

<<心灵鸡汤>>

图书基本信息

书名：<<心灵鸡汤>>

13位ISBN编号：9787533737955

10位ISBN编号：7533737954

出版时间：2007-6

出版时间：安徽科学技术

作者：坎费尔德

页数：232

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<心灵鸡汤>>

前言

作为美国大众心理自助与人生励志类的闪亮品牌,《心灵鸡汤》语言地道新颖,优美流畅,极富时代感。

书中一个个扣人心弦的故事,深度挖掘平凡小事蕴藏的精神力量 and 人性之美,真率倾诉对生命的全新体验和深刻感悟,字里行间洋溢着旁心、感恩、信念、鼓励 and 希望。

由于故事的蕴涵哲思深邃,豁然释然,央视“百家讲坛”曾引用其作为解读援例。

文本的适读性与亲和力、故事的吸引力和感召力、内涵的人文性和震撼力,煲出了鲜香润泽的《心灵鸡汤》——发行40多个国家和地区,总销量上亿册的全球超级畅销书!

安徽科学技术出版社独家引进的该系列英文版,深得广大读者推崇与青睐,频登各大书店及“开卷市场零售监测系统”的畅销书排行榜,多次荣获全国出版发行业的各类大奖。

就学英语而言,本系列读物的功效已获莘莘学子乃至英语教学界的充分肯定。

由于语篇的信度、效度符合标准化考试命题的质量要求,全国大学英语四级考试、全国成人本科学位考试的阅读理解真题曾采用其中的文章。

为了让更多读者受惠于这一品牌,我社又获国内独家授权,隆重推出双语精华版《心灵鸡汤》系列:英汉美文并蓄、双语同视面对照——广大读者既能在轻松阅读中提高英语水平,又能从中感悟人生的真谛,激发你搏击风雨、奋发向上的生命激情!

<<心灵鸡汤>>

内容概要

作为美国大众心理自助与人生励志类的闪亮品牌,《心灵鸡汤》语言地道新颖,优美流畅,极富时代感。

书中一个个扣人心弦的故事,深度挖掘平凡小事蕴藏的精神力量 and 人性之美,真率倾诉对生命的全新体验和深刻感悟,字里行间洋溢着爱心、感恩、信念、鼓励 and 希望。

由于故事的蕴涵哲思深邃,豁然释然,央视“百家讲坛”曾引用其作为解读援例。

安徽科学技术出版社独家引进的该系列英文版,深得广大读者推崇与青睐,频登各大书店及“开卷市场零售监测系统”的畅销书排行榜,多次荣获全国出版发行业的各类大奖。

就学英语而言,本系列读物的功效已获莘莘学子乃至英语教学界的充分肯定。

<<心灵鸡汤>>

书籍目录

1. My Mother Says... 妈妈“语录” 2. The Smell of Grass 青草的味道 3. An Angel in Disguise 其实,你就是天使 4. Father Meets Cat 人猫情未了 5. Adolescence 青春可期 6. A Gift of Love 爱的礼物 7. Squeeze My Hand and I'll Tell You that I Love You 执吾之手 8. Last Words 折翼天使 9. Abigail's Dove 希望之“鸽” 10. A Mother's Letter to a Son Starting Kindergarten 母亲写给刚上幼儿园儿子的一封信 11. A Father's Gift from a Daughter 礼“薄”情“深” 12. The Mother's Day Note 母亲节便条 13. The Importance of Conscience 爱要了解 14. Mom for a Day 临时妈妈 15. Little Boxes of Chocolates 情人节巧克力 16. Happy Birthday, Baby 宝贝,生日快乐 17. Yes, Daddy, I Promise 一诺千金 18. The Rustic Rink 乡村溜冰场 19. Footsteps 脚步声 20. Every Morning Is a Gift 爱有天意 21. A Handful of Blackberries 一把黑莓 22. A Second Chance 让爱重来 23. Moonshine 月光宝瓶 24. The Necklace 亲情“项链” 25. Precious in My Eyes 美丽心灵 26. The Pickle Jar 腌菜罐 27. Joy to the World 天使降临 28. The Walnut Tree 胡桃树 29. The Ring 戒指 30. Letter to a Stranger 给陌生人的信 31. Wishing upon a Son 为儿子许愿 32. A Childhood Memory 童年的记忆 33. Hey, Son, I Love You, Too 父爱深似海 34. The Day I Was Too Busy 爱的重心 35. A Young Man's Odyssey 一个年轻人的“辛”路历程 36. Spring of '59 1959年的春天 37. Real Event “真实”胶片 38. That's My Son! 那是我儿子!
39. My Other Mother 另一个妈妈 40. Adopting a Dream 梦想成真 41. Once the Son, Now the Father 昔为人子,今为人父 42. A Motherless Child 勿失吾爱 43. We Sisters 姐妹花

