沉思录阅读摘抄

他坚持不懈，决不因对初步印象的满足就停止他的探究；他有一种保持友谊的气质，不会很快厌倦朋友

对帝国的管理所需的事物保持警醒，善于量入为出，精打细算，并忍受由此带来的责难，

唯一能从一个人那里夺走的只是现在，如果这是真的，即一个人就只拥有现在，那么一个人就不可能失去他并不拥有的东西。

记住你已经把这些事情拖得够久了，如果你做你生活中的每一个行为都仿佛它是最后的行为，排除对理性命令的各种冷漠态度和强烈厌恶，排除所有虚伪、自爱和对给你的那一份的不满之情

你碰到的外部事物使你分心吗，给出时间来学习新的和好的东西而停止兜圈子吧，但你必须避免被带到另外一条道路上，因为那些在生活中被自己的活动弄的筋疲力尽的人也是放浪者，他们没有目标来引导每一行为，总之，他们所有思想都是无目的的。

不要区注意别人心里想什么，一个人就很少会被看成是不幸福的。

没有比这更悲惨的了：一个人旋转着穿越一切，向诗人说的那样打听地下的事，猜测他人邻里的想法，而不知道只要专注域他心中的神并真诚遵奉它就够了，

身后的名声也迅速落入忘川，那么一个人靠什么指引呢，唯有哲学，

我们应当在我们的思想中抑制一切五目的的和无价值的想法，以及大量好奇和恶意的情感。

我们不仅一天天的接近死亡，而且对事物的关照和理解力将先行消失，

但如果是航向一个无知无觉之乡，你将不会受痛苦和快乐的掌握，不会再是身体的奴隶，而身体有多么下贱，她所服务的对象就有多么优越，因为后者是理性和神性的，前者则是泥土和速朽，

当你不把你的思想指向公共福利的某个目标是，不要把你剩下的时间浪费在思考别人身上，因为，当你有这种思想是，你就丧失了做别的事情的机会、

一个人不应当听从所有人的意见，而是听从那些明白的按照本性生活的人们的意见，

那么把所有的东西丢开，之执着于很少数的事情，此外还要记住，每个人独生存在现在的这个时间里，现在是一个不可分的点，而他生命的其他部分不是已经过去就是尚未确定。

当你做摆在你面前的工作时，你要遵循正确的理性，精力充沛，宁静致远，不分心于其他任何事，而保持你神圣的部分纯洁，仿佛你必定要把它归还似的，

一个人退到任何一个地方都不如退入自己的心灵更为宁静和更少苦恼，特别是当他心里有这种思想的时候，通过考虑他们，他们马上进入了完全的宁静。我坚持认为，宁静不过时心灵的井然有序。

丢开你的意见，那么你就丢开了这种抱怨，我受到了伤害，而丢开我受到了伤害这个抱怨，这伤害也就消失了、

不要对事物抱有一种那错待你的人所报的同样意见，或者抱一种他希望你有的意见，而是，按要其本来面目看待事物。

一个人应当总是把这两条规则作为座右铭，一仅仅是那支配的和立法的理性能力所建议的有关对待人们利益的事情，第二是如果你身边有什么人使你正确和摆脱意见，那就改变你的意见，但这种改变意见仅仅来自于某种说服，就像对于何为公正和何为合乎共同利益之类问题的说服一样，而不是由于它看来令人愉快或能带来名声。

当你或者，当善是你的力量范围之内。你行善吧

那真正美的东西除了法则，真理， 仁爱，节制，之外，不需要任何的东西。而这些事物那个的美是因为它被赞扬才美，或者谴责才丑。

不要思绪纷乱，而是每个行动中都尊重正义，对每一对象都坚持运用领悟或理解的能力，

你必须借助理智和正义而专注于利用现在，在你的放松中保持清醒。

全新的所有信赖神的人一样度过你的余生，是你自己不成为任何人的暴君也不成为任何人的奴隶，

记住在任何可能使你烦恼的场合都采用这一原则，即这并不是一个不幸，而高贵地忍受它却是一个幸运

所以一个人在做了一件好事之后，也不应要求别人来看，而是继续做另外一件好事，正像一株葡萄藤下在下一个季节继续结果一样，

然后再想想那些和你生活在一起的人们的道德水平，即使容忍他们中最令人愉悦的的也几乎是不可能的，更不用说容忍一个几乎不能容忍的自己的人了，

决不违反我身外和神内的神而行动是在我的力量范围之内，因为没有人将迫使我违反。

理智和推理艺术（哲学）对于他们自身和自身的工作是一种自足的力量，他们是从一个属于他们自己的第一原则器动的，它们开辟他们的道路直到那规定给他们的终点，这就是为什么这种活动被称为正确活动的原因、

低等的东西是为高等的东西存在的，这不是很明白的吗，而有生命的存在都市优于无生命存在的，而有生命的存在里最优越的又都是那有理性的存在。

寻求不可能的事情是一种发疯，而恶人不做这种事情是不可能的。

尊重那宇宙中最好的东西，这就是利用和指引所有事情的东西，同样也要尊重你自身种最好的东西，它具有和上面所说的同样的性质，因为那利用别的一切事物的东西也在你自身种，你的生活受他指导，（灵魂）