

安静本身就让人富足

它具备一种罕见的特质，是打开新的思考方式的钥匙

# 安 静

Stillhet  
i støyens tid

Erling Kagge

「挪」艾林·卡格——著

邹雯燕——译

# 安 静

「挪」艾林·卡格——著  
邹雯燕——译

Erling Kagge

Stillhet  
i støyens tid

在喧嚣的时代，体会将世界关在门外的乐趣

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

安静 / (挪) 艾林·卡格著; 邹雯燕译. — 长沙: 湖南文艺出版社, 2018.3

书名原文: Silence in the Age of Noise

ISBN 978-7-5404-8519-1

I. ①安… II. ①艾… ②邹… III. ①散文集 — 挪威 — 现代 IV. ① I533.65

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 017950 号

©中南博集天卷文化传媒有限公司。本书版权受法律保护。未经权利人许可, 任何人不得以任何方式使用本书包括正文、插图、封面、版式等任何部分内容, 违者将受到法律制裁。

著作权合同登记号: 图字 18-2017-237

SILENCE IN THE AGE OF NOISE by Erling Kagge

Copyright ©2016 by Erling Kagge

Published in agreement with Stilton Literary Agency, through The Grayhawk Agency

上架建议: 畅销·生活方式

ANJING

安静

著 者: [挪] 艾林·卡格

译 者: 邹雯燕

出 版 人: 曾赛丰

责任编辑: 薛 健 刘诗哲

监 制: 吴文娟

策划编辑: 许韩茹

版权支持: 辛 艳

营销支持: 李茂繁

装帧设计: 梁秋晨

出版发行: 湖南文艺出版社

(长沙市雨花区东二环一段 508 号 邮编: 410014)

网 址: [www.hnwy.net](http://www.hnwy.net)

印 刷: 北京中科印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 880mm × 1230mm 1/32

字 数: 53 千字

印 张: 5

版 次: 2018 年 3 月第 1 版

印 次: 2018 年 3 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5404-8519-1

定 价: 39.00 元

若有质量问题, 请致电质量监督电话: 010-59096394

团购电话: 010-59320018

第一 部 分

---

PART ONE

每当我不能出门散步、爬山、出海，逃离这个世界，我就把它关在门外。

学会这一点颇费了一些时间。从我意识到我深深地需要安静的那一刻起，我开始寻找它。我知道，在刺耳的交通噪声、纷繁的念头、音乐、机器、苹果手机和铲雪机的声音背后，安静在等着我。

就在不久前，我尝试说服我的三个女儿，世界的秘密就藏在安静之中。那天是星期天，当时我们围坐在厨房的餐桌边吃着晚餐。那一星期里，只有那一天我们大家都有时间坐下来一起吃饭，面对面地聊聊天。其他时候总有太多别的安排。

女儿们用怀疑的眼光看着我：安静根本算不上什么吧？我还没来得及解释说安静可以成为她们的朋友，它比她们喜欢的马克·雅各布斯包包更有价值，她们已经给出了结论：心情不好的时候，能安静地待会儿确实不错。除此之外，安静毫无价值。

那一刻，我想起了她们还是好奇宝宝的时光。那时候她们对于门后藏着什么是多么好奇啊！小家伙们盯着电灯开关，满眼惊奇地叫我“把灯打开”。

问与答，问与答。好奇是生命的动力。我的三个孩子现在分别是十三、十六和十九岁，她们越来越少感到好奇。偶尔她们会好奇某事，然后很快拿出智能手机，搜索答案。她们的好奇心还没完全消失，

但脸上已经没有多少孩子气，她们的头脑里装的更多是野心，而不是问题。她们没有兴趣谈论安静这个话题。所以，我决定讲一个能凸显安静的价值的故事。

我的两个朋友决定攀登喜马拉雅山。清晨，他们离开营地，开始攀登西南坡。一路都很顺利，他们俩成功登顶了。就在这时，风暴来了。他们很快发现自己不可能活着下山了。其中一个人用卫星电话联系上了怀孕的妻子。他们一起决定了她肚子里孩子的名字。之后他就在离山顶不远的地方安静地睡下了。另一个人在去世之前没联系上任何人。没有人确切地知道，那天下午在山顶发生过什么。不过，海拔八千米的山上干冷的气候把他们俩都冻干了。他们静静地躺在那里，不会再有任何变化，永远都是我二十二年前最后一次见到他们时的模样。

这一次，桌上没人说话。谁的手机响了，有一条新消息进来，但没人想去看手机。我们都沉浸在安静中。

在那之后不久，我受苏格兰圣安德鲁大学邀请去做一个演讲。他们让我自己决定主题。通常会讲我去到世界尽头探险的旅程，但这一次，我想到了那顿周日晚餐。于是，我决定选择“安静”作为演讲的主题。我做了充分的准备，但演讲前还是感觉非常紧张。我觉得，也许这个主题只适合家庭周日晚餐，而不适合学生们？我倒不担心我会在十八分钟的演讲中被轰下台，只是希望听众能对我想说的话真正产生兴趣。