<<心灵鸡汤>>

章节摘录

妈妈“语录” 从西点军校毕业后，我在部队里谋了份差事，那年夏天，我请了几个礼拜的假，回到父母位于康涅狄格州密斯迪克的农场探亲。

一天，吃晚饭时，我告诉了父母想冬季去游骑兵学校上学的意愿。

我向他们描述了这所学校的情况，只有最好的士兵才有机会接受那堪称“魔鬼训练”的课程，在那里，一天只吃一顿饭，晚上只睡两三个钟头，背着塞满个人和小组训练装备的包袱进行30千米的负重拉练，学员们学习如何在敌后生存并完成突袭、埋伏、侦查一系列军事任务，通常只有不到三成的学员可以顺利毕业。

听完我的介绍，母亲的反应有些出乎意料，没有了平时一贯的支持和鼓励。

此刻的她显得很犹豫，母亲想知道我受伤的几率有多大，她要我再解释一遍为什么这么想去游骑兵学校。

母亲知道过去曾有学员死于“魔鬼训练”。

我告诉她不是非去不可，那里的训练课程对我部队军官的事业也无关痛痒。

我只是想去试试我能不能做到，有没有它所要求具备的素质。

母亲默默听我把话讲完，没有再问下去。

我了解她的感受，但或许，我是自以为是。

那次谈话后不久，我便离家去参加密苏里州弗雷伍基地的教官基础课程，之后还要远赴德国的建设兵团。

在学习教官基础课程的第二周，我去听了一个关于游骑兵学校的讲座，接近尾声，主讲人向我们爆料：在座的60名中尉中只有6个人有机会拿到游骑兵学校的通行证，接下来的3个月里，我们要在5个方面进行比拼：体能、陆地导航、结绳、游泳以及理论基础。

最后取前6名。

那天晚上，我和父母通了电话。

“我去游骑兵学校的机会微乎其微。”

我告诉他们并进一步解释了报名者和中榜者的比例有多么悬殊，原以为这样的消息会让母亲如释重负，可我错了，在她看来，我遇到了比游骑兵学校更危险的挑战，梦想似乎正一步步地离我远去，而母亲要帮我重新抓住它。

“你能行的。”

“她说，‘我明白你有多想去那儿，而且我知道你一定能去。’

你不仅会金榜题名，也一定可以顺利毕业。”

母亲一席话打消了我所有的疑虑，顿时令我信心满怀，力量倍增。

在接下来的3个月里，60位游校“发烧友”进行了颇为惨烈的竞争，我不时地与家人分享自己的点滴进步。

母亲还是一如既往地鼓励我，丝毫不为渺茫的成功几率所动，她一直说我能行。

10月下旬的一天，我们准备搭车从训练基地返回住所，我迟到了一小会儿，所以最后一个上车。

正当我踏上车时，坐在后排的一个人嚷了起来：“哎，维特，你听到风声了么？”

站在车头的我停了下来，不知怎的，一群少尉正侧目盯着我。

冥冥中，我就知道肯定不是好事，也一定与游校有关。

“什么风声？”

