

《宋美龄传》

图书基本信息

书名：《宋美龄传》

13位ISBN编号：9787308067720

10位ISBN编号：7308067726

出版时间：2010-1

出版社：浙江大学出版社

作者：杨树标,杨菁

页数：245

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《宋美龄传》

前言

趁《蒋介石传》再版，把《宋美龄传》也再版。《宋美龄传》原来是20世纪90年代初，天津人民出版社的约稿。他们是想出一套三本头的丛书，即《孙中山与宋庆龄》、《蒋介石与宋美龄》、《孔祥熙与宋霭龄》，责任编辑与出版社领导曾专程来杭州与我商议，我记得责任编辑还来杭州几趟，对书稿提出了许多很好的修改意见，如“宋美龄在家中要帮助蒋介石接待许多客人，这种接待不单纯是妻子接待到家里来的宾客，乃是政治活动的家庭化，这是旧中国官场活动的一个延伸”，就是责任编辑提出的。待我把稿子弄好后，不知何故，又出版不了，给了我一笔钱，算是了事。后来江西人民出版社要我把稿子改成《宋美龄传》给他们出版，他们连出了两版（1995年、1997年），发行2万册。对天津人民出版社与江西人民出版社，我是很感谢的。现在十多年过去了，这本书在市场上也见不到了。虽然写宋美龄的书不少，但作为严格意义上的历史书当时尚属第一本。这本书有它的几个特色：一是它参阅了当时能找到的几十本书，尤其是台湾出版的《蒋夫人思想言论集》，虽然这套言论集不完整，但它把宋美龄主要的言论均集中起来了；二是它是有注释的，主要的史料均有出处，当然有出处的史料也不见得就是准确的，因为史料的真实性同历史的真实性是两重性的，两者不一定相等，即史料的真实性并不等于历史的真实性；三是它有许多观点在当时尚属国内史学界第一次提出，如在“西安事变”和平解决中宋美龄的作用，把它归纳为三句话：“稳住南京政局，沟通宁陕对话，亲赴西安救蒋”。再如1942年宋美龄为抗战争取美援赴美奔波、演讲，“风靡美国”。现在再版时有杨菁教授加盟，将她近几年出版的《宋子文传》、《宋子文家事》、《孔祥熙家事》中的有关宋美龄的人与事的叙述移到《宋美龄传》中，并将全书的编排做了调整，章节的名称也做了改动，使《宋美龄传》再版本既保持原来的面貌又增添了新鲜的东西，更加科学和吸引人。另外，在宋美龄去世的前一年，台湾公共电视台来大陆做《世纪宋美龄》专题片，访问杨菁与我，当时杨菁是以浙江大学副教授、我是以《宋美龄传》作者的名义署名。待第二年宋美龄去世，这部专题片正遇上时机，就在海外广为播放，里面有不少新材料，这次杨菁把这些新材料记录整理出来加进再版的《宋美龄传》。这本再版《宋美龄传》，同《蒋介石传》再版一样，仍是由我与杨菁一同署名。本来可以继续将1949年后的宋美龄活动写进去，为了信守合同（因为在2002年出版的《百年宋美龄》中写了几章有关1949年后宋美龄的活动），也为了同《蒋介石传》凑对（蒋传只写到1949年），更主要的是1949年以后宋美龄在台湾的活动难以准确反映，故这本再版（《宋美龄传》仍只写到1949年。

《宋美龄传》

内容概要

大陆首版宋美龄传记

影响并见证了中国近代百年历史的争议女人

权威专家为您解读集美貌、财富、权利、荣誉于一身的传奇女性

宋美龄（1897—2003），民国政治舞台上的一个关键人物，集美貌、财富、权力、荣誉于一身。本书是一部严谨的宋美龄人物传记，作者参阅了各种历史资料，为我们诠释了一个真实可信的宋美龄。本书在台湾地区有较大的影响，岛内石之瑜的《宋美龄与中国》一书曾请作者杨树标作序，岛内公共电视台曾专程赴大陆采访两位作者评说宋美龄。

一家世

1. 祖上姓韩
2. 父亲宋耀如的传奇生涯
3. 大脚母亲倪桂珍
4. 独特的家教
5. 宋美龄：宋家最小的留学生

二 婚姻

1. 城里人与乡下人
2. 宋美龄同蒋介石是怎么认识的？
3. 宋家的第二个“第一夫人”

附：“宋氏三姐妹”中宋霭龄、宋庆龄的婚姻

三 涉足政坛

1. 跟随蒋介石“南征北战”
2. 推行“新生活运动”
3. 西北之行
4. 筹建空军
5. 开始与端纳相处

四 在“西安事变”中

1. “事变”的发生
2. 她为和平解决“事变”奔走
3. 《西安事变回忆录》的出版

五 投身抗日

1. 利用媒体宣传抗日
2. 动员妇女参加抗战
3. 救护难童，探望伤兵
4. 邀请陈纳德来华办空军
5. 与史迪威相处

六 抗战中的宋美龄与兄弟姐妹

1. 难得姐妹再聚首
2. 协力办“工合”
3. 殷殷手足情
4. 宋氏姐弟参与同日本“和议”？

七 抗战中的“夫人外交”

