

他爱我，他不爱我？

滋养精神、温暖心灵的
女性故事

[美] 凯·艾伦鲍 / 编著 舒畅 / 译

心灵巧克力

上海遠東出版社

心灵巧克力

他爱我，他不爱我？

滋养精神、温暖心灵的

女性故事

[美] 凯·艾伦鲍 / 编著 舒畅 / 译

上海远东出版社

ISBN 7-80661-918-6

定价：17.00元

他爱我,他不爱我?

心灵巧克力

编 著 / [美]凯·艾伦鲍

责任编辑 / 张安平

装帧设计 / 张晶灵

版式设计 / 李如琬

责任制作 / 晏恒全

责任校对 / 周国信

出 版 / 世纪出版集团

上海远东出版社

(200336) 中国上海市仙霞路 357 号

<http://www.ydbook.com>

发 行 / 商务印书馆上海发行所

上海远东出版社

推 广 / 上海中润广告有限公司

制 版 / 南京理工排版校对有限公司

印 刷 / 上海市印刷二厂

装 订 / 上海张行装订厂

版 次 / 2004 年 5 月第 1 版

印 次 / 2004 年 5 月第 1 次印刷

开 本 / 850 × 1168 1/32

字 数 / 113 千字

印 张 / 6.75

印 数 / 1-5100

图字: 09-2003-273 号

ISBN 7-80661-918-6

G·392 定价: 17.00 元

前言

鼓舞人心的故事滋养我们的灵魂、振奋我们的精神、温暖我们的心灵。它们帮助我们理解自己，学会生活。非凡的女性在本书中与我们分享她们的故事，对此，我不胜荣幸。她们中有演说家、咨询师、心理专家和畅销书作者。她们的作品影响了成千上万的人。有谁能够比这些致力于激励和提升他人的妇女更好地和我们共享这些故事呢？

书中的故事会牵动你的心弦。欢笑、泪水、耐人寻味的瞬间——将出现在你分享到的魔力和奇迹之中，带给你美妙的时光和睿智。有些故事会令你联想到你自己，还有一些故事则激励你追逐你生命中的另一个梦想。

本书中真实的故事讴歌了女性的美德：智慧、诙谐、勇敢、力量、温柔、直觉、胸怀和幽默。你将在这里所述的很多生活经历中看到你自己，因而发出喜悦的共鸣。让我们去发现贯穿我们每个女性人生经历的红线吧。为什么用这个书名？有些东西正好相配，巧克力和女人有着天然的联系。在发现别的一切都无济于事时，女人们懂得巧克力似乎有所补益。它刺激着我们体内“感觉良好”的激素。巧克力有着

丰富的营养,而本书则犹如巧克力般滋养着你的灵魂,令你散发着生命之光。

本书对我来说是神圣的感动。那是一个带给我强烈启示的出人意料的早晨。在我为新的一天做准备的时候,我感到一种高尚的力量的存在。耳边似乎有人在柔声细语:“写一本鼓舞人心的书:《勇敢的女人》。”它控制了我的身心,使我难以释怀。我突然感到这本书一定与我自己的勇气有着直接的关系。

这本被我称作“勇敢的女人”的书并不顺利,我的信心动摇了。我无所适从,开始怀疑自己。我毕竟从未写过一本书!我是着手这个计划的人选吗?

只有当我真正面对自己并为这本书找到了合适的书名时,我才感觉开始顺利起来了。我意识到我误解了那个启示。它并不是“写一本鼓舞人心的书:《勇敢的女人》”,而是“勇敢的女人,写一本鼓舞人心的书”。情况大有改变!每当我开始失去信心的时候,我就会想起一句名言:“如果你知道谁与你同行,你还有什么可害怕呢?”

