

心灵鸡汤

1.6公里范围内 你有几个朋友?

□孙道荣

美国哈佛大学的一项最新研究显示,快乐是一种可以传播的情绪。一个人感到快乐,能影响到他周围的人,这种通过人际传播的快乐,最多能够持续传播一年。而传播的效果,除了受到人与人之间的关系影响外,还和相距的距离有关。住在离你1.6公里范围内的朋友,他的快乐情绪有25%的可能性传染给你。

这个发现,被科学界评论为很有“开创性”,人们迫切期待,“快乐波浪”冲回来。

你可以试一下,以自己的家为圆心,以1.6公里为半径,画个圈,看看在这个范围内,你有几个朋友。一个,两个,若干个,还是很可惜,一个也没有?

1.6公里,这确实是一个不远不近,充满了诱惑的距离。

吃过晚饭,一家人出门散步。走出小区,拐个弯,过了一个路口,又过了一个路口,忽然一抬头,看见了那幢熟悉的居民楼的三层,亮着橘黄的灯光,这不是朋友的家吗?怎么走着走着,就走到了他家楼下?灯亮着,说明有人在家,也不用打招呼,直接上楼去敲门。果然一家人都在家。孩子看见了孩子,勾肩搭背进了自己的房间;女人也一把拉过女人,去卧室看她刚刚买回的一条裙子;两个老哥们儿相视一笑,沏壶茶,点根烟,扯扯股票,聊聊工作,谈谈孩子,任何一个话题,都像茶一样,散发着醇香。过了一会儿,女人们出来了,孩子们也出来了,两个家庭聚在客厅里,不知谁的一句话,将大家都逗得笑翻了。一个开心的夜晚,像窗外的月亮一样,越爬越高。

住得近,走几步路就到了,所以,在众多的朋友中,你们也似乎走得更近些。有时候,你家里的事忙不开,一个电话,他就赶过来了,添个手,帮个忙;偶尔他们夫妻两个都有事,会将孩子送到你家里,你们夫妻俩就当临时父母;谁的妻子出门了,男人就会不客气地领着孩子到另一家,蹭几顿;哪家做了好吃的,一个电话,两个家庭就聚在一起,生活中遇到什么憋屈的事,和他喝一盅,说说委屈和烦闷,就和酒精一起,挥发了一大半;有什么开心的事,快乐的事,好笑的事,第一个想到的,也是告诉他们。

一个人,朋友未必要多,但在1.6公里范围内,你一定需要这样一位或者几位朋友。

他就在身边,生活在离你不远的地方。因为有了他,即使是流浪他乡,你也不会感觉到孤单;他可以随时给你帮助,让你感到安全和温馨;他能够认真地而耐心地倾听你的诉说,分担你的忧愁;更重要的是,他是可以和你共享快乐的人,他感受着你的快乐,也总是把他的快乐毫无保留地传染给你。

1.6公里范围,很小,也很大。在这个圈子里,有的人只是邻居、同事,或者熟人,而大多数人,只是碰巧住在附近的陌生人。而住在这个范围内的朋友,他像一盏灯,亮在你附近,照亮你,温暖你。换句话说,在1.6公里范围内,你至少得有一位朋友,如果你不是太失败的话。

当然,朋友不一定非要厮守在一起,有的朋友,远隔天涯,却心心相印;有的朋友,多年不见,友情依旧。

我之所以想请你看看1.6公里范围内,有否朋友,是想提醒你,人群之中,到处都有充满友谊、爱心和快乐的人。因此,如果你身边暂时还没有朋友,为什么不立即行动起来呢?

