



健康新知

二十一世纪人其三大杀手
谁可打倒谁

性之窗

择偶的性思索
秘密中的秘密

致富宝典

成为百万富翁的八个步骤
赚大钱者的素质

赢家智慧

梳子卖给和尚的启示
挖金的和挖河的

人间搜奇

放屁惹官司
贫贱夫妻齐中奖

成功故事

一夜与一生
两个打工者
一加一大于二

哲理小品

人生本色
不必事事追求完美

情爱画廊

离婚建议书
情人与妻子的待遇

珍闻趣事

长寿的民族
有趣的瑶家婚俗

宇宙奥秘

认识月球
神奇的黑洞

休闲

山东人民出版社



卷■首■语

播撒快乐

在紧张的工作之余，人们通过一些愉快的活动来调整自己、放松自己，就是休闲。社会愈发展，休闲方式愈缤纷多彩，只有选择适合自己的方式，才能充分体会快乐。

读书休闲是一种积极的休闲方式，可以获得轻松快乐，又可以给你一份美好的享受，是一种精神视野，情绪的输氧。

《休闲 365》是一本调合大众口味的书。揽括人生、生活、婚恋、两性、健康、娱乐等我们生活所涉及方方面面的 16 个专题，篇篇精短可读，生动有趣；短章妙语、微文精句，尽显休闲之高趣与品味，是供给快节奏、高负荷现代人的一份精神快餐。

《休闲 365》，倡导读书休闲，翻阅它，会滋润开阔你的心灵，美化提升你的思想和生活。

休闲 365

2002年第1辑

主编:崔海涛

副主编:张正娣

责任编辑:刘永平

封面设计:王世强

出版发行:山东人民出版社

社址:山东济南市经九路

胜利大街39号

邮编:250001

网址: <http://www.sd-book.com.cn>

图书在版编目(CIP)数据

休闲365/崔海涛主编.

—济南:山东人民出版社,2002.2

ISBN 7-209-02891-9

I. 休... II. 崔... III. 科学知识—普及读物 IV. Z228

中国版本图书馆 CIP 数据核字

(2001)第096850号

开本:880×1230 32开本

印张:7.875印张

字数:280千字

版次:2002年2月第1版

印次:2002年2月第1次印刷

书号:ISBN 7-209-02891-9/

Z·205

定价:12.00元

目 录

人 生

人生之旅

朝圣者之路	1
断想	1
热爱思想	1
品位	2
甘甜的不只是井水	2
迪斯尼的小路	3
火把的启示	4
灵魂的港湾	4

成功故事

一夜与一生	5
上帝偏爱她,让她洗厕所	6
理想与未来	7
启示	7
伏笔	8
没人拦着你	8
两个打工者	9
我很重要	10
一加一大于二	10

真善美

微笑的力量	11
尊严奖	11
自信	12
穷人的方式	12
美好的细节	13
男孩和他的树	14

哲理小品

人生本色	15
------------	----

幸福就是现在	16
鸟对猎人的三条忠告	16
不必事事追求完美	17
留一只眼睛看自己	17
一和十万	18
白兔的月亮	18
风铃	19

人生之友

人生的十二种财富	19
启迪人生之“三”	20
你的品行也是一种资源	20
快速实现任何愿望的秘诀—— 学会模仿	21
经营自己的长处	22
决定快乐的主要因素	22
5分钟内找到快乐	22
人生十二忌	23
花时间做十件事	23
别吝啬你的微笑	24

求职就业

创立家庭公司	24
追求工作与生活的完美结合	25
十类人才受私营企业欢迎	26
你有“入世”通行证吗	27
成功率最高的求职方法	27
到广东求职须先过“三关”	28
就业时应该注意的法律问题	28

生 活

感悟生活

观念的命运	30
生活中的简单之美	30

永不投降	31
不紧急，却很重要	32
借钱	32
他俩与他俩	33
碎花瓶理论	33

生活广场

都市女装七色光	34
省心服饰让男士更轻松	35
“F”食品一族	35
绿色早餐	36
在家布置个小茶室	36
学泡一杯健康茶	37
营造绿色家居	37
车上扒手十二黑招	38
文化美容，真正让女人留下青春	39
香水选购与喷洒的艺术	40
多养几盆竹吧	41
让生活更有条理	42

