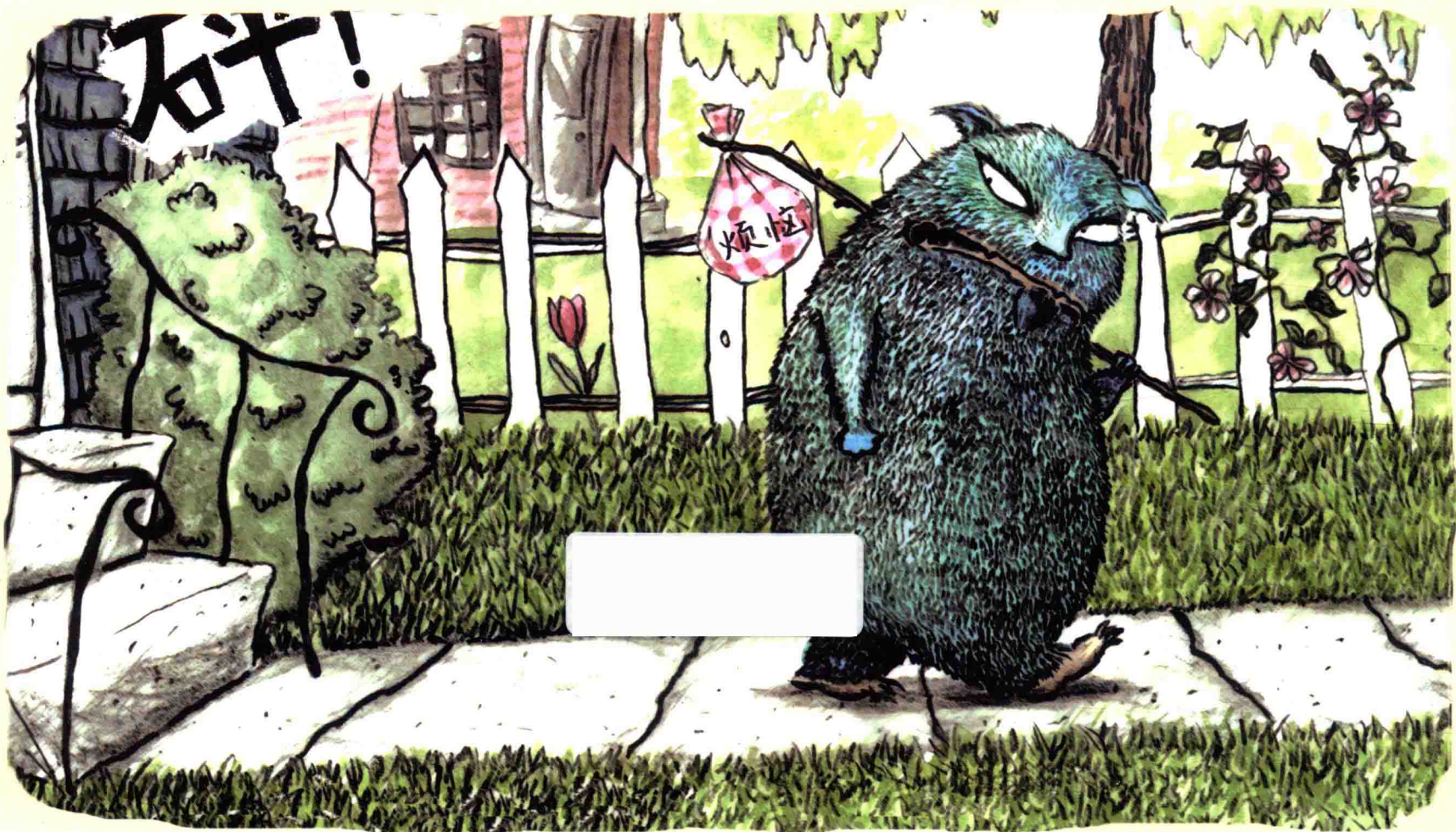
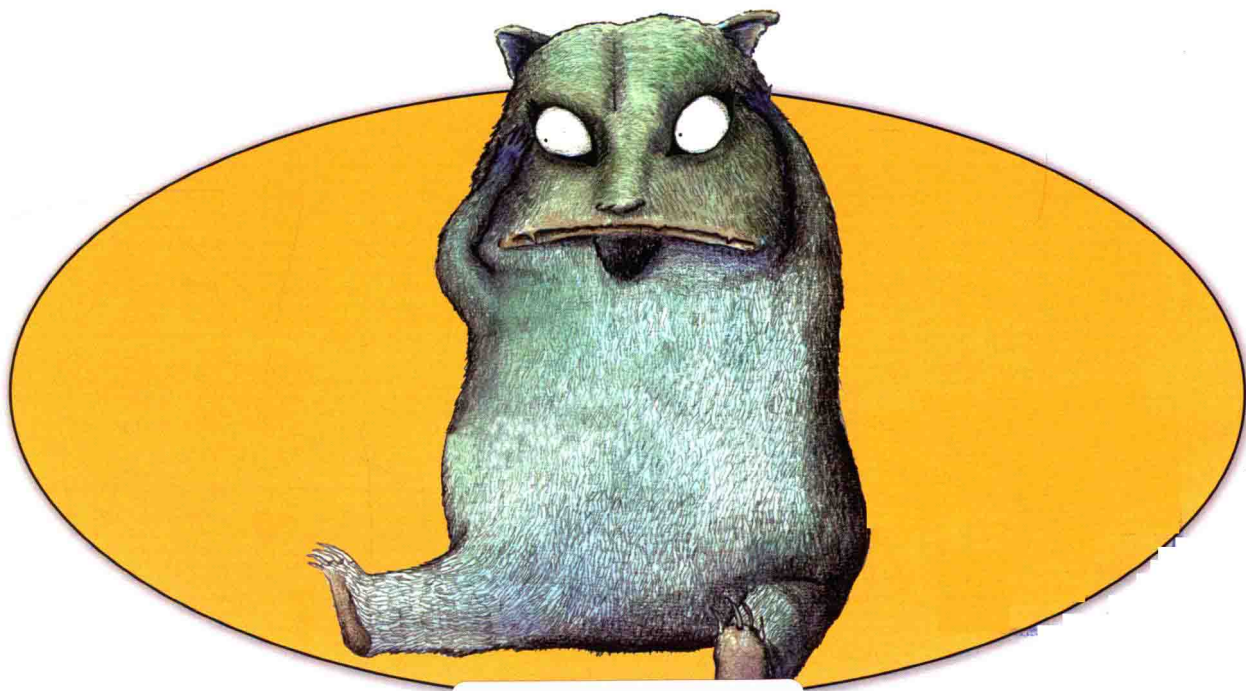


