

感 动 一 个 世 纪 的 文 字

Reader's Digest

读 者 文 摘

百年精华全集



应该笑着面对生活，不管一切如何。

——[捷克]伏契克



内蒙古文化出版社

# 读者文摘百年精华全集

(六)

刘庆宝 主编

© 内蒙古文化出版社



们从事这种工作的时候，又在希冀着其他工作。

他们所抱有的错误态度，会在无形中把他们所真正渴求的东西驱逐掉。不抱有成功的期待，这是使期待无法实现的巨大障碍。每个人都应该牢记这句格言：“灵魂期待什么，就能做成什么。”

恐惧心理常常减少人的生气，恐惧有着极大的势力，会使生命的源泉干涸。由恐惧心理所支配的生活，凡事不会成功。只有远大的希望、深切的信仰，才能医治人的懦弱，改善人的习惯和品性。期待将来有美好的享受，期待获得健康和快乐，期待在社会上有地位。这各种期待，都是成功的资本，都有助于促成一个人的成功。

诸多成功者都有着乐观期待的习惯。不论目前所遭遇的境地是怎样的惨淡黑暗，他们对于自己的信仰、对于“最后之胜利”都坚定不移。这种乐观的期待心理会生出一种神秘的力量，以使他们达到愿望的目的。

期待会使人们的潜能充分地发挥出来，期待会唤醒我们隐伏的力量。而这种力量如若没有大的期待，没有迫切的唤醒，是会长久被埋没的。

每个人都应当坚信自己所期待的事情能够实现，千万不能有所怀疑。要把任何怀疑的思想都驱逐掉，



而化之以必胜的信念。在乐观的期待中，要有坚定的信仰：假如有坚定的信仰，努力向上，必定会有美满的成功。

佚名



## 现在就做

把时间拿来做你该做的，现在就做！”

在我为成人上的一堂课上，我做了一件“不可原谅的事”。我给全班出家庭作业！作业内容是“在下周以前去找你爱的人，告诉他们你爱他。那些人必须是你从没说过这句话的人，或者是很久没听到你说这些话的人”。

这个作业听来并不刁难。但你得明白，这群人中大部分超过 35 岁，他们在被教导“表露情感是不对的”那个年代成长，不能表现情感或哭泣（这是绝对禁止的！）。所以对某些人而言，这真是一个令人震惊的家庭作业。

在我们下下堂课程开始之前，我问他们，是否有人愿意把他们对别人说他们爱他而发生的事分享给大家。我非常希望有个女人先当志愿者，就跟往常一样。但这个晚上有个男人举起了手，他看来深受感动



而且有些害怕。

当他从椅子上站起来后，他开始说话了：“丹尼斯，上星期你给我们这个家庭作业时，我对你非常生气。我并不感觉有什么人要我对他说这些话。还有，你是什么人，竟敢教我去做这种私人的事？但当我开车回家时，我的意识开始对我说话。它告诉我，我确实知道我必须向谁说‘我爱你’。你知道，5年前父亲和我的关系开始恶化，从那时起这事就没有真正解决。我们彼此避免遇见对方，除非在圣诞节或其他家庭聚会中非见面不可。尽管如此，我们还是几乎从不交谈。所以，上星期二我回到家时，我告诉我自己，我要告诉父亲我爱他。

“说来很怪，做这决定时我胸口上的重量似乎就减轻了。

“我一回到家，就冲进房子里告诉我太太我要做的事。那时候她已经睡着了，但我还是吵醒了她。当我这样告诉她时，她忽然跳起来抱紧我。打从我们结婚以来，这是她第一次看到我哭。我们聊天、喝咖啡到半夜，感觉真棒！

“第二天，我一大早就精神奕奕地起床了。我太兴奋了，所以这一夜我几乎没睡。我很早就到办公



室，两小时内做的事比从前一天做的还要多。

“9点时我打电话给我爸，问他我下班后是否可以回去。他听电话时，我只是说：‘爸，今天我可以过去吗？有些事我想告诉你。’我父亲以暴躁的声音回答：‘现在又有何事？’我跟他保证，不会花很长的时间，最后他终于同意了。

“5点半，我到了父母家，按门铃，祈祷我爸会出来开门。我怕是我妈来应门，而我会因此懦弱，就会决定干脆让她代替算了。但幸运的是，我爸来开门了。

“我没有浪费一丁点的时间——我踏进门就说：‘爸，我只是来告诉你，我爱你。’

“我父亲似乎变了一个人。在我面前，他的脸庞变柔和了，皱纹消失了，他开始哭了。他伸手拥抱我说：‘我也爱你，儿子，而我竟没能对你这么说。’

“这一刻如此珍贵，我一点也不想移动。我妈满眼泪水地走过来。我弯下身子给她一个吻。爸和我又拥抱了一会儿，然后我离开了。长久以来我很少感觉这么好过。但这不是我的重点。两天后，我那从没告诉过我他有心脏病的爸爸，忽然发病，在医院里结束了他的一生。我并不知道他会如此。



“所以我要告诉全班的是：如果你知道必须这样做，就不要迟疑。如果我迟疑着没有告诉我爸，我可能就没有机会！把时间拿来做你该做的，现在就做！”

