

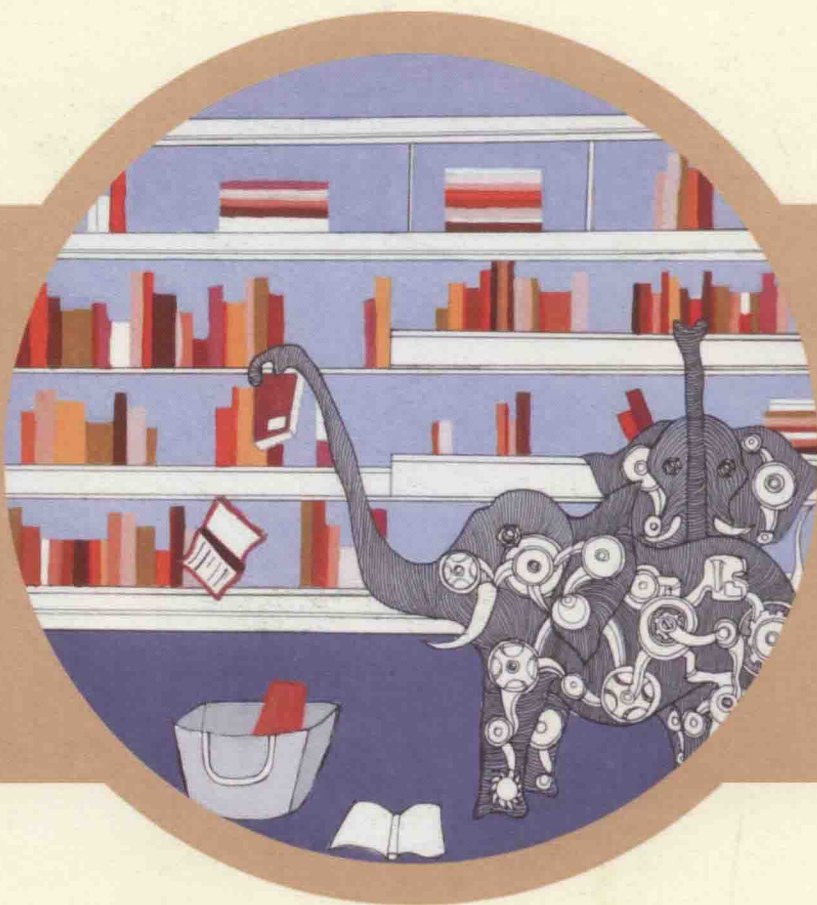
《读者》三十五年精华文丛

读者<sup>®</sup>

READERS

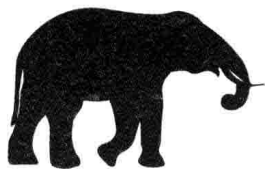
# 读者的生活 (下)

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  
下



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·坎皮恩
- 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 新凤霞
- 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

## 关于财产——爸爸写给儿子的信

肯特·尼伯恩

那时，我一人独住在俄勒冈一所小屋里，距离最近的小镇也有三十英里。我已经将生活用品一再精简，所有财产都可以塞进汽车的行李箱中。留下来的都无比珍贵——精心挑选的记录着生活轨迹的所有东西，这些都是我的过去和未来——对过去美好生活的怀念和我认为将推动我前进的东西。

信件、书籍、朋友为我做的洋娃娃、打字机、相机、音响，还有照片、手稿、日记和诗集，另外还有一些炊事用品。东西不多却也足够生活。

圣诞节我离家外出了两周。再回去时，小屋中竟然一片狼藉：文件被撕得粉碎，打字机也砸烂了，相机和音响不翼而飞，照片被涂得面目全非。

我的生活必需品乱七八糟地散落在房屋四周，简直像个垃圾场。洋娃娃也厄运难逃，被拆得七零八落扔在炭炉里，还有人在上面大便，真是惨不忍睹。我颓然地坐倒在

地上，双手抱头，放声大哭。

这可真是件倒霉事，不过有时生活恰恰是以某种丑陋的形式来昭示真理，这次遭洗劫是我最有意义的一次经历。

它给了我自由。没有这次扫荡，我自己可能永远都不会丢掉哪怕一半的那份财富。它们就是我，我就是它们。没有了它们，我的生活也就不知走向何方。

随着时间的推移，我的心情好转起来。信背后的那些记忆犹存；做娃娃的那双手留在我心里；文稿的数量在记忆中增多，使我更加有创造力；书籍在图书馆还能找到；后来我又买了新的相机和音响。