通过写作和编辑这本书,我对自己有了更多的了解。我多么希望这些故事对你的生命产生积极的影响,犹如它们影响了我的一样。细细地品味本书中的每一个故事吧。逐页细读或随意浏览,你会发现你要读的精妙绝伦的故事就将呈现在眼前。

目录

众里寻他千百度

- 8/如何找到意中人 凯·艾伦鲍
11/旧金山的不眠之夜 佩内洛普·彼得拉斯
15/无须字迹 艾琳·B·莱维特
18/圆满 亚历克斯·梅林
20/约会黑腰带 康妮·梅里特
24/心心相印 帕特里夏·福布斯·贾科米尼

神圣的援助

- 30/603 航班 唐娜·哈特利
33/你需要什么 戴安·罗奇
37/共同创造未来 芭芭拉·马克思·哈伯德
39/永恒的朋友 马琳·L·金

女人的直觉

- 44/心灵的礼物 谢乐尔·尼科尔森
48/爱的信札 苏珊·迈尔斯

- | | |
|---------------------|----------|
| 50/没有简单的解决办法 | 伯基·阿基利斯 |
| 53/花的力量 | 罗西塔·佩雷斯 |
| 55/巡视天使 | 凯·艾伦鲍 |
| 57/视觉的力量 | 达尼埃尔·马里 |
| 59/知晓一切的祖母 | 玛吉·贝德罗西安 |
| 60/完美的计划 | 格拉迪丝·劳勒 |

超越困境

- | | |
|--------------------|-----------|
| 64/进洞 | 爱德文·盖恩斯 |
| 67/乔的图画 | 菲莉斯·马布里 |
| 70/完美的婚礼 | 佩内洛普·彼得拉斯 |
| 72/遇险 | 金伯利·雅各布森 |
| 75/戈德堡太太的珠宝 | 厄休拉·培根 |
| 78/母亲特殊的一天 | 康妮·希尔 |
| 81/努力 | 苏济·萨顿 |

前进的勇气

- | | |
|-------------------|-----------|
| 84/乳房癌 | 埃默里·奥斯汀 |
| 88/“儿童抚养战” | 凯思琳·亨德里克斯 |
| 91/车祸之后 | 安·V·格雷伯 |
| 96/颠倒的世界 | 伊迪丝·伊娃·伊格 |

- 99/感谢你的奇迹,妹妹 詹思·米切尔
102/永远不会太晚 米尔德丽·科恩
105/你会痊愈吗? 玛丽·马宁·莫里西

十 字 路 口

- 110/圣诞节的礼物 洛拉·D·吉拉巴尔德
113/采访 谢利·马克斯
116/差点错过 乔安娜·斯兰
119/风雪停车场 唐娜·哈特利
121/高科技智慧 琳内·戈德克朗
123/玻璃小天使 玛丽·简·梅普斯
126/海边的木板路 帕姆·格罗斯

向 远 方

- 130/勇气和荣耀 卡罗琳·福克斯
133/我和洋娃娃安 克里斯廷·B·埃文斯
135/我与弗拉迪米尔的恋情 夏伦·西尔
138/你还能回头 玛丽·默里·谢尔顿
141/这里不会出错 安妮塔·奇克·米尔纳
142/你长大后会成为艺术家 凯西·拉曼丘萨

听从情感的召唤

- 146/做梦的人 艾普丽尔·肯普
149/迎难而上 吟丽雅特·罗思
151/发怒的魔力 埃莉诺·S·菲尔德
154/午餐约会 玛格丽特·穆雷尔
157/住嘴,跳舞吧 玛丽·帕特·瓦尔加
159/有一天 凯·杜邦

新的生活方式

- 164/你用不着筋疲力尽地回家 安·麦吉-库珀
167/鼓起勇气 温迪·纳特贡
170/他爱我,他不爱我吗?
克里斯廷·B·埃文斯
172/你的余生要干什么? 琳达·布莱克曼
176/“正式的”拥抱 玛丽·奥姆维克

柔情和同情

- 180/宽容 珍妮弗·詹姆斯
182/献给尼利 苏珊·P

185/好极了,你!

