

77 Stories
that Celebrate
the Richness
of Life

全美销量
超 2500 万册

给女性心灵的 巧克力

KAY ALLENBAUGH
[美] 凯·艾伦堡 / 著

Chocolate for a
Woman's Soul



中国青年出版社



*77 Stories
that Celebrate
the Richness
of Life*

全美销量
超 2500 万册

给女性心灵的 巧克力

KAY ALLENBAUGH
[美]凯·艾伦堡 / 著

Chocolate for a
Woman's Soul



 中国青年出版社

图书在版编目(CIP)数据

给女性心灵的巧克力/(美)艾伦堡著;殷欣,洪漫,

顾乃昭译. —北京:中国青年出版社, 2004

ISBN 7-5006-5399-9/B·79

I. 给… II. ①艾…②殷…③洪…④顾…

III. 女性—成功心理学—通俗读物 IV. B828.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 127214 号

Chocolate for a Woman's Soul

Chinese translation Copyright © 2003 by

CHINA YOUTH PUBLISHING HOUSE

Copyright © 2003 by KAY ALLENBAUGH

给女性心灵的巧克力

作 者: [美]凯·艾伦堡

译 者: 殷 欣 洪 漫 顾乃昭

责任编辑: 刘 炜

文字编辑: 姚文坛

美术编辑: 夏 蕊

责任监制: 于 今

出 版: 中国青年出版社

发 行: 中国青年出版社北京中青文

书刊发行中心 (010)65516875

制 作: 中青文制作中心

印 刷: 北京二二〇七工厂

版 次: 2004 年 1 月第 1 版

印 次: 2004 年 1 月第 1 次印刷

开 本: 880×1230 1/32

字 数: 200 千字

印 张: 9.5

京权图字: 01-2003-5050

书 号: ISBN 7-5006-5399-9/B·79

定 价: 23.80 元

我社将与版权执法机关配合大力打击盗印、盗版活动, 敬请广大读者协助举报, 经查实将给予举报者重奖。

举报电话:

北京市版权局版权执法处

(010)84251190

中国青年出版社

(010)65516875

(010)65516873

中青版图书, 版权所有, 盗版必究

前言

INTRODUCTION



巧克力和女人是相伴相随的！自从我的第一本书《给女性心灵的巧克力》出版以来，我一直这样说。但是在我第一次收集这些有趣而意味深长的小故事时，我从未想象过它会引出一系列畅销书，其中《给女性心灵的巧克力·第二卷》已经是第12本了。

现在我们已经出了12本书，我希望在此感谢巧克力系列中与我们分享了这么多人生经历的姐妹们。对于在神灵的启示下推出这套丛书，我本人怀着一种深深的谢意。一直有一个静静的声音在催促我继续下去，而我本人从中得到的乐趣也让我惊异不已。我们每个人都是遵循心灵之光的指引去学习、生活和工作，对我来说，巧克力系列的编撰亦是如此。各地的女性朋友一次次地把她们生活中温馨的时刻和真实感人的故事拿出来与我们分享，我感到不胜荣幸。

