

感动 | 欧美

给心灵安装一道爱的程序

Install a set of love procedure
fof your mind

无论我们生活在一个什么样的环境，都不能抛弃仁爱之心。因为仁爱，可以让春天更春天，让冬日变得温暖，让我们身边的世界胜似天堂。给我们的心灵安装一道爱的程序吧，它能阻止世俗的病毒入侵我们的灵魂，并能洗涤残留在我们心灵上的齷齪，让我们的生命得以升华。

Moves Europe and America

本书适读于所有对人生充满美好憧憬的人们

肖卫 ■ 编译



内蒙古人民出版社

感动欧美

给心灵安装一道爱的程序

Install a set of love procedure
for your mind

无论我们生活在一个什么样的环境，都不能抛弃仁爱之心。因为仁爱可以让春天更春天，让冬日变得温暖，让我们身边的世界胜似天堂。给我们的心灵安装一道爱的程序吧，它能阻止世俗的病毒入侵我们的灵魂，并能洗涤残留在我们心灵上的龌龊，让我们的生命得以升华。



肖卫 ■ 编译

内蒙古人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

给心灵安装一道爱的程序 / 肖卫编译. — 呼和浩特: 内蒙古人民出版社,
2006.12

(感动欧美)

ISBN 7-204-08869-7

I. 给… II. 肖… III. ①散文—作品集—欧洲②散文—作品集—美洲 IV. 116

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 149988 号

书 名 感动欧美 (全 3 册)

编 译: 肖 卫

责任编辑: 学 明

封面设计: 夏成云

出版发行: 内蒙古人民出版社

地 址: 呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦

印 刷: 北京京晟纪元印刷有限公司

开 本: 700mm × 1000mm 1/16

印 张: 60

字 数: 970 千

版 次: 2007 年 2 月第 1 版

印 次: 2007 年 2 月第 1 次印刷

印 数: 1-3000 套

书 号: ISBN 7-204-08869-7/I · 1816

定 价: 本册 30.00 元 (全套定价: 90 元)

如出现印装质量问题, 请与我们联系。联系电话: (0471) 4971562 4971659

目录

CONTENTS

第一卷 给心灵安装一道爱的程序 (本卷编译: 占言)

土豆与嫉恨	文/ 格尔斯丽	2
10个毛病	文/ 蒂姆·赫德森	3
一罐果酱	文/ 埃德加·布莱索	4
父亲的竞选策略	文/ 卡塔·温特	5
比人聪明的红杉树	文/ 罗伯特·摩根	7
你没有理由失礼	文/ 鲁贝尔·谢利	8
给心灵装上爱的程序	文/ 史蒂文·卡维	10
我看到了一条河	文/ 理查德·布兰森	13
真正的爱, 在自己心间	文/ 沙利	15
非暴力的力量	文/ 阿润·甘地	17
胜利的手势	文/ 洛瑞·摩尔	19
宽恕的力量	文/ 史蒂夫·古迪尔	21
棉袄与玫瑰	文/ 杰瑞·沃曼	22
羊羔的说服力	文/ 罗尔	24
麦琪和她的天才班	文/ 琳达·凯夫林	25
终生受益的经历	文/ 迈克尔·伯康	27
天使的吻痕	文/ 詹姆斯·摩尔	29
做聪明人容易, 做善良人难	文/ 杰夫·贝佐斯	30
“热爱”的魔力	文/ 迈克·利波夫	32
我曾经……	文/ 纳普金斯	34

老爸的屋顶测验	文/海蒂·萨克斯顿	35
一只乌鸦叫恺撒	文/拉西纳克·邦德	37
什么比药更灵验	文/约翰·克尔纳	39
最大的奖励	文/南希·卡瓦诺	40
一个男孩的美丽长发	文/谢尔森	42
有魔力的红裙子	文/南希·V·贝奈特	43
“聋子”卡罗琳	文/霍普拉斯	45
问题还是礼物	文/艾琳·伊根	46
慧眼怎么练就	文/泰迪·恩斯特姆	47
盗马	文/马尔斯	48
妹妹扮演的角色	文/安·古德里斯	50
我家没有胆小鬼	文/希拉里·克林顿	52
个人的善举	文/杰米·温希普	53
牵挂的力量	文/阿尔丹默斯	55
穷爸爸富爸爸	文/德鲁·爱德华	56
耳语测试	文/华斯特林	57
神奇的调料	文/多特·阿巴尔汗	59
为生命行走	文/斯蒂文·沃特	61
一只会转的盘子	文/洛莉·布罗德富特	63
仰视的理由	文/沙奎尔·奥尼尔	65
天堂的门	文/费尔厄斯	67
甜饼的秘诀	文/盖尔·乔克斯特	69
特殊的表扬	文/琳达·特奥多西奥	71

