

外国卷·珍藏版

贺茵□主编

哲学 理 小 品

珠海出版社

流行哲理小品

外国卷

珠海出版社

目 录

拥抱生命

〔阿富汗〕	乌尔法特	生命之曲	3
〔法〕	蒙 田	热爱生命	5
〔法〕	蒙 田	多少回我成非我	7
〔英〕	威廉·赫兹里特	生 与 死	9
〔英〕	威廉·赫兹里特	永 生	11
〔英〕	威廉·赫兹里特	时 间	13
〔前苏联〕	高尔基	时 钟	15
〔埃及〕	A. 阿明	时间的价值	21
〔南斯拉夫〕	L. 伍里采维奇	时 间	23
〔德〕	叔本华	健 康	25
〔法〕	布德尔	艺术与死亡	27

〔前苏联〕	邦达列夫	瞬 间	30
〔俄〕	屠格涅夫	当我不在世的时候	32
〔埃及〕	艾尼斯·曼苏尔	死亡——生存的代价	33
〔德〕	里克特	两 条 路	35
〔美〕	罗纳德·里根	我的公开信	37
〔德〕	贝多芬	海利根施苔特遗嘱	39
〔美〕	J. 布朗	临刑前夕致家人绝笔书	42
〔美〕	约翰·麦克唐纳	一位外科大夫的遗言	45

青春在爱情中苏醒

〔英〕	雪 莱	论 爱	51
〔英〕	劳伦斯	爱 情	53
〔法〕	帕斯卡	关于爱情	56
〔英〕	培 根	论 爱 情	58
〔英〕	培 根	论 婚 姻	60
〔英〕	罗 素	爱情的罗曼蒂克	62
〔挪威〕	哈姆生	这就是爱情	64
〔西班牙〕	乌纳穆诺	关 于 爱	66
〔黎巴嫩〕	M. 努埃曼	爱情是盲目的	68
〔法〕	拉罗什福科	爱情箴言录	73
〔英〕	鲁易斯	爱的思想笔记	76
〔埃及〕	拉菲伊	思 恋	78
〔日〕	山口洋子	恋爱的季节	80
〔以色列〕	萨赫诺维奇	我的征婚广告	82
〔新加坡〕	尤 今	爱情死亡以后……	84

她在哪，家就在哪

〔新加坡〕	尤 今	家	87
〔新加坡〕	尤 今	女 人	89
〔新加坡〕	尤 今	孩子的礼物	90
〔英〕	J. 拉斯金	真正的家	92
〔美〕	葛 瑞	永在爱中成长	94
〔美〕	葛 瑞	爱她，就是使她满足	96
〔美〕	葛 瑞	做情人，不要做母亲	97
〔美〕	葛 瑞	浪漫的意义	98
〔新加坡〕	罗伊菲	古老的情歌	99
〔法〕	P. 瓦莱里	年轻的母亲	101
〔印度〕	泰戈尔	妇女世界	102
〔英〕	凯瑟琳·金	未上锁的门	104
〔美〕	欧玛·庞贝克	爱你至深	106
〔英〕	培 根	青年与老年	108
〔英〕	罗 素	如何度晚年	110
〔法〕	克莱尔·卡洛娃	年届五十	112

活出意义来

〔德〕	歌 德	人生哲学	117
〔德〕	维克多·弗兰克	活出意义来	118
〔古希腊〕	德谟克里特	怎样活着	120
〔德〕	图霍尔斯基	这种动物叫做人	122
〔法〕	帕斯卡尔	人的伟大	124

〔黎巴嫩〕	M. 努埃曼	你 是 人	127
〔埃及〕	陶菲格·哈基姆	思想的尊严	130
〔埃及〕	陶菲格·哈基姆	生活就是目标,就是意志	132
〔日〕	池田大作	忠实于自己	134
〔前苏联〕	奥斯特洛夫斯基	理想与幸福	136
〔英〕	培 根	论 美	138
〔美〕	魏特利 薇特	自豪是自尊	140
〔美〕	魏特利 薇特	机会在敲门	142
〔美〕	魏特利 薇特	林肯——坚忍不拔的典范	144
〔菲律宾〕	罗慕洛	愿生生世世为矮人	145
〔美〕	亨利·门肯	致威·杜兰特书	148
〔美〕	佛兰西丝·威拉德	为人类而工作	151
〔法〕	安德烈·莫洛亚	一心一意	153
〔俄〕	哈布利茨卡娅	人生岂能无压力	155
〔哈萨克斯坦〕	阿 拜	智者与庸人	157
〔爱尔兰〕	维廉·巴克莱	一个孤单的人	159
〔爱尔兰〕	维廉·巴克莱	不值得……	161
〔德〕	B. 克里斯蒂安森	差 别	163

快乐,是一种选择

〔印度〕	泰戈尔	为记住这一点而 欢欣鼓舞吧	167
〔法〕	蒙 田	生活的写意	169
〔美〕	布里安·戴森	让生活之泉涓涓不息	171
〔法〕	卢 梭	幸 福	173
〔爱尔兰〕	维廉·巴克莱	幸 福	174

〔爱尔兰〕	维廉·巴克莱	最简单的最好	176
〔美〕	丽莎·普兰特	幸福是什么	178
〔美〕	丽莎·普兰特	生活在此刻	181
〔美〕	丽莎·普兰特	简单之美	183
〔黎巴嫩〕	纪伯伦	幸福是一位少女	185
〔俄〕	沃兹涅先斯卡娅	幸福的篮子	187
〔美〕	亨利·梭罗	活得简朴和明智	190
〔美〕	亨利·梭罗	散步的艺术	191
〔印度〕	奥 修	给 予	193
〔日〕	中野孝次	袋里有米,炉边有柴, 还要什么	194
〔美〕	阿戴尔·拉腊	快乐是一种选择	197
〔美〕	迪尼斯·普雷格	快乐不是自来水	199
〔美〕	奥格·曼狄诺	我要笑遍世界	202
〔英〕	罗 素	快乐之道	205
〔英〕	撒缪尔·约翰逊	快乐的期待	208
〔尼加拉瓜〕	R. 达里奥	笑 声	210
〔捷克〕	J. 斯卡采尔	三言两语话快乐	211
〔捷克〕	J. 斯卡采尔	略谈“与众不同”	213
〔爱尔兰〕	罗伯特·林德	无知常乐	215
〔美〕	戴尔·卡耐基	平 静	220
〔新加坡〕	孙爱玲	放 手	221
〔俄〕	契诃夫	生活是美好的	223
〔日〕	堀秀彦	不能草率	225
〔英〕	V. 李	悠 闲	226
〔黎巴嫩〕	A. 雷哈尼	体 与 脑	228

让思想插上自由的翅膀

〔德〕	尼 采	伟大的渴望	233
〔黎巴嫩〕	纪伯伦	启 示	236
〔黎巴嫩〕	纪伯伦	我的灵魂	238
〔黎巴嫩〕	纪伯伦	完 美	240
〔英〕	汤姆·琼斯	向完美的呼唤	241
〔美〕	戴维·波恩斯	不必完美	243
〔美〕	哈罗德·库辛	你不必完美	246
〔印度〕	泰戈尔	沉 思	248
〔日〕	三木清	冥 想	250
〔英〕	史蒂文森	幻 想	253
〔英〕	莱·亨特	想 像	256
〔英〕	卡莱尔	沉 默	257
〔法〕	弗朗索瓦·费奈隆	单 纯	259
〔美〕	A. J. 赫舍尔	敬畏与诧异	261
〔美〕	G. 毕晓普	没有上帝	263
〔印度〕	奥 修	疯狂就是明智	265
〔美〕	亨利·梭罗	无声的绝望	266
〔美〕	理查德·费曼	科学的价值	267
〔智利〕	米斯特拉尔	女教师的祈祷	268
〔瑞士〕	赫·黑塞	教 堂	270

徜徉于知识的殿堂

〔印度〕	泰戈尔	图 书 馆	275
------	-----	-------	-----

〔英〕	赛繆尔·斯迈尔斯	书 友	277
〔英〕	培 根	求 知	279
〔前苏联〕	邦达列夫	书	281
〔英〕	雪 莱	论 诗	283
〔英〕	拜 伦	诗 辨	285
〔俄〕	普希金	诗的力量	287
〔奥地利〕	R.M. 里尔克	致一位青年诗人的信	289
〔智利〕	P. 聂鲁达	回答一个问题	291
〔法〕	雨 果	天才与对称	293
〔法〕	布德尔	艺 术 家	295
〔法〕	布德尔	艺术与爱情	297
〔英〕	赫胥黎	科学和艺术	298
〔法〕	罗曼·罗兰	音 乐	300
〔英〕	丘吉尔	我与绘画的缘分	302
〔奥地利〕	茨威格	历史二题	307
〔英〕	约翰·亨利	关于大学	309
〔美〕	斯坦伯格	学无止境	311
〔科威特〕	穆尼尔·纳素夫	知识,还是知识	313

生活在大自然的怀抱

〔德〕	歌 德	大自然	317
〔法〕	卢 梭	生活在大自然的 怀抱里	321
〔俄〕	邦达列夫	美的真谛	323
〔日〕	国木田独步	面向落日	325
〔日〕	岛崎藤村	太阳的话	326

〔法〕	波特莱尔	云	329
〔乌拉圭〕	伊瓦尔沃罗	雨 夜	330
〔南斯拉夫〕	L. 伍里采维奇	黎 明	331
〔印度〕	泰戈尔	春天的遐想	333
〔英〕	撒缪尔·约翰逊	说 春	335
〔黎巴嫩〕	哈利勒·丁	大地的忠诚	339
〔前苏联〕	普里什文	大地的眼睛	341
〔埃及〕	A. 阿明	大海的启迪	342
〔乌拉圭〕	J.E. 罗多	航 船	344
〔俄〕	柯罗连科	火 光	347
〔印度〕	奥 修	沙的故事	349
〔日〕	东山魁夷	听 泉	351
〔前苏联〕	米·普里什文	林中水滴	353
〔瑞士〕	赫·黑塞	流浪·农家	354
〔新加坡〕	林 高	树	356
〔保加利亚〕	E. 彼林	黑 玫 瑰	357
〔智利〕	C. 米斯特拉尔	玫瑰树根	359
〔丹麦〕	安徒生	荷马墓上的一朵玫瑰	361
〔俄〕	布 宁	耶利哥的玫瑰	363
〔法〕	威尔伦	蚂蚁人生	365

友谊与宽容

〔英〕	培 根	友 谊	369
〔英〕	培 根	称 赞	373
〔美〕	富尔顿·沃斯勒	把世界的喧闹变成音乐	375
〔美〕	戴维·威斯格特	信任是一种有生命的感觉	379

〔美〕	山达鲁斯	生活中重要的一句话	380
〔美〕	雷 因	距 离	382
〔埃及〕	法特希·阿什里	爱 心	385
〔英〕	莱·亨特	握 手	387
〔法〕	卢 梭	如果我是富豪	389
〔英〕	约翰·普里斯特利	客 人	391
〔黎巴嫩〕	纪伯伦	圣 人	393
〔美〕	富兰克林	美腿与丑腿	394

采撷精华

〔法〕	雨 果	石头下面的一颗心	399
〔黎巴嫩〕	纪伯伦	沙 与 沫	401
〔黎巴嫩〕	莱哈尼	播种者和种子	404
〔美〕	亨利·梭罗	瓦尔登湖	406
〔美〕	考门夫人	荒漠甘泉	408
〔美〕	珍妮特·洛尔	我是一个现实主义者	412
〔保加利亚〕	阿·达尔切夫	札 记	415
〔美〕	阿瑟·布劳克	生活的法则	418
〔日本〕	池田大作	人生的箴言	420
〔新加坡〕	洪 生	人性谈六则	422
〔俄〕	普里什文	通向友人之路	426
〔法〕	普吕多姆	沉 思 集	428
〔罗马尼亚〕	G. 博格扎	随 想	432
〔爱尔兰〕	维廉·巴克莱	花香满径	437

选择沉重

〔捷克〕	昆德拉	选择沉重	443
〔德〕	叔本华	论 名 声	445
〔阿根廷〕	E. 萨瓦托	名 声	448
〔英〕	丹尼尔·笛福	世间荣耀	450
〔美〕	华盛顿·欧文	西敏大寺	453
〔英〕	培 根	论 嫉 妒	456
〔英〕	培 根	论 权 势	461
〔日〕	池田大作	权力的罪恶	464
〔德〕	K. 图霍尔斯基	谎话卡片	465
〔印度〕	甘 地	消极抵抗	467
〔美〕	弗兰克·苏里文	如何自讨苦吃	470
〔英〕	罗·斯金	自由与克制	472
〔美〕	泰德·克罗福德	死去的人才没有希望	474
〔俄〕	屠格涅夫	小 丑	476

拥抱生命

人的生命短得可笑。怎样生活？一些人千方百计逃避生活，另外一些人把自己整个身心献给了它。前一种人在晚年时精神空虚，无所回忆；后一种人——精神和回忆都是丰富的。

——〔前苏联〕高尔基

生命之曲

〔阿富汗〕 乌尔法特

一片寂静，万籁无声。生命之曲在沉默。

在这寂静中，意志失去生命，思想消失踪影。欢乐如同野鸟
逃离人们而远去。

我欲打破这寂静的幻变，操起手里的弦琴。

这弦琴是我从爱情之土、夜莺之乡取来的。

我的弦琴的声音非常甜美。

来吧，请坐下听我弹奏一曲。我不希望使意志死亡、心灵僵
冷。

我为唤醒感情而来。

且待我拿起琴来奏上一曲。

啊——怎么？

为什么这琴发不出声响？

琴身无损，弦琴依旧，却为何不发出声音？

我恍然大悟，原来这夜莺之乡的弦琴离开了四周的花丛就寂
然无声。

这琴是与爱情相连的，弦就系在爱情的身上。

我应走进花园，在花圃旁拉起琴来。

我应该朝着那水仙的眼睛、玫瑰的笑脸、檀香的嫩枝和风信
子蓬松的鬃发，在优美的花园里拉起琴来。

不然这寂静就不会消失，欢乐就不会来临。

这阴沉的乌云应该在太阳和月亮面前隐没。

这困锁夜莺的樊笼应该彻底打碎。

花园紧锁的门应该敞开，让欢乐进来，让情操与智慧的眼睛
睁开。

缺少这些，生命之曲就不能产生幸福与欢乐。

(董振邦 译)

热爱生命

〔法〕蒙 田

我对某些词语赋予特殊的含义：拿“度日”来说吧，天色不佳，令人不快的时候，我将“度日”看做是“消磨光阴”，而风和日丽的时候，我却不愿意去“度”，这时我是在慢慢赏玩、领略美好的时光。坏日子，要飞快地去“度”，好日子，要停下来细细品尝。“度日”、“消磨时光”的常用语令人想起那些“哲人”的习气。他们以为生命的利用不外乎在于将它打发、消磨，并且尽量回避它，无视它的存在，仿佛这是一件苦事、一件贱物似的。至于我，我却认为生命不是这个样的，我觉得它值得称颂：富有乐趣，即便我自己到了垂暮之年也还是如此。我们的生命受到自然的厚赐，它是优越无比的，如果我们觉得不堪生之重压或是白白虚度此生，那也只能怪我们自己。

糊涂人的一生枯燥无味，躁动不安，
却将全部希望寄托于来世。

不过，我却随时准备告别人生，毫不惋惜。这倒不是因生之艰辛或苦恼所致，而是由于生之本质在于死。因此只有乐于生的人才能真正不感到死之苦恼。享受生活要讲究方法。我比别人多享受到一倍的生活，因为生活乐趣的大小是随我们对生活的关心程度而定的。尤其在此刻，我眼看生命的时光无多，我就愈想增

加生命的分量。我想靠迅速抓紧时间，去留住稍纵即逝的日子；我想凭时间的有效利用去弥补匆匆流逝的光阴。剩下的生命愈是短暂，我愈要使之过得丰盈饱满。

（梁宗岱 黄建华 译）

多少回我成非我

〔法〕蒙 田

生命逐渐消逝的人是得到上帝的恩典的，这是暮年惟一的善报。这样，辞世时就不会感到死之重大与凶虐了。死亡夺去的不过是尚存活的半个人或四分之一个人而已。喏，我刚才掉了一只牙，不费力气，毫无痛苦。这便是自然的死亡期限已至。我本人的某一部分以至好几部分已经死去，虽然我身强体壮的时候，那些部分都非常活跃，而且也都十分重要。就这样，我慢慢消逝，我不复是我本人。

说实在的，当我想到死的时候，我感到最大的安慰便是：我的死亡属于正常的、自然的死亡，今后在这方面我对命运再不必祈求格外的恩惠。世人喜欢称说从前如如何何，身材比现在高啦，寿命也长得多啦。梭伦就是从前时代的人，他却认定当时人的寿命最高不超过 70 岁。我嘛，我非常欣赏古人在各方面的“居中”态度，他们认为合乎中庸才称得上完美。既然如此，我哪敢奢望长命百岁，超乎常人呢？一切违反自然进程的事物都可能带来不利，而举凡顺乎自然的事物总会给人带来愉快。“凡合乎自然者便应算是好事”。柏拉图因此说道：“由于伤或疾病致死才能叫暴毙，因年事高而带来的死亡最轻松不过，也许还是令人愉快的哩。”

死亡和生命始终搀和在一起，不可分离。死亡未至，我们已渐趋衰老，而我们还在蓬勃生长的阶段，衰老即已开始。我存有

一些自己的肖像，那是在我 25 岁、30 岁的时候画的。我拿来和今天的肖像对比，多少回我不再是原来的我啊！我现在的面容和当时的面容相比差别极大，恐怕比我将来死时的颜容与现在的差别还要大哩！

（黄建华 译）

生 与 死

〔英〕威廉·赫兹里特

生命的确是一份神奇的礼品，她拥有至高无上的特权，当这光彩夺目的恩惠赐予我们时，我们仅只感恩戴德，心旷神怡，却不曾意识到自身的虚无与渺小，不曾想到这一切终会被召回。这并不足为奇。因为我们第一个深刻的印象来自于铺展在我们眼前的壮观景象，它的壮丽，它的永恒，赋予了我们，使我们天真烂漫。对于眼前一个个新颖的发现，我们还不甘心 and 它告别，或至少把这种考虑留到未知的岁月。犹如一个乡下佬来到了庙会上，对热闹景象大为惊奇，满心欢喜，以至于流连忘返，不知夜幕就要降临。

我们观赏金色的太阳，蔚蓝的天空，浩瀚的大海，在绿草如茵的大地上散步。我们高高在上，一呼百诺。我们登悬崖、临绝壁，俯瞰鲜花盛开的幽谷山涧；我们打开地图，看整个世界摊开在我们面前；我们架起天文望远镜，使遥远的星星近在咫尺；我们通过显微镜，让极小的幼虫显形；我们博览历史，倾听有关西顿、提尔、巴比伦和苏萨的光荣诗篇。然而，我们要说，所有昔日的辉煌均已化为乌有。我们感到，我们生活在这样一个继往开来的时代，处在世界上这样的位置，我们既是观众，又是整个生动景象的一个组成部分。

世界以及我们自己美好的前景向我们愉快地敞开之时，一旦死亡的念头在心头掠过，会使我们倍感寒心。我们感到压抑，我

们感到窒息，感到失去了自由，我们不满足现有的知识，我们希望紧紧地拥抱和抓住我们整个的生命，我们要揭示生与死的奥秘。为结束怀疑和恐惧的痛苦，我们要冲破樊笼，勇敢地面对魔窟中的死神。

(王玲 译)

永生

〔英〕威廉·赫兹里特

处于青春年华的人仿佛觉得自己似神仙长生不老。不错，光阴荏苒，人生的一半已流逝。但满载无穷珍珠的另一半人生正向我们招手。面对锦绣前程，我们充满无限的希冀和神奇的幻想，未来属于我们！

对于我们，死亡和衰老是毫无意义的字眼，就像耳边轻风吹过，我们不屑一顾。别人也许承受过生老病死的痛苦，也许还要忍受它们的折磨。而我们的生命“却有魔法保护”，它无情地嘲笑着所有那些病态的幻境。犹如在开始愉快的旅行时，我们热切地极目远眺——

欢呼着远方美好的景象。

我们阔步向前，一路上看到的是无尽的壮丽风光和新鲜气象。因此，在生命的开端，我们无羁无绊，尽情欢乐，不失良机地满足情趣。我们面前没有艰难险阻，我们意志昂扬，我们仿佛能一往无前，永不停息。我们举目环视：清新的大千世界生机盎然，变化无穷，不断向前。看看我们自己：情绪振奋，精力旺盛，与这世界同步合拍。现有的种种情形使我们无法设想，我们也会按照客观规律而为时代所淘汰，也会走向桑榆暮年，也会坠入坟地墓穴。天真无知以及对青春的抽象感觉使我们把自己与天长地久的大自然视为一体；缺乏经验而又感情丰富使我们认为人类像大自然一样永不衰败。我们沾沾自喜，错把短暂的生命，

当做和大自然牢不可破的永恒结合，当做不知地冻天寒，不谙风云变幻，没有离愁别绪的蜜月。我们像含笑入睡的婴孩在任意遐想的摇篮中晃晃悠悠，在天地万物的喧闹声中进入安恬的梦乡。我们迫不及待地畅饮着生活的美酒，但不仅无法喝干，而且更多的美酒已满溢而出。生活中无穷的事物纷至沓来，填满了我们的心房，满足了我们的欲望。因而，我们无暇考虑死亡，无暇考虑我们这千千万万灵魂与肉体可能在顷刻之间统统化作灰尘，“让这有知觉的、温暖的、活跃的生命化为泥土”。周围的一切如画似梦，使我们眼花缭乱、头晕目眩，无法窥视墓地的阴森。我们前不见起点，后不见终线，空白的昔日几乎已从记忆中消逝，丰富多彩的未来被匆匆云集而来的事件所遮掩。我们或许能看见讨厌的死亡阴影在地平线上徘徊，但我们却永远也到不了那地平线上……我们觉得，那位两眼昏花、老态龙钟的时间老人，对我们这些精力充沛、灵活敏捷的青年人只能望尘莫及，永远追赶不上。斯泰恩笔下曾生动地描述过一个又笨又胖的厨房帮手，当她听到博比先生去世时，她当即的反应是：“我没死！”我们像她那样，他人的死讯丝毫动摇不了我们的信心，反而增强了我们永生的信念，增添了对生活的热爱。他人也许像落叶飘零，也许像鲜花遭时间的刀锋摧残而凋谢。然而，目空一切、傲慢至极的青年人对这些充耳不闻，视而不见。直到我们目睹周围爱情的鲜花凋谢，快乐的良辰消逝，希望之火熄灭，一切美好的东西被连根拔去，我们才能领悟到其中的寓意，宏伟的抱负才可能减弱，这时，我们才会正视直逼而来的空虚和沉闷，从而心安理得地去受用墓穴的宁静。

(王玲 译)

时 间

〔英〕威廉·赫兹里特

随着年岁的增多，我们越来越深切地感到时间的宝贵。确实，世上任何别的东西，都没有时间重要。对待时间，我们也变得吝啬起来。我们企图阻挡时间老人的最后的蹒跚脚步，让他在墓穴的边缘多停留片刻。不息的生命长河怎么竟会干涸？我们百思不得其解。也许当“生活的所有生机已逝”，我们就只能沉浸在对往事的回忆中，到了这一步，我们不管抓到什么，都会固执地紧抓不放；不管看到什么，我们都会感到空虚；不管听到什么，我们都会不再相信。我们不再有青年的丰富感情，觉得一切都单调乏味。世界是一个涂脂抹粉的巫婆，她乔装打扮，摆出一副诱人的面孔，让我们蹉跎岁月。无忧无虑的青春赋予我们的轻松、欢乐与幸福都像过眼烟云般地消失了。除非我们公然违反常识，否则也休想“在日薄西山的暮年，收获豆蔻年华无法奉献的鲜果”。如果我们能免遭横祸，悄然离去，能战胜垂死时身体的虚弱和痛苦，能泰然自若地跨入另一个世界，我们就别无它求了。按照一般的自然规律，我们并不死于一旦：因为长期以来，我们就一直在逐渐地消耗生命的活力。在生命的历程中，我们的器官功能许许缕缕地丧失，我们的依恋也被一个一个地逐渐放弃。岁月，每年都从我们身上剥夺一些东西；死亡，仅仅是把残存之躯交托给坟地。这种归宿并没有什么了不起，平静地死去就像戏中的情节——合情合理，无可非议。

这样，我们在某种意义上竟会虽生犹死。最终无声无息地化为乌有，这是毫不奇怪的。即使是在我们的黄金时代，印象最强烈的东西也没有留下多少痕迹，事物后浪推前浪地接踵而来，一个取代一个。不管在什么时候，我们看过的书，见过的事，受过的苦，给我们的影响是多么微乎其微啊！想一想，当我们读一本妙趣横生的传奇文学，看一场引人入胜的戏剧时，我们是怎样地百感交集，心潮澎湃，充满了多少美妙、庄严、温柔、断肠的感情波澜。那一刻，您也许会以为它们将会长驻脑海，永世不忘，或至少使我们的思想和它们的格调和谐，和它们的旋律一致。当我们一页页读下去，一幕幕看过去时，觉得似乎从今以后，再也没有什么能动摇我们的决心，“不管是内乱，还是外患，再也没有什么能影响我们”。

然而，只要我们一走上街道，身上被人溅上第一滴污泥，被第一个诡计多端的店主骗去两便士，我们脑海中这一切纯净美好的感情便统统消失得无影无踪，我们的精神支柱便完全崩溃。我们成了这卑劣、讨厌的环境的牺牲品。我们的思想还囿于生活的小圈子里，前后不一，卑劣渺小，要想让思想插上翅膀，飞向庄严、崇高的境地，我们就得做出巨大的努力。这一切发生在我们生命的极盛时期。那时，我们思想敏锐，一切新鲜事物都会使我们冲动，使我们热血沸腾。不管是人间还是天国，都不能满足我们难填的欲壑和过分的奢望。然而，世上也有那么几个幸运儿，他们天生一个好性格，不会因任何琐事而烦恼，这种态度使他们心境恬适，安之若素，使他们周围荡漾着神圣的和谐之声。这才是真正的和平与安宁，否则的话，如果让懊悔和烦恼的心情缠身，即使是飞入荒凉的沙漠，隐居于乱石林立的山巅也无济于事；有了这种宁静之心，就根本无需去进行这些尝试。惟有真正的退隐是心灵的安宁，惟一真正的悠闲为心境的平静。对于这种人来说，处于青春年华和风烛残年毫无区别。他们体面地辞别人世，悄然而去，就像他们活着的时候那样无声无息。

（王玲 译）

时 钟

〔前苏联〕高尔基

一

滴—嗒、滴—嗒！

在万籁俱寂的夜里，独自一个倾听钟摆冷漠无情、连续不断的嘀嗒声，是会觉得阴森可怕的。这种声音单调一律，像数学一样精确，永远重复着一句话：生活在不知疲倦地前进。黑暗和睡梦笼罩着大地，万物默默地无声，只有时钟冷冷地、大声地向人们报告分秒的逝去……钟摆在嘀嗒作响，每一响都标志着生命缩短一秒钟，标志着大自然赋予我们每人生命的一瞬间已经一去不复返了。这些分分秒秒是从何处来，又向何处去？谁也回答不了这个问题……还有许多别的、更重要的问题没有答案，而我们的幸福却又取决于这些问题的解答。怎样生活才能觉得自己是生活所需要的人？怎样生活才能不失掉信念和愿望？怎样生活才能使度过的每一秒钟都能激励我们的精神和智慧？永无休止地运动着的时钟也许有一天会回答这一切——它会说些什么呢？

二

滴—嗒、滴—嗒！

世上没有比时钟更冷漠无情的了：它总是那样节奏准确地响着，在你诞生的时候是如此，在你贪婪地折下青春幻想花朵的时候也是如此。人从出生之日起，每过一天便向死亡靠近一步。而当你濒死语哽时，时钟也将枯燥地、无动于衷地计算着你末日的分秒。在它冷冰冰的计算中——请仔细听——响着一种因洞悉一切而感到慵困倦怠的声音。自古至今任何东西也不曾使它激动、使它感到珍贵。它是冷漠无情的。所以，如果我们想生活，就必须为自己创造出另一种时钟，思想感情丰富的、勇于行动的时钟，来代替这种乏味、单调、以其阴郁伤人心神、含有责备意味冷冷作响的时钟。

三

滴—嗒、滴—嗒！

在时钟不知疲倦的运动中没有静止点，什么东西我们能称作“现在的”呢？一秒刚诞生，第二秒便随之而来，把前者推进到未知的深渊……

滴—嗒！你是幸福的。滴—嗒！痛苦的灼人的毒液又流进你的心房。如果你不想方设法用新的、充满活力的东西充实你生活的每一秒钟，这痛苦就可能成为你终生伴侣，伴随你度过生命的分分秒秒。苦难是诱人的，这是一种危险的特殊享受。有了它，我们通常便不再寻找别的、更崇高的做人的权利了。然而这种苦难，因为触目皆是而变得身价低廉，已不为人们所注目了。所以，苦难未必值得珍视，应该用一些更独特、更贵重的东西来充实自己，不是吗？苦难——是一种跌了价的黄金。不应该向任何人抱怨生活：安慰的话语中很少包含着人们寻找的那种东西。生活只是在人们同妨害他们生活的东西斗争时，才会变得更丰富、更有趣味。在斗争中那些烦人的、枯燥的时间会在不知不觉中飞逝而去。

四

滴—嗒、滴—嗒！

人的生命短得可笑。怎样生活？一些人千方百计逃避生活，另外一些人把自己整个身心献给了它。前一种人在晚年时精神空虚，无所回忆；后一种人——精神和回忆都是丰富的。两种人都要死去，如果他们不把自己的智慧、身心无私地献给生活，他们在世上都会一无所留……而当你们濒临死亡时，时钟将无情地计算你们弥留的时刻——滴嗒！就在同时，每秒钟又会有新人诞生。可你已经不在人世，除了你的躯体，你的任何东西都不会在生活中留下，而这躯体也将腐烂发臭。机械呆板的造物者把你投胎世界，而后又把你拖离人间，如此而已。难道你的尊严能不为此恼怒吗？假如你是骄矜的，因顺从时间的秘密使命而感到屈辱，那就在生活中加深对自己的认识吧！想一想你在生活中扮演的角色：一块制成的砖，静静地躺在一座楼房内，后来变成了粉末，消逝不见了……做这样一块砖是乏味的，庸俗的，是不是？如果你有智慧和精神，如果你想体验生活中那些美好的、思想感受丰富的动荡时刻，就不要同这块砖一样吧！

五

滴—嗒、滴—嗒！

如果你仔细思考一下，在这时钟无限的运动中你本身具有多大价值，你会认识到自己是微不足道的，并因而心情沉重。这种意识会使你觉得是受了侮辱！这种意识将唤起你的骄矜，你将对贬低你的生活产生敌意，并宣布同它斗争。以什么名义呢？当大自然剥夺了人类用四肢爬行的能力时，又给了他一根拐杖，这就是理想！从那时他就无意识地、本能地追求美好的东西，天天向上。把这种追求变成自觉的吧，让人们懂得，只有在对美好事物

的自觉追求中，才有真正的幸福。不要埋怨自己无能，什么也不要埋怨。你的诉苦给你带来的只能是精神贫乏的人们的怜悯和施舍。人们都是同样不幸的，但是最不幸的还是那些用不幸来美化自己的人。这些人比任何别人都更渴求自己的赏识，可又偏偏最不值得别人青睐。向前、追求——这才是生活的目的。让整个生活都成为一种追求吧，届时生活中将出现一种高度美好的时刻。

六

“人的道路既然遮隐，神又把他四面围困，为何有光赐给他呢？”这是老约伯^①问上帝的话。现在已经没有这样勇敢的人了，他铭记自己是上帝的儿女、是按照上帝的模样创造出来的，敢于像老约伯那样质问上帝。现在的人们自视卑贱。他们并不怎样热爱生活，甚至不会热爱自己。然而却惧怕死亡，虽然人所共知死亡是不可避免的。不可避免的东西总是合乎规律的。须知从人在地球上出现时起，死亡的过程便已开始，是该明白这一真理的时候了。意识到此生不虚，可以消除对死亡的恐惧；忠诚走过的生活道路，会给人一个安宁的结尾。滴—嗒……人死后只有他的事业留存下来。他的时刻同他的愿望一起中断了，而另一种时刻，对他生活做出评价的严峻时刻将接踵而至。

七

滴—嗒、滴—嗒！

其实，在这矛盾错综、充斥着谎言和仇恨的世界上，一切都是非常简单的。如果人们能互相洞察内心和各有知己，那么一切就会变得更加简单。

^① 老约伯：《圣经》中的人物，是“正直、尊敬上帝、远离恶事”的典范。

独自一人总是渺小的，除非他是一位伟人。我们应当互相了解：因为我们思想要比我们说话明智、清晰得多。人要想在别人面前敞开心扉，却痛感言辞贫乏，生活中很多伟大、重要的智慧都湮灭了，完全归咎于不能及时找到所需要的表达形式。诞生了一种思想，极欲把它体现在语言之中，清晰有力的语言之中……然而竟找不到恰当的言辞。

更加关心思想吧！帮助它诞生吧！你们的这种劳动会得到报酬的。到时，在一切事物中都包含着思想——甚至在石头缝中也会发现它，只要你有这种愿望。只要人们想获得一切，就能获得一切；只要他们想成为生活的主宰，就可以成为主宰，而不是像现在这样，做生活的奴隶。只要有生活的愿望，骄傲地意识到自己的力量，整个生活便会成为充分表现精神力量的时刻，创造令人惊叹的神圣的丰功伟绩的时刻——美妙的时刻，伟大的时刻。

八

滴—嗒、滴—嗒！

精神坚强的、勇敢的人们，献身于真理、正义和美的人们万岁！我们不认识他们，因为他们是高傲的，不求奖赏。我们看不到他们是如何欢乐地燃烧着自己的心。他们用耀眼的光辉照亮生活，使盲人看见了天日。应该让更多的盲人能看到天日，应该让所有的人都能看到他们的生活是多么荒谬、不公正、不合理，对这种生活觉得可怕和厌恶。能主宰自己愿望的人万岁！全世界——都在他的心中，全世界的痛苦，全人类的苦难——都在他的心灵里。生活的罪恶和污浊，生活的谎言和残忍——都是他的敌人；他把自己全部的时刻慷慨地献给斗争，他的生活充满着狂烈的欢乐，美妙的愤怒，高傲的不屈不挠精神……不吝惜自己——这是世界上最骄傲、最美的智慧。不吝惜自己的人万岁！只有两种生活方式：腐烂和燃烧。胆小鬼和贪婪之徒选择前者，勇敢和慷慨无私的人选择后者；每个热爱美的人都清楚，伟大寓于何

处。

我们生活的时钟是空虚、乏味的时钟；不要吝惜自己，让我们用美丽的功勋来充实它吧，惟有如此我们才能感受到充满欢乐悸动、洋溢炽热豪情的美妙时刻！不吝惜自己的人万岁！

（王育伦 译）

时间的价值

〔埃及〕A. 阿明

时间的价值就像金钱的价值一样：完全体现在如何使用上。只肯花一点点钱以维持生命的守财奴其实等于是个穷光蛋，他的万贯家财也就形同乌有。同样，舍不得花费时间去获取更多的幸福、去使更多的人幸福的人，也是虚度年华。

我们生活在有限的时间里：黑夜与白昼有规律地交替，哪一方也不会更多地占去另一方的时间。生命则被分为有限的几个阶段：少年、青年、中年和老年。每一个阶段都有只适于这个年龄段的特殊工作，就如同种庄稼，一旦错过了季节，一切劳作都将是白费工夫。

既然时间是有限的，既然不可抻长也不能缩短，时间的价值又体现在如何利用上，那么我们就应该珍惜它、很好地利用它。

有效地利用时间、珍惜时间只有一个方法，那就是在你的生活中确立一个目标，一个符合道德标准的目标，并且尽心尽力地去实现这一目标。

一个人没有奋斗目标就是在浪费时间。毫无目的、漫不经心地看手中的书是多么浪费时间！毫无目的地从一个店铺逛到另一个店铺，从一条街转到另一条街是多么的徒劳无益！确定目标能节省大量时间，能使人在生活中走上正道，每当他遇到一些事务，他都知道怎样从中选择有益于他的目标的事，避免与他的目标不相符的事。人们发现，工作最多的人往往时间最富裕。这是

因为他们有明确的目标，他们为了实现这个目标而正确地安排了他们的工作，而不是在犹豫不决中浪费他们的时间，更不会成为“客观条件”的玩物，任其摆布；他们总是自己创造条件，并按照自己的生活目标而行事。

一个虽然在生活中确立了目标，但却不忠实于这一目标，不努力去实现它，不去做与目标相符的事的人，其实也是在浪费时间。

没有目标和不忠实于目标都是窃取时间的小偷、浪费时间的罪犯。

珍惜时间并不意味着不停地工作，或干脆放弃休息，而是指很好地利用休息和空余的时间，以使我们能更好地工作。如果我们把空余时间花费在无所事事上，那么它既不会有利于我们，也不会给我们的工作带来益处。

如果我们把时间花在有益的游戏、体力活动或体育运动上，那它就会给我们的工作带来益处，就会使我们获得力量，去实现我们的目标。这就是运筹学的含义。

（蒋传瑛 周烈 译）

时 间

〔南斯拉夫〕 L. 伍里采维奇

我从母亲那儿学会如何工作，并憎恶懒惰。她常说：“时间就是永恒……人们荒废时间就是荒废永恒。”她还常说：“在这世界上没有什么美好的东西，也许时间就是我们拥有的惟一美好的东西；让我们别荒废它吧……谁能知道明天会发生什么事呢。”

时间！然而，这个词意味着什么？我们诞生，我们活着，我们死去，并且认为这一切都是按时发生的，仿佛时间是某种巨大、崇高、宽广和深邃的东西；仿佛它是一个无边无际的天体，包容着一切发光的世界，包含着生命和死亡，而这个地球像是蓝色的大海，无数的鱼在其中相聚相依，同泳同游。我们把已经做过的一切叫做过去；把正在做的一切叫做现在；而我们将要或试图去做的一切则称之为未来。而所有这一切都在我们身内，不在我们身外。过去了的存贮在我们的记忆中，现在正吸引着我们的注意力，而将要来的则包容在我们的希望和期待之中。

我们总是在期待着什么；我们的生命就是在期待中耗费掉了；我要说，生命本身就是一种期待。我们认为某个时刻将会到来，而且一定会到来，那时我们的期待将会实现。在某种情况下，满足和实现我们的希望似乎依赖于时间，在另一些情况下，我们坚定地相信并且确认，时间依赖于我们，而我们并不能使它缩短或延长。

我们把时间分为时代、世纪、年代，并给这些虚构的划分取

上名字，把它们看做是某种真实的存在于它们自身之内并独立于我们的意识之外的某种东西。我们相信我们真正量度了时间，而实际上在我们的意识之外并不存在什么东西；在我们的书籍之外也不存在什么东西，在书中我们写下了我们的思想、我们的谬见和我们的空虚的言词。时间在其自身中什么也不是；它不是实在，不是实体，而是人的思想、观念，书中的一个词，石头上的
一道刻痕。

亲爱的死去的母亲，当你说：“时间就是永恒……人们荒废时间就是荒废永恒。”或许你说出的是一个巨大的真理，或许你的朴素的思想（并非自觉自愿）所要达到的不是哲学家，而是父亲！一个人在他的民族中是个伟人，在上帝面前也是正直的，他也许会这样祈祷：“教我们计算我们的日子吧，这样我们就有可能使我们心灵专注于寻求智慧。”

我注意到天才和头脑简单的人之间有某种相似之处，他们都能够显示真理：前者通过理性的力量得到它，后者则通过他们的心和爱。庸人并不是真正的人。

（罗洛 译）

健 康

〔德〕叔本华

能够促使心情愉快的不是财富，而是健康。

我们不是常在下层阶级——劳动阶级，特别是工作在野外的人们脸上找到愉快满足的表情吗？而那些富有的上层人士不常是愁容满面，满怀苦恼吗？所以我们当尽力维护健康，惟有健康方能绽放愉悦的花朵。

至于如何维护健康实在也无需我来指明——避免任何种类的过度放纵和动荡不安的情绪，但也不要太抑制自己。要经常做户外运动、冷水浴以及遵守卫生原则。没有适度的日常运动，便不可能永远健康，生命过程便是依赖体内的各种器官的不停运动，运动的结果不仅影响到有关身体各部分，也影响全身。亚里士多德说：“生命便是运动。”运动也的确是生命的本质。有机体的所有部分都一刻不停地迅速运动着。比如说，心脏在一收一张间有力而不息地跳动，每跳 28 次便把所有的血液由动脉送到静脉再分布到身体各处的微细血管中。肺像个蒸气引擎无休止地膨胀、收缩。内脏也总在蠕动工作着。各种腺体不断地吸收再分泌激素。甚至于脑也随着脉搏的跳动和我们的呼吸而运动着。世上有无数的人注定要从事坐办公室的工作，他们无法经常运动了。体内的骚动和体外的静止无法调和，必然产生显著的对立。本来体内的运动也需要适度的体外运动来平衡，否则就会产生情绪的困扰。大树要繁盛荣茂也须风来吹动。人的体外运动须与体内运动

平衡，此点尤为重要。

幸福系之于人的精神，精神的好坏又与健康息息相关。

这只要想想我们对同样的外界环境和事件，在健康强壮时和缠绵病榻时的看法及感受如何不同，即可看出。使我们幸福或不幸福的，并非客观事件，而是那些事件给予我们的影响和我们对它的看法。就像伊皮泰特斯所说：“人们不受事物影响，却受他们对事物看法的影响。”

一般来说，人的幸福十之八九有赖健康的身心。有了健康，每件事都是令人快乐的；失掉健康就失掉了快乐。即使人具有伟大的心灵，快活乐观的气质，也会因健康的丧失而黯然失色，甚至变质。所以当两人见面时，我们首先便问候对方的健康情形，相互祝福身体康泰，因为健康实在是成就人类幸福最重要的成份。只有愚昧的人才会为了其他的幸福牺牲健康。不管其他幸福是功、名、利、禄、学识，还是过眼烟云似的感官享受，世间没有任何事比健康来得更重要了。

（杜其传 译）

艺术与死亡（节选）

〔法〕布德爾

在我人生暮年的岁月中，精神里依然保留着像往昔那样激动的反应。

不要怠慢了人生最后这段时光。

在自然界这个大舞台上，人们才是自己真正的偶像。人们总爱追溯自己的过去，可今非昔比，一个人往昔的风貌如今已荡然无存了。人们时刻铭记着生命新陈代谢的永恒规律，人终究是会死亡的。

难道有什么能够比菊花馥郁的飘香更能抚慰人的心灵吗？

在我生命旅途最后的这段时光中，我看见过去的躯壳脱落，离开了我。

我依傍在那种被人们称作为棺材的粗糙而阴森的箱子边，久久地沉思。

我孤独一人，心潮澎湃，浮想联翩。在这个被钉在一起的、令人毛骨悚然的木头筐中，我更加清楚地感到了人类理想和命运之间的距离，是死神向我们昭示了理想和命运的综合。

灵魂有时真像是一口庞大而沉重的箱子，它比世界上最大的棺椁所盛的痛苦和忧伤还要多。

在我生命弥留于这个世界最后的时日里，啊！竟有那么多贴心知己的朋友们用他们热情温暖的手握住了我那双嶙峋颤抖的手！

可是，从前有谁会关注和指导过这双被大家紧紧握住的手呢？

命运，乖谬的命运，请告诉我关于你神秘莫测的规律吧！请提醒我你漂移游荡的方向吧！

爱情、痛苦、死亡，这些就是人生的大学校。

人生的暮年时期，要比童年时光消失得快得多，甚至比中年时期还要短。

人们不知道这是为什么，人们为生命如此匆匆而感到困惑和茫然，他们不知道究竟应该怎么去行动。

有谁会知道呢？

现在，在我的创作中有雄伟磅礴的高山，浩瀚无边的大海，它们都显示出了冲天的气势和巨大的力量。

我不敢相信。

空间和时间意味着什么？它们也是一种尺度吗？啊，比例，你永远至高无上。

人们看见燕子在起飞，顷刻之间辽阔的天空中到处都是回旋飞舞的燕子。

人们常说，燕子飞去还会归来。

在我晚年的时日里，我看见那些严肃而理智的燕子在我门口的三角楣上，用衔来的泥土筑成了一个漂亮精致的小巢。当春风再度吹拂、蝶舞蜂喧之时，燕子自然就会飞回。

可是我，我还能看到燕子归来、展翅飞舞的倩影吗？还能倾听到它们呢喃报春的欢音吗？可能只有时光才会知道。

逝去的人和新出生的人如同出发和归来一样，交织在一起，使人类保持着匀称和平衡，而在这种匀称和平衡中却隐潜着不幸的悲剧。

一群嘶鸣号叫的乌鸦正在排列着队形，进行殊死的鏖战，墨水瓶也无法同它们飞翔时带来的黑暗相比拟。

在我人生暮年的最后时日里，那些在光明之后投下的黑暗教给了我们明暗的对比；黑暗与希望同在，明亮与恐慌并行。

所有这些日子都纷集在那里，用殊异的目光审视我，它们每一天的面孔都各不相同。

你们对我生命所剩下的残年孤月将如何看待？我是否知道那些最终莅临的时日意味着什么？我对一切都不敢相信，有时则故意置若罔闻。

.....

那曾经是些沧海横流、混战与争斗延宕不休的年代，欢乐与欢乐残酷地厮杀，忧伤与忧伤激烈地抗衡。

岁月在焦虑地、望眼欲穿地等待着，它们深信不疑的是，我会最终发现真实。我激动得周身颤栗不止，难道我惧怕触碰到你吗？神秘莫测、难以驾驭的真实啊？

闪烁在过去年代的灵光业已熄灭，散落的灰烬也都飘散了，周围到处覆盖盛开着五彩缤纷的、属于我们的鲜花。

这些美丽的鲜花可能会释放出一缕带有苦味的芳香。可是，为什么会夹杂着苦涩呢？究竟什么是苦涩？什么又是甜蜜呢？

你歇斯底里地践踏了整个美丽娇媚的花园，我丧心病狂地掠夺了整个花园的果实，我整个灵魂都向往着美丽的女人，我在如痴如狂的爱情中创作着人的艺术。

这一切都被我牢牢地掌握在手中，这一切是不是梦幻的灰烬呢？不，绝不是。

“艺术在我们生命的死亡中延宕发展……”

（孙凡平 孙丽蓉 译）

瞬 间

〔前苏联〕邦达列夫

她紧紧依偎着他，说道：

“天啊，青春消逝得有多快……我们可曾相爱还是从未有过爱情，这一切怎么能忘记呢？从咱俩初次相见至今有多少年了——是过了一小时，还是过了一辈子？”

灯熄了，窗外一片漆黑，大街上那低沉的嘈杂声正在渐渐地平静下来。闹钟在柔和的夜色中滴答滴答地响个不停，钟已上弦，闹钟拨到了早晨6点半（这些他都知道），一切依然如故。眼前的黑暗必将被明日的晨曦所代替，跟平日一样，起床、洗脸、做操、吃早饭、上班工作……

突然，他有一种奇怪的感觉，似乎这脱离人的意识而日夜运转的时间车轮停止了转动，他仿佛飘飘忽忽地离开了家门，滑进了一个无底的深渊。那儿既无白昼，也无夜晚，更无光亮，一切都毋须记忆。他觉得自己已变成了一个失去躯体的影子，一个看不见、摸不着的隐身人，没有身长和外形，没有过去和现在，没有经历、欲望、夙愿、恐惧，也不知道自己已经活了多少年。

刹那间他的一生被浓缩了，结束了。

他不能追忆流逝的岁月、发生的往事、实现的愿望，不能回溯青春、爱情、生儿育女以及体魄健壮带来的欢乐（过去的日子突然烟消云散，无踪无影），他不能憧憬未来——一粒在浩瀚的宇宙中孤零零的、注定要消失在黑焗焗的空间沙土是否也有同样

的感受呢？

然而，这毕竟不是一粒沙土的瞬间，而是一个上了年纪的人在他心衰力竭的刹那间的感觉。由于他领会到并且体验了老年和孤寂向他后开大门时的痛苦，一股难以忍受的怜悯之情油然而生，他怜悯自己，怜悯这个他深深爱恋的女人。他们朝夕相处，分享人生的悲欢，没有她，他不可能设想自己将如何生活。他想到，妻子一向沉着稳重，居然也叹息光阴似箭，看来失去的一切不仅仅是与他一人有关。

他用冰冷的嘴唇亲吻了她，轻轻地说了一句：“晚安，亲爱的。”

他闭眼躺着，轻声地呼吸着，他感到可怕。那通向暮年深渊的大门敞开的一瞬间，他想起了死亡来临的时刻——而他的失去对青春记忆的灵魂也就将无家可归，飘泊他乡。

（苏华 译）

当我不在世的时候

〔俄〕屠格涅夫

当我不在世的时候，当我所有的一切都化为灰烬的时候，你啊，我惟一的朋友；你啊，我曾那样深情地和那样温存地爱过的人；你啊，想必会比我活得更长时间，但你可不要到我的坟墓上去……你在那儿是无事可做的。

请不要忘记我……但也不要再在日常的操劳、欢乐和困苦之中想起我……我不想打扰你的生活，不想搞乱它的平静的流水。不过在孤独的时刻，当善良的心如此熟悉的那种羞怯的和无缘无故的悲伤碰着你的时候，你就拿起我们爱读的书当中的一本，找到里边我们过去常常读的那些页，那些行，那些话——记得吗？有时，我们俩一下子涌出甜蜜的、无言的泪水。

你读完吧，然后闭上眼睛，把手伸给我……把你的手伸给一个已经不在的朋友吧！我将没有能够用我的手来握它：我的手将一动不动地长眠在地下。然而，我现在快慰地想，你也许会在你的手上感受到轻轻的爱抚。

于是，我的形象将出现在你的眼前，你闭着眼睛的眼睑下将流着泪水，这泪水啊，就像我和你受美的感动曾经一起洒下的一样，你啊，我惟一的朋友；你啊，我曾那样深情地和那样温存地爱过的人！

（黄伟经 译）

死亡——生存的代价

〔埃及〕艾尼斯·曼苏尔

有一句世界性的格言，说“进去时应想着出来”，或者说“登门迈脚须小心”！这意思就是说，一只脚迈进门槛，另一只脚要始终留在门外。这也就是说，你应该一只眼睛在门里，一只眼睛在门外；或者，你应该骑跨在门槛上；或者，你的智慧应该在你的舌头上，你的头脑应该在你的心上，你应该给自己的每一个动作，每一个意见，每一个思想，每一个步骤，都加上一个计算器。其目的是，保证你的心灵、你的肉体、你的头脑、你的生命的安全。为了你的安全，你应该经受所有这些磨难。经历过出于所有这些原因的磨难后，你就为自己实现了安全、无虞、顺遂与和平了！

但是，谁能永远这样小心谨慎？谁能戴此枷锁而不疲乏？谁能不粉碎这枷锁、不因着这枷锁和随着这枷锁而粉碎呢？谁能让禁锢在牙齿后面的舌头因疲惫而说话呢？谁能不让自己因行走劳累而倒在地上呢？谁能忍受大门长期禁闭或看着门偏斜而不去砸烂这些门呢？谁能总数着自己咀嚼的每一口饭和饮的每一滴水呢？谁能用自己的手指握住自己的心，用自己的手指抓住自己的脑呢？谁能成为自己全部潜能的囚禁者呢？谁能用囚禁自己的办法换得正确和无过呢？所有这一切，都是为了走上笔直的道路，为了接近于正确。它们借助的是同一种方法，即通过不做任何事情而不犯错误。

除了死人，谁也不能如此。只有死人才不知道错误，因为他们不知道正确。至于活人，由于自然的原因，他们是有偏颇的。因为他们有可以伸屈的四肢、舌头和手臂，有可以远望的眼睛，有可以配置耳机和电话的耳朵。

活人是不懂得折衷的，因为折衷就是拦腰斩断。而过火极端，倒常常是令他们高兴的事，即使那样会导致一种永远的休息。他们是人，人的自然特性是：即使付出代价，也要去干。我们付出过多少代价啊！死亡就是为了生存而付出的代价——为了任何一种生存。

（伊宏 译）

两 条 路

〔德〕里克特

新年的夜晚。一位老人伫立在窗前。他悲戚地举目遥望苍天，繁星宛若玉色的百合漂浮在澄静的湖面上。老人又低头看看地面，几个比他自己更加无望的生命正走向它们的归宿——坟墓。老人在通往那块地方的路上，也已经消磨掉六十个寒暑了。在那旅途中，他除了有过失望和懊悔之外，再也没有得到任何别的东西。他老态龙钟，头脑空虚，心绪忧郁，一把年纪折磨着老人。

年轻时代的情景浮现在老人眼前，他回想起那庄严的时刻，父亲将他置于两条道路的入口——一条路通往阳光灿烂的升平世界，田野里丰收在望，柔和悦耳的歌声四方回荡；另一条路却将行人引入漆黑的无底深渊，从那里涌流出来的是毒液而不是泉水，蛇蟒满处蠕动，吐着舌箭。

老人仰望夜空，苦恼地失声喊道：“青春啊，回来！父亲哟，把我重新放回人生的入口吧，我会选择一条正路的！”可是，父亲以及他自己的黄金时代都一去不复返了。

他看见阴暗的沼泽地上空闪烁着幽光，那光亮游移明灭，瞬息即逝了。那是他轻抛浪掷的年华。他看见天空中一颗流星陨落下来，消失在黑暗之中。那是他自身的象征。徒然的懊丧像一支利箭射穿了老人的心脏。他记起了早年和自己一同踏入生活的伙伴们，他们走的是高尚、勤奋的道路，在这新年的夜晚，载誉而

归，无比快乐。

高耸的教堂钟楼鸣响了，钟声使他回忆起儿时双亲对他这浪子的疼爱。他想起了困惑时父母的教诲，想起了父母为他的幸福所作的祈祷。强烈的羞愧和悲伤使他不敢再多看一眼父亲居留的天堂。老人的眼睛黯然失神，泪珠儿泫然坠下，他绝望地大声呼唤：“回来，我的青春！回来呀！”

老人的青春真的回来了。原来，刚才那些只不过是他在新年夜晚打盹儿时做的一个梦。尽管他确实犯过一些错误，眼下却还年轻。他虔诚地感谢上天，时光仍然是属于他自己的，他还没有堕入漆黑的深渊，尽可以自由地踏上那条正路，进入福地洞天，丰硕的庄稼在那里的阳光下起伏翻浪。

依然在人生的大门口徘徊逡巡，踌躇着不知该走哪条路的人们，记住吧，等到岁月流逝，你们在**焯黑**的山路上步履踉跄时，再来痛苦地叫喊，“青春啊，回来！还我韶华”，那只能是徒劳的了。

（罗务恒 译）

我的公开信

〔美〕 罗纳德·里根

我的美国同胞们：

最近，我被告知，我是数百万美国早老性痴呆病患者之一。

得知这一消息后，南希和我必须做出决定，是把这作为一个普通公民的个人私事，还是该将这一消息公诸与众。

过去，南希得了乳房癌，而我做了肿瘤切除手术。我们发现，我们的公开宣布，能提高公众的警惕。结果是许多人都去做了检查，使患者在早期得到了治疗，并恢复了正常、健康的生活。

所以现在，我认为重要的是让你们也都知道这个情况。我们衷心希望这能进一步提高人们对早老性痴呆症的警惕。也许，这将促使人们去更好地理解罹患此病的个人和家庭。

目前，我感觉良好。我打算在上帝赐予我的有生之年，一如既往地做我的事情。我还将和我的爱妻南希和全家一直在生命的旅途上行进。我打算多享受些野外生活的乐趣并与我的朋友和支持者们保持联系。

不幸的是，早老性痴呆症的发展，常会使患者的家庭背上沉重的负担。我只希望有一种方法，能使南希从这种痛苦中解脱出来。当这一时刻来临之时，我相信，有你们的帮助，她将有信心和勇气面对这一切。

最后，我感谢你们，美国人民，是你们给了我莫大的荣誉，

曾让我当了总统。当上帝不论什么时候召唤我归去之时，我将怀着对我们祖国的无限热爱和对未来的永远乐观而离开人世。

现在我开始走上生命日衰的途程，但美国的前途是无限光明的。

谢谢，我的朋友们，愿上帝赐福于你们。

您的忠诚的罗纳德·里根

(韩淑敏 译)

海利根施苔特遗嘱^①

〔德〕贝多芬

此遗嘱留给我的兄弟卡尔和……

噢，你们人哪，你们认为或宣布说，我敌视一切，执拗倔强，要不就是说我悲观厌世。你们实在是冤枉我了，你们并不知道你们得到这种印象的隐秘之原因。我的心灵、我的思想自幼就怀着这样一个友善的温存感，要亲自成就丰功伟业。我一直抱有这样的使命感。但是你们只要想一想，六年以来，一种不可救药的状况侵袭着我，这种状况又因庸医误人而更趋恶化。年复一年，我怀着痊愈的希望，却一再受骗上当，终于不得不看清了这是一种长久持续的疾病（治愈它大概需要经年累月，或许根本就是不可能的）。生就一个热情似火的性格，甚至会为社交场合的消遣娱乐所动，我却很早就不得不与世隔绝，孤寂地苦度时光。有时，我也想超越所有这一切，啊，可我却被听觉已坏的这个双重的惨痛经验无情地推回来；但是我还不能告诉人们：请说得再大声一点，请放开嗓子吼吧，因为我聋了！啊，怎么可能呢？这样一来，等于是要我宣布我的某个器官已经衰退，而对于我来说，这个器官本来应当比别人的更加完美；过去，我的这个器官

^① 1798年，德国作曲家贝多芬听力日益失聪，他无法面对这个事实，准备以自杀来回击命运对他的打击，故写下了这篇遗嘱。

是最出色的，其完美的程度过去和现在我的同仁中都鲜有人能及。

啊，我不能这样做。假如你们看到我抽身离开你们，就请原谅我吧！本来我是想置身于你们当中的。我的不幸使我身受双重痛苦，因为我一则必然被误解，二则不能享受人们在社交中得到的高雅的交谈，不能互诉衷曲。我几乎只能参加实在无法推托的社交活动，不得不像一个被放逐者一样活着。我一走近一个谈话圈子，一阵恐惧就袭上心头，生怕陷入让别人看出我的状况的危险。这半年里，我的处境也并无二致。我的医术高明的医生要求我尽量保护我的听觉，我目前的状况与我现在的自我感觉几乎一致。虽然在交际冲动的驱使下，我也禁不住诱惑，参加了一些社交活动。但是每当站在我身边的人听见远处传来的笛声，而我却什么也没听见，或是有人听见牧人在歌唱，而我还是什么也听不见，这对于我是何等的耻辱！诸如此类的事件使我近乎绝望，只差一步之遥，我便会亲手结束自己的生命——只有她，只有艺术，在支撑着我。

啊，我感觉到，在创造出全部我觉得有兴趣要做的一切之前，是不可能离开这个世界的，所以我才姑且苟延这可悲的生命——实在是可悲啊，躯体是如此的敏感，任何稍快一点的变化，就可以把我从最佳状态带入最糟糕的状态。忍耐，只有忍耐，我现在不得不选择你作为我的引路人。我必须——我时刻企望这就是我做出的决定——坚持到底，直到铁面无私的命运女神想要扯断这条线；这样也许更好，也许不好，但我都会从容应对。

我才 28 岁就被迫成为哲人，这并不容易啊，对于一个艺术家比起对于其他任何人都更难——神性啊，你向下看，看看我的内心吧，你了解我的内心，你知道博爱及行善的冲动就居住在我的心中。世人啊，如果你们读到这里，就想一想你们待我的不公平；而这个不幸之人，他在想人世间是否能找到一个跟他相似的人，尽管也为自然的障碍所阻，却竭尽全力以被接纳进入伟大的

艺术家和伟人之列；他只有以此来安慰自己。

卡尔和……我的兄弟们，一旦我死去而施密特教授还活着的话，你们立即以我的名义请他描述我的病况，并且请你们把这里这张写了遗嘱的纸附到我的病史中，至少让世人在我死后尽量同我和解。同时我在此宣布你们两人为我那点小小的财产（如果还可以把它叫做财产的话）的继承人，望你们公平地分配，融洽相处，互相帮助；过去你们所做的使我不快的事，这你们也都知道，我早已原宥了你们。卡尔弟弟，我尤其感谢你在这最后的时日里对我表示的亲近。我的愿望是让你们过上比我更好的、更无忧无虑的生活，让你们的儿女品德高尚。美德，只有她而不是金钱能带来幸福。我是以切身体验来说此话的。在困苦中是美德支撑着我，我之所以没有以自杀来结束我的生命，除了我的艺术之外，我要感谢她。

永别了，你们相互珍重吧。我向所有朋友表示感谢，特别感谢利希诺夫斯基侯爵和施密特教授。利希诺夫斯基侯爵的那些乐器，我希望你们当中有一人来保管它们，但是不要因此在你们当中引起争端。一俟这些乐器于你们有所裨益，就把它卖掉。如果我在坟墓里还能对你们有用，我是多么高兴——就这样办吧——我怀着欢乐奔向死亡。要是它来早了，使我还来不及施展我的全部艺术能力，那么就让它早些来同我艰辛的命运相对抗吧。我还是希望它晚一点来——不过我也满足了，难道它不是把我从一个没有终点的痛苦状态中解放出来了吗？你想什么时候来，就什么时候来吧，我勇敢地迎接你。

永别了，不要完全忘记死去的我；我有权利受到你们这样对待，因为我这一生中常常想到你们，想使你们幸福——

路德维希·凡·贝多芬于海利根施塔特

立此遗嘱，1802 年 10 月 6 日

（李伯杰 译）

临刑前夕致家人绝笔书^①

〔美〕J. 布朗

我最亲爱的妻子、儿子、女儿及所有亲人：

当我提笔写这封也许是给你们最后一封信时，我决定把它同时写给你们每一个人……我正以坦然而愉快的心境等候对我公然的杀戮。我深信再没有比这更好的方式使我来推动上帝及人类的事业，而我和我的家人为之牺牲奋斗的一切决不会损失分毫。

一个大智大悲的、正义和神圣的上帝不但统治着这个世界，而且统治着所有的世界。这样的信念是我们赖以驻足的基石——无论在何种情况下，包括我们由于自身的谬误而陷入的比这更为严酷的情形。如今，我深信我们所谓的灾祸最终会带来最为辉煌的胜利。因此，我亲爱的、惨遭打击的家人，你们务必振作，以你们全部的身心来相信上帝，因为他将善断一切。不要为我而感到羞愧，万不可有片刻的失望和心灰意冷。我祝福上帝。自我身陷囹圄以来，我从未像现在这样坚信一个明亮的早晨和灿烂的白天即将来临。

我像一个“可怜的浪子”，正努力回到慈父上帝的怀抱。对他，我深感罪孽深重。我渴望他能宽恕我，接受我，尽管我离他还相当遥远。我亲爱的妻儿，只有归依上帝，你们才可能了解我

^① 布朗系美国白人废奴主义者，曾领导堪萨斯州反奴隶制运动。1859年带领 19 人袭击政府军械库失败而被捕，处以绞刑。临刑前写此信。

——一直在为你们而踏上通往上帝的行程，使你们中的每个人，通过耶稣基督，都能蒙受上帝的福泽，使你们中的每个人，都会看到他语录的真理以及照彻生命与永恒的光芒。

我恳求你们每个人把《圣经》作为你们日夜的必修课，出于对你的丈夫和父亲的尊重与热爱，以一种孩子般的真诚，以一种孜孜不倦的精神去读。我恳求父辈的神灵帮助你们睁大双目去发现真理。不久，你们就会发现你们是如此需要基督教的安慰。

一个多月来的遭遇使我相信，在偏见盛行、虚荣肆虐之时，我们需要用别的什么来寄托我们的希望，而不仅仅是我们苍白的理论。

在没有一个船舵或指南针来帮你航行时，万不可把一切都托于狂暴的海洋。我并不是要你们放弃理智，我只是要你们清醒地运用理智。我亲爱的年幼的儿女们，你们会聆听一个除了爱你们别无他图的人的最后忠告么？果断地将你们全部的身心献给上帝吧！要义无反顾，矢志不移。

不要自负或放弃思想，而要有清醒的头脑。让我来恳求你们以一种纯洁的热忱来爱人类大家庭中的每一个人。最大限度地利用你捡起的一砖一石，来重构那残破的院墙。爱别人，被人爱，爱每一个陌生者——没有什么比这种意识更能使你的生活幸福而有意义。想着你们都有这种机会并且能证明你们对人类大家庭的忠诚，是我心灵的最大宽慰。

忠心耿耿，至死不移。从习惯性地爱人，再来爱人类的创造者，这应该不是什么困难的事。我有必要在这里说说我坚信《圣经》神圣启示的理由，尽管我（也许很自然）也存有疑虑（但决不是怀疑），我希望你们都能认真仔细地思考这个问题，当你阅读《圣经》时，你是否能自己发现此类的证明。《圣经》以它随处可见的对心灵、情感、动机、语言及行动纯洁性的苛求而区别于其他教义，并且深深打动我，无论我的心灵是否愿意服从。它所产生的感召力是使我相信其真理性的另一个原因，我在这为《圣经》最后的辩解中，万不能不提到这一点。

永生，是我的灵魂此时此刻所追求的。我提到这个，是想要留下一部珍贵的《圣经》，而不是别的什么，给我的子孙，你们要用心保存，作为对我的纪念。

我恳求你们要清心寡欲，知足长乐，并言传身教于你的子子孙孙。尽快地去体验《圣经》的教诲“永不欠人，只要爱人”是否真的是神的旨意。约翰·罗切斯要他的后人憎恶“罗马的臭婊子”，约翰·布朗要他的子孙以刻骨的仇恨来憎恨“一切罪恶的魁首”——奴隶制。

切记，“脾气最小的人力气最大，自己精神的统治者胜过一个城市的统治者”。切记，拥有智慧者及使众多人踏上正道者必将像星辰一样永远闪耀。永别了，我的亲人们，愿你们得到上帝及他的真言的福祐！

你们的亲爱的丈夫、父亲：约翰·布朗

1859 年 11 月 30 日

于弗吉尼亚州杰斐逊县查尔斯监狱

(天波 译)

一位外科大夫的遗言

〔美〕约翰·麦克唐纳

我作为一名普外大夫，接触过几乎所有癌症。我看过有些病人死于小肿瘤，另一些病人身患大肿瘤却活着。当我不得不告诉病人及其家属亲友“是的，是恶性肿瘤”时，我看见他们是怎样的惊恐万状。

外科大夫在与癌症病人相处时，须保持应有的冷静。当你被告知你或你亲人患了癌症时，癌症已成为顽敌，不再那么遥远了。

我听过两次可怕的宣判：第一次是亡妻玛丽怀孕八个月时，说她患了白血病；第二次是在我做了心脏手术四个月后，拍片检查时发现左肺有阴影。

那天上午，玛丽发现手臂上有紫癜性斑点（像针头大小的血点），我叫她去验血。后来，我办公室的电话响了。电话是多伦多圣迈克尔医院的同事、血液学专家肯·巴特勒打来的。

“约翰，”他说，“有点事会让你吃惊：玛丽的血小板计数只有2万。我得立即做骨髓检查。”

翌晨，肯给我家里打来了电话，他若无其事地说：“约翰，上午来一下好吗？”其实，我听得出他是在故作镇静。一位好大夫是不会在电话里告诉别人坏消息的，因此我本能地意识到肯要告诉我什么不幸的事了。

当肯告诉我玛丽患了急性骨髓细胞性白血病时，我泪流满

面，恢复镇静后问：“她还有希望吗？”

“除非病情缓解，不然，最多只能活六至八周。”

他预测的准确度令人震惊。新生儿幸存下来了，因为白血病是通不过胎盘屏障的。

经过这两次打击，我认为病人家属“得知患癌消息”所受的痛苦远比病人自己大。而我作为病人，我知道被诊断出癌症要比被诊断出任何别的病来得更痛苦。比如说，当我知道我需要做心脏手术时，我几乎心生宽慰：我做了手术就会恢复健康了。

然而，我根本没想到会患癌症。因为感到右胸切口旁痛，我在动身去打野鸭的前几天做了次 X 光检查，后来我就把这事忘了。在回家那天上午，胸外科大夫克莱尔·贝克就打来了电话。

“约翰！我们还要给你拍几张胸片。”

“要看什么？”

“你左肺叶上有个小疤，可能为术后所致吧。如能来，我们上午给你拍。”

淋浴时，我才悟到他话里有话。过去四个月里我曾拍过多张胸片，却没发现什么。我觉得右胸痛，而非左胸。我感到事情不妙了。

后来，当我们把 X 光片放在看片灯上看时，我亲眼目睹到了我生活中的致命情景：我在注视着自己左肺上的癌。

我感到需要更多的空气，便跑下了楼，进了街对面的圣迈克尔教堂。我跪在长条凳上，连做祈祷也无力了，一时觉得自己陷入了绝望。我忆起英国诗人约翰·多恩的诗句：“谁的钟声响了，不必去报知？那就是你的丧钟。”

我从最初的震惊中恢复过来后，接着想到的是，“我的病究竟有多严重”和“我还能活多久”。多数人得知“患了癌症”这种毁灭性消息时，都表现出顽强的精神，的确，在我告诉我的病人他们患了癌症时，他们的勇气往往使我惊异不已。我常想：“我也会那么勇敢吗？”但当你振作起来，不再感到自己可怜时，你便真正同癌症开战了。这时，我们做大夫的会听到病人说：

“大夫，请做你该做的一切吧。我知道我不会失望。”

海明威曾说，勇气由于压力才显得完美。然而，我宁愿赞同18世纪意大利剧作家维多利奥·阿尔菲耶利的“考验勇气的该是生而不是死”的观点。因为癌症病人不仅感到压力，而且还感到恐怖。伴癌而生，正视其存在，这才是了不起的勇气啊！

在治癌时，“希望”是我们的“特效药”。无癌不可治，多严重都可治。我们把“希望”灌输给病人，帮助他们积极主动地与癌作斗争。许多大夫都认为如要取得疗效，就得把“希望”作为良药。

我为自己有美丽的妻子和八个可爱的孩子而高兴。我的工作既艰巨又能给人以满足感。我喜欢音乐、书籍、芭蕾舞和戏剧，我爱好锻炼，打网球、高尔夫球、打猎和钓鱼。我的家庭生活幸福美满。

当我知道快要死时，态度变了。“这是你余生的第一天”，这句话有了实际的意义。对每一个晴天，鸟语花香，我都加深了认识。人们在明白自己来日苦短时，才真正认识生命多宝贵！

病后，我开始做许多以前没做的事。我和爱妻玛丽更多地一起度假。我们常打网球，带孩子垂钓。当我回顾前几年时，感到自患癌以来仿佛度过了一生。在巴哈马的最后一个假日，我沿海岸漫步，浪花飞溅在我脚上，我仍然感到自己是宇宙的一分子，尽管渺小，宛似岸边一粒沙。

虽然我不得不限制求诊病人人数，但我比过去更能同情他们。当我走进重病监护病房时，恐惧感使我想起我也是其中之一。安慰我的癌症病人，对我是种特殊的满足，因为我在经过被诊断出癌所受的痛苦后，仍能享受人生乐趣。

我相信死可能是人生最重要的部分，由于我的宗教信仰，认为死后会“回到天之父”那无限美好的天国去。我相信尽管我余生已无几，但很充实，有经验和成就，充满欢乐和爱。我的生命将永留在那些还活着的我所爱的人的怀念中。我愿死在他们身旁，像人们所希望的那样得到主的恩赐，死得平安体面。

要是我们认识到我们在世之日只是宇宙的一个微不足道的小点，那么，用年月来计算生命不可能像我们想像的那样重要了。为何要用心跳来衡量生命呢？

（吴景林 吴思望 译）

青春在爱情中苏醒

自古以来，男子和女子就有感情交错这一本性。男子恋爱的形象通常像猎手，女子则像逃跑的同时又忽闪着眼睛侧目注视着猎人的一头母鹿。夏天的他和春天的她是最合适最幸福的季节。

——〔日〕山口洋子

论 爱（节选）

〔英〕雪 莱

你垂询什么是爱吗？当我们在自身思想的幽谷中发现一片虚空，从而在天地万物中呼唤、寻求与身内之物的通感对应之时，受到我们所感、所惧、所企望的事物的那种情不自禁的、强有力的吸引，就是爱。

