

20 Before I Die

The Do-It-Yourself Guide
to the Rest of Your Life

一生中要做的 10件事

(英) 迈克尔·奥格登 著
克里斯·戴 译
郭存海

★ ★ ★
让生活更丰富 让人生更精彩

探索一次自己长期渴望的旅行
学习一种自己长期渴望的技能
奉献一下自己埋藏已久的爱心

尝试一件自己未曾做过的事情
挑战一下自己习惯运动的极限
表达一下自己深藏心底的情感



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

20 Do Before I Die

The Do-It-Yourself Guide
to the Rest of Your Life

一生中要做的 20件事

迈克尔·奥格登

(英)

克里斯·戴

著

郭存海

译

電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

Michael Ogden, Chris Day: 2Do Before I Die: The Do-It-Yourself Guide to the Rest of Your Life.

Copyright © 2005 by Michael Ogden & Chris Day

This translation published by arrangement with Little, Brown and Company (Inc.), New York, USA.

All rights reserved.

本书中文简体字版由 Little, Brown and Company (Inc.)授权电子工业出版社独家出版发行。未经书面许可,不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何内容。

版权贸易合同登记号 图字: 01-2005-5931

图书在版编目(CIP)数据

一生中要做的 10 件事 / (英)奥格登(Ogden, M.), (英)戴(Day, C.)著; 郭存海译. —北京: 电子工业出版社, 2006.4

书名原文: 2Do Before I Die: The Do-It-Yourself Guide to the Rest of Your Life
ISBN 7-121-02405-5

I. 一… II. ①奥… ②戴… ③郭… III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 022439 号

责任编辑: 韩丽娜

印刷: 北京智力达印刷有限公司

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路 173 信箱 邮编 100036

经销: 各地新华书店

开本: 640×960 1/16 印张: 15.75 字数: 200 千字

印次: 2006 年 4 月第 1 次印刷

定价: 25.00 元

凡购买电子工业出版社的图书, 如有缺损问题, 请向购买书店调换。若书店售缺, 请与本社发行部联系。联系电话: (010) 68279077。质量投诉请发邮件至 zlts@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

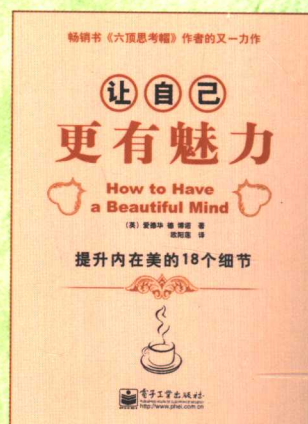
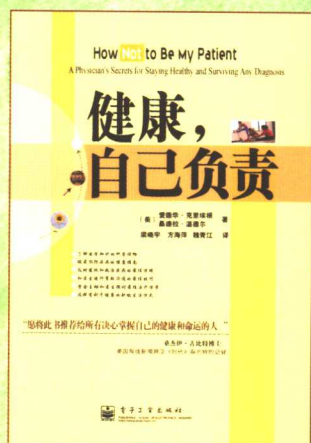
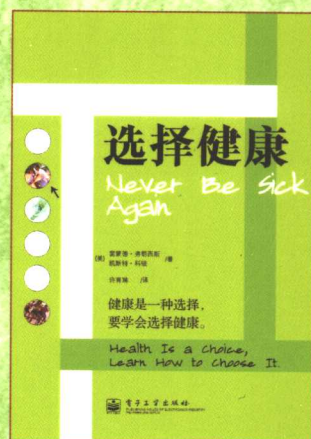
“我第一次确切地知道自己想要做什么，知道这样一个简单的事实充斥我的心胸：我必须开始追求一些胸中长期怀有的目标。有了我自己的行动清单，我开始把时间视做与之合作而非与之对抗的东西……”

