

浪费生命的方式

陈益 著



我看见头上青铜色的蝴蝶

在黑色的树干上安眠

像一片叶子在绿荫中拂动

空房后是深谷

牛铃，一声声

传进下午的深渊

我的右边

在两株松树间，阳光明媚的土地上

去年的马粪

熊熊燃烧，变成了金色的石块

我向后仰卧，暮色降临

一只幼鹰飘过，寻觅归巢

我一直在浪费生命。

——詹姆斯·赖特

上海人民出版社

浪费生命的方式

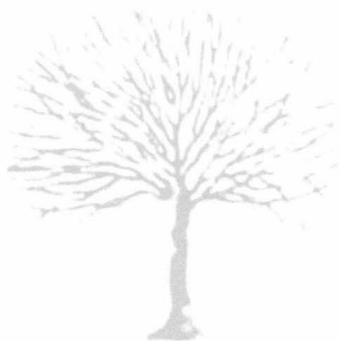
——致自己



我从来没有想过，
我会成为一棵树。
我从来没有想过，
我会成为一棵树。
我从来没有想过，
我会成为一棵树。

浪费生命的方式

陈益 著



上海人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

浪费生命的方式/陈益著. —上海:上海人民出版社, 2015

ISBN 978-7-208-12717-3

I. ①浪… II. ①陈… III. ①散文集-中国-当代
IV. ①I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 293606 号

责任编辑 顾 雷

封面设计 范昊如

浪费生命的方式

陈 益 著

世 纪 出 版 集 团

上海人民出版社出版

(200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.co)

世纪出版集团发行中心发行 上海商务联西印刷有限公司印刷

开本 890×1240 1/32 印张 6.25 插页 2 字数 124,000

2015 年 1 月第 1 版 2015 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-208-12717-3/I·1324

定价 30.00 元

然而(代序)

从小,我们就接受惜时教育。“一寸光阴一寸金,寸金难买寸光阴”,“今日事,今日毕”,“黑发不知勤学早,白首方悔读书迟”,“逝者如斯夫,不舍昼夜”,“浪费自己的时间等于慢性自杀,浪费别人的时间等于谋财害命”……时间就是生命。抓住了时间,就是抓住了掌握知识的机会;抓住了今天,就是抓住了发明创造的可能。聪明、勤奋、有志气的人,决不把宝贵的时光虚掷。你看,伟大的发明家爱迪生甚至利用在车上卖报的闲暇做实验,渴了,喝口凉水;饿了,啃块面包;困了,趴在桌上打个盹。而牛顿、居里夫人、爱因斯坦、华罗庚、李四光(还可以列出一长串名字)莫不如此。

还有前苏联作家奥斯特洛夫斯基。他的《我的一天》,进入中国学校的语文课本,让孩子们一遍又一遍朗读。1935年9月27日,那一天里他是多么忙啊,睁开眼睛就说“快!快!……”支撑着瘫痪的身体接电话,听别人念报纸、读信,和青年人约会,接待外国记者……抓紧一切时间,为了关心自己的祖国!

奥斯特洛夫斯基以自己为原型塑造的英雄保尔·柯察金,有这样一段铿锵有力的名言:

人最宝贵的东西是生命。生命对每个人来说只有一次。因此，一个人的一生应当这样度过：当他回忆往事的时候，不因虚度年华而悔恨，也不因碌碌无为而羞愧；这样，在他临死的时候，他能够说：“我把整个生命和全部精力，都已献给了世界上最壮丽的事业——为人类的解放而斗争。”

曾记否，这，给了我们多么大的激励！

然而……

是的，假如没有然而，这本书就失去写作的必要了。因为关于珍惜时间、珍爱生命的文字，早已汗牛充栋，用不着我多费口舌。

然而，然而，我还是以不可遏抑的情感，用文字表达自己的看法。

无数人从懂事起，便很有使命感，将生命视为一场战争，不死即生，不胜即败。每一分每一秒都不容虚掷，每一段生命都不得虚度。他们排斥等待、痛恨失败、杜绝放弃，永不后退。他们的生活犹如一张紧绷绷的、复杂的网，将自己束缚得太紧太紧。这样做，似乎没有谁会说不、不好、不正确。然而，生命却失去了弹性，失去了回旋余地，失去了极为重要的辩证力量。

前些时候，我去上海鲁迅纪念馆参观，对这位从学生时代起就崇敬的伟人，又有了许多感性认识。午夜梦回，忽然想起了鲁迅先生的一句话：“哪有什么天才，我不过是把别人喝咖啡的时间都用在写作上了。”这句话，曾被人无数次地引用。他确实是一个为了远大目标，真正懂得珍惜时间，

合理利用琐碎时间的人。然而……然而，他假如给自己留一点喝咖啡的时间、休闲的时间、养生的时间，而并非整天都当挥舞投枪匕首的斗士，是不是能享受该享受的生命，写出更多更有利于社会进步的文章，不至于 55 岁就与世长辞呢？

