

Chicken Soup for the Woman's Soul

心灵鸡汤家族



[全球惟一授权中文简体版本]

01

激励 女人

55篇女性喜与悲、感
动与成长的故事

[美] 杰克·坎菲尔 马克·汉森 编著
张妙如 图 张凤仪 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

图字 01-2002-4761

图书在版编目(CIP)数据

激励女人: 55 篇女性喜与悲、感动与成长的故事 / (美) 坎菲尔等著;
张凤仪译. - 北京: 现代出版社, 2002

(心灵鸡汤家族)

ISBN 7-80028-829-3

I. 激… II. ①坎… ②张… III. 家庭生活 - 通俗
读物 IV. G78-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 070425 号

CHICKEN SOUP FOR THE WOMAN'S SOUL

By Jack Canfield, Mark Victor Hansen, Jennifer Read Hawthorne & Marci Shimoff
Copyright ©1999 by Jack Canfield, Mark Victor Hansen, Jennifer Read Hawthorne
& Marci Shimoff

Chinese Translation copyright ©2002 by Modern Press

Published by arrangement with

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

JILI NUREN

激励女人

编 著 / 杰克·坎菲尔 马克·汉森

译 者 / 张凤仪

责任编辑 / 刘宝明

装帧设计 / 柴 小

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

字 数 / 167 千字

版 次 / 2002 年 11 月第 1 版 2002 年 11 月第 1 次印刷

印 数 / 00001 ~ 20000 册

书 号 / ISBN 7-80028-829-3/I · 218

定 价 / 20.00 元

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载



55篇女性喜与悲、感动与成长的故事

编著 杰克·坎菲尔 马克·汉森

译者 张凤仪 绘图 张妙如

 现代出版社



Chapter 1

导言

关于爱

皮夹 /10

给罗比的礼物 /15

保管 /18

圣诞之星 /23

我的父亲 /26

分享 /29

一次一条命 /34

好邻居 /39



Chapter 2

为梦想而活

女警 /46

上学迟到 /49

为我的生命着色 /54

他教我飞 /57

用心来看 /60

活着的理由 /64



Chapter 3

关于婚姻

真实的事物 /70

金盒子 /72

聘金 /75

摧毁沙堡 /78

爱唐娜 /82

牵手 /86



Chapter 4

为母之道

第二层皮肤 /92

寻找儿子 /94

山荣树与紫丁香 /98

小公主 /100

她何时真的长大了 /102

借来的孩子 /105



Chapter 5

克服障碍

- 与海伦·凯勒共进午餐 /112
- 低脂与快乐 /118
- 毕业信 /122
- 我们的圣诞男孩 /126
- 特殊奥运会 /130
- 拿着拖把的天使 /132
- 疤痕 /136
- 一壶完美的茶 /139



Chapter 7

奇迹

- 握着我的手 /180
- 爱能源远流长 /183
- 公路英雄 /185
- 一大堆落日 /188
- 绝对，绝对不要放弃 /191
- 婴儿毛毯 /193



Chapter 6

特殊时刻

- 百货公司里的圣诞老人 /148
- 幸运铜板 /152
- 一瓶可乐与一个微笑 /156
- 为时良久的分娩 /159
- 眼泪背后的笑容 /160
- 不是很白的圣诞礼物 /164
- 真正的圣诞精神 /167
- 写给安妮·法兰克父亲的信 /171



Chapter 8

跨越世代

- 床头板上的故事 /200
- 母亲的手 /203
- 给父亲的最后一封信 /205
- 艾玛的花束 /209
- 字里行间 /212
- 豆子对话 /214
- 一个汤锅里的遗产 /217



导言

欢迎阅读《心灵鸡汤家族——激励女人》。

自从《心灵鸡汤家族——关于女人》问世后，在世界各地的读者中产生了强烈反响，让我们感到十分惊讶，这本书高居美国主要畅销书排行榜的首位，成为百万人的阅读对象。

但是最让我们感动的是，世界各地的女性朋友给予我们的回应，她们说那些故事触动了她们的生命。我们编撰这本书的目的就是为了打开每位女性的心房、触动每位女性的心灵，显然我们做到了。

事实上，许多读者告诉我们，面对那些故事就像面对她们爱吃的薯片一样，一旦翻开书页，便无法只看一则便停止。我们收到的信件和心声是那么感人、激动人心，所以很希望在此与大家分享一些片段。

