



我一定会活得轻松一点

编译/邓 笛 插图/郭德鑫

如果人生能够重来一次,我会怎样活?

如果人生能够重来,我一定会活得轻松一点,甚至不再在乎别人说我轻佻不稳重。我会犯更多的错误、我会放松、我会糊涂一点、很多事我会不当真、我会不讲究,脏就脏一点,乱就乱一点、我会去更多的地方、我会爬更多的山、游更多的河、我会多吃冰淇淋少吃麸皮……我遇到的实际麻烦会更多,臆想的麻烦会更少。我这辈子都很谨慎、理智,凡事都必须考虑周全。但是,如果我能重来一次,我会去繁就简,轻装上阵,绝不拖泥带水。旅游时,包里的东西尽量少一点,什么温度计、漱口水、雨衣和降落伞,能不带就不带。我若想从窠臼中摆脱出来也许为时已晚,但并非就不能说出一两句明智的话,我希望我的由衷之言能让后人有所裨益,不步后尘,不落俗套。

如果人生能够重来,我一定会远离那些让我紧张的人。在一个专业化的世界里,有各种各样的专家,他们喋喋不休,期待我们重视他们的专业看法。他们语重心长并不失恐吓地告诉我们,必须如何如何,否则就会失去很多机会,乃至蒙受耻辱、毁灭和失败。一个年轻人,心灵再强大,也架不住一群专家的游说,最终陷入人生困境。所以,我会拜有趣者为师,与那些能让我放松的人在一起。我想他们会鼓励我读闲书、喝咖啡、听音乐、晒太阳,还会教我如何从乡村长满荒草的路上采集漂亮的雏菊。

如果人生能够重来,我一定会在夏天还没有到来时就开始光着脚走在大地上,直至夏日将近;我会养狗、我会晚睡、我会调情、我会



多交几个朋友、我会钓鱼、我会常看马戏、我会常参加舞会、我会多玩几次旋转木马、我会做园艺、我会远足旅行……我会尽可能地开心寻乐,无忧无虑,至少不杞人忧天,提前担忧、紧张、害怕。

人在严肃中犯的 error,比在轻松中犯的 error要多得多。家庭生活中的摩擦和冲突往往都是在大家都很严肃时发生的,而不是在轻松愉快的时刻。如果各个国家经

常在一起举行狂欢节,而不是板着脸相互指责,那该多么美好呀!

英国作家切斯特顿曾经说过:“伟大的圣人都有一个共同的特点,就是他们有将自己变得很轻的能力。天使可以飞翔,也是因为他们能让自己变得很轻;一个人过于严肃,是由于自私,自私是一种沉重的负担,让他失去了飞翔的能力。但是,当他不看重自己,进入到一种快乐的状态,就能变轻,然后‘飞’起来,这时候即使把自己关在书房里,他也能伸手触摸到蓝天。”

在这个世界上,几乎所有人都认为,工作时一定要严肃,活泼只能在休闲的时候,而由于不够庄重和不合礼仪,轻佻则在任何时候都要尽量避免。可是,我现在的想法是,如果一定要选择的话,较之于“严肃”,我宁愿选择“轻佻”,因为我同意威尔·杜兰特的观点:“快乐比智慧更智慧。”

不过,我也就是这么一说,如果我的生命真的能够重来一次,我十之八九不会有太大的改变。反对派实在太强大了,到处都是严肃的人试图让其他人变得与他们一样严肃。

我现在正在读彼得·加勒特的自传《大蓝天:回忆录》。

加勒特是澳大利亚最具代表性的摇滚乐队之一“午夜油”的主唱,他这样描述他们第四张专辑的制作过程:“我们已经制作了三张专辑,现在需要推倒篱栅,到广阔的草原猎食。”

作为一支乐队,他们胸怀远大抱负,且时刻敦促自己,提高自己的艺术水平,以取得更大的进步。他们知道,为别人的成功忧心丝毫无益,所以他们甘冒风险给自己一个达成目标的机会!

那你呢?有没有一片让你想要迁居的辽阔大草原?渴望一份更有前途的工作、一项更赚钱的生意、一个全新的自己吗?

行动起来,推倒你面前这道阻隔的篱栅吧!做你从未做过的事,达到你从未到达过的高度。

去广阔的草原

班超编译

真相

编译/夏建清

我一直被10年前佩玛·丘卓讲的一则故事所困扰,这个故事是这样的:

在一次打坐禅修中,丘卓发现坐在她身边的男子一直发出令人厌烦的咔嚓声,一遍一遍地,像是他用舌头敲打上腭发出的,丘卓因此心烦意乱,无心参禅。

中途休息时,丘卓鼓起勇气告知此人,他毁了自己今天的禅修,当然也毁了周围人的禅修,可是他开口之际,丘卓意识到自己错了,咔嚓声依旧在,

原来是旁边的加热器一直在作祟。那一刻,丘卓意识到,突然而至的真相改变了一切,改变了她的一切。

咔嚓声不再与她有关,那声音并非故意,也并非自我,只是因加热器而起。于是在之后的时光,她心情平静、心绪正常,禅修顺利结束。

其实,很多时候,问题根本就与我们无关,那只不过是天气的事情。



生活信札

邱天行