吉恩·休斯敦

189/童年的仪式

玛丽·洛韦尔德

190/不浪费,不匮乏

琳达·罗斯·斯旺森

194/特护

帕蒂·罗森

学 会 自 嘲

198/成由勤俭败由奢

乔安娜·斯兰

201/不合身的衣服

帕齐·杜利

204/五十是美丽的

安妮塔·奇克·米尔纳

206/老智者

杰奎琳·吉利斯·埃利奥特

208/蜜饯韦尔斯小姐

霍普·米哈拉普

210/军乐队女队长

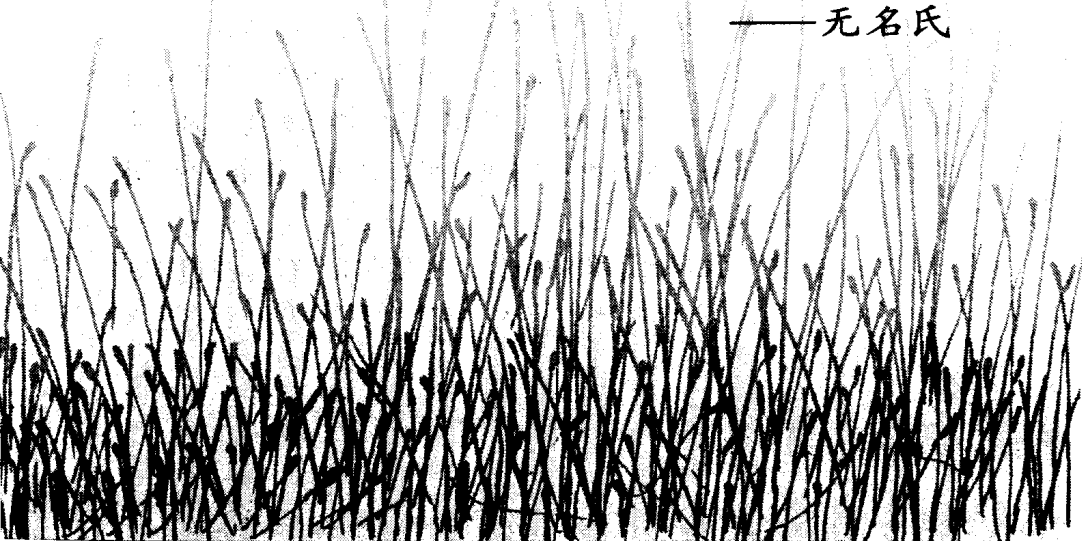
坎迪斯·范彻



众里寻他千百度

“为了即将靠岸的船，
须先建造一座码头。”

——无名氏



如何找到意中人

亲爱的艾比总是说丈夫们是不会因为别的女人而离开自己的妻子的——我的丈夫却这样做了。他娶了她。38岁的我突然孤身一人，只能在工作中寻求寄托。工作帮我忘却了痛苦的离异。我觉得我不无寻找一个异性伴侣的兴趣，但三年来却没有遇到任何吸引我的男子。

我的一个朋友刚刚去过被称作“如何找到完美的伴侣”的工作室。她建议我如果还没有觉得值得去找一个完美的伴侣，或者不能完全相信他马上就会出现，那么就还不到启动这一过程的时机。

她描绘的步骤如下：1. 尽可能列出你对你的伴侣所要求的条件。2. 仔细地研究它们，压缩为你认为最关键的15种条件。3. 再看一次条件表，想想你是否具备你在别人身上所寻找的所有这些条件（这对你自身的完善十分重要）。4. 将自己从业已死亡的关系和随意约会中解脱出来，为即将来临的心上人留出一个空间。5. 相信完美的伴侣即将出现。你不用刻意或急不可耐地寻觅。怀着平常心，不苛求结果。放松自己。

我列出了我的条件。它们包括：有精神追求的男人，有幽默感的男人，能使世界因为他而有意义

的男人，忠诚的男人，我敬佩的男人，愿意住在水上的男人，知道如何照顾好自己妻子的男人。

每天驱车出去工作的时候，我都满怀着感奋，这是自审而后求诸于人的过程：我审视自己，并考虑所要创造的生活。我看到了我的前途并为之欣喜。与其说我在寻找完美的伴侣，还不如说我已经开始改变自己而使本身成为自己所追求的那种伴侣。

在此期间，我参加了一个我所在医院的管理进修班。我们的老师埃里克给我们讲述什么是使命、境界、价值观和团队精神。我敬佩他的工作，还喜欢他机敏的醉态。但我的思绪仅限于此，因为几乎5英尺8英寸的我期待的是更高一点儿的男人，埃里克却不足5英尺7英寸高。

