梦见黄金而从不梦见天堂,则即使梦想成真,也只是生活在铺满金子的地狱而已。

7, 世上从来不缺少热闹,因为一旦缺少,便必定会有不甘心的人去把它制造出来。

8, 也许,每一个人在生命中的某个阶段是需要某种热闹的。那时候,饱涨的生命力需要向外奔突,去为自己寻找一条河道,确定一个流向。但是,一个人不能永远停留在这个阶段。托尔斯泰如此自述:“随着年龄增长,我的生命越来越精神化了。”

### 2、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

有的人相信神圣有的人不相信,人由此而分出了高尚和卑鄙.当一个民族普遍丧失对神圣价值的信念时,这种人便可能相当多地滋生出来,成为触目惊心的颓败征兆.

### 3、《灵魂只能独行》的笔记-第8页

有着纯正追求的青春岁月的确是人生最美好的岁月

### 4、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

灵魂只能独行

周国平

2012-12-05 21:04:08

怎么判断一个人究竟有没有他的“自我”呢?我可以提出一个检验的方法,就是看他能不能独处。

2012-12-05 21:06:25

他们的日子表面上过得十分热闹,实际上他们的内心极其空虚。他们所做的一切都是为了想方设法避免面对面看见自己。对此我只能有一个解释,就是连他们自己也感觉到了自己的贫乏,和这样贫乏的自己呆在一起是顶没有意思的,再无聊的消遣也比这有趣得多。

2012-12-05 21:19:04

人生最好的境界是丰富的安静。安静,是因为摆脱了外界虚名浮利的诱惑。丰富,是因为拥有了内在精神世界的宝藏。

2012-12-05 21:22:35

这唯一的一个人人生是我们的全部所有,失去它我们便失去了一切,我们岂能不爱它,不执著于它呢?

## 《灵魂只能独行》

2012-12-05 21:23:34

既然只有一个人人生，世人心目中值得向往的东西，无论成功还是幸福，今生得不到，就永无得到的希望了，何不以紧迫的心情和执著的努力，把这一切追求到手再说？

2012-12-06 08:07:12

从容赴死决非心甘情愿接受寂灭，而是不得已退求其次，注意力放在尊严、荣誉等仍属尘世目标上的结果。

2012-12-07 00:05:15

没有死，就没有爱和激情，没有冒险和悲剧，没有欢乐和痛苦，没有生命的魅力。总之，没有死，就没有了生的意义。

2012-12-07 08:22:50

一个人只要认真思考过死亡，不管是否获得使自己满意的结果，他都好像是把人生的边界勘察了一番，看到了人生的全景和限度。如此他就会形成一种豁达的胸怀，在沉浮人世的同时也能跳出来加以审视。他固然仍有自己的追求，但不会把成功和失败看得太重要。他清楚一切幸福和苦难的相对性质，因而快乐时不会忘形，痛苦时也不致失态。

2012-12-07 08:30:09

当一个人能够直接阅读上帝的时候，那时间太宝贵了，不能够浪费在别人阅读后的抄本上。”只要自己有旺盛的创作欲，无暇读别人写的书也许是一种幸运呢

2012-12-07 08:34:51

一切高贵的情感都羞于表白，一切深刻的体验都拙于言辞

2012-12-07 23:49:32

若从人生过程看，一个人只要痛快淋漓地生活过，不管善不善终，都称得上幸福了。对于一个洋溢着生命热情的人来说，幸福就在于最大限度地穷尽人生的各种可能性，其中也包括困境和逆境。极而言之，乐极生悲不足悲，最可悲的是从来不曾乐过，一辈子稳稳当当，也平平淡淡，那才是白活了一场。

。

2012-12-07 23:51:28

有癖之人，哪怕有的是怪癖恶癖，终归还保留着一种自己的真兴趣真热情，比起那班名利俗物来更是一个活人。当然，所谓癖是真正着迷，全心全意，死活不顾

2012-12-07 23:54:26

依中郎之见，如何才算了悟生死呢？说来也简单，就是要正视生之必死的事实，放下不死的幻想。他比较赞赏孔子的话：“朝闻道，夕死可矣。”一个人只要明白了人生的道理，好好地活过一场，也就死而无憾了。既然死是必然的，何时死，缘何死，便完全不必在意。

2012-12-08 00:20:48

天真的潘多拉听不懂男人们的争论，她兀自想道：男人真讨厌，他们对于我的空盒子说了这么多深奥的话，竟没有人想到去买些首饰和化妆品来把它充实

2012-12-08 11:44:56

要而言之，真正的享受必是有心灵参与的，其中必定包含了所谓“灵魂的愉悦和升华”的因素。否则，花钱再多，也只能叫做消费

2012-12-08 11:46:56

许多东西，仅当我们没有它们也能对付时，我们才发现它们原来是多么不必要的东西。我们过去一直使用着它们，这并不是因为我们需要它们，而是因为我们拥有它们

2012-12-08 11:50:01

凡此种种，都已经超出生理满足的范围了，但称它们为精神享受未免肉麻，它们至多只是一种心理满足罢了

2012-12-08 11:52:54

我相信物质上的简朴乃是精神上的自由的一个必要条件

2012-12-08 12:04:02

闲暇之可贵，就在于我们在其中可以真正做自己的主人，展现自己的个性。时尚不过是流行的趣味罢了，其实是最没有个性的。

2012-12-08 12:08:49

## 《灵魂只能独行》

这个世道和别的世道没有本质的不同，不过是一个俗世罢了。时代变迁，俗的表现形式相异，或官或商，无精神性则为一。

2012-12-08 12:13:24

真正精神性的东西是完全独立于时代的，它的根子要深邃得多，植根于人类与大地的某种永恒关系之中。

2012-12-08 12:36:39

人生的智慧就在于自觉限制对于外物的需要，过一种简朴的生活，以便不为物役，保持精神的自由

2012-12-08 12:53:17

哲学的追问是宗教性的，它寻求解决的方法却是科学性的。

2012-12-08 12:57:52

对于已经不相信宗教但仍然需要信仰的现代人来说，哲学是唯一的避难所，其意义在于鼓励人们寻找非宗教的信仰。

### 5、《灵魂只能独行》的笔记-第5页

每个人都在过着两种日子，精神上的日子和物质上的日子。两种日子是光与影，相辅相成相得益彰。

我不知道我到底更注重什么样的生活，但是我知道人无论是脱离了精神和灵魂的哪一种，都会变得残缺。并且，很奇妙，物质上富裕的人不一定精神上也富裕，而精神生活丰富的人也不得不为午餐而担心，这就是上帝所创造的规则，我们必须平衡好两种日子，才能更好的生活下去。但是往往很多人无法找到这个平衡点，过于极端。

