

<<不曾心碎, 就不知什麼是幸福>>

图书基本信息

书名：<<不曾心碎, 就不知什麼是幸福>>

13位ISBN编号：9789574705665

10位ISBN编号：9574705668

出版时间：2011-10

出版人：人本自然文化事業有限公司

作者：黃桐 著

页数：240

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>

<<不曾心碎, 就不知什麼是幸福>>

前言

作者序 愛的習題, 生命的練習曲 這是一本關於「愛」的書。

去年, 一通電話通知我, 有個與我交情極好的朋友過世了。

那個朋友最喜歡開玩笑, 當時我多麼希望那只是一場惡劣的惡作劇, 無奈卻是一個殘酷的事實。過不了情關, 她選擇告別這個世界, 只留給仍在世的親人和朋友無限的傷痛。

我時常會想到她。

我總會忍不住欺騙自己, 想像此刻的她, 應該正在公司上班, 或正在家裡上網、看電視, 我們仍然隨時可以見面, 我們只是很久沒有聯絡罷了。

最近, 有個朋友跟我哭訴。

她說她很愛爸爸, 可是她的父親卻不懂得怎麼愛家人。

父親賭博賭輸了就到處簽帳借錢, 喝酒喝醉了就任意打架鬧事……朋友說, 父親是她割捨不下的責任, 她覺得既然身為他的女兒, 就有義務替他收拾爛攤子。

只是, 她的父親從不知道感謝, 反而愈來愈貪婪, 把女兒當成提款機、出氣桶。

結果有一天, 朋友上班時突然倒地不起, 年紀輕輕就中風了。

她的身體和精神都垮了, 她的時間全被回診、復健佔據, 每天晚上要吃大量的安眠藥, 才得以入睡。

一個讀國中的孩子寫信給我, 覺得人生無望。

她說, 為了討好母親, 她很努力地讀書, 但母親卻永遠沒有滿意的一天。

有一次考試成績不盡理想, 母親尖酸地對她說: 「妳怎麼這麼沒用?

為什麼不死了算了?

」女孩說, 她一向很聽話, 這次, 她也很想聽話。

她在信上寫著: 「也許我死了, 媽媽會比較快樂。

」我彷彿看到, 她一邊寫信, 一邊流著眼淚的模樣。

每次聽到類似的故事, 都讓我覺得好痛, 好痛。

這就是為什麼, 我一直一直想寫一本以「愛」為主題的書。

我很感謝出版社的支持, 讓這樣的想法, 得以付諸實現。

如果這本書的一個故事、一句話, 可以讓一個讀者稍微感到安慰, 那麼, 就是我最大的喜悅。

接著, 讓我們來談談什麼是「愛」吧。

愛, 可以出現在父母與子女之間、兄弟姊妹之間、夫妻之間、情侶之間、師生之間、朋友之間、同事之間, 人與動物之間, 甚至是陌生人與陌生人之間。

愛就像是水, 它可以小, 可以大, 端看我們用什麼容器盛裝。

溫度太低, 它會凍結, 溫度太高, 它會蒸發。

唯有不高不低的溫度, 它才可以流轉自如。

愛, 就像是空氣, 我們時常忘記它的存在, 可是如果少了它, 我們也無法存活。

可惜的是, 愛不是永遠如此美好。

它可以讓人感覺人間即是天堂, 卻也能讓人痛徹心扉, 度日如年, 甚至讓人失去對未來的希望, 對生命的興致。

漫長的人生裡, 每個人都有被愛傷害的經驗。

有些傷口很淺, 一下子就會癒合; 有些傷口很深, 我們會需要花上幾個月、幾年, 甚至一輩子來療傷……有時候, 愛的傷痛可以痊癒; 有時候, 它只會被淡忘, 卻不會被遺忘。

儘管傷痕已經結痂, 但只要一想到, 它就會在你內心深處, 隱隱作痛。

為愛所傷的時候, 該怎麼辦?

