

<<领导干部书架-第一辑>>

图书基本信息

书名：<<领导干部书架-第一辑>>

13位ISBN编号：9787802119802

10位ISBN编号：7802119804

出版时间：2009-5

出版时间：中央编译出版社

作者：(古罗马) 马可·奥勒留 著

页数：1070

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>

前言

当今之世，国人所缺少的未必是锦衣玉食香车宝马，也未必是职称学位和天赋才华，而恐怕更是人格修养、心性修养。

本来，国人最不应该缺少人格修养。

因为中国哲学在很大程度上就是人生哲学、处世哲学。

如孔子云“仁者爱人”，孟子云“反求诸己”，老子云“为而不争”，庄子云“用心如镜”，荀子云“崇德扬善”。

尤其儒学，历代儒学家都强调修身为本，造就了一批又一批国难当头“舍生取义”的仁人志士和先忧后乐“天下为公”的知识分子。

为什么到了现代，人格修养反而成了问题、成了稀有元素呢？

其中原因固然一言难尽，但以儒学为中心的传统文​​化的衰落与断裂不能不说是主要原因之一，而这显然同晚清以来外侮内忧销魂铄骨的社会情势有关。

九十年前，五四运动打倒“孔家店”，以孔子思想为代表的儒学被视为封建主义的代名词，受到空前猛烈的抨击，儒学独尊的时代至此终结。

1949年新中国成立后，限于种种主客观原因，未能对传统文化采取公允态度。

而1957年的“反右”，使得作为传统文化传承者的大批饱学之士沦为“右派”，传统文化的地位愈发风雨飘摇，朝不虑夕。

及至1966年开始的十年浩劫，所有传统文化俱成“革命”对象，风卷残云一般被“文化大革命”的铁扫帚扫进了所谓历史垃圾箱。

言语道断，思维路绝，莫漫说儒学“反躬修己”之说，就连国家主席刘少奇之《论共产党员的修养》都成了“大毒草”，“造反”之声甚嚣尘上，“修养”一词殆成反义，危危乎销声匿迹。

春风化雨，万象更新，1978年迎来改革开放。

迩来三十年间，丰衣足食，国泰民安。

人们大多有了政治修养、理论修养、艺术修养、文学修养以至国学修养，但人格心性的修养始终未能与之并驾齐驱。

这从整个社会风气存在的种种流弊即可窥其一斑。

归根结蒂，社会风气问题无非是心的问题。

而心的问题也就是心性修养问题。

正因为没有这方面的修养，心才缺少定力，没有根基，如浮萍一样在社会这个汪洋大海中随波逐流，见利忘义，见钱眼开，见色动心，弄虚作假，招摇撞骗，贪污受贿，腐化堕落。

甚至为人师表的教授也有人把持不住，致使学术造假屡禁不绝。

不讳地说，对于当下国人，心的危机才是真正的危机。

近年兴起的国学热不妨视为这种心无所依的焦虑和饥渴所催生的心灵寻根或文化回归现象。

这也为人格心性的修养提供了难得的契机。

但完全依赖国学也不现实。

我感到费解的是——也许我孤陋寡闻——迄今为止，好像还没有哪位学者以国学为根基结合西学并揉进当代元素，写出中西今“三位一体”的修养读本。

新渡户稻造这本《修养》恰恰在这方面有其价值。

书中，他将东两方经典和自己对当时的日本社会风潮所见所闻所思所感融于一炉，在经典与民众之间架起一座桥梁，使得经典走向大众、亲近大众、服务大众，以此改造国民的思想、熔铸国民的气质、提升国民的人格。

显而易见，中国的儒家学说和西方的基督文化是《修养》的两根支柱。

作者开篇就将《大学》“修齐治平”之“修身”视为修养概念的来源，继而将基督“饲养羔羊”之语转用于“修养”的“养”，使得修养一词同时迸发出东西文明的光彩，构思精巧而妙造自然，双峰并起而互为一体，实为大家手笔。

