

## 《追逐日光》

《追逐日光》一书是尤金·奥凯利人生最后旅程的告白。从得到确诊的消息到他辞世中间只有不到4个月，但是其中所记述的心路历程却让人久久难忘。

该书饱含深情，记录下了尤金·奥凯利步向新生的每一天，写满了他幡然醒悟之后，对宿命不断深入的理解。中间记载了他与病魔抗争的点点滴滴，溢满了他对生与死、爱与成功、精神与人生价值的不断追思。它告诉我们人类的精神力量是无穷的，也告诉我们怎样才能过上更丰富、更和谐而又更有意义的生活。

迄今全球已有十余种语言版本发行。

### 《追逐日光》：第一章礼物从天而降(1)

我真的很幸运。医生说我能再活三个月。

这两句话放在一起说，你肯定以为我要不就是在开玩笑，要不然就是疯了；或者你会以为我的人生肯定很凄凉、一事无成，所以我恨不得早一点离开人世，好得以解脱。

其实，你没有猜对。我热爱自己的生活，深爱着我的家人，喜欢我的朋友，执着于自己的事业、我所供职的公司是一家具有全球战略眼光的企业，我也很爱打高尔夫球。我现在很清醒，并不是在开玩笑。2005年5月的最后一周，我收到了人生的一纸判决书，说我可能活不到女儿吉娜初二开学的那一天了，也就是说活不过九月的第一周了。不过，这则判决书后来却成了一份礼物。这可是我的真心话。

因为这份礼物的降临，我不得不去认真地思考死亡的意义，我也不得不更深刻地去反思生命的内涵，我从前并没有这样反省过。尽管我心中满是痛楚，我也必须要正视已经走到生命尽头的事实，必须要决定该如何度过这最后的一百天（有可能多活几周，也有可能少活几周）。痛下决心之后，我还得鞭策自己依照这些决定去行事。

简而言之，我自己要回答下面两个问题：

第一，人生的尽头非得是最灰暗的吗？第二，能不能给生命的最后岁月添上一些亮色、甚至让它成为人生最美妙的时光呢？

在我看来，第一个问题的答案是否定的，而第二个问题的答案是肯定的。在我走向人生尽头之时，我的神智依然清楚，身体状况还算不错，我所爱的人也都陪伴在我身边。

因此我说：自己真的很幸运。

当然，很少有人能在离开人世之前把参透自己的死。在我接到死亡判决书之前，我也没有真正去思考过。谈到死神，人们往往会感到惶恐不安。即便是行将就木之人，也不会把人生最后的每一天都安排得井井有条，也很难为了自己和家人而沿着既定的方向坚定地走下去。将要辞世者尚且如此，身强体健和欢欣愉悦之人就更别提了。有些人之所以没有考虑死亡，是因为死亡往往来得太突然，让人感到措手不及。很多人就这样离开了人世，比如死于车祸意外的罹难者，他们根本就没有想到死神会从天而降。我虽然会过早地离开人世（接到死亡判决书时我才 53 岁），但却称不上突然（无论如何，如果能提前两周接到死亡判决书，就已经不算突然了）。我很清楚，自己人生的最后一天会在 2005 年画上句号。

有些人之所以无法静下心来思考如何让最后的人生变得尽善尽美，是因为临终前他们早已身心俱疲，人生的尽头也失去了原有的色彩，他们最关心的是如何缓解痛苦。

我可不是这样，我并没有受过什么太大的皮肉之苦。在诊断前的几周，只有一些不太明显的症状（而且也没有注意到），除此以外我并没有什么疼痛之感，真的一点都没有。后来，医生告诉我，即便到了弥留之际，我也不会有什么痛苦之感。我的视力会渐渐衰退，黑暗将慢慢笼罩我的世界；这种情形在我下午去打高尔夫球的时候就出现了，我在高尔夫球场上曾经度过很多无比美妙的时光。当时，我眼前的世界慢慢蜕变成了灰色调，高尔夫球洞也变得越来越难瞄准了。后来，我发现自己容易忘记别人的名字。最后，光亮会离我渐行渐远，我将陷入昏迷状态，生命舞台的帷幕也要落下来，我也会离开这个世界。

我离开人世的时候，年纪并不大，一直以来头脑都很清醒，要不是因为这场病的话，身体也一直很好。我平时在生活中无病也无灾，我身边所爱的人年纪也都不大。因此，在人生最后的一百天，我决意对这场疾病采取不同的态度。这就需要我去睁眼看世界，乐观地过好每一天，尽管我眼中的世界是模糊的。

噢，不要忘了还有一点，也可能是最重要的一个因素，它影响到了我接受这场厄运时的态度，那就是我的思维方式。我最初是一个没有什么资历的会计，后来成了一个雄心勃勃的商人，最后成了一家美国大型公司的首席执行官。经过多年的职场拼杀，我对所谓工作和成就有了自己的理解和判断方式，它们已经成了我血液的一

部分了，而且让我这一生受益匪浅。如果我不用这样的视角去看待生命的最后岁月，这本身就是有些难以想象的。作为一个成功的公司高管，要富有战略眼光，时刻准备去“赢”得一切。因此，我决意在自己最后一百天的时间里，要活得清清楚楚、明明白白。首席执行官所具备的素质与能力，包括统揽全局，能同时解决诸多难题，应付各种突发情况，都让我能够更好地走过人生最后一段旅途。（不仅如此，有一点是不能忽视的，在人生最后的旅程里，我还学会了一些新东西。倘若我从前就知道这些话，那我肯定能成为一个更加优秀的首席执行官。）因为我能够这样按部就班地去接受命运的安排，因为我想给我身旁的亲友带来美好的体验，希望人生最后的 3 个月能成为生命之中最绚烂的记忆。

《追逐日光》：第一章礼物从天而降(2)

我真的很幸运。

假如我没有提前 100 天预知自己的死期，那么我又在忙碌些什么呢？

也许在准备下一次商务旅行，很有可能是去亚洲。也许在考虑如何既能维持好现有的客户关系，又能开拓新的业务。因为工作的缘故，我的日程经常已经安排到了一年或一年半以后了。工作就是如此。因为自己所担任的职务，我就得始终抱有前瞻性眼光，去构画如何让公司进一步做大做强，去思考如何确保品质始终如一。诚然，我是活在当下，但是我所关注的往往是更加捉摸不定、更加重要的未来。（在确诊之前，我每天临睡前，头脑里总是挂牵着一个半月或是半年之后要发生的事情。在确诊之后，我每天临睡前所关心的，只是明天要做些什么。）2002 年，我成为了美国毕马威会计师事务所的董事长和首席执行官，任期为 6 年。当时间指针指向 2006 年时，如果一切遂愿的话，那么我想我会成为毕马威的全球董事长，任期也许是 4 年。那 2010 年我又在做什么？也许就该退休了吧。

我并不是一个喜欢假设的人，我的思维方式很直接，不会那样做。不过这一次就让我假设一次，倘若我没有接到“死亡判决书”，我估计会和现在一样为我的公司忙着规划蓝图、打建基础和领导员工。这样好吗？说好也不好。

之所以好，是因为我能看着小女儿吉娜从中学毕业，跨入大学校门，结婚生子，创造属于自己的未来(不管她的人生究竟会怎样)。

我可以一如既往地在圣诞前一天陪大女儿玛瑞安，她的生日恰逢圣诞，我可以像从前一样在过节之前陪她去商场购物，一起吃饭，边走边聊，身后洒满了一路欢快的笑声。我可以和妻子康妮一起去旅行，一起打高尔夫，她陪伴我已经整整 27 年。她是我梦中幻想的完美女神，幸运的我却在现实中得到了她的爱。如果退休以后，我就可以和她去亚利桑那州安度晚年，我们一直都在期盼那一天的到来，也在为之不断地准备。在我从商学院毕业之前，就在目前的公司实习了，迄今为止，我在这供职已经超过了 30 年，我希望它能够确立新的行业标准并创造新的辉煌。我希望纽约扬基队能够再一次赢得美国职业棒球联赛的桂冠，甚至拿下三连冠。我想去北京观看 2008 年奥运会的比赛。我想看着自己的外孙和外孙女们长大成人。

之所以不好，是因为自己的处境。诚然，我的境界更上了一层楼，在自己人生从前 53 年里都不曾有过这样的体验。有了这种新的人生境界，让我回头我觉得就有些难以想象了。我失去了一些宝贵的财富，不过我也得到了另一些宝贵的财富。

在确诊的前一天，我还处在世界之巅，能身处这样绝佳位置的领导，即便在美国商界也是凤毛麟角。有了这个视角，我能够洞悉全球各行各业最大、最成功公司的内部机制，也能够近距离地了解为这些行业旗舰掌舵的领袖们。周围所发生的一切尽在我的掌握之中。我能够准确地预见近期经济的走势。我时常感到自己宛如悬崖峭壁上的苍鹰，不是因为自己具有坚不可摧的锐气，而是因为自己富有高屋建瓴、翱翔万里的霸气。

仅仅过了一天，我发现自己的处境发生了一百八十度大逆转。我坐在一把冰冷的铁椅上，对面坐着医生，他的脸上挂满了同情，不论是我还是别人，肯定都会觉得坐立不安。

他的眼神在跟我说，你已经时日不多了。当时是晚春时节，我脑海中却已浮现起纽约秋天的景致，那将是我能所见到的人生最后一个秋了。

我在首席执行官任上所制定的所有计划都化作了泡影，至少我得亲眼看着将这些任务移交他人。尽管我相信朝着我替公司设定的远景规划去发展，公司肯定能够取得长足的进展，但是现在公司却不得不更换掌舵人了。康妮和我精心构想的未来生活画卷也来不及上色了。这么多年来，我起早摸黑，足迹踏遍全球，牺牲了很多和康妮在一起的时光，为的就是能在退休后过上不羨鸳鸯只羨仙的生

活。这不啻上天跟我们开的一个玩笑，只不过我们不自知而已。我们一直向往退休后去亚利桑那州的大峡谷区安享晚年，我甚至还把一张大峡谷的照片塞在了钱包里带在身旁，现在这也只能是可望而不可及了。我在 2006 年和 2007 年的个人规划也全都泡汤了，以后每一年的计划也都付诸东流了。

我和康妮都是很有目标感的人，在我们共同生活的几十年里，我们总是会先设定一个长期目标，接着制定短期目标，然后按部就班地朝着目标前进。世界一直在变，因此我们也会不断根据实际情况来对长期和短期目标做出调整，以期得到最后的结果。确诊前一周我有一个宏伟的计划，但是看到医生眼中的那份无奈，我知道这样的计划已经是难以实现了。我越是能够趁早打消这种难以企及的计划，对我也就越好。

《追逐日光》：第一章礼物从天而降(3)

我需要制定新的计划，时不我待了。

回望这一生，我一直都能够正视事实、灵机应变，这也让我得益良多。我还记得 40 年前的那个片段，尽管是件小事，可至今依然在我心中留下了深深的烙印。我出生在纽约市，家住皇后区贝赛的一个中产阶级“睡城”（bedroom community）社区，尽管是在纽约市城内，却又和周围的环境显得格格不入。我很喜欢棒球，一有时间就玩得不亦乐乎，还是中学校队的投手。我觉得自己是个棒球神童，有一次，当地的一家报纸还报道了我的出色表现，因为在那场比赛的最后一局，在对手满垒、无人出局的情况下，我帮助本队赢得了胜利。我想自己还能打得更好。

多年来，我母亲一直都感受到了我队棒球的那份热情，可是在我 14 岁的一天，她却告诉我，热情和天赋是不同的。

“什么意思？”我问道。

“你很有热情，能够成为一个不错的棒球运动员。”她说道，“但是你并没有成为棒球明星的天赋。”

当年暑假的大部分时间里，我都在领会消化母亲的忠告。她希望我能够保留那份热情，但同时走上我自身才华的应许之路。我继续打着棒球，依然是个棒球迷，不过最后终于发现她的判断很准确。在宾西法尼亚州立大学念大一的时候，我发现自己甚至无法以候补球手的身份晋级首发阵容，我的棒球天赋还不如自己弟弟。即便是他，要想靠打棒球出人头地也有难以逾越的障碍。

不管自己高不高兴，这就是事实，我必须要坦然面对，我也做出了灵活调整。光阴流转，我这种调适的速度也越来越快，我具备了快速调整人生航向的能力，有时候经常是在瞬间就能掉转船头。如果不慎驶入了错误的航道，我会马上改变航向驶向新航道，而不会有任何负疚感。我不会噙着眼泪回望来时的路，也不会带着犹豫彷徨走上新的征程。在我看来，明明已经不合时宜的事却又偏要勉强，或者把明明是对但却难以承受的事强说为错，这些做法都是无益的。人们越是能够尽快地把握现实，效果就会越好。这一技能在商业世界里是尤其重要，因为商业世界和外面的世界一样，瞬息万变而且也是残酷无情的。

在从医生那里接过“死亡判决书”之后，我度过了几天黑暗的日子，不过我意识到自己不会留下像普通人那样长的人生轨迹。这就是宿命，我轻声地告诉自己。现在我需要在剩下的日子里实现可能的目标。

我很幸运，在所选择的工作上发挥出了自己的天赋，后来也在工作中注入了自己的激情。我现在可以充分利用已有的知识和技能来认清事实。我现在不用再考虑公司该怎样迅速调整自身定位来适应市场的现状，而是要考虑我个人该怎样迅速调整自身定位来应对人生的新波澜。我多年积淀的历练与眼界让我有潜力画好人生最后的轨迹，很多人不一定能够做到这一点，我认为这个机会也是一份从天而降的礼物。

在刚才我所说的那句话里，重点并非“礼物”和“机会”，而在于“潜力”。要想把这个“机会”变成一份礼物，一份别人无法从我家人和朋友手中夺走的礼物，这将是我一生中所遭遇的最大挑战。

这让人有些难以置信，是的，我明白。

说到底，谁会用这样的心情来迎接死神的到来？即便是一个会计，人生尽头的每一天就一定能有有条不紊吗？人怎能不跌入失望的峡谷？怎么会不同命运再做抗争？怎会不去奋力一搏，力图抓住最后一线希望？

面对死亡，人们真的能够积极应对吗？真的能够把它当作人生其他阶段一样来看待吗？真的能在看不到希望的情况下还能面带笑容吗？这种逻辑是不是自相矛盾呢？而且，最不可思议的就是，怎么能使之成为人生中最美好岁月呢？

在大多数人看来，死神是面目可憎的。人们不想花上一分一秒

来考虑“死”究竟是什么。人们当下的字典里没有“死”这个字眼，都想要等到以后再考虑这个问题。现在还时尚早。

当人们见到我的时候，不由地就会想起“死亡”二字，觉得我是英年早逝，让人扼腕叹息。我可以读懂他们的眼神。我今年 53 岁，不过看起来比实际年龄要苍老许多，可能至少有 70 岁，甚至像个 75 岁的老人。我的右脸颊塌陷变形，就像患了严重的中风一样。很快，我的头发会因为化疗而全部脱落，而我的头皮也会变得粗糙。吉娜说我看起来像电影《王牌大贱谍》(Austin Powers) 里的“邪恶博士”，只不过我看起来更加和蔼可亲一些。我说话也变得含糊不清了，好像讲话时口中含着石粒一样。我的一位同事说我似乎一下子操起了麻塞诸塞州的口音了。有时候，即便是家人和多年的好友，都要听我重复好几遍，才能明白我到底在讲些什么。亲友们经常会请求我，应该说是哀求我吧，让我去接受严酷的治疗，希望能有奇迹发生。一些朋友和同事甚至感到生气，因为我的态度和选择的道路分明是在说：奇迹与可能性都是不值得一试的。当然我打心底也希望第二天《纽约时报》(New York Times) 会在头版告诉世人，治疗癌症的医学技术取得了重大突破，能够让我多活上几十年。可是，我不愿意寄希望于这种虚无缥缈的可能性上。我所遇见的大多数人都希望我能够一直活下去，或是至少再活上几年。这样一来，尽管我迟早会离开这个世界，但至少不要这么匆匆而去。

《追逐日光》：第一章礼物从天而降(4)

有些人在身前写好了自己的墓志铭。当然，也有人自己挑选好自己的墓地，定好自己的临终遗愿到底是想土葬还是火化，还是要把自己的遗体捐赠给科学研究事业。可是当我需要为自己的后事做出安排时，在我的亲友中，并没有人能够像管理帐簿一样地来料理自己的后事。我自己打算要这么做，不是为了去影响别人，而是因为我本来就是这样的一个人：做事有条理，有计划，思路清晰，目标明确。做会计不仅是我合适的职业，也和我的性格吻合。我的性格特点让我在金融业和会计业得以崭露头角，也同样使得我做任何事情都不会乱无头绪，迎接自己的死亡也不例外。