演讲一开始，我建议大家保持一分钟的安静。是那种死一般的安静。之后的十七分钟，我除了讲述我们周围的安静，还讲了更重要的，我们自身之中的安静。学生们一直没有发出声音，很认真地在听。



他们看上去像是在思念安静。

当天晚上，我和几个学生一起去了酒吧。在通风良好的入口处，我们每人面前都摆着一杯酒，就像我当年在英国上学的时候一样。友善而有好奇心的人群，愉悦的气氛，有意思的对话。什么是安静？在哪里可以找到安静？为何现在安静比以往更有价值？这是他们想了解的三个问题。

我非常珍惜那个夜晚，不仅仅是因为那天的聚会很开心，也因为那些学生让我意识到，我了解的东西其实很少。回家以后，我无法停止思考这三个问题。我着了魔。我开始写作、思考、阅读，更多是为了我自己。一个又一个夜晚，我颠来倒去琢磨这三个问题。

最终，我试着给出了三十三个答案。

第二部分

---

PART TWO



# 1

对探险者而言，好奇非常重要。这是我所能想象的最纯粹的一种快乐。我特别喜欢这种感觉。我时常会感到好奇，几乎可以说是随时随地：无论是在旅行、阅读、遇到什么人的时候，还是在坐下来写作、感觉到心脏跳动、看到太阳升起的时候，都是如此。我认为好奇是我们与生俱来的最强大的力量，也是最好的天赋。我不仅在探险途中时时感受

到好奇，在我当父亲和出版人的时候，也是一样。

我享受它，希望不被打扰地享受它。

科学家能够发现真理。我也希望自己能发现真理，但我知道这并不适合我。从以前到现在，我对几乎所有事情的看法都发生过变化。我的好奇很多时候只是因为好奇本身。它自己就是目的。一段小小的发现之旅。当然，有的时候它也会自然而然地带来更多的知识。

另外一些时候，好奇并非我的自主选择，是它不肯放过我。一些念头和过去不愉快的事情会不由自主地浮出水面，就像堵在我的胃里一样，让我无法停止去想它可能会是怎样。

有一次，我堂姐来家里吃晚饭，送了我一本约恩·福瑟<sup>①</sup>的诗集。她走之后，我躺在床上翻看这本

---

<sup>①</sup> 挪威当代著名剧作家、诗人，曾获得“国际易卜生奖”，是诺贝尔文学奖提名呼声很高的作家。

书。快要关灯睡觉的时候，我看到了这句话：有种爱，没有人记得。他想说什么？隐匿的、看不见的爱吗？他是不是在说安静呢？我放下书，躺在床上思考。好的诗歌经常让我想起那些伟大的探险家。他选择正确的字句，点燃我的思考，就像我小时候读到的那些探险家的日记一样。我在睡着之前决定第二天一早起来就给福瑟写信，问问他是怎么想的。

“从某种程度上说，安静会说话。”我写给福瑟的邮件才发出六分钟，就收到了回信。就像他一直在等着我这封信似的。但事实当然不是这样，我和他很久都没联系了。

安静确实会说话。它不但会说话，你还要和它对话，才能完全引出潜藏在它之中的力量。“或许是因为安静中包含好奇，但它也有自己的力量，是的，就像是在大海或无垠的雪原上一样。如果你不为这种力量感到好奇，就会对此心生恐惧。为什么会有那么多人害怕安静（以及，为什么无论我们身在何

处都能听到音乐)，这大概就是原因所在。”

我体会过福瑟说的这种恐惧。我不知道它具体是对什么的恐惧。但它让我无法专注于当下，必须做点什么来逃避安静。我会发短信，放音乐，听广播，或是开始胡思乱想，而不是静下来，在那一刻把世界关在门外。

我觉得福瑟没有定义的那种恐惧正是对更深入地了解自己的恐惧。我的懦弱让我想要回避它。

南极是我去过的最安静的地方。我孤身前往南极点，在广袤而单调的风景中，除了我自己弄出的声音，没有任何别的人造的声音。独自一人在冰面上，深入无垠的白色王国，我能听到并感觉到安静。

由北向南穿越世界上最冷的大陆，所有的一切都是白色的平面，一公里又一公里，向着地平线延伸。



在你脚下，是压在地表的三千万立方公里的冰。

不过，在独自度过那么长时间后，我开始发现没有什么东西是完全平的。冰和雪构成大大小小抽象的形状，单调的白色变成了无数有细微差别的白色。雪呈现微微的蓝色，加上一点点红色、绿色和粉色。我感觉到自然在不断变化，但是我错了，我周围的景物没有变，是我变了。“在挪威的时候，我只会享受那些大的东西。到了这里，我学会了享受小小的快乐。雪原上细微的颜色变化。风。云的形状。安静。”在旅程的第二十二天，我在日记里写下了这样的话。

小的时候，我总觉得蜗牛很神奇，因为它一直把家背在背上。在南极的这次探险中，我更加感受到了蜗牛的神奇。在整个旅程中，我所需的食物、装备和燃料都装在一个大包裹里拖在身后。我没有开口说过话，一直保持沉默。五十个日夜里，我没