

去往天堂的邮差

罗强

美国人托马斯出生在一个贫民窟里，自幼具有发现财富的眼光，他把一辆从街上拾来的玩具车修好，让同学们玩，然后每人收取0.5美分。在一个星期内，赚回一辆崭新的玩具车。中学毕业后，他成了一名小商贩，卖过电池、小五金、柠檬水，每一种都经营得得心应手。他人生的第一笔大生意，来自一批因雨水浸染颜色错乱的布料，低价购进以后，做成迷人的时装，变废为宝，一夜之间，他拥有了巨额财富。

77岁那年，他被诊断为癌症晚期，医生说 he 只有 60 天的时间了，托马斯决定好好利用剩余的时间，享受赚钱的过程，思索几天，他想出一个惊世骇俗的生意——给人们带信到天堂的亲人。

朋友听说托马斯的想法，都认为他疯了，劝告他不要异想天开，好好享受人生最后的时光，但他不为所动，依旧坚信自己的想法，认为是一生中最奇妙的主意，病痛之中，他仔细构思，一点一点写下计划，根据思考出来的方案，他请人建立了一个网站，公布了收费的标准及相应的服务，每人收费 50 美元。

做好这些准备工作，他在美国的各大报纸上发布了广告，广告标题是“你有什么话对天堂的亲人说吗？”下面是活动的详细情况和联系方式。这一看似荒唐的消息，引起了无数人的好奇心，人们相互询问，都觉得这是

个疯狂的举动，一时之间，质疑的声音到处都是，面对各种各样的声音，托马斯的家人有些坐不住了，一致要求他停止这个疯狂的行为，都认为这个创意糟透了。

尽管每个心存善意的人都愿意相信天堂的存在，也相信自己去世的亲人一定在天堂里生活，但是，又怎么能够让让人相信托马斯就可以上天堂呢？毕竟，谁也不了解他，就有质疑的人反问：万一他下地狱，我们的信怎么办？更何况，即使他死后可以上天堂，又怎么把人们的思念、祝福带给自己在天堂的亲人？

面对人们的两个质疑，托马斯又在报纸上刊登申明，回答大家的问题：一、我爱这个世界，从没有害过谁，死了，我决定把所有的存款捐给非洲救助战争中儿童的福利机构，这是我三十年与人建立的一个福利组织，三十年的爱，相信上帝舍不得让我下地狱。二、关于如何保证把信带到您的亲人手上，经过深思熟虑及网友的建议，决定在火化的时候，把各位的明信片与我的身体放在一起，无论我到什么地方，保证跟我的身体在一起。

两个申明一出，疑问的声音便小了回去，不过还是没有人办理，都持着观望的态度。一个月快过去了，网站也只办理了一项业务：一个 6 岁的小女孩，想带信给逝去的小狗，说自己每天晚上都会想它。

当全世界的大人们都在怀疑的时候，一个 6 岁的孩子，却相信了托马斯，报纸宣传出来，人们震惊了，同时也为自己的多疑而自责，相信善良，才可以把祝福带到天堂，相信爱的存在，才会有天堂啊。

人们开始给逝去的亲人写信，有人带给妻子：天堂的裙子漂亮吗？有人捎信给老公：请在天堂等着我。有人祝福父母：没有我在身边，请记得好好照顾自己。有人写给因车祸离世的亲人：希望天堂没有车来车往。有人问候历经病痛的朋友：在上面能够健康。有人写给因地震死亡的所有人：愿天堂的房屋牢固。也有人写给逝去的明星，希望他在天堂还有歌声，还有人请求上帝：请不要让人间再有战争。

好莱坞的当红明星卡梅隆·迪亚兹，在非洲去做慈善的时候，面对着一个即将离世的艾滋病孤儿对生命的渴望，却束手无力，眼睁睁看着她离去，多年之后仍耿耿于怀，这一次，她写信给那孩子：对不起。

