

· 名家经典 ·

林丹环◎主编



悦读季系列名家经典·哲理篇·

别让生命太为难

鲁迅 郭沫若 季羡林 易中天 毕淑敏

.....

中国书籍出版社



别让生命太为难

悦读季系列 · 名家经典

炉火的力量美，就在于那来自于原始的生命力的旺盛燃烧的激情。而伟大的激情才能产生伟大的行动。生命之美在于运动，心是热的，才可能向往火苗般的激情。

上架建议 青少年读物

ISBN 978-7-5068-2177-3



9 787506 821773 >

定价：23.80元

林丹环◎主编

炉火的力量美，就在于那来自于原始的生命力的旺盛燃烧的激情。而伟大的激情才能产生伟大的行动。生命之美在于运动，心是热的，才可能向往火苗般的激情。



悦读季系列



别让生命太为难

名家经典 · 哲理篇 ·

中国书籍出版社

图书在版编目(CIP)数据

别让生命太为难/ 林丹环主编. —北京: 中国书籍出版社,

2010. 9

(悦读季系列. 名家经典)

ISBN 978-7-5068-2177-3

I. ①别… II. ①林… III. ①散文—作品集—世界 IV. ①116

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第152424号

责任编辑/牛 超

责任印刷/孙马飞 张智勇

封面设计/青鸟意讯艺术设计

版式设计/青鸟意讯艺术设计

出版发行/中国书籍出版社

地 址: 北京市丰台区三路居路97号(邮编: 100073)

电 话: (010) 52257142(总编室) (010) 52257153(发行部)

电子邮箱: chinabp@vip.sina.com

经 销/全国新华书店

印 刷/北京华戈印务公司

开 本/710毫米×1000毫米 1/16

印 张/15

字 数/173千字

版 次/2010年9月第1版 2010年9月第1次印刷

定 价/23.80元

版权所有 翻版必究

我从不忘记活着本身就是乐趣。

——佚名



别让生命太为难

目录



赵翼如	别让生命太为难/1
方 刚	动物哲学/5
南 帆	与乞丐相遇/10
季羨林	我害怕“天才”/16
摩 罗	把敌人变成人/20
臧克家	炉火/25
白 灵	“慢”的相对论/29
[法]莫泊桑	逗乐/34
贾平凹	落叶/38
雷抒雁	阳光，是一种语言/42
[德]让·保尔·里克特	两条路/46
[巴西]保罗·科埃略	三棵雪松/50
[日]长谷川如是闲	死于山上的人们/54
赵丽宏	小草和绿洲/58



人生的价值，即以其人对于当代所做的工作为尺度。

——徐 玮

赵鑫珊	倾听大自然母亲的心跳/62
[美]霍桑	我的菜园/67
[法]波伏瓦	假期的快乐/71
[美]F. C. 凯利	懒惰的智慧/75
[黎巴嫩]纪伯伦	我的灵魂劝导我/79
鲁 迅	聪明人和傻子和奴才/82
[英]约翰逊	论未来/86
[丹麦]布兰代斯	人生/92
[瑞士]黑塞	树木/97
[法]加缪	西西弗的神话/101
[美]莫利	门/108
[法]蓬热	水/112
林 希	石缝间的生命/115
[巴西]保罗·科埃略	幸福的秘密/120
肖复兴	天堂的距离/124
张晓风	盒子/129
[日]东山魁夷	听泉/132
毕淑敏	银与福/136

人生的价值，并不是用时间，而是用深度去衡量的。

——列夫·托尔斯泰



别让生命太为难

吴淡如	看重现在/141
刘燕敏	性定菜根香/145
林语堂	衣裳/149
三毛	简单/154
靳以	红烛/160
方成	从滑稽到幽默/164
[英]普里斯特利	论无所事事/168
[德]伯尔	懒惰哲学趣话/175
王开林	可以溶解的鱼/180
张丽钧	愿生命恬淡如湖水/186
蒋子龙	笑的价格/190
[美]帕特·柯林斯	假如我们原谅上帝/193
[法]蒙田	人之常规/198
[英]威廉·赫兹里特	时间/201
[英]培根	论青年与老年/206
[英]乔治·吉辛	钱与快乐/210
丰子恺	渐/213
[俄]屠格涅夫	明天，明天！/219



