

# 學前課

「人生的智慧」是什麼？



## 如何才能幸福地渡過一生

在本書中，我將從日常生活來談「人生的智慧」，也就是如何安排我們的生活，然後享受最大程度的快樂和成功。你也可以說它是「幸福論」，因為它將教我們如何幸福地渡過這一生。

如果從完全客觀的角度來說（因為這個問題本身就不可避免地帶有主觀性），我們都會認為活著比死去好。可以這樣說，我們眷戀生命，是因為生命本身的美好，而不僅僅是出於對死亡的恐懼。並且，我們應該都不希望看到生命結束。

至於人類的生活是否與這一生命的概念完全契合，眾所周知，我的哲學體系給出了否定的回答。然而，根據「幸福論」的假設，這個問題卻必須要從肯定的角度來闡述。我已在我主要著作<sup>1</sup>的第二卷第四十九章指出，這個假設的前提本身就是錯誤的。所以，在闡述「幸福的人生」這個主題時，我不得不向我自己的哲學體系導向的更高的道德觀妥協。我

---

<sup>1</sup> 指《作為意志和表象的世界》。

即將要說的一切，在某種程度上都是一種折衷。基於此，我表述的都是與生活息息相關的觀點，其中便包含了這些觀點本身的錯誤。所以，這些見解具有的價值相對有限，因為「幸福論」這個詞語本身就是一種委婉的說法。並且，我也不敢說自己的論述是完整的，部分原因是這個主題無法窮盡，部分原因是我不想重複別人已經表達過的觀點。

我記得卡爾達諾<sup>2</sup>寫過一本《化弊為利》，很值得一讀，它是唯一一本與這本箴言書的寫作目的類似的書，可作為本書的補充。亞里斯多德<sup>3</sup>在他的《修辭學》第一冊第五章裡也做了小部分關於「幸福論」的論述，但內容並不詳盡。鑒於編輯（別人的觀點）並非我的工作，而且在編輯過程中可能會導致個人觀點的偏離，而個人的觀點卻往往是這類著作的核心，所以我沒有利用前輩們的著作。

實際上，不同時代的智者說的都是同樣的東西；可惜在所有時代，愚者總是占了壓倒性的大多數，總是以他們的方式一意孤行，總是和智者們的教誨唱反調——這種情形只會

---

<sup>2</sup> 卡爾達諾（西元 1501 年～西元 1576 年）：義大利醫學家、數學家。

<sup>3</sup> 亞里斯多德（西元前 384 年～西元前 322 年）：古希臘哲學家、科學家。

周而複始地持續下去。恰如伏爾泰<sup>4</sup>所言：「來來去去，世間永遠愚蠢又邪惡。」

---

<sup>4</sup> 伏爾泰（西元 1694 年～西元 1778 年）：法國啟蒙思想家、作家、哲學家。

## 想要幸福，你必須知道的三個終極真相

亞里斯多德把人生幸福的來源分為三類——身外之物、人的靈魂和人的身體。現在我們只保留他的三分法，我認為，人類命運的根本差別取決於以下三項不同的內容：

第一，人是什麼，可以用「個性」一詞來概括，廣義上的「個性」包括了健康、力量、外貌、氣質、道德品格、智力和教養。

第二，人有什麼，即外在財產和一切佔有物。

第三，人在他人眼中是怎樣的，即人向外界呈現出來的樣子，也就是人們是如何看待他的；而他人的看法則是基於這個人已經獲得的榮譽、社會地位和名聲形成的。

## 我與他人為什麼不同？

人與人之間的差異，首先是由大自然決定的。

由此不難推斷，財富或是他人的眼光只是影響了人們對生活的規劃和安排而已，「人是什麼」對人類幸福或不幸的影響才是最關鍵的。

一個人身上真正的優點——如偉大的頭腦或者偉大的心靈——和那些特權等級或高貴的出身帶來的優勢一對比，就像是現實中的國王和舞臺上扮演的假國王一般，二者有著雲泥之別。伊壁鳩魯<sup>5</sup>最早的門徒邁特羅多魯斯也曾說過同樣的話，他有一篇文章的標題是：《得於我們自身的幸福，要比我們從外界獲取的更偉大》。

幸福的首要因素，甚至，一個人此生存在的主要意義，是由他的內在機制決定的，這是既定事實。內在機制是一個人內心是否感到滿足的直接根源；一個人內心滿足與否，取

---

<sup>5</sup> 伊壁鳩魯（西元前 341 年～西元前 270 年）：古希臘哲學家、無神論者，伊壁鳩魯學派的創始人。

決於他的情感、欲望和思想的共同作用，外在環境只對人起到了間接調節的作用。這也是為什麼，相同的外在環境或外部事件，對兩個不同的人會產生不同的影響——即便是在無限相似的外部條件下，每個人都還是只活在自己的世界裡。

