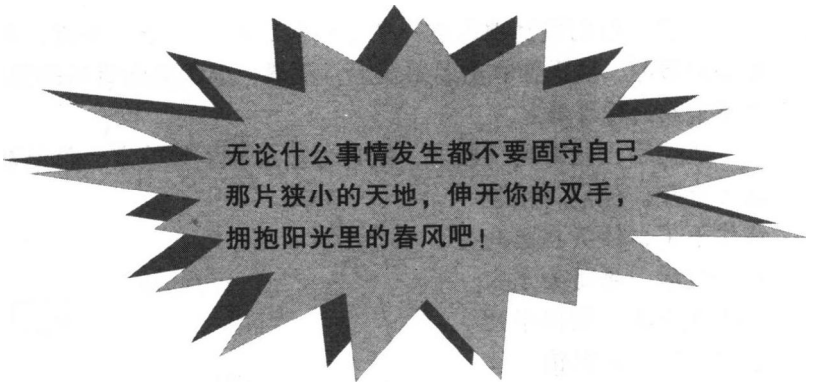
第一章 放开胸怀



需要全本请访问 www.ertongbook.com

1. 在别人的位置上

一对孪生兄弟因为逃难而失散，多年后重逢。个性活泼的哥哥在饥寒交迫下投身寺院当了和尚，个性安静的弟弟则在机缘巧合下娶了妻子生了儿女。

兄弟俩过得极不快乐：哥哥羡慕弟弟娶妻生子，享尽家庭温馨；弟弟羡慕哥哥皈依佛门，远离尘世纷扰。

一天，兄弟俩相约在半山腰的小凉亭闲谈。正要离开时，发生了山崩。他们慌乱地躲进一个小山洞，幸免于难。半夜，哥哥怕弟弟着凉，脱下僧衣给弟弟盖上；清晨，弟弟感激哥哥的照顾，脱下上衣给哥哥盖上。

几天后，兄弟俩获救了，但哥哥被送回了弟弟家，弟弟被送回了寺院。他们将错就错住下了，体会自己向往的生活。哥哥为了衣食拼命干活，累得半死也撑不起一家温饱，丝毫享受不到在家生活的温馨；弟弟为了准时撞钟、诵早课，和衣而睡、彻夜未眠，半点感受不到出家生活的悠哉。



兄弟俩在疲累不堪下恢复身份，这才发觉，还是做自己最好。

心灵语思

生活中我们总是拿自己的不如意与别人的幸福相比较，结果是什么可想而知。这样就出现一种情况：天地间的人都在羡慕别人而抱怨自己，忘了自己生活中美好的部分。其实每个人的生活都充满酸甜五味，所以，做自己最好。

2. 第一个果子

有一天，俄罗斯作家克雷洛夫在大街上行走，一个年轻的农民拦住他，向他兜售果子：‘先生，请你买些果子吧，但我要告诉你，这筐果子有点酸，因为我是第一次学种果树。”年轻农民很笨拙地说着。

克雷洛夫对这个诚实的农民产生了好感。于是他买了几个果子，对他说：“小伙子，别灰心，以后种的果子就会慢慢地甜了，因为我种的第一个果子也是酸的。”农民听了很高兴，他为找到一个“同行”而高兴，说：“你也种过果树？”克雷洛夫解释说：“我的第一个果子是我写的《用咖啡渣占卜的女人》，可是这个剧本没有一个剧院愿意上演。”

