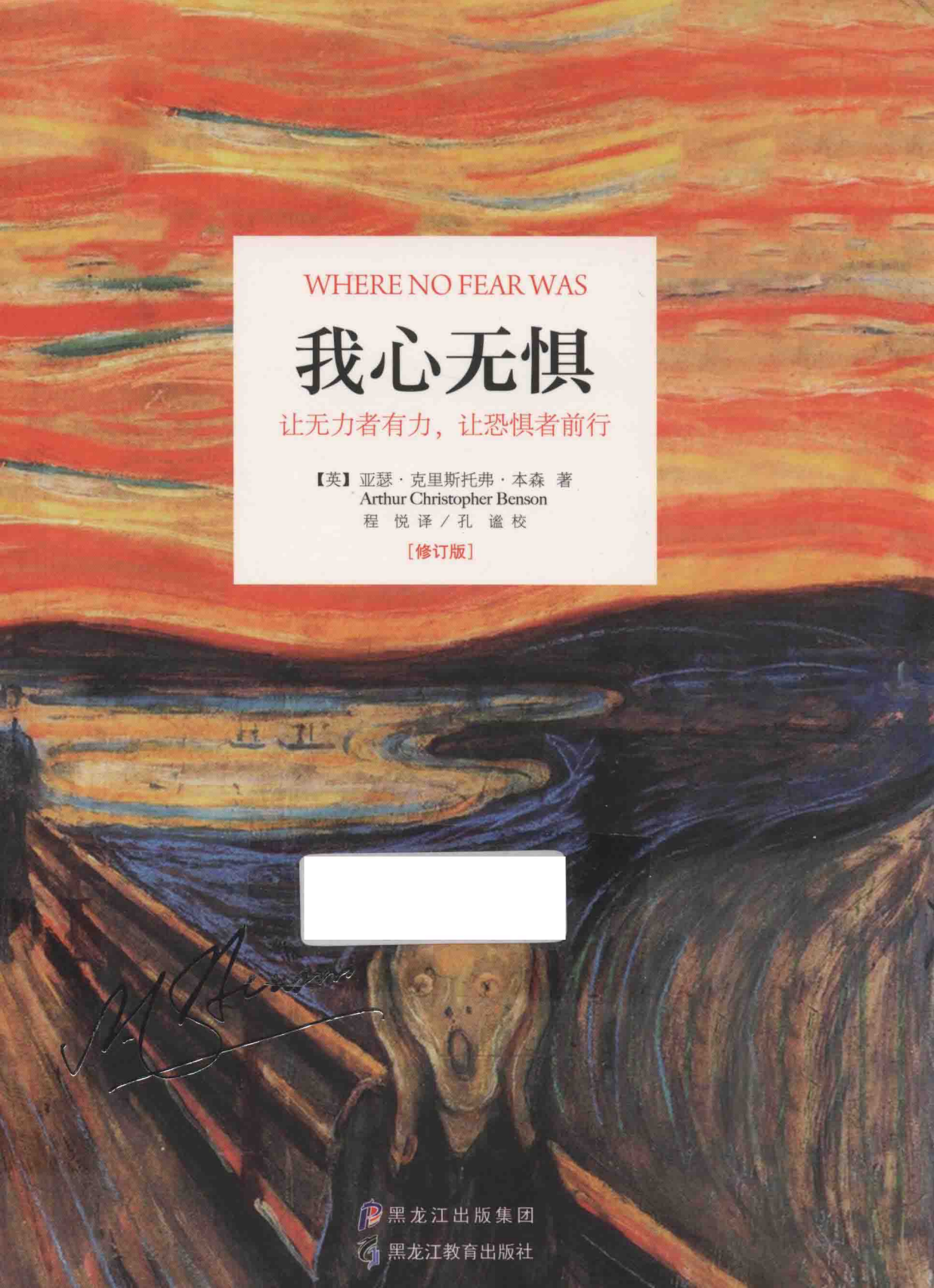




WHERE NO FEAR WAS

我心无惧

让无力者有力，让恐惧者前行

【英】亚瑟·克里斯托弗·本森 著

Arthur Christopher Benson

程悦译 / 孔谧校

[修订版]



黑龙江出版集团
黑龙江教育出版社

WHERE NO FEAR WAS

我心无惧

让无力者有力，让恐惧者前行

【英】亚瑟·克里斯托弗·本森 著

Arthur Christopher Benson

程悦译 / 孔谧校

[修订版]