佚 名







## 一句话改变一生

一句话改变了他一生。

“你真蠢，什么事都做不好。”这话是一个女人对她儿子说的，原因是小男孩从她身边走开了。

她说这话时声音很大，周围的陌生人都听得到。男孩挨了骂，一声不响回到那女人身旁，低着头。

也许这没什么大不了，可是小事有时会长留心中。简单的一句骂人话脱口而出，言者或许以为无伤大雅，其实可能影响深远。“你真蠢，什么事都做不好。”诸如此类的话，可能影响听者的一生。

最近我听了个故事。讲故事的人名叫马尔康姆·达柯夫，48岁，过去24年一直靠写作为生，主要是撰写广告。他告诉我：

达柯夫小时候生性怯懦害羞，缺乏自信，没有什么朋友。1965年10月里有一天，他的中学英文老师露丝·布罗赫太太吩咐学生做一项作业。他们当时刚



读完《射杀反舌鸟》这本小说，布罗赫太太叫学生每人为此小说续写一章。

达柯夫写好后就交卷。如今他已不记得当年他写的那一章有什么特别之处，也不记得布罗赫太太给他什么分数。他只记得——他会一辈子都记得——布罗赫太太批在作业上的评语：“写得很好。”

一句话。一句话就改变了他一生。

“看到那四个字以前，我不知道自己有什么长处，也不知道自己将来要做什么，”他说，“看了她写的评语，我回家就写了个短篇故事。其实我很久以前就想写作，只是我从不相信自己做得来。”

他只记得——他会一辈子都记得——布罗赫太太批在作业上的评语：“写得很好。”

那一学年余下的时间里，他写了许多短篇故事，总是一写好就带回学校去请布罗赫太太批阅。她鼓励他，鞭策他，坦率指出他的错误。“她正是我所需要的导师，”达柯夫说。

然后他当选为中学校报的编辑。他的信心逐渐加强，胸襟也一天天开阔，就此开始了愉快而有意义的人生。达柯夫深信，要不是布罗赫太太批了那四个字，这一切不可能发生。

校友会 30 周年聚会时，达柯夫回到母校，并且



去探望了布罗赫太太，这时她已退休。达柯夫跟她说了她那四个字对他的影响，然后告诉她，全仗她帮他培养出了做作家的信心，他后来也帮助一个年轻女子培养出了自信，做了作家。他告诉布罗赫太太，那女子在他办公室里上班，同时上夜校修读中学程度文凭学程。她常向他请教意见并请他帮助。她尊敬他，因为他是作家，而这也是她找他帮助的原因。这女子后来成了他的妻子。

布罗赫太太听了他帮助那年轻女子的事之后很感动。“我想我们俩都明白她的影口向是多么深远。”达柯夫说。

“你真蠢，什么事都做不了。”

“写得很好。”

简简单单一句话，却也许能改变一切。

佚名



## 自信的阶梯

自信让他从善良的角度去理解别人也学会了宽容。

爱德温的人生经历很坎坷。母亲未婚生下他不久，父亲突然抛弃了他们。母亲为了维持生活，每天疲于奔命地赚钱，巨大的生活压力让母亲的脾气变得很暴躁，被母亲打骂几乎成了小爱德温的家常便饭。从小就饱尝了孤独和不幸的爱德温，性格变得非常自卑和孤僻。

在学校里，爱德温心里总觉得同学看不起他，或者是有意捉弄他。扭曲的心理压力让他变得极易冲动，常为一点小事与同学大打出手。

中学毕业后，爱德温拒绝再回学校读书。母亲带他去咨询心理医生，医生建议说，虽然爱德温长得魁梧健壮，但是内心却脆弱不堪，如果换个生活空间也许对他有些帮助。



在医生的建议下，爱德温和母亲从城东搬到了城南，开始在一个陌生的环境里重新生活。

不久，爱德温应聘到一家汽车加油站工作。但古怪孤僻的性格使得爱德温常常与同事发生争吵，加之他的工作业绩平平，一年后，爱德温失业了。

之后，爱德温又先后找了几份工作，但最终都以失业告终。而性格的孤僻让他始终找不到自己梦想中的爱情。

38岁生日那天傍晚，爱德温到寓所附近的一家超市去购物，当他结完账走出超市的时候，超市门口的磁条检测器发出了尖厉的报警声。

超市的两名保安人员闻声赶来，开始对爱德温进行搜查。一头雾水的爱德温傻呆呆地站在原地任凭保安人员用一根检测棒在他的身上来回搜寻。当检测棒触及到爱德温手中的购物袋时，鸣叫声再次响起。保安人员仔细地对购物袋进行了检查，原来是超市的店员忘记扯掉扣在一条皮带上的磁扣所引发的误会，忙连声向爱德温道歉。

但是，这件事在爱德温的眼中却没这么简单。他偏激地认为，超市的人在故意捉弄他。顿时，他如一头愤怒的狮子，朝超市的一名保安员扑过去，并一拳打伤对方的眼睛。



几个月后，爱德温站在了法庭的被告席上。法庭上，双方律师就爱德温打人时是否处于精神失常的情况，展开了激烈争论：最终，法庭认为，爱德温存在着较严重的心理疾病，但本质上是区别于精神病的。最后，法庭依法判处爱德温因故意伤害人罪入狱两年。