活动在持续，人们的热情越来越高，美国 TNT 电视报道了活动以后，业务更是宣传到整个世界。

活动截止的时间到了，托马斯的病情也愈发严重，他交代待后事：把 31784 封明信片跟他一起火化，骨灰送到教堂，那里，离天堂最近。然后让家人把此次活动的钱捐给福利机构。接下来的几天，他终日待在床上，听助手读那些来自天南海北的话话。

他离开的那一天，来自世界各地的上万人参加了他的葬礼，人们诵读着圣经，祈祷他能够上天堂，也祝福着每个人自己在天堂的亲人。

摘自《文苑》

没有关闭餐厅，而是增加了免费代人寻找亲人的业务。之后的十几年，每年都有走失的亲人在这里重逢。

这个餐厅与约翰庞大的商业集团相比，简直微不足道。但是，每天送走客户，他都会匆匆驱车赶到这个经营了十三年的免费餐厅。因为在他的心目中，这个餐厅是他最宝贵的财富。而十三年来，他为这个餐厅付出的各种费用已达 1000 余万美元。

今天，这个完全不符合商业规则的赔本买卖还在被约翰锲而不舍地经营着，也成为整个加利福尼亚乃至全美国尊老爱亲的活教材。有人问约翰，为什么能坚守至今。约翰回答：一个人只有能守护住自己的亲人，才算是真正的成功。 摘自《新青年》

心有旁鹜

我们在工作中特别强调要心无旁鹜，即要专一于自己的目标。但某些时候，心有旁鹜更能取得意想不到的成果。X射线的发明，在某种意义上说就是“心有旁鹜”的结果。

微波炉的发明也事出偶然。美国工程师斯宾瑟有次本来是去参观磁控电子管实验，但恰在此时，斯宾瑟发现装在自己口袋里的一块糖果融化了。于是他中断了参观，立马决定着手试验这是否为磁控电子管发

出的微波产生的效应。他先后用玉米粒和鸡蛋做试验，最终玉米粒变成爆米花，鸡蛋被加热。斯宾瑟又把自己发现的加热食品的新方法做了改进，从而发明了微波炉，成为不用燃料的现代化烹调灶具。

望远镜的发明亦有类似经历。17世纪初，有一个叫汉斯·李普希的玻璃工匠，他在打磨镜片时，偶尔将未打磨好的一组凹透镜和凸透镜叠放在一起，极偶然地发现镜片下面的

梦醒时分更痛苦

王晶晶

你是不是遇到过这样的情况：朋友伤心欲绝，你不知道劝些什么，只能拍拍对方肩膀，温柔地说：“睡一觉吧，醒来什么都过去了。”你也许不知道，这句宽慰反而给朋友帮了倒忙。

美国马萨诸塞州阿梅赫斯特大学的一项研究表明，目睹灾难或负面事件后，保持清醒的人的情绪反应比之后睡着的人要平静得多。这意味着睡眠不仅解决不了任何问题，反而

会使负面情绪加剧。

106名志愿者参与了这项实验。他们被分成两组，观看场面残暴的新闻图片，只不过一组实验在早晨进行，另一组则在临睡前。12小时过后，两组实验者再次观看这些图片，并对“是否看过这些图片”以及“对这些图片的感受”等问题做出回答。

