

<<叔本华的顿悟口诀>>

图书基本信息

书名：<<叔本华的顿悟口诀>>

13位ISBN编号：9787212063603

10位ISBN编号：7212063606

出版时间：2013-5

出版时间：叔本华、赵华民 安徽人民出版社 (2013-05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>

## <<叔本华的顿悟口诀>>

### 内容概要

《叔本华的顿悟口诀》是一本叔本华人生智慧的精粹集。

编译者赵华民从叔本华的所有著作中，精挑细选翻译出了最有价值的214句话。

包括如何磨练意志力、如何洞悉生活本质、如何与别人相处、如何锤炼强大的心智、如何获得人生幸福等八大板块。

这八大板块基本囊括了叔本华智慧的精髓所在，对帮助年轻人洞见人生本质、找到生存的意义和目标有着不可估量的作用。

每一板块中的内容都紧扣主题，阐述了生活中做人做事的哲理，行文深入浅出，绝不艰深晦涩，适合普通大众阅读。

## <<叔本华的顿悟口诀>>

### 作者简介

作者：（德国）叔本华 译者：赵华民叔本华，超越国籍和地域的伟大哲学家，被认为是世界上有史以来智商最高的人，尼采、萨特、弗洛伊德、爱因斯坦、薛定谔、达尔文等人都曾深受其影响。著有《作为意志和表象的世界》、《论意志的自由》等不朽作品。他富含智慧的文字，往往能一语道破生命的本质，让处在迷茫中的人幡然醒悟，走出人生的困局。

## &lt;&lt;叔本华的顿悟口诀&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章每一刻都为自己而活 世界就是你自己 / 002 个人的生活就是一场无休止的战斗 / 003 享受此时此刻 / 004 过有新意的生活, 因为重复的表演只会让人觉得乏味 / 005 珍惜当下的时光, 守卫永不枯竭的源泉 / 006 留心身边的事物 / 007 把自己放在心上 / 008 抓住灵光闪现的瞬间 / 009 不要只考虑眼前的需求 / 010 不断更新, 让生活更有魅力 / 011 竖起耳朵, 保持清醒 / 012 生命的本质是自由的 / 013 不要将大量时间浪费在阅读报刊上 / 014 只要我一息尚存, 这个世界就不会消逝 / 015 个性是最大的财富 / 016 有价值的人无需过于谦虚 / 017 在独处中升华 / 018 孤独时, 人须委身于自己 / 019 自己是一切快乐的原动力 / 020 享受每一个轻松明快的时刻 / 021 唯独自己的需要才是最真实的 / 022 不要成为自己的包袱 / 023 一切都是因我而起 / 024 第二章从生活中突围 从生活中突围 / 026 正视自己对生命的焦虑 / 027 承受住痛苦的磨练, 人生才能升华 / 028 生存是第一位的 / 029 生命的首要任务是谋生, 其次是排解无聊 / 030 在境遇不佳时, 提升自己的智力 / 031 不要让自己挡住自己 / 032 凡事三思 / 033 发现生活中的喜剧元素, 会过得更快乐一些 / 034 不要太注重安逸 / 035 认清自己有助于问题的解决 / 036 学会暂时放下 / 037 生命的秘诀就是不停地奔跑 / 038 吃得“苦药”, 才有疗效 / 039 达到目的的最快途径 / 040 不做生活的看客 / 041 警惕在游手好闲中浪费生命 / 042 利用好财富与闲暇 / 043 莫让犹豫成为惯性 / 044 榜样的力量 / 045 有用的行当如同金矿 / 046 与其消磨时光, 