

家借自我良方

给我亲爱的朋友

Friendship Therapy



英汉双语，智慧甘泉，
双重品味；精美插图，
点亮心灵瞬间。

原著 = 凯丝·达特威克
Kass P. Dotterweich
约翰·派利
John D. Perry

绘图 = R. W. 艾利
R. W. Alley

翻译 = 林莺

希望出版社
团结出版社

疼惜自我良方

给我亲爱的朋友

Friendship Therapy

原著 / [美] 凯丝·达特威克 (Kass P. Dotterweich)

约翰·派利 (John O. Perry)

绘图 / [美] R.W. 艾利 (R.W. Alley)

翻译 / 林莺



图书在版编目(CIP)数据

给我亲爱的朋友/(美)达特威克,(美)派利著;林莺译.—太原:希望出版社, 2002.12

(疼惜自我良方)

ISBN 7-5379-3048-1

I.给... II.①达...②派...③林... III.个人-修养-青年读物 IV. B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 100361 号

国际中文版授权/美国 Abbey press publication.

中文简体字版权©2002 希望出版社、团结出版社

由台湾禹临图书股份有限公司授权出版

著作权合同登记号:晋 04-2002-012 号

策划:永恒书坊 责任编辑:张任 封面设计:缪惟

读者邮购热线:010-85112678

给我亲爱的朋友 *Friendship Therapy*

原著:(美)达特威克、派利 绘图:(美)R. W. 艾利 译者:林莺

*

希望出版社 出版发行
团结出版社

(太原建设南路 15 号 邮编:030012)

(北京市东城区东皇城根南街 84 号 邮编:100006)

新华书店 经销

天方印刷厂 印刷

*

开本:787×1092 1/32 印张:3.25 字数:40 千字

2003 年 1 月第 1 版 2003 年 1 月第 1 次印刷

GB·001

册:16.80 元

编者絮语

这是一套曾畅销世界十几个国家、帮助年轻人“自我成长”的心灵励志书。在每一篇的珠玑小语中，你都可以获得“自我成长”的动力。它的内容简明而轻松，活泼而又意味隽永，依照书中的良方，你不但会获得生活的实际指导，而且还会有一种豁然一新的人生感悟。中英文对照及别出心裁的单词解析，在增进你英文能力的同时，更衍化出清澈澄明的人生哲理。

书中除了优美的文字，还有一个小精灵与你同行。这个在欧美家喻户晓的机智狡黠的淘气鬼，在本书中成了善解人意、温柔善良、充满智慧的小阿福(Elf)。书中还附有优美的笔记页，让你在思索品味之余，可以随意写下心灵的感悟。

衷心希望你好好珍惜自己，也希望你把这本小书作为一份特别的“心灵礼物”送给你的知心朋友。

疼惜自我良方(全套五册)

《活出真性情》

《给我亲爱的朋友》

《给工作中的你》

《跟沮丧说bye-bye》

《祝你天天快乐》

■作者简介

凯丝·达特威克 (Kass P. Dotterweich) 和约翰·派利 (John O. Perry) 的友谊伴随着他们的婚姻，并使得他们将家庭和工作结合在一起。凯丝是胜利图书公司的执行编辑，约翰则是圣路易郡家庭法庭的社会工作者。

■绘者简介

艾利 (R. W. Alley) 美国深受读者欢迎的童趣书作家兼插图画家，目前和家人居住在美国罗德岛。

■译者简介

林莺，1962年生，台大外文系毕业，曾任编辑，现专事翻译。





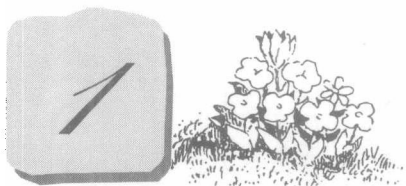


前言

友谊是生命的基石。因为友谊，我们可以还原自我的真实面目，甚至呈现出最好的一面。然而，排得满满的时间表，以及每日生活的重担常常会占据我们全部的心神，使我们无法分享这一份人生最宝贵的礼物，或者使我们疏于耕耘友谊。

花一点时间思念你最好的朋友，为什么他会成为你的朋友？你是否告诉过他这份友谊对你很重要，以及重要的原因？而你要用哪些方法来充实并丰富这份友谊呢？

《给我亲爱的朋友》帮助你以诚实客观的态度评价友谊，欣赏并确认你和朋友之间独特关系的价值，同时增强你作为一个朋友巩固和发展友谊的能力。如果作为一份礼物送给别人，《给我亲爱的朋友》可以为你表达有时候难以启齿的关怀情意。书中的珠玑之语将是亲切的指南，帮助你在上苍恩赐的友谊中，分享最深层的自我，丰富自己的人生。



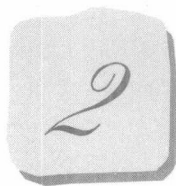
朋友接受你的本来面目。你在朋友的眼中是什么样子，在上帝眼中就是什么样子。

A friend accepts you just as you are. Who you are in your friend's eyes gives you a glimpse of who you are in God's eyes.