我觉得我是一个追求物质多于精神的人，因为我无论内心多么困苦寂寞，我也不会少吃一顿饭，也不会哭哭哭一整夜。而我的灵魂，一直在追逐一种我也不理解的东西。身边的朋友说我是一个自由的人，或者说我是一个追寻自由的人。其实是看到我经常率性而为，想到什么就去做，不计后果不求回报地去做。就比如我在贴吧给别人发短信，已经发了一年多了，我还是会坚持下去，因为这样我可以只花费一点点东西，就获得更多的精神上的一种满足。陌生人与陌生人之间的承诺让我觉得很治愈，让我相信这个世界上还是有很多的孩子，愿意相信别人，愿意在陌生人面前剖析自己的心。并且我也通过这个小活动认识了很多很棒的朋友，我觉得这样很好。

书里说到：有着纯正追求的青春岁月是最美好的岁月

庆幸自己正处在这种年纪，不得不想到聂老师说的，尽你们的努力去作，去疯，去喜欢，去热爱，去坚持，去做一切你认为正确的事，去真的让自己明白那些道理。

是的，我还年轻，我还可以做梦。

真好。

### 6、《灵魂只能独行》的笔记-第9页

人们常常说，人与人之间，尤其是相爱的人之间，应该相互了解和理解，最好做到彼此透明，心心相印。史怀泽却在《我的青少年时代》中说，这是不可能的，即使可能，任何人也无权对别人提出这种要求。“不仅存在着肉体上的羞耻，而且还存在着精神上的羞耻，我们应该尊重它。心灵也有外衣，我们不应该脱掉它。”……相爱的人们也只是“在黑暗中并肩行走”，所能做到的仅是各自努力追求心中的光明，并互相感受到这种努力，互相鼓励，而“不需要注视别人的脸和探视别人的心灵”。

无论是在亲情、友情还是爱情中，都不要强求理解和别理解，毕竟我们的目的地不是对方的心灵。

### 7、《灵魂只能独行》的笔记-第1页



# 《灵魂只能独行》

开始啦

## 8、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

记号

## 9、《灵魂只能独行》的笔记-第9页

心灵也有其外衣，我们不应脱掉它。如同对于上帝的神秘一样，对于他人灵魂的神秘，我们同样不能像看一本属于自己的书那样去阅读和认识，而只能给予爱和信任。每个人对于别人来说都是一个秘密，我们应该顺应这个事实。相爱的人们也只是“在黑暗中并肩行走”，所能做到的仅是各自努力追求心中的光明，并互相感受到这种努力，互相鼓励，而“不需要注视别人的脸和探视别人的心灵”。

## 10、《灵魂只能独行》的笔记-第7页

相信神圣的人有所敬畏。在他心目中，总有一些东西属于做人的根本，是亵渎不得的。他并不是害怕受到惩罚，而是不肯丧失基本的人格。不论他对人生怎样充满着欲求，他始终明白，一旦人格扫地，他在自己面前竟也失去了做人的自信和尊严，那么，一切欲求的满足都不能挽救他的人生的彻底失败。

## 11、《灵魂只能独行》的笔记-第2页

灵魂只能独行。

人要能够看到限制，前提是和这限制拉开一个距离。坐井观天，就永远不会知道天之大小和井之小。人的根本限制就在于不得不有一个肉身凡胎，它被欲望所支配，受有限的智力所指引和蒙蔽，为生存而受苦。

有着纯正追求的青春岁月的确是人生最美好的岁月

离群索居者不是野兽，便是神灵

众所周知，小环境里往往充满短兵相接的琐屑的利益之争，而你因为你的成功便仿佛站在了天地比较开阔的高处，可以俯视从而以此方式摆脱这类渺小的斗争

把死譬作无梦的睡眠，这是一种常见的说法。然而，两者的不同是一目了然的。酣睡的痛快，恰恰在于醒来时感到精神饱满，如果长眠不醒，还有什么痛快可言？

崔健的歌唱道：“不是我不明白，这世界变化快。”

## 12、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

读了30+%了始终有种迷茫。作者一直在比较有灵魂的人和无灵魂的人的差异，但从来没见过何为“有灵魂”之人。有灵魂的人会时刻了解内心的渴望；会淡泊于功名利禄中；会给自己留出闲暇，来享受生活，来过所谓的灵魂生活...但无灵魂的人又何尝不能呢？没人会认为自己是没灵魂的，没人能确定别人是有灵魂的，灵魂的世界是唯心的。那有无灵魂的区别又在哪里？

想了很久，给了自己一个暂时满意的答案——如果一个人的神性强到一定程度，那么我们就说他是有灵魂的。这定义也很模糊，但我已经满意了。

## 13、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

有明确的宗教信仰并不证明有勇气，相反，有精神追求的勇气却证明了有信仰。

## 《灵魂只能独行》

一是非存在威胁人在本体上的存在，表现为对死亡和命运的焦虑。此焦虑在古代末期占上风。二是非存在威胁人的道德上的存在，表现为对谴责和罪过的焦虑。此种焦虑在中世纪末期占上风。三是非存在威胁人在精神上的存在，表现为对无意义和空虚的焦虑。

如果说焦虑是自我面对非存在威胁时的状态，那么，存在的勇气就是自我不顾非存在的威胁而仍然肯定自己的存在。

人的根本限制就在于不得不有一个肉身凡胎，它被欲望所支配，受有限的智力所指引和蒙蔽，为生存而受苦。可是，如果我们总是坐在肉身泛泰这口井里，我们也就不可能看明白它是一个根本限制。所以，智慧就好像某种分身术，要把一个精神性的自我从这个肉身的自我中分离出来，让它站在高出和远处，以便看清楚这个尘世挣扎的自己所处的位置和可能的出路