人通常容易只著眼於自身，最能直接理解的是自己的想法、感受和意志，外部世界只有在與個人的生活產生關聯時才會對他產生影響。人們用自己的方式來觀察並塑造世界，世界由此為不同的人呈現出不同的樣子——可能對這個人來說，世界是空洞乏味、流於瑣碎的；但對另一個人而言，它卻極有可能是豐富有趣、充滿意義的。

每當人們聽到某個人談論他經歷的趣事時，許多人都會首先希望同樣的趣事也能發生在自己的生活中，但這其實只是別人有本領把一件事表達得活靈活現而已。智者眼中的一場饒有趣味的冒險，對於一個感受力貧弱的普通人而言，則可能只是一件司空見慣的平凡瑣事。舉個例子，歌德和拜倫根據現實事件創作出了美妙的詩歌，愚蠢的讀者可能會嫉妒，有那麼多讓人欣喜的事情發生在詩人身上，卻忘了詩人才華橫溢，能化腐朽為神奇，這才是值得羨慕的。



同樣地，氣質憂鬱的人覺得是場悲劇的事情，到了樂觀開朗的人那裡，說不定就只被當作一次頗具戲劇性的衝突，而對於冷漠的靈魂來說，它則可能什麼意義都沒有。要意識到，理解每一次事件，必須結合主觀和客觀兩個方面的因素，它們就像水裡的氧元素和氫元素那樣，緊密地結合在一起。同樣的經歷，即便是在客觀或外部因素完全一致的情況下，主觀的個人感受也是不一樣的，不同的人會看到不同的風景。

讓遲鈍的人來欣賞世上最美好的所在，他也只能看到一幅乏味的現實圖景，覺得十分枯燥——恰如一處美好的景致遇上了陰暗的天氣，或是透過一個壞了的相機鏡頭去看，總之是白白辜負了美景。簡單來說，每個人都被禁錮在他自己的意識局限之中，無法跳脫出來，而且外援對他的幫助也不大。



## 痛苦面前，人人平等

在舞臺上，有人扮演王子，有人扮演大臣，有人扮演僕人、士兵或是將軍，這些都只是外在身份的差異，所有這些人物的內核是一樣的——不過是可憐的演員，對自己的命運充滿了焦慮。

生活中也是一樣。雖然社會地位高低、財富多寡決定了人們所扮演的角色不同，但這絕不意味著內在的幸福和滿足會因此有所不同。身為區區凡人，誰都有煩惱，在痛苦面前，人人平等。儘管煩惱的原因各不相同，呈現的形式或需要承受的強度有所分別，但煩惱的本質是一樣的，與一個人在生活中必須扮演的角色並無太大關聯。

存在或發生的一切都只出於我們自己的意識，對一個人來說，最本質的東西就是意識的結構，這比形成意識內容的外部環境重要得多。想想賽凡提斯，在暗無天日的監獄牢房裡就能寫出偉大的《唐吉軻德》，那想像力多麼驚人！再看看一個遲鈍、愚昧的人眼中所謂的「世上所有的榮耀與喜悅」，

是多麼可憐又可笑！現實生活中客觀條件的部分由命運決定，情況不同，形式也不同；主觀的部分則掌握在我們自己手中，就其本質而言是不變的。

每個人的人生都帶著個性的烙印，不論他的外部環境發生什麼變化，萬變不離其宗，沒有人能夠超越自己的個性。

比如動物，無論牠置身於何處，都無法擺脫大自然早已為它設定好的狹窄範圍。如果我們想逗寵物開心，那麼就要在寵物能感知到的範圍內，遵循牠的天性寵愛牠。

人也一樣。個性決定命運，你是什麼樣的人，你就獲得什麼樣的幸福。精神的力量尤其能幫助人們領略更高層次的幸福快樂。如果自身精神力量不夠強大，那麼即便是在親朋好友或是財富這些外界力量的幫助下，能獲得的快樂也相當有限。他只能獲得夾雜著動物性的、流於世俗的快樂——比如感官上的樂趣、低級粗俗的消遣，能感受到的最大樂趣充其量也不過是平庸的家庭生活而已；就連最能開拓人類視野的教育都起不了太大的作用。