一直以来，我都认为成功的企业家只要自己肯努力，都能够过上丰富的精神生活，而无需放弃董事的头衔，抛下所有，搬进修道院。仿佛只有远离了尘世才能够进入更高的精神境界，才能让灵魂深化，其实不然。在我确诊之后，这样的想法依然没有改变。不过，

因为这场病，我发现了一片企业家绝少探足的精神空间，我也因为走入这片空间而得到了莫大的收获，而且越早越好，因为这能够让你成为更成功的商人，也能够让你成为更成功的人。你可以把我探寻这一精神空间的旅程称作灵魂之旅。这一段旅程让我发现了原本就存在却不曾领会到的体验，因为我们身旁有着种种纷扰。

我在人生最后的短短几周，领悟到了这么多生命的真谛（如果没有这场病，我觉得自己难以有这样的体验），我觉得有责任帮助人们认识到只要做好准备，人生的尽头也会是一段绝美的旅程。在确诊几周后，在一个风和日丽的日子里，我和一位挚友徜徉在纽约市中央公园，他是我担任毕马威首席执行官时的顾问，给过我很多启示。我告诉他：“大多数人并没有我这么好的机会，他们要不就是已经病入膏肓，要不就是根本没有得到丝毫死亡的预兆。我却有这样绝佳的机会，可以尽可能地让最后的一切都变得井井有条。”我觉得他眼神中流露出更多的是赞赏，而不是疑惑，不过我不敢确定。

在我担任毕马威首席执行官时，我进一步加强了公司的员工指导制度，每位员工都会有自己的一个顾问。在我临终前，我不禁想到，自己得到了这么多迎接死亡的体会，应该要和员工们一同分享。我想用自己刚刚学会的知识来给一些人提出人生指导，哪怕能指导一个人也好。我可以分享该怎样为一段段人际关系画上句号；分享该怎样尽情地享受每一刻，让时间因你而停滞；分享比时间更重要的一样东西（我指的并不是爱）；分享如何轻松简单地过好每一天；分享在生活缺少了自由自在的快乐后，为什么有必要重拾这种快乐。这些难道不是健康的人们应该学习的吗？难道非得到了病倒卧床不起之后才能接受这些观念吗？尽管有些不中听，但是自己的经验告诉我，我们每个人都要在条件允许的情况下，提前画上一些时间来考虑自己生命的终结，考虑在临终前想要做些什么。

我一直对这样一个问题感到好奇，甚至感到有些不可思议：“如果怎样走完最后一段人生路，是我们所能做出最重要的决定之一（当然，需要再次强调，前提是在我们可以掌控的范围之内，也能大致推断出生命最后一天何时到来），那为什么很多人却不重视做出决定背后的责任呢？”倘若如此，不仅对他们自己没有好处，也无法给留在世上的亲友带来福音。要是有人想等到哪天空闲了，再来考虑最后几周或是几个月的安排，我的忠告是“宜早不宜迟”。如果你现在是 50 岁，准备 55 岁再考虑这一问题，我建议你“宜早不宜迟”。

如果你现在才 30 岁，打算过 20 年再考虑这一问题，我还是建议你“宜早不宜迟”。身患绝症、时日不多的人感到有必要调整自己的日程安排，使之变得更有效率，而一个身体健康的人则不会有这样的紧迫性，觉得哪怕往后推延一分钟都是好的，可是等他们明白过来后，可能已经太晚了。到时候就很不利了，可能还会成为魔魔，所以“宜早不宜迟”。我的一位好友获邀参加了一次名为“重生周末”的沙龙，参加者都是一些政要、艺术家、学者、商界大贾、诺贝尔奖获得者和其他社会名流。这位朋友告诉我说，那个周末，每个到场嘉宾都要对现场的每个人发表一个简短的演讲，限时三分钟。演讲者还要假定自己的演讲一结束，生命也就宣告结束。我朋友说这些演讲无一例外都非常精彩，而且让人更加印象深刻的是，这些演讲的内容都有些出人意料。所有受邀的演讲者都绞尽脑汁地想要“最后”告诉世人心底最重要的话，而你根本想不到一个参议员、世界闻名的物理学家或是一个公司首席财务官会发表出什么高论。

一句话，宜早不宜迟。

并不是说我事事皆顺利，我也有很多要努力的，我也经常犯错。当我神智清醒并想要将注意力集中在当下时，有时思绪难免会飘到过去或飘向未来。我会生气，还经常流泪，有时候也会感到困扰。我想要做的事，尽管三番五次地努力，可能还是无果而终。不过，我从来都没有后悔过把最后的人生紧紧攥在自己手中，这是我人生最后一段光阴了，这也是我最后一次机会了。

不过，现在这种局面有没有什么问题呢？

在临终前，我不会觉得单凭企业家的头脑就可以豁然开朗，就可以参透人生哲理，就可以洞悉整个世界。我能吗？不能。倘若我那样想的话，就不啻过于狂妄自大了。我从来都不是一个善于反省或是思辨的人。尽管我相信企业主管的头脑在很多重要方面都是有用的（在我临终前，我依然感到活力充沛、不知疲倦，就是很好的佐证），但是如果在死亡这件事上，要想成为命运的主管，听上去就有些滑稽可笑。

人之死深邃隐秘，感觉它与我目前所过的生活截然不同，虽然我会保留很多企业家的习惯，同时也要摆脱很多类似的习惯。事实上，尽管我没能总是抽出时间来反思，可是我明白真正的问题在于如何平衡两极：一极是过去的我，而另一极则是每天要塑造的全新自我。这正是我所遇到的最大挑战，而非死亡本身。一方面要把自

己当成一个领导和经理人，而另一方面却要让自己把这些统统抛到脑后。我应该保留怎样的自我？我又应该舍弃怎样的自我？什么能帮我？什么又会让我失败？诊断前后我的性格是否发生了断层，而我身上是否同时具有这两种分裂的性格？这好吗？抑或是难以避免的？最后交锋胜利的会想要的那个自我吗？

从我生命的起伏跌宕之中，别人又能学会些什么，又能获得些什么？

我把自己的故事付诸笔端，因为那些不曾得到过这种“礼物”的朋友可以找到日后的灵感（我希望是很久的未来），或是现在能给你提供帮助（希望能够让你也深入地思考生命）。倘若我的故事能够让你们尽早考虑自己的余生，考虑临终前的种种问题，倘若我的方式和观点能够让你们从死亡之中得到更多满足，从当下的生活里体会到更多的幸福，那么我将感到万分欣慰。

差不多 14 年前，当我女儿吉娜出生的时候，护士将她放入康妮的怀抱。我坐到她们母女身旁，当时所发生的一幕让我感到震慑。新生的女儿美得让人窒息，只是她大费周折才来到这个世界，感到有些疲倦。我刚想要去抚摸她，可她却先伸出手来，这让我大吃一惊。她抓住我的手指，久久未曾松开。

我感到惊讶不已，这种心情也写到了脸上。

当天和第二天，我都在心烦意乱地踱步，愁云锁城。康妮觉得我举止异常，最后直接问我：“怎么啦？你很不对劲。”

我避开了她的眼光。

“怎么啦？”她追问道：“快告诉我！”

我无法再隐瞒了，说道：“当吉娜抓住我手指的那一刹那间，我心头突然有种不祥的预兆，我可能要早早地和她告别。”

是喜，亦是悲，这就是告别的真义。到了某一天，你不得不说再见，不仅要和自己所爱和爱着自己的人告别，也要和整个世界挥手作别。

我喜欢当一个商界的领袖，但是命中注定要谢幕的那一天终于来了。在我还没有变得神智恍惚和视力完全衰退之前，我最终决定由自己来说再见，至少我还有能力做出这样的选择。

《追逐日光》：第二章坠入无尽深渊(1)

我欲永生，一切皆如我意。

——史蒂文·莱特（Steven Wright）如是说

我是谁？

在我过去的一生，我慢慢成长为美国毕马威会计师事务所的首席执行官和董事长，这是美国四大会计师事务所之一，有着百年的辉煌，拥有 40 亿美元的资产和 20 000 名员工。我在这里度过了一天又一天的美妙生活，通常我的每一天是这样度过的：开几个客户见面会，这是我最喜欢做的事情；我至少会和自己核心领导团队中的一个成员见面；我会和纽约以及其他城市的合伙人通电话进行沟通，看看我能帮他们做些什么；我还要解决一些突发情况；有时我还要和公司的竞争对手进行讨论，商讨如何共同达成商业目标；我完成了电子日历上列出的种种事项。三年前，我被公司的合伙人推举为公司的首席执行官，当时我就致力于实现三个目标：第一，拓展业务（这并没有什么好奇怪的，因为任何一个公司只有扩大业务才能继续生存下去）；第二，要提高服务质量并降低风险；第三，对我最重要也是对公司长期发展有利的一点，那就是让我们的公司成为更好的工作场所，让员工更乐意为之效劳，能让员工协调好工作和生活。我一直就认为，要致力于为员工服务，让他们觉得工作和生活是相辅相成的，绝非互相隔绝的，更不是互相对立的。

在我个人看来（对于所有的公司高管都如此，但是首席执行官可能更甚），最后一个目标是最难以实现的。不要误解我的意思，我热爱自己的公司（有时候内心之所以会有挣扎和苦痛，是因为我实在太爱它了）。我热爱自己的事业，喜欢每一天的工作，喜欢做好工作所必需采取的行动和应对的挑战，也喜欢工作所能带来的成就感。我对会计业有着满腔热情（别笑话我），我喜欢它所要求的精确、透明与合理。我觉得自己天生就是要干这一行的，我的想法和性格都是似乎就是为这行业而生的。我有着明确的目标，清楚自己的使命，愿意为实现目标而去披荆斩棘。哪怕你是凌晨三点钟给我打电话，告诉我为了挽救一笔生意或是赢得一笔生意，我不得不马上从热被窝里爬出来，顶着寒气，赶到机场，飞到另一个大洲，我都会毫无怨言地走出家门。不是吹牛，我真的这样做过。当我还是毕马威金融业务部（公司内部最大的部门）的主管时，当时我们想成为一家大型投资银行的审计公司。我觉得如果我们真想拿下这笔单子，我就需要和这家银行澳大利亚分行的总裁面对面地进行交流。这家银行马上就会决定花落谁家了。我竭尽所能地安排自己的日程，为的是想和这位总裁见上一面。我腾出了很多对方可以挑选的时间，多次给他的秘书打电话。

“对不起”是他女秘书给我的回答。她告诉我说，在接下来几周，她老板在办公室的每一分钟都已经提前预约出去了。如果我等到他有空的话，估计这笔生意已经花落别家了。

我又给这位秘书打电话，因为我经常和她通电话，彼此间已经形成了一点默契，所以我想再尝试一下。我不知道她能不能帮我个忙，告诉我她老板最近会去哪出差。他肯定是个“空中飞人”，一天到晚都要往返于各地，他搭乘飞机的时候总该有空吧？这位秘书告诉我他两天后要从悉尼飞往墨尔本，他在飞机上没有安排任何商务活动。

“太棒了！”我喜出望外。

我从她那要来了她老板的座位号。我马上打电话给航空公司订票，这趟商务旅行也创下了我这辈子所经历过最长加最短的飞行记录，我预定了头等舱他旁边的位置。当天晚上，我赶紧收拾行李，沐浴更衣，剃须打扮。第二天我就从纽约飞了整整 22 个小时来到了悉尼，刚落地，赶紧又搭乘下一趟航班，飞了一个半小时去墨尔本。当这位总裁和我都坐定后，我向他简要地做了自我介绍，告诉他我飞越了半个地球，为的就是要见他一面。听罢了我的这番良苦用心后，他不禁目瞪口呆。我征求了他的同意之后，解释了为什么毕马威是最适合他们的审计公司。一个半小时之后，飞机着落。我把介绍的书面材料交给他，和他握手话别，拿起行李搭乘下一趟回家的航班，又得在大洋上飞行二十多个小时。

我们赢得了这笔生意。

几年后，我当选了公司的董事长兼首席执行官，我觉得自己很幸运，获得了美国商界最佳的职位之一。毕马威是很多行业旗舰的审计公司，包括花旗银行（Citigroup）、通用电气（General Electric）、辉瑞制药（Pfizer）和摩托罗拉（Motorola）等知名大公司。因此，我有机会去参加他们的董事会议，能够近距离地接触到全美国最令人敬仰的精英分子，还能够倾听他们对全球经济走势的判断。慢慢的，我觉得自己也能和他们平起平坐了，不过我对其中的多位首席执行官是颇为尊敬的，包括沃伦·巴菲特（Warren Buffett）、花旗银行的山迪·威尔（Sandy Weill）、通用电气的杰夫·伊梅尔特（Jeff Immelt）、美林证券（Merrill Lynch）的斯坦·奥尼尔（Stan O’Neal），还有其他很多人。在 2005 年春天，我成为 50 位获邀在白宫和布什

总统进行圆桌会谈的首席执行官之一。

《追逐日光》:第二章坠入无尽深渊(2)

有几人能像我这样幸运?

不过, 尽管首席执行官位高权重, 但工作也是极富挑战的, 要面对残酷的现实, 要应付种种压力, 不得片刻喘息。我的工作日程都已经安排到一年半以后了。我总是脚步匆匆, 永远都在忙着工作, 我牺牲了很多周末, 我经常要熬夜干活, 我几乎错过了吉娜学校举办的每次活动。保守估计, 我每年飞行的里程都在 150 000 英里以上。在我婚后的前 10 年, 我在毕马威的事业也蒸蒸日上, 我很少有时间和康妮一起去度假。之后, 我们的休闲时光几乎和需要参加的公司聚会“二和为一”了。记得有一年, 当时我们还住在旧金山湾区, 可是我们公司最大客户的总部却在纽约, 需要我全力以赴, 为此我在纽约独住了 9 个月, 只能在周末回西海岸看望家人。到了我在公司的最后 10 年间, 我才能挤出时间和康妮共进午餐。

不过总共才只有两次。

从前并不是这样的, 我原来也不是这样的。在就读商学院大一的那个暑假, 我在华尔街的一家公司实习, 不过我知道不愿把自己全部的生命都投入工作当中。我想得在工作和生活之间达到一种平衡, 希望永远都能保持这种平衡。在那个暑假结束的时候, 我得到了一家顶级管理咨询公司的工作机会, 康妮和我认真地进行了讨论。玛瑞安是康妮领养的女儿, 我很快就喜欢上了她, 把她当自己女儿来看待, 我们三人第一次做出了家庭的重大决定。如果我接受了这份工作, 那么家里将过上富足殷实的生活, 可代价就是我得四处奔波, 忙到昏天黑地, 大部分时间都得远离妻子和孩子。或者我可以继续从事会计业, 回到两年前供职的皮特-马威克(Peat Marwick)公司。如果选择后者, 我的收入会相对低一些, 兴奋度也会低一些, 但是我可以有更多的时间来陪家人。这样一来, 我的生活和工作之间也能变得更加平衡。我一直像成为一个多才多艺的人, 既要会品酒, 也懂歌剧, 还能博览群书。我热衷于运动, 希望自己身体强壮, 能够有时间寄情于山水之间。我认为自己是个充满好奇心的人, 想要尽量多吸收各种养料。总而言之, 我真的没想成为一个首席执行官。

我最终选择继续担任会计。

但是在毕马威打拼了 25 年之后, 我坐上了公司的头把交椅。我

的生活也随之变了；生活与工作的平衡也慢慢打破了；再也难有自由自在的那种舒坦了；都已经忽略了因为工作而错过了经典午夜电影《洛奇恐怖秀》(The Rocky Horror Picture Show)，而我们从前住在旧金山时，康妮、玛瑞安和我就有时间去看电影消遣；我们家订的戏剧票也经常因为没时间去观看而作废；我订购的品酒杂志也无暇阅读，即便能够拾起来匆匆翻上几页，手里往往还在忙着好几件其他的事，我就是这样一个“超级大忙人”。每当我想要干些自己的事，都会被工作打断。因为工作关系而需要应付的客户多达几千人，从前我只是工作忙闲暇少，现在这种情况就变得更加糟糕了。

在我的话听起来像是在抱怨之前，我想要事先说清楚：只要我能够应对这样一份压力极大的工作，我就会继续做下去；只要我想继续接受这份挑战，我就不愿意躲避责任。尽管我对家人充满了爱，但当我实现了如今的成就之后，我就很难退而求其次找份普通的工作，为的是每天晚上 6 点钟能赶回家并且能够参加女儿的家长会。达到事业巅峰的人都不是自己走上去的，而是别人硬给推上去的。