倘使我们推理，我们总希望能够被人理解；倘若我们遐想，我们总希望自己头脑中逍遥自在的孩童会在别人的头脑里获得新生；倘若我们感受，那么，我们祈求他人的神经能和着我们的一起共振，他人的目光和我们的交融，他人的眼睛和我们的一样炯炯有神；我们祈愿漠然麻木的冰唇不要对另一颗火热的心、颤抖的唇讥消嘲讽。这就是爱，这就是那不仅联结了人与人而且联结了人与万物的神圣的契约和债券。

我们降临世间，我们的内心深处存在着某种东西，自我们存在那一刻起，就渴求着与它相似的东西。也许这与婴儿吮吸母亲乳房的奶汁这一规律相一致。这种与生俱来的倾向随着天性的发展而发展。在思维能力的本性中，我们隐隐约约地看到的仿佛是完整自我的一个缩影，它丧失了我们所蔑视、嫌厌的成分，而成为尽善尽美的人性的理想典范。它不仅是一帧外在肖像，更是构成我们天性的最精细微小的粒子组合。它是一面只映射出纯洁和明亮的形态的镜子；它是在其灵魂固有的乐园外勾画出一个为痛苦、悲哀和邪恶所无法逾越的圆圈的灵魂。这一精魂同渴求与之

相像或对应的知觉相关联。当我们在大千世界中寻觅到了灵魂的对应物，在天地万物中发现了可以无误地评估我们自身的知音（它能准确地、敏感地捕捉我们所珍惜并怀着喜悦悄悄展露的一切），那么，我们与对应物就好比两架精美的竖琴上的琴弦，在一个快乐的声音的伴奏下发出音响，这音响与我们自身神经组织的震颤相共振。这——就是爱所要达到的无形的、不可企及的目标。

正是它，驱使人的力量去捕捉其淡淡的影子；没有它，为爱所驾驭的心灵就永远不会安宁，永远不会歇息；因此，在孤独中，或处在一群毫不理解我们的人群中（这时，我们仿佛遭到遗弃），我们会热爱花朵、小草、河流以及天空。就在蓝天下，在春天的树叶的颤动中，我们找到了秘密的心灵的回应：无语的风中有一种雄辩；流淌的溪水和河边瑟瑟的苇叶声中，有一首歌谣。它们与我们灵魂之间神秘的感应，唤醒了我们心中的精灵去跳一场酣畅淋漓的狂喜之舞，并使神秘的、温柔的泪盈满我们的眼睛，如爱国志士胜利的热情，又如心爱的人为你独自歌唱之音。因此，斯泰恩说，假如他身在沙漠，他会爱上柏树枝的。爱的需求或力量一旦死去，人就成为一个活着的墓穴，苟延残喘的只是一副躯壳。

爱情（节选）

〔英〕劳伦斯

……男女之间的爱是世上最伟大、最完美的情感，因为它是双重的，包括互相对立的两个方面。男女之间的爱是最完美的生活脉搏，心的收缩和舒张。

神圣的爱是无私的，追求的不是自己的利益。情人为自己的爱人献身，只求与她达成完美的统一。但男女之间的爱是完整的，它追求神圣和世俗的统一。世俗的爱寻求的是它自己。我在我的爱人身上寻求我自己，从她那儿争抢出一个我来。我们不是清澈的个体，而是复杂的混合物。我寄寓在我的爱人之中，她也寄寓在我的身上。这种状况是不应存在的，因为它只是混杂和迷惑。因此，我必须彻底地收拢自己，从我爱人身上解脱出来，她也应该完全地从我身上分离出去。我们的灵魂像是黄昏，既不明亮也不黯然。光线应该收敛回去，变成十足的闪光，而黑暗也应该自立门户。它们应该是互相对立的两个完整体，互不参涉，泾渭分明。

我们像一朵玫瑰。男女双方的激情既然完全分离，又美妙地结合，一种新的形状，一种超然状态在纯洁统一的激情中，在寻求清晰与独立的纯洁激情中诞生了，两者合而为一，被投进玫瑰般的完美的天堂中。

因此，男女之间的爱，如果是完整的话，应该是双重的。这是融入纯洁感情交流的境界，又是纯粹性的摩擦，两种状况均存

在。在感情的交流中，我被熔炼成一个完整的人，而在纯洁的、激烈的性摩擦中，我又被烧成原先的自我。我从融合的基质中被赶了出来，进入高度的分离状态，成为十足单独的自我，神圣而独特的自我，宝石从混杂的泥坯中被提炼出来时大概就是这样的。我爱的女人和我，我们就是这类混杂的泥坯。随后在热烈的性爱中，在具有破坏性的烈焰中，我被毁了，贬低为她那个自我。这是毁灭性的欲火，世俗意义上的爱。但惟有这火才能使我们得到净化，使我们从混杂的状况中分离出来，成为独特的、如宝石一般纯净的个体。

所以说，完整的男女之爱是双重的，既然是一种融化的运动，把两者融合为一，又是一种强烈的、带着摩擦和性激情的分力运动，两者被烧毁，被烧得彻底分开，成为迥然不同的异体。但不是所有男女之间的爱都是完整的。它可以是温柔的，慢慢地合二为一，如圣法兰西斯和圣克莱尔，圣玛丽和耶稣之间的爱。在这种情况下，可能没有分离，看不到统一，也不存在独特的异体。可见，这所谓神圣的爱其实只是半个爱，这种爱却知道什么是最圣洁的幸福。另一方面，爱又可能是一场性满足的美妙战斗，动人而可怕的男女抗争，就像特里斯坦和艾索德^①。这些超越骄傲的情人，打着最崇高的旗帜，是宝石一般的异体。他是十足的男性，像宝石一般脱颖而出，桀骜不羁；而她则是纯粹的女性，像一枝睡莲，亭亭玉立于其女性的妩媚和芬芳之中。这就是世俗的爱，它总是在欲火和分离的悲剧里结束。到那时，这两个如此出众的情人会被死神分隔开。但是，如果说世俗的爱总是以痛心疾首的悲剧而告终，那么神圣的爱则更是有过之而无不及。它总是以强烈的渴求和无可奈何的悲哀而告结束。圣法兰西斯最后死去，撒下圣克莱尔孑然一人，悲痛欲绝。

势必会合二而一，永远如此——感情交流而产生的甜蜜的爱和性满足后产生的自豪的爱总是融合在一起的。那时，我们就像

^① 中世纪麦克王的侄儿特里斯坦，爱上了叔叔的未婚妻艾索德。

玫瑰，甚至超越了爱。爱被包围、被超越了。我们成了完全融合的一对，同时又像宝石一样是独立的个体。玫瑰包围并超越了我们。我们组成一朵玫瑰，而不是其他。

（姚暨荣 译）

关于爱情（节选）

〔法〕帕斯卡

人的精神中如果有浓烈柔美的部分的话，那么这就是爱情。控制着这种浓烈柔美感情的是纯粹的、上等的、高雅的、理性的活动……女性希望看到男性心中的浓烈柔美之情。我认为，这是能够俘获女性之心的最关键的一点。

如果以同一种观点看，人的精神会疲劳衰弱。所以，尽管希望爱的欢乐是稳固的、长久的，但有时也有忘却爱的必要。这不是犯了不忠实的罪，不是因为另有所爱，而是为了恢复可以更强烈去爱的力量。这是无意识地发生的。精神自然而然地趋向这样，人的本性期望如此，命令人们如此行动。不过，正是这一事实，常常导致人的本性的悲惨结果。

在缺乏表露自己感情的勇气时，爱的欢悦之中既有痛苦，又有快乐。为打动无限尊敬的人而制订各种行动计划时，那是一种怎样狂热的迷恋啊。每天苦苦思索，寻找表明心迹的方式。而且为此浪费了应当同所爱慕的女性相叙的时间……

如此发展下去，这种充实感有时会凋萎，而且得不到爱情之源的灌溉，于是可悲地衰竭。心被与此相反的种种感情所占据，被割裂得百般零乱。即使在这种情况下，如果使其照射到一线希望之光，情绪无论低落到何等地步，仍然可以激起以往那样的高潮。妇人有时就是以这种游戏寻求欢乐的……

我们可以看到，在恋爱时，自己似乎与以往判若两人，并且

深信所有的人都会感到这一点。但是，没有比这一推理更错误的了。不过，理性由于为感情所蒙蔽，并不能做出完全可靠的判断。而且总是处于波动之中……

爱的道路越长，感情敏感的人越感到欢乐……

世上有需要长期持续地进行追求的人，这就是感情敏感的人。也有不能长期经受等待的人，这就是最粗犷的人。精神敏感的人爱得持久，得到的欢乐也多。粗犷的人爱得急切而自由奔放，爱的完结也早早降临……

在爱情中，沉默优于言辞。无话可说，本非好事。但拙于言谈，则会给对方造成更深的印象，这就是所谓无言的雄辩。所爱慕的男子逊于言辞，在其他方面却才气横溢，会以此而完全征服女子。口才无论怎样敏捷的人，也有这种敏捷恰好消失的情形。所有这些，都没有一定的规则、是未曾经过深思熟虑而发生的。因才能而征服对方的，也并非事先有所谋划……

有人曾说，恋爱时，无论财产、父母、友人，都会完全置于脑后。我赞同他的意见。崇高的爱情来自内心深处。由于爱情深入内心，于是认为情人以外的一切都不再重要。精神因为被爱情所控，担心与忧虑也没有渗透的余地。爱的激情如果不是这样狂热，就不能称得上美好。所以，恋爱者连世间的传言也不放在心上。他清楚，这一行动是基于正当的理由，因而决不应加以指责。于是他激情充溢，以致无暇认真思索……

伟大的灵魂，并不是爱得最频繁的灵魂。我认为，它应当是爱得最强烈的灵魂。对于伟大的灵魂来说，热情的狂潮是必需的，它会震撼灵魂，并使其得到充实。不过，伟大的灵魂一旦开始恋爱，其爱的方式就超乎寻常的热烈……

（王子今 译）

论 爱 情

〔英〕培 根

爱情在舞台上要比在生活中更为美好。在舞台上，爱情只是作为喜剧或悲剧的素材，而在真实的生活中，爱情却常常伴随着不幸。有时候，爱情像是魅力无穷的魔女，有时却又像令人望而生畏的复仇女神。

一切真正的伟人（那些英名长存的古人今人），我们可以发现，没有一个因爱情而发狂犯癫，伟大的事业抑制住了这种软弱的感情……

古罗马的埃比克拉斯曾经说过一句不那么明智的话：“人生不过是一座大戏台。”本应全力追求高尚辉煌的人，似乎只能玩偶般地逢场作戏。尽管做爱情的奴隶与只管埋头酒肉的禽兽不可同日而语，但毕竟也只是追求眼目感官之乐的奴隶，而上帝赐人以双目本是让人有更崇高的目的。

在爱情上过度沉湎追求，必然使人的自身价值降低。显而易见的是，在爱情的氛围中，无休止地充满了浮华逢迎之语。而这些词语用之于任何其他场合，则只能令人耻笑惊异。古人云：“人总是把夸张的奉承留给他自己”——只有对情人的奉承要算例外。因为即使是最傲慢的人，也甘于在情人面前俯首贴耳。“在爱情面前，即使神也难免糊涂”。古人这句话可谓一语中的。情人的这种弱点不仅为外人所明察，即使在被追求者的眼中，也会一目了然——除非她（他）也同时陷入了爱的漩涡。这是一种

爱的代价，若不能得到爱的回应，对方心底就会生出难言的轻蔑。这是一条至真的定律。

因此，人们应当对这种感情抱以充分的警惕，因为爱情不但会使人产生迷惘，而且可以让人失去尊严与人格。至于其他方面的代价，古代诗人荷马早就告诉我们，美女海伦的那位追求者，全部放弃了他的财富与智慧。

人最软弱之时是爱情最易入侵之日——即春风得意和孤独窘困之时——人最易于为爱情之火点燃。当然，爱情未必会降临给那些一筹莫展的人。由此可见，“爱情”不过是“愚蠢”之子。但却有一些人，即使心存爱意，也能加以约束，使之不致妨碍更为重大的事业。否则，情绪一受爱情之扰，便会阻滞人向远大目标迈进。

比较而言，许多军人更易堕入爱河，不知何故？或许这像军人们嗜爱饮酒一般，险象环生的生活更需欢乐来填充。

在人的心中，可能普遍存有一种博爱倾向，若不施之于具体某个人，就必然广播于大众，像某些僧侣一般，成为仁爱行善之人。

夫妻之爱，使人类繁衍。朋友之爱，给人以救助。而那种荒淫纵欲之爱，却只会令人堕落毁灭。

（王嵘冬 译）

论 婚 姻

〔英〕培 根

凡结婚成家者，均可谓向命运之神付出了生命之抵押。盖家室欣立而事业难免有累，无论其事业何谓。

因之，为公众奉献最甚者，当不为家室所赘者。惟有此种人，方能倾其所能于情之所系——公众。而家室昌盛者，惟愿将其所珍所爱，传留其子嗣。

有一类人，虽结婚生子，却仍愿一如既往，只身独处，因其视妻儿为经济累赘。也有殷实富足者，却为无后而自豪，溯其缘由，亦恐其后人尽散其产业财物。

亦有一类人，独身是为维护其自由，以避免受家庭义务与责任羁绊。对他们而言，将腰带与鞋带，也视作可恶的束缚。

独身者或可充任嘉友、善主、良仆，但却难为顺民。盖其随时可卷席而迁；细辨所有流窜罪犯，无不视家室若樊笼。

惟献身宗教的僧侣最应当奉行独身主义，否则，其慈悲善行必将先施于家人而非尽奉于上帝。法官与律师，是否独身并无大碍，若其身边有恶人充做幕僚，其谗言之烈足以抵上五个妻子。从军之人，有家室为宜，温馨之情能点燃其沙场搏杀的责任感与豪气……

对家庭的责任于人类不仅为一种约束，亦为一种训练。独身者用钱施物似很慷慨，而实际则为铁石心肠。因其少有对他人之爱。

良好风俗能教化男子，使其情感坚贞，为人严谨，恰若神话中的尤利西斯，他就因之而抵御了女神的诱惑，维护了对妻子的忠贞。

独身女人常为娇横之人。因其要向社会炫示，她维护贞节乃出于自愿。

若女人自豪于其夫的聪明才智，那便是其忠贞不贰的最佳保证。若女人受其夫忌疑目光的盯视，那她定将其视为愚蠢之人。

为人一生，妻子可为青春期的情侣，中年期的良伴，晚年期的看护。生命旅途之中，若逢理想之异性，何时嫁娶，皆有其理。

但亦有一位古时哲人对人在何时结婚有如下论断：“年少不宜，年老不必。”

美满婚姻可遇而不可求。美妻伴陋夫现象时有所见，溯其缘由，莫非此种丈夫因其可赞之处寡见反而倍受珍视？或许与此种男人朝夕相处，女人可考验自己的忍耐与坚韧？若此种婚姻乃为其不顾亲友之劝而一意孤行之自愿，那么，其果实之滋味惟有待她在漫长的生命中自己品尝体验。

（筱逸 译）

爱情的罗曼蒂克

〔英〕罗 素

罗曼蒂克是一种感情形式。罗曼蒂克爱情的精髓在于：视被爱对象为宝贵知己而自己又难于占有，因而便采用如诗赋、歌曲、武功或任何可以想像出来的取悦方法，来获得对方的注目与爱情。

人们之所以认为情人有巨大价值，在很大程度上，是因为对方难于为自己占有。最初，罗曼蒂克爱情并不施之于那些能与其发生合法或非法性关系的妇女，而是针对那些因无法逾越的道德和传统习俗障碍而无法与其结合的贵妇。因为这种障碍，爱生出了诗情画意，柏拉图式的感情维持了爱情的美感。结果，人们狂热地表达爱恋，而又抑制了亲昵之欲。渐渐地，这种观念为许多人所接受，他们认为，纯洁高尚的欢乐只可能存在于没有掺杂任何性因素的、专心致志的默祷之中。一个男人如果深恋和尊敬某个女子，他将感到无法将她同性活动联系起来，他的爱情将会采取富有诗意和想像的形式，很自然地充满了象征主义的色彩。

在文艺复兴时期，爱情虽然仍充满诗情画意，但通常已不再是柏拉图式的感情。人们普遍持这种观点：女人最好是难于接近而又并非不可能或不可以接近。

罗曼蒂克爱情在浪漫主义运动中达到了高峰，优美的诗歌把爱情的热望与想像表达无遗。爱情之树之所以会这么枝繁叶茂，是因为大多数人都认为，罗曼蒂克爱情是生命必须奉献的最为热

烈的欢乐之泉。彼此倾心相爱、充满想像而又柔情似水的男女关系，有着不可估量的价值。对这种价值漠然视之于任何人都是一大不幸。任何社会制度都应当容忍和允许这种欢乐，尽管它只是生活的内容之一而非生活的主要目的。

罗曼蒂克的爱情应该成为婚姻的动力。但是，使婚姻美满幸福的，并不是罗曼蒂克的爱情，而是一种比罗曼蒂克更亲密、更深情、更现实的爱情。在罗曼蒂克的爱情中，双方都通过一层绚丽的薄雾观察对方，因而得出的印象并不完全真实。一个女人要想在婚后仍然保持罗曼蒂克的爱情，就须得避免与丈夫的亲密行为，并像斯芬克斯一般，不袒露出内心深处的思想与感情，同时还得保持一定程度的身体隐秘。不过，这些行为无法使婚姻进入到最完美的境地。而欲达到完美，就需要没有任何假象的情真意切的亲密关系。

(筱逸 译)

这就是爱情（节选）

〔挪威〕哈姆生

那么，什么是爱情？

是玫瑰园中低吟的微风——不，是血液里的黄色磷光，是一种就连最衰老最脆弱的心灵也要参与的祭舞。爱情就像延命菊，当夜幕降临时，舒展开自己的枝叶花瓣；又像银莲花，呵口气就会闭合，碰一下就会死亡。

这就是爱情。

爱情有时可以断送一个人，有时又能使他砥砺振奋，成为一个新人。变幻莫测的爱情，忽而宠爱我，忽而宠爱你，忽而又宠爱另一个生人。但爱情又像是神圣不可侵犯的玉皇，那样经久不变；像一团炽烈的光焰，燃烧到最后一刻。然而，究竟什么是爱情的本质呢？

啊！爱情是星垂遥天、大地芬芳的仲夏之夜。是什么驱使着年轻人在幽静的林间小路上倘佯，是什么驱使着翁叟在空寂的房里踮起脚尖？啊，是爱情把人类的心田变成一座菌园，一座茂盛而不知羞的菌园，那里长满了神秘莫测的毒菌。

难道爱情没有弄得僧侣在夜深人静时爬过院墙，目不转睛地窥视窗内熟睡的人吗？难道爱情没有愚弄过修女、模糊过公主的眼光吗？爱情使君主躺在路旁，一边用头发清扫尘土，一边嘀咕着下流话，自己又止不住吐出舌头大声狂笑。

这就是爱情的本质？

不，不是。在这个世界上，爱情与其他事物截然不同，大相径庭。在一个春夜，当一位年轻男子看见了一双秀眼，年轻人凝视着，看到了爱情。他吻着她的唇，爱情仿佛两道光芒在心间相遇，如同太阳把群星辉映。置身在她的怀抱中，整个世界变得寂静无声，无影无踪。

爱情是上帝的第一信条，是脑海中闪现的第一念头。它把光明送到哪里，哪里就产生爱情。它创造的一切都是美好的，因此，它不希望再毁灭它们。爱情是创造的渊源，是创造的主宰；然而所有的爱情却伴随着鲜花和热血，热血和鲜花。

（淑平 承雄 译）

关于爱

〔西班牙〕乌纳穆诺

世界和生命里，最富悲剧性格的是爱。爱是幻想的产物，也是醒悟的根源。爱是悲伤的慰藉；也是对死亡的惟一药剂。因为它就是死亡之兄弟。

经由被爱者作为媒体，爱狂热地追寻某种超越的事物，而当它发现被爱者不能与自己的爱匹配时，便会深感失望。

不管什么时候，一提到爱，我们的脑海里浮现的往往是性爱的观念——男女之爱，这种爱的最后目的在于种族的绵延。缘此，我们永远没有办法把爱泛为仅仅是纯粹属于理性或全然属于意志的成份；也没有办法割舍爱情中属于感情的或者是感官的成份。因为：爱的本质，既不是观念，也不是意志；爱或许就是欲望，是感觉。爱本身就是精神中的某些肉欲。由于爱，我们才得以了解：凡是精神必有属于它实质的肉体成份。

性爱，是其他形式爱的创生典型。在爱中，并通过爱，我们寻求自身的永存之道；我们之所以能够永存于世界之上，就是因为当我们死亡之时，我们把自己的生命托交给了他人。动物生命的最卑贱形式，生存物的最低形式，就是借着分裂自己而增殖，一分为二，终止它先前所形成的统一体。

但是，一旦借自我分裂而增殖的生命活力枯竭时，种族必须取用两个废弃无用的个体加以结合，以随时更新生命的泉源，这便是在原生动物群里所谓的细胞生殖。它们之所以结合，为的是

能够有更多的活力再度分裂。生命延续的每一行动都在于生物能终止它曾有的生命形式——不管是全体还是部分，在于分裂，在于局部的死亡。生存便是付出自己，寻求永存。而寻求永存以及付出自己都是死亡。我们与他人结合，那是分裂自己，最亲密的拥抱即是最亲密的剥离，本质上，肉体爱的喜悦，创生的痉挛，就是一种复活的感觉，一种在别人身上更新自己生命的感觉。而惟有在别人身上更新自身生命，人类才得以永存。

毫无疑问，爱的本质具有某种悲剧性的破坏力。当爱展示出原始动物的形貌时，不可抗拒的本能以结合的狂热驱迫着两性相互结为一体。同样的冲动，迫使他们的肉体结合，而在某种意义上，也剥离了他们的灵魂。当他们拥抱时，他们夹杂着同等程度的爱与恨；最主要的是，他们彼此纠斗，为的是一个尚未具有生命力的生命。爱是一种持续的争斗，并且具有动物性，其时，男子迫使女性与他结合，而当女性得到滋润之后，她却反而更贪婪地加以爱的索取。

曾经有人说，爱是相互的自私。情人彼此尝试着去拥有对方，并且当他透过对方这个媒体而寻求生命的永存时，他也同时寻求自身的喜乐——虽然有时不曾如此想过。情侣彼此都是对方愉悦的直接媒体，以及对方生命永存的间接媒体。就这个意义而言，他们既是暴君又是奴隶，每一个人同时是对方的暴君和奴隶。

（吴志明 译）

爱情是盲目的（节选）

〔黎巴嫩〕M. 努埃曼

爱情是盲目的。

爱情的眼睛是盲瞽的。

猴子在它母亲的眼里是羚羊。

这些说法是阿拉伯语所熟悉的，不管是阿拉伯正规语，还是土语，自久远的年代起已经熟悉了。在地球上的其他语言中，也有类似的说法，其趣旨几乎都是一样的。这就是说，爱情让爱者看不到他所爱人身上的任何缺点，甚至让他把缺点看成优点，把丑陋看成漂亮。

盲目有多种多样的表现，最突出的有两种：挡住光明的盲，那是痛苦和灾难；挡住黑暗的盲，那是珍贵的赠礼。爱情的盲目属于遮住缺点的后一类。

在人类心灵因之激荡的所有感情中，没有比爱情更高尚、更崇高、更强有力的了。它是产生奇迹的感情。我们即使聚集人类的全部聪明智慧，也不能从猴子创造出羚羊。可是，爱情一旦占据了心房，它的气息一旦注入胸间，它就能在转眼工夫搅乱人心，搅乱传统，搅乱自然及其规律——病人变健康了，丑人变美了，弱者变强了，远的变近了，粗糙的变细腻了，有限的变无限了。于是永恒变为一瞬，一瞬变为永恒。于是天空带着它包容的一切，成为一张柔软而温暖的床，时间和空间成为服从爱情命令的奴仆和被爱情驾驭的坐骑。

爱情的神奇超过一切神奇。爱情的化学是实验室里蒸馏器和瓦斯的化学无法相比。人们难道没有努力过和继续努力，试图将廉价的矿石变成珍贵的金属吗？但是他们至今未能成功。可是爱情，自从有人类以来，就未曾停止过将贫民变为国王，魔鬼变为天使，将卑贱者变为英雄，将亚当、夏娃的后裔变为适于赞颂和崇拜的神祇吗？除了爱情之外，还有什么能把人提升到这种高度呢……

只有爱情——祝福它的化学——才掌握将人变作超越于人之上的人的秘密，只有爱情——祝福它的神奇——才掌握开启幸福神殿至圣所大门的钥匙——所有人都在寻找的那幸福，但只有在极少的时刻才能一睹其圣容，那难得的瞬间是生命的精华和核心，火和光，剩下的只是残渣和皮壳，柴薪和灰烬。

是的，这就是爱情，它清澄了我们的眼睛和目光，于是我们有了一面可清晰地反映出亲爱者的明镜，因此这亲爱者是最具骨骼与血肉的人，是最擅思考、最能表达、最会吃喝的人，他喜欢一些事物，避开一些事物。因此，爱情是妩媚、是华美、是崇高、是生命不可缺少的饮食。因此，它是使我们的存在完成的存在，是我们生命中的生命，希望中的希望，信仰中的信仰。靠着它，我们变得完美，变得清纯；没有它，我们依然会停留在不完全的状态，我们会垮掉。靠着它，我们生存；没有它，我们死亡。因着它，存在是甜美与舒适；没有它，世界是荆棘和苦涩。

但爱情是不长久的，它的太阳刚刚升起，便又沉落；刚一进入心中，便又离去，就像梦中的幻影；当醒过来时，爱情只剩下回忆。如果说被爱的人是骨骼和血肉之躯，受人类的各种欲望所控制，有时从东方，有时从西方；如果说我们在被爱者身上看到许多不足，许多缺点，许多暴躁，在他的愿望中，谈话中，身影中，一切动作中，有我们味觉所弃绝、听觉所逃避、视觉所烦恼、心灵所厌恶的东西；这时，我们对他的抱怨就多起来了。我们俩都在抱怨自己的朋友。你是否以为，在找不到他缺点的那一天，我们看到的仅是幻影？或者以为，我们在爱的峰巅用以观察

事物的眼睛，不是发炎就是失明了，从而也就看不到它的真相？

……

我的回答容不得怀疑，也容不得解释。人们在我看来是盲目的，除非在他们不设圈套、不拐弯抹角地爱的时候，他们才是明眼的。至于他们的爱不能绵延一生，不能闪闪发光，终于熄灭，其罪过全在于他们自己，爱情并无错误。这是因为，爱情是一位绝对的主人，它不能忍受在它的权力之上还有一个权力。它领导而不被领导，驾驭而不被驾驭，命令而不被命令。因为它是时空的主人。当它占据了一颗心时，你看到了它——哪怕只一瞬间，或短短的几个瞬间，它使这颗心变得比大地和天空还要宽广，比太阳还要久远，比永恒还要年轻！它是道路和向导，是目标和手段，是起点和终点。

但人们是爱玩恶作剧的儿童，他们常常刚一感觉到爱情在他血管里潜行，就开始耍弄爱情。有时因它的血肉的欲望而嘲笑它；有时企图把它囚禁在它地上的和暂时性的目标中。他希望它成为复仇的武器或达到荣耀和权力的工具，或午休时刻惩戒造物的消遣。然后又对爱情——它是怎样挥发的，是从何处逃逸和飞逝的——表示惊奇。他以为，过去存在过的事情并未存在过；他品尝过的那种天上的甜蜜，只是个梦幻者在睡梦中品尝到的甜蜜，他以为生活是个残酷的事实，其终局是失望，而非获得。

啊！但愿那些懊悔他们显露的爱情和常驻的失望的人，能去考察他们的心灵和思想，去筛选他们的意图和行动！如此，他们将会明白，爱情并未远离他们，除非是因他们未能很好地了解它、服从它。

也许，我们对爱情首先应有这样的了解：它是一种完完全全的力量，不接受限制和分割。爱情是一种全面的爱，它涉及全部存在的肌体，而不被限制在某一部分之中而远离另一部分，也不被局限在某一特性之中而远拒另一种特性。如此，爱情便是那种天空、大地可以消失而它并不消失的爱。宇宙好似爱情，是统一而不可分割的。谁对它怀着完全的爱，他的爱就是完全的，洞烛

幽微的。谁只爱它的一部分，不爱另一部分，或者只爱其中一点一滴而憎恨其他，他的爱在他爱的部分上是明眼的，而在他恨的部分上是盲目的。这是因为，爱是光明，憎恨黑暗。我们若在爱的阳光下去看世界上的一切，那我们看到的只是美。但是我们仍然受到局限而不能达到那完全的爱，因为我们信仰爱情的同时，还信仰着憎恨和厌恶，而憎恨和厌恶之眼是盲目的。

我说，爱情是幸福的钥匙。若无爱情，便无对世界欢乐的品尝，也无对生活醇酒的陶醉。我们沐浴着爱情——而非别的什么——的恩惠，感谢它那照亮宽阔地平线的耀眼的光芒。在那遥远的天际，最美好的希望和信念在闪烁，它们把我们提升到摆脱时间和空间引力场的境界——在那里没有忧愁，没有沉重感，没有怀疑，没有恐惧，没有开始也没有结束，只有永久的欢乐。

爱情是否是爱者融于被爱者，进而双双融于万物？爱情是这样一种感觉：你所爱的人即世界，世界即你所爱的人，二者是完全的统一体。你在这个世界里，就像灵魂在肉体中。那是完全的肉体，完全的灵魂。

这就是爱情为我们打开大门并让我们跨入的世界。它是真实的，并非虚构的。至于我们匆匆进去又匆匆出来，这并不能否认它的存在。既然我们已经看到过它，经历过它，品尝过它，岂能否认它的存在？但是，我们借以看到这个世界的眼睛——闪耀的、提升的、排除一切、只怀着对所爱的人献生的渴望的爱情的眼睛，会很快重患眼疾，患上那不情愿献生的有限的自私性的炎症。于是这眼睛就看不到任何东西了，只能看到相反的。爱情的世界是不允许互相矛盾冲突的东西有立锥之地的。患有炎症的眼睛尚且看不到它——这本不为奇，何况用盲眼去看呢？

生活让我们品尝爱情，只是为了向我们指明通往善良、温暖、高贵之心的道路。在那颗心中，世界是完全统一的，超越一切分歧和矛盾。它好像对我们说：“这是天尝，从建起世界时候起就已为你们准备好了。这是只有爱眼才能看到，爱心才能进入的天堂。谁想永远留居此处，谁就应该永远去爱。”

为此，我们在生命中应该做的，就是学习怎样纯洁地热爱人生，以便用纯洁的爱的目光去看待生活。我们热爱生命，不是一小时，不是一个月，而是不中断、不减弱地爱；我们热爱生命，是全部的，而不是爱一部分，恨一部分。

因此，我们是心明眼亮地、完完全全地爱着生命。我们若是厚此薄彼地爱，我们就是独眼龙；我们若是讨厌它，那我们就是瞎子。

(伊宏 译)

爱情箴言录

〔法〕拉罗什福科

给爱情下定义是困难的，我们只能说：在灵魂中，爱是一种占支配地位的激情；在精神中，它是一种相互的理解；在身体方面，它是我们对躲在重重神秘后面的被我们所爱的一种隐秘的羡慕和优雅的占有。

如果有一种不和我们其他激情相掺杂的纯粹的爱，那就是这种爱；它隐藏在心灵的深处，甚至我们自己也觉察不到。

爱情不可能长期地隐藏，也不可能长期地假装。

当我们根据爱的主要效果来判断爱，它更像是恨而不是爱。

爱情只有一种，其副本却成千上万，千差万别。

爱情和火焰一样，没有不断的运动就不能继续存在，一旦它停止希望和害怕，它的生命也就停止了。

在爱情中有两种坚贞不渝：一种是由于我们不断地在我们的爱人那里发现可爱的新特点；另一种则不过是由于我们想获得一种坚贞不渝的名声。

青春是一种不断的陶醉，是理性的热病。

新颖的优美之于爱情，犹如花儿之于果实，她放射出一种稍纵即逝、永不复返的光彩。

大多数女人很少为友谊所动的原因是：当体验到爱情时，友谊就寡淡无味了。

在友谊中正像在爱情中一样，常常是那些我们不知道的东西比那些我们知道的東西更使我们感到幸福。

美色已逝而价值犹存，这样的女子微乎其微。

用来抵抗爱情的那种坚强有力，同样也可用来使爱情猛烈和持久；而那些软弱的人们，总是受激情影响，又几乎从不真正付诸行动。

情人们只有在他们的如醉如痴结束时才看到对方的缺点。

有一个猜忌妻子的丈夫有时倒是愉快的：他老是听到对他所爱的那个人的谈论。

当一个女子具有全部的爱情和德性时，她是需要同情的。

当我们爱得太厉害的时候，确认别人是否停止了爱是不容易的。

爱情之于那爱着的人的灵魂，犹如灵魂之于由它赋予生命的身体。

既然在爱或停止爱方面决不是自由的，情人们就没有权利相互抱怨对方的变心和轻浮。

当人们厌倦爱时，他们很容易忍受别人的不忠，以解除自己忠诚的义务。

（何怀宏 译）

爱的思想笔记

〔英〕鲁易斯

让平凡无华的脸留在家里吧！

我们所依恋的人，往往也是以有着一张平凡无华的脸居多。

家庭的不快乐，不但不是爱的欠缺所引起，反而是爱的过剩所造成的。

最不得人爱的人，往往爱得最激烈。

恋人相处的时候是脸对脸的，心思完全为对方所占据。

朋友相处的时候是肩并肩的，占据他们心思的东西不是彼此，而是一种位于他们前方的共同志趣。

恋人以无遮的身体相向，朋友则以无遮的人格相向。

一个朋友的认同，抵得上千个外人的质疑。

爱情的标志是愿意与爱人共享不幸。这就是爱情的崇高性，但爱情的危险也正寓伏在它的崇高之中。

以崇高之姿说话的爱情，有可能为善，也有可能为恶。

只要是爱情，就都有招引人当烈士的倾向。

爱情可以圣化一切行为，让身在其中的人敢于去做他们原不敢做的事情。不只是性方面，也包括各种不仁不义的行为。

在各种人类爱中，爱情的短命是恶名昭著的，但它偏偏最喜欢作地久天长的承诺。

去爱，本来就是一件得冒风险的事。爱任何事物，都难保不会有心碎的可能。不愿选择担惊受怕的人，剩下的惟一去处就是地狱。因为除天国之外，惟一能让人免除一切危险或扰攘的地方，就只有地狱。

（梁永安 译）

思 恋

〔埃及〕拉菲伊

我手执笔杆，正坐着疾书我的思恋。你虽与我相隔遥远，千种风情却如隐似现。因为，你的一切，都已根植在我的心田。

你的眼睛，总流露出一丝疑问。因为，在你眼睛的后面，有一颗执拗的心，不愿轻信。或许，是因为那颗心，不满足于浮光掠影。再不，就是它讳莫如深，不欲有人问津。

你的眼睛，从遥远的地方，向我投来疑问的目光。给我周围的一切都打上了问号，只有待你来临，见到你的倩影，才能消除迷惘。于是，我心中泛起一片思恋的波澜，此起彼伏，难以平静。仿佛，你的远离，带走了我心中的一切思绪，也带走了我的心。

哦，爱的苦痛，情如忧伤化成的猛兽骚动。胸中的每一惊悸，都仿佛是因为思恋的利爪在叩击心灵！

什么是思恋？它就是爱情迸发的雷电。血的云雾，翻滚、动荡、沸腾、碰撞；心的雷电，一阵震颤，便发出了啊……啊……的声音。

现在，你那迷人的眼睛，又向我投来了一个询问的目光。带着柔情的思念，带着钟爱的渴望。于是，我感到灵魂的绿枝盛开出满树芬芳。似锦的繁花，送出天国的芳香，带着对你的问候，随风飘荡。

我觉得，为你写下的一字一句，都有手中的笔在参与。它字字精雕，句句细琢；我觉得，纸张似乎也深知它将承载我的思

恋、我的幽秘，因此，已不是浮现字句的纸张，而成了充满感叹的胸膛。

你又以问询的眼神向我探望，我觉得，你那女性的温柔，已围抱在我的身旁，震撼着我的胸膛。通过每一阵刺痛的爱恋，进入了我那可怜的心房。

是的，哦，我的心上人！你确已为这颗心送来了光明。但光明，是由燃烧的火焰生成。每一个爱着的人，爱情之所以能为之照明，让其爱的世界呈现出一片美景，都是因为燃烧了自己，让自己化成灰烬。成倍的燃烧，才能带来更多的光明。

战场上的英雄豪杰其情相同。利剑刺破他的肌体，子弹穿透他的骨骼，难以使他屈从于死神。只有光荣，才能让他为之献身！

远离你，我觉得时间并非在一小时一小时、一天一天地消逝，而是带着我，带着我的生命在消逝。远离你，我在溶化，因枯竭而溶化；或者说，因思恋而溶化。时时刻刻，我都在忍耐和生存中溶化。

在生活中，时间有时是随我们辛勤劳动、履行职能而消逝的。有时则在休息中被打发。时间仿佛只与我们的工作相关，我们也让时间去与此相承、相连，从而并不觉得在一天天走向死亡，反觉生命总是在不断更新。

在爱情中，由于所爱者的拒绝、抛弃或远离，今昔就变成了往日，今天就变成了昨天。这是因为，我们只愿回顾往事。岁月在我们的心里滞留，加以摧残，使我们只觉得死亡正以一种毫无希望的生命形式在临近。

因此，拒绝、抛弃或远离你的爱人的思恋，就像是扼杀一个病入膏肓的患者对生命的强烈渴望。这病人的躯体大部都已死亡，惟一息尚存，只觉死神已在不断逼近……

啊！为什么要有这些催人泪下的愁思？

啊！为什么要有这些让人热血沸腾的心绪？

啊！为什么悸动的心的震雷，发出了啊……啊……的呼声？

（杨孝柏 译）

恋爱的季节

〔日〕山口洋子

任何人都要恋爱。这个契机也许是一杯葡萄酒，一束小小的打火机的火焰，或者是偶然打错的一个电话。那么，不管以怎样的契机开始谈恋爱的男女，都要品味几乎相同的恋爱的四季。

恋爱中一定有春夏秋冬——当然在任何恋爱中都有，在任何男女中也都有。

只是，烦恼的是，尽管她和他多次相互亲吻，热烈拥抱，但同时进入同一恋爱季节的却尤为稀少。

大约男子的恋爱是从夏季开始，他火一般的求爱使她平静的心底泛起波纹。这个时候，她正在春季，暗暗地暖和起来，心境柔顺、甜美，好像世上根本不存在“失恋”这两个字。

而后，当他知晓了她的全部，却不知何故以出人意料的速度进入了秋季，并走向冬季。不巧的是，这时她正处在盛夏，反反复复地饱受着爱情的煎熬。

因此，自古以来，男子和女子就有感情交错这一本性。男子恋爱的形象通常像猎手，女子则像逃跑的同时又忽闪着眼睛侧目注视猎人的一头母鹿。夏天的他和春天的她是最合适最幸福的季节。

大多数的场合，男子的恋情不管从哪儿开始，都正好在冬天结束。女子的恋情则是从春到夏，从夏到秋冬，然后又重返回到春。

说到底，男子的心对于一个女子只是一次四季中的某一个果实。相反，女子的情绪则是在春秋之间来回摇摆。因此，一旦谈恋爱了，对于他现在究竟处在哪个季节，一定要好好地观察清楚。

(末名 译)

我的征婚广告

〔以色列〕萨赫诺维奇

青年

我认真地寻找与我性格相吻合的女士和我相识：我性格风趣，体形挺拔，长着黑眼睛、黑头发。我喜欢运动，夏天骑自行车，冬天滑雪。我们将结伴长时间散步。

我完完全全是现代派的人，我推崇流行音乐，我们将一起去夜总会跳舞。

我不喝酒也不抽烟。我是个最高纲领主义者（注：指不顾现实，盲目冒进者）。我宁可喜欢天上的鹰也不喜欢煮在汤里的母鸡。我的座右铭是：要么拥有一切，要么索性一无所有。

如果您 20 - 25 岁，请给我回音。等待我们的将是欣欣向荣的春天，它将充满了种种意外的惊喜和双方相互的发现。

作为一个禀性非常有创造力的人，我站在取得各项伟大成就的门槛边。

中年

我认真地寻找与我性格相吻合的女士和我相识：我殷实可靠，精细周到，爱好舒适的家庭生活。我喜欢积极的休息，夏天钓鱼，冬天做时间不长的散步。

我崇尚古老的情歌，我们将一起去听室内音乐会。

我适量地喝酒也抽烟。我不是个最高纲领主义者。我的座右

铭是：相互妥协才是维系感情的保证。

宁可要鸡汤也不要当一只热情的鸟的可望不可及的梦想。

如果您 40 - 50 岁，请给我回音。等待我们的将是金色的秋天。秋天发生的事儿将不会始料未及，而只会顺理成章，不过这同样令人欢愉。

作为一个禀性善于思考的人，我站在英明的深思熟虑的门坎边。

老年

我认真地寻找与我性格相吻合的女士与我相识：我已上了年纪，听觉已经退化，我血压升高，而体液酸度下降。

我评价最高的是宁静。夏天我们要坐在能看见树林和小溪的凉台上，冬天——我们俩则坐在电视机旁。

我宁可看反映 19 世纪生活的电视、电影。

我不喝酒也不抽烟，我还严格节制饮食。

我是个喜欢自我剖析的人。我随时牢记：爱发脾气细胞不可能回复原状。我的座右铭是：宁要放在被窝里的取暖器也不要热带的太阳。

如果您 60 - 65 岁，请给我回音。两人共度漫长的银色的冬天总比一个人冷冰冰默不作声强。

我要邀请您共同享受回忆遥远过去的乐趣。

作为一个禀性能冷静考虑问题的人，我站在……的门坎边。

(林静 译)

爱情死亡以后……

〔新加坡〕尤 今

爱情死亡以后，人分三种。

愚者多怨——

把被负、被伤、被弃的憾、恨、怒，化为逢人便说的故事，若有雷同，绝对共鸣。琐琐碎碎，窝窝囊囊，百说不厌，百诉不累，把自己化成了一条又长又臭的缠脚布。人人退避三舍，她却浑然不觉，依然还在唠唠叨叨地争取早已流产的同情。

仁者不言——

一个手掌拍不响，恋爱与分手，结婚和离婚，都是属于两个人之间的事。爱情的鹊桥断了，双方都有责任。就算对方移情别恋，也只能归咎于缘分灭绝。保持缄默，是自我尊重的方式。

智者不记——

把相恋时的狂喜化成披着丧衣的白蝴蝶，让它在记忆里翻飞远去，永不复返，净化心湖。与绝情无关——惟有淡忘，才能在大悲大喜之后炼成牵动人心的平和；惟有遗忘，才能在绚烂已极之后炼出处变不惊的恬然。

她 在哪 ， 家 就 在 哪

真正的妻子，她无论走到什么地方，家便围绕着她出现在什么地方。她头顶上也许只有高悬的星星，她脚下也许只有寒夜草丛中萤火虫的亮光，然而，她在哪儿，家便在哪儿。

——〔英〕J. 拉斯金

家

〔新加坡〕尤 今

童稚时代，家是“磁铁”。

放学钟声一响，心长翅膀，脚着轮子，一心一意只想飞扑家门。桌上热腾腾的饭菜，母亲脸上的笑花，都是把稚子吸回家的强大“磁力”。

进入青春期以后，家不再是“磁铁”了。这时，它变成了“樊笼”。青春焕发的少男少女，把自己看成是可怜的“笼中鸟”，他们苦苦挣扎，急欲脱笼而出，飞向心目中那个辽阔无边的天地。父母的关怀与劝告，全被看成是束缚个人自由的绳子。他们什么地方都想去，惟一不想逗留的地方，是他们自己的家。

讨厌家的人，自己成了家。

这时，家是温床、是爱巢、是安乐窝。新婚的人，恨不得成天成夜地胶在屋子里，自封为君王，从此不早朝。

中年人把家看成“避风港”。

外头有狂风暴雨，外头有枪弹毒箭，为了三餐而营营碌碌的人，被风吹了，被雨打了，中了弹了，中了箭了，都没关系，只要返回避风港，便会有人替你更衣暖身，为你治疗伤口。

等你蓦然惊觉你亲爱的孩子把你苦心经营的这个家当做是

“樊笼”时，你已两鬓似雪。

笼里的鸟，一只一只飞走了。相依为命的老伴，也驾鹤而去了。家，成了一个空壳，壳里的，静静地在等。等一个永远的约会。

女 人

〔新加坡〕尤 今

有一种女人，像自来水。

她的一生，顺顺畅畅，无风也无浪，单纯如白纸。她看不到世道险恶，看不出人心叵测。与她交谈，话题只能涉及风花雪月，较广的、较深的，她都无法谈，因为她不懂，而她也不认为她有必要去懂。她满足，她亦知足。

表面上看，她是幸运的，然而从人生的另一个角度来看，人生的五味，她独沾甜味，她的幸福感，来自她的懵懂无知。

她像清澈的自来水，透透彻彻让你看到她是什么、她有什么，而这，我认为是一种缺憾。

我比较喜欢像河般的女人。

你明明白白地知道她是河，但是它源远流长，你不知道它源自何处、来自何方。它潺潺地流，流过峡谷，流经平地；看过大自然万般妩媚的风情，也看过风起云涌的险恶景致。不论外界景致是好是坏，它都静静地流，不动声色地流，处变不惊地流。

这样的女性，很有魅力，因为她有过沧桑。

沧桑是美，是饱经世故的成熟。

孩子的礼物

〔新加坡〕尤 今

孩子自从懂事以来，每一年的母亲节都给我买礼物。虽然觉得这个节日已经高度商业化了，可是，我还是乐得每年一度享受这种物质重于精神的母爱。惟一的遗憾是：孩子老是花钱买些华而不实的东西，比如说吧，那些摆设品，不但不美，而且大件、易碎，收着嫌碍地方，摆着嫌格调不高，丢掉嘛，却又于心不忍，真是名副其实的“鸡肋”。今年，我采取了一个“革新”的做法——根据他们的“经济能力”，列出了一个购物名单：老大买热水瓶、老二买雨伞、老三买电脑磁碟。

母亲节那天，三个孩子一早便相偕出门去了。我喜滋滋地坐在家里，等待他们把实惠耐用的礼物带回来。

中午时分，大中小三个孩子脸上闪着神秘而又兴奋的笑意进门来了，长子将手上那个大大的方形纸盒放到我面前来。嘿！他们居然送我这样一个全无纪念意义、毫无收藏价值的礼物！我瞪着眼前这个从名牌酒店买回来的大蛋糕，难掩失望之情，脸上笑容硬是灿烂不起来。

次子细心，单刀直入地问：“妈妈，您好像不喜欢我们的礼物？”我不善掩饰，直话直说：“买这个蛋糕的钱，可以买几把雨伞呢！”女儿满腔委屈地说：“您平时最爱吃榴穴，我们三个人花了很大的心思才想到订做这个榴穴蛋糕啊！”这时，长子也插口说道：“您要的热水瓶、雨伞和磁碟，我们随时都可以买给您，

但是，母亲节，我们应该买一些让您感到惊喜的东西呀！”

望着那三张热切盼望我快乐的脸，听着他们嘴里流出来的话语，惭愧之情骤然飞卷而来。真不敢相信，我居然成了商家“成功”地“荼毒”的对象，“物质化”得不可理喻！

平心而论，对于母亲来说，孩子得以身心健全地成长，便已是一份千金不易的礼物了；而对于孩子来说，子欲“爱”而亲犹在，也就是一种至高无上的大幸福了。父母与子女，相看两不厌，天天都是母亲节，日日都是父亲节，时时刻刻都是儿童节！同样的，只要健健康康地活得扎扎实实，我们天天都可以对着自己愉悦地高唱“生日快乐”！

真正的家

〔英〕J. 拉斯金

简而言之，两性各自的特征是：

男子的力量是积极的、进取的、捍卫性的。显然，他们是实干家、创造者、发现者和保卫者。他们的智力适于推测与发明；他们的能量适于进取，适于战争，适于征服，只要他们从事的战争是正义战争，他们的征服便是不可或缺的征服。然而妇女的力量不适于战斗，而适于决断；她们的智力不适于发明或创造，而适于下达悦耳的命令，做出巧妙的安排和决定。她们了解事物的性质、要求和地位。她们的伟大在于赞扬。她们不参与竞争，但都万无一失地判决胜利王冠的归属。由于她们的职能与地位，她们受到保护，不受一切危险与引诱的损害。

男子在外部世界中从事艰苦的劳动，必须面临一切危险与考验，因此，他们必须面对失败、进攻和不可避免的错误；不时受伤或被征服；常常误入歧途；因此，在任何时候，他们都必须刚毅坚定。但对于妇女，她们坚决保护她们免受这一切损害；在它们的家里——在妇女料理下的家里——除非妇女本人出于自愿，否则，她们没有必要卷入危险、引诱、错误或进攻之中。

这，便是家的实质——它是和平之宫，是庇护所，不但能使人逃避一切损害，而且可以逃避恐惧、疑虑和分裂。家倘若不如此，便不成其为家了；倘若外界生活所含的焦虑渗透到家之中；倘若夫妻任何一方允许外界那个千变万化的、陌生的、没人爱的

敌对社会跨入家的门槛，那么，家便不成其为家，只能是外部世界的、被人们蒙上屋顶、在其中生火煮饭的那部分罢了。

然而，家只要是一个神圣的地方，是维斯塔^①的一座殿堂，是家神守护下一座温暖的殿堂，那么，除了那些能得到它以爱欢迎的人以外，谁也不容许接近它。只要它的屋顶与炉火仅仅是更高洁的灯与阴凉处——如同荒野中岩石旁的阴凉处，波涛汹涌的大海中灯塔的光亮——只要它名副其实，符合人们对家的赞扬，它就是真正的家。

真正的妻子，她无论走到什么地方，家便围绕着她出现在什么地方。她头顶上也许只有高悬的星星，她脚下也许只有寒夜草丛中萤火虫的亮光，然而，她在哪儿，家便在哪儿；对于高洁的妇女，家在她周围覆盖的面积很广阔，胜过柏树遮住的天空，胜过橘红色的彩绘装饰；它为无家可归的人洒下柔和的光。

（刘坤尊 译）

^① 维斯塔：罗马神话中的炉火女神，其主要职责是守护圣火；她们被奉为妇女贞洁的象征。

永在爱中成长（节选）

〔美〕葛 瑞

有一次离家在外度周末，正准备上床时，有人敲我旅馆的房门。

她静静地走进房间，凝视着我，一语不发就解开裙子的拉链，任其脱落地上。我张口结舌地愣在那里。

“我要你。”她低语。我脑中一片空白，不知该说什么。我的身体开始雀跃欲动，内心却感到惊惶：毕竟，我是一个幸福的已婚者，挚爱着我的妻子……

虽然我笃信一夫一妻制，一时之间却发现自己犹豫起来。我心里充满了各种合理化的辩辞，比方说，为什么做坏事的感觉会如此甜美？为什么我不能在家时做个亲爱的老公，同时在外头也拥有一点儿其他的乐趣？

最后，经过一番争辩和情感上的挣扎，我终于请她离开了。我能够克制自己是因为我知道外遇会伤害我的妻子。虽然觉得自己做对了，我还是无法入睡。

我的思绪继续翻搅了好几个小时。虽然抗拒了诱惑，内心却开始质疑：忠于一个伴侣是否真有必要？毕竟，一桩可爱的婚姻不该是一座牢狱，人应有随心所欲的自由，为什么我不能顺从身体的需要去做……

在入睡之前，我终于得出结论，那就是如果我能向妻子保证我对她的爱永远不渝，那么，我偶尔有桩不为人知的外遇，也许

就不会伤害她了。我合理化地想道，既然外遇只是短暂的欢乐，那么也许不会有负面的情绪反弹，并决定回家后，告诉她这个新想法。

这场值得纪念的对话是这样开始的。我说：“我没有和这个女人做任何事，是因为我永远不想背叛你，但是，我也很想在你的允许之下享有外遇。这并不表示我不爱你，只是为了好玩而已，而且我保证行事会非常谨慎。”

话还没说完，妻子已潸然泪下。虽然在那样伤心的情况之下，她却以异常坚定而清晰的口气回答我。我始终记得她所说的话，因为这些话令我深受感动。

她说：“约翰，我永远不会告诉你什么事你可以做。你不需要我像母亲一般告诉你该如何做，我也不想这么做。我所能告诉你的是，我一直非常努力打开心门，对你坦诚以待，正是因为我完全信赖你。我希望能在爱中成长，并且永远信任你。”

泪流满面的她，继续说道：“如果我认为你在外面可能发生外遇，那么我很可能会开始封闭自己。我会总是拿自己和别人比较，让自己不逊色，我可能永远会觉得自己不够好。”

停歇了很长一段时间后，她接着说：“我不知道你这么做是对还是错。我只知道在这种处境之下的我，要维持一分开放的心是太难了。”

刹那间，我的心智变得清明如镜。种种合理化的说辞消失无踪，我的内心深处对妻子充满了更深刻、更专注的爱意。她用这样郑重而明确的态度向我表达她的感受，令我深为感激。她的言辞中没有批评、责备或评断，我不觉得需要为自己辩护，因而能够倾听她的需求，思考她说的话，然后不受束缚地作回应。

那一刻，我了解到她爱我，并且衷心希望我快乐。我也了解到不论外遇在道德上是对是错，她都需要忠实的一夫一妻制，作为在爱中成长的必要条件。她需要觉得自己是独一无二的，才能用开放、接纳、敏锐的方式爱我；而这种“独一无二”，则必须以夫妻双方的忠实为保障。

爱她，就是使她满足

〔美〕葛 瑞

过去，男人在外面的成就大多数能满足他的妻子。工作完毕，他就回家享受成果：看见她脸上的笑容，感受她心中的爱；而今日男人下班回家后，他的妻子不仅已疲累不堪，而且通常处于需求状态。也许她心中有爱，他却看不见。

现在的男人知道他和父亲当年一样努力，在灵魂深处，他期待女人了解并感激他的努力，并相当程度地感到满意。当他回家时，看到她似乎并不高兴见到他，某些深沉的事情就发生了。他那温柔但热烈地渴望取悦她、保护她、供养她的欲望受到了挫折，而终至消灭了。

男人通常并不明确了解自己心中的变化，他们比较关心如何使女人快乐。但是随着女人愈来愈表现出不快乐的样子，男人内在的温柔与使命感就流失了；而一旦他的辛苦工作不受重视，亲密关系对他就失去了所有的魅力和意义。

记住，男人真正需要的是使他的伴侣快乐。如果他爱一个女人，他最大的目标就是使她满足。她的幸福就是她爱他的表征，她温暖的回应就像一面镜子，反映出他自己辉煌的形象；一旦她不快乐，他就觉得像个失败者，最后终会放弃满足她的尝试……但如果他的伴侣很快乐地与他相处，他就觉得满足了；当他感觉到她对他的努力工作很感激，他的压力就减轻了。她的快乐就像是淋浴般洗掉了他白天的压力。

做情人，不要做母亲

〔美〕葛 瑞

男人需要女人的爱，但不是母亲式的照顾。他需要她欣赏并感激他的努力、决定、奋斗、目标和行动成果。当他犯错或显得能力不足时，他需要她原谅并忘却这一切；如果她能忘掉，他反而容易记在心上；当她不凡事为他负责时，他反而更能对自己产生责任感。他需要她信任他的爱心，以及倚赖自己学习的能力。

当女人用母亲的方式照顾男人时，她对待他就像对小孩一样，结果彼此在一起时，他的行为和反应方式可能真的像小孩似的。与充满母性的女人在一起的男人，最后很可能表现得被动、过度倚赖、敏感及叛逆。他们在自我怀疑和缺乏自信中成长，结果他们的伴侣也变得更专制霸道。

男人无法长期被一个母亲式的女人所吸引。一段时间之后，他的热情会转向其他女人。

（黄孝如 译）

浪漫的意义

〔美〕葛 瑞

男人献殷勤的意思是说：“我关心你，我了解你的感受，我知道你喜欢什么，我乐意为你做事，你并不孤单。”这么做可以直接满足女人对浪漫的需求。如果男人不等要求即对她表示心意，她会觉得深受宠爱。不过他若忘了做这些事情，聪明的女人会用不带命令意味的态度，礼貌地不断提醒他。

男人接受爱的方式与女人不同。他觉得被爱是因为她一再让他知道，他使她感到非常满足。她心情愉悦就会让他有被爱的感觉，即使她只是觉得天气不错，他也会觉得自己有功劳。女人的满足就是男人的最大幸福。

女人因鲜花、巧克力而感到浪漫时，男人会因为女人的感激，亦燃起浪漫之情。男人小小的殷勤换得女人无限的感激，这就是浪漫之源。几乎所有浪漫仪式的基础，都是男人给予，而女人接受。女人并不知道男人最需要的爱，就是让他觉得自己满足了配偶。

当他送给她某样东西使她很快乐，他就有被爱的感觉；若他能为她做某件事，爱就会进入他心中。爱一个男人最重要的技巧，就是注意他做对了哪些事，然后向他表示欣赏或感激；最大的错误则是把他做的事视为当然。

（黄孝如 译）

古老的情歌

〔新加坡〕罗伊菲

他们俩的年龄加起来，超过 150 岁！

他寡言少语，内向而深沉，神色间流露着一股狷介孤傲的气质，宛若早期的中国知识分子，看人总不太顺眼。他嗜好不多，惟读书和音乐。对于书，他是“吾一日不读书，便觉面目可憎……”这句话的信徒；对于音乐，他只沉迷西洋古典乐曲，其他不屑一聆。他朋友很少，强调“君子之交”；他憎厌一切他认为和百年中国积弱有关的陋习，包括麻将、乡愿思想和人性贪婪。

她热情外向，有着北方女子的率真和坦直，虽然活了一大把年纪，对世事仍是一派天真。她对人性，有着不可救药的信心，因此三教九流都成好友。她一丝不懂西洋古典乐曲，迷醉的是她哼唱了四十多年的京剧；麻将在她心中是国粹，是治老的最佳“运动”。

若说他是那深淼静水，她便是那耀亮的火焰。水火不容的两个人，却成就了亲友口中称道的好姻缘。

有人问她，五十多年相随岁月，如何走过来？她答一个“忍”字；问他呢，他答一个“让”字。

听在追求自我的年轻一代耳中，简直不可思议！如此忍让度一生，人生还有什么乐趣？生命还有什么意义？

若再追问，忍字头上一把刀，难呀！她说：一点不难嘛，凡事多替他想想，不就没怨没气了？问他该怎么让？他说：很简单

呀，她喜欢的事，就让她去做，总得给她一片自己的天空。

在他们庆祝金婚的庆典上，来宾请他们发表一个携手半世纪的感想。一向谨言慎行的他，站起来，看着她，慢慢地说：“我们结婚时，她 19 岁。我现在看她，好像还是 19 岁那时的模样。”

他说得那么坦然自在，站在他们身旁的我不禁感动得落下泪来。

一直不太明白，兴趣嗜好脾气性格都截然迥异的父母亲，是靠了什么，维系住一个和美宁馨的家？如今才了悟，在那一切的忍忍让让之后，有着如此深挚坚诚的情。

而这样的情，在我们功利挂帅、个人为先的现代社会，还找得到吗？擅长“谈”情“说”爱的年轻一代，早抛弃了“天长地久”，只在乎“曾经拥有”。“白发吟”原是一首古老的情歌！

年轻的母亲

〔法〕P. 瓦莱里

这个一年中最佳季节的午后，像一只熟意毕露的桔子一样的丰满。

全盛的园子，光，生命，慢慢地经过它们本性的完成期。我们简直说，一切的东西，从原始起，所作所为，无非是完成这个刹那的光辉而已。幸福像太阳一样的看得见。

年轻的母亲从她手里小孩的面颊上闻出了她自己本质的最纯粹的气息。她拢紧他，为的要使他永远是她自己。

她抱紧她所成就的东西。她忘怀，她乐意耽溺，因为她仿佛重新发现了自己，重新找到了自己，从轻柔的接触这个鲜嫩醉人的肌肤上。她的素手徒然捏紧她所结成的果子，她觉得全然纯洁，觉得像一个圆满的处女。

她恍惚的目光抚摩树叶、花朵，以及世界的灿烂的全体。

她像一个哲人，像一个天然的贤人，找到了自己的理想，按照自己所应该的完成了自己。

她怀疑宇宙的中心是否在她的心里，或在这颗小小的心里——这颗心正在她臂弯里跳动，将来也要来成就一切的生命呢！

（卞之琳 译）

妇女世界

〔印度〕泰戈尔

人类世界是妇女的世界，无论这个世界是家庭化的，还是其他形式的生命活动，都表现着人类的生存方式，而非难以捉摸的抽象活动。

只要有人存在，有人们活动的场所，那么，便会有妇女的世界。在家庭这个以妇女为中心的世界中，人人都能发现自身的价值不在于市场，而在于爱的本身。在这里，上苍仁慈地将人类的价值交还给了他自己。家庭世界是上苍赐予妇女的礼物，妇女们身处其中，将爱的光芒洒播向每一个角落，无所不至，并且，常常让爱来证明着女性生命的本质。我们不可忽视这样一个真理：女人们诞生于母亲怀抱之日，便是她们降临于人类关系的中心之时。

妇女们可以运用自己的力量穿透事物的表层，走向生活奥秘的中心，走向幸福的永恒泉源，而男人则无力到达这个境界。妇女们拥有了这种力量而又没有对它进行扼制的话，那她们就会去热爱那些因为品性奇特而显得不那么可爱的人们。

男人们不同，他们必须对这个世界履行自己的责任，在这个世界里不断地攫取权势，创造财富，建立各种组织。但是，神灵派遣妇女们去爱的那个世界，则是一个凡间俗界。因而，妇女们所面对的不是一个仙女们沉睡千年、正等着魔杖触醒的仙境。不过，即使是在神灵的世界里，也处处可见赐予妇女们的魔杖，这些魔杖使她们的心灵随时保持着清醒。只是，这些魔杖即非财富，又非权势。

在目前这个男人支配的世界里，男人们以权势而自豪，常常对充满情感的事物和人际关系讽刺嘲弄。这也影响到了妇女。许多妇女便大声疾呼，声言她们不愿被看做女人，而愿意充当权力和组织的真正代表。而在现阶段，她们仅被看做是种族的母亲、人类生活必需品的管家、同情与爱这种人类深层精神需求的施放者。面对人们的这些目光，妇女的自尊心受到了极大伤害。

近来，由于科学的发展，文明越来越呈男性化趋势，个人的真实本色日益受到漠视。各种组织的利益正在侵害人际关系，感情也让位于法律，对权势和财富的贪得无厌，使妇女世界受到了无情的剥夺，家庭这个憩息之地也惨受办公室的排挤。男人们似乎要把整个世界占为己有，不给妇女留下任何空间。这不仅是对妇女世界的侵害，亦是对妇女的侮辱。

但是，不能由于男人权力的肆虐，而把妇女拉回到充当装饰品的地步。文明对妇女的需要程度，丝毫不亚于男人，甚至可能更有甚之。尽管在历史的现阶段，男人依然自得于其优越性，然而，他们终究不能将妇女的本质全部摧毁，亦不能将妇女的本质转化为冷冰冰的建筑材料。妇女的家庭可以被打碎，但妇女的自我尚存，它不可能被粉碎。妇女不仅要追求生活的自由，反对男人对事业的垄断，而且要反对男人对文明的垄断，这种垄断打击着妇女的灵魂，并且吞噬着她们的生命。

妇女必须依靠自己，全力投入人类世界的创造，以恢复倾斜的社会平衡。因此，妇女须得要干预已被损害得支离破碎的个人世界，一定要大声疾呼，人无论高低贵贱都属于他们自己。她们必须挺身而出保护情感的美好花朵。使之免受只讲效率的科学的嘲弄和烤灼。妇女们必须扫除贪婪的组织力量对个人生活造成的污染。妇女们任重道远，她们迈出家庭门槛参与社会生活的时刻已经来临，这个世界和一切遭受过凌辱的人都有权向她们提出申诉。在妇女们的关注之下，人们将会发现自己的真正价值，在阳光下高扬头颅，经由妇女之爱来复活对爱的神圣信仰。

未上锁的门

〔英〕凯瑟琳·金

在苏格兰的格拉斯哥，一个小女孩像今天许多年轻人一样，厌倦了枯燥的家庭生活和父母的管制。

她离开了家，决心要做世界名人。可不久，她每次满怀希望求职时，都被无情地拒绝了。她只能走上街头，开始出卖肉体。许多年过去了，她的父亲死了，母亲也老了，可她仍在泥沼中醉生梦死。

期间，母女从没有什么联系。可当母亲听说女儿的下落后，就不辞辛苦地找遍全城的每个街区，每条街道。她每到一个收容所，都停下脚步，哀求道：“请让我把这幅画贴在这儿，好吗？”画上是一位面带微笑、满头白发的母亲，下面有一行手写的字：“我仍然爱着你……快回家！”

几个月后，没有什么变化。桀骜的女孩懒洋洋地晃进一家收容所，那儿，正等着她的是一份免费午餐。她排着队，心不在焉，双眼漫无目的地从告示栏里随意扫过。就在那一瞬，她看到一张熟悉的面孔：“那会是我的母亲吗？”

她挤出人群，上前观看。不错！那就是她的母亲，底下有行字：“我仍然爱着你……快回家！”她站在画前，泣不成声，这会是真的吗？

这时，天已黑了下来，但她不顾一切地向家奔去。当她赶到家的时候，已经是凌晨了。站在门口，任性的女儿迟疑了一下，

该不该进去？终于她敲响了门，奇怪！门自己开了，怎么没锁？不好！一定有贼闯了进去。记挂着母亲的安危，她三步并作两步冲进卧室，却发现母亲正安然地睡觉。她把母亲摇醒，喊道：“是我！是我！女儿回来了！”

母亲不敢相信自己的眼睛。她擦干眼泪，果真是女儿。娘儿俩紧紧抱在一起，女儿问：“门怎么没有锁？我还以为有贼闯了进来。”

母亲柔柔地说：“自打你离家后，这扇门就再也没有上锁。”

（钱园 译）

爱你至深

〔美〕欧玛·庞贝克

“你不爱我！”

有多少次你的孩子把这句话强加于你？

作为母亲，你又有多少次按捺着内心的冲动不向他解释你爱他有多深。终有一天，当我的孩子长大，能够理解驱使母亲做各种事情的良苦用心时，我会告诉他的。

我爱你至深才打探你要去何地，跟谁去，什么时候回来。

我爱你至深才坚持你一定要自己挣钱买自行车，虽然我们买得起。

我爱你至深才保持沉默，让你自己去发现你精挑细选的朋友原来是个可怕的人。

我爱你至深才逼着你把咬了一口的巧克力还给杂货店，同时承认：“是我偷吃的。”

我爱你至深才把打扫卧室的活儿留给你，看着你花两个小时干完，虽然这活儿我来干只要 15 分钟就够。

我爱你至深才让你看到我眼中的气恼、失望、憎恶和眼泪。

我爱你至深才不为你不尊重别人以及其他不良行为做辩解。

我爱你至深才不介意你说：“别人的妈妈怎么说，怎么做。”

我爱你至深才让你蹒跚学步，品尝跌倒、受伤、失败的滋味。

我爱你至深才要你在 6 岁时就为自己的行为负责。

我爱你至深才把你从膝上猛地推下来，松开你的手，对你不合理的要求置若罔闻……这样你只好自己站起来。

我爱你至深才接受你现在的样子，尽管不是我期望的样子。

我爱你至深才对你的虚荣说“不”，尽管我知道你会为此记恨我。

（张白桦 译）

青年与老年

〔英〕培 根

一个年岁甚轻的人也可以是富于经验的人，假如他不曾虚度生活的话；然而这毕竟是罕有的事。

一般说来，青年人富于“直觉”，而老年人则长于“深思”。这两者在深刻和正确性上是有显著差别的。

青年的特点是富有创造性的想象和发明力，这似乎是得之于神助的。然而，热情炽烈而情绪太敏感的人往往要在中年以后方能成事，恺撒和塞普提摩斯就是例证。曾有人评论后者说：他曾度过一个荒谬的——甚至是疯狂的青春。然而他毕竟成为罗马皇帝中极能干的一位。具有沉稳性格的人则在青春时代就可成大器，奥古斯都大帝、卡斯曼斯大公、卡斯顿勋爵即是如此。另一方面，对于老人来说，富于热情和活力也是难能可贵的。

青年长于创造而短于思考，长于猛干而短于讨论，长于革新而短于持重。老年人的经验，引导他们熟悉旧事物，却蒙蔽他们无视新情况。青年人易于有所发现，但行事轻率却可能毁坏大局。

青年的性格如同一匹不羁的野马，藐视既往，目空一切，好走极端。勇于革新而不去估量实际的条件和可能性，结果常因浮躁而改革不成却招致更大的祸患。老年人则正相反。他们常常满足于困守已成之局，思考多于行动，议论多于果断。为了事后不后悔，宁肯事前不冒险。

最好的办法是把青年的特点与老年的特点在事业上结合在一起。从现在的角度说，他们的所长可以互补他们各自的所短。从发展的角度说，青年可以从老年身上学到他们所不具有的优点。而从社会的角度说，有经验的老人执事令人放心，而青年人的干劲则鼓舞人心。如果说，老人的经验是可贵的，那么青年人的纯真则是崇高的。

《圣经》说：“你们中的少年可以想像神，而你们中的老人则只能梦见神。”有一位犹太牧师解释这话说：上帝认为青年比老年更接近神，因为想像总比幻梦切实一些。要知道，世情如酒，越浓越醉人——年龄越大，则在世故增长的同时却愈会丧失正直纯真的感情。所谓少年老成的人，常常是挫失了青春锐气的人。像赫摩格尼斯^①就是如此。但那种毕生不脱稚气的人，也是不合时宜的。正如西塞罗评论赫腾修斯^②说：当他已该老练的时候，他却还很幼稚。最后，也不要做那种人：年轻时作为很大，晚年却不足为训。像西庇阿·阿非利卡那样^③。结果让李维批评他：“有好的青春，却没有好的晚节。”

（何新 译）

① 赫摩格尼斯：古希腊哲学家。

② 西塞罗：古罗马政治家、雄辩家和哲学家。赫腾修斯：与西塞罗同时代的人。

③ 西庇阿·阿非利卡：古罗马名将。

如何度晚年

〔英〕罗 素

从心理的角度来看，人到老年需避免两种倾向。一是过分地沉湎于往事。人不能生活于回忆之中，亦不能生活于对美好往昔的感怀或对已故友人的哀念之中。人们应当举目未来，时刻去想需要自己再做点什么。要做到这一点并非易事，因为往事的影响总是与日俱增。人到老年，总会认为昔日的情感要比现在强烈奔放，头脑也远比如今敏锐灵活。如果事实果真如此，那么就需要学会忘却；一旦抛开了昔日的纠缠，那你便能勇敢地面对现实。

第二种应当避免的倾向是依恋年轻人，期求从他们蓬勃的活力中汲取力量。儿女们长大成人之后，都会照自己的意愿安排生活。如果你还像他们年幼时那样，事无巨细，处处关心，你便会成为他们生活的累赘，除非他们痴呆迟钝。当然，老人关怀子女是情理中事，但这种关怀应当是含蓄而有分寸，而不应过分感情用事。在动物界，幼子一旦能独立谋生，它们的父母便不再关注它们的生存。而人类因幼年期较长，久不谙事，父母对子女的关注总是久难舍弃。

在我看来，那些爱好广泛、活动适度、而又难为个人情感左右的人，可以顺利成功地度过老年。从这个意义上来讲，长寿才真正有益，老年人由经验凝炼出的智慧也才可以得以正常的发挥。仅仅是告诫年轻人别犯错误是难以收到实效的，因为一来年轻人很难接受劝告，二来犯错误原本就是教育的主要手段之一。

但是，老年人一旦受着个人情感的左右，就会觉得，如果将自己的心思从儿孙身上挪开，生活便会显得空虚。如果事实果真如此，那么，当你还有能力为子女们提供物质帮助，比如资助他们一笔钱，或为他们编织毛衣之时，你就应当明了，并非子女们的快活幸福仅是因为有了你的陪伴扶助。

