

<<沉思录>>

图书基本信息

书名：<<沉思录>>

13位ISBN编号：9787200073058

10位ISBN编号：7200073059

出版时间：2008-9

出版时间：北京出版社

作者：奥勒留

页数：168

译者：王邵励

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：<http://www.tushu007.com>

<<沉思录>>

内容概要

《沉思录》是一本经历了时间检验的书。

自此书问世以来将近两千年的岁月里，无数的政治家、军事家、哲学家、文学家以及没有任何专门学问但拥有具体而切实的生活经验的平民百姓，都从这本书中获得各种各样的教益。

《经典通读（第2辑）：沉思录》是古罗马唯一一位哲学家皇帝马可·奥勒留·安东尼所著，是一本写给自己的书，内容大部分是他在鞍马劳顿中写成的。

它来自作者对身羁宫廷的自己和自己所处混乱世界的感受，追求一种冷静而达观的生活。

这本书是斯多葛学派的一个里程碑。

<<沉思录>>

作者简介

马可·奥勒留，著名的“帝王哲学家”，古罗马帝国皇帝。在希腊文学和拉丁文学以及修辞、哲学、法律、绘画等方面都受过很好的教育，是晚期斯多葛学派代表人物之一。

马可·奥勒留也许是西方历史上唯一的一位哲学家皇帝，是一个比他的帝国更加完美的人。虽然他的勤奋工作最终并没有能够挽救古罗马，但是他的《沉思录》却成为西方历史上最为感人的伟大名著。

<<沉思录>>

书籍目录

写在《经典通读》第二辑前面分享帝王哲学家的人生智慧——《沉思录》导读第一卷第二卷第三卷第四卷第五卷第六卷第七卷第八卷第九卷第十卷第十一卷第十二卷

<<沉思录>>

章节摘录

第一卷 1.在我祖父维勒斯那里，我知道了什么是高尚的品德，以及如何控制自己的情绪。

2.通过缅怀我亲生父亲的英名，追忆其事迹，我知道了什么是谦虚，以及应当怎样做一个刚毅的男子汉。

3.从我母亲那里，我学习到了虔诚忠贞、友善仁爱、杜绝恶行、拒斥邪念的高尚品质，以及漠视奢华和崇尚俭朴的生活方式。

4.我的曾祖父让我知道，不要总是在公共学校里出出进进，而应于家中供养有学识的教师，且在求知这方面应当慷慨投入、不惜代价。

5.听从老师的教诲，我告诫自己不要加入马戏娱乐或者角斗表演活动中的党派之争，而是应当任劳任怨，清心寡欲，凡事自己动手，不干涉他人的事情，不听信诽谤中伤。

6.是一个叫狄奥尼纳图斯的人引导我懂得，人不应忙忙碌碌于琐细小事，不要轻信江湖骗子之流所谓的驱鬼除怪这一套把戏，不热衷血腥厮杀也不畏刀避剑，认真倾听他人的发言，主动学习哲理知识。

我先后倾听过巴克斯、坦德西斯、马尔塞勒斯的思想，年轻时写过“对话录”一类的文体，向往粗衣寒舍，渴求所有希腊式的文化与学问。

7.鲁斯提库斯让我警觉到，我的品格还需要完善和锻造。

我还知道不应当卖弄口才、强词夺理、逞一时口舌之快以压倒别人；不要以一种抽象空洞的方式写东西，不发布哪怕一点儿蛊惑煽动之词；不要故意炫耀自己是个万事通，或者单单为了能引人注目才做好事；不要追求华而不实、言之无物的文风；不宜在内宅里穿着外出时的正装走来走去，公共场合与私人空间中的举动应有所区分；信上的话要简单明了——就像鲁斯提库斯写给我母亲的那样；对于那些出言不逊，或对让我们受到损害的人，也要心怀慈悲，只要他们显现出一点和好的诚意，就应当抛弃陈见，欣然接受。

