

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。

人在严肃中犯的错误，比在轻松中犯的错误要多得多。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，如果我的人生真的能够重来一次，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嗒声，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，咔嗒声依旧在，

真相

编译/夏建清

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。

咔嗒声不再与她有关，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。



我现在正在读彼得·加勒特的自传《大蓝鸟：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