

# 桑娅的新生

清晨,桑娅又在噩梦中惊醒,她仿佛又听到了枪声、敲门声。桑娅赶紧从床上跳下来,蹲在地上双手紧紧抱住头。过了一会儿,她强迫自己平静下来。随后,她开始梳洗打扮,准备上班。一年前,桑娅逃离了希特勒统治下的德国,在德国那个小城镇,她和她的犹太家庭惨遭蹂躏。那一夜,党卫军带走了她丈夫,行前他们紧紧拥抱诀别。后来桑娅的姐夫也同样被党卫军抓走,她的姐姐、外甥、外甥女被送进一家兵工厂做苦工。

最后,党卫军又直接从学校里带走了桑娅的儿子,母子俩甚至连告别的机会都没有。几个月之后,在美国人权组织的帮助下,桑娅逃离了德国,只身来到纽约,住进了公寓,并且得到了一份在大商场做缝纫的活儿。从此,桑娅过上了正常的生活。可对桑娅来说情况并未改观,她始终无法从过去的阴影中走出来。白天,她埋头干活,不和任何人接触。到了夜晚,她躺在床上,沉浸在过去的那些痛苦中,不能自拔。

这天中午,桑娅独自坐在餐厅的角落里吃饭,忽然听到有人叫她的名字,她抬起头,看到斯

坦夫人向她走来。斯坦夫人在难民所工作,正是在她的帮助下,桑娅有了住所、找到了工作。斯坦夫人笑着对桑娅说:“我们从德国又救出来两个犹太孩子,一个女孩10岁,还有一个男孩7岁。这两个可怜的孩子受了不少苦,他们需要一个家,一个温暖的家,而不是栖身场所。桑娅,我想你也许需要有人做伴。”

10岁和7岁?正好和她的外甥女、外甥一样大。桑娅摇摇头:“我不想接纳他们。”因为她知道,和他们生活在一起,更让她忘不了过去的事。“可起码你应该考虑一下吧?这样,我明天再来听你回话。”斯坦夫人劝道。“不需要,这根本不可能!”桑娅的语气很坚决。斯坦夫人惊讶地看着桑娅,桑娅低下了头,直到斯坦夫人离开。

这天下午,还没到下班时间,桑娅就提前回家了。桑娅回到家,关上所有的灯,便一头扎到床上。斯坦夫人提到孩子的事,又打开了她记忆的大门,触动了她内心的痛楚。她大声地哭泣了起来,这是她离开德国后第一次这样大声哭泣。也不知哭了多久,桑娅抽泣着爬起来,拉开橱柜,拿出一个从德国带出来的

◆ (以色列)辛西娅·默凯迪 张维(编译)

小布包,这里面包着她丈夫、儿子和姐姐的三张照片。她一层层地解开布包,把三张照片摆在桌子上。这三张照片让她悲痛欲绝,但也给她带来了一些慰藉。她想起了以前和他们在一起的快乐时光。这个时候,她突然觉得她应该重新开始,好好地活着,不仅为自己,更是为了照片里的这些亲人。

桑娅捧着这些照片一遍又一遍地诉说着:“我要重新生活,为了你们,也为了我自己!”这晚,桑娅睡得很踏实,这是自从丈夫被带走后,她第一次夜里没做噩梦。第二天醒来,桑娅感到自己很平静,她知道自己该干什么。她要接纳那两个孩子,这是她重新生活的第一步。

中午,桑娅焦急不安地站在餐厅门口,搜寻着斯坦夫人的身影。斯坦夫人一出现,她便快步迎上去,忙不迭地对她说:“我愿接纳那两个孩子,尽管我的住所不大,但我能安排好,请相信我!”斯坦夫人紧紧握着桑娅的手:“太好了,我今晚就把他们带过去。”

下班后,桑娅开始在家里忙着做德国甜饼,她好长时间都没做这个了。她要用甜饼和爱心来

迎接孩子。“桑娅!”门外响起了斯坦夫人的声音,桑娅赶紧打开门,看见斯坦夫人站在门口,带来的女孩和男孩分别站在她的两边。两个孩子骨瘦如柴,看上去很悲伤。桑娅的内心顿时翻江倒海。是啊,他们没有理由不悲伤,他们失去了亲人,失去了一切。看着他们,桑娅忽然有一种熟悉的感觉。“快进来!”桑娅招呼他们。两个孩子身上那套干净的衣服显然不合体,这是难民穿的衣服,以前桑娅来到美国时也穿过,难怪她有一种熟悉的感觉。

“桑娅,这是莉泽和卡尔。”斯坦夫人对桑娅说道。桑娅像触了电似的全身哆嗦了一下,因为她的外甥女和外甥也叫这个名字。绝对不可能出现这种事!桑娅疾步上前,走到两个孩子面前,仔细地打量着他们的脸。一旁的斯坦夫人疑惑地问:“怎么了,有什么不对劲的地方吗?”

