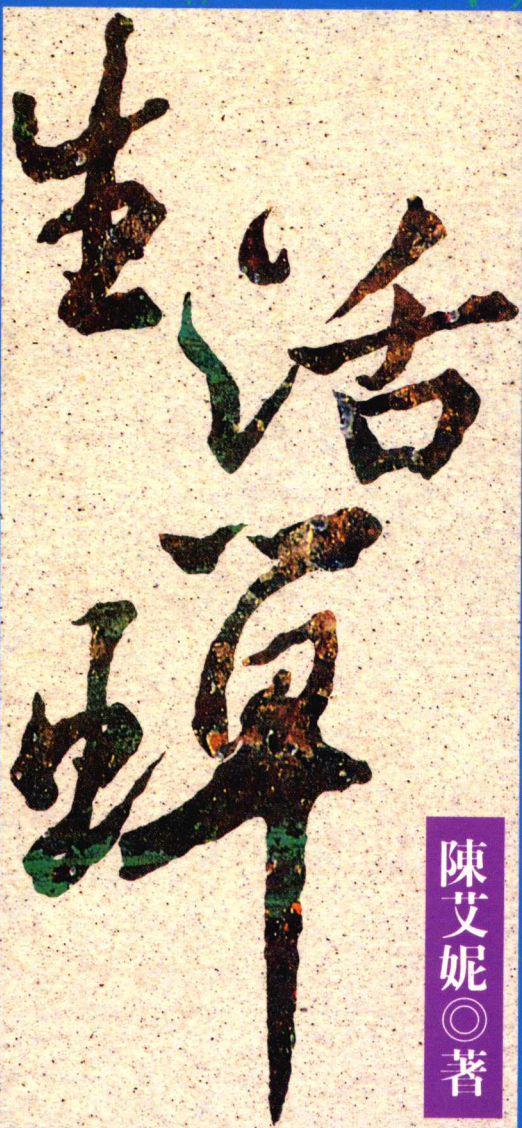


青年文庫〔第四輯〕

35



陳艾妮◎著

D43-51
204(35)

生活蟬——陳艾妮◎著

生活蟬

青年文庫〔第四輯〕

35





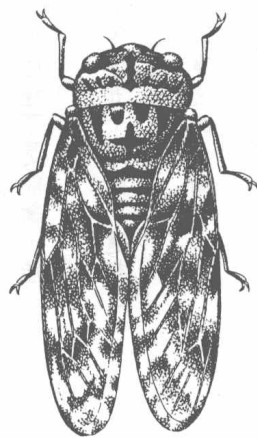
生

活

蟬

版權所有・翻印必究

做一隻「生活蟬」



只有生命激撞生命，才能產生最深刻的生命體驗。

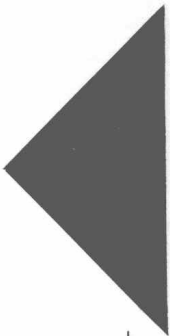
我得到這種體驗，全拜中年以後的意外再次懷孕。小生命的到來讓我看清楚，人的「壽命」究竟是什麼。