一点通

房屋中介猫腻多	42
婚介所常用六大骗术	43
汇款，去邮局还是跑银行	44
告状也有诀窍	45
你能否获得法律援助	45
离异双方都想抚养孩子怎么办	46
巧防书虫	46

社交礼仪

气质与风度	47
交友：知人善辨	47
如何使自己受人欢迎	48
女性社交“八要诀”	48

现代家庭

“触摸”新世纪家庭	49
浅谈“家庭现代化”	50
做个快乐的主妇	50
男人下厨好处多	51
爸爸妈妈都快乐	51
减轻家务十三法	52
保姆管理有学问	52

消费参考

中国家庭消费怪现状	53
居家省钱过日子	54
“买最好的”省钱妙招	54
购房怎样付款更合算	55
到哪儿去购车	56
不要被“家电新概念”冲昏 头脑	56
买电脑品牌机、兼容机哪个好	57

婚 恋

围城内外

何人能牵手	58
同居尝试者三思而行	58
识别假冒伪劣爱情的绝招	59
婚前“心检” 婚后美满	59
由爱产生的感应	60
我爱你	60
婚姻保鲜法	61
夫妻恩爱 少病少灾	61
化解夫妻矛盾有“蜜”方	62
面对婚姻的红灯	62

情爱画廊

安徒生这样解释婚姻	63
-----------------	----

离婚协议书	64
创意婚姻新格局	65
情人与妻子的待遇	65
以信掠美	66

婚恋拾零

恋爱方式世纪回顾	67
爱情是一种“场”	67
娶丑女，可益寿	68
电视能毁灭婚姻	68
婚志股语	69
花语	70
现代人的婚恋	70

两 性

说男说女

女人眼中的理想男性	71
男人眼中的理想女性	71
异性合租守则	71
现代男人的“数字化生存”	72
哪些男人易发生婚外情	72
美女大观	73
菜系女人论	74
做个新派女性	74
导致妻子“外遇”的心理	75
哪种女人最不讨人喜欢	75
女人生气怎么办？“哄”、“逗”、 “骗”	76
女孩怎么骂男孩	76
入夜女人心	77

性之窗

择偶的性思索	78
房中	80

悦女	80
性幻想——代价最低的催情剂	81
性剥夺——秘密的私刑	81
好女人是治阳痿最佳良方	82
避孕诸法之优劣	83
秘密中的秘密	84

健 康

心理世界

健康性格的十大表现	85
读书与性格	86
心理缺陷与体育锻炼	86
给自己编一本“心理辞典”	87
心灵对话——精气神的有力自白	87
音乐处方	88
心情不好读读童话	89

养生保健

新世纪健康口号	89
浅谈现代养生	90
行为变化即休息	90
夫妻相互捶背益健康	91
每晚温水洗脚 胜吃百贴补药	91
名人是怎样休息的	92
饮食起居箴言	92
十多十少十爱和十戒	93
消除眼睛疲劳妙法	93
收放拳头能醒脑	94

家庭医生

话说洋药	94
补药、营养药、营养品的区别	95
认识非处方药	96

战胜疾病的最佳法则——食疗、 体疗、药疗与心疗结合	97
吃药，打针，哪个好	97
止咳祛痰凉开水	98
烫伤的冷水疗法	98
精神疾病有哪些治疗方法	99

健与美

运动——健康的投资	99
教你最优健身运动	100
家务活中求健美	101
父母运动子女体质好	101
女人和水	102
使你终生受益的美容方式	102
美容的最佳洁品——香皂	103
学一学果蔬美容	103
祛斑美容，谨防弄巧成拙	104
凉开水洗脸可防“城市皮肤”	105
啤酒美容	105
美人是“睡”出来的	105

健康新知

健康的标准	106
21 世纪人类三大杀手	106
“肾虚”不是病 “文化”在 作怪	107
现代病的根源在电灯	107
生活用品要常更新	108
癌症是一种生活方式的慢性病	108
读书可疗病	109
裸睡好处多	109
健康新概念——道德健康	110
多看美女能增寿	110

