○生命是一团欲望，欲望不满足便痛苦，满足便无聊。
○生命本是一条曲线，它贯穿着起始和结束的轨迹，始终释着人生的主题——生与死。
生命的本真不该是为了绝望而死亡，而是为了希望而生存。

# 生命的本真

## 60个考证人生的终极设想

谷伟伟 著

为什么活着？活着为什么？连为什么都不知道，我们却活着！
生容易，活容易，生活为什么却很难？
起点是生，终点是死，每个人都一样，为什么过程的长度和宽度不同？

金城出版社
GOLD WALL PRESS

需要全本请访问 www.ertongbook.com

# 目　录

〔001〕**终极设想一**

**假如生命只剩下一年，你将如何度过？**

〔005〕白血病患者的遗愿清单
〔007〕从此时此刻开始
〔012〕你也能从青蛙变成王子
〔017〕被侮辱与被遗忘的
〔021〕机遇下的蛋

〔027〕**终极设想二**

**假如有一天你乘坐飞机出行，飞行途中不幸发生事故，你乘着降落伞降在没有现代文明的雨林中，此时你会如何定义自己？**

〔030〕并不总是要粉墨登场
〔036〕一时的境遇并不能决定你是谁
〔041〕爱因斯坦的超脱
〔046〕为什么要有钱
〔051〕睡袍与鸟笼惹的祸

〔059〕**终极设想三**

**假如有一天天降奇兵，整个地球被一群外星人所统治，你会如何确定远近亲疏？**

〔062〕灰姑娘如何嫁入豪门
〔066〕嫁给他，还是嫁给他的财富和地位
〔073〕爱就是一种简单的守候
〔078〕垃圾股也有涨停的时候

〔083〕爱是行为的艺术

〔089〕**终极设想四**

**假如能够身份置换，你会不会比你所憎恨的人、不喜欢的人更能达到道德的标准？**

〔093〕吃到变质的瓜子后
〔097〕报复的机会成本
〔103〕能使人泪流满面的不一定是胡椒粉

〔107〕**终极设想五**

**假如一个月后，公司将确定裁员名单，在这一个月中，你将做些什么？**

〔110〕你做过什么
〔114〕公司更像是一家自助餐厅
〔118〕你是否典当了工作
〔123〕臆想的栏杆
〔128〕行动要趁早
〔133〕“坏的蝴蝶”与“好的蝴蝶”

〔139 〕**终极设想六**

**如果在你出生之时，上帝告诉你人生不过是一场游戏，而且由许多小游戏组合而成，你还会被成与败、得与失所蛊惑吗？**

〔140〕心态归零

〔145〕心态是发给上帝的订单

## 〔151〕终极设想七

面对这样一道选择题，你会选择A还是选择B？
A.人生只有快乐没有悲哀，只有得到没有失去，生命剔除了所有使你伤怀的事物。
B.人生百味杂陈，既有得到也有失去，快乐的情绪与悲哀的情绪杂相交融。

〔154〕何必痛苦
〔159〕关于失业这件事

## 〔165〕终极设想八

如果明天将是世界末日，如果你将不再拥有明天，你的心将会停留在哪里？

〔166〕活在当下
〔171〕幸福之路

## 〔175〕终极设想九

如果此时的你正身处一座迷宫之中，这座迷宫有多个出口，分别为快乐、自我价值的实现、人生的真谛，在从起点走到出口的过程中，你会遇到种种障碍，你能在第一时间分辨出这些障碍吗？

〔178〕金钱的边际效用递减规律
〔183〕有些人不属于你的生活

〔187〕身陷批评的泥潭
〔191〕总有人比你的运气更差
〔196〕容易愤世嫉俗的职场新人
〔201〕只缘身在此山中
〔206〕无人可依
〔221〕一个人是对的，他的世界就是对的

## 〔217〕终极设想十

**假如你的人生能逆时针行走，从80岁往回活，你会选择什么样的人生？**

〔220〕买椟还珠的人生
〔225〕辞与不辞
〔230〕梦想的阶梯

# 终极设想一

## 假如生命只剩下一年，你将如何度过？

每当一个新的生命降临人世时，死神都会产生这样的想法：我又多了一个子民。出生便是死亡的告示，富贵也好，贫穷也罢，有的人声名震天，曾站在荣誉的云端俯视着苍生；有的人却蛰伏在僻静的贫民窟里苟活一生，但至少有一点是公平的，那便是终有一天我们将弃掉灵魂、肉体，成为死神的子民。

或许有人会说，生命本来就是一场无意义的旅行，不论我们奋斗出多么显赫的功名，不论我们为人类的进步作出过多大的贡献，终将会灰飞烟灭，消失遁迹在混沌的时空里，就像从来没有活过一样。