1. 1942年的美国之行
2. 美国人对她“洗耳恭听”
3. 访问加拿大与拒绝访英
4. 参加开罗会议

八 与蒋介石“同舟共济”

1. 宋美龄救外甥

2.赴美求援

3.黯然返台

上帝让我活着，我不敢轻易去死，
上帝让我去死，我决不苟且地活着。

——宋美龄

夫人的能力，抵得上二十个陆军师。

——蒋介石

蒋夫人是一位文明、美丽、整洁、女性化及坚强的女性。

——尼克松

《宋美龄传》

作者简介

杨树标（1938年1月-），1956年进浙江师范学院（后杭州大学）历史系读书，1960至1962年在中国科学院近代史研究所进修，此后一直在杭州大学（后浙江大学）任教。现为教授、博士生导师，享受国务院特殊津贴。致力于中国现代史与当代史的教学与研究，尤其是中华民国要人研究与中华人民共和国史研究。出版过几十本著作，发表了百余篇论文。杨菁（1967年7月-），1995年南京大学历史系博士毕业并获学位，现为浙江工业大学教授。一直从事中国现代史与当代史教学与研究，出版过《宋子文传》、《宋子文家事》、《百年宋美龄》、《中国当代史事略述》、《抗日战争时期的蒋介石》、《孔祥熙家事》、《读书笔谈——读中国现当代史有关书籍》、《蒋介石与日本的恩恩怨怨》等，发表有关论文二十余篇。

《宋美龄传》

书籍目录

一 家世 祖上姓韩 父亲宋耀如的传奇生涯 大脚母亲倪桂珍 独特的家教 宋美龄：宋家最小的留学生
二 婚姻 城里人与乡下人 宋美龄同蒋介石是怎么认识的 宋家的第二个“第一夫人” 附：“宋氏三姐妹”中宋霭龄、宋庆龄的婚姻
三 涉足政坛 跟随蒋介石“南征北战” 推行“新生活运动” 西北之行 筹建空军 开始与端纳相处
四 在“西安事变”中“事变”的发生 她为和平解决“事变”奔走 《西安事变回忆录》的出版
五 投身抗日 利用媒体宣传抗日 动员妇女参加抗战 救护难童，探望伤兵 邀请陈纳德来华办空军 与史迪威相处
六 抗战中的宋美龄与兄弟姐妹 难得姐妹再聚首 协力办“工合” 殷殷手足情 宋氏姐弟参与同日本“和议”
七 抗战中的“夫人外交” 1942年的美国之行 美国人对她“洗耳恭听” 访问加拿大与拒绝访英 参加开罗会议
八 与蒋介石“同舟共济” 宋美龄救外甥 赴美求援 黯然返台 结束语附录 宋美龄活动大事记(1950年以前)注释

章节摘录

以“宋氏三姐妹”闻名于世的宋氏家族，在近代中国历史上是一个颇具传奇色彩的大家族。这一显赫家族的祖先并不姓宋，而是姓韩，祖籍山西（一说河南安阳）。“宋”姓始于宋氏六姐弟（霭龄、庆龄、子文、美龄、子良、子安）的父亲宋耀如。传说宋氏家族的先人可追溯到春秋战国时期的韩国。秦灭韩后，一位韩国公子不愿臣服秦国，转而经商，从此韩姓族人以经商为业。韩姓商人与别的商贾世家不同，子弟从小皆须受儒家文化的教育，使其能知书达理。韩姓商人因此历代有儒商雅称。至明代，韩姓商人在山西已享有盛名。清兵入关后，韩姓族人举族南迁，最后渡过琼州海峡来到海南岛。到宋耀如出生时韩姓族人在文昌已有200年的历史。文昌位于海南岛东北角的最前沿，它背靠黎山，濒临大海。文昌县治所在的文昌市，地方不大，人口不多，是地地道道的僻壤，但非穷乡，也不闭塞。由于独特的地理位置，文昌早就成了航海家和远洋商人理想中的中歇港，小小的文昌因此而逐渐繁荣起来，与外界的交流及人员的往来也较为频繁。文昌很早就是全国闻名的侨乡，分布在南洋、印度、大洋洲、南美洲、北美洲及欧洲的文昌籍华侨，早已经超过文昌本地的人口。文昌还是明代清官、敢于冒犯龙颜的海瑞（号称海青天）的故乡，海瑞刚直不阿的精神，一代又一代地激励着家乡的后人。历史上的文昌的确是一个不同凡响的地方，令今天的文昌人引以为豪的还有另一位杰出的人物，他就是曾经号称近代中国第一家族——宋氏家族的奠基人宋耀如。一个能将子女全部培养成有学识、有思想之人的父亲，一定是位了不起的人物。但长久以来，人们对他的子女知道得很多，对这位了不起的父亲却知之甚少。事实上，他的一生比他的任何一个孩子都更具传奇色彩。宋耀如出生于1863年2月，乳名阿虎，大名韩教准。他的父亲韩鸿翼，是当时广东海南文昌县的一位颇有文化修养的商人，以热心公益而著称。因经办账务，他几乎耗尽了祖传的积资。人到中年后，又不幸染上久治不愈的慢性病，家境因此日渐窘迫，家庭生活的重担全部压在了宋的母亲韩王氏的身上。丈夫病倒后，韩王氏既要照顾三个年幼的孩子和病中的丈夫，又得想法谋生、维持生计，还得对付官府的勒索、地痞的敲诈。据《宋氏家族第一人》中描述：“有一次，一个土匪到韩家纵火，妄想乘机劫夺‘黄货’——当地人知道韩家祖上富裕，总以为藏有金银财宝。母亲临危不惧，护卫着父亲，安置好子女，迅速叫醒乡邻，呼唤亲友，并挥舞木棍亲自与土匪厮斗，还机智地敲响一面大锣……土匪很快被逮住，火焰也很快被扑灭。韩家保住了。韩王氏由此声名鹊起。人们纷纷跷起大拇指，称其为‘女中之杰’。”在宋耀如的记忆中，母亲韩王氏温柔而又坚强，是一位不平凡的家庭主妇，她不仅持家有方，而且颇有文化修养，能够背诵唐宋诗词，并写得一手娟秀的好字。宋耀如颇见功力的书法，及对诗词韵律的熟谙，最早便得益于母亲的教育。当宋耀如8岁时，母亲因积劳成疾，也像父亲一样，病倒在床上，但她一如既往，非常镇定，脸上没有流露出一丝的痛苦与愁云。母亲的坚强给了孩子们极大的信心和力量，也给幼小的宋耀如留下了极为深刻的印象。日后，宋耀如曾经不止一次地向他的孩子们描述他们的奶奶，每一次都是那么地动情：“她身负重荷，仍高雅高贵；她饱经折磨，仍端庄美丽。我见过许多描绘崇高女性的画像，我相信，没有任何一个画家能画出她那崇高的神韵。”从母亲身上，宋耀如直观而朦胧地感受到知识对于女性乃至对于她的家庭的重要性。

