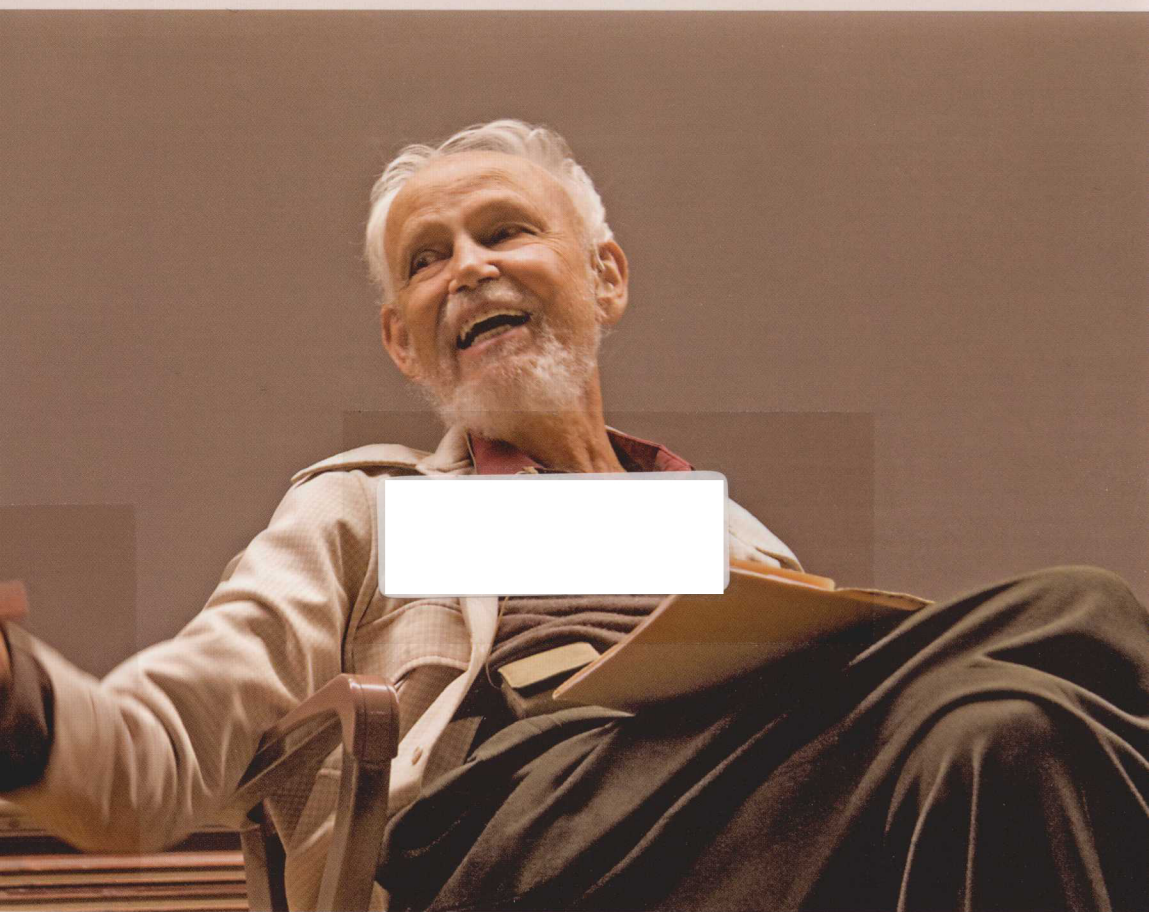


# 欢心喜乐每一天

AND LIVE REJOICING

200万册畅销书《人的宗教》作者又一力作

(美) 休斯顿·史密斯 (Huston Smith) (美) 菲尔·柯西诺 (Phil Cousineau) ©著 张朝霞©译



金城出版社  
GOLD WALL PRESS

# 欢心喜乐每一天

AND LIVE REJOICING

(美) 休斯顿·史密斯 (Huston Smith) (美) 菲尔·柯西诺 (Phil Cousineau) 著 张朝霞 译

 金城出版社  
GOLD WALL PRESS

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

欢心喜乐每一天 / (美) 史密斯, (美) 柯西诺著;  
张朝霞译. —北京: 金城出版社, 2015.11  
书名原文: AND LIVE REJOICING  
ISBN 978-7-5155-1291-4

I. ①欢… II. ①史… ②柯… ③张… III. ①成功心  
理—通俗读物 IV. ①B848.4-49  
中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第244795号

AND LIVE REJOICING by Huston Smith © 2012

Simplified Chinese language edition published in agreement with New World  
Library, through The Artemis Agency.