愛, 其實跟所有學問一樣, 也是需要學習的。

如果有一天, 我們能真正學會「怎麼被愛」、「怎麼去愛」, 那麼, 當愛產生質變時, 我們就能淡然處之, 把「緣起緣滅」視為變動人生中的必然, 終於得以用更樂觀的態度, 去看得到與失去; 若愛已成往事, 我們就會懂得如何放手, 終於得以原諒別人, 更重要的是原諒自己。

請永遠不要忘記: 沒有人不值得被愛。

<<不曾心碎, 就不知什麼是幸福>>

當我們感覺自己不值得被愛的時候，那並不是事實，只是我們的心太累所產生的錯覺。只要給自己一點時間，你我一定就會發現，愛其實具有驚人的「再生能力」。先學會「愛自己」，才有餘力「愛別人」。

一段故事的結束，其實也就是另一段故事的開始。

如果我們不曾失去，又怎麼會懂得什麼叫做幸福？

衷心祝福大家！

黃桐 於台北

<<不曾心碎, 就不知什麼是幸福>>

內容概要

聖嚴法師曾說，他的一生，就是許願和還願的過程。這句隱隱透露謙遜及對世間慈愛的話語，深深感動了許多人。宗教家的願望，是希望人人都過得幸福；而我們一般人的願望，也總是離不開自己理想中的幸福人生：或許是富裕的環境，或許是事業、感情與人際關係的成功圓滿，也或許是家人的健康和無憂無慮的笑容…… 每個人的一生，其實都是許願和滿願的過程。

很多時候，為了遠方隱約可見的幸福圖騰，為了願望成真那一刻的快樂，即使日子再辛苦、等待的時間再長久，所有的付出彷彿都是值得的；但是，如果前往幸福的途中，路程被迫中斷，而我們注定永遠無法到達目的地，那時，又該怎麼辦？

任何挫折的出現，都不代表世界末日，它只是一個巨大的逗點，讓你停下來，給自己一個冷靜和省思的機會。

也許，此刻破碎的夢想，並不是表面上看起來那樣的令你傷心的「失去」，反而是一個奇妙的轉捩點，讓你繞個彎，終能與真正屬於自己的幸福相遇。

作者在本書的52則小故事裡，透過溫暖、深刻雋永的語句，侃侃而談人們追尋幸福時可能遇到的疑惑、困頓，和不知所措，也適度提供了友善而誠懇的建議，是一本融合感性與知性的心靈勵志書籍；它將引領你發現，「上帝替你關了一扇門，必定為你開啟另一扇窗」，而當我們鼓起勇氣，穿越新的出口繼續前進，必將更接近幸福的目的地。

<<不曾心碎, 就不知什麼是幸福>>

作者簡介

黃桐 辦公室的逃兵，現為自由作家，勤於筆耕，冷靜的外表下包藏一顆赤子之心。好奇卻不博學，好讀書但不求甚解，以五柳先生為偶像自勉。

與四狗三貓共住海濱，「慢活」為其最高人生準則，時常不知不覺放空。閒來無事便在家玩狗抱貓，或在沙灘遛狗、散步、曬太陽。

最新興趣是栽花種樹，亦時常自助旅行，喜愛極端，偏好人文氣息濃厚，或原始未過度開發之地，足跡已踏過印度、印尼、柬埔寨、非洲等地。

著有《祈禱不能改變老天，只能改變自己》、《人生就像茶葉蛋，有裂痕才入味》、《人生苦短，做自己最好》、《苦難教我的七件事》、《幸福就是老天給什麼，都是享受》、《幸福就像狗尾巴》、《日子再苦，我還是原來的我》、《就算失去一切，我也要勇敢活下去》、《人生就像下棋，真正的對手是自己》、《握緊雙手，裡面什麼都沒有》、《我們都忘了，放下也是一種選擇2》（該書榮獲誠品書店暢銷書排行榜第一名），以及《成功來自前進，快樂則來自向後退》。讀者眾多，遍及台灣、香港、新加坡、馬來西亞、中國大陸等地區。