一封来自巴哈马的信件说：“那绝对是我这辈子看过的书里面最好的几本之一。在看到大约一半时，我还故意放慢速度，以免美丽的故事那样快就进入尾声。”

来自新西兰的一位读者写信对我们说：“……看了这本书，老实说，‘谢谢’成为我经常说的一句话，而且晚上钻



进温暖的被窝的时候，也懂得深深感谢上天的恩赐了。”

来自密西根的另一封信说：“这些故事让我流泪不止——不是因为感伤，而是因为喜悦。我对自己说：‘这些女人是谁？为什么我都不认识，但她们是那样像我。’”

来自加州的一封信说：“我为沮丧而苦恼，却因为害怕副作用，不想服用‘抗忧郁剂’。你们的书对我来说就是最有效的药品，只要我能一天看一二则，就会觉得舒坦多了。身为一个单身妈妈，日子够难熬的了，可是你们的书满足了我的需求，让我的生活也变得更好过了。”

常有人问我们，为什么《心灵鸡汤家族》能够卷起如此大的风潮。依我们的经验，人们的心灵似乎常常感到饥饿——整天听到一些坏消息；而我们这些真实故事所传达的希望、勇气和爱，可以让所有的人都松一口气，也滋润了人们的心灵。

格蕾莎修女曾经说过：

“现在的西方最可怕的疾病不是结核菌或麻风，而是不被需要、不被关爱、不被照顾。我们可以用药物医治身体的疾病，但是治疗孤独、沮丧、绝望惟一的药方是爱。这世界上有很多人正因为缺少一片面包而死去，同时也有很多人正因为缺少一点点爱而痛苦。西方的贫穷不是单一的贫穷，不

● 心灵鸡汤家族——激励女人



仅是物质的贫穷，也是心灵上的匮乏。怀着一股对爱的渴望……”

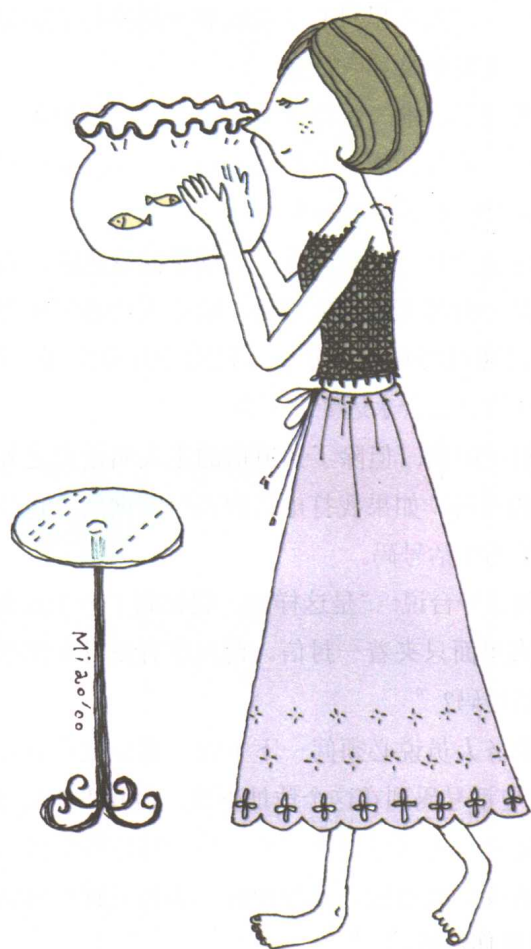
《心灵鸡汤家族——激励女人》说的是凡人做大事的故事，我们很高兴能去宣扬人性中的善，但愿这碗“汤”能治愈人们对爱的渴望，即使只有一丁点儿也好。



关于爱

没有人能够衡量一颗心的容量到底有多大，
就连诗人也不能。

查尔达·费兹杰罗



皮夹

一个寒风凛冽的冬日，在回家的路上，我看到了一个掉在地上的皮夹。我捡起皮夹，翻看着里面的东西，想找寻失主的资料，以便打电话通知他。但皮夹里只有3块钱和一封叠得很整齐的、看起来好像已经放在皮夹里很多年的信。

信封已经磨破了，惟一看得清楚的是寄信人的地址。我把信打开，希望能找出一点儿线索。我找到了寄信日期，这一封信竟然是1924年写的，这封信差不多有60岁了。

信上的字迹很漂亮、很女性化。信纸是淡蓝色的，左上角印有一朵小花。那是一封情人间的道别信，收信人的名字叫迈克，寄信人署名汉娜。汉娜说要和迈克分手，只因为母命难违。即使如此，在信中汉娜也强调自己会永远爱着迈克。

