

平稳的人生，一定闷。我受不了闷，我决定活得有趣。

我决定
活得有趣。



蔡
澜

著

一
生
人
，
要
爱
最
可
爱
的
，
最
好
看
的
，
最
好
吃
的
，
有
趣
地
活
着
。

Make it funny

北京时代华文书局

我
决
定
活
得
有
趣
。

蔡
澜

Make it funny

著

图书在版编目 (CIP) 数据

我决定活得有趣 / 蔡澜著. — 北京 : 北京时代华文书局, 2017. 4
ISBN 978-7-5699-1443-6

I. ①我… II. ①蔡… III. ①随笔—作品集—中国—当代 IV. ① I267.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 041167 号

我决定活得有趣

wo jueding huode youqu

著 者 | 蔡 澜

出 版 人 | 王训海

选题策划 | 陈丽杰

责任编辑 | 陈丽杰 李凤琴

封面设计 | 熊琮 | 云中 YUNyard Workshop

版式设计 | 段文辉

责任印制 | 刘 银 范玉洁 警 敬

出版发行 | 北京时代华文书局 <http://www.bjsdsj.com.cn>

北京市东城区安定门外大街 136 号皇城国际大厦 A 座 8 楼

邮编: 100011 电话: 010-64267955 64267677

印 刷 | 北京京都六环印刷厂 电话: 010-89591957

(如发现印装质量问题, 请与印刷厂联系调换)

开 本 | 787mm×1092mm 1/16 印 张 | 15 字 数 | 162 千字

版 次 | 2017 年 6 月第 1 版 印 次 | 2017 年 6 月第 1 次印刷

书 号 | ISBN 978-7-5699-1443-6

定 价 | 45.00 元

版权所有, 侵权必究

蔡澜语录

- 1.活着，大吃大喝也是对生命的一种尊重
- 2.天才，一定要有，但是运气，还是成功最重要的。
- 3.基本训练，总是刻板，所有基础，没有一样是有趣的。等到你成熟时，就会起变化。
- 4.每一种东西都是学问。精了，就是专家，写谈论古今枕头的文章，也是乐事。
- 5.一刹那的光辉，总比一辈子平庸好。勇敢面对吧。死也要死得有尊严；死，也要死得美丽。
- 6.我早已退休，从很年轻开始已经学会退休。我一直觉得时间不够用，只能在某一段时期，做某件事，什么时候开始，什么时候终结，随缘吧。
- 7.总得活下去，怨也活下去，不怨也活下去，不如不怨的好。怨多了，人快老。
- 8.我想，能出人头地的，都要在年轻时有苦行僧的经历，所得到的，才能珍惜，对于人生，才更能享受。
- 9.到现在，我才知道原来我以为最喜爱的事，却是我最不喜欢的。我一生做错了一件花了四十年才知道是错的事，现在开始做我真正喜欢的。
- 10.把生活的质素提高，今天活得比昨天高兴、快乐，明天又要比今天高兴、快乐，就此而已，这就是人生的意义，活下去的真谛。

序·蔡澜是一个真正潇洒的人

文 | 金庸

除了我妻子林乐怡之外，蔡澜兄是我一生中结伴同游、行过最长旅途的人。他和我一起去过日本许多次，每一次都去不同的地方，去不同的旅舍食肆；我们结伴同游欧洲、藩市，再到拉斯维加斯，然后又去日本。最近又一起去了杭州。我们共同经历了漫长的旅途，因为我们互相享受作伴的乐趣，一起去享受旅途中所遭遇的喜乐或不快。

蔡澜是一个真正潇洒的人。率真潇洒而能以轻松活泼的心态对待人生，尤其是对人生中的失落或不愉快遭遇处之泰然，若无其事，不但外表如此，而且是真正的不萦于怀，一笑置之。“置之”不太容易，要加上“一笑”，那是更加不容易了。他不抱怨食物不可口，不抱怨汽车太颠簸，不抱怨女导游太不美貌。他教我怎样喝最低劣辛辣的意大利土酒，怎样在新加坡大排档中吸牛骨髓，我会皱起眉头，他始终开怀大笑，所以他肯定比我潇洒得多。