《宋美龄传》

媒体关注与评论

虽然写宋美龄的书不少，但作为严格意义上的历史书在大陆尚属第一本。这本书有它的几个特色：一是它参阅了大量能真实反映宋美龄活动的史料，尤其是在台湾出版的《蒋夫人思想言论集》；二是它是有注释的，次要史料均有出处，并以信史的角度来甄别、选择准确的史料；三是它有许多观点在当时尚属国内史学界第一次提出；四是新版增添了不少的新材料，更加科学和吸引人。——著者再版题记

宋美龄是二十世纪中国著名的女政治家，她以其特殊的地位在中国政治舞台上发挥过重要的作用。特别是在和平解决西安事变与抗战外交等方面，作出了积极的贡献。——杨树标、杨菁两位教授，运用科学的历史观，在掌握大量史料基础上，以独特的历史眼光，对宋美龄的一生作出了全面的研究，写出了这部有学术价值的历史著作，受到广大读者的关注。——张宪文（南京大学中华民国史研究中心主任，教授、博导）

宋美龄是历史人物，如果说时代是历史的产品，研究宋美龄便是在回溯时代的缘起。另一方面，历史也是时代的产品，随着时代的开展，历史随之得到解放。杨树标先生研究宋美龄，既回溯了时代的缘起，也解放了历史。——石之瑜（台湾大学政治学系教授，知名台湾问题研究专家）

《宋美龄传》

编辑推荐

情感与权力携手叱咤乱世风云，美丽与哀愁相伴演绎百年风流。一个影响并见证中国近代百年历史的争议女人，两位民国史研究的权威专家，一部大陆首版的宋美龄人物传记，为您解读美貌、财富、权利、荣耀背后的真实宋美龄。