### 14、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

人是一个被废黜的国王，被废黜的是人的灵魂。由于被废黜，精神有了一个多灾多难的命运。然而，不论怎样被废黜，精神终归有着高贵的王族血统。在任何时代，总会有一些人默记和承载着精神的这个高贵血统，并且为有朝一日恢复它的王位而努力着。我愿把他们恰如其分地称作“精神贵族”。

### 15、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

写的好啊。。。每句都好

### 16、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

当我们灵魂中独特的一面与我们所从事的工作相融合时，我们发现本性与勤奋结出的是甜蜜的果实，它可以医好一切创伤。

许多时候，我们的内在眼睛是关闭着的。于是，我们看见利益，却看不见真理，看见万物，却看不见美，看见世界，却看不见上帝，我们的日子是满的，生命却是空的，头脑是满的，心却是空的。

如果一个人有自己的心灵追求，又在世界上闯荡了一番，有了相当的人生阅历，那么，他就会逐渐认识到自己在这个世界上的位置。世界无限广阔，诱惑永无止境，然而，属于每一个人的现实可能性终究是有限的。你不妨对一切可能性保持着开放的心态，因为那是人生魅力的源泉，但同时你也要早一些在世界之海上抛下自己的锚，找到最适合自己的领域。一个人不论伟大还是平凡，只要他顺应自己的天性，找到了自己真正喜欢做的事，并且一心把自己喜欢做的事做得尽善尽美，他在这世界上就有了牢不可破的家园。于是，他不但会有足够的勇气去承受外界的压力，而且会有足够的清醒来面对形形色色的机会的诱惑。我们当然没有理由怀疑，这样的一个人必能获得生活的充实和心灵的宁静。

一切交往的质量都取决于交往者本身的质量。唯有在两个灵魂充实丰富的人之间，才可能有真正动人的爱情和友谊。我敢担保历史上和现实生活中找不出一个例子，能够驳倒我的这个论断，证明某一个浅薄之辈竟也会有此种美好的经历。

把自己的生活当作正文，把书籍当作注解；听别人发言是为了使自己能说话；以一颗活跃的灵魂，为获得灵感而读书。 ) 爱默生

## 《灵魂只能独行》

我到过欧洲的一些城市，例如世界大都会巴黎，那里在更新城市建筑的同时，把维护城市的历史风貌看得比一切都重要，几近于神圣不可侵犯。一个城市的建筑风格和民俗风情体现了这个城市的个性，它们源于这个城市的特殊的历史和文化传统。消灭了一个城市的个性，差不多就等于是消灭了这个城市的记忆。这样的城市无论多么繁华，对于它的客人都丧失了学习和欣赏的价值，对于它的主人也丧失了家的意义。

金钱能带来物质享受，但算不上最高的物质幸福。最高的物质幸福是什么？我赞成一位先哲的见解：对人类社会来说，是和平；对个人来说，是健康。所以，我在物质上的最高奢望就是，在一个和平的世界上，有一个健康的身体，过一种小康的日子。

### 17、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

一个人可以不信神，但不可以不相信神圣。是否相信上帝、佛、真主或者别的什么主宰宇宙的神秘力量，往往取决于个人所隶属的民族传统、文化背景和个人特殊经历，甚至取决于个人的某种神秘体验，这是勉强不得的。一个没有这些宗教信仰的人，荏苒可能是一个善良的人。然而，倘若不相信人世间有任何神圣价值，百无禁忌，为所欲为，这样的人就与禽兽无异了。

相信神圣的人有所敬畏。在他心目中总有一些东西属于做人的根本，是亵渎不得的。

### 18、《灵魂只能独行》的笔记-第10页

在最内在的精神生活中，

我们每个人都是孤独的，

爱并不能消除这种孤独。

但正因为由己及人地领悟到了别人的孤独，

我们内心才会对别人充满最诚挚的爱。

我们在黑暗中并肩而行，走在各自朝圣的路上，

无法知道是否在走向同一个圣地，

因为我们无法向别人甚至向我们自己说清心中的圣地究竟是怎样的。

然而，同样的朝圣热情使我们相信，

也许存在着同一个圣地。

作为有灵魂的存在物，

人的伟大和悲壮尽在于此了。

### 19、《灵魂只能独行》的笔记-第6页

在这个世界上，有的人信神，有的人不信，由此而区分为有神论者和无神论者，宗教徒和俗人。不过，这个区分并非很重要。还有一个比这重要得多的区分，便是有的人相信神圣，有的人不相信，



## 《灵魂只能独行》

人由此而分出了高尚和卑鄙。

### 20、《灵魂只能独行》的笔记-第9页

在一个关注灵魂的人眼中,一丘一豁,一草一木,都有着自己的生命与故事。

### 21、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

我们不妨眷恋生命,执着人生,但同时也要像蒙恬说的那样,收拾好行装,随时准备和人生告别。入世再深,也不忘它的限度。这样一种执著有悲观垫底,就不会走向贪婪。有悲观垫底的执著,实际上是一种超脱。特洛伊最勇敢的英雄赫克托耳这样动员他的部下:“如果避而不战就能永生不死,那么我也不愿冲锋在前了。但是,既然迟早要死,我们为何不拼死一战,反把荣誉让给别人。”我不再劝说自己接受死,而是努力使自己相信某种不朽。正是为了自救和救世,不肯接受死亡的灵魂走向了宗教和艺术。一个人只要认真思考过死亡,不管是否获得使自己满意的结果,他都好像是把人生的边界勘察了一番,看到了人生的全景和限度。如此他就会形成一种豁达的胸怀,在沉浮人世的同时也能跳出来加以审视。他固然仍有自己的追求,但不会把成功和失败看的太重要他清楚一切幸福和苦难的相对性质,因而快乐时不会忘形,痛苦时也不致失态。人必须有人格上得独立自主。你诚然不能脱离社会和他人生活,但你不能一味攀援在社会建筑物和他人身上。为爱牺牲一切,服从你的心;

朋友,亲戚,时日,名誉,财产,  
计划,信用与灵感,什么都能放弃。

为爱离弃一切;然而,你听我说:.....