结果，第二次面对这些残暴场面，那些始终保持清醒的实验者表现

非洲蚁

古保祥

非洲蚁过冬时，会躺在铺满羽毛的草叶上睡觉，一大觉醒来时，已经是春光明媚，万物复苏了。

非洲蚁贪婪无比，为了食品大打出手，它们经常为了争夺食品发动战争，许多非洲蚁的肉体被土壤淹没成泥。

生物学家记录了一只非洲蚁搬运物品的过程，一大片羽毛，非洲蚁一路驮来，无半点惧色，直至到达巢穴口才发现，羽毛偏大，竟然无法收藏，于是，非洲蚁将羽毛放

在一处不容易被其他生物发现的树洞里，那个树洞，是自己巢穴的另外一处出口，放在这个地方，会使自己十分安全。

半天工夫，几十片羽毛蜂拥而至，但非洲蚁乐此不疲，不厌其烦地劳作着，它现在是世界最辛勤的生物。

一天的时光就这样过去了，一场大雨滂沱而至，也许是跑出了非洲蚁的测控范围之外，半夜里正在睡觉的非洲蚁仓皇出逃，因为雨水已经沿着

加利福尼亚的免费午餐

崔琳洁

在美国加利福尼亚州，有一个餐厅，只有一间店面，向人免费提供午餐。虽然午餐很简单，但却搭配合理，营养丰富。它的老板约翰是洛杉矶有名的富商，而他经营这个餐厅已经十三年。

1999年，约翰的父亲患上了老年痴呆症。由于保姆的疏忽，老人不幸走失。当时警方认为，这很可能是一起绑架案。但是连续几天，都没有人向约翰勒索赎金。约翰明白，他的父亲是走失了。约翰想，既然父亲走失，就会遇到

生计问题。到哪里吃饭，是他的第一难题。于是，他在洛杉矶最繁华的大街买下了这个店铺，开办了这家免费午餐店。他相信，父亲早晚会上到这里，发现这个餐厅。所以，每天中午，不管约翰多忙，他都会到这里，来为顾客服务，只为等到父亲出现的那一天。

三个月后，一位衣衫褴褛的痴呆老人来到了这里，而他正是约翰的父亲。

这个富有传奇色彩的故事，感动了所有人。而约翰在找到父亲后，并

特别开心

与珍惜的人好好相处

雨田

2002年，以色列人泰勒·本——沙哈尔在哈佛大学开设了一门课程——《积极心理学》。这门课程每周两次，他在课上并没有大讲特讲怎么成功，而是深入浅出地教他的学生如何更快乐、更充实、更幸福。

泰勒自称是一个害羞内向的人。他最初开设这门课的时候只有八人报名，其中两人中途退课，第二次有近400人报名，到了第三次，学生达到850人，他开始感觉到紧张和不安，因为学生的父母、爷爷奶奶、媒体朋友一起出现在他的课堂上了。

他开设的《积极心理学》和《领袖心理学》击败了曼昆教授的王牌课程《经济学导论》，分别成为哈佛大学受欢迎率第一名和第三名的课程，而他也被誉为“最受欢迎的讲师”。一位助教称：“这两门课程的出勤率平均在95%以上，它的奇妙之处在于，当学生们离开教室的时候，都迈着春天一样的步子。”

2011年年初，随着网络“淘课”的盛行，越来越多的人开始通过网络学习世界名校的课程，泰勒和他讲解的《积极心理学》(网友誉其为“幸福课”)成为网络热词，在中国也同样受到推崇。

一天，在哈佛的食堂，有个学生走到泰勒面前，问他：“你就是那个教人如何快活的老师吧。你要小心，我的室友选了你的课，如果哪天我发现你不快乐，我就要告诉他别再上你的课。”泰勒看着这个学生，笑着说：“没关系，我现在就可以告诉你，我也有不快乐的时刻，因为我们是人。总有人问我，你能帮我消除痛苦吗？可是为什么要用这种态度来对待痛苦。痛苦

是我们的人生经验，会让我们从中学到很多。人生的成长和飞跃，经常发生在你觉得非常痛苦的时刻。”

我对泰勒的这句话感同身受：每个人都不可能避免地会面临痛苦的时刻——经历失败与失去，但我们依然可以活得幸福。事实上，期盼无时无刻的快乐只会带来希望和不满，并最终导致负面情绪的产生。一个幸福的人也有情绪上的起伏，但整体上能保持一种积极的人生态度。他经常被积极的情绪推动着，如欢乐和爱；很少被愤怒或内疚等负面情绪控制。快乐是常态，而痛苦都是小插曲。