Copyright©2015 GOLD WALL PRESS, CHINA

本作品一切中文权利归**金城出版社**所有, 未经合法许可, 严禁任何方式使用。

## 欢心喜乐每一天

---

作 者: (美) 史密斯 (美) 柯西诺

译 者: 张朝霞

责任编辑: 李 健

选题策划: 林宋瑜

开 本: 710毫米×1000毫米 1/16

印 张: 14

字 数: 162千字

版 次: 2015年11月第1版 2015年11月第1次印刷

印 刷: 北京玥实印刷有限公司

书 号: ISBN 978-7-5155-1291-4

定 价: 35.00元

---

出版发行 **金城出版社** 北京市朝阳区利泽东二路3号 邮编: 100102

发 行 部 (010) 84254364

编 辑 部 (010) 84250838

总 编 室 (010) 64228516

网 址 <http://www.jccb.com.cn>

电子邮箱 [jinchengchuban@163.com](mailto:jinchengchuban@163.com)

法律顾问 陈鹰律师事务所 (010) 64970501

## 推荐序

菲尔·柯西诺

宗教生活的中心，是一种独特的喜悦之感，是对经历必要的苦痛折磨后幸福结局的企盼，是对拥抱和战胜人类困难的承诺。

——休斯顿·史密斯

摘自《瑜伽杂志》（*Yoga Journal*）

2004年夏，我到加州伯克利休斯顿·史密斯的家中拜访了他，当时我正在编辑他的访谈录合集《原来如此》（*The Way Things Are*），这是一本充满智慧的大部头著作，我此行的目的正是为了更详细地了解书稿的情况。看着那堆积如山的手稿，我渐渐懊恼地意识到，在这20多年合作共处的时间里，我从未问他是否有考虑过英国作家威廉·萨姆塞特·毛姆（W. Somerset Maugham）所说的“总结”<sup>1</sup>二字。也许我一直担心提那个听起来无礼或者说幼稚但最浅显、也最核心的问题：“这本书到底要讲什么呢？”

正当我犹豫不决是否要提出这个问题时，我无意间看到手稿堆里的一篇文章：休斯顿在文章中描述他的一生如何致力于捡拾“世界甄选的智慧”。

---

1 毛姆曾著有个人写作生活回忆录《总结》（*The Summing Up*）。——译者注

所以我决定尝试甄选一下休斯顿的智慧。

“休斯顿，”我说，“如果有人贸然请您将60年左右关于伟大的精神和哲学体系研究作一个总结，然后将您那些见解提炼成精辟的建议，供那些正在追寻人生意义的人参考，您会说些什么呢？”

老教授沉思了片刻，真没想到他这把年纪脑筋还转得这么快，他往椅背上靠了靠，回答道：“我只要一听就知道哪个问题是好问题，没有现成答案的就是。”

然后，他平静地说：“追寻光明，不管它领向何处。”

我不仅惊叹于他的回答的诗意和美感，而且为这个回答的时间点也感到震惊，因为就在前一天，我读到了同样的话。

“休斯顿，不管您信不信，昨天我去卡梅尔·安塞尔·亚当斯（Carmel Ansel Adams）的家中拜访了他。我发现他在一张简单的索引卡上写着一句激励自己一生以摄影师为业的座右铭——‘追寻光明’。”