第二卷 感念终生的温馨 (本卷编译: 郑宏峰)

父亲的言传身教	文/苏波罗多·巴什	74
零花钱	文/凯·阿兰贝	76
最严厉的惩罚	文/比利·布雷汉姆	77
窗户与镜子的不同	文/查尔斯·斯温德尔	78
婚礼蛋糕	文/加内特·亨特·怀特	79
温暖的港湾	文/兰登格林	81
有什么不能分享	文/哈伯特	83

我的“三任”丈夫	文/P·杜德	85
妈妈不胖也不瘦	文/杰瑞	87
树上的那只鸟	文/胡艾耶·玛	88
绳子绑住的手提箱	文/玛莎·韦伯汪	90
11 枚炮弹	文/本·帕特森	92
两个花匠	文/古斯特尔	93
豌豆洒了以后	文/米夏艾尔·米斯	94
为了 0.1% 的希望	文/德比·加拉赫	96
神学院的一堂课	文/赖尔特	98
给妈妈做美容	文/玛丽·皮尔斯	99
踏着天使的脚印	文/皮雷特	101
意外的收获	文/詹姆斯·埃尔伍德·康纳	102
怎么生活最幸福	文/卡沙特尔	104
秘密园丁	文/罗伯特·克罗斯	106
一株常春藤	文/卡罗尔·丝特古夫斯基	108
母亲的周末大餐	文/图霍尔斯基	110
妈妈的眼睛	文/艾伦·马利亚·霍金	112
垃圾邮件里的母爱	文/T·L·斯坦利	114
树篱后面的父亲	文/贝蒂·斯坦利	116
魔法鹅卵石	文/约翰·韦恩·斯考特	118
最佳记者	文/苏·杜德	120
人的缺陷	文/考拉卡特	122
落日	文/谢莉·马多克斯	123
棋高一着	文/卡曼尼·史密斯	125
花园里的春天	文/克里斯托弗·安德里斯	126
金色的沙子	文/莉莉·莲安	128
比比谁吝啬	文/玛丽·罗奇	129
外婆的玫瑰	文/塞拉·伊温斯	131
不速之客	文/劳拉·雷默德	133
神秘的小鞋匠	文/希尔曼	135
我永远离不开您	文/南希·卡瓦诺	136
母亲的心	文/罗伯特·舒勒	138
我是来看你的	文/辛西娅·M·哈蒙德	140

旧睡袍的幸福	文/梅利塔·查尔顿	142
夹缝求生	文/马歇尔	144
拯救自己	文/杰罗莫·格卢曼	148

第三卷 快乐就在一念之间 (本卷编译: 语人)

青蛙爸爸的客人	文/J·弗莱维尔	152
学大雁, 别做海鸥	文/查尔斯·史温顿	153
水盆与大海	文/塔尼亚·科奈特	155
麻雀的故事	文/玛德哈尔	156
等两周的道理	文/保罗·科埃略	157
最难的学问	文/马尔科·阿尔丁格	158
尽量放松些吧	文/博克罗	159
没有痛苦哪来自由	文/菲利普·亚西	160
吵闹的青蛙	文/韦恩·赖斯	162
心灵涟漪, 不可忽视	文/克尼斯	163
应听乌龟的意见	文/阿尔曼	164
大石头的脆弱	文/布赖恩·卡法纳	165
言语的作用	文/韦克	166
改变自己更容易	文/波特莱尔	167
冰淇淋的妙用	文/斯蒂夫·古笛尔	168
巨大的虫牙洞	文/阿瑟·伦南翰	170
风暴之夜你能否安眠	文/玛恩特	171
最酷的答案	文/韦尔斯	172
金色的房子	文/利奥·哈伦汪	173
战争是怎样发生的	文/C·E·麦克奈尔	174
1000 面镜子	文/霍特尼	175
“哎呀”和“啊哈”	文/喀什赖特尔	176
为了让子孙知道你	文/托尼·丹吉洛	177
关键时刻	文/坡卡笛尔	179
樱桃的滋味	文/加里·戈弗雷	180
拒绝享乐的信天翁	文/菲特莱尔	182

