



A CUP
OF COMFORT
TO WOMEN

原来爱就在这里

〔美〕科林·塞尔 编著 李萌 王德忠 译

当恋情在泥泞中挣扎；

当亲情被冷漠误解冰封；

当事业遭遇重大挫折；

当未知的疾病突然袭来……

女人如何才能在生命中承担考验，找到真爱？

南海出版公司



原来爱就在这里

〔美〕科林·塞尔 编著 李萌 王德忠 译

南海出版公司

图书在版编目(CIP)数据

原来爱就在这里 / [美] 塞尔编著; 李萌, 王德忠
译. - 海口: 南海出版公司, 2010.6
ISBN 978-7-5442-4765-8

I. ①原… II. ①塞…②李…③王… III. ①故事—
作品集—世界 IV. ①I14

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第 076947 号

著作权合同登记号 图字: 30-2009-074

A CUP OF COMFORT FOR WOMEN, edited by Colleen Sell
Copyright © 2002 by Adams Media Corporation
Published by arrangement with Adams Publishing, a Division of Adams
Media Corporation through Bardon Chinese Media Agency
Simplified Chinese translation copyright © 2010 by ThinKingdom
Media Group Ltd.
ALL RIGHTS RESERVED

原来爱就在这里

[美] 科林·塞尔 编著
李萌 王德忠 译

出 版 南海出版公司 (0898) 66568511
海口市海秀中路 51 号星华大厦五楼 邮编 570206
出 品 北京读书人文化艺术有限公司 www.readers.com.cn
发 行 新经典文化有限公司
电话 (010) 68423599 邮箱 editor@readinglife.com
经 销 新华书店

责任编辑 魏 玲
特邀编辑 彭 展
装帧设计 韩 笑
内文制作 北京文辉伟业

印 刷 三河市同力印刷装订厂
开 本 787 毫米 × 1092 毫米 1/32
印 张 9.75
字 数 178 千
版 次 2010 年 6 月第 1 版
印 次 2010 年 6 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5442-4765-8
定 价 25.00 元

版权所有, 未经书面许可, 不得转载、复印、翻印, 违者必究。

目录

写在前面的话 / 1

第一辑 送给新生活的礼物

女人 40 / 5

系着粉色丝带的自行车 / 9

心连心 / 14

我的时间 / 18

琼的情人 / 23

新年快乐 / 27

修复的茶杯 / 32

埃米莉家的前院 / 36

送给新生活的礼物 / 40

月亮、星星和意大利 / 44

蝶蛹 / 50

图森市的感恩节 / 55

走进风中 / 61

缝制遗产 / 67

从“我”到“我们” / 72

第二辑 无限的爱

爱心献给皮尔丽 / 79

不用当值 / 86

爱心家具 / 90

粉红色的纱裙 / 94

星期一早晨 / 100

一定是星期三 / 106

亲爱的，照照镜子 / 111

无限的爱 / 116

旅伴 / 119

不再是陌生人 / 128

桌子 / 133

驾驭急流 / 137

解读承诺 / 143

洗碗疗法 / 147

4个玛丽 / 151

第三辑 梦想成真

友爱 / 157

完美女友传奇 / 164

富有之旅 / 168

梦想成真 / 174

T君的玫瑰 / 179

日出 / 183

圣诞包裹 / 187

朱莉的礼物 / 192

打错电话 / 197

享受 / 200

妈妈的心 / 207

伸出亲情之手 / 210

可靠投资 / 214

第四辑 原来爱就在这里

6年前的夏天 / 219

生命之树 / 226

彩色的梦 / 230

劳拉——永远的运动伙伴 / 235

创造我的女性 / 242

培育友情 / 246

驶入安全水域 / 250

两位美国女士 / 253

天国感受 / 258

小事情 / 263

小个大女人 / 267

自由飞翔 / 273

情人节特别礼物 / 276

敏锐的眼睛 / 282

原来爱就在这里 / 286

作者简介 / 291

写在前面的话

欢乐的圣火能够温暖我们的理想，点燃我们的智慧。

——海伦·凯勒

与同龄的大多数女性一样（也许在我前后许多代的女性也一样），在我成长的环境中，人们对女性有两种看法：女性是养育者；女性难展欢颜。这两种看法的实际含义就是，女性的本质就是自我牺牲和吹毛求疵。我一直不喜欢这种形象，也拒绝接受这种说法。

虽然女性在照顾别人方面的确有很久远的历史，也有很强的能力，却鲜有“悲惨的殉道者”。女性在生活中会以各种方式发现快乐、传递快乐、创造快乐，包括来自奉献自己以及带给自己的快乐，但绝不仅限于此。

这并不是说，女性在照顾别人的同时也很善于照顾自己。我们的很多责任都非常重要，而且其中有些责任，如照顾自己的孩子，是处于优先地位的。但是不能再给好女人增加负担了。我妹妹家的冰箱上有一个冰箱贴，这是另一位单

