

全球 500 大企业一致公认
最佳激励员工畅销书

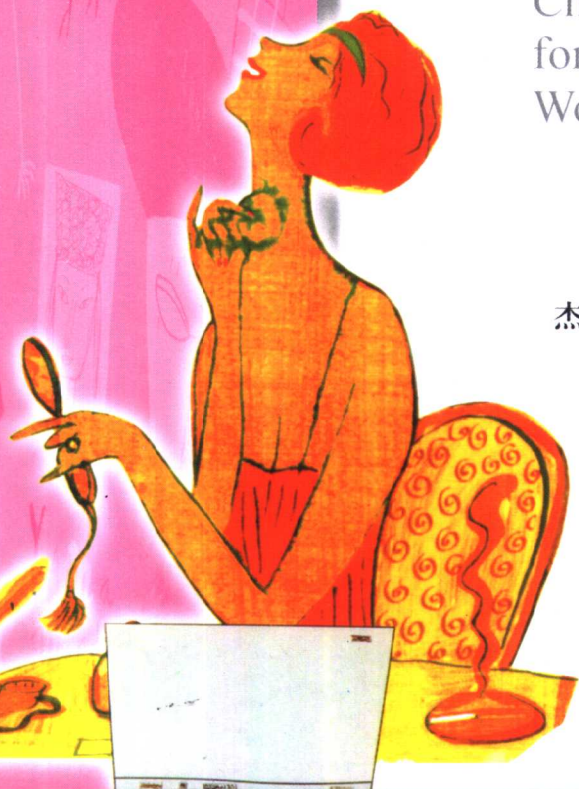
心灵鸡汤

女性话题

Chicken Soup
for the
Woman's Soul

杰克·坎菲尔 著
马克·汉森 译
李毓昭

华艺出版社



全球 500 大企业一致公认
最佳激励员工畅销书

心灵鸡汤

女 性 话 题

Chicken Soup
for the
Woman's Soul

杰克·坎菲尔 著
马克·汉森
李毓昭 译



华艺出版社

心灵鸡汤

女性话题

〔美〕 杰克·坎菲尔 编著
马克·汉森
李 毓 昭 译

华艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

心灵鸡汤:女性话题/(美)坎菲尔,(美)汉森著;李毓昭译.
-北京:华艺出版社,1997.8 第1版;2002.7 第2版
ISBN 7 80039-790-4
I. 心… II. ①坎… ②汉… ③李… III. 散文-作品集-美国-现代 IV. I712.65

中国版本图书馆 CIP 数据核字(97)第 20720 号

本书由博达著作权代理有限公司(国际)授权出版发行

原名/Chicken Soup for the Woman's Soul

© 1996 Jack Canfield, Mark Victor Hansen, Jennifer Read
Hawthorne and Marci Shimoff

© 1997 中文简体字版专有出版权属华艺出版社

Published by arrangement with
HEALTH COMMUNICATIONS, INC

版权所有,不得翻印

心灵鸡汤·女性话题

杰克·坎菲尔 马克·汉森著

华艺出版社出版发行

(北京朝内南小街前拐棒胡同一号)

中共中央党校印刷厂印刷

开本 850×1168 1/32 印张 10

2002 年 7 月第 2 版 第 1 次印刷

(书中如有缺页、错页或倒装请与本社发行部联系)

ISBN 7-80039-790-4/I·335 定价:20.00 元



女 性 话 题

汇集百则女人的故事
令人体会爱与激励的奇迹
品味女人各式风情与成长心事

- 全球销售量超过 5400 万册
- 发行 56 个国家 跨越 40 多种语言 撼动你我的心
- 《纽约时报》排行榜连续 6 年实力派励志书
- 全美 500 大企业公认最佳激励员工畅销书

导 言

本书对我们而言,是一份赠礼。从一开始构思,我们就感受到女性在每一段人生路途上的爱、喜乐与坚毅的精神。我们希望本书对你而言,也是一份能带给你心灵成长的赠礼。

多年以来,我们四人一直都在面对听众——多半是女性听众——讲述如何使我们的生活过得更充实、更愉悦。女性们渴望分享她们的心灵、故事与教训的热切,曾经让我们深受启示,甚至大为震撼。《心灵鸡汤/女性话题》的诞生,便是源自于这样的启发。

在编辑本书的期间,我们每一天都体验到奇迹!我们觉得仿佛有一双隐然不见的手,在沿路引导着我们。

把故事寄来给我们的妇女不断地强调她们好高兴有这个机会写下心语。她们说,即使她们的故事

没有获选收入我们的书中,仅仅能吐露心声,就让她们感到很快活。而且写作的过程使她们得到净化与重生。

同样的,我们也因本书而得以蜕变。我们更能认清什么是生活中真正重要的。我们也更深刻地体会到人类经验。而且,我们能更充实地活在当下。

女性朋友本着她们的宽容、热诚与智慧,将这么美丽而温馨的赠礼带到世上来。我们深切地期望,每一次你阅读这些故事时,都能够对自己或彼此有更大的认识。

诚如一位读者的来信所说:“所有的女性在一生中都会历经多个时期,其中会有无以计数的需求投注在她们身上,家庭、工作、配偶、子女、继子女、父母。”

有件事很重要,而且相当必要,那就是退一步来重新评估自己的优势所在,反省自己在生命中的任务。因为,唯有当一个人能滋养自己的心灵时,他才能滋养、照顾他人。人有时候必须说:“停下来!听我说。我有一个故事要说出来。”