微型小说 □郑琳

瓦匠张

瓦匠张是魏屯的能人,也是今天这个时代落魄之人。

早些年,魏屯的房子都是瓦房。盖这样的房很麻烦,房顶以大量木材做骨架,支撑起来;架梁,搭檩条儿,檩条间还要钉椽子。骨架搭起来后还要在上面铺上厚厚的苇席,这时就该轮到瓦匠抬杠起子,大展手脚了。

瓦房那是相当重要的技术活,就好比今天城市里给高楼的楼顶做防水,屋顶瓦不好,一旦雨季来临,那屋里的人就要享受天然淋浴。是故,一个好瓦匠,只需一把瓦刀在手,到哪里都吃香喝辣。

那一年秋,村长起了明三暗五一座新房,赶着要给儿子在腊月娶媳妇,三天两头催工匠赶工期。到了瓦房这道工序,瓦匠张带着两个弟子上了房。第一天,他们只瓦了一间房那么大块地方,村长嫌慢,到了晚上,割肉打酒摆了一桌子,请瓦匠张吃喝了一通。酒桌上暗中提醒他加快速度。

孰料第二天结束,瓦匠张非但没加快速度,反而只瓦了不到半间房大的一片。村长心里这个急呀,也不好厉声指责,只好又割肉打酒,酒席办得比第一天还丰盛,又把瓦匠张犒劳了一通。

可好,第三天更慢,瓦匠张只干了前天工程量的一半。村长气坏了,虽然还是好酒好肉款待,酒桌上毫不客气地说:“好酒好肉吃喝到狗肚子里了吗?干活磨磨蹭蹭,你丢自己的呀!”

瓦匠张嘴里正嚼着一大块牛肉,听了这话,眼一瞪,将肉吐到手里说:“村长,你除了工钱又请吃请喝的,我理解的意思就是让我把活儿干得更精细点,我吃了你的请,可已经把压箱底的绝活都抖搂出来了,目的就是要把你这房子瓦得百年不漏,以谢酒肉之恩。”

村长将信将疑:“此话当真?”瓦匠张说:“你找几个精壮汉子,尽管在已经瓦过的地方使劲蹦跶,要有一块瓦松动,我把这‘张’字倒着写,咋样?”

借着酒意,村长即刻找了几个大汉搬了梯子上房,在房顶上又是蹦,又是跳,又是唱,又是叫的。把全魏屯的人都引了来围观。最后一查,屋顶上的瓦还真是牢固如初,就好像它们原本就是一个整体那样。瓦匠张经此一事,声名愈炽。十里八乡的人,盖房能请到瓦匠张,那简直是一件很有面子的事。

瓦匠张是这行当的翘楚。但村里的李寡妇可不这么认为。李寡妇领着俩孩子已寡居多年,住着一座里生外熟——外面一层砖,里面砌土坯的三间瓦房。房子年代久,就难免遭漏雨这淋漓之苦。每逢雨天,瓦匠张便成为李寡妇的座上宾。小菜薄酒,加之半老徐娘的李寡妇相陪,昏黄的灯光被半开的门外吹来的风摇曳晃动,对面的李寡妇身段就婀娜

起来,脸蛋也红润,眼波也迷离。这是瓦匠张一个人的享受。

奇怪得很,瓦匠张给李寡妇修了许多年屋顶,每逢雨天,李寡妇家里总还会有地方漏雨。老的地方补上,新的地方开始滴答,虽可用盆子之类的接了刷刷洗衣,却还不胜其烦。于是,李寡妇仍得披了蓑衣,提着裤腿,踩着间杂驴马粪的污水,去亲自请瓦匠张,再修补一通。

这么补着,补着,李寡妇的儿子可就长大了,在院子的一边空地上盖了一座水泥板屋顶的三间平房,又娶了媳妇。儿子孝顺,非要将娘挪到新房中,把那全村第二破的老屋给拆掉。李寡妇宁死不搬,仍独自住在旧房里,但昔日半老的徐娘,今日已经蹒跚老矣。每到了雨天,李寡妇便唤儿子道:“去叫你张二叔来补房子。”次数多了,儿子烦不胜烦,一回下雨,就自个儿悄悄上了房,上去仔细一看,就发现有一块瓦错了一点位置,很巧妙地露出火柴那么粗的一个小洞洞。

