

<<沉思录>>

图书基本信息

书名：<<沉思录>>

13位ISBN编号：9787802144682

10位ISBN编号：780214468X

出版时间：2008-8

出版时间：团结出版社

作者：孟宁

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>>

### 前言

“物质的东西越多，人就越容易迷茫。

”在当今社会，尽管物质生活越来越丰富，但人们的内心家园、精神世界却变得越来越贫瘠。

我们周围的世界，清醒者少，困惑者多。

其实，困惑者也想让自己的生活少一些烦恼，只不过越是思考越是徒增更多困扰。

这就是沉思给人类带来的惩罚。

如果人只是为了生存而活，生命似乎没有任何意义，因此，我们也别忘了沉思也能带来说不尽的享受和欣喜。

在世界文明史中，出现过一大批智慧过人的大思想家、大哲学家，他们被后人尊称为圣贤、先哲。

试想，这些先辈圣贤所生活的环境要比我们今世艰苦得多，然而他们每一天不是用快乐的心境生活吗？

那些发人深省的哲理不也是从他们的思想中诞生出来的吗？

## <<沉思录>>

### 内容概要

在将近两千年前的古罗马，有一位叫马可·奥勒留、的皇帝，在鞍马劳顿之中写成了一部《沉思录》，可以说是个人对人生思考的最好注解。

我们主张每个人都应该思考，都应该对自己的生命进行反思，并不是要每个人都像马可·奥勒留那样写一本思考人生的书——这也是不可能的。

在这里，我们可以走一条捷径，那就是吸取先哲的智慧，从而达到引领自己人生的目的。

为了方便读者在阅读的时候进行思考，我们在这本书中采用了《沉思录》中自己对自己谈话的形式，同时，为了表达对马可·奥勒留的敬仰，我们将本书命名为《沉思录》。

## &lt;&lt;沉思录&gt;&gt;

## 书籍目录

卷一 正视自己在家庭中的角色 理解与宽容是尽孝的一贯精神 不要把歉疚带到棺材里 人活着就应该有点“精神” 节俭,省下的是人类赖以生存的资源 真正的幸福在于创造与享受的统一中卷二 人的天性强不成谷物,就会长成杂草 让自己成为一个真实、自然的人 把善良的天性摆在恰当的位置 做一个有修养有层次的人卷三 善识时务,最重要的是把握时机 不要被五欲尘劳所束缚 不要让病态的恐惧扰乱你的生活 时髦的东西并不是最好的 人生需要一点“逃避主义”卷四 让自己潜能的火山有一个爆发口 冒险思维是一种深层含义的立体思维 思考与我们的生存紧密相连 信心是日积月累起来的 只有敢于尝试的人才敢冒失败的风险卷五 人生应该在向往中生存 每个人都是舞台上的主角 给自己的生命架一个支点 不要让恐惧阻碍你的人生之路 天上地下,唯我独尊 能够战胜自我的人才是真正的强者卷六 人要过一种有理想的生活 生命中的每一刹那都是新的 未来从现在开始 过去只代表没有意义的过去 把你的注意力集中在当下 苦难会让我们变得更坚强 人生的自由在于把苦变成乐 挫折反映了生命的本质 在痛苦中体味生活的价值 只有了解幸福含义的人才是最幸福的人卷八 罪恶是时刻都在变动着的 减少那些超过你自身能力的欲望 人的欲望仅为想象暗示的可能性所制约 不要让伪善者左右你的人生观卷九 人生在死亡中找到意义和归宿 生与死只是一枚硬币的两面 肉体的毁灭不会切断人与世界的特殊关系 人生本无常,应勇敢地接受 自杀是一种弱者的行为

