

拥抱逝水年华

How Proust Can
Change Your Life



〔英〕阿兰·德波顿 著

Alain de Botton

余斌译

拼抢逝水年华

How Proust Can
Change Your Life



〔英〕阿兰·德波顿 著
Alain de Botton
余 斌 译



上海译文出版社



图书在版编目(CIP)数据

拥抱逝水年华 (英)德波顿(de Botton, A.)著;余斌译.

上海:上海译文出版社,2004.4

(德波顿作品系列)

书名原文:How Proust Can Change Your Life

ISBN 7-5327-3266-5

I. 拥... II. ①德...②余... III. 长篇小说-文学

评论-英国-现代 IV. I565.074

中国版本图书馆(CIP)数据核字(2003)第112388号

Alain de Botton

How Proust Can Change Your Life

Copyright © Alain de Botton 1997

Chinese (Simplified Characters only) Trade Paperback

Copyright © Shanghai Translation Publishing House, 2004

Published by arrangement with Alain de Botton through

Intercontinental Literary Agency and Big Apple Tuttle-Mori Agency

ALL RIGHTS RESERVED

作者个人网站:www.alaindebotton.com

图字:09-2002-320号

拥抱逝水年华 [英]阿兰·德波顿/著 余斌/译

上海世纪出版集团

译文出版社出版、发行

上海福建中路193号

易文网:www.ewen.cc

全国新华书店经销

上海市印刷十一厂印刷

开本 890×1240 1/32 印张 6.75 插页 3 字数 125,000

2004年4月第1版 2004年4月第1次印刷

印数:00,001—10,100册

ISBN 7-5327-3266-5/I·1904

定价:13.80元

本书中文简体字专有出版权归本社独家所有,非经事先同意不得转载、连载或复制
本书如有缺页、错装或损坏等产重质量问题,请向承印厂联系调换

权作译序

余斌

眼前的这本书，直译名应为“普鲁斯特怎样改变你的生活”，书中的九个章节，都是以 HOW 打头，从怎样读书，怎样交友到怎样谈恋爱，一一开出方子。根据这个纲目，我们大可推断这是一部励志书，或者换个说法，准生活教科书。是吗？——也是，也不是。

《科克斯书评》上有人撰文赞道：“德波顿浑不费力，谈笑之间即胜过布鲁姆、丹比对经典名著的品评”，似乎视之为文学批评。《每日电讯报》上的书评说得更为斩截——“此书引人入胜，实属多年未见最为有趣的文学批评之作。”《出版人周刊》上说：“德波顿写活了普鲁斯特，读德波顿的普鲁斯特，是极愉快的经验。”似乎又看作普鲁斯特的传记或准传记。《星期天快邮》上的书评说：“德波顿把严肃的哲学思考、给恋人的建议及文学上的见解，当

作彩球抛向空中做杂耍表演，令人叹服。恰是此种表演，令他置身于欧洲机智、婉妙的文学传统之中。”虽语涉多面，落脚却在幽默文学的传统，当然是将其看作了一部上佳的小品文。说法不一，各执一端，哪一说为是？——都不是，又都是。

这是一部关于《追忆逝水年华》的书。书中有大量的引证、摘录，有对普鲁斯特笔下人物、情节、场景的描述、分析和品评。德波顿对普鲁斯特的巨著烂熟于心，不唯人物的拿捏、风格的把握，甚至书中最长句子可达何等长度也算得毫厘不爽。含英咀华，剔隐抉微，他出入书里书外，跳搯不已，于书中所述信手拈来，引申延展，发为高论，每每别有会心。若谓赏鉴含玩也是批评一义，此书正不妨当作“另类”的文学批评，或是读《追忆逝水年华》的一部心得。但是作者无意于文学评价，甚至也无意做文学意义上的导读，——《追》书固为文学名著，在他那里，却首先是一部人生之书。七卷洪文，权当普鲁斯特写在人生边上的脚注，他这里再来注上加注，从中演绎出一套完整的生活哲学、处世态度。普书因此成为通向德波顿就人事各端生发议论的跳板。

