

一生中最好的一天

◆ (美国) 兰斯·伍贝尔斯 朱思 (编译)

阁楼上光线很暗，一个身材高大的老人弯着腰走向小窗下的一堆箱子。掸去上面的蛛网，他取下最顶上的那个盒子，借助微弱的光线，小心地拿出了里面的一摞旧相册，用昏花的双眼搜寻着自己想要找的东西。

他希望在这些老照片中找回已经逝去的生命中那些美好的记忆。他默默地、耐心地翻看着这些藏埋已久的宝藏，不久就迷失在记忆的海洋中。妻子离去后，他的世界停止了运转，今日的孤寂让

心中的回忆更加鲜活美好。

取出箱中落满灰尘的相册，下面露出一本儿子童年时的日记本。他不记得以前见过它啊，儿子还写过日记吗？为什么伊丽莎白总是保留孩子的废旧物品呢？他困惑着，摇了摇头发苍苍的脑袋。

翻开泛黄的内页，浏览到一小段文字，他嘴角浮现出一丝微笑。当他轻轻读出那些文字时，心情也变得愉悦，似乎眼睛都亮了起来。耳边回响起那个曾在这所房子里一眨眼就长大了的小男孩

的声音。在这个阒然无声的阁楼里，一个六岁小男孩的言语魔法般地将老人带回到那些已经被遗忘了的时光。这纯真的声音，已经消失多年了。

如一个在冬季嗅到了春天花香的园丁，沉寂于心中的感伤和渴念重又泛起。他隐隐感觉自己记忆中的情形似乎与儿子的简单记载总有很大不同。但不同在哪里呢？

他已经忘了上楼其实是为找那些珍贵的照片了。想起自己也

曾记过很多年的商务活动日记，他合上儿子的日记，拿着它转身离去。为了防止碰到头顶的椽木，老人伛偻着慢慢走到木制楼梯前，沿着铺有地毯的楼梯走下楼，进了卧室。打开玻璃柜门，他伸手取出了里面的一本旧商务日记。他转身走到写字台前坐下，将两本日记放在了一起。他的日记本是皮革封皮的，上面还有烫金的签名。儿子吉米的日记则已经破烂不堪，封皮上的名字也快磨损掉了。他用枯瘦的手指拂过那行

字迹，好像自己能够让它们复原一样。

打开自己的日记，老人的目光迅速落到了某一天的内容上，因为那天的记载和其他天相比是如此简略。上面是自己工整的字体：“浪费整整一天和吉米钓鱼。毫无收获。”

深深叹了口气，摇摇头，他打开儿子的日记本，找到同是六月四日的那天。大大的潦草的字迹深入纸张，上面写着：“和爸爸去钓鱼，我一生中最好的一天。”



大不相同的感受

◆ 尹玉生 (编译)

有一对夫妇，在结婚的当晚，丈夫拿出两张纸，将其中的一张递给妻子，说：“这是我们两个的分工，我应该干些什么，你应该干些什么，这上面都写得清清楚楚，如果我们两个都能自觉地完成各自的分工，我们就会减少很多不必要的争吵，我们的婚姻一定会更和谐美满。”

每天，丈夫都会督促妻子完成属于她的任务。为了家庭的和睦，妻子也努力地做着分派给自己的家务。她为他熨衣服，给他准备一日三餐，打扫每个房间，她渐

渐地感到，每项家务都是那么繁重和枯燥，隐隐觉得自己是个不幸的女人，虽然她努力遵守着他制订的全部规则，却从不认为自己曾享受过婚姻的幸福。

几年后，丈夫意外去世了。过了一段时间，女人和另外一个男人坠入了爱河，结婚成立了家庭。新丈夫从不要求她做任何事情，更不要说给她分配满满一张纸的任务列表了。不仅如此，他还竭尽所能，做每一件他能做的事情，全心全意地呵护她，疼爱她，千方百计使她幸福。