## &lt;&lt;沉思录&gt;&gt;

## 章节摘录

人：一种无常的存在人是一种非终极的无常的存在。

高处的圣光照耀着我们的身心；那里才是我们神往的终极所在，那里昭示着我们从有限的、苦难的尘世走向自在的解脱之道。

我是说人的心灵被禁锢于肉体之中，而在可能存在的意志力之中，心灵并不是至高无上的；因为心灵并不占据着绝对的真理，而只是绝对真理的天真的探索者。

绝对真理被人的心灵之外的某种超智性的或说是神秘的意志力占据着。

这个超智性与神圣的知者和创世者那无穷的智慧和无尽的意志力不可分割，它自在自为，是充满活力的意志之源。

超智性便是超人，人类下一个非凡的进化便是走向超人的存在。

从人走向超人是我们的生命进化中下一个能够达到的成就，其必然性合于我们内在精神的意向与自然生命进化的逻辑。

从物质世界和动物界进化到人，这种可能性既已实现的事实是降临中的圣光之第一次闪现，是神性诞生于物质之中的第一个遥远的兆示。

从人类世界中诞生出超人将是这种神圣兆示之希望的圆满实现。

从我们被肉体束缚着的灵魂中正在出现与力量、幸福和知识联为一体的神秘的日之光晕，超智性将会是那闪耀着的光彩之形成。

超智性的存在并不是将自身的天性发展到顶峰的人，也不是比人类的伟绩、知识、权力、智性、意志、性情、天才、活力、神圣、爱恋、纯洁或完善更高级的限度。

超智性是超越于人的灵性与人的有限性之外的某种存在：它是比人类天性中可能出现的最高意识更伟大的意识。

人是一种智性的存在，其智力的显现因和物质性的大脑联为一体而受制、而含混、而贬抑：即使是处于最佳的状态，智性也只是通过大脑这个附属物而对至高的力和自由之可能性做出较为清晰地闪现；如果与神圣的力量隔绝，它便不可能超越某些狭隘而可怕的限制而对我们的生活做出改变。

这是一种受制的力，常常表现为利益的仆人或侍者，用以满足我们的生命或肉身的种种娱乐性欲望。

而神圣的超人则是神秘的精灵，其超智性虽在上方却以能洞察下界的一切，它将把握我们的智性与肉身，它将使我们的灵魂、生命与身体发生本质性的变化。

心灵体现着存在于人身上的最高的力，但这是一种求知中的、迷茫的、本身在不停地挣扎着的力。

即使心灵极其明亮之时，它也不过是一线微光的折射罢了。

闪耀着圣光的、自由的超心智将是超人的主脑，其自在的知识之轮的无限运转，其自发的力量源泉，其永恒的喜悦将使俗界的众神之生命达到和谐的境地。

人的伟大不在于他是什么，而在于他可能做什么。

他的荣耀在于他是一个封闭的地方和神秘的劳工车间，在这里神圣的“人家”正在培育着超人。

同时人也被赋予一种比其自身更伟大的属性：非低级的创造，正是这种属性使得人本身部分地成为制造这种变更的匠人；要使降临于人的肉体之中的荣耀代替人本身，需要人对其间的参与、需要人在意识中有认可和献身的意志，人在世间的渴望正体现了大地对超智慧的创造者的呼唤。

如果人人都在呼唤并且得到了至高无上的回答，那么无量而辉煌的变更时代便在目前了。

人每当我心力交瘁的时刻，那如烟的往事便在我记忆中浮现，使我不禁心灰意冷，而我的思想则有如秋天冷漠无情的太阳，照耀着混乱不堪的尘寰，在杂乱无章的尘世上空不祥地盘旋，无力继续上升，更无力向前飞翔。

每当我处于这心力交瘁的艰难时刻，我总要把人的雄伟形象呼唤到我的面前。

人啊！

我脑中仿佛升起一轮太阳，人就在这耀眼的阳光中从容不迫地迈步向前！

不断向上！

悲剧般完美的人啊！

我看见他高傲的前额、豪放而深邃的眼睛，眸子里闪耀着大无畏的思想的光辉，雄伟的力的光辉，这

## &lt;&lt;沉思录&gt;&gt;

力量能在人们疲惫颓唐的时刻创造神灵，又能在人们精神振奋的时代把神灵推翻。

他置身在荒凉的宇宙之中，独自站立在那以不可企及的速度向无垠空间的深处疾驰而去的一块土地上，苦苦地琢磨着一个令人痛苦的问题：“我为什么存在？”