◆ accept

朋友的可贵在于接纳，
不必矫揉造作，不必伪
装，我就是我。





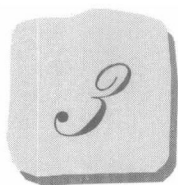
耕耘友谊：以尊重为土壤，施以诚实的光照、同情的润泽，友谊之树就会欣欣向荣、枝繁叶茂，结满爱的果实。

Cultivate your friendship. In the soil of respect, drenched with the light of truth and the moisture of compassion, life will burst forth as a towering tree, abundant with the fruit of love.



◆ cultivate

友谊需要用心去栽培，
小小的巧思会增添无限
风味。



让你的友谊可大可小，可高可矮，可方可圆，可以繁复华丽，也可以平淡朴实。赋予友谊各种想像的尺寸、形状与色调。

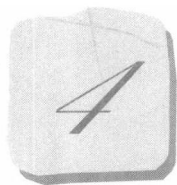
Let your friendship be large or small, tall or short, square or round, paisley or plain. Friendships come in every size and shape and shade imaginable.





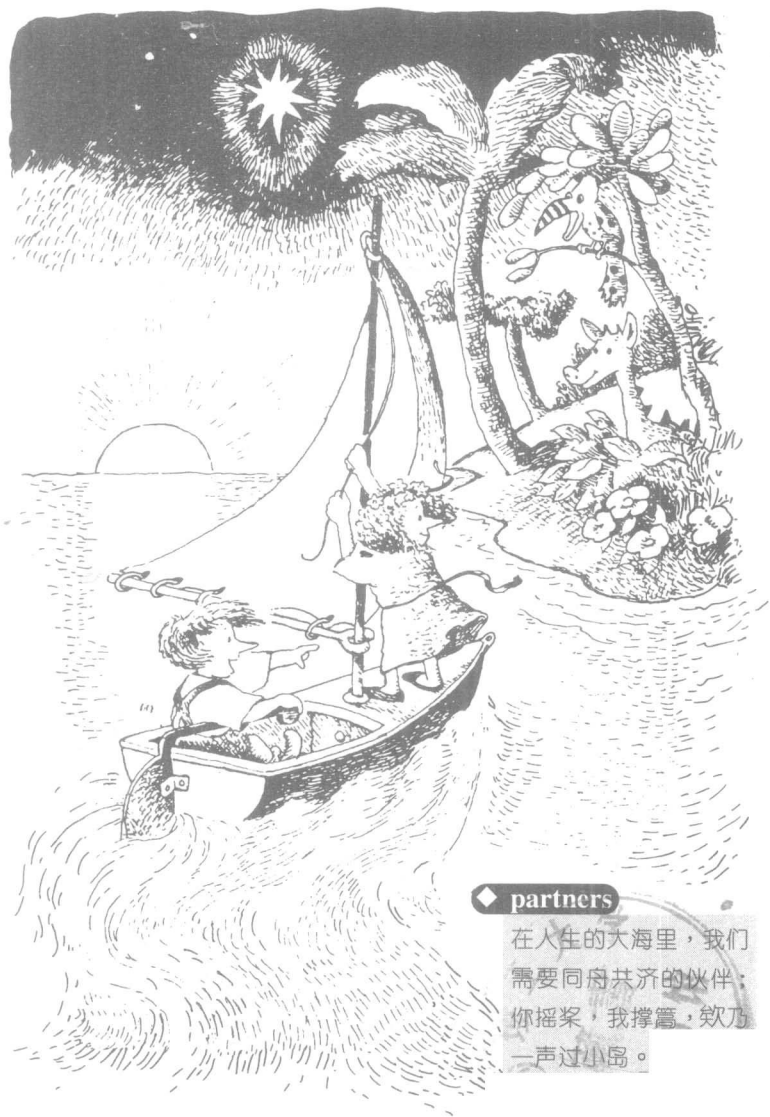
◆ imaginable

不必情有独钟，让各式各样的友谊之花进驻你的心园。



让友谊成为悠游之舟，引你逍遥于海上。当海浪一波一波袭来、强风注满船帆，当风平浪静、一望无际，有星星在夜空中引路，你们永远是共同掌舵的伙伴。友谊之舟带你驶向梦想之外的彼岸。

Allow your friendship the graceful freedom of a ship at sea. When the waves dash against you, when the strong winds fill your sails, when the calm allows clear sailing, when the stars guide you by night, you are partners at the helm. Your friendship can take you to distant and undreamed-of shores.



◆ partners

在人生的大海里，我们
需要同舟共济的伙伴；
你摇桨，我撑篙，欸乃
一声过小岛。



要成为一个好的朋友，你得先看重自己。先珍视自己的可贵本质，才能将别人的可贵本质收纳于心。

To be a good friend, value yourself. To treasure another's essence in your heart, you must first treasure the precious essence that is you.





◆ self

善待自己才能善待朋友，
疼惜自我也不要忘了疼惜
朋友。