

全译珍藏版

# 心灵鸡汤

## IV

### Chicken Soup for the Soul

杰克·坎菲尔 马克·汉森 / 著

赵明明 李伟国 / 译

温馨感人的心灵故事滋润心灵  
增长生活智慧应对变化不已的社会

全译珍藏版

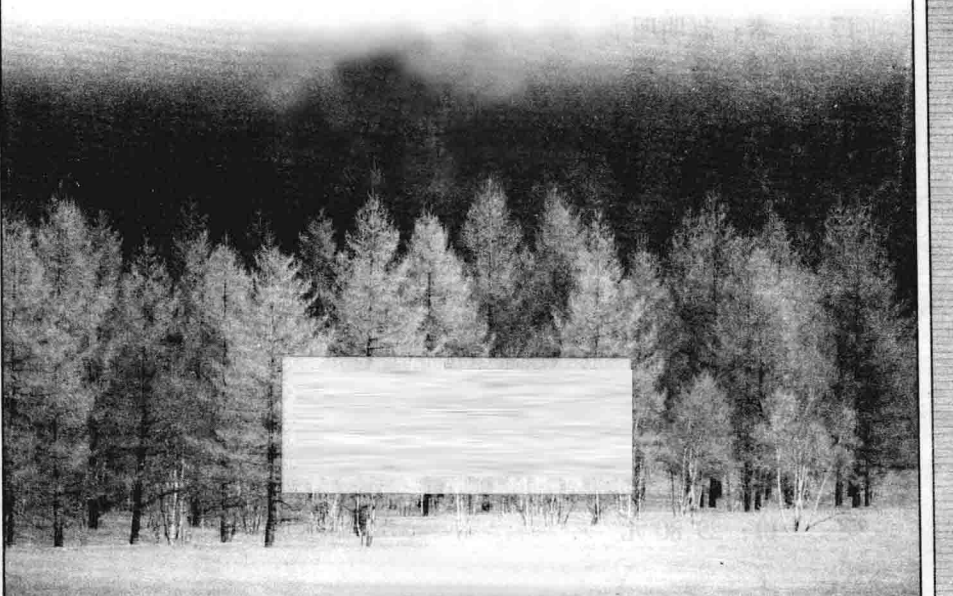
# 心灵鸡汤

## IV

Chicken Soup for the Soul

杰克·坎菲尔 马克·汉森 / 著

赵明明 李伟国 / 译



## **A 4th course of chicken soup for the soul**

2002 Jack Canfield and Mark Victor Hansen Published by  
arrangement with The Jeff Herman Agency, Inc.  
copyright licensed by Health Communications, Inc.