有的老人常因害怕死亡而郁闷苦恼。对年轻人来说，恐惧死亡可以理解。有的年轻人还担心战争会夺去他们的生命。一想到生活在他们面前展示的种种美好景象会突然消失，他们就会深陷于痛苦。这种恐惧应当说是情有可原。但是，对一位历尽了人世悲欢、已履行了自己社会责任的老人，恐惧死亡就显得有些可怜甚至可耻了。克服这种恐惧的最好办法是——至少我持这种观点——逐渐拓宽自己的兴趣范围，摆脱个人情感的支配，让包绕自我的围墙渐渐离你而去，而你自己的生活则越来越多地融会到社会生活的波浪之中。每一个人的生活都应当像是河流，开始是涓涓细流，在狭窄的山间艰难穿行，然后热烈地冲过巨石，泻下瀑布。渐渐地，河床变得宽广，河岸得以扩展，河水趋于舒坦平缓。最后，河水汇入海洋，不再有显见的中断和停顿，毫无惊悸痛苦地消逝了自身。能如此来看待自己一生的老人，便不会因死亡而恐惧，而痛苦，因为他的生命，他之所爱，都将因为汇入了海洋而继续存在。

老年人随着精力的衰竭，将日益感受到生命的疲惫，此时长眠将会是一种愉快的解脱。我渴望能逝于尚能劳作之时，我未竟的事业将由后来人所继承，令我深感安慰的是，我已经对这个世界倾尽所能。

（筱逸 译）

年届五十

〔法〕克莱尔·卡洛娃

熟识的女人从来都对自己的生日绝口不提，仿佛这是最令她们难堪的秘密。她们宁愿身着内衣亮相，也不肯将出生证示人。人生的烦恼本来已经够多，何须再做增添？

在法国，许多女人都笼罩在年过 40 的恐惧之中。40 岁是教堂欢迎女人去给牧师打扫卫生的年龄。人人皆知，你已再也无法对谁产生诱惑了。

年轻，风行我们时代的一个词汇。如今不再年轻意味着你将一点一点被一团迷雾所吞噬，渐渐从人们的视线中完全消失；意味着你所有的财富：爱情、健康、职业、各种梦想和激情，都将逐渐丧失。不惜代价保持年轻，是我们社会中最令人寒心的口号和最怪异的现象。这个社会表面标榜利他主义，提倡消除不平等，却哄人认为幸福与老年无缘。情况再恶化下去，我们这个表面上慷慨自由的社会势必变成地球上最缺乏宽容的社会。

现在，我已年满 50，正步入暮年。但这并不碍事，相反我感觉甚好。多年来我一直在不断进取。颇感欣慰的是，在这个年龄，我已不再抱任何幻想。平常的生活也能给我带来愉快的意外。肮脏的勾当已不再使我流泪，倒是善良之举使然。因此，感谢你——时光！

很自然，害怕荒废时光的忧虑在与日俱增；与之同来的，还有对疾病或不测降临的害怕。我害怕有一天我不得不放弃自己的

感觉、思维和心得，不得不放弃一些简单的享受，如悠闲地喝一杯咖啡，或是在阳光下徜徉。人之所以应当紧紧抓住现在，这亦是原因之一。

50岁是美好的年岁。由于社会进步，现在的50岁比之10年前的40岁来得更轻松。伴随50岁而来的所谓疑惑和忧愁大都是臆想虚构。50岁时，孩子离家而去，但这是一场胜利——它证明你给予了他足够的爱和自信，让他能够开始新生活。男人？50岁的女人对男人的态度有些奇怪。就我来说，我注意到，男人已不再那么热心追求我了。可巧的是，能让我产生兴趣的男性也大为减少。如今，单纯的外表英俊，单纯的性感迷人，对我已无意义。我愈来愈难动心，愈来愈挑剔。总之，我寻找的是一位能做倾心交谈的知音——一位品行良好、睿智、善良、具有幽默感的男士。

人们应当意识到，年届50可以是人生的高潮，暮年的精华。只消记住戴高乐将军的一句骇人的话：“老年是一艘触礁的船。”既然触礁无可避免，那就让它来吧。只是，何必过于匆忙？年届50的人，前面还有10到20年美好的时光在等待他们。在这方面，如同在其他方面，亦无平等可言，但人人都可以尽力争取做一个幸运者。确有这样的幸运者。我所熟识的关系亲密者中即有两位——我的祖母和我的猫。我不怕举座哗然，我要说，我同样爱她们，同样思念她们。

一个冬夜，我去看望祖母。她让我等了好一阵。她戴上假牙，扑好粉，穿上绸缎睡衣才出来见我。她总是打扮得漂漂亮亮，总是悉心照料好自己。一见到我，她便笑着说：“噢，亲爱的，我恐怕是老了，这个时候就开始瞌睡了。”第二天早晨，她再也没有醒来，时年92岁。

有一年8月，我的菲菲——虽不太机灵，却那么温柔，那么有耐心，没有哪只猫比得上它——追逐了一整天蝴蝶。它在树上蹿上蹿下，晚餐吃得很香，肚里发出心满意足的咕噜声，舒展身子在我腿上睡去了。第二天上午，它没有到花园来，而是蜷缩成

一团躺在枕头上。我拍它时，才发现它已身体冰凉。它活了 15 年 2 个月零 2 天。以前我曾经嗔怪：“快别待在沙发上了，看你把口水流得到处都是！”倘若还有那样的时刻该多好，我愿付出一切。

并非我也喜欢在老年时听别人这样对我说话。然而爱就是由小小的粗野和斥责构成。近来，我身体虚弱，情绪感伤，我对儿子说：“我老了的时候，愿意像菲菲那样死去。”

而他回答：“噢，是吗？缩成一团？”

（伊丁 译）

活出意义来

美貌犹如盛夏之水果，易腐难存。世间曾有过许多娇容美艳者，因其青春放浪，晚景凄凉，而追悔莫及。此种情形无时不提醒我们，美貌须与美德善行完整结合，惟此，美才会华光四射。

——〔英〕培根

人生哲学

〔德〕歌 德

人生每一阶段都有某种与之相应的哲学。

儿童是现实主义者：他对梨和苹果的存在深信不疑，正像他对自己的存在深信不疑一样。

青年人处于内在激情的风暴之中，不得不把目光转向内心，于是预感到他会成为什么样的人：他变成了理想主义者。但是成年人有一切理由成为怀疑主义者：他完全应当怀疑他所选择的用来达到目的的手段是否正确。他在行动之前和行动当中，有一切理由使他的理智总是不停地活动，免得后来为一项错误的选择而懊丧不已。

但是当他老了，他就会承认自己是个神秘主义者：他看到许多东西似乎都是由偶然的机遇决定的；愚蠢会成功而智慧会失败；好运和歹运都出乎意外地落个同样的下场；现在是如此，而且从来就是如此，以致老年人对现在、过去和未来所存在的事物总是给以默然承认。

（程代熙 译）

活出意义来（节选）

〔德〕维克多·弗兰克

生命的意义

生命的意义因人而异，因日而异，甚至因时而异。因此，我们不是问生命的一般意义为何，而是问在一个人存在的某一时刻中的特殊的生命意义为何。用概括性的措辞来回答这问题，正如我们去问一位下棋圣手说：“大师，请告诉我在这世界上最好的一步棋如何下法？”根本没有所谓最好的一步棋，甚至也没有不错的一步棋，而要看弈局中某一特殊局势，以及对手的人格形态而定。

生命中的每一种情境向人提出挑战，同时提出疑难要他去解决，因此生命意义的问题事实上应该颠倒过来。人不应该去问他的生命意义是什么。他必须要认清，“他”才是被询问的人。一言以蔽之，每一个人都被生命询问，而他只有用自己的生命才能回答此问题；只有以“负责”来答复生命。因此，“能够负责”是人类存在最重要的本质。

爱的意义

爱是进入另一个人最深人格核心的惟一方法。没有一个人能

完全了解另一个人的本质精髓，除非爱他。借着心灵的爱情，我们才能看到所爱者的精髓特性。更甚者，我们还能看出所爱者潜藏着什么，这些潜力是应该实现却还未实现的。由于爱情，可以使所爱者真的去实现那些潜能。凭借使他理会到自己能够成为什么，应该成为什么，而使他原有的潜能发掘出来。

苦难的意义

当一个人遭遇到一种无可避免的、不能逃脱的情境，当他必须面对一个无法改变的命运——比如罹患了绝症或开刀也无效的癌症等等——他就等于得到一个最后机会，去实现最高的价值与最深的意义，即苦难的意义。这时，最重要的便是：他对苦难采取了什么态度？他用怎样的态度来承担他的痛苦？

我下面要引证一个清晰的例子：

一位年老的医师患了严重的忧郁症。两年前他最挚爱的妻子死了，此后他一直无法克服丧妻的沮丧。现在我怎样帮助他呢？我又应该跟他说些什么呢？我避免直接告诉他任何话语，反而问他：“如果是您先离世，而尊夫人继续活着，那会是怎样的情境？”他说：“喔！对她来说这是可怕的！她会遭受多大的痛苦啊！”于是我回答他说：“现在她免除了这痛苦，那是因为你才使她免除的。所以您必须付代价，以继续活下去及哀悼来偿付您心爱的人免除痛苦的代价。”他不发一语地紧紧握住我的手，然后平静地离开我的诊所。痛苦在发现意义的时候，就不成为痛苦了。

（赵可式 沈锦惠 译）

怎样活着

〔古希腊〕德谟克里特

卑劣地、愚蠢地、放纵地、邪恶地活着，与其说是活得不好，不如说是慢性死亡。

追求对灵魂好的东西，是追求神圣的东西；追求对肉体好的东西，是追求凡俗的东西。

应该做好人，或者向好人学习。

使人幸福的并不是体力和金钱，而是正直和公允。

在患难时忠于义务，是伟大的。

害人的人比受害的人更不幸。

做了可耻的事而能追悔，就挽救了生命。

不学习是得不到任何技艺、任何学问的。

蠢人活着却尝不到人生的愉快。

蠢人是一辈子都不能使任何人满意的。

医学治好身体的毛病，哲学解除灵魂的烦恼。

智慧生出三种果实：善于思想，善于说话，善于行动。

人们在祈祷中恳求神赐给他们健康，却不知道自己正是健康的主宰。他们的无节制戕害着健康，他们放纵着情欲，自己背叛了自己的健康。

通过对享乐的节制和对生活的协调，才能得到灵魂的安宁。缺乏和过度惯于变换位置，将引起灵魂的大骚动。摇摆于这两个极端之间的灵魂是不安宁的。因此应当把心思放在能够办到的事

情上，满足于自己可以支配的东西。不要光是看着那些被嫉妒、被羡慕的人，思想上跟着那些人跑。倒是应该将眼光放到生活贫困的人身上，想想他们的痛苦，这样，就会感到自己的现状很不错、很值得羡慕了，就不会老是贪心不足，给自己的灵魂造成苦恼。因为一个人如果羡慕财主，羡慕那些被认为幸福的人，时刻想着他们，就会不由自主地不断搞出些新花样。由于贪得无厌，终于做出无可挽救的犯法行为。因此，不应该贪图那些不属于自己的东西，而应该满足于自己所有的东西，将自己的生活与那些更不幸的人比一比。想想他们的痛苦，你就会庆幸自己的命运比他们的好了。采取这种看法，就会生活得更安宁，就会驱除掉生活中的几个恶煞：嫉妒、眼红、不满。

这种动物叫做人

〔德〕图霍尔斯基

人有两条腿和两个信仰。境况好的时候，他有一种信仰，境况不好的时候他又有一种信仰。这后一种信仰就叫宗教。

人是脊椎动物，有一颗不朽的灵魂；还有一个祖国，以使他不至于太狂妄。

人是通过自然的方式产生的，然而这种自然的方式却被他认为是不自然的，并且不愿意谈及它。他被生了出来，可是并没有人问他要不要被生出来。

人是一种有用的生物，因为士兵的阵亡可以抬高股票价格，矿工的死亡可以提高矿主的利润，人的死亡可以让科学、文化、艺术跃上一个新台阶。

人除了繁衍后代和吃喝的本能以外，还有两种癖好：制造噪音，不注意听别人说话。人简直可以被界定为一种从不听别人说话的生物。如果是智者的话，那他这样做是对的：因为他所听到的很少是明智的话。人很喜欢听的是：承诺，谄媚，赞许和夸奖。当你说谄媚话的时候，不妨把你想要说的话再作三分夸张。

人对同种是苛刻的，所以他发明了法规。他自己不能做的事，其他人也当然不能做。

要想信任一个人，你最好骑在他背上；最起码在你压在他身上的这段时间里，你是有把握他不会跑开的。有的人也信赖品德。

人分成两种：

男的那种不愿意思考，女的那种不会思考。这两种人都有所谓的感觉：撩起这种感觉的最保险方式是调动人体的某些敏感部位。这种情形又让一些人分泌出抒情诗。

人是荤素皆食的生物；在北极探险的途中他们有时也吃自己的同类；但法西斯把这一切又都给抵消了。

人是一种政治性的生物，最喜欢堆成团度过他的一生。任何一堆都痛恨其他的堆群，因为那是其他的；但又恨自己的这堆，因为那是自己的。这后一种憎恨被称为爱国主义。

每个人都有一个肝，一个脾，一个肺和一面国旗；所有这些器官都是缺一不可的。据说有没有肝、没有脾、只有半个肺的人；可是没有国旗的人是没有的。

繁衍行为微弱的话，人就会想出各种招术：斗牛，犯罪，运动和司法。

友好相处的人是没有的，有的只是统治与被统治的人。不过还没有能统治自己的人，因为他身上持不同政见的奴性的一半总是比有掌权癖好的另一半强大。每个人都是自己手下的败将。

人是不喜欢死去的，因为他不知道死了以后还会发生什么事。即使他自以为已经知道死后将会发生什么，他还是不想死，还想让老朽的躯体再支撑一阵子。说是一阵子，实际有那么点“永恒”的意思。

另外，人还是这样一种生物：进门之前首先敲门，放糟糕的音乐，让他的狗乱叫。人有时候也会安静下来，但那时他已经死了。

（陈良梅 译）

人的伟大

〔法〕帕斯卡尔

思想形成人的伟大。

人只不过是一根苇草，是自然界最脆弱的东西；但他是一根能思想的苇草。用不着整个宇宙都拿起武器来才能毁灭；一口气、一滴水就足以致他死命了。然而，纵使宇宙毁灭了他，人却仍然要比致他于死命的东西更高贵得多；因为他知道自己要死亡，以及宇宙对他所具有的优势，而宇宙对此却是一无所知。

因而，我们全部的尊严就在于思想。正是由于它，而不是由于我们所无法填充的空间和时间我们才必须提高自己。因此，我们要努力好好地思想，这就是道德的原则。

能思想的苇草——我应该追求自己的尊严，绝不是求之于空间，而是求之于自己的思想的规定。我占有多少土地都不会有用；由于空间，宇宙便囊括了我并吞没了我，犹如一个质点；由于思想，我却囊括了宇宙。

人既不是天使，又不是禽兽；但不幸就在于想表现为天使的人却表现为禽兽。

思想——人的全部的尊严就在于思想。

因此，思想由于它的本性，就是一种可惊叹的、无与伦比的东西。它一定得具有出奇的缺点才能为人所蔑视；然而它又确实具有，所以再没有比这更加荒唐可笑的事了。思想由于它的本性是何等的伟大啊！思想又由于它的缺点是何等的卑贱啊！

然而，这种思想又是什么呢？它是何等的愚蠢啊！

人的伟大之所以为伟大，就在于他认识自己可悲。一棵树并不认识自己可悲。

因此，认识（自己）可悲乃是可悲的；然而认识我们之所以为可悲，却是伟大的。

这一切的可悲其本身就证明了人的伟大。它是一位伟大君主的可悲是一个失了地位的国王的可悲。

我们没有感觉就不会可悲；一栋破房子就不会可悲，只有人才会可悲。

人的伟大——我们对于人的灵魂具有一种如此伟大的观念，以致我们不能忍受它受人蔑视，或不受别的灵魂尊敬；而人的全部的幸福就在于这种尊敬。

人的伟大——人的伟大是那样地显而易见，甚至于从他的可悲里也可以得出这一点来。因为在动物是天性的东西，我们人则称之为可悲；由此我们便可以认识到，人的天性既然有似于动物的天性，那么他就是从一种为他自己一度所固有的更美好的天性里面墮落下来的。

因为，若不是一个被废黜的国王，有谁会由于自己不是国王就觉得自己不幸呢？人们会觉得保罗·哀米利乌斯不再任执政官就不幸了吗？正相反，所有的人都觉得他已经担任过了执政官乃是幸福的，因为他的情况就是不得永远担任执政官。然而人们觉得柏修斯不再做国王却是如此之不幸——因为他的情况就是永远要做国王——以致人们对于他居然能活下去感到惊异。谁会由于自己只有一张嘴而觉得自己不幸呢？谁又会由于自己只有一只眼睛而不觉得自己不幸呢？我们也许从不曾听说过由于没有三只眼睛便感到难过的，可是若连一只眼睛都没有，那就怎么也无法慰藉了。

对立性。在已经证明了人的卑贱和伟大之后——现在就让人尊重自己的价值吧。让他热爱自己吧，因为在他身上有一种足以美好的天性；可是让他不要因此也爱自己身上的卑贱吧。让他鄙

视自己吧，因为这种能力是空虚的；可是让他不要因此也鄙视这种天赋的能力。让他恨自己吧，让他爱自己吧，他的身上有着认识真理和可以幸福的能力；然而他却根本没有获得真理，无论是永恒的真理，还是满意的真理。

因此，我要引人渴望寻找真理并准备摆脱感情而追随真理（只要他能发现真理），既然他知道自己的知识是彻底地为感情所蒙蔽；我要让他恨自身中的欲念——欲念本身就限定了他——以便欲念不至于使他盲目做出自己的选择，并且在他做出选择之后不至于妨碍他。

（何兆武 译）

你 是 人

〔黎巴嫩〕 M. 努埃曼

—

你是人，带着他的一切。

你是其始，亦是其终。由你，他的清泉涌溢。向着你，他的溪水流淌。在你身上，他注入了人性。

你是他的治者与被治者，施虐者与受虐者，摧毁者与被毁者。

你是他的施主与受赠人，是他的钉人于十字架者与被钉于十字架者。

你是他的贫者与富者，弱者与强者，显现者与隐遁者。

你是他的行刑者与受刑者，批评者与受批评者，嫉妒者与被嫉妒者。

你是他的高尚者与卑贱者，圣徒与罪人，天使与魔鬼。

你是每一位父亲和母亲的儿子，是每一位兄弟姐妹的父亲。我来自于你，我逃不开你，你逃不开我，因为你就是我，我就是你，我俩即全人类。

如果没有你，便没有我之为我；如果没有我，便没有你之为你；如果没有我们，便没有他人之为他。

如果没有先于我们者，便没有我们；如果没有我们，便没有

广阔时间中的任何一个人。

在你邻居的心中有幸福么？你何不以他的幸福而高兴呢！因为在他的织品中有你灵魂织出的线。你邻居的眼睛看到还是没看到这条线，你均无忧，因为那看到一切的眼睛，已看到了它。

在你邻居的心中有一团火吗？那就让你的心因这团火而燃烧！因为在这团火中，有从你的憎恨与轻蔑的炉火中迸出的一颗火星。

在你邻居的眼中有泪珠吗？那就让你的眼借它而流泪吧！因为在这泪珠中，有你的一粒残酷之盐。

在你邻居的脸上有笑容吗？那就让你的脸对它发出微笑吧！因为在它的甜蜜中，有你的爱发出的光。

你的邻居因犯下的一条罪行而入狱了吗？你何不把你心中的一部分遣入监牢和他同囚，因为你是他罪行的同犯，尽管合法的权力未曾用其法律对你进行审判，而同你一样的一个人也没有判定入狱。

二

昨天，我看见你在跳舞，且在人群中高喊：“鼓掌呀！鼓掌！”难道你不认为，在你身上的欢畅的生命，只有当他人身上的生命欢乐向其鼓掌时才起舞么？当别人跳舞你不鼓掌时，你在想着什么？

昨天，我听见你在诉苦，痛哭：“人们啊，听我讲！人们啊，公正地对待我吧，我是被冤枉的！”

如果不是向那些人本身讨公平，那你还能向谁去讨公平呢？如果说你向人们控诉世人，那你为什么不倾听他们向你的控诉和向你本人寻求公正的声音呢？

昨天，我看见你在计算自己的利润，你踌躇满志，对自己的聪明才智大为赞赏。我没听见你说：“这是赚别人的钱。”今天，我看见你在计算自己的损失，诅咒着别人的精明狡猾。我听见你

说：“这是别人抢我的。”你难道对自己成为生活中的股东——“投机商”——不感到羞愧吗？

你是人，带着他的全部一切。对此，不论你知道还是不知道。我是你的图像和标本。除非你能从自身逃出，那你能从我这儿逃到何处呢？

如果你能逃出自身，那你谁呢？

（伊宏 译）

思想的尊严

〔埃及〕陶菲格·哈基姆

—

笔的真正力量在于：“想说时能够说出其所想。”

真正的男子汉气概是：为了尊严，一个人可以献出自己的鲜血和金钱，快乐与欢愉，舒适和安逸，能够献出自己的亲人和眷属，献出他喜欢的和他珍爱的一切。

真正的尊严是：一个人将自己的最后一口气置于天平的一端，将自己的思想和见解置于天平的另一端，当环境要求衡量两个秤盘上放置物的重量时，他的思想和见解这一端会立即显示出优势来。历史上的所有伟大人物，都曾是这样。即使是今天缺少伟大人物的埃及，也有这样的人，他们为了一种思想，毫不犹豫地牺牲自己的一切，为了自己的主张，弃绝一切享受。这样的人物，在埃及精神生活和思想生活中出现过很多。

当我说世界各民族是靠这些人的肩膀支撑起来的时候，我并没有言过其实。可怕的是，一个民族缺少这样的人物。今天，有一件事困扰着我，令我不安。这就是：今天的法律是用脚踏踏思想，法律跟在虚伪的人物和虚幻的金钱后面奔跑！

二

这些话我几年前就曾说过，今天还要说。我相信，在埃及有许多有头脑的人，他们很会思考问题，研究问题，提出有益于国家的见解。但是，他们把自己的意见藏在肚子里，或者低声悄语地谈及，不敢大胆地陈述或带着信心去宣传。他们怕遭到攻击，或者怕自己的利益受到想像中的损害。这种来自成熟者的退让回避，不参加对公共舆论的指导，存在于与集权统治或独裁统治相似状况下的舆论界。在这种状况下，一种思想控制人们的全部思想，不加任何讨论地相信某种占统治地位的说法，无意识地与横扫一切的观点相协调。我们——事实上——是通过自己把集权统治强加到自己身上！不是我们的宪法，不是我们的统治制度——我们的民主制度并不阻碍我们的自由，但是，我们心甘情愿地放弃了它，因为我们不想去保卫它或推进它。我们常常更喜欢接受我们并不相信的别人的意见，而不愿为我们的意见付出某些辛劳或某些损失。世界上没有一种制度能保证这种人的自由——他们在表达自己的自由见解时，或害怕，或偷懒，或疏忽！

三

假如你们想要得到自由和人类的尊严，那你们就去检索你们头脑中的每一种意见，不要盲目地和不加思考地接受别人的意见，即使是你们最要好的朋友！

狗的勇敢行为是被轻视的，不是因为别的，只是因为它毫不困难地接受它的朋友们套在它脖子上的箍圈，即使那是金子做成的！

（伊宏 译）

生活就是目标，就是意志

〔埃及〕陶菲格·哈基姆

我认为我一生中采取的最重要的一个步骤，就是在年少时就确定了生活的目标。

我刚进入高中不久，就下定决心要成为一位文学家。我并不知道其中的原因，我当时在语言和文学方面并不出众，完全和其他学生一样是一名普普通通的学生。但是，我至今仍记得我自幼就对各种艺术有着执著的特殊偏爱。我那时酷爱绘画，其次是音乐。但我家人对我的这种行为不是鼓励，而是蔑视，这使得我难以继续我的爱好。当我具有了一定的阅读能力，手头有了一些书籍和小说后，我对艺术的爱好又以另一种形式复苏了。那时埃及没有大学，我那当法官的父亲便把我送进了法律学校，以便我将来能子承父业。可我却显不出一点儿对法律的兴趣。由于我偷偷地进行了大量的阅读，我对文学、艺术的兴趣与日俱增。父亲发现了这一点。他开始警告我，如果我弃法律而从文，未来的命运将会很惨。但是我内心已决定了自己的命运……人们对于自己命运所做出的决定，如果确实是发源于内心的意愿和信念，那么时间往往是不会亏待它的。

我说的信念并非指人对个人天赋的迷信。我并不相信自己有多少天赋，我所相信的是自己确立的、并立志为之奋斗的目标。每当我面前出现困难，我都竭尽全力去克服它。我曾有过许许多多的机会，这些机会完全可以改写我的人生……我曾有过在法律界任职的机会，有过从政的机会，并且还有过涉足电影界的机

会。我能在这些机会中每次都获得成功，因为我天生善于适应。但我对目标始终如一的信念使我毕生只为文学而献身。

虽然我认为生活就是目标，就是意愿，我仍觉得生活中存在着一种巨大的、万能的力量，那就是“天命”。天命常常嘲弄于我，却又并不尖刻，除非它发现我有了稳操胜券的感觉。

它以此教诲我，目标的含义在于为其奋斗，不在于它的实现……所以，我只有在奋斗、拼搏时才感到安全，因为天命不会嘲弄正在奋斗、正在拼搏的人们。即使它嘲弄他们，它也会发现他们根本无暇顾及它的这种嘲弄，但它对那些自以为已达到终点的人却决不仁慈。

我确实不明白，至今我从生活中获得了什么？尽管已活了这把年纪——我仍不能说我已成功成名就，但我可以理直气壮地说，我毕生都在为一个始终如一的目标而不懈地奋斗。

我时常扪心自问：我放弃那些有把握实现的目标是否正确？回答是，成功本身对我绝没有什么诱惑力。即使这种成功意味着在科学、文学、社会等方面获得名誉、地位，在我看来也没有实现自我重要。每一个通过其他途径，而不是通过我自己真正向往的途径——在文学创作的过程中实现自我的途径——实现的成功，对我来说均不值得为它的实现去耗费精力，因为我并不是一个急功好利者，我认为生活的实质就是实现自我，即挖掘出人内在的最佳才能。

人时常有一些并不完全真实的才能，我认为人应该牺牲这些不真实的才能，去显示自己真实的才能，即使是为此付出物质上的，或精神上的牺牲也应在所不惜。有一个念头始终折磨着我：我是否错估了自己的才能，错选了奋斗目标？谁能告诉我，我所认为的真正的才能其实并非真实的才能呢？我用来挖掘宝石的一生是华而不实、虚无缥缈的呢？惟一令我自慰的是，我认为，为发掘内心深处的最佳才能而付出努力，其本身就是一种崇高的行为，哪怕最终发现的只是一些令人失望的沙石。

忠实于自己

〔日〕池田大作

据说当代是“饱食时代”和“空闲时代”，又是“颓废的时代”和“欺诈的时代”，同时又是“自私与不负责任的时代”。现实的确如此，到处弥漫着放纵的时髦风气。

每个人的生活态度自有所不同，我想这也未尝不可。但是，一想到要无所作为地度过这漫长人生，就使人感到无比的空虚无聊。

《涅槃经》说：“人命之不息，过于山水。今日虽存而明日难知。”

这就是说，人类生命流逝的速度，比滔滔而下的山溪更为迅速，转眼之间就消逝了。今天虽然平安，可谁也无法保证明日的安定。《摩耶经》中有一节谈到，人生的旅程就是“步步近死地”。一天一天、一步一步接近死亡，这就是人生的真相。

《法华经》中也有一段名言：“三界无安，犹如火宅，充满众苦，甚可畏怖。”简单地说，所谓“三界”便是凡夫所居之现实世界，它就像失了火的房子，烦恼在里面熊熊燃烧，充满了各种苦难。正如经文所说，人生的确离不开烦恼。子女、家庭、工作等等，仔细想来，可说一切都充满了烦恼。

人生被这种无常而痛苦的烦恼所束缚、所玷污，如何使人转向不变的“常乐我净”的幸福状态呢？也就是说，怎样才能从人生的悲观主义中解脱出来呢？怎样才能确立正确的法则和人生观，依靠坚韧的乐观主义生活下去呢？

这个“弃暗投明”的转变正是人生的头等大事。我之所以立足

于悠久的生命观,走上信奉佛法的道路,理由也就在此。从无常的世界向永恒世界的转换,正是有史以来人类所孜孜研究的课题。

小林秀雄先生在《莫扎特》一书中写道:

“对强韧的精神而言,恶劣的环境也是实在的环境,既不缺什么,也不少什么。”“生命力中有一种能力,能将外在的偶然看做内在的必然。这种思想是宗教式的,但它并不是空想。”

这便是和环境搏斗,并战而胜之的人类能力;是精神的力量,能将外在的偶然性看做内在的必然性。这种无限的力量就蕴藏在自己生命之中,本人能切实感受并加以发挥,而真正的人生之路就在其中。

这样努力下去,不为任何环境所屈,总是忠实于自己,发展自己,于是便奏响了人生的凯歌。

佛法中有所谓“梅樱桃李”的命题。

比如梅花,于春光初见之时,首先开出高雅的花朵;然后是樱花盛开的季节,它也尽显风姿;桃花、李花也都各领风骚。同样,人也应当让自己的生命开出美丽的花朵,不,生命内部本身就有着催开绚丽鲜花的神力。

那么,带来这种神力的东西是什么呢?这便是对自身“使命”与“责任”的深刻觉悟。某些人以根本的“法则”为基准,始终坚持一定的生活道路,即将使命和责任视为非我莫属的。这样的人就会不断开拓自己的生命,就和梅、樱一样,迟早会开出灿烂的鲜花,散发出阵阵清香。他就可以最大限度地发挥生命的作用,并为此感到骄傲、满足和充实。

不管是哪种人,都是带着某种使命而生于世上的极其宝贵的人。这种使命并不体现于外部相对立的世界中,而体现在与自己搏斗、战胜自己、贯彻自己信念之时。人生的一切,都是自己生命现象的表象,是自己生命的反映,人决不为外界而活着。我的恩师户田先生经常教导我们说:“要为自己的生命而活下去。”这句话具有深刻的内涵和千钧的分量,指出人生终极目的之所在。

(程郁 禾声 译)

理想与幸福

〔前苏联〕奥斯特洛夫斯基

个人问题、爱情、女人，这些在我的理想之中只占很小的位置。对我来说，没有比做一名战士更大的幸福了。个人的一切都不会永葆青春，不能像公共事业那样万古长存。在为实现人类最大幸福的斗争中，要成为一名永不掉队的战士，这就是最光荣的任务和最崇高的目标。

自私自利的家伙完蛋得最早。须知，他只是为了自己才孤独寂寞地活在这个世界上。一旦抹掉了他们这个“我”字，他就一切都完了，活着对他来说，再也没有任何意义了！但是，如果一个人不是为了自己而活着，而是为了整个社会呕心沥血，那就很难将他毁灭。因为，这样一来，就首先要毁灭他周围的一切，毁灭整个国家和整个生活。我个人的死亡，只是自己生命的消失，可是我们的大军却排山倒海，蓬勃向前。一个战士，即使他在镣铐锁身的情况下死去，但当他听到自己部队那胜利的欢呼声，他也会得到一种最终的、而且是至高无上的安慰。

对我来说，活着的每一天都意味着要和巨大的苦痛作斗争。我是在说这十年来的日子。但你们看到的是我脸上的微笑。这是发自内心的，饱含着幸福和欢乐的微笑。尽管我忍受着自己病躯的种种苦痛，但我仍然为我们国家的每一个胜利而欢欣鼓舞。再没有比战胜这种种苦痛更使人感到幸福和快乐的事情了！不能单单是为了活着（虽然活着是美好的），而且还要斗争，还要赢得

胜利！

现在，我觉得自己像冰化雪消那样越来越虚弱了。因此，我要抓紧每分每秒，趁我现在还能感到生命之火在心头燃烧，大脑神经在闪光跳动。我不愿做一个名噪一时的英雄。我战胜了自己生命历程中的一切悲剧和不幸：双目失明，全身瘫痪，遍体疼痛。尽管如此，我仍然是一个无比幸福的人。这倒不是因为政府奖赏了我。不，没有这些，我同样是快乐和幸福的！请记住，奖赏永远不会成为我工作和斗争所追求的目标。

（意强 国诚 译）

论 美

〔英〕培 根

美德犹如宝石，为朴素背景所衬托反愈显光彩华丽。同样，人虽衣装简朴，但行止端庄而有美德，仍令人不由得充满敬意。

拥有美貌者并不等于拥有能与其容颜媲美的才干。因为上帝并不过分大度，往往赐此便不再予彼。许多人空有佳容，一无建树，恰因其顾全外在之美而忽略了其内在之美。

当然，此话也不尽然，历史与传说中的奥古斯都、菲斯帕斯、腓利普王、爱德华四世、阿尔西巴底斯、伊斯梅尔等，既是美男，亦是俊杰。

仔细研究一番可以发现，形容之美优于色彩之美，而嘉言雅行之美又胜乎形容之美。画家难以表现至胜之美，因这种美难以尽现直观。此为一种精妙奇异之美。

古希腊画家阿波雷斯和德国画家丢勒曾有一滑稽观点，认为可按几何比例或选不同人身上的绝美之处，合绘成一张至美人像。其实，如此这般画出的美人，恐怕喜好者仅有画家自己，美无规程，常常可遇而不可求，非公式所能创造。就常见的许多脸型而言，它们的某一部分并不美雅，但观其整个面庞，却十分和谐动人。

许多步入晚景的老人因其举止优雅、风度娴美而赢得人们的敬爱，恰如拉丁谚语所说：“晚秋之景为秋色之至美。”而有的人虽年轻美貌，却因缺乏优美的修养而被人不敬。

美貌犹如盛夏之水果，易腐难存。世间曾有过许多娇容美艳者，因其青春放浪，晚景凄凉，而追悔莫及。此种情形无时不提醒我们，美貌须与美德善行完整结合，惟此，美才会华光四射。

（郑平 译）

自豪是自尊

〔美〕魏特利 薇特

如果有人问，我们究竟应该自豪或是谦卑时，大部分人会回答：“自豪是罪过，谦卑比较好。”

我们于是谦虚地说：“我只不过是一个小职员。”“我只是一个平庸的人。”或是：“我勉强及格而已。”

谦卑的后果是什么呢？往往是安于平庸，不求进取。你认为自己不过尔尔，决不会担当重责大任，决不会发财，决不会喜欢自己的职务。你已把自己推入一无所成的深渊，你将自己塑造成平庸的人。

这决非谦卑的本意，谦卑并不表示要你浪费生命，或辜负天赋的才能。

谦卑的真义是：无论做什么事，都要认清尚有可以改进的余地。谦卑的意义是要你明白山外有山，人外有人。当你体会到即使你一败涂地，上帝仍然爱顾你、以你的成就为荣时，你便会自然而然地谦卑起来了。

而这种表现正是自豪、以己为荣的真谛。自豪的人尽心尽力，力求表现，因为上帝喜见你努力。此中蕴藏着一个获得工作乐趣与成就的秘诀——不是对名利的追逐，而是对自己的工作感到骄傲。

自豪的人，不自贬，不自疑，不忸怩害羞。

自豪不是指高估自己。它不是逞强、傲慢或自大。

自豪是自重、自信、自尊。自豪是个人尊严，是对自己圆满完成任务感到心满意足。

不快乐的人决不以己为荣。他们一再对自己说：“真希望我是别人，做别的事，在别的地方。”

相反，每天都能在生活中和工作中发掘乐趣的人，对自己有强烈的价值感。他们总是告诉自己：“我喜欢自己，我真的喜欢。以我的父母和出身背景而言，我真高兴成为今日的我。我情愿生活在此时此刻，而不愿生活在历史上的任何时代。”

散发出这种自信心的人，未必天生就有这种美妙的感觉，他们只是从生活中的体验，学会了喜欢自己罢了。正因为他们喜欢自己，他们才能将这份乐趣分享众人。

情绪低落、处境不顺心的时候，所能享有的乐趣就是接纳此刻的自己——一个有缺点、会改变，但不断成长而且有价值的人。要了解、喜欢自己，认为自己在某方面还不错，并不见得是妄自尊大。你应对自己的成就感到自豪，更重要的是要乐于做此时此刻独一无二的你。你要了解，人类在体力和心智上虽不是生而平等，却生而具有同等的权力去追寻快乐。我们都有权相信自己值得领受生命中最美好的一切。大多数功成名就的人，即使在除了一份梦想之外一无所有的时候，仍然相信自己决非池中之物。适当的自豪是通往成就与幸福的大门，这份特质也许比其他的任何特质都重要。

(尹萍 译)

机会在敲门

〔美〕魏特利 薇特

英国著名小说家艾略特曾经写道：

“生命巨流中的黄金时刻稍纵即逝，除了砂砾之外我们别无所见；天使前来探访，我们却当面不识，失之交臂。”

20 世纪的美国人也有一句俗谚：“通往失败的路上处处是错失了的机会。”

坐待幸运从前门进来的人，往往忽略了从后窗进入的机会。

马娇丽就是这样一个人。她在一家小型制造业公司谋得一份好差事，可是上司要她做一件不在她职责范围内的工作，她拒绝了。不久以后，在另一个部门的一位同事问她愿不愿意尝试那个部门的工作，她再度回绝。马娇丽不愿担负其他任何任务，除非加她的薪，升她的级。她没有看出送到她眼前的机会。假使她接受新任务并且顺利完成，她就极有资格要求加薪和升级了。结果经理部门认为她不思进取，不愿成长。

我们常把机会拟人化，误以为幸运之神真的存在，许多人就坐待机会来敲门。

可惜的是，机会从来不会自动前来敲门。不管你等待多少年，也听不到它的敲门声。

原因是，机会并非外界的生存实体，它在你的内心之中，你就是机会。

只有你能制造机会。只有你能发挥自己的能力和机会。

只有你能发现机会，从而把失败与挫折转变为成功与满足。

有些人给机会下了偏狭的定义，认为是指一笔交易成功或职务升迁。其实机会所涵盖的范围很广，它意味着众人皆陷入消极的泥潭中时，你却寻出一条积极思考的途径。机会是在强大压力之下圆满完成任务；机会是不卷入办公室里的勾心斗角；机会是不受紧张、冲突和自疑的牵绊；机会是接纳自己的一切，求得内心的宁静，并享受充满自信的愉悦。

朝向一个值得努力的目标前进，尽量利用造物主慷慨赐予你的才华和能力，机会就在其中。

当你不再打击自己，自然就会开始认清机会所在。

当你不再担心别人怎么想，你就会开始发掘出无穷的机会。

当你不再想像着前途多舛，你就会开始掌握机会。

当你不再为昔日的挫败烦恼，你就会开始为自己创造机会。

记住，任何人都有失意和挫折的时候，但是人人也都有丰富的潜力。不快乐的人只看见他的错处和弱点，满心喜悦的人则专注于自己内心的力量和创造力。

你怎样为自己开创机会？你要不断地探索、发现并且适应新来乍到的机运。

更重要的是，你要保持心胸开放与乐观。

不久你就会听到机会在敲门，不是敲你的前门，而是叩你的心扉。

(尹萍 译)

林肯——坚忍不拔的典范

〔美〕魏特利 薇特

美国前总统林肯（Abraham Lincoln）一生遭遇无数打击。然而他艰苦卓绝，败而不馁，可说是最吸引人的典范。

1832 年，他失业了。同年，竞选州议员失败。

1833 年，经商失败。

1834 年，当选州议员。

1835 年，丧偶。

1836 年，患精神衰弱症。

1838 年，竞选州议会议长失败。

1843 年，争取所在党提名竞选联邦众议员未成。

1846 年，当选众议员。

1848 年，所在党再度拒绝提名他为众议员候选人。

1849 年，争取国有土地管理局局长一职被拒。

1854 年，竞选参议员失败。

1856 年，争取所在党提名他为美国副总统候选人未成。

1858 年，竞选参议员再度落选。

到了 1860 年，林肯终于当选为美国总统。

千万不要以为失败是永久的，要把失败当做是迟来的成功。这样坚持不懈，奋斗到底，胜利最终会来临。

（尹萍 译）

愿生生世世为矮人

〔菲律宾〕罗慕洛

有一次，巴黎举行联合国会议席间，我和苏联代表团团长维辛斯基激辩。我讥讽他提出的建议是“开玩笑”。突然之间，维辛斯基把他所有轻蔑别人的天赋都向我发挥出来。他说：“你不过是个小国家的小人罢了。”

在他看来，这就是辩论了。我的国家和他的国家相比，不过是地图上一点而已，我自己穿着鞋子，身高只有 1.63 米。

即使在我家中，我也是矮子。我的四个儿子全比我高七、八厘米。就是我的太太穿高跟鞋的时候，也要比我高寸许。我们婚后，有一次她接受访问，曾谦虚地说：“我情愿躲在我丈夫的影子里，沾他的光。”一个熟朋友就打趣地说：这样的话，就没有多少地方好躲了。

我身材矮小，和鼎鼎大名的人物在一起，常常特别惹人注意。第二次世界大战期间，我是麦克阿瑟将军的副官，他比我高 20 厘米。那次登陆雷伊泰岛，我们一同上岸，新闻报道说：“麦克阿瑟将军在深及腰部的水中走上了岸，罗慕洛将军和他在一起。”一位专栏作家立即拍电报调查真相。他认为如果水深到麦克阿瑟将军的腰部，我就要淹死了。

我一生当中，常常想到高矮的问题。我但愿生生世世都做矮子。

这句话可能会使你诧异。许多矮子都因为身材自惭形秽。我 145

得承认，年轻的时候也穿过高底鞋。但用这个法子把身材加高实在不舒服，并不是身体上的，而是精神上的不舒服，这种鞋子使我感到，我在自欺欺人，于是我再也不穿了。

其实这种鞋子剥夺了我天赋的一大便宜。因为：矮小的人起初总被人轻视；后来，他有了表现，别人就觉得出乎意料，不由得佩服起来，在他们心目中，他的成就就格外出色。

有一年，我在哥伦比亚大学参加辩论小组，初次明白了这个道理。我因为矮小，所以样子不像大学生，就像小学生。一开始，听众就为我鼓掌助威。在他们看来，我已经居于下风，大多数人都喜欢看居下风的人得胜。

我一生的遭遇都是如此。平平常常的事经我一做，往往就似乎成了惊天动地之举，因为大家对我毫不寄予希望。

1945年，联合国创立会议在旧金山举行，我以无足轻重的菲律宾代表团团长身份，应邀发表演说。讲台差不多和我一样高。等到大家静下来，我庄严地说出这么一句话：“我们就把这个会场当做最后的战场吧。”全场登时寂然，接着爆发出一阵掌声。我放弃了预先准备好的演讲稿，畅所欲言，思如泉涌。后来，我在报上看到当时我说了这样一段说：“维护尊严，言辞和思想比枪炮更有力量……惟一牢不可破的防线是互助互谅的防线！”

这些话如果是大个子说的，听众可能客客气气地鼓一下掌。但菲律宾那时离独立还有一年，我又是矮子，由我来说，就有意想不到的效果。从那天起，小小的菲律宾在联合国大会中就被各国当做资格十足的国家了。

矮子还占一种便宜：通常都特别会交朋友。人家总想卫护我们，容易对我们推心置腹。大多数的矮子早年就都懂得：友谊和筋骨健硕，力量一样强大。

早在1935年，大多数的美国人还不知道我这个人，那时我应邀到圣母大学接受荣誉学位，并且发表演说。那天罗斯福总统也是演讲人。事后他笑吟吟地怪我“抢了美国总统的风头”。

我相信，身材短小的人往往比高大的人富有“人情味”而且平易近人。他们从小就知道自视决不可太高。身材魁梧的人态度矜持，别人会说他有“威仪”。但是矮小的人摆出这种架子来，人家就要说他“自大”了。

矮子如果稍有自知之明，很早就会明白脾气是不好随便乱发的。大个子发脾气，可能声势汹汹。矮子就只像在乱吵乱闹了。

一个人有没有用，和个子大小无关。反之，身材矮小可能真好处。历史上许多伟大的人物都是矮子。贝多芬和纳尔逊都只有 1.63 米高，但是他们和只有 1.52 米高的英国人济慈及哲学大师康德相比，已经算高大的了。

当然，还有一位最著名的矮子是拿破仑。好些心理学家说，历史上之所以有拿破仑时代，完全是拿破仑的身材作祟。他们说，他因为矮小，所以要世人承认他真正是非常伟大的人物，失之东隅，借此收之桑榆。

本文一开始，我就提到苏联代表维辛斯基，因为我胆敢批评他的国家而出言相讥的事。我不喜欢别人以为我任凭他侮辱矮子，而不加反驳。他一说完，我就跳起身来，告诉联合国大会的代表说，维辛斯基对我的形容是正确的。但是我又说：

“此时此地，把真理之石向狂妄的巨人眉心掷去——使他们的行为有些检点，是矮子的责任！”

维辛斯基凶狠地瞪着眼，但是没有再说什么。

致威·杜兰特书

〔美〕亨利·门肯

你所问我的话，扼要地说，是我从人生得到什么满足以及我为什么要继续工作。我之所以要继续工作，正与母鸡继续生蛋的理由相同。每一个活的生灵里都潜藏着一种朦胧而强大的、要积极行动的冲力。生命要求你积极地生活。无所作为对于一个健康的生物体来说既痛苦又有害，事实上几乎是不可能的，除非是作为一次次迸发出来的积极行动之间的恢复过程。惟有垂死的人才能真正地懈怠。

一个人确切的活动方式当然是由他与生俱来的机能所决定的。换句话说，他的活动方式取决于他的遗传。我不能像母鸡一样生蛋是因为我生来完全没有这样的机能。由于同样的道理，我不能当选为国会议员，不能拉大提琴，不能在大学里讲授形而上学，也不能进钢铁厂做工。我只能做我得心应手的工作。我恰好生来就对思想具有非常强烈、永不餍足的兴趣，因此我喜欢玩思想游戏。此外，我恰好生来就比一般人更善于把思想化为言词。结果我就成了作家兼编辑，也就是说，成了一个贩卖和编造思想的人。

在这一切之中，几乎没有我的自觉意志。我做的事并不出于我的选择，而是由不可思议的命运所决定的。我童年时由于对精确的事实怀有强大的、然而还是次要的兴趣，我曾想当化学家；与此同时，我那可怜的父亲想让我当商人。又有些时候，我像一

般家境比较贫寒的人一样，很想靠什么轻巧的欺骗手段发财致富。但我还是成了作家，并且将保持这个身份直到我写完人生的篇章，这就像一头母牛终生只得不断产奶一样——尽管按它自己的心愿，它是宁肯生产杜松子酒的。

我远比大多数人幸运，因为我从童年起就能靠工作谋得优裕的生活，我所做的恰恰就是我一直想做的事——要是不给我报酬，我照样会干，而且还很乐意。我相信像我这样幸运的人不会很多。千百万人不得不为了生活而从事他们其实是不感兴趣的工作。至于我，除了也曾遭逢人生难免的不幸之外，一直过着非常愉快的生活。因为我在不幸中仍享受到自由行动所带来的巨大满足。总的说来，我所做的恰好是自己想做的事。我对自己所做的事可能会对别人产生什么影响不感兴趣。我写文章、出书并不是为了取悦于人，而是为了自己的满足，正如一头母牛产奶不是为了使牛奶商获利而是为了自己的满足一样。我希望自己的大部分思想是健全的，但我其实并不在乎。世人可以对它任意取舍。反正我在构思时已经得到了乐趣。

我认为，获取幸福的手段除满意的工作以外，就要数赫胥黎所谓的家庭感情了，那是指与家人、朋友的日常交往。我的家庭曾遭受过重大的痛苦，但从未发生过严重的争执，也没有经历过贫困。我和母亲和姐妹在一起感到完全幸福；我和妻子在一起也感到完全幸福。经常和我交往的人大多是我多年的老朋友。我和其中一些人已有三十多年的交情了。我很少把结识不到十年的人视为知己。这些老朋友使我愉快。当工作完成时，我总是怀着永不消歇的渴望去找他们。我们有着共同的情趣，对世事的看法也颇为相似。他们中的大多数都和我一样爱好音乐。在我的一生中，音乐比任何其他外界事物给我带来更多的欢愉。我对它的爱与年俱增。

至于宗教，我可以说是完全没有。我成年以后从未有过任何堪称宗教冲动的经历。我的父亲和祖父在我面前都是不可知论者，虽然我小时候也曾被送进主日学校，接触基督教神学，但他

们从没有教我信仰宗教……我在主日学校的收获，除熟悉了大量的基督教赞美诗以外，就是建立了这样一个信念：基督教信仰充满着明显的荒谬之处，基督教的上帝是反常的、悖理的。从那时以后，我读了大量的神学著作，也许远比一般的牧师读得更多，但我从未发现有任何理由要我改变自己的想法。

在我看来，基督教徒所奉行的礼拜式只能贬低基督教而不是使它变得崇高。它让人们在上帝面前顶礼膜拜，要是那个上帝确实存在，他非但不应当受到尊敬，而且还应当遭到谴责。在这个世界上，我几乎看不到有所谓上帝的善行的证据。相反，在我看来，根据他平日的所作所为，我们就得把他看做是一个愚蠢、残忍和邪恶的家伙。这么说，我可以问心无愧，因为他一直待我很好——事实上简直太客气了。但我还是不得不想到他对其他大多数人的肆意折磨。我简直不能想像怎么能尊敬那个战争与政治、神学与癌症的上帝。

我不相信有什么永生，也不想得到它。这种信念来自无能儿们的幼稚的自我……我不知道人生的意义是什么：我倾向于认为人生根本没有任何意义。我对人生的全部了解仅在于——至少对我来说是这样——活着总是非常有趣的。甚至人生的困苦确实也可以是有意义的。再者，困苦将有助于培育起我最敬慕的人类美德——勇敢和其他类似的品质。我想，最高贵的人就是与上帝作战并战胜他的人。我从来还没有这样做过。在我死的时候，我将满意地归于寂灭。一场再好的戏也不能指望它好得没有尽期。

（薛鸿时 译）

为人类而工作

〔美〕佛兰西丝·威拉德

我希望我们对气势磅礴的历史的研究能更为透彻明晰，这样，在我们预言未来之时，便不至于妄自尊大，目中无人，对面临的一切就更为信心十足，充满愉悦。厚重的历史向我们昭示，人类的生存力量是何等的顽强坚韧！地震、饥馑、瘟疫可以肆虐一时，但流水般的岁月漫涌而来，治愈了一切创伤，弥补了所有裂痕。伟大的历史进程横扫大地，将世界衰颓的痕印统统抹去。新形式的文明簇拥着显赫的帝王风靡一时，帝王们谢世消亡后，更有伟大相继而起。有些民族在征战中被消灭殆尽，那些殷切巨大的希望也化作泡影；但人类未绝，革命此起彼伏，爱国志士们血流成河；有时候，地球仿佛就要坠入深渊，世界末日即将来临；然而，春风野火，爱国者层出不穷，更新更美的希望犹如繁星，在人们的头顶辉耀闪烁。人类大踏步地跨过了黑暗时代，跨出了初期阴森幽长的洞穴，与洪荒年代已不可同日而语。从此，公理被奉为至尊，自由王国的彼岸已历历在目。

惟有对历史漠视无知者，才会在时代的伟大变革中颓然丧气；惟有对天才的历程熟视无睹者，才会妄称自己为前无古人的首创者。事实上，除了物质领域的某些发明，天下的一切均已为前人所经历。任何一种变革，早在几个世纪前就曾为伟大的心灵所憧憬，任何一种教义，都曾为历史上先知先觉的神父所订立。希腊的哲学家和古时的神父，早就一劳永逸地为后人指明了方

向，我们尽可以在他们遗下的典籍中去挑选抉择。因此，我们应当时时牢记，世界上只有两类人：一类人宣称我们的时代是有史以来最坏的时代，另一类人则反之，认为这是最好的时代。所有的新发明，所有科学和全部历史，都证明了持后一种意见是正确的，这种正确性可以延续到将来，以至永远。

最正常、最完美的人，是那些擅长于发挥自己能量的活动家，是那些献身于周围世界、投入于公众之中的人，他们全身心地专注于对世界的奉献，以至于感觉不到个人与世界之间，存在有任何距离……

(樊哲学 译)

一心一意

〔法〕安德烈·莫洛亚

一个人的精力和才智是极其有限的。面面俱到者，终将一事无成。我十分了解那些见异思迁的人。他们一会儿觉得“我能成为一名伟大的音乐家”；一会儿又认为“办企业对我来说易如反掌”；一会儿又说“我若涉足政界，准能一举成功”。请相信，这类人终将只是业余的音乐爱好者、破产的工厂主和失败的政客。拿破仑曾说：“战争的艺术就是在某一点上集中最大优势兵力。”生活的艺术则是选择一个进攻的突破点，全力以赴地进行冲击。职业的选择不能听任自然，初出茅庐者都应该扪心自问：“我干什么合适，我具备什么能力？”如果力所不及，强求也是徒劳。如果你有个大胆又果敢的儿子，与其让他去坐办公室，倒不如让他去当飞行员。而选择一旦做出，除非发生错误或严重意外，你万万不可反悔。

在已确定的职业范围内，仍有必要做进一步的选择。哪一位作家也不可能各种小说全写，哪一位官员也不可能改革一切，哪一位旅行家也不可能走遍天涯海角。你还得绝对顺从天意，摆脱权力欲。给你一点必要的选择时间，但是有限。军人在充分考虑了一道命令的后果之后，他们习惯于在讨论中一语定夺：“执行！”请以同样的方式，结束你的自我讨论吧。

“明年我干什么？准备这门考试，还是那门？是去国外深造，还是进这家工厂？”对这些问题，反复考虑是自然的，但是为自

己限定一定的时间也是必要的。时间一过，就应当做出决定。“执行”的决定既已做出，后悔是没用的，因为，世界上的事情总是在千变万化。

为了保证忠实地执行自己做出的决定，经常制定既能体现长远规划，又能显示近期目标的工作计划是有益的。几个月之后，几年之后，再回头看看当初的计划，我们会对自己的能力和素质产生信心。但是，在计划内众多的项目中，分清轻重缓急十分必要。在这方面，应该倾注全部的心血，全心全意干你该干的事。让你的思想和行动都朝着一个目标努力。当你达到目的的时候，你就可以回顾一下以往的足迹，察看一番走过的弯路，只要事业未就，必须勇往直前。

对什么都感兴趣的人是讨人喜欢的。但是干事业，你只能在一定的时间内，专心致志于一个目标。美国人讲：“一心一意。”虽然你常常会被一些纠缠不清、难以下手的问题搅得心烦意乱，但是经过不懈的努力，最终一定会排除障碍。

人生岂能无压力

〔俄〕哈布利茨卡娅

我们一生都试图摆脱压力，但终归是徒劳。科学家认为，人需要激情、紧张和压力。如果没有既甜蜜又痛苦的冒险滋味的“滋养”，人的肌体就根本无法存在。对这些情感的体验有时就像药物和毒品一样让人“上瘾”。适度的压力可以激发人的免疫力，从而延长人的寿命。试验表明，如果将一个人关进隔离室内，即使让他感觉非常舒服，但没有任何情感的体验，他会很快发疯。

此外，适度的冒险可以增强新陈代谢能力，改善大脑营养，增强抵抗力，最主要的一点是使肌体摆脱沉重的压力。正因为如此，人们对恐怖影片、高山滑雪的酷爱有增无减，儿童在晚上常常要成为他们讲述神话和恐怖故事。这是对付生活中真正悲剧的一种特殊“疫苗”。

一些心理学家认为，有一类人，危险对于他们具有很大的诱惑力。以色列科学家前不久的发现从另一方面证明了这一观点：在吸毒者、兴奋型比赛选手、酗酒者和赛车手体内存在不同形态的基因，这些基因能在大脑中产生一种多帕氧化酶，使人寻求新奇和刺激。

科学家后来还发现，寻求刺激与大脑中的另一种酶——酪胺氧化酶过低有关。这种酶直接影响到对快感的传递。当这种酶不足时，就产生了人为地将其提高到正常水平的愿望。

在非常紧急和恐怖的情况下，人有时能超越自己的生理极

限。这种例子屡见不鲜。美国一个旅行者在乡间旅行时遇到了泥石流，情急之下，他的奔跑速度居然打破了世界纪录（他的朋友用摄像机对这一场面录了像）。一位英国冒险家在旅行途中遇到了地震，被埋在了混凝土中，他自己竟然将一块半吨重的混凝土移开。

有时，我们并不害怕确实对我们有害的东西。例如，科学家认为，X射线对人体有害，但人们并不惧怕。游泳（就从事这种运动死亡的人数来说）是最危险的运动之一，但大多数人仍乐此不疲。多数人认为，飞机是比汽车更危险的交通工具，尽管汽车事故每天使数千人丧生。

有些并不可怕的东西却使我们害怕，有些真正应当害怕的东西反而不使我们害怕。对此应当做何解释呢？科学对此的解释是：人有一种“接受冒险”的心理。有时人的恐惧完全是心理的原因：人对没见过或不太了解的东西并不太害怕；在有选择的自由时，一个人的感觉更好。

智者与庸人

〔哈萨克斯坦〕阿 拜

我发现区分智者与庸人有一点明显的不同。

首先，人来到世上，对周围的一切并不会无动于衷。一个人对自己兴趣所至一旦执著追求，终会在他人人生之旅留下一段最美好的记忆。

于是，智者全身心地投入他所认定的事业中，致力于不断追求，不断探索，乐在其中。对他而言，可谓人生无悔。

庸人往往漫无目的，庸庸无才，碌碌无为，虚度光阴，虚度年华，虽终日后悔不迭，但也于事无补。年轻时总喜欢朝三暮四，显得无所不能，似乎对他来说韶华不逝，精力永远旺盛。然而当他真正追求某一项事业时，才发现自己早已力不从心，只能徒叹心有余而力不足矣。

再者，过于热衷某一件事，这会使你产生一种癖好。每一种癖好自会有它的痛苦。当你实现或接近实现你的癖好时，会令你陶然入醉。

而每一次陶醉都会导致你有所疏失，甚至失去理智。于是，给那些搬弄是非者以评头论足的可乘之机。

每当这种关头，智者丝毫不会惊慌，既保持了清醒的头脑，又避免成为众矢之的，同时依然孜孜以求。

庸人则早已丢盔卸甲，狼狈不堪，却又不顾首尾，目空一切，搞得到处沸沸扬扬。

倘若你想站在智者的行列，如果不是每天都有什么收获，也该每周有所收获，哪怕一个月总该有一次收获。否则，你就应该反躬自问，检讨一下你的这一段人生是怎样度过的？是否真正做到献身科学，或为后世积德，或为今世做些有益的事，从而没有虚度年华？

抑或连你自己也不清楚你的作为？

（阿克拜尔·米吉提 译）

一个孤单的人

〔爱尔兰〕维廉·巴克莱

前些时候，我旅行，住在青年会的宿舍里，在布告板上看见一张十分吸引人的剪报，是从加拿大出版的一份报纸上剪下来的。作者没有署名，题目是《一个孤独的人》，内容如下：

这个人出生在很少为人知的小村落，父母都是犹太人，母亲是个农家女。他在另外一个小村庄里长大，在木匠的店里工作。30岁后开始旅行布道3年之久。

他没有写过一本书，没有担任过什么职务，也没有一所属于自己的房屋，更没有自己的小家。他从没有进过大学，也不曾涉足大的城市。足迹所到的地方，离他出生地最远不逾两百英里。一切和伟大的人物和伟大有密切关系的东西，他全没有；他连一张证书也没有，有的只是他自己。

这世界没有给他丝毫，除了他的人性。年纪很轻的时候，大家就看不起他，反对他。他的朋友抛弃他，其中还有一个出卖了他。他被交到敌人手中，受审判，被人嬉笑、嘲弄。

他被钉在一个木头的十字架上，钉在两个强盗当中。他在世上拥有的惟一的一件外衣，被执刑的士兵扞阉来分。他死后被人从十字架上取下来，埋葬在一个借

来的坟墓里。这个坟墓是他的一个朋友让出来的。

一千九百多年后的今天，他已成为人类的中心，世界进步的动力。我敢说，把全世界所有的陆军、海军，所有议会的议员，所有统治过人类的帝王，都加起来，对地球上人类生活的影响力，远远不及这个孤独的人。

这是耶稣一生相当华丽的描写。

(余也鲁 译)

不值得……

〔爱尔兰〕维廉·巴克莱

有时候我觉得我们的语汇里最危险的一句话，是用“不值得”三个字开始的。

有一天，我积压了不少工作没有完成，可是我一定得赴一个约会。我手头只有半个小时可用，而我有一件工作一定得完成。我心里在说：“只剩了半个钟头，不值得着手做这件事。”

我们常常发现能用的时间不多，可是要做的事却不少，我们会说：“只有这一点点时间，不值得动手去做。”

“不值得”三个字的确很危险，因为这等于说，把整整半个小时浪费了。把这些浪费了的半小时加起来，可就多得不得了。要是个礼拜做5天，每天浪费半小时，一个礼拜加起来就有两个半小时；一年加起来就有130个小时，等于16个工作日全没有派上用处。

我的老师麦克菲登总爱告诉人他怎样学会意大利语的故事。他每天坐电车从家里去大学，路上要花半个小时。他每天就用这半个小时学习，居然学会了一种新语言。

别小看半个小时，半小时中你可以完成许多事。

最要紧的是明白“值得”开始。

有时候我们说：“不值得一试。”很可能是因为我们担心工作太难，负担不了，或者才能与财力都不足，不能把工作做好。我们知道应该一试，可是我们自宽自解地说：“不值得一试。”

英国小说作家斯蒂文森患病之后，自知不久于人世，可是他却说：“要是写不完一本书，至少可以开始写第一页。”

（余也鲁 译）

差 别

〔德〕B. 克里斯蒂安森

两个同龄的年轻人同时受雇于一家店铺，并且拿同样的薪水。

可是叫阿诺德的小伙子青云直上，而那个叫布鲁诺的小伙子却仍在原地踏步。布鲁诺很不满意老板的不公正待遇。终于有一天他到老板那儿发牢骚了。老板一边耐心地听着他的抱怨，一边在心里盘算着怎样向他解释清楚他和阿诺德之间的差别。

“布鲁诺先生，”老板开口说话了，“您今早到集市上去一下，看看今天早上有什么卖的。”

布鲁诺从集市上回来向老板汇报说，今早集市上只有一个农民拉了一车土豆在卖。

“有多少？”老板问。

布鲁诺赶快戴上帽子又跑到集市上，然后回来告诉老板一共40口袋土豆。

“价格是多少？”

布鲁诺又第三次跑到集市上问来了价钱。

“好吧，”老板对他说，“现在请您坐到这把椅子上一句话也不要说，看看别人怎么做。”

阿诺德很快就从集市上回来了，并汇报说到现在为止只有一个农民在卖土豆，一共40口袋，价格是多少多少；土豆质量很不错，他带回来一个让老板看看。那个农民一会儿以后还弄来几

箱西红柿在卖，据他看价格非常公道。昨天我们铺子的西红柿卖得很快，库存已经不多了。他想这么便宜的西红柿老板肯定会要进一些的，所以他不仅带回了一个西红柿做样品，而且把那个农民也带来了，他现在正在外面等回话呢。

此时老板转向了布鲁诺，说：“现在您肯定知道为什么阿诺德的薪水比您高了吧？”

(华霞 译)

快乐， 是一种选择

我要笑遍世界。

笑声中，一切都显露本色。我笑自己的失败，它们将化为梦的云彩；我笑自己的成功，它们回复本来面目；我笑邪恶，它们远我而去；我笑善良，它们发扬光大。我要用我的笑容感染别人，虽然我的目的自私，但这确是成功之道，因为皱起的眉头会让顾客弃我而去。

——〔美〕奥格·曼狄诺

为记住这一点而欢欣鼓舞吧

〔印度〕泰戈尔

没有一个人长生不老，也没有一件东西永久存在。

兄弟，为记住这一点而欢欣鼓舞吧。

我们的一生不是一个古老的负担，我们的道路不是一条漫长的旅程。

一个独一无二的诗人不必唱一首古老的歌。花褪色了，凋零了；戴花的人却不必永远为它悲伤。

兄弟，为记住这一点而欢欣鼓舞吧。

一定要有完全的休止，才纺织成完美的音乐。为了沉溺在金色的阴影里，人生向夕阳沉落。一定要把爱情从嬉戏中唤回来饮烦恼的酒，一定要把它带到眼泪的天堂。

兄弟，为记住这一点而欢欣鼓舞吧。

我们赶紧采集繁花，否则繁花要被路过的风蹂躏了。

攫取那迟一步就会消失的吻，使我们的血脉畅通，眼睛明亮。

我们的生活是热烈的，我们的欲望是强烈的，因为时间在敲着别离的丧钟。

兄弟，为记住这一点而欢欣鼓舞吧。

我们来不及把一件东西抓住，挤碎，而又弃之于尘土。

一个个时辰，把自己的梦藏在裙子里，迅速地消逝了。

我们的一生是短促的；一生只给我们几天恋爱的日子。

如果生命是为了艰辛劳役的话，那就无穷地长了。

兄弟，为记住这一点而欢欣鼓舞吧。

我们觉得美是甜蜜的，因为她同我们的生命依循着同样飞速的调子一起舞蹈。

我们觉得知识是宝贵的，因为我们永远来不及使知识臻于完善。

一切都是在永恒的天堂里做成和完成的。

然而，大地的幻想之花，是由死亡来永葆鲜艳的。

兄弟，为记住这一点而欢欣鼓舞吧！

生活的写意

〔法〕蒙 田

跳舞的时候我便跳舞，睡觉的时候我就睡觉。

即便我一个人在幽美的花园中散步，倘若我的思绪一时转到与散步无关的事物上去，我也会很快将思绪收回，令其想想花园，寻味独处的愉悦，思量一下我自己。天性促使我们为保证自身需要而进行活动，这种活动也就给我们带来愉快。慈母般的天性是顾及到这一点的。它推动我们去满足理性与欲望的需要，打破它的规矩则违背情理。

我知道恺撒与亚历山大就是在活动最繁忙的时候，仍然充分享受自然的、也是必需的、正当的生活乐趣。我想指出，这不是要使精神松懈，而是使之增强。因为要让激烈的活动、艰苦的思索服从于日常生活习惯，那是需要有极大的勇气的。先贤们认为，享受生活乐趣是自己正常的活动，而战事才是非常的活动。他们持这种看法是明智的。我们倒是些大傻瓜。我们说：“他这一辈子一事无成。”或者说：“我今天什么事也没有做……”怎么！您不是也生活了吗？这不仅是最基本的活动，而且也是我们诸活动中最有光彩的。“如果我能够处理重大的事情，我本可以表现出我的才能。”您懂得考虑自己的生活，懂得运用安排它吗？那您就做了最重要的事了。天性的表露与发挥作用，无需异常的境遇。它在各个方面乃至在暗中也都表现出来，就像在不设幕的舞台上一样。

我们的责任是调整我们的生活习惯，而不是去编排；是使我们的举止井然有序，而不是去打仗，去扩张领地。我们最豪迈、最光荣的事业乃是生活的写意，一切其他事情：执政、致富、建造产业，充其量也不过是这一事业的点缀和从属。

（黄建华 译）

让生活之泉涓涓不息

〔美〕布里安·戴森

生活就像是在空中抛接五只球的游戏。这五个球分别是：工作、家庭、健康、友谊和精神。将五个球同时在空中抛接的确是一门艺术。不久你会发现：惟有工作是一个橡皮球，掉在地上还会弹起来；而其他四个球都是玻璃的，掉在地上便会留下疤痕、裂缝，或摔得粉碎，总之不可能再恢复原样。所以我们要努力保持自己的平衡，才能把它们都在手里玩得转。

那么该怎样去做呢？

不要总把自己与别人比较，这样会愈看自己愈不值钱。如同你的指纹一样，世界上的每一个人都是独一无二的。

不要根据别人认为重要的东西来制定自己的追求目标，而应当努力去争取自己觉得最好的东西。

不要以为最接近自己内心的东西与生俱来，可以像自来水一样随时予取予求。要如同保护自己的眼睛一样维护它们。失去它们，你就会变成只有心脏而没有心灵的行尸走肉。

不要匆匆忙忙地过一生，以至于忘记自己从哪里来，要到哪里去。生命不是一场速度赛跑，而是一步一个脚印走过来的旅程。

不要耽于昨天或明天而任凭今天从指间流走。每一天只过每一天的日子，你总会享受到所有的日子。生命不是以数量而是以质量来计算的。

如果你还可以付出，就不该轻言放弃。直到你停止努力的那一刻，什么也没有真正结束。

不要怕承认自己并不完美，我们就是靠一根脆弱的细丝相互连在一起的。

不要怕面对风险，我们都是在闯练中学会勇敢的。

不要对自己说不可能找到爱情而就此永远关闭大门。得到爱情最快的方法是给予，失去爱情最快的方法是像对待硬币一样紧紧捂在口袋里，保持爱情最好的办法是给它插上自由的翅膀。

不要忘记：一个人最大的感情需要是得到他人的理解。

不要怕去学新的东西。知识没有重量，是可以随身携带的宝藏，没有人会被它压垮，而且愈多你愈身心矫健。

昨天是历史，明天是谜语，而今天是礼物，所以在英语中我们把今天称之为 Presento。

(郭为 译)

幸 福

〔法〕卢梭

幸福是游移不定的，上苍并没有让它永驻人间。世界上的一切都瞬息万变，不可能寻索到一种永恒。环顾四周，万变皆生。我们自己也处于变化之中，今日所爱所慕到明朝也许荡然无存。因此，要想在今生今世追索到至极的幸福，无异于空想。

明智之举是当我们惬意时便纵情享乐，不可因一念之差而失满足的情趣；同时，也别想将片刻之乐永系在身，这种念头只能是无望痴心。所谓幸福者殊有所见，也许这种人压根就不存在；而心满意足之人则随处可见。在所有给我以深刻印象的事物中，最令我中意的便是这种满足之情。此种情感缘于我感觉的强烈驱使，是我之所见所闻的必然结果。幸福并没有悬挂招牌，欲同它相识相随，惟一的途径便是走入幸福者的内心。而心满意足的情绪却可以得之于人的眼神，举止、言谈、步履，让旁人受其感染，不由自主地随之投入。当你在节日里看到人们尽情欢乐、喜笑颜开、神情容颜中流露出穿透生活阴霾的喜悦之情时，难道不会感到这是生活中最甜美的享受吗？

（杜其传 译）

幸福

〔爱尔兰〕维廉·巴克莱

幸福的生活有三个不可缺的因素：

一是有希望。

二是有事做。

三是能爱人。

有希望——

亚历山大大帝有一次大送礼物，表示他的慷慨。他给了甲一大笔钱，给了乙一个省份，给了丙一个高官。他的朋友听到这件事后，对他说：“你要是一直这样做下去，你自己会一贫如洗。”亚历山大回答说：“我哪会一贫如洗，我为我自己留下的是一份最伟大的礼物。我所留下的是我的希望。”

一个人要是只生活在回忆中，却失去了希望，他的生命已经开始终结。回忆不能鼓舞我们有力地生活下去，回忆只能让我们逃避，好像囚犯逃出监狱。

有事做——

一个英国老妇人，在她重病自知时日无多的时候，写下了如下的诗句：

现在别怜悯我，永远也不要怜悯我；

我将不再工作，永远永远不再工作。

很多人都有过失业或者没有事做的时候，这时他就会觉得日子过得很慢，生活十分空虚。有过这种经验的人都会知道，有事做不是不幸，而是一种幸福。

能爱人——

诗人白朗宁曾写道：“他望了她一眼，她对他回眸一笑，生命突然苏醒。”

生命中有了爱，我们会变得谦卑、有生气，新的希望油然而生，仿佛有千百件事等着我们去完成。有了爱，生命就有了春天，世界也变得万紫千红。

最完美的祷告，应该是：“主啊，求你让我有力量去帮助别人。”

（余也鲁 译）

最简单的最好

〔爱尔兰〕维廉·巴克莱

我从饮食方面学到人生的一门功课。原来我们最怀念的东西，也是最简单的东西。

家就是一个例子。

清早离家没有人说“再见”，晚上回家没有人欢迎，那种冷冰冰的生活是无法忍受的。

最坏的家，只要有爱在其中，都好过管理得最完善的公共机构。我绝无意贬低公共机构的价值，可是公共机构决不能代替家。

家的确十分甜蜜。

朋友也是如此。

我常常喜欢引用一位希腊人所说的话，他和苏格拉底以及当时伟大的学者非常接近。有天，人家问他，什么是他最感谢上主的事。他回答说：“像我这样的人，能有这么多朋友，是我心存感恩的事。”