这样的假设，仅仅假设而已。

但，无论如何，生命之弦不能一直绷得太紧。文武之道，一张一弛。每个人都需要适当地“浪费”一点生命。或许，人生许多真正的含义，恰恰在这所谓的“浪费”里？

很偶然地读到一个朋友的博客，他把吃鱼和读书相提并论，说那都是在“浪费”生命。

他是这样说的：吃鱼和阅读颇有相同之处。尽管一是以精神为主，一是以物质为主，却都可以称作享受。任何享受，过多过滥也会倒胃口。现在市场上有很多复合饲料喂养的鱼，源源不断地供应，可是吃到嘴巴里的滋味实在不敢恭维（鸡肉、猪肉、牛肉也差不多，吃起来木乎乎的）。读书也是一样。眼下网络发达了，写书、出书也方便了，可读的东西数不胜数，常常让你读得云里雾里，不知道会有什么收获。甚至还可能受到误导。这难道不是虚掷光阴，浪费生命吗？

然而，鱼儿有三六九等。野生鱼、活水鱼、生态鱼，终究令人回味无穷。书籍中同样也有精品，作家们呕心沥血写出来的，有真切见地的，自然值得一读。

我明白了，他的话语中，原来贯穿了辩证法。在读书和吃鱼的过程中，既可以汲取营养，也可以大倒胃口；既可能是珍惜生命，也可能是浪费生命，全在于你怎么把握了。

对“浪费”一词的理解，也充满了辩证法。

不妨看看这样的几种“浪费”。

比如，尝试就是“浪费”生命的一种方式。路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。在探寻真理的过程中，难有标准答案，往往无法循着别人的经验抵达成功的彼岸，需要我们自己去寻觅。扫除障碍，寻找到打开某扇大门的钥匙，总得从尝试开始。不尝试，怎么能真正领悟一件事物的内涵与外延？怎么能亲身感受它的曲直难易？又怎么能拨开云雾，见到太阳呢？然而，尝试不可能一帆风顺，会尝到探寻的艰辛、失败的苦涩、不得要领的愁闷。或许，在无数遍的尝试之后，仍然没找到钥匙。你会觉得，宝贵的生命就是这样被白白浪费了。

等待，也是浪费生命的方式。人的命运中总会有各种各样的机会、机遇，有时会相拥入怀，有时却擦肩而过。上帝不会永远垂青于你。那么，耐心等待吧。在等待中点点滴滴积蓄力量，往过于理性的脑子里注入感性，往过于感性的脑子里注入理性。失去某些机会，并非苍天不公、时运不济，而是因为你还没有足够的力量去将它捕捉。你应该拿出足够的时间与精力，等待机会女神的降临，在等待中褪去最初的浮躁与狂热、盲目与慌张、肤浅与稚嫩。这，往往也被认为是浪费生命。

当然还有放开，或者称之为放弃。大千世界，足以诱惑人的东西太多太多，但应该懂得，只有适合你的，才是最好的。你不仅要懂得如何争取，如何拥有，还要懂得如何放开，如何失去。某些东西很不错，你很想得到，可是费了极大的力气仍然难以得到，或者是得到了以后反而觉得索然

无味。那么，不妨学会放弃。没有放弃，就没有得到。有了得到，也应该有所放弃。在放弃中品尝孤独的滋味，想念的滋味，遗憾的滋味，或许也是被认为浪费生命的。

还有休闲，放松，无所事事，躺在沙发上捧着一本书，似看未看，发呆。这是让你把精神的弦松弛下来的方式。人生苦短，谁都想分秒必争地干事，创造辉煌业绩。然而，做一些仅仅是心里喜欢，却没有任何意义、任何价值的事，也是生活的一部分。这些事，当然不能带来财富和利益，也不能造就权贵和荣耀，但是能让你品尝到最为原始、最为纯粹的生活滋味。卸却那些套在身上的桎梏，在某一个瞬间，随心所欲地思考，漫无边际地想象，或者什么也不想，什么也不干，只不过是为了获得货真价实的休息。这样的生活状态，无疑也是会被称作浪费生命的。

然而——请原谅我又要用然而，只要我们用这种方式试一试，会发现生活顿时变得轻松许多。大脑皮层悄然舒展，心头不再压力沉重，一种欢愉的情绪四处弥漫。在这种状态下，你会调整自己的生活状态，选择自己的生活策略，把该做的事情做好。

如此看来，浪费的方式，其实是生命运行中的重要方式。浪费常常是被赋予贬义，我却觉得，它也很有褒义。

浪费即敛集，散佚即收获，放弃即得到。人生中有些有用的道理，我们往往是从一些看似逆反的、怠慢的、似非而是的事物中去渐渐领悟，去懂得的。

记得庄子曾经讲过一个寻觅遗珠的故事。他说，黄帝来到赤水之北，去昆仑山游玩。返回时遗失了玄珠。他让知（智者）去找，没找到。让离朱（明察秋毫者）去找，没找

到。叫吃诟(善辩者)去找,也没找到。最后叫象罔(无心之人)去找,很快就找到了。黄帝感慨道,真奇妙,只有无象才能看到大道啊!