心灵语思

万事开头难，第一次努力的结果一般都存在这样那样的缺陷它能带来嘲笑和挫折，却是经验积累的开始。只要不放弃梦想不懈地尝试和努力，总会收获甜的果实。

3. 享受过程

今天是一个不可或缺的日子，过程也是一种不可或缺的美丽。

遗憾的是，生活中大多数人都急于奔向目标而忽略了过程中的美丽风景。

多少人错失他们眼前的生活，只是因为他们总是回忆过去，幻想未来。

你是否还为昨天婚礼上的糟糕表现沮丧不已？或者在早餐时就老想着中午之前必须提交策划书给你的老板，结果使好好的早餐变得索然无味？

抛弃对过去和未来的忧虑，能帮助你享受现在每一天的快乐，让你能够在它们新鲜的时候就品尝和欣赏。

你给一件事情制定了一个目标，当你的目标进行得非常顺利时，你就应该感受这份过程的美丽。

当你在做的过程当中遇到困难或挫折，你准备勇敢地面对它，解决它时，你也应该感到高兴。当你终于解决了某个问题、某种困难时，你更应该感到高兴。

其实，你每天都有享受过程的时间和机会。

工作劳累时，停下几分钟喝杯茶；

睡觉前把明天要做的事情简单规划一下，给自己留十分钟的空白再入睡；

将孩子抱在腿上，讲一个有趣的童话；

有钱时，请好朋友下馆子吃个痛快；

没钱时，在家里看一本闲书……

在一切事情的过程中，你都可留意将其中轻松、快乐的分子挖掘出来细细品味。

就像一位诗人所说：灿烂生命充实的一小时抵得过庸庸碌碌的一辈子。

心灵悟思

人们总是在成功或失败以后才会想起自己为之所付出的。时常感叹、惋惜而在奔向某个目标时总是紧盯着结果，无视过程中的美丽，人生的每一分钟都精彩，何必等到回忆时才发现呢？

4. 天堂的测验

阿甘死后，升入天堂，在天堂入口——珍珠之门，他遇到了圣徒彼得。

彼得对他说："很高兴见到你，阿甘，我们已经听到了许多赞扬你的话。但我不得不告诉你，这里已是人满为患，因此每个想进入天堂的人都得接受一次测验，通过测验的人才可以进入天堂。"

阿甘说："彼得，能来这里我很高兴。不过没有人告诉我测验，但我还是希望能通过测验。但愿题目不要太难，毕竟生活本身就已经是一次足够难的测验了。"

彼得说："我知道，阿甘，测验不是很难，只有3个问题：

1. 一个星期中有哪几天是以字母'T'开头的？

2. 一年有多少秒(Seconds)？

3. 上帝的名字是什么？"

阿甘带着这几个问题离开了。第二天，他找到彼得，要回答问题。彼得向他挥了挥手说："现在你还有机会再想一想，然后回答我。"

阿甘说："不必了。你的第一个问题太简单了，答案就是今天(Today)和明天(Tomorrow)。"

彼得的眼睛睁得大大的，喊道："阿甘，这可不是我意料中的

需要全本请访问 www.ertongbook.com

答案。不过你言之有理，我想我没有把问题说清楚，好吧，我同意你的答案是正确的。”

“下一个问题呢？一年有多少秒(Seconds)?”

“这个有点难，”阿甘说，“我想了又想，觉得答案应该是‘12’。”

彼得惊得目瞪口呆：“‘12’ 天啊,你怎么能说一年只有12秒 ?”

阿甘说：“是的，是‘ 12’,它 们 是1月2 日(JanuarySecond)、2月2日(February Second)、3月2日(MarchSecond)”

“好了，好了，”彼得打断阿甘，‘ 我知道你是怎么想的了，我明白你的意思了，这个答案又出乎我的意料。不过我还是算你对了。让我们来看最后一个问题，你能说出上帝的名字吗？”

“安迪(Andy)!”阿甘回答说。

彼得问：‘ 你怎么知道上帝的名字是安迪 ?”阿甘说：“你知道的，我们在教堂里常唱的那支歌：‘ 安迪与我散步，与我谈话。’(Andy Walks with me，Andy tals with me)”

由此得出，总是会有另一种观点存在。对同一个问题，你与别人的看法不同，这并不证明你是错的。



任何问题都没有绝对标准的答案，即使是圣徒彼得的也不行。不要用自己的观点来要求别人，也不要被别人左右。生活及思想都是多元化的。

5. 还给大自然

位于美国费城与威明顿之间的私家花园叫‘ 长木公园 ”(kong wood Gardens),已 经 有 200多年历史。在它的主人 50多年前把它送

给公众之后，更成了拜访大费城地区的人们必然要光顾的地方。

在200多年前，花园的主人就经常在这里植树。现在这些古老的树上都挂着小牌，标明杜邦家族的功绩。他们每一代传给下一代的时候都清楚地确定了这样一个原则：这个‘还给大自然”的家族花园永远不能改做他用。