工作忙碌之余，能让我得以放松的就是打高尔夫了。我这一辈子都酷爱高尔夫球，在高尔夫球场我几乎从来就没有过心情灰暗的时候。我喜欢这项运动所要求的素质：信誉、诚实、精准、思考和耐力，打好高尔夫球也需要有良好的体能做支撑。但是，如果有人认为天赋是自己最引以为豪的话，在我看来，他根本不懂这项运动的真谛。因为首席执行官的光环，有一次自己有幸和 PGA 锦标赛名宿雷蒙德·佛洛德(Raymond Floyd)交了一次手。他跟我说，对于高球名将而言，做好充分的体能准备来赢得巡回赛是相对容易的，真正富有挑战性的是让自己总能够凝神静气，把每一杆球打好，把日复一日的比赛打好，把周复一周的比赛打好。

我从来都不认为自己是这项运动的高手，我的差点在 15，觉得自己只是个水平一般的爱好者而已；发挥最出色的时候，也只能用“擅长”这个词来形容。不过，我觉得技术并非最重要的，通过高尔夫，我交到了很多好友，得到了很多愉快的体验，而且在美国各地高尔夫球场的球道、沙坑和果岭区，结识了很多商业伙伴，也做成了很多生意。和很多其他公司高管一样，我有幸能在全球最好的高尔夫球场上展身手。不过，在我成为公司董事长之后，我的空余时间就更少了，到哪都无法尽兴地享受挥杆之乐了。

《追逐日光》：第二章坠入无尽深渊(3)

我喜欢高尔夫的点点滴滴，不过最重要的一点就在于它能让康妮和我共度二人时光。我们特别喜欢在日落前打球，那时的球场不会像白日里那般拥堵，夕阳斜照倒影横斜，球洞旁侧树影婆娑，这是打球的绝佳时刻。当我们在打球的时候，会觉得冥冥中有神灵在向我们召唤，觉得神清气爽。感觉上我们不仅仅在打高尔夫，也是在追逐阳光，尽享余晖退去前的分分秒秒。

2005年5月初，康妮和我一起打高尔夫。我的开局不错，不过到了第8洞，放好球，挥杆，球应声飞去。不过，偏了，我倒不是说又是一个糟糕的右曲球。多年来，和很多高球爱好者一样，我也常犯右曲球和左曲球的毛病。不过，这一次球飞得很直，但是落点离球洞很远，好像我眼中有另外一面洞旗一样。

自此，我就打得很糟糕。我们打完了全场后，康妮说我的脸色有些苍白。

我已经习惯于整天都忙得不亦乐乎，不过2005年的春天更是忙得昏天黑地。

这段时间我不仅为工作在奔忙，也为了家里的事在操心。我们刚刚把在曼哈顿哈得逊河东岸褐石建造的房子给卖了，想要找一处新的公寓楼，而且也在忙着搬家的千头万绪。吉娜受单核细胞增多症折磨长达半年，现在终于复原了。她现在正在写学校的一篇科学报告，题为“致命蓝纹”，她要用电脑模型来描绘蓝纹章鱼的自我防御能力。和往日一样，我因为要去外地出差，又没能参加她学校的学生科技作品展示会。我们一家人都知道，只要咬紧牙关，挺过接下来的几周，等到吉娜学校放假，就能迎来属于我们三人的长假，这个假期我们可是盼望已久了，可以去夏威夷享受两周的自由时光。

（玛瑞安住在加州的纳帕市，生活忙碌，刚同她丈夫和孩子度假归来。）

在我能真正长舒一口气之前，手头的事依然堆积如山。首先，我要飞往上海去参加全球经济论坛，届时会有来自各地的商业领袖出席。我也可以借此机会了解毕马威中国分部的运营现状，并和公司中国分部的负责人见面。

在去中国的路上，我先要顺道在得克萨斯州的沃斯堡市停留，拜访石油大亨罗伯特·巴斯（Robert Bass），他一直以来就是毕马威的重要客户。再过四天，我还要飞往丹佛、华盛顿、蒙特利尔和旧金山开会。当我在加州的时候，全家人一起为我的一个侄女举行了

婚礼派对。在婚礼前的晚餐上，康妮盯着我看了好久，神情异然，然后用手摸了摸我的脸颊。

“你的脸有些下垂。”她摸着我的右脸颊说道，可是我并没有感到什么异常。后来，我觉得应该自己看一看，所以就照了镜子，发现果然如此。就好像我看完牙医回来，局部麻醉剂依然在发挥作用。

此时，并没有人觉得有什么大不了的。在周末，康妮发现我嘴唇旁的肌肉不时会有些紧搐，有脸颊也不断下垂。几个其他参加婚礼的亲友也提到了这一点，不过只是在康妮先说以后，他们才好意思说出口。康妮估计这是由于劳累过度造成的，有可能是颜面神经麻痹症，我们从网上得知这是最常见的一种神经技能紊乱疾病。它的症状为面瘫，可能是由病毒引起的。大家都觉得这是由于我过度疲劳造成的，当一个人因为工作过度导致筋疲力尽之后，就会造成肌肉抽搐。

康妮让我去看医生，不过我的中国之行迫在眉睫，我想回国之后再做修整。

当我在国外出差的时候，我对自己的不舒服一点都没有在意，我也根本没时间去在意。

第二周，我又马不停蹄地赶赴西雅图，参加微软首席执行官峰会，有一百多位重量级的首席执行官应邀出席。波克夏—哈萨威公司（**Berkshire Hathaway**）的首席执行官沃伦·巴菲特也在其列，他称得上是全球最精明的投资家了。他的冷幽默是我所见过最有魅力的，他对我所从事的行业也了解透彻，在谈起会计业的许多重要问题时，他都是如数家珍，让我颇感惊讶也很是佩服。微软首席执行官史蒂夫·鲍尔默（**Steve Ballmer**）的演说一如既往地激情四溢。

当我“有”时间来关心一下自己的话（我倒是希望我真的有时间），我觉得只要驾驭得当，每天繁忙的工作还是能够应付的。而且，天堂夏威夷已经在向我招手了。

回到纽约，我的右脸颊和嘴角依然下垂，我答应康妮下周去看神经科大夫。

在去看大夫之前的周末，我和康妮宴请了公司的一个老客户及其夫人，多年来我们已经视为莫逆。在饭桌上，我兴高采烈地回顾了这次出行地所见所闻，我们四个人也谈到了中国和印度在世界经济领域里越来越重要的地位。晚餐之后，我们驱车前往迈迪逊花园广场，我们有 U2 乐队演唱会的票。我们从来都没有经历过如此热

力四射的演唱会火爆现场，当台上四首歌曲唱毕，康妮腾地从座位上站了起来。准确的说，应该是在惊恐中倏然起身。

“怎么啦？”我朝她大声呼喊，希望在现场嘈杂的现场她能听到我的声音。

“我觉得整个世界都要崩溃了。”她高声地回答我。

我以为她指的是现场让人震耳欲聋的高分贝。

《追逐日光》:第二章坠入无尽深渊(4)

我们来到外面的走廊上，终于可以听清对方在说些什么了。她说自己想静下心来欣赏波诺和台上的表演，可注意力就是难以集中。她的心中满是不安和忧虑，她觉得目前的美好生活马上就要不复存在了。她起身完全是下意识的，似乎冥冥中有种大难降临的预兆。她也说从前都没有过这样的经历。

在我们婚后，她曾经有过一些预感而我却不曾在意，这已经不是第一次了。

我信誓旦旦地和她说目前的生活并不会离我们远去，我们回到现场，继续观看波诺的演出。我对生活中的阴云就这样疏于留意，我也没有意识到自己的宽慰根本难以让康妮放心。

我也难以预料到底会怎样的风雨大作，也真不知道该如何做得更好。

5月24日（周二），我和康妮来到了康奈尔医学中心看神经科大夫，我们两人都认为我肯定是劳累过度，可能是患了颜面神经麻痹症。这不仅仅是良好的期望，因为我的工作还是很忙，自从几个月前开始需要我应付的事情就越来越多了。为了工作，我的足迹踏遍了全球。家里的生活也因为搬家忙得不可开交，我们这些天都住在城中心的饭店。尽管我能够应付这样繁重的压力，但是这种压力终于对我的健康造成了冲击，这也是情理之中的事。

和医生预约的是当天下午临近傍晚的时分，这样不会太影响我的工作日程。在我去看医生的路上，我不禁遐想联翩，在这个美妙的时刻，夕阳斜照树影长，一切都回归宁逸，如果能在高尔夫球上享受一番该有多好呀。想着想着我就笑了起来，因为再过几周，我就可以潇洒挥杆了。康妮、吉娜和我可以去夏威夷放松心情了。不论我现在工作压力有多大，夏威夷的天蓝海净马上就能让我倍感心旷神怡。

来到精神科诊室，一位女医生问了我几个问题，然后给我进行

了一整套看起来非常专业的检查。医生给我检查了膝跳反应，用手电照射观察了我的瞳孔，测试了我左臂和右臂的力量，还让我走了直线。

她让我第二天一早就来医院做核磁共振检查。

我是个商人，自然重视效率和速度。这一次我觉得自己在这上面花了太多时间了，感到不习惯。我觉得自己无法奢侈地浪费大把的时间，站在长长的队伍后面，等着做核磁共振检查。不过，如果医生觉得我面部下垂只是颜面神经麻痹症，或是其他不太严重的症状，就会不急不慌地给我做出诊断，而不需要我马上去做核磁共振检查，完全可以让我等上一个星期或更久都没关系。

如果一个医生周二下午 5 点半告诉你，明天一大早 8 点钟就要做核磁共振，你心里就会嘀咕可能病情比自己想得严重，而且要严重得多。

不过，我并没有担心很久，康妮也一样。当天晚上我们又谈起了这件事，康妮跟我说医生建议检查，只是为了保险起见。

第二天一大早，我赶到医院去做核磁共振，接着又赶到公司参加一个特别重要的董事会。才过了几个小时，那位精神科医生就给我办公室打了电话。我秘书卡恩把消息转给了康妮，康妮就给医生回了电话。起初，医生坚持只能把结果告诉我，可是康妮一再哀求。

“我们发现了一些问题。”这是医生的原话。所谓的“问题”出在我的脑部。她想让我再做一次核磁共振，这一次会使用对比成像，可以让检查的效果更加明显。

第二天，我和康妮去做第二次核磁共振。要是平时和康妮外出，我会有一大堆问题，非得问清楚到底要干什么才肯罢休。我并不喜欢惊喜，而是喜欢在做事之前把一切都安排得井井有条。

但这一次去医院的路上，我什么都没有问。

做完核磁共振检查之后，我又投身到了工作之中。

是夜，医生打来了电话，让我第二天去医院，要把诊断结果告诉我。第二天我的日程已经安排得满满当当了，还要开董事会。为什么不能再等上……？

“不行！”医生说得斩钉截铁，她不允许拖延，一天都不行。

第二天，我和康妮又坐在了医生的诊室里了。她把我脑部的核磁共振图插入 X 光板。医生还没有说话，也没有告诉我疾病的名字，浮现在脑海中的第一个印象就是——“星球大战”。

我的右脑上没有任何斑点，可是左脑部分却是一片模糊，密布着大大小小的斑点。看起来就像晚上的星空一样。斑点之间有很多线纹相连，有些明显，有些模糊，密密麻麻。作为一个会计师，由于职业熏陶，我看到摆放在我面前的材料就会想出应对策略，构画出系统、有条理的解决方案。可是，看着我的脑部核磁共振图，我也想象不出来一个医生，不管他的医术有多么精湛，该怎样应对这样“星罗棋布”的局面。这一病变是从哪里开始的？最后会在哪里终止？整个左脑就好像繁星密布的银河一样。

《追逐日光》：第二章坠入无尽深渊(5)

绝对的“星球大战”。

康妮后来跟我说，看着核磁共振图感觉，就像尼斯湖水怪在我左脑下面翻江倒海。

这位神经科大夫说她不该确诊我到底得的是什么病，她怀疑有可能是星细胞瘤或是胶状母细胞瘤。头脑中有上万亿个神经胶质细胞，现在发生了病变。我的头颅中有多重中心肿瘤，最大的三个都有高尔夫球大小。三个肿瘤互相连接，前后分部，一个在前额叶（控制人情感和决策的部位），一个在左脑中部的运动皮质区，另一个在左脑后部的视觉皮质区。

这位大夫当时就安排我们第二天和全美国最出色的两位神经外科医生见面。她显得很乐观，我们都觉得情形不至于会糟糕透顶。

我觉得当时我俩心中并没有为恐惧所笼罩。不过，当晚回到饭店后，康妮跟我说，这也是我俩结婚多年来，第一次感到束手无策。从前，我俩一直都能够戮力同心，预见未来，从容不迫地化解种种困境，在最大程度上降低风险，从而让自己绝处逢生。我俩总能互相鼓励，一直都能保持警觉，一起打造了美好的生活，避开了现象环生的漩涡和礁石。

但这一次，我们感到了力不从心。

“本来一切都计划得好好的，现在都泡汤了。”康妮很是哀怨，整个人跌入了谷底。

她长长地吸了一口气。面对危机，她总是最能保持头脑冷静的。

“我可不想以后回忆的时候，后悔我们浪费了共度的每一刻时光。”她又说道。

我们结婚后，并没有深入地讨论过彼此面对死亡这一话题，没有想过如果某一方先离开人世，另一方该具备怎样的勇气面对日后

的人生。这并不是嘴上说说那么容易，而是要用实际行动来迎接残缺的天空。当人们心有恐惧时，往往会选择躲避。

后来，当我俩又静了一会之后，康妮对我说：“我想你还是做好准备，迎接自己的命运。是福不是祸，是祸躲不过。好像老天爷并不想让你有充裕的时间来慢慢准备。”

康妮道出了我的心声，我回答说：“其实，我并不想走得太匆匆。不过老天爷觉得我好像已经准备得差不多了，就想让我早点离开人世。”

我当时正步入人生顶峰，充满活力，事业也如日中天，现在一切都结束了，这就是命运多舛。

嗨——

有没有什么方法能帮我们抚平这份悲伤？尽管天有不测风云，但是有没有什么办法能让我们摆脱这种不安，慢慢接受现实？有没有什么良药能让我们至少能暂时忘却恐惧，或者永远不再生活在恐惧的阴影之下，转而客观地认可自己的现状，并能一直接受这一现状。

对命运也没有什么好抱怨的。老天爷也没有告诉我还能活多久，不过看起来我已踏上了人生的末站。在人生的这一站，我必须要有足够的睿智，为的是我女儿、我的孙女和其他晚辈。尽管我错过了人生列车接下来可以欣赏到的风景，我还是可以从这次旅行中汲取足够的养料。

这就是我的命运。如果我想帮女儿（尤其是吉娜）、朋友和同事减少悲伤，我最好能够调整自身定位，正视命运的安排。这也是为了康妮好，她总能洞察人生，给我很多生命的启示，不过这一次我要多考虑她的感受。

第二天，我们如约同两位神经外科医生会面了。第一位建议马上进行脑部手术，照他的说法叫作“脑部减积”（*debulking*），为的是切除部分大肿瘤，从而缓解对脑部神经的压迫（尽管我并没有痛感）。不过，这位大夫并没有说动手术能延缓我的生命。正如我前面所说的，我从一开始就不知道到底还能活上多久。当时，我也不想知道答案。他说手术后我需要一个月才能恢复，再过一阵还要辅以放疗。

尽管听起来很吓人，但是真正最让我感到害怕的并非他的诊断。让我心灰意冷的是他的眼神，他在看我和康妮时，眼中不觉流

露出了同情，这种同期毫无疑问来自他的心底深处。从医生的眼中读出这种悲悯，无疑是一种大大的不幸。

也就是在那一刹那，比任何时候我都更加清醒地认识到，我的命运已经无法挽回了。震惊，绝对的震惊，之前我并不自知，而且我也花了好几天时间才缓过神来。我渐渐地才接受了这种结局，发生在我身上的这种结局。

当天下午，康妮和我坐在候诊室里，等候第二位世界级神经外科医生的到来。当时，我的脑子乱成一团，我转向康妮，直接说出了脑子里的想法：“对不起。”

康妮看着我，她也感到很震惊。其实，她什么也不用说。说实在的，我也无须说些什么。从我们相识开始，我们就一直心有灵犀。从最初开始，她就是我的知心爱人。30年过去了，两人的心依然贴近，彼此间无声胜有声。