身的上班族妈妈送给她的礼物，上面写着：“我是一个女人……我无所不能……我疲惫不堪。”如果这种俏皮话变成了生活中的现实，你可能就不会觉得那么好笑了。对于已经习惯了把自己放在一系列优先项目后面的女性来说，只有在她们把其他所有事情都照顾完毕之后才轮得到自己。可是对大多数女性而言，“把其他事情照顾完毕”是几乎永远都不可能做到的。女性这种忽视自己、剥夺自己平静和欢乐的愚蠢行为，会拖垮我们自己，使我们疲惫不堪，从而也就根本不可能再照顾任何事情或任何人了。

在生活中不断地注入能够使女性冷静、恢复、充实和欢愉的元素，对她们的心理、身体、感情和精神都非常有好处。每一位女性都有权享受富足的生活，每一位女性都应该感受到快乐并使自己快乐。物质的享受和生活的富裕到处都有，我们只需要打开心门，让它们进来。

这本精心制作的故事集收录了许多能够给女性带来安慰和快乐的、不同人的不同经历和故事。让我们关爱自己的旅程从这里开始吧。希望这本书能够带给你快乐，为你的生活增添一缕阳光。

科林·塞尔

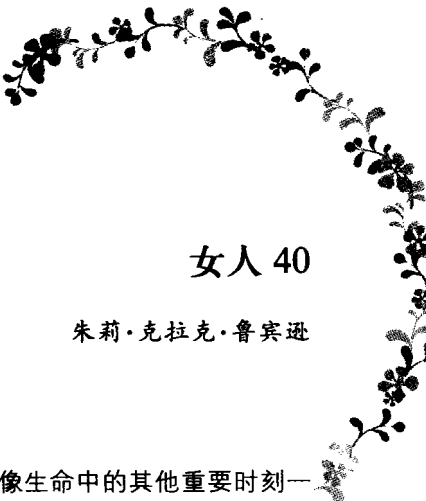




A CUP
OF COMFORT
FOR WOMEN

第一辑

送给新生活的礼物



女人 40

朱莉·克拉克·鲁宾逊

眼看自己就到 40 岁了。就像生命中的其他重要时刻一样，我觉得该为 40 岁写点什么。那么，我的感受是什么呢？首先，我并不觉得自己有 40 岁了。我感觉不错，甚至说得上是很好。因此，这个年龄并没有给我带来困扰。我所担心的是 40~50 岁之间的这 10 年。在此之前的每一个 10 年中，我都有一系列明确的目标，有一些我觉得必须完成的事情，以便进入下一个生命阶段。但对于 40 岁以后的这 10 年，我却没有找到这种目标。这使我感到不安，因为我从来没有过缺乏目标的经历。这种感觉似曾相识，那就是——自如。

20 多岁对我来说是闹腾的 10 年。当我把 19 岁的最后一天抛在身后时，我甚至连眼皮都没眨一下（这一天是在大学烟雾弥漫的酒吧中度过的）。我的感觉就好像我还有 10 年的时间参加派对。事实上也确实如此。大学毕业后，在我的成长道路上，酒吧变成了海滩——我来到了加利福尼亚州南部。我参加了一个开始成人生活的舞会，我开始了从事广告

业的生涯，并且努力地使我的生活充满乐趣。一个又一个生日过去了，而我对此毫不在意。

有一天，当我站在镜子前，看到 30 岁的自己时，情况开始令人有些尴尬了。这时我意识到，如果我想拥有我所希望的一切：婚姻、孩子，或是可以为之烹制点心的人，现在已经刻不容缓了。南加州可以为一个年轻女孩提供一切，但如果想完成自己一生的梦想，我最好还是回到中部地区。在美国中西部，男人们不仅更容易赴一周之后的午餐约会，还更可能兑现自己的承诺。

我的判断没有错。30 多岁的我过得非常充实。我遇到了一个可爱的男人，和他结婚、共同生活，并生了两个孩子。现在，我有一个和我结婚 6 年的老公、一个 4 岁的儿子和一个两岁的女儿，他们可以帮我一口气吹灭 40 根蜡烛。

现在该怎么办呢？我想许一个愿，但愿能改变这个有点神经质的、好自我反省的自己，但愿继续沿着我为自己开创的这条路走下去。我希望我的婚姻保持美满，还希望我的婚姻中能够增加一些快乐和幸福，我不是一个只会看孩子的保姆。我希望我的孩子继续成长，希望他们对新事物的热情能够感染我。我希望继续与我的朋友保持联系，虽然我们都有年幼的孩子，会在我们准备出门时弄脏我们的衬衣。我非常希望能够亲眼看着我的妈妈在今后的岁月里慢慢地变老。我想，这些都是我的目标。但这些目标并不能使我像往昔一样充满生气和活力地度