所以让我们以心传心,带给你这份《心灵鸡汤/女性话题》。希望你在阅读本书时,能够体会到爱与激励的奇迹。愿它能理解你的心,撼动你的性灵。

如果你读到一篇感人的故事,想与人分享,那就将文章传阅。如果某个故事让您想起某人,那就拨个电话跟他联络,这些动作看来虽小,但可能会让你的心境有极大的转变。

本书的故事有些是作者的亲身经历,有些则是名人专家所提供的实例,不论来源如何,我们都希望这些故事能让你有所收获。

杰克·坎菲尔

马克·韩森

珍妮佛·里德·霍桑

玛西·西莫夫

目 录



第一卷 爱 情

- 003 白桅子花
- 007 等着你说“我爱你”
- 011 “那一个”圣诞节
- 015 另一个女人
- 020 拉梦娜的抚触
- 023 不只是一份奖学金
- 027 又不会怎样!
- 029 晚安吻
- 036 来自上一代的礼物
- 041 一千七百一十六封信
- 045 玛莎的秘方



第二卷 态度与自重

- 051 双城记
- 053 海盗
- 056 你种的是什么？
- 060 露比祖母
- 062 穷人
- 064 就像你一样
- 067 真正的美
- 069 安琪拉的心语
- 075 接受挑战
- 079 闲聊的天分
- 082 我是六年级的稻草人
- 089 出乎预料



第三卷 超越障碍

- 097 长路迢迢
- 104 公道已得伸张
- 106 红色小推车
- 112 生命的印记
- 116 自由翱翔

121 喜乐之泪

125 工作中的天使



第四卷 婚姻

133 永远的家

140 春天的巴黎

143 一把宝石

146 我一生的岁月

150 玛格丽特与露丝的故事



第五卷 为人母

155 改变你的一生

159 当我望着你入睡

162 离家出走

165 小歇一下

166 毕业日

170 十个月的宝贝

173 母亲节

176 饼干、忘怀与原谅



第六卷 特别的时刻

- 183 赶时间
- 185 善行不分大小
- 188 最后一罐果酱
- 192 圣诞节的天使
- 195 谁赢了?
- 197 布希球鞋
- 200 三百六十五分之十四
- 205 不同颜色的斑点
- 208 我拥有如此多



第七卷 实现梦想

- 217 乘风展翅
- 222 你想要当什么?
- 225 寻找双翼
- 229 摩西祖母与我
- 231 “我们都是来学习的”
- 235 自己的房间



第八卷 年纪增长

- 243 老奶奶歌舞团
- 248 年过七十者的现代罗曼史



第九卷 提升智慧

- 255 聪慧女性的石头
- 257 我们并不孤单
- 261 多伦多的奇迹
- 266 连结



第十卷 两代之间

- 273 生产
- 275 一起走回家
- 282 一个女人的成长
- 286 献给爸爸
- 293 童年往事
- 297 牵绊的线
- 303 赞美我生命旅程中的女人

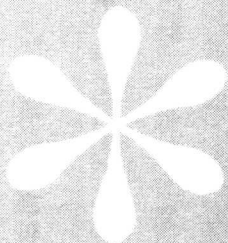
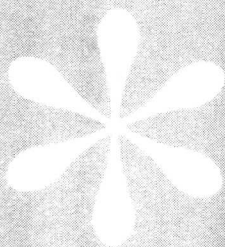
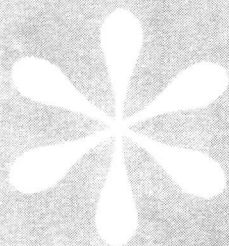


第一卷

爱 情

世界上最美好的事物是看不见、摸不到的，
它必须用心去感觉。

海伦·凯勒





白桅子花

母亲的爱是永远不会枯竭的。

冈察尔

我十二岁后，每年生日都会有一个匿名者送一朵白桅子花给我。花上从未附上卡片或短柬，而打电话问花店也是徒然，因为花都是用现金购买的。过了一阵子，我不再去探询送花者的身份。我只是为那朵神奇、完美的白花陶然心醉。它在层层粉红薄纸中若隐若现，释放出幽香和美艳。

不过我从未停止幻想送花者的可能身份。我的快乐时光有时是构筑在白日梦上，想像一个善良、热情的人，因为害羞或个性古怪，他不愿透露他（或她）的身份。在我的少女时期，我常揣想送花者可能是我所心仪的男孩

或某个我不认识但却钟情于我的人，而这也让我的生活增添情趣。

母亲总是会在一旁暗示和鼓动。她会问我，是不是我曾为某人做了什么特殊善行，这个人因此匿名表达谢意。她提醒我，有时我在骑脚踏车时，我们的邻居正好开车返家，车上载满采购的物品和小孩。我总是会帮她把东西卸下，并看着小孩，不让他们跑到路上去。或者神秘的送花者可能是那个过街的老先生；我经常在冬天帮他送邮件，让他不需冒险走下冰冻滑溜的台阶。

母亲竭尽所能地煽动我对那朵桅子花的幻想。她希望她的孩子富有想像力。她也希望我们有受到关爱和疼惜的感觉，不只是来自她，也来自整个世界。

在我十七岁时，一个男孩伤了我的心。他最后一次打电话给我的那一晚，我哭着入眠。翌晨我醒来时，看见镜子上以红色唇膏潦草书写着：“我心领神会，当半人半神走了，神就来了。”我思量这句引自爱默森的名句好一会儿，然后离开母亲写下它的所在，直到我的心痊愈。当我终于去找来玻璃清洁剂时，母亲知道一切又雨过天晴了。