

[全球惟一授权中文版]

心灵鸡汤 06

The 6th Chicken Soup
for the Soul



大声说出你的爱

89篇激励人心的爱的故事

[美]杰克·坎菲尔 马克·汉森 编著
郭运娟 图 杨淳茵 译

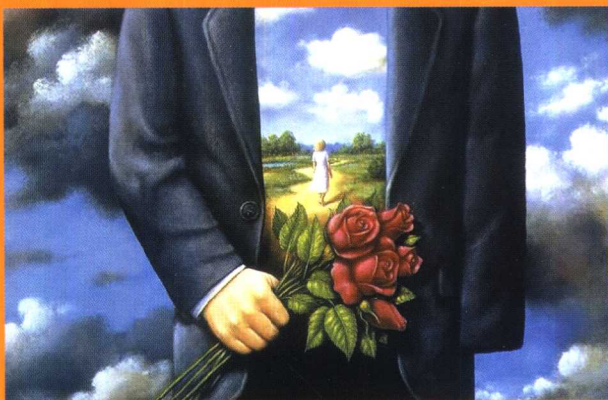
全美畅销书
排行榜第一名
经久不衰的
伟大励志书

现代出版社

心灵鸡汤

06

The 6th Chicken Soup
for the Soul



大声说出你的爱

89篇激励人心的爱的故事

[美]杰克·坎菲尔 马克·汉森 编著
郭运娟 图 杨淳茵 译

图书在版编目(CIP)数据

大声说出你的爱: 89 篇激励人心的爱的故事 / (美)
坎菲尔, (美) 汉森著; 杨淳茵译. —北京: 现代出版
社, 2003

(心灵鸡汤家族)