听到这些，休斯顿自然很高兴。

虽然休斯顿一直追寻精神生活的内在之光，而亚当斯追寻的是大自然的外部之光，但是异曲同工，都是照亮自身。我们又何必计较被领向哪里呢。

## 欢喜人生

这句座右铭启发了本书，即休斯顿·史密斯的回忆录第二卷《欢心喜乐每一天》（*And Live Rejoicing*）的萌生。为了完善第一卷《奇迹的故事》（*Tales of Wonder*）中的叙事风格，本书将马赛克般的记忆以书名所寓示的唯一神圣主题拼接在一起。从他那富有

异国情调的中国农村的童年时光，到与我们这个时代许多知名人物的心灵对话，史密斯的一生为“吉人自有天相”这个坚定的信念所感召着。正因为如此，长久以来他一直深信我们应该带着“无限的感激之情”过生活。

休斯顿对于存在的绝对奇迹的喜悦感渗透在本书的字里行间。作为手稿编辑与其共事的我，不仅因阅读此书对他云游世界之广、结识人等之多而倍感赞叹，而且此书也帮助我解决了自我和休斯顿首次深谈以来一直困惑我的一个问题。那次深谈是在我俩前往圣菲（Santa Fe）与加里·莱茵（Gary Rhine）合作拍摄纪录片《迷幻药之路》（*The Peyote Road*）的航班上。

我曾想，他何以能一直怀有一颗平和[“平和”（*equanimity*）是个形容人镇定沉着的老派词]之心，尽管生活中难免有苦痛？多少次，我看见他向听众施快乐魔法之术，不分地点、场合，不管是在录制的访谈中，还是在公开讲座或是读书会上，哪怕我自始至终都了解他过去经历的个人悲剧，或是他因这个时代的政治风波和宗教之乱所感受到的存在之痛。

他是怎样保持一颗平常心的呢？他又是如何让听众被蛊惑了呢？仅仅是因为他的智慧？还是另有其他更玄妙的东西？这种东西与他一直修炼的、无论何种情境下也能让自己开心欢愉的态度有关系吗？

## 谜中谜

经过过去这一年对这些回忆录以及20年来的谈话和采访笔记的整理，我相信这本故事集和反思集能够解开益智人生之谜。倘若果真如此，正如休斯顿所效仿的一位哲人先驱苏格拉底所说的那样，

“浑浑噩噩的生活不值得过”，那么理所当然，认认真真检视的人生——不只是一般的检视，而是追索生命的意义——这才是真的很值得过。

接下来的章节描述了休斯顿与来华传教的父母在中国农村生活的故事，这些故事记录了休斯顿早期的精神成长，而中国的这段经历又成为他日后称为并踏上“探求真相的朝圣之旅”的某种动力。本书的内容远不止于此，比如说还介绍了休斯顿对写作、教学和家庭生活的热爱，对其发展与从铃木大拙（D. T. Suzuki）<sup>1</sup>到索尔·贝娄（Saul Bellow）<sup>2</sup>，从托马斯·默顿（Thomas Merton）<sup>3</sup>再到小唯恩·德洛里亚（Vine Deloria, Jr.）<sup>4</sup>等人既激励人又富有挑战性的友情的故事。

曾几何时，休斯顿的一个女儿因罹患恶性肿瘤而离世，他的一个外孙女在南太平洋的一艘船上不幸遇难。他承受着这些丧失亲人之痛，也承受着来自学术界的明枪暗箭，如今已是耄耋之年的他，仍然要忍受着骨质疏松症带来的痛苦——按他的话来说就是“老弱多病”——但这位长者乐观不改，平和依旧。我的感觉是，他之所以无论何时何境都能泰然自若，缘于他通过运用一种“双眼视觉法”来专注于那些他称为“真正值得了解的东西”。所谓的双眼视觉法是指一只眼睛关注永恒，而另一只眼看当下紧迫的社会问题。通过这种方式，休斯顿将双眼所看到的图像融为一体，然后向他自己，也向我们灌输一种他巧妙形容为“彼岸世界”的观点。