娱乐

休闲驿站

澳洲人的休闲	111
都市青年休闲在何处	111
家中自有休闲地	113
什么嗜好最省钱	113
随便走走	114
愉快的逃离	115
阳台养花的讲究	116
网上休闲	116

旅游天地

走出旅游休闲的误区	117
AAAA 级旅游区将给旅游者 带来什么	117
首批国家 AAAA 级旅游区(点) 名单	118
大连旅游 50 最	119
到冬天的北戴河去看海	121
旅游巧用心 才有大收获	122
文物景点为何“禁止拍照”	122

经济

视点

中国加入世贸的十大好处	123
人民币将成为国际货币	124
未来十年中国股市预测	124

致富宝典

成为百万富翁的八个步骤	124
赚大钱者的素质	125
如何销售新产品	125
学会钻缝经营	126

小企业的“生态空间”在哪里	127
---------------------	-----

投资理财

投资理财重九戒	128
收集投资资料	128
夫妻理财四法	129
有价证券有哪些?	129
不妨买 100 股试试	130
购房要有投资意识	130
下岗职工 10 种生意要慎做	131

赢家智慧

梳子卖给和尚的启示	131
挖金的和挖河的	132
两个开发商	133
老产品蕴含新商机	134

社会

随感杂谈

敢于为头脑定价	135
看美国男人打手机	135
鲁迅对“做官学”的批判	136
“恶化贪官生态环境”	137
说医生	138
记住父母的生日	139
最苦恼的中国人:贪官太太	139
送礼学——十万个怎么办	140

官场透视

贪官是怎样“炼”成的	143
贪官最怕什么	144
官语辞典	144

广角镜

一个中国 四个世界	145
“京津合并”	146
董建华的压力	146
股民是最好的纳税人	146
中国白领年薪知多少	147
解剖暴力抢劫犯	147
大学生宿舍卧谈揭秘	148
中国名城评点	150
美容小姐捅破美容“黑幕”	152

万花筒

领导干部常下乡看看	152
现代生活之最	153
牵手	153
令人揪心的校园民谣	153
领导下乡	153
一字之差	154
有 10 桌人	154
评选妙法	154
五岁女孩得性病 劣质玩具是 祸首	155
保姆为图轻松 下药催眠宝宝	155

环 球

环球采风

联合国的外交官都是“吵架王”	156
全盘透明的美国社会	156
领袖中的“怪异一族”—— 萨达姆	157
瑞士人富而节俭	158

犹太人智力超群的奥秘	158
法国有个裸体城	159
瑞典全国无酒店	160
日本的物价	160
美国人如何积累财富	161
以读书为乐的国家	161
新加坡：和父母住得近，有奖	162
国外的垃圾处理	162

世界知识

20 位最具影响世纪女性	163
美国当选总统乔治·沃克·布什 小档案	163
如果全球压缩到一百人	164
全球使用最多的 10 种语言	164
世界名城别称	164
海外花园城市	165
当今世界媒介巨头	166
钞票上的图案为何多为人像	167
金牌是纯金的吗	167

异域拾趣

英女王开杂货店	168
奇特的“女人购物街”	168
洞房七日不得同房	169
离婚典礼	169
世界超级吹牛俱乐部	169
按体重收费的旅馆	170
“跑腿儿”公司风行纽约	170
全球最富的地方	171
永不休止的雨	171
植物建筑	171

人间搜奇

世界珍闻四则	171
--------------	-----

放屁惹官司	172
不肯洗澡遭私刑	172
贫贱夫妻齐中奖	173

天 地 人

宇宙奥秘

认识月球	174
神奇的黑洞	174
神秘莫测的“时空隧道”	175

生态环境

物种灭绝速度高出自然规律 万千倍	177
国家生态安全意味着什么	177
现代四大污染物质	178
山水怡人的奥秘	179
一亩树林的生态效益	180
亚洲论缘何选址海南博鳌	180

