

# 別讓靈魂跟不上



今天看到一個女記者結束生命的事,感慨良多……

去年,我的一個朋友也選擇了結束生命。他是清華大學的博士,年輕,而且一畢業就進入了非常好的公司工作,妻子在讀心理學博士。從我的角度看,實在不知道能有什麼想不開,但他的病歷明確地告訴大家,他有很嚴重的憂鬱症。

但像我這樣的庸人,往往會看還有比我更不如意的,然後就心滿意足地洗洗睡了。而對自己的理想很堅持的人,要不就繼續與現實衝撞下去,要不就選擇結束生命。

其實,不時地有朋友發信過來,叫我注意,生活與事業的平衡,也就是 **Balanced Life**。如果每天工作 14 小時,回家跟親人說不上幾句話,你覺得生活平衡嗎?好在我不是這樣。我一直覺得業餘時間在家陪親人散步、看電視、給親人做飯等是最大的享受,因此覺得自己的生活還是平衡的。

但前天我讀 MBA 時候的同學發來的信還是叫我感慨不已:

一間著名的寺院裡住著一位非常有道行的道長。他每天都要在傍晚 6 時去餵他的狗。狗的名字很奇怪,叫做「放下」。每到日落時分,靜修道長就為「放下」送飯了,嘴一邊呼喚著:「放下!放下!」小弟子覺得很奇怪,就問道長:「為什麼要給狗起這個奇怪的名字?人家的狗都叫

阿黃,來福什麼的,為什麼您的狗叫「放下」?

靜修道長不語,讓他們自己去悟。小弟子就觀察老道長,終於發現:每天當道長餵完狗後,就不再讀經書,到院中打打太極拳,散散步。小弟子到道長面前,訴說了他們觀察的收穫。老道長微笑地點點頭說:「你們終於明白了。其實我在叫狗的時候,其實也是叫自己「放下」,讓自己放下許多事情。因為人們不可能在一天內做完所有的事情,你只要在一天中最重要的事情做完就足夠了。」

在人們越來越習慣動輒高呼殘酷競爭時,其實學會「放下」的意義就越大。正彷彿當你自覺遭遇減頂挫折時,不妨手搭涼棚,你一定會發現:天並不會塌下來。這並不是不求上進,恰恰在於懂得放下,才最終會贏;而整日忙碌不休的人,收穫的往往只是焦慮和疲憊。

就在今天,在我看到這位女記者的事情之前,我又看到了這樣一個故事:

有一支西方的考察隊深入非洲腹地考察,

請了當地部落的土著人做背負和嚮導,由於時間緊,需趕路,而這些土著人很吃苦耐勞,背著幾十公斤的裝備物資依然健步如飛,一連三天,考察隊都很順利地按計劃行進,大家都很开心。可是第四天早上,考察隊準備出發的時候,土著人們都在休息不走了,好說歹說就是不願出發。隊員們覺得很奇怪,這幾天大家相處得很好啊,是不小心觸犯了他們,還是要坐地加錢?

這時,土著人的頭領解釋道:按照他們的傳統,如果連續三天趕路,第四天必須停下來休息一天,以免我們的靈魂趕不上我們的腳步。

這個現代人也許看來很難理解的解釋,讓我很受觸動。我們的生活太忙碌了,工作和生活的壓力,讓我們日復一日地在趕路,以至於我們很少停下來,思考一下,就不斷地被很多東西推著走,或者追逐著眼前的東西而去,而我們的靈魂早已落後在我們匆匆趕路的身影後面,無影無蹤。

沒有了自己,我們的生活就交給了外物去控制。又到了一周,我們是不是也放緩腳步,等等我們的靈魂?

忙 -- 如同 -- 「心」已「亡」,也如同? -- 一個人沒了靈魂。(作者不詳)

# 心灰意冷

眼中星月冷如冰,心中淚燭盡成灰,可以刺我心,可以碎我夢,可以斷我魂,誰知真心換羞辱,你傷得我,連僅有的尊嚴,也蕩然無存,不如歸去,新夢舊夢都拋棄,讓她去讓她去,讓一切無痕跡。情難捨也得捨,意難忘也得忘,愛不是乞憐,更不是取辱,寧可無緣也無愛,但求只留自尊不留恨。心灰意冷啊!心灰意冷!遙遠的路冷如冰,冰到眼裏寒到心底,讓一切都成冰。相聚空留傷與痛,無情笑裏含羞辱,是我永遠的回憶,九分真情沉海底,一分自尊寄浪花,深情終無痕,是我唯一的追尋。

劉天擎 8/6/09

《孫子兵法》曰:「知己知彼,百戰不殆」;一位偉人也說:「人貴有自知之明」。縱觀古今中外,多少人在逆境中妄自菲薄、在順境中得意忘形,不能認識自己,最終被他人「棒殺」和「捧殺」?真是數不勝數!