2002 中文简体字版专有出版权属延边大学出版社

版权所有，不得翻印

吉林省版权局著作合同登记

图字 08 - 2002 - 088

## **心灵鸡汤 IV**

---

**作 者：**杰克·坎菲尔 马克·汉森

**译 者：**赵明明 李伟国

**责任编辑：**金玉春

---

**出 版：**延边大学出版社

**发 行：**全国新华书店

---

**印 刷：**吉林省九三彩印厂

**开 本：**850×1168 1/32 印张：20 600 千字

**版 次：**2002 年 3 月第一版 2002 年 3 月第一次印刷

**印 数：**1 - 3000 册

---

**书 号：**ISBN7 - 5634 - 1235 - 2/I·1100

**定 价：**29.80 元

## 译者序

时光荏苒，屈指一算，踏出校门至今，已将近八个年头。随着忙碌的生活步伐和社会的快速脉动，每日耳濡目染各类新奇的事物与五光十色的刺激，不知不觉中，已逐渐忘却年少时期，我是以何种纯挚热忱的心来看待周遭的事物。阅读喜好和习惯改变了，连思考、衡量事物价值的标准，在日月递嬗中，也兴起大幅度转变。日常琐事，柴米油盐，早已让人身心俱疲，再加上无孔不入、强迫式的资讯轰炸，我的脑海挪不出一丝的空隙，来思考反省生命的意义和本质。青涩时期善感易动的柔软心灵，早已变得麻木闭锁，纵使偶因一、两件事情，内心深处流露一丝温柔或感动，也是一闪即逝，随即又被其它烦人琐事所蒙蔽牵绊。年轻时单纯的慧黠心眼，能看出一草一木的新鲜可贵，但在红尘中翻滚经年后的疲惫沧桑，对落入眼帘的万物，已尝不出任何深刻的滋味。阅读和翻译工作对我而言，已俨然成为一种生活习惯和必需，汲汲探索新知的成分，远超过追求性灵的成长。

初遇“心灵鸡汤”一书，可说十分偶然，原以为只是青少年的励志小品，但在展书阅读的当刻，此书更如澄澈甘甜的泉水般，立即润泽滋养我的心灵。其中文章虽不若我惯常爱读的小说般高潮迭起，引领我在书页间经历人间的大悲大喜。但其清清浅浅的字里行间，却充溢不可思议的动人力量。随着阅读进程的推展，它竟如春风轻抚过枯原般，唤起我心灵的生意，总让我在掩卷冥思之际，体验到全身酣畅，宛若新生般的喜悦和祥和。

从此以后，只要此系列丛书有新作问世，我一定迫不及待想

细细品尝书中每一则小故事。没想到自己竟有机会翻译“心灵鸡汤”第四集。接稿之后，在埋首逐字翻译的过程中，透过每则故事主人翁的眼，我渐渐能再用光明、积极的角度，来审视周遭事物。原已枯竭的心灵，竟又一点一滴涌现活水，呈现前所未有的祥和与宁静。

此书中的每一段故事，虽是不同国度、不同人种的际遇和点滴悲喜，但却细微地抒发出人类共同的情感和命运，让人读来感同身受，毫不唐突。往往其中一场景一对话，便巧妙勾引起我相似的回忆，动了我的心，让我麻木的知觉，苍茫的眼，再度雪亮活络起来。它层层洗磨去我心灵的厚角质层，唤醒我性情中善良、宽容、敏锐与慈悲的细胞。

其中，最让我动容的一篇文章，是一个女儿追忆双眼失明的母亲，如何辛苦温柔抚育子女的点滴往事，读来令人笑中带泪。这有名“缺陷”母亲的母爱，是如此不平凡而不容易。原来，在这世界上的许多角落里，仍有许多平凡小人物，在恪守本分的同时，仅为了其所执著的理念和信仰，认认真真的生活着；原来，只要我愿意，我可以一直保持赤子之心来看这世界。

翻译完一段段文字，心中层层物质欲望和积年顽垢也随之销蚀化解。我重拾了对一粥一饭，一衣一物，怀抱感谢珍惜的情怀。在此书全部译毕时，心境焕然一新之充实感，实非以高价买下自己梦寐以求商品的满足所能比拟。

能改变人生观的书可遇不可求，而发掘一本能让人崇尚人生光明面的书的机会亦不多，在各式各样书籍充斥的书市中，“心灵鸡汤”无疑是您的最佳选择。诚心将此书推荐给所有读者共享。

## 前 言

每个人都是一则故事。记得孩提时期，人们会围绕在餐桌前，诉说他们的故事。

现在，我们已经很少如此做了。大家围绕餐桌说故事，不仅为了打发时间，也是传承智慧的好方法。故事内容有助于让我们度过更珍贵、美好的人生。科技虽日新月异，使生活更加便利，但还是有很多人的生活过得并不好。因此，我们需要再次重温彼此的故事。

瑞察·诺阿米·雷曼

每个人都有则故事。不论我们从事什么工作；不论我们银行账户里存有多少钱；也不论我们是哪种种族肤色，我们都有各自的故事。不管这故事是否能用眼睛观察到，或只是深藏在心中，我们每个人都有段故事可说。我们应相信过去的经验、当时身心的状况，无一不是故事。我们内心呈现的生活故事，其实已包含了我们对自己能力的真实认知。