你须要保留今天,明天,你整个的未来,

让他们绝对自由,不要被你的爱人占领。

如果你心爱的姑娘另有所欢,你还她自由。

你应当知道 半人半神走了,

神就来了。“天下有大败兴事三,而破国亡家不与焉。山水朋友不相凑,一败兴也。朋友忙,相聚不久,二败兴也。游非及时,或花落山枯,三败兴也。”对于一个洋溢着生命热情的人来说,幸福就在于最大限度地穷尽人生的各种可能性,其中也包括困境和逆境。极而言之,乐极生悲不足悲,最可悲的是从来不曾乐过,一辈子稳稳当当,也平平淡淡,那才是白活了一场。上帝答道:“最不幸的人不止一个,你们全是,因为你们全都自以为所失最多。谁受这个念头折磨,谁的确就是最不幸的人。”他非常感谢女性在幼儿教育方面的贡献,认为这是她们给予文明的厚礼,证明了她们才是记录和传递文化基础的功臣。由于女性对儿童的天然喜爱和理解,她们是更善于开启年幼的头脑的。他还看到,女性虽然容易为生活中的小事和事物的外表烦恼,但是面对极其重大的事情却十分沉着。形象的说,女性的头脑只是外部多变,其中枢却相当稳定。相比之下,男性的那个深处中枢始终是不成熟的,需要不断地重新定向。因此,托马斯相信,在涉及人类命运的大事上,女性是更值得信任的。

### 22、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

在最内在的精神生活中,我们每个人都是孤独的,爱并不能消除这种孤独,但正因为由己及人地领悟到了别人的孤独,我们内心才会对别人充满最诚挚的爱。我们在黑暗中并肩而行,走在各自的朝圣路上,无法知道是否在走向同一个圣地,因为我们无法向别人甚至向自己说清心中的圣地究竟是怎样的。然而,同样的朝圣热情使我们相信,也许存在着同一个圣地。

### 23、《灵魂只能独行》的笔记-第8页

据我观察,人在年轻时多半是富于理想的,随着年龄增长就容易变得越来越实际。由于生存斗争的压力和物质利益的诱惑,大家都把眼光和精力投向外部世界,不再关注自己的内心世界。其结果是灵魂日益萎缩和空虚,只剩下了一个在世界忙碌不止的躯体。

## 《灵魂只能独行》

### 24、《灵魂只能独行》的笔记-第10页

应该承认，现代人是孤独的。但是，由于灵魂的缺席，这种孤独就成了单纯的惩罚。相反，对于珍惜灵魂生活的人来说，如同默顿所说，孤独却应该是“生活的必需品”。

### 25、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

人在年轻时多半是富于理想的，随着年龄增长就容易变得越来越实际。由于生存斗争的压力和物质利益的诱惑，大家都把眼光和精力投向外部世界，不再关注自己的内心世界。其结果是灵魂日益萎缩和空虚，只剩下一个在世界上忙碌不止的躯体。对于一个人来说，没有比这更可悲的事情了。

有着纯正追求的青春岁月的确是人生最美好的岁月。

我并不是提倡苦行僧哲学。问题在于，如果一个人太看重物质享受，就必然要付出精神上的代价。人的肉体需要是很有限的，无非是温饱，超于此的便是奢侈，而人要奢侈起来却是没有尽头的。温饱是自然的需要，奢侈的欲望则是不断膨胀的市场刺激起来的。

好的书籍是朋友，但也仅仅是朋友。与好友会晤是快事，但必须自己有话可说，才能真正快乐。一个愚钝的人，再智慧的朋友对他也是毫无用处的，他坐在一群才华横溢的朋友之间，不过是一具木偶，一个讽刺，一种折磨。每人都是一个神，然后才有奥林匹斯神界的欢聚。

一切高尚的情感都羞于表白，一切深刻的体验都拙于言辞。大悲者会以笑谑嘲弄命运，以欢容掩饰哀伤。丑角也许比英雄更知人生的辛酸。

与此相类似，最高的严肃往往貌似玩世不恭。

真正严肃思考过人生的人知道生命和理性的限度，他能自嘲，肯宽容，愿意用一个玩笑替受窘的对手解围，给正经的论敌一个教训。

世人常把善终视作幸福的标志，其实经不起推敲。若从人生终结看，善不善终都是死，都无幸福可言。若从人生过程看，一个人只要痛快淋漓地生活过，不管善不善终，都称得上幸福了。对于一个洋溢着生命热情的人来说，幸福就在于最大限度地穷尽人生的各种可能性，其中也包括困境和逆境。极而言之，乐极生悲不足悲，最可悲的是从来不曾乐过，一辈子稳稳当当，也平平淡淡，那才是白活了一场。

### 26、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

人生不如意十之八九，有时需要不得不放开，那就勇敢的生活吧！

### 27、《灵魂只能独行》的笔记-第3页

01.帕斯卡尔说：人是一个被废黜的国王，否则就不会因为自己失了王位而悲哀了。所以，人的悲哀也可证明人的伟大。借用帕斯卡尔的这个说法，我们可以把人类的精神史看作为恢复失去的王位而奋斗的历史。人曾经拥有王位并非一个历史事实，而只是一个譬喻，其含义是：人的高贵灵魂必须拥有配得上它的精神生活。

02.如果没有神圣，就无法解释人的灵魂何以会有如此执拗的精神追求。用感觉、思维、情绪、意志之类的心理现象完全不能概括人的灵魂生活，它们显然属于不同的层次。灵魂是人的精神生活的真正所在地，在这里，每个人最内在深邃的：“自我”直接面对永恒，追问有限生命的不朽意义。灵魂的追问总是具有形而上的性质。

03.在一个功利至上、精神贬值的社會里，消费取代享受成了生活的目标。在许多人心目中，理想、信仰、灵魂生活都是过时的空洞词眼。可是，我始终相信，人的灵魂生活比外在的肉身生活和社会生活更为本质，每个人的人生质量首先取决于他的灵魂生活的质量。

04.一个经常在阅读和沉思中与古今哲人文豪倾心交谈的人，和一个沉湎在歌厅、肥皂剧以及庸俗小报

## 《灵魂只能独行》

中的人，他们肯定生活在两个绝对不同的世界上。

05.人是一个被废黜的国王，被废黜的是人的灵魂。由于被废黜，精神有了一个多灾多难的命运。然而，不论怎样被废黜，精神终归有着高贵的王室血统。在任何时代，总会有一些人默记和继承着精神的这个高贵血统，并且为有朝一日恢复它的王位而努力着。我愿把他们恰如其分地称作“精神贵族”。“精神贵族”曾经是一个大批判词汇，可是真正的“精神贵族”何其稀少！尤其在一个精神遭到空前贬值的时代，倘若一个人仍然坚持做“精神贵族”，以精神的富有而坦然于物质的清贫，我相信他就必定不是为了虚荣，而是真正出于精神上的高贵和诚实。