那是一封很美的信，但除了知道信的主人叫迈克之外，根本找不到其他有用的资料。如果我打电话到查号台询问，也许可以找出信封上这个地址的电话号码。

我打电话到查号台说：“是这样的，我捡到了一个皮夹，我想找出失主，但皮夹里面只夹着一封信。请问你有没有办法根据信封上的地址查到电话号码？”

查号台的服务人员说必须问一下主管。那位主管犹豫了一下才说：“是有一个电话号码列在这个地址下面，但我不能把号码给你。”但基于礼貌，她会打电话给这个号码，然后转述我的话，让接电话的人来决定是否要和我通话。几分钟后，那名主管在电话里告诉我说：“有人愿意跟你通话。”



我问跟我通话的女人认不认识汉娜。跟我说话的那个人叹了口气说：“这间房子的前任屋主有一个女儿名叫汉娜。但他们30年前就搬走了！”

“你知道那家人现在可能搬到哪儿去了吗？”我问。

“我记得几年前，听说汉娜要送母亲到养老院去。”电话另一端的女人说，“如果你和养老院联系的话，可能就会找到那个女儿。”

女人给了我养老院的电话。但是我打过去的时候，接电话的女人告诉我，此人已在数年前过世了，不过养老院还保留着她女儿住处的电话。

我谢过养老院的人，然后给她拨了电话。接电话的女人告诉我，汉娜现在也住在养老院里。

“这整件事真是荒谬，”我这样想着，“为什么我要费这么大的劲儿去找一个皮夹的主人，而事实上皮夹里也只有3块钱和一封有60年历史的信！”

虽然如此，我还是给那家养老院打了电话，因为据说汉娜就住在那儿。接电话的男子告诉我：“是的，汉娜是住在这儿。”

即使当时已经是晚上十点钟了，我还是问可不可以立刻去看她。男子吞吞吐吐地说：“如果你想的话，可以碰碰运气。她可能在娱乐室里看电视。”

我向他道谢之后，立刻开车去了养老院。护士和警卫在门口和我打招呼，然后我们一起上三楼的娱乐室。在那里，护士带我找到汉娜。她是一个满头银发、十分慈祥的老太太，脸上总带着笑容，眼睛明亮而有神。

我告诉她我捡到了一个皮夹，然后把信拿给她。她看到左上角印着小花的淡蓝色信纸时，深深地吸了口气，然后说：“年轻人，这

封信是我与迈克最后的联系。”

她扭过头去，深思后轻声说：“我非常爱他，我当时才16岁。母亲认为我太年轻了，因此禁止我们交往。他真是英俊，看起来就像一个明星。”

她又说：“他全名叫迈克·高斯汀。如果你见到他的话，请告诉他，我常想起他。”她迟疑了一下，几乎咬着嘴唇又说，“告诉他，我还爱着他。”

她满含热泪地微笑着对我说：“我从没结过婚，因为我觉得没有人比得上迈克。”

在向她致谢后，我起身告辞。当我走到门口的时候，警卫问我：“那个老太太能帮上你的忙吗？”

我说她给了我一个线索：“至少我现在知道了失主的姓氏。不过我想我会先暂停一阵子。我花了几乎一整天的时间找寻这个皮夹的主人。”

我拿出皮夹，那只是个红色衬里的普通咖啡色皮夹。警卫看到皮夹后说：“喂，等一下！那是高斯汀先生的皮夹，我一眼就认出里面的红衬里。他常常把这个皮夹弄丢。我至少在走道上帮他捡过3次。”

我问：“谁是高斯汀先生？”这时我的手开始颤抖起来。

“他是住在八楼的一个老先生。那绝对是迈克·高斯汀的皮夹。他一定是散步时不小心弄丢的。”

我向警卫道谢后，急忙跑到了护士办公室。我向护士转述了警卫的话，然后和她一同搭电梯上八楼。我不停地道谢，并且祈祷着希望高斯汀先生尚未休息。

到了八楼，护士说：“我想他还在娱乐室里。他喜欢在晚上看书。他是个讨人喜欢的老人家。”



我们走到惟一还有灯光的房间，房里有个男人正在看书。护士走过去，问他是否丢了皮夹。

高斯汀先生惊讶地抬起头，用手摸摸裤子后面的口袋，然后说：“真的不见了。”

