

黄云生

自得其乐，日有所得。
寂寞，拥你而舞，值得，值得。

人生如月，盈亏轮转。不论生活是多么辉煌灿烂，春光旖旎，都有感到寂寞的时候。那种寂寞来无方，去无时，似乎是从空气中散发出来，如丝如缕在你的心灵深处缠绕着，深入骨髓，欲罢不能。

可以享受的寂寞





可以享受 的寂寞

黄云生◎著

图书在版编目 (CIP) 数据

可以享受的寂寞/黄云生著. —北京:朝华出版社, 2011.12
ISBN 978-7-5054-2988-8

I. ①可… II. ①黄… III. ①情感—通俗读物
IV. ①B842.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 258763号

可以享受的寂寞

作 者 黄云生

选题策划 杨 彬

责任编辑 崔晶晶

责任印刷 张文东

封面设计 天之赋设计室

出版发行 朝华出版社

社 址 北京市西城区百万庄大街 24 号 邮政编码 100037

订购电话 (010)68413840 68996050

传 真 (010)88415258(发行部)

联系版权 j-yn@163.com

网 址 www.blossompress.com.cn

印 刷 三河市祥达印装厂

经 销 全国新华书店

开 本 710mm×1000mm 1/16 字 数 200 千字

印 张 14

版 次 2012年2月第1版 2012年2月第1次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-2988-8

定 价 26.00元

| 前言 |
在寂寞中等待



千万年以前，人类在这个他们那时还很不熟悉的星球上开始缓慢但不可阻挡的拓荒过程时，他们当中想象力最丰富的人都肯定不会想到，千万年以后的人类和人类赖以生存的环境将会发生怎样的变化。那个时候，他们脚下还没有路，可是正因为没有路，所以他们无论向哪个方向迈开脚步，都是一种创新。直到现在，这个世界可供每个人选择的道路仍然都是新的：没有任何两个人走的路完全相同。人类的拓荒和创新之途依然看不到尽头。虽然我们比千万年甚至几千年前的祖先在某些方面少了许多迷惘，但是总体而言，我们的迷惘并不比他们少。这是因为当我们不断消灭他们提出来的问题时，我们也生产出了更多的问题。我们就在不断解决旧问题和提出新问题的过程中消耗我们一去不返的光阴，并据此树立生命的意义。

有很多问题永远令我们好奇。例如当一代人的经历随着他们的生命埋进大地，我们不知道下一代人如何获取他们曾有的





经验和教训。人类的进化是一个奇异的现象，父亲不愿意儿子再走一遍自己走过的路，他通过一种连他自己也理解不了的方式，把自己的经验转化为儿子的天性。这种转化不可能是完全的，但是足以保证儿子在走同一条路时，会有更强的力量、更快的速度和更高的智慧。

翻开人类进化的历史，可以发现在不同的阶段会有不同的关键词。聪明的历史学家总是企图在令人眼花缭乱的史实中找到一条线索，让历史变得简化并井井有条。在结绳记事和口耳相传的年代，我们能力有限的祖先还必须为填饱肚子而疲于奔命。生活的压力逼迫他们想方设法提高自己的力量和速度，以在竞争残酷的自然界中安身立命。可是他们没有料到，力量和速度在解决生存问题方面作用极其有限。他们很快陷入一个绝境，必须另辟蹊径。当力量与速度无法再给他们的生活提供更多的机会时，日益聪明的大脑却给他们开拓了一个新的发展空间。从此他们与大自然，与那些茹毛饮血靠天性生存的动物有了质的区别。人类离开了竞争残酷的原始森林，来到田野开始了崭新的农耕和畜牧生活，从此，他们开始了一条智力发展之途。他们的经历一再验证一个颠扑不破的法则：自由的程度跟创新的程度成正比。