杜邦家族以制造黑火药起家， 200年来一直经营和开发化工业，创造了无数科技奇迹和亿万财富。但是化工业在使社会生活发生巨大变化的同时，也给大自然带来很多污染，它产生大量污水、废气和有毒废物，也曾有过中毒、工伤等意外事故。最老的家族企业创始人皮埃尔一萨米埃尔·杜邦的孙子就是死于一次火药库爆炸事故。

也许是感到对大自然曾犯下罪过，要做忏悔和补偿；也许这些人与生俱来就有与大自然亲近的情感；也许他们用得着这样一座证明财富的领地……从1700年比斯买下这片土地，到1906年杜邦先生再买下，一代又一代的杜邦子孙尽职尽责地照料着这片土地，经过将近300年的生态繁衍，已经很难定义它是“人工园林”还是“自然景观”。它成为动植物与人类和谐相处的乐园却是不争的事实。

在公园的路上，你会看到很多大学生跪在花草间劳动，登在高高的梯子上修剪花枝，吃力地搬着沉重的大花盆……他们都是志愿者，假期常常自愿来工作。整个1050英亩秀丽景色只有54个园丁管理，其他基本靠志愿者的义务劳动了。

遵照皮埃尔·萨米埃尔·杜邦先生的遗言，‘‘长木公园”作为向大众提供展览、教育及享乐的地方，是一个非营利、也不接受政府资助的观赏性公园，公园为大众提供园艺研究及学习机会，长年开设很多课程，接受各国留学生。

心灵悟思

人与自然不是像我们口号里讲的那样：征服与被征服。共存、影响、互利、一损俱损、一荣俱荣，我们已尝尽了破坏索取的教训，可曾想到还给自然一些什么吗？

6. 歪打正着

有一次，古埃及国王胡夫举行盛大的国宴，厨工们忙得团团转。一名小厨工不慎将刚炼好的一盆羊油打翻在灶边，吓得他急急忙忙用手把混有羊油的碳灰一把一把地捧起来扔到外边去。扔完后赶紧洗手，手上竟出现滑溜溜、粘糊糊的东西，而且洗后的手特别干净。

小厨工发现这个秘密后，便悄悄地把扔掉的羊油碳灰捡回来，供大家使用，结果每个厨工都洗得又白又净。

后来，国王胡夫发现厨工们的手和脸洁白干净，没有了以往的油垢，便盘问起来。小厨工如实道出了原委。国王胡夫试后赞不绝口。很快，这个发现便在埃及全国推广开来，并传到了希腊的罗马。在这个发现的基础上，人们研制出了流行世界的肥皂。

1885年，亚特兰大市一个名叫潘伯顿的业余药剂师以柯树叶和柯树籽为基本原料，经过多次的试验，制成了一种具有兴奋作用的健脑药汁。这便是美国最初上市的可口可乐。但可口可乐的销量很低，潘伯顿也非常焦急。

有一天，一位头痛难忍的病人请求服用健脑药汁。店员在配药时，本应向瓶内注入自来水，实际上却误注了苏打水。病人一饮而尽。待店员醒悟过来感到束手无策之时，病人的头痛却止住

了。店中众人禁不住连声称‘妙’。潘伯顿颇受启发，立即往健脑药汁中加入一定量的苏打水，并在‘包治神经百病’的广告旁边，添上了“香醇可口、益气壮神”等赞语。可口可乐奇迹般地从一种药剂，摇身一变而成为风行世界的上等饮料，其销量与日俱增。

有一个德国工人，在生产书写纸时不小心弄错了配方，生产出一大批不能书写的废纸。他被扣工资、罚奖金，最后还遭到解雇。正当他灰心丧气的时候，他的一个朋友提醒他，让他仔细想一想，能否从失误中找到有用的东西。于是，他很快认识到，这批纸虽然不能做书写用纸，但是吸水性能相当好，可用来吸干器具上的水。于是，他将这批纸切成小块，取名‘吸水纸’，投到市场后，相当抢手。后来，他申请了专利，成了大富翁。