我把烦恼赶跑了

〔美〕菲丽达·伍尔夫 〔美〕哈莉特·梅·萨维茨◎著 〔美〕玛丽·勒·图尔诺◎绘 曹慧思◎译



我把烦恼赶跑了



〔美〕菲丽达·伍尔夫 〔美〕哈莉特·梅·萨维茨◎著
〔美〕玛丽·勒·图尔诺◎绘 曹慧思◎译

Text © Ferida Wolff and Harriet May Savitz 2005

Illustrations © Marie Letourneau 2005

Simplified Chinese translation rights © 2017 by Beijing Science and Technology Publishing Co., Ltd

著作权合同登记号 图字：01-2017-4257

图书在版编目(CIP)数据

我把烦恼赶跑了 / (美) 菲丽达·伍尔夫, (美) 哈莉特·梅·萨维茨著; (美) 玛丽·勒·图尔诺绘; 曹慧思译. — 北京: 北京科学技术出版社, 2017.10
ISBN 978-7-5304-9184-3

I. ①我… II. ①菲… ②哈… ③玛… ④曹… III. ①儿童故事-图画故事-美国-现代 IV. ①I712.85

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第183367号

我把烦恼赶跑了

作者: [美] 菲丽达·伍尔夫 [美] 哈莉特·梅·萨维茨

译者: 曹慧思

责任编辑: 郑京华

出版人: 曾庆宇

社址: 北京西直门南大街16号

电话传真: 0086-10-66135495 (总编室)

0086-10-66161952 (发行部传真)

电子邮箱: bjkj@bjkjpress.com

经销: 新华书店

开本: 889mm × 1070mm 1/16

版次: 2017年10月第1版

ISBN 978-7-5304-9184-3/I · 626

绘者: [美] 玛丽·勒·图尔诺

策划编辑: 刘珊珊

责任印制: 张 良

出版发行: 北京科学技术出版社

邮政编码: 100035

0086-10-66113227 (发行部)