<<不曾心碎, 就不知什麼是幸福>>

書籍目錄

作者序 愛的習題, 生命的練習曲PART- 1 愛讓人快樂, 但絕不是人生中唯一的快樂01愛情讓人生充滿樂趣, 但絕不是人生的唯一樂趣02真正的浪漫03說好的幸福呢?
04偏心的爸爸05再見之後, 我們還會「再見」嗎?
06你只要換個方法就好07無私的愛08沒有永遠的激情, 卻有永恆的愛情09愛的「賞味期限」10把我分成兩半11沒有人有義務對你好12恐懼的重量13只要還能呼吸, 就是天大的幸福14七夕情人「劫」15真正的自由16燙傷並非「不會發生」, 只是「還沒發生」17無盡的寬容18你不可能做得比佛祖更好PART- 2 如果你一直逃避痛苦, 將無法感受苦盡甘來的甜美 19「愛」不過來, 我就過去!
20有條件的愛, 從來不是真愛21人的盡頭, 是神的起頭22讓你心動的是幻影, 還是事實?
23別人可以拋棄你, 但你不能拋棄自己24殘酷的溫柔25祝福, 是父母給孩子最好的禮物26如果不能友誼長存, 那就接受緣起緣滅27習慣有魚吃的人, 當然不會拿釣竿28有些話, 真的「聽聽就好」29誰的嘴巴比較臭?
30過去, 就讓它真正過去31可以是缺點, 也可以是優點32既然養了水蛭, 就別抱怨牠吸血33養雞的祕訣34除了放下, 我們別無選擇35愛, 也要用對方法36誘惑來襲, 你的選擇是什麼?
PART- 3 每一次的心碎, 都會讓你離幸福更近一些 37只剩下回憶, 那也就夠了38有時候, 遺忘是唯一的良藥39真正的愛情, 絕不輕易悲傷40家是放愛的地方, 不是放錢的地方41你的小問題, 他的大麻煩42當你愛上小氣鬼43因為我愛你, 所以選擇不說44別人不會為你改變, 但你可以改變自己45身教的力量46莫把「閒話」當「真理」47既然有愛, 又何需斤斤計較?
48便當裡的長頭髮49生命太短, 愛太長50蘋果樹下的青年51溝通, 不只要關愛, 更要方法52愛自己的第一步, 就是勇於改變

<<不曾心碎, 就不知什麼是幸福>>

章節摘錄

02真正的浪漫 用嘴巴說出「我愛你」並不困難, 用行動表達「我愛你」卻不容易。

有個情竇初開的小女生, 看多了愛情小說、偶像劇, 愈看愈對自己的爸爸不滿意。

有一天, 這個小女生忍不住跟母親抱怨: 「媽媽, 妳跟爸爸結婚多久了?

」 做母親的想了想, 說: 「大概十五年吧。」

」 小女生彷彿小大人一樣, 皺起眉頭, 說: 「妳怎麼受得了啊?

妳不覺得爸爸很不體貼嗎?

」 媽媽有點詫異地說: 「會嗎?

我倒覺得妳爸爸很體貼啊!

」 「哪有!

」 小女生嘟起嘴, 說: 「前幾天妳不小心在浴室裡重重摔了一跤, 爸爸竟然只是淡淡地說『沒有摔傷就好』, 根本一點也不關心妳嘛!

」 母親微笑地說: 「可是妳沒發現嗎?

那天之後, 每次我們洗完澡, 爸爸都會去把浴室地板的積水擦乾耶。」

」 「還有啊……」 小女孩又說: 「前幾天妳下班的時候, 突然下起大雨, 可是爸爸竟然沒有去公司接妳!

」 「但妳不知道的是, 那天之後, 爸爸每天都會在我的皮包裡, 放一支折傘呢。」

」 母親臉上浮現出幸福的表情。

小女孩不死心似地, 繼續「舉證」: 「對了!

前幾天不是情人節嗎?

可是爸爸根本就忘記了!

」 媽媽一邊笑, 一邊摟住女兒: 「孩子啊, 有一天妳會明白, 願意幫妳過情人節的, 往往未必是好情人; 那些總是忘記情人節, 卻讓妳覺得『天天都是情人節』的人, 才是最適合妳的人啊!

」 愛的箴言 我的祖父、祖母, 都在高齡九十多歲時過世。

記憶裡, 他們還在世的時候, 每天下午都會一起去公園散步, 祖父總是小心翼翼地, 牽著行動不便的祖母的手。

年紀還小的我, 看到他們的背影, 也覺得感動。

他們一輩子沒有跟對方說過「我愛你」, 卻用將近八十年的婚姻, 展現出真正的愛情; 用嘴巴說出「我愛你」並不困難, 用行動表達「我愛你」卻不容易。

我也時常想著, 為什麼許多因媒妁之言結合的長輩, 得以一輩子長相廝守; 反觀現代人, 哪個不是自由戀愛, 但為什麼感情往往「不得善終」?