这是一部以普鲁斯特为主角的书。普鲁斯特的大名，几乎出现在全书的每一页，普鲁斯特的性情脾性，浮现在德波顿的字里行间。德波顿似乎谙晓关于普鲁斯特的一切，不仅了然种种生平故实，还知道普氏诸多怪癖和鲜为人知的细枝末节。普鲁斯特的家庭，《追忆逝水年

华》出版的经过，人物的原型，他的恋母，他的同性恋倾向，他的哮喘病，他娇嫩无比的皮肤，他的喜好奢华，他第一次冶游领受的难堪，他与詹姆斯·乔伊斯尴尬的会面，乃至他在巴黎的电话号码，他付小费的作派……作者均闲闲道来，谈得津津有味。凡此之类，林林总总，岂不是传记的好材料？然而德波顿显然无心给普氏做传，考订事实既非其所欲，写成一本轶事汇编，同样非他所愿。《拥抱逝水年华》并非关于普氏的“戏说”，但若想了解普鲁斯特的一生，此书决非上选。普氏生平种种，均被掰开揉碎，纳入作者议论的人生事项，如此如此，这般这般，拿普鲁斯特开刀，拿普鲁斯特说法，以普鲁斯特解《追忆逝水年华》，以《追忆逝水年华》解普鲁斯特，人书互证，竟是要向我们提供生活的参照。

这是一本风趣的书，然而里面不乏一本正经的教诲之言。

这是一本教训之书，然而全书贯穿着揶揄调侃的语调。

……

最后，只好说这书于各种成分兼而有之，德波顿摊开大包小包关于普鲁斯特的资料，指指点点，评头论足，谈文学也说人生，开宗明义，曲终奏雅，声明要给读者上一堂生活的咨询课。硬要归类，也许就得拖泥带水说成这样：“一本索解普鲁斯特生活智慧，出诸小品风格的励志书。”

励志之书，坊间多有，大费周章方得归宗定性，说明此书与通常励志书大大不同。借名著，借“模范”人物明生活之理，算不得德波顿的创意，奇的是放着无数名著名人不选，他偏偏挑中了普鲁斯特和他的书。普鲁斯特诚然是举世公认的文学大师，现实生活中他却是彻头彻尾的失败者。进取、乐观，普鲁斯特的身上看不到，健康、自信，到他那儿去找肯定找错了地方。门窗紧闭，足不出户，他终日盘踞床上，坐拥种种疾病，时时为了失眠、伤风、便秘之类担惊受怕，屡屡宣布自己已然死期不远。人生诸项，于他几乎是一连串失意的连缀：著书无人赏识，爱情全无着落，至于他看重的友谊，他那些社交场上频频聚首的朋友对他寄赠的书稿甚至翻都懒得一翻。而立之年他的自我评价是：“没有快乐，没有目标，没有行动，也没有抱负。有的是已经到头的人生路，是父母忧心忡忡的关注。没有什么幸福可言。”直到写出《追忆逝水年华》，他还不住地嘀咕：但愿我能更自信一点。这么一位“没有幸福可言”，从生理到心理都有必要请人咨询的人来充我们的人生指导，是否有点搞笑？

普鲁斯特本人却担保，他虽终日与病相伴，生活中一无所获，却有能为他人献上摆脱痛苦，求得幸福的良方，并且这是上天赐他的“仅有的才能”。说这话时，普鲁斯特于谦抑中倒含着一份自信。他的资格是从痛苦与失意中来，他相信“快乐对身体是件好事，但惟有悲伤才使我们心灵的力量得以发展”。他并且以病为例：“病痛让

我们有机会凝神结想,学到不少东西。它使我们得以细细体察所经之事,若非患病我们对之也许根本不会留心。一到天黑倒头便睡,整夜酣眠如死猪的人,定然不知梦为何物,不惟不会有了不得的发现,即对睡眠本身也无体察。他对他正在酣睡并不了然。轻微的失眠倒让我们领略睡眠之妙,如同黑暗中投下一道光束。”德波顿服膺这逻辑(痛苦与智慧间的辩证法),坚信普鲁斯特从失意、痛苦中酿出的,正是人生的智慧。普鲁斯特有言,获得智慧的途径有两种,一种是老师传授,毫无痛苦,一种得自生活本身,充满痛苦。他认为得自痛苦的智慧方是真知。准此而论,普鲁斯特就似百病成医的高人,患过的病痛不惟不足为累,反倒是他开方抓药的资本。他给世人开出的方子至详至备,便是煌煌七卷、数百万言的《追忆逝水年华》。依德波顿之见,此书“并非一部感叹韶华易逝的感伤回忆,而是一个切切实实,具有普遍意义的故事,它告诉人们应该怎样停止生活的浪费,该怎样去领略生活的美妙。”