无论是对于整日为柴米油盐奔波的大多数人还是衣食无忧的富豪，物质财富与快乐意义的纠结是造成幸福与否的最大问题。在课堂上，泰勒不止一次地向听者发问：“我们可以不停地追问为什么来反思自己所追求的东西：可以是大房子、升职或任何其他的目标。看看要问多少个为什么才能落到幸福的追求上？问问自己，我做的事情对我有意义吗？它们能给我带来多少乐趣？我的内心是否鼓励我去做不同的尝试？是不是在提醒我需要彻底改变目前的生活？”

“金钱和幸福都是生存的必需品，并非互相排斥。”泰勒认为，通常在越感兴趣的事情里人就越能发挥自己的天赋，越能做持久。人一旦有了热情，不但动机坚定，连做事效率也会提高。举例讲，一个热爱学习的学生，可以在学习中享受创造的愉悦，而这快乐的成果还可以帮他取得好成绩，助其获得未来的幸福。在亲密关系中也一样，两个人共享爱情的美好，会促进彼此的成长和发展。

小笑话

苹果牌笔记本

有家公司开晚会，员工A经过重重考验，进入到抽奖环节。台下同事们都在起哄：“苹果！苹果！”结

果他真的抽到一张字条，写着“苹果牌笔记本”，他好激动……这时司仪缓缓地上礼品包，里面有一个苹果，一副牌、一个笔记本。

摘自《笑林》

孩子与提款机

一对夫妻离婚争孩子，老婆理直气壮地说：“孩子从我肚子里出来的，当然归我！”老公说：“笑话！简直是胡说八道。取款机里取出来的钱能归取款机吗？还不是谁的卡归谁！”

摘自《笑林》

ZHENGZHOU DAILY

编辑 郑大芝 电话 67655582 E-mail:zzwbwh1616@sina.com

场按血压、血脂、血糖、尿酸、胆固醇，比下降。上半场顺势而为，听命；下半场事在人为，认命；希望大家上下兼顾，两场都要赢。没病也要体检，不渴也要喝水，再烦也要想通，有理也要让人。

△幸福像掉到沙发下面的一粒纽扣——你专心找，怎么也找不到。等你淡忘了，它自己就出来了。

△人生试题一共有四道题目：学业、事业、婚姻、家庭。平均分高才能及格，切莫花太多的时间和精力在任一题目上。

△在这个世界上我们只需拥有三件事，便可真正的快乐：有向往的事业，有爱的人，还有希望。

△世上有三种人：一是良心被狗吃了的人，二是良心没被狗吃的人，三是良心连狗都不理的人。

△让我们心里上受害的，不是事情本身，而是我们对事情的想法和围绕这个事情所编造的故事。

△人有两条路要走：一条是必须走的，一条是想走的。你必须走必须走的路走漂亮，才可以走想走的路。

△青春是打开了就合不上的书，人生是踏上了就回不了头的路，爱情是扔出了就收不回的赌注。

△上帝对所有人都是公平的，给你一件东西，就会拿走另一件。我们总看到他拿走的，而看不到他给我们的。

△别人可以替你做事，但不能替你感受。人生的路要靠自己行走，成功要靠自己去争取。天助自助者，成功者自救。

△别再为错过了什么而懊悔。你错过的人和事，别人才有机会遇见，别人错过了，你才有机会拥有。人人都会错过，人人都曾经错过，真正属于你的，永远不会错过。

摘自《思维与智慧》

世上有圈子的存在，就必然有人被圈在圈里，有人被圈在圈外。

圈子还不一定对等；你把人家圈在圈里，人家却把你圈在他的圈外。如果把翱翔仅仅视为一种动作、一种姿态，那么，被风抬举着直上青云的风筝，就可以算是做得很出色的了。

无根据地贬损别人，未必能损害被贬损者。

一定能损害到的，倒是贬损者自身的形象。

摘自《青年文摘》