是不是因為這個世界選擇太多, 導致我們最後對那平凡的幸福不屑一顧?

是不是因為這個社會誘惑太多, 造成我們總是錯把「激情」當成「愛情」?

誰都曾經憧憬浪漫如童話故事一般、轟轟烈烈的愛情, 只是, 當繁華落盡, 我們往往會發現最耐嚼雋永的, 卻是最平淡、簡單的感情啊。

03說好的幸福呢?

漫長的人生裡, 總是會有幸福的事不斷地發生; 眾多的人群中, 總會有一個真正合適你的人。前提是, 我們必須有等待的耐心。

二十歲那年, 一個男孩讓女孩徹底心碎了, 這是女孩的初戀。

分手那天的深夜, 迷迷糊糊之間, 女孩來到一座如夢似幻的湖畔, 湖水青青, 倒映著周遭蓊鬱的森林。

一個名叫「命運」的女神似乎已經等待她許久。

女神見到她的到來, 隨即揚手一揮, 湖水就像螢幕一般, 開始搬演她的故事。故事的內容, 是她的過去、現在和未來。

十五歲, 她情竇初開, 暗戀隔壁班的男生。

故事沒有開始, 也沒有結束。

<<不曾心碎, 就不知什麼是幸福>>

二十歲，她終於戀愛了。
但是這個男孩，卻讓她徹底的心碎。
二十五歲，另一個男孩出現在她的生命裡，讓她已冷的心，重新溫暖起來。
三十歲，她終於確定他是今生的最愛，在浪漫的婚禮中、眾人的祝福下，他們攜手步上了紅毯。
三十五歲，他們的孩子已經三歲了。
那個小女孩綁著兩個小辮子，牽著他們的手在公園玩耍，她的笑容如同天使一般純真…… 故事不斷地往前推進。
後來，他們又添了一個兒子。
孩子漸漸地長大，他們漸漸地老了。
她與老伴過著自在的退休生活，儘管歲月增添了臉上的皺紋，他們仍彼此相愛，互相扶持。
然後，孩子又生了孫子，她看見老年的自己，坐在搖椅上，懷中抱著小娃娃…… 她的一生，就這樣播完了。
女孩鬆了一口氣：「啊，還好。
我還以為失去了初戀情人，我的一生就完蛋了。
沒想到我的未來竟是這麼幸福啊。」
始終沉默的命運女神，終於開口了。
她糾正女孩：「這不是妳『未來』的幸福，這是妳『本來』的幸福。」
女孩怔住了。
「妳來到這裡之前做了什麼事？」
命運女神問。
女孩想起來了。
她渾身顫抖、汗毛直豎：「我因為失戀悲痛欲絕，所以我仰藥自盡……」 「是的，妳已經死了。」
命運女神面無表情地說：「所以妳『未來』的幸福，也成為了妳『本來』的幸福。」
愛的箴言 人生中遭逢的許多巨大苦難，不但足以擊垮一個人的求生意志，更足以摧毀生命裡最重要的東西 那就是希望。
當希望消失了，我們的腦海中便會開始浮現很多恐怖的想法，像是「我再也不可能遇到比他更好的人了！」
、「失去了他，我人生中的快樂也就失去了。」
「甚至是「他不愛我了。」
「再也不可能有人愛我。」
「只是，事實真的是如此嗎？」
才不是那樣呢。
有個朋友中年失婚，不但失去了妻子，也失去了銀子。
他試著自殺，但沒有成功。
他如同行屍走肉一般地活著，就在他絕望的時候，他遇見了第二任妻子。
另一段「幸福快樂」的故事開始了。
他告訴我，有一天晚上，他跪在地上禱告，突然痛哭失聲 他真感謝上帝，讓過去的他「沒有死成」，否則，他就會錯過了現在的幸福。
是的。
漫長的人生裡，總是會有愉快的、幸福的、甜美的事情不斷地發生；眾多的人群中，總會有一個真正合適你的人 前提是，我們必須有等待的耐心，我們必須能熬過黎明前的黑暗。
永遠不要放棄生命，我們才不會痛失將來的幸福。

<<不曾心碎, 就不知什么是幸福>>

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>