

上中學的時候，讀過俄國詩人涅克拉索夫的長篇敘事詩《在俄羅斯誰能快樂而自由》，講述的是七個農民漫遊俄羅斯尋找快樂。詩人在詩里表現的是對社會的憂感，主題很宏大，讓人肅然起敬。

如今我在生活中聽到的多是對個人快樂的追尋。不知為什麼，感嘆不已的常常是我們普通人羨慕得不行的成功人士：有權的感嘆從事的是高危行業，有錢的感嘆窮得只剩下錢，有關的感嘆生命中不能承受之輕。這種感嘆最頂級的莫過於美國總統。

美國總統競選舉世矚目，熱鬧得要命。然而關於美國總統對好不容易到手的職務的抱怨，卻實在不能算少。杜魯門說“當總統等於騎上老虎背”；威爾遜說“當了總統朋友會越來越少”；塔夫脫說“總統是最寂寞的人”；林肯說“總統彷彿被人插滿羽毛遊街示衆”；安德魯·約翰遜說得更絕，“總統是有尊嚴的奴隸”；約翰·亞當斯說做了總統才知道其中的滋味，不會向另一個當選總統的朋友道賀。1945年，羅斯福第四次連任美國總統，一位記者請他談感想，他沒回答，而是請記者吃三明治。請第一塊，記者受寵若驚，高興地吃下；請第二塊，記

# 快樂并不需要尋找

作者：陳世旭

者情不可卻，再次吃下；請第三塊，記者腹中飽脹，不得不強行嚥下。哪曉得羅斯福接着請了第四次，記者只能是哭笑不得。羅斯福這才說：“這就是我第四次連任總統的感想。”

儘管這樣的牢騷不無真實，卻很難引起同情，無論怎麼說都多少有一點矯情——早知今日，何必當初！那么多前車之鑒明擺着，照樣飛蛾撲火，難道不是有難以抗拒的利益在嗎？

也許因為我們是普通人，很平凡，無法理解杰出人物的內心。但正因為如此，我們也就對快樂的要求不至於太高，反而覺得快樂是任何人都唾手可得的，許多人只是粗心大意，對身邊的快樂視而不見罷了。

生活的許多細微之處常常會給你意想不到的驚喜：發現你遇到的麻煩事全都保過險；發現你買東西付的款比你預計的要少；剛買到緊缺的車票就見工作人員掛出“售完”的牌

子；準備去買的以前丟失的東西突然又找到了；鑰匙鎖在汽車里忽然發現有扇車窗忘了關上……諸如此類，不一而足。

縱觀人的一生，各個年齡段其實都有可以笑看的好處：年輕的好處是，你的經驗不足以讓你知道你不能做正在做的事；中年發胖的好處是，能跟大家更加親近；上了年紀的好處是，可以對年輕人說我年輕過而你沒有老過；衰弱的好處是，健康時夢想的東西現在都不想要了；即使人人恐慌的禿頭，也並非全無好處——有重要的應酬時只要整理一下領帶就行了。

當然，人還可能遇到尷尬事，尷尬自然就不快樂，但尷尬是可以設法擺脫的。有一次鋼琴家波奇在美國密執安弗林特城舉行演奏



會，發現聽眾還不到全場座位的五成，他的做法是笑着走到舞臺最前面，對觀衆說：“弗林特城一定很有錢，我看到你們每個人都買了兩三個座位的票。”於是滿場大笑。

“長生不老”是神話，但這神話是長生不老的；不理想的商品常常是從理想的售貨員手里買來的；恨是誤用了的愛情力量……任何現象都可以找到另一種說法，同時也就在這“另一種”里找到了快樂。某年手機收到一個段子，主人公

顯然是白領：表面風光，內心憂傷；容顏見老，心已滄桑；成就難有，鬱悶經常；比驢子累，比螞蟻忙；偶爾糊塗，被人當槍；捫心自問，比民工強啊！

知道還有不如自己的，也不錯。但丁說：“我們唯一的悲哀，是生活在願望中而沒有希望。”