——本书作者

回忆一下迄今为止你走过的那些时光，哪些经历是你最值得怀念的？哪些时刻永驻在你的心中？

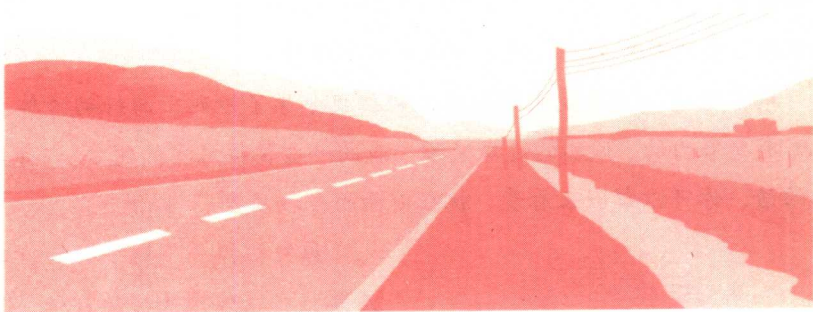
翻开你的影集，看看有哪些故事曾触动你的心怀？哪些人给你最深最美好的回忆？

无论你是一个企业家、冒险家、持家能手、艺术家、文人、流浪汉，还是命中注定的失败者，你都可以在自己的有生之年罗列自己的行动清单，而且把它看做是书写自己美好记忆时的一次尝试，或者是规划自己选定职业的一次机会。



前言

就在上一次我和妹妹看望完爷爷，驱车返回旧金山的路上，我们发现有很多话要说。“嘟叻佬”——我们这样称呼爷爷——已经 91 岁了，他知道——我们也都知道——他在世的时间不长了。“嘟叻佬”非常喜欢讲故事，但是他从不轻易流露出自己内心的感伤情绪。不过，仅有一次，他打破了这个记录。他和我一起度过了两个小时的时光，用来分享他生命中的光彩之处。



令我们吃惊的是，这位声称是工作狂的人只花费了两分钟时间谈论他的职业生涯。那天下午的大部分时间，他谈及的都是在他生命中扮演着重要角色的人，以及曾给他带来一些平和、一阵欢笑、一种领悟的特别时刻。

他给我们讲他移民的父母，讲他年轻时写作的日子，以及他的初恋——父母曾不同意他们订婚。他还提到自己在 20 来岁时因为一个

IV ▲ 一生中要做的 10 件事

剧本而获得的奖励，提到对自己儿子的天赋的自豪感，提到 70 来岁时到中国的旅行，以及对随着时间的流逝自己写的东西越来越少所抱的深深遗憾。50 年前他可能花费一个下午做过的诸多小事，不知怎地在他生命的最后时日，都纷至沓来，涌入脑际。

还没有听完他的故事，我就想到了我自己：当我像爷爷一样步入暮年之时，我能回忆起哪些往事呢？甚至最后两年的岁月值得一提吗？

回家的路上，当我们的破旧汽车已经行驶了相当长的一段路程的时候，我（30 岁）和妹妹（24 岁）忽然意识到，这是自父母离婚以来我们第一次一起旅行。“嘟浓佬”对生活的看法让我和妹妹感触颇多，我们很快开始交换彼此的故事。

刚出大学校门，玛格丽特就竭力平衡她的支付账单，她努力计划着如何前进才是最好的。在她的好朋友艾瑞卡一起喝酒时，她坦诚地说出了最近想到的有生之年要做的许多事情。

玛格丽特一直对我非常信任，她让我分享了她列出的行动清单。她富有想象力的、诚实的选择唤醒了我的一些值得考虑的想法。“有趣的话，你可以拿出来看看，就在前面的车抽屉里。”她说道。



匆匆扫视一下她手写的行动清单，我发现她选择的目标，有些是我非常熟悉的，而另外还有许多是令我吃惊的。从严肃认真到造谣中伤，玛格丽特将她的抱负、愿望和好奇一一罗列出来，这和我所见到的任何一幅自画像别无二致。而且，在罗列这张行动清单的过程中，她透露出一些