沉浸在幸福中的女人，也想方设法给丈夫以家庭的温暖，她为他熨衣服，给他精心地准备一日三餐，将房间的角角落落都打扫得干干净净，她在做这些事情时，没有感到一点劳累和乏味，而是充满了温馨和喜悦。

这天，她在清理阁楼的时候，在一个抽屉里发现了一片褶皱的纸张，那是第一任丈夫写给她的家务列表，女人回想起了以前的日子，她忽然意识到，她现在所做的家务和过去一样，甚至比过去还多，为什么以前觉得悲苦不堪，现在却倍感幸福呢？女人想了一会就想明白了：过去是为了履行义务，现在却是爱的付出。

◆ (美国) 詹妮特·格莱汉姆 庞启帆 (编译)

出色的服务员，你把我们一家照应得很好！”这时，珍妮丝的怨气、疲劳烟消云散了。她对那家人报以微笑，并在饭店打烊，经理问她第一天的工作感觉时，她回答：“还不赖，我明天还会接着干。”

一句赞美的话就这样改变了一件事情。同样，一句赞美的话也能给人带来很大的愉快。贝克曼·安德鲁斯对此深有体会。

贝克曼·安德鲁斯喜欢到世界各地旅行，每到一地，他都努力

学习些当地的语言。他并不算一个语言学家，然而他懂得用不同的语言说那些赞美人的话。他会是一位抱着孩子的母亲说“你真美丽”，会对一位为了筹集孩子的学费而卖力工作的推销员说“你是一位了不起的父亲”，会对一个疲倦的饭店服务员说“你的服务很到位”。这个小小的行动使他赢得了遍布世界各地的朋友。

赞美对于我们的精神来说就像阳光，没有它我们就无法开花和生长。只要你有心去赞美他人，一句话就能使他人感到幸福，同时也使你自己感到幸福。



慈悲与爱心

◆ 志成 (编译)

在一家医院的病房里，有位病人躺在床上，看起来病情非常严重，以至于她已经开始放弃希望。可她的病因还是诊断不出来，这也正是使她恐惧的原因。似乎没有人知道她得了什么病，那怎么治疗她呢？假如再不治疗，她的病会继续恶化吗？她会死吗？在她身上看不到任何恢复的迹象。目前对她使用的任何治疗似乎都不起作用，所以她绝望也就不奇怪了。

在医院的另一边，美国著名临床心理学家雷蒙德·A·穆迪教授和他的助手已经查完了房，正在分析讨论每个病例。穆迪教授主持这次会议，根据他多年积累的知识 and 经验提出建议。

“那位女士怎么样了？”他问

的病人正是那位躺在床上病情不明的女士。“没有丝毫好转。”负责治疗她的助手说，“我用尽了所有办法，可无论如何，都无法确诊她到底得了什么病。任何治疗对她也不起作用，她的情况越来越糟，而且，她正变得越来越绝望。”

“那么你都做了什么呢？”穆迪教授和蔼地问。“起初，我测了她的体温，正常。”助手说，“又测了她的血压，也在正常范围内。我还对她进行了血液化验，病理检验报告也显示没有任何异常。”

“还有其他的吗？”教授问。“还有 X 光片，放射科的医生对她做了细致的检查，所有的片子都很清楚，她的骨骼也没什么问题。”

“我明白了。接下去。”穆迪教授的眼中闪现出了智慧的光芒。“我还对她做了核磁共振和 CT 的扫描，结果所有的怀疑又被否定了。对于她的病情我感到非常困惑，更奇怪的是为什么一点好转的迹象都没有呢？”

穆迪教授将双手伏在桌上，低着头静静地想了一会儿，说：“在这些检查员中，你没有发现任何异常，但她的病情还在恶化，人也更加绝望。”穆迪教授抬起眼睛，看着这位助手，问：“那你可曾以你的爱心拉着她的手，又以你的慈悲安慰过她吗？要知道慈悲与爱心是医治世上一切疾病的良药，而且比任何治疗方法具有更伟大的‘力量’，它不仅能使我们的心智清明、心胸豁达，也更能引导患者走上一条全面康复的心灵捷径！”