第二位名医是位年轻的脑部成像专家，他提出了更加保守的治疗方式。他说：“脑部减积就是脑部手术，至少需要一个月你才能恢复。”他建议进行脑肿瘤活组织切片检查。照他的估计，整个手术需要进行两个小时。

这位医生年轻有活力，提出的治疗方式相对保守，对病情和治疗方式的表述直接易懂，这些都让我心中燃起了重生的希望，尽管我的这份希望并没有任何证据支撑。

玛瑞安也从加州飞来了。吉娜当时正在飞往肯塔基的途中，她去那里是参加一个国际战略思考大赛。她自己根本不想去，可是我却十分鼓励她去参赛。说是为了我，其实是对她大有裨益。我知道这是一个绝佳的机会，她可以展示自己非凡的能力。机不可失，时不再来。她一直犹豫不定，不过我不断给她鼓励，应该说是哀求她要去参赛。

她去了。之后，不断打电话询问我的情况。

6月1日（周三），我接受了活组织切片手术。本来预计两小时的手术实际上花了三个小时。后来我才得知，手术过程中，大夫走出手术室告诉康妮，提取的第一个活组织切片上的脑细胞完全坏死。不是局部坏死，是完全坏死。

后来，这位大夫说我的脑肿瘤无法用手术治愈。

这其实也就等于宣告没有希望了。

手术后，我躺在病床上，康妮问大夫我们梦想的夏威夷之旅是

否还能够成行。他的回答是：“如果你们非要说的话，他可能就再也回不来了。”

等到我从手术中恢复之后，大夫对康妮和我说建议进行放疗，也许能让我多活上几个月。想要根治是不可能的，他说：“这是绝症，想要治愈几乎就是不可能的。”

我们询问了化疗是否能奏效。

他说：“化疗也许能让你多活上一阵。”不过，他认为化疗可能会有用，但主要是对有些癌症病人的病情管用，他们往往能够康复。但我的情况不一样。尽管如此，他和其他医生都建议我接受化疗，同放疗一样，如果能够让三个高尔夫球大小的肿瘤减积，它们也许都能让我多活几天。但是我的病症是多型性胶状母细胞瘤，如果在早期接受化疗的话，效果可能会很好，运气好的话，我可以再活上一年半，大多数（80%的）患者都能活上至少半年。按照我们统计的行话，这样的百分比分布图可不像一个标准的钟型曲线。

可是我连那个“大部分”的群体都挤不进去。即便治疗奏效的话，我能再活上三个月就已经很幸运了。我的视线已经开始变得模糊了。我已经记不清最初是从何时开始有这种症状。康妮和我苦思冥想，但还是想不起来。我的秘书卡恩说我在几个月前有过头疼的迹象，但并不严重，在我服用了阿司匹林之后症状就消退了。但是，从前我机会就没有过头疼的情形。我没有能在癌症的早期得到诊断。也许是因为我一直行动匆匆，都没有时间驻足系好鞋带。

不过，医生们都觉得至少都认为有一点是值得庆幸的：不仅我现在不会感到疼痛（这一点我很清楚），而且到临终前我也不会有疼痛感。我可能会安详地陷入昏迷状态，和这个世界静静地挥手告别。

带着活组织切片手术的结果，我们找到了第一位专家，他曾建议过采取更为激进的脑部手术。我们想把最新的情况告诉他，想听听他的建议，是否还想采取“脑部减积”的治疗方法。在看过我最新拍的脑部 X 光片后，他无奈地说：“扩散已经太严重了，我们已经无能为力了。”

也许，病魔也和我一样行动匆匆。正如我一样，它也不知该如何放慢脚步。

《追逐日光》：第三章如果还有明天(1)

从家中的饭厅，可以眺望壮观的联合国总部大楼。再远处，东河静静流淌。餐桌的另一端有一堆日常的信件报刊，有帐单、新到的杂

志和简报、出席聚会和慈善活动的邀请信。在它旁边，还有一摞堆得更高的信件卡片，这些本和日常生活没有什么关系，是几十张来自朋友和同事的慰问卡片、写满祝愿的信件，他们都听说了我的近况。在它旁边，还有更大一堆瓶瓶罐罐，全是我的药，有为了防止我再次痉挛的药物 **Keppra**，还有减缓脑部肿胀的类固醇药物地塞米松，还有抗生类药物。在最开始服药的时候，也出现了一些新的不良反应，比如说出现了焦虑感（由类固醇药物引起的），而且思绪也变得更加混乱。不过，也有好的一面，我的视力倒是比从前有所提高了。

我坐在女儿的苹果笔记本电脑前，我能够感到自己驾驭电脑的能力下降了。电脑旁边，有一个记事簿，上面写满了自己的所思所想，这些都将成为本书的素材，内容包括如何迎接死神、最后旅程的体验以及自己的收获。尽管我的思维并没有收到疾病的影响（至少我是这样认为的），但是我的书写能力可就不是这么一回事了。

“身体上我还是很强壮，没有什么不舒服。自从不做化疗之后，也就不再承受那种慢慢咽下死之痛苦的体验了。”

我伏案写着，可是每过几分钟，眼睛的余光还在盯着手表看，提醒自己不要耽误自己其他的日程。

不过，话说回来，还有什么日程？如果在集中精力做好手中的事的时候，不去分心想接下来要干什么，而是完全投入到当下，不去为接下来担心，效果会怎样呢？如果我只是全身心地融入到当下之中，那么时间将会以怎样的速度流逝呢？

那真是一种全新的体验。

我觉得，不停看手表和严格管理时间都是我从前的习惯，现在必须要和它们说再见了，或者至少要让这样的习惯适应新的环境。如果我人生的时间轴发生了大的调整，那么我对于时间的态度也需要进行大调整。如果我能够活到将近 80 岁（这在几个月前还是一个容易实现的目标，因为在此之前，我一直身体健康），那么我还剩下大约 10 000 个日日夜夜。而现在情况急转直下，我只剩下 1% 的时光了，属于我的只有 100 天了。对于失去的 99% 的时光，我必须要用新的思路来调整，对时间的意义认识更加深刻，对时间的定位更加明晰。

不过，说句真心话，我确实不知道怎样才能达到这一境界。

留给我去学习体悟的时间是如此之少，不过具有讽刺意味的是，

我首先（也是最后）要学会的技巧就是学会放松。多少年来，我都是以每小时 100 英里的速度全力往前狂奔，径直向前冲，一路上连一个弯道都没有。而到了我去世的那一天，我的速度将会是零。我曾经也想过（可能大多人也想过），到了晚年，自然会遇到前方路上的一个弯道出口，大概也就是在 65 岁退休的时候吧，或者是身体不适的时候，先哲会在出口处亮起一盏灯，告诉我该要减速了。其实那盏灯早就已经向我亮起，不过我没有能够看到其中的预警。正如康妮对我说的那样：“其实你并不是步入人生最后的荒野，等待着死亡的降临。”我是在漫漫人生路上减速前进，这是毋庸置疑的，不过只是有些让我感到难以掌控，其实也不能完全这么说。这也是需要我集中精力去把握的，把握好我能够掌控的命运。卸下肩头董事长的重担，不再像从前一样忙碌不已，尤其是不再做一个奔波操劳的纽约人，我觉得目前自己的行进速度是每小时 50 英里，也许是 30 英里（甚至不到 30 英里）。我希望自己能够有意识地继续减速，自己来调整步调，这样在我人生最后的几周内，几天内，甚至是最后几秒钟内，我能够尽享生命的平静与宁逸。

我不想在匆匆忙忙之中就糊涂地步入了坟墓。

坐在家中的餐桌旁，我写下了自己最后要做的事：

- ？ 稳妥地解决所有法律和遗产问题；
- ？ 结束一段段人际关系；
- ？ 追求简单；
- ？ 活在当下；
- ？ 去营造，也去迎接美妙的时刻和“完美的时刻”；
- ？ 开始向新生过渡；
- ？ 为葬礼做准备。

简而言之，我希望在最后的岁月里，能够意志坚决地和过去告别，能够体察生命的真义，能够享受生命的快乐。进一步简而言之，我只希望得到以下这些：

清晰、兴奋和完美。

说实在的，一个人还能奢求其他更多的吗？

《追逐日光》：第三章如果还有明天(2)

有一句很棒的祝福语，很有可能来自爱尔兰，是这样说的：这是通往美好人生和更美好死亡的应许之路。哦，我想要无与伦比的永生。我并不是说在这样的问题上还要和人一争高下，我是说我向来喜欢

取胜，所以我也想赢下这一仗，争取比别人在死的时候笑得更好。我是说面对死亡，我也想得到平时在生活中所能取得的收获，用我所知道的最好的方法来达到目标。比方说，多年以来，我爱上了品酒，我会遍尝名酒，订阅相关的杂志，当我有时间的时候就会阅读一番。我也喜欢上了歌剧，也懂歌剧，我会去剧院观看聆听，也会提前阅读相关的故事情节。我不想只是浅尝辄止。

现在，我也有一股豪迈的气概要“战胜”死神，我要试着积极地看待它，从而像我所希望的那样结束生命，正视死亡，不去躲避，笑着迎接死亡。

问题关键难在我该怎样改变看世界的视角，然后在接下来短短的两到三个月的时间里，如何经常做出必要的调整，内心也变得更加坦然。去发现人生的真谛，去享受其中的欢愉，去真正领悟它的价值，需要的不仅仅是努力，还需要学习与重新学习。

幸运的是，我已经遇到了两位良师。一位是我在就任公司首席执行官的时候聘请的顾问，另一位其实五十多年来一直陪伴着我，就是我自己心中的精神导师。

在过去，我曾经聘请过一位顾问来帮助我，我在就任公司董事长之后，设定了三个致力于实现的目标，其中最重要的一个，也是我希望成为公司未来财富的一个目标，就是要帮助员工过上更加平衡的生活，协调好工作与生活的关系。到我确诊之前，我们在这方面已经取得了扎实的成效，我们曾经召开过多次长达一整天的研讨会，来探讨该怎样实现这一目标。在全国各地的分部都举行过这样的研讨会，很多公司的合伙人及其爱人都受邀参加了这样的会议。我和其他人都认为，这位聘请的顾问给我们最重要的一条启示就是：如果我们能够不要太过于注重控制时间（因为时光流走根本不受我们的控制），而要主要控制自己的精力分配（这是很有可能实现的，因为我们可以驾驭自己），这样我们就能够在前进途中取得更大的成功。

现在，我自己遇到了如此严峻的挑战，显而易见，这一注重工作和生活平衡并改良了公司文化的原则对我也大有裨益。我需要用一种新的视角来思考和看待这个世界，来接受我突然间减断了的人生时光。不要太多地去考虑时间，不要过多地去看未来，这样的处世态度看来是有帮助的。

不过，我在用这种新视角来看待世界的同时，也不想丢弃自己

的核心价值观。无论如何，在这 54 个春秋间形成的价值观、处事方式和处事哲学，还是非常奏效的，帮我在商业世界中赢得了翘楚的荣耀。我觉得还是要坚持自我，追求自己想要的，尽管我也知道自己也要加入新的元素。我确实无法摒弃塑造自我的那些核心价值观，我应该要重新调整方向，这样我就能在自己的精神世界里也站到巅峰。

不过，我发现要进行这样的转向，就需要首先调整我的一个核心价值观。

我一直坚信“承诺”的重要性，它渗透到我生活的方方面面。对婚姻、家庭、国家、员工和公司都是绝对忠诚，甚至对邻居和全人类都抱着这种态度。对于我而言，承诺就意味着牺牲、成熟、道义和信用，包含着各种各样的美德，至少对我而言是如此。不幸的是，在商业世界里，衡量承诺的标准简化成了时间。通常而言，你是否对工作足够投入，就要看你愿意工作多少小时，就要看你要牺牲多少与家人共度的时光，要看你能够离开家为了某个客户漂泊在外地。承诺就变成了可信度，变成了要向世人证明你坚守着岗位，并承诺还会坚守下去。如果你付出了大量的时间，那么你就证明了你的投入。如果你不愿意付出这么多的时间，那么你的投入程度就受到了怀疑。时间变成了惟一的衡量指标。

但是，自从我们公司接受了那位顾问的咨询，特别是我的家人和我自己度过了梦魇般的几周时光，我开始怀疑承诺是否另有真谛。事实上，承诺和时间无关，和可信度以及确定性也无关。承诺是有深度的，它需要为之付出努力，需要激情。需要你的心停在某个港湾，而不愿泊在其他的什么地方。当然，时间也是一个因素，如果完全忽略了时间就有些滑稽可笑了，也不符合常理。但是，承诺最好的衡量尺度并非时间，而是愿意付出的真心，讲得更加准确一些，就是要看愿意流淌的汗水，就是要看你能够多执着地投入。

一旦想通了这一点，我就觉得自己仿佛置身于一个新的世界。我无力掌控时间，我也只能或多或少地影响周围的世界。我所能掌控的就是自己的精力，怎样来分配精力，以及怎样用这些精力来应对外部世界的影响。这一思想成了新的指导原则，来帮助我将注意力集中在应当之处。与其说是“承诺”，不如说是“有为之”，这个用词和时间更无牵连，更能准确地描述我从始到终都在为何努力。

《追逐日光》：第三章如果还有明天(3)

我也不再考虑将来该怎样生活了（也不去过多地回忆过去的岁月，这是很多人面对的问题，尽管对于我而言并非那么严重）。我需要停止想象两个月以后、一周以后、甚至几小时以后的生活图景。甚至连几分钟以后的短暂将来都可以先搁置一边。六十秒以后的世界，其实和六十年以后的世界一样难以捉摸。过去我生活在并不存在的想象世界中，感到筋疲力尽，如果这样做的话，我会总是感到心力交瘁。不仅如此，这样做也有些可笑，因为我们可以拥抱如此幸运和美好的当下。

我感到如果自己能够学会活在当下，学会体悟周围世界的美妙，那么我就会给自己赢得很多时光，而在我健康的岁月里，从来都没有享受过这样的时光。（从前免不了会感伤于失去的小时、星期和年月，感伤于失去的多少时刻。现在不要再这样想了。不要沉迷于悲伤。）对于我只能再活三个月的事实（如果最后真是如此的话），我是无能为力的，如果我调整心态，就可能找到新的方向，这样的调整就能帮助我照会失去的岁月，因为我发现了新的真谛、品质和兴奋。我所剩下的时日确实已经不多了，不过接下来，每一天的时光都会和从前完全不同地流转。

是谁这么晚才做出了这样一个调整？

我很快就发现，活在当下并充分体悟周围的世界，是我所遇到过最难的挑战。换言之，运营有 20 000 名员工的公司，或是在高尔夫球场前九洞都打出标准杆，都没有这个挑战如此严峻。不仅是我，而且别人也遇到了这样的麻烦。下面是两个与此相关的例子，我还是对时间以及人与人之间的关系很在意。

？我的一个同事告诉我说，他要看望自己年老的母亲就需要驱车几小时，每次他进门的时候，老人问的第一句话就是：“下次你什么时候能来？”

？我女儿吉娜和我一起去看了电影《蝙蝠侠归来》，这两个小时我俩都很开心。不过，当我们走出电影院后，她说的第一句话就是：“希望还有续集！”她这样期望也是在情理之中的，她希望现在能够延续，因为她并不真正活在当下。对并不存在事物的憧憬取代了当下在她心中的地位，本来她可以细细品尝当下的美好的。

这两个例子听上去有些沉重，不过事实上，我认为这是放之四海而皆同的。谁的心中会不懂憬，不渴望得悉接下来会发生什么？不管是长者还是年轻人，概莫例外。即使是一个只有 13 岁的孩子，

她的未来比她长辈有更多的可能性，也发现要仅仅活在当下都绝非易事。

很快，我就发现了各种各样并不活在当下的人，尽管他们的信念各有不同。他们抑或活在将来，抑或活在过去，抑或哪里都不是。比方说：

有些人从来不会倾听，总是不停地提问，却没有耐性听完答案；  
有些人总是暴跳如雷；

有些人像我一样，自认为既看到了树木，也见到了森林，不过可能更多的时间都花在了看树木上，眼中的那些树木真就是森林吗？

因此，我就要学会怎样活在当下，学会怎样让思绪至少停留在现在的几秒钟。刚开始的时候，我总是会分神。经常性地，我也会分神。即便是为这本书记下一些心得的时候，我头脑中还是充斥着所剩无几的时光是多么宝贵的念头，思绪经常飘向从前的工作，飘向之前面对过的生意场合，我还是无法让往事随风。在我头脑中，未来和过去交织在一起，甚至都挤占了我尝试新鲜体验和所能掌控的一切，那就是当下。也许，对未来和过去的眷念，或多或少地是因为本我的驱使，这一辈子总是发自心底地在追寻自己的定位，依然把自己看作是对社会能做出贡献的一份子（要消除这种观念，谈何容易）。也许这种眷念是因为自己比较操心，毕竟我是在写书，为的是和人们分享我的经历，很自然地我就会想起从前的某位同事，想起我的侄女，想起我是怎样和客户打交道的。