地理揽胜

我国西部指哪些地区	180
中国最美的农村——婺源	181
石头村	181

生物部落

另眼观猴	182
蚂蚁趣谈	182
鸟类王国也讲“级别”	182
鸟儿歌唱的秘密	183

百 科

科海泛舟

新世纪将对人类产生重大影响的 十大科技趋势	184
--------------------------------	-----

纳米和纳米技术	185
未来衣服不用洗	185
英科学家研制出可穿墙视物“超人 透视镜”	186
金字塔真的是火星人建造的吗	186
洞察宇宙的“四大天王”	186

军事博览

美国动向在我卫星监视下	187
核按钮一触即发 两大国各有 章法	188
未来战场上的七大尖端武器	189
俄武器专家称——“库尔斯克” 浑身是宝	190
战争经济学	190

资料卡片

我国有多少种语言	191
中国古建筑的分类	191
为何名山多寺庙	192
五岳缘何少黄山	192
“龙”字邮戳何处寻	192
二十四节气	193
阴阳五行	193
人的五种年龄	194
《现代汉语词典》、《辞海》、新版 《新华词典》你选哪一本	194

读 书

书林漫步

好书的标准	195
何谓名著	195
万言巨著 书评一句	196

风靡世界的八大华夏古籍	196
-------------------	-----

读书人语

读书随想	196
阅读乐趣	197
读书以养心	198
认真读一本难书	198
书卷气与脂粉气	199

书人书事

钱钟书读书	199
大富豪李嘉诚的读书生活	200
徐特立的浓缩阅读法	201
邹韬奋的宝塔式读书法	201

教 育

教育园地

21 世纪自学考试十大发展趋势	202
开放教育——成人教育新模式	202
哪些文凭国家承认	203
中国人心目中 10 所最好的国内 大学	203
老师不留家庭作业 学生全部考 上大学	203
最优秀的和最聪明的	204

现代家教

家庭环境与孩子性格	204
培养孩子十四种永恒品质	205
教育孩子的“多”与“少”	205
怎样才算“严”	206
父母恩爱是孩子的天然补品	206
最好的家庭作业	206

泥土也是维生素	207
钉子的故事	207

名人教子

十四岁的博士是怎样培养的	208
果树与谎话	209
李嘉诚：你们自己去打江山	209
苏洵教子	209

文 化

史林撷英

中国历代王朝兴衰四字歌	210
乾隆皇帝的十个之“最”	210
康熙儿女有多少	211
和珅拍马	212
我国历史上的四大丑女	212
共和国前 30 年“运动”大观	212
毛泽东的“三字经”	213
绝密藏身于报纸	214
瞬间避免的一场核大战	214
尼克松访华带来的厚礼	215

文化经纬

何谓“民族精神”	215
中国古代文化中的天人合一 思想	216
话“龙”	216
佛寺之宝——菩提树	217
三国与巫术	218
有趣的新“中国诗”	218
申报“世遗” 风靡全球	219
历届茅盾文学奖名录	220
“寿比南山”的由来	221
哲学咖啡馆	221

艺海拾贝

世界十大交响乐团	221
我国十大古典名曲	222
民歌	222
十大国际艺术节	223
印度厕所艺术馆	223

文苑

村庄	224
梦归	225
倾听天音	225
阳光女孩	225

点滴

排名	226
《老子》与美国总统	226
拦车考孔子	226
最具同情心的孩子	227
世界上最早的征婚启事	227
人人都有音乐细胞	227
名人名言	227
今人今语	228