ISBN 7-80028-930-3

I. 大... II. ①坎...②汉...③杨... III. 青少年
心理学—通俗读物 IV. B844.2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 004829 号

CHICKEN SOUP FOR THE SOUL

By Jack Canfield and Mark Victor Hansen

Copyright ©1993 by Jack Canfield and Mark Victor Hansen

Chinese translation copyright ©2003 by Modern Press

Published by arrangement with

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

编 著 / 杰克·坎菲尔 马克·汉森

译 者 / 杨淳茵

责任编辑 / 刘宝明

装帧设计 / 点石堂

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 / 7.125

字 数 / 160 千字

版 次 / 2003 年 2 月第 1 版 2003 年 2 月第 1 次印刷

印 数 / 00001 ~ 20000 册

书 号 / ISBN 7-80028-930-3/I · 273

定 价 / 18.80 元

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载

爱，创造出能量
而故事则是爱的礼物

与你分享这些爱与感动





大声说出你的爱

89 篇激励人心的爱的故事

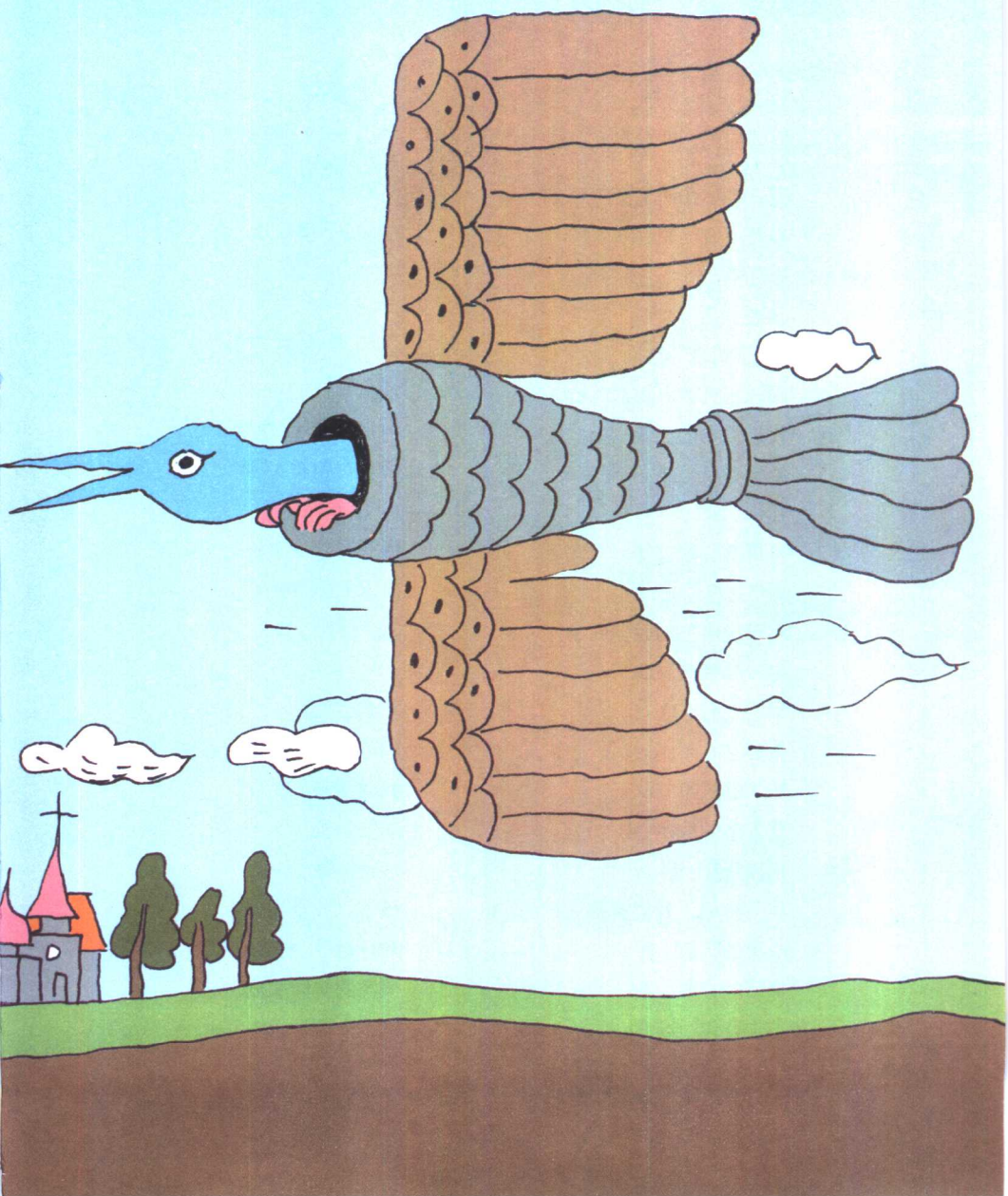
杰克·坎菲尔 马克·汉森 编著

郭运娟 图 杨淳茵 译





Chicken Soup for the Soul



导言_9

卷一 爱的力量

爱,创造出力量_12

爱是所有回忆_13

心之歌_15

真爱_17

“抱抱法官”_18

别说不可能_21

我是重要的_23

解救海星_25

礼物_26

哥哥的心愿_27

勇气_29

大声说出你的爱_30

多一句赞美_33

举手之劳_35

微笑_36

艾米的故事_39

情人节的故事_41

把握现在_44

我了解你,我们都是同样的_48

心灵的抚慰_51

最后的心愿_53

小狗待售_55



卷二 学习爱你自己

纯金佛像_58

由自己做起_60

所言句句属实_61

自信_62

自我宣言_64

流浪老妇_66

为人守则_68

卷三 教养之道

你给孩子什么样的环境_72

我的父亲_73

动物学校_79

亲密接触_81

孩子,我爱你_84

知行合一_86

美满的美国家庭_87

别吝啬开口_91



卷四 论学习

给我一个未来 _96
我喜欢自己 _97
珍贵的一张纸 _98
你是奇迹 _102
动手去学 _103
老师的手 _104
小男孩 _105
我是个老师 _110



卷五 让梦想成真

我做不到 _114
安息吧，“我不能”先生 _116
三三三的故事 _120
要求，要求，再要求 _122
世界为你震动吗？ _125
汤姆的缓冲贴纸 _126
只要要求，就有所得 _130
瑞克·李特的追寻 _133
信心的神奇力量 _137
格雷娜的梦想小札 _138
人生的目标单 _141
听着！宝贝，我就是你要的人 _149
愿意付出代价 _152
为梦想跨出第一步 _155
追随梦想 _157
父亲的盒子 _159
鼓励 _162
老当益壮 _163
行动才是勇者 _167
冒险 _168
微笑服务 _169

