

Chicken Soup for the Unsinkable Soul

心灵鸡汤家族



[全球惟一授权中文简体版本]

05

孤独 不败

48 篇战胜困难的
勇士之歌

[美] 杰克·坎菲尔 马克·汉森
海瑟·麦克拉玛拉编著
Heaven Book 图 陈宗琛 译

全美畅销书
排行榜第一名
经久不衰的
伟大励志书

现代出版社

图字 01-2002-4765

图书在版编目(CIP)数据

孤独不败:48篇战胜困难的勇士之歌/(美)坎菲尔等著;
陈宗琛译.-北京:现代出版社,2002

(心灵鸡汤家族)

ISBN 7-80028-833-1

I.孤… II.①坎… ②陈… III.成功心理学-通俗读物 IV.B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2002)第070419号

CHICKEN SOUP FOR THE UNSINKABLE SOUL

By Jack Canfield, Mark Victor Hansen and Heather McNamara

Copyright ©1999 by Jack Canfield, Mark Victor Hansen

Chinese Translation copyright ©2002 by Modern Press

Published by arrangement with

HEALTH COMMUNICATIONS, Deerfield Beach, FL, U.S.A.

GUDU BUBAI

孤独不败

编 著/杰克·坎菲尔 马克·汉森 海瑟·麦克拉马拉

译 者/陈宗琛

责任编辑/刘宝明

装帧设计/柴 小

出版发行/现代出版社

地 址/北京市安定门外安华里504号 邮政编码:100011

电 话/(010) 64267325 64240483(兼传真)