工作也是如此。

工作的重要超乎一切。每逢忧伤的日子，生活孤单的时候，工作是最大的安慰。

约翰·卫斯理最有名的一句祷词是：“求主别让一个人生而无用。”失掉了所爱的人，失去了朋友，都是伤心的事；失去了要做的工作，更是大悲剧。

让我们为这些简单的事物感谢天父。

感谢天父给了我们家和亲爱的人。

感谢天父给了我们朋友。

尤其要感谢天父的，是给了我们工作，也给了我们身体的力量、技能和智力，去完成这些工作。

(余也鲁 译)

幸福是什么

〔美〕丽莎·普兰特

幸福是什么？在我看来，幸福来源于“简单生活”。文明只是外在的依托，成功、财富只是外在的荣光，真正的幸福来自于发现真实独特的自我，保持心灵的宁静。

有人问我，“简单生活”是否意味着苦行僧般的清苦生活，辞去待遇优厚的工作，靠微薄的存款过活，并清心寡欲？这是对“简单生活”的误解。“简单”意味着“悠闲”，仅此而已。丰富的存款，如果你喜欢，那就不要失去，重要的是要做到收支平衡，不要让金钱给你带来焦虑。无论是中产阶级，还是收入微薄的退休工人，都可以生活得尽量悠闲、舒适，在过“简单生活”这一点上人人平等。这个时代，不是人人都必须像梭罗一样带上一把斧子走进森林，才能获得平静安逸的感觉。关键是我们对待生活的方式，是我们是否愿意抵制媒体、商业向我们大力促销的“财富中心论”，是我们如何在日常生活中挖掘、发展生命的热情、真实和意义。

简单，是平息外部无休无止的喧嚣，回归内在自我的惟一途径。当我们为拥有一幢豪华别墅、一辆漂亮小汽车而加班加点地拼命工作，每天晚上在电视机前疲惫地倒下；或者是为了一次小小的提升，而默默忍受上司苛刻的指责，并一年到头赔尽笑脸；为了无休无止的约会，精心装扮，强颜欢笑，到头来回家面对的只是一个孤独苍白的自己的时候，我们真该问问自己干吗这样，

它们真的那么重要吗？

简单的好处在于：也许我没有海滨前华丽的别墅，而只是租了一套干净漂亮的公寓，这样我就能节省一大笔钱来做自己喜欢的事，比如旅行或者是买上早就梦想已久的摄影机。我也再不用不着在上司面前唯唯诺诺，我自己就是自己的主人，提升并不是惟一能证明自己的方式，很多人从事半日制工作或者是自由职业，这样他们就有更多的时间由自己支配。而且如果我不是那么太忙，能推去那些不必要的应酬，我将可以和家人、朋友交谈，分享一个美妙的晚上。

我们总是把拥有物质的多少、外表形象的好坏看得过于重要，用金钱、精力和时间换取一种有目共睹的优越生活，却没有察觉自己的内心在一天天枯萎。事实上，只有真实的自我才能让人真正地容光焕发，当你只为内在的自己而活，并不在乎外在的虚荣，幸福感才会润泽你干枯的心灵，就如同雨露滋润干涸的土地。

我们需求的越少，得到的自由就越多。正如梭罗所说：“大多数豪华的生活以及许多所谓的舒适的生活，不仅不是必不可少的，反而是人类进步的障碍，对于豪华和舒适，有识之士更愿过比穷人还要简单和粗陋的生活。”简朴、单纯的生活有利于清除物质与生命本质之间的樊篱。为了认清它，我们必须从清除嘈杂声和琐事开始，认清我们生活中出现的一切。哪些是我们必须拥有的，哪些是必须丢弃的。

多一份舒畅，少一份焦虑；多一份真实，少一份虚假；多一份快乐，少一份悲苦，这就是简单生活所追求的目标。外界生活的简朴将带给我们内心世界的丰富，从而我们将发现新生活面前敞开，我们将变得更敏锐，能真正深入、透彻地体验和理解自己的生活，我们将为每一次日出、草木无声的生长而欣喜不已，我们将重新向自己喜爱的人们敞开心扉，表现真实的自然，热情地置身于家人、朋友之中，彼此关心，分享喜悦，真诚以对。那时我们将发现不能接近他人，因隔阂而不能相互沟通，不过是匆

忙、疲惫造成的假象。只有当我们轻松下来，开始悠闲的生活才能体验亲密和谐，友爱无间。我们将不是在生活的表面游荡不定，而是深入进去，聆听生活本质的呼唤，让生活变得更有意义。

生活在此刻

〔美〕丽莎·普兰特

如果天上的星辰一生只出现一次，那么每个人一定都会出去仰望，而且看过的人一定会大谈这次经验的庄严和壮观。传媒一定提前就大做宣传，而事后许久还大赞其美。星辰果真只出现一次，我们一定会早做准备，决不愿错过星辰之美。不幸的是它们每晚都闪亮，所以我们好几个月都不抬头望一眼天空。

正如罗丹所说的：“生活中不是缺少美，而是缺少发现。”不会欣赏每日的生活是我们最大的悲哀，其实我们不必费心地四处寻找，美本来是随处可见的。可惜的是，生活中的此时此地总是被忽略，我们无意中预支了“此刻的生活”。想一想吧，早上还没起床时，你就开始担心起床后的寒冷而错过了被子里最后几分钟的温暖；吃早餐的时候你又在想着开车上班的路上可能会堵车；上班的时候就开始设计下班后怎么打发时间；参加派对时又在烦恼着回家路上得花多少时间了。

我们总是生活在下一刻里。我们急着等周末来临、暑假来临、孩子长大、年老退休。等我们老时，我们真的也可以说：“我真是等不及要去死了！”

我们一刻也不停地转着。我们对堵车的马路乱骂脏话；我们在超市中像没头的苍蝇毫无耐心；我们对着电视不停地调换频道；我们一个劲儿地催促孩子快点。难道这是宇宙的报复吗？我们毁了宇宙，宇宙就用时间来控制我们？

梭罗说：“我可以杀死时间而毫无后遗症。”我们确实在“杀”时间。这曾经是无所事事的说法，但现在我们是真的在摧毁我们的时间。我们的时间花在杀死灵性、杀死享受愉悦的能力上。我们过于以自我为中心，以为创立了人类有史以来一个最佳的文明，但我们根本没有时间享受。这像是浮士德与魔鬼的交换条件。

现代人之所以不能拥有此刻的、美好的生活，是因为我们总是担心时间不够，就像我们总是觉得钱不够一样，学习享受已经拥有的时间、金钱与爱，是我们最重要的一课……

简单之美

〔美〕丽莎·普兰特

简单主义正在成为一种新兴的生活主张。因为大多数的生活，以及许多所谓的舒适生活，不仅不是必不可少的，而且是人类进步的障碍和历史的悲哀。人们更愿意选择另一种生活方式，过简单而且真实的生活。

斯迪芬在她所在的社区的一次停电中，发现了许多事情的真相。在那次意外的停电中，斯迪芬和她的家人，对科技强加的黑暗中的秘密十分感兴趣：不仅有神奇的萤火虫，还有城市的静寂、久违的家庭温馨和邻里的关怀。

其实，在离他们不远的地方，已经有些人选择了“无电源插头”的生活。

那么为什么要选择无电生活呢？最大的一个好处是：孩子们可以在无电视的环境里成长。没有暴力，没有商业行为，没有电子游戏。孩子们读书、爬树、在河里游泳……总之，他们像健康的小动物一样成长。其实，他们本来就应该有这样的。

另外一个好处就是经济、省钱。人们不用月月缴纳电费、有线电视费以及各种网络有偿服务的费用，甚至不必受到电视广告的诱惑而增加不必要的消费。

3月的一个夜晚，瑞得·派克在他的无电小屋中和家人围坐在炉火前望着窗外的星空，静静地聆听，静静地观察。桌上几支蜡烛跳动着火焰，炉中的铁锅冒着热气。每一次小屋之行都让瑞

得一家感到家庭的温馨和生活的恬静，夜晚也充满了神奇和憧憬。

当然，简单生活并不一定是物质的匮乏，但它一定是精神的自在；简单生活也不是无所事事，但却是心灵的单纯。一个清洁工和一个公司总裁同样可以选择过简单生活，一个隐居者和一个百万富翁如果都认同简单的做法，他们同样可以更充分地吸取生活的营养，然后快乐终生。“简单”的关键是你自己的选择和内心感受。就像素食主义只是简单主义者的一种选择，但并非简单生活的实质。

简单其实是一种全新的生活哲学。当你用一种新的视野观看生活、对待生活时，你会发现许多简单的东西才是最美的，而许多美的东西正是那些最简单的事物。

幸福是一位少女

〔黎巴嫩〕纪伯伦

我爱过自由。越是看到人们受奴役、受蹂躏，我对自由就爱得越深，越是认识到人们服从的只是些吓唬人的偶像，我对自由的热爱就愈加增长。雕塑那些偶像的是黑暗的年代，是持续的愚昧把它们树立起来，是奴隶的嘴唇把它们磨出了光彩。不过像热爱自由一样，我也爱这些奴隶，并怜悯他们。因为他们是一群盲人，他们看不见自己是同虎狼的血盆大口亲吻，他们并没感到自己是把毒蛇的毒液吸吮。他们也不知道自己是在亲手为自己挖墓掘坟。

我爱自由曾胜过一切，因为我觉得自由好像一位孤女，形影相吊，无依无靠，她心力交瘁，形销骨立，以至于变得好似一个透明的幻影，穿过千家万户，又在街头巷尾踟蹰，她向行人打招呼，他们却置之不理。

我像所有的人一样，爱过幸福。每天醒来，我同人们一道把幸福寻找，但在他们的路上，我从未把她找到。在人们宫殿周围的沙漠上，我未能看见幸福的脚印；从寺院的窗户外，我也不曾听到里面传出幸福的回音。当我独自一人去寻找幸福时，我听到自己的心灵在耳语：“幸福是一位少女，生活在心的深处，那里是那样深，你只能望而却步。”我剖开自己的心，要把幸福追寻，我在那里看到了她的镜子、她的床、她的衣裙，却没有发现幸福本身。

我爱过人们，非常热爱他们。这些人在我的心目中，可分三种：一种人诅咒人生坏，一种人祝福人生好，还有一种人则对人生深深地思考。我爱第一种人，因为他们日子过得太糟糕；我爱第二种人，因为他们宽容、厚道；我更爱第三种人，因为他们有头脑。

幸福的篮子

〔俄〕沃兹涅先斯卡娅

有段时间我曾极度痛苦，几乎不能自拔，以至于想到了死。那是在安德鲁沙出国后不久。在他临走时，我俩第一次，也是最后一次一起过夜。我知道，他永远不会回来了，我们的鸳鸯梦再也不会重温了。我也不愿那样，但我还是郁郁寡欢，无精打采。一天，我路过一家半地下室式的菜店，见一美丽无比的妇人正踏着台阶上来——太美了，简直是拉斐尔《圣母像》的再版！我不知不觉放慢了脚步，凝视着她的脸——因为起初我只能看到她的脸。但当她走出来时，我才发现她矮得像个侏儒，而且还驼背。我耷拉下眼皮，快步走开了。我羞愧万分……瓦柳卡，我对自己说，你四肢发育正常，身体健康，长相也不错，怎么能整天这样垂头丧气呢？打起精神来！像刚才那位可怜的人才是真正不幸的人……

我永远也忘不了那个长得像圣母一样的驼背女人。每当我牢骚满腹或者痛苦悲伤的时候，她便出现在我的脑海里。

我就是这样学会了不让自己自怨自艾。而如何使自己幸福愉快却是从一位老太太那儿学来的。那次事件以后，我很快又陷入了烦恼，但这次我知道如何克服这种情绪。于是，我便去夏日乐园漫步散心。我顺便带了件快要完工的刺绣桌布，免得空手坐在那里无所事事。我穿上一件极简单、朴素的连衣裙，把头发在脑后随便梳了一条大辫子。又不是去参加舞会，只过去散散心而

已。

来到公园，找个空位子坐下，便飞针走线地绣起花儿来。一边绣，一边告诫自己：“打起精神！平静下来！要知道，你并没有什么不幸。”这样一想，确实平静了许多，于是就准备回家。恰在这时，坐在对面的一个老太太起身朝我走来。

“如果你不急着想走的话，”她说，“我可以坐在这儿跟您聊聊吗？”

“当然可以！”

她在我身边坐下，面带微笑地望着我说：“知道吗，我看了您好长时间了，真觉得是一种享受。现在像您这样的可真不多见。”

“什么不多见？”

“您这一切！在现代化的列宁格勒市中心，忽然看到一位梳长辫子的俊秀姑娘，穿一身朴素的白麻布裙子，坐在这儿绣花！简直想像不出这是多么美好的景象！我要把它珍藏在我的幸福之篮里。”

“什么，幸福之篮？”

“这是个秘密！不过我还是想告诉您。您希望自己幸福吗？”

“当然了，谁不愿自己幸福呀。”

“谁都愿意幸福，但并不是所有的人都懂得怎样才能幸福。我教给您吧，算是对您的奖赏。孩子，幸福并不是成功、运气、甚至爱情。您这么年轻，也许会以为爱就是幸福。不是的。幸福就是那些快乐的时刻，一颗宁静的心对着什么人或什么东西发出的微笑。我坐在椅子上，看到对面一位漂亮姑娘在聚精会神地绣花，我的心就向您微笑了。我已把这一时刻记录下来，为了以后一遍遍地回忆，我把它装进我的幸福之篮里了。这样，每当我难过时，我就打开篮子，将里面的珍品细细品味一遍，其中会有个我取名为‘白衣姑娘在夏日乐园刺绣’的时刻。想到它，此情此景便会立即重现，我就会看到，在深绿的树叶与洁白的雕塑的衬托下，一位姑娘正在聚精会神地绣花。我就会想起阳光透过椴树

的枝叶洒在您的衣裙上；您的辫子从椅子后面垂下来，几乎拖到地上；您的凉鞋有点磨脚，您就脱下凉鞋，赤着脚；脚趾头还朝里弯着，因为地面有点凉。我也许还会想起更多，一些此时我还没有想到的细节。”

“太奇妙了！”我惊呼起来，“一只装满幸福时刻的篮子！您一生都在收集幸福吗？”

“自从一位智者教我这样做以后。您知道他，您一定读过他的作品。他就是阿列克桑德拉·格林。我们是老朋友，是他亲口告诉我的。在他写的许多故事中也都能看到这个意思。遗忘生活中丑恶的东西，而把美好的东西永远保留在记忆中。但这样的记忆需经过训练才行。所以我就发明了这个心中的幸福之篮。”

我谢了这位老妇人，朝家走去。路上我开始回忆童年以来的幸福时刻。回到家时，我的幸福之篮里已经有了第一批珍品。

（伊芙 尚实 译）

活得简朴和明智

〔美〕亨利·梭罗

信念和经验都使我坚信，在这个地球上保持一个人的自我，不是一件苦事，而是一件乐事，只要我们愿意活得简朴和明智。你看，那些较为简朴的民族以之为职业的，那些较为浮华的民族仍然以之为娱乐。一个人未必要靠额上的汗水来挣得生计，除非他比我还容易出汗。

我的相识中有位小伙子，继承得几十亩田产。他对我说，他觉得应该像我一样生活，假如他有我这份条件。无论如何，我都不想让别人采取我的活法。因为，不等他相当地学会了我现在的活法，我也许已经为自己找到了另一种。非止此也，我还希望，世界上最好各色各样的人都有，花色越多越好。只是，我愿他们每一个人都非常审慎地找到并走上他自己的路，而不是他父亲的、母亲的或是他邻人的。那位年轻人可以建造可以种植可以出航，只是千万不要让他固执于学我。只有经过深思熟虑，我们才可达于智慧之境。你看那水手或逃奴，他们晓得把眼睛一直看着北斗。仅这一点智慧，就足以引导我们终生。我们也许不能预卜到达港湾的日期，可我们却会保持正确的航线。

（李绍明 译）

散步的艺术

〔美〕亨利·梭罗

我崇尚自然，一生追随自然的轨迹。现在，我将以人的身份，用最朴实、简洁的方式说出它的深奥含义：“人，是自然的居民，而不是社会的一员。”我更要强调，自然的本质是绝对的自由与狂野，正相对于文化的礼俗教化。

我用这么强烈的方式表达，并不表示我是自然的偏执狂，我的用意是凸现我想阐述的主题。因为，文明这个不自然的东西，已经有太多的人关照，包括政府官员、学校委员会，以及文明社会的每一个人。

在我的生命中，除了少数一两个例外，我很少遇到有人懂得“行走的艺术”，更精确地说，是“散步的艺术”。

漫步（saunter）这个词，意味深长。中世纪时，闲散的人在乡野之间游走，并且以往圣境之名，请求布施。而作一趟圣地之旅，孩子们会欢呼来了一个圣境行者，一个漫步者，一个圣地之行者。

其实，他们从未如他们自称的“走访圣地”，而只是一群流浪子和流浪者。可是，耐人寻味的是，真正到圣地的，却往往是漫步者。另外一种对漫步的解释，有人认为出自圣地这个词，即没有故乡、没有家园。因此，另一方面来说，这也意味着没有特定的住所，处处皆可为家，这就是漫步的深奥含义。

总是呆坐在家不外出走动的人，不可能是伟大的漂泊者。不 191

过，漫步者却像是一条蜿蜒百折、四处流淌的河流，河水总是不舍昼夜，渴望找到通往海洋的最短路径。

我偏爱第一种说法，那可能比较接近事实。因为，每个脚步都是一种征伐，都是我们内在的彼得隐士（Peter the Hermit）的召唤，召唤我们勇往直前寻找圣地，并从那异教徒的手中将它复兴。

真的，我们只是信心薄弱的远征者，就算只是一趟步行，怎么说也称不上是坚韧不拔、永不止息的伟大志士。我们的长征只是一趟旅行，太阳下山时，我们又将回到原先启程的炉火边。步行的一半，只是踩着我们先前的脚步。

我们应该走最短的捷径，凭着这股壮美的探险精神，永不回头，并且将“永恒之心”送回我们荒败的王国。如果你已经有心理准备，将离开你的父母、兄弟姐妹、妻子儿女，远远的，永不再与他们相会；如果你已清偿所有的债务，安顿好所有的事情，完全地自由了，那么你可以开始一趟步行之旅了。

我是个“生命的步行者”。每次，我和同伴都会想像自己是个未被文明污染的处女地国王，或者想像自己是古代社会里那种“既非骑士也非侠客，既不是行礼者也不是驾驶者”的步行旅人，我相信，这是一个更久远、更古老、更光荣的阶级。

骑士、侠客和英雄曾经是属于“骑乘者”的阶级，现在似乎是等同于或者接近于“步行者”，即是说，不是武士，而是游侠。他是某种第四阶级，远在教堂、国家与人民之外。

给 予

〔印度〕奥 修

当你与别人分享你的喜悦时，你并没有帮任何人创造出一个监狱，你只是给予，你甚至不期望对方的感情，因为你的给予并不是想要得到任何东西，甚至连感激都不想得到。你之所以给予是因为你太充满了，所以你必须将它给出去。

所以如果有人感谢，你也会感谢那个人，因为他接受了你的爱，他接受了你的礼物，他帮助你卸下你的重担，他允许你将爱的礼物洒落在他的身上。

你分享越多，给予越多，你就拥有越多，这样它才不会使你成为一个吝啬的人，才不会使你创造出一个新的恐惧说：“我或许会失去它。”事实上，当你失去越多，就会有更多新鲜的水从那个你从来不知道的泉源流出来。

（林国阳 译）

袋里有米，炉边有柴，还要什么

〔日〕中野孝次

近年来人们越来越推崇和喜爱良宽（1758—1831年），且与年俱增，我认为这简直是现代的七大奇观之一。我不清楚喜欢他的理由是否由于他的人生观恰恰与现代流行思潮相背逆的缘故，反正令人费解。良宽何以会受到这么多人的喜欢？

生涯懒立身，腾腾任天真。
囊中三升米，炉边一束薪。
谁问迷悟迹，何知名利尘。
夜雨草庵里，双脚等闲伸。

反复吟唱良宽的这首代表作，会感到一种悠然的舒畅气氛。稍作思考就会明白，正是因为我们已经缺乏这种纯粹的生活能力，所以才会有这么多喜欢良宽的人。良宽不想卑躬屈膝以换取出人头地，也不求财源广进而富贵荣华。他不愿压抑自己的心灵，一切任性而为。现在自己草庵的头陀袋中还有乞讨来的三升米，炉边尚有一束柴薪哩。尽管处身于极度的不安状态中，有这些就足够了。不知这是迷狂还是彻悟？更不要说名利得失了，他就这样在夜雨淅淅而降的草庵里，悠闲地伸展开自己的双脚，欢乐而满足。

我们终究无法臻于这种心境，我们也无法忍耐自己处于这种

情境下生活。然而我们却会不由自主地被诗中所显示的美妙的境界所吸引，这究竟是什么原因呢？为什么良宽会在现代社会流行呢？现代社会衣食无忧的我们为什么会被他的这种心境所吸引呢？

我曾在一个冬天，探访过越后国上山的五合庵遗址。站在那重建的草庵前，我想如果让我住在这么一间建在老杉树下的孤零零的破草庵，我肯定会忍耐不住的，太简素，太贫寒了。可以想像，在这么物质匮乏的地方，粗衣寒食生活的人，精神是多么的强韧。由此省察到在现代文明中娇生惯养的人是多么的脆弱。

回想一下，即使是我们，也曾有过在以东京为首的日本城市被空袭夷为平地的经历，废墟上的生活和良宽何其相似，而今却已知者寥寥，成为遥远的过去。缺乏御寒的物品，食粮也如“囊中三升米”状态的实行配给，哪怕是这样，当时人们如果能栖身于稍遮风雨的屋檐，有食物果腹，就会感到相当满足了。而我站在五合庵前，竟然会提出“在如此贫寒的地方怎么生活啊”这样可笑的问题。可见我们已经被现代文明所惯纵，不知不觉间精神脆弱到何等的地步。

在食物要多少有多少的饱食时代，对食物是难以有知足感恩的心情的。然而在饥饿的边缘，正是由于缺乏食物已成为生活常态，有三升米才会令人感谢上苍。

如果所有的房屋都设有暖气，人们便不会对温暖心生感激，而假如你从寒风凛冽的野外行乞归来，能有一束点燃的取暖柴薪，你一定会被这难得的温暖所感动。

当“无”成为常态时，人们才会对“有”感到无上的满足和感激。而“有”成为常态时，人们不会对“无”产生不满足感，也决不会在心里涌起对“无”的感激之情。我想，良宽正是基于这种认识才自觉地选择了他的草庵生活。

此外，良宽在他吟唱贫困的草庵生活的诗中，同时表达了一种难以言喻的悠游心境。所以我们才会被吸引，仅仅是贫困的生活状态是不会引起任何人向往的。

《良宽禅师奇话》这本书的开头便道：

良宽禅师常静默无语，动作闲雅有余。心广体胖，即此之谓也。

良宽不仅孤独地一个人生活，而且生来便喜欢沉默寡言。为了自己所选择的内省式的修行生活，更时常整日静默无语。所以他的举止风度才会如此悠闲潇洒，仿佛从内心深处溢出一般。心灵自由，不为物拘，身体才会自在潇洒。

（邵宇达 译）

快乐是一种选择

〔美〕阿戴尔·拉腊

每日我们似乎都被有关于快乐的普通心理学忠告所淹没，但那无情的消息却是：为了快乐，我们应该做些事情——做出正确的选择，或是有一套正确的自我观念，甚至我们的国父也把追寻快乐写进了《独立宣言》。

与此同时，还有另一种观念——快乐只是一种短暂的状态，如果我们总不快乐，必定就是有问题。

然而，更多的人们所经历的并不是一种短暂的快乐状态，快乐是一件更普通的事情：是一种被小品文作家休·普拉瑟称作是“由难以解释的问题、莫名其妙的成功与失败——很少有片刻完全的平静所组成”的混合物。

也许你会说自己昨天很不快乐，因为你与老板之间有个误会，但是就真的没有快乐而且完全宁静的时候吗？没有一位陌生人问过你，是在哪儿做的如此漂亮的发型吗？你只记得这一天过得很糟，却忘记在这一天当中，仍有很多美好的时光。

快乐就像是一位和蔼、神奇的泰丽阿姨——一位来访者，总会在你最不期望的时候到来，点上一些昂贵的名酒，而后又会消失无踪，留下久散不去的栀子花香，你无法控制她的出现，而只能在她露面时，感谢她；你不能迫使快乐的降临——但当她在你身边时，你却可以确信自己感觉得到她的存在。

当你满腹心事，在屋里来回踱步时，试着去看看在日落时玻

玻璃窗中所映照出的那火一般的城市，听听孩子们在昏暗的光线下打篮球的叫喊声，你会感觉到自己的情绪高涨，而这只因为你转移了注意力。

快乐是一种态度，而不是状态。这种态度在于你清洗百叶窗时听着咏叹调，或收拾衣柜时依然兴致勃勃，快乐是家人围坐在餐桌边吃团圆饭时，快乐就在眼前，而不在某个遥远的承诺——等我们有时间就会……

快乐是一种选择，当她像蓝天中往海上飘去的气球一样出现时，伸手抓住她！

（詹妮 译）

快乐不是自来水

〔美〕迪尼斯·普雷格

一次我以快乐为题演讲，事后，听众中有位女士站起来说：“要是我丈夫也来听就好了。”她说她深爱丈夫，但丈夫老是很不快乐，和他一起生活着实不容易。

这位女士的话，让我想到道理应该是这么讲的：为己为人，要把寻觅快乐当一回事。我告诉她，为了我们的配偶，我们的子女、朋友，我们要尽量快乐。你若不相信我的话，不妨去问问孩子跟不快乐的父母长大是什么滋味；或者问问做父母的，如果他们有一个不快乐的孩子有多痛苦。

我的童年生活并不特别快乐，而且跟大多数少年一样沉溺在自己以为的痛苦中。但有一天我忽然醒悟，其实我是在畏难而取易。要闷闷不乐并不难，那种事不需花心思力气。真正的成就在于尽我所能以求快乐。

很多人想都没想过：快乐是必须去求去找才会有的。我们都以为快乐只是一种感觉，源自碰巧发生在我们身上的好事，而那种好事会不会发生则非我们所能主宰。

但真相刚好相反，快乐主要是由我们支配的，我们应该主动争取，而非被动等待。要有快乐人生，就要克服一些障碍，其中三个障碍是：

多数人都拿自己跟我们以为人生顺利的人比较，有些是亲友，有些是我们其实认识很浅的人。有一次我认识一个年轻人，看来是人生有成、日子过得开心的那种人。他谈起他挚爱的妻女，谈起他在他中意的城市当电台节目主持人，喜不自禁。我记得当时我心里想的是：这家伙就是那种事事顺遂的少数幸运儿。

接着我们谈起电脑的互联网。他告诉我，他感激这世界上有互联网，因为他可以从中查索关于多发性硬化症的资料——他妻子正在饱受此症煎熬。我先前以为他人生没有任何不顺遂的事，此时只觉得自己愚不可及。

局限于“完美”——

几乎每个人都有自己想像中完美的生活。问题当然是很少有人事业与家庭都合乎他们自己想像中的标准。

我个人就是个例子。我出身的家庭没有人离过婚，在我看来婚姻是一生一世的事。因此，我和第一任妻子在结婚五年、儿子出世三年后离异时，我整个人垮掉了，我觉得自己是窝囊废。

后来我再婚，婚后向妻子芬妮坦承摆脱不了自觉家庭生活失败的心头阴影。她问我现在这个家有什么不妥（这时我们的家包括我的儿子和她与前夫生的女儿）。我说，除了与儿子在一起的时间太少之外（我与前妻共同拥有抚养权），现在这一家人倒幸福得很。

“那么你为什么因此而不因此而开心生活？”她问。理当如此。但首先我必须摆脱“完美”家庭的假象。

过分注意缺憾——

破坏快乐的有效方法莫过于对任何事物只集中注意瑕疵，假如望向天花板时只盯着缺了块铺板的那处地方。正如有个秃子对我说的：“每次我走进人多的房间，只会注意到人家没一个是秃头。”

一旦你找出自己缺了哪一块铺板，就要探讨：若重新取得这

块铺板是否真的可以使你快乐。然后你有三个行动选择：去找到这铺板，或用另一块不同的铺板补上，又或者根本不予理会，把注意力放在你生命中没掉的铺板上。

我多年来研究快乐的道理，得到最重要的结论之一是：人的一生遭遇和他会多快乐并无太大关系。稍加细想就明白这个道理很明显。我们都认识一些人，生活颇为顺利，但从根本上来说不快乐；我们也知道有些人吃过不少苦头，却能乐天知命处世。

第一道秘方是感激。快乐的人都存有感激之心，无感激之心的人不会快乐。我们总以为人是因为不快乐才抱怨，其实抱怨可致人不快乐的说法更有道理。

第二，要知道快乐是另一件事情的副产品。明显的快乐源泉是各种使我们生活有目标的活动，例如研究昆虫或打打球。你越是投入你所喜爱的活动，越可体验更多快乐。

最后，应有如下的信念：这世界上有些永恒的事物是超越我们的，而且我们的生存有更重大的意义。这信念会使我们生活更快乐。我们需要精神上或宗教上的信仰，或者秉持自己的人生观。

无论你的的人生观是什么，都该包含这个道理：如果你凡事都从好的方面看，对人生一定有好处；如果你总是往坏处想，日子就难过了。正如你想不想过开心日子一样，这事完全在于你的态度。

我要笑遍世界

〔美〕奥格·曼狄诺

我要笑遍世界。

只有人类才会笑。树木受伤时会流“血”，禽兽会因痛苦和饥饿而哭嚎哀鸣，然而，只有我才具备笑的天赋，可以随时开怀大笑。从今往后，我要培养笑的习惯。

笑有助于消化，笑能减轻压力，笑是长寿的秘方。现在我终于掌握了它。

我要笑遍世界。

我笑自己，因为自视甚高的人往往显得滑稽。千万不能跌进这个精神陷阱。虽说我是造物主最伟大的奇迹，我不也是沧海一粟吗？我真的知道自己从哪里来，到哪里去吗？我现在所关心的事情，十年后看来，不会显得愚蠢吗？为什么我要让现在发生的微不足道的琐事烦扰我？在这漫漫的历史长河中，能留下多少日落的记忆呢？

我要笑遍世界。

当我受到别人的冒犯时，当我遇到不如意的事情时，我只会流泪诅咒，却怎么笑得出来？有一句至理名言，我要反复练习，直到它们深入我的骨髓，让我永远保持良好的心境；这句话，传自远古时代，它们将陪我渡过难关，使我的生活保持平衡。这句至理名言就是：这一切都会过去。

我要笑遍世界。

世上种种到头来都会成为过去。心力衰竭时，我安慰自己，这一切都会过去；当我因成功洋洋得意时，我提醒自己，这一切都会过去；穷困潦倒时，我告诉自己，这一切都会过去；腰缠万贯时，我也告诉自己，这一切都会过去。是的，昔日修筑金字塔的人早已作古，埋在冰冷的石头下面，而金字塔有朝一日，也会埋在沙土下面。如果世上种种终必成空，我又为何对今天的得失斤斤计较？

我要笑遍世界。

我要用笑声点缀今天，我要用歌声照亮黑夜；我不再苦苦寻觅快乐，我要在繁忙的工作中忘记悲伤；我要享受今天的快乐，它不像粮食可以贮藏，更不似美酒越陈越香。我不是为将来而活，今天播种今天收获。

我要笑遍世界。

笑声中，一切都显露本色。我笑自己的失败，它们将化为梦的云彩；我笑自己的成功，它们回复本来面目；我笑邪恶，它们远我而去；我笑善良，它们发扬光大。我要用我的笑容感染别人，虽然我的目的自私，但这确是成功之道，因为皱起的眉头会让顾客弃我而去。

我要笑遍世界。

从今往后，我只因幸福而落泪，因为悲伤、悔恨、挫折的泪水毫无价值，只有微笑可以换来财富，善言可以建起一座城堡。

我不再允许自己因为变得重要、聪明、体面、强大而忘记如何嘲笑自己和周围的一切。在这一点上，我要永远像小孩子一样，因为只有做回小孩子，我才能尊敬别人；尊敬别人，我才不会自以为是。

我要笑遍世界。

只要我能笑，就永远不会贫穷。这也是天赋，我不再浪费它。只有在笑声和快乐中，我才能真正体会到成功的滋味。只有在笑声和欢乐中，我才能享受到劳动的果实。如果不是这样的话，我会失败，因为快乐是提味的美酒佳酿。要想享受成功，必

须先有快乐，而笑声便是那伴娘。

我要快乐。

我要成功。

(安辽 译)

快乐之道

〔英〕罗 素

道德家们常说：快乐靠追求是得不到的。只有用不明智的办法去追求才是这样。蒙特卡洛城的赌徒们追求金钱，但是多数人都把钱输掉，而另外一些追求金钱的办法却常会成功。追求快乐也是一样。如果你要通过喝酒来追求快乐，那就是忘记了酒醉后的不适。伊壁鸠鲁追求快乐的办法是只和志趣相投的人一起生活，同时只吃不涂黄油的面包，节日才加一点乳酪。他的办法在他来说是成功的，但他是个体弱多病的人，而多数人需要的是精力比较充沛。就多数人来说，如果没有其他各种补充办法，这样追求快乐就过于抽象和脱离实际，不适宜作为个人的生活准则。不过，我认为不管你选中什么样的生活准则，除了一些罕见的和英雄人物的例子外，都不应该是和快乐不相容的。

很多人享有快乐的全部物质条件，即健康和充足的收入，可是他们非常不快乐。就这种情况来说，似乎问题出在关于生活的理论不正确。在某种意义上可以说任何关于生活的理论都是不正确的。我们和动物的区别并没有我们想像的那么大，动物是凭冲动生活的，而且只要客观条件有利，就会快乐。如果你有一只猫，它只要有东西吃，感到暖和，有时晚上能得到机会去寻乐，就会很快活。你的需要比你的猫要复杂一些，但还是以本能为基础的。在文明社会中，特别是在讲英语的社会中，这一点很容易被忽视。

人们给自己定下一个最高的目标，凡是不利于实现这个目标的冲动都加以克制。一个商人可能因为想发财以致不惜牺牲健康和爱情。他终于发了财，可是除了苦苦劝人效法他的好榜样，搅得别人心烦外，他并没有得到快乐。很多有钱的贵妇人，尽管自然并未赋予她们任何欣赏文学或艺术的兴趣，却决意要使别人认为她们是有教养的，于是情愿花费很多时间学习怎样谈论某些流行的新书。这些书写出来是要给人以乐趣的，不是可以让人贸然假充内行的。

你只要注意一下周围那些可以认为是快乐的男男女女，就会看出他们有某些共同之处，其中最重要的共同点是：有某件事情常常使他们乐意去做，并且逐渐使他们的某种愿望得以满足。生性喜爱孩子的妇女能够从抚养儿女的工作中得到这种快乐。艺术家、作家和科学家如果对自己的工作感到满意，也能得到这样的快乐。不过，这种快乐的形式有不少是比较平常的。许多在城市里工作的人在周末自愿为他们的庭园作无偿的劳动，到了春天就尽情享受自己创造的美景带来的快乐。

在我看来，整个关于快乐的题目的探讨一向都太严肃了。过去一直有这样的看法：如果没有一种生活的理论或者一种宗教，人是不可能快乐的。也许由于理论不对头以致不快乐的人需要一种较好的理论帮助他们重新快活起来，就像你生过病需要吃补药一样。但是，在情况正常时，一个人应当是不吃补药也会健康，没有理论也会快乐的。真正有关系的是一些简单的事情。如果一个人喜欢他的妻子儿女，工作又很顺利，而且无论白天黑夜，春去秋来，总是感到高兴，则不管他的理论如何，都会是快乐的。另一方面，如果他讨厌自己的妻子，对孩子们的吵闹也觉得受不了，而且害怕上班，如果他白天里盼望夜晚，到了晚上又盼望天明，那么，他需要的就不是一种新的理论，而是重新安排生活——改变饮食习惯，多锻炼身体等等。

人是一种动物，他的快乐取决于生理状况的时候多于他的思想状况。这是个很不高雅的结论，然而我不能不相信。我确信这

一点：不快乐的商人要靠找到新的理论来使自己快乐，还不如每天步行 6 英里更有用。

（汪淑钧 郑昌珏 译）

快乐的期待

〔英〕撒缪尔·约翰逊

最明亮的欢乐火焰大概都是由意外的火花点燃的。人生道路上不时散发出芳香的花朵，也是从偶然落下的种子自然生长起来的。

设计一场欢乐是很难如愿的。如把一些有聪明才智的人士和妙趣横生的幽默家，从遥远的地方邀请来会聚一堂，他们一到便会接受赞赏者的欢呼与喝彩。然而他们面面相觑，沉默吧，心中有愧，说话吧，又有点顾虑；人人都觉得不大自在，终于愤恨起给自己施加痛苦的人了，乃决意对这种毫无价值的欢乐聚会表示冷漠态度。酒，可以燃起人的仇恨，也可以把阴郁变成暴躁，直到最后把大家都弄得不欢而散为止。他们退到一个较为隐蔽的地方去发泄自己的愤慨，但谁知又在那儿被人们注意地听见了，于是他们的重要性又得以恢复，他们的性情也变好了，便用诙谐的言行，使整个夜晚充满喜悦。

快乐总是一种瞬时印象产生的结果。最活跃的想像，有时在忧郁的冷淡影响下，也将会变得呆钝；但在某些特殊场合，又需要诱发心情突破原来的境界，驰骋放纵。这时就用不着什么非凡的巧妙言辞，只消凭借机遇就行了。因此，才智和勇气必定满意地与机遇共享荣誉。

其他种种快乐同样也是不可确知的。心境不佳的补救方法一般就是变换环境；差不多每个人都经历过旅行的快乐，就是这种

快乐使期待得到满足。从理论上说做到这一点，对旅行的人是没有困难的。阴影和阳光由他任意支配，他无论歇于何处，都会遇上丰盛的餐桌和快活的容颜。在出发日期到来以前，他便一直沉溺于这些向往之中。然后他雇了四轮旅行马车，开始朝着幸福的境界前进。

才走几里路，他就得到教训，知道行前是想像得太美了，路上风尘仆仆，天气十分闷热，马跑得慢，赶车的又粗暴野蛮。他多么渴望午餐时刻的到来，以便吃饱了休息，但旅店拥挤不堪，他的吩咐也无人理睬。他只好将令人倒胃口的饭菜狼吞虎咽地吃了下去，然后上车继续赶路，另寻快乐。到了夜晚，他找到一间较为宽敞的住所，但总是比他预期的要坏。

最后他踏上故乡的土地，决意走访故旧谈心消遣，或以回忆青梅竹马的情景为乐事。于是他在一个朋友家门口停下来，打算以出人意料的拜访来得到乐趣。可惜，他要不是自报家门，主人就不认识他了。经过一番解释，主人才记起他来。他自然只能受到冷淡的接待和礼节上的宴请，于是他不得不匆匆告辞，另访一位友人，不料那位朋友又因事外出……后来他又走访了一家，那家人因不幸的事个个愁容满面，甚至都把他视为讨厌的不速之客，好像认为他不是来拜访，而是来奚落他们的。

找到预期要找的人或地方很不容易。凭借幻想和希望绘出美好画景的人，将得不到什么快乐；希望作机智谈话的人，总想知道他的声誉应归功于什么私见。希望虽然常受欺骗，但却非常必要，因为，希望本身就是幸福，尽管它常遭挫折，但这种挫折毕竟不比希望破灭那样可怕。

（张国佐 译）

笑 声

〔尼加拉瓜〕 R. 达里奥

笑声是生活的点缀。笑容可掬的人一般都是身心健康的人。一个孩子的笑声好比一支歌唱童年的乐曲。天真的欢快像一道清澈的瀑布从嗓子里喷腾而出。

冥思苦索的思想家们不笑，因为他们整天和宇宙万物打交道，埋头在一片宁静之中。

强盗和罪犯也不笑，因为在他们那担惊受怕的灰色生活中，充满着凄楚和阴影，内心的恐惧和仇恨像一个黑色的紧箍咒，始终伴随着他们。

骄傲、自负可以微笑；纵欲、暴食、偷盗也可以微笑。妒忌者却不会微笑，他苍白、病态，往往自食其果。他愁眉紧锁，就像拉丁诗人所描绘的一样，他终究要被别人的幸福大山所压倒。

“我们赞美笑声。”

“我们为笑声祝福，因为她使世界摆脱了黑夜。”

“我们赞美笑声，因为她是晨曦，是太阳的光环，是小鸟的啼鸣。”

“我们为笑声祝福，因为她是上帝的宠儿，可爱的玫瑰色娃娃，是他给人间带来了和平和幸福。”

“我们赞美笑声，因为她总爱逗留在蝴蝶的翅膀上，在洒满露珠的麝香石竹的花萼上，在石榴美丽的红色宝石上。”

“我们为笑声祝福，因为她是救世主，是长矛，是盾牌。”

（方瑛 译）

三言两语话快乐

〔捷克〕J. 斯卡采尔

一个人总得偶然有点什么快乐才行，哪怕是不起眼的一点点快乐也好；要不然就会像总也不换水的鱼缸里的小鱼一样，会死去的。可是在日常生活中到哪儿去找到，而不是偷到些快乐呢？在我们的出生证上没有签合同保证这种快乐，也没法花钱买到它。我妈妈常说，最好是别老等着快乐不请自来，而是去给别人以快乐，为别人得到快乐而奉献。她坚决相信，给别人以快乐的好心必得好报。

几年前我到过中国，在那里我证实了妈妈的话是对的。在北京的一座百货大楼里遇到一对年轻的夫妇。丈夫胸前的兜兜里装着一个孩子，还是一个小不点娃娃，瞧他那双往上挑的飞飞眼睛张望着这飞飞世界的样子，真叫人看了高兴，我不禁露出了笑容。后来，我上街了，有个人拽了拽我的后襟。我转身一看，原来是那一对年轻夫妇，他们对我深深地鞠了一躬。那位年轻的爸爸还对我说了些什么，可我没有听懂，我不知所措地也对他们鞠了一躬，他们满意地离我而去。

当我把这件事告诉翻译时，他对我说：这是很平常的事。这对年轻人是来对我表示感谢的，因为他们知道我很喜欢他们的孩子，他们为此而感到非常快乐，我也一样。

为了弄懂妈妈很久以前对我说的话，我竟然得去一趟中国。我感到有点骄傲的是，我还将妈妈的话升华了一步：使别人快

乐，这是一件美好的事；你若不知不觉地产生了这样的效果，那就更更好了。

你有时要是遇上这种好机会，你几乎整天都会感到快乐，这就足够了。

(星灿 译)

略谈“与众不同”

〔捷克〕J. 斯卡采尔

为什么人们这么千篇一律一个样？

这个问题思考起来可要费不少脑筋。假如你使劲琢磨，就会得到答案，因为他们总想与众不同。

要出奇地与众不同！

哲学家们对此所知甚少，裁缝们却全都知道，这是很自然的。要不然他们是没法维持生活的。

每个人都想与众不同，大至搞政治是这样，小至穿裤子也是这样。年轻人穿牛仔裤，为的是有别于他人。因为他们绝对的与众不同，因为谁也不想落后于谁，这种追求个性的结果是制服的一致。在服装领域里称其为“流行”。要新颖的，要与众不同的，要惟我独有的，因为别人也是这么想，到头来我们大家又都一样了。

出奇的一样！

（在服装领域是这样，在思想方面也这样。）

这实在令人不快，肯定叫人厌烦。

绝顶的枯燥无聊。

怎么摆脱这种现象呢？怎样才能从这个为追求与众不同而落得个一模一样的魔圈里钻出来呢？

假如我们再回到服装这个领域来，好好地观察一下，就会发现：那些与我们不一样的大多是那些不去刻意追求异样、切盼与

众不同的人。

要在这个大千世界的街上惹人注目不是一件容易的事，您就是光着脚板丫在大城市的满地痰污的街上走也不管用，您会发现，突然大家都在光着脚走路。

怎么穿得惹人注目，只有惟一的一个处方：去找一件干净衬衣，褐色低帮皮鞋，一条不花哨不起眼的领带，西服上装，梳梳头洗洗脸，也可去买顶礼帽。然后走出家门。

人们虽然不会顾盼，不会停下脚步来，可是您的目的达到了。

您将是不同的，别样的，您将区别于他人，您将默默无闻，但您将彻底与众不同的，因为你保持了本来面目。是个什么样就让它是个什么样。

也许谁也没认识到这一点，正因为如此才有意思哩！

这是从服装领域里举出来的例子，在思想领域里、在政治或者美的艺术领域里，我不敢妄自发表这种经验之谈。我压根儿就没想到过这么谈。

（星灿 译）

无知常乐

〔爱尔兰〕罗伯特·林德

同一个普通的城里人到乡下去走一走，特别是在4月或5月里，那么，对他的无知范围之广阔，就不能不感到惊奇。任何人独自到乡下去走一走，他对于自己的无知范围之广阔，都不能不感到惊奇。成千上万的男男女女，从生到死，一辈子也说不出山毛榉和榆树有什么区别，听不出画眉的叫声和山乌鸦的叫声有什么不同。在一个现代化城市里，能听得出画眉和山乌鸦叫声不同的人，恐怕是凤毛麟角，所以如此，并不是因为这些鸟我们没有见过，而只是因为我们的习焉不察。在我们一生中，鸟类始终就在我们周围，然而我们对于它们的观察总是那样马马虎虎，所以我们当中许多人都说不清掬鸟到底会不会叫，也不知道杜鹃究竟是什么颜色。对于有些问题，我们像小孩子一样争论不休，譬如说，杜鹃在飞着或栖身于树枝间的时候，是否一直不停地鸣叫？而查普曼下面这两行诗的灵感究竟是来自他的想像还是来自他的自然知识？

杜鹃在橡树的绿色怀抱里啾啼，
第一个为人们带来欢欣、美好的春意。

不过，这种无知也并非全然不幸，因为正是由于它，我们才能不断尝到发现的乐趣。只要我们是的的确确地无知，那么每年

大地春回，自然界的每一种事物都会带着它那清新的露珠重新出现在我们面前。如果我们活了半辈子，对于杜鹃除了听过它那飘忽不定的叫声，从来没有见过它是什么模样，那么，一旦看见它因为自己犯了罪而惶惶不安地从这个林子飞逃向那个林子，或是看见它顶着风像老鹰似地停留在半空中，它那长长的尾巴颤动着，不敢落下来，生怕有什么鸟儿藏在那山坡上的枞树林里等着要找它报仇，我们才会觉得大大开心。

有人想着，博物学家整天观察鸟类，大概就不会觉得有什么趣儿了吧？其实大谬不然——他那持续不断的乐趣几乎已经变成一种安详的职业习惯了，不像有人某天早晨突然第一次看见一只杜鹃，不胜雀跃之至，于是，看哪，天地也为之焕然一新了。

说到这儿，甚至连博物学家的快乐在一定程度上也有赖于自己的无知；只有如此，才能给他留出一些新的领域有待他去征服。即使他已经攀登了书本知识的顶峰，他仍会感到自己不过是半通不通，每一个引人注目的细节还必须用自己的亲眼观察来加以一一证实。他盼着能亲眼看到雌杜鹃（这可是个稀罕物儿！）把蛋下到地面上，然后再用尖嘴把它叼进那注定要发生杀婴罪行的窠巢里。因此，博物学家就要戴上望远镜，日复一日地坐在那里等待着亲眼证实或者否定那种认为杜鹃确实是在地面上而非在窠里下蛋的说法。而且，即使他很幸运，能够发现杜鹃下蛋实况——这个在鸟类来说算是极大的秘密，其他一大批有争议的问题还依然存在，就像新的领土有待他去开拓。例如，杜鹃的蛋跟占用的窠里其他鸟的蛋是否总是一样颜色？

自然，科学家没有理由为了自己失去无知而哭泣。如果他们看起来似乎是精通一切的话，那也不过因为你我差不多是一无所知罢了。实际上，当他们要把一件事实的盖子揭开的时候，某种命定的无知就在等待着他们。海妖们向尤利塞斯唱的究竟是什么歌儿？——他们永远不可能知道，正像托马斯·勃朗爵士也不知道一样。

我请杜鹃来做例子以说明普通人的无知，并不是因为我有什

么权威可以对这种鸟儿发发议论。不过，我曾在某个教区暂住，而那年春天从非洲飞来的杜鹃似乎全集合在那个地方，因此我也就有机会了解到我自己以及我所碰见的每一个人对于这种鸟儿的知识是如何地微不足道。

但是，你我的无知并不仅限于杜鹃这一个方面。它涉及宇宙万物，从太阳、月亮一直到花卉的名字。有一天，我听见一位聪明伶俐的太太提出了这样一个问题：新月是不是总在星期几露面？她接着又说：不知道倒好，正因为人不知道在什么时候、在天空的哪一带能看见它，新月一出现才给人带来一场惊喜。然而我想，哪怕人把月亮盈亏时间表记得再熟，看见新月出现还是不免又惊又喜。春回大地，花开花落，也莫不如此。尽管我们对一年四季草木节令了如指掌，知道樱草开花在3月、4月而不是在10月，不过看见一株早开花的樱草，我们还是照样地高兴。另外，我们知道苹果树先开花，后结果，可是5月一旦到来，果园里一片欢闹的花海，我们不是仍然惊为奇观吗？

倘在每年春天，把许多花卉之名重温一遍，还另有一番风味。那就像把一本差不多忘得干干净净的书再重新念一遍。蒙田说过，他的记忆力很坏，所以他随时都能拿起一本旧书，像从未读过的新书一样地念。我自己的记忆力也是漏洞百出、不听使唤。我甚至能拿起《哈姆雷特》和《匹克威克外传》，当做是初登文坛的新作家刚刚印成白纸黑字的作品来念，因为自从上回念过以后，这两部书在我脑子里的印象已经模模糊糊了。这样的记忆力，在某些场合自然叫人伤脑筋，尤其当人渴望精确的时候。不过，在这种时候，人不仅想得到娱乐，还追求着什么目的。如果只讲享受的话，记忆力坏比记忆力好究竟差到哪里去？还真是大可怀疑哩！记忆力坏的人可以一辈子不断地念普卢塔克的《英雄传》和《天方夜谭》，而永远感到新鲜。很可能，最坏的记忆力也难免粘粘连连地留下一星半点的印象，恰如一只只绵羊从篱笆洞里接连接通，总不免在那刺条上留下一丝半缕的羊毛。然而，绵羊终归逃出去了，正像伟大的作家从我们不争气的记忆中

消失，所留下的东西简直微不足道。

既然读过的书我们可以忘得一干二净，那么一年 12 个月以及每个月的风物，一旦时过境迁，我们同样可以轻而易举地把它忘在脑后。在某个短暂时刻，我可以说自己对于 5 月就像对于乘法表那样熟悉，关于 5 月里的花木、开花时间乃至于前后次序，我能通过考试。今天，我就敢肯定金凤花有五瓣（难道是六瓣吗？上个礼拜我还记得清清楚楚来着）。可是，到了明年，我也许连算术也忘个干干净净；我得从头学起，以免把金凤花误认成白屈菜。那时，我像一个陌生者进入大花园，放眼四望，五色缤纷的原野再一次使我目不暇接，心迷神醉。那时，我也许要对这么一个问题拿不定主意，就是：认为雨燕（那种简直像大号小燕子，又和蜂鸟沾点儿亲戚的黑鸟儿）从来不在窠里歇着，一到夜里就飞向高高的天空，到底是一种科学论断，还是一种无知妄说？当我知道了会唱歌的并不是雌杜鹃，而是雄杜鹃，我还要再次感到惊讶。我得重新学习，以免把剪秋罗当做野天竺葵；还要去重新发现白杨在树木生长的过程中究竟算是早成材还是晚成材？

某天，一个外国人问一位当代英国小说家，英国最重要的农作物是什么。他毫不犹豫地回答：“裸麦。”在我看来，这是带着一种堂而皇之派头的彻头彻尾的无知；不过，大大无知的也包括那些没有文化的人。普通人只会使用电话，却无法解释电话的工作原理。他把电话、火车、铸造排字机、飞机都看做当然之事，就像我们的祖父一代把福音书里的奇迹故事视为理所当然一样。对于这些事，他既不去怀疑，也不去了解。我们每个人似乎只对很小范围内的某几件事才真正下工夫去了解、弄清楚。大部分人把日常工作以外的一切知识统统当做花哨无用的玩意儿。

然而，对于我们的无知，我们还是时时抗拒着。我们有时振作起来，进行思索。我们随便找一个什么题目，对之思考，甚至入迷——关于死后的生命，或者关于某些据说亚里士多德也感到大惑不解的问题，例如：“打喷嚏，从中午到子夜则吉，从夜晚

至中午则凶，其故安在？”

为求知识而陷入无知，这是人类所欣赏的最大乐事之一。归根结底，无知的极大乐趣即在于提出问题。一个人，如果失去了这种提问的乐趣，或者把它换成了教条的答案，并且以此为乐，那么，他的头脑已经开始僵化了。我们羡慕像裘伊特这样勤学好问之人，他到了 60 多岁居然还能坐下来研究生理学。我们多数人不到他这么大的岁数就早已丧失了自己无知的感觉了。我们甚至像松鼠似的对于自己小小的知识储存感到沾沾自喜，把与日俱增的年龄看做是培养无所不知的天然学堂。我们忘记了：苏格拉底之所以以智慧名垂后世，并非因为他无所不知，而是因为他到了 70 岁高龄还能明白自己仍然一无所知。

（刘炳善 译）

平 静

〔美〕戴尔·卡耐基

我相信，我们内心的平静和我们在生活中所获得的快乐，并不在于我们身处何方，也不在于我们拥有什么，更不在于我们是怎样的一个人，而只在于我们的心灵所达到的境界。在这里，外界的因素与此并无多大的关系。

大约 300 年前，当弥尔顿双目失明后，他就发现了这一真理：“思想运用以及思想本身，能将地狱变为天堂，亦或将天堂变为地狱。”

以拿破仑和海伦·凯勒的生平为例，就可以证明弥尔顿的话是何等的正确：拿破仑拥有了一般人梦寐以求的一切——荣耀、权力、财富等等，然而他却对圣海琳娜说：“在我的一生中，从来没有过快乐的日子。”而海伦·凯勒是个又盲又聋又哑的残疾人，可她却说：“生活是多么美好啊！”

我活了 50 多岁，如果问我在生活中学到了什么的话，那么，我的回答就是：“除了你自己，没有任何人和任何事物可以给你带来平静。”

（效轩 译）

放手

〔新加坡〕孙爱玲

凡人对事对人不放手，就只有苦！

抓什么呢？

有个病人在临死之前异常痛苦，一手抓住床沿铁栏，一手抓住好友，指甲掐入对方肉中。好友见他如此痛苦，劝他：“你为什么要抓住生命呢？你放手吧，让它去，就好过，就舒服了，我在你身边，看着你，爱你。”

他听了宽心了，放心了，一放手，果然就解脱了。

然而这世界的人没有不抓点什么的，不抓点什么的就不是人，这世界也就不成世界了。

于是乎抓房屋、抓股票、抓丈夫、抓孩子、抓时间、抓金钱、抓欲望、抓梦想，抓得世界五彩缤纷。

如果上帝造人，不将人类的手指拢向手心，这人类也就没有这么精彩的人生了。

鸭掌不能抓，嘴里只有呱呱呱！

而人的生命痛苦，也因为抓不到、抓不稳、抓不来而苦痛，活该的！

这抓的意念和抓的动作不同，往往那抓的意念更磨人、伤人，更困己、害己，常越陷越深而不能自拔，什么时候肯罢休？往往到伤害了自己才放手。

有两个小孩，一个手上抓了个球，另一个也要，一手抓过 221

去，对方不给，他拳头如雨般捶擂下来。

许多时候我们如这小孩，不肯放手，宁愿被人没头没脑乱打，还紧抓不放，其实不过为了个球罢了。你或许说，那球是我的，没理由给他。你为什么一定要那个球呢？不要它不就没事了吗。只要意念说：“我不要了，我放手。”

管它谁拾去，反正我不要。

当你放手的那一刻，你就找回自己！

生活是美好的

——对企图自杀者进一言

〔俄〕契诃夫

生活是极不愉快的玩笑，不过要使它美好却也不很难。为了做到这点，光是中头彩赢了 20 万卢布、得了“白鹰”勋章、娶个漂亮女人、以好人出名，还是不够的——这些福分都是无常的，而且很容易习惯。为了不断地感到幸福，甚至在苦恼和愁闷的时候也感到幸福，那就需要：一，善于满足现状；二，很高兴地感到：“事情原来可能更糟呢”，这是不难的。

要是火柴在你的衣袋里燃起来了，那你应当高兴，而且感谢上苍：多亏你的衣袋不是火药库。

要是穷亲戚上别墅来找你，那你不要脸色发白，而要喜气洋洋地叫道：挺好，幸亏来的不是警察！

要是你的手指头扎了一根刺，那你应当高兴：挺好，多亏这根刺不是扎在眼睛里！

如果你的妻子或者小姨练钢琴，那你不要发脾气，而要感谢这份福气：你是在听音乐，而不是听狼嚎或者猫的音乐会。

你该高兴，因为你不是拉长途马车的马，不是寇克的“小点”^①，不是旋毛虫，不是猪，不是驴，不是茨冈人牵的熊，不是臭虫……你要高兴，因为眼下你没有坐在被告席上，也没有看

① 寇克是 19 世纪德国细菌学家，“小点”指细菌。

见债主在你面前，更没有主笔土尔巴谈稿费问题。

如果你不是住在边远的地方，那你一想到命运总算没有把你送到边远的地方去，你岂不觉着幸福？

要是你有一颗牙痛起来，那你就该高兴：幸亏不是满口的牙痛起来。

你该高兴，因为你居然可以不必读《公民报》，不必坐在垃圾车上，不必一下子跟三个人结婚……

要是你给送到警察局去了，那就该乐得跳起来：因为多亏没有把你送到地狱的大火里去。

要是你挨了一顿桦木棍子的打，那就该蹦蹦跳跳，叫道：我多么运气，人家总算没有拿带刺的棒子打我！

要是你的妻子对你变了心，那就该高兴，多亏她背叛的是你，不是国家。

依此类推……朋友，照着我的劝告去做吧，你的生活就会欢乐无穷了。

(汝龙 译)

不能草率

〔日〕堀秀彦

如果对现代人说你活得太草率了，他恐怕会勃然大怒。他会告诉你，他每天很勤奋地工作，星期天帮助老婆做家务，还要教育子女，还要储蓄，怎么会活得草率？

这话没错。不过，只是有规律地处理每天发生的事情，难道就叫做生活？在这样的生活里，你能感觉到真正的快乐吗？

说句抽象的话，假如你无法感觉到生活的快乐，就是活得太草率了。

（小竹 译）

悠 闲

〔英〕V. 李

我们通常不走进别人的房间，说声：“噢！这才是人们感到宁静的地方！”我们通常不期望去分享一座古宅的安宁，比如说，在僻静郊区的一座古宅，周围是结着鲜红果实的树，雪松半掩住窗；或者某座修道院，门廊前面依稀可见搭起支架的橘树。但在那整洁宽敞、精心装饰的房里，或在那座修道院里，绝无宁静可以分享，最多只能勉强过日子。这是因为我们不明了别人生活中的苦闷和烦恼，而对自己生活里的些微不便却很敏感；在这些问题上，我们自己的眼睛容不得一粒泥沙，而对邻人遭受的灾难却视而不见，麻木不仁。

悠闲得以我们切身的感受为证，因为它不只是时间的因素，往往指某种特别的心境。我们所说的空闲时间，实际上是指我们感到闲适的时候。什么是闲适？感受它远比说明它更难。这与无所事事或游手闲逛无关，尽管我们明白，它的确牵涉到自由支配时间的概念。等候在律师的客厅里可谓空闲的时刻，却无闲适之感；同样，我们在火车站换车，即使等上两三个小时，也享受不了那份清福。这两种情形，我们都不会感到安宁自在——在这种场合能安心读报、学习或回味往日在海外的游历，那是十分罕见的。这时，我们心里总是烦躁不安，毛焦火辣，仿佛有什么东西在那儿作祟，就像我们在童年时不住地用脚去踢那慢吞吞的三轮车的软垫。

悠闲意味着不仅有充裕的时间，而且有充沛的愉快度时的精力（不懂得这个道理，会感到百无聊赖）。同时，要真正领略到悠闲的滋味，必须从事优雅得体的活动，因为悠闲所要求的活动是发自内心的自然冲动，而非出自勉强需要，像舞蹈家起舞或滑冰者滑动，为了合着内在的节奏；而不像扶犁耕地或听差跑腿，为了得到报偿。正是这个缘故，一切悠闲皆是艺术。

但这是一个难办的问题。时光，啊——何其疾速！我们必须结束这段闲话，各自行动起来才不枉费光阴——惟愿别登上它单调的车轮！这样，我们愈是感到工作的乐趣就愈少尝到无聊的滋味，如果碰巧我们的工作很有意义。唉，可惜我们今天的工作常常无益。让我们乞求那位白胡须的老人^①吧，请他赐予我们闲暇，并给予使用它的快活精力。圣者，请为我们祈祷！

（陈蜀之 译）

^① 指圣杰罗姆，他曾把《圣经》译成拉丁文，被视为悠闲的保护神。

体 与 脑

〔黎巴嫩〕A. 雷哈尼

在我们经常说的谚语中有这样一句：“健全的头脑基于健全的体魄。”这句话就好像是一句天后的经文了。在把这句话当做基础和口号的现代各种复兴运动中，有一种体育和奥林匹克运动的复兴——这个时代各个民族正为它而发狂，他们把体育比赛的重要性看得不亚于国防。

在这方面是有某些道理的。因为健康有力的青年，是体育和运动的产儿。体育运动使他们的体魄强健，神经灵活，给他们勇敢、胆量，让他们热衷冒险。这些青年是国防事业物质力量的源泉，是海陆空三军的中坚。

不过还有另外一些道理。那些在体育运动上出类拔萃的人，他们的智力总的来说，未必高于那些除了名字之外对球类一窍不通、和除了简单跳跃外不擅长任何运动的人的智力。

我们看到，体育运动并不对头脑有很多益处。它并不能增加它的智力或聪明，不能让它经常保持健全，至少不能让它克服疾病。

我们看到很多热衷于体育运动，在这方面达到荣誉顶峰的人，他们患上了心脏病，或者肺病，年轻轻地就死去了。与此同时，很多科学和艺术上的卓越人物，他们患上了慢性病却活得很长久，身体虚弱，多种疾病，并未影响到他们的智力健全。健全的头脑并不多地获益于发达四肢的弹性力量。

不错，适中的体育锻炼会增进人体的免疫力，从而抵御某些疾病。康妮·贝克说：头脑是身体的一部分。注意不要沉溺于逻辑推理，因为某些疯人也有野人般的健康和巨人般的力量。

因此，不要以为跑步、跳跃、打网球、踢足球，就可以增加脑力，或者改善大脑皮层。如果你想让你的头脑像你的肌体那样坚强有力、富有弹性，那你就不要仅仅满足于体育锻炼。相反，你应该训练你的头脑，就像训练你的神经和肌肉那样。你应通过阅读、审视、思考来训练它，通过文学和科学讨论，通过你的研究和开掘的课题去训练它。你应重视这个题目的发展和传播，就像重视网球或乒乓球比赛那样。

最好的智力锻炼是你阅读和思考有益的书。你思考它包含的理论、真理和教诲。使你的头脑习惯于思考吧——行走、跑步、跳跃就在思考中——正如让你的脚习惯于踢球，或者让你的手习惯于射箭或打网球。

肌体和头脑这两种力的锋利和弹性是多么好啊！这两种力的平衡是多么好啊！

（伊宏 译）

让思想插上自由的翅膀

生命是一场球赛，最好的球队也有丢分的纪录，最差的球队也有辉煌的一天。我们的目标是尽可能让自己得到的多于失去的。

——〔美〕哈罗德·库辛

伟大的渴望

〔德〕尼 采

哦，我的灵魂哟，我已教你说“今天”、“有一次”、“先前”，也教你在一切“这”和“那”和“彼”之上跳着你自己的节奏。

哦，你的灵魂哟，我在一切僻静的角落救你出来，我刷去了你身上的尘土，和蜘蛛，和黄昏的暗影。

哦，我的灵魂哟，我洗却了你的琐屑的耻辱和鄙陋的道德，我劝你赤裸昂立于太阳之前。

我以名为“心”的暴风雨猛吹在你的汹涌的海上；我吹散了大海上的一切云雾；我甚至于绞杀了名为罪恶的绞杀者。

哦，我的灵魂哟，我给你这权利如同暴风雨一样地说着“否”，如同澄清的苍天一样地说着“是”；现在你如同光一样的宁静，站立，并迎着否定的暴风雨走去。

哦，我的灵魂哟，我恢复了你在创造与非创造以上之自由；并且谁如同你一样知道了未来的贪欲？

哦，我的灵魂哟，我教你侮蔑，那不是如同虫蛙一样的侮蔑，乃是伟大的，大爱的侮蔑，那种侮蔑，是他最爱之处的侮蔑。

哦，我的灵魂哟，我被你如是说屈服，所以即使顽石也被你说服；如同太阳一样，太阳说服大海趋向太阳的高迈。

哦，我的灵魂哟，我夺去了你的屈服，和叩头，和投降；我自己给你以这名称“需要之枢纽”和“命运”。

哦，我的灵魂哟，我已给你以新名称和光辉灿烂的玩具，我叫你为“命运”为“循环之循环”为“时间之中心”为“蔚蓝的钟”！

哦，我的灵魂哟，我给你一切智慧的饮料，一切新酒，一切记不清年代的智慧之烈酒。

哦，我的灵魂哟，我倾泻一切的太阳，一切的夜，一切的沉默和一切的渴望在你身上——于是我见你繁茂如同葡萄藤。

哦，我的灵魂哟，现在你生长起来，丰富而沉重，如同长满了甜熟的葡萄的葡萄藤！为幸福所充满，你在过盛的丰裕中期待，但仍愧报于你的期待。

哦，我的灵魂哟，再没有比你更仁爱，更丰满，和更博大的灵魂！过去和未来之交汇，还有比你更切近的地方吗？

哦，我的灵魂哟，我已给你一切，现在我的两手已空无一物！现在你微笑而忧郁地对我说：“我们中谁当受感谢呢？”

给与者不是因为接受者已接受而应感谢的吗？赠予不就是一种需要吗？接受不就是慈悲吗？

哦，我的灵魂哟，我懂得了你的忧郁之微笑：现在你的过盛的丰裕张开了渴望的两手了！

你的富裕眺望着暴怒的大海，寻觅而且期待；过盛的丰裕之渴望从你的眼光之微笑的天空中眺望！

真的，哦，我的灵魂哟，谁能看见你的微笑而不流泪？在你的过盛的慈爱的微笑中，天使们也会流泪。

你的慈爱，你的过盛的慈爱，不会悲哀，也不啜泣；哦，我的灵魂哟，但你的微笑，渴望着眼泪，你的微颤的嘴唇渴望着呜咽。

“一切的啜泣不都是怀怨吗？一切的怀怨不都是控诉吗！”你如是对自己说；哦，我的灵魂哟，因此你宁肯微笑而不倾泻你的悲哀——

不在迸涌的眼泪中倾泻所有关于你的丰满之悲哀，所有关于葡萄的收获者和收获刀之渴望！

哦，我的灵魂哟！你不啜泣，也不在眼泪之中倾泻你的紫色的悲哀，甚至于你不能不唱歌！看哪！我自己笑了，我对你说着这预言：

你不能不高声地唱歌，直到一切大海都平静而倾听着你的渴望——直到，在平静而渴望的海上，小舟漂动了，这金色的奇迹，在金光的周围一切善恶和奇异的东西跳跃着——一切大动物和小动物和一切有着轻捷的奇异的足可以在蓝绒色的海上跳跃着。直到他们都向着金色的奇迹，这自由意志之小舟及其支配者！但这个支配者就是收获葡萄者，他持着金刚石的收获刀期待着。

哦，我的灵魂哟，这无名者就是你的伟大的救济者，只有未来之歌才能最先发现了他的名字！真的，你的呼吸已经有着未来之歌的芳香了。

你已经在炽热而梦想，你已经焦渴地饮着一切幽深的，回响的，安慰之泉水，你的忧郁已经憩息在未来之歌的祝福里！

哦，我的灵魂哟，现在我给你一切，甚至于我的最后的。

我给你，我的两手已空无一物；看哪，我吩咐你歌唱，那就是我所有的最后的赠礼。

我吩咐你唱歌——现在说吧，我们两人谁当受感谢？但最好还是为我唱歌，哦，我的灵魂哟，为我唱歌，让我感谢你吧！

查拉斯图拉如是说。

（尹溟 译）

启 示

〔黎巴嫩〕纪伯伦

夜渐渐深沉，睡眠把它的斗篷覆盖在大地的脸上。

这时我离开了我的眠床，去寻找大海，我同我自己说：

“大海永不睡眠，大海的清醒不眠给失眠的灵魂带来安慰。”

我到达海滨的时候，大雾已经从山顶上降落下来，遮盖着世界，就像面纱装饰着少女的脸。

我站在海滨凝望着波涛，谛听着涛声，思索着藏在波涛后面的力量——

这力量与风暴一起奔腾，与火山一起咆哮，与嫣然的花朵一起微笑，与潺潺的溪流一起奏乐。

过了一会儿，我转过身来，嗨，我瞧见三个人影儿在附近的一块岩石上，我看到雾霭掩着他们，可又遮掩不了。

被某种我不知道的力量所吸引，我慢慢地向他们所坐的岩石走去。

我站在离岩石几步路的地方，凝望着他们。。

因为那儿有一种魔力，它使我的目的明朗化具体化了，并且触动了我的幻想。

这时候三个人影儿中有一个站起来了，他用一种在我听起来像是发自大海深处的声音说道：

“没有爱情的生命像是没有花或果的树，而没有美的爱情就像是没有芳香的花，没有种子的果。”生命、爱情、美，三者统

一于一个自我，自由自在，无穷无限，既不知变化，又不会分离。”

他说罢就重新坐在他的位置上。

于是第二个站起来了，用一种像是激流奔腾澎湃的声音说道：

“没有反抗的生命像是没有春天的季节。而没有正义的反抗就像是春天埋在干旱荒芜的沙漠。生命、反抗、正义，三者统一于一个自我，其中既无变化，又无分离。”

他说罢就重新坐在他的位置上。

然后第三个站起来了，用像是雷鸣隆隆的声音说道：

“没有自由的生命像是没有心灵的肉体，而没有思想的自由就像是混淆是非黑白的心灵。生命、自由、思想，三者统一于一个永恒的自我，既不消失，又不化为乌有。”

接着，三个人都站了起来，用庄重威严的声音说道：

“爱情和爱情所产生的一切，反抗和反抗所创造的一切，自由和自由所孕育的一切，这三者是神祇的三个方面……而神祇乃是有限的和有意识的世界之无穷无尽的心灵。”

随之而来的是寂静，寂静中充满了看不见的翅膀的振动以及缥缈的身体的颤栗。

我闭上了眼睛，静听着我所听见的格言的回声。

当我睁开眼睛的时候，我只看见大海藏在一条雾霭毛毯之下。

我向岩石走近去。

我只看见一炷香冉冉升向天空。

我的灵魂

〔黎巴嫩〕纪伯伦

我的灵魂同我说话，劝导我爱别人憎恨的一切，劝导我同别人所诽谤的人们友好相处；

我的灵魂劝导我启发我：爱不仅使爱者尊严高贵，而且使被爱者尊严高贵；

我的灵魂劝导教育我洞察那被形式和色彩所遮盖的美，我的灵魂责令我目不转睛地注视着那被认为丑的一切事物，直到我看出美来；

我的灵魂劝导责令我寻求那看不见的事物，向我启示：我们掌握在手里的，便是我们的欲望所追求的；

我的灵魂劝导我，忠告我用这句格言衡量时间：“有过一个昨天，并且行将有一个明天。”在短促的现在里，一切时间以及时间中的一切，都完成了，实现了；

我的灵魂劝导我，告诫我：不要因为过分称赞而得意洋洋，不要因为害怕责备而苦恼万分。如今我懂得了这个道理：树木春天开花，夏天结果，秋天落叶，冬天光秃秃——它既不得意洋洋，又不害怕羞臊；

我的灵魂劝导我，使我确信：我不比侏儒高大，也不比巨人矮小。制造我的尘土，必是用以创造众人的同一尘土。我的种种元素就是他们的种种元素。我内在的自我也就是他们内在的自我。我的奋斗就是他们的奋斗，而他们的经历便是我自己的经

历；

.....