卷六 克服障碍

- 何谓障碍 _172
想想这些人 _173
不识字的人 _176
永不退缩的林肯总统 _179
向儿子学习 _181
失败只是暂时的 _184
为了成功，我在等待…… _188
天生我才必有用 _193
你一定行 _196
派蒂，向前跑！ _198
人定胜天 _200
信仰 _202
她拯救了 219 人 _204
你要帮我吗？ _207
再一次 _209
多和成功者接触 _211



卷七 处世的智慧

- 就这么说定 _216
暂停你的脚步 _218
如果能重活一次 _221
两个和尚 _222
告诉我上帝的容颜 _223
海豚的恩赐 _224
大师经手，点石成金 _226



导言



现代人正承受着许多无谓的情感焦虑，我们也竭己所能地想要这些焦虑消除。事实上，追求高度的自我评价与个人效率，任何人都做得到。

本书收录了近百篇故事，每位作者都提供了他们的生活体验和处世哲学，请不要以速读的速度将本书狼吞虎咽地浏览完，用心去看这些故事，细细品尝及回味，它对自己有何启示、带来何种感动、是否让我们能重新检视自己。

也许某些故事会给您特别深的感触，有些会有特别意义，有的会让您感动落泪，有的会让您会心一笑，有的则会使人满怀温馨。不管您有什么感觉，重要的是，这是您的感觉，请真诚地面对。

我们在许多研讨会上都曾用本书的故事作为讨论案例。我们发觉，由于各人境遇相异，所以同样的故事对不同的人就会产生不同的启示。您不妨也多花点时间消化这些故事，看看对您是否也有特别的意义。

如果您读到一篇感人的故事想与人分享，那便将文章传阅；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，但可能会让您的心境发生极大的转变。

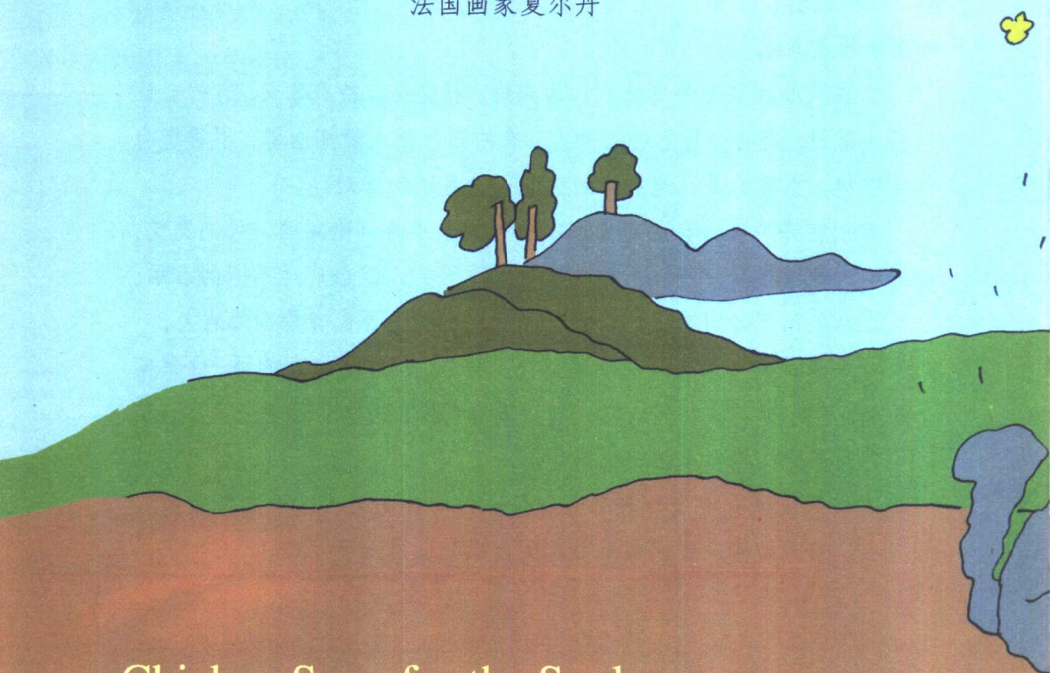
本书的故事有些是作者的亲身经历，有些是名人、专家提供的实例，不论来源如何，我们都希望这些故事能让您有所收获。