不如利用时光 / 047 求助于自己 / 048 重视眼前的事情 / 049 活着就要劳心劳力 / 050 找到自己与生俱来的才能 / 051 调节对生活的期望值 / 052 继续努力, 直到阻碍被克服为止 / 053 定价过高会找不到买家 / 054 跳出生活的常规模式 / 055 成功地做好你的一切工作 / 056 第三章让智慧成为你的生命之光 生命之光 / 058 智力就是爪子和牙齿 / 059 怎样鉴定自己是不是天才 / 060 从直观认识中获得生命的火花 / 061 看清事物本来的样子 / 062 将自己的智力应用在实用的刀刃上 / 063 成为智者的根本条件 / 064 对知识怀有深深的渴望 / 065 借助兴趣来提升自己的记忆力 / 066 如何获得新看法和新见解 / 067 挖掘智力的深度 / 068 以思考为乐 / 069 只有经过深思熟虑, 才能获得真知 / 070 做特立独行的思考者 / 071 和命运对决是不明智的 / 072 智者不走寻常路 / 073 不独立思考, 就会成为他人的影子 / 074 节制欲望 / 075 不要从外在寻找事物的本质 / 076 不要把书本看成知识的源头 / 077 如何提高自己的记忆力 / 078 培养自己下意识思考的能力 / 079 让思考像呼吸一样自然 / 080 静候思想的光临 / 081 一事物只满足一个愿望 / 082 当思维枯竭时再进行阅读 / 083 摘取通往胜利之门的钥匙 / 084 用智力来看守心中的猛兽 / 085 过睿智的生活 / 086 第四章磨练强大的意志 意志就是无尽的追求 / 088 寻觅真理 / 089 意志比动机更可靠 / 090 痛苦是什么 / 091 意志所争取的是什么 / 092 生命是流动的 / 093 用意志将智力唤醒 / 094 阅读人世这本大书 / 095 意志需要足够的智力 / 096 强有力的意志是成功的保证 / 097 勇气就是自我征服 / 098 发自内心的英勇气概 / 099 任何时候都不要自夸和傲慢 / 100 增长自己的心灵财富 / 101 意志是唯一不会枯竭的力量 / 102 摆脱谬误的控制 / 103 真理一旦掌握, 就永远不会被夺走 / 104 超越看客心态 / 105 勇敢是一种气质 / 106 重要的不是事情本身, 而是事情对我们造成的影响 / 107 摔倒了, 就爬起来 / 108 第五章与人相处的秘诀 同情他人的不幸 / 110 耐心和爱心 / 111 用包容和耐心获取别人的好感 / 112 不要苛求于人 / 113 用宽容的态度对待他人的缺点 / 114 学会怜悯 / 115 嫉妒与同情 / 116 看清他人的优缺点 / 117 同情别人的遭遇, 而不是幸灾乐祸 / 118 从日常细节看透别人的性格 / 119 从小事上鉴别朋友的好坏 / 120 从吝啬者那里可以获得更多的资助 / 121 和水平相当的人相处会更加自在 / 122 识别诡辩者 / 123 尊严建立在道德的基础上 / 124 不要对所有的人进行尊严方面的评估 / 125 不要盲目迷信榜样 / 126 看穿别人的面具 / 127 盯紧内心深处的魔鬼 / 128 不要轻易表现出愉悦 / 129 时刻提防嫉妒之人 / 130 第六章像孩子那样单纯清澈 人类要向动物学习什么 / 132 有时无知是一种福气 / 133 要想获得美的感受, 就要和生活保持一点距离 / 134 每个孩子都是天才, 每个天才都是孩子 / 135 全身心地欣赏美景 / 136 尽情地欢笑吧!