### 28、《灵魂只能独行》的笔记-第10页

“在最内在的精神生活中，我们每个人都是孤独的，爱并不能消除这种孤独，但正因为由己及人地领悟到了别人的孤独，我们内心才会对别人充满诚挚的爱。我们在黑暗中并肩而行，走在各自的朝圣路上，走在各自的朝圣路上，无法知道是否在走向同一个圣地，因为我们无法向别人甚至向自己说清心中的圣地究竟是怎样的。然而，同样的朝圣热情使我们相信，也许存在着同一个圣地。作为有灵魂的存在物，人的伟大和悲壮尽在于此了。”

### 29、《灵魂只能独行》的笔记-第10页

在最内在的精神生活中，我们每个人都是孤独的，爱并不能消除这种孤独，但正因为由己及人地领悟到了别人的孤独，我们内心才会对别人充满最诚挚的爱。我们在黑暗中并肩而行，走在各自的朝圣路上，无法知道是否在走向同一个圣地，因为我们无法向别人甚至自己说清心中的圣地究竟是怎样的。然而，同样的朝圣热情使我们相信，也许存在着同一个圣地。作为灵魂的存在物，人的伟大和悲壮尽在于此了。

### 30、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

人的高贵的灵魂必须拥有配得上它的精神生活。  
我不相信上帝，但我相信世上必定有神圣。如果没有神圣，就无法解释人的灵魂何以会有如此执拗的精神追求。  
灵魂是人的精神生活的真正所在地。  
灵魂的追问总是具有形而上的性质。

### 31、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

“我们在黑暗中并肩而行，走在各自的朝圣路上，无法知道是否在走向同一个圣地，因为我们无法向别人甚至向自己说清心中的圣地究竟是怎样的。然而，同样的朝圣热情使我们相信，也许存在着同一个圣地。作为有灵魂的存在物，人的伟大和悲壮尽在于此了。”

### 32、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

帕斯卡尔说：人是一个被废黜的国王，费泽就不会因自己失了王位而悲哀了。所以，从人的悲哀也可证明人的伟大。借用帕斯卡尔的这个说法，我们可以把人类的精神史看作为恢复失去的王位而奋斗的历史。当然，人曾经拥有王位并非一个历史事实，而只是一个譬喻，其含义是：人的高贵的灵魂必须拥有配得上它的精神生活。

### 33、《灵魂只能独行》的笔记-第2页

如果一定要论成败，一个伟大的失败者岂不比一个渺小的成功者更有权被视为成功者。

## 34、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

1.脱丝唾液夫司机说的那句话，( " ii " ); ( " " " );，感觉上被误读了。。或者说是代入感极强的演绎了吧。。还是莫非，事实上苦难不分攻击力D-和A+的..."我只担心一件事，就是怕我配不上我所受的苦难。"

司机在进焚尸炉前从奥斯维辛逃脱。铁生\*史是对人所不能者的限制坦然又谦卑。???豆娘出现这话的频率也蛮高啊，又有点困惑苦难是怎么定义的.....招不到基友的苦难麽.....

(原谅我的kuso吧....)

2.进化论无法解释灵魂起源只能说明肉体与理智，宇宙精神论成了唯一选择，没办法证实，也没法证伪。那么shaman king里所说的，看星星能指引人的命运。关于宇宙精神的敬畏是建立在此之上的吧。"o((&gt; &lt;))o"，真的很容易联想起超越灵魂，依凭合体，无无明亦无，又跑题了sorry。。。一直没办法肯定自己有没有信仰，可若把信仰解释为灵魂的一种状态而非头脑里的观念那就很明朗了。灵魂状态。喜欢的灵魂状态，没法具体描述，可是我知道那是什么样的。

3.不会利万物，但是要争，人类里大概没有上善吧。大概。会被情绪左右的行为跟语言，理智没法克制的极限。因为我没兴趣未雨绸缪步步精心设计什么对谁怎样，或是对离散挂心介怀到一定要失而复得坦诚相对透彻理解抑或求必得。倘若日后无意伤害他人，不会再为此沉重到摆脱不了。

## 35、《灵魂只能独行》的笔记-第10页

在最内在的精神生活中，我们每个人都是孤独的，爱并不能消除这种孤独，但正因为由己及人地领悟到了别人的孤独，我们内心才会对别人充满最诚挚的爱。这让我想到了那个关于天堂和地狱差别的故事。都有一锅满满的美味的粥，每个人都有一把长长的勺子，地狱的人只会自己享受，而始终因为勺子太长吃不到。天堂的人们相互喂对方，每个人都很幸福。我想，这粥就是世间的美丽，每个人都想去品味，但上天又注定了人的孤独。而爱就是将这美丽盛给对方的那把长长的勺子。一个人的爱是无从谈起的。

## 36、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

1、摘：心灵有其外衣，我们不能脱掉它。相爱的人们也只能在黑暗在中并肩行走。所能做的是各自努力寻求心中的光明，并相互感受到这种努力。我们不需要注视别人的脸和探视别人的心灵。

2、当我们要求相爱的人理解自己，如果我们想想自己理解自己就是何其难，那么就不应该有这些要求了。

3、我们的本质是孤独的，正因为这一点，才会由己及人的对别人充满诚挚的爱。

4、焦虑的几种：一种是死亡的，一种是道德的，一种是空虚的。

5、任一种信仰不以困境为前提，那它的资格是有问题的。

6、当追寻意义不得时就会空虚。

7、当缺乏独处的能力，但可能是虚假的自我。

8、中年危机就是缺少内心的整合。

9、西方老年人的静坐和远离，为死亡做好准备。而中国的老年人喜欢热闹。

10、人人就有个广义的宗教体验，就是对寂寞的体验。

11、最美的爱是两个孤独灵魂之间最深切的交流和关怀，最深切的呼唤和应答。

12、儒家的入世、道家的玩世、佛家的出世。

13、



## 37、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

### 第一篇 被废除的国王

摘句：

人的高贵的灵魂必须拥有配得上它的精神生活。

我不相信上帝，但我相信世上必定有神圣。如果没有神圣，就无法解释人的灵魂何以会有如此执拗的精神追求。

灵魂是人的精神生活的真正所在地。

灵魂的追问总是具有形而上的性质。

---

形而上：《易经》”形而上者谓之道，形而下者谓之器。“

形而上指较抽象的规律。指思维的和宏观的范畴。是Metaphysical的中文翻译：不存在于时间空间的现象，自身即是超自然地存在，以理性的思维，或是与生俱来的第六感才能感受到的究极之物。由日本人（明治时期）井上哲次郎翻译而来。