卷一

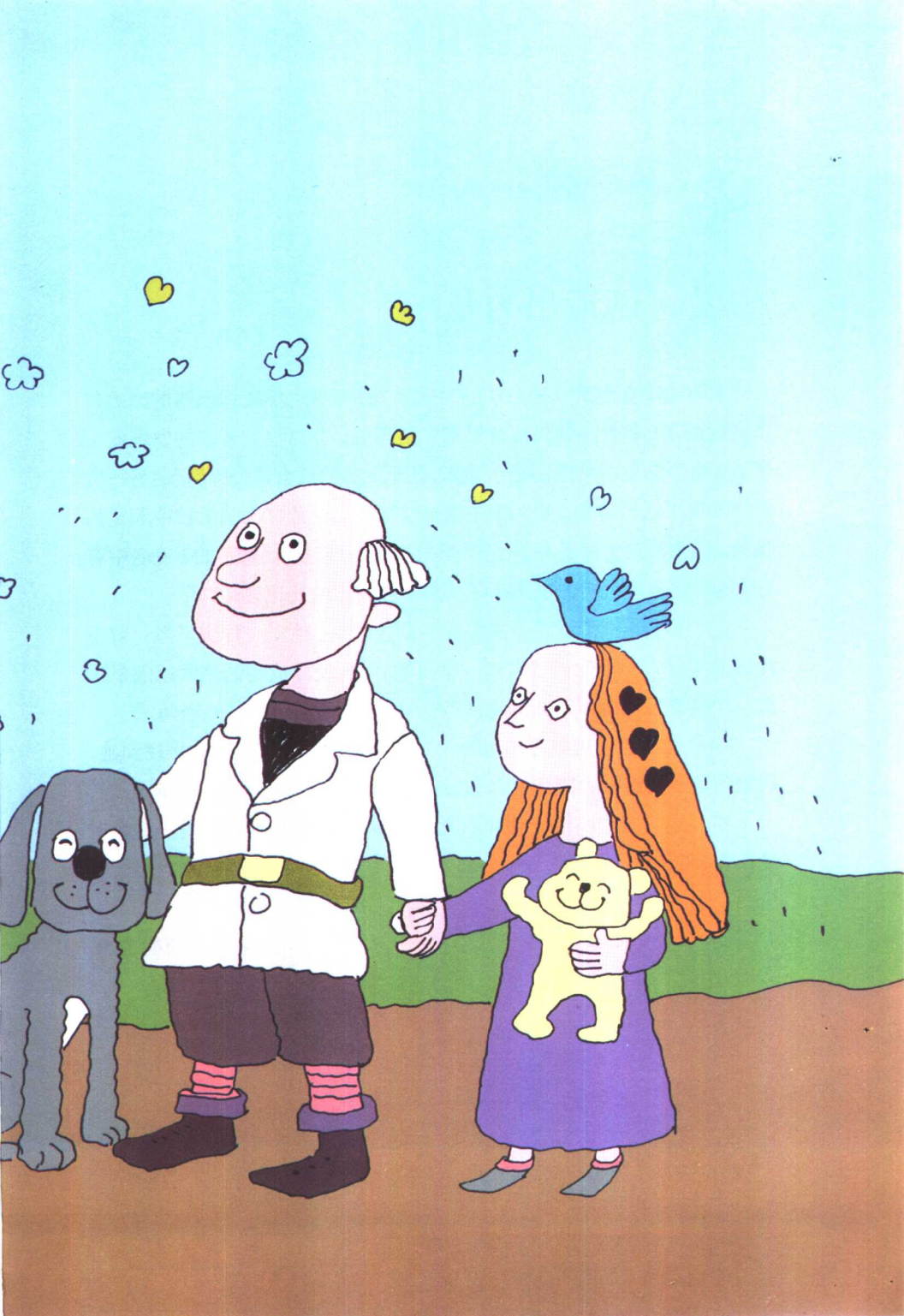
爱的力量

人类在探索太空、征服自然后，终将会发现自己还有一股更大的能力，那就是爱的力量。当这天来临时，人类文明将迈向一个新的纪元。

法国画家夏尔丹



Chicken Soup for the Soul





爱，创造出力量

25年前，有位研究社会学的大学教授，叫班上学生到巴尔的摩的贫民窟调查200名男孩的成长背景和生活环境，并对他们未来的发展做一评估，每个学生的结论都是：“他们毫无出头的机会。”25年后，另一位教授发现了这份研究，他叫学生做后续调查，看昔日这些男孩今天是何状况。结果发现，除了有20名男孩搬离该区或过世，剩下的180名中有176名成就非凡，其中担任律师、医生或商人的比比皆是。