此外，在他那儿我还学习到，读书要力求细致入微，不应浅尝辄止，不能只满足于字面理解，不能轻信那夸夸其谈之辈。

我还应感谢他利用自己所收藏的图书，让我有幸熟识犬儒学派代表人物埃比克泰德的至理名言。

8.在阿珀洛尼乌斯那里，我知道了：人应当有自由的心志和坚定的目标；除了理性之外，没有什么能值得我们分心投入。

即使一分钟的溜号儿也不应该；在剧烈痛苦中也要保持常态，即使身遭丧子打击或长卧病榻之苦。

此外，他还为我树立了这样一个活生生的榜样——能伸能屈，品性坚定又处事灵活；循循善诱，从不粗暴待人。

他让我清楚地看到了什么是虚怀若谷，即他将自己阐释哲学问题时所展现的那种渊博学养与高超技巧，视做最微不足道的本职。

在他那里，我还学到了如何赢得朋友的敬意与好感，而又不是一味地卑微低贱，让人瞧不起，或让人无视自己的存在。

9.萨克斯图表现出了一种宽宏大度的气质，树立了慈父式家庭管理的榜样，他那顺势而为的人生观，也颇值得我学习。

他神情庄重，不虚情假意；他尽心尽力地关注朋友的疾苦，对愚昧无知之人或那些不经斟酌便口出狂言者，也都能平心静气地忍耐。

他拥有一种能力，使自己能够很顺畅地被任何人接受，以至于跟他相处起来很愉快，比听什么好听的奉承都更令人感到舒服。

与此同时，他自己也赢得了身边那些人的崇高敬意。

此外，他还能够以一种明智而有条不紊的方式，发掘并调整那些指导自己生活的核心原则。

他从不震怒或表现得激情澎湃。

他情深义厚，同时又能把持自己，不为任何冲动情绪所左右。

他能够恰当地表达自己对人对事的赞许，但又不嚷嚷起没完。

他见多识广，而不空口卖弄学识，只求哗众取宠。

<<沉思录>>

10. 师从语法学家亚历山大，我知道应该努力做到不吹毛求疵，光想着挑别人的毛病。

对于那些用词不雅、文法不通或表述生硬的人，不要过于苛责，而是应用策略充分地引导他们，以一种问答交流式的、事实确证式的或者探讨写作本身的方式——而不是就词汇论词汇、就文法论文法，或者其他的一些恰当途径，来教会他们使用正确的文法和词句。

什么不想要什么。

11. 在佛朗特那里，我知道了什么是嫉妒猜疑、表里不一和虚伪狡诈——这些不良品质在暴君身上暴露无遗；我还知道了，那些被我们叫做达官显贵的人物，也大多都是最没有慈悲心肠的人。

12. 从柏拉图主义者亚历山大那里，我知道了与人谈话也好，跟人通信也好，都要掌握尺度火候，不要过于热情频繁，也不要过于冷漠被动；知道了我们本没有闲暇时间来做无用之事；还知道了，对于那些与我们共同生活的人，我们应该努力尽到对他们的义务，不要总是拿我们另有急事这样的借口来敷衍搪塞。

13. 从喀图鲁斯那里，我明白了，当有朋友心生抱怨，甚至是无来由地挑剔指责的时候，我们不能无动于衷，而是应当劝导他们恢复理智与冷静，并且总是准备着以好言相劝、以理服人，正像大家所夸奖的多米提乌斯和阿斯诺多图斯的所作所为一样。

从他那里，我还懂得了要真心诚意地爱自己的孩子。

14. 从我兄弟那里，我懂得了应该爱自己的亲人、爱真理、爱正义；通过他，我了解了斯雷西亚、赫尔维蒂乌斯和加图等名流贤达。

通过他，我接受了一种观念，即我们应当建立这样的统治机构，它施行一种对全人类具有普遍效力的法则，信守权利平等和言论自由，主张建立君王政体，并使之能最大限度地照顾到所有被治者的自由。

他还让我懂得，对于哲理知识，应抱有持之以恒和坚定不移的敬意；要学会行善积德、乐于助人、和善可亲、满怀美好的希望，相信朋友们一定会喜欢自己。

我还看到了他的真诚，对于那些应当受到谴责的人，他从不隐瞒自己的意见。

他为人特别直率单纯，朋友们不用挖空心思琢磨他究竟想要什么。15. 我从马克西姆斯那里学会了自我控制，不被任何事物所摆布，在各种情况下，甚至在病痛中也能保持心情愉快，在道德品质上达到恬静亲和与庄重威严的完美结合，能够毫无怨言地从事自己应做的工作。