在我进修埃里克的课程中，我不断考虑我个人和职业的价值。就我个人而言，我再也不愿意建立没有精神基础或共同价值观的婚姻。

几个月之后，我聘请埃里克为我的员工在海滩作周末辅导。他提出开车送我去那里，以便一起讨论计划。在闲聊中，我问起他的办公室在哪里——离我两小时车程的一座城市。他告诉我他的办公室就在乡村俱乐部路。

在那个周末，我们彼此有了新的了解。互相都有好感，却不知道该怎么办。他问我是否可以送我回家——离他只有4小时的路程！

在回家的路上,我鼓起勇气对他说我已经为他所吸引。幸运的是,他也有同感。当埃里克把我送到门口时,他看上去不知所措。后来,他告诉我他不知道该吻我还是握握我的手。结果我们互相拥抱了一下。他本来有一个原则,不跟自己的客户约会。但天意使然,第二周他情不自禁地打电话给我的上司,请他同意与我约会。经过一年的求爱,我对他有了更多的了解。100 个朋友和我们的 4 个儿子出席了我们的婚礼,并为我们水上的家祝福。

如果我没有经过明确和实现自我价值的过程,我就不可能要求别人也这么做。对吧,所以我没有把“一个高大的男人”列入我的条件。但如果我那么做的话,我便会失去埃里克,我的“找到完美的伴侣”的家伙。他也许身材矮小,但他在生活和照顾他的妻子方面却是一个巨人。

凯·艾伦鲍

旧金山的不眠之夜

在我 34 岁的时候,我已经实现了大多数少女时代的梦。我在旧金山有一套精致的房子,一份不错的工作和不少好朋友。但是,还有一个梦想没有实现——找到相爱的、可以让我托付终身的人。

我在高中没有交男朋友。到了大学,常常有热心的室友为我张罗毫无结果的周末约会。甚至在我早已过了青春期的哮喘、粉刺和肥胖困扰的 20 来岁时——那时的我长得不错,而且多才多艺——我仍然无法想象会有另一个人愿意分享我的生命。童年时大大小小的创伤依然记忆犹新。它们极大地损害了我的自尊。

当然,我没有意识到那些影响我找到真爱的内在信念。有时我也会因为某个颇有魅力的男子而神魂颠倒。但常常是过眼烟云,它们燃起我的希望之火,不久又任其熄灭。

当我开始我的事业、与许多优秀的男同事一道工作时,我很高兴将他们视作朋友。而我的爱情生活却始终是短暂的,我孤独地过着单身的日子。

我很少再去做大写的“男人”的梦。那是患了承诺恐惧症的 20 世纪 80 年代初期,夫妻关系如果可以挨过圣诞节已经有点奢侈。《新闻周刊》上发

表了一篇关于男人短缺的文章,并说30来岁的职业女性结婚的几率与遭到恐怖分子杀害的几率一样高。

这则消息倒使我得到了安慰。我简单地从人口统计数据里找问题,不再检查自身的原因,开始准备做一辈子的独身女人。

我对另一段不稳定的关系心满意足,他是我在墨西哥度假时遇到的。他叫乔恩,是旧金山的政府助理、周末飞行员;内省,一表人才而且不乏幽默。

他明确地向我表示,让我不要对我们的关系认真。一想起房子、孩子和割草机他就会起鸡皮疙瘩。他希望在一年之中去海外工作。现在当我回忆起我轻松地向他保证不对我们长久的关系抱指望时就感到很难过。我们彼此像两颗在各自轨道上运行的行星一样保持着断断续续的关系,有时我们十分密切,但绝不会完全融入对方的世界。

然而,在我过生日时,乔恩到场送来漂亮的衣服和珠宝,带我出去吃饭、跳舞。我似乎感到我们的关系比以往任何时候都密切,并开始以为我们终究会有结果。但到了第二天,他突然宣布他将带另一个女人去参加我们准备下周末要出席的舞会。

我生气时常常会哭泣,但那一天,我的愤怒却像干冰,我要他离开我的住处。有好几个星期,我都被愤怒包围着,即使他打电话来道歉我也不能原谅。他告诉我他将去非洲工作一年,希望走之前我