沿袭巧克力系列的传统，《给女性心灵的巧克力》中的故事要么心酸感人，要么生动有趣。它们涉及女性生活的方方面面，诸如爱情、信仰、工作、亲情、友情、自信以及以平和

的心态面对挫折。毫无疑问，当你在这些故事中发现自己和朋友的影子时，你会会心地微笑。

在整理这些令人鼓舞的故事时，我学到了很多。我希望，这些故事也能对你的生活产生积极的影响。但愿你能感受生活中的奇迹和魔力。

所以，遵循巧克力系列的传统，打开一盒巧克力，找一个你喜欢的舒适之所，品味每一个故事，因为它们正是为你而作。

妈妈的诞生 130
在体重超重的日子里 135
置浮华于脑后 138
感受置身局外 143

第六章 得与失 GIVING AND GETTING

我希望我在这里 151
节目的理由 156
我的“萨姆”妹妹 160
像生存者那样 165
我是一个女儿 171
教师接受的教育 175

第七章 我们生活中的小家伙们 THE GUYS IN OUR LIVES

詹妮弗的脚 181
发掘特长 186
戴兰的赛事 189
对周围的生命付出足够的爱 193
有魔力的语言 197
危机——敢为——尝试 200

第八章 生活的最大挑战 LIFE'S BIGGEST CHALLENGES

萨曼的飞翻 205

母亲最清楚 54

“万能的”鲨鱼驱除剂 57

第三章 女性的影响

A WOMAN SINFLUENCE

响尾蛇不孵蛋 61

男士免入 64

生命中最好的一天 68

南方的美味 72

身穿蓝色方格连衣裙的夜晚 75

令人欣慰的联系 79

与尔同行 83

慰藉心灵的绝招 87

第四章 宠物之爱

FUR AND FEATHER LOVE

克利奥，慰我空房寂寥之猫 91

那条狗 95

心灵之歌 100

我丈夫的“另一个女人”104

猫叫 108

最后一个被选中的 113

第五章 妈妈的神奇时刻

MOM'S MAGICAL MOMENTS

冰块之战 119

倾全力付出 125

妈妈的诞生 130
在体重超重的日子里 135
置浮华于脑后 138
感受置身局外 143

第六章 得与失 GIVING AND GETTING

我希望我在这里 151
节目的理由 156
我的“萨姆”妹妹 160
像生存者那样 165
我是一个女儿 171
教师接受的教育 175

第七章 我们生活中的小家伙们 THE GUYS IN OUR LIVES

詹妮弗的脚 181
发掘特长 186
戴兰的赛事 189
对周围的生命付出足够的爱 193
有魔力的语言 197
危机——敢为——尝试 200

第八章 生活的最大挑战 LIFE'S BIGGEST CHALLENGES

萨曼的飞翻 205

两条粉红色的显示线 207

使自己释然 213

有一个地方叫做家 217

一些事物的共性 223

四个当中的一个 226

钥匙孔中的窥视 231

第九章 沿着这样的路径寻找平和

FINDING PEACE ALONG THE WAY

一只蓝鸟的启示 237

确实像我 242

冒险 246

妈妈的小孩游泳池 251

埃及的召唤 255

女儿们不同的喂养方式 261

第十章 欢笑的方式

LAUGH LINES

给英雄的面包圈 267

对“治疗”的退却 270

祈求深水 274

曾经有过的一天 277

多丽丝 284

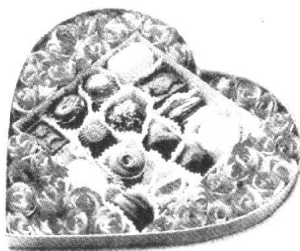
高尔夫的开球与长青树 290

心中的王子 295

第一章

爱的曲折变化

LOVE'S TWISTS AND TURNS



当第一次陷入爱河时，我们觉得自己知道了生活涵盖的一切，也许我们是对的。

——米尼翁·麦克劳克林
(*Mignon McLaughlin*)



考莉的雏菊

CALLIE'S DAISIES



“唔。”

我微笑着、迟疑着，希望能准确恰当地提出问题。

“考莉，你能给我讲讲浪漫吗？讲讲你生活中的浪漫故事。”

考莉的蓝眼睛闪着光。“天哪，我不知道。”她的目光穿过破旧的桌子，投向她的丈夫。“你有什么可讲的，约翰？我们可以告诉她什么？”

我的任务是采访约翰和考莉，为当地的报纸写一篇关于他们 64 年的婚姻生活的故事。一个登在情人节专版上的爱情故事。

约翰的声音轻柔而安静。“也许你可以给她讲讲花，”他建议道，然后转向我说：“我每个结婚纪念日都给她送花。”

考莉咯咯地笑着：“是的。我们结婚这么久了，他快不知道下次该怎么做了。”

“几年前，我给过她一次惊喜。”约翰说：“你知道，我们是在教堂里相遇并堕入爱河的，所以在教堂送花给她似乎是个好主意。我就这么做了。就在教堂，当着所有人的面，在牧师开始当天的布道之前给她献了花。”





我面带微笑，倾听着，做着记录。他们的故事很有意思，但不是我想要的那种。我的任务是寻找浪漫，所以我接着启发他们。

“考莉，在约翰送给你的花里，你最喜欢什么？”

她朝我温柔地一笑。“雏菊，”她说，把手伸向她的丈夫。“约翰知道我喜欢雏菊。一天他从牧场回来，捧着一束新采的雏菊。并不是因为那天是我们的结婚纪念日或什么重要的日子，只因为他看到了这些花并且知道我会喜欢。”

在考莉继续夸自己的丈夫时，约翰的肩膀略抬高了一些，在椅子上坐直了身子。

“你想知道他后来做什么了吗？他回到那片牧场，挖了一些花，把它们种在后院步行道旁边的花坛里。我高兴极了。我们一起照料那些雏菊，它们对我太重要了。”

考莉拍着丈夫的手，这一时刻，我感觉自己像一个私人空间的闯入者。接着，他们几乎齐声说：“你知道，这些小事才是最重要的。正是这些充满爱意的小事使婚姻历久弥新。”

我笑了。我知道我找到了好素材。

作者：鲁思·李

(Ruth Lee)

从1987-1996年一直为家乡的地方报纸提供特写或者专栏稿件。她的诗歌、富有灵性的小说、个人随笔等多种形式的著作，可以在众多的出版物上看到。



在我们用心相爱之前,我们已经在幻想中相爱了。

——路易丝·科利特

我遇到罗伯特·雷德福的那一刻

MY ROBERT REDFORD MOMENT



几年前一个温和宜人的八月下午,我去机场接史蒂夫,路上碰上了堵车。阳光太强烈了,我不得不每转一次方向就变换遮阳板。由于交通完全停滞,我把目光投向了后视镜。不错,我想……这次的发型不错,满头的小卷发不见了,每一缕头发都很整齐很服帖。史蒂夫说他喜欢我的头发,并根据亚美利加合唱团的经典老歌叫我“金发姐妹”。几个星期以后,我和史蒂夫将举行婚礼。