普氏千言万语,却有片言据要。德波顿拈出的“别太快”三字,就是通向普鲁斯特生活智慧的秘钥。当他人描述某人某事某物之时,普鲁斯特总嫌其讲得太快,“别太快”成了他的口头禅。这固然见出他对细节无比的兴趣,他的生活态度实亦暗寓其中。“别太快”即是放慢脚步,细细品尝生活的滋味。“抓住现在”似乎是要只争朝夕,“别太快”念的则是“慢”字诀,二者岂不相犯?殊不知在

普鲁斯特看来,惟有放慢节奏,才可领略生活的妙处,惟有领略到生活的妙处,才是对“现在”的真正占有,生命才不致沦为无谓的浪费。普鲁斯特式的幸福生活不重外在的成功,重在对生活的体验。酒肉穿肠,美食落肚,都不算数,齿上留香,舌有余甘,回味咀嚼,才当得起体验二字。未加咀嚼的日子,等于白过;未浸透体验的生命,等于白活。“快”是技术,通向外在的攫取和占有,“慢”,才是真正的生活艺术。德波顿告诉我们一桩趣事,英国某海滨度假区搞过一次“全英普鲁斯特小说梗概大赛”,要求参赛者十五秒内概述《追忆逝水年华》的内容。此举纯属游戏,当作象征去看,却又恰好暗示了我们粗鄙的状态——我们活出的,往往只是一个生活的梗概。普鲁斯特提示的活法,则是要活出生活的全过程,生活全部的细节。

普鲁斯特拒绝梗概式的活法,同时也拒绝梗概式的阅读。阅读是普鲁斯特生活中的一大关目,德波顿书于此也是致意再三。普氏的阅读不仅是书本,还有绘画、报纸,以致火车时刻表,读法却是一般无二,要点是联想,是建立与生活间的联系,是与人生的参证,终而至于经验的获得与延伸。艺术与生活的关系可以玄而又玄,德波顿理解的普鲁斯特却是将其还原到朴素,阅读处处与生活的体验接壤。触摸生活在普鲁斯特那里是阅读的第一义,倘若书本不能唤起我们对身边世界的兴趣,倘若它不是引领我们去拥抱生活,反成鲜活人生的阻隔,或者干脆

取而代之，那就宁可弃书不观。“弃书不观”恰是该书最后一章的标题，一本谈论普鲁斯特的书以此作结，未免出人意表，然而由此彰显的，或者正是《追忆逝水年华》的本意：一切的一切都指向生活，指向对生活的体验。

关于生活，普鲁斯特还有何忠告？德波顿寻绎人物故事，结合普氏生活实况，又以书信文章中采撷的吉光片羽相互发明，爬梳演绎，给出的答案看上去还真是“切实”。宏观者如抓住今天的享乐哲学，琐细者如选医生的妙招，传情达意的诀窍。德波顿甚至代“圣人”立言，模拟普鲁斯特，对恋爱的新奇感能维持多久，首次约会该怎样着装、谈话，婚前性行为有益无益之类的问题一一作答。但若当作实用手册去读，我们就是舍本逐末，愚不可及。

万勿以为德波顿挟了普鲁斯特的“圣旨”，来对我们做布道式的演讲，尽管开列多项，他却也不是在给我们提供尽可照此办理的生活建议。德波顿既不耳提面命，甚至也谈不上循循善诱，教师爷的身份，一定非他所喜。有评家说，德波顿虽是英国人，书中洋溢的却是法国式冷静的机智。法式幽默抑或英式幽默，无须辨它，反正西人的写作，自蒙田以降，有轻松风趣，娓娓而谈的一路，德波顿无疑是这一脉的流裔。以诙谐风格、随笔（小品）笔调写励志之书，确为《拥抱逝水年华》建立起此类书籍的“另类”格调。德波顿以写小说成名，其小说《爱情笔记》即在中国亦颇有人缘，但他情之所钟，端在随笔。其次接受访谈时他给《爱情笔记》等书定位，说是随笔风格的小说，或