我們都該及早想清楚：再親密的人，彼此能相守的時間其實很有限。

小女兒遲在中年以後才來向我報到，使我在規劃遠景時悚然發現，自己已經像是站在高峯的登山者，往前一看，已經是一路下坡的「歸程」。

過去，我有許多構想，長年放在心中，總是想，不急嘛，再等幾年。

過去，我想寫一些遊戲文章，題目都成形了，總是想，不急嘛，以後再說。過去，我一直擱置在一旁的志趣，總是想，不急嘛，退休以後再



說。

不急，是因為本來就已經忙不過來，更因為，我和大多數人一樣，潛意識中總以為，「來日方長」。

結果，這些並不算是奢侈的構想、文章、志趣便成為心頭一種隱形的沈甸，使我在許多成就之中，仍感若有所失。

這種「若有所失」，曾經讓我以為，是我的不知滿足。

現在，爲了小女兒盤算，我自問，真的「來日方長」嗎？

台灣的女性人口平均壽命是七十八歲，但是，誰能爲我打包票，保證我可以達到那個壽命？

而如果我幸運地活到那個歲數，也就是說，女兒在三十多歲就不能再擁有母親的愛；而就算是達到那個壽命或更高壽，那也已經不是能衝、能奮鬥、能意興高昂的年紀了。

在今天的社會裡，年過四十，求職都不容易了；年過五十的話，還想創業、轉業的話，勝算及社會的接受性，都大幅度降低。

像美國前總統雷根能在七十二歲才當上總統，開展事業的大局面，那

畢竟只是千萬人中的少數特例。

明白了，熱情生活，就是把握當下，就是在有生之年投入自己的志趣。

因為愛女兒，開始更愛自己；除了保重自己，希望自己長壽以外，更愛護自己，把想做的、未做的都拿起來做。

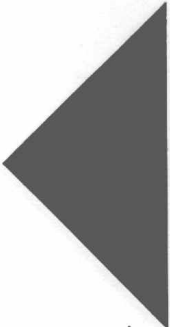
我不再期待長遠，我不再等待。想發揮的理想及興趣，要做，就是現在，以免因為等待而終究沒做而遺憾。

有一次，林清玄上我的廣播節目談到他的未來，他說，「我不計劃太遠的未來，我只好好過眼前的生活。」可是這樣的人，一年三百六十五天之中，竟然接了一百七十多場演講。我問他何以能沒有心理負荷？他的回答，就是因為不去想、不去耽憂太遠的事。

現在明白了，一個把握當下的人，結果是可以比步步為營，深謀遠慮的人做更多的事，而且，可以沒有太多的心理壓力及得失計較。

把握當下，盡情盡性吧！一面兼顧帶女兒，一面善用所有可用的時間，不再思前想後，不再左怕右懼，我真的做了更多——我竟然在緊湊的





這段時間，寫了比過去多的專欄，主持了電視節目、開畫廊和書法班，更高興的是，終於開始做自己最喜歡的——寫毛筆字和畫畫。

因為，我做完一件，再做一件，踏實做事，不擔心事，結果就做了很多。

爲了多做，我逐漸放棄好些過去我認爲「不能放下」的東西。而在「捨」之後，「得」到一些小構想小心願的實現，都帶給我大快樂。

而且，爲了趕快去做那些我愛做的事，做起那些例行的瑣碎事，更是快了起來。

明白了，像了一隻嘹亮高歌的蟬，熱情歌頌生命的智慧及喜悅，讚美一季華美富麗的夏天，這就是「生活蟬」。

「蟬」的境界也許非我所能企及，「蟬」的快樂却是我所願追求的。

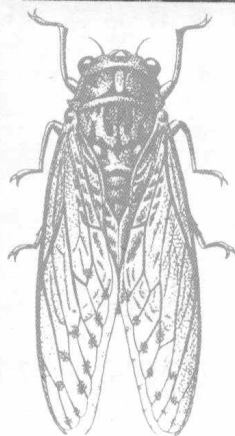
我願做一隻「生活蟬」！

不知你是否也願做一隻活在當下鳴唱生命的「生活蟬」呢？



生
活
蟬

目錄



做一隻「生活蟬」 自序

1

【生活蟬】

生日快樂

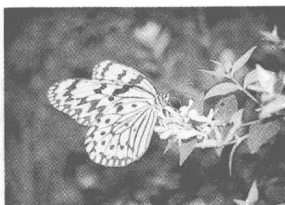
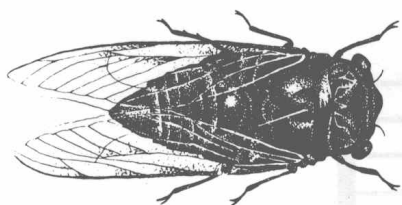
謝謝

真正的承擔

自我溝通

對號入座

15 10 6 4 1



目錄



20粒感冒藥	有選擇的人生	兒子的小手術	選戰中的女子	不能勉強	不要勉強	看開、站開、放開	有心喝茶	衆生有病	一葉知秋	一種生活	壓力請上座	現代閉關	工作強者	吃飯睡覺	幫半忙	第六感最愛	被拒絕的禮物
73	69	66	63	59	55	53	50	47	44	41	37	34	31	28	24	21	18