我每到一處去演講,會場的主持人總要把我介紹一番,往往特別要突出我的各種頭銜,似乎只有這樣才能引起聽眾的崇敬,維持好會場的秩序,收取組織者預期的效果。

我不好阻止,只有加上一個獨特的開場白:

第一次見面,還是讓我作一番自我介紹吧,因為最瞭解我的還是我自己。

請大家不要打聽我的職務。我這個人,見高不低、見低不高。

見到高官,我不覺得自己低微,彼此只是崗位不同,沒有高低之分,我更不會「前襟長、後襟短」地卑躬屈膝、阿諛奉承;見到普通的平民百姓,我沒有感到高貴,因為我家祖祖輩輩都是平民百姓,而且是百姓之中「面朝黃土背朝天」的農民,這便是我的「本」,而人不能忘本的。非要打聽我的職務,我便是「見官高三級、見民低三分」了。

請大家不要考察我的職稱。我這個人,見智不愚、見愚不智。

「寸有所長,尺有所短」,一種知識領域里的泰斗,也許會是另一種知識領域里的「白痴」。在鼎鼎大名的專家面前,我不會去追星,在文化程度不高的「老粗」面前,我也不敢擺出「教師爺」的架勢說教。

請大家不要計較我的錢財多少。我這個人,見富不窮、見窮不富。

遇到億萬家產的款爺,我不羨慕他的富有,明知道,你的錢再多那是你的,決不會平白無故流入我的腰包,更何況,我也許不像你那麼有錢,但我有的很多東西,你大概絕然沒有;面對眾多還比較貧窮的人,我也及早聲明:本人也是工薪階層的一員,並不富有,常常想著「扶貧」,卻是心有餘而力不足。

請大家也不要猜測我的年齡幾何。我這個人,見老不輕、見輕不老。

年老的人休要在我的面前倚老賣老,請看,我的頭髮不多了,皺紋不少了,這把年紀足可以與

老人們稱兄道弟、揶揄打諢;而在座的年輕人可千萬不要以為「又是一個老頭要在台上憶苦思甜」,須知,人的生理年齡與心理年齡是並不完全吻合的,我的心態,我對某些新鮮事物的接受敏感度,有的時候,比一般年輕人還要年輕!

一陣掌聲之後,立即拉近了我與聽眾之間的距離。外表上看,這是演講開頭的一種獨特技法;實質來講,我把一個坦蕩蕩的自我,在與素不相識的聽眾會面初始,便全然托出,鋪墊了以後三個小時的感情交流、心靈碰撞。有的聽眾以後成為我很好的朋友,時隔許久,還牢牢記得我的這段話。

見高不低,見低不高;見智不愚,見愚不智;見富不窮,見窮不富;見老不輕,見輕不老。清清白白做人,認真真做事,勤勤懇懇奮鬥,瀟瀟灑灑生活。這就是我對自己反省之後,對自己宏觀認識的提煉。

是啊,在我看,人生之路儘管漫長,看透了,不過在走着五步:第一步,走出娘胎。如開始所說,這一步看起來不知不覺極其簡單,實際上只有三百萬億分之一的幾率;第二步,走出無知。用前人積累的知識將自己武裝起來,如同接力賽跑一樣,需要承前繼後;第三步,走出貧困。民以食為天,衣食無着不能生存,何談創造?第四步,走出自我。全然為着自己不顧他人,與禽獸無異;第五步,走進永恆。大愛感天地,大善泣鬼神,大德蔭子孫。

有的人只走完了第一步,這是那些可憐的早夭兒;有人走完了兩步,滿腹經綸,空無一用,貧病交加,抱憾終生;有人走完了三步,沾沾自喜,自鳴得意,從此裹足不前,成了一個「可悲不自悲,可憐不覺憐」的庸人;大部分的人正在走着第四步,利己也利他,為家亦為國,捫心自問:上無愧於天,下無愧於地,外無愧於人,內無愧於心!

「行百步者半九十」,只有走出第五步,也就是最難行的一步——走進永恆,人的一生才真正完美,才真正能夠成為他人的榜樣、他人的典範、他人的偶像!

