

自主论：何为自主以及何以自主

AUTONOMY: UNDERSTANDING AND MASTERING AUTONOMY

自主相关术语翻译（更新）

中文术语	英文翻译	定义	使用示例
自主	Autonomy	自我决定和自我管理的能力	个人自主是自由的核心。
自主论	Autonomism	关于自主的理论和观点	自主论探讨了人类自主的各个方面。
自主人	Autonomist	实现自主的人	自主人通过自我管理和自我提升实现自主。
自主性	Autonomy / Essence of Autonomy	自我决定和自我管理的状态	自主性是每个人与生俱来的品质。
自主感	Sense of Autonomy	自我决定和掌控的感觉	自主感是自主性的心理体现。
行为自主	Behavioral Autonomy	在行为和行动上的自主性	行为自主意味着对自己行为的完全控制。
心理自主	Psychological Autonomy	在思想和情感上的自主性	心理自主是自我主宰的表现。
自主主义	Autonomism	自主的哲学或政治信仰	自主主义强调个体的自我决定权。
自主三角形	Triangle of Autonomy	自主论的核心图示	自主三角形展示了自主的三要素及其关系。
安全	Safety	免受危险、伤害或损失的状态	安全是基本的人类需求。
自由	Freedom	不受外界干涉的状态	自由是人类追求的目标。
自由意志	Free Will	人在选择和行动上的自由	自由意志是自主的重要组成部分。
自由非意志	Free Won't	通过否定某个无意识自动加工的选项来做出选择	自由非意志描述的是通过拒绝一些选项来做出选择。
安全需求	Safety Need / Need of Safety	对安全感的需求	安全需求与自主感息息相关。

自由追求	Freedom Desire / Desire of Freedom	对自由的追求	自由追求是人类的本能。
能力	Ability	实现目标的技能和素质	能力是实现自主的基础。
资源	Resource	用于实现目标的手段和支持	资源包括时间、金钱和人脉。
意愿	Will	实现目标的意图和决心	意愿是行动的驱动力。
行为	Behavior	人的具体行动或反应	行为体现了人的自主性。
认知	Cognition	思维和理解的过程	认知决定了人的思考方式。
情绪	Emotion	对特定事件的情感反应	情绪影响着人的决策和行为。
意志	Volition	实现目标的决心和毅力	意志是克服困难的动力。
安全至上	Safety First / Safety Priority	强调安全优先于其他考虑	安全至上是保守策略的核心原则。
自由优先	Freedom First / Freedom Priority	强调自由优先于其他考虑	自由优先是激进策略的核心原则。
搏命	Risk-taking / Life-risking	为了自由或目标不顾一切地冒险	搏命者愿意为自由付出一切代价。
激进	Radical	追求根本性变革的态度或行动	激进策略强调积极创新和大胆探索。
保守	Conservative	倾向于维持现状和防范风险的态度或行动	保守策略注重安全和稳定。
保命	Life-preserving	优先考虑生命安全的策略	保命者为了安全可以放弃自由。
均衡	Balance	在不同策略之间寻找平衡的状态	均衡策略是保守与激进的有机结合。
中庸	Moderation	避免极端、追求适度的原则	中庸之道强调安全与自由的适度平衡。
牺牲安全博取自由	Sacrifice Safety for Freedom	为了追求自由而不顾安全	牺牲安全博取自由是一种激进策略。
逃避/放弃自由换取安全	Trade Freedom for Safety / Escape from Freedom to Gain Safety	为了安全而放弃自由	放弃自由换取安全是一种保守策略。
搏命三角形	Triangle of Risk-taking	以搏命为核心的策略图示	搏命三角形展示了搏命的三要素及其关系。

保命三角 形	Triangle of Life-preserving	以保命为核心的策略图 示	保命三角形展示了保命的 三要素及其关系。
均衡三角 形	Triangle of Balance	以均衡为核心的策略图 示	均衡三角形展示了均衡的 三要素及其关系。
幸福	Happiness	满足感和快乐的综合体 验	自主带来的幸福感是无与 伦比的。
愉悦	Pleasure	感官和心理的快感体验	愉悦是幸福的一个重要组 成部分。
沉浸	Immersion	完全投入某一活动的状 态	沉浸在工作中可以带来极 大的满足感。
意义	Meaning	赋予生活和行为的价值 和目的	自主使我们的生活充满意 义。
凡人	Mortal	普通人， 没有特殊才能 或成就的人	每个凡人都有追求自主的 权利。
精英	Elite	在某个领域内表现卓越 的人	精英们通常拥有更多资源 和机会。
英雄	Hero	拥有勇气和非凡成就的 人	英雄通过自己的努力获得 了极高的自主。
泰坦	Titan	在某个领域内达到顶峰 并留下不朽影响的人	泰坦们的成就和影响力超 越了时代。
作品	Work	通过努力创造的成果	他的作品成为了文化的重要 组成部分。
分身	Avatar	代表自己的另一种存在 形式	在虚拟世界中， 我们可以 拥有多个分身。
子嗣	Heir	自己的后代	子嗣是生命的延续和传 承。
超越	Transcend	超过某个界限或标准	英雄的目标是超越自我。
牺牲	Sacrifice	放弃某种重要的事物以 获得更大的利益	英雄为自由而牺牲。
奉献	Devotion	全心全意地付出或投入	英雄的奉献精神令人敬 佩。
主体	Subject	作为行为或感觉的主体	自主是关于主体的讨论。
时间	Time	事件发生的连续进程	自主的提升需要时间。
空间	Space	物质存在的区域或维度	自主不仅包括时间还包括