西方的哲学流派形而上学研究超越感谢经验。超越具体事物的抽象原则。其核心问题是研究“存在”“本体”等。马克思主义哲学里，形而上学是指一种对世界的孤立的，片面的，静止的看法，和辩证法相对立的。

按这个解释看，难怪马克思要批判形而上学了。

<http://baike.baidu.com/view/28835.htm>

## 38、《灵魂只能独行》的笔记-第10页

读了10页，我完全不知道该记些什么笔记。都是对灵魂的探讨，最本质的论证。字字珠玑，我也只能用灵魂去感受。

## 39、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

"外面世界越来越喧闹，而我的世界越来越宁静了。"本书更似作者的读书笔记和内心分享，其中的深刻话语引人深思，同时不乏如沐春风的华彩。

## 40、《灵魂只能独行》的笔记-第5页

古希腊最伟大的哲学家柏拉图对此提出了一种解释。他推测，灵魂必定曾经在一个理想的世界里生活过，见识过完美无缺的美和善，所以，当它投胎到肉体中以后，现实世界里的未必完善的美和善的东西会是他朦胧地回忆起那个理想世界，这既使它激动和快乐，又使它不满足而向往完善的美和善。

## 41、《灵魂只能独行》的笔记-第6页

生活的质量取决于灵魂是否在场。

## 42、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

一个人可以不信神，但是不可以不相信神圣。我对此深信不疑：不相信神圣的人，必被世上一切

## 《灵魂只能独行》

神圣的事物所抛弃。如同对于上帝的神秘一样，对于他人灵魂的神秘，我们同样不能像看一本属于自己的书那样去阅读和认识，而只能给予爱和信任。每个人对于别人来说都是一个秘密，我们应该顺应这个事实。相爱的人们也只是“在黑暗中并肩行走”，所能做到的仅是各自努力追求心中的光明，并互相感受到这种努力，互相鼓励，而“不需要注视别人的脸和探视别人的心灵”。&lt;原文开始&gt;在最内在的精神生活中，我们每个人都是孤独的，爱并不能消除这种孤独，但正因为由己及人地领悟到了别人的孤独，我们内心才会对别人充满最诚挚的爱。&lt;/原文结束&gt;“人所不能者，即是限制，即是残疾”，在此意义上，残疾是与生俱来的，对所有的人来说都是这样。看到人所必有的不能和限制，这是智慧的起点。一个人认识到人的限制、缺陷、不完美是绝对的，困境是永恒的，他已经是在用某种绝对的完美之境做参照系了。完满不可一日而达到，超越永无止境，彼岸永远存在，如此信仰才得以延续。所以，史铁生说：“皈依并不在一个处所，皈依是在路上。”这条路始终没有一个终于能够到达的目的地，但并非没有目标，走在路上本身即是目标存在的证明，而且是唯一可能和唯一有效的证明。即使在最恶劣的境遇中，人仍然拥有一种不可剥夺的精神自由，即可以选择承受苦难的方式。一个人不放弃他的这种“最后的内在自由”，以尊严的方式承受苦难，这种方式本身就是“一项实实在在的内在成就”，因为它所显示的不只是力量不能剥夺的。陀思妥耶夫斯基说出了这句耐人寻味的话：“我只担心一件事，就是怕我配不上我所受的苦难。”如果一个人太看重物质享受，就必然要付出精神上得代价。那种缺乏独处能力的人具有“虚假的自我”，因此只是顺从、而不是体验外部世界，世界对于他仅是某种必须适应的对象，而不是可以满足他的主观性的场所，这样的人生当然就没有意义。总之，我们不能一头扎在外部世界和人际关系里，而放弃了对内在世界的整合。如同默顿所说，孤独却应该是“生活的必需品”。或者，用蒂利希的话表述，人人都离不开一种广义的宗教，这种宗教就是对寂寞的体验。耶稣要你左脸也送上去，这也许只是一个比喻，意思是要你丝毫不存计较之心，远离狭隘。当你这样做的时候，你已经上升的很高，你真正做了被打的你的肉躯的主人。相反，那计较的人只念着自己被打的右脸，他的心才成了他的右脸的奴隶。我开始相信，在右脸被打后把左脸送上去的姿态也可以是充满尊严的。难的不是避世修行，而是肩着人世间的重负依然走在朝圣路上。一味沉湎于小爱固然是一种迷妄，以大爱否定小爱也是一种迷妄。真正的彻悟是在恋生得同时不畏死，始终怀着对亲人的挚爱，而在最后时刻仍能从容面对生死的诀别。我爱我的妻子，可是我知道，世上并无命定的姻缘，任何一个男人与任何一个女人的结合都是偶然的。如果机遇改变，我就会与另一个女人结合，我的妻子就会与另一个男人结合，我们各人都会有完全不同的人生故事。既然婚姻是这么偶然的一种东西，那么，受婚姻的束缚到底有什么道理？

可是，顺着这个思路想下去，我就不可避免地遇到最后一个问题：我的生存本身便是一个纯粹的偶然性，我完全可能没有降生到这个世界上来，那么，我活着到底有什么道理？

我不愿意我活着没有道理，我一定要给我的生存寻找一个充分的底油，我的确这么做了。而一旦我这么做，我就发现，那个为我的生命镀了金的理由同时也为我生命中的一系列偶然性镀了金。我相信了，虽然我的出生纯属偶然，但是，既然我已出生，宇宙间某种精神本质便要以我为例来证明它的存在和伟大。否则，如果一切生存都因其偶然而没有价值，永恒的精神之火用什么来显示它的光明呢？接着我相信了，虽然我和某一个女人的结合是偶然的，由此结合产生的那个孩子也是偶然的，但是，这个家一旦存在，上帝便要让我藉之而在人世间扎下根来。否则，如果一切结合都因其偶然而没有价值，世上有哪一个女人能够给我一个家园呢？