进入正文后继续旁征博引。

<<领导干部书架-第一辑>>

以第七章“对待名誉的心理”为例，忽而孔子孟子菜根谭，忽而圣经古希腊莎士比亚，甚至拿破仑和《鲁滨逊漂流记》也联翩登场。

又不忘引用日本临济宗中兴之祖自隐禅师逸事和之于日本人的“诚”之含义，信手拈来，随机生发。同时融入作者本人的阅历和对青年人心理的体察。

东西切换自如，古今一气贯通。

这是此书的第一个特点。

第七章有这样两句话尤需切记：“讲别人的坏话，只不过是坦白自己的卑鄙”，“必须知道获得名誉的同时必定伴有几分危险”。

说起来，我国近年来出了许多励志方面的书，皆与修养有关。

但大多带有明显的功利性，再三告诉青年人如何成为精英或成功人士。

成为精英或成功人士诚然可喜可贺，亦为社会所需。

问题是那样的人毕竟是极少数，而大多数人则是平凡的，是在平凡岗位履行平凡职责的普通人。

《修养》的另一可贵之处，在于它是为普通人写的。

这是此书的第二个特点。

作者认为修养的目的并非使人成为惊天动地的英雄豪杰，获取荣华富贵，而在于提升人格境界，因而日常性的平凡努力比什么都重要。

他在总论中写道：“也许有的人看到我用平凡二字感到不快。

我所说的平凡任务尽管性质上是平凡的，但是，执行任务的人，绝不能称为平凡的人。

”作者为此举了一个例子。

每天早晨有一个卖纳豆(大豆发酵做成的一种类似湿豆豉的豆制品)的妇女从他家门前经过。

她的职业平凡，买卖也很寻常，但她风雨不误，不乱开价，纳豆做得一丝不苟，态度诚恳热情。

用赚得的钱养活卧病在床的丈夫和背上的孩子——有这样的人品，“她不就是一个了不起的人吗？”

”在作者眼里，了不起的人不一定是功成名就的精英，平凡的人也可以通过人格修养成为了不起的人。

换言之，较之教人如何成为事业上的成功者，这本书更是教人如何成为人格上的成功者。

毫无疑问，后者比前者更重要，也更能给人带来真正的幸福感。

此书的第三个特点，就是译者在译者前言中强调的通俗易懂。

新渡户稻造是一位毋庸置疑的著名学者、大学教授和一校之长。

早年负笈欧美，谙熟西方经典，通晓英德语文，曾以华丽而高雅的英语文体撰著广为人知的《武士道》一书。

但《修养》则写得深入浅出，平白晓畅，推心置腹，娓娓道来，毫无艰深晦涩的学究气息和居高临下的说教意味，作为一代大家，委实难能可贵。

自不待言，原作笔调需由译文体现。

尽管以我挑剔的眼光看来译文有的地方尚欠工致和洗练，但总体上较好地传达了原文的这一特点。

若干段落译得文气充沛，一泻而下。

以“直译”论之，殊为不易。

译者王成教授是较早自海外归国的博士。

记得初次相见是2001年金秋时节，于北大参加季羨林先生九十周年华诞庆贺会暨学术研讨会之余，我们在阳光灿烂的未名湖畔畅谈良久，颇有同道之感。

后来接连聚会京城，几次听得他的学术演讲和即席发言，留下了难忘的印象。

他长于思辨，发言逻辑缜密，起承转合，侃侃而谈。

日语口头表达能力也好，风生水起，滔滔不绝。

同时不忘提笔行文，时有篇章见诸学术刊物和其他媒体，乃“海归”学人中的佼佼者。

此次出书，以稿赐我，披览之余，略抒所感，谨为弁言。

倘此书对国人重返修养或有裨益，亦不负译者一番苦心。

是所望焉。

<<领导干部书架-第一辑>>

内容概要

主要译介世界政治、哲学、史学、伦理和文化方面的最新作品，以“让中国了解世界，让世界了解中国”为使命，以“思想文化的摆渡者——在东西方之间”为座右铭，沟通中西文化，传承人类文明。