桑娅摇摇头,没有说话,可她的眼睛仍然没有离开两个孩子的脸。女孩慢慢抬起头来,睁大眼睛,似乎也在仔细地观察着桑娅。忽然男孩大声地喊叫起来。

“怎么啦,卡尔?”斯坦夫人关切地问道,“你没事吧?”男孩伸出颤抖的手,指着桑娅摆在桌上的照片,然后他冲过去,抓起桑娅姐姐那张照片,把它紧紧贴在自己胸口,带着哭腔喊道:“妈妈!”



海外故事

## 海边的抉择

◆ (美国)詹姆士·贝德文 孙开元(编译)

18世纪时,美国的维吉尼亚州威斯特摩兰县有一位名叫乔治的男孩,他从小就幻想着外面的世界。“我想当个水手,”只有十四岁的他对家里人说,“那样我就可以去许多新奇的地方,看到各种各样的新鲜事。说不定我还会当上船长呢!”乔治的哥哥也支持他去海上,像乔治这样机灵的人不会总当水手,也许很快就能当上船长,名利双收。

于是,事情就这样定下来了。乔治的哥哥认识一条商船的老板,这条船正要驶往英国,老板同意带乔治上船,并教他怎样成为一名优秀的水手。但乔治的母亲很伤心。乔治的叔叔给她来了一封信,信上说,不要让乔治去海上,如果他做了一名水手,那他可能永远也不会有什么更好的发展。

母亲让他看了叔叔的信,但他已经下定决心要走,非常固执,母亲虽然舍不得,但她没有强迫儿子的意愿。终于到了船要出海的这一天了,家里人帮他一只装着衣服的小箱子带到了海边,船停靠在水里,正等着他。乔治一阵欢呼,想象着

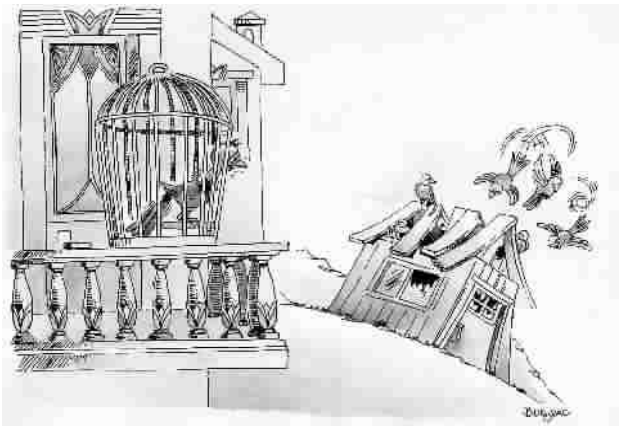
美好的未来。

“再见了,妈妈。”乔治说。他站在甲板上,转过身,看到了他深爱的母亲那慈祥的面孔,有些于心不忍。

“再见了,我的宝贝儿子!”母亲说。这时,乔治看到母亲的眼里涌出了眼泪,泪水顺着她的脸在往下流淌。他知道母亲舍不得让他走,他不应该让母亲伤心,但前面就是他向往已久的大海。

他站在船边,想了片刻。是随着自己意愿走,还是顺从母亲的心愿?在最后一刻,他毅然一转身,对着母亲说:“妈妈,我改变主意了。我听您的,留在这里。”说完,他告诉等候在船舱门口的小童:“汤姆,告诉家里人,不要往船上搬箱子了,再告诉船长不要等我了,因为我改变决定,不去海上了!”

这位男孩的全名叫乔治·华盛顿。不应该让母亲伤心,就是这一念之间的抉择,彻底改变了他人的人生道路。后来,乔治·华盛顿领导人民击退了英国入侵者,平息了内战,成了美国的第一任总统,美国人民称他为“国父”。



■ 围城

(塞尔维亚 米兰)

## 还有一个人

◆ 李剑红(编译)

在一个边远山区的农村,有一位怀孕的妻子半夜痛得很厉害,她就要生孩子了。她的丈夫急忙把医生找来,准备为妻子接生。他们这里还没有电灯,所以,医生把一盏灯笼交到这位准爸爸的手中,并对他说:“你把这盏灯高高地举起来,这样,我就可以看到我在做什么了。”

很快,一个男婴降生到这个世界上。“哇!”医生说:“请你不

要急于把灯笼放下来,我觉得还有一个孩子要出来。”

果然,几分钟以后,医生又接生了一个女婴。这时,刚刚当了爸爸的人异常兴奋,他又要把灯笼放下来,又想去亲近孩子。“不,不,不要把灯笼放下来……好像还有一个孩子在那里要出来!”大夫喊道。这位乡下人挠了挠头,他很困惑地问医生:“你觉得,是这光把孩子吸引来的吗?”