精彩短评

- 1、去年就一直想买此类书，但一直没货，今日收到，就破不及待地大致浏览了一下，还不错。打算明天开始慢慢地品阅。
- 2、还能看下去吧，谈不上精彩，但还是能有一定的了解
- 3、完全是五毛党是攻击好吗？第一夫人被写成粉饰太平毫无建树可言的妇女？！不推荐
- 4、当当试读一般
- 5、这本书我越读越喜欢，我喜欢由搞历史的人来写人物传记，真实严谨，绝对有别于文学工作者的记录
- 6、这是个不错的女性，第一个站在美国国会上的中国女性，她的美让人折服，难怪蒋介石当时那么迷恋她。
- 7、正在阅读，可以透视新民主革命时期的一些社会动态。美丽的女人，牺牲她的爱情与政治结缘，构建辉煌的一生。
- 8、呵呵，给好朋友买的礼物，她很喜欢这书，一直没买到，终于在当当上找到了，满足她个愿望。
- 9、怎么感觉宋庆龄说的更多，PS看完以后还是觉得什么都不知道 == 历史怎么可以那么差，怎么不去死啊 ==
- 10、看到了很多历史课本里看不见的内容。不一样的环境氛围和教育方式成就了不一样的人物
- 11、一个权力欲强的女人,一个影响中国历史进程的女人,一个有才华的女人
- 12、一本介绍宋家小姐和蒋介石的好书
- 13、宋美龄的一生，很多史料记载，很真实
- 14、所谓的专家
- 15、太左、文笔又不好，像政治历史书。每看每困。这次是为了重温西安事变又拿出来。三章弃。
- 16、有些内幕还是被省略了
- 17、感觉还可以，中间大段描述战争局势，就囫囵吞枣了，对宋美龄有了一个基本的认识
- 18、垃圾作者的垃圾作品，难怪最初没有出版。毫无节操、毫不连贯的连篇累牍的直接引用，简直就是无耻的抄袭。即便是抄，作者也展现出不可思议的低水平。部分抄袭的内容和宋美龄没有直接联系，引用的内容大量重复。大段引用之后加以肤浅、迂腐、谄媚的点评，到处充斥着毫无根据、主观武断的贬损。逻辑混乱不堪。文笔好似新闻联播的播音稿。看了三分之一实在忍不住吐槽，越看越火大？垃圾中的战斗垃圾。没看过的千万不要浪费时间。眼到一半已无力吐槽，奉劝作者早日改行，作家不是是个人就能当的。
- 19、我读的书还是太少
- 20、还是有点立场偏向，再找其他版本。
- 21、2015年百书斩62弹。只道是平常，并未跳脱历史写出真实的国母。
- 22、给孩子买的，一拿到手就迫不及待的看了
- 23、很好，速度很快，质量很好，很喜欢，以后还会买---
- 24、宋美龄对于蒋介石政治的影响如此之重，是我们这一代人在年轻时所不知道的，我们上学的年代不会看到有这些内容的书籍，现在四十岁了，倒补上了这部分。
- 25、很多人都说，在国内看不到原版的内容，可是我觉得还不错，一直很喜欢研究那个时候的历史，个人觉得还行
- 26、女生应该多读读名人的传记史。
- 27、书呆子写的宋美龄
- 28、建议别购买国内出版社的近现代历史类书籍，最好到香港去买。
- 29、详尽的描述了宋美龄一生的传奇
- 30、买回家有很常一段时间了，但纸张质量都很不错 . .
- 31、宋家三姐妹，霭龄现实，庆龄坚韧，美龄聪慧！最喜欢的还是庆龄啦！为心之所爱，抛弃世俗成见。中年丧偶，却用自己柔弱的双肩挑起了丈夫的那片天！最伟大的爱莫过于此！
- 32、在意识形态的“关照”下，这本书有够泛善可陈。
- 33、史料性强，缺乏吸引力
- 34、最主要这次快递还是不会太慢

《宋美龄传》

- 35、从书中所陈述的事实看对宋美龄是评价较高的，但是作者加入的自己的评论又经常站在传统的角度去批判，什么反人民之类，觉得有点矛盾。其实所谓“反动、反人民”这类词都是站在自己立场上说的话。不过，不应该对所有这类书都要求作者完全去肯定书中的人物，那同样是不客观的。总体书是不错的。
- 36、政治性太强，像历史书本的摘录，
- 37、此书可以再左一点吗
- 38、毫无理性可言，写一个人的传记不是在写她的一生，而是站在共产党的一面批判，没有一点客观。建议别读别买。
- 39、作者带有很强政治性。。不客观。看得我很恼火。
- 40、文笔真的没有可取之处，就是七拼八凑起来的书，其中某些观点真的是为了表述而表述，耐心的看了一半后再也看不下去了
- 41、以为是一本很好的书，买来一看，内容平淡，很多处有文革腔，令人反感。
- 42、不错的一本书，看您的爱好了
- 43、2016年10月。宋美龄，她是蒋介石的妻子，曾经的第一夫人，才华出众，外交、政治能力突出，在历史上留下了浓墨色彩的一笔，也留下了极具争议的一生。
http://blog.sina.com.cn/s/blog_ece1157e0102wh3w.html
- 44、感觉凑字数的嫌疑很大 很多跟主体不相干的事描写了太多笔墨 感觉有挺多话处于顾虑而含糊其辞 人物脉络太不清晰 并不是围绕人物的传记
- 45、很好的一本书，赞
- 46、这真的是一部传记吗！！！！
- 47、文笔太差 逻辑性也不强，读不下去
- 48、总的来说不错，就是都是写宋美龄政治方面的，还有就是字迹偏小，有点像街上地摊的盗版书的字迹，阅读起来总体感觉还是很好的。
- 49、很传奇的一名女子，美貌与智慧集于一身不是每个人都做得到的。
- 50、还是较客观的给予了描写。
- 51、宋氏不但有三姐妹，还有三兄弟，个个都从小接受西方教育，留学美国。他们的父母很了不起
- 52、一开始的故事是不错的。可以中后段烂尾了，全篇用原文来写。这样的话，我直接就看原文好了，还看你的传记作甚。人死了也不容易，得找个会写传记的来写。
- 53、写的太扯
- 54、总想买一本介绍宋美龄一生的书，但这本不是，只写了她在大陆的部分。真希望大陆和台湾早日统一，让史学家站在公正的角度去写，还原历史，让民众能真正的了解历史，了解历史的真相。
- 55、带有很重的偏见 作为传记 有失偏颇 不准备再看了
- 56、如果要了解第一夫人，这本书给不了我们想要的。