作者简介

马可·奥勒留：（ Marcus Aurelius，公元121-180年）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、修辞、哲学、法律、绘画方面受过很好的教育，晚期斯多葛学派代表人物之一。奥勒留也许是西方历史上唯一的一位哲学家皇帝。

他是一个比他的帝国更加完美的人，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。

马可·奥勒留是一个悲怆的人；在一系列必须加以抗拒的欲望里，他感到其中最具有吸引力的就是想要引退去过一种宁静的乡村生活的那种愿望。

但是实现这种愿望的机会始终没有来临。

书籍目录

《沉思录》译者前言 一本写给自己的书Book 1 卷一品质闪耀在良好的传承中我从父亲那里学到的Book 2 卷二来自命运的东西并不脱离本性唯一能从人那里夺走的只有现在Book 3 卷三享受那你认为是最好的东西的快乐最长久的名声也是短暂的Book 4 卷四任何行为都不要无目的地做出使你的智慧仅仅用于正直地行动Book 5 卷五遵从你自己的和共同的本性寻求不可能的事情是一种发疯Book 6 卷六灵魂保持在一种状态和活动之中灵魂先于身体早衰是让人羞愧之事没有人能阻止你按本性生活Book 7 卷七多少人在享受赫赫威名之后被人遗忘了热切地追求你认为最好的东西痛苦不是不可忍受或永远持续的Book 8 卷八幸福在于做人的本性所要求的事情使你的生活井然有序是你的义务人们是彼此为了对方而存在的Book 9 卷九与持有同样原则的人一起生活在来自外部事物的打扰中保持自由不同无知的人作无谓的交谈Book 10 卷十因果的织机永恒地织着与你相关联的线认识真正按照本性生活的人操纵你的是隐蔽在内部的信念Book 11 卷十一我为普遍利益做过什么？

人们相互蔑视又相互奉承总是想着有德之士Book 12 卷十二在无望完成的事情中也要训练自己死亡不是一件可怕的事情《沉思录： 》译者序引领人们走向宁静、满足与幸福的传世经典卷一区分什么你能控制，什么你不能控制伤害我们的是我们对事情的看法与你有关的事要全神贯注卷二让你的意愿与自然和谐一致好的生活是内心平静的生活持久的满足胜过及时的行乐卷三与他人交往要有所警惕将人生视如赴宴责任体现在人际关系中一而再、再而三地宽恕他人卷四智慧的生活就是理性的生活戒除骄傲自大是走向智慧生活的第一步智慧的人生，行重于知必须时刻关注的只有自己卷五品德比名声更要紧有道德的人生才是兴旺发达的人生珍视你的思想与理智，忠实你的目标哲学的主要任务是回应灵魂的呼声卷六从所有外物中获益不选择焦虑，就没有焦虑的容身之所不幸与痛苦是可以避免的失败了还可以重新再来卷七尊敬暴君如同尊敬你的小瓦罐任何时候都要保持我们的本性勇敢面对困难，不要悲哀哀怨自由的真谛卷八镇定而谨慎地对待一切自信和谨慎并不冲突以正确的方式展示自己的能力卷九顺应天意，遵从天命安心地居留在已安排好的位置上愉快地接受不可控制的事物不要渴求我们无法控制的东西死亡并不可怕卷十要了解友谊的真相做自己心灵的伴侣不因他人的错误而生气一些经典的话卷十一在善恶判断上我们还需努力只对意志可控之物作出判断论一心想高升的人卷十二不要害怕短缺犬儒主义者的精神知足方能与自然和谐一致过宁静而幸福的生活《沉思录： 》前言 西塞罗——古希腊罗马文化之父1 论友谊友谊是神灵赋予人类的最好的东西友谊来不得半点虚假“为了友谊”是个不名誉的托词贫穷不是寻求友谊的动因友谊中应当注意各种限制缺乏忠诚的友谊是不能持久的和朋友绝交是一种不幸献媚的朋友比尖刻的敌人更坏美德是友谊的基础2 论善与责任人是唯一知道节制的动物德行的四个来源不择手段的行为应该避免惩罚有限，公正无界行善不要超越自己的财力物以类聚，人以群分越是困难的事情，越要做得堂堂正正不仅要伟大，而且要有用战争的功绩与和平的伟大任公职者要信守规则理性担当指挥，欲望坚决服从服从特殊个性，从事高尚职业美德之路与享乐之路美观、得体与优雅一切都要奉行中庸之道在合适的时间做合适的事情谨慎的行为比智慧沉思更有价值3 论利与责任人最能助人也最能害人服从权势的六个动机善意、信任和敬佩赢得荣誉应尽到自己的责任施舍无止境，疏财有限度努力施惠于不同处境的人为政清廉，恤民有度关心健康，关心财产4 论老年老年不能从事积极的工作吗？