 黑龙江出版集团

 黑龙江教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

我心无惧 / (英)亚瑟·克里斯托弗·本森著;
程悦译. — 哈尔滨: 黑龙江教育出版社, 2016. 7
ISBN 978-7-5316-8819-8

I . ①我… II . ①亚… ②程… III . ①随笔—作品集—英国—现代
IV . ① I561.65

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 158812 号

我心无惧

WOXIN WUJU

作 者	〔英〕亚瑟·克里斯托弗·本森 著
译 者	程 悦 译 孔 谧 校
选题策划	宋舒白
责任编辑	宋舒白 杨佳君
装帧设计	冯军辉
责任校对	徐秀梅

出版发行	黑龙江教育出版社 (哈尔滨市南岗区花园街158号)
印 刷	北京鹏润伟业印刷有限公司
新浪微博	http://weibo.com/longjiaoshe
公众微信	heilongjiangjiaoyu
天 猫 店	https://hljjycbsts.tmall.com
E - m a i l	heilongjiangjiaoyu@126.com
电 话	010—64187564

开 本	700 × 1000 1/16
印 张	12.5
字 数	121 千
版 次	2015 年 8 月第 1 版 2016 年 8 月第 2 版 2016 年 8 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-5316-8819-8
定 价	36.00 元

- 第一章 阴影 / 1
- 第二章 恐惧心理之种种 / 7
- 第三章 最阴郁的疑虑 / 13
- 第四章 软弱 / 17
- 第五章 恐惧的益处 / 25
- 第六章 童年时代的恐惧心理 / 32
- 第七章 青春期的恐惧 / 45
- 第八章 青年时代的恐惧 / 56
- 第九章 中年人的恐惧 / 62
- 第十章 老年人的恐惧 / 72
- 第十一章 约翰逊博士 / 86
- 第十二章 丁尼生、鲁斯金、卡莱尔 / 96
- 第十三章 夏洛蒂·勃朗特 / 112
- 第十四章 约翰·斯特林 / 124

- 第十五章 本能的恐惧 / 130
- 第十六章 对生活的畏惧 / 143
- 第十七章 简朴 / 155
- 第十八章 情感 / 162
- 第十九章 罪过 / 169
- 第二十章 宁静 / 179

第一章 阴 影

在生活中，只要我们尚未失去热情和活力，只要我们仍然渴望揭开人生的谜底，无论这渴望是时时萦绕在心头，还是间或闪现在脑海，每个人都难免会经历这样的时刻：回首往昔，我们既不唏嘘感慨，也不穿凿附会地生造出传奇经历聊以自慰，只是细细盘点那些逝去的岁月，追问自己，究竟哪些事情给我们留下了最真切、最明晰、最强烈的印象？在这个时刻，我们会翻检琐碎芜杂的回忆，尽力辨认出那些意味深远的往事，反省自己：在人生的哪个环节上，我们本可以换一种处世方式？哪些才是生活的重点？哪些在我们的

心灵深处留下了不朽的印记？以及哪些曾经深深地伤害了我们？人生之所以看上去扑朔迷离，其根本在于我们不能预先安排自己的命运。即便身在其时其境也无法判断，真正的欢乐、真正的危险、真正的忧伤究竟会发生于何处。很多事情，曾充盈我们的心灵，曾点燃我们的希望，曾成为我们的奋斗目标，曾激起我们无比强烈的渴望。而随着岁月的流逝，它们的颜色逐渐褪去，化为我们内心最微小、最空洞的幻影。就像我们翻书时偶然看到曾经夹在书页里的花，如今早已枯萎得面目全非。而对于当初采摘这朵花是为了纪念怎样一个不平凡的、令人内心激荡的时刻，却已茫然无从追忆了。

仅靠别人的指点，不可能获得任何真知。唯有付出相应的代价，我们才能真正省悟人生的道理。比方说，一个孩子即将踏上人生的险途，做父母的一个忧心忡忡，另一个泪水涟涟。他们会给出很多忠告，但此时的孩子并不理解，也不在意。他表面上在听父母讲话，可眼睛却盯着地毯，心里琢磨着：“那个蓝色的东西，造型真奇特，地毯的图案里到处都有这个东西，它到底是鸟还是花？噢，这肯定是一只落在树枝上的鸟！”盼着父母的这顿唠叨赶紧结束，他又瞧了瞧父亲手上的伤疤，想起家人告诉过他，那是父亲小时候在黄瓜架上受的伤。很久以后，直到这个孩子真的犯了错误，也尝到了苦楚，这才想起父母曾经的忠告和提醒。可这时他还会纳闷，当初父母怎么不把话