有一粒种子，它入了土，发了牙，迎着阳光热情地绽放出娇艳的花朵，最后花瓣凋零，被风吹落在萧索的深秋里；有一粒种子，从未入过土，从未发过芽，从来没有开出过什么花朵；虽然两粒种子的起点和终点都一样，但至少前一粒种子体验了生命的整个过程，感受到了出落成一株花朵的荣光。尽管它最后被深埋在春泥里，但至少它的世界因为曾经成长

过而比后一粒种子丰盈得多。

生命的确是一场旅行，但是否有意义，不取决于上帝，而是取决于你如何进行这场旅行，将在哪些地方流连以及对这场旅行秉承着什么样的人生态度。

所谓的意义，并没有绝对的定义，有人认为在有生之年挣足一千万就可以死而无憾，有人认为扬名世界便是最满足的人生，有人认为可以抱得美人归便别无所求，也有人为真理自由而战，哪怕终生贫穷或困厄于险境之中，如甘地、曼德拉等，也有人倾尽一生照顾贫穷孤苦的人，因为印度穷人没有鞋子穿，她便几十年赤脚走路，直到她光着脚走进了天堂，如特蕾莎修女。

有一千个人，便有一千种有意义的人生。进行一场有意义的人生旅行，并不是修身养性把自己打造成无欲无求的圣人，因为每个人快乐的源泉并不相同。简言之，有意义的人生，便是你在自由地从事着自己真正喜欢的事情，在忙于这些事情的时候，你的内心自然地涌动着快乐的情绪，即使旅行戛然而止，你也能够无憾地对自己说：至少我已经看过了最美丽的风景。

麦琪在31岁的时候走进了拳击训练馆，她发誓要成为一名职业拳击手，但训练师弗兰基冷冷地拒绝了她。因为训练一个职业拳击手，至少需

要四年的时间，麦琪的年龄已无法允许这样的等待了，而此时的她甚至连沙袋都打不准。麦琪依然执著如初，白天在餐厅打工，晚上到拳击馆训练。在她生日的那天，弗兰基在训练馆偶遇正在训练的麦琪。弗兰基仍旧冷冷地，让麦琪放弃这场徒劳的训练。麦琪有些火了：“哥哥被关在监狱里，妹妹假装自己的一个孩子还活着而诈取福利金，爸爸死了，妈妈是一个体重312磅的胖子。问题是，拳击是我唯一想做的事情！”

弗兰基被感动了，他答应训练麦琪。一向自负的他，表面上装出不是很情愿的样子。麦琪拥有优秀拳击手的天赋，经弗兰基调教后，她在拳台上一次次打败对手。除了获得不菲的奖金外，每当她出现在擂台上，观众便疯狂地为她欢呼。

麦琪的辉煌终于来了，她在拉斯维加斯为世界冠军之位而搏击出拳，然而她的对手是个恶劣的拳击手，教练宣布休息后，麦琪在转身的刹那，对方的拳头像风一样袭来，毫无防备的麦琪跌倒在地。

麦琪伤势惨重，两根脊椎断裂，不能呼吸，只能无力地躺在病床上依靠插入鼻孔的氧气管维持着生命，最后她的左腿也因感染截肢，她请求弗兰基结束自己的生命，因为活着一天，便意味着痛苦又延长一天。

弗兰基毅然拒绝了她。在几年的训练中，麦琪已经像他的亲生女儿一样，让他疼惜爱护。麦琪用虚弱的声音告诉弗兰基，她已经死而无憾了，

因为——“在我成就那么多以后，我见识了整个世界，人们高呼着我的名字，我上过杂志”。

《百万美元宝贝》是一个让人心碎的故事。麦琪从小住在一个偏僻的小镇上，一个贫穷得不能再贫穷的地方，她靠服务员的工作维持拳击馆训练的费用，有时只能用客人剩下的食物填饱饥饿的肚子。然而，在拳台上搏击出自己的财富、名声后，她却香消玉殒，以最让人无法接受的方式与这个世界道别：看着麦琪用咬舌自尽的方式结束她的痛苦，鲜红的血填满口腔时，弗兰基终于下决心拔掉了麦琪的氧气管，替她注射了胰岛素，结束了她在人间的苦难。

麦琪应该有一个完美的余生，以弥补她前半生所遭受的苦难，但上帝偏偏给她安排了这样一个结局，她的妈妈、哥哥、妹妹在她住院后，带着律师要麦琪将财产转到她母亲的名下。

尽管有着说不清的遗憾，但在麦琪的意识里，她已按照自己的意愿成为一名职业拳击手，在拳台上享受过被观众欢呼的荣耀，即使死去，至少她已经为理想活过。

## 白血病患者的遗愿清单

尽管每个人都知道自己终将离世的结局，但总觉得那是个遥遥无期的日子，遥遥无期得似乎可以永远像今天一样活着，于是从来没有想过，在迈进坟墓的瞬间，自己还有很多梦想被尘封在橱柜里。