活在当下真是座难以逾越的险峰呀！

“不过，也必须要把它看得简单些，”我这样告诉自己，“谁叫我都已经接到死亡判决书了呢？”

难道不是这个道理吗？

每天早上醒来之后，我会竭尽所能地让自己的思绪停在当下。只是去感受当时身边的风景，让思绪就停驻在那一秒。如果我的思绪停在当下，我就不想去想一天还剩下多少时间，还需要去干完多少事；也就不想去想这一年还剩下多少时间。如果活在当下，我就可以只关注眼前的一事一景，而不用去回想上一次的情景。如果我活在当下，那么环境和过去都不再重要，重要的仅仅是现在的体验。

我试着对周围所发生的一切都做到心知肚明，做到真正的、完全的了然而胸。

不过，我没能成功。

《追逐日光》：第三章如果还有明天(4)

我狂热地追逐当下，似乎表明历史和过去应该渐行渐远，慢慢隐去。不过我所有想要读的书（因为我视力下降了，所以我选择了听录音）都是历史书。在《爱尔兰人如何解救文明：从罗马帝国衰亡到中古欧洲时期爱尔兰英雄角色轶史》(How the Irish Saved Civilization)一书中，我得知在罗马帝国分崩离析之后，很多经典著作的手卷被转运到千里之外的爱尔兰修道院里，正是这些满腹经纶的僧侣们“解救”了历史。

这些僧侣们所做的壮举不也是我个人的雄心壮志吗，要目标明确地去行为处事。

是否过去和现在之间并非有我想象的那种难以跨越的鸿沟呢？事实上，他们难道不是一回事吗……只不过有时间的间隔？

我正步向人生的终点，康妮和我准备进行人生最后一次家庭旅行，带上吉娜一起去。我们打算九月中旬出发，那时候我的放疗已经结束了，而且已经休息了一阵，恢复了些体力，而且已经完成了我设定的其他目标。我，哦不对，应该说是我们，选择了三个对于我而言有着特殊意义的地方：布拉格、罗马和威尼斯。之所以选择布拉格，是因为它是一座重要的历史和宗教重镇（在中世纪，朝圣着为了达到圣地巴勒斯坦，必须途径此地）；之选择罗马，是因为它的建筑和历史底蕴让你留连忘返（在罗马城，你可以看到历史是如何叠加的）；之所以选择威尼斯，一方面是因为它的动容，另一方面也是因为如果再去体验的话，可能水城之美就要消逝了（回到这座美丽富饶而又在逐渐下沉的城市，也颇有几分“衣锦还乡”的感觉。当年康妮和我来到这里做新婚旅行，身上只是怀揣着少得可怜的几张钞票，可是现在我们又牵手来到了这里，钱包里有很多张信用卡）。

我一直酷爱阅读历史著作，如果我们能够倾心体会的话，也能受益良多。我一直有这样的感觉，要想过上有意义的生活，一个人就必须要有历史归属感。现在，我已经行将就木了，我感到自己除了疯狂地渴求活在当下之外，也有另一种强烈的感觉：希望能够徜徉在历史的长河之滨，感受到它的包容和气息，看着流淌了多少个世纪的河水依旧东去。

一想到将要到来的这次旅行，我就感到为之一振。我是如此兴

奋，还给自己确定了一个新目标：养精蓄锐，争取参加毕马威公司的下一届合伙人大会，这次会议定在今年的 11 月上旬召开，不过比我预计能活在世上的时间要晚了几个月。

不过，我还是决心坚持到那一天。

回忆公司顾问从前研讨会上的教诲，我相信自己能够从“控制精力”（而非控制时间）的观念中得到收获。现在这一观念已经风靡全公司了，为什么对于我的艰难处境就不能奏效呢？

在之前的研讨会上，我们认真审视了公司的文化，为的是找出公司合伙人最重视的是什么。在面谈中，公司员工陈述了他们最看重的财富，当然包括他们的家庭，以及开心地工作，有工作以外的生活，有聪明能干的同事，有良好的合作团队，还要有机会能够指导和帮助别人等等。

我们还邀请了同事的爱人来面谈，聆听他们最看重的是什么。我们相信，只有通过这种方法才能帮助员工成为出类拔萃的专业人士，因为他们在自己生活其他重要的方面也是出类拔萃的。

为了让毕马威成为一家更加以人为本的公司，我们需要在全公司上下营造起一种新的文化。在这样的公司文化氛围中，你不用在带薪休假时，还要胆战心惊地一天查上 14 次电子邮件；在这样的公司文化氛围中，你不用某个周四下午早下班了一会，去观看女儿的足球比赛，而心里还有负疚感，生怕公司就会运转不下去了。我们审视了在公司内部，员工是怎样进行交流的，我们是怎样完成各种任务的，我们是怎样专注精力的。我们曾经不止一次地听到过这样的故事：有一位经理，手机老是别在腰间，生怕漏接了一个电话，在结束了三天的出差之后回到家中，当他走进家门做的第一件事，竟然是忙着去查电子邮箱，这让他的家人大失所望。真有这个必要吗？在面谈的过程中，当问起这位经理为什么要这么拼命地工作，他毫不迟疑地回答道：因为他爱自己的家人！他也要向家人传递这一信息！（不过他陪客户的时间比陪家人的时间要多！）

我们知道组织文化存在着缺陷。我们也知道必须要努力调适，要让公司的目标和个人的目标有机地结合在一起。

通过这些研讨会，我们开始倡导组织行为的变革。在刚才故事中所提及的经理，以及其他类似的员工，都要学会一个简单的快乐法则，那就是和家人共进晚餐的时候把手机关掉。他们也要认识到，如果是真正出于对家人、自己和公司的利益考虑，当他们走进家门

后的 30 分钟里，要毫不分心地享受家庭的天伦之乐（在此以后，才要想到商业世界的竞争也是极其残酷的，需要赶紧查看电子邮件，不过一个经理“真空”15 到 20 分钟不会有碍，他完全可以放松心情喝上一杯）。

《追逐日光》：第三章如果还有明天(5)

为了追求工作和生活更好的平衡，我们也开始倡导改善休息和饮食习惯。我们了解并告诉员工应该怎样得到更多的睡眠、足够的睡眠和优质的睡眠；让员工每坐在办公桌前工作一个半小时，就站起来走动一下，活动肢体（因为我们得知，如果不这样做的话，人体的机能就开始走下坡路了，根本就无力应付工作，因此长时间的商务会议就变成了做秀，因为很少有人能具备足够的体力来支撑到底）。我们也知道了早起工作状态最佳，因为那时氧气在体内的输送是最顺畅的。我们不要饥肠辘辘地四个小时不吃不喝地连续工作，这样造成体内严重缺糖，从而打破体内的葡萄糖平衡，在这种状态下，人还是可以继续工作的，但基本上是没有什​​么成效的。我们也知道了应该少吃多餐，而不要饥一顿饱一顿，胡吃猛喝。我们也知道了要大量喝水。实际上，我们把很多运动界的养生之道借鉴了过来，因为运动员要想取得辉煌的成绩，必须要懂得如何照顾自己。（我们所聘请的顾问也曾经是多​​位世界级体育名将的顾问）

简而言之，这些养生之道和生活习惯调整背后所蕴藏的道理就是要让自己精力充沛，让每一天的每一刻都变得更加充实，这对公司和员工个人都是有好处的，而不仅仅是浑浑噩噩地每天磨洋工。

现在，我需要自己来践行了。我满怀信心自己能够做到，因为我已经看到它们在很多员工身上都奏效了。我已经看到公司的合伙人成功地营造起了一种新文化，这种公司文化充分体现出了重要的哲学思想：如果你集中精力，那么你将无往而不胜。时间显然就不再那么重要了。

不过，毋庸置疑的一点是，时间最令我们最沉醉也是最让我们感到习惯。不管时间过得有没有效率，不管是有欢乐还是痛苦，时间就是让你有这种魔力。多年前，那时玛瑞安才只有 9 岁，她和我参加了著名的旧金山越湾马拉松长跑。（每年，我们公司都会有几个人参加这项活动；那年玛瑞安想参加，我觉得能陪她一起跑完全程让人感到快慰。）她跑得很棒，途中我们超越了她学校的几个同学，完成全程的成绩也非常出色。

第二天，她来到学校，自豪地向同学们夸耀自己的成就：“知道吗，我爸跟我一个小时四十五分钟就跑完了全程。”

她的一个男同学，不想让一个女孩抢了风头，也吹嘘到：“哼，有什么了不起的，我爸跟我两个小时跑完的，我们比你们跑得多。”

不过，我还是很难完全凝神静气。我还是会过多地考虑工作和从前的生活。不过，光阴流转，工作的色彩已经逐渐褪去，我的注意力也开始慢慢集中。过去生活中所承受的压力也慢慢消退，我多得到了一些放松，多得到了一些享受。

不过只是一些，不是很多。路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。（我有一个好友，她曾经担任过多家企业的高管，她告诉我说，再她退休之后，整整花了她三年时间，才真正和过去的的生活告别。）

我再一次尝试集中注意力，不过还是失败了。我对自己一而再再而三的失败并不感到惊讶。毕竟，我从来都不擅长一次只集中注意力做好一件事。如果我打开电视收看棒球比赛，可能我同时还在和人聊天，或是读报，还时不时地去查看一下股票行情。我的精力总是分成好几部分的。

有一次，我、康妮和吉娜很幸运，因为获邀能和纽约天主教教区红衣主教伊根见面。我觉得他肯定比我花了更多时间，来思考生死灵魂的问题，因此我可以借此机会向他请教。来到他的私人会客室，寒暄话毕，就开始了真正的交谈。我告诉伊根主教，当我辞去工作时，还有很多未竟的事业。我怎样才能学会活着，学会接受死亡，而自己身后还有那么多没有实现的理想呢？我迫切地渴望能活在当下，但是我怎么才能忘却过去呢？我问道：“怎样才能活在当下呢？”

伊根主教告诉我，早年他在意大利度过了很多年时光，不仅是在学习罗马天主教的教义，也是在接受意大利人的思维方式。尽管他也为自己是一个爱尔兰人而自豪，也很喜欢很多爱尔兰式的东西，不过他还是发现意大利人的思维方式和爱尔兰人有着一个显著区别。伊根主教认为，一个典型的意大利人从来不会对自己的决定感到后悔，意大利人会觉得自己的决定是在当时条件下的最佳选择。尽管这个决断未必奏效，但是它已经是自己当初的最优选择了。伊根主教说：“你惟一要集中注意力来做出的决定，就是你现在能够做出的决定。”

我会心地点了点头。作为爱尔兰人的后代，如果不是我们流淌

着这样的血液，至少我们长久以来都有这样的传统，那就是经常回望来时的路，为没有解决的问题而懊恼不已。我说：“有人曾经讲过，爱尔兰人惟一带进坟墓的东西，就是心中的怨恨。”

《追逐日光》：第三章如果还有明天(6)

在快要结束谈话的时候，我对伊根主教说：“我觉得自己有责任，在接受死亡的时候，头脑要保持最清醒的状态。”我说这句话的时候，并没有采用疑问句的形式来征求伊根主教的意见，我只是想听听他的反应。

“得到主恩赐越多的人，期望值就越高。”伊根主教说道，“你的头脑能保持多么清醒，就尽力去争取吧！”

在得知自己的病症之前，我一直把承诺当成最重要的美德；在我确诊之后，我逐渐认识到神智清醒才是最重要的美德。我开始认识到，每个人最重要的责任就是总是保持神智清醒，尤其是在年老之后，特别是在临终前。其中的一个好处就是能帮助身旁的亲友更好地认识命运之定数。这也是我们彼此之间应该履行的责任，也希望我们的子孙后代能够效法。也许，我们会发现走向坟墓并非那么可怕，只是人生的一个驿站而已。也许，我们可能还会觉得可以张开臂膀迎接死神。

我曾经认为，有了承诺，就可以帮助将一切转化为积极因素（在一定程度上，我依然持这个想法）；现在，我觉得如果神智清晰，那么就可以将一切转化为积极因素。

康妮其实对于死亡有着比我更多的了解。在我们结婚之初，她曾经在湾区的一家医院工作，亲眼看到过很多艾滋病人，当时大家对艾滋病还缺乏了解。当他们步向死亡的时候，她在一旁照顾他们。她看到很多重症病患在肌体功能完全丧失之前，灵魂就已经死了。虽然他们还活着，但其实人已经死了。此情此景真是令人痛心疾首，不过也看到了人性的另一面。很快，她就开始思考关于生与死的重要问题了。

我感到很幸运，能有康妮陪在我身边，尤其是现在。她会守护在我身旁，她是我的伴侣，也是我的知己，是第一个，也是最后一个。

她也是我灵魂的伴侣，是我精神的向导，指引着我从这个世界走向另一个世界。在我们相处的一辈子，她那百折不挠的精神也给我注入了无限勇气，日那个我能够披荆斩棘，勇往直前。在我成

年之后，人生各方面达到的平衡境界主要都归功于她，对亏她的贡献和智慧。当我离开这个世界的时候，她也是最后一个我的手会抚摸到的人了。

为了帮助我打败心魔，将注意力集中在当下，她建议我要集中神智，这一技巧能够帮助我达到目标。康妮有过一线的医护经验，也在加州柏克利大学和哥伦比亚大学学习过认知科学和心理学。她曾经研究过，而且看来也能够驾轻就熟地掌握人心智各方面的变化规律。

“闭上双眼，”她说道：“将注意力集中在你的松果体上，它在你头脑中央，在你两耳之间，在你鼻梁后方。”

可能你听起来有些不可思议，甚至有些滑稽可笑，我是如此性格的人，但是也尝试过一段时间的静默疗法，那是在上个世纪 70 年代后期，当时我在斯坦福大学商学院念书，而我和康妮也刚刚相遇。有一次，她到我的公寓来找我，结果发现我正在做着静默疗法。尽管她懂比我更了解这种疗法的好处，当她那天下午看到我端坐在沙发上，口中念念有词的样子，后来告诉我，她真的觉得没必要在上面花什么时间。

现在，坐在我们新房子客厅里租来的沙发上（我们新买的家俱过了好几周还没送到），我在康妮的催促下，开始了静默疗法。

我闭上双眼。我觉得这是我很擅长的，因为我经常闭上眼，为的是缓解视觉皮质区造成的局灶性惊厥。

我试着想象松果体就在我头脑中央。

我试着忘却过去。

我试着这样去做。

不过，我的意识就是难以集中。相反，在我脑海中，似乎觉得我的意识正集中在眉毛之后，这表明其实我并没能真正陷入沉思。

“不管用呀！”试了几分钟都无法奏效后，我对康妮说道。

在接下来几天，我又尝试了几次。康妮跟我说，一些僧侣在脑中浮现出一个侧斜的 8 字，8 象征着无穷，然后试着想象这个 8 字在头脑中反复旋转，这样就能够帮助他们凝神静气。

同样的方法，换做我就不行了，每次都以失败告终。我就是无法让意念集中于头脑中央，连让它靠近头脑中央都做不到。

如果我想学会活在当下，如果我想学会怎样集中意念，那我就不得不通过其他方法。也许有什么窍门吧。不过，要找到这样的窍

门绝非易事。

不过，也没有什么了不起的。我习惯于辛勤地工作了，我也一直引以为豪，一直为我自己能这样做而感到很乐观。我坚信，我们每个人与生俱来都能保持头脑清醒。（我们怎么会做不到呢？说到底，我们还不是一些理性的动物吗？）我知道，就和生活中其他情形一样，熟能生巧，只要我坚持练习，就能做得更好。头脑清醒就像身上的一块肌肉一样，只要多运动就能让它变得更加强壮。

不过，在我能成功之前，我首先需要做的就是摒弃一些旧习。在孩提时代，当我在学校里碰到烦心事的时候，我就会郁郁不乐地回到家中，把书往桌上一摔，骂上几句解气的话，而我母亲会在在一旁静静地倾听。过了一会，我的气消了，就会拿起笔做作业，一切又恢复正常了。我的母亲是个优秀的母亲，天生有着做母亲的潜质，当我嘴里骂骂咧咧的时候，她只是一言不发地聆听，因为她也明白我需要时间来调适心情。