失误是猛醒的良药，是正确的先导，也是宝贵的经验。失误并不都是错误，有的甚至有神奇的结果和重大的发现，使人头脑清醒而奋发。

7. 黑色的笔

新加坡名作家尤今有这样一次经历：

当记者时，笔是随身工具，一日不可或缺。

一回，托一位同事为我买圆珠笔，再三嘱咐他：“不要黑色的，记住，我不喜欢黑色，暗暗沉沉，肃肃杀杀。千万不要忘记呀，12支,全不要黑色。”

次日，同事把那一打笔交给我，天哪，我差点昏过去： 12支，全是黑的。

责他、怪他，他振振有词地反驳：你一再强调黑的，黑的，

忙了一天，昏沉沉地走进商场时，脑子中只有印象最深的两个词：12支，黑色，于是就一心一意地只找黑的买。

言之成理，我哑口无言。

当时，我如果言简意赅地说：“请为我买12支笔，全要蓝色。”相信同事就不会买错了。

从此以后，我无论说话、撰文，总是直入核心，直切要害，不去兜无谓的圈子。



心灵悟思

谈话中过度陈述理由想要给人留下深刻的印象，结果却适得其反。凡事都要直奔主题，不可啰 啰嗦嗦。

8. 无人关心的土拨鼠

有位医学院的教授，在上课的第一天对他的学生说：“当医生，最要紧的就是胆大心细！”说完，便将一只手指伸进桌上的一杯尿液里，再把手指放进自己的嘴中，接着又将那杯尿液递给学生。看着每个学生都忍着呕吐，他照样把探入尿杯的手指塞进嘴里，笑嘻嘻地说：‘不错，你们每个人都够胆大，只可惜不够心细，没有注意我探入尿杯的是食指，放进嘴里的却是中指啊！”

有位法学院的教授，上课时说了一个故事：有3只猎狗追一只

土拨鼠，土拨鼠钻进一个树洞，居然从树洞的另一边跑出一只兔子，兔子飞快地向前奔跑，并跳上另一棵大树，却在树枝上没站稳，掉了下来，砸晕了正仰头观望的猎狗，兔子终于逃脱。故事说完，许多学生提出他们的疑问：兔子怎么会爬树呢？一只兔子怎么可能同时砸晕3条猎狗呢？‘这些问题都不错，显示了故事的不合理性。”教授说，‘可是更重要的事情，你们却没问——土拨鼠到哪里去了？’

有位教美术的教授，在谈到国画家使用的颜料时说：‘将贝壳烧烤之后，磨成细粉，再以胶调和，可以做成白色的颜料。”接着，教授便举行考试，其中有一个是非题：如果你在海边捡到了贝壳，带回家放进烤箱，以500度烤上30分钟，再拿出来磨成粉，以胶水调和，可以做成黑色颜料。结果大部分学生都没有看完这个题目，便十分自信地答“是 ”。

心灵悟思

粗心大意，自以为是，做事没有足够的细心和耐性，是通向错误的险途。

9. 把怨恨写在沙上

阿拉伯名作家阿里，有一次和吉伯、马沙两位朋友一起旅行。3人行经一处山谷时，马沙失足滑落。幸而吉伯拼命拉他，才将他救起。马沙于是在附近的大石头上刻下了：“某年某月某日，吉伯救了马沙一命。”3人继续走了几天，来到一处河边，吉伯跟马沙为了一件小事吵起来，吉伯一气之下打了马沙一耳光。马沙跑到沙滩上写下:“某年某月某日,吉伯打了马沙一耳光。”

当他们旅游回来之后，阿里好奇地问马沙为什么要把吉伯救

需要全本请访问 www.ertongbook.com

他的事刻在石上，将吉伯打他的事写在沙上？马沙回答：‘我永远都感激吉伯救我。至于他打我的事，我会随着沙滩上字迹的消失，而忘得一干二净。”