我小时候读《世说新语》，对于其中所记魏晋名流的潇洒言行不由得暗暗佩服，后来才感到他们矫揉造作。几年前用功细读魏晋正史，方知何曾、王衍、王戎、潘岳等等这大批风流名士、乌衣子弟，其实猥琐龌蹉得很，政治生涯和实际生活之卑鄙下流，与他们的漂亮谈吐适成对照。我现

在年纪大了，世事经历多了，各种各样的人物也见得多了，真的潇洒，还是硬扮漂亮一见即知。我喜欢和蔡澜交友交往，不仅仅是由于他学识渊博、多才多艺，对我友谊深厚，更由于他一贯的潇洒自若。好像令狐冲、段誉、郭靖、乔峰，四哥都是好人，然而我更喜欢和令狐冲大哥、段公子做朋友。

蔡澜见识广博，懂得很多，人情通达而善于为人着想，琴棋书画、酒色财气、吃喝嫖赌、文学电影，什么都懂。他不弹古琴、不下围棋、不作画、不嫖、不赌，但人生中各种玩意儿都懂其门道，于电影、诗词、书法、金石、饮食之道，更可说是第一流的通达。他女友不少，但皆接之以礼，不逾友道。男友更多，三教九流，不拘一格。他说黄色笑话更是绝顶卓越，听来只觉其十分可笑而毫不猥亵，那也是很高明的艺术了。

过去，和他一起相对喝威士忌、抽香烟谈天，是生活中一大乐趣。自从我去年心脏病发之后，香烟不能抽了，烈酒不能饮了，然而每逢宴席，仍喜欢坐在他旁边，一来习惯了；二来可以互相悄声说些席上旁人中不中听的话，共引以为乐；三则可以闻到一些他所吸的香烟余气，稍过烟瘾。