我的兄弟，我的灵魂劝导我，我的灵魂启发我。而你的灵魂，也时常劝导启发你。因为你像我一样，我们之间并无区别，所不同的，不过是我把在自己沉默时听到的内心里的东西，用语言表达出来罢了。而你，却守卫着你内心的东西——你守得很牢，正如我说的很多一样。

(吴岩 译)

完 美

〔黎巴嫩〕纪伯伦

兄弟，你问我：人，什么时候才能变得完美？请听我的回答：

一个人渐臻完美的时候，会感到自己是广阔无垠的宇宙，是浩渺无边的大海，是始终在燃烧的烈火，是永远璀璨夺目的光焰，是时而呼啸、时而静默的大风，是裹挟着电闪、雷鸣、滂沱大雨的云彩，是浅吟悄唱或如泣如诉的溪流，是春天繁花满枝、秋天卸妆的树木，是高耸的峰峦，是深沉的山谷，是有时丰硕富庶、有时荒芜萧索的田园。

倘若这个人感觉到这一切，那他已走完了完美道路的一半。如果他要达到完美道路的尽头，他还应当在内省的时候感到自己是依恋慈母的儿童，是对子嗣负有责任的长者，是正在希望和爱情中彷徨的青年，是正在同过去和未来进行搏斗的中年人，是幽居茅舍的隐士，是身陷囹圄的罪人，是埋头于书稿的学者，是黑夜白昼均无所见的愚人，是置身在信念的鲜花和孤寂的蒺藜之间的修女，是一个正受着利爪和獠牙的撕咬、软弱而怀有需求的娼妓，是满怀痛苦、逆来顺受的穷汉，是贪得无厌却又谦恭备至的富翁，是好在暮霭和朝霞之中徘徊的诗人。

倘若这个人有了上述的体验，明白了这全部的事理，那他就达到了完美，会成为上帝的一个孩子。

向完美的呼唤

〔英〕汤姆·琼斯

为了实现崇高的完美，我们发出了声声呼唤。

首先呼唤你，天才——

你是上苍的赐予，没有你的扶助，我们将逆流而行，苦苦挣扎，徒劳无获。你播撒良种，引艺术之泉将它滋润，使之茁壮完美。天才啊，请以你的善良携起我的手，领我穿越自然界曲折回环的迷宫，让我洞穿凡人不可领略的全部奥秘。给我以训导吧，天才，让我借你的智慧之光清晰地认识人类。人们的思想常常被迷雾所遮掩，对骗人的伎俩表示崇拜，而对欺诈又表示鄙弃，实际上，人们是自欺欺人，应当嘲笑的是他们自己。拂开这层迷雾吧——自欺伪装成智慧，贪婪假扮为富有，野心冒充为光荣。剥掉它们浅薄的伪装吧！你曾经启迪过阿里斯托芬，启迪过塞万提斯、莎士比亚，也请你赐予我你的光芒吧！使我双眼明亮，知道所谓善良便是只讪笑愚蠢，所谓惭愧便是为自己的愚蠢而生悲。

其次是呼唤你，人道——

你与真正的天才几乎永远相随。把你全部仁慈之心赐给我们吧。你是永不枯竭的源泉，浇灌着高贵纯真的友谊、美丽动人的爱情、宽宏大量的气度、真诚热烈的感激、纤细温柔的同情、坦率无私的忠告。你赋予善良以热烈的力量，能使人热泪盈眶或羞惭赧颜，或者使人们心中翻腾起哀伤、欢乐与慈悲的波澜。

再者是呼唤你，知识——

没有你的滋养，天才之树将凋零枯萎。知识啊，请你降临到我的笔端吧！从少不更事的幼年，我便对你顶礼膜拜。我欲以我的虔诚之心，向你表达我执著的追求。来吧，从你那无边无际、丰饶富足、逐年堆积起来的宝库中，倾泻出你灿烂辉煌的财富吧！无论你宝库的大门上镌刻的是何种文字，都请你把开启的钥匙暂且先交给我吧！

最后我呼唤你，经验——

你向来与智者、仁人、学问家和绅士为伍。不，你不仅同他们为伍！你与形形色色的人结交相识，从官员到士兵，从公爵夫人到民妇。人类要想认识自己，惟有通过你铺展的道路。而那些幽居于书斋深宅的学究们，无论有多么高的天赋、多么渊博的学识，都无法真切地感知到人类的性格。

（筱逸 译）

不必完美

〔美〕戴维·波恩斯

成功，是每一个追求者向往的目标。在这个目标的牵引下，人能够被激励、鞭策，奋发向上，向美好的目标挺进。然而，如果脱离客观现实，为自己设置的目标可望而不可及，那么，结果往往是使自己压抑、忧愁和失望。

在现实生活中，完美主义者要比那些非完美主义者承受更大的精神压力，他们的生活会充满担心失败的焦虑和忧愁，不敢冒险，患得患失。结果，他们并没有得到所期望的成功。

我所说的“完美主义者”是指什么呢？它并不包括那些为美好的理想执著追求的人们。没有客观的目标与科学的态度，成功是难以实现的。完美主义者是这样一些人，他们为自己设置不可能达到的目标，强迫自己去实现，并用他们的成就去衡量自身的价值。结果，他们总是为担心失败而惴惴不安。

最近，一位终日消沉的历史学家说：“如果我没有我的完美主义，那我只是一个平平庸庸的人。谁愿空活百岁而碌碌无为呢？”他把完美主义看做自己为取得成功必须付出的代价。他相信实现完美是他达到理想高度的惟一途径。可是实际情况怎样呢？他对失败的恐惧使他如履薄冰，工作效率远不如他的同事。

完美主义者也可能会获得一些成功，但成功的到来并不是因为有了这些完美的标准。这个结论显然会使大部分完美主义者感到震惊。研究表明，强迫性的完美主义不利于人的心理健康，而

且会导致自我挫败，工作效率、人际关系、自尊心都会受到损害。

为什么完美主义者情绪紊乱、工作效率低呢？原因之一是他们以歪曲的、非逻辑的思想方法看待生活。

也许，在完美主义者中最普遍的思想方法是“要么全有，要么全无”。

另一种畸形的思想方法是，相信消极的事情会重复出现。这些人总以为：“我永远也做不好这件事。”他们不是从失败中获得经验，而是被动地吸取反面教训。“我本不该做这事。”“我决不再做了！”从而使他们产生挫败心理和负罪感而不能自拔。例如减肥，他为自己制定了严格控制饮食的要求，只要他实行计划，就自鸣得意，这是所谓“圣人阶段”。一旦偶尔贪嘴，稍微破例，就进入“罪人阶段”。一位完美主义者吃了一匙冰淇淋，就为“失败”搅得坐立不安，最后竟大开吃戒，把一夸脱冰淇淋吃得干干净净。

另外，在人际关系中，许多完美主义者感到孤独。因为他们害怕自己的意见不被采纳，使自己的完美形象受到影响。他们为自己的言行辩解，对别人却指指点点，评头论足。这样常常伤害别人，影响同事、朋友之间的关系，导致他们陷入最担心的孤独境地。

在人的一生中，取得最佳成就可能只有一次。所以，把它作为每一件成功的标准，怎能实现呢？相反，如果你的目标客观而又现实，你会常常感到轻松愉快，自然而然地感觉到自己富有创造性，工作效率卓著，因而充满自信。当然，我并不是提倡松懈、懒散，但是，当你为自己远大的目标切实地奋斗的时候，你就会发现，你干得多么出色！

如果你是个强迫性的完美主义者，你就会老是看到自己各方面的缺点、毛病。有一个简单的方法可能会帮助你扭转这个局面：把每天自己所做过的事列举出来。这个做法看起来有点可笑，但只要坚持两个星期，你就会发现你开始把注意力集中到生

活的积极因素上去了，为此你会感到振奋不已。

另一个有效方法是，抛弃那种“要么全有，要么全无”的思想方法。看看你身边的人和事，问问自己，世界上有多少事情可以列入这个思维范畴之中。你看这墙壁洁白无瑕吗？你最崇拜的电影明星的外貌真是那么无可挑剔吗？你认识的某个人一生都充满自信吗？你会发现，世界上没有一件事尽善尽美。每一个人，每一种思想，每一件艺术品，每一种理论，都是如此。“要么全有，要么全无”的绝对化思想方法，完全是一种自我挫伤的方法。

切记，完美主义者的背后总是潜藏着恐惧。奉行完美主义，可能使你一时获得某些小成就，或使你免受大的挫折或失败。但是，它限制你的前进，剥夺你勇于进取、甜美生活的权利和机会。让自己获得作为一个正常人应有的生活权力，你就会成为一个更幸福的人，更有用的人！

（华之明 译）

你不必完美

〔美〕哈罗德·库辛

我们当然应该努力做到最好，但人是无法要求完美的。我们面对的情况如此复杂，以致无人能始终都不出错。

好几次，当我必须告诉我的孩子们我在某件事上做错了时，我多害怕他们不再爱戴我。但我非常惊奇地发现，他们因为我愿意承认自己的错误而更爱我。比较起来，他们更需要我诚实、正直。

然而，有时人们并不能正确对待自己的过失。也许我们的父母期望我们完美无瑕；也许我们的朋友常念叨我们的缺点，因为他们希望我们能够改正。而他们难以谅解的是因为我们的过失总在他们最脆弱的时候触痛了他们的心。

这让我们感到负疚。但在承担过错之前，我们必须问问自己，那是否真是我们应背负的包袱。

我是从一个童话中得到启示的。一个被劈去了一小片的圆想要找回一个完整的自己，到处寻找自己的碎片。由于它是不完整的，滚动得非常慢，从而领略了沿途美丽的鲜花，它和虫子们聊天，它充分地感受到阳光的温暖。它找到许多不同的碎片，但它们都不是原来的那一块，于是它坚持着找寻……直到有一天，它实现了自己的心愿。然而，作为一个完美无缺的圆，它滚动得太快了，错过了花开时节，忽略了虫子。当它意识到这一切时，它毅然舍弃了历尽千辛万苦才找回的碎片。

这个故事告诉我们：也许正是失去，才令我们完整。一个完美的人，在某种意义上说，是一个可怜的人，他永远无法体会有所追求、有所希冀的感觉，他永远无法体会爱他的人带给他某些他一直求而不得的东西的喜悦。

一个有勇气放弃他无法实现的梦想的人是完整的；一个能坚强地面对失去亲人的悲痛的人是完整的——因为他们经历了最坏的遭遇，却成功地抵御了这种冲击。

生命不是上帝用来捕捉你的错误的陷阱。你不会因为一个错误而成为不合格的人。生命是一场球赛，最好的球队也有丢分的纪录，最差的球队也有辉煌的一天。我们的目标是尽可能让自己得到的多于失去的。

当我们接受人的不完美时，当我们能为生命的继续运转而心存感激时，我们就能成就完整，而别的人却渴求完整——当他们为完美而困惑的时候。

如果我们能勇敢地去爱、去原谅，为别人的幸福而慷慨地表达我们的欣慰，理智地珍惜环绕自己的爱，那么，我们就能得到别生命所不曾获得的圆满。

（钟粤丹 译）

沉 思

〔印度〕泰戈尔

我们只有通过沉思，才能认识最高深的真理，当我们的意识完全沉浸在沉思之中的时候，我们就会明白，那不仅是一种获得，而且是我们与它的合一。

因此，只有通过沉思，让我们的灵魂与思想的最高峰联系在一起时，我们所有的活动、言辞、行为才能变得真实。

让我在这里为你们引用一段在印度经常被引用的有关沉思的话吧：

“我沉思宇宙创造者那值得敬慕的力量。”

“创造者”这个词的含意由于经常使用而变得庸俗了。只有当你把广袤的宇宙整个带进你直觉的视野之时，你才能说神从他那无限的创造力中创造了这个世界。但神创造世界并不是一次性的活动，而是每时每刻连续不断地创造。

所有这一切表明了创造者无限强大的意志。它不像万有引力定律，也不像我不能崇拜或不能认同的某些抽象物。但这段话说的力量是“值得敬慕的”，它认可了我们的崇拜，因为它属于一个至上者，它不是一个单纯的抽象。

这个力量体现在哪里？

一方面，它是大地、天空、星河；另一方面，它是我们的意识。

由于这世界在我的意识中有它的另一面，因此在自我和世界之间存在着永恒的联系。倘若在它的源泉和中心没有意识、没有

那种至上意识的存在，那么它就不可能成为世界。

神的力量一经迸发就向前奔涌，它既是我们的意识，又是外部世界的意识。它的分裂往往是我们自己造成的，而实际上，创造这两个方面正如它们出于同一来源一样，是紧密联系在一起的。

因此，沉思意味着我的意识和外部广袤的世界的合一。那么，这种统一在何处呢？

在那伟大的力量之中，在发射出自我意识和外部世界意识的伟大力量之中。

沉思并非使我占有了某物，而是要弃绝自我，使我与一切造物融为一体。

这就是我们引用的有关沉思的精义，我们要用心记住这话——反复地背诵它，直到我们的心灵安定下来，排除一切迷乱杂念为止。这里没有损失，没有畏惧，没有要我们忍受的痛苦——我们与别人的关系变得单纯、自然——我们变得自由了。沉思——就是去领悟真理，去生活，去运动，并在沉思中去获得我们的存在。

让我再告诉你们有关的另一段话，那是在我们学校里，孩子们沉思和每日祈祷时所使用的一段话：

“给我们意识，让我们在其中顿悟——你是我们的父亲。”

然而，这个真理在我们的生活中没有完全实现，这就是我们之所以不完美、受苦和犯罪的原因。因此，我们祈求能够在我们的意识中实现这一真理，我们祈求能够这样做。

当我完全实现了这个伟大真理，那么，我的生命将以它的谦卑，以它的自制，在敬仰崇拜的温馨中去表达它自己的真理。

我们在祈祷中有时虽然没有用我们的全部心思去充分认识所用的词语，而只是机械地说出它们的发音，然而它们使我们得到满足。“父亲”就是这样的—一个词。

因此，在我们的沉思中必须更深刻地理解“父亲”这个词的意义，以使我们的的心灵处于它真实的和谐之中。

冥 想

〔日〕三木清

有时，我与人谈着话会突然陷入沉默，这时是我正在接受冥想的访问。冥想常常是位意想不到的来客；不是我召唤冥想，冥想是不可能召唤的，冥想到来之时总是置一切于不顾。“从现在开始冥想”之类的说法实在是愚蠢之至。我所能办到的充其量是常常做好迎接这位不速之客的准备。

假定思索是由下而上升，那么冥想就是由上而下降。冥想具有某种天赋的性质，这种性质中有冥想和神秘主义之最深刻的联系。冥想或多或少是神秘的。

这位不速之客可能光临一切场合，不单单是人们安静地独处之时，就是在众人的喧哗之中，冥想也会飘然而至。孤独与其说是冥想的条件，不如说是冥想的结果。例如，面向许多听众讲话时，我会意想不到地受到冥想的袭击。这时，对于这位不可抗拒的闯入者，我或是扼杀或是整个地委身于它。冥想没有条件，这是将冥想看做上苍的赋予之最根本的理由。

柏拉图记载了苏格拉底在波提代亚阵营中连续一昼夜陷入冥想的事。那时，苏格拉底的确是在冥想而不是在思索。出现于市场，任意抓住谁高谈阔论，才是苏格拉底思索之时。思索的根本形式是对话。波提代亚阵营中的苏格拉底、雅典市场上的苏格拉底——再没有比这更明显地表现出冥想与思索差异的了。

思索与冥想的差异表现在甚至正当人们思索之时，也会陷入

冥想的事实上。

冥想没有过程。在这一点上，冥想与有过程的思索存在本质的区别。

冥想总是甜美的，因此人们渴望冥想。仅仅为此，人们才保持了对于神秘主义的喜爱。当然，冥想绝不依从我们的欲念。

任何富于魅力的思索，其魅力都基于冥想的神秘主义和形而上学。任何思索只有在这个意义上才是甜蜜的。思索不是甜蜜的事，所谓甜蜜的思索根本不是思索。存在于思索基础中的冥想才是甜美的。

冥想因其甜美而诱惑着人们。真正的宗教反对神秘主义就是因为这种诱惑。冥想是甜美的，但在人们受到这甜美的诱惑之时，冥想已不再是冥想，而成了梦想或空想。

能够产生冥想的是严谨的思维。对于冥想这位突如其来的拜访者所做的准备就是具备训练有素的思维方法。

“冥想癖”的说法是矛盾的，因为冥想绝对不可能成为习惯性的。成了癖好的冥想根本不是冥想而是梦想或空想。

没有冥想的思想家是不存在的。因为冥想给予思想家以想像力，绝没有什么不具备想像力的真正的思想。真正富于创造的思想家往往是依据形象而严谨地进行思维的。

勤奋是思想家最重要的品格，以此可以将思想家和所谓冥想家、梦想家区别开来。当然，仅靠勤奋是不可能成为思想家的，思想家还必须具有上苍赋予的冥想。但是，真正的思想家又总是不断地与冥想的诱惑进行着斗争。

人可以边写作边思索或者根据写作而进行思索，但冥想却不是这样。冥想从某种意义上来说是精神的休息日。精神也和工作一样需要有闲暇。过多地写和完全不写对于精神都同样有害。

哲学文章中称为“休止”的东西就是冥想。思想的方式主要决定于冥想。如果冥想是旋律，那么，思想就是指挥棒。

在冥想的甜美之中或多或少有爱的成分。思索寓于冥想如同精神寓于肉体一样。

冥想从某种意义上说来，是思想的人的原罪。从冥想中，因而也就是从神秘中寻求解脱的思想是异端思想。解脱对于思想的人也像对于宗教信仰的人一样，仅仅是口头上的。

（李云云 译）

幻想（节选）

〔英〕史蒂文森

就现象而言，在这样一个婚姻嫁娶、征战杀伐充斥其间的世界之中，在一个每天都要不止一次以绝大的兴味与速度把相当一部分食物坚决而无悔地贮入我们这副皮囊之内的世界之中，能够获取的成就似乎是相当多的。对许多人而言，匆匆观之，尽量获取，多多益善，似乎便是这充满斗争的人生的惟一目的。然而，如果涉及精神，这一切终不过为幻象而已。

快乐的生活乃是前进的生活，其中每件事物都要导向更高的阶段，而且永无止息。在一个具有奋进意识的人的面前，时刻会有新天地。因而，尽管我们所居住的这个星球并不扩大，尽管我们所陷溺于其间的那种灾难也都不会历时很长，但是由于我们的天性，我们的愿望却多如繁星一般，而且常是生命不息，欲望不止。真正的快乐在于我们开始得怎样，而不在于我们结束得如何。在于我们希求什么，而不在于我们拥有什么。

一个理想便是一份永久的快乐，一份像地产那样实实在在的家业，一生取之不竭，年年像收获那样给你携来大量快活的财富。人生犹如剧场，除非我们对上演的剧目具有兴趣，否则那个地方必然枯燥乏味，一无是处。而对那些在科学艺术上全不在行的人们，这个世界不过是一场空幻的色相而已，或者像一条灾厄密布的崎岖野径。正是因为人们具有欲望和好奇心理，他们才能心平气和地生存下去，才能对人生世相产生迷恋，才能在每天早

上醒来之后对工作与娱乐重新产生兴趣。

欲望与好奇正是使世界在人的面前变得五彩缤纷的一双神奇眼睛：正是这两者才使女人那么迷人，化石那么有趣。另外，一个人也可能倾家荡产，沦为乞丐，但只要这两件法宝不丢，他便仍不失为一位富者——富在一切乐趣的可能性上。假使一个人能把所有的饮食以高度浓缩和综合的形式而一餐吃下，从此再无饮食的欲望；假使他能将世上的万般于一顾之下饱览无遗，从此再无求知的渴望；假使他能人生的任何一个领域中做到诸如此类的事情——那么在未来的日子里，这个人还有什么乐趣可言？

.....

幸好我们的种种虚妄不实的追求倒也很少得遂；我们常把希望过多地集中在高不可攀的幻想上面，致使我们在这个世界上很少有成就。需要人操心的事真如芥子一般，生生不已，永无止境。你也许以为只要孩子一旦呱呱落地，一切就会完事大吉，殊不知这只是新的忧虑的开始；而当你费尽艰辛把他养大，经过长牙换牙，读书入学，最后到达嫁娶年龄，唉！这无非是再增添一些新的忧虑、新的担心罢了。你何尝一天能够松懈放心？你那孩子的健康状况，会像你对自己的情形一样，放心不下。再如，当你完婚之后，你也许以为你的辛劳已经到了顶峰，往后的日子便会像下坡那样，一切顺利轻松。其实，这还仅仅是恋爱的结束与婚姻的开始。

当然，陷入爱情与获得爱情对于一个生性傲慢和不够驯顺的人往往不是一件易事，但是保持爱情也同样并不轻松，要想做到这点，夫妇双方都得推心置腹，以诚相待。真正的爱情故事开始于圣坛，这时摆在一对新人面前的乃是一场比智慧、比气度的异常动人的竞赛；一场通向那不可及的理想的终生奋战。不可企及吗？是的，确实是不可企及！理由很简单，这里毕竟是两个人，而不是一个人。

“谈到著书，永无完结”，《传道书》的作者曾发过这种抱怨，其实他没想到，这话正是对文学的至高礼赞。的确，著书是永无

完结。实验、旅行，乃至聚敛财富，也都没有完结。问题总是层出不穷的，我们即便攻读一生一世，也未必会如我们所想像的那样渊博。我们从未塑出过一尊尽符我们梦想的完美雕像。当我们发现了一块大陆或越过一重山岳之后，另外一片海洋或一带草原又会遥遥在望。这个浩瀚无垠的宇宙是任凭我们何等疾速也周游环顾不尽的。这并不像卡莱尔的书那样，可以从头到尾把它读完。即使其中区区一个角落，例如一座私家花园，或某个村郊野地，那里的物候气象也常常变化多端，尽管我们毕生出入其间，种种意想不到的新鲜事物或令人高兴的事情还是不断地呈现在我们面前。

世上只有一件愿望可以获得实现，只有一桩事物可以完全达到：这便是死亡。但是由于种种关系，至今还找不到一个人可以告诉我们，这事是否值得达到……

（高健 译）

想 像

〔英〕莱·亨特

想像使万物富足。

真正的图书馆不仅藏书，而且容纳“所有公认为智者的精神结晶”。月亮不仅是我们所看到的月亮，荷马和莎士比亚笔下的月亮已成了它的一部分。太阳眨着闪亮的眼睛，从东方的楼阁中走出来，“像新郎一样兴高采烈”，最普通的东西变得像亚伦的神杖，生根发芽。蒲柏召唤玄术的精灵侍候一束头发，而且堂皇地被誉之为星座，因为他已将头发悬在空中，永远照耀在后人的眼里。一块普通的草地，对挖沟的人或花花公子来说都分文不值，然而，由于想像的作用，由于对自然的热爱，青草给我们带来愉悦，空气给我们送来慰藉，我们觉得如同回到了天真烂漫的孩提时代，葱翠的草地、悠然的绵羊、榆木篱丛……这些，以及所有视觉、听觉和联想能赐予草地的一切，都成了装点欢乐思想的源泉。连砖头和灰浆也会像在古代那样，闻俄底甫斯的竖琴之声而变得活灵活现。这时，一座都市一改房屋建筑或工商企业庞杂呆板的状态，呈现出壮丽辉煌的景象：其历史悠久、文化繁荣；楼塔巍巍、溪流清澈；工艺宝饰精美，异域财源茂盛；人群熙来攘往，无论睿智之士还是无知之人，都意气风发，精神振奋；白天，烟雾笼罩，凝重而庄严；夜晚，灯火齐明，华光灿烂，车辘马萧声络绎不绝。此时，柔风阵阵，向沉寂的郊野飘去。

这便是想像的功绩。

（陈时荣 译）

沉 默

〔英〕卡莱尔

是的，我将再说一遍，赞美这伟大的沉默的人们！

察看一下这世界喧闹的空虚，毫无意义的言词，毫无价值的行动，人们就会喜欢思索这伟大的沉默帝国。这些高尚地沉默的人们，散居在这里或那里，活动于每个领域，沉默地工作，任何晨报也没有提到他们！他们是地球的盐粒。没有这种人或这种人很少的国家，会处境不佳，像一片无根基的树林，很快就会枯萎。如果我们除了表演或道白出来的东西外别无他有，那么我们就是可悲的。

沉默，伟大的沉默帝国，高于星空，深于地底的王国！惟有它是伟大的，其余一切都渺小无能。我希望我们英国人永葆我们伟大的沉默才能，让那些在市井上到处可见的、不得不站在空桶之上滔滔不绝地演讲的训练有素的演说家，成为无根基的哪怕最青翠的树林吧！

所罗门说，有一个说话的时期，但也有一个沉默的时期。老塞缪尔·约翰逊说，他从不因需要金钱或别的东西而急于写作。对这样伟大而沉默的人，人们可以问：“为什么你不起来讲话，宣扬你的体系，建立你的宗派？”他将回答说：“确实，到目前为止，我克制我的思想，但我幸运地能够保留它，没有任何非要说出口不可的强烈冲动，它是我依之为生的东西。对我来说，这就是它的伟大目的。”那么“荣誉”呢？荣誉同样存在，正如卡托

谈到雕像时说，“在你们的广场上有那么多的雕像，如果人们问哪里是卡托的雕像，不是更好吗？”

在这种沉默的天平上，我们可以说有两种雄心，一种是完全应受谴责的，另一种是值得称赞的和不可避免的。自然已经证明，伟大的沉默的人不会沉默得太长，而那种想在别人头上发光的自私愿望，则被证明是贫乏和不幸的。“你寻找伟大的东西吗？你找不出来。”这千真万确。所以我说，在每一个人身上，都有一种按照自然所赋予的特性来发展自身才能的控制不住的趋势，把自然放在你身上的东西说出来、做出来，是正当的、合适的、不可避免的；而且它是一个义务，甚至是一个人的一切义务的总和。可以确定尘世生命的意义就在于这一点：实现你的自我，创造你有能力做的事情。对人类来说，这是一种必然性，我们存在的第一法则。所以我们说，树立雄心是必要的，但要观察两种东西：不止看其地位，还有这个人对这地位的合适性，这才是问题之所在。也许这地位是他的，也许他有一种自然权利、甚至义务来支撑这地位！米拉波的雄心是成为首相，如果他是“法国惟一胜任此位的人”，我们能为这种雄心感到羞耻吗？

自然已证明：沉默的伟人终将说话！

（张峰 吕霞 译）

单 纯

〔法〕弗朗索瓦·费奈隆

单纯是灵魂中一种正直无私的品质。与真诚比起来，单纯显得更高尚，更纯洁。许多人真挚诚恳，却不单纯。他们怕遭人误解，惟恐自己的形象受到损害。他们时时关注自己，反躬自省，处处斟酌词句、谨慎小心。待人接物他们总担心过头，又怕有所不足。这些人真心诚恳，却不单纯。他们难以同人坦然相处，别人对他们也小心拘谨。他们的弱点在于不坦率、不随意、不自然。而我们则更宁愿同那些谈不上多么正直多么完美，但却没有虚情矫饰的人结交相处。这几乎已成为世人的一条准则，上帝似乎也以此为标准对人做出判断。上帝不希望我们如对镜整容一般，用太多的心思来审视自身。

但是，完全注意他人而放弃自省亦是一种盲目状态。处于这种状态的人只全神贯注于眼前事物以及个人的感官感受，而这正是单纯的反面。下面是两类正好相反的事例：其一是无论效力于同类还是上帝，均全身心地忘我投入；另一类是自以为含蓄聪颖，自我意识强烈，而一旦他得意自满的情绪受到外界干扰，便会魂不守舍，心烦意乱。因此，这是虚假的聪明，乍一看冠冕堂皇，实际上与单纯追求享乐的行为同样愚蠢。前者目光短浅，只陶醉于眼前的事物；后者却过分看重自身，陶醉于内心的占有。这两者都充满虚妄。相比起来，只注重内心的冥思独想比全神贯注于眼前事物更为有害，因为它貌似聪明而实则愚蠢，而且，它

常诱人误入歧途，自以为是，引一孔之见为至上光荣。它使我们受着不自然的情绪的支配，让我们陷入一种盲目的狂热，自认为体魄强健，实则已病入膏肓。

单纯需要适度，我们身处其中既不过度激动，亦不过分沉静。我们的灵魂不会因为过于注重外界事物而无暇作必要的内心自审，亦不必时时注重自我，使一心维护个人形象的戒备之心扩张膨胀。要是我们的灵魂能挣脱羁绊，直视伸展的道路，不将宝贵的时间浪费在权衡研究脚下的步伐上，或者对已逝的岁月频频回头，那我们就拥有了真正的单纯。

(郑平 译)

敬畏与诧异

〔美〕 A.J. 赫舍尔

我们所知道的存在，我们所遇到的世界，在我们面前表现出异己性与遥远性。尽管我们竭尽全力去探索它，理解它，它还是难以捉摸，神秘地避开。存在是难以置信的。

我们对环境的关心不能归结为哪些可以被利用，哪些可以被掌握。环境不但包括墨水台和吸墨纸，还包括空间中难以捉摸的寂静、繁星、云彩、时光的悄然逝去、对我自身存在的惊异。我既是手段，也是目的。世界也一样，既是手段也是目的。我对世界的看法和对自我的理解是相互影响的。彻底操纵世界导致自我的彻底工具化。

世界以两种方式呈现在我的面前：世界既是为我所拥有的一个物，也是我所面对的一个奥秘。我所拥有的是微不足道的，我所面对的是崇高的。我小心翼翼以免浪费我所拥有的，我也必须学会不要失去我所面对的。

我们操纵着世界表面上可以利用的东西，我们也必须以敬畏的心情面对世界的奥秘。我们把存在本身当做客体，但我们也惊奇地、极度诧异地参与存在。

面对着使我们感觉能力也束手无策的奥秘，我们只有敬畏感和极度的诧异。

任何人都不會嘲笑繁星，或者嘲笑原子彈爆炸。任何人都不会对一个为了使世界注意到纳粹的暴行而自杀的人说长道短。

敬畏不只是一种感情，它也是一种理解方式，是对比我自身更伟大的意义的洞察。敬畏起源于惊异，而智慧起源于敬畏。

敬畏是对万物尊严的直观，是认识到事物不仅是它现存的样子，而且代表着某种最高的东西，不管它们多么遥远。敬畏是对超然性的辨识，是处处以超越万物的奥秘为参照。它使我们在世界中感到神的暗示，使我们在微小的事物中看到无限的意义露出端倪，使我们在普通而简单的事物中看到终极，在匆匆的流逝中看到永恒的静止。我们用分析的方法不能够理解的，却能通过敬畏来认识。

信仰不是相信，不是赞成一项提议；信仰依附于超然性，依附于奥秘背后的意义。

知识由好奇推动；智慧由敬畏推动。敬畏在信仰之前，它是信仰的根源。为了与信仰相称，我们应该接受敬畏的指引。

假如你丧失敬畏意识，任你的傲慢毁灭你的尊敬能力，宇宙就成了你的市场。失去敬畏，就会缺少洞察力。返回到崇敬，是恢复智慧的第一个前提，是发现“世界暗示上帝”的第一个前提。

没有上帝

〔美〕 G. 毕晓普

没有上帝。

我们周围的奇迹都是偶然事件。几亿亿颗星星自己创造了自己，并非出自一只全能的手。它们自己按一定的路径一成不变地运行，没有什么力量牵制它们。地球自转，是为了避免海洋泼向太阳。由于饥饿和伤痛，婴儿自学了啼哭。为了医治那些懊丧之心，一种小花自己发明了自己，我们于是有了洋地黄制剂。

地球自己安排了白昼黑夜，自己倾斜了身子，我们于是有了四季之轮回。没有地球磁极，人类也可以在没有标记的天空海洋中航行，但南北磁极仍然自顾自地存在和变化。

胰腺糖分自动调节是怎么回事？为了保证足够的体能，它在血液中维持着一定浓度的糖分。没有这种机能，我们大家都会昏迷和死去。

为什么白雪一直坐在山顶等待，恰恰在山下玉米苗儿口渴的时候被温暖的春日所融化？实在是令人可爱的巧合。

人心搏动七八十年，没有停止。在跳动之间，不知道它怎么获得充分的休整？肾会过滤血液中的毒物，只把好的东西留下来，可不知它是如何做到良莠分明的？

是谁给了人类善言能辩的嗓子，还有能理解噪音的大脑，但却拒绝给予所有其他的动物？

是谁出示了两性相爱的孕育所在，坚持劈开那颗微小的卵

子，足日足月之后，一个婴儿便有了准确数目的手指、眼睛、耳朵和头发，而且都布置在准确无误的地方？当强健得足以支撑生命的时候，婴儿便准时赶到了这个世界。

没有上帝！

（曾国平 译）

疯狂就是明智

〔印度〕奥 修

在这个世界上人们知道有这样一些美丽而疯狂的人，事实上，这个世界上所有伟大的人在一般人眼里都有那么点疯狂。他们被人们说成疯狂，是因为他们不悲伤，他们不忧虑，他们不怕死，他们不为琐事烦恼，他们每时每刻都尽致而热情地活着。正因为尽致而热情，于是他们的生命变成一朵美丽的花——它们充满芳香——爱、生命与欢笑。

人必须鼓起勇气，假如人们说你疯狂，那么赞赏它，告诉他们：“你是对的，在这个世界上只有疯狂的人才是幸福和快乐的。我选择了欢乐的、幸福的和雀跃的疯狂；你选择了悲伤的、痛苦的和地狱般的明智。我们的选择不同，你可以继续你的明智，保留你的悲伤；也让我独自继续我的疯狂，请不要干涉，我也不会感到被这个世界上你们所有如此明智的人所干涉，我不会感到被干涉。”

你是独自一个人在这个世界上：你独自来到这个世界，一个人生活在这个世界上，也将独自离开这个世界。别人所有的意见都被留下来，只有你原本的感觉，你真实的体验将伴随你甚至到你死后。

（陶稀 译）

无声的绝望

〔美〕亨利·梭罗

用教义问答式的话来讲吧。我们常常思考，人生的主要目的何在？什么是生活中真正的必需和手段？乍想之下，似乎人们有意地选择了一种共同的生活方式，是因为他们觉得这种生活方式比其他方式更加可取。然而，他们却又真诚地认为，舍此之外别无选择。噫！人们哪里知道，自然界已历经沧桑，从前的自然更灵敏、更健康，它们还记得，太阳升起时曾经清朗明媚。放弃偏见为时从不嫌太晚。任何思维和行为的方式，不管多么由来已久，都不能够不加证明就可以依赖。有些事情，今天人们应和着，不声不响地信以为真，明天就会证明是虚妄，不过是一缕意见的轻烟。有些人错把它当成云彩，相信它会向自己的田地洒下甘霖。老人们说不可为的事，你尝试了，发现它可为。旧事旧人做，新事要由新人做。

（李绍明 译）

科学的价值

〔美〕理查德·费曼

人类还处在初始阶段，因此我们遇上各种问题是毫不奇怪的。好在未来还有千千万万年。我们的责任是学所能学、为所可为，探索更好的办法，并传给下一代。我们的责任是给未来的人们一双没有束缚自由的双手。在人类鲁莽冲动的青年期，人们常会制造巨大的错误而导致长久的停滞。倘若我们自以为对众多的问题都已有了明白的答案，年轻而无知的我们一定会犯这样的错误。如果我们压制批评，不许讨论，大声宣称：“看哪，同胞们，这便是正确的答案，人类得救啦！”我们必然会把人类限制在权威的桎梏和现有想像力之中。这种错误屡见不鲜。

作为科学家，我们知道伟大的进展都源于承认无知，源于思想的自由。那么这是我们的责任——宣扬思想自由的价值，教育人们不要惧怕质疑而应该欢迎它、讨论它，而且毫不妥协地坚持拥有这种自由——这是我们对未来千秋万代所负有的责任。

（李沉简 译）

女教师的祈祷

〔智利〕米斯特拉尔

诲人不倦的主啊，请原谅我从事教育；原谅我僭用教师的称号，因为这称号你在人间用过。

请赐给我爱，让我把它全部倾注在我的学校；连炽热的美一刻也不能夺去我对学校的情意。

导师，让我的热情经久不衰，让我的绝望成为过眼云烟。斤斤计较这种不纯的愿望仍然扰乱我的心灵，受到伤害时，我仍会产生卑劣的不满心情，这一切请你从我身上清除。别让我为了学生懵懂或者前学后忘而伤心痛苦。

让我比做母亲的更为慈爱，像母亲一般爱护那些不是我亲生的小孩。请你让我的女学生成为我完美的诗歌，让我最隽永的旋律深入她心中，有朝一日我的双唇不再歌唱时，她可以替代我。请在我有生之年显示你福音的可能，以便鞭策我每日每时为它战斗。

把笼罩在你身边的赤脚孩子头上的光辉带给我的平民学校。

尽管我是个穷苦的女人，无依无靠，但让我坚强起来，让我蔑视一切不纯的权力，蔑视除了你强烈的意志以外的对我生活的一切压力。

朋友，陪伴我！支持我！有许多时候，除了你以外，谁都不在我身边。我的教诲越是纯洁，我的真理越是炽烈，世俗的人越不跟我在一起；你最了解孤苦无告的人，那时候，请你把我紧搂

在你胸前。我从你眼里看到甜美的赞许，我就心满意足，别无他求。

给我朴质，给我深度，让我每天教学时避免繁琐平淡。

让我每天早晨昂起头来到学校，把心灵的创伤忘掉。让我工作时抛开个人物质的追求和庸俗的苦恼。

让我的手在惩罚时变得轻纤，在爱抚时更加温柔。别申斥我，因为我爱之深才责之严！

让我的砖土学校有崇高的精神。让我热情的火焰温暖它寒酸的门廊和简陋的教室。让我的心意和善良的愿望使它比富有的学校更为富丽堂皇。

最后，请你从委拉斯开兹的画布上抬起苍白的面庞，提醒我，在世上教学和热爱就是两胁带着朗其诺斯的矛伤^①，直到生命最后一息。

（王永年 译）

^① 委拉斯开兹：西班牙画家。朗其诺斯：《圣经》故事中用长矛猛刺耶稣的罗马士兵。

教 堂

〔瑞士〕赫·黑塞

正门上面有屋檐的玫瑰色教堂，必定是善良的、为人着想和十分虔诚的人们修建。

我经常听人说，今天已不再有虔诚的人了。若是这样的话，那同样可以说，今天不再有音乐，也不再有蓝天。我相信，有许多虔诚者。我自己现在就是虔诚的。但我过去并非一贯如此。

对于每个人来说，通往虔诚的道路是不同的。对我来说，是经过许多迷误和痛苦，经过许多自我折磨和相当多愚蠢行为的道路，简直可以说是穿过了愚蠢行为的原始森林。我曾经是自由思想者，并认为虔诚是一种畏惧病。我曾经是苦行者，曾用钉子扎自己的肉。我不懂得虔诚意味着健康和欢畅。

虔诚无非是信任。单纯、健康、无害的人，儿童，野人都懂得信任。像我们这样既非单纯又非清白无辜的人，必须经过曲折的路才能达到信任。信任你自己便是开端。要获得信仰，不能靠清算、认罪和内疚，不能靠苦行和牺牲。所有这些努力，都是指望得到寓于我们身外的各种上帝的帮助。我们必须信仰的上帝在我身内。谁否定自己，谁就不能肯定上帝。

啊，这个国家的可爱的、亲切的教堂啊！你们都带有一个上帝的标记和铭文，这不是我的那个上帝。你们的信徒做祈祷，那些祈祷文我都不懂。然而，我也能在你们那里祈祷，效果同在橡树林里或是在高山草场上一样好。你们从绿色中开出花来，黄色

的或者白色的或者玫瑰色的，好似年轻人的春之歌。在你们那里，任何祈祷都是许可和神圣的。

祈祷是神圣的，像歌唱一样神圣。祈祷即信仰，即确认。真正祈祷的人并不恳求，他仅仅诉说自己的状况和困难，他把他的歌和他的感激心情唱给自己听，就像小孩子唱歌那样。比萨大教堂里所画的，在隐居地和鹿群中间的有福的隐士们，就是这样祈祷的。这是世界上最美的画。树木，野兽，也是这样祈祷的。在优秀的画家的画上，每棵树和每座山都在祈祷。

谁出身于虔诚的新教徒家庭，谁就得探寻很长的路方能达到这样祈祷的境地。他懂得了良心的种种恐惧，懂得了内心分裂时极大的痛苦，他体验了各种分裂、痛苦与绝望。末了他走到道路的尽头，惊讶地看到，他在荆棘丛生的路上寻找的极乐，原来是这般天真，这般自然。但是，他并没有白走这些荆棘丛生的道路。回乡者毕竟不同于始终待在家里的人。他爱得更深切，他更不受公正和幻想的束缚。公正是待在家里的人们的道德，一种古旧的道德，一种原始人的道路。我们青年一代不能再袭用。我们只懂得一种幸福：爱；只懂得一种道德：信任。

我妒忌你们这些教堂，是因为你们有众多的信徒，众多的教区。成百的祈祷者向你们哀怨地唱着他们的歌，成百的儿童用花环装饰你们的大门，并带来了他们的蜡烛。但是，我们的信仰，走过漫长旅途的人们的虔诚，是孤寂的。抱着旧信仰的人们不愿成为我们的同伴，世界的潮流在离我们的岛屿很远的地方汹涌而去。

我在就近的草场上摘花，有樱草花、三叶草、毛茛花，然后把它们放在教堂里。我坐在前檐下的胸墙上，在清晨的寂静中将我虔诚的歌哼唱。我的帽子放在褐色的墙头，一只蓝蝴蝶落在我的帽子上。远方山谷里传来火车的笛声，轻淡温柔。这儿那儿，还有清晨的露珠，闪烁在矮树丛上。

（胡其鼎 译）

徜徉于知识的殿堂

读史使人明智，读诗使人聪慧，演算使人精密，哲理使人深刻，道德使人高尚，逻辑修辞使人善辩。总之，知识能塑造人的性格。

——〔英〕培根

图书馆

〔印度〕泰戈尔

宁静的海洋是图书馆最恰当的比喻，奔涌千年的滚滚波涛被紧紧锁闭，变得像酣睡的婴儿一般悄声无息。在图书馆里，语言静寂无声，水流凝滞止息，人类灵魂的不朽光芒，为文字黑黝黝的链条所捆绑，幽禁于书页的囚室。没有能够预料它将何时暴动，冲破寂静，焚毁文字的藩篱，冲向广阔的世界。这好比喜马拉雅山头的皑皑白雪锁闭着汹涌洪水，图书馆也围拦着随时会一泻千里的思想的江河。

人们知道导线限制着电流，可有谁在乎过“静默”限制着“声音”，有谁在乎过人们将美妙的歌声、燃烧的希望、灵魂的欢呼、神奇的世界锁闭在纸里！有谁在乎过“往昔岁月”被幽闭到了“今日”！有谁在乎过漫漫岁月之上有一座用书架起的辉煌桥梁！

一踏进图书馆，我们便站立在无数道路纵横交错的交叉点上。有的道路通向宽阔的大海，有的道路通向起伏的群山，有的道路则直通向人类的心灵深处。在这里，所有的道路都是一往无前。这狭小的书香之地，居然拘禁着人类精神的河流，拘禁着人类自我解放的辉煌灯塔。

犹如在海螺里能听得见海啸，人们在图书馆里能听见哪颗心脏在怦怦跳动？在这寂静之地，生者与死者同在，辩护与驳斥相伴，犹如孪生兄弟；在这里，疑虑与坚定，探索与发现，彼此形

影不离；在这里，长寿者与夭折人心平气和地友好相处，没有嘲弄，也没有歧视。

人类的声音穿越河川、山峰、海洋，抵达图书馆这个目的地。这声音传自亿万年前边缘。来啊，这里闪烁着光芒，高奏着伟大的生命之歌。

最早沐浴天堂之光的哲人对人们谆谆而语：“你们全是天堂之子，你们身居仙境胜地。”哲人洪亮的声音化作许许多多文字，飞越千年尘雾，在图书馆里飘荡回响。

在孟加拉的原野上，我们难道就无言向上苍倾诉？我们难道就不能向人类社会吟唱出欢快的歌声？在世界热烈的合唱声中，难道惟有孟加拉寂然无声？

难道在我们脚下奔涌的海洋就无言向我们倾吐？我们古老的恒河难道就不曾从喜马拉雅山携来女神的仙曲？难道我们的头上就没有湛蓝无垠的天空？繁星一般书写在苍穹上的漫漫岁月的灿烂文字难道已被抹煞一尽？

……

经过了若干年的沉默，孟加拉大地上的生命已经成熟丰盈。让这片大地用自己的语言倾吐理想与志向吧！世界之歌将因为汇入了孟加拉人的心声，而变得更加明丽动听！

（筱逸 译）

书 友

〔英〕赛缪尔·斯迈尔斯

看一人个读些什么书就可知道他的为人，就像看一个人同什么人交往就可知道他的为人一样。因为世界上有与人为友的，也有与书为友的。无论是书友或朋友，我们都应该选择其最佳者而从之。

一本好书就像一个最好的朋友。它始终不渝，过去如此，现在仍然如此，将来也永远不变。它是最有耐心、最令人愉快的伴侣，在我们穷愁潦倒、临危遭难的时候，它也不会抛弃我们，对我们总是一往情深。在我们年轻时，好书陶冶我们的性情，增长我们的知识；到我们年老时，它又给我们以安慰和勉励。

人们常常因为同爱一本书而结为知己，就像有时两个人因为敬慕同一个人而交为朋友一样。古谚说：“爱屋及乌。”但是，“爱我及书”这句话却有更深的哲理。书是更为坚实而高尚的情谊纽带，人们可以通过共同爱好的作家沟通思想感情，彼此息息相通。他们的思想共同在作者的著述里得到体现，而作者的思想反过来又化为他们的思想。

哈兹利特曾经说过：“书潜移默化人们的内心，诗歌熏陶人们的气质品性。少小所习，老大不忘，恍如身历其事。书籍价廉物美，不啻我们呼吸的空气。”

好书常如最精美的宝器，珍藏着人的一生思想的精华。人生的境界，主要就在于他思想的境界。所以，最好的书是金玉良言

的宝库，若将其中的崇高思想铭记于心，就成为我们忠实的伴侣和永恒的慰藉。菲利普·悉尼爵士说得好：“有高尚思想做伴的人永不孤独。”

当我们面临诱惑的时候，优美纯真的思想会像仁慈的天使一样，纯洁并保卫我们的灵魂。优美纯真的思想也孕育着行动的萌芽，因为金玉良言几乎总会启发善行。

书籍具有不朽的本质，是人类勤奋努力的最为持久的产物。寺庙会倒塌，神像会朽烂，而书却经久长存。对于伟大的思想来说，时间是无关重要的。多少年代前初次闪现在作者脑海里的伟大思想今天依然清新如故。他们当时的言论和思想刊于书页，如今依然那么生动感人。时间惟一的作用是淘汰不好的作品，因为只有真正的佳作才能经世长存。

书籍引导我们与最优秀的人物为伍，使我们置身历代伟人巨匠之间，如闻其声，如观其行，如见其人。同他们情感交融，悲喜与共。他们的感受成为我们自己的感受，我们觉得有点儿像是在作者描绘的人生舞台上跟他们一起粉墨登场了。

即使在人世间，伟大杰出的人物，也是永生不灭的，他们的精神载入书册，传之四海。书是人们至今仍在聆听的智慧之声，永远充满着活力。所以，我们永远都是在受着历代伟人的影响。多少世纪以前的盖世英才，如今仍同当年一样，显示着强大的生命力。

（王克礼 译）

求知

〔英〕培 根

求知可以作为消遣，可以作为装饰，也可以增长才干。

当孤独寂寞时，阅读可以消遣。当高谈阔论时，知识可供装饰。当处世行事时，知识能增进才干。有实际经验的人虽能够处理个别性的事务，但若要综观整体，运筹全局，却惟有掌握知识方能办到。

读书太慢会弛惰，为装潢而读书是自欺欺人，只按照书本办事是呆子。

求知可以改进人的天性，而经验又可以改进知识本身。人的天性犹如野生的花草，求知学习好比修剪移栽。学问虽能指引方向，但往往过于泛泛，还要靠经验来赋予形式。

狡诈者轻鄙学问，愚鲁者羡慕学问，聪明者则运用学问。知识本身并没有告诉人怎样运用它，运用的智慧乃在书本之外。这是技艺，不体验就学不到。

不可专为挑剔辩驳去读书，但也不可轻易相信书本。求知的目的不是为了吹嘘炫耀，而应该是为了寻找真理，启迪智慧。

书籍好比食品。有些只需浅尝，有些可以吞咽。只有少数需要仔细咀嚼，慢慢品味。所以，有的书只要读其中一部分，有的书只需知其中梗概，而对于少数好书，则要读通，细读，反复地读。

有的书可以请人代读，然后看他的笔记摘要就行了。但这只

限于不太重要的议论和质量粗劣的书。否则一本书将像已被蒸馏过的水，变得淡而无味了！

读书使人充实，讨论使人机敏，写作则能使人精确。

因此，如果一个人懒于动笔，他的记忆力就必须强而可靠。如果一个人要孤独探索，他的头脑必须锐利。如果有人不读书又想冒充博学多知，他就必须很狡黠，才能掩饰无知。

读史使人明智，读诗使人聪慧，演算使人精密，哲理使人深刻，道德使人高尚，逻辑修辞使人善辩。总之，知识能塑造人的性格。

不仅如此，精神上的各种缺陷，都可以通过求知来改善——正如身体上的缺陷，可以通过适当的运动来改善一样。例如打球有利于腰肾，射箭可扩胸利肺，散步则有助于消化，骑术使人反应敏捷，等等。同样，一个思维不集中的人，他可以研习数学，因为数学稍不仔细就会出错。缺乏分析判断力的人，他可以研习经院哲学，因为这门学问最讲究繁琐辩证。不善于推理的人，可以研习法律案例，如此等等。这种种头脑上的缺陷，都可以通过求知来疗治。

（何新 译）

书

〔前苏联〕邦达列夫

假使当今世界失去了印刷符号，我们能不感到这是一种悲剧吗？在我看来，这种损失比生活中失去了电灯更加难以弥补，因为这就损失了科学知识和世代积累的人类情感的最重要的传递工具，人类会因之陷入愚昧无知和精神停滞的深渊，整个世界会黯然失色，把人与人联结起来的纽带也就会中断。可以想像，那时会出现一个无知、彼此猜疑和相互疏远的时代。

那么，在人类生活中，书籍到底意味着什么呢？

就像谈话的语言一样，书籍不仅仅是人们交流的手段，也不仅仅是传递消息的媒介，最主要的——它是人们借以深入周围现实生活的工具，也是人们观察自身——而人本身正是大自然的一个有理智的成份——的工具。

与此同时，书籍还是对历史上一切事物的证实，是人类的忠实记忆，哪怕书中所写并非决定各民族命运的世界性巨变，而只是文艺复兴时代年轻人的恶作剧，只是唐·吉珂德式的可悲的骑士历险，只是小官吏巴什马奇金（果戈理的小说《外套》中的主人公）的遭遇，或是驿站长（普希金小说中的人物）的悲惨故事，或是伊凡·伊里奇（托尔斯泰小说《伊凡·伊里奇之死》的主人公）之死，或是更渺小的孤立无援的米修斯（契诃夫小说中的人物），或者来自旧金山的先生（蒲宁小说中的人物）在风景如画的卡普里岛海岸上未能遂愿的欢乐。

如果往昔的一切不是被印刷符号保留下来，有关古代和近代人们的生活、习俗、思潮和性格我们又从何知道呢？这些印刷符号神奇地再现了人类的经历，记述了他们生活中的全部复杂问题：他们的探求、他们的迷误、他们的发现，以及他们如何试图找到并证实现实生活的意义。未来不仅直接产生于现在，它也产生于过去，因为我们现在的认识以及我们对当前现实的态度——这都是千百万我们的前人全部经验的结果，是他们经过最大限度地压缩和改变了形式的全部情感的总和。

假如我们不能够凭理智和感情去漫游或远或近的历史途程，譬如说斯巴达克走过的悲剧性道路，鲍罗金诺（俄国战场）那硝烟弥漫的原野，1941年那鲜血染红的大地，那么，当我们回顾以往时就只能看到一团迷雾或一片空白，看不到开端，因而也看不到结尾。因为离开那些伟大的计数点就什么也没有、什么也不会有了。书籍是遗嘱执行者，是所有时代、所有民族精神财富无可指责的保存者，这是从人类的童年时代起就传给我们的永不熄灭的光源，是信号和预报，是痛苦和忧患，是笑和欢乐，是朝气和希望，是精神力量战胜物质力量的象征，是人的意识的最高产物。

书籍——这是对思想发展、哲学流派、民族历史认识的条件。这些条件在历史的不同阶段上产生了对善的信念，产生了理性，产生了启蒙运动以及为自由平等而进行的斗争。

几乎在每个人的命运中，书本上的语言都起过巨大的作用。如果有谁从来没有醉心过一本严肃的书，那他应该感到莫大的遗憾——因为他使自己与世隔绝，他拒绝了第二个现实，第二次经验，从而等于缩短了自己的生命。

（李济生 贺国安 译）

论 诗

〔英〕雪 莱

诗是神圣之物；它既是知识的核心又是知识的边缘，它包容一切科学，一切科学都能溯源于诗。它是一切思想体系的根源，同时又是它们的花朵；一切都由它而生，受着它的滋润缀饰；如果它遭受到害虫的摧残，它便生长不出花果，结不出种子，荒凉的世界因此而失去美丽，生命之树也不能葱郁长青。诗是上苍赋予完美事物的外表和光泽，就像蔷薇一般，它平淡无奇的枝叶纹理，因为有了鲜艳的色彩和淡淡的幽香而变得分外美丽。

但是，假如诗不能高扬于一切飞鸟所不敢翱翔的永恒境界，从那神圣的领域携下光明与火焰，那么它所歌唱的道义、爱情、忠诚、友谊又有什么意义？我们生存繁衍的美丽世界的景色又有何诱惑？我们在人生此岸又能得到什么慰藉？我们对人生彼岸又怎能有所憧憬？

诗记录着最快乐最善良灵魂的最快乐最善良的瞬间。我们常常感到，有些不可捉摸的思想和情感会突然袭来，有时睹物生情，有时见人生思，有时则自生哀乐，这些思绪飘然而来，又飘然而去，给我们留下难以形容的崇高和愉悦；即使这些思绪带给我们的只是忧郁与惆怅，也仍然有一丝快感相随。每当诗的精灵降临，一道神圣的光亮便耀射于我们的思想深处。有时，诗的步伐轻若拂过海面的微风，浪静风止之后，它亦消遁而去，只在满是皱纹的沙滩上留下些许印痕。这种心境，惟有感觉细敏、想像

丰富的人才可以领悟，由之产生的思想将摈弃所有卑劣的欲望。

诗能使世间一切都变为美丽。原本美丽的事物会因之锦上添花，丑陋的事物可以为美所点化。它将欣喜与恐惧、快乐与忧伤、永恒与变幻融为一体；它冲破一切势不两立的对峙，用它轻柔的驾驭，使一切对立结伴而行。世间的一切都因诗的到来而变形，在它的辉耀下，同显一种神奇，成为它灵气的化身。那是一种神奇的炼金术，能够将致生于死的毒液，化作可以畅饮的甘露；它撕毁世界腐朽陈旧的表象，展露出无遮无掩、宁静沉睡的美，而这种美恰是人世间一切事物的内在精神。

……诗在我们的人生中为我们创造着另一种人生。它使我们生活在另一个世界。与那个世界相比较，现实的世界显得混杂纷乱。诗使我们得以重新瞩目我们生息其间的平凡的宇宙，使我们的灵魂之眼穿透弥漫的尘雾，得以窥见人生的神奇美妙。为诗所驱使，我们便能去领悟我们的所见所遇，去思想我们的所感所识。当生命中那些琐碎的印象不断重现，使我们对宇宙的观感变得支离破碎之时，诗便为我们重新创造一个宇宙。

（筱逸 译）

诗 辨（节选）

〔英〕拜 伦

诗是最快乐、最美好的心灵在最美好、最快乐的时刻留下的记录。每个人都能感到自己的心中常有转瞬即逝的思想、感情的造访，它们有时与地点或人物相关，有时只与我们自己的心灵有关。它们总是不期而至又不辞而别，然而总是无以言喻地使我们的心头升腾起快乐与庄严。所以，在它们的消逝带来的遗憾和惆怅中，我们依然能感到快乐，这快乐已融入我们的本质中。

缪斯的到来，仿佛一个更为神圣的天性渗透到我们自身的天性中，只是它的脚步好似一阵掠过海面的风，当波浪平静之后，它也消失了踪影，只剩下层层细沙铺满寂静的海滩。这一切以及类似的情景，只有情感特别细腻、想像力特别丰富的人才能体味到。处于这种状态下，人的心境容不得任何一种低级粗俗的欲望。在本质上，美德、爱情、友谊、爱国主义等炽热的感情正是与这些快乐的感情相联的，只要这些感情存在，自我就只不过是沧海之一粟。

诗人不仅是感情细腻的精灵，而且能够体味到这一切，他们还要饱蘸这来自天国的瞬息即逝的颜色来渲染他们所体味的一切。一个单词，一个笔触，在写景或抒情中都会扣向人们沉醉中的心弦，从而在那些曾体验过这些情感的人们当中，唤醒那沉睡的、冰冷的、埋葬了的往昔的意境。就这样，诗能使世间一切最美好的事物得到永生。它捕捉到飘入人生阴影中的转眼即逝的幻

象，用语言或形式来点缀它们，然后，把它们送往人间，给人类带去快乐的喜讯，因为人类正与它们的姐妹居住在一起——我们之所以说“居住”，是因为在这些幻象所居留的人类精神的洞穴里，还没找到通向大千世界的表现之门。诗拯救了降临于人间的神性，使它免遭灭亡。

诗使万物变得可爱。它使美的东西锦上添花，使畸形的东西变得美丽；它使狂喜与恐惧、悲伤与快乐、永恒与变幻缔结姻缘；在它柔和的压力下，势不两立的事物变得彼此相容。它所触及的一切都发生了变化。在它的光芒照耀下，每一种形态都获得一种神奇的同感，变成了它所呼出的灵气的化身。它是神秘的炼丹术，它能把渗入生命的死亡的毒液变成可以饮用的仙汁。它揭开了世界平淡无奇的面纱，露出赤裸的酣眠的美，这美就是世界一切形象的精神……

（徐文惠 译）

诗的力量

〔俄〕普希金

什么是诗的力量？诗的力量在于构思、在于布局，还是在于文体？

是自由？是构思、是布局的自由？但是，罗蒙诺索夫的文体有什么自由呢？庄严的颂诗要求什么样的布局呢？

是灵感？灵感是一种心灵状态，它最能生动地感受印象，因此也最能迅速地解释概念。

诗歌与几何学一样需要灵感。批评家把灵感与冲动混为一谈。

不，绝对不是。冲动排斥平静。而平静是美的必要条件。冲动不肯以理智的力量为前提，因为后者能处理局部与整体的关系。冲动没有后继，不能持久，因此无力创造真正伟大的完美（然而没有完美，也就没有抒情诗）。冲动是单一想像的紧张状态。灵感可以没有冲动，但冲动没有灵感则不复存在。

荷马不知要比品达罗斯^①高出多少。后者的颂诗，乃诗中之下品，遑论其哀诗了。悲剧、喜剧、讽刺作品，都比颂诗更要求创造性，要求想像力——对自然的非凡了解。

但是颂诗中没有布局，也不可能有布局。《地狱》中的惟一

① 品达罗斯：古希腊抒情诗人。

的布局则是高度天才的结果了。至于品达罗斯的那些奥林匹亚颂诗、杰尔查文最好的作品《瀑布》中，又有何布局可言呢？颂诗排斥持之以恒的劳动，然而没有持之以恒的劳动，也就不可能有真正伟大的作品。

（谢天振 译）

致一位青年诗人的信

〔奥地利〕 R.M. 里尔克

您问我，您这些诗写得好不好。您问我，从前您也问过别人。您把它们寄给杂志。您把它们同别人的诗进行比较，若是有那么一些编辑部拒绝发表您的尝试之作，您会心犹未甘。因为您让我给您出主意，那么，我现在就请求您放弃这一切，尤其是在目前，您绝对不该求助于别人，没有人能给您出主意，没有人能帮助您，没有人。

只有一个办法。您要反省。研究一下促使您写作的原因；检查一下这原因是否扎根于您心灵的最深处；坦率地承认，假如您不写，您是否一定会寻死。最重要的是，您在夜深人静时，扪心自问：我非写不行吗？您要在自己身上去挖掘深刻的答案。假如答案是肯定的，假如您以一个有力而干脆的“我非写不行”，来回答这个严肃的问题，那么您就得按照这种必要性来确立自己的生活；您的生活直至它的最无关紧要和最无足轻重的时刻，都必须成为这种冲动的标志和见证。

然后，您去接近自然。然后，您设法像一个严肃认真的人那样，说出您的所见、所闻、所爱、所失。您不要写爱情诗；起初，您要避开那些最流行、最常见的形式，它们是最难驾驭的形式，因为面对大量优秀的、其中部分甚至是光彩照人的传统作品，您要写出自己的东西，须付出巨大而成熟的力气。为此，您切勿陷入通常的题材里面，去写您的日常生活提供给您的题材；

去描写您的悲哀和愿望，描写瞬息即逝的思想和关于任何一种美的信念，您要怀着热忱、隐蔽、谦卑的真诚，描写这一切，为了表现自己，您要撷取您身旁的事物，您梦中的景象和您记忆中的事件。

如果您的日常生活是贫乏的，您怪不得它；您应该怪自己还不能像一个够格的诗人那样，唤醒它的财富，因为对于创造者来说，世界上没有贫乏，没有贫乏而无关紧要的地方。即使您蹲在监狱里，它的墙壁使您听不见世界的喧嚣，那么您不是还有自己的童年这笔精美珍贵的财富，这座记忆的宝库吗？把您的注意力转到那方面去吧。设法把这种从前被淹没的感受发掘出来；您的人格将得到巩固，您的孤独将得到扩展，变成一处远离世人喧哗的昏暗寓所。一旦从这种转向内心，潜入这个世界的过程中产生出诗来，您就不会想到去请教别人，这些诗写得好不好。您也不会再想方设法让某些杂志喜欢这些作品，因为您将把它们视为您的可爱的天然财富，您的生命的一部分，您的生命的声音。一部好的艺术作品，是从必要性中产生的。在它的这种起源中，蕴涵着对它的判断，世界上没有别的判断……

(张黎 译)

回答一个问题

〔智利〕P. 聂鲁达

您问，诗歌到 2000 年将是什么模样？这可是个令人望而生畏的问题。倘若我是在一条昏暗的巷子里听到这样的问题，准会吓得不知所措。

因为，我对 2000 年一无所知，对诗歌更是知之甚微。

有一点我敢肯定：即使到了下一世纪，也不会为诗歌举行葬礼。

每个时代，都有人宣告诗歌的死亡。然而，诗歌总是表现出离心力和永恒性。它总是显示出生命的活力，迅速复活，似乎是永存的。但丁似乎使诗歌走到了尽头。但时隔不久，豪尔赫·曼里克^①带来了一线光明，他像一颗人造卫星，在幽暗中闪射光芒。尔后，维克多·雨果仿佛叱咤风去，穷尽了诗歌的技巧。可这时，出现了穿着入时的绅士夏尔·波德莱尔，接着又出现了不修边幅的青年阿尔图尔·兰波，于是诗歌又获新生。继惠特曼之后，人们还能期待什么？每棵草都已种好，草坪已无从涉足。然而，马雅可夫斯基却闯了进来，诗歌随之变成了机房，人们听到汽笛、枪击、哭泣、火车和装甲车的轰鸣。历史就这样继续着。

显而易见，诗歌的敌人始终妄图用石头砸它的眼睛，用木棍

^① 豪尔赫·曼里克：西班牙诗人。

击它的后颈。他们以这样或那样的面目出现：有的像独断专行的元帅，有的像见不得光明的人，有的则像肥鹅般的官僚，**髀来髀**去专门和诗人作对。对此，有人绝望，有人沮丧，也有少数人作了可悲的修正。尽管如此，诗歌仍然像清泉，涌流不止；仍然像伤口，淌着鲜血。它继续奋争，继续在荒野里讴歌。它像一棵变得愈发高大的树木，像一条不断漫过堤坝的河流，像玻利维亚高原夜空里一颗璀璨的星。

对正在死亡线上挣扎的人来说，诗歌是一种抚慰，它减轻人的痛苦，指导人如何康复。对形影相吊的人来说，诗歌是伴侣。它像火一样灼热，像雪一般轻盈、清新。它有手，有指，有拳。它如同春天的绿芽，如同格拉纳达城的泉眼。它比导弹还要迅猛，比城堡还要坚固。因为，它深入人心。

到了 2000 年，诗人不可能在全世界发起暴动，去重新分配诗歌的财富。人类只有取得了进步和发展，拥有了书籍和文化知识，才能分享诗歌。诗人也不可能发号施令，尽管个别诗人已经如此行事，其手法必定是非常拙劣或是并不高明的。但是，诗人毕竟是箴言家，应该倾听他们的声音。政府经常和人民公开接触，而诗歌却同忍辱负重的人神交。必须倾听诗人的声音，这是历史的经验。

也许，到了 2000 年，最为新奇、最为时尚的诗人将是目前没有读者的、名叫荷马的希腊诗人。

我赞同这种说法。为此，我要重读荷马的诗。他的情诗和史诗给人以启迪，他的咒语和预言，他那大理石般的神话和瞽者的拄杖，都是我所追求寻觅的。

在准备新世纪的到来时，我将试图按荷马的方式写作。我一定会从他那雄奇豪迈、绚丽多彩的诗风中获得教益。

然后，我要高擎伊塔刻王奥德修斯的旌旗走上街头。到那时，陪伴我的将有希腊诗人。为开创 21 世纪的新诗风，他们可能已走出城堡。

(王小方 译)

天才与对称

〔法〕雨 果

天才与凡人的不同之处，在于所有的天才都具有双重性，恰如意大利哲学家杰洛墨·卡尔当所说，红宝石与水晶玻璃之别，就在于红宝石具有双重折射。

天才与红宝石一样，都有着双重返光，双重折射。在精神与物质领域，此种现象彼此相同。

我不知红宝石这种钻石中的极品是否真的存在，这尚有待于论证。但古时的炼金术对此作了肯定，于是，化学家们便开始了艰难的寻求。但天才却确实确实地存在于我们周围。只需读过埃斯库罗斯和尤维纳尔的第一行诗，我们便可以发现这种人类的“红宝石”。

天才身上的双重返光现象，把修辞学家所称作的对称法上升到了最高境界，这便是从正反面去观察事物的至高无上的才能。

莎士比亚便孜孜不倦于追求诗句的对偶。因此，只透过他的某一特点来评价他整个的人，而且是像他这样一个人，是不公正的。事实上，莎士比亚就像所有真正伟大的诗人一样，无可争辩地应当获得“酷似创造”这个赞语。而何谓创造呢？这便是善与恶、欢乐与忧伤、男人与女人、怒吼与歌唱、雄鹰与秃鹫、闪电与光辉、蜜蜂与黄蜂、高山与深谷、爱情与仇恨、勋章与耻辱、规矩与变形、星辰与庸俗、高尚与卑下。世界上永恒的对称就是大自然。从其中所产生的反义语的对称，充满在人的一切活动中

——即存在于寓言与历史，也存在于哲学与语言。你成为复仇女神，人们便称你为欧墨尼德斯；你弑杀生父，人们便称你为菲罗帕特尔；你成为一名功勋卓著的将军，人们便将你昵称为“小小的班长”。莎士比亚的对称遍存于他的作品，无处不有，俯拾皆是。这种反衬普遍存在：生与死、冷与热、公正与偏斜、天使与魔鬼、苍穹与大地、鲜花与雷电、音乐与和声、灵魂与肉体、伟大与渺小、宽广与狭隘、浪花与泡沫、风暴与口哨、灵魂与鬼影等，正是基于这些人世间遍存的冲突，这种循环交替的反复，这种永存不变的正反，这种最为基本的对照，这种普遍而永恒的矛盾，画家伦勃朗才构成了他的明暗，雕塑家比拉内斯才创造了他的曲线。若要想将对称从艺术中除去，那你就先将它从大自然中剔除一尽吧。

（杜其传 译）

艺术家

〔法〕布德爾

真正的艺术家的心灵是孤独的……没有人能够理解他；而当死神向他呼唤时，更没有人能够注意到在他那双明眸中熠熠闪烁的金色目光和他那颗缀满星星的心灵。

他的一生都在奋斗，尤其是要和平庸人的观念进行较量。对于一个普通人来说，彼此不存在任何陌生，可是对于真正的艺术家，世人总是用全然陌生的眼光窥视着他。

艺术家汲取了他生活中最伟大方面的精华，然后又引导别人去体验他所发现的美。生命，飞快地消失了，在他还没有看到明亮的白昼之前，夜便迅速地降临了，而他真正的创作还没有开始。

需要有时间来思考、反省误入歧途的原因，吸取痛苦的教训，更需要看到生命的发展历程中所呈现出来的痛苦与欢乐。

人们渴望创造，梦想聆听大地深沉的呼唤。这声音把我们的思想意识引进深邃无垠的苍穹里，引入星体奏出的梦幻般的音乐中去。不过，是战争的喧嚣和呜咽中断了这般美妙的音乐。

能够离群索居，甘于寂寞的人，才懂得珍惜时光，他们深知人生易逝，岁月无情。但是他们为上苍赐给自己的命运而感到自豪，尽管命运的旅途布满荆棘，充满黯晦和苦涩。

向人们敞开我们的心扉吧，让他们看到我们所做的努力，只有这样我们才能够理解和领略他人灵魂的奥秘！

如果整个世界对我们毫无了解，那么同样，我们对整个世界也一无所知。

我们没有半点可以依据的尺度，没有丝毫可以比较和借鉴的范畴，惟独睁大我们的双眼，时刻注视着我们的错误。

人，当他渴望看到真实之际，就是在同命运抗争之时。这种真实对于人类来说，犹如瑰丽的太阳对于飞翔的雄鹰一般。

在长空搏击的雄鹰，高傲凛然，呈现出黄褐色的暗影，它无限崇拜金色灿烂的太阳。它的目光敏锐犀利，它用突然从眼中闪射出的一道光束来抗衡发自烈日的火焰。透过炫耀刺眼的阳光，它朦胧地看见太阳很高，很远，也很大，更难以接近。然而，它毫不迟疑地展翅飞翔，奔向它心目中的偶像——太阳。

鹰的禀性是好高骛远，艺术家的天性亦是如此。雄鹰用它强健的双翅和整个灵魂去搏击敲打陌生的蓝天。一阵疾矢般的冲刺之后，当它感到更加逼近太阳时，整个心灵为能够飞翔所达到的高度而自豪，于是它开始在碧蓝的天空中自由地频频翱翔。

艺术家只是在完成他巨大艰辛的创作之后，在张开想像的翅膀翱翔于艺术长天之后，他的心灵才能感到慰藉和超然。他虽然是一个人，但无疑正是他具备了这些品质，才使他走向了真实。

（孙凡平 孙丽蓉 译）

艺术与爱情

〔法〕布德爾

为什么我的心灵总是受着深入地探求事物本质规律欲火的煎熬？我不辞辛苦地在生活的海洋里搜寻摸索，充满希冀地寻找真正的爱。这是一种永无止境的追求。我有狂热的、难以遏制的创作冲动。有时在脑海中还会闪现出一丝情愿在创作中毁灭生命的妄想。啊，多么怪诞不经、神秘莫测的大自然！你和我的意识一样！

以往我的感觉经常徘徊在满足于需要的惰性上。此时，我深深地思考，我的思想展开丰满的羽翼，自由地飞翔。任它无边无际，随心所欲地遨游飘荡吧。有时我的心灵渴求得到荣誉，过去我曾经随意地抛掉了它们。