一想到马上就能见到史蒂夫,我心里一阵欣喜。我想象着他向我的汽车走来,嘴里叼着烟斗,深陷的棕色眼睛急切地寻找着我,脸上带着腼腆的表情。当我提前 15 分钟到达机场的美国出口时,我一直在咧嘴傻笑。我请求保安让我停在路边。每次找停车场我都会迷路,有一次还错误地退出了机场。

我走出汽车伸展双腿,汽车尾气排到停滞的空气中,令我感到眩晕。我靠在自己那辆“庞蒂克”旧车上,看着人们从候机楼的大门里进进出出。一对身穿情侣装的男女背着草



编织的包、拎着行李箱走出来。他们的皮肤晒得黝黑,但看上去很幸福。我猜他们肯定是刚刚度完蜜月。如果我和史蒂夫能找到人照看孩子,我们也会找一个周末出去玩。

这样呆了几分钟以后,我注意到一个个子很高、神情严肃的司机快步走了出来,手里拎着两只黑色的包。在他后面走着一位戴着墨镜、身穿粉蓝色衬衫和藏青色上装、个子不高但非常英俊的男子。谁?他是谁?我在脑子里急切地搜索,哇,终于想起来了,我惊讶得用双手捂住了脸。慢慢地,我放下双手,就像蹒跚学步的孩子在玩躲猫猫游戏一样。来人咯咯地笑着,显然是我惊异的神情把他逗乐了。这是幻觉吗,是炎热的夏日一个令人眩晕的白日梦吗?不,不,我敢肯定。真的是他,罗伯特·雷德福!(美国著名电影演员——译注)

我突然感到一阵兴奋。“我的天哪!”我大叫。

“女士,你还在这儿?”保安走过来问道。

我感到呼吸急促,嘴里嘟哝着,不想惹恼保安。我用手指着那辆白色的加长型豪华轿车,让他自己去看,去调查。我意识到那辆加长型轿车要从我的汽车所停的单行道上退出去,就必须从我身边经过。我把手伸进包里,很快地重新抹了口红。在我看来,任何已经离婚但即将在三周以后再婚的女人都会这么做。然后我靠在“庞蒂克”轿车上,用身体挡住车门上被人喷得乱七八糟的画。

我等待着,心几乎跳到了嗓子眼,活像某个没有名字的二流电影里演女主角的演员。但这一切都不重要。不出所料,那辆汽车非常缓慢地开了过来。车窗被摇下来一半,正好够我们的双眼热切地对视。这个情景我会永远记着,每当



碰到困难的时候都会想起。我看到他温和地笑着，笑容里没有一丝嘲弄，经过我身边的时候，他把头转向我，直到我能看到的只有后窗的黑色玻璃。

眩晕之中，我仿佛看到他突然停了车。接着他把车门打开，请我进去。我会对这位银幕上的偶像说什么？他可是令我这样的千百万女性着迷的明星。我会完全投降吗，然后请他在我该为女儿们洗澡的时候把我送回去？

“女士，那的确是他。一个个子很小的家伙，不是吗？女士，你现在该把车挪走了吧？说你呢！”

在那辆加长汽车驶下出机场的斜坡时，我听到有人叫我的名字。是史蒂夫，他满脸笑容，吃力地背着沉重的包，没有司机，没有侍从。在我们紧紧拥抱的时候，我感到自己红得发烫的脸颊贴着史蒂夫冷冷的刮得很光滑的脸。我心里掠过一丝歉疚。

作者：桑德·鲍里兹·伯杰
(Sande Boritz Berger)

十几岁的时候就开始了写作。据称开始写作的动机只是为了用文字取悦自己的父母，并让父母最终知道自己的想法。目前她和丈夫居住在曼哈顿的长岛。有两个相当独立自主和努力工作的女儿。她的作品包括诗歌、随笔和其他多种形式的文艺作品。



两个婚礼的故事

A TALE OF TWO WEDDINGS



历史往往会在你最不经意的时候重演——甚至家族史也是如此。每年都有两个日子让我想起这一点：6月份我的结婚纪念日，还有情人节——大女儿和女婿的结婚纪念日。重复的事件在大女儿出生前就已经开始了。

那是一个美丽的六月，我和未婚夫期待着过一个轻松的暑假，然后在秋季重返校园。出人意料的是，他得到并接受了一份驻外的工作。我要跟他一起去吗？那当然！我们当时都那么年轻，在我们看来，分离是不可想象的，而且是没有必要的。

我们得马上结婚，然后一起走。

当时我还不满20岁，我们相识还不到一年。他也刚满21岁。然而，他已经上了两年大学，我们认为没有理由不立即结婚。

我们把计划告诉了家人和朋友，开始了一阵狂乱的准备工作。咨询牧师、验血、领结婚许可证、挑选新娘礼服、鲜花、摄影师、结婚蛋糕、结婚金戒指、一大堆礼物、甚至还有



Chocolate for a Woman's
Soul

