第一图书网, tushu007.com

<<爱的秘密>>

图书基本信息

书名：<<爱的秘密>>

13位ISBN编号：9787539142821

10位ISBN编号：7539142820

出版时间：2008年8月

出版时间：二十一世纪出版社

作者：[英]亚当·杰克逊

页数：165

译者：周思芸

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

第一图书网, tushu007.com

前言

世界上最好和最美的东西是看不到和摸不到的，它们只能被心灵感受到。
——海伦·凯勒我们都渴望爱和被爱，人们都在寻找真爱所在。
可是为什么仍有这么多人生活在孤寂中，无助而寂寞地寻觅着爱情呢？
假如我们如此渴望爱，为什么离婚率和家庭破碎的案例逐年攀升呢？
又为什么城市中到处都是旷夫怨女呢？
有没有可能是因为我们寻找爱情的方向错了？
爱情并非因命运或偶然所造成，也不是我们想坠人情网就能一蹴而就，爱情必须靠创造而得……而我们都有力量去创造。
我们对爱与被爱的渴望与生俱来——不论我们是孑然一身，还是身处令人忧伤的三角关系——生命是有可能改变的，我们也具有改变的力量。
本书中的许多角色都是以现实生活里的人物为蓝本，只不过改变了他们的真实姓名。
我希望他们的故事能对读者有所帮助，正如他们激励了我一样。
同时，我期望他们能提醒你这个讯息：生命是充满了丰富的喜悦和爱的旅程。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

生命常新，真爱永随。
生命是充满了爱的旅程，每个人都渴求甜蜜幸福的爱情，享受浪漫温馨的人生。
然而，随缘或等待命运的安排并不能让我们寻得真爱，爱情必须主动出击，靠我们自己创造而得，幸运的是，每个人都拥有创造真爱的力量。
本书与你分享十则动人的真爱故事，带你踏上探寻爱的秘密之旅，引你领会爱的奥妙，体悟爱的真谛。
随着故事的渐次展开，你将焕发出创造爱的力量，生命之路因此而变得豁然开朗，真爱从此相伴永随。

作者简介

作者：(英国)杰克逊 译者：周思芸

书籍目录

前言婚礼上的客人相遇秘密一 思想的力量秘密二 尊重的力量秘密三 给予的力量秘密四 友谊的力量秘密五 接触的力量秘密六 舍弃的力量秘密七 沟通的力量秘密八 承诺的力量秘密九 热情的力量秘密十 信任的力量尾声