爱的意识在我的灵魂里剧烈骚动，爱的狂热在我的心灵中无情燃烧，我痛苦，我难过，经常是神奇的艺术用它那坚强有力的翅膀携我翱翔、超越！

生活之伟大究竟在何处？是艺术？还是爱情？可能这两者都是一切精神生活中伟大的顶峰……

（孙凡平 孙丽蓉 译）

科学和艺术

〔英〕赫胥黎

尊敬的弗莱德里克累顿爵士殿下，各位阁下，各位先生：

请允许我感谢你们极大的好意，感谢你们欣然接受为科学的祝福。对我来说，更为令人高兴的是，能在这样一种集会上听到有人提议这样祝酒。因为近年来，我已经注意到，存在着一种强大的和不断发展的倾向，把科学看做一种侵略和侵犯的力量。仿佛如果任凭科学为所欲为的话，它将把其他各种研究统统从宇宙中清除出去。我认为，有许多人把我们时代这个新生的事物看做一种从现代思想海洋中生长起来的妖怪，其目的就是吞没艺术之神安德洛墨达。有那么一位柏修斯，脚穿促使作家文思敏捷的鞋子，头戴编辑文章的隐形帽，也许还有一个会诅咒人的女妖美杜莎之头，他面对着蛇发女怪美杜莎的咒骂，不时地表示要随时与科学的毒龙决一雌雄。

先生，我希望柏修斯三思而行。首先，为他自己起见，因为那玩意儿是硬的，下巴骨又厉害。过去一段时间以来，它已经显示出具有极大的能力去赢得胜利，并扫荡其前进道路上的一切障碍。其二，为了公正起见，我向你们保证，从我自己拥有的知识角度看，如果你不去惹它，它是一种很有礼貌和温和的妖怪。至于艺术之神安德洛墨达，科学对这位女士非常尊敬，只希望看到她愉快地安居下来，每年生育一群像我们在自己周围看到的那样迷人的孩子。

但是，如果撇开比喻，我就不能理解，任何一个具有人类知识的人怎么能够想像科学的成长会以各种方式威胁艺术的发展？

如果我的理解不错的话，那么科学和艺术就是自然这块奖章的正面和反面，它的一面以感情来表达事物永恒的秩序，另一方面，则以思想表达事物的永恒秩序。当人们不再爱，也不再恨；当苦难不再引起同情，伟大的业绩不再激动人心；当野百合花不再显得比功成名就的老所罗门装扮得更美；当面对白雪皑皑的高山和深不可测的山谷，敬畏之情完全消失，到那时，科学也许真的会独占整个世界。但是，这倒不是科学这个怪物吞没了艺术，而是因为人类本性的某一面已经死亡，是因为人们已经丧失了古代和现代的品质的一半。

（朱长超 译）

音 乐

〔法〕罗曼·罗兰

生命飞逝。肉体与灵魂像流水似的过去。岁月镌刻在老去的树身上。整个有形的世界都在消耗、更新。不朽的音乐，惟有你常在。你是内在的海洋，你是深邃的灵魂。在你明澈的眼瞳中，人生决不会照出阴沉的面目。成堆的云雾，灼热的、冰冷的、狂乱的日子，纷纷扰扰、无法安宁的日子，见了你都逃避了，惟有你常在。你是在世界之外的，你自个儿就是一个完整的天地。你有你的太阳，领导你的行星，你的吸力，你的数，你的律。你跟群星一样的平和恬静，它们在黑夜的天空画出光明的轨迹，仿佛由一头无形的金牛拖曳着银锄。

音乐，你是一个心地清明的朋友，你的月白色的光，对于被尘世的强烈的阳光照得眩晕的眼睛是多么柔和。大家在公共的水槽里喝水，把水都搅浑了；那不愿与世争饮的灵魂却急急扑向你的乳房，寻他的梦境。音乐，你是一个童贞的母亲，你纯洁的身体中积蓄着所有的情，你的眼睛像冰山上流下来的青白色的水，含有一切的善，一切的恶；不，你是超乎恶，超乎善的。凡是栖息在你身上的人都脱离了时间的洪流；所有的岁月对他不过是一日；吞噬一切的死亡也没有用武之地了。

音乐，你抚慰了我痛苦的灵魂；音乐，你恢复了我的安静、坚定、欢乐，恢复了我的爱，恢复了我的财富；音乐，我吻着你纯洁的嘴，我把我的脸埋在你蜜也似的头发里，我把我滚热的眼

皮放在你柔和的手掌中。咱们都不做声，闭着眼睛，可是我从你眼里看到了不可思议的光明，从你缄默的嘴里看到了笑容；我蹲在你的心头听着永恒的生命跳动。

（傅雷 译）

我与绘画的缘分

〔英〕丘吉尔

年至 40 而从未握过画笔，老把绘画视为神秘莫测之事，然后突然发现自己投身到了一个颜料、调色板和画布的新奇兴趣中去了，并且成绩还不怎么叫人丧气——这可真是个奇异而又大开眼界的体验。我很希望别人也能分享到它。

为了得到真正的快乐，避免烦恼和脑力的过度紧张，我们都应该有一些嗜好。它们必须都很实在，其中最好最简易的莫过于写生画画了。这样的嗜好在一个最苦闷的时期搭救了我。1915 年 5 月末，我离开了海军部，可我仍是内阁和军事委员会的一个成员。在这个职位上，我什么都知道，却什么都不能干。我有一些炽烈的信念，却无力去把它们付诸实现。那时候，我全身的每根神经都热切地想行动，而我却只能被迫赋闲。

尔后，一个礼拜天，在乡村里，孩子们的颜料盒来帮我忙了，我用他们那些玩具水彩颜料稍一尝试，便促使我第二天上午去买了一整套油画器具。下一步我真的动手了。调色板上闪烁着一滩滩颜料；一张崭新的白白的画布摆在我的面前；那支没蘸色的画笔重如千斤，性命攸关，悬在空中无从落下。我小心翼翼地用一支很小的画笔蘸了一点点蓝颜料，然后战战兢兢地在咄咄逼人的雪白画布上画了大约像一颗小豆子那么大的一笔。恰恰那时候听见车道上驶来了一辆汽车，而且车里走出的不是别人，正是著名肖像画家约翰·赖弗瑞爵士的才气横溢的太太。

“画画？不过你还在犹豫什么哟！给我一支笔，要大的。”她把画笔扑通一声浸进松节油，继而扔进蓝色和白色颜料中，就在我那块调色板上疯狂地搅拌了起来，然后在吓得簌簌直抖的画布上恣肆汪洋地涂了好几笔蓝颜色。紧箍咒被打破了。我那病态的拘束烟消云散了。我抓起一支最大的画笔，雄赳赳气昂昂地朝我的牺牲品扑了过去。打那以后，我再也不怕画布了。

这个大胆妄为的开端是绘画艺术极重要的一个部分。我们不要野心太大。我们并不希冀传世之作。能够在一盒颜料中其乐陶陶，我们就心满意足了。而要这样，大胆则是惟一的门票。

我不想说水彩颜料的坏话。可是实在没有比油画颜料更好的材料了。首先，你能比较容易地修改错误。调色刀只消一下就能把一上午的心血从画布上“铲”除干净；对表现过去的印象来说，画布反而来得更好。其次，你可以从各种途径达到自己的目的。假如开始时你采用适中的色调来进行一次适度的集中布局，尔后心血来潮时，你也可以大刀阔斧，尽情发挥。最后，颜色调弄起来真是太妙了。假如你高兴，可以把颜料一层一层地加上去，你可以改变计划去适应时间和天气的要求。把你所见的景象跟画面相比较简直令人着迷。假如你还没有那么干过的话，在你归天以前——不妨试一试。

当一个人开始慢慢地不感到选择适当的颜色、用适当的手法、把它们画到适当的位置上去是一种困难时，我们便面临更广泛的思考了。人们会惊讶地发现在自然景色中还有那么多以前从未注意到的东西。每当走路乘车时，附加了一个新目的，那可真是新鲜有趣之极。山丘的侧面有那么丰富的色彩，在阴影处和阳光下迥不相同；水塘里闪烁着如此耀眼夺目的反光，光波在一层一层地淡下去；表面和边缘那种镀金镶银般的光亮真是美不胜收。我一边散步，一边留心着叶子的色泽和特征，山峦那迷梦一样的紫色，冬天的枝干的绝妙的边线，以及遥远的地平线的暗白色的剪影，那时候，我便本能地意识到了自己。我活了40多岁，除了用普通的眼光，从未留心过这一切。好比一个人看着一群

人，只会说：“人可真多啊！”一样。

我以为，这种对自然景色观察能力的提高，便是我从学画中学来的最大乐趣之一。假如你观察得极其精细入微，并把你所见的情景相当如实地描绘下来，结果画布上的景象就会惊人的逼真。

嗣后，参观美术馆便出现了一种新鲜的——至少对我如此——极其实际的兴趣。你看见了昨天阻碍过你的难点，而且你看见这个难点被一个绘画大师那么轻而易举地就解决了。你会用一种剖析的理解的眼光欣赏一幅艺术杰作。

一天，偶然的机缘把我引到马赛附近的一个偏僻角落里，我在那遇见了两位塞尚的门徒。在他们眼中，自然景色是一团闪烁不定的光，在这里形体与表面并不重要，几乎不为人所见，人们看到的只是色彩的美丽与和谐对比。这些彩色的每一个小点都放射出一种眼睛感受得到却不明其原因的强光。你瞧，那大海的蓝色，你怎么能描摹它呢？当然不能用现成的任何单色。临摹那种深蓝色的惟一办法，是把跟整个构图真正有关的各种不同颜色一点一点地堆砌上去。难吗？可是迷人之处也正在这里！

我看过一幅塞尚的画，画的是一座房里的一堵空墙。那是他天才地用最微妙的光线和色彩画成的。现在我常能这样自得其乐：每当我盯着一堵墙壁或各种平整的表面时，便力图辨别从中能看出的各种各样不同的色调，并且思索着这些色调是反光引起的呢，还是出于天然本色。你第一次这么试验时，准会大吃一惊，甚至在最平凡的景物上你都能看见那么许多如此美妙的色彩。

所以，很显然地，一个人被一盒颜料装备起来，他便不会心烦意乱，或者无所事事了。有多少东西要欣赏啊，可观看的时间又那么的少！人们会第一次开始去嫉妒梅休赛兰^①。

^① 梅休赛兰：远古传说中的人物，活了 969 岁，已成为长寿之象征。

注意到记忆在绘画中所起的作用是有兴趣的。当惠斯特勒^①在巴黎主持一所学校时，他要他的学生们在一楼观察他们的模特儿，然后跑上楼，到二楼去画他们的画。当他们比较熟练时，他就把他们的画架放高一层楼，直到最后那些高材生们必须拼命奔上六层楼梯到顶楼里去作画。

所有最伟大的风景画常常是在最初的那些印象归纳起来好久以后在室内画出来的。荷兰或者意大利的大师在阴暗的地窖里重现了尼德兰狂欢节上闪光的冰块，或者威尼斯的明媚阳光。所以，这就要求对视觉形象具有一种惊人的记忆力。就发展一种受过训练的精确持久的记忆力来说，绘画是一种十分有效的锻炼。

另外，作为旅游的一种刺激剂，实在没有比绘画更好的了。每天排满了有关绘画的远征和实践——既省钱易行，又能陶情养性。哲学家的宁静享受替代了旅行者的无谓的辛劳。你走访的每一个国家都有它自己的主调，你即使见到了也无法描摹它，但你能观察它，理解它，感受它，也会永远地赞美它。不过，只要阳光灿烂，人们是大可不必出国远行的。业余画家踌躇满志地从一个地方到另一个地方东游西荡，老在寻觅那些可以入画可以安安稳稳带回家的迷人胜景。

作为一种消遣，绘画简直十全十美了。我不知道还有什么在不精疲力竭消耗体力的情况下比绘画更使人全神贯注的了。不管面临何等样的目前的烦恼和未来的威胁，一旦画面开始展开，大脑屏幕上便没有它们的立足之地了。它们退隐到阴影黑暗中去了。人的全部注意力都集中到了工作上面。当我列队行进时，或者……说来遗憾，在教堂里一次站上半个钟点，我总觉得这种站立的姿势对男人来说很不自在，老那么硬挺着只能使人疲惫不堪而已。可是却没有一个喜欢绘画的人接连站三四个钟点画画会感到些微的不适。

买一盒颜料，尝试一下吧。假如你知道充满思想和技巧的神

^① 惠斯特勒：住在英国的美国画家。

奇新世界，一个阳光普照色彩斑斓的花园正近在咫尺等待着你，与此同时你却用高尔夫和桥牌消磨时间，那真是太可怜了。惠而不费，独立自主，能得到新的精神食粮和锻炼，在每个平凡的景色中都能享有一种额外的兴味，使每个空闲的钟点都很充实，都是一次充满了消魂荡魄般发现的无休止的航行——这些都是崇高的褒赏。我希望它们也能为你所享有。

（王汉梁 译）

历史二题

〔奥地利〕茨威格

怀疑历史

读历史不能深信不疑，而是应当好奇般地加以怀疑，因为看来是铁面无私的历史依旧屈从于人类对传奇和神话的强烈爱好——它有意和无意地把少数几个主角加以英雄化，而把日常生活的主角——第二流和第三流的英雄人物推到了黑暗之中。传奇恰是通过诱惑，通过求全求美的光泽，而成为真理的最危险的敌人，因此去经常对它加以验证并还历史以本来面目就成为我们的义务。

直面历史

这样一种无神论不会减少一个人的本性，不会减少他的世界价值，它只能提高我们的时代情感，我们的时代认识，它凭着对往昔的知识使现实对我们更多些公正。在一次性认识到的伟大面前毕恭毕敬，没有比这更危险的了；在官方的神圣权力面前卑躬屈膝，没有比这更灾难性的了！在传奇用它的须蔓进行编织以使一个形象心理上无法看透时，我们可以平心静气地把它解开，这不是什么读神行为；我们必须永远把历史内部正在添加的和已经

添加的重新改正过来，给真正的业绩以纯洁的和公正的尊敬，以此来对抗那种使人类在成功面前低声下气的不可抗拒的压力。

关于大学（节选）

〔英〕约翰·亨利

各位先生，我向你们声明，如果有两种大学——一种是所谓的大学，它不提供住宿，不督促学习，对修满若干课程，考试及格的任何人都授予学位；还有一种大学则既无教授亦无考试，只是把一定数量的年轻人召集在一起过三四年，然后把他们送出学校，像人们所说的牛津大学近 60 年来所做的那样。如果要我在这两种大学中选择，问我这两种方法中哪一种更有利于知识的训练——我并不从道德的角度说哪一种更好，因为显而易见，强制性的学习必有益处而懒散则极有害——如果我必须断定这两条道路中哪一条在训练、塑造、启发人的头脑方面更为成功，哪种方法培养出来的人更适合现实的任务，训练出更好的公职人员，产生出通晓世情者和名传后世的人，我将毫不犹豫地选择那种无教授也不考试的学校，它优于那种强求学生熟悉天底下每一门学科的学校。

……

当一大群年轻人，具有青年人所有的敏锐、心胸开朗、富于同情心、善于观察等等特点来到一起，自由密切交往时，即使没有人教育他们，他们也必定能互相学习。所有人的谈话，对每个人来说就是一系列的讲课，他们自己逐日会学得概念和观点，簇新的思想用以判断事物与决定行动的原则。婴儿需要学会理解由他的感觉传递给他的信息，这是他本能要做的事。他以为眼睛看

见的一切事物都在身旁，后来才了解到情况不尽如此。这样，他就从实践中得知他最早学到的那些基本知识的关系和用处，这是他生存所必需的。我们在社会上的生存也需要有类似的教育，这种教育由一所大学或学院提供。它的作用在本身领域中可以公平地称之为开扩心胸……姑且不论它的标准与原则为何，是真是伪，但这是一种真正的教育。至少它有培养才智的意图，承认学习知识并不是仅仅被动地接受那些零星、繁琐的细节。这是有意义的教育，也能做出某种有意义的事来。一批最卖力气的教师在没有相互的同情与了解，没有思想交流的情况下，绝不可能做出这样的成绩。一批不能畅所欲言、没有共同原则，只是教导和提问的主考官也同样达不到上述目的。那些被教被问的青年不认识主考官，他们彼此也不相识，主考官只在冷冰冰的教室里，或在盛大的周年纪念日向他们教授或询问一大堆种类不同、相互间并无哲理联系的题目，每星期三次，或一年三次，或三年一次。

……受到初步的基础教育之后，对于愿意独立思考的人来说，在图书馆里随意涉猎，顺手取下一本书来，兴之所至，深入钻研，这该有多大的好处啊！在田野中徜徉，和被放逐的王子一同欣赏“树木的谈话和溪中流水”，这该是多么健康有益啊！

（石幼珊 译）

学无止境

〔美〕斯坦伯格

这是美国东部一所规模很大的大学毕业考试的最后一天。在一座教学楼前的阶梯上，有一群机械系大四学生挤在一起，正在讨论几分钟后就要开始的考试。他们的脸上显示出很有信心，这是最后一场考试，接着就是毕业典礼和找工作了。

有几个说他们已经找到工作了。其他的人则在讨论他们想得到的工作。怀着对四年大学教育的肯定，他们觉得心理上早有准备，能征服外面的世界。

即将进行的考试他们知道只是很轻易的事情。教授说他们可以带需要的教科书、参考书和笔记，只要求考试时他们不能彼此交头接耳。

他们喜气洋洋地鱼贯走进教室。教授把考卷发下去，学生都眉开眼笑，因为学生们注意到只有五个论述题。

三个小时过去了，教授开始收集考卷。学生们似乎不再有信心，他们脸上有可怕的表情。没有一个人说话，教授手里拿着考卷，面对着全班同学。教授端详着面前学生们担忧的脸，问道：“有几个人把五个问题全答完了？”

没有人举手。

“有几个答完了四个？”

仍旧没有人举手。

“三个？两个？”

学生们在座位上不安起来。

“那么一个呢？一定有人做完了一个吧？”

全班学生仍保持沉默。

教授放下手中的考卷说：“这正是我预期的。我只是要加深你们的印象，即使你们已完成四年工程教育，但仍旧有许多有关工程的问题你们不知道。这些你们不能回答的问题，在日常操作中是非常普遍的。”

于是教授带着微笑说下去：“这个科目你们都会及格，但要记住，虽然你们是大学毕业生，但你们的教育才开始。”

时间消逝，这位教授的名字已经模糊，但他的训诫却不会模糊。

知识，还是知识

〔科威特〕穆尼尔·纳素夫

人言学无止境，对知识的学习和掌握同样是未婚夫妻共同的重要课题。

要想婚后生活得幸福美满，夫妻生活要有一定的共同基础。事业心和责任感是十分重要的。丰富的物质生活的取得，往往是以丰富的精神生活为前提的。

青年人都有美好的愿望，但这种可贵的品性是需要培养的。未婚夫妻之间的这种愿望也往往不尽平衡和协调。要想使婚后生活幸福而持久，就必须努力使夫妻的这种愿望得到培养、发展、平衡。

有一对未婚夫妻，小伙子埋头业务，对新房的摆设不用心，而姑娘则全力以赴地布置新房、准备家具。

小伙子说：“差不多就行了，婚后再慢慢添置。”

姑娘却不以为然：“你说什么？亲爱的，婚礼就要办得像个样儿，什么也不能缺！”

于是，两人就发生了口角，为此而红了脸。后来，小伙子为了使姑娘高兴而不得不把精力放在置办家具上，从而荒疏了学业，在后来的考核中成绩不理想，成了长久的憾事。

他们结婚了，但这件事却成了夫妻间感情不够融洽的一个潜在因素。

婚礼之前男女双方都很忙，显得时间特别紧，往往不如以往

那样勤于学习。时间紧是难以改变的，人的精力也是有限的，但追求知识的途径还是很多的。

美国学者伯纳德·伯伦森在他 90 岁生日的前夕对朋友们说：“时间是我所最珍爱的。我愿意站在街头，手里掬着帽子，乞求过往行人把他们不用的时间扔在帽子里面。”

流逝的时间是由少增多的，失去的时间也是由少渐多。不知爱惜时间，时间会毫无意义地流逝；但如果有意识去寻求、积累时间，那么时间就会由零星变得充裕起来。

婚前的年轻人若能科学地、有规律地节约并利用时间，养成不虚掷光阴的好习惯，他们在婚后漫长的岁月里也就更能够更充分地发挥时间的作用，成为时间的主人。

“天才就是这样，终身努力，便成天才。”著名化学家门捷列夫的话说得好极了！终身努力对于一个人来说是难能可贵的。而婚礼之前的时光又是十分宝贵的，是一个人一生中最佳的时期之一，要珍惜啊！

（谢传广 译）

生活在大自然的怀抱

在我漫长的一生中，有多少小小的子弹和霰弹落到了我的身上，不知从哪儿飞来，击中我的心灵，于是给我留下许多弹伤。而当我的生命已近暮年，这些数不尽的伤口开始愈合。

在那曾经受伤的地方，就生长出思想来。

——〔前苏联〕普里什文

大自然（节选）

〔德〕歌 德

大自然！她四面将我们环绕，她紧紧地把我们拥抱——我们既无力从她怀中挣脱，又无法更深地进入她的肌体。既无须请求又未受警告，她就把我们纳入她自己的循环往复的舞蹈中，同我们一起继续活动，直至我们精疲力竭，从她的臂弯中滑落。

她永远创造新的形态：目前摆在我们面前的一切，过去从未出现；以前曾经存在的东西，现在不会再现——万物都是新的，然而又始终成为旧的东西。

我们生活在她的领域中间，却使她感到陌生。她喋喋不休地同我们交谈，而从未向我们透露她的任何秘密。我们持续不断地对她施加影响，却始终没有控制她的力量。

她似乎一切都着眼于个性，然而不喜欢个人。她永远从事建设，同时永远进行破坏。她的工作间则不可进入。

她生活在正直的儿女心中；而母亲，她在何处？

她是无与伦比的艺术家的：用最普通的素材创造出极其强烈的对照；虽然见不到努力的外表却达到极其了不起的完美——实现了最最完全的坚定，却总是蒙上温柔的面纱。她的每件作品都具有自己特有的本质，她的任何一种现象都有其最孤立的概念，然而所有这一切复归为一。

她表演一出戏剧；她自己是否理解它，我们并不知道，然而她却为了——处于一隅之地的——我们进行表演。

在她身上存在着永恒的生活、变化和运动，然而她却继续移动身躯。她永远变换模样，在她身上不存在任何停滞因素。她对保持不变毫无概念，她把自己的咒骂对准了停滞。她意志坚定，她步伐稳健，她的例外极为罕见，她的规律不可改变。

她也会思考，并且经常不断地思忖；然而不是作为一个人，而是作为大自然。她为自己保留了特有的、包罗万象的思想，没有一个人能够觉察到她的这种思想。

所有的人都置身于她的怀抱中，她也潜藏在所有人的身上。她同所有的人进行友好的比赛，人们越多地战胜她，她越高兴。她同许多人如此隐蔽地进行比赛，以致在他们觉察此事之前，她就结束比赛。

大自然也是最不自然的东西。甚至最无耻的市侩作风也具有她的某些天赋。谁不到处察看她，谁就不会在任何地方正确地理解她。

她钟爱自己，无数次地永远目不转睛地盯着自己，心念念想着自己。她进行自我剖析，以便自我欣赏。她总是让一些新的善于享受的人长大成人，不厌其烦地倾诉衷情。

她喜欢幻想。谁破坏了自己的和别人的幻想，她就作为最严厉的专制君主对谁予以惩罚。谁信赖地听她的话， she 就把谁当做儿女一样地紧紧搂在自己怀里。

她的儿女是无数的。无论在何处，任何儿女都不缺少她的爱抚，可是她有一些宠儿，她把许多精力花费在他们身上，她为他们做出了许多牺牲。她把她的保护与伟大紧密相连。

她从虚无中喷出自己的产物，她并不对他（它）们说出，他（它）们来自何方，前往何处。他（它）们只得往前走。惟有她认识道路。

她只有少量的发条，然而它们永远也不会用坏，它们一直是有效的，始终是多种多样的。

她的戏剧总是新的，因为它始终创造新的观众。生存是她的最美好的发明，死亡是她的获得许多生命的手段。

她把人类笼罩在阴郁的气氛中，并且永远鼓舞人类追求光明。她使人类依赖于地球，使人类懒惰和艰难，可是又一再使其轻松。

她提供必需品，因为她喜爱运动。她如此事半功倍地实现了所有这种运动，这是个奇迹。任何需要都是令人欣慰的事。这种需要迅速得到满足，又迅速地增长。如果她多提供一种需要，那么这就是乐趣的一个新的源泉；然而她很快就会达到平衡。

她使用所有的瞬间为了最长的进程，所有的瞬间均已到达目的地。

她本身是爱虚荣的，然而不是为了我们，她已经使自己成为我们的最重要的事情。

她让每一个儿女本身从事艺术，让每一个傻瓜对自己下断语，让成千的麻木不仁者掠过自己而没有任何发现；她喜欢所有的人，并且跟所有的人算账。

人们服从她的规律，虽然人们反对它们；人们同她一起工作，虽然人们打算跟她唱对台戏。

她使提供的一切都成为令人欣慰的事，因为她使这一切都成为必不可少的。她犹豫不决，因为人们向她提出要求；她赶快，因为人们对她不厌烦。

她既无语言又无言；然而她创造了舌头和心脏，她通过它们感觉和说话。

她的王冠是爱。人们只有通过爱才会靠近她。她在万物之间造成鸿沟，可是万物想要相互缠绕。她把万物隔离起来，然后又将它们集合在一起。由于从爱的酒杯中喝上几口美酒，她认为充满辛劳的生活没有什么损失。

她就是一切。她既自我酬谢，又自我惩罚，既自我欢乐，又自我烦恼。她既粗暴又温和，既可爱又可怕，既无力又万能。万物总是处于她的怀抱中。她既不知道过去又不知道未来。对她来说现在就是永恒。她心地善良。我赞美她及其一切作品。她既聪明又文静。人们无法揭开她自身的奥秘，也无法强行取得她并非

自愿献出的礼物。她是狡猾的，这只是为了善良的目的，然而最好的做法是，不留意她的狡猾。

她是完整的，然而总是未完成的。于是她始终能够从事她要从事的事情。

每个人都感到，她以特有的形态出现。她隐藏于成千个名称和术语中，然而这一切始终是同一个。

她把我放进来，又将我引出去。我信任她。她想与我接通。她不会憎恨自己的作品。我不曾谈论她。不，什么是真的，什么是假的，她谈论了这一切。一切都是她的过错，一切都是她的功劳。

(陈宗显 译)

生活在大自然的怀抱里

〔法〕卢梭

为了要到花园看日出，我比太阳起得更早；如果这是一个晴天，我最殷切的期望是不要有信件或来访扰乱这一天的清宁。

我用上午的时间做各种杂事。每件事都是我乐意完成的，因为这都不是非立即处理不可的急事，然后我匆忙用膳，为的是躲避那些不受欢迎的来访者，并且使自己有一个充裕的下午。即使最炎热的日子，在中午一点钟前我就顶着烈日带着小狗芳夏特出发了。由于担心不速之客会使我不能脱身，我加紧了步伐。

可是，一旦绕过一个拐角，我觉得自己得救了，就激动而愉快地松了口气，自言自语地说：“今天下午我是自己的主宰了！”

接着，我迈着平静的步伐，到树林中去寻觅一个荒野的角落，一个人迹不至因而没有任何奴役和统治印记的荒野的角落，一个我相信在我之前从未有人到过的幽静的角落，那儿不会有令人厌恶的第三者跑来横隔在大自然和我之间。那儿，大自然在我眼前展开一幅永远清新的华丽的图景。

金色的燃料木、紫红的欧石南非常繁茂，给我深刻的印象，使我欣悦；我头上树木的宏伟、我四周灌木的纤丽、我脚下花草的惊人的纷繁使我眼花缭乱，不知道应该观赏还是赞叹：这么多美好的东西竞相吸引我的注意力，使我在它们面前留步，从而助长我懒惰和爱空想的习惯，使我常常想：“不，全身辉煌的所罗门也无法同它们当中任何一个相比。”

我的想像不会让如此美好的土地长久渺无人烟。我按自己的意愿在那儿立即安排了居民，我把舆论、偏见和所有虚假的感情远远驱走，使那些配享受如此佳境的人迁进这大自然的乐园。我将把他们组成一个亲切的社会，而我相信自己并非其中不相称的成员。我按照自己的喜好建造一个黄金的世纪，并用那些我经历过的给我留下甜美记忆的情景和我的心灵还在憧憬的情境充实这美好的生活。

我多么神往人类真正的快乐，如此甜美、如此纯洁，但如今已经远离人类的快乐。甚至每当念及此，我的眼泪就夺眶而出！啊！这个时刻，如果有关巴黎、我的世纪、我这个作家的卑微的虚荣心的念头来扰乱我的遐想，我就怀着无比的轻蔑立即将它们赶走，使我能够专心陶醉于这些充溢于我心灵的美妙的感情（然而，在遐想中，我承认，我幻想的虚无有时会突然使我的心灵感痛苦。甚至即使我所有的梦想变成现实，我也不会感到满足；我还会有新的梦想、新的期望、新的憧憬。我觉得我身上有一种没有什么东西能够填满的无法解释的空虚，有一种虽然我无法阐明，但我感到需要的对某种其他快乐的向往。然而，先生，甚至这种向往也是一种快乐，因为我从而充满一种强烈的感情和一种迷人的感伤——而这都是我不愿意舍弃的东西）！

我立即将我的思想从低处升高，转向自然界所有的生命，转向事物普遍的体系，转向主宰一切的不可思议的上帝。此刻我的心灵迷失在大千世界里，我停止思维，我停止冥想，我停止哲学的推理；我怀着快感，感到肩负着宇宙的重压。我陶醉于这些伟大观念的混杂，我喜欢任由我的想像在空间驰骋；我禁锢在生命的疆界内的心灵感这儿过于狭窄，我在天地间感到窒息，我希望投身到一个无限的世界中去。我相信，如果我能够洞悉大自然所有的奥秘，我也许不会体会这种令人惊异的心醉神迷，而处在一种没有那么甜美的状态里；我的心灵所沉湎的这种出神入化的佳境使我在亢奋激动中有时高声呼喊：“啊，伟大的上帝呀！啊，伟大的上帝呀！”但除此之外，我不能讲出也不能思考任何别的东西。

美的真谛

〔俄〕邦达列夫

人如同感知般地对大自然的反映是否就是美的真谛？

我在想，我们的地球，这宇宙中鲜花盛开的神奇花园，连同它的日出日落，空气清新的早晨，星光闪烁的夜晚，冰冻的严寒，炎热的太阳，连同它全部的光明，凉快的阴影，七月的彩虹，夏秋的薄雾，雨水和白雪——我想像，我们这个地球无可补救地变成了无人的荒寂。好吧，请想像一下：在地球上再也没有人——在城市的石头走廊上，在荒野的草地上，到处只是一片沙沙作响的空旷；没有一点人声、笑声，甚至也没有一声绝望的喊叫来打破这沉寂。

在这空无一人的冰冷的寂静中，我们美丽的地球立即就失去了作为宇宙空间里人类之舟和尘世谷地的最高意义，并且它的美一下子就丧失殆尽，消失得无影无踪。因为有了人，美也就不能在他的身上和意识里反映出来，不能被他所认识。那么美又对谁而言？对何而言？

美不能像精确的思维和细致的理智一样能自我认识。美中之美和为美而美是毫无意义的，是荒谬的和不现实的。事实上这就像为理智的理智一样，在这种消耗性的内省中没有自由的竞争，没有吸引或排斥，没有活的呼吸，因而它注定要死亡。

美必须要有反映，要有明智的评价者，有善良或赞赏的旁观者。须知美感——这是生活、爱和希望的感受——是对永生的臆

想和信心，会唤起我们生的愿望。

美与生命连在一起，生命与爱连在一起，而爱则和人类连在一起。一旦这些联系的纽带中断，大自然中的美就会和人类一起灭亡。

死亡的地球上最后一位艺术家所写的书，尽管它充满了最富有天才的和谐的美，至多也只是一堆废纸和垃圾。因为书的目不是对着虚无喊叫，而是在另一个人心灵中引起反应，是思想的传递和感情的转移。

汇集了全部美的世界上所有的博物馆，所有的绘画杰作，如果离开了人类，看起来就像是一些可怕的、五颜六色的破板棚。

没有人类，艺术的美会变得乖戾丑陋，就是说变得比自然的丑更无法忍受。

面向落日

〔日〕国木田独步

23 日及今日，一到日落前，我便走出屋门来到海滨，逍遥自在一番。横卧枯草之上，目送着太阳越过箱根山脉，转瞬间，在远方沉没。

我的心愿，在于痛快地欣赏天地之奇观。

我就是以这种心情面向落日的。隔着相模湾，伊豆的连峰、箱根的群山，直到富士山，重峦叠嶂，横亘于眼前。

金色的云霞，飘浮于这些山峰之巅。水光天色交相辉映，鲜红的光线织出紫色的山岚。近处，白浪拍击着白沙。仰视湛蓝的、深邃莫测的太空，淡淡的一轮圆月高挂，犹似梦境。太阳渐渐藏身于山峰背后。凝目静观，红日似动而不动，大地似不动而在动，它好似载着高山和海洋在转动。我既看见了天地的颜色，又看见了它的运转，从中微感到自然的美丽和力量。然而我依然陷于烦恼与幻觉之中，而此心其实并不在吞吐吾人的天地之奇异上。

什么是生？什么是死？什么是自然？什么是我？人生的意义如何？这些莫大的疑问，仍旧在我的情感上毫无力量。然而，自然却已逐渐接近于我。

（程在里 译）

太阳的话

〔日〕岛崎藤村

“早上好！”

我向太阳隐身的地方致意。没有回答。今天仍旧是太阳隐居的日子。

让我在这里写下一点自己记忆中的事吧。我第一次发现太阳的美，并不是在日出的瞬间，而在日落的时刻。我已经是 18 岁的青年了。当时在我的周围，虽然也有人教给我对大自然的很淡然的爱，但是没有人指示我说：你看那太阳。我在高轮御殿山的树林中发现了正在沉落的夕阳，为了分享那从未有过的惊奇与喜悦，我发狂般地向一起来游山的朋友跑去。我和朋友二人，眺望着日落的美景，在那里站立了许久许久。那时充满在我胸中的惊奇与欢乐，至今仍旧难以忘怀。

然而，更使我难以忘怀的，乃是我第一次感受到太阳在我的精神内部升起的时候。我在青年时代的生活颇多坎坷不平，时时与艰难为伴，在漫长而暗淡的岁月里，我连太阳的笑脸也不曾仰望过。偶尔映入我眼里的，不过是没有温度，没有味道，没有生气，只是朝从东方出，夕由西天落的红色、孤独的圆轮。在我 25 岁的青年时代，我感到寂寞无聊而去仙台旅行，就是从那时开始，我懂得了自己的生命内部也有太阳升起的时刻。

阳光的饥饿——我渴求阳光的愿望本是极其强烈的。但是，在似亮非亮的暗淡笼罩的日子里，我也曾非常失望过。我也曾几

次失去了太阳。甚至连渴求太阳的愿望也时而变得淡漠。太阳远离我而存在，在我的眼里，它的面容永远是毫无意义的、悲哀痛苦的。

然而，曾一度懂得在自己的生命内部也会有太阳升起之时的我，几经彷徨后，又回归到等待黎明的心境。不论是在每年的冬季要持续五个月之久的信浓山区，还是在好似新开垦的东京郊外的田野，或是在便于观赏那城镇上空的日出的隅田川的岸边，我一直在翘盼着天明。不仅如此，在漫长的岁月里，我也曾沦为异邦的旅人。在那时，无论从宛若紫色的泥土般的遥远的海上，无论从看去如同梦境般流泄着蓝色磷光的热带地区的水波之间，也无论是在如冰的石建筑鳞次栉比、林荫树凄冷昏黑、万物仿佛全都结冻了似的寒冷的异乡街头，我仍然在固执地盼着天明。甚至在梦中思念着遥远的日出，踏着朝霞向故乡迢迢归来。

我等待了三十多年。恐怕我的一生就要在这样的等待中度过了。然而，谁都可以拥有太阳。我们的当务之急不仅是要追赶眼前的太阳，更重要的是要高高举起自己生命内部的太阳。这种想法与日俱烈，在我年轻的心灵中深深地扎下了根。

现在我所想像的太阳，已经到了古稀高龄。仅就我记忆中的，自物心相合以后的太阳的年龄，如今已经是五十有三。如果加上我无从记得的从前的年龄，那么太阳是怎样一位长寿的老人，则是无论如何也无法知晓的。

人若到了五十又三的年龄，不衰老者极为少见。头发逐年增白，牙齿先后脱落，视力也日渐减弱。曾经是红润的双颊，变得就像古老的岩壁一样，刻上了层层皱纹。甚而还在皮肤上留下如同贴在地上的地苔一样的斑点。许多亲密的人相继过世，不可思议的疾病与晚年的孤独，在等待着人们。与人的如此软弱无力相比，太阳的生命力实在是难以估量的。看它那无休无止的飞翔、腾跃，以及每夜沉落不久又放射出红色朝霞的生气！真正拥有丰富的老年的，除太阳之外，更有何者！然而，在这个世上，最古老的就是最年轻的。这个道理深深地震动我的心灵。

“早上好！”

我再一次致意。仍旧没有回答。然而我已经到了这样的年龄，而且感觉到了自己内部的太阳在醒来，因此我坚信，黎明一定会在不远的将来光临。

（许金龙 译）

云

〔法〕波特莱尔

——喂！你这位不可猜测的人，你说说你最爱谁呢？你父亲还是你母亲？姐妹还是兄弟？

——哦……我没有父亲也没有母亲，没有姐妹也没有兄弟。

——那朋友呢？

——这……您说出了我一个我至今还一无所知的词儿。

——你的祖国呢？

——我甚至不知道她坐落在什么方位。

——那美呢？

——这我会倾心地爱，美是女神和不朽的……

——金子呢？

——我恨它，就像您恨上帝一样。

——啊呀！你究竟爱什么呀？你这个不同寻常的陌生人！

——我爱云……匆匆飘过的浮云……那边……美妙奇特的云！

（亚丁 译）

雨 夜

〔乌拉圭〕伊瓦尔沃罗

我爱雨夜。十分和谐的夜，无限甜蜜的夜。它仿佛顿时可使我们这个家变成宇宙间惟一温馨和光亮的藏身之地。身边的物件似乎满含深情，分外亲昵；灯光也好像空前明亮；炉火，摇椅，线团，毛毯，一切都变得异常亲切，富有魅力。

在那咆哮的狂风之中，在那时而暴怒时而平静的大雨之中，在那鸟儿为之双双蜷缩着脑袋的寒冷之中，我那卧室，此时此刻确确实实成了一个温暖、明媚和庄严的安乐窝。我想像着我的家，它好比是握在黑色巨人手中的一颗富有生命力的小钻石。真是至高无上的天福！我努力不让自己睡着，以便尽情享受这饱蘸诗情画意的幸福时辰。然而有时，我会突然想起那些可怜的破壁小屋，那些在寒冷中颤抖的孩子们，以及那些与我不同，没有一个温暖的家，没有一张柔软的床的妇女们，对于他们来说，这样的夜晚，简直是一种难以忍受的酷刑。想到这儿，我便竭力使自己迅速进入梦乡。

既然我无力改变那满目的苍凉，我终于不得不抛弃我那自身的安逸感。

我于是睡去，梦中还为自己竟品尝那使千百万人倍受折磨的东西而感到羞愧。

（方瑛 译）

黎明

〔南斯拉夫〕L. 伍里采维奇

黎明是光之喷泉的顶端，是希望和爱。黎明时，大自然醒来了，一切有生之物也都从睡梦中醒来，得到加强，好像重新组合过来似的。黑夜把露珠抛撒在黎明的路上；黎明时花儿舒展开来，太阳会发现每一件事物都装饰一新。黑夜的哑默被打破了，出现了欢欣的协调。鸟儿快乐地歌唱着，凉风飒飒地穿过稠密的林子，欢愉的精神笼罩着山峦和峡谷，微风抚慰着安静的大海。塞尔维亚母亲，唤醒你的孩子们吧，这样他们就能看见黎明，领受她第一缕光线的亲吻。

黎明时我凝视着大自然，一种清新的活力似乎充溢于高山、丘陵、树林和田野。我观察着各种各样的美，当我注视着它们的时候，我的心胸怡然自得。当我在清晨早早起来，黎明用她的光辉照亮我，亲吻我，我感到我变得更好了，更有精神了。那厌倦的、悲哀的和病了的，都在渴望着呼唤着黎明。痛苦和沮丧是黑夜给予那些受苦的人的。塞尔维亚母亲，唤醒你的孩子们吧，这样他们就能看见黎明，领受她第一缕光线的亲吻。

黎明时，心灵能够领会永恒的神圣的真理。黎明时，那如此明智地构造世界的力量，使我们看起来更加辉煌，听起来更为悦耳。它照亮了星辰，牵引着大海。黎明时，知觉更为活跃，能更好领悟全能的力量意义，它把它的精神注入万物，使之能够呼吸到它那无所不在的精神。塞尔维亚母亲，唤醒你的孩子们吧，

这样他们就能看见黎明，领受她第一缕光线的亲吻。

黎明时是学习、思索和祈祷的最好时光，这时神智清明，心儿更为炽热和敏感。身体变得更为轻捷，灵魂更为安详自在，高高地向上飞翔。在夜晚，人们受卑劣的情欲支配而沉陷于泥沼，而在清晨，纯洁的爱使他们变得高尚，升入天堂。塞尔维亚母亲，唤醒你的孩子们吧，这样他们就能看见黎明，领受她第一缕光线的亲吻。

春天的遐想（节选）

〔印度〕泰戈尔

我今日承认我与树木有着源远流长的亲谊。我不同意紧张地工作是生活中无可比拟的成功的观点。森林女神，自古是我们的亲姐姐，今天邀请我们这些小弟弟进入她的华堂，为我们描吉祥痣。在那儿我们应该像和亲人团聚那样与树木团聚，捧着泥土在凉荫下消度时光。我欢迎春风欢快地掠过我的心田，但不要卷起林木听不懂的心语。直至杰特拉月下旬，我把在泥土、清风、空气中濯洗、染绿的生活播布四方，然后静立在光影之中。

可是，唉，没有一项工作停止，文债的账簿在面前摊开着。落入世风的庞大机器和杂事的陷阱，春天来了，依旧动弹不得。

我向人类社会恳切地呼吁：设法改变这种不正常的现状！人的光荣不在于与世界的脱离，人伟大是因为人中间蕴藏世界的全部神奇。人在固体中是固体，在树木中是树木，在飞禽走兽中是飞禽走兽。自然王宫的每座殿堂对他是敞开的。但敞开又怎样！一个个季节从各个殿堂送来的请柬，人若不收下，一动不动地坐在椅子上，那博大的权利如何获得？做一个完整的人，需和万物浑然交融，人为何不记住这一点，却把人性当做叛逆世界的一面小旗，高高举起？为何一再骄傲地宣称：“我不是固体，我不是植物，我不是动物，我是人。我只会工作，批评，统治，反叛？”为何不说：“我是一切，我与万物不可分离。独居的旗不属于我？”

咳，社会的笼中鸟！今天，高天的蔚蓝如思妇的瞳仁中浮现的梦幻，树叶的葱绿像少女秀额似的新奇，春风像团圆的热望一样活跃，可你敛起羽翼，绕足的琐事的锁链叮当作响。

这就是人生！

说 春

〔英〕撒缪尔·约翰逊

眼前，每块土地，每丛树林都是碧绿一片，
眼前，柔美的大自然最漂亮的面孔已经显现。

——厄尔芬斯通

每个人对自己的现状都会很不满足，多少总要驰骋幻想去寻问未来的幸福，而且，会凭借解脱眼前困惑他的烦恼，凭借他获得的利益，去把握时间以谋求改善现状。

当这种常常要用最大的忍耐盼来的时刻最后到来时，幸福却往往并不降临，于是，我们接着又以新的希望来自我安慰，又用同样的热望翘盼未来。

如果这种心情占了上风，人们就会把希望寄托在他难以企及的事物上，而也许就真会碰上运气；因为他不是仓促从事，并且，为了使幸福更加完善，他还会注意采取必要的措施，等待幸福时刻的到来。

我很早就已经认识了一位有这种性情的人，他迷于幸福的梦想中，这给他带来的损害要比妄想通常产生的损害少得多；同时，他还会常常调整方案，显示他的希望之花常开不败。也许不少人都想知道他是用什么方法得到如此廉价而永恒的满足，其实他只是把困难移到下一个春天，他于是得到了这种暂时的满足。如果他的健康可以得到补偿，那么春天就能补偿；如果因价格昂

贵而买不起他所需要的东西，那么，在春天，这种东西就会跌价。

事实上，春天悄然来到却往往并无人们所想像的那种效益，但是人们常常这样肯定：很可能下次会顺利些，不到仲夏很难说眼前的春意就令人失望；不到春意了无踪迹的时候，人们总是经常谈论春天的降临，而当它一旦飘然离去之后，人们却还觉得春天仍在人间。

同这样的人长谈，在思索这个快乐的季节上，也许会感到极大的愉快。我满意地发现有很多人也被同样的热情所感染（这样比拟是无愧的）。因为，我相信，岂有优秀的诗人面对那些花瓣，那阵阵柔风，那青春的颤音而不显露他们的喜爱？即使最丰富的想像也难以包容那金色季节的静穆与欢欣，而又会有永恒的春天作为对永不腐朽的清白的最高奖赏。

的确，在世界一年一度的吐故纳新过程中，有一种不可言传的喜悦展现出无数大自然的异宝奇珍。冬天的僵冷与黑暗以及我们眼见的各种物体所裸露出来的奇形怪状，会使我们向往下一个季节，既是为了躲避阴冷的冬天，也是因为喜欢晴朗的春天。温和的景色把每一朵含苞的花朵带入我们每个人的眼帘里来，我们就把这花当做报春的使者，认为它在通知我们：更加愉快的日子马上就要到来了！

春天为我们的灵魂提供了我们能享受的一切，如此轻松地解除了我们心头的焦虑和感情上的纷扰，可以让我们闲适欢愉。田野和森林的新绿，飘逸着令人沉醉的特有馨香，到处倾泻着欢乐声；动物因食物增加和天气温和显然都十分喜悦；赋予整个大地一副快乐的神态，从大自然的微笑中，显露出来。

然而，也有一些人并不喜欢这阳春烟景，他们匆匆掠过了千姿百态的乡间秀色，而把时光和思想耗费在牌戏、集会、酒馆、聊天上。

当一个人不能忍受与别人相处在一起的时候，总有某种不正常的情形，这是不带欺骗性的，想要求得解脱，或者因为他厌倦

人生，万念俱灰。这种由外力推动而非意向转移产生的心情，肯定是借助于外来事物，也许因为他害怕某些不快闯入心里，力求避免失败的记忆、对灾害的恐惧或某种更悲惨的思想。

那些被悲哀夺去沉思乐趣的人们，可以适当地专心于有趣的消遣，如果这些消遣无害的话；那些害怕未来痛苦而导致不幸的人们，必须努力清除这种危险。

走笔至此，我应当转到那些成为他们思想负担的事物上来，因为他们需要的是值得回忆的目标。大自然的神秘虽已展露，但他们并未得到什么快乐和教训，因为他们永远也无法学会识别那些特征。

一个法国作家发挥了这种似非而是的说法：懂得走路的人不多。的确，有不少人并不懂得带着愉快的希望去散步，他们待在家里，心情相同的伴侣好像就已给他们提供了散步的快乐。

有些动物从接近的物体上借来某些颜色，但偶一改变位置，就变了色调。同样，每个人也应当尽力去感受自己周围的事物，因为，如果他的注意力始终固定在某一地方，一旦变易位置，就看不见新目标。心灵应当向新思想敞开，要从旧思想的控制下解放出来，因为旧思想容易导致行动的保守。

一个善于以新事物自娱的人，会在大自然的产物中找到无穷无尽的物质蕴藏，而不会遭人妒嫉或怨恨。某些艺术作品，即使已有定评，缺点依然在所难免！但人们常常期望找到新理由去崇拜天下的权威，也有人希望能利人利己。毫无疑问，很多蔬菜和动物可能都有起巨大效用的特性，但是，也不必穷究精研，只要做到常规实验和密切注意就足够了。化学家们有关他们的可爱的汞所说的一切，就汞的整个形成而论，也许人人都相信是确切的，但是假如在它上面要消耗千万条生命，那么汞的一切化学性质就很难发现。

人类应该具有各种不同的趣味，因为生活赋予并需要如此众多的乐趣，它既不希望，也不要求我们都是博物学者，但是，假如给那些不健康、不舒坦并缺乏充分快乐来源的人指出一种新鲜

的消遣方法，是不适当的，向那些每天都感到负担沉重的人说还有很多他们从未见过的东西，也是不切实际的。

对大自然的作品增强了好奇心的人通往幸福的途径更多，因此，我要把青春的沉思奉献给读者中的年轻人，要他们原谅我要求他们立刻去利用一年的春天，利用生命的青春。当那些新鲜影像深深印在他们的心灵上时，就要去热爱天真活泼的欢乐，并且有一种追求知识的热情，而且，要记住，枯萎的春天会造成荒年，要记住，青春的花朵，虽说美丽愉快，但也不过是大自然早已安排妥当，要为秋天的果实所做的准备而已。

（张国佐 译）

大地的忠诚

〔黎巴嫩〕哈利勒·丁

大地非同于其他事物，它不虚伪骗人，不出尔反尔。

天空可能会撒谎，于是便不下雨；风会一反常态，于是把大树连根拔起，吹起沙子迷住人的眼睛，使一切荡然无存；大海会背弃它与水手们的契约，宁静的海面顿时涛涌如山。那浪涛就是寿衣，那汪洋便是坟墓，温柔的海滩就像泛着白沫的双唇，吐着腐烂的尸骨。

小溪会骗人，于是渗入地下；泉水会骗人，于是便干枯；树枝会骗人，于是拒发新叶；花儿会骗人，于是便不芳香四溢，不果实累累。

太阳会骗人，于是隐而不见；月亮会骗人，于是不玉盘东升；星星会骗人，便坠落不现。

玫瑰会背叛，捧出的是荆棘利刺，而不再是艳丽与芳香。

而大地，只有大地，才始终如一，永不欺骗，永不撒谎，永不背信弃义。

你栖身的房屋可能会倾倒，会劈头盖脸塌下来。

你吃下的那口食物里也许有致命的毒药。

你穿着的衣服也许会令你窒息，你脚蹬的鞋子也许会带你走向深渊，拥着你的床铺也许会变为你的坟墓。

你真诚相待的朋友也许会变心疏远你；你曾真心相爱的人也许会把 you 遗忘。

至于大地，独有大地，才最忠诚老实，既不会遗忘，也不会背叛。

看看死亡和时间吧，无论何物、何人都无法拒绝它们的光临，而大地则不然。

每当一代人被死亡席卷，或被时间所遗忘，我们便站在大地上说：“这儿曾站过一位帝王，这儿曾走过汉尼拔的大军，那儿曾是征服者之路。”

我们站在大地之上，我们请大地作证。大地在笑，在回忆，在作证。

啊，大地！也许你的最伟大之处是，我们在你的内部挖得越深，你所赠予的财宝、宝藏和奉献就越多。你与人是多么的不同啊！也许你最壮丽的景色就是你表面上的残墙断壁，是烈焰熊熊吞噬着一切，是遍地的死者和伤者。你保持着自己的庄严，嘲笑着所有的一切，你张开双臂拥抱所有落下的和倒下的，你容纳所有的事，所有的人。

难道不奇怪吗？在你表面上爆炸的炮弹能使所有的一切事物死亡，但如果它在你身上划上疤痕，你的体内就会爆发新的生命！

大地啊！你不愧是我们的母亲！

（蒋传瑛 周烈 译）

大地的眼睛

〔前苏联〕普里什文

思想的诞生

在我漫长的一生中，有多少小小的子弹和霰弹落到了我的身上，不知从哪儿飞来，击中我的心灵，于是给我留下许多弹伤。而当我的生命已近暮年，这些数不尽的伤口开始愈合了。

在那曾经受伤的地方，就生长出思想来。

在霞光中

霞光在空中燃烧，你自己，当然，也在霞光中燃烧。千百种声音在霞光中汇合在一起，为的是赞美生活，燃烧，烧尽。但有一个轻微的声音，或者不如说是悄声耳语，不大同意和大家一起燃烧。

我的朋友，你不要去听这恶毒的悄声耳语，为生活而高兴吧，为了生活而表示你的谢意吧，也像我这样，和所有的霞光一起燃烧吧！

（非琴 译）

大海的启迪

〔埃及〕A. 阿明

这就是瑰丽浩瀚的大海。它温情脉脉，孩童可与它任意嬉戏。它剽悍强暴，庞大的舰队在它的面前也得瑟瑟发抖。无论是它热情奔放时，还是它无精打采时；无论是它笑容可掬时，还是它愁眉不展时；无论是它涨潮时，还是它落潮时；无论是它温顺时，还是它狂暴时，它都是一幅时世的真实画卷。每当我坐在大海的面前，感觉到的总是一种痛苦的愉悦，或愉悦的痛苦。愉悦是因为大海的壮美。所有的美都带来快乐，唤醒希望，滋润心田。痛苦是由于大海的浩瀚。在大海的浩瀚面前，人会自惭形秽；在大海的雄壮面前，人会觉得自己浅薄；在大海的强大面前，人会觉得自己渺小；在大海的威严面前，人会觉得自己卑贱；在大海的永恒面前，人会觉得自己的终结。

大海是刚毅的，从不绝望。大海是勤奋的，从不厌倦，不懈地与无声的礁石搏斗，并以自己的倔强将其征服，以柔克刚，将其融化。于是，礁石化为乌有，而大海却永世长存。

从古至今，人类一直在用自己的智慧来抵御大海的侵害与冒犯，一旦有所发明，必将用来抗拒大海的进剿，用来避免大海造成的灾祸。可大海总是虎视眈眈，从不示弱，它不时地出击，故意选择人类最新发明的，装备以最现代化设备的、最强大的东西为目标，并以闪电般的速度给予致命的打击。在大海面前，人类的军舰、装甲车、飞机、潜艇都统统不堪一击。

请看看大地，它已归顺于人类，就像被驯服的野兽。人类在大地上修了路，盖了房子，使它的荒山野岭变成了良田、绿洲、花果园。人类拥有了大地，并为其主权而战；人类瓜分了大地，并为其疆域而战，而大地本身却永远像羔羊一样温顺，像卑贱的奴隶一样屈从。

大海则不然，自从造物主创造它出来，它总是那么暴虐凶残。它从不允许人类对它为所欲为，更不允许任何人去占有它。无论时代怎么变迁，科学如何发展，人类始终无法征服它，无法控制它的活动，无法使它变得像大地那样温厚、顺从……假如有人胆敢轻举妄动，那么大海是会像猫玩耗子那样，戏弄他，在没有任何人察觉的情况下，静静地将他吞食，或将冰山压在他身上，将他碾成碎块。

无论人类因拥有蒸汽、铁、火、电、无线电而强大，还是他因只有帆和风而弱小，大海对他都是公正的。这是它的本性。它不在乎有权有势的国王，不在乎家财万贯的富翁，不在乎一贫如洗的穷人，不在乎忧愁悲苦的不幸者，不管谁想享用它的水——无论是谁——都应以十分谦恭的姿态接近它；都应放弃一切威严的外表，显赫的伪装；都应脱下他的鞋，摘掉他的帽，使他自己一丝不挂。否则必将受到大海无情的惩罚。

大海以它巨大的力量而自豪。它从不允许它的任何创造物在陆地上生存一会儿。大地则不具备如此巨大的力量，故而大地的子民能在大海中生存几天。

大海的深邃莫测，大海的汹涌波涛，大海的永恒运动，大海的雷霆万钧之力，以及大海的温顺，大海的无瑕，大海不变的壮观景色，过去是，现在仍是，将来也永远是人类爱与崇敬之源，诗意与幻想之泉。

(周烈 蒋传瑛 译)

航 船

〔乌拉圭〕 J.E. 罗多

—

看，大海的寂寥。一道无法穿越的线封锁着它；这道线与整个穹窿连在一起，只在海滩处留下空隙。一艘船，趾高气扬，带着隆隆的轰鸣驶离了海岸。西斜的太阳，温和的云朵，阵阵海风催人远行。船在前进，在空中留下黑色的烟尘，在海上留下白色的浪花。前进，行驶在平静的波涛上。它驶到海天交接处，穿越那道界线。只剩下高高的桅杆依稀可见；这最后的迹象也终于消失了！那无法穿越的线又变得神秘莫测！谁能否认它的存在呢？它就在那里，那是实实在在的分界，那是深渊的边沿。然而它的后面仍是茫茫沧海，浩瀚无垠。大海越来越深，越来越广；在它的另一端，是将它与别的海面隔开的陆地，新的陆地，更辽阔的陆地，太阳为它们涂上了不同的色调，那里生活着不同的种族；神奇、宽广的土地，高尚、完美的世界，或者已被开拓，或者荒无人烟。在这浩瀚之中有着船舶起锚的码头。它们或许在那里停靠，然后便在无限的天地中各奔前程，而且一去不复返，如同那条已经通过的大海的界线一样：虚无缥缈，一切都在那里消失……

总有一天，注视那同一条神秘的线，你会看到一缕袅袅升起

的青烟，一面旗帜，一根桅杆，一个似曾相识的船体……这是那返航的船只！它回来了，犹如一匹忠于牧场的骏马。它或许比离去时更加可怜，体重减轻了；或许被肆虐的波涛伤害了；然而它也可能平安无恙并满载珍贵的收获凯旋而归。在它强劲脊背上的褡裢中也许驮来了热带的奉献：醉人的香料，甜蜜的柑橘，像太阳般闪光的宝石或者柔软的、光彩夺目的毛皮。作为运去的货物的代价，它或许带来了心地更加纯朴、意志更加顽强、臂膀更加粗壮的人们。光荣和幸福属于航船！如果它来自勤奋之邦，或许运来了炼好的铁器，用来武装劳动的双手，要么它运来的也许是织好的毛毯或者贵重金属制成的、用来装点世界的完美的饰物；或者是一块块青铜和大理石，人类的艺术为它们注入了生命的气息，或者是一沓沓纸张，通过微小铅字的痕迹，引来具有思想的人民。光荣和幸福属于航船！

二

请你稍加注意，一个思想，你将它排除，或者它自行消失；你再也望不见它；天长日久，它又在你心灵的明媚的阳光下出现，然而已经变成和谐、成熟的意念，变成了能以整个辩证法的力量和炽热的激情来展开的说服力。

一个轻轻的疑惑模糊了你的信念；你将它驱除，将它瓦解，然而当你已牢牢地将它忘却时，它又毅然再现，使你无可奈何，以致使你的信念的整座大厦顿时永远地倒塌。

你在阅读一本令人深思的书，你又置身于人群和事物的纷纭混乱之中；你忘却了那本书所留下的印象。随着时间的推移，你终于明白，尽管是无意地、不假思索地翻阅，那本书却在你的心灵中发挥作用，以致你整个精神生活都受它的制约并按照它的要求而改变。

你在体验一种感觉。它对你只是匆匆过客；其他的感觉要抹掉它的余味和记忆，宛如一个海浪冲去前面的海浪留在海滩上的痕

迹。总有一天你会感到一种巨大而又令人折服的激情从你的心灵中溢出，你会意识到那一连串的内心活动来自那被遗忘的感觉。正是这内心的活动将这个感觉变成你自身的全部力量所遵从和依傍的中心，如同茂盛的藤蔓顺从地缠绕在一条柔软的绳索周围一样。

这一切事物都恰似航船：启程，消失，然后又满载而归。

（赵振江 译）

火光（节选）

〔俄〕柯罗连科

很久以前，在一个漆黑的秋天的夜晚，我泛舟在西伯利亚一条阴森森的河上。船到一个转弯处，只见前面黑炯炯的山峰下面，一星火光蓦地一闪。

火光又明又亮，好像就在眼前……

“好啦，谢天谢地！”我高兴地说，“马上就到过夜的地方啦！”

船夫扭头朝身后的火光望了一眼，又不以为然地划起桨来。“远着呢！”

我不相信他的话，因为火光冲破朦胧的夜色，明明在那儿闪烁。不过船夫是对的：事实上，火光的确还远着呢。

这些黑夜的火光的特点是：驱散黑暗，闪闪发亮，近在眼前，令人神往。乍一看，再划几下就到了……其实却还远着呢！

……

我们在漆黑如墨的河上又划了很久。一个个峡谷和悬崖，迎面驶来，又向后移去，仿佛消失在茫茫的远方，而火光却依然停在前头，闪闪发亮，令人神往——依然是这么近，又依然是那么远……

现在，无论是这条被悬崖峭壁的阴影笼罩的漆黑的河流，还是那一星明亮的火光，都经常浮现在我的脑际。在这以前和在这以后，曾有许多火光，似乎近在咫尺，不止使我一人神往。

可是生活之河却仍然在那阴森森的两岸之间流着，而火光也依旧非常遥远。因此，必须加劲划桨……

然而，火光啊……毕竟……毕竟就在前头！

（张铁夫 廖子高 译）

沙的故事

〔印度〕奥 修

有一条河流，它发源于一个很远的山区，流经各式各样的乡野，最后它流到了沙漠。就如它跨过了其他每一个障碍，这条河流也试着要去跨越这个沙漠，但是当它进入那些沙子里，它发觉它的水消失了。

然而它被说服说它的命运就是要去横越这个沙漠，但是无路可走。就在这个时候，有一个来自沙漠本身隐藏的声音在耳语：“风能够横越沙漠，所以河流也能够。”

然而河流反对，它继续往沙子里面冲，但是都被吸收了。风可以飞，所以它能够横越沙漠。

“以你惯常的方式向前冲，你无法跨越，你不是消失就是变成沼泽，你必须让风带领你到你的目的地。”

“但是这要怎么样才能够发生？”

“借着让你自己被风所吸收。”

这个概念无法被河流所接受，毕竟它以前从来没有被吸收过，它不想失去它的个性。一旦失去了它，河流怎么知道它能否再度形成一条河流？

沙子说：“风可以来执行这项任务。它把水带上来，带着它越过沙漠，然后再让它掉下来。它以雨水的形式掉下来，然后那些雨水再汇集成一条河流。”

“我怎么能够知道它真的会这样呢？”

“它的确如此。如果你不相信，你一定会处于绝境，最多你只能成为一个沼泽，而即使要成为一个沼泽也必须花上很多很多年的时间，而它绝对跟河流不一样。”

“但我是不是能够保持像现在这样的同一条河流呢？”

那个耳语说：“在这两种情况下你都无法保持如此——

“你本质的部分会被带走而再度形成一条河流。即使现在，你之所以被称为现在的你，也是因为你不知道哪一个部分的你是本质的部分。”

当河流听到这个，有某些回音开始在它的脑海中升起。在朦胧之中，它想起了一个状态，在那个状态下，它，或是一部分的它曾经被风的手臂拉着，的确有这么一回事吗？河流仍然不敢确定。它似乎同时想到这是一件它真正要去做的事，虽然不见得是一件很明显的事。

河流升起它的蒸气，进入了风儿欢迎的手臂。风儿温和地、而且轻易地带着它一起向前走。当它们到达远处山顶的时候，风儿就让它轻轻地落下来。

由于它曾经怀疑过，所以河流在它自己的头脑里能够深刻地记住那个经验的细节。

它想：“是的，现在我已经学到了真正的认同。”

河流在学习，但是沙子耳语：“我们知道，因为我们每天都看到它在发生，因为我们沙子从河边一直延伸到山区。”

那就是为什么有人说：生命的河流要继续走下去的道路就写在沙子上。

（林国阳 译）

听 泉

〔日〕东山魁夷

鸟儿飞过旷野。一批又一批，成群的鸟儿接连不断地飞了过去。

有时候四五只联翩飞翔，有时候排成一字长蛇阵。看，多么壮阔的鸟群啊！

鸟儿鸣叫着，它们和睦相处，互相激励；有时又彼此憎恶，格斗，伤残。有的鸟儿因疾病、疲惫或衰老而失掉队伍。

今天，鸟群又飞过旷野，它们时而飞过碧绿的田园，看到小河在太阳照耀下流泻；时而飞过丛林，窥见鲜红的果实在树荫下闪现。想从前，这样的地方有的是。可如今，到处都是望不到边的漠漠荒原。任凭大地改换了模样，鸟儿一刻也不停歇，昨天，今天，明天，它们继续打这里飞过。

不要认为鸟儿都是按照自己的意志飞翔的。它们为什么飞？它们飞向何方？谁都弄不清楚，就连那些领头的鸟儿也无从知晓。

为什么必须飞得这样快？为什么就不能慢一点儿呢？

鸟儿只觉得光阴在匆匆忙忙中逝去了。然而，它们不知道时间是无限制的，永恒的，逝去的只是鸟儿自己。它们像着了迷似地那样剧烈，那样急速地振翅翱翔。它们没有想到，这会招来不幸，会使鸟儿更快地从这块土地上消失。

鸟儿依然唰唰拍着翅膀，更急速，更剧烈地飞过去……

森林中有一泓清澈的泉水，发出叮叮咚咚的响声，悄然流淌。这里有鸟群休息的地方，尽管是短暂的，但对于飞越荒原的鸟群说来，这小憩何等珍贵！地球上的一切生物，都是这样，一天过去了，又去迎接明天的新生。

鸟儿在清泉旁歇歇翅膀，养养精神，倾听泉水的絮语。泉水啊，你是否指出了鸟儿要去的方向？

泉水从地层深处涌出来，不间断地奔流着，从古到今，阅尽地面上一切生物的生死、荣枯。因此，泉水一定知道鸟儿应该飞去的方向。

鸟儿站在清澈的水边，让泉水映照着身影，它们想必看到了自己疲倦的模样。它们终于明白了鸟儿作为天之骄子的时代已经一去不复返了。

鸟儿想随处都能看到泉水，这是困难的。因为，它们只能尽快飞翔。

不过，它们似乎有所觉悟，这样连续飞翔下去，到头来，群鸟本身就会泯灭的，但愿鸟儿尽早懂得这个道理。

我也是群鸟中的一只，所有的人们都是在荒凉的不毛之地上飞翔不息的鸟儿。

人人心中都有一股泉水，日常的烦乱生活，遮蔽了它的声音。当你夜半突然醒来，你会从心灵的深处，听到幽然的鸣声，那正是潺潺的泉水啊！

回想走过的道路，多少次在这旷野上迷失了方向。每逢这个时候，当我听到心灵深处的鸣泉，我就重新找到了前进的标志。

泉水常常问我：你对别人，对自己，是诚实的吗？我总是深感内疚，答不出话来，只好默默低着头。

我从事绘画，是出自内心的祈望：我想诚实地生活。心灵的泉水告诫我：要谦虚，要朴素，要舍弃清高和偏执。

心灵的泉水教导我：只有舍弃自我，才能看见真实。

舍弃自我是困难的，甚至是不可能的，我想。然而，絮絮低语的泉水明明白白对我说：美，正在于此。

林中水滴（节选）

〔前苏联〕米·普里什文

有些人说我身体健壮，是因为营养好，常呼吸新鲜空气的缘故。“您的脸色多好啊，大概还是老习惯，住在森林里吧。打猎情况怎么样？”我总是有礼貌地回答说，森林和打猎是健康的最好条件……

说来也是一样的——我的狩猎！我用外部的平常的狩猎，来在大家面前掩盖和辩护我那内部的狩猎。我是追捕自己的心灵的猎人，我时而在幼嫩的云杉球果上，时而在松鼠的身上，时而在阳光从林荫间的小窗子中照亮了的蕨草上，时而在繁花似锦的空地上，发现和认出了我的心灵。可不可以猎捕这个东西呢？可不可以把这件美事对无论什么人直言呢？不消说，简直谁也不会明白的……

我之所以有健壮的身体，不是因为沼泽上的森林空气好，也不是因为营养好；我的营养是最平常的。我以探求美好事物的希望和欢乐而生活，我有可能从这里汲取营养，因为我多少已准备好承受那件憾事了：如果我问杜鹃，我还能活多久，它却不把两声“咕——咕”连着叫完，只是“咕”地一声就飞走了。

（潘安荣 译）

流浪·农家

〔瑞士〕赫·黑塞

当我重新见到阿尔卑斯山南麓这块福地时，我仿佛总觉得自己从流亡中回到了故乡，仿佛终于又站在我理应站的山的那一边。这里，太阳更亲切，群山更红，这里生长栗子、葡萄、杏仁、无花果，人们善良、友好、彬彬有礼，虽说他们都很贫穷。他们所建造的一切，看来是那么好，那么恰当而可爱，仿佛都是自然生成的。房屋、围墙、葡萄山的石级、道路、种植地和梯田，这一切既不新也不旧，这一切仿佛不是靠劳动建造的，不是用脑筋想出来的，不是巧夺天工的，而是像岩石、树木、苔藓一样自然形成的。葡萄山的围墙、房屋、屋顶，这一切都是由同样的褐色片麻岩石砌成的，这一切相辅相成，像弟兄手足一般。没有一样看来是陌生的、怀有敌意的和粗暴无情的，一切都显得亲切、欢畅和睦邻友好。

你愿坐哪里就坐在哪里，围墙上，岩石上或者树桩上，草地上或者土地上，全都可以；不论你坐在哪里，你周围都是一幅画和一首诗，你周围的世界汇成优美而幸福的清音。

这里是贫穷农民居住的一个田庄。他们没有牛，只有猪、羊和鸡，他们种植葡萄、玉米、果树和蔬菜。这所房屋全部是石头砌成的，连地板和楼梯也是，两根石柱间一道凿成的石级通往场院。不论在哪里，植物和山头之间，都浮现出蓝色和湖光。

忧和虑仿佛已留在雪山那边了。处在受折磨的人和可憎的事

情之间，人们的忧虑实在太多了！在那里，要找到生存的理由，是那么困难，又是那么至关重要。不然的话，人该怎么生活呢？面对真正的不幸，人们煞费苦心，郁郁寡欢——在这里，不存在难办的问题，生存无需辩护，思索变成了游戏。人们感觉到：世界是美丽的，生命是短暂的。但不是万念皆灭；我想再增一对眼睛，一叶肺。我把双腿伸进草丛里，并希望它们变得更长一些。

我愿成为一个巨人，那样，我就可以把头枕在积雪旁一处高山牧场上的羊群中间，我的脚趾则伸进山下深深的湖中去戏水。我就可以这样躺着，永远不站起来，在我的手指间长出灌木丛，在我的头发里开出杜鹃花，我的双膝变成前山，我的躯体上将建起葡萄山、房屋和小教堂。我就这样躺上千万年，对着天空眨眨眼睛，对着湖水眨眨眼睛。我一打喷嚏，便是一阵雷雨。我呵上一口气，积雪溶化，瀑布舞蹈。我死了，整个世界也死了。随后我在宇宙中飘洋过海，去取一个新的太阳。

这一夜我将睡在哪里？反正都一样！世界在做什么？创造出了新的神、新的法律、新的自由？反正都一样！但是，这儿山上还开着一朵樱草花，叶子上银珠点点，那儿山下的白杨树间，甜蜜的微风在歌唱，在我的眼睛和天空之间，有一只深金色的蜜蜂在嗡嗡乱飞——这可不是一回事。它哼着幸福的歌，它哼着永恒的歌。它的歌是我的世界史。

（胡其鼎 译）

树

〔新加坡〕林 高

你说，树最迷人的地方是什么？

许多人都注意到树会开花，开花时，天空的一角就闪亮着五颜六色；树会结果，长长圆圆大大小小的果实，可以食用，也可以玩赏；树会落叶，落一点凉意，落一些愁绪，落一个秋天；树会造型，一年十年百年的造型，千年万年的造型，各自透露着生的意志，流动着美的气质。

然而，树还有一个迷人的地方，是静。静，是树沉思的方式；静，是树与树交流的方式。一棵树，就有静的感觉；几棵树在一起，就有静的声音；许多树在一起，静就能把不属于静的声音区别出来，驱赶出去；一个森林或者几个森林在一起，静就有震慑邪恶的力量，也是安慰心灵的药剂。

谁要是和树交上朋友，树就把沉默所得的智慧送给谁。当然，送的时候，没有仪式，没有掌声，只在默默中进行；静，是树处世的方式。树，因为是树，才能自始至终用它的方式：静。