过随后这 10 年。

在这个年龄，我非常了解自己。我已经慢慢地接受“如果我在 20 岁时身材不够苗条，现在也不可能希望自己变苗条”这个事实。我知道，如果在我准备化妆时周围有很多人，我就会直冒汗；我知道，为了使自己停止焦虑，我可以放弃什么、需要完成什么。而且，我告诉你，在今后的 10 年中，我需要一个可以为之奋斗的目标。

我是一个行者，一个像阿甘一样的行者，不知道何时应该停下来。但是，有一天，我停下来了。即使每天我都会沿着同一条小路穿过同一片树林，看到了一棵与其他的树没什么两样的树，但是这一天，这棵树如此迫近地突现在我面前，于是我停下了脚步。也许是因为最近的雨季，也许是因为树上的黄叶几乎完全放弃了宣布我生日的到来（我的生日是在秋季），都默默落在我的脚下。我不知道为什么，但是在那一瞬间，我知道在生命的下一页中该做些什么了。

这棵树映入我的眼帘，因为在一夜之间，这棵树上的树叶几乎全部落光，露出了使之成为一个整体的树干——树的脊梁，它光滑而粗壮，树梢直指天空。我的双脚仿佛生了根似的牢牢地站在地面上，再也无法挪动步子。我环顾四周，发现我的树林已不再是一片模糊的美景，棵棵树木都蕴含着巨大的、无限的可能性。我忽然有了一种很长时间都没有过、或者没来得及有过的发现感。这种感觉使我对继续生活下去感到非常兴

奋。虽然我将沿着以前一贯的方向前进，但我拥有了一个新的中心。

在我 40 多岁的时候，我将把注意力放在一个几乎被我遗忘的方面——我自己。我将继续前行，不是作为别人的妻子、母亲、姐妹、女儿、作者或朋友，而是作为我在成长道路上已经成为的女性。在这 10 年中，我打算放慢脚步，思考、欣赏和学习。即使我在今后 10 年没有什么需要展示的新成就，我知道，这个过程将是令人愉快的。





系着粉色丝带的自行车

贝丝·罗思坦·安布勒

炎热的夏季在煎熬着我。最近，我被诊断出患有多发性硬化症，而炎热会加重我的症状。因衰弱而造成的疲惫使我把自己软禁了起来——在整个夏季中，只有空调、大屏幕电视和狗陪我度过每一天。我感到烦躁、孤独和沮丧，一切都使我感到沮丧。除了心情恶劣、无法像平时一样参加活动之外，我还被迫放弃了一个重要的管理职位，同时也失去了公司配备的汽车。

我曾想过去逛逛有空调的商场，但很快又放弃了这个念头。我的衣柜和好几个箱子都已经装得满满的。想到已经在衣架上挂得变了形的名牌时装，想到落满灰尘的丝质衬衣，想到大量搭配衣服用的鞋、皮包和饰物，都会使我痛苦地想起过去的自己，只会为我本已忧郁的情绪增添一分惆怅。我显然用不着穿着 Gucci 的鞋子去超市了。而且，我已经开始在心情沮丧时上网购物了。现在，我有 53 个皮包、几十双鞋和一大堆我并不需要的东西。我真正需要的是走出家门。

于是，我坐进了新买的红色野马牌折合式敞篷汽车（也是在网上买的），开车出了门。天气很热，我根本不敢把可折合的车顶折起来。我把车内空调开得足足的，在城里城外漫无目的地开着。我看到了一个广告牌，上面写着“室内跳蚤市场”。我想，室内肯定有空调，于是决定停下来看看里面有什么。我从来没有去过跳蚤市场，也从来没有买过二手的、不是名牌的、价格在 10 美元以下的东西。因此，跳蚤市场对我来说没有什么诱惑力，我应该不会在我满满的衣柜和房子里增添什么东西了，但这似乎是一种解闷的好办法。

进了跳蚤市场，我感觉自己像到了另一个星球上。这里到处都是桌子和满桌子的“垃圾”：老式的烤面包机、乱七八糟的盘子、破旧的衣服和各种各样的破烂。为什么会有人买这些东西？谁会发神经病似地卖这些东西？我注意到，一位老人在卖旧书，每本只要 25 美分。我想，他肯定很需要钱。我拿了一大堆书，然后给了他 5 美元。他脸上露出的充满感激的微笑与我购物的付出似乎不成比例。我的情绪在惊奇与沮丧之间摇摆不定，但是他的微笑的确改善了我的情绪，即使改善的程度微乎其微。我把书放进车里，又回到了跳蚤市场。

我边走边看，一半是在看人们交易的物品，一半是在看进行交易的人们。我对这里买卖便宜货的人们感到非常好奇。在一个货摊前，我看到了一辆小型女式自行车，车把上