我们逐渐发现，智力发展是一项跟体力发展截然不同的任务。几千年前开始的这项任务，直到现在我们依然看不到终点。人类结构奇异的大脑制造出一批一批的知识，把整个世界变成一望无际的信息海洋。置身于这个知识爆炸和信息裂变的时代，我们必须依靠一个个代码才能找到方向。人类的理性和智力像一把剑，在日益复杂丰富的生活之火中淬炼得日益锃亮锋利。

理性之剑使人类在征服自然的工作中如虎添翼的同时，也给人类带来了不可避免的难题。爬过一座山会发现一座更高的山，治愈一种疾病会发现一种更糟的疾病，消灭一个敌人会发现一个更强大的敌人。人类前面的

道路在变得越来越宽广的同时，也变得越来越艰难。这逼得我们不得不细心检查这个世界的各个环节。这项检查是如此的困难，因为它包含着人类对自己的越来越直露、越来越深刻的反省。检查结束之后我们得出一个无可奈何但不可颠覆的结论：人类社会的全部问题都可以归结于人性，令人类在解决问题和制造问题之间无限循环无法抽身的关键，在于人性具有先天性缺陷。

不可否认，存在固有缺陷的不仅仅是人性，也包括承载着我们生活的这个世界。但是在人类理性高度发达的现代社会，世界的缺陷对我们前进的制约已退居幕后，拦在我们面前的最大的石头已不再是这个世界，而是人类本身。

人性的问题必须依靠人性自身才能有效解决。可是一个令我们不得不承认的事实是，我们对人性的了解远远满足不了目前解决社会问题的需要。关于人性我们仅掌握一鳞半爪的知识，这对我们本就脆弱的自信无疑是一种雪上加霜的打击。在人性领域的诸多概念中，就我们既有的认知而言最神秘的莫过于情感；在情感的诸多类别中，最普遍最神秘的莫过于寂寞。

如果你没有打开过人性的大门去观察门里的复杂结构，如果你没有从盘根错节的社会问题中抽绎出情感的内核，你就不会相信寂寞这一情感在社会关系中扮演着怎样一种普遍角色，发挥着怎样一种关键作用。不堪寂寞，给我们提供了创新的动力，但是也给我们带来了无穷的欲望；忍耐寂寞，给我们提供了成功的机会，但是也给我们带来了幸福的迷失。正是因为这该死的寂寞，让我们的精神生活一方面日益充实的同时，另一方面日益空虚。

不甘寂寞是人的天性，人类的几乎所有言行都可以在这一点上得到解释，因此人类社会的几乎全部问题都可以在这一点上找到答案。





当互联网把寂寞哥的照片像病毒般传递蔓延时，一场关于寂寞的造句大赛也拉开了帷幕。一位心理学家曾经说，再无聊的语言重复十遍就会变成幽默。这场对寂寞本身的揶揄虽然还远不是本应该有的对病源的自省，但似乎在一定程度上为这种自省提供了一个预言。

可是平心而论，我们目前的人性发展——包括理性，也包括情感——离深度自省的还差之千里。这使得以此为必要基础的解决方案更是难以企及。现代社会与其说是一个人文社会，还不如说是一个技术社会。人类的情感还没有发达到把自己抬到至高无上的程度。它既不具备这样的能力，甚至也不具备这样的意识。

所以，我们都得在寂寞中等待，等待一个节日的到来。



Chapter 1

寂寞是一株还没开花的草

1. 寂寞是一株还没开花的草 002
2. 那些在夜里开放的花朵 006
3. 孤独是寂寞的孪生兄弟 010
4. 珠穆朗玛峰的寂寞 014
5. 寂寞有九种 018
6. 每一份寂寞都是我们的财富 022
7. 寂寞是一块和氏璧 026
8. 经常给寂寞草浇水 030