说得更明白些呢？

人生向来如此。就算我们都曾读过恰尔德·罗兰的故事^①，可如果眼前出现一座与故事里一模一样的阴森塔楼，我们仍将看不出其中的危险。必须像恰尔德·罗兰那样，亲自进去走一遭，品尝一下落入陷阱的痛苦滋味，我们才会醒悟，才会想起其实早有人警告过我们，此地暗藏凶险。

乔治·麦克唐纳德^②写过一本离奇而美妙的书——《梦幻集》。其中一个小故事给我留下的印象颇深：有个男孩在一座被施了魔法的森林里游荡，人们告诉他不要靠近食人怪的房子。他的向导，一个阴沉的年轻人，把他带到岔路口。尽管向导对其中的一条路感到疑虑不安，男孩却仍然选择了这条路。

就在不久前，他曾被树妖迷惑，被骗取了真情。虽然这件事使他的心情不再像刚出发时那么欢快了，但他后来毕竟从树妖那里逃了出来，并觉得自己已经从中吸取了教训。

最终，他还是来到了林间空地里的矮房子前，看到房子里有个老太婆在读一本古老的书。他走了进去，仔细察看屋子里的陈设。

① 出自英国著名诗人白朗宁的长篇叙事诗《罗兰公子》。——译者注

② 乔治·麦克唐纳德 (George MacDonald, 1824—1905)：苏格兰作家、诗人、基督教牧师，代表作有《莉莉斯》《幻想家》《公主与哥布林》等。——译者注

尽管别人的警告还在耳畔回响，可他控制不住自己的好奇心，打开了墙角壁橱的门。起初，他以为那只是个黑漆漆的壁橱。但是门开之后他大吃一惊，里面竟有一条幽深的通道，通往很远的地方，通道的另一端正处于繁星闪烁的夜晚。接着，一个人影，似乎刚刚穿越一个遥远的距离，转过墙角，放慢速度朝他走来。他来不及关上门，只好站在一旁给那个人影让路。那个人影从他面前经过，悄无声息地绕到他的身后。很快，他明白过来那是他自己的影子，映在地板上，停在他的脚边。他问，刚才是怎么回事？那个老太婆回答说：“你找到了自己的影子，很多人都跟你一样，也曾找到他们自己的影子。”那个老太婆本来一直在低头看书，现在说完这句话之后，便抬起头看着他。他发现老太婆满嘴都是白森森的獠牙，终于明白了这是个什么地方，急忙跌跌撞撞地逃出来，而那个黑色的影子便紧紧地跟着他。从那以后，他经历了好长一段忧伤的日子。在那段日子里，他的身后总是拖着一个令他痛苦不堪的影子。

很多人的经历，都可以用这则小故事来描述，而且再贴切不过了。这些人也曾迷惘，在遇到诱惑时放弃了最珍贵的东西，比如纯洁的心灵。他们获得了暂时的满足，但是很快就发现，有个阴影在紧紧跟随着自己，无论流下多少悔恨的泪水，忍受多少心灵的折磨，都无法驱散这个阴影。或许，只有随着时间的流逝，心灵的伤

口才能逐渐愈合，只有新的目标和忙碌的工作才能驱散这个阴影。但是即便如此，这个阴影也未必一定能够消除，哪怕已经走到生命的尽头。

但如果总是被这个阴影压抑着不能自拔，人就毫无尊严可言了。再怎么说明，这不过就是个阴影罢了。或许我们在初次遭遇这个阴影时毫无抵抗的能力，或许我们将忍受漫长而屈辱的日子，但这并不意味着我们将永远成为它的俘虏。我们绝对不能因为阴影的存在而虚度光阴、身心萎靡。因为我们至少确信一件事，那就是在战胜阴影之前，我们别无选择，只能竭尽全力与之搏斗，而且越早拿起你的剑，你就能越早迎来光明。

我们还必须懂得，能帮助我们走出困境的人只有我们自己。别人能做的只有同情和安慰，他们抚慰的是我们受伤的虚荣心，告诉我们眼前的危险与灾难其实并没有看上去的那么严重，还说我们犯下的错误并非无可弥补。但是他们谁也不能真正做到让我们不再身陷险境、心无懊悔。他们的安慰不能成为我们不敢正视困境的借口。他们至多不过是在鼓励我们重新振作起来罢了。