无法归还的赃物	文 / 罗切里·彭明顿	183
不怪上帝	文 / 阿尔金德	184
铁锅疗法	文 / 劳拉·凯普卡	185
关于信任的一堂课	文 / 勒莱·利伯里希	187
打牌与人生	文 / 雷切尔·内奥米·雷曼	189
生活是咖啡	文 / 克里斯蒂安·戈德弗鲁瓦	190
破碎的玻璃杯	文 / 罗伯特·舒勒	191
沥青湖的诱惑	文 / 斯利克丝	192
职责有界	文 / 史密斯·罗让	194
把杯子放下	文 / 帕微恩·阿罗拉	196
囚犯	文 / 戴夫·威尔肯森	198

第四卷 爱情是最美的语言 (本卷编译: 高文)

起居室里的露营	文 / 梅干·马祖尔	200
执子之手	文 / 莉莉·莲安	202
真正的爱	文 / 韦哥莱尔	204
恩爱鸟的启示	文 / 维基·林恩娜·阿吉	206
你如此美丽	文 / 杰西卡·加德纳	208
美国太太	文 / 埃米丽·尤菲	210
妻子成了神枪手	文 / 詹姆斯·多布森	212
一个坏蛋的自白	文 / 维基·诺姆	213
我的垃圾工丈夫	文 / 鲍伯·帕克斯	215
蝶吻	文 / T. Suzanne Eller	218
坏孩子	文 / 契诃夫	220
失去伴侣的鹅	文 / 莱温特斯	223
守候	文 / 罗桑曼德·皮尔切	225
衣领上的玫瑰	文 / 约翰·R·兰塞	230
不期而遇	文 / 沙拉达	231
葡萄藤手链	文 / 古尔罗伯特	235
爱就三个字	文 / 德尔斯米特	238

第五卷 成功如此简单 (本卷编译: 龙俊)

不要错过芳草	文/斯坦拉普	244
国王的问题	文/奥拉尔	245
智慧之光	文/费尔德曼·科恩菲尔德	246
谁之过	文/爱尼尔	247
三个泥瓦匠	文/马歇尔	248
成功者和失败者	文/革斯特斯	249
每朵花都独一无二	文/约翰·鲍威尔	250
25 年与经验	文/华莱特斯	251
最佳方案	文/吉米	252
富有的含义	文/沙麦斯	253
排解忧虑	文/克林特尔	254
两只青蛙	文/马尔登	255
视角与机遇	文/琳达·纳什	256
无论情况多糟都不要失去信心	文/麦尔克拉斯	257
成功者的黑夜	文/拉里·库玛	258
征服困难山	文/史维德莫	260
爱斯基摩人捕狼	文/金德利特	262
黑带高手	文/斯蒂夫·古笛尔	263
虚假安全很可怕	文/莫蒂默·费恩伯格	264
大象的木桩	文/尼尔·埃斯克林	265
沙堡与大海	文/芭芭拉·戴维碍	266
成功之路	文/科菲德沙	268
成功离你有多远	文/R·格帕拉克里斯南	269
错过天边的彩虹	文/格兰·凡·艾克恩	273
学会利用风暴	文/詹姆斯·格拉斯曼	274
机会只青睐有准备的人	文/本杰明·布朗	275
跳出心理怪圈	文/安伦·麦金尼斯	276
秃鹫、蝙蝠和大黄蜂	文/诺尔·奥德勒	277
生命和石头	文/费里斯坦·庞吉	278
镜子碎了以后	文/罗伯特·舒勒	280

半杯理论	文/迈克·彼得	281
成功秘诀	文/阿齐姆·普雷姆吉	282

第六卷 来自于生活的妙语 (本卷编译: 覃益群)

智慧之源	文/雷勒格尔斯	286
电话留言	文/玛格丽特	288
至理名言	文/本杰明·乔恩	290
小中见大	文/乔希·比林斯	293
给心灵供暖	文/苏珊·威尔士	294
妙语	文/哈林	297
朝前看,朝后看	文/沙特金格尔	299
沉默最难反驳	文/威尔波特	301
成功宝典	文/克莱斯顿	303
幽默感就像羽绒枕	文/杰克莱德	305
只要不放弃	文/比尔	307
女人不是为男人而存在	文/克里丝蒂	309