未曾预料的东西。

第二天，我坐下来，旁边放着一杯咖啡和一页白纸。一开始，我没有想太多就写下了脑中想到的第一件事——拍摄北极光。几乎令我惊讶的是，当我写下这一事项时，我才意识到这是我真正想要做的一件事。在随后的几天里，当我继续写下自己的行动清单时，我不仅记起了曾经遗忘的许多渴望得到的东西，而且发现了自己希望去做的几件新事情——其中一些事情需要我独自完成，而另外一些，则需要和我的家人与朋友一起去完成。

当我不知道要写些什么的时候，我就想起了“嘟叻佬”的人生故事和他所记得的诸多琐碎小事。我发现，写下诸如“为孩子们做个书架”、“拥有一条狗”等今后的简单计划，与我实际所采取的更为雄心勃勃的行动一样，能从中得到莫大的快乐。在我的行动清单上，我知道会有这样一些事情，即我一直渴望尝试但没有真正付诸行动的事情。

当然，我并没有整天跑出去干那些事情。不过，当我看到那些目标赫然出现在纸上的时候，我不知怎地觉得那些挨着它们的其他想法就显得相形见绌了。我以前并没有过多地考虑这些目标——不过这种情况并没有持续太久，这突然使得我不去追寻这些目标的理由似乎稍欠说服力。

在随后几天里，我写下了76项目标。几个月来，我第一次确切地知道自己想要做什么，知道这样一个简单的事实充斥我的心胸：我必须开始追求一些胸中长期怀有的目标。有了我自己的行动清单，我开始把时间视为与之合作而非与之对抗的东西。

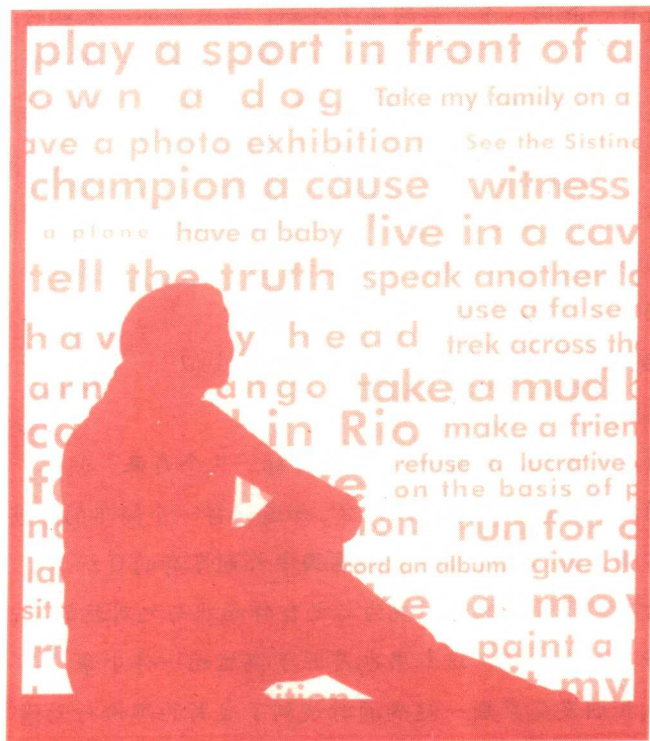
和许多时候一样，这本书也是源于偶然的一件小事。两个月后的一天，我和朋友克里斯一起喝酒时谈到了我写的那份行动清单，克里斯也有了自己的感触。于是，这项计划就从我们的谈话中形成了。我

VI 一生要做的 10 件事

们心中充满好奇，渴望知道其他人认为真正难以忘怀并充满感激的事情，结果许多人选择讲述他们的故事。

本书并不试图提供一个“不可更改的”行动清单。其真正的目的不过是要激发一些可能的事项，激发一些想法，并探究什么是最重要的，什么是可能的。我们的希望是，通过后文中提到的问题、建议和真实的故事，你也会渴望加入这一讨论之中。