自那日起,李寡妇的老屋就再没有漏过雨。下雨的时候,她便坐在堂屋的小方桌旁,桌上摆着几碟小菜,一壶老酒,两双筷子。李寡妇仰头看着屋顶发呆。

李寡妇出殡那天,寡居多年的瓦匠张站在自家那小破院中,身后是全村最后一座破旧的瓦房,萧瑟、陈旧、孤独。多年都没再瓦过房的瓦匠张,老泪纵横。

快乐其实很简单

□顾晓蕊

下班回家,看见餐桌上放有十几个小瓜,身披青衣,状若握拳。我挑了一个,托在掌心,瞧了又瞧,竟不知何物。爱人走过来,说:申姨种的佛手瓜,下午送过来的。提起申姨,想起了深秋的一件小事。

我拎着大包小包回娘家,刚踏进小区,看见申姨迎面走来。申姨和我妈住在同一栋楼,以前回来见过她几面。只见她脸色沉郁,怀里抱着一个陈旧的包裹,莫不是遇到了麻烦事?我轻轻探问:“申姨,你这是去哪儿呢?”她愣了一下,旋即竹筒倒豆般聊起了内心的苦闷。

我把她零乱的话语整理一下,大意如下:她年轻时守寡,辛苦把儿子拉扯大,原以为苦日子总算熬出了头。谁知婆媳间生活习惯不同,常为琐事发生摩擦,儿子夹在中间,横竖不是。清晨,又因为针尖小事,生了一肚子闷气。儿子和媳妇出门后,她越想越委屈,收拾了几件衣服,决定独自回老家。

她讲了约两个小时,突然停了下来,问:听我絮叨半天,是不是耽误了你的时间?我摆摆手,笑着说:不碍事的。她的脸已由欲雨的天,渐渐转晴。其实,有些生活中的烦恼,一旦痛快地说出来,也就放下了,轻松了。我劝申姨:回家吧,别让家里人着急。她不好意思地说:是啊,多大

事,真是越老越较真,跟孩子们一般见识。我捂着嘴,悄悄地笑了。这件事过去了几个月,没想到申姨因此惦念着我,坐了十几站路,送来亲手栽种的佛手瓜。上网一搜才知,佛手瓜又称合掌瓜、香洋瓜等,寓意福寿和友谊,味道清脆甜美,上好的营养佳品。我并没有为申姨做些什么,却得到她如此丰厚的馈赠。

日常生活里,常遇到这样的事情。打扫卫生的阿姨,年逾六十,两鬓斑白,从她身边经过,我递上温和的微笑。有时,把办公室的废旧报纸存下来,交给她处理,以便换些钱补贴家用。前几天,我加班,刚走出单位大门,见她站在路边等我,硬要送我一袋面粉,说是自家种的粮食磨的好面。我感谢她的盛情,她反倒说:你对我那么好,我不知怎么报答你。听了这句话,我的眼泪差点掉下来。

在繁华的都市里打拼,遇到种种苦楚。但是,当那些温暖的细节漫过眼前,心里便浮起一团喜气。感谢那些美好瞬间,让我在滚滚红尘中,坚持本色自我,尽享卑微人生的曼妙。

快乐其实很简单,只需拥有一颗悲悯的心,善于聆听低处的声音。



人生讲义

留一些桃子在树上

□乡村五月

桃子熟了的时候,和父亲一起去收摘。桃树不高,低处的伸手可及,稍高点的蹦了一下就摘到了,余下的高高挂在枝梢。我想搬梯子来,被父亲拦住了,他说:“我们已经摘了不少,那些就留给别人吧……”