网 址: www.bkydw.cn

印 刷: 北京捷迅佳彩印刷有限公司

印 张: 2.25

印 次: 2017年10月第1次印刷

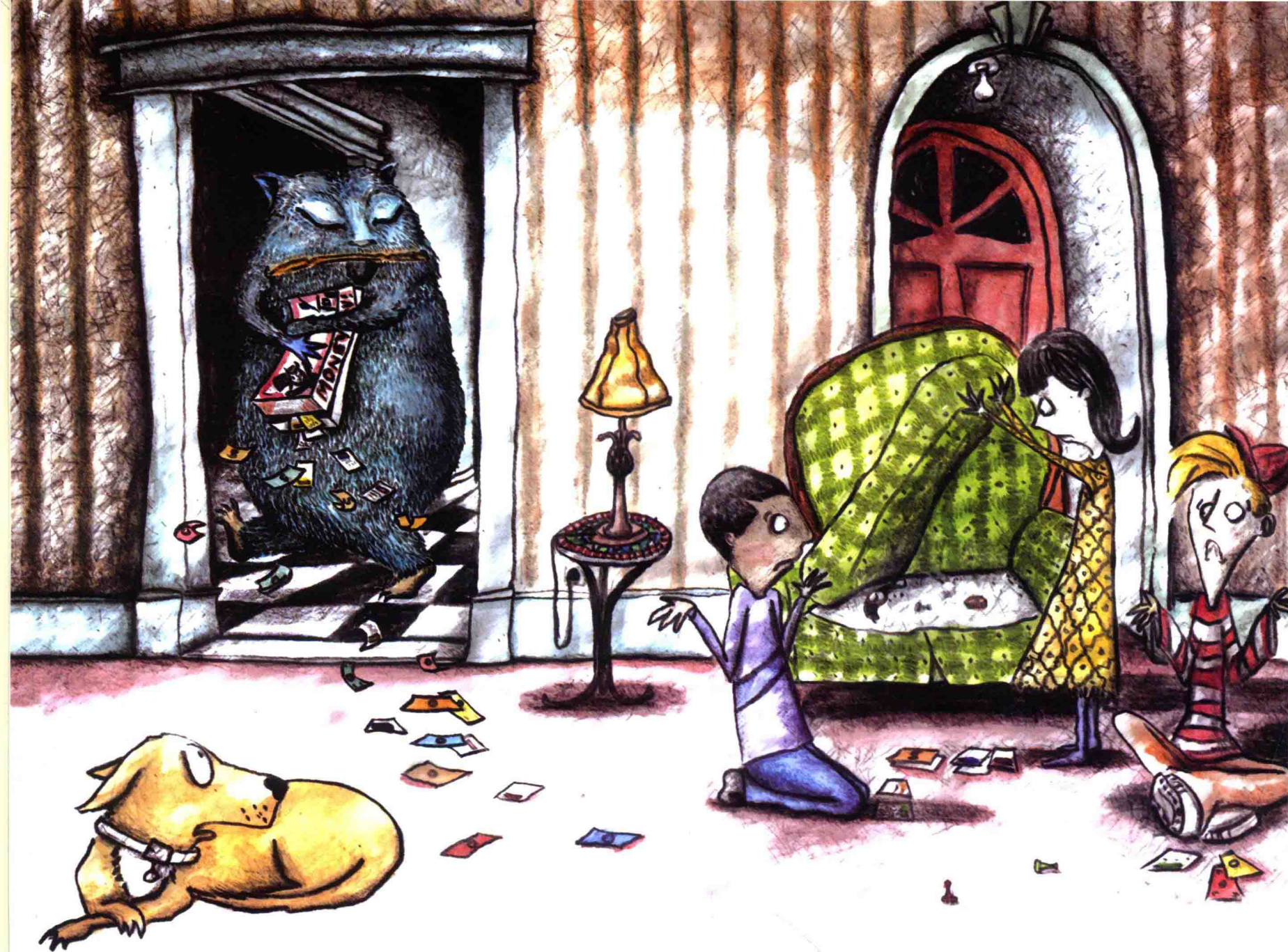
定价: 35.00元