电子邮箱/xiandai@cnpitc.com.cn

印 刷/海淀求实印刷厂

开 本/880×1230 1/32

印 张/8.125

字 数/177千字

版 次/2002年11月第1版 2002年11月第1次印刷

印 数/00001~20000册

书 号/ISBN 7-80028-833-1/I·222

定 价/20.00元

版权所有,翻印必究;未经许可,不得转载



孤独不败

48篇战胜困难的勇士之歌

编著 杰克·坎菲尔 马克·汉森 海瑟·麦克拉玛拉

译者 陈宗琛

绘画 Heaven Book



 现代出版社



永不放弃的灵魂——名词。

字义：形容一种人永远怀抱着希望，

永远保持着幽默感和一颗炽热的心，

面对一切艰难险阻、一切挑战，永不低头。

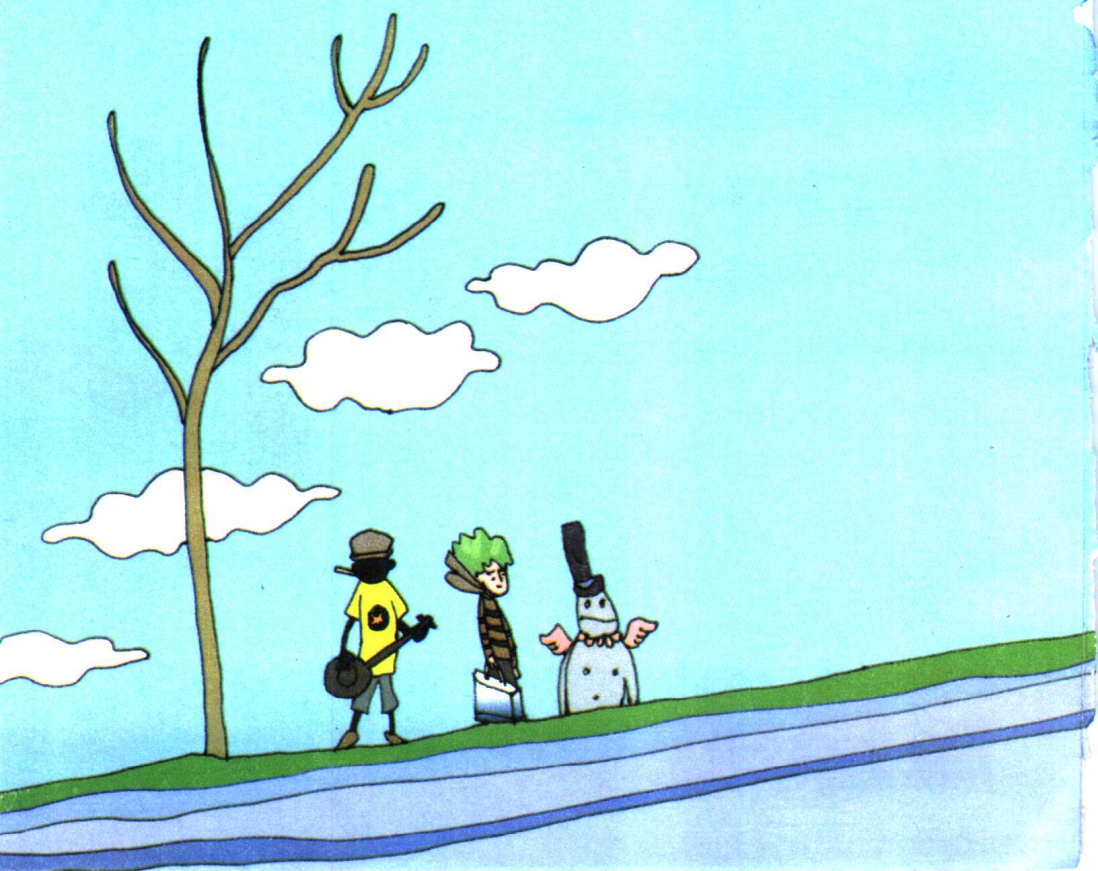
参阅“永不沉沦”一词。

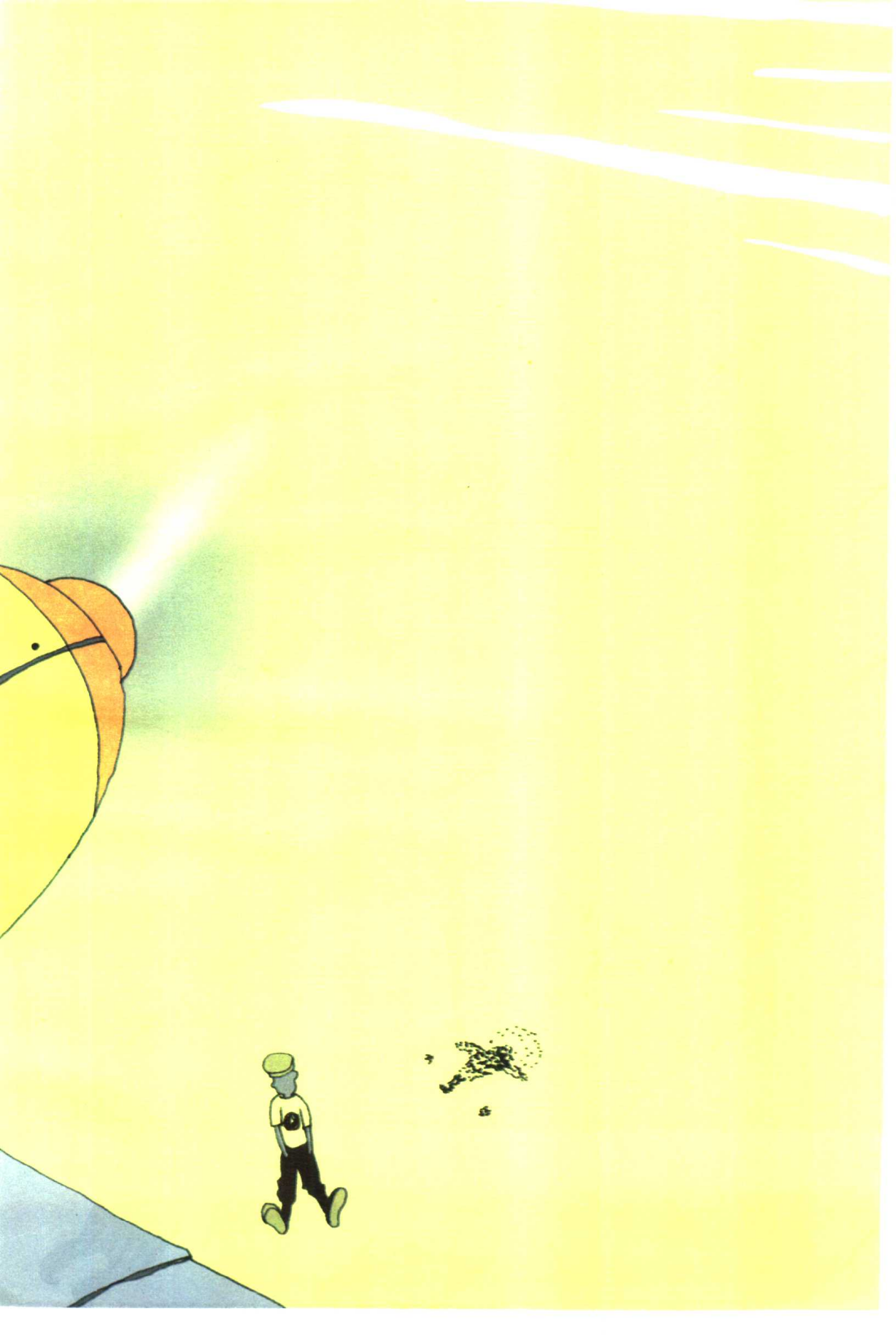
参阅“不屈不挠”一词。