1、（《成都日报》特稿）跟她那同样著名的姐姐宋霭龄、宋庆龄相比，宋美龄从小就表现得任性而调皮。因为年龄小，到底融不进大孩子们的圈子。捉迷藏时，促狭的大孩子们有时故意让才刚刚学会数数的美龄闭着眼睛数数，好不容易数到一百，睁开眼睛看时，那些孩子早已跑得无影无踪，把她一个人孤零零地留下了。委屈的美龄只有放声大哭，看着周围空无一人，感到了被人遗弃般的寂寞。没想到，这份旷世的寂寞竟然持续了将近整整一百年。军阀割据、民族患难、党派纷争……她所经历过的20世纪中国呈现出前所未有的喧嚣和慌乱，民族与社会的命运常常冷不丁地就被置放在了纵横交错的十字路口等待类似赌博般的孤注一掷。年轻学子呼唤民主与科学的口号声、倭寇踏进中国国土如死神降临的铁蹄声、兵败如山倒的国民党军队横渡台湾海峡时那依依不舍的汽笛声……都无法掩盖她始终必须承受的时代与内心的悲凉。尽管她出生在中国20世纪一个最热闹煊赫的大家族，每一个人物都足以炳彪史册，她却始终形单影只。因了她特有的果敢、倔强与叛逆，把家族的名声推到了另外一个极至的方向。等到她在遥远的美利坚合众国离别人世时，她仿佛像童年的那场捉迷藏游戏一样早被众人抛弃——她所钟爱的孔令侃、孔令伟和孔令杰三个晚辈已经先于她相继辞世，不免让她有种“杜鹃声里斜阳暮”的寂寥之感；1981年二姐宋庆龄去世时，她宁可在美国痛哭失声不发一言，都没有接受华盛顿中国大使馆的邀请，回大陆赴北京拜祭。她美丽高傲、威风凛凛了一世，到头来也还是株“失根的兰花”，在死亡的时候看见了她的亲人们，还有她所依傍和扶持了一生一世的夫君。她最后一个离开，以自己的死亡宣告了备受关注和争议的四大家族以及他们所处的那个时代最终尘埃落定。客观看待历史的态度应当是尽可能地忘记我们成功者的荣耀，俯身去尊重失败者的泪水与不服，绝不可过分地强调阶级之分——纵使她与我们这个社会 and 制度对抗了若干年一直到她离世，她也绝对不应当和她的夫君一起只是被历史和中国人唾弃遗忘。毕竟，失败的是她选择的一种信仰、采取的一种策略、违背的一种道义，而不是她自己。每一段生动的历史本身就离不开“成王败寇”的戏码，“王”和“寇”分别都成就了最为宏大的历史。因此，她必须和她的夫君一起被后世的人们撰写和纪念。他们的婚姻也可以像霸王和虞姬一样被人千古传诵。命运的捆绑成全了他们的爱情，她必须像虞姬一样跟随并称赞她生命中唯一的男人，他是英雄还是枭雄并非她所能主宰，所以，类似“帮凶”如此亮烈刺目的字样是不应该安插在她头上的。她既已是他的人，必定要像虞姬成全项羽一样成全他，而“成全”二字的最终含义是牺牲自己，换而完满他人，她是否真的那么甘愿与中国的劳苦大众为敌，也许并非她的本意。她被王道隔离，只因她上了他的船，就再也无法回头是岸。毕竟，但凡一个中国女子选择了一个男人，选择了一个阶层，便不能任意地再左右自己。她成为了他的生活和工作秘书，利用自己的外语水平和留学经历帮他顺通外交事务，做他和他主子们之间的传声筒和润滑剂。在她的一生中，有三次最美丽的时刻：第一，果敢地调停“西安事变”，挽救了夫君和中国历史的命运；第二，在美国放弃对中国抗日的援助时，向对方投以最严厉的质问，代表全体中国人表达斗争到底的勇气和决心；第三，在开罗会议上，与罗斯福、丘吉尔等世界巨头们坐在一起畅谈政治，风头甚至超过了夫君，淋漓尽致地展现了东方女性的聪慧与睿智。和她的二姐一样，她们都曾经贵为“第一夫人”，同样因身后的男人而熠熠夺目，又反过来令这男人变得更强大圆融！可是，属于宋美龄的时代已经暗沉、消淡。历史的天空黑漆如墨，光耀一时的巨星们渐次陨落，唯有她——这颗寂寞的寒星，仍在倔犟高傲地放光，慰藉着灵魂深处那一份难奈的孤独和冰凉。

2、霎哈嘉是自然而然之意，瑜伽意指联合，霎哈嘉瑜伽意思是自然的联合。通过霎哈嘉瑜伽冥想，你会认识人体精微能量系统 (Subtle Energy System)，它对应医学上的交感神经及副交感神经系统。人体精微能量系统主要由三条经脉、七个能量中心和灵量所构成。灵量(昆达里尼，古称拙火)是人体潜伏的巨大潜能，卷曲在位于脊椎末端的三角骨中，梵文称作Kundalini。透过霎哈嘉瑜伽，可以唤醒我们沉睡的灵量，从而拓展我们的知觉意识。三条经脉反映在神经系统的三个方面：

左交感神经：左脉（阴脉）对应过去。左脉阻塞会引起人懒散，情绪化，忧郁。右交感神经：右脉（阳脉）对应未来。右脉阻塞会引起人亢奋，发脾气，失眠。副交感神经：中脉对应当下。先了解自己的生理和人格特质，看看自己是偏左脉（过度使用左交感神经系统）还是偏右脉（过度使用右交感神经系统）：一、倾向右边的人性格特征：性格外向好动 好作思考计划，行动力较强 勇于表现自己、但缺乏情感及艺术方面的发展 办事能干，井井有条 懂得组织他人为自己做事 容易自我过大，以为一切都在他们掌握之中。容易去主宰操控别人，富有一定的侵略性 容易脾气暴躁二、倾向右边的人身体特征：倾向右脉的人肝脏往往