想到許許多多歷史上的和現實中的,有名的和無名的,我認識的和認識不認識走進永恆的人。這太多太多的人都在提示我們:敢問路在何方?路在腳下的五步!(全文完)



## 認識自己(下)

李永田

# 16 項男女心理差別趣談

- 1、約有 25% 的男性,在第一次約會時就愛上對方,但女性到了第四次約會,才有 15% 愛上對方。
- 2、男性在年輕時會交很多朋友,但女性過了中年以後才会有更多的朋友。
- 3、女性作決定的速度比男性快。
- 4、人學前到中學期的男孩子比女孩子更愛支配別人。成年後婚姻生活越長久,妻子就越成為被支配者。
- 5、男性時常害怕愛侶會被殺或自殺,而女性則常常害怕愛侶會遭受意外事故或年老死去。
- 6、男人喜歡衝鋒式的工作,間隔休息,而女人則喜歡以同一個節奏工作。
- 7、大多數對成年人所做的調查都顯示,男性和女性愛搬弄是非、製造謠言的程度是一樣的。
- 8、阻止犯罪的研究顯示,遇到壞人時反抗的女性比男性多 25%。
- 9、聲稱快樂滿足的已婚男性幾乎是單身男性的兩倍。但已婚的女性卻比單身女性更常表示不快樂,不管有無孩子。
- 10、犯罪的單身男性比已婚男性多,而犯罪的單身女性則比已婚女性少。
- 11、約有 2/3 或 4/5 的酗酒者是男性。十個丈夫中,只有一個會與酗酒的妻子生活;但十個



妻子中,卻有九個會繼續與酗酒的丈夫生活。

12、流產的胚胎大多是男孩。

13、關於做夢。男性較經常夢見陌生環境里的陌生男人,一般多與暴力有關,即使夢見女性,多半與性愛有關。女性在夢境中,總是夢見熟識環境里的朋友和親人。女性的夢境通常在戶外,氣氛大多友善,除非是月經來臨前,這時女性做夢時會覺得懊惱和緊張厭煩。

14、女人喜歡隱藏她們最深的感情,而男性喜歡讓對方知道。如

果你問一個男人「這個麵包是哪里買來的?」他會告訴你;而把這個問題問一個女人,她通常會反問「有什麼問題嗎?」

15、一家德國報紙組織了一次測驗,在慕尼黑的一間商店里裝了一面長鏡,然後觀察經過長鏡的男女,看他們有着怎樣的反應。在八小時的觀察中,共有 1620 個女人經過這面長鏡,1/3 停下來短暫望她們自己;而差不多所有 600 個經過長鏡的男人,都停下來好好望自己,大多數又往後望,看看是否被人注意。

16、女人到家門口才掏出開門的鑰匙,而男人早就掏了出來。女人劃火柴時,總是把火柴劃出,而男人總是劃入,也許是女人怕燒到自己。

# 伊利華報

ERIE CHINESE JOURNAL

## 編輯部

社長 / 主編: 浦瑛  
總編輯: 劉元華  
版面 / 網頁編輯: 程里賓  
移民法律顧問: 黃唯

撰稿人: 劉以棟 劉天擎 曉月  
匹茲堡責任編輯: 潘嵐  
哥倫布責任編輯: 陳青杰  
辛辛那提責任編輯: SAM YI

## 遠東紀念公園 俄亥俄州唯一私人墓地

FAR EAST MEMORIAL GARDEN, LTD

8592 Darrow Rd., Twinsburg OH 44087

Located inside Crown Hill Cemetery Park

Office: 3030 Superior Ave Room #104, Cleveland OH 44114

我們提供各項服務,大小壽地,各式墓碑,如果需要詳細資料,請打電話: 330-819-0277; 330-352-7788

穴位從 \$950 起,勿錯過良機!如果顧客購買遠東花園墳地,將為顧客提供系列服務。



福人擇福地  
福地福安  
祖先安,後人樂  
遠東紀念公園  
全為福人備

預先選定一處風水福地,既可陰澤後人,又可為自身添福增壽。

# TFC 石碑公司 Stone Design

崗岩銘刻先人功績

成立八年 享譽中美  
優質石材 精美藝術  
精心設計 專業制作  
直銷產品 最低收費

金石福佑子孫萬代



全美國提供免費送門服務

Tel: 216-361-0108 中文熱線: 330-256-2512

Fax: 216-361-0182 Toll fee: (800) 820-0186

Address: TFC Stone Inc. Headstone Mart Division  
7210 Carnegie Ave Cleveland OH 44103

Email: orders@headstonemart.com Web: www.tfcstone.com