但是我们不能指望改变命运的法则。而且我刚刚说过，我们无法预见将来的危险，这就是命运的法则之一。无论那些过来人怎样绘声绘色地描述这些危险，无论那些爱我们的人怎样急切地警告我

们，我们都无法逃避这个宿命。因为，错误与困境是人生中最宝贵的经验。尽管身处困顿之时，我们会失去愉悦的心情，也无法判断何时才能苦尽甘来，但是我们至少能够反复地告诉自己：这就是真实的人生，人生本来就是这样。因为逆境可不是赏赏花、散散步、享受享受林间日光这样的轻松快乐之事，逆境是考验韧性、激发潜能、促人奋进的艰难时刻。只有这样的考验与磨砺，才能使我们更加明确人生的意义。当然，我们也可以做那些令人身心愉悦的事情。因为人生中的欢乐可以使我们热爱生活，热爱周遭的世界。而且我们也不必畏惧欢乐，我们可以尽可能地拥有它们、享受它们，因为我们所经历的一切，都是生活对我们的打磨与雕琢。

第二章

恐惧心理之种种

如今，每当回首往事我总能发现，有些经历仿佛糟糕透顶，可其实并没有对我造成什么伤害。当然，我曾经历的逆境也不过就是一个平凡人所能经历到的那些。但是，就如白朗宁^①所说，“作为一个介凡夫，我已经历足够的逆境”——失去亲人，对生活感到失望，所爱的人疾病缠身，自己也多灾多病，那些争吵与误解，人们对我

① 罗伯特·白朗宁(Robert Browning, 1812—1889): 英国著名诗人、剧作家，维多利亚时代代表诗人之一，与丁尼生齐名。代表作有《戏剧抒情诗》《环与书》、诗剧《巴拉塞尔士》等。——译者注

的怨怼、敌意与指责，以及我所失去的一切。我曾犯下严重的错误，也曾有负于自己的职责。我曾做了很多令自己懊悔的事，还曾经是个不可理喻、无情自私的人。其中很多事情都使我受到深重的伤害，使我陷入悲哀甚至绝望之中。但是我从不觉得这些事能给我造成本质性的伤害，甚至有些事还使我受益无穷。逆境使我变得耐心而勤奋，使我懂得有些事是自己必须要全力避免的。

但有一样东西却一直伤害着我。事实上，我常常深陷于此不能自拔。每当遇到这种情况，我就失去了力量，无法迈开步子继续前行。它就是恐惧。恐惧有很多名字，每个名字都让人厌恶——焦虑、懦弱、意志不坚。倘若放任自己的恐惧，人生将不会有任何收益。自从降生到这个世界上，恐惧就是我人生中的阴影，而且我相信很多人的人生中都存在着这个阴影。我想在这本书里追踪这个阴影，看看它的巢穴究竟在哪里，看看它那可怕的力量究竟从何而来，还要弄清楚人们应该怎样做才能抵御它的胁迫。置身于光明之中，这个阴影似乎虚幻不实。但是与它直面相对的时候，它总是具有一种力量，令人沮丧，令人麻木。它就像一个心怀恶意的人，对人施加可怕的魔法，使人丧失招架之力。但是说来也怪，我的人生中也有那么几次例外。当我真的有理由感到恐惧时，恐惧竟然失去了魔力。我这就举几个例子，大家很快便能明白我的意思。

有一次，我必须要做一个外科手术。事情来得很突然，我毫无思想准备。如果早知道要做手术的话，我会仔细猜测手术的每一个细节，会把自己搞得心惊肉跳、痛苦不堪。但是事实上，当那一刻真的来临时，我却看到自己从容地随着大夫和护士走到床边，仿佛是在探险，竟然乐在其中。

有一次我被派去协助两名向导抢救一位不幸坠崖的女士。我们的任务是，无论她仍活着还是已罹难，我们都必须把她带下山。我们带上一台轮椅，急匆匆地穿过松树林赶到山上，发现这位不幸的女士仍然活着，但是伤势非常严重：她的一只眼球已经掉出来，一只胳膊和一条大腿已经断了。她的外套碎成了布条，地上到处都是一汪一汪的血。那血多得超出我的想象，我很震惊人体怎能容纳下那么多的血。她的意识尚且清醒。我们必须把她抬到轮椅上，还得问清楚她的家庭住址。在询问过程中，她晕了过去。我只好继续努力带她下山，然后把这个坏消息通知她的亲属。如果事先有人告诉我那是个什么样的任务，我想我肯定不敢承担下来。可是这个任务来得实在突然，我无暇顾及太多，结果发现自己完全可以胜任这个工作，因此，我对自己的潜能深感不可思议。