与一些和自己意趣相同的人交往，真可以使人受益不浅。

——泰戈尔

[英]林德 无知的乐趣/222

叶圣陶 暮/230



目的总是为手段辩护。

——马基雅维利



别让生命太为难

别让生命太为难

赵翼如

我只想对得起生命本身，让血液依照上天的嘱咐自然流动，该加速便加速，该慢三拍便慢三拍，千万别在药罐子里长熬。



那次开年终总结会，每人照例得说说来年的奋斗目标，我说我只有一个念头：不吃药。

不开玩笑，这里含一点生活智慧。如今我们同学聚会，居然也寒暄“诸位都还健在”之类的话题，已有同学抢先做了古人——那每年考第一、懂四门外语的夏夫子，拿自己的老本拼了又拼，学问是熬得不少，可惜40岁便有了个“沙漠般的总结”，人没了。女朋友连新娘子还未来得及做！



人有自由意志，成人成兽全靠自己。

——卢克莱修

我那年吃过的药亦算不得少，细细思量，吃药的缘故，也许是被另一味“药”灌过了头，即生活必须紧张的说教。

原先我散漫贪玩，在学校体操队田径队宣传队全混过，还拿过“本校乒乓冠军”的奖状（不知什么缘故，我所有的“三好生”奖状全丢了，独独保留了这张20余年前的冠军奖状）。记得那时对药从不问津的。

后来进厂“接受再教育”，听得最多的是“吃苦上进”，慢慢晓得出身不妙的自己，唯有苦出一条生路。于是拼命干活，加班加了几百个钟点统统上缴。下班还去出黑板报，去啃三角函数（开机床用得着）直干到某天眼前一黑，一头晕倒在轰鸣的机器旁，险些把小命交待掉。由此换得了一堆好话：吃得累耐得苦啦求上进啦，也换得了一只药罐，在里头泡了数月，鲜桃子泡成青苹果。不过太年轻的时候，总以为只要熬得出头，健康算不了一回事的。

不久遇到一位老师，姓严，看我日记写得有点模样，就把我往文章路上逼。每日忙完厂里的活再对付纸上的活。真还熬到可以坐办公室了，我开始允许自己闲着玩琴玩球。老师看不得我这般浪费时间：“我顶恨懒散，生活得不紧张哪能有出息？”他在嘴边的话永远是“要赶紧做”，我敢说他活了这么久从没认真注意过天上是否有一个月亮。总像在跟人比赛拼命，拼到头来是大了名气，虚了身子，心脏出了无可挽回的纰漏。

我对他满怀感激，也实在受累不浅。有一天忍不住说了：“老师你姓严，我姓散，散漫的散，看来我注定没指望了。”老师黯然长叹

人生的本质在于运动，安谧宁静就是死亡。

——帕斯卡



别让生命太为难

一声：“可惜。”

很对他不起。但我看他那门理论的学问愈做愈迷惘，倒不如及早走走棋养养心，放下过重的思索去活络活络手脚，我真愿他拿一堆奖章换回一颗健康的心脏。

我只想对得起生命本身，让血液依照上天的嘱咐自然流动，该加速便加速，该慢三拍便慢三拍，千万别在药罐子里长熬。

那年我在“不吃药”的既定目标下，天天跑到植物园里悠游，那儿的确是一座静穆的“自然大教堂”，心灵有充分的舒展余地。我常常躺在一片竹林里，任阳光清风慷慨地倾泻于全身，一无所想。简直是“堂而皇之地浪费时间”！可真的，心情离草木很近的时候，离药罐子便远了（后来我才晓得美国早有“园艺治疗协会”，专家认为植物的康复功能之大让人感到吃惊）。