小说《我死之前》的主人公泰莎，在16岁的时候罹患白血病，生命屈指可数的几个月，时日不多的泰莎列了一份遗愿清单，她做了很多生病之前不敢想的事情，她变得勇敢而感性。在死亡临近的日子里，对于亲情、友情、爱情，她获得了与往日不同的感受。最重要的是，在死亡的阴影下，泰莎按照遗愿清单，去尝试着真正活过的感觉。

1. 做爱。

2. 在某一整天里，对每件事情都说“好”。不管是什么样的事情，也不管是谁提出来的。

3. 嗑药。

4. 犯法。

5. 开车。

6. 成名。

7. 让爸爸妈妈重新在一起。

8. 爱。

9. 让亚当搬进来。

10. 劳伦 · 泰莎 · 沃克。

11. 一杯茶。

12. 给爸爸的指南。

13. 在黄昏降临之前，抱着我的弟弟。

14. 一个笑话。

15. 起床，下楼。

29. 跟亚当结婚。

30. 去参加家长之夜，我们的小孩是个天才。一共有三个小孩——切斯特、黛西和梅林。

50. 一,二,三。张开眼睛，快他妈的张开眼睛。

“咚咚咚”，死神在紧迫地叩响门铃了，不要在此时，我们才从抽屉里翻出那些未完成的梦想和心愿清单，遗憾我们从未活过。假如只剩下一年的生命，你将如何度过这一年？——这个问题的答案正是我们此时应该真正考虑和践行的事情。正是因为在“死亡还早”的思维里，我们渐渐地把自己的梦想丢了……

## 从此时此刻开始

你是不是一直心存某些夙愿——去世界最高的蹦极点——澳门旅游塔体验一下从高空坠下的感觉、到比赛现场观看一场激情四溢的足球世界杯比赛、与家人进行一次国外旅游等，这些小梦想潜藏在你的内心，挣扎着想成为事实，然而“来日方长”的想法，让你觉得还有很多机会，所以你一直储存着这些梦想，它们的状态永远是“待完成”；你不是不一直持有某种爱好，比如画画、钻研股票，写本自传体小说等，但是你一直没有试着去尝试，因为你认为自己很忙，忙得无暇去顾及这些爱好；你是不是一直想完全拥有属于自己的一天，翻翻以前的老照片、看看以前的旧日记、想想自己的前半生，但你依然以“忙”为借口搪塞了；你是不是一直想对某人说一句“对不起”或者“谢谢”，但每次你鼓起勇气正准备张口时，你退缩了，你想以后应该还有很多合适的时机，或许可以酝酿到以后再去表达……

我们总是为生活积攒了过多的待完成梦想，总是习惯把它们的执行日期定在未来的某一天。于是，我们在某种意义上已经成为梦想的收集者，却拒绝成为一个执行者。

2008年5月12日，地壳的剧烈运动将数万汶川人放置在生死的边缘。

在地震的那一刻，他们有的正安坐在办公桌前打电话，有的正在大街上闲庭信步，有的正在新婚大典中与自己的爱人举杯祝福，有的只不过是以游客身份恰巧取道至此，但不论这一刻他们正在做什么，怀着什么样的心情，正意欲去哪里，他们的下一秒却与死神撞了个满怀，所有的一切都定格在了“未完成”。

这些无辜遇难的人——死神以措手不及的方式剥夺了他们在未来的某一天实现梦想的权利，他们的心愿、梦想、爱好、情感被永远地锁在了“未来”里。

重温死亡，并不是要显示活着的我们有多么幸福，而是以此来启示——人生无常，生命须臾。我们总把“以后”作为存放心愿、梦想、爱好、情感的地方，却不曾想过，其实“以后”并不属于我们，唯有从此时此刻开始，去做自己想做的事，去努力实现自己的梦想，才不会在人生帷幕落下时，顿觉原来我们从没有真正活过。

一个登山者在登山途中遇见了一位看似弱不禁风的老人，老人费力地在山岭间前进。登山者十分佩服老人的勇气，他在同行途中问道：“您这么大岁数了还很热衷爬山啊？”

老人微微带着喘息声说：“我是一个矿工，几乎一生都是在黑暗的矿坑中度过的。三年前，我生了一场大病，几乎就要去见上帝了。有一

天，我梦见了一个天使，她轻轻地来到我的床边。我问天使：‘你来做什么？’天使跟我说：‘带你回家。’我又问天使：‘你带我去的地方是一个美丽的世界吗？’天使摇摇头：‘你将要离开的地方是一个美丽的世界。’我继续问道：‘可是我没有在这个世界上看到什么美丽的东西啊！’天使告诉我：‘恐怕在你去的世界，你也不会看到什么美丽的东西。’”