还有一次，我被困在冰川上的一个缝隙里，身子半悬在空中，下面就是深不可测的洞穴。这个洞的底部是一条暗河，湍急的水流

正在冰面下的幽暗中咆哮着。我找不到任何支撑身体的东西，什么都抓不到也踩不到。我的同伴根本够不到我，更别说把我拽上来了。就在我快要失去知觉的时候，我听到自己的呼吸渐渐微弱下来，觉得自己肯定没有生还的希望了。但即便在一筹莫展的时候，我还是可以对自己说，非常诚恳也非常谦虚地说，我一点也不恐惧。只是有点担心自己死后，伊顿^①那边的事可能有点不太好处理。因为那时我是老师，不仅要照顾自己的孩子，还要负责一些学生的食宿。当然，身处困境时却考虑这些事情，并不是因为我故意想要转移注意力，好让自己能够平静地面对死亡。实际上，我的的确确没感到丝毫的恐惧。

还有一次，就在不久前，我要进行一次极艰难、极痛苦的会谈。会谈之前我紧张得烦躁不安。后来，又有一件事需要我去伦敦一趟。这样一来，我就有借口避开这次会谈了。就在开车去伦敦的路上我还在想，这次会谈可能谈不成了。可是我却突然意识到，自己对这次会谈其实非常挂念。毕竟我已经忍受了那么多煎熬，做了那么多的准备工作。如果这次会谈真的被取消，我反倒有些失望了。其实我还是期待着这次会谈的，想看看这次会谈究竟会进行得怎么样。

^① 伊顿公学 (Eton College), 英国最著名的贵族中学, 排名全球第一。1885年—1903年, 作者曾在此中学任教。——译者注

好奇的天性使我没有成为一个逃兵，我如期参加了会谈。这次会谈真的是糟糕极了，比我之前想象的还糟，但是一点也不可怕！

这四件事都给我留下很深的印象。如果要问在这几次事件中我的勇气从何而来，我当然愿意说，这是因为我拥有顽强的意志。但事实并非如此。前三件事发生得太突然，我没来得及多想什么。最后一件事使我在等待过程中焦虑万状、备受煎熬。但是到了最后，我没做一丁点的努力，恐惧就一下子全部消失了。在这几件事的过程中，我心里总是涌起一股强烈的感觉，感觉生命进入了更高的境界，感觉自己可以勇敢地面对生活中的任何挑战，我甚至渴望获得更多的磨砺。就在被卡在冰川缝隙里的时候，我对自己说：“原来大限将至之时，人的感觉也不过如此！”这样自言自语着，我心里平静极了。

由于有了这样的经历，一些在别人看来难以理解的事情，我却逐渐能够明白了。比如，历史上许多悲剧事件的主人公，最后不是被烧死了就是被绞死了。而在行刑的那一刻，他们却从容安详甚至满心喜悦。我确信，他们之所以有如此表现，是因为人类的生命中有某种成分是永生的，是超越于死亡之上的。因此，在面对死刑时，他们的心灵获得了源源不断的力量。在那种时刻，人的本能会比常识和经验更明智，本能会使即将死去的人们猛然醒悟：“所谓死亡，

其实不过如此。”面对死亡时，生命中固有的本能远比想象死亡时人们所做的各种推测更能揭示死亡的真相。这种本能使人们在极端的情况下能够看清事情的本质，让人们坚信，在绳子拉紧之时，火焰升腾之时，刀斧落下之时，有一样东西非但不会受到丝毫损伤，还会摆脱这具备受屈辱的躯壳，最终获得解脱。眼前的死亡不过是短暂的一瞬，此后我们还要进行更漫长、更重要的旅行。死亡仅仅意味着一个篇章的结束，以及另一个篇章的开始。当然，死亡也包含了某种卑微的成分，那就是人们的恐惧。开启新的大门，放弃熟悉的一切，这的确会使人惊恐不安。然而我却坚信，死亡既然是普遍存在的、不可避免的经历，那么它一定是一件非常简单也非常自然的事情。如果我们曾体验过死亡，那么在回顾这个经历时，我们一定会为自己曾把它看得如此重大、如此可怕而感到不可思议。