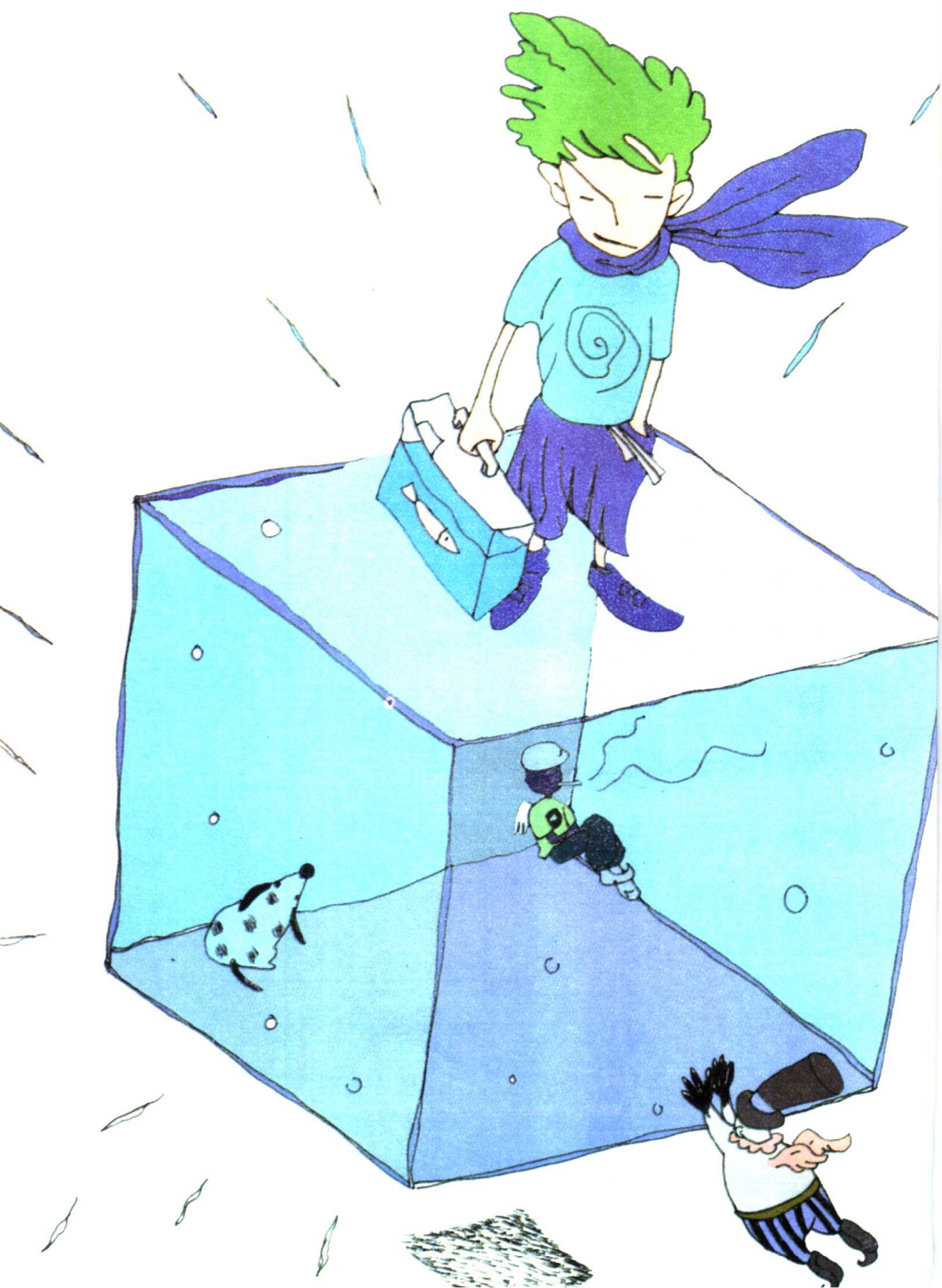
参阅“斗牛”一词。

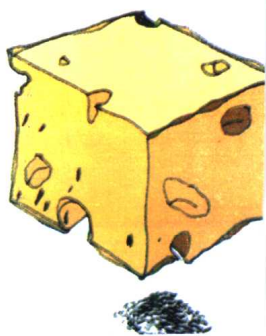
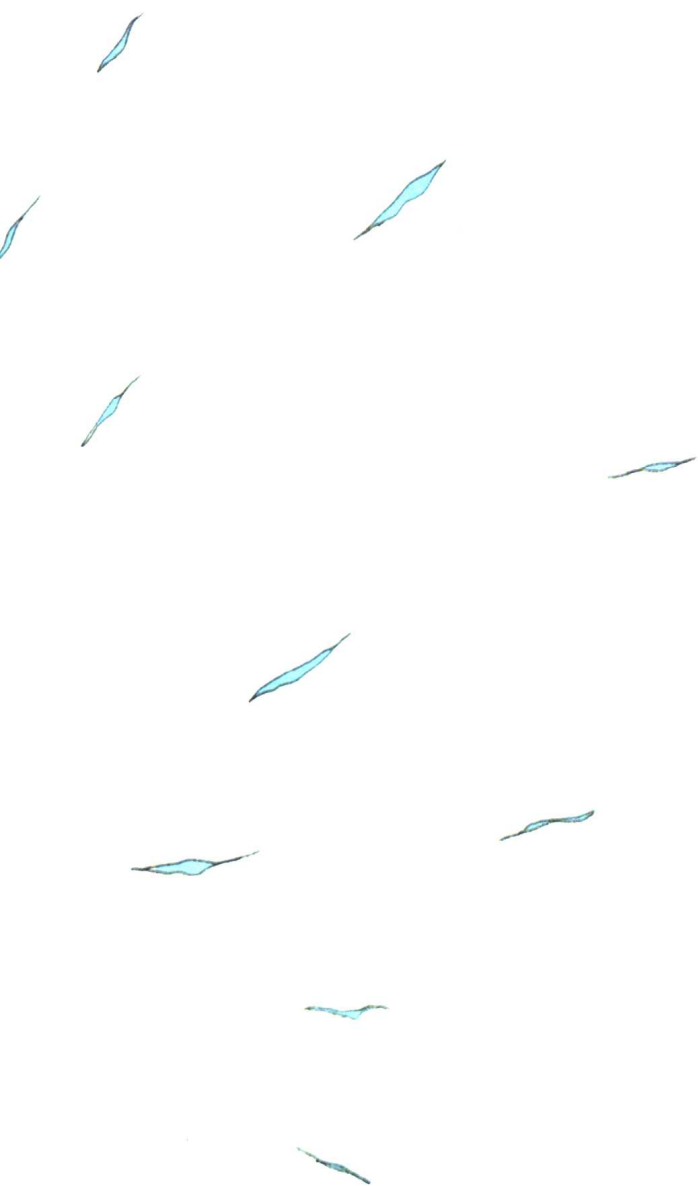
亦可参阅“胜利”一词。













CONTENTS



12 序言

第一章 迎向挑战

- 18 不平凡的母亲——玛莉·雷吉安提
- 25 最丑陋的猫——潘妮·波特
- 32 小战士——瑞秋·巴瑞
- 36 走出无声的世界——威廉·鲁斯
- 40 飞翔的红尾鹰——潘妮·波特
- 51 爱马之舞——罗莉·布拉索
- 60 击鼓——卡洛·巴尔
- 64 信——珠莲·狄波儿



第二章 追寻梦想

- 70 勇于想象——玛莉莲·金恩
- 73 追寻新的美丽人生——派翠西亚·罗伦斯

第三章 爱的力量

- 82 最伟大的爱——约翰·曼索上校
- 84 达玛——黛博拉·泰勒·布莱斯
- 90 有爱就够了——辛西亚·汉蒙
- 93 天使——苏珊·麦艾洛伊
- 100 儿子——泰瑞·波义索
- 103 薰衣草玫瑰——查尔斯·哈特





第四章 支持的力量

- 110 那一天，我终于哭了——梅格·希尔
- 113 小皮——鲁秋玛·夏恩
- 118 妈妈的拜访——维多利亚·罗宾逊
- 123 绝对支持——罗宾·史维曼

第五章 领悟和启示

- 130 海滩的一天——亚瑟·高登
- 137 认识天上的云——乔埃斯·哈维
- 140 乔治太太——威廉·鲁斯
- 145 珍惜——琳达·拉罗柯



- 148 乘风之翼——卡莱尔·狄尔
- 154 如何妥协——麦克·柯崔尔口述
比利·豪尔顿编写

第六章 勇气和决心

- 162 受害者的心声——理察·杰若米
- 170 障碍或难关？——艾文·强斯顿
- 172 赞美勇气——维多利亚·罗宾逊
- 176 蕾莉——杰佛瑞·维恩斯坦
- 179 超人学骑自行车——劳伯·泰特·米勒
- 182 高瞻远瞩——艾瑞克·韦汉梅尔
- 188 绝不轻言放弃——巴柏·霍布斯特
- 194 奋斗与胜利——莉拉·卡西