“我问。”

“指挥官说，去德国建设兵团的人就去不了游骑兵学校。”

“他说道。”

他的话无疑是晴天霹雳，让我瞬间崩溃，我付出了全部的心血，可现在连机会也没有。

车里一片死寂，我依然昂着头，面对所有的眼睛。

他们全都盯着我，想看看我的反应。

当时我脑里闪过的第一个东西就是“妈妈‘语录’”，带着一丝苦笑，我说出了心里话：“我想指挥

<<心灵鸡汤>>

官还没和我老妈商量这事，因为她总说我一定去得了游骑兵学校。

”此言一出，车上的人哄堂大笑。

我的无稽之谈很快在其余的师生中传开了，一周后，指挥官回心转意了，很显然，他可不想惹我老妈。

主考官最终宣布了角逐结果，我是第6名。

妈妈是对的。

1990年11月30日，我踏进了游骑兵学校，次年3月19日，我毕业了。

其实，你就是天使 “你付钱给我，我都不会做你女儿！”

”我言辞激烈地向我的新继母声明，这是她向修窗户的男人介绍我是她女儿时，我向她做出的回应。这也是高中那几年我和继母许多次冲突中的一次。

我那时还是个叛逆的少年。

我的不安全感迫使我攻击他人，在别人伤害我之前先伤害他人。

试想一下，一个离了婚的女人，带着两个3岁和5岁的小孩住在科罗拉多，遇到了、爱上了并且决定嫁给一个住在新墨西哥的男人。

要和他结婚，她必须卖掉房子，放弃自己热爱的教师工作，为了能获准把孩子带出科罗拉多州，还得和前夫对簿公堂。

所有这些问题解决之后，她面对的是两个桀骜不驯少年——我哥哥和我，他们坚信她是敌人，是他们的麻烦。

当她存他们就读的高中获得历史老师这份工作，他们向明友和同学散布消息，说她是一个“女巫”。

他们持续不断地用一些野蛮行为来找她孩子的麻烦。

他们作弄她，侮辱她，忽视她。

她会有什么样的反应呢？

她用纯粹的、无条件的爱对这一切做出回应。

出于本能，玛丽·乔在我接受她继母身份以前很早就对我进行了严加管教。

她制订了一些规矩，例如，晚饭时间是下午6点半，如果我不回来吃饭的话，必须在6点之前打电话告诉她。

除了家庭晚餐之外，还有家庭之夜和家庭假期。

我习惯了独立自主、来去自由的生活。

可是玛丽·乔想了解我是怎样安排自己的时间，我的朋友都是哪些人。

最起码的规矩就是我到家的时候要说“你们好”，出门的时候要说“再见”。

我连这些规矩都企图违反。

当我和朋友们一起偷偷摸摸地溜进家门，往楼上的房间跑的时候，她会立刻出现在我们面前，“你们好，我是玛丽·乔，艾丽斯的继母。

你们叫什么名字？

” 当她想和我说话，我会冲她大喊大叫，然后走开。

当她想和我拥抱，我会一把把她推开。

她说：“我知道你不喜欢这样，但是不管怎样，我还是要拥抱你。

”她在给我的信里写道：“我爱你！”

玛丽·乔。

”我把这些信撕得粉碎，扔进她能看见的垃圾堆里。

可她会在下一封信里说，“我知道你还会把这封信撕碎。

不管怎样，我爱你！”

玛丽·乔。

” 16岁生日那天，我和玛丽·乔之间发生争执，因为我又找了她女儿的麻烦。

我被关进自己的房间。

我打电话给我的朋友约他们在街角见面，然后从窗户翻了出去。

<<心灵鸡汤>>

大概晚上6点我回到家，不敢进家门。

当我推开家门，走进房子，我听到一个声音，“意想不到吧！”