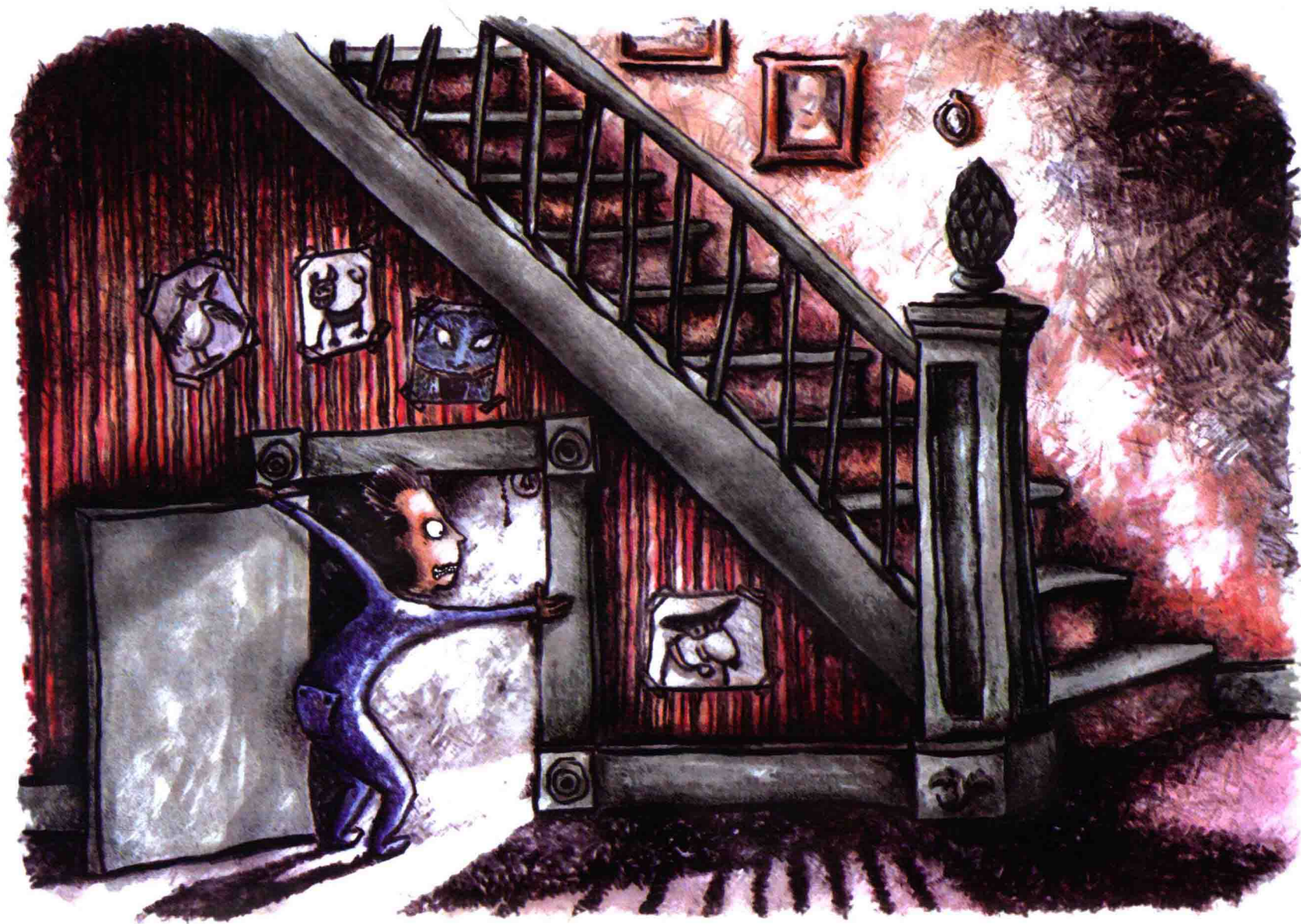
京科版图书, 版权所有, 侵权必究。
京科版图书, 印装差错, 负责退换。



你有过怎么都赶不跑的烦恼吗？等等，什么是烦恼呢？



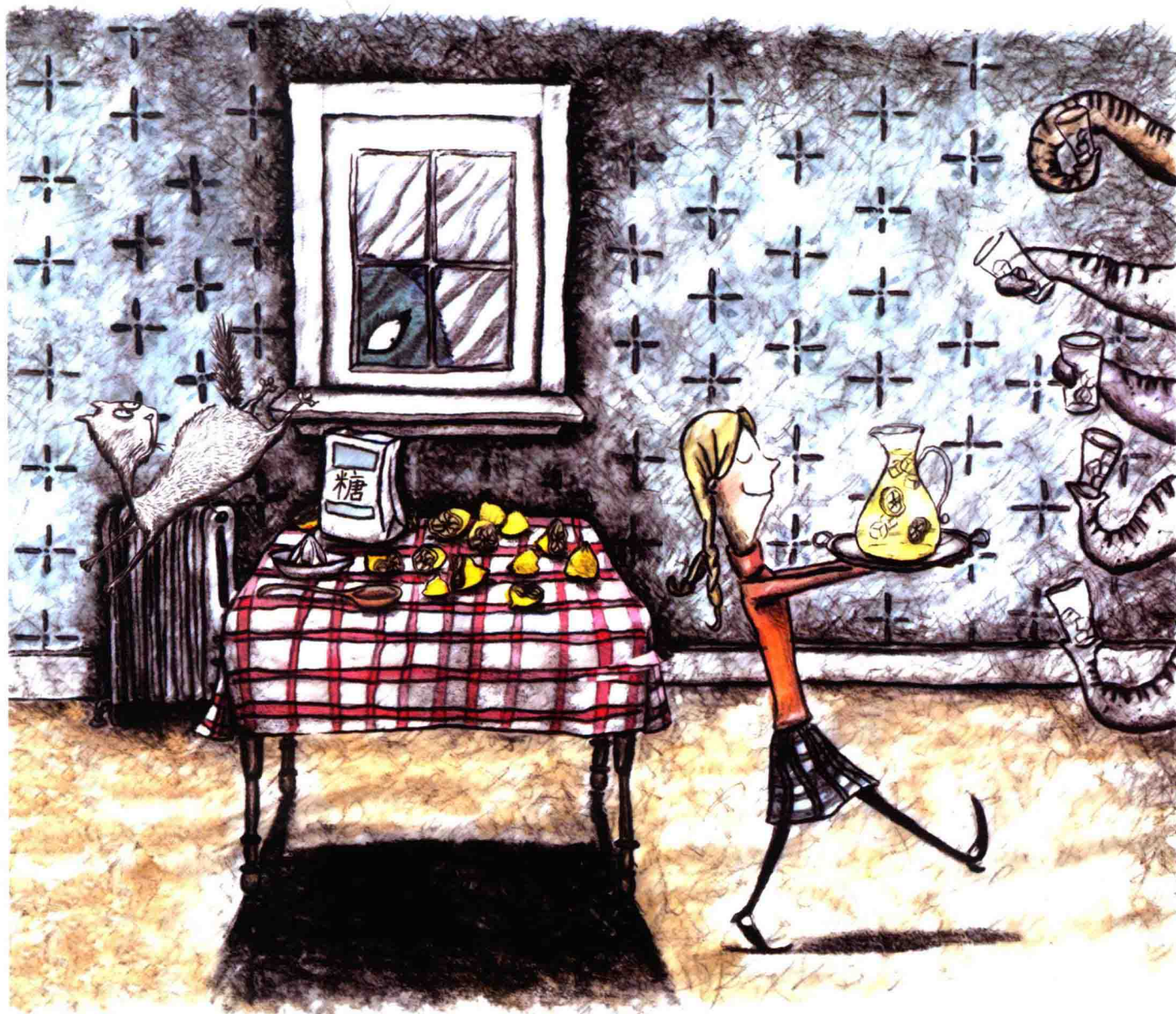
