

CHICKEN SOUP FOR THE SOUL

Menemukan Kekuatan Batin

*101 Kisah tentang Daya Tahan, Berpikir
Positif, dan Mengatasi Tantangan*

AMY NEWMARK

Pendahuluan oleh
Fran Drescher



Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta



KOMPAS GRAMEDIA

Daftar Isi

Prakata, <i>Fran Drescher</i>	xi
Pendahuluan, <i>Amy Newmark</i>	xvii

1

Mengatasi Perilaku Merusak Diri

1. Merosot, <i>Leigh Steinberg</i>	2
2. Sok Suci, <i>Marya Morin</i>	6
3. Sudah Gilakah Aku? <i>Jaye Lewis</i>	12
4. Jangan Seperti Aku, <i>Wendy Letterman Hoard</i>	18
5. Menemukan Sahabat Sejati, <i>Zoe Knightly</i>	25
6. Cara-Nya, Bukan Caraku, <i>Tom Montgomery</i>	30
7. Belajar Hidup Sejahtera, <i>Haylee Graham</i>	35
8. Memandang ke Depan, Menoleh ke Belakang, <i>Jacqueline Lauri</i>	40
9. Kenangan Menakutkan, <i>Susan Randall</i>	45
10. Menulis Tentang Kesembuhanku, <i>Barbara Alpert</i>	49
11. Sarat Dengan Kemungkinan, <i>Megan McCann</i>	52

2

Melawan Tantangan Kesehatan

12. Pengharapan Mengalahkan Segalanya, <i>Rissa Watkins</i>	60
13. Apa yang Diperbuat Kanker Bagiku, <i>Gail Molsbee Morris</i>	60

14. Ucapan Syukur Atas Kemustahilan, <i>Ginger Boda</i>	71
15. Ibu di Samping Ranjang, Tampak Tenang, <i>dr Suzanne Koven</i>	76
16. Sungguh Mati, <i>Gwyn Schneek</i>	82
17. Caraku Bertahan Hidup, <i>Alice Muschany</i>	87
18. Merasa Kenyang, <i>Samantha Molinaro</i>	93
19. Dewa Porselen, <i>Cathi LaMarche</i>	98
20. Dosis Humor yang Sehat, <i>Nick Nixon</i>	104
21. Hadiah Tak Terduga, <i>Debbi Singer</i>	109

3

Kuat Melalui Kehilangan

22. Perkataan Ayah, <i>Cheryl Hart</i>	114
23. Janji Ibu Kepada Putranya, <i>Ginger Katz</i>	118
24. Aku Kehilangan Pemuda yang Kucintai, <i>Gail Sobotkin</i>	122
25. Sedikit Demi Sedikit, <i>Kathy Glow</i>	126
26. Hadiah, <i>Jo Davis</i>	131
27. Hari Ulang Tahun Pertama, <i>Betsy Alderman Lewis</i>	136
28. Sukacita Mengatasi Ketakutan, <i>Kim Seely</i>	141
29. Kartu Kertas, <i>Rachelle Harp</i>	146
30. Sampai Maut Memisahkan Kita, <i>Rose Couse</i>	150
31. Memeriksa Bonus, <i>Patricia Ann Gallegos</i>	159

4

Maju Melampaui Difabilitas

32. Mendorong Demi Cinta, <i>Lorraine Cannistra</i>	162
33. Senyuman Baru, <i>Katie Bangert</i>	167
34. Satu Setengah Kilogram, <i>Debbie McNaughton</i>	172

35. Melihat Diriku yang Sejati, <i>Lynn Fitzsimmons</i>	176
36. Seniman di Dalam Diri, <i>Tammy Ruggles</i>	180
37. Kehilangan, Ratapan, dan Laffy Taffy, <i>Sara Matson</i>	185
38. Sahabat Dalam Cermin, <i>Carol Luttjohann</i>	189
39. Perubahan Ceria, <i>Barbara Alpen</i>	193
40. Wawasan Tanpa Penglihatan, <i>Carol Fleischman</i>	198

5

Menerima Kewajaran Baru

41. Tantangan Seumur Hidup, <i>Jill Davis</i>	204
42. Semua Ada di Kepalamu, <i>Sidney Logan</i>	209
43. Baik-Baik Saja, <i>Sioux Roslawski</i>	214
44. Pengharapan di Dalam Mujizat, <i>Chelsey-Ann Alissa Lawrence</i>	218
45. Merayakan Saat-saat Indah dalam Hidup, <i>Valerie D. Benko</i>	223
46. Kecantikan yang Patut Dipuji, <i>Kasey Hansen</i>	227
47. Dawai yang Menentukan, <i>Liane Kupferberg Carter</i>	231
48. Di Mana Ayah? <i>Lizbeth Tarpy</i>	237
49. Memilih Pengharapan, <i>Sherri Woodbridge</i>	241
50. Hari Demi Hari, <i>Carol Goodman Heizer</i>	245
51. Cuaca Buruk, <i>Elizabeth Waters</i>	250
52. Kemenangan Atas Maut, <i>Genevieve C. West</i>	255
53. Pisang untuk Harry, <i>Debra Forman</i>	260