我观察到，所有人都相信他是真正的心口如一。

无论做什么，他都动机纯正，从不抱什么恶意。

他从不大惊小怪，从不匆忙慌乱，从不拖拖拉拉，从不困惑不解，也不情绪低落。

他从不以脸上的笑容来掩盖内心的焦虑，但也不表现出狂躁或多疑。

他习惯于与人为善，愿意宽恕一切，而且能远离错误的陷阱。

他给人的感觉与其说是公平正直，倒不如说他始终在进行自我完善。

我还看到，从没有人认为自己受到了他的蔑视，或者敢自诩比他更优秀。

此外，他也能用一种颇受人欢迎的手法。

16. 我认为我的养父具有一种雍容温和的气质，在他充分酝酿而决定做什么事情之后，其决心意志便坚不可摧。

在大家看来值得荣耀的事情，他却一点也不为之骄傲自满。

他热爱劳动，有恒心和毅力，愿意倾听那些试图为大众谋福利者的良言吉策。

在赏功罚过的原则问题上，他从不让步。

他还通过实践摸索而培养了一种良好的洞察力，能够区分开人们的哪些行为充满活力，哪些活动软弱消沉。

我感觉到，他能够控制自己的情绪，不对孩子过于溺爱。

他把自己当成一个公民，与其他公民没什么两样。

他平易近人，不要求朋友们非要为他做这做那，如陪他喝茶，或者在他出行时为他忙前忙后；如果有朋友由于另有要事而没有陪他，他也毫不计较，对朋友们依然相知如故。

我也了解到他的这样一种习惯，即对所有需要想明白的问题，他都认真细致地探究，坚持不懈地思考，从不满足于事物的表面现象而停止自己的深入判断。

<<沉思录>>

他善于交往，能够让友情永葆活力；对待朋友，他不会朝三暮四、喜新厌旧，也不过分亲近、纵情无度。

他心境平和，对所有的遭遇都能心满意足并轻松地愉快地接受。

他目光长远，明察秋毫，且毫无炫耀之意。

对喧哗一时的赞誉和所有的溜须拍马之词，他一点儿都不客气地予以禁止；对于治理帝国的核心事务，他殚精竭虑，时刻保持着警觉；对于国库收支消耗，他精打细算、苦心经营；对于由此种行为而招致的种种责难，他能耐心地容忍。

他从不以愚昧迷信的方式来处理与神灵有关的事物，也不通过随意赏赐、取悦或奉承民众的伎俩来收买人心。

他头脑清醒，意志坚定，遇事处变不惊，一生光明磊落，从无卑鄙言行，也不盲目追赶潮流、热衷新奇古怪的东西。

面对那些上苍赏赐给我们的丰盛的可资利用的给养，他既不夸耀自满，也不刻意推辞。

所以，当他拥有了这些的时候，他能心地坦诚地享用；当他不能享用这些的时候，也不觉得有所失，或者是意欲得到什么。

没有人会把他看成诡辩论者、碎嘴的家奴或夸夸其谈的学究，而都认可他是一个成熟稳重、品行完美的人，一个视阿谀奉承为浮云的人，一个能够统筹安排好自己的与他人的事务的人。

除此之外，他敬重那些真正的哲学家，同时又不申斥那冒充哲学家的人，且不受他们思想的左右。

别人很容易和他接触，他没有那些令人不爽的虚情假意，而是让自己非常具有亲和力。

对自己的身体健康问题，他保持了适度的关注，而不把生命看得重于一切；对于自己的形象，他既非特别重视，也不是毫不留意。

然而，通过各方面的注意，他还是很少求助于医生、药物或额外的补品来维系健康。

对那些真正具有特殊才华的人——比方说雄辩家、精通法律和品行高尚者，他毫不嫉贤妒能，且甘心为他们搭桥铺路。

让他们每一个都能获享与自身才华相匹配的声誉。

他总是依国家法度而行事，而且这样做决不是为了给别人看。

他不愿意居不定所，而是喜欢安居一地并专注于同一件事情。

在每次头痛过后。

他马上就能精神焕发，并马不停蹄地投入到自己的日常工作中。

他内心中的秘密不多，即使是那些少之又少的秘密也全都是与公务有关的。

在公共景观的展布和公共建筑的修盖上，以及对于公民的捐赠上，他表现得谨慎而俭省。

在这些事情上，他最关心的是它们到底应不应该做，而不是想着通过这么做来赚得什么名声。

他不在不合时令的时候洗澡，不喜欢劳师动众地大兴土木，不关心衣食的质量，不在意奴隶的容颜美貌与否。

我们都清楚，他是如何对待那请求他宽恕的收税人的。

而这就是他所有的行为举动。

在他身上，我们看不到任何尖刻、顽固、暴虐或其他不良的品质。

他仔细地检点所有的事物，而且有条不紊、毫不糊涂、措施有力、一以贯之地坚持到底。

对于苏格拉底的描述，也同样适用于他。

对于那些天赐的东西，他拿得起放得下，而我们很多人却做不到这一点。

我们或者是由于太软弱而不能放弃它们，或者是不能有所节制地享用它们。

有人确实能做到这一点，就像前面提到的马克西姆斯在病榻上所表现的那样。

一方面他有强健的意志力，另一方面他又有清醒的头脑，这就使得，对于上天所赐，他能根据各种情况果断地弃绝或坦然地享用，而能做到这一点，也说明他拥有着完美无缺。

<<沉思录>>

编辑推荐

《沉思录》由世界唯一一位帝王哲学家所著，追求一种冷静而达观的生活，其思想为中外领袖所关注。

《经典通读》是一套将经典学术巨著进行全新通俗化编译的丛书，旨在引领读者轻松快速阅读学术经典，从而普及对人类影响深远的社会科学、自然科学的名家名著。

<<沉思录>>

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:<http://www.tushu007.com>