——他英勇地迈步向前！

不断向上！

——要把沿途遇到的人间和天上的一切奥秘通通揭开。

他一面前进，一面用心血浇灌他那艰难，孤独而又豪迈的征途，用胸中灼热的鲜血创造出永不凋谢的诗歌的花朵，他巧妙地把发自不安的心灵中的苦闷呼声谱成乐曲；他根据自身的经验创造科学，每走一步都要把人生装点得更加美好，就像太阳那样慷慨地用它的光芒把大地普照。

他不停地运动，不断向上，迈步向前！

他是大地上一颗指路的明星他凭借的只是思想的力量，这思想时而迅如闪电，时而静若寒剑。

自由而高傲的人远远地走在众人的前面，高踞于生活之上，独自置身在生活之谜当中，独自陷入不可胜数的谬误之间这一切都像磐石一般压在他高傲的心头，伤害他的心灵，折磨他的大脑，使他感到羞愧难当，呼唤他去把一切迷误消灭光。

他在前进！

种种本能在他的胸中喧嚣：自尊心令人讨厌地发着牢骚，像厚颜无耻的叫花子在乞讨，七情六欲像藤蔓一般把心儿紧紧缠绕。

吸吮他的热血，大声要求向它们的力量让步喜怒哀乐都想控制他；一切都渴望成为他灵魂的主宰。

形形色色的生活琐事犹如路上的污泥，又像凶恶的癞蛤蟆，挡着他的去路。

就像一颗颗的行星围绕着太阳，人的创造精神的各种产物也把他层层围绕，他的爱情永远不知餍足，友谊步履蹒跚，远远跟在他的身后，希望疲倦地走在他的前面；而那满脸怒容的憎恨，它手上那副忍耐的镣铐正在叮当作响，可信仰正用乌黑的眸子凝视他焦虑不安的脸庞，等待他投入自己宁静的怀抱他了解自己这一群可悲的侍从——他的创造精神的各种产物都是畸形的，不完善的，蹩脚的。

它们穿着旧真理的破衣烂衫，被种种偏见的毒药所残害，怀着敌意跟在思想后面，总也赶不上思想的飞跃，就像乌鸦追不上雄鹰的翱翔。

它们同思想争论着谁该领先，却很难同思想融成一股富有创造力的熊熊火焰。

这儿还有人的一个永恒的旅伴，那无声无息而又神秘莫测的死亡，它时刻准备亲吻他那颗炽热地渴望生活的心。

他了解自己这一群永生的侍从，最后，他还了解一个产物——疯狂。

长了翅膀的疯狂像一股强大的旋风，它用充满敌意的目光注视着人，竭力鼓动思想，硬要拖她去参加它野蛮的舞蹈只有思想是人的女友，他唯独同她永不分手，只有思想的光焰才能照亮他路上遇到的障碍，揭示人生的谜，揭开大自然的重重奥秘，解除他心中漆黑一团的混乱。

思想是人的自由女友，她到处用锐利的目光观察一切，并毫不留情地阐明一切：“爱情在玩弄狡猾习俗的诡计，一心想占有自己的情人，总在设法贬低别人并委屈自己，而在她背后却藏着一张充满肉欲的肮脏面孔。

”“希望是怯弱无力的，而躲在她后面的是她的亲姊妹——谎言；谎言穿着盛装，打扮得花枝招展，时刻准备用花言巧语安慰并欺骗所有的人。

”思想在友谊那颗脆弱的心里看到它的谨小慎微，它的冷酷而空虚的好奇心，还看到嫉妒心腐朽的斑点，以及从那里滋生出来的诽谤的萌芽。

思想看到凶恶的憎恨的力量，她明白，如果摘下憎恨所戴的手铐，它将毁灭世上的一切，甚至连正义的幼芽也不放过。

思想发现呆板的信仰拼命地攫取无限的权力，以便奴役一切感情，它藏着一双无恶不作的爪，它沉重的双翼软弱无力，它空虚的眼睛视而不见。

思想还要同死亡搏斗：思想把动物造就成人，创造了神灵，创造了哲学体系以及揭示世界之谜的钥匙——科学，自由而不朽的思想憎恶并敌视死亡——这毫无用处却往往那么愚昧而残暴的力量。

