

《读者》三十五年精华文丛

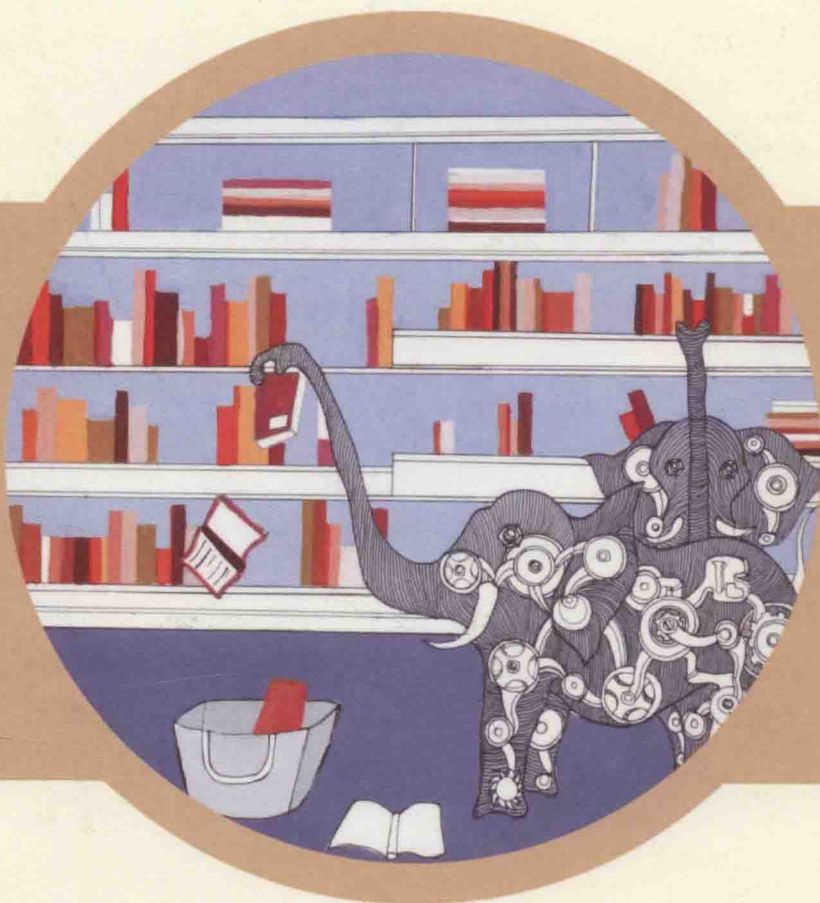
读者[®]



READERS

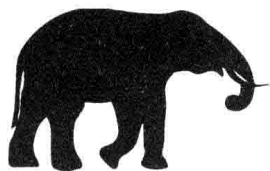
读者的生活 (上)