CONTENTS



第七章 论态度

- 202 第三名——贝蒂·扬
- 205 挑战者棒球联盟——达瑞尔·班奈特
- 209 告别晚会——梅娃·黛
- 213 为生活而争，为爱而生——艾琳·柯兹
- 216 餐桌上的礼仪——艾德力·法兰西斯

第八章 高瞻远瞩

- 222 大威利——南西·布查
- 224 乘雪橇——罗宾·雪佛曼
- 227 中途——丹尼斯·亚历山大



第九章 胸怀万有的智慧

- 234 你的爸爸怎么了？——卡洛·唐娜尔
- 237 独眼巨人偷了我们的的心——潘妮·波特
- 242 信心的行动——华特·米德
- 247 母亲的手——珍妮·伊茂斯
- 251 游戏——克莉斯塔·欧克
- 255 两兄弟——威尔安·亚克曼







序言

自从心灵鸡汤系列的第一本书出版上市之后，各地的读者不断来信告诉我们，在那本书里，他们最喜欢的一章是“跨越障碍”。

读者们的反应完全在我们的预料之中。我们每个人都有面临障碍的时刻——有些是微不足道的小绊脚石，在我们还来不及站稳脚跟之前，差一点把我们绊倒；有些障碍却像是巨大阴沉的乌云，覆盖了整个天空，令人喘不过气来。那种令人窒息的压迫感，甚至会使那些最勇敢、最坚强的心灵也不得不寻求庇护。我们人生的路途是美好或是黯淡，就要看我们用什么样的方式去面对这些障碍。我们究竟是要活在恐惧和愤怒之中，还是要怀着喜悦的心及对自己的认同，走过我们的人生，这一切都掌握在我们自己的手中。

我们着手编辑了《心灵鸡汤家族——孤独不败》这本书，目的就是要帮助每一个读这本书的人克服日常生活中所遭遇的障碍，例如：面对感情上的创伤，跟病魔缠斗，在追求人生梦想的过程中经历的起起落落，或是努力让自己成为一个更完美的人。



从幽默小品到英勇事迹，从令人惊叹的传奇到平凡无奇的小故事，书中的每一个故事无论听起来多么异乎寻常，它们都有一个共同点，那就是——每一个故事中的主角，最后都能够超越障碍，赢得胜利。例如：你能够在书中分享到一个登山者胜利的喜悦，因为他征服了一座世界上最危险、最难攀登的高峰——即使他的眼睛看不见；你会读到一位中年女性的故事，她冒了很大的风险，转换到另一个事业的领域，结果，她成为一个获奖无数的专栏作家；一个讲话结结巴巴的小女孩在一场学校的表演中寻回了她失落已久的声音；一位突然瘫痪的年轻妈妈决定摆脱自怜的情绪，拥抱光明乐观的人生。

当你一页一页翻阅书中的每一个章节，例如第一章“迎向挑战”和第二章“追寻梦想”，你会惊讶地发现，有些人承受了多么大的风险，当别人告诉他们：“这件事是不可能成功的！”时，他们却依然保有不灭的信心。第七章“论态度”和第八章“观点的重要性”里的故事会告诉你如何透过希望之眼来观察人生；如何把人生旅途中的绊脚石看成一种跳板，跃向美好的未来；如何珍惜你已经拥有的一切。

读完“爱的力量”和“支持的力量”这两章之后，你会慢慢了解，无条件的支持是多么的珍贵，它的价值是无法衡量的。我们希望这些故事能够鼓舞你，当你需要帮助的时候，



不要犹豫，要勇敢伸出你的双手，向别人求援。当别人需要依靠你强壮宽阔的肩膀时，你应该毫不吝惜地向别人敞开你的心灵。

最后一章是“胸怀万有的智慧”。里面的故事证明了一件事：许多时候，生命中的艰难险阻反而是我们最好的老师，它散发出一道光芒，照耀我们的力量；生命中的艰难险阻会提醒我们，还有哪些地方需要改进，鼓励我们对自己要有信心，驱使我们接受那些我们无力去掌握的现实。我们把这本书当成一份礼物，呈献给亲爱的读者们。

我们衷心地希望这本书能够成为你启发力量的工具，不断地提醒你，你所拥有的力量，足以使你美梦成真。