Install Love Procedure

For Your Mind

给心灵安装一道爱的程序

（本卷编译：占吉）

给心灵安装一道爱的程序

Install Love Procedure For Your Mind

（本卷编译：占吉）

爱，在心灵中画出斑斓。其颜色和位置，是最耀眼、最璀璨的花朵。燃放时，溪流环绕心叶。心的绿茵，青色片片，无不滋润着我们每一个人的神经。其神情，因此而趣味横生，心因此而有色彩，生活因此而绚烂。





土豆与嫉恨

文 / 格尔斯丽

一个幼儿园老师决定让她班上的孩子们玩一个游戏。她告诉孩子们每人从家里带来一个塑料口袋，里面要装上土豆。每一个土豆上都写着自己最讨厌的人的名字。所以痛恨的人越多口袋里土豆的数量也就越多。

第二天，每一个孩子都带来了一些土豆。有的是两个，有的是3个，最多的是5个。然后老师告诉孩子们，无论到什么地方都要带着土豆袋子，即使是上厕所的时候。

日子一天天过去，孩子们开始抱怨，发霉的土豆散发出难闻的气味。另外，那些带着5个土豆的孩子也不愿意再随身带着沉重的袋子。一周后，游戏结束，孩子们终于解放了。

老师问他们：“在这一周里，你们对随身带着土豆有什么感觉？”孩子们纷纷沮丧地表示，带着土豆袋子行动不便，还有土豆发霉后散发的气味很难闻。

这时，老师告诉他们这个游戏的意义。她说：“这就和你心里嫉恨着自己讨厌的人一样。嫉恨的毒气将会侵蚀你的心灵，而你无论到什么地方要带着它。如果你连腐烂土豆的气味都无法忍受一个星期，你又怎么能让嫉恨的毒气占据你的一生？”

所以不要让一生都背负仇恨的包袱，原谅别人的过错就是给自己的心灵减负。

10 个毛病

文 / 蒂姆·赫德森

希拉和丈夫汤姆是社区里的模范夫妇，邻居们从没听他们吵过嘴。在大家的印象中他们总是手牵手在夕阳中散步，和和美美地度过每一天。在他们结婚30周年纪念日的庆祝晚会上，有人问希拉，他们多年来相敬如宾的秘密是什么。

妻子看着在招呼客人的丈夫微笑着说：“在结婚那天，我想，为了将来的幸福我要容忍汤姆的一些缺点，当时我觉得10个缺点我还忍受得了。所以我决定在日记本上列出汤姆的10个毛病，对汤姆的这些毛病我绝不干涉或抱怨。”

“您列出的是哪10个毛病呢？”一位年轻女士急忙问。

希拉笑着摇摇头，“我一直没有时间把它们写下来。每次汤姆做了让我生气的事，我都对自己说，‘这次算他运气好，犯的是我决定容忍的10个毛病之一，否则我绝不饶他’。”





一罐果酱

文 / 埃德加·布莱索

记得有一年，我丢了工作。在那之前，父亲所在的工厂倒闭。我们全家就只靠妈妈为别人做衣服的收入生活。

有一次妈妈病了几周，没法干活。因为没钱付电费，家里被电力公司停了电，然后煤气公司停了煤气。最后要不是因为健康部门为了公共卫生的原因制止了自来水公司，我家就会连水也没有了。家里的食品柜空空如也，幸亏我家有个小菜园，我们只好在后院生起柴火煮菜充饥。

一天，妹妹放学回家，兴冲冲地说：“我们明天要带些东西到学校去，捐给穷人，帮助他们渡过难关。”妈妈正要冲口而出：“我不知道还有比我们更穷的人！”当时外婆正和我们住在一起，她赶紧拉住妈妈的手臂，皱皱眉，示意她不要这么说。