读者杂志社编选



读者
READERS

《读者》三十五年精华文丛
读者的生活
上



读者杂志社编选

新星出版社 NEW STAR PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

读者的生活：全2册/读者杂志社编选。—北京：新星出版社，2016.5
ISBN 978-7-5133-2130-3

I. ①读… II. ①读… III. ①文摘—世界 IV. ①Z89
中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第076781号

读者的生活

读者杂志社 编选

责任编辑：高晓岩

特约编辑：曹榆萍

责任印制：李珊珊

装帧设计：曹 静 @hakuna陆壹

出版发行：新星出版社

出版人：谢 刚

社 址：北京市西城区车公庄大街丙3号楼 100044

网 址：www.newstarpress.com

微 博：@新星出版社

电 话：010-88310888

传 真：010-65270449

法律顾问：北京市大成律师事务所

读者服务：010-88310811 service@newstarpress.com

邮购地址：北京市西城区车公庄大街丙3号楼 100044

印 刷：北京市松源印刷有限公司

开 本：889mm×1194mm 1/32

印 张：27

字 数：600千字

版 次：2016年5月第一版 2016年5月第一次印刷

书 号：ISBN 978-7-5133-2130-3

定 价：100.00元（上下册）

版权专有，侵权必究；如有质量问题，请与印刷厂联系调换。

目 录

上 册

- | | | |
|----|-------------|-----------|
| 1 | 人生的忠告 | 约翰·W. 加德纳 |
| 5 | 怎样对付遇到的不幸? | 安·兰特斯 |
| 8 | 征服最后的敌人——死神 | 达夫尼·杜·穆里埃 |
| 12 | 批评的艺术 | 乔治·温伯格 |
| 16 | 最美好的时刻 | 格拉迪·贝尔 |
| 18 | 知心的礼物 | 保罗·维拉德 |
| 23 | 怎样欣赏名著? | 斯蒂夫·爱伦 |
| 27 | 最好的忠告 | 玛丽亚·马丁 |
| 31 | 一个追求完美的人 | 沃尔特·皮特金 |
| 35 | 你真在听吗? | 玛格丽特·莱恩 |
| 39 | 遗传 | R. 科恩 |
| 42 | 勇于信人 | A. 惠特曼 |
| 46 | 放风筝那一天 | F. 富勒 |

- 50 难忘的一夜 F. 奥斯特勒
- 54 父亲这一行 子敏
- 60 睡眠就是黄金 索菲·德律古
- 64 再见了，孩子 约翰·G. 哈贝尔
- 70 交谈的秘诀 威廉·戈丁 爱德华·梅曼
- 75 亲爱的，我来了 卡伦·欧考那
- 79 人性的弱点 戴尔·卡耐基
- 89 人性的优点 戴尔·卡耐基
- 98 夜深人静之时 阿迪科·惠特曼
- 103 抬头挺胸好处多 朱利皮尔森
- 107 论生活 林语堂
- 114 特立独行的力量 佚名
- 118 经营人生 松下幸之助
- 124 教导人生 利奥·巴斯卡利
- 128 健忘之乐 奥戴尔·谢帕德
- 131 人体秘语 D. 莫里斯
- 139 吸引人的三大秘诀 一为一丁 编译
- 147 别怕凭直觉行事 海考·恩斯特
- 152 银色的谢意 C.D. 麦克肯辛
- 154 风与智慧 朱和平 胡开杰 编译
- 158 相逢何必曾相识 阿迪斯·惠特曼
- 163 怎样给人留下好印象？ 罗查·艾雷斯 乔·克劳斯哈尔
- 169 婚姻幸福诀 佚名

- 173 出生前的奇妙世界 张亚秀 译
- 179 等待生活 阿尔·马丁内斯
- 182 钱买不了人情 克里斯朵夫·A.波佳
- 185 沉默是金 吉恩·帕温
- 190 呼吸 尤·邦达列夫
- 192 人的夜晚心理 郑秀美 编译
- 195 摘掉蒙眼布 玛丽安·E.钱伯利
- 199 距离 雷因
- 202 带着感激之心生活 陈燕妮
- 204 丑小猪原则 克利福德·库泊
- 208 新鲜的桂花茶 林清玄
- 212 活到老真好 王鼎钧
- 216 大势 邹静之
- 218 穷理查年鉴 本杰明·富兰克林
- 220 活出意义来 维克多·弗兰克
- 228 小黑奴桑迪 马克·吐温
- 230 人瑞长生箴言 石永贵
- 233 什么是值得追求的? 纳蒂·里德·坎皮思
- 237 生命中的种种误解 阿忆博士
- 242 寻找 劳拉·里查德
- 244 一丈之内 池莉
- 248 做一个受欢迎的客人 贝坞利·法利
- 253 死前要做的五十件事 温迪·斯瓦洛·威廉姆斯