! / 137 美是清晰可见的 / 138 天然的才是最珍贵的 / 139 愉悦的精神是兑换幸福的现金 / 140 美是一封打开了的介绍信 / 141 生活在有如仙境的宁静国度 / 142 从微观的角度观察世事 / 143 像儿童那样单纯和幸福 / 144 大自然从不说谎 / 145 我们要像植物学习什么 / 146 不要让生活成为空洞无物的旋律 / 147 失去信心时, 看看爱犬的眼睛 / 148 远离烦恼与忧患 / 149 在自己的所见范围内感受快乐 / 150 岿然不动的是人心 / 151 每一个智者都是大小孩 / 152 享受无限的阳光 / 153 享受当下, 而不是将它看成目标的

## &lt;&lt;叔本华的顿悟口诀&gt;&gt;

中转站 / 154 把心放宽，快乐就进来了 / 155 生命的旋律 / 156 第七章幸福的密码 幸福和痛苦的真相 / 158 抵抗无聊 / 159 未曾留意的，也许是你深深期待的 / 160 幸福生活的构成 / 161 不要为了错失幸福而感到悲伤 / 162 幸福就是让思想处在一种悠闲自得的状态 / 163 最大的幸福 / 164 为美好的思想敞开大门 / 165 幸福的第一要素 / 166 我们应尽全力维护自己的健康 / 167 幸福的天敌 / 168 恰到好处的运动是健康的保障 / 169 个性丰富的人更幸福一些 / 170 幸福的三个源泉 / 171 痛苦的源泉来自你的内心 / 172 将幸福的重心放在自己身上 / 173 获得睿智的快乐 / 174 对快乐敏感一些 / 175 不要将幸福视作理所当然 / 176 重视间歇时刻 / 177 珍惜得到的 / 178 对客观事物怀有广泛的兴趣 / 179 奇思妙想的幸福 / 180 快乐就是将别人看作另一个自己 / 181 面对生命中的快乐与痛苦 / 182 只有内在丰富之人是幸福的 / 183 做自己快乐的源泉 / 184 没有真正的需要，就不会有真正的快乐 / 185 唯有知性的快乐才不会令人厌倦 / 186 第八章洞悉世事的本质 不要期望过高 / 188 世界不是完美的 / 189 辨清生活的方位 / 190 警惕犯错 / 191 承认自己的无知 / 192 真理永不过时 / 193 不要忘记自身所具有的普遍人性 / 194 没有人能在任何时刻都保持理智 / 195 不要逃离现实世界 / 196 经验不能代替思考 / 197 培养直截了当的气质 / 198 必须要懂点历史 / 199 如何成为一个出色的观察者 / 200 怎样消除沉闷与倦怠 / 201 小心把自己读蠢了 / 202 劣书是毁坏人们精神的毒药 / 203 复习的重要性 / 204 挥霍是一种罪过 / 205 节俭的原则 / 206 金钱本身没有价值 / 207 生活就是一场化妆舞会 / 208 上好发条的钟表 / 209 沉溺于赌牌是思想破产的象征 / 210 只贪图个人安逸的人，毫无深度可言 / 211 通过自身的思考才能充实自己 / 212 消除先入为主的偏见 / 213 从直观上把握事物 / 214 多读社会这本无字书 / 215 虚名是靠不住的 / 216 积蓄金钱，抵御灾祸 / 217 不要盲从权威 / 218 人事的发展不会尽如人意 / 219 财富好比海水，喝得越多越是口渴 / 220 不要试图用金钱来跳脱烦闷 / 221 人生的大梦 / 222

## <<叔本华的顿悟口诀>>

### 章节摘录

版权页：失去信心时，看看爱犬的眼睛 人与人之间的差别仍是十分巨大的，当我们看到别人表现出自己的样子时，我们大多数人都会感到震惊。

啊！

如果有一个能够让人们透视道德事情的阿斯莫底斯该有多好！

如果他能够助其宠儿看穿墙壁、屋顶，还可以让他们透视覆盖着的一切，穿透人们用奸诈、虚伪和谎言编织成的纱网；如果阿斯莫底斯能够让我们看到世界上的诚实是多么的罕见，而非义和狡猾又是怎样牢牢地把持着统治的地位，那有多好！

人的内心深处隐藏着那些丑陋的东西，它们秘密潜藏在美德外表的背后，即使是我们最不会怀疑的地方也成为了它们的藏身之处。

有很多人同四足动物结下了深厚、纯洁的友谊，因为，当然了，若不是我们的爱犬诚实的眼睛——在看到这种眼神时，我们无须忐忑、狐疑——我们又怎会从人们的那些没完没了的虚假、背信弃义中恢复信心呢？

远离烦恼与忧患 为了逃避“厌倦”，大多数人需要不断以现实来填充心灵的空虚。

然而现实总是危险和令人失望的，一旦他们失去对现实的兴趣，疲惫便会不请自来了。

只有理念世界才是无限平静的，它远离了人世间的一切烦扰与忧患。

在自己的所见范围内感受快乐 对自己不希冀的东西，人是不会产生失落感的：没有那些，他依旧能够快乐，而另一类人，尽管有着千百倍的财富，却为着得不到自己所希望的东西而苦恼。

在他所见范围内的东西，只要他有信心获得，便会感到快乐；而如果难以到手，便终日苦恼。

人人都有自己的地平线，超出这范围以外的东西，对他而言，得到与否都没影响。

岿然不动的是人心。

事实上，历史所讲述的，从始至终，翻来覆去的不外乎就是改变了名字和更换了不同外衣之后的同一种东西。

真正的历史应该建立于这样的认识基础之上：虽然变化无穷无尽，但是我们眼前所呈现的永远都只是不会改变的同一样本质，这种本质一如既往、恒久不变。

因此，智者应该在古今中外所发生的一切事件当中，都认出那同样的东西；此外，尽管不同地区间的风俗、习惯、人情、道德风尚等各有差别，但是智者所发现的始终都是同样的人性。

在各种形式变幻中岿然不动的东西就是人的心。

<<叔本华的顿悟口诀>>

媒体关注与评论

## <<叔本华的顿悟口诀>>

### 编辑推荐

《叔本华的顿悟口诀》编辑推荐：叔本华是德国哲学大师，被公认为是世界上有史以来智商最高的人之一。

《叔本华的顿悟口诀》以浅显易懂的只言片语将叔本华的智慧精髓传达出来，让普通大众得以分享人类的终极智慧成果。

因此，《叔本华的顿悟口诀》的出版必然将成为大众读者的福音，它让那些原本束之高阁的智慧，成为能够指导人们现实生活的思想武器。

<<叔本华的顿悟口诀>>

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>