《宋美龄传》

过热，容易得糖尿病和高血压 身体一般显得较强壮 得到“自觉”后右手不容易感受到能量 偏右脉的人，由于他们能量较多，做起事来比较能够有魄力做大事。在现代社会，这类人往往成为政客、官员、行政人员等，有一定的成就和地位。三、倾向右边的人典型代表人物：宋美龄、江青、马科斯夫人、希特勒四、调节方法 偏右脉的人要调节到左右脉平衡，可以利用水元素和空元素来清理右脉。

3、垃圾作者的垃圾作品，难怪最初没有出版。毫无节操、毫不连贯的连篇累牍的直接引用，简直就是无耻的抄袭。即便是抄，作者也展现出不可思议的低水平。部分抄袭的内容和宋美龄没有直接联系，而且引用的内容大量重复。大段引用之后加以肤浅、迂腐、谄媚的点评，到处充斥着毫无根据、主观武断的贬损。逻辑混乱不堪。文笔好似新闻联播的播音稿。看了三分之一实在忍不住吐槽，越看越火大。垃圾中的战斗机。没看过的千万不要浪费时间。看到一半已无力吐槽，奉劝作者早日改行，作家不是是个人就能当的。

章节试读

1、《宋美龄传》的笔记-第12页

宋耀祖与孙中山发生过矛盾，体现在两件事上。

一是对革命党人“服从中山再举革命”加模盖指。二是庆龄背着父母嫁给了孙中山。

我想，对一个父亲来说，一定是高兴并痛心着，高兴的是自己悉心栽培的女儿已经长大成人，并有着自己独立的思想；痛心的是女儿违背自己的意愿，走了一条自己不愿看到的路。但是父爱最终还是宽容了女儿，日后他特意张扬地准备了一套精美的嫁妆及丰富分嫁妆，将之送给了新婚的夫妇。

宋耀祖是集牧师、工商业者、革命党人三种身份为一体的传奇人物。因为他收到林肯的民主的思想影响缘由，他才会这样真真切切地坚持支持中国民主革命。

而他的成功背后，也离不开其妻倪桂珍甘如蜡烛的奉献。这位女子不一般，生于1869年，端庄、贤淑、更与众不同的是她有知识、有主见。4岁入私塾，8岁念小学，14岁因成绩优异推荐推荐入培文女子高等学校，17岁毕业，擅长数学，爱弹钢琴，其母亲是徐光启的后代，上海的徐家汇就因徐家居住在此而得名。深受父母影响，她自小接受洗礼，成为一名基督教徒。

爱情的发生，可能随时随地。但是一段长久的婚姻，必须有两个人具有相同的价值观和类似的家庭实力支持。自主和坚强的女孩，无论如何选择都能最终找到自己的归宿。

知识对女孩儿是如此的重要！她关系着女子的命运呢~

将爱人的心紧紧连在一起，需要双方有共同的理想和事业，并彼此依赖和支持。

两人的传道过程，也是两颗心逐渐融为一体的过程，他们一起热心地接济穷人、萌发创办儿童福利事业的理想。宋耀文尊敬这个东方女子：“她是生活在东方的坚强女性，她的伟大在于敢于自己选择爱人，这在东方，在中国简直是不可思议。”

婚后的流离生活没有磨灭他们美好的梦想，1890年，宋耀祖在上海虹口郊区建造了自己设计的一栋房子，他们才有安定的生活。

故人离世多年后，怎会知道上海的房价被炒作如此之高？？？

如果宋耀祖在世，一定会吸取西方的思想精华，带来中国传送，房子，一个家，应该是不需要让百姓依靠几代人一起拼命劳作重负的。。。

慈父严母在当代的家庭中已经不是罕事，值得一提的是，接受西学的倪桂珍不相信孔孟之道，她认为女子与男子一样，都可以成为有作为的公民，为国家作贡献，她与丈夫共同决定要把子女都送到美国读书。

父母的思想先进，对子女来说果真是造化与幸福。

中西文化最大的矛盾之处，大抵源于“男女平等”吧。在当代的中国，虽然从宪法和教科书上都写上了这四个字，却仍能在社会的各个角落发现不属实的事实污垢所在，从这点来说，这是中国的建国者没有遗传到西学良好基因的一大遗憾吧！

对宋氏三姐妹来说，父母及西学对他们的影响，表现在除了大姐宋霭龄成为孔祥熙的夫人退居幕后外，两个妹妹庆龄及美龄始终活跃在中国的政治舞台的前台。她们发表了许多有关妇女解放的论著，更是直接或间接领导了中国妇女运动。

《宋美龄传》

在中国的慈善活动则是庆龄和美龄长期的事业，中国福利基金会即为庆龄创办与领导的。美龄成为蒋夫人后，保育孤儿逐渐成为她的工作重心。霭龄则是阶段性地为战时的伤兵及难民服务。