记住别人对我们的恩惠，让恩怨和不愉快都随风去，人生才会和谐美好。

10. 新年的愿望

一家人吃年夜饭。

“谈谈你们的新年新愿望！”父亲对三个孩子说，‘看看谁的最高明。”

“我的愿望是样样考第一！”刚进大学的大儿子说。

“我的愿望是希望能不惹爸妈生气！”就读高年级的二儿子说。

“我没有愿望……”小女儿讲。

大家都瞪大了眼睛。

“我只知道要存钱买一套故事书。”

每个人都报以最热烈的掌声，因为当别人还在“愿望”时，她却已经决定要“做”。



人生不能没有愿望，正在做的也许只能算半个愿望，然而许多美好而热烈的愿望往往赶不上半个愿望的光芒。

11. 再拨一次

我们经常在正忙的时候听到电话铃响，而没能立即接，等到慌慌张张赶去，对方却已挂断了。这时我们多半会在电话旁稍候，盼望对方能再打一次，假使就此沉寂，总会有几分怅惘。

有些人打电话，如果对方没反应，都会再拨一次，因为他会猜想是自己拨错了号码、电话机跳了号，或对方一时忙着无法接，也就因为他再拨，而能立刻把电话打通。相反地，许多人打电话拨一次，铃响几声没人接，就把电话挂上，岂知因此而错失许多通话的机会。

一次不成功，再试一次，拨一次对方没反应再拨一次！想想自己(难免会拨错号码),想想对方(可能刚才正忙着),意外的成功，常就会出现。



打电话如此，做任何事不都一样吗？

12. 有黑点的白纸

有一位婚后不久的女子，她回到娘家总爱在父母面前诉说丈夫的不是，历数他的缺点。父亲听了不以为然，他拿出一张白纸，在上面画了一个点，然后他拿着纸问女儿：“你看上面是什么？”女儿不假思索地说:“黑点。”父亲再问，女儿又说：“是黑点啊。”父亲说道:“难道除了黑点，你就看不到这一大块白纸吗？”女儿听了若有所思，她明白了。从此以后，她不再在爹娘面前数落自己丈夫，两口子的感情也比以前好多了。

其实，人无完人，金无足赤，人非圣贤，孰能无过？明白了这一点，我们不妨改变一下自己的认识，事物都有正反两方面。如果你只注意黑点，那么你眼中就是一个黑色的世界。如果你注意的是白纸，那你就有一个洁白、宁静的心境。很多人无法走出这个怪圈，他只注意到事物的某一方面，而把另一方面忽视了。冷静地想一想，其实自己的丈夫、妻子除了一些缺点以外，还有许多优点呢。



婚姻就是如此，你对对方期望越高就越容易发现对方的缺点，而一叶障目，不见泰山，由一点瑕疵否定了一个人，因小失大，非常不值。

13. 对幸福的理解

有一对年轻的夫妻，平常得很。没有出色的相貌，也没有令人羡慕的工作岗位。

只知道那个女人有病，平时看上去脸色灰灰的，像蒙了层土。可他们仿佛很快乐，在神情上，根本看不出任何阴影。

不久，那个女的怀孕了，腆着一个微微隆起的肚子在散步。她的脸色仍然是灰灰的，却挂着笑意。有时她对自己的怀孕有点疑惑：这孩子是病前怀上的，还是病后怀上的？

突然有一天，有人说这女的患的是癌症。大家都觉得奇怪。大家都惊讶地说：“她怀孕了！”

然后大家都看到快乐包围了这个小家庭，那男的走进走出地忙着，脸上看得出显而易见的喜悦。

只是那个女的在中午阳光好的日子里出来晒太阳，腆着的大肚子就像一个令人惊恐的感叹号。

到秋天的时候，听说女的生产了，男的只抱回一个小女孩，那个女的再也没有回来。

大家仍旧在如常的生活中数着一天天的日子。但我在刹那间，突然对生活充满了感谢，似乎感到脚下每一步路都代表着某种含义。在这对夫妻的坚强意志里，一切对于生活的阴暗理解全都远去了。