“这个好心的先生捡到一个皮夹，大概就是你的那一个。”

我把皮夹拿给高斯汀先生。他看到皮夹时，脸上带着微笑，明显地松了一口气，他说：“是，是我的皮夹！一定是今天上午掉的，我一定要好好感谢你。”

“不，不用了。这没什么！”我说，“但我必须告诉你一件事。因为想试着找出失主，我读了信。”

他脸上的笑容忽然消失了：“你读过信了？”

“我不仅读了信，还知道汉娜现在人在哪里。”

他突然变得紧张起来：“汉娜？你真的知道她在哪儿？她好吗？她还是像以前一样漂亮吗？求你赶快告诉我。”他哀求道。

“她过得不错，还像你刚认识她的时候一样漂亮。”我轻声说。

老先生带着期盼的微笑问道：“你能不能告诉我她在哪儿？我想要明天打电话给她。”他紧紧握住自己的手继续说，“先生，你知道吗，我是多么爱这个女孩，收到这封信的时候，我的生命似乎都结束了。我一直没结婚，我想我永远都爱着她。”

我说：“迈克，跟我来。”

我们搭乘电梯来到三楼。通往娱乐室的走廊一片漆黑，只有一两盏小灯还亮着。汉娜独自坐在娱乐室里看电视。

护士走近汉娜。

“汉娜，”护士轻声地叫着她的名字，然后指指在我身旁的迈克，“你认识这个人吗？”

汉娜推推眼镜，看了一阵子，一句话也没说。

迈克几乎自言自语地说：“汉娜，我是迈克。你还记得我吗？”

汉娜喘着气说：“迈克！我不相信！迈克！真的是你！我的迈克！”

迈克缓缓地走向汉娜，然后两人拥抱在一起。护士和我流着泪离开了娱乐室。

我说：“看啊！上帝是怎样安排的！如果注定怎样，便一定会怎样。”

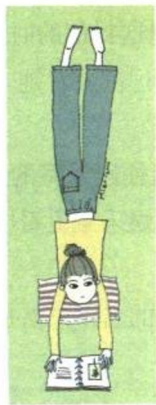
大概三周后，养老院的人打电话到我办公室：“你这个星期天有空到这儿出席一个婚礼吗？迈克与汉娜要结婚了！”

那是个美丽的婚礼。养老院的每一个人都盛装出席。汉娜穿着一件明亮的米黄色礼服，看起来十分美丽。迈克穿着深蓝色的西装，笔挺地站着。他们请我当伴郎。

养老院为他们安排了一个自己的房间。如果你想看一对表现得像是青少年的76岁新娘与79岁新郎的话，一定要来看看这对夫妇。

这是一份持续了将近60年的爱情最完美的结果。

阿诺·范恩





给罗比的礼物

我们隔壁店主的侄子罗比小心地用汤匙把属于他的水舀进小碟子里，然后向门口走去。我真是恨极了限制用水的规定。我们被迫只能和我家的母牛杰茜共用一个很小的深水池洗澡，还不能用香皂。母牛杰茜现在我们惟一的财产。在我们这个小农村所经历的最严重的干旱时期，井都干了，农作物和我们的梦想都成了尘土，随风飘逝。

我帮罗比打开纱门，看着他在台阶上坐下。数十只蜜蜂在罗比的棕色卷发顶上盘旋，看起来就像是天使的光环。罗比学着蜜蜂的嗡嗡声，吸引蜜蜂飞向小碟子饮用珍贵的水。

这时，他阿姨的话在我耳边响起：“真不知道我当初是怎样想的，居然会把这个孩子接回来。医生说在那场夺走我姐姐的车祸中，他一点伤都没有，但却再也不会说话了。不！他是会发出声音的，但却不再是人类的声音。这个孩子现在只活在自己的世界里，跟其他孩子一点儿也不一样。”

为什么她看不见这个4岁的小男孩所拥有的天赋呢？我为罗比痛心。他已成为我们的最爱。他兴致勃勃地和我一起照顾花园，和我丈夫汤姆一起驾驶牵引机或割谷机。他生性善良，对所有生物都充满爱心，我知道他能和动物沟通。

我们高兴地发现，他也愉快地与我们分享一切。他那双爱追根究底、慧黠淘气的咖啡色眼眸告诉我们，他了解我们所说的每句话。我一直希望能收养罗比，他的阿姨也常这样暗示我。我们甚至对罗比自称是他的爸爸和妈妈，在干旱发生前我们还谈到了收养罗比的