章节摘录

婚礼上的客人他是一个年近三十的年轻男子，独自坐在房间角落里的一张桌子旁。
谁都不会注意到这么一个人的存在：普通的身高、体形和外貌，穿着黑色正装，和房里的其他男人没什么两样。
他独自坐着，不主动跟别人交谈，当然也没有任何人前来搭话。
用餐时与他同桌的客人现在都已陆续走向舞池，害羞的年轻人因为没有女伴，只好继续坐在位子上冷眼旁观舞会的进行。
这是一个所费不赀的豪华晚宴。
晚宴是在市中心最高级的饭店里的皇家宴会厅举办的，香槟鸡尾酒随着六道菜肴送了上来，上菜间还穿插着由七人爵士乐团现场伴奏的舞蹈。
婚宴更是气派非凡。
尽管一切如此华丽，这位年轻人却无法沉醉在这种欢乐的气氛中。
他向来不善于交际，也不觉得和两百个陌生人待在一个房间里是件有趣的事。
他唯一认识的人就是今天的新郎，一个多年不见的老朋友。
而且，他也相当惊讶自己会在邀请的名单上。
他看着他的朋友和新娘跳贴面舞，看着他们如此快乐，不禁羡慕起来，心中猜想着这种美事何时才会降临到他身上。
“为什么呢？
”他暗忖，“其他人都可以安定下来，结婚、生子，可我却无法跟任何女孩维持超过几个月的关系？
”其实，他不是找不到女孩约会，最大的问题在于很难找到适合的女孩来维持一段持久的关系，并让他有想和她共度余生的念头。
有时候，光是想到自己的情况就让他沮丧不已。
他想，自己一定是哪里不对劲，才无法拥有一段持久稳定的爱情关系。
但有时他又会告诉自己，他只是不够幸运而已。
也许，就如同朋友们告诉他的，爱情是一种命定的缘分，总有一天会发生，人是没有办法改变命运的。
这听起来真是毫无帮助，不过，事实又好像的确如此。
他想起了两年前的一段恋爱经历，让他真切体会到爱情的滋味，深深陶醉在爱河里，然而，那段恋情也只短暂地维持了三个月。
失恋之后他真是伤心透了，常常寝食难安。
至今，他仍深刻地记得那种伤痛。
之后，他就决定再也不要让自己被爱伤得这般严重了。
现在，他坐在那儿看着婚宴里的一对对佳偶，有的手挽着手坐在一起谈笑风生，有的高兴地手舞足蹈、引吭高歌。
他告诉自已：还是单身最好吧！
毕竟，有多少关系能够真的维持下来呢？
有多少人能够永远在一起呢？
单身至少不用去忍受分离与失落的痛苦，也可以无拘无束地来去自由。
就在舞池中央，一对老夫妇紧紧相拥，深情微笑地看着对方的眼睛。
这个年轻人目不转睛地看着他们跳舞，心里不禁想道，有没有可能会有奇迹出现，某个人正在某处等待着他？
相遇“你自己一个人吗？
”年轻人闻声扭头，看到一个中国老人站在他的身旁。
这是一位瘦小的长者，鬓发苍白，头顶几乎全秃，眼睛是棕色的，正微笑着看着他。
和宴会里其他的客人一样，老人穿着黑色的晚宴西装、白衬衫，打着黑色领结。
“是的，我一个人。

”年轻人带着微笑答道。
“我也是。
”老人说，“不介意我加人你吧？
”“不介意。
”年轻人回答。
“很棒的婚礼，是吧？
”年轻人耸耸肩，不置可否地说：“如果你喜欢的话。
”“怎么，你不喜欢这样的婚宴吗？
”老人问道。
“这种事看起来多少像出闹剧，不是吗？
”年轻人把身子向后慵懒地靠着椅背。
“哪种事？
”中国老人问。
“婚姻啊！
”“两个不相爱的人结婚，才算是出闹剧。
”老人说。
“爱！
”年轻人喊道，“什么叫爱？
人们总是随便爱来爱去，一开始他们为对方奉献自己，后来却演变到无法再多看对方一眼。
如果你问我的意见，”年轻人继续说，“我会说，爱只会造成痛苦和伤心。
”“这么说太愤世嫉俗了。
”老人说，“持有这种爱情观会是你这辈子犯的最大错误。
以我为例吧，我在已接近生命尽头的这把年纪竟发现，生命中一有重大意义的事情就是你曾付出和得到的爱。
你迈向另一个世界时，你唯一能带走的就是爱，而你唯一能留下的也是爱，没有别的。
我看到很多人可以轻易承受生命中的各种苦难，却还不曾发现有谁可以忍受一生都缺少爱。
”“这就是为什么爱是生命中最伟大的礼物，”老人继续解释道，“它为你的生命带来意义，它使生命值得延续下去。
”“是吗？
我不这么确定。
”年轻人喃喃自语。
“为什么不啊？
”老人问道。
年轻人沉默了半晌，然后答道：“你知道我是怎么想的吗？
我认为恋爱只是一种浪漫的神话，我们都被它牵着鼻子走，还坚信总有一天会碰到某人而陷入热恋，但这种情况却很少发生，就算它真的发生了吧，也不会持久的。
”“嗯……我明白，”老人说，“当然！
你完全正确，恋爱是一个浪漫的神话。
不过我想……”老人凝神想了一会儿之后，摇摇头说：“不！
不！
不！
爱不是等着我们掉进去的陷阱，它是我们创造的。
人们把恋爱这件事情想错了，他们想象有一天走在路上看到某个人，然后‘砰！
’的一声，就撞到爱情了。
但那不是爱。
”“那是什么呢？
”年轻人问道。