草木拥有缄默的物质，处深了会和心有感应。我生命中的一大收获，就是从林子里提取的——每一棵树都依它们自己的特性自由发展。

生命不应背离大自然的旨意。柏拉图把人类产业排列如下：“健康，美丽、力量和富庶”。

人，实在不必为一堆好话或一枚奖章而使生命太为难的。



人不能两次踏入同一条河流，因为无论是这条河还是这个人都已经不同。

——赫拉克利特

作/者/简/介

赵翼如（1955—），女，笔名：林林、斯人。江苏无锡人。1982年毕业于南京师范大学中文系。历任江苏《新华日报》记者处记者，江苏省作家协会驻会干部，专业作家，1978年开始发表作品。1988年加入中国作家协会。著有长篇传记文学《球场内外》，散文集《倾斜的风景》等。



花开花落，草绿树枯，生命万物都有自己的作息规律。

[心香一瓣]

生活不应是上紧发条的钟表，有条不紊、顺应自然，一切都会圆满。

心情离草木很近的时候，离药罐子便远了。真正的健康是大自然赐予的，而不是在病魔缠身之际才苦苦索取的。

不能制约自己的人，不能称之为自由的人。

——毕达哥拉斯



别让生命太为难

动物哲学

方 刚



小鱼吃大鱼不再是奇迹，面对面的劲敌好抵御，心腹之患最是难防。

命中注定的事情，羡慕一下还可以，却绝对嫉妒不得，否则，还是自己生气伤身体。

盲鳗

鲨鱼是海中的霸王。作为最凶猛的鱼类，鲨鱼在海底世界所向披靡，游弋所及，其他鱼儿闻风丧胆，落荒而逃。

反抗一位占有绝对统治地位的暴君，并不是件简单的事情。盲鳗，无疑是有勇有谋的行刺者。

盲鳗细长的体型似鳗，通常也只有鳗鱼一般大小，在形体上便输给了鲨鱼一筹。盲鳗无法寄希望于采用什么新式的精尖武器，它只能依



认识错误是拯救自己的第一步。

——伊壁鸠鲁

靠智慧和特长，采取“曲线救国”的策略。盲鳗的口像个椭圆型的吸盘，里面镶着锐利的牙齿。当盲鳗用吸盘似的嘴吸附在鲨鱼身上时，这位残暴的君王并没有意识到危险已至。这可能出于下面两种原因：首先，盲鳗的吸附举动很容易被理解成谄媚，如此紧密而持久的亲吻还能有别的解释吗？特别是对于习惯于君临天下、俯视群臣的鲨鱼来说，它怎么会理解这小小的依附者竟敢怀有野心呢？其次，吸附的盲鳗紧贴在鲨鱼身上，随它四处游弋，时间一长，鲨鱼再狡猾也会渐渐放松警惕，“它不过是在狐假虎威，分一点残杯冷炙”。鲨鱼甚至可能这样自以为是地想。

吸附在鲨鱼身上的盲鳗开始一点点向霸王的腮边滑动，鲨鱼甚至会以为这是更进一步的谄媚，而这时，盲鳗已经悄悄地从腮边钻进它的体内。鲨鱼应该觉得有点儿不对劲儿了，但为时已晚，盲鳗得到它的信赖和纵容，直入它的腹腔，“会不会有什么危险呢？”鲨鱼想，但也仅是想想而已，因为盲鳗一直是依附于自己的宠臣。

此时，盲鳗深居霸王的体内，成了它名副其实的“心腹”。这个无法面对面与鲨鱼抗衡的小动物，此时可以在霸君的腹内掀风作浪。它开始大举吞食鲨鱼的脏腑和肌肉，食量很大，每小时吞吃的东西相当于自己体重的两倍。一边吃，盲鳗一边排泄。它怡然自得，鲨鱼却承受不住了，后院起火，“火”来自体内尤为难熬，鲨鱼痛苦地翻腾却无法摆脱那两排已深入体内的利齿。