不过，我还没有从原来的生活中完全调适过来。

我的头脑中依然在斗争。我近乎绝望地想要找到一种方法，能够让意念停在当下。我知道自己头脑完全清醒，我也知道自己的那颗心也没有错位。

不过，这并不能代表在钟摆敲响 12 下之前，我能够做到这一点。

《追逐日光》：第四章最好的告别(1)

我觉得自己最大的一笔财富，就是在最后的日子还能够体会到真正的欢愉，就像我从前的生活一样。理由很简单，因为我能够和过去的人生说再见，而且我做到了。

“犹豫不决，难以开口说再见可不好，”她说，“往往拖泥带水的并不是相处时分，而是分别之际。”——摘自 伊丽莎白·阿斯奎斯·

比贝斯科 (Elizabeth Asquith Bibesco) ①《枞树和棕榈》(The Fir and the Palm)

活在当下的思想斗争并没有占据我全部的心力（这也是为什么称其为思想斗争的原因），因为还有其他一些我能够去做好的事情。最重要的一点就是告别。

大约 13 年前，在我女儿吉娜一岁生日左右，我父亲因为肺癌就要去世了。我从加州飞到佛罗里达去看望他，结果此行就成了永别。当年他只有 63 岁，但是他已经没有怨恨地接受命运的安排了。（实

际上，我这样说是不对的，好像人们非得过了那个年纪的门槛，才会接受天命。我相信肯定有活到 88 岁甚至 103 岁的老人都不愿接受死讯，而且永远都不会诚心接受。这也是他们自己的权利。)

在我们共同度过的最后几天，我不记得父亲给我传授了什么关于生、死以及生活的大道理，我们也没有谈到上帝。他也没有在临终前，让我在他床边许下任何诺言，没有让我改变任何处事方式，甚至都没有提到继续我从前的人生之路。我父亲十分内敛，寡言少语。不过，我清楚地记得他接受命运的那份坦然，至少看上去如此，这使得他的离去让我感到轻松了一些。

在我去世前，一件重要的任务就是“结束”之前的人际关系，或者换一个说法，叫做“完美地画上一个个句号”吧。可我为什么想要这么做呢？为什么一个人要和自己所爱所亲的人正式告别呢？为什么非得把告别变成一种仪式化的内容呢？我很快就发现，并非我的每个告别对象都能明白我的心意。但是，从我开始这样做以后，我就觉得是对的。我还想到，其他人，尤其是那些还能活上超过 3 个月的人（有些人还能活上几十年），能够从我的做法中汲取养料，至少能够略加调整，成为自己的处世之道。

我之所以这样做，有以下四个原因：

第一，我认为这能给我以及告别对象带来更多的快乐，而不是悲伤（不过，说句实在话，我知道这么做有多么悲伤）。

第二，这能够让我集中精力，做好一件重要的事，那就是陷入沉思，回忆那些我觉得应该重温的过去，回忆大多数人都应该重温的过去。

第三，我是一个说到做到的人，而且我也专门接受过训练，知道该怎样说再见。

不要忘了最后很重要的一点：

第四，我能做到。让我们先从第一个理由开始吧：“这能给我以及告别对象带来更多的快乐，而不是悲伤。”

这涉及两方面。第一方面，这怎能给我带来快乐呢？很简单。我写下一串人名，这些都是我打算联系并安排见面的亲友，当我写着名字的时候，我的思绪就会在每个名字上徘徊许久，细细回味我与他们共度的美好时光，回味我们邂逅的那一天，回味我们最初怎样成为朋友的场景，回味他们身上让我欣赏的气质，回味我从他们身上学到的道理，回味认识他们之后我是怎样变得更加出众的。

简而言之，这样做其实也听从了很多哲人时常给我们的建议——驻足回眸，回忆那些我们所爱的人，在心中咀嚼一番为什么会爱上他们，并且直接告诉他们自己的感受，因为谁也不确信以后一定还有这样的机会。（不过这和我讲的第四点理由有关系，我也不想打乱自己的思绪。）

这样的告别让我感到开心的另一个理由在于，它让我刻骨铭心地记住我曾经和多少人打过交道，尽管可能只是泛泛之交。尽管数量并非最重要的因素，但是我自己曾经接触过这么多人也感到惊讶。如果你尝试一下，可能也会惊讶于自己怎么会有如此广的人际圈。仅仅是有这么朋友这一点本身，就给了我一种巨大的成就感。

再从第二方面来看，我怎样才能让这样的分别给对方带去更多的快乐，而不是不悦呢？我是不是在强迫他们接受一种残忍的现实呢？会不会我让他们所做的事，可能是他们根本不愿做的呢？（尽管我嘴上没有这么说，但实际上是不是在迫使他们这样去做呢？毕竟我是一个即将离开这个世界的人呀！）会不会在我的告别对象中有很多人完全不愿和我有任何纠葛呢？如果不是说不愿见到我的话，会不会不愿嗅到我身上的死之气息呢？

结果证明……我的疑虑都是多余的。

《追逐日光》：第四章最好的告别(2)

尽管气氛是悲痛的，对于有些亲友而言，要和我通最后一个电话，和我共进最后一顿晚餐，或是和我最后一次在公园里散步（这值得一提，因为对于有些亲友而言，这不仅是我们最后一次徜徉在林间，也是第一次），还很不适应（我会谈到中间的一些片段的），但是我很快就从他们的言语表情中看出来，他们感到非常满足，因为我创造出了这样一个只属于彼此的时光，尤其是那些两人相处的时光，更是让他们感到荣幸，因为证明了我与他们之间的关系有多么亲密。因为我毕竟已经时日不多，所以我的朋友、同事和旧交也不得不静下心来想想我对于他们生命的意义，以及他们对我的意义。当他们得知自己在我的生命中具有如此重要的分量时，会深受感动（甚至会热泪盈眶）。我告诉他们能够在人生路上遇见他们我感到幸运，我能够感受到他们身上的优点和才华。在和他们告别的时候，我想为他们做些特别的事，来弥补我不在之后的缺憾。我希望他们能从我身上汲取一些快乐，在相处的几天和离别之后，给心加添几分温暖。比方说，如果一直以来似乎都是我在给对方提建议，我就想要他们觉

得，其实他们也能给我提供指导。尽管我想要双方的思绪都集中在分别的当下，尽量回味那些温馨的画面，忘却伤感的记忆，但是我并不用说话，因为他们本能地就可以感觉到。我想几乎每个人的感觉都是相通的，对于他们而言也不难。我心中的乐观主义情绪告诉我，彼此之间那种美丽和谐的关系远比那份不快和匆匆离别重要。尽管曾经洒泪几许，尽管曾经有过言语冲突，尽管近在咫尺的离别让这段友情感到逼仄，但在最后言别时更重要的，毕竟还是会心的微笑和爽朗的欢笑。如果我和对方是面对面地交心，那么我能从对方的眼眸中得到这种感觉；如果和对方是电话诉衷肠，那么就能从声音中听出这种味道；如果和对方是通过书信传情，那么会从纸笺或电邮里感受到这种心意。只要这种告别的方式妥当，往往会给双方带来很多心灵的安慰。

### 美好的告别

我要和亲友们告别的第二个理由是，它能让我陷入沉思，回忆那些我觉得应该重温的过去，这个理由也是不言自明的。这些告别不仅促使我重拾美好的记忆，也让我将注意力集中在生而非死上。它让我专注地去体会身旁有这么多亲朋好友，而不是一个人孤独地走在荒野上。它让我能够更多地去考虑与他人的友情、过往的美丽时光，这对于你和我（不管你是否和我一样，是个意念坚定的人）都是有益处的。我一直不愿自己在鸡毛蒜皮的小事上烦恼，我让自己努力回忆往昔重要的片段，努力完成这些告别，这让我的精力都花费在值得付出的人和事上了。

第三个理由，我说到做到，相信告别是必不可少的。

也许对于这个理由，我也无须花费太多笔墨来解释。我是这样一个人，在确诊只能活上3个月之后的第2天，就给自己开出了一张单子，列出必须完成的事项，由此你也可以了解，我是一个愿意做事善始善终的人。作为一个首席执行官，我坚信，如果没有设立明确的界限，没有制定明确的目标，没有达成明确的结果，那么任何事情都不可能是真正有效的，甚至都不可能存在。不论如何，我的个人关系会随着我离开人世而烟消云散，那么我为什么不趁现在多投入一些精力？我知道，这听起来有些像一个生意人在谈话，而我的临终岁月也许比一笔普通的生意头绪更多，不过也没有你想象的那么糟糕。如果我想要公司运转正常，如果每个账户、每个项目和每个财政年度都无止无休，能行吗？答案自然是否定的。每笔交

易的结束都会增加你的满意度，实践表明，这样做之后，就会出现新的成效。这也是我最后能够反思、理解、享受和学习的東西了。如果棒球比赛的规则改了，打完九局之后比赛还没有结束（尽管一个队的得分领先），比赛马上就变得索然无趣了。尽管我人生的棒球赛不是打满常规的九局，而是打完六局就结束了，但这并不允许我佯装比赛还要继续下去。

如果没有告别，我有一些（不是全部，但肯定有些）人际关系就不会得以深化，我或者对方就不能真正体会到这段关系的真谛。那对于我们双方而言都是一种损失。

接下来是我的第四个也是最后一个原因：我能和过去的人生说再见……因为我能够做到。

《追逐日光》：第四章最好的告别(3)

在本书开篇第一句我就写到，还能活上3个月真是感到很幸运，这番话真是肺腑之言。尽管我人生最后的岁月看上去很凄凉，但是我能够最后振作，做好大多数人所做不到的一点：和自己有过重要意义的人际关系一一挥手作别。很多临死前的人们也不像我如此幸运：正值壮年，没有身体上的太多疼痛，大多数时候神智清楚，自己所爱的人都在身边。不是自夸，我觉得很少有人能像我这样幸运。很多人可能也想过要像我一样来和过去说再见，不过他们等待了太久，坐失了良机。大多数其他人可能都没有这样想过，因此也不知道自己究竟错过了多少欢乐，也没能对生活有更深的洞察（我也是在做的过程中才发现的）。

我在美国过着富足而又幸福的生活，我也毫不讳言，不管你是否觉得我可能有些多愁善感或是炫耀爱国心，我觉得自己最大的一笔财富，就是在最后的日子还能体会到真正的欢愉，就像我从前的生活一样。理由很简单，因为我能够和过去的人生说再见，而且我做到了。

难以抉择的顺序

哦，我又想到了一个原因，而且有可能是最重要的一个原因。

这些告别让我在各种人际关系之间找到平衡。这并不是说一定要把我和亲友的人际关系细致地分类。但是，在我离开这个世界之前，我需要找到一种平衡（如果不是说找到的话，也可以说是去创造它），因为我不确定自己过着一种和谐的生活，尤其是最近几年。这些告别能够帮助我正视自己。

在确诊过后几天，一个晚上我坐在家中的饭桌旁，在记事簿上画下了下面这个同心圆。

（由外到内：分享过自己经历和激情的人，让彼此生命变得更精彩的人；亲密的商业伙伴；一辈子的朋友；亲密的家人，玛瑞安；女儿；妻子。）

我计划从这个同心圆的外围开始，慢慢向中心靠近。毕竟，你肯定做不到和生命中最重要的人先说再见，然后留下大把的时间和不太重要的朋友道别，因为这些朋友好多都是从前大学期间的室友——这样做有些不合常理。不仅如此，我也是越迫近死亡，越是想要每一秒钟都能和自己最亲密的家人一同度过。为此，我花了好多时间才决定了这一顺序。

不过，这样做也有站不住脚的地方。因为一个人如果即将辞世，精力也在日渐衰退（我就是如此，大多数接到死亡判决书的人都同样），那么是不是首先应该和最重要的亲友告别呢？因为那时你的精力是比较旺盛的。如果和这些亲友都已经挥手告别之后还有精力和时间的话，如果心中还有激情，不妨那时再和相对比较普通的朋友道别，不是更好吗？而且，假设我所能活着的时间比我想象的要短（我可不是开玩笑，这真的很有可能，也许我不会有足够的时间来完成全部心愿，也许我能完成所有心愿），而我却把时间首先用于和普通朋友说再见，而不是首先和最亲近的人在一起……万一，该怎么办呢？

但是，我必须做出选择，最后还是回到了当晚所画的那幅同心圆上。和我自己孩子和妻子说再见，无疑是最难开口的，应该要保留到最后。

接着，我决心要让这些告别都变得与众不同。它们不应该仅仅是见最后一面，而是应该有特别之处，这样才能弥补明显的缺憾。我想让自己和亲友最后的见面充满笑声，爽朗的笑声，也许是在品尝美酒和美食中交谈甚欢。也许我会挑选一个有情调的会面地点，或是在湖边细赏涟漪，或是在花丛中静看蜂蝶嬉戏。也许我会给亲友精心挑选一份礼物，让对方铭记我们告别时的主题，例如，斯科特是我一个好友的儿子，也是个好小伙子，当我们住在旧金山湾区的时候，曾经一起去看过好几场旧金山 49 人队的棒球赛。我们互发了电子邮件，回忆往昔美妙的时光（记得有一次我们还倒卖过球票

呢)。在此之后，作为我对斯科特最后一次的关心，我在 eBay 网上买了一张著名球星乔·蒙塔纳的明星卡，然后给他寄去。

我这样做，并不是想让自己，也不是想让别人觉得我迫不及待地要翻过人生这一页。我是想让他们觉得，这是他们人生中不经意间邂逅的一页，是如此美妙而又如此难忘的一页。

完美时刻

当我和同心圆中最外圈的朋友告别时，我得到了很多收获。

这个圆环包括多年来的同学、旧交、同事、邻居、自己参加过的俱乐部和组织里的好友，因为他们的存在，我的生命变得更加精彩，而且我也相信我的存在也让他们的生命变得更加多姿多彩，因为我和他们分享了自己的经历和激情，包括商学院的过去、对美酒的挚爱、慈善活动以及旧金山 49 人队。当我坐下来细细列出属于这个圆环的人，结果让我吓了一跳，竟然有 1000 人！诚然，我所担任的领导职位，尤其是最近 10 年来的生活，让我有机会接触到比常人更多的相识。即便如此，这也证明了一点，那就是我们曾经感动过很多人，比我们想象的还要多，尤其是我们往往不会把点点滴滴都记录下来，而只是在头脑中留下一个大概的印象。我们走在人生的旅途上，可是却慢慢遗忘了那么多给自己带来过细小却幸福的体验的人们，这确实让人感到有些不可思议，有些惊讶，也有些悲哀。让人感到同样悲哀的是，也许是出于健忘，也许是因为疏忽，也许是因为行色匆匆无法驻足，竟然都忘了向这些朋友感谢他们所带给自己的幸福。

一个让人难以置信的数字，1000！我在头脑中重现这多年来美好的回忆。如果没有被诊断为脑癌晚期的话，我可能就不会重温这么多温馨的时刻，只是偶尔会想到个别片段而已。我也感到很惊讶，自己的生命是如此充实，能和这么多人相识相交。

在这个圆环上花上比较多的时间，看上去有点奢侈，不过我确实觉得很满足。我很高兴自己有机会能和他们进行联系。

尽管如此，我还是难免一死，所以我很难和最外圈的那么多朋友都进行联系，无法一一和他们进行告别。我联系的朋友可能占到总数的一半，也许比一半略少些吧。因为条件所限，我基本上都是通过写信的方式进行联系，有些朋友我是打电话联系的。

和每个朋友联系的时候，我都向他们表达了仰慕和感激之情。我试着将注意力集中在对彼此关系有特殊意义的事件上。我试着把

这样的时刻变成我心中的“完美时刻”。

什么是完美时刻？它往往是一种意外，尽管有时我能预见它的出现。有时候，我能帮助营造这样的时刻，给它创造条件，不过它到底会是什么模样，在它出现之前始终都是个谜。完美时刻是某一刻、某个小时、某个下午的馈赠，时间到底该多长并不重要，关键在于你必须敞开心扉。打个比方，放疗机坏了，一个小时内是修不好的，你必须得等上这一个小时。如果你接受了机器出故障的事实，那么你就不会变得沮丧，你要记住，如果你感到难过的话，实际上不啻于浪费精力，你的注意力应该集中在其他让你高兴的人和事上。不妨听听自己呼吸的韵律，不妨端详一番候诊室对面椅子上病友面部的俊美，不妨欣赏一下女儿写的诗《旅行者的恐惧》，不妨透过窗棂仰视苍穹，看看天空的色彩。