死亡对于思想就像一个捡破烂的女人，她徘徊在房前屋后、墙角路旁，把破旧、腐烂、无用的废物收进她那龌龊的口袋，有时也厚颜无耻地偷窃健康而结实的东西。

## &lt;&lt;沉思录&gt;&gt;

死亡散发着腐烂的臭气，裹着令人恐惧的盖尸布，冷漠无情、没有个性、难以捉摸、永远像一个严峻而凶恶的谜站立在人的面前，思想不无妒意地研究着她。

那善于创造：像太阳一样明亮的思想，充满了狂人般的胆量，她骄傲地意识到自己将永垂不朽斗志昂扬的人就这样迈开大步，穿过人生之谜构成的骇人的黑雾，迈步向前！

不断向上！

永远向前！

不断向上！

他疲倦了，步履艰难，不断呻吟：惊恐的心在寻求信仰，并大声乞求爱情给他以温柔的爱抚。

而软弱所孵育的三只鸟儿——沮丧、绝望和忧愁，这三只凶恶而丑陋的鸟儿，围着他的心灵不祥地盘旋，总在那儿忧郁地对他歌唱。

歌中唱道，他是一只渺小的甲虫，他的认识有限，思想软弱无力，神圣不可侵犯的骄傲也滑稽可笑，而且不论他干什么，他终究要死亡！

听到这支虚伪而恶毒的歌曲，他那颗破碎的心不停地颤抖；疑虑像针似的刺痛了他的头脑，屈辱的泪珠在眼眶里闪耀倘若他内心的骄傲不被激怒，人就会被死亡的威吓逼进信仰的监牢，爱情将含着胜利的微笑，引诱他投入自己的怀抱，向他高声许诺幸福，为的是掩饰自己无法获得自由的悲哀和那贪婪专横的肉欲怯懦的希望与谎言结成盟友，对他歌颂宁静之乐，说什么息事宁人就能安享太平。

它们用甜言蜜语为昏昏欲睡的灵魂催眠，把他推入甜蜜的懒惰的泥潭，让他落入懒惰的女儿——苦闷的魔爪。

由于种种浅薄的感情的影响，他急忙把下流无耻的谎言的甜蜜毒药塞满自己的大脑和心田。

谎言公然教训他。

说什么人除了像牲畜一样搭一个安乐窝，再没有别的出路。

但是思想是骄傲的，人对于她是珍贵的，——于是她同谎言展开了一场恶战，而战场就在人的心上。

思想象冤家对头那样追逐着人，像蛀虫那样不知疲倦地蚕食他的头脑：像干旱那样把他的心田变为一片荒漠，又像刽子手那样将他拷打，思想用于真理的渴求，用于严峻而睿智的生活真理的渴求，作为振奋精神的清凉剂，不讲情面地把他的心儿抓紧；那真理的成长虽然缓慢，但透过一片昏暗的迷雾却清晰可见，像一朵思想培育出来的火红的小花。

但是，倘若人已经被谎言毒害得不可救药，并忧郁地相信，世上最高的幸福莫过于脑满肠肥，最高的享受莫过于饱食终日，无所用心，坐享人间安乐，那么思想将悲哀地垂下翅膀，成为欣喜若狂的感情的俘虏，昏昏欲睡，让人听凭他的心去拨弄。

腐朽的庸俗，下贱的苦闷的女儿，犹如传播瘟疫的云雾，从四面八方朝人袭来，用刺鼻的灰色尘埃把他的头脑、心和眼睛蒙住。

倘若没有骄傲和思想，人将不成其为人，他自身的弱点会使他蜕化为禽兽但是，一旦怒火燃烧，把思想唤醒，人就会独自穿过犹如荆棘丛生的累累错误，只身冲进灼人的多如星火的疑虑，踏着旧真理的瓦砾，继续前进！

庄严、高傲、自由的人，勇敢地正视真理，对自己的怀疑说道：“你说我软弱无力，认识有限，这是一派胡言！

我的认识在发展！

我知道、看见并感觉到认识在我身上发展，我根据痛苦的轻重程度去探测我的认识的增长，如果认识没有增长，我就不会比从前更感到痛苦”“但是，我每前进一步，我的需求就更多，感受更多，我的见识也越加深广，我的愿望的迅速增长，意味着我的认识在茁壮成长！