回忆一下迄今为止你走过的那些时光， 哪些经历是你最值得怀念的



翻开你的影集，看看有哪些故事曾触动你的心怀？哪些人留给你最深最美好的回忆？哪些时刻永驻在你的心中？

于是，你的思绪开始了寻旧之旅，重温以前的岁月。是想起了儿时简单快乐的时光，还是几十年前对你而言一个非常特别的下午呢？或者是你所做的最引以为荣的一件事，或者是你曾经帮助过的某个人，或者是你和朋友或家人一起度过的一段温馨时光，抑或是对某种东西疯狂的追求和深深的迷恋。

记忆可能就是所有这些片段的组合。一些在当时毫无感觉的东西，此时会因为某种情绪而触动你的心怀。还有一些经历，是那样深埋于心海，与你相伴终生，直至生命的最后一息。有些时刻是无法忘记的，它们会在你的心里永远定格成一幅清晰的图画。

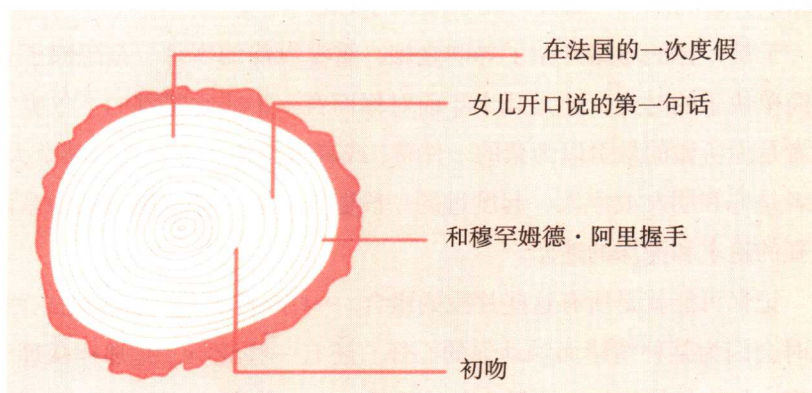
冥思之中，你可能更加清楚地意识到那些你错失的良机——一个从来没有拨打的电话，一个没有参加的旅行，一个失去联系的朋友，一个你从来没有识破的谜——如果有时间的话，这些都是你真正想做的事情。

挑选生命中的光彩时刻，并不总是那么容易。我们往往对自己的经历因为过于熟悉而忽视了它的价值。我们可能中学毕业，学了一门语言，驱车横穿全国，养育了几个孩子，试演了一场戏剧，自愿为一家慈善团体募捐，以及其他许多诸如此类的事情，我们往往想到成就而忽视了这些。在这样一个消费生活而不是享受生活的时代，有时，看不清哪些东西对我们重要，这并不奇怪。

在后面的章节里，你会发现对相同问题的诸多不同感受——这些故事都来自各个年龄段的人群，他们的经历或多或少，或有趣或严肃。当他们回忆自己的生活时，这些经历就会立即浮现出来。这些记录，都是从“2DO Before I Die”网站上精挑细选出来的。其中讲述的许多故事有些可能是你经历过的，而另一些则可能会给你带来灵感，引导

VIII ▲ 一生中要做的 10 件事

你探索新的可能事项。

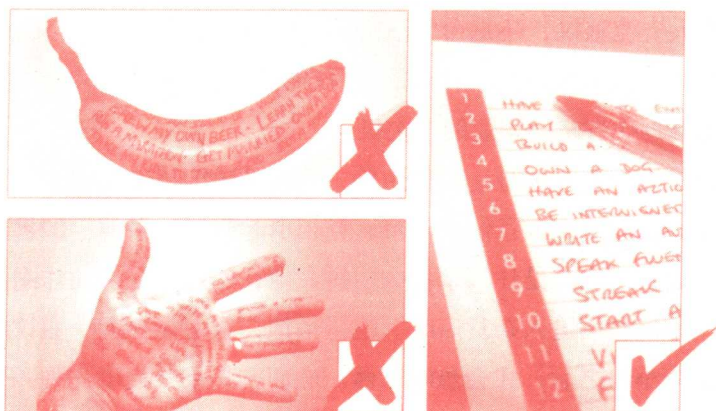


我们或许总喜欢等到自己白发苍苍、满脸皱纹之时，才想起如何评价自己的人生。到那时，我们会从漫长的人生中油然而生出许多感慨和睿智之言。看到我们都将走向垂暮之年，而且我们并不知道这一时刻什么时候来到，如果要确认我们朝着正确的方向迈进的话，那么在大限将至之前考虑这一问题就非常值得。