			空间的拓展。
个人	Individual	单个人	每个个人都有追求自主的权利。
此处	Here	当前所在的位置	自主需要在此处做出决策。
当下	Present	当前的时间	自主需要在当下做出决策。
他人	Others	除了自己之外的其他人	自主不仅关乎个人还关乎他人。
未来	Future	将要到来的时间或空间	自主的目标在于创造更好的未来。
世界	World	人类社会和自然环境的总和	自主不仅是个人的，也是整个世界的。
感觉	Sensation	通过感官获得的物理和心理体验	感觉是行为系统的一部分。
刺激	Stimulus	触发感觉和反应的外部因素	刺激引发了我们的反应。
判断	Judgement	对刺激或情况的分析和结论	判断决定了我们的下一步行动。
看法	Perception	对事物的理解和看法	看法影响我们的情感和行为。
评价	Evaluation	对事物的价值或重要性的判断	评价决定了我们的情感反应。
想法	Thought	情绪基于看法而得来的评价结果	想法是决策的基础。
决策	Decision	选择行动方案的过程	决策是认知系统的核心功能。
做法	Approach	决策之后执行的策略、方案、路径	做法体现了我们的意图。
运动	Movement	物理上的移动和行为	运动是行为系统的输出。
反应	Response	对刺激的行为反应	反应是行为系统的最终输出。
反思	Reflection	对自身行为和想法的深刻思考	反思是意志系统的主要功能。
怀疑	Suspicion	对现状或观点的质疑	怀疑是反思过程的开始。

否定	Veto	对某事物或提议的反对	否定是拒绝和怀疑的结果。
拒绝	Rejection	对某些观点或行为的拒绝	拒绝是意志干预的表现。
创新	Innovation	创造新的观点或方法	创新是反思和拒绝的结果。
爱神	Eros	生命力和创造力的象征	爱神驱动着我们的情感和创作。
死神	Thanatos	死亡本能和破坏力的象征	死神代表着破坏和结束。
幻梦	Illusion	通过幻想和梦想获得的满足	幻梦是心理退行的表现。
文明	Civilization	通过创造和劳动构建的社会结构	文明是情绪升华的结果。
升华	Sublimation	将负面情绪转化为积极创造力的过程	升华是情绪管理的高级形式。
退行	Regression	回归到早期发展阶段的心理防御机制	退行是面对压力时的一种应对方式。
反思日记	Reflection Diary	记录个人反思和思考的日记	反思日记有助于自我理解和成长。
任务清单	Task Checklist	记录需要完成的任务列表	任务清单帮助提高工作效率。
行为量表	Behavior Scale	评估个人行为的工具	行为量表用于测量行为变化。
完善自主论	Optimizing Autonomism	对自主理论进行改进和完善	完善自主论是持续提升的过程。
传播自主论	Spreading Autonomism	将自主理论进行传播和推广	传播自主论是扩大影响力的重要手段。
践行自主论	Practicing Autonomism	实际应用和践行自主理论	践行自主论是理论与实践相结合。
自主论纲要	an outline of autonomism		
自主人攻略	a guideline for autonomist		
长寿	Longevity		

通达	Reachability		
子嗣	Heir		
作品	Work		
化身	Avatar		
解决问题	Solve Problems		
实现成长	Achieve Growth		
获得幸福	Gain Happiness		
愉悦	Pleasure		
沉浸	Immersion		
意义	Meaning		
成功定律	the Success Formulas		
金玉定律	the Gold-Jade Principle		
好看的羽毛	attractive feathers		
能飞的羽毛	functional feathers		
实力/自主性	strength / autonomy		
虚名/影响力	notoriety / influence		
地位/包容度	status / tolerance		
心智模块	Mind Module		
空间思维	Time Management		
空间思维	Spatial Thinking		
晨型	Morning-Centric Approach		
清单主义	Checklistism		
精要主义	Essentialism		
轻松主义	Effortlessism		
爱神的表达	Expression of Eros		

死神的宣泄	Catharsis of Thanatos		
幻梦的慰藉	Consolation of Illusion		
文明的升华	Construction of Civilization		
普罗米修斯的日课	Daily Lessons of Prometheus		
反思新质论	Reflective Mind Theory		
自由否决论	Free Won't Theory		
有限意志论	Limited Volition Theory		