这并不是说他居功至伟。他曾向我坦承，自己总觉得有点先祖崇拜，也许这是他在一个儒家思想浸淫的环境中长大之故。“我并

1 D. T. Suzuki, 日本禅学大师。——译者注

2 Saul Bellow, 美国著名作家。——译者注

3 Thomas Merton, 美国天主教修士、著名作家、灵修大师。——译者注

4 Vine Deloria, Jr., 美国原住民作家、神学家、史学家和活动家。——译者注

非一个真正有创见的思想家，”他说，借用了备受推崇的中国哲学家孔子的一句话：“但吾爱先贤也。”

淡泊功名利禄的休斯顿培养了一种不可思议的能力，这种能力可以让他那岁月积淀下来的智慧通过他而熠熠生辉，而非只照耀他一个人。或者用我和他共同的朋友约瑟夫·坎贝尔（Joseph Campbell）的话说，他已经“彻彻底底地超脱了”。通过关注长久以来一直被忽视的世界诸多宗教和哲学体系问题，史密斯的书和讲座为大众提供了窗口，从这些窗口我们可以看见光明，并且感受到自己与光明同行。

在这个不择手段自我推销的年代，能做到这点绝非易事。他那通过晶莹剔透般的散文和号角般响亮清晰的公众演讲风格所表现出来的彻底超脱，让包括读者和听众在内的两代人亲身体验到了处于世界智慧传统核心地位的诗意真理。另外，他在工作和日常生活中也身体力行，极力展现爱与悲天悯人所必要的精神能量。这方面最感人的例子就是他把下面这首没有标题的小诗寄给我看。此诗由他的女儿卡伦所作，卡伦患癌症去世后，休斯顿夫妇在整理女儿的遗物时发现了这首诗。

情人节，这一天惊闻噩耗；

医生打来电话说：“卡伦，你没救了。”

不喜欢坏消息，天哪，谁也不喜欢，

可是癌细胞已经扩散，它们绝不会放过你。”

所以现在只有与泪相伴，而且还没个完；

原本以为我的生命还未准备好到终点。

向我的孩子们说再见，我深爱你们到永远；

向我的孙辈们说再见，我将永无机会与你们谋面；

向我的丈夫说再见，当我的头倚靠在你的胸前；

顺境，逆境，你都是最好的伴。

“我觉得很凄美，”休斯顿在小诗的边上这样写道，“关键是它依然让我潜然泪下。”

当我读到这首诗，不禁想起了所有文学作品中最令人动容的一幕，这一场景来自古罗马诗人维吉尔（Virgil）的著名史诗《埃涅阿斯纪》（*Aeneid*），当英雄埃涅阿斯望着特洛伊城被熊熊大火所吞噬，“这些都是为了俗事而流下的眼泪，唯有死亡直刺吾等心。”这位富有智慧的诗人如是写道。

感受人类从大喜到大悲的所有情感以及将彻悟的那些感受传达于人的能力正是努力找寻那首诗、那个真理、那一生命之魂者所期冀的。或许正因为如此，那次在加州大学洛杉矶分校举办的讲座结束后，休斯顿对我袒露心声说，如果有来生，他愿做一位诗人。

## 保持乐观

2004年的一个晚上，我和休斯顿参加了在圣芭芭拉（Santa Barbara）举行的“心灵与超级心灵”（*Mind & Supermind*）系列讲座，当时我俩坐在台上。90分钟热烈的交流后，讲座进入问答环节，有人向休斯顿提了一个问题：“在这个悲伤之谷（Vale of Sorrow）里您是怎么保持乐观的呢？”

“嗯，”休斯顿不慌不忙地答道，“我也不确切地知道，这不完全是有意意识的。只要一件趣事就够了。在密苏里费耶特中央学院学习的最后一天，我的室友对我说了一件令人吃惊的事情。‘休斯

顿’，他说，‘你知道过去四年间每天早上你醒来时说的第一个字总是——好！——吗？’”