- 256 一屋子的爱和欢笑 简·雷诺
- 263 默想 叶圣陶
- 268 消极人生的治疗方案 皮特·库莫
- 275 我要用全身心的爱来迎接今天 奥格·曼狄诺
- 279 父母留给我的遗产 新风霞
- 282 忠实于自己 池田大作
- 285 农妇语录 麦邦盈 辑
- 289 《瓦尔登湖》选萃 亨利·梭罗
- 291 给自己装上“暂停按钮” 柯维
- 294 不敢独享的八个字 郝明义
- 297 葛拉西安箴言 巴尔塔沙·葛拉西安
- 300 我是一个现实主义者 珍妮特·洛尔
- 303 定期地让自己清零 潘石屹
- 307 不要嘲笑把饼画在墙上的人 罗克
- 311 美貌的力量 南希·埃特霍夫
- 316 黄昏的访客 约翰·海恩斯
- 321 感到不舒服 希拉里·鲍尔
- 328 那边的青草总是更绿一些 诺埃尔·佩林
- 332 面孔背后有面孔 丹尼尔·麦克尼尔
- 336 爱情生物学 乔希·菲施曼
- 344 飞蛾之死 弗吉尼亚·伍尔夫
- 349 为什么我不想寻找生母？ 葆拉·伯恩斯坦
- 355 最美丽的笑容 威尔

360	母亲为孩子而活	尼古拉·马申科
370	我的乐趣有五种	普里斯特利
375	你生活在哪个童话里？	魏怡 编译
383	怎样做一个有耐心的人？	乔·库代尔
388	杰出者	霍华德·加德纳
397	色彩密码：四种颜色的性格	泰勒·哈特曼
404	婚姻是一所大学	约翰·格雷
414	人生之秋	米·努埃曼

下 册

- 421 关于财产——爸爸写给儿子的信 肯特·尼伯恩
- 429 跟陌生人说话 刘心武
- 434 美女与野兽 戴维·巴利
- 438 跟随你的心 安德鲁·马修斯
- 444 我们都老得太快却聪明得太迟 佚名
- 448 我喜欢你的原因 罗伯特·B. 西奥迪尼
- 456 我干杯，你随意 沈宏非
- 461 享受心安理得 朱晓琳
- 464 人生三步骤 钱穆
- 470 你的信，寄出去了吗？ 爱丽丝·萨佛
- 474 有氧的生活 钱海燕
- 477 共同的家 刘亮程
- 482 完美人生 谁谁谁
- 484 生活有目标比赚钱重要 肯尼斯·贝林
- 487 宴席上的座次 彭匈
- 492 为什么生活总是这么糟？ 郑载承
- 496 大难临头，我们如何逃生？ 刘海虹
- 502 人生的两条真理 亚历山大·M. 欣德勒
- 506 给儿子的信 赫尔岑

- 509 是什么让我如此出色? 迈克尔·乔丹
- 514 管好你的身体 迈克尔·F. 罗伊
- 517 分享雅致生活 亚历山德拉·斯托达德
- 521 一个卖热狗的小贩 涵西 编译
- 524 女人什么时候开始享受? 毕淑敏
- 528 悲伤的种子 陈实 编译
- 531 成为有钱人的办法 赵小丹
- 537 活在当下 尤金·奥凯利
- 543 人老了是什么感觉? 莫里斯
- 545 疾病的真相 曾志锋
- 549 西伯利亚的熊妈妈 鲍尔吉·原野
- 552 特朗普的测试题 唐纳德·特朗普 比尔·赞克
- 557 爱情经济学 本·斯坦
- 560 不完美的独特 查理·巴登霍普
- 562 我们给世界留下什么? 落落
- 567 认同自己的身体 谢莉·卡特-斯科特
- 571 过自己的生活 汤姆·沃尔什
- 574 孩子们今天晚上会想你的 袁莉
- 577 布拉格之手 阿贝尔
- 580 人类为什么要跟自己过不去? 纪晓
- 584 长寿的决定因素 德斯蒙德·莫里斯
- 587 致蒋经国 蒋介石
- 589 一罐果酱 埃德加·布莱索