曰参以小说笔法的随笔,《拥抱逝水年华》是他第一部非小说之作,自可将随笔作手的本色,尽皆表露。

励志之书,易成高头讲章,随笔的特点,却在其轻松随意,德波顿的手腕,常见于对正经与幽默二者善加调理。从头至尾,他写来亦庄亦谐,游走于说教与游戏之间。普鲁斯特固然是文学圣殿中的神明,德波顿却将他从云端拉到凡间俗世,让他和芸芸众生一起,面对日常生活中种种的琐屑烦难。此时的普鲁斯特与常人无异,怯懦、笨拙、矫情……常人的弱点他几乎都有;失意、孤独、病痛……常人的不幸他亦一一经历。德波顿缕述普氏生平种种,时有打趣调侃之语,有的时候,他简直就像是在拿普鲁斯特开涮。但是谑而不虐,先抑后扬,德波顿终不忘说教之旨,滑稽梯突,假语村言,不掩普鲁斯特对生活的虔敬之心,反衬出普氏从寻常情境中蒸馏出的人生慧见。而一旦转入普氏对人生的慧见,德波顿即变谐语为庄语,反复申说,惟恐不能尽意。借着庄谐杂出的笔调,他将《追忆逝水年华》与普鲁斯特生平点滴打成一片,同时也完成其人其书与你我日常生活的转换钩连。

此书原本有一副标题:“——不是小说”(HOW PROUST CAN CHANGE YOUR LIFE: NOT A NOVEL)。既然其非小说性质一望而知,德波顿画蛇添足多此一笔,或者意在强调“普鲁斯特改变你的人生”之说,并非游戏笔墨。果然如此,书名就可译作“普鲁斯特改变你的人生——并非天方夜谭”。德波顿于此是严肃正经,推心置

腹,还是故神其说,游戏三昧?《纽约时报》上的书评倒是言之凿凿:德波顿“成功地向我们展示了普鲁斯特小说的精华”;“普鲁斯特巨著可作励志之书?没错”。媒体上的书评常常张大其辞,普鲁斯特之博大深邃,是否尽在德波顿掌握,我们可以存疑。化普氏巨著为人生俗讲、街头哲学即可助我们改变人生?一册小书哪有此等法力?但是,见识见识人间普鲁斯特,可以会心一笑,领略领略普氏人生疗法,不为无益。如若神游普鲁斯特的世界可以比作从我们已然麻木的生活的“出走”,那就不妨借用张爱玲关于“出走”的一个比方:我们未必就能走近日月山川,然而即便是从后楼走到前楼,换一个风景,也不错。

目录

· 权作译序 余斌 / 1

一 抓住现在 / 1

二 读书为己 / 8

三 优哉游哉 / 28

四 直面痛苦 / 48

五 传情达意 / 87

六 交友之道 / 106

七 心胸豁然 / 135

八 享受爱情 / 163

九 弃书不观 / 178

一 抓住现在

弄人的造化让人来到世上,惟一的似乎就是让他受罪,果然如此,我们就得为自己对此项使命如此热衰,去向造物主表功。受罪的来由数不胜数:疾病缠身,情场变幻,朋友反目,世态炎凉,还要加上因生活千篇一律而生的郁闷麻木。痛苦既如此之多且没完没了,我们自然巴不得早点死了拉倒。

在上世纪二十年代的巴黎,想找份报纸看看的人或许会随手翻开一张名为“不妥协”的报纸。这家报纸刊载新闻追踪、都市花边消息、分类广告、尖酸刻薄的社论,且以此享有名声。该报还另有一招,即隔三岔五弄出些不着边际、大而无当的问题,让法国的名流作答。比如,“尊意以为对令媛当施以何种教育为佳?”再如,“您对改善目下巴黎交通拥挤状况有何高见?”1922年夏天,报上给撰