Chapter 2

每一份成功背后都有一个寂寞的故事

1. 寂寞是成功者的主动选择 036
2. 寂寞使人成长 040
3. 我寂寞，故我在 043
4. 每一份成功背后都有一个寂寞的故事 047
5. 走自己的路，做一只特立独行的猪 051
6. 把寂寞变成自己的燃料 055
7. 如果你寂寞了，
说明你正走在成功的路上 059
8. 那些使你寂寞的人都是你事业上的贵人 063
9. 成功是寂寞的回报 067

Chapter 3

寂寞着，美丽着

1. 今夜的寂寞让我如此美丽 072
2. 学会被自己感动 077
3. 如果寂寞是药，就给它加点糖 081
4. 寻美的过程要忍受寂寞 086
5. 美丽的东西往往是寂寞的 090
6. 与自然交谈 094
7. 女人的寂寞 098

Chapter 4

把寂寞当成调料

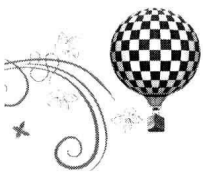
1. 寂寞草之苦与寂寞花之香 104
2. 寂寞是你的宝贵财富 108
3. 你寂寞，说明你成熟 111
4. 理想主义者的寂寞 115
5. 在热闹与寂寞中寻找结合点 118
6. 寂寞是一块醒酒石 122
7. 在寂寞中挣扎出希望 125

Chapter 5

每个人都应该有一个树洞

1. 我们都是宇宙的孤儿 130
2. 在寂寞中变得聪明 134
3. 把寂寞晒出来 138
4. 寂寞是一种低调 142
5. 每个人都要有一个树洞 145
6. 学会数绵羊 149





Chapter 6

寂寞是用来欣赏的

- | | |
|---------------|-----|
| 1. 欣赏别人的寂寞 | 154 |
| 2. 欣赏寂寞需要智慧 | 158 |
| 3. 打开心帘才能欣赏寂寞 | 162 |
| 4. 欣赏自己的寂寞 | 166 |
| 5. 对寂寞微笑 | 169 |
| 6. 欣赏寂寞才能欣赏世界 | 173 |
| 7. 寂寞之旅就是收获之旅 | 176 |

Chapter 7

寂寞跟幸福只隔一层纸

- | | |
|---------------|-----|
| 1. 寂寞是可以享受的 | 182 |
| 2. 享受寂寞的五个技巧 | 186 |
| 3. 在寂寞中找到自由 | 189 |
| 4. 对寂寞感恩 | 193 |
| 5. 净化心灵的天空 | 197 |
| 6. 幸福与寂寞 | 200 |
| 7. 把寂寞变成幸福 | 204 |
| 8. 寂寞跟幸福只隔一层纸 | 207 |



Chapter 1

寂寞是一株还没开花的草

寂寞是什么？这个问题永远没有完美的答案，因为情感是最复杂神秘的人性，而寂寞是最复杂神秘的情感。然而，这并不等于寂寞是不可认识的。让我们揭开寂寞身上神秘的面纱，去认识它，理解它，跟它交个好朋友吧。



1. 寂寞是一株还没开花的草

它朴实无华，静静地立在那里，就像是自古以来就一直立在那里一样。它跟你若即若离，又不离不弃。它什么都像，你会觉得它像药像酒又像茶，甚至像云像雾又像风。但它什么都不是，它就是它自己：让人爱恨交加的寂寞草。

有人说，寂寞是一碗苦涩的药。它可以给我们的病痛人生疗伤，让我们从人生伤害中得以缓解痛苦，恢复生气。但是它太苦涩了，同时会给我们的生活留下另一种痛苦。那些思念远戍丈夫的妻子是寂寞的，她们只能望着天空数着闪闪的星星；那些失去丈夫的寡妇是寂寞的，她们只能看着油灯回忆着已逝的快乐。人们靠寂寞打发无聊的时光，可是，这时光的无聊也正是由寂寞产生的啊。