烦恼是一种念头，它让你无法愉快玩耍，让你感觉糟糕，让你开心不起来。



不要费劲去找它，你是看不见它的。但是，它真的存在。



假设，仅仅是假设，有一百头大象来你家里喝茶，你却一个茶包都找不到。
唉，你该拿这么一大群口渴的大象怎么办呢？这样，你就有了烦恼。



可是，你可以用柠檬水来招待大象呀。这样，你就把烦恼赶跑了。



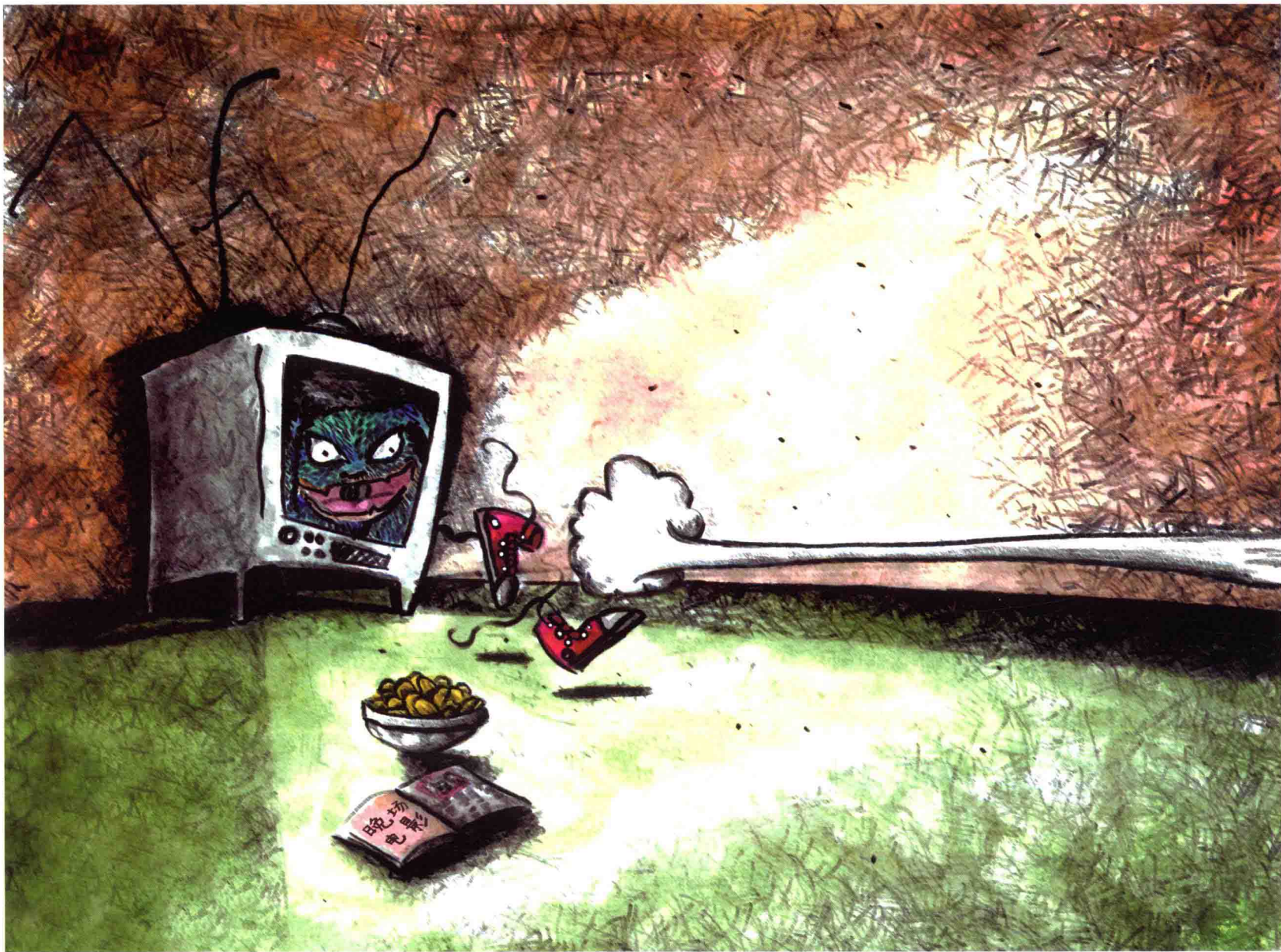
有烦恼的时候，你会觉得很累、很难过，甚至会像生了病一样。
烦恼就像压在你背上的重物，只不过它并不是真的在你背上。