稿人出了这么个挖空心思出来的问题：

一位美国科学家宣称，世界末日即将来临，至少这个大陆的大部将被毁灭，遭此巨变，数十亿人将难逃一死。倘该预言应验不爽，在确知死期不远到死亡降临这段时间里，你认为人类对该预言会做出何种反应？再者，据你所想，你在这最后的时刻会做些什么？

第一个面对这人类、地球均遭没顶之灾的惨淡图景做答的名人，是位名叫亨利·波尔多的知名文人，此人现已无人问津，当时却是大名鼎鼎。他断言，预言会令大多数人乱作一团，径奔离得最近的教堂，要不就是窜入最近的卧室。他本人则不会狼狈至此，他会利用这最后的机会去登山，尽赏阿尔卑斯山美景，礼赞奇妙的大自然。另一做答的巴黎名流是位叫贝尔特·鲍维的名伶。她没说自己将有何举措，倒是要让读者来分担她有点不大好说出口的隐忧——男人对其行为的长远后果没了任何顾忌，岂不是要变得无法无天？此种论调颇令人心寒，对另一名人弗莱雅夫人来说却是“深得我心”。弗莱雅夫人在巴黎以善看手相闻名，据她判断，在末日将临之际，人们没工夫沉思来世，他们及时行乐尚且不及，哪会想着修炼灵魂，以待来生？——她真是不幸言中，另一作家亨利·罗贝尔兴头头地宣布，他要尽情享乐，去玩最后一局桥牌，去打最后一场网球、最后一场

高尔夫。

最末一位就临终计划发表高论的名人是个离群索居、唇上留须的小说家，没听说他对桥牌、网球、高尔夫之类有何兴趣(虽说他曾试着下过一次国际象棋，且靠别人帮忙，放过两回风筝)。此君生命最后的十四年是在一张狭窄的床上度过，这十四年他的常态是身上覆一堆薄薄的毛毯，就着床边一盏微暗的灯，写他那部长得令人称奇的小说。小说名为《追忆逝水年华》，自打1913年第一卷问世，已然被推为经典之作。一位法国批评家认为作者可与莎士比亚相提并论，一位意大利批评家则把他比作司汤达，另有一位奥地利公主，甚至愿意与他谈婚论嫁。不用说，此人就是马塞尔·普鲁斯特。普鲁斯特并非自视甚高之人(“但愿我能对自己的估价高一点!——可叹，那是不可能的”)，有一次甚或将自己比作一只跳蚤，又曾将自己的作品形容为一块让人无法消受的牛皮糖，不过他还是有理由感到满足。有位出使法国的大使，也算是见多识广，不轻许人的了，他就认为，该给普鲁斯特颁发文学大奖，即使不是马上。大使如此描述普鲁斯特：“他是我所见过的最不寻常的人——甚至赴晚宴他也穿着长外套。”

普鲁斯特给报纸投稿很热心，并且总是一副游戏心态，他将对《不妥协报》前述问题的答复寄给报社，同时还

将他的那番末世论寄上一份给那位美国科学家：

果如你所言，我们都将面对死亡威胁的话，我想生活对于我们会忽然变得美妙。想想吧，因为我们的懒惰，总想着来日方长，做什么事都能拖则拖，竟致那么多的计划、旅行、恋爱、对人生的探究与我们失之交臂，未见实行！

但是让这预言永远别应验吧，一旦恶运不再，我们的生活将是何其美妙！啊！只要这一次世界末日并未降临，我们该再不会错失良机，我们会去参观卢浮宫的新画廊，去拜倒在某位小姐的脚下，去启程做一次印度之行。

大难不至，我们就会什么也不做，我们会发现自己又回到日复一日的平庸生活，生活的欲望在此消磨殆尽。但是要热爱生活，抓住现在，我们无需等到大难临头。想想这一点就足够了：我们是人，终有一死，也许今夜死神就会将我们带离人世。

当我们明白死亡正在逼近之时，对生命的依恋之情就会油然而生。这意味着，问题或许不在我们因其单调冗长、不见尽头而觉兴味索然的生活本身，而在我们每日对生活采取的态度；我们的不满与其说是起于对往昔无可奈何的追悔，不如说是起于我们似乎理所当然的活法。一旦明白人终有一死，放弃了永生之念，我们会忽然发