老年使人衰弱吗？

年轻人并不讨厌老年人只要能坚持，老年亦健康老年帮助我们摈弃了一切不良习惯宴请宾客，一起生活闲逸的老年更加快乐务农真是其乐无穷感官快乐焉能与威望相比拟老年的死亡是“成熟”后的自然现象灵魂离开躯体后更加纯洁最聪明的人总能从容地赴死西塞罗年表《幸福之路》上部 第不快乐的原因第一章 什么使人不快乐？

第二章 拜伦式的不快乐第三章 竞争第四章 厌烦与兴奋第五章 疲劳第六章 忌妒第七章 犯罪意识第八章 迫害狂第九章 畏惧与论下部 第快乐的原因第十章 快乐还可能吗？

第十一章 兴致第十二章 情爱第十三章 家庭第十四章 工作第十五章 闲情雅兴第十六章 努力与放弃第十七章 快乐的人我的信仰自然与人美好的人生道德的准则个人的与社会的拯救科学与幸福附：东方与西方的幸福视念《修养》重返修养（中译本序）一本值得重读的名著（译者前言）序言总论第一章 青年一、“长岁数”意味着什么？

<<领导干部书架-第一辑>>

二、“身有老少，而心无老少”三、青年身上也有天性淡泊的一面四、青年要积蓄元气第二章 立志一、凡夫俗子也需要立志二、人也要呼吸纵向的空气第三章 职业一、职业的选择也是学问的选择二、没有特别爱好者的职业选择三、当境遇不允许满足志愿时四、不要被名声所迷惑五、缺少经费不会影响立志第四章 信念一、“人的一生如负重远行”二、小事当中存在大原则三、妨碍恒心的原因不仅仅来自内心第五章 勇气一、恪守道义是勇气修养的第一步二、如何修养勇气？第六章 克己一、“克”是绝对的，不问有无敌手二、应该战胜的真正敌人潜藏在此三、克己之工夫在一呼一吸之间四、克己的程度第七章 名誉一、名誉并非存在于自身之外二、获得名誉的同时必定伴有几分危险三、名誉是手段还是目的？四、即使达不到目标也要把理想置于高处第八章 储蓄一、文明是精力的储蓄二、有储蓄意识的人大多是思维缜密的人三、储备体力不是虚张声势四、将储备的知识显露出来的机会至关重要五、积德不论人和时间第九章 阅读一、我从读书中学到的二、一生受益的阅读之法第十章 逆境一、没有人不会身处逆境二、苦难磨练一些人，也毁灭一些人三、处于逆境时退后一步再行动四、顺境和逆境之间也许仅一步之遥第十一章 顺境一、凡人皆有得意时二、人在身处顺境时更加容易掉以轻心三、境遇的好坏只在一念之间第十二章 处世一、人在社会中应该努力的方向二、善用自已的境遇第十三章 道路一、一条人应该走的路二、世上的路有高有低第十四章 默思一、静思默想是灵魂与天地的交会二、沉默五分钟三、以体会人生真味为目标第十五章 暑天一、夏季是最佳的精神修养期二、让散乱的精神尽量归一第十六章 新年一、新年是重新出发的好机会二、将自己的愿望变为现实