”我的6个女朋友坐在桌边，桌上堆满了吃的东西和礼物。

玛丽·乔策划了这个聚会，亲自为我下厨。

在我的朋友面前，我受到了公主般的待遇。

我感到如此特别，但也很愧疚。

聚会结束的时候，玛丽·乔说：“生日快乐。

我爱你。

可是从现在起，你必须乖乖在家待着，不许出家门一步。

”一天，当我路过爸爸和玛丽·乔的卧室的时候，我听到她在哭。

我不记得她说了些什么，只记得是关于我的一些话，还有就是她不知道这一切会有这么艰难。

说我从此停止捣乱或者我们不再对立有点夸张，但是听到她说出这些痛苦以后，我和她的距离更近了一步。

我大多数的愤怒和伤痛都是来自我的父亲，来自他的所作所为和我们之间多年来构筑起的一道道的墙。

玛丽·乔经常被夹在其中。

随着时间的推移，我渐渐变得爱她并且尊重她了。

从爸爸把她介绍给我认识的那天起，我就觉得她很漂亮。

我过去经常诚恳地问她，“你觉得我爸爸他人怎么样？”

”她会告诉我爸爸所有的优点，而我却拼命地想忘掉他的优点，努力地去恨他。

我问了这样的问题，听到了这么多回答，我开始发现她在爸爸身上发现的那些优点。

我开始接受玛丽·乔给我的爱，开始接受她为我付出的一切和她为爸爸所做的一切。

不久以后，我和她冰释前嫌。

当我犯错误的时候，玛丽·乔会直接处理我的行为。

她告诉我错在哪里，并且告诉我会受到怎样的惩罚。

她不会和我说大道理，它只是让我清楚地知道她能容忍什么，不能容忍什么。

在这过程中，她为了培养我的自尊心，会说这样的话，比如“你比那好多了”和“我对像你这样的人有很多期待。”

”在听到“你总是做这样的事情”和“你想成为永久性的问题吗？”

”很多年之后，当我回首玛丽·乔的教导时我才觉得自己长大了不少。

比起她怎样处理我任性的行为更为重要的是，她教会我积极的方法，引导我接触令我感觉良好的事物。

在局外人看来，打牌、做饭和家庭晚餐也许是很随意的事情，但是我能从中体会到一种快乐和自尊。

它们原本会伴随我一生，是治疗我疾病的良药。

我尝试过的最有效的药物之一就是跑步。

那也是玛丽·乔送给我的一件礼物。

和我爸爸结婚那天，她跑了10英里远。

我以前从来没有跑过步，但是我想如果她能做到，那么我也能做到。

我走得和跑得差不多一样远。

然而。

从那天开始，我参加了，并且赢了很多场跑步比赛。

我和玛丽·乔曾经一起跑步穿过了山脉和邻里。

上高中的时候，我参加了径赛和越野赛。

我表现得似乎毫不在意玛丽·乔是否来看我比赛一样，即使她到场观战我也假装忽略她的存在。

有时我甚至不告诉她我是否有比赛，可是她会跑遍整个学校去找我。

出发前我总会在人群中搜索她的身影，只要看到她的脸，我就感到非常安慰，虽然我没有告诉过任何人。

<<心灵鸡汤>>

玛丽·乔对我的生命产生了积极的影响这种说法太轻描淡写了。

她对我的生命起到了至关重要的作用。

她是一个榜样、一位母亲和一个朋友。

她教会我家庭是什么，她创造了我最宝贵的记忆。

她让每一个假期都像是一个庆典。

她传递给我跑步这件礼物，给了我力量、平静和秘密，给了我一个地方，可以让我去哭、去祈祷、去进步。

她教给我的那些方式让我在做事和生活中脱颖而出。

比这一切更重要的是，玛丽·乔教会了我什么是爱。

她向我展示出爱可以为人疗伤：可以使人和蔼；爱可以发现强硬外表下隐藏的优点：爱可以改变一个人；爱可以带来质的变化。

今天，我很自豪玛丽·乔称我为她的女儿，我也很荣幸能称她为我的朋友。

.....

<<心灵鸡汤>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>