- 591 水上的名字 朱莉·亨特
- 593 一天一英镑，坚持过一年 凯思·凯莉
- 598 “不持有”的生活 金子由纪子
- 602 外包你的生活 善迪·密西尔
- 608 如何优雅？ 查斯特菲尔德
- 610 愿你尽享世间美好 鲍勃·珀克斯
- 613 从容一生 俞敏洪
- 615 险境中的幸福 刘威麟
- 618 父亲的名言 班超 编译
- 621 两个人的茶 希瑟·海恩斯
- 625 我们需要多少睡眠？ 阿诺·范德维勒
- 630 玛格丽特的微笑窗台 张辛欣
- 634 穿戴假名牌的道德成本 雷·赫伯特
- 637 乐趣，是幸福的真意 米哈里·契克森米哈赖
- 641 犬子在，不远游 蔡春猪
- 649 大家都有的定律 朱德庸
- 654 身体里的家 林特特
- 656 对话守则 哈维尔等
- 657 姚明的告密信 莱斯利·亚历山大
- 660 我为什么能活一百岁？ 陈立夫
- 665 独立，从一个人旅行开始 新井一二三
- 667 总有绝处逢生的出口 拉塞·康威尔
- 670 丈夫这东西 渡边淳一

- 673 上帝的失误 阿溟
- 678 我只有一束鲜花 张炜
- 682 活着就是为了玩 阿克塞尔·哈克
- 684 小鸟·骆驼·鲸 郝明义
- 687 人的一生能交多少朋友? 础德
- 690 谋杀身边的好人 尼古拉斯·帕蒂
- 693 别人没那么在意你 丹尼尔·亚蒙
- 695 美好的生活 舒国治
- 698 医生的死亡之道 肯·穆雷
- 704 比萨饼碎屑 罗杰·迪安·基瑟
- 707 远游无处不销魂 石田裕辅
- 713 “忙碌”陷阱 提姆·克雷德尔
- 719 好喝的汤 爻俏
- 721 树 阿澜·卢
- 725 身体的十二条情绪秘密 阿纳斯塔西亚·斯蒂芬斯
- 728 邂逅温暖的陌生人 沈奇岚
- 732 好日子正等着我们 莎拉·班·布瑞斯纳
- 734 小谎言为何令人欲罢不能? 林衍
- 738 坚强 伊能静
- 742 痞痞的青春岁月 蔡智恒
- 745 莫迁怒 马歇尔·古德史密斯
- 747 两人 三浦友和
- 753 如何平衡你的工作和家庭? 李开复

- 757 给感到不安的你 松浦弥太郎
- 759 只说事实 李·布兰顿伯格
- 762 亲戚们 荞麦
- 768 祖母的生活信条 沙浓·凯瑟
- 770 衣香 朱天文
- 774 故事终结 布里吉特·吉罗
- 777 假如生活是一本书 艾米·珀迪
- 781 更厉害的高手 侯文咏
- 784 失去爱人的滋味 彼得·B.巴赫
- 790 为什么更多反而是更少? 罗尔夫·多贝里
- 793 论老之将至 罗素
- 797 父亲给三毛的信 陈嗣庆
- 806 房东太太的人生哲学 日本百合
- 808 生命中最美好的告别 苏珊·史宾赛温德
- 814 一位医生的死 林文月
- 820 我的母亲 北野武
- 823 我来到这个世上的意义 李光耀
- 827 我将死去，但仍前行 保罗·卡兰斯
- 833 当我们谈做菜时我们在说些什么? 和菜头
- 836 你跟自己处得来吗? 杨照
- 839 冷眼看人生 内维尔·凯斯
- 846 找个有趣的人白头偕老 正经婢儿

人生的忠告

[美国] 约翰·W. 加德纳 汤卓跃 摘译

假设你能用一个词对一个生活在二〇〇〇年的青年提出一个忠告。用一个词！那是什么呢？

过去几年，我向许多朋友问及这个问题，答案都非常一致，有三个词几乎总是名列前茅。

人们提到次数最多的一个词是“生活”（Live）。这是人们对第一个忠告的正确选择。假如你铭记史怀彻^①所说的“崇敬生活”这句名言，记住一个生物学家对生命过程的复杂性及其奥秘所持有的观点的话，你对这个词的含意就会有广泛、深刻的认识。