你说，树最迷人的地方是什么？

黑玫瑰

〔保加利亚〕E. 彼林

鹰的羽毛

我是一个孩子。在草原上跑过，我看见一只鹰的羽毛。我把它高高地擎在手中，尽我的力跑过草原。似乎我像鹰一般轻捷飞着。

我变成青年了。我用鹰的羽毛来装饰我的帽，爱上一个世界上最美丽的姑娘。谁比我更快乐呢？

我是穷的，除了鹰的羽毛之外没有什么了，于是我所爱的是靠不住了；他们对她说，一个人只有一支鹰的羽毛不能在这个世界过好生活的，于是她容易地明白这个，她丢弃我了。

没有比我更不幸的人了。

我藏了这羽毛。我的心不愿再戴这东西了。在我的灵魂里有不能解除的悲哀。从那时起我才知道一切的穷人怎样和我一样受苦——或比我还厉害。

我又取出鹰的羽毛。但我已不是一个要它玩耍的孩子，也不是要它装饰的青年了，我把它削尖做成一支笔。

我想写些愉快的东西，但我写出它时，它是悲哀的。

孤独的书

一阵肆虐的狂风从遥远的树林里刮来两颗种子，随意将它们分撒在田野里。雨水将它们润湿，泥土将它们埋藏，阳光给它们温暖。于是，它们在田地里长成了两棵树。

最初，它们十分矮小，然而无心的时间把它们高高地拉离地面。它们便能眺望得比从前远多了。它们也能彼此看见了。

田野十分辽阔，直到那葱绿的平原的尽头，也看不到任何其他树木，只有这两株远远分隔着的树，形影相依地伫立在田野中间。它们的枝丫纵横交错，仿佛有些用来丈量这旷野的奇怪的标尺。它们遥遥相望，彼此思念，彼此倾慕。然而，当春天来临，生命的力量给它们温暖，充盈的液汁在它们体内流动起来时，它们心中也勾起了对那永存的，同时也是永远离开了的母林的思念。它们会心地摇动着树枝，相互默默地打着手势。当一只小鸟像一种心念从这棵树飞到那棵树的时候，它们就高兴得战栗了起来。

狂风暴雨来临时，它们惶恐地东摇西摆，折断了树枝，呜呜地呻吟叫喊，仿佛想挣脱地面，双方飞奔到一起，紧靠支撑，并在相互拥抱中获得解救。夜晚到来，它们消失在黑暗中，重又被分隔开来。它们痛苦得如同病魔缠身，它们祈求地仰望天空，期望快快给它们送来白日的光辉，以求再能彼此相见。

如果猎人和干活的人坐在它们中一个的影子下休息，另一个就忧伤地喃喃低语，沉痛地诉说孤独的生活多么苦恼，离开亲人的日子过得多么缓慢、沉重、没有意义；它们的理想因得不到理解而消失；它们的希望因不能实现而破灭；找不到慰藉的爱情多么强烈，没有亲情的处境多么难以忍受。

(陈九瑛 译)

玫瑰树根

〔智利〕C. 米斯特拉尔

地下同地上一样，有生命，有一群懂得爱和憎的生物。

那里有黧黑的蠕虫，黑色绳索似的植物根，颤动的亚麻纤维似的地下水的细流。

据说还有别的：身材比晚香玉高不了多少的土地神，满脸胡子，弯腰屈身。

有一天，细流遇到玫瑰树根，说了下面的一番话：

“树根邻居，像你这么丑的，我从来没有见过呢。谁见了你都会说，准是一只猴子把它的长尾巴插在地里，扔下不管，径自走了。看来你想模仿蚯蚓，但是没有学会它优美圆润的动作，只学会了喝我的蓝色汁液。我一碰上你，就被你喝掉一半。丑八怪，你说，你这是干什么？”

卑贱的树根说：

“不错，细流兄弟，在你眼里我当然没有模样。长期和泥土接触，使我浑身灰褐；过度劳累，使我变了形，正如变形的工人胳膊一样。我也是工人，我替我身体见到阳光的延伸部分干活。我从你那里吸取了汁液，就是输送给她的，让她新鲜娇艳；你离开以后，我就到远处去寻觅维持生命的汁液。细流兄弟，总有一天，你会到太阳照耀的地方。那时候，你去看看我在日光下的部分是多么美丽。”

细流并不相信，但是出于谨慎，没有作声，暗忖道，等着瞧

吧。

当他颤动的身躯逐渐长大，到了亮光下时，他干的第一件事就是去寻找树根所说的延伸部分。

天啊！他看到了什么呀！

到处是一派明媚的春光，树根扎下去的地方，一株玫瑰把土地装点得分外美丽。

沉甸甸的花朵挂在枝条上，在空气中散发着甜香和一种幽秘的魅力。

成渠的流水沉思地流过鲜花盛开的草地：

“天哪，想不到丑陋的树根竟然能延伸出美丽……”

（雷怡 译）

荷马墓上的一朵玫瑰

〔丹麦〕安徒生

东方所有歌曲都歌颂着夜莺对玫瑰花的爱情。在星星闪耀着的静夜里，这只有翼的歌手就为他芬芳的花儿唱一支情歌。

离斯米尔那不远，在一株高大的梧桐树下，商人赶着一群驮着东西的骆驼。这群牲口骄傲地昂起它们的脖子，笨重地在这神圣的土地上行进。我看到了开满了花的玫瑰树所组成的篱笆。野鸭子在高大的树枝间飞翔。当太阳射到它们身上的时候，它们的翅膀发着光，像珍珠一样。

玫瑰树篱笆上有一朵花，一朵所有花中最美丽的花。夜莺对她唱出他的爱情的悲愁。但是这朵玫瑰花一句话也不讲，她的叶子上连一颗作为同情的眼泪的露珠都没有。她只是面对着几块石头垂下它的枝子。

“这儿躺着世界上一个最伟大的歌手！”玫瑰花说。“我在他的墓上散发出香气，当暴风雨袭来的时候，我的花瓣落到它身上。这位《伊里亚特》的歌唱者变成了这块土地中的尘土，我从这尘土中发芽和生长！我是荷马墓上长出一朵玫瑰，我是太神圣了，我不能为一个平凡的夜莺开出花来。”

于是夜莺就一直歌唱到死。

赶骆驼的商人带着他驮着东西的牲口和黑奴走来了。他的小儿子看到了这只死鸟。他把这只小小的歌手埋到伟大的荷马的墓里。那朵玫瑰花在风中发着抖，黄昏到来了，玫瑰花紧紧地收敛

起它的花瓣，做了一个梦。

她梦见一个美丽的、阳光普照的日子，一群异国人——佛兰克人——来参拜荷马的坟墓。在这些异国人之中有一位歌手；他是来自北国，来自云块和北极光的故乡，他摘下这朵玫瑰，把她夹在一本书里，然后把她带到世界的另一部分——他的辽远的祖国。这朵玫瑰在悲哀中萎谢了，静静地躺在这本小书里。他在家里把这本书打开，说：“这是从荷马的墓上摘下的一朵玫瑰。”

这就是这朵花做的一个梦。她惊醒起来，在风中发抖。于是一颗露珠从她花瓣上滚到这位歌手的墓上去。太阳升起来了。天气渐渐温暖起来，玫瑰花开得比以前还要美丽。她是在她温暖的亚洲。这时有脚步声响起来了。玫瑰花在梦里听到的那群佛兰克人来了；在这些异国人中有一位北国的诗人。他摘下这朵玫瑰，在它新鲜的嘴唇上亲了一吻，于是就把它带到云块和北极光的故乡去。

这朵花的躯体像木乃伊一样，现在躺在他的《伊里亚特》里面。它像在做梦一样，听到他打开这本书，说：“这是荷马墓上的一朵玫瑰。”

(叶君健 译)

耶利哥的玫瑰

〔俄〕布 宁

古代东方人往往在棺内墓中放一朵耶利哥的玫瑰，表示相信生命是永恒的，死者能够复活。

奇怪的是，为什么把一团带刺的枯草叫做玫瑰，而且还是耶利哥的玫瑰？这种干硬的沙漠小灌木，就像我们所谓的风滚草，只有在死海以下的砂石中，荒无人迹的西奈山麓，才能看到。据传说，这名称是那位把可怕的火谷，即犹太旷野一个寸草不生的死亡之谷选为自己的居所的圣徒萨瓦亲自定的。他把这种刺草奉为复活的象征，并且用他所知道的世上最悦耳的比喻来加以形容。

这种刺草的确神奇。一个朝圣者采了它，带到离它的故土几千里以外的地方去；一年年下来它枯干了，发灰了，没有生气了，可是一放进水中，立刻舒展开来，绽出细小的叶片和粉红色的花朵。可怜的人心便感到了快乐和安慰：世上没有死，存在过经历过的东西不会灭亡！只要我的心灵、我的爱、我的记忆活着，就不会有离别和失落。

我也是这样安慰自己，在自己心中重现我曾涉足的那些光辉的古国，重现我生命中那些如日中天的美好日子——当时我身强力壮，前程似锦，携带着注定要伴我终生的女子第一次远游，既是新婚旅行，也是朝拜我们主耶稣基督的圣地。眼前是处在长年寂静和忘怀的伟大安详中的圣乡——加利利地、犹太众山、五城

的盐和硫磺火。那是春天，路上处处欢快祥和地开着拉结（据《圣经》传说，拉结是亚伯拉罕的孙子雅各之妻）在世的时候开过的同样的银莲花和罂粟花，大地装点着同样的野百合花，天上也同样是《福音书》的比喻所说的那些无忧无虑的飞鸟在歌唱……

耶利哥的玫瑰，我把我的往昔的根和茎浸入心的活水中，浸入苦恋与柔情的清纯甘露中，于是我珍藏的小草重新令人惊异地吐出嫩芽，推迟了那不可避免的时刻——这露会干，这心会衰，我的耶利哥的玫瑰也将永远被忘尘掩埋。

蚂蚁人生

〔法〕威尔伦

鳏夫布奇今年 90 岁了，而且看样子，他至少还有 20 个年头好活。

布奇从来不谈论自己的长寿之道。这也难怪，他平时就是个寡言少语的人嘛！

布奇虽然不爱说话，却很乐于帮助别人。这一点使他赢得了不少莫逆之交。据他的朋友说，他母亲生他时难产死了。5 岁那年，他家乡闹水灾，大水一直漫到天边。他坐在一块木板上，他的父亲和几个哥哥扶着木板在水里游着。他眼看着一个个浪头卷走他的生命之舟旁的几个哥哥，当他看到陆地的时候，父亲的力气也用完了。他是全家惟一的幸存者。他活泼的眼神从此变得呆滞了，他的眼前似乎总是弥漫着一片茫茫大水。

布奇结了婚，美丽的妻子为他生了五个可爱的孩子。三个男孩，两个女孩。他渐渐忘记了过去的痛苦，成了世界上最幸福的人。他们全家出去郊游，布奇雇了一辆汽车，可是汽车不够宽敞，他只好骑着自行车兴致勃勃地跟在后面。这时车祸发生了。那一瞬间，他的眼神又变得像木头一样呆滞。布奇又成了孤身一人。

此后，鳏夫布奇再也没结过婚。他当过兵，出过海。他没日没夜地跟苦难的朋友们待在一起，倾尽全力帮别人的忙，也经历了数不清的大风大浪。然而，死神逼近的时候，老像没看见他似

的，总是拥抱别的灵魂。

90 岁的布奇不知什么时候站在我们身后，他苍凉的声音像远古时期的洪流冲击着每一个人：

“一窝蚂蚁抱成足球那么大的一团，漂浮在离我 10 米远近的水面上。每一秒钟都有蚂蚁被洪水冲出这个球。当这窝蚂蚁跟 5 岁的我一起登上陆地时，它们竟还有网球那般大小。”

（星子 译）

友谊与宽容

如果你把快乐告诉一个朋友，
你将得到两个快乐；如果你把忧愁
向一个朋友倾吐，你将被分掉一半
忧愁。

——〔英〕培根

友 谊

〔英〕培 根

古人曾说：喜欢孤独的人不是野兽便是神灵。没有比这句话更能把真理与谬误混合于一体的了。如果说，当一个人脱离了社会，甘愿遁入山林与野兽为侣，那么他是绝不可能成为神灵的。尽管有人这样做的目的，好像是要到社会之外去寻找一种更高尚的生活，就像古代的埃辟门笛斯、诺曼、埃辟克拉斯、阿波罗尼斯那样^①。

有些人之所以宁愿孤独，是因为在没有友谊和仁爱的人群中生活，那种苦闷正如一句古代拉丁谚语所说的：“一座城市如同一片旷野。”人们的面目淡如一张图案，人们的语言则不过是一片噪音，使得人们宁可逃避也不愿进入了。

由此可以看出，人与人的友情对人生是何等重要。得不到友谊的人将是终身可怜的孤独者。没有友情的社会则只是一片繁华的沙漠。因此那种乐于孤独的人，其性格不是属于人而是属于兽的。

当你遭遇挫折而感到愤闷抑郁的时候，向知心挚友的一席倾诉可以使你得到疏导。否则这种积郁会使人致病。医学告诉我们，“沙沙帕拉”可以理通肝气；磁铁粉可以理通脾气；硫磺粉

① 埃辟门笛斯：古希腊哲学家，曾隐居山洞 57 年。诺曼：古罗马君王，传说曾隐居山中。阿波罗尼斯：古罗马哲人。

可以理通肺气；海狸胶可以治疗头昏。然而除了一个知心挚友以外，却没有任何一种药物是可以舒通心灵之郁闷的。只有对于朋友，你才可以尽情倾诉你的忧愁与欢乐，恐惧与希望，猜疑与劝慰。总之，那沉重地压在你心头的一切，通过友谊的肩头而被分担了。

正因为如此，甚至连许多高高在上的君王也不能没有友谊。以致许多人竟宁愿降低自己的身份去追求它。

本来君王是不能享受友谊的。因为友谊的基本条件是平等，而君王与臣民的地位却太悬殊了。于是许多君王便不得不把他所宠爱的人擢升为“宠臣”或“近侍”，以便能与他们亲近。罗马人称这种人为“君王的分忧者”，这种称呼恰如其分地道出了他们的作用。实际上，不仅那些性格脆弱敏感的君王曾这样做，就连许多性格坚毅、智勇过人的君王，也不能不在他的臣属中选择朋友。而为了结成这种关系，他们是需要尽量地忘记自己原来的高贵身份的。

罗马的大独裁者苏拉曾与部下庞培结交。以致为此有一次竟容忍了庞培言语上的冒犯，庞培曾当面夸耀自己说：“崇拜朝阳的人自然多于崇拜落日的人。”伟大的恺撒大帝也曾经与布鲁图斯结为密友，并把他立为继承人之一，结果这人恰好成为诱使恺撒堕入圈套而被谋杀的人。难怪安东尼后来把布鲁图斯称为“恶魔”，仿佛他诱惑恺撒的魅力是来自一种妖术似的……

毕达哥拉斯^①曾说过一句神秘的格言——“不要损伤自己的心”。确实，如果一个人有心事却无法向朋友诉说，那么他必然会成为损伤自己心的人。实际上，友谊的一大奇特作用是：如果你把快乐告诉一个朋友，你将得到两个快乐；而如果你把忧愁向一个朋友倾吐，你将被分掉一半忧愁。所以友谊对于人生，真像炼金术士所要寻找的那种“点金石”。它能使黄金加倍，又能使黑铁成金。实际上，这也是一种很自然的规律。在自然界中，

^① 毕达哥拉斯：古希腊著名数学家、哲学家。

物质通过结合可以得到增强。而人与人难道不也是如此吗？

如果以上所说已证明友谊能够调剂人的感情的话，那么友谊的又一种作用则是能增进人的智慧。因为友谊不但能使人走出暴风骤雨的感情世界而进入和风细雨的春天，而且能使人摆脱黑暗混乱的胡思乱想而走入光明与理性的思考。这不仅是因为一个朋友能给你提出忠告，而且任何一种平心静气的讨论都能把搅扰着你心头的一团乱麻，整理得井然有序。当人把一种设想用语言表达的时候，他也就渐渐看到了它们可能招来的后果。有人曾对波斯王说：“思想是卷着的绣毯，而语言则是张开的绣毯。”所以有时与朋友作一小时的促膝交谈可以比一整天的沉思默想更能令人聪明。

其实即使没有一个能对你提出忠告的朋友，人也可以通过语言的交流而增长见识。讨论犹如砺石，思想好比锋刃。两相砥砺将使思想更加锐利。对一个人来说，与其把一种想法紧锁在心头，倒不如哪怕把它倾吐给一座雕像，也是多少有点益处的。

赫拉克利特曾说过：“初始之光最亮。”但实际上，一个人自身所发生的理智之光，是往往受到感情、习惯、偏见的影响而没那么明亮的。俗话说：“人总是乐于把最大的奉承留给自己。”而友人的逆耳忠言却恰好可以治疗这个毛病。朋友之间可以从两个方面提出忠告，一是关于品行的，一是关于事业的。

就前者而言，朋友的良言劝诫是一味最好的药。历史上的许多伟人，往往由于在紧要关头听不到朋友的忠告，而做出后悔莫及的错事。人尽管也可以自己劝诫自己，但毕竟如圣雅各所说：“虽然照过镜子，可终究是忘了原形。”

就事业而言，有些人认为两双眼睛所看到的未必比一双眼睛见到的更多，或者以为一个发怒的人未必没有一个沉默的人聪明，或者以为毛瑟枪不论托在自己肩上放，还是支在一个支架上放会打得一样准——总之，认为有没有别人的帮助结果都一样。但这些话其实是十分骄傲而愚蠢的说法。在听取意见的时候，有人喜欢一会儿问问这个人，一会儿又问问那个人。这当然比不问

任何人好。但也要注意，在这种情况下会有两种危险。一是这种零敲碎打来的意见可能是一些不负责任的看法。因为最好的忠告只能来自诚实而公正的友人。另外这些不同源泉的意见还可能会互相矛盾，使你莫衷一是，不知所从。比如你有病求医，这位医生虽会治这种病却不了解你的身体情况，结果服了他的药这种病虽然好了，却又使你得了另一种新病。所以最可靠的忠告，也还是只能来自最了解你事业情况的友人。

友谊对于人除了以上所说的这些益处以外，还有许多其他方面的益处，多得如同一个石榴上的果仁，难以一一细数。如果一定要说的话，那么只能这样来说：只要你想一个人一生中有多少事务是不能靠自己去做的，就可以知道友谊有多少种益处了。所以古人说：朋友是人的第二个“我”。但这句话的容量其实还不够，因为朋友的作用比这又一个“我”要大得多！

人生是有限的。有多少事情人来不及做完就死去了。但一位知心的挚友，却能承担你所未做完的事。因此一个好朋友实际上使你获得了又一次生命。人生中又有多少事，是一个人由自己出面所不便去办的。比如人为了避免自夸之嫌，因此很难由自己讲述自己的功绩。人的自尊心又使人在许多情况下无法低首下心去恳求别人。但是如果有一个可靠而忠实的朋友，这些事就都可以很妥当地办到。又比如在儿子面前，你要保持父亲的身份。在妻子面前，你要考虑作为男子汉的脸面。在仇敌面前，你要维护自己的尊严。但一个作为第三者的朋友，就可以全然不计较这一切，而就事论事、实事求是地替你出面主持公道。

由此可见，友谊对人生是何等重要。它的好处简直是无穷无尽的。总而言之，当一个人面临危难的时候，如果他平生没有任何可信托的朋友，那么我只能告诉他一句话——那就自认倒霉好了！

（何新 译）

称 赞

〔英〕培 根

能否获得称赞或获得多少称赞，常被认作衡量一个人才华、品德的标尺。其实这正如镜子里的幻象。由于这种称誉来自庸众，因而常常是虚伪却未必反映真价值。因为庸人是难以理解真正伟大崇高的美德的。

最廉价的品德最容易受到称颂。

稍高一点的德行也能引致他们的惊叹。

但正是对于那种最上乘的伟德，他们却是最缺乏识别力的。

因此人们常常受到欺骗，宁肯把称赞赠予伪善。所以名誉犹如江河，它所漂起的常是轻浮之物，而不是确有真分量的实体。有价值的称赞应该来自真正的真知灼见之士。这种称赞正如《圣经》所说：“名誉强如美好的膏油，死后超过生前。”只有它才能荡漾四方并且历久弥香。

对于称赞加以怀疑是有道理的，因为以虚誉钓人的事实在太多了。

假如称颂你的人只是一个平庸的献谄者，那么他们对你说的就不过是他常可对任何人说的一番套话。

但假如这是一个高超的献谄者，那么他必定会使用最好的献谄术，即恭维一个人心中最自鸣得意的事情。

而假如献谄者具有更大的胆量，他甚至敢公然称颂你内心中深以为耻的弱点，把你的最大弱点说成最大的优点，最大的愚笨

说成最高的智慧，以“麻木你的知觉”。

也有一种称赞是助人成善的，这就是所谓“鼓励性的称赞”。许多贤臣曾以此术施之于他们的君主。当称颂某人是怎样时，其实他们是在暗中指点他应当怎样。

有些称赞比咒骂还恶毒，这就是那种煽动别人嫉恨你的称赞。此即所谓“最狠的敌人就是正在称颂你的敌人”。所以希腊古人说：“谨防鼻上有疮却被恭维为美。”犹如我们俗话常说的“舌上生疮，谨防说谎”一样。

即使好心的称赞，也必须恰如其分。所罗门曾说：“每日早晨，大夸你的朋友，还不如诅咒他。”要知道对好事的称颂过于夸大，就反会招来轻蔑和嫉妒。

至于一个人自称自赞——除了罕见的特例以外，更是会适得其反。人惟一可以自我夸耀的只有职责。因承担重大的职责是有权引以自豪的。罗马那些哲学家和大主教们，非常看不起从事实际事务的军人和政治家，称他们为“世俗之辈”。其实这些“世俗之辈”所承担的职责比他们于世有用得多。因此《圣经》中的圣保罗在自夸时常先说一句“我说句大话”；而在谈到他的使命时，却自豪地说：“那是我光荣而骄傲的职责！”

（何新 译）

把世界的喧闹变成音乐

〔美〕富尔顿·沃斯勒

百老汇的一位喜剧演员有一次做了个梦：自己在一个座无虚席的剧院给成千的观众表演——讲笑话、唱歌，可全场竟没有一个人发出会意的笑声和掌声。

“即使一个星期能赚上 10 万美元，”他说，“这种生活也如同下地狱一般。”

事实上，不只演员需要鼓掌，如果没有赞扬和鼓励，任何人都都会丧失自信。可以这样说：我们大家都有一种双重需要，即被别人称赞和去称赞别人。

赞扬人也是一种艺术，不但需要合适的方式加以表达，而且还要有洞察力和创造性。一位举止优雅的妇女对一位朋友说：“你今天晚上的演讲太精彩了。我情不自禁地想，你当一名律师该会是多么出色。”这位朋友听了这意想不到的评语后，像小学生似的红了脸。正如安德烈·毛雷斯曾经说过的：“当我谈论一名将军的功劳时，他并没有感谢我。但当一位女士提到他眼睛里的光彩时，他却表露出无限的感激。”

没有人不会被真心诚意地赞赏所触动。耶鲁大学著名的教授威廉·莱昂·弗尔帕斯经历过这样一件事：有一年夏天又闷又热，他走进拥挤的列车餐车去吃午饭，在服务员递给他菜单的时候，他说：“今天那些在炉子边烧菜的小伙子一定是够受的了。”那位服务员听了后吃惊地看着他说：“上这儿来的人不是抱怨这里的

食物，便是指责这里的服务，要不就是因为车厢里闷热大发牢骚。19年来，你是第一位对我们表示同情的人。”弗尔帕斯得出结论说：“人们所需要的，是一点作为人所应享有的被关注。”

在这种关注之中，真诚是最为重要的。因为只有真诚才能使赞语具有效力。做父亲的劳累了一天回家，当他看到自己的孩子将脸贴着窗子正等待和注视着自己的时候，便会感到自己的灵魂沐浴在甜蜜的甘露之中。

真诚地赞扬别人，能帮助我们消除在日常接触中所产生的种种摩擦与不快。这一点在家庭生活中体现得最为明显。妻子或丈夫如能有心经常适时地讲些使对方感到高兴的话，那就等于取得了最好的婚姻保险。

孩子们总是特别渴望得到别人的肯定。一个孩子如果在童年时代缺少家长善意的赞扬，那就可能影响到他个性的发展，甚至还可能成为他终生的不幸。一位年轻的母亲讲了一件令人深思的事：我的小女儿经常淘气，我不得不常常责骂她。有一天她表现得特别好，没有做一件惹人生气的事。那天晚上，我把她安顿上床后正要下楼时，突然听到她在低声哭泣。我不禁问她出了什么事，她一边哭一边问道：“难道我今天不是一个很乖的小姑娘吗？”

说话和善——适用于所有人与人之间的关系。我小时候住在巴尔的摩，邻近的街区新开了一家药店，而帕克·巴洛——我们的经验丰富的久有声望的药店主，对此感到非常气愤。他指责他年轻的对手卖次药，毫无配药方的经验。后来，这个受到攻击的新来者准备为此事向法院起诉。他去请教一位律师，这名律师劝告他说：“别把这件事闹得满城风雨，你不妨试试表示善意的办法。”

第二天，当顾客们又向他述说帕克的攻击时，他说：“一定是在什么事上产生了误会。帕克是这个城里最好的药店主，他在任何时候都乐意给病人配药。他这种对病人的关心给我们大家树立了榜样。我们这个地方正在发展之中，有足够的余地可供我们

两家做生意。我是以巴洛医生的药店作为自己的榜样的。”

帕克听到这些话后——因为好话乘上闲谈之翼也跟流言飞得一样快——便急不可待地去见自己的年轻对手，并向他介绍了自己的一些经验，提了一些有益的劝告。这样，真诚的赞扬消除了怨恨。

要是有不少人聚在一起，那就需要考虑周到。大家集在一起交谈，一个有心人会让每个人都感到自己是这场讨论的参加者。我的一位朋友曾经常带着赞赏谈论亚瑟·詹姆斯·巴尔弗总理作为餐桌上的主人的情况：“他会接过一个害羞的人所讲的犹犹豫豫的观点，从中发现出人意料的智慧之处，把它加以扩展，直至最初提出这个观点的人都感到自己确实对人类智慧做出了某种贡献。每个客人在离开餐桌时，都会感到像是在空中行走，相信自己比原来想像的要伟大些。”

为什么我们中的大多数人没能把一些令人愉快的真实感受说出口呢？而这，本来是可以使别人感到十分快乐的。有这样一句话：“给活着的人献上一朵玫瑰，比给死者送去豪华的花圈要好得多。”此话不无道理。有一位商人常去光顾一家古董店。一天，他刚离开，店主的妻子对丈夫说：“刚才我真想告诉他，我们对经常上这儿来感到多么高兴。”丈夫回答说：“那么等他下次来时告诉他吧。”

第二年的夏天，一名年轻女子来到这家古董店，自我介绍说她是那个商人的女儿，并说她父亲已经去世了。店主的妻子告诉了她在她父亲最后一次来店时自己和丈夫的谈话。这个女子顿时含着泪水说：“要是你当时把你的话给我父亲说了，那该有多好啊！”

“从那天以后，”这位店主说，“每当我想到某人有什么好的地方，我就告诉他。因为说不定我以后再也不会有这样的机会了。”

如同艺术家在把美带给别人时感到愉快一样，任何掌握了赞扬艺术的人都会发现，赞扬不仅给听者，也给自己带来极大的愉

快。它给平凡的生活带来了温暖和快乐，把世界的喧闹声变成了音乐。

人人都有值得称道的地方，我们只须把它说出来就是了。

信任是一种有生命的感觉

〔美〕戴维·威斯格特

信任一个人有时需要许多时间。倘若你只信任那些能够讨你欢心的人，那是毫无意义的；倘若你信任你所见到的每一个人，那你就是一个傻瓜；倘若你毫不犹疑、匆匆忙忙地去信任一个人，那你就可能也会那么快地被你所信任的那个人背弃；倘若你只是出于某种肤浅的需要去信任一个人，那么旋踵而来的可能就是恼人的猜忌和背叛；但倘若你迟迟不敢去信任一个值得你信任的人，那就永远不能获得爱的甘甜和人间的温暖，你的一生也将会因此而黯淡无光。

信任是一种有生命的感觉，信任也是一种高尚的情感，信任更是一种连接人与人之间的纽带。你有义务去信任另一个人，除非你能证实那个人不值得你信任，你也有权受到另一个的信任，除非你已被证实不值得那个人信任。

生活中重要的一句话

〔美〕山达鲁斯

在人们的交往中，往往能改变人们生活的一句话也许是：I love you（我爱你）。

但是，还有几句话对人生也同样重要，但人们常常忽视它们。其中一句就是：I' ll be there（我就来）。

经过一周疲惫的工作，当你想享受一个轻松的周末之时，突然发现家里的水管坏了，你给管道工打电话，当他说“ I' ll be there”时，你无疑地感到极大的轻松。当你驾车在车水马龙的道路上，车子突然熄火，后面的汽车又排成长龙，拼命地鸣笛催促。这时，你心急火燎地摸出最后一个分币打通了朋友的电话，得到一句“ I' ll be there”会让你如释重负。

“奶奶，我的毕业典礼在6月举行。”“ I' ll be there.”

“妈妈，孩子闹了一夜，我快困死了！”“ I' ll be there.”

1940年，德国法西斯对英国展开“空中闪电战”，伦敦是受破坏最严重的城市之一。当有人提议为了安全的原因，让小公主们撤离伦敦时，王后说：“如果我离开伦敦，孩子们就会离开；如果我的丈夫离开伦敦，我就会离开；而在任何情况下，国王是不会离开伦敦的。”王后通篇的讲话可以归为一句话：“ I' ll be there！”

另一句话常常让人们难以启齿，这话就是：Maybe you' re right（也许你是对的）。这话犹如叫一个人在激战中放下武器，

在争执中承认错误，是很伤面子的。但是，如果在需要之时，不说这句话，也许会是对自己最严重的伤害。在家庭纠纷中，这句话尤为重要。如果大多数闹婚变的人说了这句话，有相当数量的法官、律师就会没有饭碗了。

世上聪明的父母最爱对孩子说的一句许是：Your heart knows（你自己明白）。孩子们常会遇到这样那样难以决定的问题，这时，他们最方便的求助对象就是爸爸妈妈。当父母对孩子说“Your heart knows”后，孩子常常会委屈非常，“这是什么意思？我需要你的指点，需要你告诉我该怎么做。”一个专横的孩子也许会说：“就算是 my heart knows，但是我的心并没有对我说话呀！”称职的家长会笑笑说：“学会去听吧，好孩子。”在人生旅途上，人们总会遇到这样那样事先难以预料的难题，也总会有人建议我们去这样那样地对付难题，但做出最后选择的应当是当事人自己。因此，当我们想要得到一个问题的最终解决办法时，最好还是“Your heart knows”。心理学家把这叫做“回归自我”，宗教领导人称之为“加强自我能力”。不管叫做什么吧，人总归有能力对自己的生活做出最正确的回答。这是生活给予人们最好的礼物。但人们要学会使用这一礼物。

人们往往不能预测自己的一生中会遇到什么问题，当问题出现时，会发现这些简单然而意味深长的句子是有用的：

I ' ll be there.

Maybe you ' re right.

Your heart knows.

（吴会艺 编译）

距 离

〔美〕雷 因

25 岁的时候，我因失业而挨饿，以前在君士坦丁堡，在巴黎，在罗马，都尝过贫穷和挨饿的滋味。然而，在这个纽约城，处处充溢着豪华气息，尤其使我觉得失业的可悲。

我不知道有什么办法能改变这种局面，因为我胜任的工作非常有限。我能写文章，但不会用英文写作。白天就在马路上东奔西走，目的倒不是为了锻炼身体，因为这是躲避房东讨债的最好办法。

一天，我在 42 号街碰见一位金发碧眼的大高个儿，立刻认出他是俄国的名歌唱家夏里宾先生。记得我小时候，常常在莫斯科帝国剧院的门口，排在观众的行列中间，等待好久之后，方能购得一张票子，去欣赏这位先生的艺术。后来我在巴黎当新闻记者，曾经去访问过他。我以为他当时是不会认识我的，然而他却还记得我的名字。

“很忙吗？”他问我。

我含糊地回答了他，我想他已一眼看出了我的境遇。

“我住的旅馆在第 103 号街，百老汇那边，跟我一同走过去，好不好？”他问我。

走过去？其时是中午，我已走了 5 个小时的马路了。

“但是，夏里宾先生，还要走 60 个街口，路不近呢。”

“胡说，”他笑着说，“只有五个街口。”

“五个街口？”我觉得很诧异。

“是的，”他说，“但我不是说到我的旅馆，而是到第6号街的一家射击游艺场。”

这有些答非所问，但我却顺从地跟着他走。一下子就到了射击游艺场的门口，看到两名水兵好几次都打不中目标。然后我们继续前进。

“现在，”夏里宾说，“只有11个街口了。”

我摇了摇头。

不多一会，走到卡纳奇大戏院。夏里宾说，他要看看那些购买月戏票子的观众究竟是什么样子。几分钟之后，我们重又前进。

“现在，”夏里宾愉快地说，“咱们离中央公园的动物园只有五个街口了，动物园里有一只猩猩，它的脸很像我所认识的一位唱次中音的朋友。我们去看看那只猩猩。”

又走了12个街口，已经回到百老汇路，我们在一家小吃店面前停下来。橱窗里放着一坛咸萝卜。夏里宾奉医生的医嘱不能吃咸菜，因此他只能隔窗望了望。

“这东西不坏呢！”他说，“它使我想起了我的青年时期。”

我走了许多路，原该筋疲力尽的了。可是奇怪得很，今天反而比往常好些。这样忽断忽续地走着，走到夏里宾住的旅馆的时候，他满意地笑着说：

“并不太远吧？现在让我们来吃中饭。”

在那满意的午餐之前，夏里宾给我解释为什么要我走这许多路的理由。

“今天的走路，你可以常常记在心里。”这位大音乐家庄严地说。“这是生活艺术的一个教训：你与你的目标之间无论怎样遥远的距离，都不要担心。把你的精神常常集中在五个街口的短短距离，别让那遥远的未来使你烦闷异常。常常注意于未来24小时内使你觉得有趣的小玩意。”

屈指到今，已经19年了，夏里宾也已长辞人世。我们共同

走过马路的那一天永远值得我纪念。因为尽管那些马路如今大都已经变了样子，可是夏里宾的实用哲学，有好多次都解决了我的难题。

爱 心

〔埃及〕法特希·阿什里

“没有爱，就不成其为世界；没有爱，就没有地球文明；没有爱，人类一刻也不能存在……”文豪伊卜拉欣·纳菲阿用这爱心似箭一般的令人折服的言语，奉献出他的佳作：《谈爱和忍》。他告诉我们：爱就是忍，忍就是爱。

因为作者本是经济学家，所以，他知道如何节约用词，概括含意，浓缩观点，言简意赅地去写爱心。他写出历史深远的含意，并引征哲学家、文学家和艺术家们的思想，用以证实他的独特见解；用他们的格言警句来归纳自己的观点；他带我们到世界的东方和西方，探寻爱的历史；他带我们潜入历史的大洋，采摘爱的珍珠和贝壳；他带我们盘旋在现时的长空，观测爱的领悟和感情；它穿越我们周围的太空，在爱的世界里捕捉鲜为人知的爱心。

因为作者原是政治家，所以，他知道在写爱心时，如何把爱和忍相联系。他提醒我们：对所爱之物和心爱之人要有耐心，对时间和地点要有耐心，对希望和别人也要有耐心，因为我们爱这一切。作者把爱摆到会谈桌上，给爱以净化，给爱以定义，承认爱的根基、声势和威力。作者把忍摆到谈判桌上，介绍忍，分析忍，承认忍的遗产和继承，承认忍的恩惠和效用。随之，作者就此得出结论：“世间最美好的是你的爱心和有人爱你。爱没有国界，没有时限，不分语言，爱的孪生兄弟是德。最崇高的爱是爱

主和拜主。”

他没因自己是政治经济学家而不去爱或不写爱，他为了爱而写爱。他引征了最著名的前辈们写爱的例证，如：阿里·本·艾布·塔里布、穆阿维亚·本·艾布·苏夫扬、哈里发马蒙；也引征了最驰名的领导人，如：拿破仑、尼赫鲁；还引征了最有名的哲人，如：苏格拉底、尼采、伏尔泰、纳吉布·马哈福兹。

最后，就法国哲学家加缪所说的：“最美的爱情故事尚未写出，最伟大的献爱心人尚未出生”，我们的文豪伊卜拉欣·纳菲阿又补充上一句：“最美的爱情故事尚无一人听到过。”如果说我们的文豪已握笔，并将它浸入爱的墨汁之中，以写众多的爱心故事，那么画家尤素福、法兰西斯也已握住画笔，将其浸入爱的墨汁之中，以绘出众多的爱心图画，来装饰文豪伊卜拉欣·纳菲阿的优美工作——《谈爱和忍》。

（纪焕桢 译）

握手

〔英〕莱·亨特

论及握手，便会想到随处可见的两种失态：一是无论亲疏，不分场合，见手即握，一脸殷勤，笑容可掬，让人觉得他们仿佛是天下最密不可分的挚友。若你的手有幸也被握及，对方照样一副受宠若惊的模样，虽然你与他不过是点头之交或初次相遇。其他接受过握手的荣幸者（握手者肯定已忘了其尊姓大名）抬眼相看，见握手者与他人交会时的热情，较之先前丝毫无减。一声“幸会”，诚意欣然，似为肺腑之言，好像对方是刚自遥远沙漠归来的老友。事实上，他不过是萍水相逢之人。

其二是在某些社交场合，一些人唯诺谦卑，手欲伸欲缩，游移不定，好像是手指发炎溃烂，羞于现丑。遇到这种谨言慎行之人，你只好打破一般的礼仪，与其握手加倍热情。因为别人将你们双方作了礼貌的介绍，而且接下来，你还得同这个场合的其他人一一握手，所以，哪怕仅是出于礼貌，你也应当同他有一番热情相握。可他的手却欲伸还缩，像是怕你对他施行恶作剧。你不得不伸手拉住他，但握手的动作仅出自于你自己。对方的手不知为何只有矜持，甚至显得忧郁。手既已握住，那无论尴尬也好拙笨也好，都只有机械地履行完成这个过程。这情形颇似挽着一位陌生的淑女就座。握手时是否要摇动一番，何时宜与对方松开，均颇费思量。执手相握易被疑为对人施暴，松手机会不当难免又讨回些尴尬。接下来的聚会中，你对自己是否因握手而见嫌于对

方始终把握不定。到分手时你才发现，他的言行举止与其他与之握过手的人同样格格不入。

在我看来，以上两种窘状其实都可避免。但若非要在两者中择其一，我倒更倾向于与人热情握手。诚然，握手时的热情并非全然出自真诚，但它至少创造了和睦的气氛。倘若要将真诚与和睦区分得泾渭分明（这种区分并非明智），那么，和睦总还是胜于引人不快的真情（如因厌恶某人而拒绝与之握手）。同时，要辨清某人的举止是否出于真诚，远比同人友善相处困难得多。况且就接人待物而言，热情友善应当被奉为至理。肯定这一点，便算悟出了令人愉快的处世立身之道。无论接人待物，还是修生养性，择此即为上策，也最符合生活逻辑。不善与人握手常被视作稳重谨慎，可是，事实并非如此，除非那种稳重是源于傲气。对不愿握手的最合理的解释，是缺乏殷勤灵动。细究起来，它仍源于傲气。生硬刻板本身，就意味着某人的傲慢或对他人缺乏信任。

我曾有幸晤见过两位胸襟宽厚的先生。二人自视清高，姿态傲岸，视己手若金玉。两人虽乐观自信，谈笑风生，但却极少与人握手，即使与人相握亦冷淡无味。人们为了表示对他们这种态度的不满，有人欲对其中一位施计，用鱼肉敷手与其相握，但终因缺乏勇气而未施行。许是此君对这件事有所风闻，自此之后，他与人相见时的姿态幡然改变，握手频频，热情亲切。但他的那位同伴虽热心与政治家们为伍，但其举止丝毫未改。眼见同仁的变迁，他颇不以为然又为其所激，姿态更是冷傲，行路为人我行我素，旁若无人，但因此倒也显堂堂正正，免去许多非议妄言。

（樊哲学 译）

如果我是富豪

〔法〕卢梭

如果我是富豪，我不会到乡间为自己兴建一座城市，在穷乡僻壤筑起杜伊勒利宫。在一道林木葱茏、景色优美的山坡上我将拥有一间质朴的小屋，一间有着绿色挡风窗的小白屋。虽然屋顶铺上茅草在任何季节都是最惬意的，可是我更喜欢瓦片（而不是阴暗的青石片），因为瓦片比茅草干净，色调更加鲜明，因为我家乡的房子都是这样的，这能够帮助我忆起童年时代的幸福时光。我没有庭院，但有一个饲养家禽的小院子；我没有马厩，但有一个牛栏，里面饲养着奶牛，供给我喜爱的牛乳；我没有花园，但有一畦菜地，有一片如我所描绘的果园：树上的果子不必点数也不必采摘，供路人享用；我不会把果树贴墙种在房屋周围，使路人碰也不敢碰树上华美的果实。然而这小小的挥霍代价轻微，因为我幽静的房屋坐落在偏远的外省，那儿金钱是不多，但食物丰富，是个既富饶又穷困的地方。

那儿，我聚集一群人数不多但经过挑选的友人。男的喜欢寻欢作乐，而且个个是行家；女的乐于走出闺阁，参加野外游戏，懂得垂钓、捕鸟、翻晒草料、收摘葡萄，而不是只会刺绣、玩纸牌。那儿，都市的风气荡然无存，我们都变成山野的村民，恣意欢娱，每晚都觉得翌日的活动太多，无法挑选。户外的锻炼和劳作刺激我们的胃口，使我们食欲大增。每餐饭都是盛宴，食物的丰富比饕餮的精美更得人欢心。愉快的情绪、田野的劳动、嬉笑

的游戏是世上最佳的厨师，而精美的调料对于日出而作的劳动者简直是可笑的玩意。这样的筵席不讲究礼仪也不讲究排场：到处都是餐厅——花园、小船、树荫下，有时筵席设在远离家屋的地方，在淙淙的泉水边，在如茵的草地上，在桤树和榛树下；愉快的客人排成长长的行列，一边唱着歌，一边端出丰赡的食物；草地桌椅、泉水环石当做放酒菜的台子，饭后的水果就挂在枝头。上菜不分先后，只要胃口好，何必讲究客套；人人都喜欢亲自动手，不必假助他人。在这诚挚而亲密的气氛中，人们互相逗趣，互相戏谑，但又不涉鄙俚，没有虚情假意，没有约束，这更有利于沟通情感。完全不需要讨厌的仆人，他们偷听我们的谈话，低声评论我们的举止，用贪婪的目光数我们吃了多少块肉，有时迟迟不上酒，而且宴会太长时他们还唠唠叨叨。为了成为自己的主人，我们将是自己的仆从，每人都被大家服侍；我们任凭时间流逝；用餐是休息，一直吃到太阳落山也不在乎。如果有劳作归来的农夫荷锄从我们身边走过，我要对他讲几句亲切的话使他高兴；我要邀请他喝几口佳酿使他能够比较愉快承受苦难；而我自己因为内心曾经感受些许的激动而喜悦，而且暗中对自己说：“我还是人。”

每逢乡民的节日，我同我的朋友率先到场；每逢邻里举行婚礼，我总是被邀的客人，因为大家知道我喜欢凑趣。我给这些善良的人们带去几件同他们自己一样朴素的礼物，为喜庆增添几许欢愉；作为交换，我将得到无法估价的报偿，一种和我同样的人极少得到的报偿：推心置腹和真正的快乐。我在他们的长餐桌边就座，高高兴兴地喝喜酒；我随声附和，同大家一道唱一首古老的民歌；我在他们的谷仓里跳舞，心情比参加巴黎歌剧院的舞会更加欢畅！

（程依荣 译）

客 人

〔英〕约翰·普里斯特利

我一向做主人比做客人的时候多。我喜欢有人来我家小住数日，可从不喜欢到别人家去做客，我一般总说我太忙了。我们请到家来小住的客人永远都只是一些我们最喜欢的朋友——对于工作上的拉拢那一套我是从来不感兴趣的，我认为那实际等于是撒下徇私舞弊的种子——所以每到星期五那天，就因为想到几位知心朋友将乘坐最后一班火车来家做客，干起工作来格外感到心情舒畅。

我真是从心眼儿里高兴见到他们。可是，我恐怕还得说，更使我高兴的还是看到他们走，看到家里又再没有任何外人了。这决不是因为我觉得请他们来做客是完全错了，尽管这类事偶尔也曾有过。同他们度过一个周末，我完全可能由于新发现了他们的某些美德和过去从未注意到的某些动人之处而更加喜爱他们了。尽管如此，对他们的离去我仍然十分高兴。他们的走给我们留下了让我们更可以正常生活的空间。开饭更及时也更为便当了。再不必没事把时间泡掉，再不必到处去参观，更不必随时准备要一开口便妙语惊人了。我的头脑这时也也和我的身体一样又穿上了便服。

我极喜欢辛勤工作（干我自己的那一套）和进行一些愚蠢的游戏，但在有客人围着你的时候，这二者却都难以进行。我喜欢对今世的生活问题进行一些思索，而当你看到满屋子都是些生气

勃勃、喋喋不休的生活实体的时候，还想去思索可太不易了。和客人在一起，我总明确感到自己是一块固体物质，可只要他们一走，我便又扩展开来，变成了气体。做气体可比做固体更开心多了。所以——再见……再见……

（黄雨石 译）

圣人

〔黎巴嫩〕纪伯伦

当我年轻的时候，我曾经拜访过一位圣人。他住在山那边一个幽静的林子里。正当我们谈论着什么美德的时候，一个土匪瘸着腿吃力地爬上山岭。他走进树林，跪在圣人面前说：“啊，圣人，请你解脱我的罪过。我罪孽深重。”

圣人答道：“我的罪孽也同样深重。”

土匪说：“但我是盗贼。”

圣人说：“我也是盗贼。”

土匪又说：“但我还是个杀人犯，多少人的鲜血还在我耳中翻腾。”

圣人回答说：“我也是杀人犯，多少人的热血也在我耳中呼唤。”

土匪说：“我犯下了无数的罪行。”

圣人回答：“我犯下的罪行也无法计算。”

土匪站了起来，他两眼盯着圣人，露出一种奇怪的神色。然后他就离开了我们，连蹦带跳地跑下山去。

我转身去问圣人：“你为何给自己加上莫须有的罪行？你没有看见此人走时已对你失去信任？”

圣人说道：“是的，他已不再信任我。但他走时毕竟如释重负。”

正在这时，我们听见土匪在远处引吭高歌，回声使山谷充满了欢乐。

美腿与丑腿

〔美〕富兰克林

世界上有两种人，他们的健康、财富，以及生活上的各种享受大致相同，结果，一种人是幸福的，另一种人却得不到幸福。他们对物、对人和对事的观点不同，那些观点对于他们心灵上的影响因此也不同，苦乐的分野主要的也就在此。

一个人无论处于什么地位，遭遇总是有顺利有不顺利；无论在什么交际场合，所接触到的人物和谈吐，总有讨人欢喜的和不讨人欢喜的；无论在什么地方的餐桌上，酒肉的味道总是有可口的也有不可口的，菜肴也是煮得有好有坏；无论在什么地带，天气总是有晴有雨；无论什么政府，它的法律总是有好的，也有不好的，而法律的施行也是有好有坏。天才所写的诗文，里面有美点，但也总可以找到若干瑕疵。差不多每一张脸上，总可找到优点和缺陷，差不多每一个人都有他的长处，也有他的短处。

在这些情形之下，上面所说两种人的注意目标恰好相反：乐观的人所注意的只是顺利的际遇、谈话之中有趣的部分、精制的佳肴、美味的好酒、晴朗的天气等等，同时尽情享乐；悲观的人所想的和所谈的却只是坏的一面，因此他们永远感到怏怏不乐，他们的言论在社交场所既大煞风景，个别的还得罪许多人，以致他们到处和人格格不入。如果这种性情是天生的，这些怏怏不乐的人倒是更堪怜悯。但那种吹毛求疵令人厌恶的脾气，也许根本从模仿而来，于不知不觉中养成了习惯。假若悲观的人能够知道

他们的恶习对于他们一生幸福有如此不良的影响，那么即使恶习已经到了根深蒂固的程度，也还是可以矫正的。我希望这一点忠告可能对悲观的人有所帮助，促使他们去除恶习；这种恶习实际上虽然只是一种态度，一种心理行为，但是它却能造成终生的严重后果，带来真的悲哀与不幸。他们得罪了大家，大家谁也不喜欢他们，至多以极平常的礼貌和敬意跟他们敷衍，有时甚至连极平常的礼貌和敬意都谈不到。他们常常因此很气愤，引起种种争执。他们如想地位改变或财富增加，别人谁也不会希望他们成功，没有人肯为成全他们的抱负而出力或进言。如果他们招受到公众的责难或羞辱，也没有人肯为他们的过失辩护或予以原谅；许多人还要夸大其词地同声攻击，把他们骂得体的无完肤。如果这些人不愿矫正恶习，不肯迁就，不肯喜欢一切别人认为可爱的东西，而总是怨天尤人，为一切不可爱的东西自寻烦恼，那么大家还是避免和他们交往的好；因为这种人总是和人难以相处，一旦你发觉自己被牵缠在他们的争吵中时，你将感到很大的麻烦。

我有一位研究哲学的老朋友，由于饱经世故，时时谨慎、留神，避免和这种人亲近。他像一般哲学家一样，备有一具显示气温的寒暑表，和一具预示晴雨的气压计；但什么人会有这种坏脾气，世界上还没有人发明什么仪器，可以使他一看便知。因此他就利用他的两条腿，一条长得非常好看，另一条却因遭逢意外事件而呈畸形。陌生人初次和他见面，如果对他的丑腿比对他的好腿更为注意，他就有所疑忌。如果此人只谈起那条丑腿，不注意那条好腿，这就足以使我的朋友决定不再和他作进一步的交往。这样一副大腿仪器并非人人都有，但是只要稍微留心，那种有吹毛求疵恶习之流的一些行迹，大家都能看出来，从而可以决定避免和他们交往。因此，我劝告那些性情苛刻、怨愤不平、郁郁寡欢的人，如果他们希望能受人敬爱而自得其乐，他们就不可再去注意人家的丑腿了。

（夏济安 译）

采 撷 精 华

有一位画家，发明了一种奇异的红色颜料，别的画家没一人能摹仿他。不久，这位画家死了，这奇异的红色颜料的秘诀也跟着丧失了。在他死后，人们才发现在他心口上有一个旧创伤。原来，这就是这宝贵色彩的来源。

——〔美〕考门夫人

石头下面的一颗心

〔法〕雨 果

把宇宙缩减到惟一的一个人，把惟一的一个人扩张到上帝，这才是爱。

爱，便是众天使向群星的膜拜。

上帝在一切的后面，但是一切遮住了上帝。东西是黑的，人是不透明的。爱一个人，便是要使他透明。

某些思想是祈祷。有时候，无论身体的姿势如何，灵魂却总是双膝跪下的。

相爱而不能相见的人有千百种虚幻而真实的东西用来骗走离愁别恨。别人不让他们见面，他们不能互通音信，他们却能找到无数神秘的通信方法。他们互送飞鸟的啼唱、花朵的香味、孩子们的笑声、太阳的光辉、风的叹息、星的闪光、整个宇宙。这有什么办不到呢？上帝的整个事业是为爱服务的。爱有足够的力量可以命令大自然为它传递书信。

啊，春天，你便是我写给她的一封信。

未来仍是属于心灵的多，属于精神的少。爱，是惟一能占领 399

和充满永恒的东西。对于无极，必须不竭。

上帝不能增加相爱的人们的幸福，除非给予他们无止境的岁月。在爱的一生之后，有爱的永生，那确是一种增益；但是，如果要从此生开始，便增加爱给予灵魂的那种无可言喻的极乐的强度，那是无法做到的，甚至上帝也做不到。上帝是天上的饱和，爱是人间的饱和。

如果你是石头，便应当做磁石；如果你是植物，便应当做含羞草；如果你是人，便应当做意中人。

深邃的心灵们，明智的精灵们，按照上帝的安排来接受生命吧。这是一种长久的考验，一种为未知的命运所做的不可理解的准备工作。这个命运，真正的命运，对人来说，是从他第一步踏出墓穴时开始的。到这时，便会有一种东西出现在他眼前，他也开始能辨认永定的命运。永定，请你仔细想想这个词儿。活着的人只能望见无极，而永定只让死了的人望见它。在死以前，为爱而忍痛，为希望而景仰吧。不幸的是那些只爱躯壳、形体、表相的人，唉！这一切都将由一死而全部化为乌有。应当知道爱灵魂，你日后还能找到它。

(李月 译)

沙 与 沫

〔黎巴嫩〕纪伯伦

诗不是一种表白出来的意见。它是从一个伤口或是一个笑口涌出的一首歌曲。

如果你歌颂美，即使你是在沙漠中心，你也会有听众。

诗是迷醉心海的智慧。

智慧是心思里歌唱的诗。

如果我们能够迷醉人的心海，同时也在他的心思中歌唱。

那么他就真个的在神的影中生活了。

灵感总是歌唱；灵感从不解释。

能唱出我们的沉默，是一个伟大的歌唱家。

他们说夜莺唱着恋歌的时候，把刺扎进自己的胸膛。

我们也都是这样的。不这样我们还能唱歌吗？

在母亲心里沉默着的诗歌，在她孩子的唇上唱了出来。

当你达到生命的中心的时候，你将在万物中甚至于在看不见美的人的眼睛里，也会找到美。

友谊永远是一个甜柔的责任，从来不是一种机会。

当你背向太阳的时候，你只看到自己的影子。

慈善的狼对天真的羊说：“你不光临寒舍吗？”

羊回答说：“我们将以造府为荣，如果你的贵府不是在你肚子
里的话。”

能把手指放在善恶分野的地方的人，就是能够摸到上帝圣袍
的边缘的人。

怜悯只是半斤公平。

把唇上的微笑来遮掩眼里的憎恨的人是多么愚蠢啊！

奇怪的是，你竟可怜那脚下慢的人，而不可怜那心里慢的人。
可怜那盲于目的人，而不可怜那盲于心的人。

你要人们用你的羽翼飞翔，而却连一根羽毛也拿不出的时
候，你是多么轻率啊。

我宁可做人类中有梦想和有完成梦想的愿望的、最渺小的人，
而不愿做一个最伟大的、无梦想无愿望的人。

我曾对一条小溪谈到大海，小溪认为我只是一个幻想的夸张
者；

我也曾对大海谈到小溪，大海认为我只是一个低估的毁谤者。

一场争论可能是两个心思之间的捷径。

当智慧骄傲到不肯哭泣，庄严到不肯欢笑，自满到不肯看人的时候，就不成为智慧了。

执拗的人是一个极聋的演说家。

妒忌的沉默是太吵闹了。

一个羞赧的失败比一次骄傲的成功还要高贵。

在任何一块土地上挖掘，你都会找到珍宝，不过你必须以农民的信心去挖掘。

他们对我说：“你能自知，你就能了解所有的人。”

一个哲学家对一个清道夫说：“我可怜你，你的工作又苦又脏。”

清道夫说：“谢谢你，先生。请告诉我，你做什么工作？”

哲学家回答说：“我研究人的心思、行为和愿望。”

清道夫一面扫街一面微笑说：“我也可怜你。”

愿望是半个生命，淡漠是半个死亡。

只在一个变戏法的人接不到球的时候，他才能吸引我。

（冰心 译）

播种者和种子

〔黎巴嫩〕 莱哈尼

一

人生，是两个永恒之间的间隙，是两块乌云之间闪电发光的瞬息。

二

人，不过是风暴在爱和恨的大海里所抛掷的情欲的投影。

三

你我心里都有一层薄薄的雾，雾后面，还有点儿什么却看不清楚。

你我心里还有个永恒的谜，无论过去和现在，智慧的光都照不到它的深处。

四

我爱美，我爱它不同一般；
我爱动，我动得潇洒端庄；

我爱静，我静中充满雄辩；

我要一天十回跳出那人人为的框框，只要模式外有智慧和独创在闪光。

我不要那每月一次美的正常运转，那是贫乏的心灵穿着美的衣衫。

五

为物质的需要和人世的目的选择宗教的路，选择那虚假的虔诚、伪善和变色的路，其实，那是一条远离宗教和安拉的路，如同大地离开遥远的星座。

六

风暴能激发和锤炼感情；即使被大风摇晃和吹弯的植物，也比暖房里成长的花草坚韧。

身心被压抑到一定程度，就会产生一种无形的力量，它依然不失深邃的思想和理性。要是超过这个限度，就会产生浑浑噩噩，绝望的心情，一旦把浑浑噩噩的灰尘抖落，剩下的就是恶毒和凶狠，到那时，就不存在智慧，也失去了理性。

七

最好的和最宝贵的书，读了以后，就会把你带入一个崭新的意境；这样的书会在我们心里唤起新的崇高的意识，强烈的渴望，纯洁的感情；这样的书会推着我们向前，还会带动我们周围的人；这样的书会从沉睡中把我们唤醒，使我们摆脱困惑的泥潭，引我们走上开拓生活之路的人生。这样的书啊，尽管已经“开放”，可以大量发行，但她仍然一似我们统治者苏莱伊曼所曾经追查过的那个高贵的女性。

瓦尔登湖

〔美〕亨利·梭罗

一

大部分的奢侈品，大部分所谓舒适的生活，非但没有必要，而且对人类进步大有妨碍。所以关于奢侈与舒适，最明智的人生活得甚至比穷人更加简单和朴素。中国、印度、波斯和希腊的古哲学家都是一个类型的人物，外表生活再穷没有，而内心生活再富不过。

二

怎样一种空间才能把人和人群隔离开而使人感到寂寞呢？我已经发现了，无论两腿怎样努力也不能使两颗心灵更易接近……人们倒是更愿意接近那生命不竭之源泉的大自然，在我们的经验中，我们时常感到有这么个需要，好像水边的杨柳，一定向着有水的方向伸展它的根。

三

我心目中还有一种人，这种人看来阔绰，实际却是所有阶层

中贫困得最可怕的。他们固然已积蓄了一些钱，却不懂得如何利用它，也不懂得如何摆脱它。因此他们给自己铸造了一副金银的镣铐。

四

当文明改善了房屋的时候，它却没有同时改善了居住在房屋中的人。文明造出了皇宫，可是要造出贵族和国王却没那么容易。如果文明人所追求的并不比野蛮人追求的来得更加高贵些，那么他何必要有比野蛮人更好的住房呢？

五

青年往往通过打猎接近森林，并发展他身体里面最有天性的一部分。他到那里，先是作为一个猎人，一个钓鱼的人，到后来，如果他身体里已播有更善良生命的种子，他就会发现他正当的目标也许是变成诗人，也许是成为科学家，猎枪和钓竿就抛诸脑后了。

六

一个健康的人内心最微弱的肯定的反对，都能战胜人间的种种雄辩和习俗。人们很少听从自己的天性，偏偏在它带他走入歧途时，却又听从起来。结果不免是肉体的衰退，然而也许没有人会引以为憾。因为这些生活是遵循了更高的规律的。如果你欢快地迎来了白天和黑夜，生活便像鲜花和香草一样芳香，而且更有弹性，更如繁星，更加不朽——那就是你的成功。

（徐迟 译）

荒漠甘泉

〔美〕考门夫人

似是忧愁，却是常常快乐的

似乎是很美丽的，宛如月光的美丽。她的歌声好像夜莺的鸣声，她的目光并不期望快乐。她能与哀哭的人同哭，却不能与快乐的人同乐。

快乐也是很美丽的，宛如夏晨的美丽，她的目光蕴含着童年的欢笑，她的头发上有阳光的闪耀。她的歌声像百灵鸟一般翱翔，她的脚步是一个得胜者的脚步。她能与一切快乐的人同乐，却不能与哀哭的人同哭。

忧愁沉思道：“我俩是决不能合作的。”

快乐说：“是啊，我的道路在充满阳光的草场上，玫瑰为我开着芳香的花朵，山鸟和画眉为我唱着欢乐的情歌。”

忧愁转过身去说道：“我们的道路是在黑暗的森林中。但是世上最甜蜜的诗歌——深夜的情歌，却是属于我的。”

有一个人立在她们旁边；虽然看不清楚，却知道是一位君王，她们跪倒在他面前，感到非常惧怕。

忧愁轻声说道：“我看他一定是快乐的王，因为他头上戴着许多冠冕，手脚上带着胜利的钉痕。在他面前，一切忧愁都化为不熄的爱和欢乐，我愿意把自己奉献给他。”

快乐低声说道：“你错了，我看他是忧愁的王，他头上戴着

的是荆棘的冠冕。我也愿意把自己永远奉献给他，因为有他同在，忧愁一定比快乐更加甘甜。”她俩同声欢呼说道：“我们在他里面乃是一体，只有他能将快乐和忧愁合成一体。”

她俩手牵着手同在世上跟随他走。有时在风雨中，有时在阳光下，有时在冬日的凛冽中，有时在夏日的温暖中。似乎忧愁，却是常常快乐的。

奇异的红色颜料

有一位画家，发明了一种奇异的红色颜料，别的画家没一人能摹仿他。不久，这位画家死了，这奇异的红色颜料的秘诀也跟着丧失了。在他死后，人们才发现在他心口上有一个旧创伤。原来，这就是这宝贵色彩的来源。

随身带油的老人

从前有一位老人，无论走到什么地方，身边总带着一个小瓶油。如果他走过一扇门，门上发出轧轧的响声来，他就倒些油在门轴上。如果他遇到一扇难开的门，他就涂些油在门闩上。他一生就是做这加油的工作，为以后的人得着便利。人们称他为怪人，但是这位老人依然如此工作。瓶里的油倒空了再装，倒空了再装……

有许多人每天的生活中充满了轧轧声、咒骂声……他们需要喜乐油、温柔油、关切油……你身上有没有带着油呢？你应当随时带着你的帮助油，从早到晚去分给人，从你最近的人分起。也许你早晨分给他的油，可以够他一日应用。把喜乐油分给沮丧的人，对绝望的人说一句鼓励的话，哦，这是一件多么美好的事。

你们就当安静

在各种生命力中，惟有安静最具影响力。阳光静静地普照大地，人的耳朵听不见任何声响，但是它却带给人无限的祝福和行善的能力。地球吸引力也是沉默无声的，它没有机器的嘎嘎声，铁链的铿锵声，也没有引擎轰隆的噪音，然而它却操纵着宇宙的星球按照一定轨道运行不已，夜晚，露水悄然而降，润饰每一株小草，每一片树叶，每一朵花瓣，使它们焕然一新。电的本源不是轰隆的雷响，而是无声的闪电。大自然的奥秘隐含在安静之中，巨大的力量常常是无息地进行。

自然界的奇迹都是在静谧中酝酿。宇宙的巨轮无声地运转。我们处在这个嘈杂的时代，如果想保持圣洁，每天必须有一段孤独安静的时刻。

“饶恕周”

在非洲丛林有一部落流行一种风俗，就是“饶恕周”。这个“饶恕周”是在每年的旱季。这期间如果老天大发慈悲降下甘霖，村人就要彼此饶恕，放弃前嫌，并与仇敌言归于好。

有人问一个又聋又哑的人：“什么是饶恕？”他拿起笔来在纸上写道：“它就像经人践踏的鲜花所发出的香气。”

幸福的因素

幸福的生活不是靠环游世界的旅行和休假，而是你能欣赏路边的小花小草。许多美丽的花朵，要内心充满主的平安与爱的人才能发现。一点一滴的小喜乐，一个接一个灵性的启迪，每天生活中一线、两线的阳光——都是构成幸福的因素。据说伦敦城里为了建造新的马路，拆去许多旧楼之后，有很长一段时期新路没

有动工兴建，旧屋的地基任凭风吹雨打日晒，有一批自然科学家来看这块空地，发现这块多少年来没有接触过阳光的地方，一旦和春天的空气与日光接触以后，许多野花野草生长了出来，有一些还是英国从来未曾见过的，要在地中海附近的国家每年同样的时候才生长。这些拆去的旧房，大都建造于罗马人沿泰晤士攻打英国的时候，花草的种子埋藏在房屋的石头砖块下，年复一年，看来永无生机，谁知一见阳光，生命立刻恢复活跃，绽开出美妙的花朵。

雾只是薄薄一层……

大自然的雾，日出便消散；灵性生活上的雾，一样停留不了多久。住海边的人，看见浓雾，心情沉重的时候，他们曾说：“很快便要雾散日出。”事实也是如此。浓雾天，向上空望去，看不见太阳，但能看见它四周的银光。环绕在它周围的雾气逐渐淡化，这儿那儿会偶然露出一片蓝天来。云块在后面飞速地退去，不消多久，万里无云的天空便出现在眼前。清早见到雾，如果你知道雾会带来一个晴朗的天，你会减少许多的忧愁和不必要的郁闷。须知昨夜有过一场风雨，才把雾留在后头。我们昨天偶然有过一场误会，但第二天早晨，心头依然一片茫然，又闷又沉重。为什么还要想它呢？管它天气好坏，由它去吧，雾只是薄薄一层，不久就要消散。雾后面有个好太阳，又亮又温暖，它会把雾收去，交给我们个好晴天……

我是一个现实主义者

〔美〕珍妮特·洛尔

在阅读有关巴菲特如何进行成功的投资之前，让我们看一下他在过一种丰富的、满意的、有价值的生活方面说了些什么：

想怎么生活，就怎么生活

吸引我从事证券工作的原因之一是，它可以让你过你自己想过的生活。你没有必要为成功而打扮。

我想像不出生活中还有什么我想要而不能拥有的东西。

挣钱比花钱容易得多。

拥有一种爱好

任何一个不打桥牌的年轻人都犯了一个大错误。

我打桥牌时不思考其他任何问题。

我经常说，如果有三个会玩桥牌的同牢房牌友，我不介意蹲

我小心地从一台电脑边走过，害怕它会咬我一口；但一旦上路之后，我发现它很简单。除了会在电脑上玩桥牌之外，我对这玩意儿一窍不通。

专注于你的目标

我经常感到，研究商业中的失败案例，要比研究成功案例的收获多得多。而商学院的惯例就是对成功案例进行研究。但我的合伙人查理·芒格说，他最想知道的，就是他会在哪儿死——这样他就可以永远不去那儿。

保持生活的希望

我不会以我挣的钱来衡量我生命的价值。其他人也许会这么做，但我当然不会。

钱，在某种程度上，有时会使你的处境更有利，但它无法改变你的健康状况或让别人爱你。

要 诚 实

要赢得好的声誉需要 20 年的时间，而要毁掉它，5 分钟足矣。如果明白了这一点，你做起事来就会不同了。

在商业不景气时，我们散布谣言说，我们的糖果有着春药的功效，这非常有效。但谣言是谎言，而糖果则不然。

相信你自己

我从来不曾有过自我怀疑。我从来不曾灰心过。

我始终知道我会富有。对此我不曾有过一丝一毫的怀疑。

我有一个内部的得分牌。如果我做了某些其他人不喜欢，但我感觉良好的事，我会很高兴。如果其他人称赞我所做过的事，但我自己却不满意，我不会高兴的。

（马强等 译）

札 记

〔保加利亚〕阿·达尔切夫

生活如同一根燃烧的火柴，当你四处巡视以确定自己的位置时，它已经燃完了。

友谊以真诚来衡量，而真诚由友谊来奉献。

痛苦务求其速去，享受也不会久留。惟有希望永驻常在，它连死亡也可逾越。

人有了成就就会很孤独。那时，他的朋友会离开他，有的是因为嫉妒，有的则怕他认为会给自己添麻烦。

文化修养不高的人对各种理论趋之若鹜，真正的学者把事实看得重于一切。

才能不仅仅是能干什么的本领，还包含一些其他的心理和道德素质。例如，对一个讽刺作家而言，勇敢与正义感不会只是它微不足道的组成部分吧！

别人都说您谦虚。不，我可不谦虚。我宁肯自己说出我从别人那里听到的真心话。

我们多么缺乏独立性和爱虚荣——仅仅由于自己与某一位常人共同点而感到骄傲，甚至发现自己身上只有他的不足之处时，也还如此。

在象征派流行时，他写象征派诗，写关于战争的书；在我国出现雷马克、巴比塞、伦茨的作品时，在自传体的小说盛行时，他写自传体小说。有那么一天，从他那里就可以鉴定出我们的文学品位和模式。这种花样繁多的创作我不知道能不能谈得上风格，但却使我更多地联想到铅字盘。在那里，主顾可以找到一个印刷厂拥有的全部铅字。

我惊奇于那些擅长一切的作家，可是我信赖于那些只胜任一种的作家。

过去孕育着未来并显现于未来。

我们儿时见到过和学过的许多东西，往往到成年后才能真正理解它。

永垂不朽存在于后代人的追忆之中。嗨！我既没有参与这样的追求，又何必标榜永垂不朽。

凋零的树叶在空中上下翻飞，它的影子在地上遥相追随。当它们重合在一起时，树叶已飘然落下。

与其在一个问题上冥思苦想，不如暂时将它搁置一旁。一旦能另辟蹊径，说不定会豁然开朗。这好比狗啃骨头一样，狗将啃不动的骨头先吐出来，是为了换个便于着力的方向，以便顺顺当当地把它吃掉。

如果人们都是完美的，他们之间就没有了差异。由此看来，

个性便是出自非完美性了。

有人单纯以反抗周围的敌对势力而支撑自己。如果这敌对势力一旦消失，他势必会像没有支座的物体一样倒下。

(陈九瑛 译)

生活的法则

〔美〕阿瑟·布劳克

哈里森的行动法则：行动者常常不如评论者高明，但评论者往往没有行动。

詹姆斯的历史法则：历史本身不会重复，重复只出现在历史学家之间。

罗伯特的食品法则：爱吃香肠的人，绝对不要去了解香肠的生产过程。

杰克逊的虚伪法则：倘若旁人看不出你的虚伪，你就不虚伪了。

约翰逊的读报法则：为了去发现人类的种种错误，其中也包括报纸本身的印刷错误。

杰佛里的成功法则：当有人到处在议论你不如他的时候，那你一定在某些方面比他更成功。

康威尔的组织法则：每个组织中都会有人清楚地知道该组织的底细，这个人应当被开除。

格林的辩论法则：当你开始胡言乱语的时候，真理往往在对方手里。

斯图尔特的反应法则：得到原谅要比得到许可容易得多。

华莱士的谦虚法则：将自己贬得一无是处，为的是鼓励别人亲自来认识你的出众之处。

奥利尼的家务法则：厨房是永远无法打扫干净的。

迈克的恭敬法则：决不要为了博取他人的好感而流露自己的真实感情。

（小潘 译）

人生的箴言

〔日本〕池田大作

我认为人生中不能没有爽朗的笑声。爽朗的笑是“家庭中的太阳”。我希望能有打内心里为他人的喜悦而喜悦的余裕。在这样的生活态度中，每一天都会给我们留下一些明朗愉快的东西。只看人的阴暗面的生活态度，最后只会扩大阴暗抑郁的世界，从而导致自己的失败。

我希望能真正的自我中，始终保持不断创造新事物的创造性和为人们为社会做出贡献的社会性。在平凡的生活中仍能发现新鲜的感动和喜悦的人，可以说是使自己生活得富有创造性。我希望从风中颤动的一片树叶上也能听到光线的脉搏的跳动；我希望能培养出一颗在路旁开放的无名的野花上也能发现美的心灵。但这不能是感伤。我希望的丰富的心灵，应当充满了正义和勇气，能以强韧的生命力去冲破任何惊涛骇浪。

一味地把他人与自己相比，这种生活态度是渺小的。他人有他人的使命，自己有自己的使命。应当以这样广阔的心胸，从昨天到今天，从今天到明天，一步一步地登上进步与向上的坡道。这样的力量才是真正的青春活力。

积累起来的信用，可能会由于一时的微小的言行而丧失。仅凭雕虫小技粉饰表面的镀金，到关键的时刻会剥落罄尽。能在苦难中勇往直前地完成自己使命的人，最后总会赢得所有人的信用。即使每天做着朴实无华的、谁也看不见的工作，但能够重视它，为了自己的建设，顽强地一步一步地前进。我打内心里尊敬这样的人。

人性谈六则

〔新加坡〕洪 生

不宜谦让

读华文书的人有一个最大的缺点，便是凡事总要谦让一番，不肯据理力争或当仁不让。

明明是实至名归，仍要推推搡搡。倘若大家都是如此，虽是稍缴费时，还无大碍；但当有人横刀夺爱，中途杀出，利益恐怕要落入别家了。当年孙中山就是由于礼让，给袁世凯当上总统，中国因此扰扰攘攘，多年不休。