章节摘录

卷一区分什么你能控制，什么你不能控制懂得你能控制什么，你不能控制什么。

要想获得幸福与自由，必须明白这样一个道理：一些事情我们能控制，另一些则不能。

只有正视这个基本原则，并学会区分什么你能控制，什么你不能控制，才可能拥有内在的宁静与外在的效率。

我们能够控制的是我们自己的观点、愿望、欲求与厌恶之事。

这些东西是我们能直接影响的，因此与我们息息相关。

我们总可以选择自己精神生活的内容和品质吧！

有些事物我们无法控制，如我们拥有什么样的身体，我们是否生而富足或运气亨通，他人怎样看待我们，我们的社会地位如何。

我们必须牢记，这些均为外部事物，因此与我们的好恶无关。

试图控制和改变我们力所不及之事，只能带来痛苦。

记住：我们力所能及之事，自然处于我们的控制之下，不会有什么限制或妨碍；但我们力所不及之事则不然，它是脆弱的，具有依附性，或由他人的兴致和行动所决定。

还要记住：如果你认为自己可以自由支配那些你本来就不能控制之事，或者试图把他人之事置于自己的掌控之中，那么你的追求必将受挫，你会变成一个灰心、焦虑和挑剔的人。

什么重要，什么不重要？

我们一而再再而三地看不清什么重要，什么不重要，这是我们的困窘之处。

我们渴求那些力所不及的东西，而对力所能及的东西又不满意。

我们需要定期停下来检查一番，坐下来想一想，确定什么东西值得重视，什么不值得；什么风险值得付出代价，什么不值得。

即使是生活中最令人困惑或痛苦的地方，在经过明辨与抉择之后，也可以变得比较容易忍受。

欲望需要得到满足。

渴望与厌恶都是跃跃欲试、变化多端的统治者，它们需要被满足。

渴望支配我们去拼命，以得到我们想要的东西；厌恶则要求我们，一定要避开我们反感的东西。

得不到想要的东西，我们会感到失望；得到不想要的东西，我们则会苦恼不已。

这些都有代表性。

有些事不是你所渴求的，且与你的幸福相悖，但却在你的控制之下，如果你想避开它们，那么你就永远不会遭遇任何你不想要的东西。

不过，如果你试图躲避不可避免之事，如疾病、死亡或不幸（对此你没有真正的控制力），那么你就会使你自己和周围的人遭受痛苦。

尽管欲望和厌恶都强劲有力，可它们仅仅是习惯而已。

我们可以通过修炼养成更好的习惯。

对一切力所不及之事感到厌恶，这种习惯你要克制，要把注意力集中在对付那些于你不利却能控制的事情上面。

尽最大努力控制你的欲望。

因为，如果你想得到的东西却是你控制不了的，失望必然接踵而至；同时，你还会忽略那些正是你可控制的又值得追求的东西。

当然，有时出于现实的原因，你必须追逐某个东西或避开另一个东西，但要做得优雅、巧妙、灵活。

让你的愿望符合实际。

不论好坏，生命和自然都由我们无法改变的法则所掌控。

越快接受这一点，我们就能更加平静。

期望你的孩子或伴侣永远活着，这是愚蠢的。

与你一样，他们也终有一死；死亡的法则完全不由我们控制。

同样的，希望雇员、亲属或友人完美无瑕，也是愚蠢的。

这等于期望控制我们无法真正控制的事物。

<<领导干部书架-第一辑>>

如果我们依据事实来对待我们的愿望，而不是被愿望冲昏头脑，那么我们力所能及之事，就是不对愿望感到失望。

谁给予我们想要的东西，拿走我们不想要的东西，谁就能最终支配我们。

如果你追求的是自由，那么，那些取决于他人之物，你就不要指望得到，也不要妄想躲开，否则你永远都是无助的奴隶。

要懂得何谓真正的自由，如何才能得到它。

自由并非为所欲为的权利或能力。

自由来自于对自身力量的限度和上天所设置的自然之限度的了解。