“那是生理的吸引力，是迷恋。
绝对不是爱！
当然啦！
爱可能在身体的相互吸引中成长，但真爱绝对不只是生理的。
对于爱一真爱，你必须去了解一个人，进而真正地尊重他，你必须真诚地为他着想。
就像苹果派。
”“苹果派！
什么意思？
”年轻人问道。
“你觉得你可以光凭外表就知道一个苹果派好不好吃吗？
”老人说。
“当然不行！
我得吃吃看才知道。
”年轻人说。
“这样说就对了，换言之，你必须了解内在是不是跟外在一样好，对不对？
”“是的。
”“人也是一样的。
”老人解释道，“你不能光凭外表长相就判断对象的好坏。
你必须明白他的内在本性、精神和灵魂等特质，才有可能全心全意地爱上对方。
这些都是眼睛看不到的。
在爱情里面，你只有用心才能领会真情之所在。
能不能持久的关键就在这里了。
爱情关系不是偶遇，它们不是电光火石刹那间就发生的，也不是运气的问题，而是需要培养和经营的。
”“那怎么做才行呢？
”年轻人问道。
“在我童年的时候，妈妈教给我一条爱的黄金定律。
”老人继续说，“她总是这么告诉我：‘如果你希望被爱，就先去爱。
很简单。
’任何人都有爱、被爱，以及在生活中创造爱的关系的能力。
所以，如果有人要选择活在没有爱的生命里，是件多么悲哀的事啊！
“你怎么能这么说呢？
”年轻人辩解道，“怎么会有人选择活在没有爱的生命里呢？
”老人直视年轻人的双眸回答道：“有人会选择宁愿不要爱，也不愿承受因为分离和失落而导致的痛苦。
”年轻人霎时红了脸，喉咙一阵紧缩。
他觉得很不自在，仿佛自己是个透明人，让人看透他的心了。
“我向你保证，”老人说，“爱是任何人都有可能得到的，只是我们必须去选择。
”老人用手指向邻桌正在激烈争辩的一对伴侣说，“你看那一对，就是一个例子：两个人都争着辩赢对方，甚于要赢得爱。
其实，生命充满了选择，我们可以选择胜利也可以选择爱；我们可以选择原谅也可以选择报复；我们可以选择独自一人也可以选择有伴侣，这都跟选择有关。
人们在他们的生命里有关系却没有爱是很常见的，他们决定了一段关系的状态。
”“人们决定自己的选择权。
”年轻人喃喃说着。
“当然！
你的命运，或者你所处的状态，都是因为你自己造成的。

你是单身还是有伴侣，拥有快乐还是悲伤，都只有一种原因，那就是：自己的选择。
如果你不希望生命是寂寞的，那么就用自己的力量来避免它。
“很多人都以为，当他们在别人身上发现爱的时候，自己的生活才有了爱。
他们认为，只要那个适合的人进入他们的生命中，他们就可以马上体验到爱。
事实却是，他们永远不可能从其他人的身上发现爱，除非他们先在自己的身上找到它。
”老人继续说，“所谓的‘关系’并不会带给我们爱的感觉，反而是我们把爱带人‘关系’。
当我们能够付出爱，有爱的关系自然随之而来。
所以我才会说，每个人都可以爱和被爱，而且，不管在何种生命状态下，人人都可以经营出有爱的关系。
”“可能是吧！
”年轻人犹疑地说，“但你还是得够幸运才行啊！
幸运之神没有降临，很难碰到与你相配的人，不是吗？
”“幸运不在爱的方程式里面。
”老人说，“幸运与否不会影响一个人有没有爱。
”“也就是说，所谓的爱情是上天注定的。
”年轻人回答道。
老人微笑地看着他，缓缓说道：“命运会帮你一把的，可你也得扮演好自己的角色才行。
你想碰到另一个坐在角落的人吗？
光坐在这儿是不行的，你要站起来，主动去让这件事发生。
”“哪有这么容易的事。
”年轻人以防卫性的语调说。
“谁说它容易？
”老人回答道，“但如果你要得到爱，就必须鼓起勇气，抓住生命中的机会。
”“什么样的机会？
”年轻人问道。

