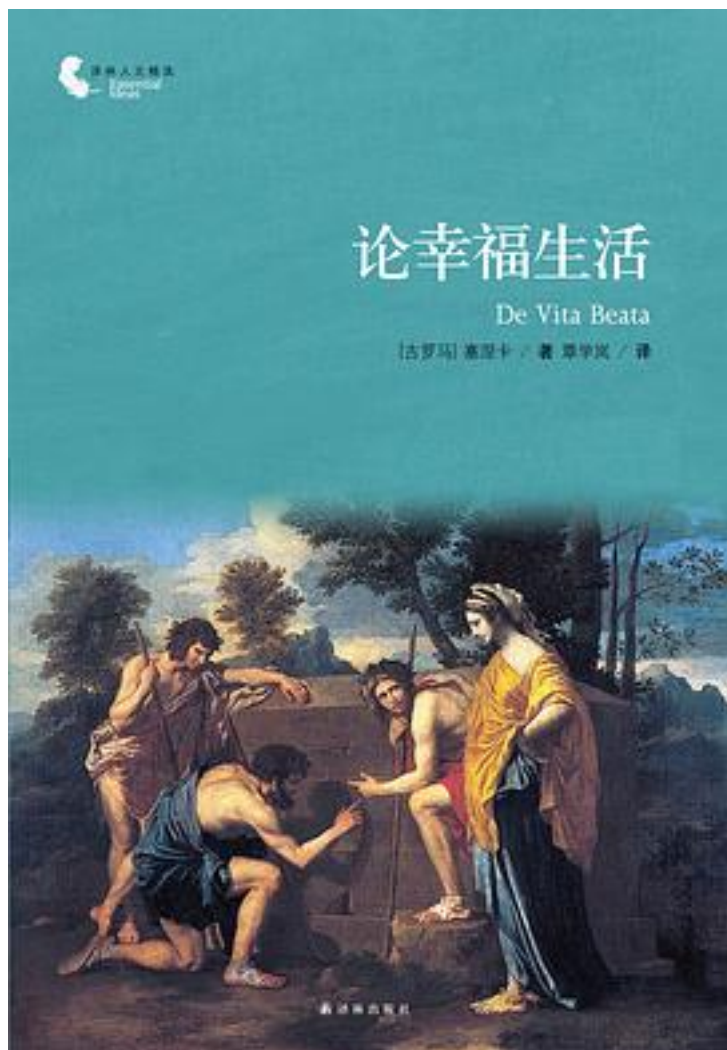


论幸福生活



[论幸福生活_下载链接1](#)

著者:[古罗马] 塞涅卡 (Lucius Annaeus Seneca)

出版者:译林出版社

出版时间:2015-10

装帧:平装

isbn:9787544754378

【古罗马哲学家塞涅卡名篇，以斯多葛学派的智慧治愈焦虑，抚慰人心】

本书为塞涅卡的名篇欣赏，收录了八篇劝导性的文章，分别写给友人、兄弟、母亲，以及尼禄皇帝，主题涉及愤怒、悲伤、欢乐和恐惧等人类情感，表达了斯多葛派智者勇于直面人生短暂和命运无常的生活态度。塞涅卡极善于谈心，每篇从对方的处境出发，娓娓道来，层层深入，令人心胸豁然开朗，对于幸福生活的含义有更为透彻的认识。

作者介绍:

塞涅卡（Lucius Annaeus Seneca，约公元前4—公元65），古罗马政治家、哲学家、悲剧作家、雄辩家、新斯多葛派的代表。他早年信奉毕达哥拉斯的神秘主义和东方的宗教崇拜，后皈依斯多葛派。曾任帝国会计官和元老院元老，在尼禄即位后成为其主要顾问之一。失宠后闭门谢客，潜心写作，但仍被尼禄勒令自尽。他著有大量的哲学文章，包括《道德书简》、《论愤怒》、《论仁慈》、《论幸福生活》等。

目录: 导读
论天意
论愤怒 卷三
与玛西娅告慰书
论幸福生活
论生命之短促
论心灵之宁静
与赫尔维娅告慰书
论仁慈
自然问题 卷六：论地震
· · · · · (收起)

[论幸福生活_下载链接1](#)

标签

哲学

塞涅卡

古罗马

斯多葛

随笔

斯多葛学派

心理

斯多葛主义

评论

我们得到的都是会毁灭的东西，我们自己也会毁灭。那么，我们为什么还会忿恨呢？为什么我们还要抱怨呢？我们注定就是为此而生的。灵魂并未藏于深深的凹处，无需用刀就可以将其连根拔除；不见得非要扎得很深才能伤到要害部位：死亡就在手边。我没有明确规定哪儿是一击致命的部位：你希望是哪儿就是哪儿，出口是敞开的。我们称之为死亡，也就是灵魂离开我们的躯体这件事是非常匆促短暂的一个过程，快得难以察觉：无论是用绳结勒喉咙，还是用水堵呼吸，或是一头栽到坚硬的地上摔破脑袋，又或是呛进嘴里的火焰切断了呼吸过程，不论是什么，你生命的尽头都会来得很快。你难道不因羞愧而脸红吗？因为这个眨眼间就完结的事情，你居然怕了这么久！
幸福生活就是拥有一颗独立、高尚、无畏且不可动摇的心灵，远离恐惧与欲望。