“伊瓦，”外婆说，“如果你让孩子从小就把自己当成一个‘穷人’，她一辈子都会是个‘穷人’。她会永远等待别人的帮助，这样的人怎么能振作起来，怎么能当上‘富人’呢？咱们不是还有一罐自家做的果酱吗？让她拿去。一个人只要还有力量帮助别人，他就是富有的。”外婆不知从哪里找来一张软纸和一段粉红色的丝带，把我家最后一罐果酱精心包好。第二天，妹妹欢快而自豪地带着礼物去帮助“穷人”了。

直到今天，拥有3家酒店的妹妹仍然记得那罐果酱。无论是在公司里，还是在社区里，一看到有人需要帮助，妹妹总认为自己应该是“送果酱”的人。

父亲的竞选策略

文 / 卡塔·温特

我是在美国得克萨斯州长大的，从小亲身经历了父亲的3次竞选。我4岁时，他竞选法官一职，我曾帮着他把竞选宣传卡片分发给法院里的老者们。但他在那次竞选中失败了。那时父亲蓄着胡子，后来听说失败正是因为他的胡子。一个家伙甚至说：“我决不会把票投给一个眉毛长错地方的人。”实际上，父亲博学多才，是一个富有同情心的法律顾问，如果当选，会是一个好法官。

随后的1959年，父亲被任命为格雷森县代理司法长官，此后他又连续两次当选。那两次竞选对父亲是很严峻的考验。父亲不是出身政治世家，没有政治背景，也没有大把银子可用来竞选。父亲的竞选对手娶了一个富家小姐，可以用金钱为自己造势，在电视和报纸上连篇累牍地发布竞选广告，而父亲只能在竞选集会和宴会上宣传自己。当然，这种场合同样也少不了他的竞争对手，竞争对手大把地向人群撒传单和写着竞选口号的气球，而父亲只能散发少量的竞选卡片。父亲印制卡片的费用很有限。卡片上只印着一句话，“对于您的投票，我十分感激。”不过，最后父亲还是以比较大的优势赢得了选举。父亲靠什么赢得了选举，幼小的我不太明白。

4年的任期很快过去了，父亲又开始忙于竞选下一任期，那个富有的家伙再一次成为他的对手，所不同的是，这一次他下了更大的血本。那时我在上小学6年级，父亲对手的侄子正好与我同班，他狠毒地嘲弄我并到处说，他叔叔会在选举中痛击我的父亲。那些话刺痛了我。但当我把这件事告诉父亲时，他似乎变得比上一次更加自信。

投票日越来越近了，看上去一切都在向对父亲不利的方向发展。竞争对手不



择手段地攻击着我的父亲。一整版广告出现在报纸上，用通篇的谎言诋毁父亲4年里的工作。朋友和顾问建议父亲也登广告，他们都等待父亲有力的反击。父亲接受了建议，在地区报纸上刊登了一则竞选广告，但他只是列出了这些年所取得的成就，在结尾，他依旧写着：“对于您的投票，我十分感激。”结果，父亲再次赢得选举。

父亲的选举是我人生中非常重要的一课，事实告诉了我正直的价值。选举结果出来以后，父亲问我当初奚落我的小男孩现在怎样了？我告诉他那个男孩只要见到我就低下头，满脸窘相，我本可以狠狠地奚落他一顿，但我并没有那样做，因为那并不是必要的。你看，我没有反击攻击我的人，没人不愉快。整个班级都在为我高兴，用仁慈和宽容一样可以取得胜利。



比人聪明的红杉树

文 / 罗伯特·摩根

著名的美国红杉树是世界上最高的树种之一，也是地球上最庞大的植物之一。它们有的高达300英尺（1英尺约合0.3米），寿命长达2500多年。

这种树木主要产在美国加州沿海一带，难免要经受台风和暴雨天气的考验。有人认为这么高大的树木，可以在自然的挑战中顽强地存活这么久，它们一定有庞大的根系，它们的根基一定会伸展到地下几百英尺。

其实红杉树的根基并不深，加州海滩特殊的地质条件让它们的根部无法扎得太深。它们不畏风暴的秘密在于每棵杉树的根都和周围杉树的根纵横交错地锁在一起。

虽然表面上看起来是一棵棵独立的杉树，风暴来袭时，它们的根却互相支持、互相保护，一同抵御了上千年的风雨。

而在我们的生活里，有太多的人们却和红杉树恰恰相反，他们表面上亲密无间，私底下却只顾各自钻营。一有风吹草动，就互相排挤，最终全被淘汰。