后记

年轻人独自坐着观察周围的一切。
眼前的这场婚宴不像他曾经参加过的那么豪华，但全场有一种活泼、友善的气氛，近百位客人都很尽兴。
当乐团开始奏乐，年轻人的思绪不禁回到两年前，那场遇到中国老人的婚礼。
当时他对爱情是多么不屑啊！
他不自觉地对自己微笑了。
他还记得自己拜访过的那些人。
虽然他们的话听起来都很真诚且发人深省，但他还是有些怀疑。
他不确定爱的秘密在自己身上是否可行，但毫无疑问，对其他人都蛮有效的：那些跟他一样，寻找爱情多年的人；那些对生活失去目标，孤独冷酷地活着的人；甚至，那些发现自己陷入忧郁、烦恼的关系中的人。
年轻人在一本小记事本上写了三页，节录下爱的秘密法则，以及它们如何为生命带来截然不同的改变。
他随身带着记事本，好让自己可以随时想起这些秘密，特别是在困难时激励自己，并随时把它们传递给其他人。
这些节录的重点是：爱的十个秘密一为你的生活创造爱1.选择爱的思想。
2.学会尊重自己和他人。
3.专注于自己能付出什么，而不是得到什么。
4.要找到爱，可以从建立友谊开始。
5.拥抱人们。
张开你的手臂，敞开你的心胸。
6.爱就是舍弃自身的恐惧、偏见、憎恨。
7.与别人沟通你的感受。
8.得到爱，首先要为爱做出承诺。
9.热情地活着。
10.信任自己，信任他人，信任生活。
爱的十个秘密一认出你生命中的伴侣1.他(她)在外貌、个性、才智和精神上的特质，是否符合你对理想伴侣的要求？
2.你尊重他(她)吗？
3.你能够为他(她)付出什么？
4.他(她)是你最好的朋友吗？
你们有共同的目标、理想、价值观和信仰吗？
5.当你们拥抱彼此，你会产生拥有的愿望吗？
6.你是否能给予彼此成长的空间与自由？
7.你们能够诚实且开放地沟通吗？
8.你们对这份关系是否都有所承诺？
9.你是否对他(她)以及双方关系怀有强烈的热情？
他(她)对你的意义是否重大？
10.你们彼此完全信任吗？
爱的十个秘密一把爱带入你的关系1.设身处地想想伴侣的需要和期望。
2.学会尊重自己和伴侣。
问自己：“我有什么是值得自己敬重的？
”以及“我的伴侣有什么地方值得我敬重？
”3.想想你应该为这份关系付出什么，而不要想着应该从中获得什么。
4.和伴侣交朋友，找出共同的兴趣和追求。