高级床头鸡汤文。有点絮絮叨叨，尼禄估计听烦了。

看塞涅卡是因为阿多，在他关于歌德的精神修炼著作里对斯多葛学派的生活在当下的观点感兴趣。而读了塞涅卡之后发现，他的思考正如阿多所言，古代哲人谈论哲学时并不是什么深奥的学问，形而上的艰涩，而是通过日常生活最细微、最直接的生活琐事，教授你安顿生命、灵魂的生活方式。浅显且日常，好像生活随时随地都能给予我们学习哲学的机会。但你也会发现，斯多葛学派关于生活在当下的观点也是在浸透了悲观之后提出的，因为生命短促，人生一世，我们真正活过的那部分生命很小，所以他们才贬斥那种哀叹过去，恐惧将来，就是不肯活在当下的态度。评论里有人说读起来像鸡汤文，但那其实是现代人才有的视角，如果从灵魂肉体分离的伤痛中再看这些文字，只会感到古代哲人的安然感如此强大，即便他们早已发现了克尔凯郭尔的恐惧。

Euthymia漠视命运的超脱，与世界周旋而又在心灵深处与其保持距离，不做欲望与恐惧的奴隶，靠信念与意志驾驭情绪

帝国初期斯多葛学派哲学家塞涅卡的一些思想，举例和比喻皆铿锵有力，对待事物要理

性和适度的思想蕴含其中，和中国古代哲学家做对比会有更大收获。可惜塞涅卡不是个知行合一的人，他强调的美德其实他自己也不一定能做到，而且文章逻辑性不是很强，不太确定被他指导的人们能不能看得下去

尼禄的老师，每次读斯多葛派的文字，都会进入一种肃然起敬的清醒状态，但是他一点都没有感化尼禄。

打开爱弥儿，第一段话就是塞涅卡的。特拜读。赞叹作者胸襟广阔，天地为家，哲学至上的理想。

斯多亚派有点亲切，但终究难获我心

给尼禄的这一篇是论仁慈未免太讽刺了。

道理都是好道理，但这通篇大段大段的讲一个道道，阅读的快感真真是没有的…

高级鸡汤文，超级正能量，一切形而上。
古罗马的著作能如此翻译流畅，文笔优美，真难得。BUT，作者对人生幸福，灾难，情绪的思考，都最终归结为我们的灵魂要足够高尚，强大。难以苟同。
比如“为何我们觉得枷锁沉，是因为我们的脖子太稚嫩。”之类，我们不需要麻痹自己说，自己感到苦难不幸是因为自己不够坚强。我们需要的是反思枷锁从何而来？我们如何打破枷锁！赤裸裸的为统治阶级辩护，麻痹吃瓜群众，不上你的当，哈哈哈。

这书好早前就看完了，我很认同塞涅卡对于死亡的理解。

听说本文作者是古罗马的孔子，我只能表示我骄傲中国孔子无法复制。

标题比较鸡汤，内容不错，毕竟是大哲学家塞涅卡写的。谈论了天意、愤怒、幸福生活、心灵宁静、生命短促等话题，读起来像是平常谈话，但对每个话题都是放到了时间、空间两个尺度下深入考量。有时候生死观、宇宙观确实可以帮助人跳出局限和琐碎。

有些部分觉得作者真的啰嗦唠叨啊，但不得不说塞涅卡案例积累丰富，逻辑严密。看到他遭遇流放写给母亲的告慰书，深感哲学是哲学家的避难所，他们看待生活、看待苦难、看待永恒的视角给世间一切磨难开了一剂解药。

对待一件事情的另一种解读，如果你对一件事情还有幻想，哪怕一丝丝，读读她。

非常喜欢的一本，2018年年度热爱，内容涉及很多方面，富于哲理。

读一读吧，这是一部名著

[论幸福生活_下载链接1](#)

书评

超爱写信的尼禄老师——塞涅卡

塞涅卡是古罗马著名的政治家，哲学家，作家，金融投资家，修辞学家。他的父亲老塞涅卡是当时很有名气的修辞学家，母亲也具有一定的文化素养并热爱哲学。在这种家庭氛围中长大的塞涅卡，在30岁左右就也成为罗马帝国一位赫赫有名的修辞学家了，有名

...

[论幸福生活_下载链接1](#)