来他还用这个方法成功地实现了他步入政坛的梦想。

记住这样一句话，这也是现在已经得到了心理学家们普遍认可的一句话：如果你心怀梦想，就要充满激情地相信它一定会实现，并为之不懈努力，那么你就真的会梦成真了。

最危险的地方最安全？
(塞尔维亚 布克瓦齐)



月圆夜下的卖书老人

◆ 邓笛 (编译)

我大学时的一个朋友来到我所在的城市。他一方面是来看望他的叔叔，一方面也与我们几个大学同学相聚。那天晚上，我们一起看电影、吃夜宵，到分手的时候已经快午夜了。他乘最后一班公交车回他叔叔家。

下了公交车，他还需要走一英里的路程。这条路没有路灯，而且空无一人，显得异常阴森。虽然天悬满月，但是鬼魅的月光比黑暗更加恐怖。他不禁有些害怕。他知道有这样一种说法：月圆之夜常常是妖魔鬼怪出没之时。他正这样想，忽然见到前面不远处有一个老人正在卖书。这真是太奇怪了，这些书都是关于恐怖的超自然现象。不过，有一本书，还是引起了他的兴趣。所以，他问老人：“这本书多少钱？”

老人答道：“哦，小伙子，你真有眼光，这真是一本有趣的书，只需要250元。”

我的朋友吓了一跳：“这、这也太贵了吧。”

老人没有说话，而是盯着我的朋友看，目光怪怪的，有一种

让人不得不屈服的力量。

我的朋友赶忙把手伸进口袋，将所有的钱掏了出来，数了数，总共200元。“我只有这么多。”

老人答道：“那行，就这么多吧，书归你了。”

在我的朋友转身离开时，老人在他身后喊道：“小伙子，无论发生什么事，请不要看最后一页……记住，千万不要看最后一页！否则，你会后悔的！”

我的朋友点点头，然后逃跑般地匆匆往叔叔家赶。到了叔叔家，他迫不及待地向叔叔询问附近是否有一个卖书的老人。叔叔答道：“没有……呃，不过听人说过，每到月圆之夜会出现一个卖书的老人。大家说，他可能是鬼怪的化身。孩子，你怎么问这个问题？”

我的朋友差点吓晕过去，不过，他迅速装出镇静的样子，说：“没什么……我只是随便问问。”

他躺到床上开始读这本书，小心着不看最后一页。后来，他困了，把书放在床头，准备睡觉。突然，一阵风吹来，阴森森的，让他打了一个寒颤，风仿佛穿透了他的身体……这时，他发现，风掀开了那本书，一页又一页，最后掀到了最后一页。他想起了老人的话。可人类总有不可抑制的好奇心。在这种好奇心的驱使下，他拿起书，翻到最后一页。他又一次差点晕过去。最后一页上有三行手写的字：

警告：如果心脏不好，请不要往下看！

原价：20元

处理价：2元

有记者曾问施瓦辛格：“你作为一流的健身运动员，退出体坛后打算干什么呢？”施瓦辛格平静而自信地答道：“我打算在好莱坞做一流的电影演员。”

记者很惊讶，觉得施瓦辛格的人生规划有点可笑。因为在那个时候，人们很难想象，一个从

未学过表演、说一口带着浓重奥地利口音蹩脚英语的健身运动员，怎么会梦想着进好莱坞，还要成为一流的影星！于是，记者追问施瓦辛格打算如何实现梦想。施

瓦辛格答：“成为一流好莱坞演员的方法与我成为世界一流的健身运动员的方法是一样的。我首先要心里看到我想要成为的那个一流演员的形象，然后我就把自

己真的当成那个人一样活着。”

施瓦辛格的回答听起来是不是十分幼稚？但是，事实上，他这样做真的管用了！他的确成为了好莱坞一流的高片酬的影星！后



施瓦辛格的成功秘诀

◆ 周腾 (编译)