自然，那位观众兴奋得大叫，不过这也是对休斯顿这位智者给出的出其不意的生活艺术见解表示认同。就是这么只有一个音节但让人备觉爽快的词——“好！”——将休斯顿当时的意气风发与犹太神秘主义者的那种欢欣鼓舞表现得淋漓尽致。关于犹太神秘主义者，休斯顿曾告诉我，这些人以前总是手里拿本《托拉》（*Torah*）<sup>1</sup>，走在人群的前面，在众人还未开口时，他们会先嚷嚷道：“让路，给主的肖像让路！”

你知道天使为什么会飞吗？因为他们身轻如燕。  
——2006年休斯顿·史密斯对杰克·柯西诺  
（Jack Cousineau）语

“但是，我们该给什么让路呢？”我后来问他。

“嗯，真理，”他说，“除此以外我们还要找寻什么？！”

我真是后悔，后悔当初没接他的话茬答个“奉献”，因为事实证明，这个词儿也是他孜孜不倦的精神和生产力之源。引用马丁·路德·金（休斯顿曾接待过他）的一句名言：“生命中最持久且最迫切的问题莫过于：你在为他人做什么？”

这个问题要是休斯顿来回答，那么答案会是写作和教书。因为最近他在伯克利那家他最喜爱的泰式餐厅与我共进午餐时对我说了一番话：“人们总是渴望找寻正确的定位，他们来听我的

1 Torah，犹太律法，希伯莱文意为“教谕”，狭义专指《旧约全书》前五卷中的律法，据说是上帝授予摩西的。——译者注

课，读我的书，就是希望找到那个定位。”

## 开放大道之歌

2009年春，我和我那了不起的朋友——来自田纳西诺克斯维尔的作曲家、音乐家兼剧作家莫里斯（R.B. Morris）——一道驾车前往伯克利，准备接上休斯顿一起共进泰式午餐。共享泰式美食可是我俩之间的老传统了。当我向休斯顿介绍莫里斯是位歌手时，他应声道：“哦，一天中我最喜欢干的事儿就是唱歌了。你知不知道只有唱歌的时候我们所有的脑电路才亮着的？”休斯顿一边高兴地与我们分享这一科学知识，一边回过头，向坐在后排的莫里斯大声喊了一句，生怕对方听不到：“唱歌有益健康！”他把“健康”（healthy）这个原本只有两个音节的词拖长到七个，那架势就像帐篷里的复兴传教士高唱哈利路亚一样。

关注差异，它让我们忽视了将我们联系在一起的统一性。

——休斯顿·史密斯

摘自《原来如此》

“您知道不，”莫里斯也打趣道，“鲍勃·迪伦（Bob Dylan）<sup>1</sup>曾经说过，‘我不属于任何教派，但是当我唱起福音歌，我信了上帝！唱着像《主，我愿更亲近你》（*Just A Closer Walk with Thee*）和《摇滚时代》（*Rock of Ages*）的这些歌让我信了上帝。’”

1 Bob Dylan，美国民谣天王、音乐家。——译者注

休斯顿兴奋得睁大了眼，像弹球机一般。

“我的话说完了！”他再次高喊道，不过这一次是洋洋自得的口气。然后，他问道：“那么，你想唱首歌吗？”

“当然，休斯顿。”莫里斯咧嘴笑道。

“荣幸之至。来首《旧铜币》（*Old Copper Penny*）怎么样？”

随后莫里斯清唱起了这首民谣，而休斯顿聆听着，就仿佛他坐在教堂的长椅而非汽车前座上。莫里斯唱完片刻，休斯顿说了一句，

“现在我们可以一起唱首歌吗？”

“您想唱什么？”

“来首皮特·西格（*Pete Seeger*）的歌如何？”

当一路行驶在伯克利中心大街沙塔克大道（*Shattuck Avenue*）上时，休斯顿像个民歌手，带领我们激情地唱起了他的老朋友、传奇民歌手皮特·西格的那首《假如我有把锤子》（*If I Had a Hammer*）。