魔鬼辞典	230
校园趣侃	230
驾车絮语	230

趣园

幽默漫画

趣味幽默十七则	231
---------------	-----

诗·谜·联

红杏出墙	234
“藏头诗”中寄真情	234
郑板桥吟诗退小偷	234
猜谜语	235
妙联揽客	235

珍闻趣事

长寿的民族	235
有趣的瑶家婚俗	235

动脑筋

盒子上的秘密	236
脑筋急转弯	236
益智难题	237

朝圣者之路

■ (荷)文森特·凡·高

我们的一生是朝圣者的一生。我曾看到一幅非常美丽的画作：那是一片傍晚的风景。画面右前方是一排小山，在傍晚的雾气中隐隐发蓝。在这些小山之上是壮丽的落日，是镶着银色、金色和紫色的边缘的灰色云团。画面上的风景是一片平原和长着石楠的原野，覆盖着草和黄叶，因为那是秋天。一条路穿过画面上的风景，通向很远、很远的一座高山，山顶上是一座城市，沐浴在落日的光辉中。在这条路上走着一位朝圣者，手里拎着行头。他已经走了很长的路，已经非常疲倦。就在这时他遇见了一位女子，一位黑衣女子，她令人想起圣保罗的话：永远悲伤，又永远欢乐。那是上帝的天使，她站在那儿，为了给朝圣的人们以鼓舞，回答他们提出的问题。于是这位朝圣者问道：这条路一直通向山顶吗？

回答是：“是，一直到尽头。”

他再次问道：“要用生命般漫长的一天才能走完它吗？”

回答是：“是的，从早晨到晚上，我的朋友。”

于是朝圣者悲伤而又欢乐地继续上路了——悲伤是因为，他要到的地方是那么远，路又是那么长；欢乐和希望则在于，在他眼里，那天国之城在落日的光芒中灿烂辉煌……

断 想

■雷抒雁

生命是一个过程，赤身而来，赤身而去，即所谓生不带来，死不带去。

西方谚语说：60岁之前，用生命换一切；60岁以后，用一切换生命。正负相抵，差不多是零。

犹太人喜欢用民族的哲理寓言讲道理。说狐狸想穿过墙洞去吃院子里的葡萄，洞很小，只好在洞外斋戒七日，让身体瘦下来。钻过墙洞，吃够了葡萄，身体长肥了，想逃出墙洞，只好再斋戒七日，最终依然是一只瘦狐狸。不同的是，留下了葡萄香甜的滋味供以后回忆。人生一世不也是如此吗？

热/爱/思/想

■彭俐

希腊一位哲学家因为一边仰观天星一边思考而不慎落井。他的女仆见了以为笑谈，智者听了当作美谈。为思想而痴情，是我们人类伟大的心性，也是人类的尊严所在。别说为思想而颠仆，就是为之被判刑如苏格拉底、为之蹈火如布鲁诺、为之蒙受不白之冤、惨遭驱逐如伏尔泰和卢梭，对贤哲来说，也是司空见惯的事，不值得惊奇和诧异。

没有自己思想的生灵形同朽木和僵尸，“我思故我在”，意在于此。思想不

能果腹，不能蔽体，也不能当作日常家什来使用，但是，它对于我们的生活却绝不是可有可无。思想带给我们的，是无法估量的价值。思想使用目标明确，使行为合理，使方法得当，使效果圆满。思想使我们遵从理性的指引，不致狂妄与无知，不致盲从和盲动。思想提升我们的血肉之躯，使之变得优雅和尊贵。

热爱思想就是热爱生命。让思想伴随我们的生命到永远。热爱思想就是热爱生活，只有思想能让生活具有无穷的魅力。

品 位

■鲁先圣

品位对于一个人来说更加重要。一个人拥有亿万财富，但说起巴金、老舍，他问你这是人名还是地名；说起莫扎特，他以为是一种外国面包的名字。你会觉得这不过是一个赚钱的机器而已，是一个没有品位的人。一个人即使是在所有的方面都毫无成就，但当走进他的居室，看到满满的藏书，挂在墙上的一把二胡，屋角的一盆吊兰，你会觉得这是一个很有品位的人，从内心深处产生的敬意。

一个没有品位的人，是一个低级趣味的人；一个没有品位的城市，是一个低级趣味的城市；一个没有品位的民族，是一个低级趣味的民族。

甘甜的 不只是井水

■阿健

在通往某旅游区的路旁，住着一位心地善良的老人。老人有一口井，据说打到了泉眼上，因而不仅水量充裕，而且特别地清澈、甘甜。来往的过路人喝一口他的井水，总忍不住要喝第二口。