今日世界更是你争我夺的时代，谁敢毛遂自荐，谁就能捷足先登，占尽先机，而胜算也在握了。

最怕是一番礼让，别人信以为真，把你看做庸碌之辈，冷藏一旁，再恨“不才明主异”也于事无补。

职是之故，谦让尽管是美德，还是少提倡为妙，因为与其让不学无术者尽荣登宝座，倒不如任由有德者角逐而得之更公平、合理些。大家可有异议？

沉默不得

读华文书的人还有一个大缺点，便是得饶人处且饶人，遇事总三缄其口，不闻不问；甚至被人所损，也打断牙齿和血吞，或

唾面自干，不哼不慨。

这不是美德，这是懦弱无用的表现，即使对手再强大，只要能还手就该还手，如能狠狠地给予打击，那就更好；可别上了中庸论者之当，力保谦和。

鲁迅就曾说过，不在沉默中死亡，便在沉默中爆发。委曲求全，这种全多不可得；即使得之，恐怕也难长久。大家都听过“得寸进尺”这句俗话吧？还没听说有人占了点便宜便罢手的。

只是不肯沉默，就得有勇气，不管四周是怎样的死寂，你照样敢站出来，发聋振聩当然好，否则搔搔痒也算是尽人事，就是绝不可沉默。

不想清高

一些人心里虽然爱财好利，可是嘴巴却常常挂着清高绝俗。其实爱财也不见得就是坏事，所谓君子爱财取之有道，也就可以了嘛！至于清高绝俗，还是需要身体力行，远非嘴里嚷嚷就清了就高了。

有时候入乡随俗，逢场作戏，不一定就是随波逐流；而凡事喜欢独树一帜的，不见得就众醉我醒、众浊我清了。常常，倒是心存终南捷径在作祟而已。

扰攘尘世，忙忙碌碌，既为自己，也为了大众，希望过个好日子，这又有什么可厚非的呢？反而衣不沾尘，身无滴汗，站在一旁自命清高者，更令人觉得可耻。

所以我一向鄙视那些清高之流，所以从来也就不想与斯辈嘍傲山林。我还是喜欢老老实实在尘世中，与众人为伍。

人各有志

古人说过：“人之患在好为人师。”这话不无道理。许多人常以自己的主观愿望来要求别人，希望别人遵照自己的话去做，倘

不如此，便觉对方冥顽不灵，甚至无可救药。

其实人各有志，志不同，不相谋，何必强求必与己同呢？当然麻雀无法了然鸿鹄的大志，可是换过来，鸿鹄又怎能体谅麻雀的小小需索呢？

更何况人尽其才，只要把自己的才华发挥净尽，也就够了。岂一定都得身怀大志不可？

过去我无领悟这点，所以对自己的亲人、学生不免苛求，而对方无动于衷，自己则苦恼不已。

现在想想，不禁哑然，人各有志嘛，何必强求？

“兼 听”

“兼听则明”这句话，许多人都读过，也会引用，但不一定会应用。

喜欢听美言，是人之通病。

听一面之词，也是人之常性。

所以英明如一些领导人，也不免被小人的阿谀和谗言所淹没，而用人不当，断事不确了。

能够凡事多听听各种意见，当然是好事，但有者早已先入为主，为了偏见，所谓听听，不外乎做做样子罢了。

也有些恰巧相反，本身没有判断力，筑室道谋，三年无成。则兼听不如不听。

“兼听”一词，言简意赅，虽易懂却不易做到。否则攘攘乾坤，就不会如此多事了。

错

是人，就有七情六欲。有时不免起贪念，起歹念。如果贪念或歹念只是一闪而过，并未付诸实行，则庶几近乎圣人矣。有句对联的下联即是：“万恶淫为首，论事不论心；论心，古今无完

人。”正足以说明这个道理。

就真是一时控制不住，让贪念歹念支配理智，但事后尚知悔过，也不失为正人君子了。古语有云：“人非草木，孰能无过？知过能改，善莫大焉。”便是最好的佐证。

最怕的是一错再错，终于铸定大错；或一错之后，误以为自己是无可救药的大罪人，便灰心失志，无心事事了，因为人生到底是相当短暂，容不得我们随意挥霍。

错，并不可怕，也不必掩饰，但不要让错所误，让错所害。错，反而是一种激励，推动我们向上向善。

通向友人之路

〔俄〕普里什文

追 随

有这样的情况，某人在积雪很深的雪地里穿过，结果他并不是白费力气。另一个人怀着感激之情顺着他的脚印走过去，然后是第三个、第四个……于是那里已经可以看到一条新的小路。就这样，由于一个人，整整一冬就有一条冬季的道路。

可是有时候一个人走过去了，脚印白白留在那儿，再没有人跟踪走，于是紧贴地面吹过的暴风雪掩盖了它，什么痕迹也没留下。

大地上我们所有的人命运都是这样的：往往是同样劳动，运气却各不相同。

美的诞生

没有粪就种不出玫瑰，但诗人仍然只赞美玫瑰，而不赞美粪，也就是肥料。应当展示玫瑰本身，也稍许留下一点儿腐臭变质的粪，为的是指出，美的近旁是粪，紧挨着自由的是它从中挣脱出来的必需。

通向友人之路

我的朋友！不要惧怕使你不能安睡、扰乱你心境的思想。不要睡吧，就让这思想钻透你的心灵。你要忍耐些。这烦忧是会有个尽头的。

你很快就会觉得，从你的心里有一条通路通向另一个人的心灵，而在这个夜晚使你心绪不宁的，就正是要从你这里开辟一条通向另一个人的路径，为的是让你们能在一起聚会。

沉思集

〔法〕普吕多姆

幸福

易变质、易出事故的东西永远不能成为幸福的来源，因为我们不应该把必须持久的幸福与必然短暂的快乐混为一谈。所以，我们应当在不可侵犯的东西中寻找幸福。事实令人宽慰，很了不起，人们在灵魂的三大能力中找到了命运、时间和专制的暴力所无法接受的欢乐因素：科学是神圣不可侵犯的，变化是神圣不可侵犯的，爱是神圣不可侵犯的。因此，为了幸福，让我们寻找真理，即上帝本身；让我们获得自由，也就是说要战胜自己的激情，可我们尤其要有爱心，这是最便利的极乐之路。我激动地看到幸福主要来自这个世界，因为在这里人们可以进行研究，人们有竞争的强烈愿望，诗让我们去爱一切。

很明显，幸福在于我们实现了自己的意志和愿望。为了得到满足，愿望要求一种陌生的、独立于我们的意志的意志与它保持和谐、一致。为了更保险地得到幸福，最好去渴盼最不可能得到的东西，在我们的愿望最不可能遇到障碍的事物上去实现我们的愿望；所以，应该放弃尘世上的东西；然而人又生活在尘世上的事物当中，因此，没有对上天的希望，幸福的本质都是矛盾的。

取消了上天，斯多葛派^①最大的幸福还不如一小时的欢乐。

使人幸福的只能是人们所感到的而不是人们所得到的；使人伟大的是人们的思想而决不是人的幸福。幸福比伟大更有价值吗？野蛮胜于文明吗？啊！给我们以快乐而决不要不幸！懂得受苦的人比幸福的人要强得多！我们珍惜奋力忍受痛苦的荣耀，正如士兵珍惜给他点缀胸口的伤疤一样。卢梭不懂得这点。

快乐不过是痛苦的暂时停止，幸福则是对痛苦毫无知晓。

幸福由于其自身的条件而区别于快乐，它有可能持续和永久。它建立了一种气氛。而快乐只造就一道闪电，一种短暂的兴奋。

人们没有足够地区分拥有和欢乐这两个概念。如果人们得到一种利益后还一直对能够拥有这种利益感到高兴，那这种拥有就是幸福。可随着我们财富的不断增加，我们欲望的界限也在不断地扩大。没错，我们只想得到我们能希望得到的东西，可我们拥有的越多，我们能希望的也越多。我们最初的愿望的窄圈就这样一直扩展得无穷无尽。

爱情是幸福的巨大源泉，可世上的东西都是要消亡的，并且在消亡中使我们痛苦，所以，应该依恋永恒的事物，在这依恋当中寻找幸福。可永恒的东西并非每个人都能得到的；美和真也是这样。不过，为了使幸福成为可能，上帝曾想让永恒的善能够为大家所得。

过去和未来都不属于我们；但它们用回忆、悔恨、希望和恐惧带来了现阶段我们最重要的那份感觉。所以，幸福不是别的，而是回想和预感。

^① 斯多葛派：又称“画廊派”，古希腊唯心主义哲学派别之一，宣扬禁欲主义和宿命论，主张安于现状和忍耐精神。

每个生灵所需的东西似乎都与其智慧成正比。那一无所有的才子，如果他的整个灵魂全是智慧，不是应该比只有本能的野蛮人分到更多的东西吗？不过他还得到某个东西，一颗用来感受痛苦和欢乐、尤其是用来爱的心。然而这颗心并没有使他更为幸福，他历尽千辛万苦，终于找到舒适和安逸，但他惊奇地发现这并不是幸福。于是他找啊找啊，询问世人，拍打额头。他没想到心是他想育才智来满足的一切欲望之源，没想到才智在他的各种能力中并不是无穷尽的，正如心在他的愿望中不是无穷尽的一样。人们遗忘之迅速不亚于渴望之迫切，当他达到寻找的目的时，他只感到快乐，即一点点幸福，其理由非常简单：他的发现起初给他带来了一种额外的快乐，这种快乐不久就成了他的必需品；从此，他不会因拥有这种新的利益而感到更幸福，而这利益一旦失去，他会感到不幸。人们平时会因自己有两条胳膊而感到过某种满足吗？人们从来没想过这一点，他们带着健全的肢体自杀。相反，人们不是想创造第三只胳膊吗？那是多么快乐的事。可从此如果只剩下两条胳膊，那将是一种不幸。所以大部分发现只是不断地使人失去可能失去的东西，而不是增添真正的快乐。想像越丰富失去的越多，越贫乏得到的越多。前者关心他所拥有的，后者关心他所没有的，谁都不高兴，最后只剩下一般的，可对大多数人来说，一般比不幸更难以忍受，因为所有过量的东西都有资本满足虚荣心。

对于某些赌徒，如数收下他们输掉的钱还不如把这些钱还他们四分之一，这样他们会把最后一分钱也扔进水中。正如我曾所说，任何事情做到头了都有一种被做得不三不四所剥夺的苦涩的快乐。我们似乎把自己的未来抛给了命运，以便从它那儿夺回仍被它剥夺的欢乐。

爱 情

谈论爱情的虚荣和弱点是没有意思的。

男人只需保证把爱藏在心中；不应该在划分其本质时破坏它。爱情是感觉，同时也是思想，正如美本身是形式也是表现一样。没有接吻的爱是不完全的，没有柔情和尊重的爱也是不完全的。学会混合这两种幸福的源泉，按相当的比例混合，决不使它枯竭，这就是爱的艺术，当人们想一口喝掉幸福之水时，他觉得这算不了什么。爱情总的来说在其乐趣方面是可分的，只有细细品尝才觉得好味，其理由十分简单：肉体的快感不管如何强烈都是有限定有边界的，可人们用此创造出来的形象不会比想像本身有更多的限制；从中产生了某种失望。另一方面，道德爱情，感情，在心中没有价值，它总是战胜强烈的身体危机；由此产生了心中的爱情和表达它的感官爱情之间不协调的痛苦之情，满足把这些爱互相联系起来，因为它们是不可分割的。所以，没有比淫荡更容易使人致命的东西了。谁想达到幸福的尽头谁很快就可以达到。相反，聪明人对快乐精打细算，很有保留；他不是一次用完他的宝藏，他知道如何使肉体之爱像道德之爱一样无穷无尽，永不枯竭。

（胡小跃 译）

随 想

〔罗马尼亚〕 G. 博格扎

普罗米修斯

真情是：众神鄙视人类，将他们禁锢在黑暗之中。出于对人类的博大热爱，普罗米修斯完成了旨在解救他们的行动，而他则在自己慷慨而无畏的热情迸发之时彻底消失。

但是，人类如若了解到真情，就会感到极度悲伤。于是神话相传的始祖们就杜撰出一种与诸神的残忍相近似的结局：巨人被锁在山崖上，老鹰被派去将他的身体撕碎。

而真情是：普罗米修斯举着从太阳里偷来的天火快到地面时，他的身体被那火点着了，最后就被熊熊的烈焰烧为灰烬。

这才是真情！他更崇高，更接近人类当今的意识。

永恒性

纵使塔楼、城堡、塑像、殿堂和金字塔都将被时光的铁牙啃蚀；纵使千万年后高山将化为尘埃；纵使今天世界上所建造的一切都将不复存在——

到那个时代，人们仍将沿着那雄伟的大理石和花岗石圆柱矗立的阶梯，登上一座庙堂，以便去聆听瑟·巴赫。

当谁也不再懂得今天地球上使用的任何一种语言；当人们只

用一些综合性公式来交流思想；当人类的全部历史只用七个音节便可包含——那个时代的男男女女，出于对威廉·莎士比亚的热爱，仍将会去学习掌握 16000 个古语单词。

人们啊！

对任何人，倘若我不能够爱他，这对我来说是一种深深的悲伤；对任何人，倘若我曾经爱过他而今不能再爱，这对我来说意味着我更加接近死亡。

当我再不能爱任何人时，这意味着我的死亡已经到来。
知道自己值得我爱的人们啊，请千万不要将我杀害。

结 构

野草被风吹拂，就会东倒西歪，甚至匍匐在地。白杨树要是弯曲得太厉害，就会有折断的危险。

野草和白杨树都向上生长，但白杨却不允许自己像野草那样东倒西摆。

燕子的飞翔像闪电一样迅疾。当它愿意时，能在十分之一秒里掉转身子，向另一个方向冲刺。雄鹰在飞行时要改变方向，就得绕大弯盘旋。

燕子和雄鹰都是飞鸟，但雄鹰不能扇动一下翅膀就向左右两侧拐弯。

母鹿发现危险时，便拔腿逃到猎人无法到达的地方。牝鹿也会逃避危险，但它从不把自己的角叉伸进可以藏身的树丛。

在大森林的动物世界里，它为自己的骄傲付出的代价最重。

百兽之王

我们将它引为荣光，称它是百兽之王。

可是，我们把它锁进牢笼，用死马将它喂养。

它责备地瞅着我们，梦想着撒哈拉大沙漠的风光，满腹愁肠。

稻 草

许多稻草聚集在“彼岸世界”里闲谈。

“唉！”一根稻草说，“我的命多苦啊！我在阳光下听着云雀的歌声生活了一个夏天之后，被扔去让驴子吃。”

“我呢？”另一根稻草说道，“我像大海一样在微风中卷过层层细浪后成了猪圈的垫子。”

“我们的命运真是太悲惨了！”许多稻草齐声哀叹道。

“我不知道被猪吃的时候是什么滋味，”最后一根稻草说，“但我认为，没有比看着溺水者怎样抓住你时更叫人难过的事了。他的眼里闪着希望的光芒，身子渐渐向水底沉去。不，再没有比那让溺水者绝望的稻草更伤心的了。”

苍 蝇

“我想，世界上再找不出比他更善良的人了，”马说，“他没有用鞭子抽打过我。”

“你说得对，”牛接着说，“我曾经服侍过五个主人，可谁也没有他那样和蔼可亲。”

“我虽然不像你们那样，得拖车拉犁，”狗插话道，“但我要说的是：我离不开他。”

“我呢，”鸽子细声细气地说，“他从来没有忘记把小米粒儿放在手心里喂我。”

“我真感到惊讶，”苍蝇忍无可忍，气愤地说，“你们这是怎么啦？你们这帮家伙要么分不清好人和坏人；要么是阿谀逢迎之辈。就在刚才，那家伙还想把我打死呢！”

燕 子

她缩着身子躲在一个老鼠麋集的草垛里。

“你在这里做什么？”我问她，“你的活动场所本应在天空啊！”

“唉！我也知道我的活动所在天空。”她叹息道。这叹息对她那小小的胸膛来说，未免太沉重了。“可我是一只这样的燕子，”她缓过气来后，又说，“就像你们常说的，就我一只，是构不成春天的。不错，不仅是我，就是十只我这样的燕子，也构不成大好的春光。既然如此，我干吗要让人们扫兴呢！”

接着，是长时间的沉默。我心里清楚，局促不安，无言以对。

“就算是这样吧，”末了，我好不容易才说了一句，“那你打算怎么办呢？”

“就我自己，我决不飞翔？我的翅膀下面，应当是繁花似锦，我干吗要去掠过那灰暗萧索的原野呢？在聚齐一千只燕子之前，我情愿待在这里同老鼠做伴。”

我默默地听完了她的话，陷入了沉思，心里充满了忧伤，但同时也充满了深深的钦佩。

织 女

多年来，我常常喜欢在海边伫立。在我同大海的关系中，我总感到缺乏那种简单自然、合乎人情、无所不包的，就像见面打招呼一样的用语。发明“你好”这一短语的人无疑是人类第一个伟大诗人。试想，人们见面时要是不说声“你好”，这世界将会多么悲伤、多么暗淡！

我伫立在大海边，倾听她那含义如此丰富的低声絮语，对她说不出一句最简单而含义又最广的问候，心里感到很难过。

于是，那个多布罗加青年特拉扬·科索维来了。他对我说：大海是个织女！

“大海——织女！”多贴切的称呼！

当然，大海并非任何时候都是织女。当她撞击岸边的崖石，或者被风暴袭击的时候，她都不是织女。可是，当她从遥远的地方把那给人心田以抚慰的层层细浪不停歇地推涌到沙滩上时，她确是一个织女。她仪态文静、内涵丰富、神秘莫测。听着她那无尽无休的沙沙声，你就会觉得她是一个织女，而不会是别的。

“大海——织女！”开天辟地以来，她就一刻不停地抛掷着使宇宙万物充满生机的、水花四溅的巨大梭子，将那匹宽广无边的大布——人类一切梦想和生命的长无尽头的纱缦织了又拆，拆了又织……

因此，我想说的是：每个女人在一生中，总有一天、一小时、一秒钟是世界上最漂亮的女人。每个诗人在一生中，总写过一首、一节、一行使他接近于世界上伟大诗人的诗歌。

（李家渔 译）

花香满径

〔爱尔兰〕维廉·巴克莱

精神胜过物质

我读过新闻记者琼斯的一篇谈痉挛（俗称抽筋）的文章。那种痛苦许多人都有过，特别发生在床上。

痉挛来的时候，患者有种种不同的应付方法，有的方法十分有趣。班尼斯特医生说在身上挂一块小磁石，曾经消除了痉挛。

汉普郡有位家庭主妇把一小袋软木塞放在床上，来防止抽筋。伦敦有个人说，可以用大酒桶的塞子，效果更好。有的用一圈水牛角，或者把红绳绑在脚趾上，或者用海狮牙齿磨的粉、鳕鱼的皮、河马的牙齿。用过的人都说他们的方法有效。

读这类的文章仿佛又回到了原始社会相信魔法和符咒的日子，不过也指出一个普遍存在的事实：要是我们相信一件事物对自己有用，它就会真的有用。因此我们可以明白另外一件事：只要能医好你的心，就能医好你的身体。生活的确靠信心。要是心里相信不能做一件事，这件事便永无完成之日；要是一开始就坚信可以完成，事情等于做好了一半。因为心里有了信心，身体就会跟去完成。

把工作分出去

没有一个人是绝对不可少的，也不要去做一个绝对不可少的人。

大卫·谢泼德在他写的一本谈传教经验的书中，提到一位牧师回去探望他原来主持的教会，一位女信徒看见他后对他说：“自从你离开以后，这里的教会兴旺得很。”对这位牧师来说，这应该是他所能得到的最高的赞赏。

我们不应该把所有的事都抓在自己的手里，认为只有自己才做得好。不把工作分给自己的下属，是对他们的不信任；这等于把应该给他人工作的机会，或者把别人很想做的工作攫取了过来。要是一件工作变成了独脚戏，这件工作离失败已经不远了。一个领袖要是有智慧，应该懂得把工作分出去；他的责任不是什么都抓来自己做，而是训练别人和他一道做。

喝倒彩

任何一种新意见提出，总有人喝倒彩，也有人取笑。

其实，正确的态度只一种。

往兴高采烈的人头上泼冷水是一种罪。

要是看见人家充满青春活力、热情洋溢，你就觉得不耐烦，看不起他，这是一个人真正老了的表現。

有些人专爱道人短长，批评的器官好像特别发达，长于挑剔人的短处，却很少看见人的好处。他们喜欢说人坏话，很难说人家一句好话。批评应该遵守一个基本的原则：你没有权利批评别人，除非你能做得好过他，或者愿意帮助他把事情做得更好。

也就是说只有自己决心把事情做好，或者愿意帮助人去做好的，才有权利批评。

母 亲

母亲永远工作不倦。

要是让男人去做母亲一天的工作，一定会罢工，会累死。

母亲通常天刚亮就起身，忙着在8点以前，把一家大小送上学、送上班，到深夜她仍在工作。

8小时的工作制，超时的工作津贴，做母亲的从来不问。一家大小需要她一天做多久，她就做多久。

做母亲的从不为分内分外的工作争辩。

工厂里常常会为了分工不清而争吵，因此每个人做的事划分得清清楚楚。母亲呢？她是厨子，为大家准备饭菜；又是管家，替大家整理床铺；她清洁打扫，她洗烫，又为大家端饭上桌，洗碗洗碟；我们生病她护理，孩子有烦恼她安慰；她教育子女，监督功课；她照顾小心灵学习真道；子女做错了事，她管教。她是全家大小的朋友，也是我们爱的人。

做母亲的从来不因做了分外的事而抱怨。什么地方需要她，她就去什么地方工作。

罗马天主教敬拜玛丽亚，奉之为圣母。我有时在想，尊敬圣母的目的只在表扬母亲的地位和她的辛劳，若能着重其人性的一面，不沦为崇拜偶像，就更好了。

让我们别忘记工作不倦的母亲。

良 方

我读过一篇讲狮子和驯狮的文章，十分有趣。

文章说有个年轻人到动物园找工作，他希望做一个驯狮师。这个要求已经是很不寻常了，但他的理由更不寻常。原来他已经接近神经崩溃的边缘，医生告诉他惟一的治疗方法，就是去找一份高度紧张的工作，让他可以忘记其他恐惧。因此他才来申请这

份最危险的工作。这位年轻人后来成了一位相当出名的驯狮师，他的毛病也好了。解除神经紧张的方法，是去处理需要神经紧张才能解决的问题。

减轻自己负担的方法，是帮助他人减轻负担。我们通常要两手各提一个箱子来平衡负担，比只用一只手来提要轻松省力得多。

担当忧伤的方法是去分担他人的忧伤。

有一位叫作巴特勒的女士，有一天回到家里，她的小女儿从二楼的房间飞奔出来迎接她。屋子前面是块空地，她的女儿伏在栏杆上急着要见母亲，谁知失掉重心，从楼上掉了下来，当场死去。巴特勒女士悲痛欲绝。有位教会的老太太来安慰她，对她说：“我一生的大部分时间都在照料流落街头的女孩子。现在我年事已高，没有力量再照顾这四十多个女童，你何不来接手我的工作，来忘却自己的忧伤？”

巴特勒女士真的接过了这份工作。她虽不能完全忘记自己的痛楚，但因为把他人的难处肩负了过来，她自己的伤痛就大大减轻了。

在他人的重担中来忘记自己的重担，在他人的哀伤中来减轻自己的哀伤，这就是有效的良方。

选择沉重

成功与美德是衡量人生事业的两种尺度。同时具备这两者的人，是幸福的。所以，一个人行事应当做到，即使面对上帝也不感到亏心。如此方能获得灵魂的“安宁”。

——〔英〕培根

选择沉重

〔捷克〕昆德拉

如果我们生命的每秒钟都有无数次的重复，我们就会像耶稣钉于十字架，被钉死在永恒上。这个前景是可怕的。在那永恒回归的世界里，无法承认的责任重荷，沉沉压着我们的每一个行动。

如果永劫回归是最沉重的负担，那么我们的生活就能以其全部辉煌的轻松，来与之抗衡。

可是，沉重便真的悲惨，而轻松便真的辉煌吗？

最沉重的负担压得我们崩塌了，沉没了，将我们钉在地上。可是在每一个时代的爱情诗篇里，女人总渴望压在男人的身躯之下。也许最沉重的负担同时也是一种生活最为充实的象征，负担越沉，我们的生活也就越贴近大地，越趋近真实和实在。

相反，完全没有负担，人变得比大气还轻，会高高地飞起，离别大地亦即离别真实的生活。他将变得似真非真，自由运动而毫无意义。

那么我们将选择什么呢？沉重还是轻松？

古希腊哲学家巴门尼德于公元前 6 世纪正式提出了这一问题。他看到世界分成对立的兩半：光明、黑暗，优雅、粗俗，温暖、寒冷，存在、非存在。他把其中一半称为积极的（光明、优雅、温暖、存在），另一半自然是消极的。我们可以发现这种积极与消极的两极区分实在是很幼稚简单，至少有一点难以确定：

哪一方是积极？沉重呢？还是轻松？

巴门尼德回答：轻为积极，重为消极。

他对吗？这是个疑问。惟一可以确定的是：轻、重的对立最神秘，也最模棱两难。

（韩少功 韩刚 译）

论 名 声

〔德〕叔本华

名声和荣誉恰如孪生兄弟，好似双子星座的卡斯特和波勒士，两位兄弟一个长存不朽，另一个却难以永恒。名声能不朽，它的弟兄却只能蜉蝣一现。当然，我所谓的名声具有高度的意义，也即是“名声”一词的真正涵义，不像有的名声，稍现即逝。荣誉是我们每个人在相似的条件都应当去获取的一种东西，而名声则不可能赋之于每一个人。我们都有权利让自己具备“荣誉感”的品格，而名声则须由他人认可或赋予。拥有荣誉最多能使他人相识，而名声则意味着出类拔萃的成就，使我们能为人怀念铭记。人人皆能求得荣誉，而名声则只能为少数人所获，他们都是具有卓越成就的超常之辈。

建立名声的成就可以分为两类：立功、立言，这是通向名声的两条必经之路。就基本条件而言，立功者需要有一颗伟大的心灵；而立言者则需要一个伟大的头脑。两条道路亦有区别，其得失也显而易见：功业若过眼烟云，而著作则永垂不朽。即使最为辉煌的丰功伟业，对人类社会的影响都有时限；然而一本才华横溢、飞珠溅玉的名著，却是生机勃勃的灵感泉源，历经千年岁月仍光华四射。功业更多的是留给人们回忆，在岁月的流逝中逐渐遗忘变形。日复一日，人们对它渐渐不再关心，直至消失殆尽，除非历史将它凝化为石，流传后世。而著作本身便可不朽，一旦书篇写就，便可与世长存。例如亚历山大大帝王，我们所能记起的

只是他的威名与事迹，而柏拉图、亚里士多德、荷马等人，他们的思想言论至今仍然在每个文人文士的头脑中闪耀，其影响比较与他们在世之时并无衰减。梵书与奥义书今天还在我们中间流传研习，而亚历山大当年光耀一时的丰功伟业，已若春梦一般，荡然无存了。

立功的实现多少要靠机遇。因此，获得功名一方面固然是由于其业绩本身的价值，另一方面也有赖于时事风云的造就，否则，就不可能光华闪烁。以战功为例，它是一种靠他人所证明的成就，依赖的是少数见证人的证言，然而有些因素却难以确定。比如这些见证人并非都曾在现场亲眼目睹，即使在现场亲眼目睹，他们的观察报告也不一定公正确凿。以上所谈的是有关立功的几个弱点，但它们都可以用其优点来平衡。立功的优点在于它是一种很实际的事，亦较易为一般人所理解。所以，除非我们不明了创功立业的动机，否则，一旦有了可靠可信的资料事实，便很容易做出公正的评判。

立言的情形则与立功相反。它无需偶然的机遇，所依靠的是立言者的品德学问，并且借此可与世长存。此外，所立之言的真正价值有时很难定论，内容愈是深奥，要想对它进行批评愈是不易。一般来说，很少有人能透彻地认识一部鸿篇巨制的价值，能够实事求是公正评价的批评家更是凤毛麟角。所以，靠立言而得的名声，大都是靠诸多判断累积而成。前面已经提及，功业更多的是留给人们回忆，而且很快便成过眼烟云；然而有价值的作品，除非残破不全，否则总是历久不衰，犹如初版时新鲜生动，而且永远不会为一代一代相袭的传统所淘汰。再则，一部优秀的著作不会永久地被人误解，即使问世之初会为偏见所笼罩，然而历经岁月的洗礼，终会显示出它真正的价值。

事实上，名声是比较的结果，而且主要是在品格方面的对比。所以，要对其做出评价，也就因人而异；某人的名声因新秀的崛起，他原有的声望便不知不觉地受到了冲击或湮灭。因此，所谓绝对价值，只存在于那些出类拔萃之人物，直接地靠其本身

而傲视同类，在任何情况下都不可为他人剥夺。所以，伟大的头脑与心灵值得我们全力追求，以增进我们和社会的幸福。没有反射体我们无以看到光线，没有沸扬的名声我们便不可认识真正的天才。然而名声并不能代表价值，许多天才于默默中沉没。莱辛便有句名言：“有些人得到了名声，有些人却当获未获。”

（岳燕霞 译）

名 声

〔阿根廷〕E. 萨瓦托

一个人的名声往往是由于某种偶然的機會或搞错的事情赢得的。李斯特成名是由于他的第二首《狂想曲》；爱因斯坦成名是由于这句他从没有讲过并且坚决反驳过的话“一切都是相对的”；波德莱尔成名是由于一个似乎被哥伦比亚诗人巴尔加斯·维拉借用过的标题；牛顿成名则是由于一只好像从来也没有掉下来过的苹果。荣誉几乎总是错误地降临在某人头上。一个人的荣誉很少是由于可以做出合理解释的原因获得的。比如说，对这些人来讲，其荣誉是名副其实的，但是使他们得到荣誉的理由却是不能令人信服的。杰出的人物渴望养成良好的文学爱好，因为他们在读普鲁斯特、莎士比亚、塞万提斯的作品。但是却常常发生这样的事情：他们所喜欢的往往是他们的缺点。

有时，一句历史性的话便可使人成名。在一切不真实的东西中，最不真实的也许就是历史性的话了。尽管人类历史的发展是自然的，但是历史性的话却几乎总是发表在一场战役期间，或刑讯室里，或被绞死的时刻。在这样的时刻，一个人只要不是糊涂文学家，总是要讲一些由于其文学风格而成为名言的话；而历史性的言语恰恰就是精心遣造的格言妙语。毋庸置疑，这些言语都是后人加工而成的，就像所有的历史事物一样。

伽里略的声誉主要源自“地球照样运动”这句话。而这句话他并没有说过。使他成为名人的其他原因是他曾受到教会的迫

害；但是应该提醒人们注意的是，导致这种迫害的天体理论并不是他的著作的本质部分。这一断言使许多人感到惊讶。对他们来说，感性的东西永远是重要的。从报纸报道的角度看是真实的东西，从思想的角度来看却是虚假的。就是这个有趣的看法使下述概念广为人知：尽管德国天文、数学家高斯关于曲线坐标的仅仅一章比居里夫人的全部著述都重要，但居里夫人还是一位天才。然而，知道高斯的人太少了。在这个简单基础上写居里夫人传记的人必须拿出巨大的勇气才能对付在他周围产生的、由其女儿列举的和赞扬的、由沃纳·布罗斯以不可阻挡之势传播的陈词滥调。

（任远 译）

世间荣耀

〔英〕丹尼尔·笛福

先生：近来我一直在埋头研读历史，读了不少往昔伟人的生平，诸如亚历山大大帝、恺撒大帝、奥古斯都大帝，还有许许多多其他的伟人，直至近代更为卓越的路易十四，甚至还包括最为伟大的约翰·马博罗公爵。我读到塞西亚人帖木儿，埃及人特毛恩修斯，伟大的苏利曼，以及伊斯兰和土耳其种族的其他伟人，我发现在描述他们的种种丰功伟绩之后，又对他们无一例外地作了如下叙述：“最后，他死了。”死去，死去，一个个地全部死去！最后留下一块墓志铭。

有些伟人可谓寿终正寝，有的尚未能如此；或壮烈捐躯于光荣的沙场，或肉搏血战而倒在战壕边沿；一些人死于此，一些人倒于彼——勇敢无畏的壮士，怯懦可鄙的小人，英雄与恶棍，其尸骨都堆积在一起——在那里他们湮没无闻，埋在废土之下已分不清彼此，甚至与普通的泥土混同难分。

冲锋陷阵的勇士没入尘埃，
当年的威风抱负如今安在！

历史上成千上万的勇士成堆地倒在地下，其骨骸或被村民犁起，或被劳工挖出，其高贵强壮的躯体变成泥土，被派于最微不足道的用场！

我们何曾筛出英雄的骨灰用以制成灰泥，何曾将罗马将军的骨灰混合用以建造猪舍！哪是凯撒的骨灰，哪是罗马将军庞培、西比奥或汉尼拔的尸骨？一切皆归于乌有，他们与其功绩均被埋进泥土，化作的尘土不复存在，哪儿都没有他们的踪迹。他们只存在于史家和诗人的不朽著作里，存在于世之歌功颂德者的赞词里，这些赞颂者令我们想到的不是英雄的本来面目，而任凭他们塑造的形象。

至尊至大者终有一死，高龄长寿者亦免不了同样的结局。所有关于太古时期的麦修撒拉的传说，结果都一样：麦修撒拉活到969岁，繁衍众多子孙——到头来又如何？最后他还是死了。

死亡如同奔腾不息的河流
将我们全冲走；人生如梦。

近来我们正隆重地筹办伟大的马博罗的葬礼；其所有的胜利，所有的荣誉，所有的伟大战略方策，还有那接连不断的征服记录——无数战士用鲜血为他换来的胜利——所有这一切都落得一场空；其他人，事实上所有人，都一样：死去。

马博罗的巨额财富，从敌人那里缴获的战利品，赠予娇妻美妾的礼物，战时平时积聚的财宝，还有那大堆的金子——无论别人声称何其多、何等妙，我却无心提及——既不能给他以生命，也不能使其生存延长片刻，他终是一死。而且更为奇特的是，他所占有的大量财富他带不去，生前若曾对此多加思索，他准会无比丧气。

现在，除了马博罗的墓碑及生平故事可资谈论，我们别无所。他已成为过眼烟云。马博罗公爵身经的无数战役和他的葬礼已成历史的点缀，犹如人们用雕塑装饰屋宇。两者同样华丽，令人赏心悦目。人世的荣光如此而已，我们对于降世的伟人及其丰功伟绩所能做的微乎其微。

那么，生命的意义何在？那些被我们称为英雄，似乎成功地

在历史舞台表演过的伟人的业绩何在？难道只是在名人学士的嘴里变得伟大，或在历史书上占一些篇页？啊！那只能为后代读者编造故事，进而传衍为寓言或罗曼史。难道只是为了向诗人们提供素材，永驻于诗人所谓的不朽诗行？简言之，其业绩只能变成老妪在孩子身边唱的歌谣和歌曲，或者在街角吟唱，吸引众人围观，引来扒手和穷人。难道说他们的业绩旨在为其荣耀增光添彩不成（他们的荣耀本身足以使之永垂不朽）？不具德性光辉的荣耀为何物？没有信仰的伟人不过是一头没有灵魂的猛兽而已。不具品德的光荣为何物？真正的美德难道不就是使人良善和伟大的品性？

倘若我们相信来世，一个善有善报、恶有恶报的地方，最后挤进去的英雄和名士会有几人？戴冠者有几人戴的会是永恒幸福的桂冠？

让所有人都别钦羡那些我们所谓的伟大光荣的人！此刻，我们若能与其相见，他们中会有许多人牵动我们的怜悯而非赢得我们的祝贺！先生，在您的读者们即将出席已故的马博罗公爵的盛大葬礼之际，为使他们思想有所准备，我谨奉上如上随想。

（李淑贤 译）

西敏大寺（节选）

〔美〕华盛顿·欧文

时方晚秋，气象肃穆，略带忧郁，早晨的阴影和黄昏的阴影，几乎连接在一起，不可分别，岁将云暮，终日昏暗，我就在这么一天，到西敏大寺去散步了几个钟头。古寺巍巍，森森然似有鬼气，和阴沉沉的气候正好调和；我跨进大门，觉得自己已经置身远古，相忘于古人的鬼影之中了……

我踟躅于拱廊之间，时而默想着这幅辉煌而颓败的景象，时而竭力去辨认那些刻在墓石上的碑文……对着古人这些残缺不全的遗迹，不禁幽然沉思。它们就像几艘烂船，被时间的洪流冲到了遥远的此岸：它们并不告诉你什么故事，只表示这几个人曾经活过，现在已经不在。假如它们含有什么道德方面的教训，那只讽示那种希望死后还能受人尊敬、还能借着墓志铭长存下去的骄傲心理，是如何的空虚。再过些时候，连这些残存的记录都会消失，纪念碑也将不成其为一件纪念物了。我正俯视着这几块墓石，耳旁突然传来大寺的钟声，回荡墙壁之间，整个拱廊都响起了回声。墓地里传来的钟声，听来真叫人有悚然之感，它警告你又是一个钟头过去，时光的消逝，就像一个大浪，在不停地把我们卷向坟墓……

寺里庄严的气氛仿佛压制了游客的心灵，大家都有肃然起敬之感。我们觉得在我们的四周，堆满着古代伟人的骨骸，他们的事迹虽然写满了史册，他们的声名也传遍了全球，可是至今只剩

下一抔黄土而已。

现在这些伟人只是横七竖八地挤在泥土之中，他们在世之间，堂堂英国都不足供他们的驰骋，如今在遵照经济的原则下，他们只分得那么小的一块土地，那么贫瘠而黑暗的一个角落。他们会企图使自己的声名占有世世代代人们的思想，获得人人的敬羨，如今他们的坟墓上，却千方百计地雕出种种装饰，只为了吸引游客偶然的一顾，免得在短短的几年之中，就把他们的名字忘怀。看了这些，想到人生的虚空，我又几乎忍不住要惨然一笑了。

我在“诗人祠”里面逗留了一些时候，“诗人祠”者，只是寺内一个十字形侧堂的一隅。这儿的纪念碑，大致都很朴素，因为文人的生平大多平凡，缺少可供雕刻的惊人题材。莎士比亚和爱迭逊有全身的纪念雕像；其他诗人大多只有半身雕像或是一块肖像牌，有些只有碑文。这些纪念碑虽然朴素无饰，我发现游客总是在这儿停留的时间最长。伟人和英雄的墓碑，华丽是华丽了，但只能引起他们冷淡的好奇心，或是模糊的羡慕之情；诗人的墓碑却勾起了他们一种更为亲切的情爱。他们留连左右，就像置身于朋友和知己的墓旁，因为在作者和读者之间，的确存在着一种友情。别种人物之闻名后世，完全要靠历史的媒介，而历史总是变得愈来愈模糊，愈来愈隔膜；作家和他的读者之间却永远保持着新鲜、活泼而直接的交谊。作家的生活与其说是为了自己，不如说是为了读者。他为了要和后世的人作更亲密的交谈，不惜牺牲他当时周遭的享受，自绝于社交生活的乐趣。但愿世人都珍重作家的声名，因为作家的声名并非用暴力和流血的手段攫取而得，它是以不断施与快乐的善行所换来的。但愿后世能永远纪念他的恩赐，因为他所遗留下来的，并非空洞的文字和虚夸的行为，而是智慧的宝库、思想的结晶，和珠玑的文字……

这是一个由坟墓和战利品混合而成的奇异场所；在一切富丽堂皇之中，在这象征雄心大志的标识之中，却有着凄凉寂寞之感，因为这些标识都和坟墓为邻，紧靠着积满尘埃和被人遗忘的

纪念物，而你我也都将在尘埃和世人的遗忘中泯灭……

我很想把所见所思在心中理出一个头绪，但是它们已经乱成模糊的一堆。我的脚刚刚跨出门槛，那些人名、碑文、纪念物，都已在我的脑海里混淆不清了。我心中想道：这座大寺，聚葬如许名人，不就等于一部警世宝鉴、一部苦口婆心针对世人浮华痛加申诫的伟大著作吗？它是死神的帝国，黑暗的皇宫；死神堂皇地坐着，向伟人的遗骸嘲笑，在王公贵族的纪念碑上洒着尘土，同时也使它们被世人所遗忘。“英名不朽”这句大话，毕竟是多么空虚！时间永远是在静静地翻它的书页；我们忙着注意眼前的新闻，无暇去想那些曾经轰动一时的古人轶事；每个时代都只是一卷历史，很快地被后人丢弃一旁，置诸脑后。今天的偶像把昨天的英雄推出我们记忆之处，但是明天又有明天的偶像，他又把他的地位取而代之……

那么，有什么东西能担保这所巍巍大寺不和那些更宏伟的神庭遭受同样的命运呢？总有一天，这些高耸的镀金拱顶会变成踩在脚下的碎屑；其时，这儿决不会听到有什么音乐和赞美歌，只有破拱门里的飒飒风声，伴和着破塔上的泉啼——其时，眩目的阳光将穿进这些幽暗的墓堂，常春藤将攀绕在倾倒的圆柱上，实支答利斯将把花冠垂在无名的坟上，仿佛嘲笑里面的死人。人就这样消逝了，他的名字将从世人的记录和记忆中一笔勾销，他的历史就像一个传说的故事，而他的纪念碑终将变为废墟。

（夏济安 译）

论嫉妒

〔英〕培 根

在人类的各种情欲中，有两种是特别具有迷人之魔力的，这就是爱情与嫉妒。这两种感情都能激发出强烈的欲望，创造出虚幻的意象和观念，并且足以蛊惑人的心灵——如果真有蛊惑这种事的话。

所以，我们知道在《圣经》中把“嫉妒”叫做一种“凶眼”，而占星术士则把它称做一颗“灾星”。这就是说，嫉妒能把凶险和灾难投射到它的眼光所注目的地方。不仅如此，还有人认为，嫉妒之毒眼伤人最狠之时，正是那被嫉妒之人最为春风得意之时。这一方面是由于这种情况促使嫉妒之心更加锐利；另一方面是由于在这种情况下，那被嫉妒者的精神已完全浮现于外部，因此是最容易受到打击的。

让我们来分析一下哪些人容易嫉妒，哪些人容易招来嫉妒，以及哪种嫉妒属于公妒，哪种嫉妒属于私妒吧。

德行不好的人必要嫉妒有道德的人。因为人的心灵如若不能从自身的优点中取得养料，就必定要找别人的缺点来作为养料。而嫉妒者往往是自己既没有优点，又找不到别人的缺点的，因此他只能用败坏别人幸福的办法来安慰自己。当一个人自身缺乏某种美德的时候，他就一定要贬低别人的这种美德，以求实现两者的平衡。

嫉妒者必定是好打听闲事的。他们之所以特别关心别人，并

非因为事情与他们的切身利益有关；而是为了通过发现别人的不愉快，来使自己得到一种赏心悦目的愉快。

其实每一个埋头于自己事业的人，是没有工夫去嫉妒别人的。因为嫉妒是一种四处游荡的情欲，能享有它的只能是闲人。所以古话说：“多管闲事必定没安好心。”

一个后起之秀是招人嫉妒的，尤其要受那些贵族元老们的嫉妒。因为他们之间的距离改变了。别人的上升足以造成一种错觉，使人觉得自己仿佛被贬低了。

有某种难以克服的缺陷的人——如残疾人、宦官、老年人或私生子，是容易嫉妒别人的。由于自己的缺陷无法补偿，因此需要损伤别人来求得补偿。只有当这种缺陷是落在一个具有伟大品格的人身上时才不会如此。那种品格能够让一种缺陷转化为光荣。负着残疾的耻辱，去完成一件大事业，使人们更加为之惊叹。像历史上的纳西斯、阿盖西劳斯的铁木尔^①就曾如此。

经历过巨大的灾祸和磨难的人，也容易产生嫉妒。因为这种人乐于把别人的失败，看做对自己过去所历痛苦的抵偿。

虚荣心甚强的人，假如他看到别人在一件事业中总是强过于他，他也会为此产生嫉妒的。所以自己很喜爱艺术的古罗马阿提安皇帝，就非常嫉妒诗人、画家和艺术家，因为他们居然在这些方面超过了他。

最后，在同事之间当有人被提升的时候，也容易引起嫉妒。因为如果别人由于某种优越表现而得到提升，就等于对比出了其他人在这些方面的无能，从而刺伤了他们。同时，彼此越了解，这种嫉妒心将越强。人可以允许一个陌生人的发迹，却绝不能原谅一个身边人的上升。所以，《圣经》中记载着这样的故事：该隐只是由于嫉妒就杀死了他的亲兄弟亚伯。

我们再来讨论一下哪些人能够避免嫉妒。

① 纳西斯：东罗马帝国的将领。铁木尔：成吉思汗的儿子，蒙古名将。

我们已懂得，嫉妒总是来自以我与别人的比较，如果没有比较就没有嫉妒。所以皇帝通常是不被人嫉妒的，除非在别的皇帝那里。一个有崇高美德的人，他的美德愈多，别人对他的嫉妒将愈少。因为他们的幸福来自他们的苦功。它是应得的。

所以出身微贱的人一旦升腾必会受人嫉妒。直到人们习惯了他的这种新地位为止。而富家的一个公子也将招人嫉妒。因为他并没有付出血汗，却能坐享其成。

反之，世袭贵胄却不容易被嫉妒。因为他们优越的谱系已被世人所承认。同样，一个循序渐进地高升的人，也不会招来嫉妒。因为这种人的提升被看做是正当的。

那种在饱经艰难之后才获得的幸福是不太招人嫉妒的。因为人们看到这种幸福是如此地来之不易，以致产生了同情——而同情心总是医治嫉妒的一味良药。所以老谋深算的政治家，当他们处于高高在上的地位时，总是在向人诉苦，吟唱着一首“我们多么苦”的歌曲。其实他们未必真的如此受苦，这只是钝化别人嫉妒锋芒的一种计谋。

但是，只有当这种人的负担不是自己招揽上身时，这种诉苦才会真被人同情。否则，没有比一个出于往上爬的野心，而四处招揽事做的人更招人嫉恨的了。

此外，对于一个大人物来说，如果他能利用自己的优越地位，来保护他的下属们的利益，那么这也等于是筑起了一座防止嫉妒的有效堤防。

应当注意的是，那种傲慢不逊的大人物是最易招来嫉妒的，这种人总想在一切方面来显示自己的优越：或者大肆铺张地炫耀，或者力图压倒一切竞争者。其实真正的聪明人倒宁可给人类的嫉妒心留下点余地，有意让别人在无关紧要的事情上占自己的上风。

然而另一方面也要看到，对于享有某种优越地位的人来说，与其狡诈地掩饰，莫如坦率诚恳地放开（只是千万不要表现出矜持与浮夸），这样招来的嫉妒会小一些。因为对于前一种人，似

乎更显示出他是没有价值因而不配享受那种幸福的，他们的作假简直就是在教唆别人来嫉妒自己了。

让我们归纳一下已经说过的吧。

我们在开始时说过，嫉妒有点接近于巫术，是蛊惑人心的。那么要防止嫉妒，也就只有采用点巫术，就是把那容易招来嫉妒的妖气转嫁到别人身上。正是由于懂得这一点，所以有许多有智的大人物，凡有抛头露面出风头的东西，都推出别人作为替身去登台表演，而自己则宁愿躲在幕后。这样一来，群众的嫉妒就落在别人身上了。事实上，愿意扮演这种替人出风头角色的傻瓜天生是不会少的。

我们再来谈谈什么是公妒。

公众的嫉妒比个人的嫉妒多少有点价值。公妒对于大人物，正如古典希腊时代的流放惩罚一样，是强迫他们收敛与节制的一种办法。

所谓“公妒”，其实也是一种公愤。对于一个国家是具有严重危险性的一种疾病。人民一旦对他们的执政者产生了这种公愤，那么就连最好的政策也将被视为恶臭，受到唾弃。所以丧失了民心的统治者即使在办好事，也不会得到群众的拥护。因为人民将把这更看做一种怯懦，一种对公愤的畏惧——其结果是，你越怕它，它就越要找上门来。

这种公妒或公愤，有时只是针对某位执政者个人，而不是针对一种政治体制的。但是请记住这样一条定律：如果这种民众的公愤已扩展到几乎所有的大臣身上，那么这个国家体制就必定将面临倾覆了。

最后再做一点总结吧。

在人类的一切情欲中，嫉妒之情恐怕要算作顽强、最持久的了。所以古人曾说过：“嫉妒心是不知道休息的。”

同时还有人观察过，与其他感情相比，只有爱情与嫉妒是最能令人消瘦的。这是因为没有什么能比爱与妒更具有持久的消耗力。但嫉妒毕竟是一种卑劣的情欲，因此它乃是一种属于恶魔的

素质。《圣经》曾告诉我们，魔鬼所以要趁着黑夜到麦地里去种上稗子，就是因为他嫉妒别人的丰收啊！的确，犹如毁掉麦子一样，嫉妒这恶魔总是在暗地里，悄悄地去毁掉人间的好东西的！

（何新 译）

论 权 势

〔英〕培 根

身处高位者是三重意义上的臣仆——君主和国家的臣仆，荣耀的臣仆以及事业的臣仆。所以，他们没有自由——没有人身自由，没有言行的自由，也没有支配时间的自由。

为谋得高位或者说为凌驾他人之上，宁可以失去自由为代价。人性的这种欲望真是不可思议！何况取得权势并非一件容易的事。人在这条路上要忍受许多痛苦，然而得到的却未必不是更深的痛苦。

为了取得权势，人们常常不择手段。但即使达到高位也往往坐不安稳，一旦倒台便是身败名裂。因此，这真是一件可悲的事。正如古语所说：“早知今日，何必当初！”

但是，人性仍然迷恋于权势。因为默默无闻的寂寞是难挨的。正如那些老人，尽管风烛残年，却仍然闲坐在热闹的街口，借此追忆往昔的繁华。

有趣的是，身处权位的人只能通过别人的眼睛来确认自己的幸福。而如果根据自身的感觉来判断，就很难找到究竟是否幸福的答案。他们能引以自慰的，只是别人对自己的羡慕和模仿。这使他们得到骄傲和荣誉，尽管与此同时，他们的内心中也许恰恰相反。他们会时时感到忧虑，尽管他们只有在结局到来时才能真正意识到自己的错误。

身居权位的人，往往没有时间保持自己身心的健康。有权势 461

者，既能行善也能作恶，不过作恶会受到舆论的谴责，所以最好还是不做。行善的意向是值得嘉许的，但单纯停留在好的意向，虽然上帝可以接受，对于人世来说还不如一场梦。许多有利于人类的好事，要办成都需要借助于权势。

成功与美德是衡量人生事业的两种尺度。同时具备这两者的人，是幸福的。所以，一个人行事应当做到，即使面对上帝也不感到亏心。如此方能获得灵魂的“安宁”。

身处权位者，应该为自己寻找一个立身行事的楷模。此外，还应从过去那些不称职者身上吸取反面的教训。当然，这样做不应当是为了贬低他人，而是为了避免重蹈他人的覆辙。同样，如果有所兴革，也不应是为了诋毁历史，而是为了对后人开创好的先例。

掌权者应当研究历史。尤其要注意分析好的事物是什么时候蜕化和怎样蜕化的。同时还应当了解当代与历史的不同特点。对于历史，应当寻找其中最优秀的东西。而对于现代，则应当寻找当前最切用的东西。应当力求使自己的行动有规律性，以使人们能了解你下一步将做什么。绝不要过于自信和自负。当需要变更成规时，应该把这样做的理由向公众解释清楚。

掌权者享有特殊的权利，这是应该的。但对于这种特权，与其炫耀，不如默享，更不应当滥用这种特权干预法律，同时，也必须照顾下属者们的权益。对下属的事，只应做原则性的指导，而不要事事插手。

要善于接受并且寻求对你有益的忠告。不要把那些“好管闲事”的热心人拒之门外。

掌权者易犯的过错有四点：延误、贪污、蛮横和受骗。避免延误的办法是：信守时间，当断则断，不把必须做的事积压起来。避免贪污的办法是：不仅要约束自己和身边的人，而且要约束那些行贿者。掌权者还应当注意防止受贿的嫌疑。如果对一件已决定的事情，无明显原因突然改变原则或意图，那么就可能引起他因收受了某种贿赂而改变意图的嫌疑。因此，当改变一个观

点或做法时，一定要把目的以及改变的原因公布于众。

要注意，一个仆人或一个亲信，由于与有权势者的密切关系，常常可以成为通向贪污受贿的秘密渠道。

至于蛮横，应当知道，严肃能产生敬畏，而蛮横却只能产生怨恨。

至于被欺惑，那要比受贿赂危害更大。因为贿赂只是偶然发生的，而一个掌权者如果易于受欺惑，那么，他就永远只会不自觉地照别人的意志办事。

所罗门曾说：“讲私情没有好处。它使人为了得到一块面包而破坏法律。”还有一句话说得好，“地位展示性格”。这就是说，在高位上的表现将使人的品格暴露无遗。

塔西佗曾对卡尔巴说：“即使他不成为帝王，他也天生是个帝王。”而对于菲斯帕斯他却说：“掌权使他的人格得到增进。”第一句话赞许前者的天赋能力，而后一句古话则赞许后者的修养。地位愈高修养愈增，这是具有善的品格的最好证明。因为荣誉是来自或者说只应该来自于美德。但世人往往当其未得志的时候，尚能具有某些美德，而一旦有了权势，就丧失了这种美德。这正如在自然界中物体的运动一样，在启动时很迅速，而在行进中就缓慢下来了。

取得权势的路是不平坦的。在这条道路的开端，参加某一政派是必要的。但一旦达到相当地位后，就应当退出派争寻找平衡。当权者对前人的荣誉要珍视和公正，否则当你引退时，人们也会用同样的办法进行报复。

对于前后左右的共事者，应当相互关照。宁可在他们不想会见时会见他们，也不要他们在想会见时拒绝他们。在谈话中以及答复下属的问题时，不如忘记自己是一个地位高的人，应该使人得到这样一种印象：“他在工作上和普通人一样负责任。”

（何新 译）

权力的罪恶

〔日〕池田大作

我想，在人类谋求和平与幸福的努力之中，即使能解决其他所有问题，到最后还会有一个问题无论如何不能解决，那就是权力的罪恶问题。因为形成权力罪恶的根源，就是包含在人类生命中与善性对立的恶性。深究权力，深究权力带来的罪恶，当然要涉及社会体制问题，然而追溯到底，必然追究到人性本身，追究到生命本源的解释问题。

我请求，拥有权力的人们铭记这个事实，并下定决心和这种魔力进行不懈的斗争。同时有一点也很重要，要把权力用于为他人谋幸福，就要努力开发自己的聪明才智。不要用自己拥有的权力为自己谋利益，而要时时考虑为最痛苦的人服务，这不正是关键所在吗？

权力这个东西确实具有反民众的作用，因此，抑制权力也是很重要的。而另一方面，也有必要使民众确立绝对不受权力左右的自尊，同时还要变革权力持有者的内心。也就是说，为克服权力的魔性，或者说人的丑恶性，就要不断地向自我挑战。

以往的历史，可以说是循环往复的过程。打倒一个罪恶的体制，新的体制又会暴露出新的罪恶。新的体制要想终止产生新罪恶的恶性循环，就只有在体制所拥有的权力之上装上有积极意义的车闸。为此，必须在掌权者的内心，进而在所有人的内心，装上抑制权力的车闸。

谎话卡片（节选）

〔德〕K. 图霍尔斯基

谎话腿短，许多女人也腿短，当然这并不说明什么。许多谎话为什么会大白于天下呢？

这是因为绝大多数说谎者的记性不好。说谎的人必须要有很好的记忆力。“你刚才说……”往往就是这么开始……紧跟着必须为旧的谎话接上一个新的，这往往是不太容易的。作为一个上了年纪、经验丰富的说谎者，我也只能说：我的所有谎话最终都败露了，因为我没有时时处处留神当心。

消除这一失误是值得的。为此目的，也许可以这么做：谁要是说谎话，他就要自己做一套谎话卡片，这样他至少可以知道自己已经说了多少谎话。比如说，假如有人星期二说，他在一家大银行开有户头，这就会很引人注意，而他星期五又突然得支付许多钱……这就有些不大相称。并非任何人都具有下面提到的那个女人的沉着镇定。她丈夫在她的床上找到一副——如果允许我这么说——男裤背带。他大嚷道：“你有一个情夫！”受到伤害的妻子庄重地回答：“首先我没有情夫，其次他也不用裤背带。”看来说谎也是要专门训练才行。

说谎必须前后一致，而说真话则可以断断续续。当然也可能会出现真话不为人信的情况，真话有时也是相当离奇的。说谎必须前后一致，首先说谎者要仔细记住说过什么，而且要一个对上另一个。因此在卡片上要这样登记：

“14日对莉莉说过，很小时就通过了游泳测验。”“昨天在定期聚餐时声称会说英语。”诸如此类。至于复杂的谎话，如经营情况、因吃醋而编造的瞎话、党内计划等等，就更得做卡片了。做这项工作要特别小心，要是没有经过周密计划，最好就先别着手进行。

尤其重要的是那种所谓的“礼节性谎话”的卡片，这种谎话构成全部谎话的百分之一百零一。遗憾的是，很少有人纯粹因为喜欢说谎而说谎。众所周知，奥斯卡·王尔德也曾抱怨过说谎的衰败。说谎是一种艺术，一种伟大的艺术——而现在有些人只会乱说一通……

光有卡片自然是不够的，还要对着镜子练习，说谎是用嘴，但首先要用眼睛，这是一件重要的事情。眼睛要闪烁、发光，还要眨一眨——这是很不容易的。对着镜子练好之后，卡片将有助于避免绝大多数说谎者都会犯的一个错误：说谎太多。他们说得太过分，一切都过于精确了。说谎少一些，尽量少谈想要隐藏的东西。这样才能走得最远。

就我而言，我是没走多远的。我说：“昨晚我在协会。”老婆则接着说：“真奇怪，你怎么没有一起被烧焦。”我说：“您送给我的那本书真吸引人。”作者则接着说：“请原谅，我因一时疏忽错将一本旧菜谱给了您。”我的卡片毫无用处。因此，我已经习惯于强调说真话，但结果是，人们根本就不再相信我的话。真正被相信的只有谎话。

谎话卡片 D、R、G、M，至少是袖珍版本的，每个人都应该带在身边，它们会使你免去许多尴尬的场面。我也有一套，可惜昨天忘在朋友那里了，现在我想开始一次理应享受的长期休假——城里的空气对我实在不宜。

（蔡鸿君 译）

消极抵抗

〔印度〕甘 地

消极抵抗是通过自身受难而获得权利的一种方式；它与武力抵抗相反。当我去做一个有违于我的良知的事时，我的力量来自我的灵魂。举例来说，政府通过了一项牵扯到我的法令，我不喜欢它，要迫使政府取消这项法令，如果采取暴力的话，我用的可谓肉体上的力量；如果我不遵守这项法令，宁愿接受违法的惩罚，我用的是灵魂上的力量。它包括自我的牺牲。

人人都承认自我的牺牲在所有的奉献中是最崇高的。再者，如果这种力量运用于被证明是不正确的事业时，也只是运用它的人受苦，他不至于使别人为他的错受苦。到目前为止，人做的很多事最后被证明是错误的。没有人敢声明他绝对正确或是他认为某件事错了便绝对错了，只要他慎重地思考一下，其中道理不言自明。因此，我们面临的问题是，不去做我们认为是错误的事，为此磨砺自己，不管后果如何。这是运用灵魂的力量之关键。

除非经受过肉体上的苦难训练，否则很难成为一个消极抵抗者。一般来说，随着肉体已被娇养得很虚弱，居住于肉体的心灵也已虚弱，如果没有心灵上的力量，灵魂上的力量便无从产生。我们必须摆脱童婚制和奢侈的生活来改善我们的身体状况。如果我去要求一个身体上萎弱不堪的人去面对大炮的炮口，那我自己便会成为一个笑柄。做一个消极抵抗者很容易，同时也很困难。我知道一位 14 岁的少年成了一个消极抵抗者；我还知道病人在做

着类似的工作；同时我还知道身体上强壮或是处于别的幸福之中的人们无力成为一个消极抵抗者。大量的经验之后，在我看来那些想以消极抵抗来服务于国家的人必须保持完美的节操，居贫守穷，追求真理，培养无畏的精神。

节操是一种伟大的德行，没有节操，心灵不可能达到必要的坚定不移的高度。一个没有节操的人会失却毅力和伟力而变得懦夫一般柔弱。一个人的心灵被肉体束缚以后他便不能做出任何伟大的努力，这可以被无数的事实所证明。那么，一个结了婚的人该怎么办呢？这问题自然产生了；虽则如此，也还是需要节操的。夫妻沉醉于热情之中，这方面至少是一种肉体上的纵欲。这种沉迷是严厉禁止的，除非是为了子孙的延续。但对一个消极抵抗者来说，即使是这种非常有限的沉迷，也是不得不避免的，因为当下不是渴求子孙的时候。因此，一个已婚的男子能够保持节操，这个问题勿需做过多的论述。还有别的一些问题：一个男人怎样说服他的妻子呢？她的权利是什么？等等。然而渴求加入一项伟大工作的人一定能解除他们自己的困惑。

正像存在着保持节操的必要性一样，守贫也是必要的。金钱企求和消极抵抗是不能并容的。这并不是要有钱的人把金钱扔掉，而是要他们对金钱冷漠。他们必须做好宁可舍弃最后一分钱也不放弃消极抵抗的心理准备。

在我们讨论的过程中，曾把消极抵抗描述为真理的力量，因此，我们必须不惜一切代价地遵守真理。与此相关，一个人是否能撒谎以求解救等科学问题就出现了，但这些问题只对那些想为撒谎辩解的人才存在。那些每时每刻都在追寻真理的人不会把自己置于这样的窘境中，而且，即便那样的话，他们也能从那种错误中走出来。

如果没有无畏的精神，消极抵抗便不可能继续。那些一心一意消极抵抗的道路上前进的人，在钱财、虚荣、亲戚、政府、身体折磨、死亡等各个方面都是无畏的。

这些原则不能因为困难而放弃。人的天性中有能力面对他可

能遭遇到的各种困难或磨难。我们应该具备这些优良的品质，哪怕你是一个不愿加入非暴力队伍中的人。无疑，那些在武装斗争中锻炼自己也多多少少应该具备这些品质。并不是人人都成为为理想而奋斗的战士。要想成为战士，就应该严守贞操，乐于贫穷。

一个没有无畏精神的战士是难以想像的。我们可能想到他不必严守真理，但是，严守真理的品质和无畏的精神是不可分割的。假如一个人放弃了真理，他必定是出于某种形式的恐惧。如此，我们便不会对上述的四种品质感到可怕。

这里需要指出的是，一个使用肉体之力的人不得不具备很多别的无用的品质，而消极抵抗者则根本不必。你会发现，一个持剑的人从根本上说是因为害怕；否则的话，剑便会从他的手中扔掉，因为他不需要利剑。当一个拄杖的人忽然面对狮子时，他本能地会举起武器来自卫。当他心中没有狮子时，他才知道以前自己只是侈谈无畏，这时他便会放下拐杖，发现自己摆脱了恐惧。

（石海峻 译）

如何自讨苦吃

〔美〕弗兰克·苏里文

乐观的人说：“何必忧愁？”我说：“忧愁有什么不好？”请问，哪有像今天这样充满了忧愁的大好机会？既然如此，不好好发愁一下，怎能对得住自己？每天自寻烦恼，即令只是芝麻大的小苦恼，也要烦恼一下。要不然，待到真正的大烦恼来临，你怎么知道如何应付？

我可以说是自寻烦恼、自讨苦吃的老手了，凭这个资格，现在提出几点成功的心得：

忧愁须及时，不可拖延。不可说，我今天不必忧愁。我太开心了，明天再发愁吧。明天你要是更加开心，那又怎么办？

不要怕有人说你年轻，不应该忧愁。其实，开始忧愁越早越好。许多善于自寻烦恼的朋友十几岁便开始了忧愁。也不要方枘圆凿，格格不入。看看你的脾气适合那一类的烦恼，然后顺道而行，锲而不舍。

起初你可能对自己说：“为这种小事着急，真不值得。”这种态度实在不可取。要知道，你可以把小事急成大事。例如，你对朋友可能说了不客气或无聊的呆话，你会否因此烦心？如能善为运用，这种思想就可使你终日寡欢。或者想想，他曾否故意说了得罪你的话？诸如此类的事，也可以使你一天到晚忧愁。

我个人喜欢找出一些无聊的小烦恼，善加培养，把它酿成称心如意的大烦恼。我的创造力较强，一封信寄出以后，常常苦苦

思想：可曾贴了邮票？地址是否正确？直想到神智疲惫而后已。

不忽视传统的烦恼，文明的命运问题和缝纫刺绣一样，可以随时拿出来烦恼一番。也不要忘记以你的健康为题，你可能以为目前身体很好，但是你也可以想像自己生了什么病，只要看几本医学书籍，我保证你至少会发现自己有几种乃至十几种病状。

如果你不管如何努力，仍旧无法为自己的健康烦心，那总可以为家人或朋友烦心吧。我就知道有一位太太，为她独生子的健康烦心了 19 年，而他却从来未曾有过病痛。

不要忘记为钱发愁。方法很简单：如果没有钱，就为赚钱发愁；如果有钱，就为怕损失发愁。

总而言之，凡是劝你不要烦恼的人，不要与他为伍。不要让一天白白过去而毫不发愁。即使没有发愁的理由，也要设法找些理由来杞人忧天，这才算得上自讨苦吃。

（尤佳 译）

自由与克制

〔英〕罗·斯金

明智的法律和理性的克制对一个高尚的民族来说，不是束缚的锁链，而是强韧的护身甲，虽然披挂上它不免有些累赘。人们须得记住的是，一个人欲想受到尊重，其克制的必要恰如人人均须劳动一样。

每一天，我们都可以听到许多人侈谈自由，仿佛自由是什么无比荣耀之物；其实，从广义的现状来说，自由并非荣及至尊，它不过只是低等动物的一种属性。一个人即使再伟大，再有能耐，也不可能像鱼那样自由。他总是有所为而同时又有所不为，鱼则可以自由来去，为所欲为。世界上所有的国家总合一体，也大不及海洋的一半；而世界上所有的铁路、车辆，无论是已有的还是将要发明的，都不会有鱼鳍那么自如灵便。稍加思考你就会发现，人所受尊重之处是他的克制，而不是自由。进一步说，即使以低等动物而论。所受尊重的也是它们的克制。蝴蝶远比蜜蜂自由，但是蜜蜂更受人尊重，因为它受制于适合蜜蜂群体秩序的一定规律。

环顾世界，在自由与克制这两种抽象事物中，克制通常更为人尊重。当然，像对待其他事物一样，你决不可能从抽象概念中得出最后结论，因为就这两者而言，若作高尚选择，均能悦己利人；但若作卑鄙选择，则会败坏社会。我要重申的是，在这两者中，惟有克制能代表高等动物的特征，并使低级动物得以进化。

而且，上自执行上帝使命的天使，下至营营劳作的昆虫；从相互维持平衡的行星，到为地心所吸引的一粒尘埃，所有生灵，所有物质的力量与荣光，全都体现于服从而非自由。相对于随风飘下的落叶，太阳亦无自由可言。由物质构成的人同样如此，人生自由到来之日，便是其灭亡腐朽之时。

（筱逸 译）

死去的人才没有希望

〔美〕泰德·克罗福德

有一个古老的犹太故事，名字是《只有死人才没有希望》。故事说有一个富人，他害怕死后他的财产将对他毫无用处。朋友们建议他做些善事，这样当他有罪的时候，他的善举就会保护他。他决定接受朋友们的劝告，送给别人一些礼物。然而，他不是毫无保留地给别人，他的给予是有条件的，他只给那些对生活毫无希望的人。

一天，他看到有个衣衫褴褛的人坐在一堆垃圾上，他认为这个人肯定是完全放弃了生活的希望，就给了这个人 100 枚金币。这个穷人惊呆了，他并没有开口要钱，却从天而降这么一大笔财富，他问这个富人为什么从全城的穷人中选了他而且送给他这么多钱。

富人告诉他说自己曾经发誓只给那些完全对生活绝望的人。听到这句话，穷人抓起那 100 枚金币又扔给了富人，弄得富人狼狈不堪。穷人说，他相信神是仁慈的，他痛斥富人的目光短浅。“神既然能让你这么富有，他也能很容易地就让你一无所有。”

富人被穷人这番慷慨激昂的言辞惊呆了，等他回过味来，他埋怨穷人说穷人不仅没有对他心怀感激，实际上，还辱骂了他。

穷人回答说，因为富人给予的礼物不是出于善心，恰恰相反，这个礼物实在太恶毒了。只有死人才对生活没有希望，所以富人给的这份礼物简直就是死亡。

这个富人不是出自慷慨，而出自恐惧才行善。他的恐惧使他不能无私地给予，而要有所限制，附有条件。他觉得自己可以对别人做出判断，却不知实际上正是他自己完全放弃了生活的希望，他错误地认为希望来自财富而不是自己丰富的内心世界。

(段敏 史育哲 译)

小丑

〔俄〕屠格涅夫

世间曾有一个小丑。

他长时间都过着很快乐的生活；但渐渐地有些流言传到了他的耳朵里，说他到处被公认为是个极其愚蠢的、非常鄙俗的家伙。

小丑窘住了，开始忧郁地想：怎样才能制止那些讨厌的流言呢？

一个突然的想法使他的脑袋瓜开了窍……于是，他一点也不拖延地把他的想法付诸实行。

他在街上碰见了一个熟人，那熟人夸奖起一位著名的色彩画家。

“得了吧！”小丑提高声音说道，“这位色彩画家早已经不行啦……您还不知道这个吗？我真没想到您会这样……您是个落后的人啦！”

熟人感到吃惊，并立刻同意了小丑的说法。

“今天我读完了一本多么好的书啊！”另一个熟人告诉他说。

“得了吧！”小丑提高声音说道。“您怎么不害羞？这本书一点意思也没有，大家老早就已经不看这本书了。您还不知道这个？您是个落后的人啦！”

于是，这个熟人也感到吃惊，也同意了小丑的说法。

“我的朋友某君真是个非常好的人啊！”第三个熟人告诉小丑

说，“他真正是个高尚的人！”

“得了吧！”小丑提高声音说道，“某君明明是个下流东西！他抢夺过所有亲戚的东西。谁还不知道这个呢？您是个落后的人啦。”

第三个熟人同样感到吃惊，也同意了小丑的说法，并且不再同那个朋友来往。总之，人们在小丑面前无论赞扬谁和赞扬什么，他都一个劲儿地驳斥。

只是有时候，他还以责备的口气补充说道：“您至今还相信权威吗？”

“好一个坏心肠的人！一个好毒辣的家伙！”他的熟人们开动谈论起小丑了，“不过，他的脑袋瓜多么不简单！”

“他的舌头也不简单！”另一些人又补充道，“哦，他简直是个天才！”

末了，一家报纸的出版人，请小丑到他那儿去主持一个评论专栏。

于是，小丑开始批判一切事和一切人，一点也没有改变自己的手法和自己趾高气扬的神态。

现在，他——一个曾经大喊大叫反对过权威的人——自己也成了一个权威了，而年轻人正在崇拜他，而且害怕他。

他们，可怜的年轻人，该怎么办呢？虽然一般地说，不应该崇拜……可是，在这儿，你试试不再去崇拜吧——你就将是落后的人啦！

在胆小的人们中间，小丑们是能很好地生活的。

（黄纬经 译）

图书在版编目(CIP)数据

流行哲理小品 / 贺茵主编. - 珠海 : 珠海出版社, 2001.3

ISBN7 - 80607 - 768 - 5 40.00 元

I . 流… II . 贺… III . 小品文 - 作品集 - 世界 - 现代

IV . I16

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 06012 号

流行哲理小品·外国卷

主 编 贺 茵

责任编辑 潘自强

技术编辑 徐 慧

封面设计 冯建华

出版发行 珠海出版社

电 话 0756 - 2639345 邮政编码 519002

地 址 珠海市香洲区银桦路 566 号报业大厦 3 层

图书邮购 珠海出版社图书邮购部

电 话 0756 - 2639346 邮编 519002

地 址 珠海市香洲区银桦路 566 号报业大厦 3 层

印 刷 肇庆市科建印刷有限公司

开 本 850 × 1168mm 1/32

印 张 31.25 字数 600 千字

版 次 2001 年 4 月第 1 版

2003 年 9 月第 5 次印刷

印 数 20000 - 25000 册

ISBN7 - 80607 - 768 - 5 / I · 304

E - mail : fxb@zhcbs.com

定 价 40.00 元(全二册, 本册 20.00 元)

因部分译者地址不详, 故恳请译者与我社联系, 以便尽快奉寄样书和稿酬。