而今，那就是我所说的喜悦。

## 宗教的真实意涵

当我初次听说休斯顿给加州东湾的一帮小学生讲禅，据说他当时就那样静静地打坐，心无旁骛，虽然只是短短的几分钟，我于是邀请他到旧金山凯卓男子学校（*Cathedral School for Boys*）给那里的学生做个非正式讲话，我儿子杰克，他的教子，当时就在这所学校读五年级。

当男孩子们闹哄哄、拖拖拉拉地站上格雷斯大教堂（*Grace Cathedral*）圣坛后的唱诗席时，休斯顿神色变得肃穆起来。我跟他

同台无数次，从没见过他这样一副表情。他敬畏那些孩子，一如那些孩子敬畏他一样。

当孩子们低头看笔记时（因为事先他们被告知要向这位到访的知名教授提问题），休斯顿扭头大声对我说：“哦，这一幕实在是太美妙了。一眼望去他们的脸庞就好像……呃，一下子想不出词儿了。不过就像望见一片花田。他们是如此鲜活，如此多彩，如此天真无邪。”

他不是抱怨早上8：30就得横跨海湾赶到学校向一帮孩子讲话，而是欣喜于自己有机会与这帮小听众探讨他最喜欢的话题——宗教。当一位名叫克里斯汀·博尔斯的五年级学生大着胆子问他宗教有何特别之处这一问题时，他不假思索地答道：“宗教提醒我们吉人自有天相，正因为如此，我们应该心怀感恩。”驱车回伯克利的路上，我问他为何看上去那么高兴。

那感觉就好像是在正确的时间、正确的地点为我谋划好了似的。

——休斯顿·史密斯，摘自2009年5月21日

《旧金山纪事报》（*San Francisco Chronicle*）

“原因很简单啊，”他说。“每个人，包括孩子，都在寻找定位，寻找人生的方向，寻找生命之锚。我希望今天给予了他们想要的。”

对我而言，正是这种时刻反映了“定位”（*orientation*）一词的神圣性，它指导着休斯顿的人生——宗教（*religion*），这个词起源于拉丁语“*religare*”，意思是“联系在一起”，它有两层含义，一是握住不放手，二是为了慰藉和安全团结一致。

## 开心有理，快乐无限

最后，我想再讲一个我和朋友莫里斯与休斯顿共进午餐时发生的故事。三人一番关于音乐、旅行以及我们近期阅读的书籍的高谈阔论后，休斯顿陷入了沉思。

他说：“最近我一直在读诺曼·麦克莱恩（Norman Maclean）的那本美妙之作《大河之恋》（*A River Runs Through It*）。书中最后几行文字似乎表达出了我近来的想法，我不快90岁了嘛。”然后，让我和莫里斯惊讶的是，休斯顿开始倾情背诵起了这本美丽而伤感的著作的最后一段：“如今我已垂垂老矣……大多数朋友都已驾鹤西去……所有的记忆都不复存在或者黯然逝去。但有一件事我依然刻骨铭心……那就是流经我人生的大河。大河魂牵梦绕，挥之不去。”

在那一刻，我看到了他的人生，看到了我们所有人的人生，人生恰似那奔腾而下、无情流逝的河水，一如时间本身，匆匆而过，飞逝如电，但是始终会有让你看见美的事物、让你快乐享受的东西。这就是本书要讲述的休斯顿·史密斯，一个曾向我坦言他的一生除了“探求真相的朝圣之旅”外再无其他的人。

希望读者在书中那些追求灵感和美的故事中发现休斯顿曾提及他本人最喜爱的一位诗人——13世纪苏菲（Sufi）神秘派先驱贾拉鲁丁·鲁米（Jalaluddin Rumi），并有这样的言论，“不管是谁，若没了向导，两天的旅程得要200年”。相信读者能从这位值得信赖的向导这里找寻到有关如何塑造个人美好人生和喜乐生活的一些指导和教益。

## 前言 | 哦，安乐的日子

在较早前的一本自传《奇迹的故事》中，我描绘了自己的人生轨迹，与读者分享了那些照亮我前行之路的点点滴滴。这本续集作为补充，描写了一些可以称为人生驿站或是前进的垫脚石的生活片断，这些片断充分体现了本书的主题。这些插曲和际遇对我的人生产生了诸多影响，让我即使在这个痛苦无处不在的世界，依然坚定一颗快乐人生之心。