5.深情地拥抱、接触你的伴侣，并向对方张开双臂。
6.舍弃过去，并且宽恕，重新开始。
7.开放而诚实地与对方沟通你的感受。
8.对这份关系做出承诺。
把伴侣放在内心排序的第一位。
9.在关系中重新创造热情。
10.信任你的伴侣，信任你们的关系，坚信它永远不会结束。
当他把这些爱的秘密融人生活中，他发现一切都在悄然改变。
从他的外表看不出什么特别的变化，具体有哪些变化，也无法衡量，然而，重要的、意义深远的改变已经发生了。
他的家人、朋友，甚至同事们都注意到了他的不同，他总是以张开双臂的拥抱来迎接他们，而不再用正式的握手。
他和人们谈话的态度也变了，他专心地、谦恭地和他们交谈，并注视着对方的眼睛。
他尊重他们，并且真诚地关怀他们。
他提醒自己记得别人的生日，打电话给一些很久没见面的朋友，不只是为了说声“嗨”，还要让他们知道他一直记挂着他们。
最奇妙的是，他还会做一些发自内心的仁慈行为，这些事对现在的他而言，已经不值得一提了。
他经常会买一束花，默默地送给街头的陌生人，他只是喜欢看到别人因为惊喜而怔住的表情，他光是看到人们微笑，就感到开心。
朋友们发现，他不再整天发疯似的想找个人来爱。
他们都不知道，这个年轻人现在只专注于如何去爱，并且深信，爱会在最适当的时间、最适当的地方，来到他身边，那时，他将遇见梦想中的女孩。
一些同事和朋友问他，到底是什么改变了他。
是新的宗教信仰吗？
还是他变富有了？
或是他吃了什么可以使心情亢奋的药物？
当他告诉别人有关他和中国老人相遇的故事，以及那些爱的秘密时，有些人相信他。
他们认真听了他的故事，几个月之后，竟然都打电话给他，谢谢他告诉他们这些事，因为那些秘密也改变了他们的生活。
接着，一件很棒的事情发生了。
一天晚上，他在家里接到一个年轻女人的电话，她问可不可以跟他见面。
她说有位中国老人把他的电话号码给了她。
“和爱的秘密有关。
”她说。
第二天，他们见面了，而他竟马上被她吸引了。
不仅是因为她那温柔的眼睛和漂亮的脸蛋，更因为在谈话时，他感觉遇到了一个心灵相通的人，一个他可以自由自在倾诉内心的对象。
现在，她正走向他，伸出手来，她的容貌正如她温柔而善良的心一般美丽。
此时，他感觉身边充满了爱，一切都在围绕着他俩缓缓地移动，他看着她，几乎有一刻停止了呼吸。
这一刻，他终其一生都刻骨铭心，他终于了解到，什么才是源源不绝的爱。
这是他梦寐以求的时刻，可是，在认识中国老人之前，他不相信自己会拥有这一刻。
年轻人一直想再遇见那位老人，只为了谢谢他，至少让老人知道，自己的生命因他而发生转变，以及他多么希望能邀请老人来参加他的婚礼。
当他牵着她的手走向舞池时，客人们都起立欢呼、拍手。
他穿着正式的灰色礼服，握着她的手，所有人的目光都集中在他身边的丽人身上。
她穿着式样简单、高贵的短袖白缎婚纱，惊艳的气质被自然而然地衬托出来。
当他们走到舞池中央，转身面对彼此，并深深地注视着对方的眼睛时，欢呼和口哨声又此起彼落地响

起，乐队也开始奏起音乐。
年轻人微笑着抬头看家人和朋友们，他们正在几步之外不停地鼓掌欢呼。
当他环视大厅，立刻注意到一个身影一大厅后方的出口处站着一个人。
是他！
中国老人正独自站在那儿，微笑着。

编辑推荐

《爱的秘密》亚马逊排行榜五星级畅销书，全球销售破百万册。
　　我们都渴望爱与被爱，都在寻找真爱所在。
可为何存有这么多人生活在孤寂之中，无助而寂寞地寻觅爱情？
为何离婚率仍在逐年攀升？
为何城市中随处可见旷男怨女？
有没有可能是因为我们寻求爱情的方向错了？
一个失意的年轻人在婚礼上与一位中国老人相遇，从此展开探寻十个爱的秘密之旅。
这十个爱的秘密分别是：思想的力量、尊重的力量、给予的力量、友谊的力量、接触的力量、舍弃的力量、沟通的力量、承诺的力量、热情的力量和信任的力量。

第一图书网, tushu007.com

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