入狱后，爱德温变得更加暴躁，常因为一丁点儿小事而与其他服刑人员大打出手。对他的教育成了狱警最头疼的一件事。就在这时，一位名叫福特的狱警自荐担负这一重任。

福特警官认为，爱德温性格上的古怪和偏激，实际上是他的内心世界没有安全感和缺乏自信心的一种外部表现。为了矫正爱德温的心理问题，福特警官专门为他设计了一套心理康复计划。

一天午餐后，福特警官带着爱德温来到监狱餐厅的操作间。这罩的一切在爱德温看来，是那么得新鲜。福特警官试探着问道：“爱德温，你愿不愿意到这里来工作？”

爱德温脸上突然划过一道惊喜，但顷刻间又消失了。他低声说：“我不行，不行。”

“为什么？怎么会不行呢？相信自己，你一定能做得很好。”看着福特警官充满肯定的目光，爱德温冰冷的心生出一丝暖意，于是，他点了点头。



这里的工作人员都是和爱德温一样的服刑人员，福特警官考虑到爱德温脆弱和易怒的性格，便特意把他独自安排在洗刷间，这样可以让他不受外界干扰而安心工作。

随后，福特警官又让餐厅工作人员向爱德温介绍了这甲的工作流程和注意事项，他轻轻地拍了拍爱德温的肩膀说：“这里就拜托给你了。好好干吧！你每个星期可以得到 20 美元的报酬和一杯可乐。”

其实，像爱德温这样表现不佳的服刑人员，是不能被安排工作的。然而，福特警官认为爱德温的情况比较特殊，所以还是努力给他争取到了工作的机会。

然而，他工作的第三天还是闯了祸。

那是个周六的晚上，人们都在餐厅里聚餐，所以需要大量洁净的餐具。于是，厨师便不停地从隔壁的操作间里催促爱德温。忙得大汗淋漓的爱德温洗好一摞盘子，准备递到操作间去。慌乱中，他的手一滑，一摞盘子全部掉到地上摔碎了。

突如其来的情形让爱德温一时间感到手足无措。这时，他听到隔壁操作间里传来窃窃低语声，爱德温以为隔壁的厨师在讥笑他，顿时，他火冒三丈，大步冲进操作间与几名厨师扭打起来。

闻讯赶来的福特警官问清了事情缘由后，耐心地



对爱德温说：“听着，刚才你听到厨师们在低语，实际上他们根本不是在讥笑你，而是在研究意大利面的做法。看，你已经把盘子全部洗好了，所以，你大可不必在别人催促你的时候感到慌乱。你要对自己有信心，这样你的工作才能更加的有条不紊，对吗？”

“对不起，福特警官，我给您带来麻烦了。”爱德温沮丧地说。

“不，你干得很好。瞧，洗刷间的一切都让你打理得井井有条，你真的很棒。”福特警官微笑着说，“别担心，对于碎盘子的赔偿，我来帮助你解决。”

一时间，爱德温激动得无以言表。福特警官对他的关心和爱护，深深地触动了爱德温的心。从那以后，爱德温更加努力地工作，每当他取得一些成绩，即使是很小的进步，福特警官都会在公众场合赞扬他。这给爱德温增添了巨大的信心。

一年后，由于工作表现出色，福特警官把爱德温调到操作间，负责制作三明治爱德温从来没有过制作三明治的经验，起初他感到有些紧张想要退缩。福特警官却语气坚定地对他说：“别担心，你一定会做得很好，我对你有足够的信心，你也要对自己有信心！”

听了福特警官的话，爱德温缓缓地走上操作台，系上了黑色的围裙，开始按照台面上的食品配餐比例





说明书认真地摸索着制作三明治。

第二天清晨，爱德温早早地来到操作台准备早餐。7点半，所有服刑人员在狱警带领下来到餐厅吃早餐。他们一个一个排着队到爱德温的操作台前领取早餐。而爱德温一边向来人问好，一边把准备好的火腿三明治发给他们。

这时，一个人走到他的操作台前，爱德温抬起头面带微笑地向来人问好。猛地，他认出了站在他面前的这个大个子。

那是在爱德温刚刚入狱不久，一次洗澡的时候，爱德温无意间使用了大个子的香皂。大个子说：“你在用我的香皂吗？”这句本无恶意的话，却让爱德温感到很刺耳，他觉得大个子是在含沙射影地骂他是个爱占便宜的痞子。因此，他不由分说地一拳抡向毫无思想准备的大个子，大个子的鼻子立即淌出血来。大个子被惹恼了，二人厮打起来。但是，爱德温根本不是大个子的对手，那一次，他被打得鼻青脸肿。

这时，爱德温发现准备好的三明治已经全部发完了。此时，他必须要快速制作三明治发给大个子和后面的人。

爱德温心里虽然这样想，但是此时他感到脑海中一片空白，他甚至想不起应该先在面包上涂辣椒酱，