



【让生命发声】

· 一本洞穿灵魂的书

与自己的生命对话

【美】帕克·巴默尔 (Parker J. Palmer) 著

吴佳绮 译

9

中华工商联合出版社

让生命发声·一本洞穿灵魂的书



与自己的生命对话

【美】帕克·巴默尔(Parker J. Palmer) 著

吴佳绮 译

B821-4P
p014

中华工商联合出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

与自己的生命对话 / (美) 巴默尔 (Palmer, P. J.) 著; 吴佳琦译. —北京: 中华工商联合出版社, 2010. 1

ISBN 978-7-80249-218-9

I. ①与… II. ①巴… ②吴… III. ①人生哲学—通俗读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 219877 号

Let Your Life Speak

Copyright © 2000 by John Wiley & Sons, Inc.

All rights reserved. This translation published under license.

本书中文简体字版由 John Wiley & Sons, Inc. 授权中华工商联合出版社有限责任公司在中华人民共和国境内独家出版发行。未经出版者许可, 不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何部分。版权所有, 侵权必究。

北京市版权局著作权合同登记号: 图字 01-2009-4189 号

与自己的生命对话

Let Your Life Speak

作 者: [美] 帕克·巴默尔 (Parker J. Palmer)

译 者: 吴佳琦

责任编辑: 刘伟娜

封面设计: 棱角视角印象

责任审读: 徐海鸿

责任印制: 张 萍

出版发行: 中华工商联合出版社有限责任公司

印 刷: 三河市华丰印刷厂

版 次: 2010 年 1 月第 1 版

印 次: 2010 年 1 月第 1 次印刷

开 本: 880mm×1230mm 1/32

字 数: 70 千字

印 张: 5.5

书 号: ISBN 978-7-80249-218-9/B·002

定 价: 19.80 元

服务热线: 010-58301130

销售热线: 010-58302813

地址邮编: 北京市西城区西环广场 A 座

19-20 层, 100044

http: //www. chgsclbs. cn

E-mail: cicap1202@sina.com (营销中心)

E-mail: galsbs@sina.com (总编室)

工商联版图书

版权所有 侵权必究

凡本社图书出现印装质量问题, 请与印务部联系。

联系电话: 010-58302915

谢 词

除第一章之外，本书其余各章节最初均于过去十年内，以小品形式在其他出版物上发表过。但我将所有文章全都重新改写，有些修改幅度还不小。我希望能创作一本真正的书，而不仅是一部关于生命的召唤或者说个人志向的文章集锦。我想要借本书对这个题目做一个深入的探讨。毕竟，这是一个跟我们大多数人都有关，可以让我们的生活过得更好的题目。

我之所以提及这些篇章的起源，一部分源于我对出处的重视，再者是当初因信任而邀请我提笔的人，都是我个人生命中重要的伙伴，在此我要特别记上一笔。

第二章“如今我成了自己”原是我在沃伦威尔逊学院戴维森讲座^①的授课内容，校方将其印制成册。该讲座的不凡使命帮忙架构出本书的经纬：从生命的召唤的角度来看待并思考生命中的种种经验，“不只从成功中学习，也从绝望与失败中学习”；我不只是对年轻人这么讲，也说给较年长的成年人听。我很感激我的朋友，该校校长道格·欧尔（Doug Orr），他延长了邀请期间，让我在该校的讲演更为完整；另外还要感谢唐与安·戴维森（Don and Ann Davidson）赞助我完成这个讲座，引发此类反思；以及整个沃伦威尔逊社区对我的言语这么善意的响应。

第三章“当道路封锁”当初是因《织就》期刊^②编辑约翰·

① 戴维森讲座（G. D. Davidson Lecture）是沃伦威尔逊学院（Warren Wilson College）特有的课程，因戴维森赞助而名之。该讲座邀请对社区服务有杰出贡献的人士到校授课，作为学生与外界良师的联结。沃伦威尔逊学院位于北卡罗来纳州的斯旺纳州的斯旺纳诺瓦市（Swannanoa）。——译注