在旅游的旺季，那些来自远方城市的大小车辆，总会在老人的小屋前停下来。那些游客中偶有一人喝了老人的井水，总会惊讶地大声呼唤同伴快来品尝。

于是，众人就涌到老人的井旁。痛快地喝着井水，不住地赞叹。说那井水比他们随身携带的高级饮料还好喝，有的游客干脆倒了饮料，灌上井水。有人觉得不过瘾，就向老人借个壶装上满满的一壶，带在身边。老人看着那些城里人畅快地饮着井水，听着不绝于耳的赞美，心里美滋滋的。嘴里不断地嚷着：“好喝，就多喝点儿，这井水喝不坏肚子，还治病呢。”

看老人如此热情，又听说井水还能治病，游客们喝得更来劲儿了。有不少人临走时，还没忘了用大壶小桶装得满满的，说带回去给家里人尝尝。

游客中有人就嬉笑说：“老人家，喝你的井水，你应该收费啊。”老人摇头：“喝点儿水，还收什么费呢？愿意喝，你们就喝个够。”

看到老人如此慷慨，很多游客就把身上带的好吃的、好喝的，争着、抢着往老人手里塞，说让老人品尝品尝他可能没吃过的城里带来的东西。

老人一再推让，就像欠了游客许多东西似的，忙着跑到园子里，摘些新鲜的瓜果塞到大家手里，看着他们高高兴兴地吃着、喝着，他也兴奋得跟过年似的。

就这样，不知不觉过了好几年，老人和他的那口井不知接待了多少游客。

有一年，老人病了，被他的儿子接到县城里，他的一个侄子来替他看屋。游客又来喝井水了，他的侄子见此情景，觉得发财的机会到了，就灌了许多瓶井水，摆放在路口，标价出售。

奇怪的是，竟没人问津。

老人的侄子就埋怨：这些城里人真抠，光想不花钱喝水。游客们则议论纷纷：井水都拿来卖钱了，这人挣钱也真是挣绝了，再说他那瓶子干净吗？水里放别的东西了没有？……

于是，老人的小屋前，再没了往年热闹的场面，人们下车也只是方便方便，没人去讨水喝，更没有人给老人的侄子送东西了。似乎人们忘了或根本不知道眼前还有一口清泉，和那足以让人陶醉的清澈、甘甜的井水。

老人病好归来后，又开始免费供应井水，游客们前来喝水的又渐渐地多了起来。游客们又纷纷地给老人带来很多物品，有的还很贵重。老人推都推不掉，还有不少人真诚地邀请老人去城里做客……

道理就这么简单：一样清澈、甘甜的

井水，慷慨地馈赠，得到的是真诚的感激和酬谢。而一味地贪图回报，则得到的是无端的怀疑和必然的冷落。正如那句俗语所言：“送人玫瑰，手有余香。”多给别人一些滋润，自己也必须得到滋润。

迪斯尼的小路

■宗召伟

迪斯尼乐园主体工程竣工后，它的设计者，世界著名的建筑学大师格罗培斯却犯了愁，因为景点与景点之间的路径设计，他已修改了五六十遍，但没有一次让他满意。为此伤透了脑筋的他，暂时放下工作，前往法国度假，以理顺那混乱的思绪。

一天，在盛产葡萄的法国南部，他发现沿路有许多卖葡萄的农人。他们守着葡萄摊子，目光充满了渴望，但却很少有人光顾。而当车子拐弯转到山谷处的一个葡萄园门口时，买葡萄的人却络绎不绝。原来，园主是一个年迈的老妇，因为身体不好，她忍受不了长时间的守摊等待。她想了一个办法，谁只要往路边的箱子里投五个法郎，便可到园子里随便摘上一篮葡萄。这种任意采摘，绝对自由的方法，吸引了很多过往的人，因此她的生意出奇地好，每年她都是第一个卖完园子里的葡萄的人。刹那间，建筑学家生灵感，他当即通知乐园施工部：撒上草种，提前开放。

乐园很快开放了，小草也长出了绿芽。在没有道路的景点与景点之间，游

人踩出了一条条小路。黄色的小路点缀在绿草之间，纵横交错，优雅自然，美不胜收。第二年，格罗培斯按照这些踩出的痕迹，铺出了人行道。后来，他的设计获得了1971年园林艺术最佳设计奖，在建筑界被传为美谈。