活着就是美丽的，不幸只是生活中的一个小音符。幸福不仅仅是金钱、享受，从容地对待命运，从容地对待困难，这种幸福流光溢彩，令人感动。

14. 我很重要

二战后受经济危机的影响，日本失业人数陡增，工厂效益也很不景气。一家濒临倒闭的食品公司为了起死回生，决定裁员三分之一。有三种人名列其中：一种是清洁工，一种是司机，一种是无任何技术的仓管人员。这三种人加起来有30多名。经理找他们谈话，说明了裁员意图。清洁工说：‘ 我们很重要，如果没有我们打扫卫生，没有清洁优美、健康有序的工作环境，你们怎么能全身心投入工作？ ”司机说：‘ 我们很重要,这么多产品没有司机怎么能迅速销往市场 ?”仓管人员说：‘ 我们很重要，战争刚刚过去，许多人挣扎在饥饿线上，如果没有我们，这些食品岂不要被流浪街头的乞丐偷光！ ”经理觉得他们说的话都很有道理，权衡再三决定不裁员，重新制定了管理策略。最后经理在厂门口悬挂了一块大匾,上面写着：“ 我很重要。”

从此，每天当职工们来上班，第一眼看到的便是‘我很重要”这4个字。不管一线职工还是白领阶层，都认为领导很重视他们，因此工作也很卖命，这句话调动了全体职工的积极性，几年后公司迅速崛起，成为日本有名的公司之一。



在成绩面前不要谦虚，同样在困难面前不要退缩，肯定自己的价值，相信自己的能力，不要轻看了自己，记住“天生我材必有用”,而且“我很重要”。

15. 一只小老鼠就足够了

一个孤独的年轻画家，除了理想，他一无所有。他贫穷，无钱租房，借用一家废弃的车库作为画室。夜里常听到老鼠吱吱的叫声。一天，疲倦的他抬起头，看见在昏暗的灯光下有一双亮晶晶的小眼睛。他没有想方设法去捕杀这只小精灵，磨难已使他具有艺术家悲天悯物的情怀。他与小老鼠互相信任，甚至建立了友谊。不久画家离开堪萨斯城，被介绍到好莱坞去制作一部卡通片。然而他再次失败，穷得身无分文。多少个不眠之夜他在黑暗中苦苦思索，怀疑自己的天赋。突然，他想起了那亮晶晶的小眼睛，灵感就在黑暗里闪现了：全世界儿童所喜爱的卡通形象——米老鼠就这样诞生了。这位画家就是美国最负盛名的人物之一——沃尔特·迪斯尼。

哦！上帝给他的并不多，只给他一只老鼠，然而他“抓”住了。

对迪斯尼来说这小老鼠价值连城。

心灵悟思

注意我们身边任何东西吧，它们都可能是机遇，用心去开发它们的价值，没有无机遇的年代，只有无机遇的心灵。

16. “掉”在地上的 20 元

克拉克的父亲带着他排队买票看马戏。排了老半天，终于盼到在他们和卖票口之间只隔着一个家庭。这个家庭让克拉克印象深刻：他们有8个在12岁之下的小孩。他们穿着便宜的衣服，看来虽然没有什么钱，但全身干干净净的，举止很乖巧。排队时，他们两个两个成一排，手牵手跟在父母的身后。他们很兴奋地叽叽喳喳谈论着小丑、象。克拉克想：今晚必是这些孩子们生活中最快乐的时刻了。

他们的父母神气地站在一排人的最前端，这个母亲挽着父亲的手，看着她的丈夫，好像在说：“你真像个佩着光荣勋章的骑士。”而沐浴在骄傲中的他也微笑着，凝视着他的妻子，好像在回答：“没错,我就是你说的那个样子。”

卖票女郎问这个父亲，他要多少张票？

他神气地回答：“请给我8张小孩的两张大人的，我带全家人来看马戏。”

然而，得到售票员的回答后，这人的妻子扭过头，把脸垂得低低的。这个父亲的嘴唇颤抖了，他倾身向前，问：“你刚 刚说是多少钱？”售票员又报了一次价格。

这人的钱显然不够。

但他怎能转身告诉那8个兴致勃勃的小孩，他没有足够的钱带

需要全本请访问 www.ertongbook.com