6

Menerima Hal yang Membuatmu Berbeda

54. Kantong Harapan, <i>Jo Eager</i>	266
55. Kegemukan Membebaskanku, <i>Karen Frazier</i>	270
56. Menjadi Raja, <i>Rajkumar Thangavelu</i>	275
57. Jemari Kaki, <i>Melissa Halsey Caudill</i>	280
58. Musuh di Dalam, <i>Francis DiClemente</i>	281
59. Hal yang Membuatnya Istimewa, <i>Sadia Rodriguez</i>	288
60. Menemukan Tempatku, <i>Louis R. Cardona</i>	293
61. Sesuai Ketentuannya Sendiri, <i>Liane Kupferberg Carter</i>	297

7

Belajar Menjangkau

62. Menemukan Tuhan Melalui Acara TV, <i>Nick Fager</i>	302
63. Kehidupannya Sendiri, <i>Theresa Sanders</i>	308
64. Tantangan Berbuat Baik, <i>Andrew J. Nalian</i>	313
65. Sketsa yang Sangat Jelek, <i>Alicia Bertine</i>	317
66. Orang Lain, <i>Melissa Wootan</i>	322
67. Dibutuhkan Seluruh Tetangga, <i>Foxglove Lee</i>	327
68. <i>Poison Ivy</i> , <i>Debra Ayers Brown</i>	332
69. Kolam Penuh Syukur, <i>Alaina Smith</i>	337

8

Bangkit Menghadapi Tantangan

70. AS Versus Ibuku, <i>McKenzie Vaught</i>	344
71. Pelajaran Seorang Badut, <i>Mary Ellen Ziliak</i>	349
72. Berlari Demi Hidupku, <i>Sue LeBreton</i>	354

73. Mulai Lagi Pada Usia Delapan Puluh Tahun, <i>Joan Dayton</i>	359
74. Mengulurkan Bantuan, <i>Ann Vitale</i>	363
75. Satu Langkah Lagi, Sayang, <i>Genevieve Gosselin</i>	368
76. Punya Belas Kasihan, <i>Anita Stone</i>	373
77. Kekuatan di Dalam Suara Anak, <i>Kathleen O'Grady</i>	378
78. Perjalanan Menuju Kesembuhan, <i>Nancy Emmick Panko</i>	384
79. Amplop Pengharapan, <i>Marsha Mott Jordan</i>	389
80. Jalan yang Jarang Dilalui, <i>Joanne Stephenson Duffin</i>	394

9

Mengejar Impian



81. Menantikan Kira, <i>Shannon Francklin</i>	400
82. John, <i>Meg Masterson</i>	405
83. Sahabat Bagi yang Tak Berteman, <i>Nellie Day</i>	410
84. Mengkaji Ulang Keterbatasan, <i>Jamie Tadrzynski</i>	415
85. Menjadi Diriku Seperti Seharusnya, <i>Linda Lochridge</i>	419
86. Sensasi Berkendara, <i>Diane C. Nicholson</i>	424
87. Ayah dan Grand Canyon, <i>Barbara Bondy-Pare</i>	428
88. Tiap Hari Adalah Hari Senin, <i>Bill Young</i>	434
89. Itu Baru Namanya Terapi! <i>Anthony Smith</i>	438

10

Mengambil Kembali Kehidupan Kita

90. Lonceng Pengharapan, <i>Diane Lowe MacLachlan</i>	446
91. Mantan Nyonya Sengsara, <i>S.A. Thibodeaux</i>	451
92. Diam Bukanlah Emas, <i>Josie Willis</i>	457
93. Membela Anak-Anak Kita, <i>Ceil Ryan</i>	462

94. Berita Lama, <i>Diane Stark</i>	467
95. Memafkan Tanpa Melupakan, <i>Marla H. Thurman</i>	472
96. Kekuatanku yang Penuh Isak Tangis, <i>Dallas Woodburn</i>	477
97. Napas Penuh Pengharapan, <i>Lisa Pawlak</i>	482
98. Keindahan Usia Lanjut, <i>Mandy Iahn</i>	487
99. Tragedi Tanpa Sosok Jahat, <i>Bridget Fox Huckabee</i>	491
100. Dari Dalam Abu, <i>Sandra Sladkey</i>	496
101. Hari Kemerdekaan, <i>Ellarry Prentice</i>	501
Para Penyumbang Naskah	507
Tentang Amy Newmark	525
Tentang Fran Drescher & Cancer Schmancer	527
Ucapan Terima Kasih	531
Berbagi Kebahagiaan, Inspirasi, dan Kesehatan	532
Berbagilah dengan Kami	533