现在我的认识好比点点星火，那又算得了什么？

点点星火可以燎原！

将来，我就是照耀黑暗宇宙的熊熊烈焰！

而我的使命就是要照亮整个世界，溶化世上无数的神秘之谜，达到我和世界之间的和谐，创造我自己内心的和谐。

我要把人间照亮，而人间的生活乌七八糟、痛苦万状，布满了不幸、屈辱、痛苦和憎恨，犹如布满了疥疮，我要把人间一切可恶的垃圾统统扫进往日的墓穴！

## &lt;&lt;沉思录&gt;&gt;

” “各种迷误与过错，犹如一条条绳索，把惊惶失措的人们拴在一起，把他们变成了鲜血淋漓、令人厌恶、互相吞食的一群野兽，我的使命就是要解开这些绳索！

” “思想创造了我，为的是掀翻、摧毁、踏碎一切陈腐、狭隘、肮脏和丑恶的东西，在思想锻造出来的自由、美和对人的尊重的坚固基础上创造新的一切！

” “我是苟且偷安无所作为的死敌，我要让每一个人都成为大写的人！

” “一部分人默默无闻地从事力不胜任的奴隶劳动，完全是为了让另一部分人尽情享用面包和各种精神财富，这种生活毫无意义，可耻而又可恶！

” “让一切偏见、成见和习惯都见鬼去吧，它们像黏滞的蜘蛛网，缠绕着人们的头脑和生活。它们妨碍生活，强制人们的意志，我一定要把它们铲除！

” “我的武器是思想，而且坚信思想自由、思想不朽以及思想的创造能力永远不断增长——这就是我的力量取之不尽的源泉！

” “对我来说，思想是黑暗生活中唯一不会欺骗我的永恒灯塔，是世上无数可耻谬误中的一点灯火，我看见它越燃越旺，逐步把无效秘密彻底照亮，我跟随着思想，在她永不衰竭的光芒照耀下前进，不断向上！

迈步向前！

” “不论在人间还是在天上，没有思想攻克不了的堡垒，也没有思想震撼不了的圣物！

思想创造一切，这就使她拥有神圣不可剥夺的权力，去摧毁可能妨碍她自由生长的一切。

” “我平静地认识到偏见是种种旧真理的外壳，思想一度创造了旧的真理，正是思想的火焰又把它们烧成了灰烬，如今盘旋在生活之上的重重谬误，都是旧真理的灰烬中的产物。

” “我还认识到，胜利者并非摘取胜利果实的人，而仅仅是同守在战场上的人” “我认为生活的意义在于创造，而创造是独立自在而且无穷无尽的！

” “我要前进，要燃烧得更加明亮，更彻底地驱散生活中的黑暗，而牺牲就是对我的褒奖。

” “我不需要别的褒奖，我认为，权力是可耻而乏味的，财富是沉重而愚昧的，荣誉是一种偏见，它来自人们不善于珍重自己，来自人们卑躬屈膝的奴隶习性。

” “怀疑？

你们不过是思想进出的火花而已。

为了考验自己，思想才用剩余的力量生育你们，并用自己的力量把你们抚养！

” “总有一天，我的感情世界将同我永生的思想在我脑中汇合成一团巨大的创造性的火焰。

我将用火焰把灵魂里一切黑暗、残暴与凶恶的东西烧光。

我将同我的思想已经创造出来和现在创造的神灵一模一样。

” “一切在于人，一切为了人！

” 于是他威严而自由地高昂着骄傲的头颅，重新迈开从容而坚定的步伐，踏着已化为灰烬的陈腐偏见，独自在种种谬误构成的灰白色的迷雾里前进。

他身后是沉重的乌云般的旧日的灰尘，而前面则是漠然等待着他的无数的谜。

它们像太空的繁星不计其数，人的道路也永无止境！

斗志昂扬的人就这样迈步向前！

不断向上！

永远向前！

不断向上！



<<沉思录>>

编辑推荐

《沉思录(套装全3册)》由团结出版社出版。

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>