其实，我们有时也会面临和格罗培斯一样的难题，虽已对人生的道路设计了千百遍，可没有一条让自己感到满意。这时不妨学学格罗培斯，选择顺乎自然、顺乎本性的那条，那往往是最好的，也是最适合自己的道路。

火把的启示

一个商人在路上遭遇了一个强盗。商人立即逃路，但强盗穷追不舍。在走投无路的情况下，商人钻进了一个山洞里，强盗也追了进去。

在洞的深处，商人未能逃过强盗的追逐，他被强盗逮住了，遭到了毒打，身上的所有钱财，包括一把准备为夜间照明用的火把，都被强盗掠去了。

幸好强盗并没有要他的命。之后，两个人各自寻找着洞的出口。

这山洞极深极黑，且洞中有洞，纵横交错，两个人置身洞里像置身于一个地下迷宫。

强盗庆幸自己从商人那里抢来了火把，于是他将火把点燃，借着火把的亮光在洞里行走。火把给他的行走带来了方便，他能看清脚下的石块，能看清周

围的石壁，因而他不会碰壁，不会被石块绊倒。但是，他走来走去，就是走不出这个洞，最终，他竭力而死。

商人失去了火把，没有了照明。他在黑暗中摸索行走得十分艰辛，他不时碰壁，不时被石块绊倒，跌得鼻青脸肿。但是，正因为置身于一片黑暗之中，所以他的眼睛能够敏锐地感受到洞口透进来的微光，他迎着这缕微光摸索爬行，最终逃离了山洞。

世事大多如此，许多身处黑暗的人，磕磕绊绊，最终走向了成功；而另一些人往往被眼前的光明迷失了前进的方向，终生与成功无缘。

灵魂的港湾

■ 罗兰

为了使自己能经常保持一种宁静泰然的心境，一点精神上的寄托是很需要的。

所谓寄托，完全是属于你私人灵魂深处的东西。它是你精神上的一片私人的园地，是你灵魂的一个小小的避风港，是你躲避世俗牵绊的堡垒，是你可以在那里找到自己，和自己心灵恳谈的一个秘密的花园。

会处理生活的人，一定懂得怎样给自己安排一片不受干扰的属于自己的小天地。在这里，你可以想你所要想的，做你所要做的，躲开一切你所要躲的，逃避一切你所要逃避的。这片小天地就是你寄托灵魂或你真正的自己的地方。

给自己的灵魂找一个寄托，并不是消极的逃避，而是一种积极的养精蓄锐。

人生是一连串不停的奔波！我们几乎很难找到一个人，能够成天只做他自己喜欢的事，每个人都必须被动地做些他并不想做的事，表演一些他并不喜欢表演的角色，过一种他所不愿过的生活。所以，有些人一有时间就吸烟，有些人一有时间就看小说，有些人一有时间就写文章。这些一有时间就想做的事，才真正是他所喜欢做的事。但是，因为他必须应付许许多多生活中的琐事，他没有充分的时间和自由去只管做他所喜欢做的。因此，这些小小的嗜好，就成为人生活中的一点寄托。

他从这里面找到他自己，得到生活的真味，暂时忘掉了世界的烦嚣。

假如你懂得生活，同时你也懂得自己，那么，你一定会在生活中找到那么一点使你安心、使你忘忧、使你沉醉的所谓的寄托。

这寄托有时很容易找到。一本书、一张唱片、一支笔、几张纸，或集邮、或摄影、或游山玩水，只是看你兴趣近于哪方面，只是看你是否诚心去找。

辛勤地工作，然后用你的爱好去美化并充实你的生活。这样，物质与精神才可以平衡。

匆忙的生活使我们忽略了许多美好的、值得欣赏的东西，只有当你达到寄托你心灵的处所之后，你才能有余情去欣赏这世界可爱的一面，才有机会去享受真正属于你自己的人生。

一夜与一生

■王东力

很多年以前，一个暴风雨的晚上，有一对老夫妇走进一家旅馆的大厅要求订房。

“很抱歉”，柜台里一位年轻的服务生说，“我们这里已经被参加会议的团体包下了。”看到老夫妇一脸的遗憾，服务生赶紧说：“先生、太太，在这样的夜晚，我实在不敢想像你们离开这里却又投宿无门的处境。如果你们不嫌弃的话，你们可以在我的房间里住一晚，那里虽然不是豪华套房，却十分干净。我今天晚上要在这里加班工作。”