那么想象一下自己吧：在你生命终了之时，罗列诸多同样难以忘怀的时刻，沉思你将会达到目标的那些事项。

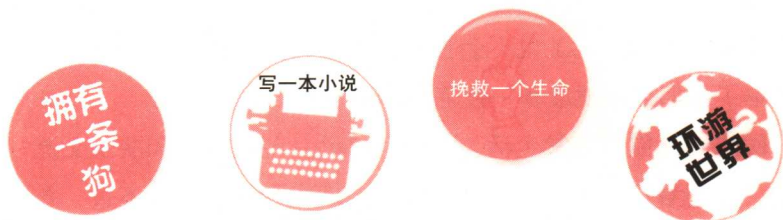
希望你身后留下什么样的回忆呢？是你从来没有徒步走过大峡谷，还是你写的一部小说，即使它从来没有得到发表？如果你时日不多，那么哪些事项会荣登你的行动清单？

当我们为生活的纷乱芜杂所困扰时，要想做出正确的选择可能很难，更不要说对什么真正值得追求和奉献做出决定了。从你希望留出时间享受最简单的日常快乐，到你一生都为之奋斗的目标，把它们一一罗列出来。想一想哪些事项真正引起了我们的好奇，激发了我们的想象，并让你沉醉其中？



在本书的后面，你会看到一张空白的行动清单，借助这张清单你可以在读后面章节的故事、问题和建议的时候，记录你自己的想法。这恰恰就像是许多人罗列的日常职责履行清单。不过，虽然这些职责履行清单在一天终了之时可能被扔进垃圾筒，但是你的行动清单却是你渴望一直保存的。

艺术家米开朗基罗在雕刻大卫塑像时，曾说过一句著名的话：我只是从大理石块中“解放”他——发现原本存在那里的东西。罗列一个行动清单并没有什么不同。它就是这样一个过程——一个掸掉文件上的灰尘、抑制静电干扰产生噪声、挖掘深埋于心底或者徜徉在大脑边缘的念头的过程。



无论你把自己看做是一个企业家、冒险家、持家能手、艺术家、

颓废文人、流浪汉，还是命中注定的失败者，你都有罗列自己行动清单的空间。你不妨就把它看做是书写自己美好记忆时的第一次尝试，或者是规划你选定的职业的一次机会。

这就像一个罗列纷乱的食品单。我们饥肠辘辘地走进一家商店，上千种商品立即映入我们的眼帘，竞相引起我们的兴趣。如果现在饿了，我们很可能就见什么拿什么，拼命地往购物车里装油炸圈饼和比萨饼；如果我们进入杂货店时，吃得很饱，很可能抓起一瓶饮料就走了，几个小时之后，才会想吃东西。然而，如果我们事先列一张所需要的食品购买清单的话，我们不仅可以购买足够的生活必需品，而且还可以选购一些新的风味来享用。这同样适用于行动清单。

但这并不意味着我们有能力购买货架上的所有商品，或者说我们本周或下一周都可以买到购物清单上的所有商品。不过，我们两手空空，忍饥挨饿，仅靠油炸面圈度日的可能性变得更加渺茫了。限制每天考虑的选择数量有助于我们把有限的时间、金钱和精力投入到真正渴望获得的东西上。罗列这样一份清单并不仅仅是要积累更多的“填充物”，而是要探索什么对我们是重要的。我们要根据对自己职责的理解来权衡个人需要。