有人说，寂寞是一杯浇愁的酒。生命中会出现各种各样烦心的事，会有各种各样的困难与挫折，甚至还有各种各样的伤痛。有时我们需要亲友的支持和安慰，有时我们需要独处静心。我们会发现，寂寞就像影子，跟我们若即若离。我们驱赶它，拒绝它，但是它挥之不去。我们有时又向它求助，在它的帮助下度过无聊难熬的时光，暂时忘却那难以忍受的痛苦。

可是，一转身，我们发现，通过品味寂寞来排遣忧愁，反而让我们更显忧愁。抽刀断水水更流，举杯浇愁愁更愁，生活就是这样让人无所适从，啼笑皆非。

有人说，寂寞是一片无边无望的夜。人生就是一条长长的路，这条路上有着一个个白昼，一个个艳阳天，但也有一个个黑夜，一个个阴雨天。陷入寂寞里的人，就像陷入无边黑夜的人，看不到天明的希望。才华横溢的一代词人李清照，她青年时的生活还有过幸福与快乐，但进入人生的后半程，她的生活充满着不幸和坎坷，寂寞对她而言就像一个连一个的黑夜，没有尽头。她一直活在寂寞中，难以解脱。声名鹊起的一代作家古龙，他越在觥筹交错的热闹中越能感受到寂寞之情，有时他甚至会寂寞得发疯。他笔下写得最多最精彩的也是一个个寂寞的人物：刻木为人借酒浇愁的李寻欢、提着一口箱子在夕阳下默默走进长安古城的萧泪血、风采绝代高贵孤独的花无缺……正是因为古龙对寂寞的切身体会和深刻了解，他笔下人物的寂寞才会如此撼人心魄。

有人说，寂寞是那个逃不脱的囚笼，是那个不可测的深沼，一旦陷进去就万劫不复；有人说，寂寞是那个摆不脱的梦魇，是那个赶不走的阴影，你走到哪里它就跟到哪里；有人说，寂寞是那条咬你不死的毒蛇，是那只毒你不死的蜘蛛，让你生不如死又求死不能。

也有人说，寂寞是一杯带着苦味但是回味悠长的茶，是一场连绵不断让人抑郁但是也让人清醒的雨。寂寞给你的第一感觉是不舒服的，但是这种不舒服却并不强烈。如果有人为此感到疯狂，那也不是因为寂寞，而是因为别的原因。同时，寂寞却让人有一个机会内视自己，外观万象，对这个世界进行冷静的审视，对自己进行自省。当我们年老时，可以坐在星空下院子里的藤椅中，一遍遍回溯岁月，找回那些遗失的东西，使得历史在一种殚精竭虑的搜寻下，一点一滴地复原。我们是寂寞的，但是我们也是





充实的，因为我们觉得自己就象一个考古学家，在泥土中一遍遍翻视，寻找一些碎片，费尽心思拼凑起来，使文物日趋完整。院子外就是热闹，可是这种热闹我们已经经历了，已经不需要了。

那么寂寞究竟是什么？

我一直在寻找寂寞的本质和核心，我不停地想，这个捉摸不定的家伙，凭什么让人们心烦意乱又弃之不能呢？我想到了一个故事：

一位对人世绝望的青年跑到一座深山里自杀，被附近古庙里的一位老和尚劝阻。老和尚说：“我不想阻拦你，只是我想你在死之前帮我做一件事。”老和尚把他带到古庙里，送给他一个花盆，告诉他：“这里面是一颗花的种子，你帮我浇灌它，等它开了花，你就可以死了。”青年于是在庙里住下来，他每天做的事情就是给花盆浇水，等待花开。过了三个月，种子终于发芽，长成一株嫩绿的小草。这让青年感到欣慰，于是他继续浇灌，认真呵护，并怀着憧憬等待着花的开放。但是过了一年，这株草一直那样，没有开出花朵。青年怅然若失，他开始怀疑这株草能不能长出花来。他几度放弃浇灌，甚至几度将那株草铲除，但是那盆土里总是会再次长出草来。老和尚对此置若罔闻。青年每次在放弃浇花之后，有时会尝试再次自杀，但是，他发现自己已不太想死了。因为，当他以一个死人的心态来观照这个世界时，他发现世上已没有什么事情可以让他痛不欲生。再说，他总觉得自己还有什么事情要做。后来他想明白了，令他放不下心的，是那盆还没有开花的草。于是，他总要回去继续浇花。老和尚有时问：“你会不会再次放弃？”青年想了想，答：“会的。”老和尚问：“你还要浇吗？”青年毫不迟疑地答：“要。”这样过了很多年，青年变成了老年。那盆草死了生，生了死，但是一直没有开花。青年也不知放弃了多少次，但每次放弃后总是会回来继续照料它。老和尚要死了，临死