生活仍在继续，并没有因失去了什么而减少几分，我甚至感到一种从未有过的轻松愉悦。

那个窃贼是一位残忍的老师，他使我明白了关于财富的道理。从那时起，我发誓绝不做财产的奴隶，而要做它的主人。

学会这一课可不容易，可我们都要努力去学习这个道理。

看看你的财产，有多少是你上周使用过的？有多少在你最初拥有的喜悦退去后还能带给你快乐？也许并不多，但是有多少你又愿意放弃？可能很少。

大部分财产都是偶然闯入我们的生活的：有自己买的，有别人送的。渐渐地，像雪花飘落一样，这些物品聚集在我们周围，成了我们生存的基础。我们与自己的财产

合二为一，我们就是财产，财产就是我们。

我们也有理由不卖掉它们：“我再也买不到这么好的东西了。”“别人都不需要它。”

我们总能为自己找到各种借口并最终归结为：“我要自己留下它。”甚至不去想为什么。

我们好像也并不能认为所有的财富都会由毛毛虫变成蝴蝶，因为它们没有梦幻般的翅膀。我们却把它们看成自由和幸福，深信它们有能力改变我们的生活。

我们不遗余力地去追求财富，热情高涨，全力以赴，它们带给我们生活的重心和意义，我们内心则充满追求的刺激。

当我们最终得到财富时，获得了片刻的喜悦，然后一种空虚的感觉向我们袭来，然后就像回声一样，原有的激情渐渐冷却。

然后我们又开始新的探险，这一过程周而复始。

渐渐地，我们的生活就被我们的所得充满，我们发现自己被它们压得喘不过气来，要把它们安排好，让它们正常运转，使它们免遭偷盗；我们要决定是不是要与人分享；看着它们变旧过时，渐渐有了要换掉它们的念头。不管怎样，我们总在为这些财富花费精力。

然后它们就成了我们生活的一部分。一觉起来，我们发现自己周围都是一些毫无意义却又无法抛弃的财富。它们充满了我们的生活，就像宝石密密匝匝地绕在脖颈上，



我们失去了自由，生活的轻松感觉不在了；创造能力也消失殆尽，取而代之的是一种责任感和拥有感。我们成了自己财富的看管人。

我们开始渴望自由，却又看不见自由。幻想的翅膀越来越重，我们的生活变得杂乱无章，就像离不开大地的石头。

我们该怎么做？除非我们安于贫穷，或致力于更高层次的修行生活。放弃财产并不能让我们更完善或明智，这只会使我们进一步认识到自己的贫穷，这种认识与我们对财富的认识一样让人不快。对自己贵贱的评价对我们谁都毫无益处。

或许，我们需要找到某种真正的价值标准来衡量我们的财富，这样才能从中解放，而又不否认它们的正当的价值。

我们可以采用这样一个测试方法：财富能带给我们比他人更多的东西吗？它的好处和用途有助于我们更认清自己、知道自己该做些什么吗？

这个测验的答案既不明确，也不简单，完全取决于个人的良心是否能得到安宁。在这个世界上要建立某种绝对的信仰，不论动机多么高尚，都毫无例外以失败告终。

我有什么资格可以责备那位为孩子做脸部手术的外科整形医生不称职呢？因为他一心只想驾驶舒适无噪音的奔驰车上班？还是我宁愿看见他瑟缩地坐在街角乞讨以求