假设一只大猩猩借了你的滑板不肯还给你，
虽然他承诺过会还。
你被这件事闹得脑袋都疼了，
因为你觉得他会就此将你的滑板据为己有。

这样，你就有了烦恼。

可是，你可以让自己勇敢一些，要求他把滑板还给你呀。
你也可以跟他做笔交易，向他借一双轮滑鞋，跟他一起玩。
这样，你就把烦恼赶跑了。



有时候，烦恼可能会吓得你落荒而逃。



假设有个怪物住在你的床底下，你害怕他趁你睡着的时候做出可怕的事情，所以一整夜不睡觉。这样，你就有了烦恼。

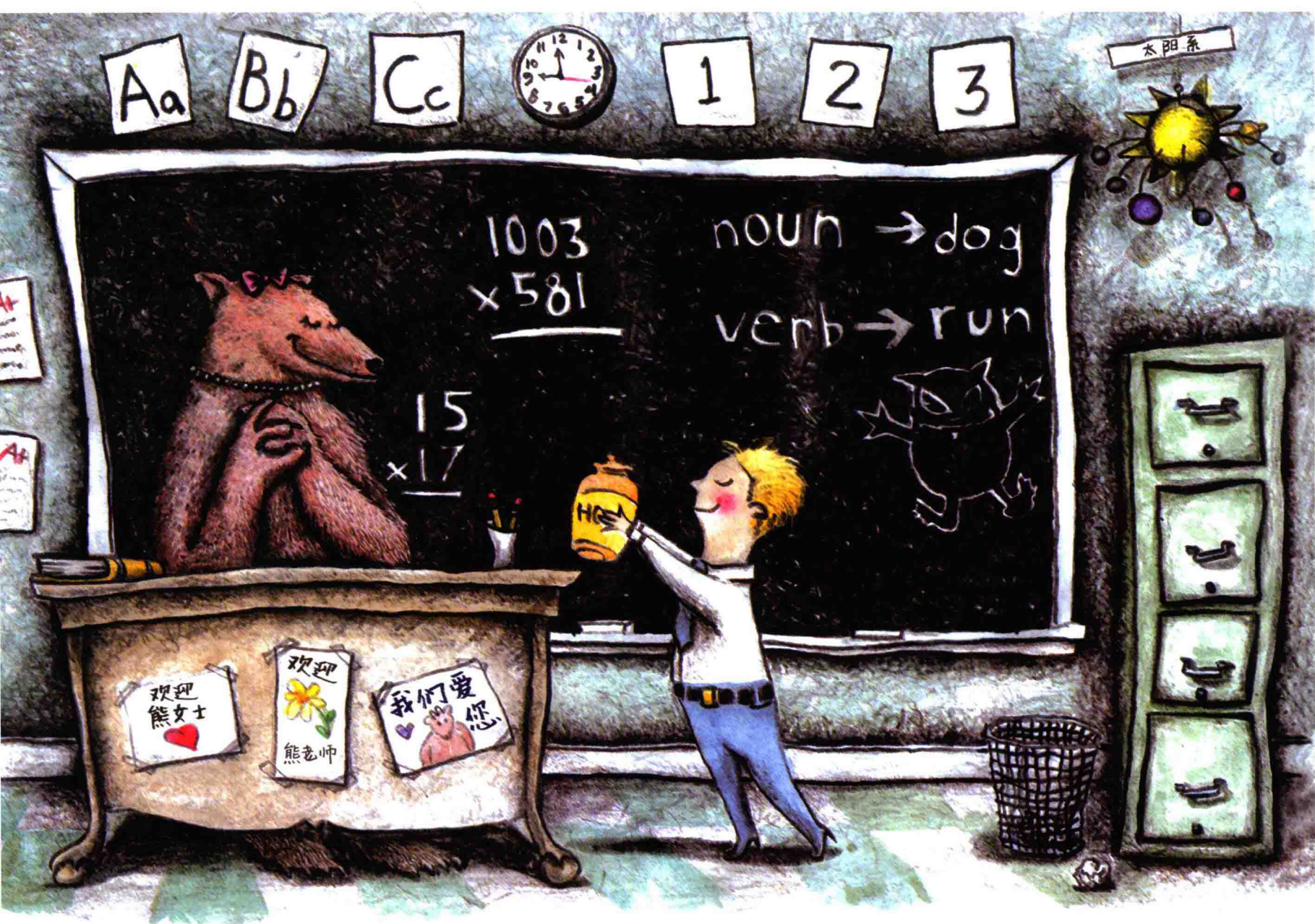
可是，你可以唱摇篮曲给他听，一直唱到你们俩都睡着呀。

这样，你就把烦恼赶跑了。



烦恼能让无比美好的一天变得糟糕透顶。

假设开学第一天你发现你的新老师是一头熊。天哪，万一哪天你忘了带作业怎么办？这样，你就有了烦恼。