平日里,当我们看到谁低下了头,在熙熙攘攘的大街上四处寻找时,总会猜测他一定是丢失了什么贵重物品。很遗憾,极少有人会说我们丢失了“自我”。

那么,让我们用一种迂回的、宏观的、从容的方式,去找回真正的自己吧。

目 录

然而(代序)	1
--------	---

劫数与运气

谁能活到 120 岁	3
人类的劫数和运气	9
长度 or 宽度	14
哪个回收站有你生命的零件	20
谁都有自己的生命逻辑	25
台湾谐星梁二告诉我	29
懒惰哲学	39
美丽的垃圾	44
掌心的纹路	51
情与欲,欢畅与焦虑	56

获得与丧失

顾炎武理财的得与失	65
一个农民的博客	75
比生命更坚韧	82
传教的宋耀如	86
畏惧者	94
镜子里的敌人	99
后范仲淹之忧而忧	102
海瑞墓前	105
祖冲之的业余创造	108
一碗馄饨十八只半	115
美钞上的印刷工	120

赝作与真师

悲情如诗	127
------	-----

殉道者的精神世界	133
曼德拉的宽容与睿智	138
梵·高的女人	142
当赝作遇到真师	148
陈圆圆其实不标致	154
孤独的行旅	159
感觉不到痛的痛	162
写给一个人的剧本	169
龚贤的半千与半亩	172
假设	176
“我一直在浪费生命”(代跋)	179

劫数与运气

谁能活到 120 岁

孔夫子在《论语·为政》中说：“吾十有五而志于学，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳顺，七十而从心所欲，不逾矩。”他用简单的几句话，报告了自己一生 72 年的经历。

自古至今，人们也常常以此来规划人生。

按照孔夫子的标准，一个人一辈子能活到七十多岁，就算不错了。人生七十古来稀嘛。其实，孔夫子的寿命标准低了一些。谁都有可能长寿，谁都希望自己活到 100 岁，甚至 120 岁。寿比南山、福如东海是中国人最普遍的祝愿。

民间传说，有一位叫做采女的人，出生于菜农之家，活到了二百七十余岁，看上去仍然像是五六十岁的样子。商纣王把采女请进宫中，担任自己的养生顾问。采女把自己的养生之道教给他，他还不满足，一定要采女去彭祖那里讨教长寿之道，再传授予他。寿星彭祖一生娶了 49 位妻子，生了 54 个儿子。待到他的妻子、儿子都过世了，自己依然十分年轻，身手矫健，力大如牛。采女去了彭祖那里，掌握了彭祖长寿的要领，回来传授。商纣王按照这些办法去做，果然很灵验。然而，商纣王哪里是想真正修习彭祖的养生之道呢？他“好酒淫乐，嬖于妇人，爱妲己”，作恶多端，最终

死于非命。

看来,长寿之道是有的,关键在于怎么掌握。联合国有关部门提供的数据表明,日本人今天的平均年龄为 82 岁,而在六十年前,平均年龄只有 48 岁,足足相差了 30 多岁。从 1990 年到 2008 年,中国的人均寿命增长了 5.1 岁,达到了 73.1 岁。生活在地球上的人类,平均寿命确实都在渐渐增长。生物科技的研究发展是一个不可忽视的因素,更重要的却似乎不在这里。

从理论上说,人的寿命确实可以达到 120 岁。可是很少有人会如此长寿。对人类寿命影响最大的三大杀手是战乱、饥荒和疾病。在一个局势稳定、经济发展的时代,排除战乱因素,拥有基本的人道精神,不至于食不果腹,那么,影响寿命的因素就只有疾病了。

西方的工业革命,造就了 19 世纪早期的经济腾飞,但没有能带动健康和寿命的增加。越来越高的经济收入,让城市繁华,交通发达,也给人们带来了更好的食物、衣服和住房条件。许多人从乡村搬到城市居住,但没想到,各种各样的疾病却找上了他们。可以说,导致人均寿命的停滞不前或慢速发展的诸多原因中,疾病是逃脱不了的一种。

疾病让你不由自主地浪费生命。

诸多疾病中,癌症已取代心脑血管病症,成为致死的最主要因素。

不是吗,你看我们的周围,随着生活水平的提高,越来越多的人讲究室内卫生、供暖系统、私家车以及其他基础设施。然而,富贵病率不断提高,环境污染日益严重。Pm2.5 浓度严重超标的日子迅速增多。雾霾天,行走在北京长安