接受生命的限度与不可避免性，而不与其抗争，我们才能获得自由。

相反，如果我们屈从于一时之念，想得到我们无法控制的事物，那么我们会失去自由。

你的意志总在你的掌控之中。

没有什么事能真正妨碍你，因为你的意志总在你的掌控之中。

疾病可能考验你的身体，但你仅仅拥有身体吗？

瘸腿会使你的行动不便，但你不仅仅拥有腿啊，你的意志比你的腿更强大。

你的意志没必要受一个突发事件的影响，除非你让它如此。

面对降临到你头上的任何事，都不要忘了这一点。

卷七自由的真谛如果一个人能够按照自己的愿望生活，不被强迫、阻碍，不遭受暴力，能自由地选择，成功地实现愿望，避免可以避免的事情，他就是自由的人。

有谁愿意生活在错误之中呢？

没有谁。

有谁想受蒙骗，冲动、不公正、没有节制、不安、卑贱地生活呢？

没有谁。

所以，坏人不能够依照自己的愿望生活，坏人是没有自由的。

悲伤、恐惧、妒忌、怜悯、渴望无法实现、想避免的又避免不了，有谁会愿意这样生活呢？

根本不会有人。

我们看到有哪个坏人能够避免忧伤与害怕，避免他想要避免的，或得到他想要得到的呢？

没有谁。

一样的道理，我们看到，坏人是不自由的。

现在想一想，如何把自由的概念运用在动物身上呢？

驯化过的狮子被人关在笼子里，人们把它们喂养大，还带着它们四处溜达。

但是，有谁会这样说活着的狮子是自由的呢？

狮子的生活越舒适，它就越受奴役，这难道不是事实吗？

狮子愿意成为这样的狮子吗，假如它有意识和理智的话？

的确，那些被人关在鸟笼里喂养的鸟儿，它们渴望逃离囚笼，为此它们吃了不少苦头啊！

有的鸟儿宁可饿死，也不想忍受那样的生活。

虽然有的鸟儿能够苟活，也非常痛苦，没有什么生气，只要找到逃跑的出口，它们立即就会远走高飞。

鸟儿渴望躯体的自由，渴望不受束缚，自由自在地生活。

你在笼子里生活，有什么不好呢？“你怎么这样问！

我天生就是要飞到任何我想去的地方，活在天地间，想唱歌就唱歌。

你剥夺了我这一切，却还来问我‘你这样有什么不好呢？

’”因此，只有那些不屈从于囚笼生活，一旦被捉住便以死赢得解脱的动物，才能被称为是自由的。

“快乐地死去是确保自由的稳当的路径。

”第欧根尼曾在某个地方这样说过。

一个奴隶祈祷，渴求立刻获得自由。

在他看来，他一直受到束缚，不能快快乐乐地生活。

<<领导干部书架-第一辑>>

因为他没有摆脱奴役，获得自由。

他说：“如果我获得自由，我就会立即拥有无比的幸福。

我不用再向任何人献媚，作为一个与人平等、与人处于同等地位的人，我可以与任何人交谈。

我想去哪里，就可以去哪里。

我愿意什么时候来，从哪里来，我都可以自己做主。

”后来，他获得了自由。

突然间，他发现自己没有地方可去，没有东西可以吃，他开始四处寻找，奉承别人，找别人混饭吃。

后来，他或者以男妓为生，经历着最恐怖的事情，要是能够找到这样一个混饭的地方，他所受的奴役，相比上一次他所受到的更严重。

或者即便他有钱了，因为不过是个粗俗的暴发户，他于是爱上了一个毫不起眼的姑娘，生活得很悲惨，整天叹气，渴望再成为奴隶。

“哎哟，我究竟怎么了？

以前，别人给我衣穿，给我鞋穿，给我饭吃，我生病时让人照顾我，我只为他做几件事而已。

但是，现在我成了一个多么可怜的人啊！

我遭受了怎样的苦楚啊！

我不只是一个人的奴隶，而是几个人的奴隶。

不过，如果我能戴上戒指，”他说，“那个时候，我就应该能真正地过上富有而幸福的生活。

”于是，为了获得这些戒指，他便承受了他所活该承受的罪。