老人显然陷入了回忆，接着说：“这时候，我突然发现我一生所见的都是坑道里的煤炭和石头，我错过了很多美丽的东西。于是，我请求天使一年以后再带我回家，我要用这仅有的一年时间好好探索这个世界、生命里曾经错过的所有美好的东西。或许上帝真的听到我的恳求了，我的病竟然治好了。病好后，我就开始各地行走，而登山正是我年轻时的梦想之一。”

老人继续攀登着，望着他的背影，登山者不再觉得他是弱不禁风的老人，而是一个正在雄心勃勃去探索世界的孩童。

为什么只有在生命的尽头，我们才意识到自己错过了什么？为什么要在遗失后，才能发现我们不曾拥有过世界？幸好，登山的老人还有时间去完成自己未完成的事情，为自己的生命补写一个尽可能圆满的结局。难道我们也要在被告知未来屈指可数后，才去祈求上帝为我们提供一个亡羊补牢的机会去完成自己尚未完成的事情？然而看看那些临终老人眼中闪烁的遗憾，想想那些在地震、海啸、无常的世事中遇难的苍生，我们就会明

白，所谓的“亡羊补牢”，不过是个难以实现的奢望。

那么，我们为什么不在还拥有“后来”的这一刻这一秒，把封存在“后来”中的那些心愿、梦想、爱好、情感取出来，问问违背已久的内心：“假如只剩下一天的生命了，我会做什么？还会不会患得患失，怯于表达自己深藏的情感？”

兰斯·阿姆斯特朗是一名运动员，在25岁时罹患了癌症，所有人都为这个年轻的生命而叹惋，然而他却觉得，癌症是生命对他最好的馈赠，因为在被诊断患有癌症之前，他很懒惰，习惯把很多事情拖到明天、后天、无穷尽的以后。可是当被诊断患有癌症后，他知道被剥夺了与“以后”预约的权利，死神正渐渐地向他逼近着，说不定哪天就把他急匆匆地拉走。于是，每天他睁开眼睛后，都把这一天当做生命的最后一天，他有了时间管理的意识，珍惜自己所拥有的每一分、每一秒，积极去完成每一天的使命，争取最优化地经营自己的生命。或许死神也被他的心力征服了，不忍带走这个与生命搏斗的人，走到半途转身打道回府，使他拥有了重生的机会。此外，这个死里逃生的癌症患者，还创造了体育史上的伟大奇迹，成为“环法自行车赛”历史上首位“七冠王”。

很多人都习惯在与死亡咫尺相近时，才去审视自己的生活，在将被剥夺实现梦想的权利时，才爆发出超常的生命活力，去执行那些被自己忽略

已久的事。在紧迫的争夺战中，发现了另一个真实的自己。

不一定非要罹患病难、死神急促地按响门铃时，我们才要在“假如只剩下一天的生命”的苦境里挣扎逃脱，因为很多时候，病难、死神总喜欢以不速之客的姿态猝然而至。如果把活着的每一天都当做生命的最后一天，即使有一天生命戛然而止，我们也不会憾憾离世，恍觉自己不曾生活过一样——因为在有生的每一天，我们都活出了每一天的精彩——每一天的生命已经达到了它最极致的状态。

不妨从这一刻开始，每个月、每年写下你此月、此年准备完成的事情，准备交付的情感，然后毫不犹豫地去执行！

## 你也能从青蛙变成王子

人生是短促的，这句话应该促醒每一个人去进行一切他所想做的事。虽然勤勉不能保证一定成功，死亡可能摧折欣欣向荣的事业，但那些功业未遂的人，至少已有参加行伍的光荣，即使他未获胜，却也算战斗过。

——约翰逊

那一刻，他腼腆地站在舞台上，眼中闪烁着不安的神色，略显肥胖的身躯套着那件从大卖场用35英镑买来的廉价西装，三位评委漫不经心，似乎在想着这个小子能够唱出什么歌剧啊。随着《公主彻夜未眠》的音乐缓缓流泻出来，他张开了嘴，露出了龅牙，纯正的意大利歌剧从他的喉咙涌了出来……

此时，他不再是那个其貌不扬略显笨拙的手机销售员，俨然已经脱胎成笼罩在灿灿星光下的王子，三位评委露出了惊奇的神色，显然他们也看到了一位王子的新生，现场的2000多名观众由屏息转为热烈鼓掌，有人眼中闪动着泪花。

这便是保罗·波茨的故事。一个来自南威尔斯的手机销售员参加了《英国有天才》的选秀节目，以深厚的歌剧功底征服了现场的观众和评