陪到底。想到这里,他取出一把剪刀,把一条毛毛虫一剪两半,然后看着乔希不做声,这时候他觉得自己就是一个英雄。小乔希无奈地说道:“好吧,你先吃。”吉尔毫无办法,他捏起还在蠕动的一半毛毛虫,闭着眼睛扔进喉咙里,然后大舒一口气,盯着乔希恶狠狠地说:“小无赖,该你了!”乔希哭着叫喊道:“这不算,你刚才吃的那半条是我的……”



快乐城堡

## 吃虫子

◆ 赵文恒(编译)

小乔希是个调皮的孩子,但爸爸老吉尔是个无所不能的医生,可是这两天他无计可施,因为乔希已经几天没吃饭了,无论吉尔怎么威逼利诱,小乔希就是不张嘴。

最后吉尔使出杀手锏,他把乔希按在座位上:“听着,小淘气,如果你不吃东西,就别想离

开房间,更别想玩游戏、看电视。”这一下击中了乔希的软肋,他顿时软了下来,但依旧撇着嘴,坐在椅子上不吭声。

沉默了好长时间,他开始妥协:“好吧,我可以吃点东西,但有两个条件……”吉尔大喜过望:“儿子,只要你吃东西,什么条件我都答应!”乔希慢慢说道:



心灵驿站

凯瑟琳是一个年近老年的54岁单身女性,但她现在日渐重返30多岁时的健康与美丽,非常吸引人。

不过在去年初,医生诊断她患有多发性硬化症,在遍访名医后,凯瑟琳才认识到这是一种无药可救的绝症,而且病情只会日益恶化。从那时起,不愿意接受命运安排的凯瑟琳,开始研究各种传统和另类的疗法,很快她就成为这个恶疾的行家。后来,她发现原来很多神经退化疾病的开始,跟许多人格特质有关。

这种理论能让凯瑟琳信服,因为她总觉得自己会患此病,应与她的孤儿出身有关。从小,凯瑟琳就学会凡事只靠自己,她经常需要与人生搏斗一番,才能获取所求。对她来说,这世界是个充满了无情的冷血场所,这让她往往难以接受这样的人生和环境。她不断问自己:“为什么人生这么不公平?为什么都发生在我身上?”

凯瑟琳觉得自己内在的愤怒,以及对世界和自己的不能谅解,一定和现在这个慢慢啃噬她的疾病有关。她立誓要有所改变,她不断地祈祷,她希望自己能够成为一个更仁慈的人,而第一步是能够原谅自己和别人,她希望以“爱”而不是“恨”来看待人生。

几个星期过去了,凯瑟琳觉得自己一点进展都没有,病情仍不断恶化,而且已经开始侵犯她的视力,她的左眼几近失明,她非常沮丧,几乎连改变的力量都没了。最后,她仅仅期望能在临终时保有些许内在平静就好了。

凯瑟琳最后找到一位愿意帮助她的心理治疗师,这位医师给她的第一个劝告是,不要再去想改变的事,只要对自己能完成的每件小事赞美自己。任何时候,只要能找到镜子,就去看看自己有多漂亮。医师也要她每天欢庆自己的容貌,今天是鼻子、明天是嘴唇、后天是她的一头青丝,对身体的每一部分说谢谢。在实施“赞美自己”的每日仪式中,凯瑟琳一开始很不自在,但逐渐地,她发现比想象中要简单,她开始熟悉于庆祝自己的外貌,热切地想拿出镜子或去浴室里进行这项每天的仪式,她也开始习惯了“谢谢”,更甚至随时都会嘟囔着向自己道谢。

接下来,心理医师给她的第二个劝告是以最实际的方式去做些简单的善行。每当她与与人交谈时,要求做到至少说一次“谢谢你”;并要求从交往的人身上,发掘并说出其至少有一项优点;只要有可能,要和对方有直接的聊侃接触,或握手或碰触对方手臂以示感激。

到目前,凯瑟琳觉得一切照做毫无困难,每当她对别人说声“谢谢”,就会感到无比高兴。在致谢时碰触别人的双手或和他人紧紧握手,都带来了莫大的喜悦和能量。就从这一个简单的动作开始,凯瑟琳开始会给她遇见的每个人一个随手可得的小东西作回报,当她给予一些小礼物而不求什么回报时,她会沉浸于无比的喜悦中。凯瑟琳发现她再也没想过自己人格特质的问题了,她忙着结交新朋友,和朋友分享她对人们的感谢。这项改变,让她适应了另一种完全不同的生活方式,包括生食与饮用优质矿泉水、每天到空气清新户外做伸展操、随时随地挂着微笑等。

现在,凯瑟琳认为她的康复与美貌之所以逐渐好转,是因为她听从了心理医师的两个劝告,从此她的人格产生了彻底的改变。她的医师虽不知道这与疾病的停止恶化有何关系,但她现在已可以停药了。对凯瑟琳来说,她很确定,是自己生命的正面改变导出对自己、对他人的真诚感恩,这才是她的生命与健康、青春与美丽和一切的转折点。

## 凯瑟琳的转折点

◆ (美国)克雷斯·菲丽丝 王志成(编译)