人出生后所面临的生活，不一定就是我们一辈子的命运。每个人都有改写自己故事、重新安排自己定位、调整内容的力量。生命的结果，绝大部分取决于我们对每件事情的反应。我们可以自由选择成为生命之剧中的英雄或受害者。

好的故事如我们生活中的良师益友般，能给我们许多启发。故事里往往蕴含独一无二的经验和洞察力，可使我们从昔日僵化的模式中解脱出来，也提供了我们反省自己、展望未来的绝佳机会。一则真正精采的故事可协助我们认清选择方向，洞察过去我

们从未想过的替代方法，提供我们尝试用全新方式和不同角度来看待事物。

你在本书中会看到许多人格典范——无条件的仁慈、爱、勇气和远见；他们在困顿沮丧时仍依存的行事标准和希望，不仅净化我们的心灵，也激发我们的灵感。

有些故事传达的讯息能安抚、激励人心，你可多加参考，反覆阅读。有些故事或许会让你想起家人、朋友和同事，你可与他们一起分享。

## 如何读这本书

我们很惊讶此系列的书，在世界各地读者间引起如此广大的回响。有人说他喜欢一口气读完，有人说他只特别仔细研究感兴趣的几篇文章。但绝大部分读者都告诉我们，最有效的方法是，一次只读一到两则故事，然后细细咀嚼、品味故事所引发的情感。

我们会建议你慢慢读，让每则故事真正触动你的心弦，潜沉至你心灵深处。你不妨问问自己，要怎样将故事中学到的经验，应用于自己的生活中。如果能认真投入每篇故事，将它当成你自身的事情，相信它一定会对你的生活造成很大的冲击和影响。

整理这些故事虽耗费许多功夫，但我们最后还是挑选出其中最精彩的故事献给你，希望你也能像我们一样地喜欢这些故事。但愿它能带给你欢笑、泪水、深入思考和痊愈的力量。

我们希望籍由这群做不平凡事的不平凡人的例子，引导你顺利步上自己的人生旅程。

也衷心期盼你能在本书中找到那篇真正开启你生命之门的故事。

杰克·坎菲尔

马克·汉森

汉那区·麦克考提

玛拉蒂·麦克考提



心

灵

鸡

汤

全

译

珍

藏

版

Ⅳ

---

译者序/ 1

前 言/ 3

如何读这本书/ 5

**卷一/爱**

在我背影守候/ 2

温柔的关怀/ 5

最佳祝福人/ 7

世上最富有的女人/ 10

不愿忘记的事/ 13

爱的征兆/ 16

他们相信会得到/ 18

- 要求你的另一半/20  
耶稣宝宝在哪里/24  
上帝安排的地点/27  
十分钱/30  
卡文赢了/34  
苏珊的礼物/37  
养发记/41  
钟声响起的那一夜/44  
最好的礼物/46  
电话朋友/50  
生日快乐歌/54  
内在美/57  
我拥有如此多/60  
我自己的钱/64  
老虎的胡须/71  
想起你/75  
蓝梅紫还是紫红色? /79  
渴望你的爱/82  
成为真正的爱人/86  
爱尔兰的爱情故事/88  
S-h-m-i-l-y/93

**卷二/仁慈**

- 递些小零钱/96  
承受不住/98

- 再吻我一次/101  
付出是为了获得/104  
木雕天使/107  
嗨！柯尼拉斯/109  
电话查询协助/113  
瓶中的希望/116  
道路通则/120  
我的经验/123  
大脚——更大的心/127  
发自真心的投标/128  
善行超越人间险阻/130