从家庭教育的角度讲，宋耀祖和倪桂英是成功的，6个子女中4个成为了一度影响中国政坛的著名人物，还得从他们的独特家教说起。

除了言传身教外，他们首先给孩子创造了良好的生活环境。前文提到，1890年，他在虹口买了面积不小的地皮，亲自设计了一套中西合璧的房子，有河，有桥，有石墙，有田野，有菜园，甚至有佣人这些都是宋氏兄妹童年时代无限的乐园。

相比生活在当下的大多数中国人，在“望子成龙、望女成凤”的思想风靡一时的现状下，对孩子们进行五花八门的培训班补习班狂轰乱炸。这种不科学是一种绝望中的疯狂行为，因为父母知道除了身价显赫或者地位尊贵的人，有多少有能力为自己的后代创造些许纯朴、自然、丰富而现代时尚的乐趣呢？每个人生来的智商都差不多，如果生活环境一样、教育质量一样、那么谁都会珍惜和尊重这些可爱的小生灵，因为你相信任何一个从你身边走过的孩子都可能成为未来的国家主席~~！！！！

看清了这点，世人以血肉之躯拼搏的，不是房价，而是在自己的能力内对孩子未来一个最好的承诺~

再次，宋耀祖夫妇的教育是值得广大无知的父母鉴赏的。

2、《宋美龄传》的笔记-第15页

成功而独特的家教，值得参考。自孩子牙牙学语起，宋耀如夫妇便常对他们进行中英双语训练。宋耀如常对孩子们说，学英语是为了睁开眼睛看世界，留学海外增长知识学本领，再来报效祖国，所以中文一定要更好。

他坚信未来中国的领袖一定要学贯中西。

在父母的教导下，孩子们在入学前，便学习过古文和进行过中文写作技能训练，还认真练习了毛笔字。习写毛笔字，这不仅是中国传统文化的一项内容，也是锻炼人的耐性和毅力的一种好方法。

为帮助孩子们学英文，宋耀如从美国购来了大量的幼儿读物，夫妇俩轮流教孩子们读写。宋耀如还常用中英文两种语言给他们讲故事，在讲故事的过程中，适时并深入浅出地向他们灌输科学道理和民主革命的思想。

为鼓励孩子们的学习积极性和自信心，宋耀如把客厅里原本挂装饰画的一面墙，当作孩子们展览作品的场所。那上面有绘画，有习写毛笔字，有用中英文写的文章。每当有熟悉的客人来访时，这些文章或字画的作者就会被请出来与读者见面，有时也需说明一下自己的构思。这时，身为父亲兼总设计师的宋耀如就会快乐的坐在一边，欣慰地注视着他的儿女。

《宋美龄传》

除了传授知识，培养学习兴趣以外，宋氏夫妇还十分重视孩子们各种技能的训练和意志的锻炼。宋耀如坚信，要成为一个伟大人物，必须要有钢铁更坚强的意志。为此，他以各种方式，诸如野外徒步，忍饥挨饿等来训练他年幼的儿女，并身体力行，以自己的行动来教育，影响子女。在技能训练方面，宋耀如同样采取了各种各样的方式，如办报，举办家庭演讲会，等等。

1898年，宋耀如和他的长女宋霭龄，一起编了一份《上海儿童报》这是一份英文的打字小报，主要文章都是由孩子们写的，渐渐地，打字的任务也从父亲转由孩子们自己完成。这份独特的家庭小报一直办到宋家的最后两个孩子，宋子良，宋子安进入中学后才停刊。在这种创造性的自立活动中，宋家的兄弟姐妹不仅提高了英文写作技能，也增长了其他才干。在大女儿上了一年学，已能做讲演练习时，宋耀如便不时召开小型演讲会，在大姐霭龄的影响下，弟妹们先后开始试着做讲演。宋氏三姐妹的演讲口才皆堪称一流。宋子文的演讲口才也由此锻炼出来。中学时代的宋子文在学校属年龄最小的学生，平时说话又有点口吃，但演讲起来却是自然流畅，而且能用中英两种语言讲演，着实令老师们惊叹。

在这样的家庭教育下，孩子们的知识自然是迅速增长。但宋耀如并不满足于此，他认为教育应该是社会的，全方位的，不管家庭教育多好，也不能取代正规学校教育。更无法代替集体生活的训练。而且，孩子们长大了总要走社会，独立面对社会。他们不应当是笼中的金丝鸟，而应该是弄潮儿。为此，还在长女5岁时，宋耀如就执意要将她送到上海的一所教会学校住宿求学。教会学校虽传播宗教信仰为主旨，但同时也讲授一些现代科学文化知识，其课程设有天文，地理，数学，物理，化学，哲学，体育等，兼顾德智体三育教育。