## 不幸福只是因為你「感覺不幸福」

我們年輕時幾乎意識不到的一點是，最高級、最豐富且最持久的樂趣來源於思想，思想力量的強弱決定了樂趣的大小。人生的幸福在很大程度上取決於我們是誰，以及我們的個性；財富或命運通常只意味著我們有什麼，或是別人以為我們有什麼。我們如果真的內心富足，就不會過於期待改變命運；就好像一個傻瓜永遠只是一個傻瓜，即便到了人生的彌留之際，即便那時他身處天堂，他也依然只是一個無聊的傻瓜而已。

這也是為何歌德<sup>6</sup>在他的《西東合集》中告訴大家，只有個性才是人生幸福的要素：「普羅大眾，無論貴賤，唯個性是福。」而諸如「餓了就覺得什麼都好吃」「當你老了，年輕時的激情將不復存在」一類的諺語，或是耳熟能詳的那些天才、聖人的生活，也都在告訴我們，人生是否幸福主要還是由主觀意識來判斷，主觀因素比客觀條件重要得多。

---

<sup>6</sup> 歌德（西元 1749 年～西元 1832 年）：德國著名思想家、作家、科學家，魏瑪的古典主義最著名的代表，代表作有《少年維特之煩惱》《浮士德》等。

## 寧做健康的乞丐，不做病懨懨的國王

健康比什麼都重要。所謂「寧可做健康的乞丐，也比做病懨懨的國王快活得多」。性情樂觀、體格健康、充滿活力、溫文爾雅、有良知、能夠洞察事物的本質，這些都是地位或財富無法彌補或取代的優勢。

別人無法給予也無法奪走，即使孤身一人也依然伴隨著你的，是你的本性——「你自己」是最本質的，比任何外在財富或是別人怎麼看你更重要。

對一個本身就很無趣的人來說，任何消遣——無論是社交聚會，還是看戲出遊——都無法驅逐新鮮過後的無聊感。而一個精神世界豐富的人，就連獨處時也能在他自己的思想和想像中自得其樂。

一個溫和善良的人，即便在貧困的環境中仍能感到深刻的幸福；而一個貪婪、善妒又惡毒的人，就算他是世上最富有的人，也依然無法避免感到痛苦。不僅如此，普通老百姓

所追求的大部分樂趣，對那些能夠樂此不疲地享受智力帶來的樂趣的人來說，實在無足輕重，甚至會被視為麻煩或負擔。賀拉斯<sup>7</sup>在談到自己時就說：「即使生活中大部分花哨的東西都被剝奪了，人們也照樣能活得很好。」而當蘇格拉底<sup>8</sup>看到各種各樣的奢侈品時，他驚叫道：「原來這世上竟有如此多我不需要的東西！」

人生幸福最本質的因素在於我們是什麼，即我們的個性，只有個性才能夠在任何環境中持續發揮作用。個性不是命運的競技遊戲，也無法被奪走；與外在財富或別人的看法相比，個性被賦予了絕對的價值，所以僅僅想要依靠外在手段去征服或是支配一個人，是十分困難的。

---

<sup>7</sup> 賀拉斯（西元前 65 年～西元前 8 年）：古羅馬詩人、批評家。其美學思想見於其代表作《詩藝》。

<sup>8</sup> 蘇格拉底（西元前 469 年～西元前 399 年）：古希臘著名的哲學家、教育家、公民陪審員，他和他的學生柏拉圖，以及柏拉圖的學生亞里斯多德被稱為「古希臘三賢」，更被後人廣泛認為是西方哲學的奠基者。

## 人生只需「量力而行」

當然，「時間」是我們最強大的對手，人的生理優勢和精神優勢都會隨著時間的推移而消磨殆盡，唯一可倖免的只有人的品性。這樣看來，外在的財富與別人對我們的看法倒顯得更有優勢，因為時間雖然具有毀滅性的影響，卻不能從我們身上剝奪它們。它們還有另一個好處，那就是，它們本質上是自然界或外部世界的客觀存在，因此是可得到的，至少每個人都有可能得到它們；相比之下，除非通過某種神授的權力，主觀性的東西我們的確更難獲得——主觀方面的特性對於一個人而言是持續不變的、不可剝奪的、不可抗拒的宿命。所以歌德在詩中說道：「出生之際，命運就已分配完畢，不可更改，人只能沿著星象預示的軌跡前行；而預言家和先知們也這樣宣告：人永遠無法逃離他那既定的命運之軌，即使憑藉時間的力量也無法改變這一點。」