蔡澜交友虽广，不识他的人毕竟还是很多，如果读了我这篇短文心生仰慕，想享受一下听他谈话之乐，又未必有机会坐在他身旁饮酒，那么读几本他写的随笔，所得也相差无几。

CONTENTS | 目录

001 | 序 · 蔡澜是一个真正潇洒的人

我决定活得有趣

002 | 活得有趣，才能活得精彩

007 | 我活着，我活过

009 | 有时不妨问问自己

019 | 人生的乐趣，从一点点小的罪恶开始

023 | 适当的放纵，会令人年轻很多

026 | 请不要压抑人的天性

028 | 无聊，是年轻人的绝症

031 | 可爱的宠物，让人开心每一天

035 | 养猫会让时间过得有趣

037 | 逛菜市场是最享受的时候

039 | 练习，喜欢自己的生活

041 | 活着，就要做有意义的事

043 | 我们这辈人最幸福的事

045 | 折磨，折磨，好过瘾

047 | 好朋友，始终要分开的

049 | 年轻时做过的疯狂的事

051 | 等到你成熟时，就会起变化

053 | 专注与热爱，方能在不同行业创造奇迹

055 | 一世到底有多长



057 | 努力向前，必有收获

059 | 过我想过的日子

061 | 乐观的人，运气好



兴之所致地活，才算精彩

064 | 美人在每一阶段都好看

068 | 和女孩搭讪的技巧

070 | 这世界哪有什么剩女

072 | 男人，当有男人味

075 | 男人和女人

077 | 拍戏让我洞悉人生

080 | 做制片人，是怎样的体验

087 | 当成玩的，什么事都可以做

089 | 品味好的人，都在穿西服

092 | 穿衣服还是要自己喜欢

095 | 以一条领带，看男人的品味

100 | 看这些领袖人物的衣着玄机

102 | 最好的恤衫，是干净和挺直的

106 | 穿衣服，要穿得快活逍遥

109 | 底裤也越来越大胆了



吃喝玩乐，才最有学术性

112 | 大吃大喝也是对生命尊重

- 114 | 吃，也是一种学问
117 | 这个虚伪的世界
119 | 香烟的优雅和高贵
121 | 男人抽起雪茄，是天下最好看的
124 | 每个喜饮者都有一个梦
126 | 喝酒，也是人生乐事
128 | 好酒，收获的不仅是愉悦
130 | 啤酒与优雅无缘
132 | 真正酒徒，容许一生放纵几次
139 | 酒中豪杰，才是好人
141 | 普洱茶的真性情
145 | 真正的“茶虫”是“茶宠”
147 | 茶在心间，才是人间清欢
151 | 日子再忙，也要吃茶去
153 | 玩泥沙的日子哪去了
155 | 有一技之长多好

江湖老友，多是传奇

- 158 | 金庸的稀奇古怪
160 | 他在每个时代，都玩得尽心尽力
167 | 至情至性黄霑
171 | 丁先生的放浪形骸，令人咋舌
175 | 永远的陈小姐
177 | 真正的老友，是一生的感动
179 | 我们是同学
181 | 古龙、三毛和倪匡
185 | 雷大师在异国他乡遇到知音



- 187 | 从未谋面的亲人
189 | 活得多姿多彩，才不枉此生
192 | 苏美璐
194 | 老人与猫
198 | 一辈子的人生看更人
202 | 奸人也是可爱到了极点
206 | 师兄禰绍灿
209 | 记忆中那双美丽的手
211 | 我的家人

213 | 跋·以“真”为生命真谛，只求心中真喜欢



附录

- 222 | 人生真好玩儿
225 | 我的方向就是把快乐带给大家
227 | 你不给我别的机会，那就从中找到别的乐趣

我决定活得有趣



平稳的人生，
一定闷。
我受不了闷，
我决定活得有趣。

活得有趣，才能活得精彩

《香港剩女飙升，三个女人一个独身》。

报纸上的大标题。

这我一点兴趣也没有，不嫁嘛，又不会死人。

会死人的，是接着报告的香港人口持续老化。六十五岁以上港人，将由二〇〇九年约十三个巴仙（巴仙：香港人习惯用语，意为百分比），增至二〇三九年的二十八个巴仙。四分之一以上的人口是老人。

死亡人数按比例，会增加到每年八万零七百个。

那么多人离去，不关你事吗？那是迟早的问题，我们总得走。但是怎么一个走法？没有人敢去提起。中国人，对死的禁忌，是根深蒂固的。

避得些什么呢？反正要来，总得准备一下吧，尤其是我们这群被青年人认为是七老八十的，虽然，我们的心境还是比他们年轻。

勇敢面对吧。死，也要死得有尊严；死，也要死得美丽。

轮到你决定吗？有人问。

的确如此，但是，凡事都有计划，现在开始讨论，也是乐事。

首先，对死下一个定义：“死不是人生的终结，是生涯的一个完成。”

我们在落幕前要怎么向大家鞠个躬退去呢？最好是照着自己的意思去做，需要一点知识和准备。

最有勇气的死，就是视死如归，说到这个“归”字，当然是回到家里去死才安乐。

但事不如意，根据一项调查，最后因病，死在医院里的人还是占大多数。

为什么要在医院？当然想延长生命呀。但是已经到了尾声，决定自己什么时候走，不是更好吗？家人一定反对，反对个鸟。不爆粗口都不行，我的命不是你的命，你们有什么权利来反对？

友人牟敦沛说过：“我一生做的最后悔的一件事，就是反对医生替我爸爸终结生命。”