然后，当他带上戒指后，同样的事情又发生了。

他说：“我要是能够服军役，就能从一切烦恼中摆脱出来。

”于是，他参加了一场战斗，像一只笼中鸟那样忍受痛苦。

他接着要求参加第二场和第三场战斗。

之后，他走完最后一步，成了一名元老院议员。

进入元老院，他成了一名奴隶，更好地、最堂皇地受着奴役。

有害的、需要避免的是什么呢？

如果有谁认为是不能与恺撒做朋友，那么，当他和恺撒做了朋友，他就能不受限制和强迫，安宁地生活了吗？

还有谁比已经是恺撒的朋友的人，更适合做证人呢？

他来了，请回答我们：你是现在睡得安稳，还是你成为恺撒的朋友之前睡得安稳？

他马上回答：“不要问我了，以神明的名义，我恳求你。

别嘲笑我，你不知道我吃了多少苦。

我的命很苦。

现在连觉都睡不了，接连有人进来报告：恺撒已经醒了，已经出来了。

麻烦来了，苦恼来了，要小心谨慎！

”嘿，你是现在吃饭更愉快，还是以前更愉快？

听听他是怎么说的，如果恺撒没有邀请他共同进餐，他会觉得自尊有点受伤；如果恺撒邀请他共同进餐，他就时时得注意不要说错什么做错什么，就像一个奴隶在主子的餐桌上吃饭一样。

掉脑袋是他真正害怕的。

你更自在地淋浴是在什么时候呢？

更轻松地锻炼是在什么时候呢？

总而言之，现在的生活与过去的生活，你更喜欢哪一种呢？

我胆敢发誓，一个人只要还有感觉，不是无药可救，那他越亲近恺撒，就越会哀叹自己的不幸。

所以，当那些所谓的国王不能遵从自己的意愿而生活，那些国王的朋友也不能遵从自己的意愿而生活的时候，最终还有什么人是自由的呢？

——寻找吧，你会有所发现。

因为，从自然那里，你获得了发现真理的能力。

请回答我的一个问题：对你来说，自由是伟大、高贵而又宝贵的吗？“怎么不是！

<<领导干部书架-第一辑>>

”一个精神卑贱的人可能获得如此伟大、珍贵和高贵的东西吗?“那是不可能的。

”所以,当你看到某人在别人面前卑躬屈膝或违心谄媚,可以肯定他是不自由的。

我们会说那样的人不自由,不只是说他为了讨口饭吃而如此,即便他是为了谋求行省总督或执政官的职位而如此,也算不自由。

那些为了一点点利益而做这些事的人,我们称为“小奴隶”,而别的人,则可以名副其实地被称为“大奴隶”。

“我承认这点。

”对你来说,自由意味着独立与自主吗?“当然啊!

”不论是谁,当他受到另一个的阻碍和强迫时,你可以宣称这个人是不自由的。

只要你懂得如何辨别别人的和自己的东西,辨别受限制和不受限制的事情,只关心后者,不关心前者,只是努力渴求后者,厌恶前者,你还用害怕谁呢?“没有人。

”当然,还需要顾虑什么呢?

顾虑那些善恶本性处于其中的你自己的东西?

然而,谁有权控制这些东西呢?

好比没有人能阻碍神一样,又有谁能够取走它们、阻碍它们呢?

不受阻碍的人是自由的,能得到他想要得到的东西。

如果,一个人受阻碍、受强迫,违背自我意愿地陷入某种处境,就是奴隶。

谁能摆脱束缚呢?

这种人不想要属于别人的东西。

属于别人的东西是哪些呢?

所有那些对其能否拥有不由我们控制的事情,所有那些只能在某种程度上或某种条件下拥有的东西。

因此,身体及其他每个部分,还有财物,都是不属于自己的。

如果你急着想要拥有这些东西,并把它们看做你自己的,你就会受到惩罚,就像想要别人的东西的人会受到惩罚一样。

如果你想要自由,想要让你的心集中在那些有价值的东西上,你就要对那些信条、那些语词、那些典范加以思考。

如果你为了一件重大的事情付出了重大的代价,这有什么值得惊讶的呢?