如今，有许许多多的行动清单：最优 10 大事项；最优 40 大事项；紧急事项；暂可搁置的事项；无价值的事项等不一而足。不过行动清单并不相同，你的朋友不会替你列清单，你的父母、孩子、老板、生活教练或者本地的电工也不会替你列清单。只有你为自己罗列一张行动清单了。那么，就准备一枝笔和你正拿着的这本书吧。

回想一下你的日常生活。不妨问自己一些问题，和朋友交流一下想法，全新看待自己的生活——过去、现在和将来的。不过，首先，要给予自己充分的自由，去考虑——或许是第一次——什么才是你一生中所真正想去追求的。

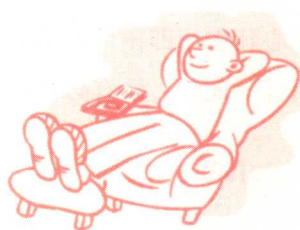
列入你行动清单的是什么



当你准备开始你的行动清单时，以下这些提示——仔细观察可以发现，很容易为人所忽视——会对你有所帮助。

要保持轻松

无论是到一家咖啡馆，点上许多支蜡烛，还是打开你音响里的“碰撞乐队”(The Clash) 摇滚乐，重要的是找到一个让你轻松自由，尽情思考的地方。



要做些准备

除了笔和纸之外，你可能发现手边有以下东西可以给你带来意想不到的帮助：地图册、通讯录、日历、相册以及你最喜欢的书……

利用本书后面的空白行动清单

因为可能会有一些令人酸楚泪落的回忆，所以我们并不赞成你在纸上写任何重要的事情。在本书的后面，你会发现有许多空白，在此，你可以写下你的行动清单。

要做你自己

你可以随自己的兴致怪诞不羁，多愁善感，乐观向上，肆无忌惮，体贴入微，怀旧凝愁，抑或单枪匹马独行天下。你對自己越真实，你的行动清单将越有用。

要有现实性

拥有 X 射线般的眼力，中得百万美元大奖，或者去火星旅行并不是没有可能。不过，在写自己的行动清单时，最好考虑一下现实的局限性。

大思，畅想

也就是说，要尽可能大胆地去构思自己的雄心壮志，即使你并不能保证你能够实现这些目标。此时，没有必要预测自己。

小思，入微

有时，细微之处惊雷乍现。在你的行动清



单上，有充足的空间罗列不经意的新奇之事和寻常经历。

要具体

假如你真正想要做的是“在希腊西海岸开一家信奉自然主义、以滑稽剧为主题的小餐馆”，那么“开一家餐馆”就不是你的全部所想。要把你的目标定得尽可能详细。

一人或多人参加的游戏

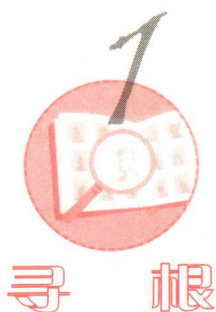
你的行动清单上所列的选择，仅仅是你个人做出的选择。如果和朋友交流可以带来新的想法。或许，从朋友那里，你会发现一些你愿意与其一起完成的目标。

罗列 100 个目标

这听起来是一个大数字，不过每部分可以写 10 个目标。你可以在整个过程中逢 10 停下来，不过，通常行动清单上的最后 20 个或 30 个最具启发性。



目 录



- 拥有一条船 \2
- 遇到儿时的偶像 \4
- 和另一代人度过一天 \7
- 见到了我的亲生妈妈 \8
- 重返滑板场 \11
- 挖掘儿时的珍藏品 \14
- 重返儿时的家 \15
- 追寻家庭渊源 \18



- 背包环游印度 \23
- 在意大利生活一年 \26
- 攀登富士山 \28
- 给笔友写信 \31
- 探索邻近区域 \32
- 横跨全美的公路之旅 \33
- 夜晚看彩虹 \36
- 在喜马拉雅山山洞里沉思 \38