② 《织就》期刊（*Weavings*），一九八六年创刊，目标读者群为热衷思考的探索者，引领大家搜寻生命的呈现方式，及人类生活与社会交织互融的状态。——译注

莫格巴各（John Mogabgab）邀稿写就。约翰是我的多年好友，他是那种能陪你走过一生的最佳良伴。《织就》期刊从襁褓时期就在他的手中茁壮成长，该刊广受好评，是此类刊物中最出色的代表之一。

第四章“一路而下”最初是为纪念亨利·卢云（Henri Nouwen）的《织就》特刊，以“负伤的治疗者”（wounded healer）为主题而写。对约翰跟我来说，亨利是不可多得的良师益友，这一章是友谊力量超然的证明。本章我探究个人的忧郁经验。多亏朋友在身边支持，还有一位虽已溘然长逝，但精神与我同在；如果没有他们，我不可能这么坦然地处理这个状况。

第五章“由内引导”一开始是我的演讲稿，后来发行成册。我很感谢我的朋友麦克斯·凯斯（Max Case）的邀请及鼓励。

第六章“总有这一季”是费兹学会（Fetzer Institute）会长洛柏·莱曼（Rob Lehman）邀请我写的，他也是我的好友及生

命中重要的伙伴。该文谨献给费兹静思中心“四季”，为其揭幕成立共襄盛举。费兹学会并将本文印成小册子，放在“四季”的卧房中，敦请来访者一起思考。对我来说，费兹这份小册子好比希尔顿大饭店枕边的高级薄荷糖。我认为莱曼是走在尖端的先锋，他让我们之中的许多人能去探索内在与外在生活之间的复杂关联。

另外，我要特别感谢我在裘巴出版社（Jossey - Bass）的编辑波斯特（Sarah Polster）。她头一个看出近年来我笔下的文章有“个人志向”这个题目贯穿其中，她相信这些篇章有变成一本书的可能。她的编辑技巧帮助我，让这些小品的贯连性更为紧密，这是我自己做不到的。

我也要感谢裘巴出版社其他多位员工，每一位都是出版界优秀杰出的工作者：布朗（Carol Brown）、福拉格（Joanne Clapp Fullagar）、高斯坦（Paula Goldstein）、娜莉（Danielle Neary）、

冯德林 (Johanna Vondeling), 以及怀特尼 (Jennifer Whitney)。

书中提到我个人的旅程, 其中有大多数是在我家人的陪伴及支持下度过的, 今昔皆然。我未将他们纳入我的故事中, 因为他们的说法属于他们自己; 而我真能叙述、有权叙述的, 也就是我个人的故事了。不过, 在写到我跟家人共同经历的旅程片段时, 我经常想到他们, 心中充满感激。

献给莎莉·巴默尔 (Sally Palmer)、布伦特·巴默尔 (Brent Palmer)、托德·巴默尔 (Todd Palmer), 以及凯瑞·巴默尔 (Carrie Palmer): 感谢你们一路上给我的无限爱意。

献给希瑟·巴默尔 (Heather Palmer): 谢谢你为我的生命带来新的笑声及爱——虽然, 要是你别再提醒我吃蔬菜的话, 我可能会更加感激!

献给沙伦·巴默尔 (Sharon Palmer): 谢谢你独有的编辑天赋, 在我身为作者的志向中, 它是不可或缺的。感谢你在我学习

Let Your Life Speak

与自己的生命对话

如何让生命发声的过程中，不停地以爱来支撑我，陪我走过这一切。

帕克·巴默尔

一九九九年七月写于威斯康星州麦迪逊

目 次

第一章 倾听生命 1

我们就像植物一样，充满各式各样的向性，把我们导往特定的经验，避开某些阅历。如果我们可以学着解读自己对周遭经验的反应——这是所有人在世界上每过一天就会不知不觉地写下的文本——那么便能从中找到活出更真切的生活所需的引导。

第二章 如今我成了自己 15

从一开始，生命就留下跟自我和个人志向有关的种种线索，只是这些线索不见得容易解读。不过若是努力了解这些线索，你就会发现这么

做相当值得——尤其在我们二十、三十，甚或四十郎当，彷徨在人生路口，深深感觉迷失，偏离我们原生天赋很远很远的时候。活出自己的方法人人不同，然而只要老实地走过，每一段旅程都是一个机会，带领我们走向个人深度喜悦与世界深度需求相结合之处。