不少读者将注意到，本书书名取自18世纪中叶英国牧师菲利普·多德里奇（Philip Doddridge）的一首题为《哦，安乐的日子》（“*Oh, Happy Day!*”）的赞美诗。1967年，福音组合埃德温·霍金斯演唱组（Edwin Hawkins Singers）因演唱同名歌曲《哦，安乐的日子》而蜚声歌坛，这首赞美诗也为广大民众所熟知，1971年，美国民歌手琼·贝兹（Joan Baez）重新演绎该曲。赞美诗的主要诗节恰是我人生之写照：

哦，安乐的日子；哦，安乐的日子，

当主耶稣洗净我的罪。  
 主教导我们洞察世界和祷告，  
 欢心喜乐每一天；  
 哦，安乐的日子；哦，安乐的日子，  
 当主耶稣洗净我的罪。

对于这首赞美诗，我的理解是：喜乐是一种与生俱来的权利，我们应当充分利用这种权利，开心生活每一天。在此必须强调的是，我们并非否认或早或晚我们都将遭遇人生的逆流和困境，我们也终将懂得生活并非一帆风顺，永远像驾车兜风那样悠然自得。正如一本装帧得像畅销小说似的真实的故事书的书名——《我从未许你一座玫瑰园》（*I Never Promised You a Rose Garden*）。

然而，人生的挑战正是让欢喜变成无所不包、有容乃大之物，无论悲伤与痛苦，都囊括其中，并且以复活的劳伦斯修士（Brother Lawrence of the Resurrection），一位17世纪的卡迈尔派托钵僧<sup>1</sup>所说的那样实现从悲到喜，由苦及乐的转变：“我们深信正是上帝之手操控着我们的人生，正是慈爱的圣父让我们经历这一屈辱的人生阶段，经历苦痛磨难，所有的困苦挣扎终将消弭散去，我们的生活惟有甜蜜。”<sup>2</sup>

这种甜蜜从19世纪的一首颂歌《我的生命在流淌》（*My Life Flows On*，或作《我怎能不歌唱？》（*How Can I Keep from*

1 托钵僧团，或译托钵修会、乞食修会，为天主教僧侣团体之一。它以云游布道、托钵乞食的方式区别于其他修道院僧侣组织。主要有方济各和多米尼克两大派，创立于13世纪初叶。——译者注

2 参见Brother Lawrence: *His Conversations and Letters on the Practice of the Presence of God* (London: J. Hatchard and Son, 1824).

*Singing?*)) 中可见一斑, 歌词由美国牧师罗伯特·劳里 (Robert Lowry) 于1868年所作:

我的生命在无尽的歌声中流淌,

摆脱一切尘世间的悲伤。

我听见那甜美之声,

在欢呼新的世界,

虽然歌声是那么遥远。

透过所有喧嚣与争斗,

我听到音乐响起;

它在我的魂灵激起回响——

我怎能不歌唱?

终究, 谁人能忘古罗马诗人贺拉斯 (Horace) 在公元1世纪就写出未来两千年被奉为至理名言的“只争朝夕” (*Carpe diem.*)。这句话无人不知, 无人不晓, 但是很少有人注意到其后面的一句——“及时行乐” (*Rejoice while you are alive.*)。

许多人会珍惜时日, 但是有多少是快乐地活在当下呢? 我曾尝试鱼与熊掌兼得, 既要好好过, 也要快乐活。接下来我想谈谈四段经历, 或者说确定快乐生活方向的四块垫脚石。回顾人生, 我发现, 某种不断上演的经历或是向我指明了方向, 或是使我更加坚信了一直以来的信念, 那就是, 上苍待我等不薄, 我们尊重以下事实并心怀感恩, 尽一切所能, 最大限度地提升我们人类追求幸福安乐的潜能。