陀螺、經濟動物與電腦終端機

行勸勇者

閉口關

恐懼癥候羣

畫布的命運

浮萍人生

【人生有四】

人生有四

人生江湖四條船

花海心情

自己的孩子自己愛

照片日記

起向高樓撞曉鐘

燃燒的太陽

文字緣

追求最愛，四十不晚

愛誠館誌

137 134 130 127 122 117 113 109 99 95

92 88 85 83 80 77



生日快樂

祝你生日快樂！

一年有三百六十五天，碰巧在今天是生日的人，最多也只有三百六十五分之一，那麼，為什麼我對每一個人都說「生日快樂」呢？

很簡單，在今日之我看來，「有生之日」的每一天，就是「生日」！尤其是每逢舊一年的結束與新一年的開始，尤其是在每個中國人心目中真正的新年——陰曆年時，大家在習慣性的環境打掃外，也該在心目中也做除舊佈新的工作；西方人把這種新展望叫做重下決心（resolution），在東方的文化裏，則是本來就極度強調的「自省」工夫。

古人所要求的「一日三省吾身」，今日能有幾個人做得到？一年到



頭，能夠誠實地想想過去一年做了多少錯事、做了幾件對事、是否造成遺憾、還是曾經不枉歲月、造福了人我？這種「年度反省」，已是現代人不能再簡省、必須認真做的功課了。

在新一年的開始，讓我們反省一下自己的生命品質如何？讓我們看看整個大環境裏的人羣，自己得天獨厚的幸運又有多少？當然，認真反省的結果，一定會想起許多懊悔，喚起更多珍惜；讓我們面對過去的一年，甚至所有的過去，只把美好的記憶留下，向痛苦的事件與錯誤的行為說再見。

「下決心」從新的一年第一天開始，做一個新的人，那麼，這一天，就可以是你的「生日」！

不讓過去的陰影繼續控制自己，只讓過去的教訓成為經驗的老師，引導我們走上一條光明而快樂的路，只要我們把握可以重新開始的時機——真正是自己生日的那一天也好，陽曆新年的元旦也好，陰曆年的正月初一也好，都可以是你新生的「生日」，只要你有勇氣在內心立下除舊佈新的誓言。

而真正有決心努力求新生的人，那一天不能成為生日呢？再大的錯誤，若能及時懸崖勒馬；再深的悔恨，若能試謀懺悔補救，是自己願給自

己新生；而別人，也會願意給你機會的。

問題只在：你願不願意選擇一個新的「生日」？願不願意使自己再次感受到生日的快樂？

經常能夠反省，勇於再次起步，這樣的人，不是生日，也可以快樂。每天都抱著新生的感受來過每一天，這樣的人，天天都可以是生日。

在新的一年開始，祝福你生日快樂！

只要我們願意，天天都可以是生日！

向過去說再見，向未來說歡迎，此時此地，今日今天，就是我們的快樂生日！

謝謝

長年以來，編輯、邀稿、用稿、寄稿費，已經成了一種公式化的例行工作。

長年以來，稿費寄出了，一紙紙收據填好寄了回來，也直接轉到會計部門去做帳，似乎便與我無關了。

却在這一個月，婦女文摘的稿費寄出後，收到了兩份謝卡式的收據。一個，是「面相的故事」作者飛雲山人親手寫了一張小小的卡片，還加蓋了印章，只為致謝收到了稿費。

另一個，是一位並不挺熟悉的作者，用小小的謝卡寄來謝意，卡上的字句是「謝謝你帶給我的好運」。



這兩張小小的卡片，讓我心中簡單的一種情愫開始復蘇——真的，「表示感謝」，似乎在我們的生活中逐漸陌生了。

長年以來，寄贈自己出版的雜誌給一些朋友，可是，真的極少有人會打一通電話、寄一張小卡片來表示謝意。稿費雖然微薄，但也是一種緣份，可是這些年來，也少有收到稿費的人專程來致謝的情形。

想到這裏，不禁汗顏起來，因為，將心比心，這些年來我收到了報紙專欄的稿費，不也是不曾記得表示感謝嗎？

大家都不再記得表示感謝，也許，是都認為「理所當然」，也許，是因為我們真的「太忙」了。

我特別喜歡卡片上的那句「謝謝你帶給我的好運」，因為，我們習慣說的是「祝你好運」，然而如果仔細想想，這一句，那裡及得上「肯定對方已經帶給自己好運而致謝」更能表達自己的謝意及好意呢？

想到這裡，我覺得愧對那些向我盛情邀稿的人，因為我欠了他們很多次該表達的謝意。

甚至，我認為凡是看我的文章的人，我也應該感謝。

謝謝，這兩張小卡片，恢復了我感謝的心情。

謝謝寄卡片給我的人，也謝謝看這篇文章的人。謝謝！