这句话，家人一定要深深反省。

尤其是对患了末期癌症的人，受那不堪的痛苦折磨，家人还不许医生打麻醉针，说什么会中毒，反正要死了，还怕什么中不中毒？

如果你问十个人，相信九个人是不愿意在医院死去的，但是，他们还是留在了医院，他们也顾虑到家人的感受，不想给大家增加麻烦，但这绝对不是他们自己所要的。

我劝这种人不必想太多，要在家里终老就在家里终老，反正这个家是你的家，你想怎么样做，也没人可以反对，而且可以省掉他们整天跑到医院来看你。

虽然说医院有种种设施，但那是救命用的，你不想被救，最新最贵的仪器又有什么用？

在家静养，请个护士，所花的钱也不会比住医院的病房贵呀。找个相熟的医生，请他替你开止痛药、医疗麻醉品等，教教家人怎么定时服食和打针，也不是什么难事。

但是，孤单老人又怎么办？有一条件，就是得花钱。反正是带不走

的，这个时候不花，等什么时候花？护士还是要请的，这笔钱，要在能赚时存下来，所以说死也得准备，千万不能等。

香港人多数有点储蓄，买些保险留给后人，大家想起老人早走，也可以省下一点，也就让你花吧。

在痛苦时，最好能以吗啡镇静。从前，吗啡被认为怪兽，说什么服了会精神错乱，愈吃愈无助，最后变成不可控制的凶手。

但这都是早期医生的临床实验不够，恐怕有副作用，没有必要时不打针。当今世事已证明，药下得恰当，根本就比较吸毒者自己乱服安全得多。

有些人讨厌打针或喝药，也有膏贴的吗啡剂可用，总之不会是愈用愈没劲，不必担心。

我最喜欢的一部电影，叫《老豆坚过美利坚》，名字译得极坏，其实是一部怎么面对死亡的片子，得过最佳外国影片金像奖，讲的是一个老头子得了癌症，离开他多年的儿子来看他，一看父亲被一群老朋友围着谈笑风生，又拼命吃护士的豆腐。

儿子问老子能做些什么，老子说最好替我找些毒品来服服，儿子被吓呆了，后来才发现父亲的乐天个性，并了解人生最终的路途，完成了父亲的愿望。

这些被一般人认为最野蛮的思想，是最先进开明的，片子的原名叫《野蛮人的侵略》，其实就是这群快乐的人。

最坏的打算，已安排好。万一侥幸能够活到油尽灯枯，那就最为幸福，我母亲就是那样走的。也许，可以像弘一法师一样，回到寺庙，逐渐断食，走前写了“悲欣交集”四字后，一笑归西。



住哪裡吃哪裡

正營

葬礼可以免了，让人一起悲哀，何必呢？死人脸更别化妆给人看，那些钱，死前花吧。开一个大派对，请大家吃一顿好的，有什么好话当面听，才是过瘾，派对完毕，就跟着谢幕好了。

骨灰撒在维多利亚海港，每晚看到灿烂的夜景，更是妙不可言，你说
是吗？



我活着，我活过

艺人走了，大家惋惜：“那么年轻，活多几年才对呀！”

活多几年？活来干什么？等人老珠黄？待观众一个个抛弃？

只有娱乐圈中的人，才明白蜡烛要烧，点两头更明亮的道理。一刹那的光辉，总比一辈子平庸好。

人生浮沉，艺人是不能接受的，他们永远要站在高峰；要跌，只可跌死。

当事业低迷的时候，艺人恐慌，拼命挣扎。这时，好友离去，观众背叛，他们陷入精神错乱。这也是经常见到的事，因为他们不是一般的人，他们是艺人。

就算一帆风顺，艺人也要求所谓的突破，换一个新面孔出现。但大家爱的是旧时的你，喜欢新人的话，不如捧一个更年轻的。

更上一层楼，对艺人来说，极为危险，也只有走偏锋，才有蜕变。突破需要很强的文化背景，可惜一般艺人读书不多，听身边的猪朋狗友的话，一个个像苍蝇跌下。

曾经有人对艺人做一个结论：天才，一定要有，但是运气，还是成功最重要的。

艺人以为神一直保佑着他们。失败是一种考验？他们的宗教之中，是