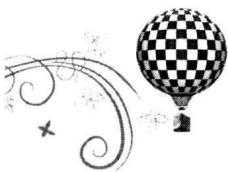
前，青年问老和尚这盆草叫什么名字。老和尚说：“这就是传说中的寂寞草。”

其实，在我们每个人的心田里，都有一株寂寞草。它与世隔绝，独自生长在我们心中。我们在尘世中忙忙碌碌，为了欲望和理想奋力拼搏，被一个又一个目标推着向前走，我们还是会不时停下来，看看这株心田之草。我们既为它长在自己心里而忧愁焦虑，又会为它的纤弱而怜惜，为它的隔世而惆怅，为它的未来而担忧。我们对它又恨又爱，想铲除它，可是它除之不尽；想忽略它，可是它又让我们弃之不能。

在人的一生中，寂寞是令人爱恨交加的东西。生活是相当乏味的，日子被单调的步伐充斥着，这种单调的步伐就像一根鞭子，将人抽得像一个陀螺一样不停地转，让你没有工夫思考。但人偏偏是一种思想复杂的生物，总免不了胡思乱想，想过去，想未来，想理想和现实，想各种近在身边的新鲜事物，以及各种不在身边的熟悉事物。这种普遍性的思考便营造了一种感伤情怀和寂寞情绪。我们如此敏感挑剔，对尘世的忧虑与对自身的忧虑交织在一起，使我们内心各蓄一份特有的苦闷、忧郁和深沉。有人说，寂寞与死亡一样，都是人生大敌，人的一生都在与之抗衡，甚至人的一切社会活动都可以在这个基础上得到解释。

这，就是我们心中的寂寞。也许寂寞就是深山古庙里那株还没有开花的草。它像杂草一样长在我们心里，除之不尽。但是又可以让我们时不时地审视自己的心田，同时它有时也成为我们心田的养料，让我们的心日益成熟。没有人知道它会不会开花，但是这种开花的可能却可以带给你希望，以帮助人度过绝望的漫漫长夜。





2. 那些在夜里开放的花朵

传说，那些在夜里悄悄开放的花朵，都有一个美丽的名字。

有一天，一位朋友问我：“你知道什么叫‘花钟’吗？‘鲜花’的花，‘钟表’的钟。”

“花钟？”我想一想，说，“用鲜花摆成的钟表的样子吧，有些公园里就有。”

朋友笑笑，说：“我问的不是这种花钟，而是花的生物钟。有些花，它开放的时辰比较固定，这个时辰就是这种花的花钟。”

我第一次听到这种说法，兴致盎然地问：“每种花都有花钟吗？”

“不是。花钟，有点像人的个性或者爱好，但是比个性还个性，比爱好更爱好。打个更准确的比方，花钟就是花的癖好，是花之痴。因为个性和爱好在人群中还是比较普遍的。要发展到癖好或痴爱的程度，才叫花钟。”

我不禁好奇，都是哪些花有花钟呢？后来，我才知道，关于花钟还有一个美丽的故事。“花钟”是瑞典的一位名叫林奈的植物学家发现的。他在植物研究中观察到有些花会定时开放与闭合，比如凌晨两点开放的蛇床