第二天一大早，当老先生下楼来付住宿费的时候，那位服务生婉言拒绝了老先生，说：“我的房间是免费借给你们住的，我昨天晚上在这里已经挣取了额外的钟点费，房间的费用本来就包含在里面了。”老先生说：“你这样的员工是每一个旅馆老板梦寐以求的，也许有一天我会为你盖一座旅馆。”年轻的服务生听了笑了笑。他明白老夫妇的好心，但他只当它是一个笑话。

又过了几年，有一天，那个柜台服务生忽然接到老先生的来信，老先生邀请他到曼哈顿去见面，并附上了往返的机票。几天以后，服务生来到了曼哈顿，在一幢豪华建筑物前见到了老先生。老先生指着眼前的建筑物解释说：“这就是我专门为你盖的饭店，我以前

曾说过的，你还记得吗？”这家饭店就是美国著名的渥道夫·爱斯特莉亚饭店的前身，这个年轻的服务生就是该饭店的第一任总经理乔治·伯特。乔治·伯特怎么也没有想到，自己用一夜的真诚换来的竟是一生辉煌的回报。

经济学告诉我们，最稀缺的东西最值钱。在商业活动中，真诚是最稀缺的。尽可能真诚地帮助更多的人，成功就会来陪伴你。生活常常就是这样。

上帝偏爱她， 让她洗厕所

■刘勇强

现今，日本国民中广为传颂着一个动人的小故事：许多年前，一个妙龄少女来到东京帝国酒店当服务员，这是她涉世之初的第一份工作，也就是说她将在这里正式步入社会，迈出她人生第一步。因此，她很激动，暗下决心：一定要好好干！她想不到：上司安排她洗厕所！

洗厕所！说实话没人爱干，何况她一个细皮嫩肉、喜爱洁净，且从未干过粗活的小姑娘。洗厕所时在视觉上、嗅觉上以及体力上都会使她难以承受，心理暗示的作用更是使她忍受不了。当她用自己白皙细嫩的手拿着抹布伸向马桶时，胃里立马“造反”，翻江倒海。而上司对她的工作质量要求特高，且高得骇人：必须把马桶洗得光洁如新！

她当然明白“光洁如新”的含义是

什么，她当然更知道自己不适应洗厕所这一工作，真的难以实现“光洁如新”这一高标准的质量要求。因此，她陷入困惑、苦恼之中，也哭过鼻子。是继续干下去，还是另谋职业知难而退？她不甘心就这样败下阵来，因为她想起了自己初来时曾下过的决心：人生第一步一定要走好，马虎不得！

正在此关键时刻，同单位一位前辈及时地出现在她面前，他帮她摆脱了困惑、苦恼，帮她迈好这人生第一步，更重要的是帮她认清了人生路该如何走。但他并没有用空洞理论去说教，只是亲自做个样子给她看了一遍。

首先，他一遍遍地抹洗着马桶，直到抹洗得光洁如新；然后，他从马桶里盛了一杯水，一饮而尽喝了下去！竟然毫不勉强。实际行动胜过千言万语，他不用一言一语就告诉了她一个极为朴素、极为简单的真理：光洁如新，要点在于“新”新则不脏，因此新马桶中的水是不脏的，是可以喝的；反过来讲，只有马桶中的水达到可以喝的洁净程度，才算是把马桶抹洗得“光洁如新”了，而这一点已被证明可以办得到。

同时，他送给她一个含蓄的、富有深意的微笑，送给她一束关注的、鼓励的目光，这已经够了，因为她早已激动得几乎不能自持，从身体到灵魂都在震颤。她目瞪口呆，热泪盈眶，恍然大悟，如梦初醒！她痛下决心：就算一生洗厕所，也要做一名洗厕所最出色的人！

从此，她成为一个全新的、振奋的