为了自由,有人甘愿走上绞架,有人纵身跳崖,有时整个城市都为此而毁灭。

为了真实确定的、坚不可摧的自由,在神向你索取他曾给予你的东西时,难道你要拒绝神的要求吗?你难道不打算去学习面对死亡,面对折磨、流放,忍受鞭笞,一句话,学习放弃一切不属于自己的东西,就像柏拉图说过的那样?

否则你就只能是众多奴隶中的一员,即使你当过一万次执政官;即使你迈进了皇宫,你也并不比奴隶好多少。

你会理解克里安提斯的名言,觉得这实在是真理:“哲人的话或许违反常理,但理性永远是站在他们一边的。

”经过实践,你会知道他们的话是正确的,实际上,对于那些追求和崇拜某些东西的人来说,获得这些东西不会有任何益处。

没有获得它们的人认为,如果拥有了这些东西,他们就会拥有所有的好东西。

但是,得到这些东西之后,他们的热望还是一样强烈,还是觉得自己来来回回地摇摆不定,还是觉得腻味,还是想要得到没有得到的东西。

想要得到自由,用满足自己的欲望的办法是无法实现的,只有消灭自己的欲望才能实现。

你会知道,这些话都是对的。

过去,你为别的东西白白费力,现在应该把精力转到能让你获得自由的事情上。

为了找到能让自己获得自由的观念,要时时保持警惕。

不要向有钱的老头献媚,而要去拜访哲学家,去登他的门。

常登哲学家的门不是一件不光彩的事。

如果你以适当的方式拜访他,离开时你就不会两手空空、一无所获。

<<领导干部书架-第一辑>>

不管怎么说，至少试一试吧，这样的尝试不丢脸。

媒体关注与评论

各级领导干部必须明白……不学习、不坚持学习、不刻苦学习。势必会落伍。

势必难以胜任我们所肩负的重大职责，要做合格的领导者和管理者，必须大力加强学习…… ——

胡锦涛书籍是人类智慧的结晶。

读书决定一个人的修养和境界，关系一个民族的素质和力量，影响一个国家的前途和命运。

一个不读书的人、不读书的民族，是没有希望的。

——温家宝领导干部要……通过研读哲学经典，改进思维，把握规律，增强哲学思考和思辨能力；通过研读伦理经典，知廉耻、明是非、懂荣辱、辨善恶，培养健全的道德品格。

——习近平《沉思录》[古罗马]马可·奥勒留温总理读了百遍的案头书。

出版至今，连续18个月，多家书城社科书销售排行第一名。

无论是遭逢社会的风波还是个人的不幸，我都能从中读到一些让我的心灵沉静下来而继续努力句子。

——何怀宏《沉思录： 》[古罗马]爱比克泰德爱比克泰德的思想，预示了时下主要的一种心理疗法背后的理论：“天灾人祸不足奇，想不开才出问题。

”爱比克泰德关心的焦点是找到一种忍受人生的办法。

《沉思录： 》[古罗马]西塞罗奠定西方政治和法律框架的巨著那些具有伟大灵魂的人相信，只有道德上的善和正当的行为才值得钦佩、企求或为之奋斗，他们绝不会屈从于任何人、任何激情或任何命运的改变。

这个人经过如此的锻炼之后，不仅应当做伟大的、最有用的事情，而且应当做得极为努力和勤奋甚至甘愿冒丧失生命和许多使生活过得有意思的物品的危险。

——[古罗马]西塞罗《幸福之路》[英]罗素罗素的《幸福之路》虽然写于大半个世纪前，但书中分析快乐与不快乐的原因却是历久常新。

无论处于任何时代，人都会经历快乐与不快乐的时刻，作者特别指出导致不快乐的原因，教读者多认识自己，更提出一些可以引领大家走向幸福之路的方法，甚富启发性。

——香港电台十大好书精选

编辑推荐

《修养》[日]新渡户稻造百年畅销书，从1911年出版到1925年已经发行138版。
自20世纪初开始，新渡户稻造批判物质文明横行的《修养》成为经久不衰的畅销书。
本书主张自我修养比功名利禄更重要。
21世纪的今天，世界面临着更大的危机，本书的出版将成为应对物质文明泛滥的一剂良药。

<<领导干部书架-第一辑>>

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>