我知道，我的这番论证是正确的，因为所论证的那种情感在我的心中真实的存在着。

我还知道，我得这番论证是不必要的，因为既然我爱我自己这个偶然性，我就不能不爱一切偶然性。

“高尚的生活是受爱激励并由知识导引的生活。”第一，爱情高于单纯的性行为，没有爱的性行为是没有价值的；第二，“经历了多年考验，而且又有许多深切感受的伴侣生活”高于一时的迷恋和钟情，因为它包含着后者所不具有的丰富内容。我们在理论上可以假定每一个正常的异性都是性行为的可能对象，但事实上必有选择。我们在理论上可以假定每一个中意的异性都是爱情的可能对象，但事实上必有舍弃。热烈而持久的情侣之间有无数珍贵的共同回忆，使他们不肯轻易为了新的爱情而冒险将他们损害。做自己的一个冷眼旁观者和批评者，这是一种修养，它可以使我们保持某种清醒，避免落入自命不凡或者顾影自怜的可笑复可悲的境地。当然，别人的意见只能作参考，为人处世还得自己拿主意。据我观察，在不少人身上，这个视角是过于强大了，以至于他们只是在依据别人的意见生活，陷入了另一种盲目。人生在世最重要的事情不是幸福或不幸，而是不论幸福还是不幸都保持做人的正直和尊严。一切注重灵魂生活的人对于卢梭的这话都会发生同感：“我独处时从来不感到厌烦，闲聊

## 《灵魂只能独行》

才是我一辈子忍受不了的事情。“这种对于独处的爱好与一个人的性格完全无关，爱好独处的人同样可能是一个性格活泼、喜欢朋友的人，只是无论他怎么乐于与别人交往，独处始终是他生活中的必需。在他看来，一种缺乏交往的生活当然是一种缺陷

### 43、《灵魂只能独行》的笔记-第10页

人所不能者，即是限制，即是残疾”，  
在此意义上，残疾是与生俱来的，对所有的人来说都是这样。  
看到人所必有的不能和限制，这是智慧的起点。

### 44、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

我们都读过许多书，明了许多人世的道理，渴望追寻自己的心去爱想爱的人，做想做的事，可是一入城市，投身滚滚红尘，便忘却了在安静时，感动时，失意时默默发下的誓言，继续受着挣扎，受着煎熬..我们应该怎样呢？

### 45、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

人与人之间的关系有两种，一种是与别人交流，一种则是独处。前者一直被认为是人的生存之本，然而，后者却是立足之基，孤独，是一个内心整合的过程，能让自己清醒的看世界，也能让自己理性的看自己。

在这个物欲横流的社会，人脉发挥了空前强大的作用，于是，这世上，出现了很多我们不愿看到的东西，兄弟成群，金钱相照。道德沦丧，人心冷漠。一己私利，祸国殃民。那么多人，整天拉着一张面无表情脸在游荡，是不是这个世界欠了他们太多，让他们没有了信仰，没有了准则，无所敬畏，心中连做人的根本都没有了。

赤裸的凶蛮和冷漠只是不知耻的粗糙形式，不知耻,却始终逃不出命运的手掌，没有信仰的人，必被世上一切事物所抛弃。

其实，信仰，不仅仅局限于宗教信仰，它更多的是一种生活态度，甚至是规范自己行为的准则，一个有信仰的不甘心被生活的浪潮推着走，总是想为自己的生命确定一个具有恒久价值的目标。

当人习惯了群居以后，私人空间便在锐减，所有热情都被转变为暴力，温馨和谐的生存环境被裸露枯燥的生活态度所践踏。

人，最可怕的是失去了人性，强烈的占有欲和表现欲可以让一切为利益无条件臣服，呼之则来，挥之则去，但是，当人们的眼里不再有对生命的尊重，不再有对自然的敬重，那么，人们失去的，将远远超过自己得到的东西。

从古至今，知己如手足，有一个了解自己人是一件多么幸福却又奢侈的事。

其实，每个人都没有有权利让别人去了解和理解你，更不可能做到彼此透明，心心相印。每个人对别人来说都是一个秘密。知己，不过是抚平你那些看得见的伤口，真正被撒了盐痛到麻木的地方还需要自己来进行疗伤。

也许，在最内在的精神生活中，我们每个人都是孤独的，爱并不能消除这种孤独，但只有在我们领悟到了别人的孤独之后，才会对别人充满最诚挚的爱。因而，爱，应该是一种自由的给与给予而不是行为的限制。

人不得不有一个肉身凡胎，即使肉体里面长了一颗七窍玲珑心，它还是会被欲望所支配，受有限的智力所指引和蒙蔽，为生存而苦痛苦，但是接受和挑战自身的不足是智慧的开始，却不会是理智的终点。

人总应该有自己的坚持，高于一切源于灵魂的追求。因而，人比人，气死人。每个人的生活方式不同，羡慕别人，就是扼杀自己。所谓天堂不过是人的仰望。站在自己的角度羡慕别人，也许你手中正握着别人得不到的东西。恨是狭隘，爱是超越。

一个人有了坚实的自我，他在这个世界上便有了精神坐标，，无论走多远都能找到回家的路。未被占据的心灵空间体现了一个人的价值观。守望，守得是安身立命之地，望的是超凡脱俗的精神之天。



## 《灵魂只能独行》

对看不到的东西的追求驱使我们去寻找，去追求在看得见的事物里发现隐秘的意义，从而觉得我们周围的世界无比美丽。

一味执着（对人生持占有态度）和一味悲观（对人生持厌弃态度）一样，和智慧相去甚远。当一个人对生活持一种乐观的态度时，即使她童心不泯（不追逐利禄）的人，她必对人生有着透彻的领悟（看透生死）。

站在这个社会发展大势的对立面，人生到底要怎样才能够无悔？每天和不同的人接触，灯红酒绿，烟雾萦绕，却没有多少人真正关心过自己那颗孤寂却又乏力的心。低头和抬头一样，总有倒下的一天。没有任何人有义务陪着你一直到老，灵魂始终是自己的，它只能独行。