《追逐日光》：第四章最好的告别(4)

你也不妨和你的妻子携手漫步在纽约市中央公园里，穿过船屋餐厅，那已经是完美的时刻了，已经是完美的一天了。在如此宜人的一天，要想在船屋餐厅找到一张空桌子几乎是不可能的，你往往也不会再向老板询问。不过，在失望之前，你要向各种可能性敞开心扉。因此，你就会开口打听。结果，一张餐桌就摆放在你眼前。你们喜出望外地坐定。意外的收获让接下来的每一分每一秒都变得完美。不过，用餐正尽兴时，突然电闪雷鸣，接着下起了倾盆大雨，暴雨如注。平日里，你可能会觉得下雨给你带来了不便，会特意避开。但现在你会把雨当成上天的赏赐，尽情地享受这豪雨的盛宴。

我伸开双手迎接完美时刻，我发现这是我控制自己意念和活在当下的方法，不过我从前没有想到。

这一做法本身就是一种完美。

当我结束一段段人际关系的时候，我想让它们也变成完美时刻，至少创造条件，让完美时刻得以出现。我给一些朋友打电话，告诉他们我的情况，他们自然感到非常惊讶和伤心。不过，接着我又告诉他们我很乐观，愿意抽时间和他们话别，畅叙我们的友情，告诉对方他们对我到底有多重要。很多话别最后都像双向的车道，双方都流露出了很多眷念，彼此都得到了很多暖意。（我相信你们很多人认为这样的交谈听起来像是条单行车道。）这样的谈话之所以让人感到兴奋，是因为大家共叙过去的时光，追忆温馨的那一刻，可能彼此间从来都没有过这样的交谈。我觉得，而且我相信很多人也这么

觉得，这些告别提供了营造特别时光的机会，而这种时光当前本来是并不存在的。这样做我并不觉得有什么牵强附会的。这样的体验我可能会用“话别”来形容，其实大多数时候双方是坦诚交流；这样的体验我可能也会用“终结”来形容，似乎看起来这样的人际关系将逐渐疏远，可实际上这样的体验让彼此的心都连在了一起，尤其是和同心圆最外圈的朋友之间的关系比很多年来都要更亲密，也许是相识以来最亲密的时刻了。

比方说，道格是我大学的室友，后来成了记者。我们这些年大概每年会聊上一次，不过我们有着共同的记忆，在一起相处时总是很融洽，对彼此的成就也感到骄傲。我给他写了一封短信：

道格：

可能你也听说了，因为癌症晚期，我身体已经快不行了。我写信给你，是想告诉你，自从宾夕法尼亚州立大学同窗以来多年的交情，我一直都很珍视。

愿你生活前景灿烂！

上帝保佑你

尤金

我打算过后再给道格打个电话，表达自己对他的感激之情，不过首先我想自己在头脑中回忆从前的好时光。记得我们大一暑假的时候，在美国大黄蜂号航母上参加大学后备役军官训练团（ROTC）的服役，那是一艘经历了二战的航母，当年在整个大西洋上搜寻着前苏联航母的踪影。记得当年在舰上，我俩搭档和来自俄亥俄州迈阿密两个男孩大斗牌技。记得我们当年一天能吃上四顿饭，在飞行甲板上和锅炉房里埋头干活的场景，你可能想不到当时真是热得能让人脱掉一层皮。

不过，道格先给我打来了电话。他之前并没有听说我的病情。他感到很震惊，但是我们依然谈得很尽兴。我们聊了一会儿过去，之后他提醒我说在当时的同学中，我在很多人人生台阶上都是先行一步的：第一个结婚，第一个成为父亲，现在又要第一个去迎接来生了。他说其他同学会追上我的，在天国见面。

聊到最后，我告诉道格，非常感谢他给我人生增添的亮色。他也说了同样的话。我倒是没有流泪，不过听起来他的声音似乎有些哽咽。

我们谈话时并没有激烈的交锋，没有柔情蜜意，也没有气吞山

河的豪言壮语，不过这感觉确实是完美的时刻。

最后，道格跟我说“再见”。他没有说“好运”，也没有说“坚强些”。没有任何陈词滥调，也没有任何的言而未尽，就是一句简简单单的“再见”。我很喜欢。

因为我向来注重细节而且喜欢做事周到，所以我必须要提醒自己，很有可能我把很多时间都花在了和同心圆最外圈的朋友相处上，最终的结果就是减少了我和内圈亲友共度的时光。我进行了反思，觉得在从前的岁月里，自己不知不觉地就把大量的时间都花在了最外圈朋友身上。因为工作的缘故，经常有很多约会要占用我的时间，我也形成了总是要和人约见的习惯，没错，很多见面的对象人很好，很出色，但是他们毕竟是最外圈的朋友。有必要和他们一个月吃上4次早餐吗？我应该少安排几次这样的聚会。如果我能够早一些醒悟，画下这个人际关系同心圆，那么我就能够让自己明白一些人到底有多重要，这就能够给我如何分配时间（或者精力）提供指导。这样我就有可能在最近10年间，每周能和科琳共度更多的美好时光，而不是每周一到周五才能和她一起吃上……两次午餐。我自己的生活其实失衡得如此严重，那么我怎么能如此有干劲去推动公司改造文化，鼓励公司的合伙人和员工去追寻更加和谐的生活呢？

我意识到在第五个同心圆中有1000个朋友，并没有什么值得骄傲的，而是需要提防的。不过不要误解我的意思，毕竟拥有第五个同心圆还是很美妙的。那些构成第五个同心圆的朋友，我不枉和他们相识一场，而且你也是其他朋友的同心圆外圈成员。我的意思是说，我原先在他们身上投入了太多的时间，这并不值得。

在这最外层的同心圆上，我花了差不多3周左右的时间，然后就告一段落了。

解决完了最外层的同心圆，我将精力投入到内圈的同心圆，越往里靠近，亲友的数目就越少了。但是，3周时间对于一个还有3个月的病人而言，确实是很大的一笔支出。也许，实在是太多了。

我原先的计算有误，我原以为花上这么多时间，过后自己是不会后悔的，结果我想错了。

是时候往内圈的同心圆进发了。

自己把握的幸福

思考得越深入，我就越发觉得自己想要保持头脑完全清醒，想要学会活在当下。其实自己已经在这样做了，我的方式是让往事释

怀，学着享受自己能够把握住的幸福。也许我比较愚笨吧，当时没有马上能够反应过来。不过，我在最开始的时候并不懂，只是后来才慢慢学会的，这在道理上也是能解释通的。

在完美时刻，时间几乎是静止的。在这样的完美时刻，你有可能和朋友在电话上互诉衷肠，尽管可能只有短短的 5 分钟；也有可能和朋友共享一顿晚餐，美酒醉人，大家畅谈了 4 个小时。这样的完美时刻能够不断延续下去，因为你并没有给它设定长短，只是给它创造了一个开花结果的环境。

体会到越多的完美时刻，我就更加真切地感受到了什么叫完美的一天：它是由很多完美时刻构成的。在一个完美的世界里，完美时刻能够延续一整天，也许更长，或许是你接下来的整个人生。

《追逐日光》:后记(上)

到了夏末，尤因开始慢慢与亲友告别。我眼见他日益憔悴，不过，最后我们在太浩湖度过的日子让生活多了几分欢愉。尤因思路依然清晰，这主要归功于他自己的内控力与勇气。然而，想想他所要克服的种种磨难，让人感到越发心酸。之前，他说话总是有条不紊的，可是他这方面的能力却在日渐衰退。有时候，我要听明白他的意思，都需要和他讨论一番。为了真实地保留下尤因的经历，我一丝不苟地记录下了我们的很多谈话内容。

在离开太浩湖之前的一个晚上，我觉得尤因似乎要离我而去了，因为我突然感觉不到他的存在了。当天他母亲和弟弟刚刚返程，是夜，在沙发上，我依于他臂弯，我说好像有点感觉不到他了，他回答说：“全靠你了，我已经尽全力了。”

我当时倒吸了一口冷气。

第二天晚上，尤因、吉娜、卡恩（他秘书）和我一起在小屋里看电影。他当时靠在一个大皮椅上，我在他前面，坐在地板上的大布袋上面。我一直都握着他的脚，每过几分钟就会转头看看他。

突然间，尤因开始全身抽搐。

我赶紧让卡恩把吉娜带到外面去。在过去的几个月时间里，吉娜已经目睹了那么多，我不希望她的头脑中再留下更多的梦魇，不要记得父亲在全身痉挛时抽搐不已的惨状。他竭力想要呼唤我的名字，不过我觉得无能为力。还好，卡恩之前曾经见过别人全身痉挛的样子，这也让我感到了些许安慰。

我拨打了 911 急救电话。全身痉挛五分钟后结束了，救护车来

了。我们在雷诺市医院的急救室度过了漫长的三个小时。

第二天，尤因在医院里回忆说自己全身痉挛的时候，感觉不到任何的疼痛，也没有任何恐惧。他决心避免出现下一次。

“如果病人要痉挛的话，他们该怎样去旅行呢？”他问道。

我估计也许得需要一架配备医疗设备的私人飞机，还要有医生陪护。按尤因的思维方式，他不出三秒钟，就会觉得自己遇到了难以逾越的障碍。他会觉得自己无法实现下一个目标了——带吉娜去布拉格。

这也打响了迎接新生的信号枪。他已经意识到，自己决意要做完的事，也许不能都遂愿了。他也意识到，自己衰弱的身体无法硬撑了。他还意识到，自己非要飞往欧洲，实在是太困难也太耗费精力了。

他深情地看着我，说道：“你答应我，一定要带吉娜去布拉格。”我答应了他。

在医院，玛瑞安和自己父亲告了别。现在的玛瑞安已经是个成熟的女人了，也是为人之母了，她能够真切地体会到生活、婚姻和为人父母不是那么容易的，她也能够以新的角度来感激自己父亲的付出。她也从一个新的视角欣赏父亲“直切主题”的风格，这种风格让尤因在商界大获成功，可同样的风格也让别人在和他打交道的时候，觉得有些突兀。在过去的几年中，尤因总是四处出差，而玛瑞安在加州含辛茹苦地抚养自己的两个孩子。他每周会给她打一个电话，往往是在开车去机场的路上。尤因不会和玛瑞安嘘寒问暖，而会只切主题，要听听她最近有什么烦心事，这一做法有时让她感到很烦，有时也让她感到很开心。

现在，在雷诺市医院，玛瑞安和父亲几十年来第一次可以不受打扰地促膝长谈（在尤因每次小睡间隙）。他们的谈话很精彩、很动情，谈得都是两人感兴趣的东西。他们两人花了半个小时，为的就是比较双方谁更爱吃蜜糖奶酪，两人有说有笑地聊了整整半个小时。虽然谈的话题很平常，但是反而让谈话的效果更好。他俩无所不谈，尤因愿意回忆玛瑞安小时候的情形，他也谈到了自己从未表露过的心声。他说自己真幸福，有那么好的一个母亲，耐心、慈爱而且有活力。在谈到他父亲的时候，他却变的情绪特别激动，对他们之间的关系感到失望。尽管他明白父亲为了养家糊口，曾经付出了多少汗水，但是谈到父亲是那么严厉，又觉得很受伤。

对于玛瑞安而言，见到自己父亲能够以这样的方式结束生命，一直都感到很欣慰，因为父亲一直都在追寻生命中最重要的火花。

在雷诺市医院呆了两晚之后，我们飞回了纽约市，尤因住进了斯隆凯特琳肿瘤医院。医生觉得他观察一两天之后就可回家修养，但是因为当时刚好赶上美国劳动节前的周末，因此我们知道可能要等到周二才能办理出院。

那个周末就像噩梦一样可怕。尤因的病情急转直下，因为他的食欲和体力都减退了。因为节假日的长周末，院值班的医护人员就很少，所以我 24 小时留在医院看护他。

周二，医生休假之后回来上班，化验结果显示为肺栓塞导致严重的痉挛。医生给他注射了稀血剂，为的是防止他再出现同样症状。他同样也有窒息症状，让他变得极度虚弱。他的身体很快就垮了，他自己也意识到了。

医生想要给他做一个胃部超声波检查。

“什么检查都不要做了。”他说。他也不愿意起床配合这次检查。

他的想法也是有道理的。为了多活上几天而不惜任何代价并不是最终目标，至少对于他而言不是，他也不想把精力浪费在化验上。在他的这个阶段，这些都是没有意义的。

这也标志着尤因走向新生的一个新阶段。他已经从为活下去做打算转向了接受死亡。如果想要在平静中离去，那你就必须接受命运即将终结的现实。

尤因除了同我和医生说话之外，很少开口谈话。

“我这辈子过得很幸福。”他轻轻地告诉我，当时我俩都躺在医院破旧的病床上，依偎在彼此臂弯里。

我们说了很多悄悄话。我们也谈到了这本书，这是我们夫妻合力 30 年的结晶。他还告诉我，我对死亡和迎接死亡的见解也帮他克服了恐惧。我曾经是个医护人员，看到病人死亡是习以为常了，我也慢慢意识到，如果你能够克服恐惧，那么你就能够克服死亡。我曾经帮助身患绝症的病人意识到，如果你脑子被恐惧所占据，那么你就无法找到前方最好的道路，找不准走向生和走向死的道路。这是在过去三个月的时间里，我所传达给尤因最明确的信息。

《追逐日光》：后记(中)

他最终接纳了我的观点。

也就在当天，那是 9 月 6 日（周二），他不想再进食了。也是在

同一天，他对我说：“也许今夜我就会离去。”

“那可是写书的好素材呀！”我苦笑着说，“你在努力把控制死亡的能力最大化，预测自己死亡的时间可真是个完美的结局。”

他笑了，我也笑了。

“原来真没有想到你自己能控制这么多东西。”我说，“人的身体真是奇妙，人的思想就更加奇妙了。但是，我不确信你能身体完全听从思想的支配，包括你所想要的完美结局。”

这时，精神科的主任来查房，我们三个人就聊了一会。我告诉他，尤因说自己当晚就要离开人世了，我就问主任他是不是也这样看。主任跟我讲，有些人能够真切地感受到自己气数将尽。

不过，尤因当天并没有离开我们。尽管他已经做好了心理准备，他也不得不等到自己精力完全枯竭才行。尽管他病入膏肓，身体羸弱，但是他依旧像个心态坚强的年轻人。

所有的安宁疗护人员都感到惊讶，因为他们发现尤因的神态是如此平静安详，而且我们家人在他临终前给他也营造出了最好的氛围。

到了周三，尤因依然坚强地活着。当天我们终于把他接回了家，因为他迫切地想要回到家中。

回到了我们在纽约的公寓，那时我们三个月前租下来的，当尤因确诊的时候我们还没有搬进去。现在，家里已经准备好了病床。尤因想要寿终正寝，这是大多数人如果在能够选择的情况下，愿意做出的选择。尤因说有些人在临终前无法在家里得到看护，无法让一个护士提供专门的护理，这样的命运是多么不公呀，他也觉得自己非常幸运。医院里的病床是何许模样？也许他们不得不和一个病友甚至几个病友公用一个病房，不论是在白天还是晚上，都会有这些陌生人的家属来来往往。尽管护士的照顾可能会很专业也很热情，但是护士不可能无时无刻都守候在你身边。尤因很清楚这一点。

尤因已经不想喝水了。我们并没有勉强他，因为他曾经不止一次地说过，在临终前他不想再接受任何治疗。

在过去几周，他张开双眼的次数越来越少，现在他已经几乎睁不开双眼了，只是偶尔才会睁眼。

周四，纽约家访护士协会（一个安宁疗护组织）的一位医生来到我们家。他和尤因呆了一会，后来他告诉我说，他已经全职从事了6年的安宁疗护，见过很多男女老少，大多数人都和尤因一样患