### 卷三/父母及教养之道

- 爱的传奇/134  
无心的礼物—送给大卫的小狗/138  
给爱莲恩的信/143  
拥有某人/145  
安迪的梦/147  
饼干、忘怀与原谅/151  
俄班那的送别/154  
一个简单的爱的行动/157  
胜利者对胜利者/160  
母亲的双手/162  
安全毛毯/164  
割不断的关系/166

- 爱的两面/169  
回 家/174  
终生收获/177  
红色小靴/179  
我的父亲/181  
跟从母亲的脚步/184  
归属感/185

## 卷四/施子

- 无言的爱/190  
角色反串/191  
美乃滋战争/192  
眨 眼/194  
等 待/197  
最后的告别/201  
看轻自己/203  
向可以给你的人要求/207  
献给霍金斯/210  
圣诞童子军/213  
世上真有圣诞老人吗/216  
感恩节的故事/220  
最后一根稻草/223  
纯属巧合/232

## 卷五/教与学

- 名词与动词/236  
如何爱你/238  
永不分开/240  
起 舞/243  
想得到就开口要/245  
没有借口的礼拜天/250  
事关荣誉/251  
我生命中最伟大的教师/254  
思考卡/257  
我是老师，我怎能缺课！/262

## 卷六/信仰

- 我仍爱你/266  
完全的自由/268  
星期三/270  
二十周年庆/272  
期待奇迹出现/274  
一个步兵的回忆/277  
奉献的祭坛/280  
热线一一九/285  
单纯的星期二/287  
为我告诉全世界/289

- 永远年轻/292  
谢谢你，艾弗瑞奇小姐/294  
宝贝，你是……/298  
给你爱的人笑脸/300  
浸信会牧师/301  
信 仰/302

## 卷七/生死问题

- 得分卡/304  
伟大男人身后的女人/307  
离婚后/308  
他们十分坚持/310  
杰若米在复活节蛋里放了什么？/312  
结婚礼服/315  
最伟大的牺牲/319  
戒指的奇迹/322  
及时的宝藏/326  
你不再送我花了/328  
没人照料的坟墓/331  
晨曦中的红果冻/333  
我想你们该会想知道/337  
甜蜜的道别/339  
她正在等待/342  
至死不渝的情份/344  
捐赠者/346

晚安，祝好梦，我爱你/348

知道你毫无损失/352

## 卷八/观点问题

至死不渝/354

爱的连线/356

最后的要求/358

他们从经验中学习/361

一位水手的圣诞礼物/363

吓死人的慷慨/366

自尊心/368

他们知道要的是什么/390

他们相信应有所得/393

后院的天使/394

救人一命/400

米饭布丁/404

没有他的日子/408

禁止停车/413

不敬的操纵/414

主日学课程/416

人间天使/417

拾获的金钱/421

一点仁慈心/422

婴儿航程/426

爱你的伴侣的五十个妙诀/428

- 拯救他的命/430  
艾瑞克的老朋友/436  
伤 疤/439  
往下看/440  
如何分辨你何时富有/442  
假设你能够/444

## 卷九/克服障碍

- 出乎预料/446  
狗的英勇故事/450  
爱滋长的地方/454  
心（新）球鞋/458  
好好爱我/462  
白马王子/467  
圣诞节的母亲/471  
罗尔·瓦伦伯格的故事/476  
工作中的天使/483  
玛格丽特与露丝的故事/487  
恐 惧/489  
B太太的感恩节惊喜/495  
坚持雪耻/498  
药品/500  
苏西的跑步活动/505  
刻骨铭心/507  
他们勇于向恐惧挑战/509



亨利·德若南/511

受限制且不正确的想法/513

音乐响起/521

盘踞在我心中的正确信念/526

爱的礼物/528

无 知/532

## 卷十/折衷的智慧

送给全年度的一〇一项礼物/536

第二次机会/540

你必须认识的格莱蒂丝/545

猛男秀/547

磨损的二手货/549

柠檬水与爱的故事/551

幸运饼预言/555

意志力/559

信心测试/561