### 46、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

在这个世界上，有的人信神，有的人不信，由此而区分为有神论者和无神论者，宗教徒和俗人。不过，这个区分并非很重要。还有一个比这重要得多的区分，便是有的人相信神圣，有的人不相信，人由此区分出了高尚和卑鄙。相爱的人们也只是“在黑暗中并肩行走”，所能做到的仅是各自努力追求心中的光明，并互相感受这种努力，互相鼓励，而“不需要注视别人的脸和探视别人的心灵”。一个人懂得了自己理解自己之困难，他就不会强求别人完全理解自己，也不会奢望自己完全理解别人了。惟有在把人与神作比较时，才能看到人的限制值普遍，因而不论这种限制在自己或别人身上以何种形态出现，都不馁不骄，心平气和。对人的限制的这样一种宽容，换一个角度来看，便是面对神的谦卑。伟大的受难者如同伟大的创造者一样受到世世代代的敬仰。对外界刺激作出反应是动物的本能，“不反应的能力”则是智慧的要素。难的不是避世修行，而是肩着人世间的重负依然走在超生路上。一味沉湎于小爱固然是一种迷妄，以大爱否定小爱也是一种迷妄。大爱者理应不弃小爱，而以大爱赋予小爱以精神的光芒，在爱父母，爱妻子，爱儿女，爱朋友中也体味到一种万为一体的情怀。一个人只要活着，他的灵魂和肉身就不可能截然分开，在他的尘世经历中处处可以辨认出他的灵魂行走的姿态。真正的彻悟是在恋生的同时不畏死，始终怀着对亲人的挚爱，而在最后时刻仍能从容面对生死的诀别。

### 47、《灵魂只能独行》的笔记-第10页

每一个人对于别人来说都是一个秘密，我们应该顺应这个事实。相爱的人们也只是“在黑暗中并肩行走”，所能做到的仅是各自努力追求心中的光明。

### 48、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

赤裸裸的凶蛮和冷漠只是不知耻的的粗糙行为，不知耻还有稍微精致一些的形式。有的人有很高的文化程度，仍然可能有毫无敬畏之心。他可以玩弄真心爱他的女人，背叛诚恳待他的朋友，然后装出一付无辜的面孔。他的足迹所到之处，再神圣的东西也敢践踏，再美好的东西也敢毁坏，而且内心没有丝毫不安。不论他的头脑里有多少知识，他的心是蒙昧的，真理之光到不了那里。这样的人有再多的艳遇，也没有能力真正爱一回，交再多的哥们，也体味不了友谊的纯正，获取再多的名声，也不知什么是光荣。我对此深信不疑：不相信神圣的人，必呗世上一切神圣的事物所抛弃。

### 49、《灵魂只能独行》的笔记-第1页

近读金圣叹批《西厢记》，这位独特的评论家极其生动地描述了人生短暂使他感到的无可奈何的绝望。他在序言中写道：自古迄今，“几万万年月皆如水逝、云卷、风驰、电掣，无不尽去，而至于今年今月而暂有我。此暂有之我，又未尝不水逝、云卷、风驰、电掣而疾去也。”怎么判断一个人究竟有没有他的“自我”呢？我可以提出一个检验的方法，就是看他能不能独处。当你自己一个人呆着时



## 《灵魂只能独行》

，你是感到百无聊赖，难以忍受呢，还是感到一种宁静、充实和满足？自我意识强烈的人本能地把世界看作他的自我的产物，因此他无论如何不能设想，他的自我有一天会毁灭，而作为自我的产物的世界却将永远存在。不错，世界曾经没有他也永远存在过，但那是一个为他的产生做着准备的世界。生前的无限时间中没有他，却在走向他，终于有了他。死后的无限时间中没有他，则是在背离他，永远不会有他了。所以，他接受前者而拒绝后者，又有什么可奇怪的呢？好的书籍是朋友，但也仅仅是朋友。与好友会晤是快事，但必须自己有话可说，才能真正快乐。一个愚钝的人，再智慧的朋友对他也是毫无用处的，他坐在一群才华横溢的朋友中间，不过是一具木偶，一个讽刺，一种折磨。每人都是一个神，然后才有奥林匹斯神界的欢聚。爱默生说得漂亮：“当一个人能够直接阅读上帝的时候，那时间太宝贵了，不能够浪费在别人阅读后的抄本上。”你仍然属于你自己。每个人都是一个宇宙，每个人都应该有一个自足的精神世界。这是一个安全的场所，其中珍藏着你最珍贵的宝物，任何灾祸都不能侵犯它。心灵是一本奇特的帐簿，只有收入，没有支出，人生的一切痛苦和欢乐，都化作宝贵的体验记入它的收入栏中。是的，连痛苦也是一种收入。人仿佛有了两个自我，一个自我到世界上去奋斗，去追求，也许凯旋，也许败归，另一个自我便含着宁静的微笑，把这遍体汗水和血迹的哭着笑着的自我迎回家来，把丰厚的战利品指给他看，连败归者也有一份。“目极世间之色，耳极世间之声，身极世间之鲜，口极世间之谭，一快活也。堂前列鼎，堂后度曲，宾客满席，男女交舄，烛气熏天，珠翠委地，皓魄入帐，花影流衣，二快活也。篋中藏万卷书，书皆珍异。宅畔置一馆，馆中约真正同心友十余人，人中立一识见极高，如司马迁、罗贯中、关汉卿者为主，分曹部署，各成一书，远文唐宋酸儒之陋，近完一代未竟之篇，三快活也。千金买一舟，舟中置鼓吹一部，妓妾数人，游闲数人，泛家浮宅，不知老之将至，四快活也。然人生受用至此，不及十年，家资田产荡尽矣。然后一身狼狈，朝不谋夕，托钵歌妓之院，分餐孤老之盘，往来乡亲，恬不知耻，五快活也。”中郎认为，儒道释三家，至少就其门徒的行为看，对死都不甚了悟。儒生“以立言为不死，是故著书垂训”，道士“以留形为不死，是故锻金炼气”，释子“以寂灭为不死，是故耽心禅观”，他们都企求某种方式的不死。而事实上，“茫茫众生，谁不有死，堕地之时，死案已立。”不死是不可能的。

# 《灵魂只能独行》

## 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)