的是脑癌，他们往往都会经历“末期躁动”，病人会变得焦躁不安，往往需要服用大量的抗精神病剂、阿片类物质和巴比妥（镇定剂）来配合治疗。这种情况可能是由多种因素造成的。有可能是体液压迫了某一特定部位的神经，或者是其他的身体不适。也许，病因是来自于社会和个人精神压力。当年轻人出现这种躁动时，起因往往是他们忽略了的事项，不仅仅是对没有实现的梦想心怀悔恨，对破碎的希望徒生悲凉，对没能尝试的远景心有不甘，而且是对自己还没有告别的亲友感到负疚。很多这样的病患到了临终前，都没有完成自己在精神和心灵上应该去做的事，倘若做到了，就会给他们带来更多的平和。这一点对于老者适用，对于尤因这样的年轻人尤其适用。这位医生认为，尤因和亲友一一告别，是他督促自己去完成的，也属于典型的 A 型血人的特点，力求一切都安排得井井有条（他们认为这是可能的，但最终证明尤因的努力是有成效的）。这位医生禁不住把尤因的态度和另一位病患进行了比较，那是他刚刚照顾过的一位病人，是一家制药公司的高管。这位高管今年 60 岁，和家人的关系一般，和孩子们也不太往来，没有什么真正的信仰。他在半夜会梦呓，甚至会大声责骂，对他的同事和上司破口大骂（他的首席执行官经常就成了出气筒）。他在临终前咆哮不已，这让前来探望的妻子和亲友都感到不安。他需要服用大量的药物。最后，他在烦躁不安的情绪中死去。

尤因很幸运，因为没有身体上的痛苦。不过他也给自己，给周围的亲友带来了巨大的馈赠，因为他和亲友一一话别，他也能够乐观地迎接命运的安排。

“你丈夫一点烦躁情绪都没有，”大夫跟我说，“他心态很平静。”当天下午，有个朋友来看望尤因，问他心态是否平稳。

“是的。”尤因回答道。

这个朋友又问他是否有疼痛感。

“没有。”尤因回答说。尤因告诉他，脑部并没有疼痛感，也没有因为不进食和喝水而感到难受，也没有任何的恐惧感。

“这就是步入新生吗？”朋友问。

“对。”尤因回答道。

“你感觉好吗？”

“我感觉非常好。”尤因说道。这一辈子，尤因都是知无不言、言无不尽的，这一点到现在也没有改变。如果有什么变化的话，那

就是他对世界的感知力更强了。

长久无语之后，尤因说：“我能够感受到彼岸给我的支持。”

我并不知道他这么说是什么意思，看起来好像他和“彼岸”建立起了某种联系，而他的灵魂正在走向新生。

话毕后尤因就休息了，我和这位朋友在客厅又聊了一会。

大约半小时之后，尤因睁开了双眼，这几天他都没有睁大过双眼了，我妹妹达琳看到了。尤因看着她，目光矍铄。

“告诉他们，”尤因说道，“此岸和彼岸之间并没有痛苦。”

后来，尤因让玛瑞安去星巴克给他买杯冰咖啡。玛瑞安买回来后，他喝了几口。后来他又想喝星巴克的橙汁，玛瑞安赶紧跑出门去买。这是尤因这么多天来，头一次开口说要喝东西。医生解释说，因为一直都没有喝水，所以他的身体开始脱水，这样脑部发炎的症状就减缓了，正因为如此，尤因和其他同样症状的病人一样，看起来似乎有所好转，这种情形看起来似乎很奇妙。可是，经过短暂的一段时间之后，医生说病人的身体最终马上就会垮掉。

当天晚些时分，吉娜、玛瑞安和我三人围坐在尤因床旁，他睁开眼看着我们。

“这是世界上最美的情景。”他感慨道。

后来，我在另一个房间用电脑，这是护士走了进来，跟我说尤因叫我。当我来到他的床侧，他跟我说：“我找不到河在哪？”

“你想看窗外吗？”我问他，“是想看窗外的河吗？”

“不是，”他说，“我找不到河在哪里？”

我把玛瑞安给他买的喷泉放在他床边，过了几分钟，水流的滴答声开始响起，他说道：“我好多了。”

过了一小回，他说：“我找不到河在哪？”又过了一会，他焦虑地呼唤道：“我找不到河！”

我握住他的手，久久地陪着他。

“我能够和你、和上帝心心相通。”停顿片刻，他继续说道：“但是我很难与河流相通。你能够很容易就同河流相通，然后我就能心里想着你和上帝，我就能找到通向天国的路。”

他睡去了，那一夜静悄悄的。

第二天（周五）一早起来，他又显得有些躁动，和前一天一样，他想要感受到河流的存在，想要找到河流所代表的意义。这样的躁动是有含义的。

根据我的经验，一个垂危的病人，心头总有一两件放不下的事。曾经，我照顾过一个弥留的艾滋病患者。在他人生的最后几小时里，他一直努力坚持活着，为的是再看自己母亲一眼，他知道母亲正赶飞机过来，马上就会来到他身边。母子终于重聚了，两小时后，他离开了人世。很多人离开这个世界的时候，这样的心愿在实现之前，他们就已经体力不支了。

尤因从确诊的那一天起，就一直忧心忡忡，害怕我在他去世的半年后会心碎。

我知道，这也一直在折磨着他。他姐姐罗斯和琳达赶来了，和他一起度过特别的时光。

《追逐日光》:后记(下)

当天下午，他让我们把他的腿抬高 20 度，把他的头抬高 40 度。

“为什么？”我问道。

“人的身体降临世上的时候，是和水紧密相连的。”他说，“离开这个世界的时候，还是要选择最好的体姿……这样灵魂就能最好地离开身体。”

这让我想起了西藏僧侣的说法，他们认为你应该在端坐入定中圆寂，因为你的意识在身体的最高部位，如果它能通过头部离开身体，意识是最清楚的，这能让你能够更容易涅槃。我不敢确定，尤因从前有没有在哪里看到过这一说法，还是从别的什么途径了解到的，还是完全来自他内心。

“你从哪听来的？”我问他。

“只是觉得这很好。”他回答我。

尤因不时地会喝上一口咖啡或是橙汁。牧师也来看了他，他姐姐一直陪着他，玛瑞安和吉娜也在他身边。

尽管尤因自己就已经够不容易了，但他还总是挂念着我。当我问他想不想我晚上拉着他的手睡，他的回答是：“如果这不会让你太难受的话。”

我们睡在不同的床上，他的病床在我们原来双人床的旁边，我整夜都握着他的手。

周六，我的哥哥唐纳德开车从麻塞诸塞州来看他。他和尤因在卧室里聊了一会。当唐纳德出来的时候，他告诉我说，尤因还在担心我，害怕他的离去会给我带来巨大的打击。唐纳德向尤因保证说我肯定没事，他也会继续照顾我的。

当天，还有一些其他人前来探望。尤因同他们一一作别，确实也花费了很多精力。

卡恩给尤因当了 8 年的秘书，当她来最后看一眼自己上司的时候，尤因睁开眼注视着她。一些密友也来看望尤因，和他一起呆上一会。蒂姆·弗林是尤因的朋友，也是他的继任者，特意前来和他告别。

下午，尤因跟我说：“多数人并没有足够的心力和精力，无法意识清楚地离去。”

和从前一样，这一次我也特别想知道尤因想要表达什么意思。最终，我明白了，他所谓的心力指的是意志力，精力指的是灵魂。

我问尤因是否已经能够放心地离我而去了。

“我想可以了。”他告诉我。我告诉他不要牵挂，我会过得很好的。他已经步入迎接新生的最后阶段，他已经准备好要离去了。

三小时之后，也就是在 9 月 10 日（周六）晚上 8:01，我的丈夫去世了。他再次出现肺栓塞症状，医生觉得以他的病情，这是最佳的解脱方式之一。实际上，因为肺栓塞，向脑部的供氧就切断了，这样就会脑死亡，然后身体也随之停止运转。这是最快也是最不痛苦的死亡方式之一。在离开这个世界的时候，尤因身边围着四个女人，每个都受过医护培训：尤因的姐姐罗斯、我妹妹达琳（她曾在重症监护病房工作过 20 年）、夜间来护理的护士，还有我。尤因能那样离开人世是他的福份，幸好我们几个女人能守在一起，可以互相慰藉。

尽管对于尤因的离去我们早就已经做好了准备，但是那一刹那依然让人感到紧张。我从来都没有见过哪个病患是因为肺栓塞离开人世的，我惟一担心的就是，他有没有因为随之而来的窒息而感到恐惧。罗斯对此很清楚，她给了我很多劝慰。她对尤因辞世时的平静感到欣慰，因为她在医院里目睹了万千病人离去前的痛苦。

尤因的人间旅程结束了，我也感到了几许的安慰。当夜，我感觉整个人都是麻木的。罗斯、达琳和我在那里守候，等人将尤因抬走。过后，我们围坐在厨房里，开了一瓶尤因最喜欢的红酒，谈起了大家彼此的感受。

第二天一早，我感到一种无比的欢愉和宁逸。那种失落感是后来才出现的。这是值得庆祝的时刻，尤因安详地走了。我眺望窗外，东河静静地流淌，波光粼粼。

这真是个完美时刻。

葬礼非常成功，都是按尤因的心愿准备的。有几百个人参加了葬礼，包括家人、朋友、同事和崇拜者。尤因在他短暂的一生里，给很多人带去了温暖。我妹妹达琳和我精心安排了葬礼的诸多细节。竖琴手和长笛手演奏了很多空灵的音乐尤其是那首“受祐精灵之舞”（Dance of the Blessed Spirits），旋律旖旎。三位致葬礼赞辞者的发言不同凡响，也让人感动。三位致辞者蒂姆·弗林、斯坦·奥尼尔和尤因弟弟威廉都在不同方面对他做出了评价。斯坦·奥尼尔回忆说，尤因写信给他，让他在葬礼上致辞。斯坦·奥尼尔直到尤因过世后才收到这封信，所以他说：“即便我想抱怨，嗨，也没机会了。”在教堂里的所有亲友都会心地大笑起来。后来，按照爱尔兰传统习俗举行了告别仪式，仪式上始终洋溢着欢乐愉悦的气氛，这也正是尤因所期盼的。

在人生最后几天，尤因一直和死神在抗争。当他清醒的时候，他就将注意力集中在当下。尤因这一辈子对于什么都特别上心，不过在他人生最后的三四天里，我对他那坚忍不拔的意志力又有了新的认识。我觉得他苦苦支撑了三四天，这对于周围的每个人而言都是很辛苦的，对于他本人而言，只是集中注意力要做好一件事，确实甚是不易。

我不禁想到集中注意力打好高尔夫球有多么不易。要想击出好球，必须要将自己的目光集中在球上的一个小点，而不要移动目光。你也不要再在脑子里面想“这个球肯定能打出直球，”或是“我可能会打出右曲球”。你必须瞄准一个点，然后击球，像那样注意力高度集中五秒钟都是很难的，而要让注意力高度集中三四天实在是难以想象。

其实，有些事是可以有不同的做法，生活中每天都会如此。我们选择了放疗，希望能够让肿瘤减积并减轻症状。不过，我也在想，后来坚持了六个星期的治疗是否是正确的抉择。尤因的整个左半脑都受到了激光光束的照射，这就意味着整个左半脑（肢体的右侧）都受到了影响。尤因的健康状况后来一下子就恶化了，是不是也跟这样高强度的治疗有关呢？不知能否有一种方法，既能控制他的病情，又能让他的身体机能不减退。我不得而知。什么都不可能尽善尽美。

也许，在和亲友的告别过程中，可能确实存在着一些误解，但

是总体而言，和亲友告别这一想法本身是很重要的，也是很正确的。随着尤因（任何人）向同心圆的中央靠近，告别的性质也在发生改变。和同心圆外圈的很多朋友可能会有“完美的”交谈，但是对于和你关系密切的亲友，仅仅是挥挥手说再见是不够的。通过尤因所遇到的情形（也有可能是每个人身上会发生的情形）：在人生同心圆的外圈有很多重要的朋友，但是到了同心圆的中央，展现的就是一个人的灵魂，这样的内容更加丰富、更加广阔。和同心圆外圈和内圈的亲友告别并不相通，因为你和内圈亲友的生命都是相互交融的。对于这样的人际关系，只有双方都能够释怀，才能真正告别。这绝非易事，也是痛苦的。也正是因为深深的爱着尤因，才让自己那般坚强，鼓励他坦然地离我而去。今天，如果他再次出现在我面前，我想可能自己都不会有那么坚强了。

谈到和吉娜的告别，尤因已经竭尽全力，想要安排一次美妙的旅行，或是用一个让她永远铭记的手势或是礼物，给她一辈子加添暖意……遗憾的是，那又怎么可能呢？你怎样能割舍下一个孩子呢？而且是你自己的孩子？更是一个只有 14 岁的孩子？尤因这一生一直目标明确、性格乐观而且踏实努力，他也相信冥冥中上帝的眼睛看着世人，天道酬勤。但是，我告诉他这可能是一项无法完成的任务。尤因这个人就是这样，一直在苦思量，到底该给孩子做些什么，到底要对孩子说些什么，尽管他已经做了足够多的，也已经没有什么未说的心里话了……倘若吉娜已经成年就好了。他对孩子的心意每一点每一滴都传达到了，不过有一点无论他百般努力都是无力控制的，那就是——时间。

有些朋友会感到好奇，为什么在临死前，尤因想要让自己的意识保持完全清楚，因为尤因认为如果能达到这一境界，那么就可以拥抱灵魂，那是体内精神的小宇宙。他相信，如果你能感触到神圣的自我，那么此世和来世之间就没有任何的障碍。这不仅需要习得，也需要集中精力，还需要他让生命中所积累的全部都随风而去。也正是因为这一点触动了，才让他产生了和亲友一一告别的想法。

在自己生命最艰难、最痛苦的日子里，尤因始终致力于保持意识的清醒，他给我们所有目睹到的人树立了榜样。对于我们家庭而言，再一次诠释了这样一个颠扑不破的真理：合力克金。如果每天的生活没有任何的压力，人就很容易顺着自己的轨迹随波逐流，人人皆如此。但是，如果你的生活与众不同，过着尤因从五月底到九

月份那种短暂却丰富的时光，那么你就会懂得什么叫做敬畏。你也懂得了什么叫做力量、承诺和爱，而且更重要的是，你懂得了什么叫生活，你学会了怎样谦和地去对待它们。

这是尤因生前能为我们所做的最后一件事。他燃烧了自己最后一份光亮，把原本可怖的死变得无比欢愉，给他女儿、妻子、其他家人、朋友和公司都带来了鼓舞。每一步都包含着他的精心构想，饱含着他的坚定信念。他想让我们的人际关系都能够井井有条。自从确诊的那一刻起，他就完全放弃了工作，这并非易事，因为他一直爱着自己的公司，爱着自己的那份工作。这一举动背后的源动力说到底依然是爱，这也让公司和员工们都能够更加自在一些。他有了写这本书的念头，为的是探寻如何更好地迎接死亡，为此他经常伏案几小时，在记事簿上记录下自己的心语，尽管他的笔迹是越来越难辨认了。他让人代为将自己的话录入电脑，因为电脑对他而言确实已经是无力操纵了，他又自己花力气去找本书的出版商。他也很清楚自己能力有限，也许无法看到书完稿的那一天，这就意味着我要继续他未竟的事业，这也让我们共同完成人生最后一项合力工程，我们这一辈子相濡以沫，在照护家人、构建家庭以及追求事业上都是齐心合力的。

对于玛瑞安而言，她父亲身上的力量也向她证明：浑浑噩噩地过着每一天其实根本不叫活着。做一天和尚撞一天钟，与人与己都无益处。尤因用自己的行动表明，你总能更加努力一点，你总可以让生活变得更好一些。她也觉得，这样的精神力量能够让她成为更优秀的一个人、一个母亲，而她也希望将这份精神遗产传给自己的下一代。

对于吉娜而言，不论怎么规劝或是解释，都难以消弥她心头的伤痛，即便是这本记录了她父亲最后、最美好（当然也是和她共处时间最多）的几个月的的心灵日记，其实也于事无补。毕竟，父亲已经离他远去了。不过，尤因尽量让不幸并为福祉，尽力去发掘死亡的真义——步入更美好的境界，在他努力付出的背后也写满了鼓励与信心，在我看来，这是她父亲送她最好的礼物。这让我感到欣慰，因为尤因能够这样直面人生，他的亲身骨肉也一样能够做到。

我怎样？从尤因的最后岁月中，我得到了很多宝贵的情感和体悟，不过我还需要时间去反复咀嚼。不仅如此，尤因还给我留下了一份更加宝贵的财富，（还是借用他最喜欢的高尔夫球用语吧），我

们在球场上追寻着阳光，而他已经把球帮我放在了球座上，静待我打出好球。

努力追寻，尽力让自己在几个月里保持头脑清醒、目标明确的人并不止他一人，我也一样，一边全神贯注地看着自己脚下的路，一边默默地给自己的女儿保驾护航。

他已离我远去，我在怀念之中活着。想到能和他一样目标明确、全情投入，不禁感到暖意涌上心头，不仅是在人生最后时刻要如此，而是在他离去后的每一天亦如是。