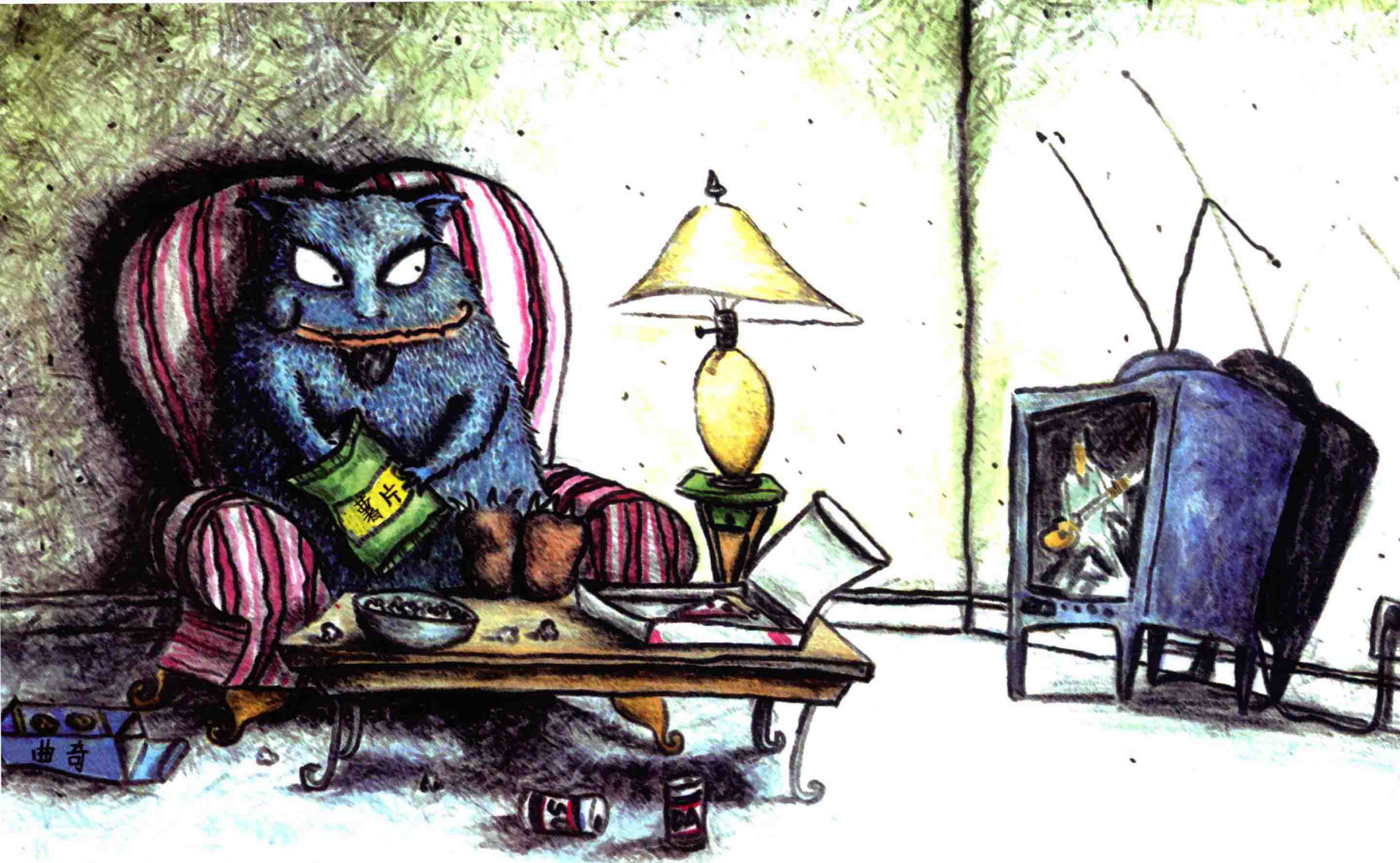
可是，你可以想想老师来到新班级任教的感受呀。
你可以送她一罐蜂蜜，让她觉得自己是受欢迎的。这样，你就把烦恼赶跑了。



每一个人——你的爸爸妈妈、老师、兄弟姐妹和朋友，都会有烦恼。
假设卡米尔，你最好的朋友，做好了参加化装舞会的一切准备，却不小心把膝盖摔破皮了。
她担心自己不能参加舞会了，于是向你求助，可是你也不知道应该怎么办。
这样，你们俩就都有了烦恼。



可是，你可以给她受伤的膝盖缠上漂亮的有黄色星星的粉色绷带呀。
她能够开开心心参加舞会了。这样，你就把她的烦恼赶跑了。
你帮助了好朋友。这样，你就把自己的烦恼也赶跑了。



烦恼总是很粗鲁，一点儿也不讲礼貌。