是的，只要有希望，快樂就一定會在我們身旁。

不久前我聽說自己入選了“最美五十人”的評選，當時我開玩笑說，他們一定是把我跟孔子、莊子放在一起比較，只要選擇一個比你老兩千多年的參照物，你就可以永遠美麗、永葆青春。

希望自己年輕漂亮是每個女人的心願，但是沒有辦法，一個人的容貌，前二十年是爹媽給的；至於二十歲以後，美麗的東西一定跟自己的修煉相關。

真正的美麗，我想，它首先與女人的善良相關。然後，它與情懷、與教養相關。教養有時候是一種通透的悟性，在舉手投足之間，你會覺得她有一種溫婉如水的氣質。所以從這點看來，女人沒有必要怕衰老，年華就像陳釀，越醞釀越有味道。

女人的美麗還跟自信有關。自信的女人，你愛自己，別人才會愛你。任何一個生命都有它的自我確認。一個真正有情懷、有教養、有自信的女人，在任何一個年齡段上，可以說，她永遠都是一個美好的女人。

當然，要做一個美麗的女人，還有很重要的一點，就是她要扮演好生命的多元角色。就我個人的體會來說，第一個是工作的角色。我的工作看起來好像很忙，但是我有一個標準，就是我做的事情一定是我很享受的事情，如果不喜歡，我就不去做。

第二個是家庭的角色。我有時跟老公講，我在外面奔忙的時候，最牽挂的兩個人，就是我叫媽媽的人和叫我媽媽的人。這是我生命中無法割捨的根，所以你說家庭對女人來說是一種負擔嗎？正是因為你有他們的愛，以及你可以給他們愛，而感到一種真正的幸福。

第三個，我還有獨立的社交角色。我有形形



色色的朋友，我的一個朋友圈子跟另一個朋友圈子完全不交叉。人生就是因為擁有不同的朋友，生命的各種潛質才可以被啓動。他們可以激發你的活力，所以對朋友要永遠感恩。

第四個角色是我的心靈角色。我永遠能意識到自己的靈魂在哪里。大概從六七歲起寫日記，一直到現在，我的這個習慣從未中止，即使再忙，我每天還是會寫日記。因為我覺得寫日記讓我完成了對內心的梳理，對自己有一個評價。

從一個角色跳到另一個角色時，它是一個很積極的跳躍和休息，你不會感到疲憊。所謂“態度決定一切”，我們的心態會決定我們的狀態。

## 做最美的自己

作者：于丹

過去說到中國的勞動婦女，一直都把奉獻、犧牲作為傳統美德，我對這種說法很質疑，因為我不喜歡“犧牲”這個概念。當女人覺得她為家庭、事業做出了犧牲，這就給她的抱怨找到了最佳理由。她會跟孩子說，媽媽就是為了你才弄得蓬頭垢面，你不好好學習，你對得起我嗎？然後對老公說，我就是為了這個家才操勞成這樣，你還不好好愛我，你對得起我嗎？當一個人總是這樣抱怨的時候，這在心理學上叫“非愛行為”，即以愛的名義所進行的親情之間的綁架。對一個女人來講，你愛一切，你付出，你享受，這是一個很幸福的過程。能夠愛與被愛，是生命的幸福與奢侈。所以我覺得，誰都不要說犧牲。我們自己付出了，我們的收穫會更多。

在這個過程中，一個美麗的女人，一個自信的女人，在多重角色中的穿梭和跳躍，每一分每一秒，你都能夠活得充滿張力。當我們的生命在同一天之中有很多交錯成長時，我們還會在乎年華嗎？其實年華就在自己手里，這段流光從歲月借來冠以自己的名字，無非是最後成爲一個真正的自己、一個最好的自己。

### 怎樣判斷一個人有無靈魂

雨天，你打着傘，在一條狹窄的街道上行走。路上有積水，你儘量靠邊，小心翼翼，怕汽車駛過時水濺到你身上。你看不清駕車人的面孔，但這時你能格外分明地看清他的靈魂，或者說，看清他有沒有靈魂。

有靈魂的駕車人一定會減速，生怕濺起水來。相反，一輛車呼嘯而過，濺你一身水，你可以很有把握地斷定，里面坐着一個沒有靈魂的人。(作者：周國平)