在桑顿·怀尔德的《我们的城镇》这出戏中，有一位年轻女子死了，不过她发现，她有一个机会，可以重到人世活一天。她选择了她第二十个生日那一天。当那天开始

^① 史怀彻（阿尔伯特·史怀彻），生于1875年，卒于1965年，是法国基督教牧师、哲学家、医生及音乐家，曾获1952年诺贝尔和平奖。

时，她的第一个反应，就是有一种要品尝人生每寸光阴的强烈欲望。“我不能用冷酷的眼光看待一切。”她说。然而，使她伤心的是，她看到她家里人并没有怀着任何强烈的感情来感受生活。她在绝望中对她的母亲说，“咱们彼此看一看吧！”而后又说道：“啊，大地，你真是神奇得使人无法认识你。人们是否在活着的时候认识生活了呢？”大多数人都在虚度年华。

第二个差不多人人都提及的词是“爱”（Love）。至于这个字的含意，众说纷纭，莫衷一是。第二个忠告意味着各种类型的爱——兄弟之爱、男女之爱、宗教之爱、人性之爱等等。但是，首先，它意味着一种打破人们之间种种隔阂的能力，使自己不是幼稚地而是成熟地逃离自我禁锢。这种情况人们在十八岁时会发生，八十岁时也会发生。

第三个忠告是“学习”（Learn）。我们从小就有这种想法，认为学习只是一种“职责”，并且学校常常使我们确信，学习是一种枯乏的义务。为了澄清你头脑中的这种误解，请观察一下婴儿学走路的过程：他试着走，跌倒了；爬起来，再走，进步了；撞鼻子了，于是便大声哭闹；而后是欢笑，接着再继续。他并非在尽他的职责，而是在做着他被指定要做的事情——学习。

许多提出第三个忠告的人还说：了解自己，学会使自己心平气和，了解你对别人的影响，虚心学习新经验。学习，既有趣，又有痛苦。它改变着我们，使我们获得“永

生”。当小奥利弗·温德尔·霍姆斯——一位深孚重望的高级法院法官——九十二岁高龄时，他的一位朋友看见他在图书馆看书，于是这位朋友便问道：“你在干什么？”霍姆斯法官笑了笑，回答说：“修身养性。”

生活，爱，学习。任何一位与朋友商榷一下的读者，对这三个词的选择都会感到不谋而合。不过，如果再请求提供一个忠告的话，你便会奇怪地发现，尽管大多数人对前三个忠告看法一致，但对第四个忠告的一致性就不尽相同了。我的一位虔诚的青年朋友说“信仰”（Believe）；一位科学家则说“探索”（Seek）；而一位著名的物理学家却说“创造”（Produce）。我发现没有一个建议是相同的。

几年前，我对美国哲学协会（全国最有名望的学术团体之一）作了一次餐后演讲。我把这个问题向该协会会员们以及他们的夫人提了出来。这群人中最普遍的选择是思考（Think），尽管有些人喜欢改用其他一些字，如“理解”（Understand）、“认识”（Know）。其次的选择是“给予”（Give），相应的词有“帮助”（Help）、“效劳”（Serve）以及：“分享”（Share），最后的选择是“欢笑”（Laugh），相应的词有“微笑”（Smile）、“娱乐”（Play）和“享受”（Enjoy）。

许多人问我对第四个忠告的选择是什么，我的选择是“尝试”（Try——这是个朴素的词）以及“追求”（Aspire），即“为了更美好的事物而尝试”，也许这个词看来更恰当

些。但是，人们所追求的东西是否确实会变得美好，这就很难断言了，我只坚持尝试。

生活、爱、学习、思考、给予、欢笑和尝试。你能把更好的劝告归纳成七个词吗？

1982年第2期