我們唯一能夠做到的事情是，最大限度地利用我們所具有的個人品質，並遵循契合個人品質的方向去追求、發展，

避免其他的情形。因此，我們要選擇最適合我們個性的人生位置、職業和生活方式。

試想一個天生神力的人，迫於環境壓力從事了一份需要久坐不動的職業，譬如做一些非常細緻的手工活兒，又或者要去從事他不具備優勢的科研或腦力勞動，也就是說，要被迫放棄他原來最擅長，現在卻無用武之地的力量——這樣的人生如何能幸福？對一個智商高的人而言，智力就是他的財富，如果他不得不棄之不用，去做一份根本用不著智商的工作，譬如一些他根本力所不能及的體力活兒，這又該是多麼地可悲？我們一定要警惕這種情況，尤其在我們年少氣盛時，更要避免這樣的生活陷阱，千萬不可疏忽，不要好高騖遠，去從事我們不能及的工作。

幸福的本質在於「人」，那麼集中精力保持身體健康、培養能力，無疑要比一心積累財富更明智。但千萬不要誤以為我們就應該忽略對生活必需品的獲取。財富這個詞本身的意義是「過剩」，它對我們的幸福感提升幫助不大——許多富人感覺不幸福，因為他們精神思想很貧乏，沒有真正的文化或知識，對客觀事物沒有興趣和見地。



## 財富帶來幸福，也會打擾幸福

在滿足我們日常生活所需之外，財富對人生幸福的影響相當之小，甚至可以說財富會打擾到幸福——為了守護財產，我們會不可避免地耗費許多精力，不得安寧。即便如此，致力追求財富的人，還是要比追求思想文化的人多上豈止千百倍。許多人像螞蟻一樣勤勞，從早到晚為賺錢而奔波，費盡心思鑽營，可除此之外，他對人生一無所知，頭腦空空、渾渾噩噩——他享受不了那些高層次的精神樂趣，只能徒勞地放縱自我，付出昂貴的代價追求轉瞬即逝的快感。倘若此人足夠幸運，通過努力最終掙到了錢，然後留給後人繼承——這些家產要不然被發揚光大，財富越來越多；要不然就是被繼承人奢侈浪費揮霍一空，導致他奠定的整個家底被全部敗光。像這樣的人生，儘管算得上是認真、務實、艱苦創業的一生，但也還是和其他那些渾渾噩噩的人生沒什麼兩樣，不過是在追求一個可笑又浮誇的結局而已。

一個人內在擁有的東西是決定他幸福與否的關鍵。

身外之物對幸福的影響太微弱，大多數無須為生計發愁的人由於內在貧乏，跟那些生活在底層、為生計奔波勞碌的人一樣感覺不幸福。他們頭腦空洞、想像力貧瘠、精神空虛，只好與跟自己相似的人為伍，正所謂「物以類聚，人以群分」他們聚在一起追求消遣娛樂，縱情感官享受，最後以荒唐告終。含著金湯匙出生的纨绔子弟窮奢極欲，通常會在一段很短的時間裡把錢財揮霍一空，敗家速度令人瞠目結舌，原因何在？簡單來說，就是因為空虛無聊。他一來到世上就被賦予了外在的富有，但同時內在又是貧乏的，當他試圖用外在的財富去彌補內心的不足時，常常無功而返，就像一個衰朽的老頭，比如大衛王<sup>9</sup>或馬雷夏爾·德·黑茲，奢望通過財富換取已經退去的力量。所以，內在貧乏的人到最後連外在的財富也會失去。

至於外在財產的價值和他人的看法這兩項的意義，我無須特別強調。

財產的價值是世人公認、家喻戶曉的，根本不需要廣而告之；與之相比，他人的看法似乎沒有外在財產那麼重要，

---

<sup>9</sup> 大衛王：古代以色列～猶太王國國王（西元前 11 世紀～西元前 10 世紀），在位時多次打敗強鄰，受到民眾愛戴。

其意義相對虛無縹緲些。即便如此，大家還是為了博得好名聲而努力著。社會地位是那些服務於國家政府的人最嚮往的；至於聲望，實際上去追求它的人則更稀少。

一般來說，名譽被視作無價之寶，而聲望則被視為一個人能獲得的最珍貴的恩賜，仿佛是被上帝選出來的人才能獲得的金羊毛。只有傻瓜才會不愛財富只追求地位。財富和地位實際上互為因果。佩特羅尼烏斯<sup>10</sup>說過：「一個人所擁有的財產決定了這個人在他人眼中的價值。」如果這句話是正確的，那麼反過來，他人的肯定與讚賞，常常會幫助我們得到我們想要的。

---

<sup>10</sup> 佩特羅尼烏斯（？～西元 66 年）：古羅馬作家，代表作《薩蒂利孔》，又譯作《愛情神話》。