### 戒指的含義

一位牧師對即將步入婚姻的新人說：「戒指」就是「戒」掉「指」責對方的手。這位牧師對「戒指」的定義有新的詮釋。原來它除了是定情物之外，還有另一個提醒，就是「戒掉指責對方的手」。

想想，許多夫妻吵架，幾乎都與「指責」有關。「你怎麼一直看電視？」「你怎麼忘記倒垃圾？」「你怎麼那麼晚回來？」「你怎麼不幫忙做點家事。」

面對指責，也許開始時能默默接受，久了，心裡頭不舒服，就會開始反駁。

原本只是雞毛蒜皮小事，但兩人都想輸，在言語上你來我往，結果越說越激動，最後竟是相吼，或是一方奪門而出，或是一方大聲關上房門，兩敗俱傷。

[指責]必有一方贏一方輸。然而，婚姻並不是要爭那一方贏那一方輸，而是要雙贏。少責備，多體恤，這對婚姻和家庭絕對有益處。

戒指也可以廣泛運用在個人行為上，多自省自然就少指責。



## 短文二則

### 一個普通美國人的一天

作者：扎羅拉 鄭衍文 譯

史密斯來到樓下，從車庫

早上 6 點 30 分，史密斯的鬧鐘（日本製造）準時響起。新一天的生活開始了。

起床之後，史密斯先把咖啡壺（中國製造）炖在爐子上，然後去洗手間洗漱。每天這個時候，史密斯最享受的莫過於對着鏡子仔仔細細地用電動剃鬚刀（中國香港製造）刮臉。

洗漱完畢，史密斯一邊喝着咖啡，一邊打開微型電煎鍋（印度製造）準備早餐。

吃過早餐，史密斯來到衣櫃前，開始計劃今天的着裝。他最終選擇了一件白色的西裝襯衫（斯里蘭卡製造）、一條名牌牛仔褲（新加坡製造）和一雙高檔網球鞋（韓國製造）。

此時，史密斯的落地收音機（印度製造）已自動打開，正在播放音樂。整點報時的“嘟嘟”聲響起，史密斯低頭看看腕上的手錶（中國台灣製造），校對時間。

出門之前，史密斯拿出袖珍計算器（墨西哥製造），計算一下他今天最多可以花多少錢。

里開出自己的寶馬車（德國製造），然後去加油站給汽車加油（沙特製造）。

史密斯早已加入失業一族。他今天的計劃依然是尋找一份報酬豐厚的工作，可結果仍然讓他感到失望。他很鬱悶，不明白為什麼在美國找一份讓人滿意的工作這麼難。

晚上回到家，史密斯決定先放鬆一下。他脫去網球鞋，換上一雙輕便拖鞋（巴西製造），然後倒了一杯葡萄酒（法國製造），打開個人電腦（馬來西亞製造），上網查看電子郵件。

### 輕鬆一下

晚飯過後，史密斯打開電視機（印尼製造）收看新聞。經濟形勢持續滑坡，就業前景一片暗淡。史密斯感覺有些絕望，他微閉雙目，開始默默祈禱：上帝呀，現在我唯一的希望就是我們新當選的總統——奧巴馬（肯尼亞製造）了！

### 昨天花落又無聲

眼朦朧，難送情燕難為情，  
心弦斷，舊夢無痕新夢空，  
妳終將離去，緣了散了情難了。  
昨夜星辰怎知花落已無聲，  
偏向花露訴情衷，  
只怕今生來生淚相連。  
不敢不願也不能，想像那離別時，  
魂斷夕陽紅。  
只能悄悄問白雲，可知天涯有多遠，  
若無彩翼，心果真能遙相印？

忘不了那盈盈笑語，  
又怎能忘，你含淚的隻眼。  
啊！笑語淚影總是空！  
我想輕輕告訴你，別為我拭去淚，  
那淚痕不怕秋風冷冷吹走一生緣，  
兩情若是久長時，天邊彩虹是新夢。  
七夕雙星溫舊夢，此時此刻不恨緣如風，  
只恨昨夜花落又無聲。

劉天擎 10/3/09

## 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。

## 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