许多年过去了,我牢牢地记住了父亲的话,经历了求学、经商、就业等许多事情。每当利益迎面而来时,我总是保持冷静,权衡利弊,懂得舍弃,取之有度。

古时候,有个叫金明的人家里穷困潦倒。一个偶然的时机,他和一只神鸟交上了朋友,神鸟告诉他,东海岸边有无数黄金玛瑙,不妨找个袋子去捡些回来享用。当晚半夜,金明就骑上神鸟出发了,果如神鸟所说,举目望去,这里黄金玛瑙遍地,疑是进了黄金宝库。金明不敢耽搁,急忙拎一袋子就离开了,从此过上了富足无虞的日子。作为回报,他置备了一些肉类美食犒劳神鸟,双方皆大欢喜。

又过了一段时间,金明和神鸟商量再去一趟,这次,他不顾神鸟的劝告,偷偷多带了不少袋子上路了。由于贪婪过度,神鸟叫了他一遍又一遍,就是不肯离去。眼看太阳马上就要出来了,神鸟无奈只好自己飞走了,金明被晒死在那里。后来,神鸟又飞去探察情况,它看到金明的尸体后经不住诱惑就吃了起来,结果也被晒死了……

我的两个同学小泉和小民都是经商高手,在去年股市全线飘红的日子里,两人适时出手,双双赚了盆满钵溢,好不欢喜。今年初,小泉狠下决心,及时收手,经营了一个平稳微利的生意,每月虽然不多,但都有进项,小日子过得优哉游哉。小民则不同,他一直回味着去年股市的利好形势,一意孤行,出手就投入了100万元,等于是去年的全部本利。

然而,股海无情,张开血盆大口吞噬了他的房子、车子……全部家底瞬间就灰飞烟灭了。小民从此一蹶不振,他说,财富就像一场梦,来也匆匆,去也匆匆……

生活何必是击鼓传花。鼓声响起时,你要毫不犹豫地把“花儿”传下去,别落在自己手里。利益与风险永远同在,看上去,你是暂时舍弃了利益,其实你舍弃的还有风险。因此,勇于舍弃,适时地留一些机会给别人,同样是一种智慧的抉择。

颈椎病、腰肌劳损、关节炎... 您用周林频谱保健治疗仪了吗? 以新型101C型周林频谱保健治疗仪为主的周林频谱保健治疗仪,通过直接作用于人体,达到治疗保健效果。上市以后,以良好的信誉为许多家庭了解并使用。周林频谱保健治疗仪具有促进血液循环,改善血液流变性、促进新陈代谢,改善神经系统功能,提高机体免疫能力的作用。适用于:软组织损伤、腰肌劳损。周林频谱保健治疗仪操作十分简便,只需照射患处和穴位就行,每次每个部位照射20-30分钟,距离以皮肤感觉温热为宜,照射时最好裸露。

年年健力宝,福到身体好 热烈庆祝健力宝成为广州2010年亚运会指定运动饮料 ◆运动饮料健力宝的特点: (1)含有碱性电解质微量元素; (2)含有天然蜂蜜; (3)低糖饮料; (4)碳酸型的运动饮料; (5)不含咖啡因。 ◆运动饮料健力宝的功能: (1)它所含的碱性电解质等微量元素能维持和调节酸碱平衡,补充人体因运动或劳动随出汗所丢失的微量元素,帮助迅速恢复体力,消除疲劳,提高运动能力,同时还能补充能量;是充气型的运动饮料。 (2)含有天然蜂蜜,令口感更加清甜爽口; (3)健力宝对胃酸过多、缺钙有一定的平衡作用,是就餐的最佳饮料,适当饮用,让你胃口大开; (4)健力宝是低糖饮料,不含咖啡因,是男女老少一年四季的最佳饮品。 健力宝郑州外埠部分新开客户明细: 1.巩义:巩义市德华自选超市 联系人:李建锋 联系电话:64566198 13938532331 2.新郑:新郑花花牛副食批发 联系人:刘晓雨 联系电话:62599316 13603997671 3.荥阳:荥阳广武副食批发 联系人:唐庆芳 联系电话:64811198 13938252501 郑州团购热线:13603863871 王先生