家长的陪伴，尤其是陪伴的质量，对孩子的未来起着至关重要的作用。在宋氏六个姐妹兄弟中，从小受到父亲精心栽培的唯有三姐妹和宋子文，宋家的两个幼子宋子良和宋子安，没有他们的哥哥姐姐幸运，因为随着革命形势的日益严峻，宋耀如已没有太多的精力与心思来培养孩子。也没有充裕的时间与他们相处。宋子良与宋子安更多的是受哥哥姐姐榜样的影响。宋耀如的六个孩子先后赴美留学并全部学成归国，只是宋子良与宋子安日后的影响与作为逊色于他们的哥哥姐姐。宋子良毕业于美国凡顿贝特大学，宋子安毕业于美国哈佛大学，二人皆学经济。他们回国时，大哥宋子文已在政府中位居高位，姐夫孔祥熙也在经济、金融担任了有利职位。在哥哥或姐夫的关照下，他们顺利获得了商界或金融界的有利职位。宋子良历任国民政府外交部秘书，总务司司长，六河沟煤矿公司常务董事兼协理、中国国货银行董事兼总经理，中国建设银行理事兼总经理，中国银行董事，中央银行理事，交通银行常务理事，广东财政特派员和广东省政府委员兼财政厅厅长等职，抗日战争期间，任滇缅路总办。他是大姐霭龄早年从事证券交易的主要帮手，又是大哥子文在金融实业方面的主要助手。宋子安历任松江盐务稽核所经理，松江运副，中国建设银行公司经理，国货银行董事，广东银行董事等职，甚少涉足政坛。

3、《宋美龄传》的笔记-第3页

有其母比有其子，有其父必有其女。
优秀是可以遗传的。

阿虎（宋耀祖）对其母亲的回忆是：她身负重荷，仍高贵高雅；她饱经折磨，仍端庄美丽。我见过许多描绘崇高女性的画像，我相信，没有任何一个画家能画出她那崇高的神韵。

10岁的阿虎随其舅舅远航到美国谋生，凭着勤奋、坚强与好学，他很快赢得了人们的赞叹与喜爱。他牢记着母亲的话：要别人尊重你，你必须比别人干的出色！

英语老师不仅在语言上帮助了阿虎，更让林肯的伟大民主主张“民有、民享、民治”影响了他。在美国，社会也存在两面性---平等与歧视、光明与黑暗、正义与罪恶，对一个选择正确的价值观的人来说

《宋美龄传》

，他不仅仅是憎恶丑陋的现象，更是仰慕民主和自由，并让自己与它无限靠近。

总是要尝过生活艰辛的人，内心才有强烈的求知欲望，宋耀祖渴望进入大学深造。生活周转，他被Charlie Johns 推荐到一艘缉私艇上服役，为的不是加入美国国籍，而是摆脱养父的追踪及继承家业，好让自己愿大学梦。2年后，他在North Carolina 的Wilmington port 皈依了基督教，继后认识了Nancy Irene,是他不幸英年早逝的红粉知己。后来他的千金名字中均有"龄"字，源大抵如此。

1881年，阿虎如愿进入圣三一学院（即杜克大学）就学。1882年预科毕业后，转到Tennessee state 的Vanderbilt university。1885年阿虎以优异的成绩从神学院毕业，被授予监理会见习牧师的称号，并被派回中国传教。

10年未见父母，宋耀祖终于于1886年乘航轮抵达祖国的上海陆家嘴码头，这时的他，一身西装革履，在留着长辫，身着长袍马褂的国人眼里，他俨然一个外国人；而在林乐知等美国传教士的眼里，他是一个地地道道的中国人，一个有资格取的美国国籍的中国人。

在教会学塾，宋耀祖向学生们讲美国独立战争、林肯总统及有关民主、自由的主张，号召人们反对封建专制。其言行不仅得罪了清廷，也为美国监理会不容。不得已下，他辞去布道团的职务，重操旧业，下海经商。

不久后，他靠灵活的头脑和良好的信誉，累积了财力，1890年，他开办了一家印书馆，取名“华美”，打破常规，用廉价的中国纸张印刷《圣经》，销量迅速上升。印西学书刊、助建面粉厂和纺织厂，成为上海第一个外国机器的代理商。教名为Charle song的新教徒，他对中国工业化的兴趣，影响到了整个家庭。

日后，长子子文直接掌握中国的财政大全，其三大千金虽不在要职，但她们从事的活动直接或间接地与经济、中国的工业化发生过密切的关系。抗战时期，三姐妹共同参与“中国工业合作运动”就是一个典型的例子。

宋耀祖热心传教和实业，同时也向往革命，结识了不少革命志士，孙中山便是一位。

经济和政治相结合，世界就要天翻地覆~

在父亲的影响下，宋家的孩子都非常喜欢孙中山，视他为可亲的叔叔。

“1988年，国民党在台北的13大，宋美龄发表了题为意味深长的“创新而不忘旧，前进而不忘本”的意味深长的谈话讲词，其中回顾了其父与国民党及国民革命的渊源关系。

宋耀祖为了支持革命，曾不止一次地倾囊而出，坚持不懈地向孙中山提供经费，将其视为自己责无旁贷的事，这是宋氏家族与孙中山及其领导的资产阶级民主革命之渊源关系的有力佐证，也是宋耀祖后代日后引以为傲的资本。”

读到此处，突然间明白了些什么。
如果毛爷爷小时候也有游学美国的经历，当今的中国将会是什么样呢？.....

原来，无论经济或政治，都必然受到思想的左右和制约~ 漫漫的历史长河中，不论是经济决定政治，还是政治决定经济，他们都有同一个妈，那就是思想。

《宋美龄传》

不谈国事，对于个人成功而言，成功的快感，往往属于那些勇敢、坚决而有智谋的人，这是其一。其二，成功，莫不属于那些有背景（正如宋美龄本人），或者有资本（正如阿虎）的人。人脉或者资本，非常重要。

《宋美龄传》

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：www.tushu000.com