小鱼吃大鱼不再是奇迹，面对面的劲敌好抵御，心腹之患最是难防。

人是万物的尺度，是存在者如何存在的尺度，也是非存在者的尺度。

——帕斯卡



别让生命太为难

盲鳗“痛打落水狗”，从里到外将鲨鱼吃个干净，然后掉头便走。

盲鳗为了这顿美餐，人类三十六计中至少六个计谋被用到了。首先是瞒天过海，笑里藏刀，得以靠近鲨鱼，随后是暗渡陈仓潜入腹内，再来个釜底抽薪，最后是走为上。还有一计，便是苦肉计。因为盲鳗经常钻进鲨鱼腹内，很少见到阳光，眼睛已经退化变瞎。这也是它名为盲鳗的原因。击败霸君，不可能不付出一些代价，更何况，盲鳗虽然瞎了，可嗅觉和口边小须的触觉却进化得异常灵敏，能够察觉鲨鱼腹内一切静态与动态。好一个侠肝义胆的刺客！

龟

龟被中国人看作长寿、吉祥的象征，所谓“龟寿延年”。海龟的寿命可以达到三四百岁。海龟是没有癌症的动物，这也是它长寿的原因之一。中国有给海龟放生的传统，昔日南方沿海的许多财主老爷，常把渔民捕到的活海龟买回来，刻上自己的名字，放回海中，希望以此“慈悲”的行动，来实现长寿和发财的美梦。但是另一方面，中国人又有捕食海龟的传统，那些今天给一只海龟放生的老爷们，转天却可能买回两只杀掉食用。长寿的海龟在人的屠刀下短命，没人觉得这有什么不得当的。原因只有一个：人类放生海龟也好，杀食海龟也罢，都是为了自己的长寿。放生不过是面向海龟烧起一炷香，磕下几个响头，求神灵使自己有海龟一样的寿命。而吃海龟肉、喝海龟汤，是一种更实际的做法。

但是，放生也好，吃掉也罢，人类还是无法赶超海龟的寿命。这



万物所由之而生的东西，万物消灭后复归于它。

——阿那克西曼德

时，嫉妒心理占了上风，龟便得了许多骂名，“千年王八万年龟”，已经完全是一种咒骂的话了，与那句“好人不长寿，祸害活千年”如出一辙。对男人最恶毒的诅咒便是被他自己的女人戴了绿帽子，而人们偏偏称这样的男人是“王八”、“乌龟”。我活不过你，是因为我是好东西，而你是混蛋——这便是人类面对龟的心态。

人类在龟面前折腾了几千年，龟仍长寿，而人生仍旧“不满百”。命中注定的事情，羡慕一下还可以，却绝对嫉妒不得，否则，还是自己生气伤身体。

人类也不想一想，你哪里配活得龟那么长久。龟积累了足够的养分，可以几年不吃东西，人却聚财无度，多多益善，那份贪欲总是火烧火燎的。龟静静地趴在海底，可以几个月一动不动，清心寡欲，人能耐得住那份寂寞、安享那份淡然吗？争名逐利的心，哪里能够、又哪里配得长寿呢？

我便想，人类如果有龟一半的怡然淡泊，也许还会有长寿的期望。可转念一想，人贪求长寿正是为了享受世间的荣华富贵，贪图这里的美色、美味，如果真是清心寡欲，便也不会将生命的长短看得如此重要了。一种二律悖反便形成了：欲求不高的得到了，欲火攻心的却无法企及。这，也许是大自然有意的安排吧？

人便注定无法长寿了。

存在就是被感知。

——贝克莱



别让生命太为难

作/者/简/介

方 刚，北京林业大学人文社会科学学院心理学系副教授，硕士研究生导师。



[心香一瓣]

盲鳗战胜鲨鱼，让我们看到了以柔克刚的力量。有时候，最柔弱的地方往往是最致命的。面对对手的激烈竞争不更应警惕这样的“小鱼”吗？西班牙有句古语：“奉承比憎恨更危险。”与人交往，不也应该提防这种小人吗？

人类渴求寿比神龟，拥有他人所拥有的，所以聚敛无度，焦急和嫉妒，但到头来依然短命。这不正启示我们唯有淡定从容才能快乐拥有吗？

作为宇宙之精华，万物之灵长，人自然要比动物复杂许多，但动物身上却有很多值得我们反思和学习的地方。