这位教授在惊讶之余，决定深入调查此事。他一一拜访了当年曾受评估的年轻人，向他们请教同一个问题：“促使你成功的最大原因是什么？”结果他们都不约而同地回答：“因为我遇到了一位好老师。”

这位老师目前仍健在，虽然年迈，但仍然耳聪目明。教授找到她，问她到底有何绝招，能让这些在贫民窟长大的孩子个个出人头地？

这位老太太眼中闪着慈祥的光芒，嘴角带着微笑回答道：“其实也没什么，我爱这些孩子。”

艾瑞克·布特渥斯



爱是所有回忆

父亲与我谈话时，他总是先说一句：“今天我对你说过我有多爱你吗？”通过这句话，我深深感受到父亲对我的爱。随着岁月的流逝，父亲已步入老龄，体力大不如前，然而我们父女间的感情却是一日比一日深厚。

82岁时，他已有撒手而去的心理准备，而我也想让他早日脱离病痛折磨。我们紧紧握手，笑着和对方告别，但仍忍不住盈满泪水。我说：“爸，等你走后，我希望能接到你报平安的消息。”他笑说我想法荒谬，因为父亲并不相信轮回转世的说法。其实我也不太相信鬼神之说，但我的许多亲身经验却又让我不得不怀疑“另一边”的人能与我们相通。

所谓父女连心，当父亲走的那一刻，我也清楚地感到他心脏病发作时的瞬间痛楚。最令我遗憾的是，碍于医院的某些规定，我竟无法在他咽下最后一口气时握着他的手。

父亲走后，我日日祈祷能听到他的声音，每晚我期盼他能到我的梦中来，但仍是音讯全无；4个月了，我听到的只有亲友的吊唁。母亲早在5年前因老人痴呆症去世，失去双亲的我，即使已过中年，心里仍像孩子一样茫然无助。

有一天，我躺在黑暗安静的房间里等着师傅来帮我按摩，一阵想念父亲的思绪又涌上心头，我开始怀疑，是否自己过于殷切地期盼能听到他的声音。突然间，我发觉自己的感觉敏锐异常，头脑出奇的清楚，就算给我一长串的数字我也能加减自如。起初我怀疑自己是身在梦中，但后来我确定，这种感觉是百分之百的真实。思绪原本犹如投入了石子的



湖面，混乱不堪，此时却异常的平静。对这种改变。我惊讶不已，这让我领悟到：或许我不该如此强求获得父亲的信息。

霎时，我在黑暗中见到了母亲的脸——她在患病前那张充满慈爱的丰润脸庞，她仍是一头白发，脸上依旧带着笑容。母亲的影像如此真实、鲜明，似乎伸手便可触及。她的模样一如从前，我甚至闻到她最爱用的Joy的香水味。她静静地站在我面前，一言不发。我有些纳闷为何我想的是父亲，出现的却是母亲，同时也为自己许久未想起过母亲而感到有些愧疚。

我说：“妈，晚年的那场病让您受苦了。”

母亲轻轻地将头侧到一边，仿佛表示了解我的心意。她给了我一个美丽的微笑，然后清楚地说：“不过，爱是我所有的回忆。”说完便消失无踪了。

房间突然吹进一阵轻风，使我不禁打了个寒战。此时我深深感到，最重要的是我们曾对彼此付出关怀，苦痛会消失，惟有真爱永留心间。

母亲这句话点醒了我，直到如今，我还忘不了与她相见的这一刻。

虽然我一直没有父亲的信息，但我深信有一天，他会出其不意地出现在我面前，再说一次：“今天我告诉过你我有多爱你吗？”

芭比·布鲁斯坦