第三章 当道路封锁 57

要活得彻底、活得起劲，我们必得学习拥抱相反的事物，在限制和潜能的微妙紧张关系中活得具有创造力。不要扭曲天性，尊重我们的极限，信任我们的天赋能力，运用这些天赋能力，完成上苍赋予我们的所有可能。我们将欣然接受道路封锁带来的拒绝，积极找出它要告诉我们什么，同时拥抱道路开敞带给我们的肯定，积极实践生命以为答复。

第四章 一路而下 85

生命需要拣选吗？人要活在世上不是不言自明的道理吗？我不晓得，

原来选择死亡可以得到一种堕落的安全感，自挑战天赋或运用潜能中豁免，也无须再与他人维持真诚的关系。

第五章 由内引导 113

我们经常排斥“领导”这个概念，它似乎不够谦虚，甚至自以为是，吹捧自己是领袖。然而不容否认，我们生来就是群体的动物，领导是所有人的使命，坚称不是如此，可能是在推诿卸责。我们身在社区团体之中，这是一个紧密交错的生态系统，在这个环境中每个人都有跟随，也有领导的时候。

第六章 总有这一季 141

季节可以恰当比喻生命的运行，生命既非竞技场亦非赛局，生命比这两者丰富多了，更有希望，更真实。说我们的生命像季节无止尽地循环，并没有否定奋斗或喜悦的意思，也不是因此就没有输赢或明暗，可
是这个说法鼓励我们全盘接受，并且在所有要素中找到成长的机会。

倾听生命

我犯过哪些错？
是否我的所作所为就是我的生命？

轻轻缓缓走进我的眼睛，有人

想要拉我一起或者把我下水，而我

最浓最猛的爱尚然，连我的欲望

有什么分别。

我将倾听你所言

你、我，转身

正观静默

底下河

眼前的

水成了

当河面冰封，问我

我犯过哪些错。问我，

是否我的所作所为就是我的人生？有人

轻轻缓缓走进我的思绪，有人

想要拉我一把或者推我下水：问我

最浓最强的爱与恨，造成的结果

有什么分别。

我将倾听你所言。

你、我，转身回头

注视静默的河水，等待。我者皆知

底下河水在流动，隐而未现；而

眼前的宁谧，却

承载了长长远远的来来去去。

河水传递的讯息，就是我要说的。

——斯塔福德（William Stafford）《问我》（Ask Me）

“问我，是否我的所作所为就是我的人生？”对某些人而言，这句话是荒唐之言，不过是诗人不按牌理出牌的逻辑和用词。一路走来、林林总总，当然就是我的人生！不然还有哪个人生？是要叫我拿来跟什么比较？

然而对其他人来说，诗人的话也可能是铿锵确凿、一针见血、骚动人心的；我，就是其中一个。这些话让我想起过往的某些时刻——如果当初的我眼清目明，思虑清晰，当可察知我所过的生活，跟我想体现的生活并不相同。在那些个时刻，我偶或瞥见自己真实的生活，那个暗藏于冰封河面之下的生活。秉着诗人的精神，我不禁要问：究竟我生来此世要成就什么？究竟我是谁？该是一个什么样的人？

我真正觉醒，并开始仔细思考个人志向的问题，是在三十出头的时候。当时的我表面看来如鱼得水，没有任何差池，只是，我的灵魂并不太把表象的顺利当一回事。累积财富、掌握权力、争强斗胜、保住饭碗，生活除此之外，还有什么更有意义的目标吗？在追寻的途中我开始了解，的确，要过一个不是自己的生活，真的是可能的。我心怀恐惧，唯恐我正过着不是我的生活，仿佛意识到体内另外暗藏一个比较深入、真实的生活。可是又不甚确定那究竟是什么，没有把握另外一个生活是否真的存在，能否信得过，有没有可能达到——深夜之中我会突然惊醒，盯着天花板发上好几个钟头的呆。

后来我碰巧读到一句古老格言——“让生命发声”（Let Your Life Speak）。这句话对我颇具鼓舞作用，而我自以为了解其中意涵：“让最高尚的真理和价值引领你。一言一行均以最严厉的标准为依归，自我要求。”当时我有几位英雄标杆，他们的作