



华姿◎著 **AGAPE**

在爱中爱

ZHIZHONGXUENAI



湖北长江出版集团
崇文书局

图书在版编目(CIP)数据

在爱中学会爱 / 华姿著. —武汉: 崇文书局, 2010. 4

ISBN 978-7-5403-1732-4

I. ①在… II. ①华… III. ①情感 - 通俗读物

IV. ①B842. 6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 031802 号

《在爱中学会爱》 华 姿 著

责任编辑: 朱勇慧

装帧设计: 范海鹏

出版发行: 崇文书局 (027-87679710、11、12传真)

地 址: 武汉市雄楚大街268号B座 430070

经 销: 全国新华书店 文艺社科联合体

印 刷: 湖北恒泰印务有限公司

开 本: 710×1010 1/16

印 张: 14.75

字 数: 300千字

版 次: 2010 年 4 月第 1 版 2010 年 4 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5403-1732-4

定 价: 24.00元

崇文版图书 版权所有 盗版必究

如有质量问题, 请与印刷厂联系。电话: 027-81800900

保罗论爱

我若能说万人的方言，并天使的话语，却没有爱，我就成了鸣的锣、响的钹一般。

我若有先知讲道之能，也明白各样知识、各样奥秘，而且有全备的信，叫能够移山填海，却没有爱，我就算不得什么。

我若将所有的周济穷人，又舍己身叫人焚烧，却没有爱，我所做的就仍然无益。

爱是恒久忍耐，又有恩慈；

爱是不嫉妒，爱是不自夸，不张狂，

不做卤莽的事，不求自己的益处，不轻易发怒，不计算人的恶，

不喜欢不义，只喜欢真理；

凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐；

爱是永不止息。

.....

如今常存的有信，有望，有爱；这三样，其中最大的是爱。

陀思妥耶夫斯基论爱

爱是上帝创造的，
上帝把全世界和每一颗沙粒都放进爱里。
爱每一片叶子，爱每一道光，
爱动物，爱植物，爱所有的事事物物。
假如你爱周围每一个东西，
你就感受得到每件事物中那份神圣的奥秘。
一旦你感受到这个奥秘，
你就会开始天天了解它，到最后，
你便会以一颗包容的心，
来爱全世界。

网友的评论

——来自华姿的博客

华姿老师,每次读到这样的美文,就觉得心一瞬间变得洁净和柔软了。

——八戒

华姿的文章能给人觉悟
而且读一遍是肯定不够的
这篇文章就需要我多读最好熟稔于心
谢谢分享

——小草芥

您总能用一个简单的故事,让我们领悟爱的真谛。让我们反思自己的言行。

爱的法则,却也是人生快乐的法则。我若要活得快乐,我就要忘记,我就要放下。我若要活得自由,我也要忘记,我也要放下。领悟,学习。

——德兰

读来如清水洗心,谢谢华姿的好文!

——善闻

华姿姐,您用文字在传递爱,更是用心灵在传递爱,在我们这些渴求、贫乏的心灵里,这是一种很美的享受。愿每一位读到您文字的朋友都受益。谢谢您!

——平川

隔段时间,就会打开华姿姐的博客,来洗涤自己的心灵。感恩华姿姐,给我们带来这么好的文字。

——美丽莲花

打开您的博客,有一种扑面而来的书香、万籁俱静的梵音,还有一种与生俱来的慧性之光,沐浴着心灵,以及心灵的那个主神。——近些日子,天天打开看一看,想一想,真的很美!

——新浪网友

HZ: 因为上聆心博克,一下子看到她的好友里竟然有“华姿”,非常激动,非常羡慕。

之前我读过你的《花满朝圣路》,并推荐给些许好友并收藏,非常喜爱,非常倾慕。

在武汉的东湖边有这样一位女子,一位对神性有领悟的女子,一位悟性极高又能诉诸文字的女子,是我们“美善活着”的理由。

爱你,我心中的女神!

——HH

华姿的文字有高度,它折射出爱的光芒,读后总有许多的感慨

——上下站

这珍贵的文章在国内实在太少,写这样的文章一定要经受寂寞的考验。

因为这样的文章,你可以进入未来中国伟大作家之列。

——来自彼岸:耶鲁大学中国留学生、文学博士 CYL

你是属于大自然,而且属于大自然的那个湖之心的:和煦、明澄、飘洒,而且明达!

——新浪网友

真的被折服了,很难看到这样的逻辑性与艺术性能够并重的文字!

——善闻

会长的写作理念是:与其诅咒黑暗,不如传播光明。所以会长的文字永远那么干净清新,但绝不浮浅。我一般读书喜欢读厚重一些的作品,说俗了就是那些结局比较悲冷比较绝望的东西。会长的作品让我知道了原来宁静明亮的文字同样有动人的力量!

——书虫

华姿姐:每次读您的文章,都有一种发自心灵的感动。谢谢您!思考有时候是痛苦的,寻找有时候也是痛苦的,但偶尔在痛苦中寻找中得到了一点启示,那是怎样的欣喜啊!

——平川

华姿的作品不但文笔优美细腻,而且有思想性,这是不同于一般作家的地方。

——缘份的天空

华姿,写得太好了!我都不知道要说什么了。

不是心灵导师,却远胜心灵导师!

国内的心理专家们,有的只是“心的术”,缺少的是你的这份“心的灵”。

你的文字让我崇敬。

——陈诗

感激

鼓励

相信

欣赏

怜惜

赞美

梦想

尊重

说出你的爱

盼望

爱护

◎第一辑
今天，你感激了吗？

爱没有别的愿望,只要成全自己
但若是你爱,而且需要愿望,就让以下的作你的愿望吧:
溶化了你自已,像溪流般对清夜吟唱着歌曲
要知道过度温存的痛苦
让你对于爱的了解毁伤了你自已
而且甘愿地喜乐地流血
清晨醒起,以喜扬的心来致谢这爱的又一日
日中静息,默念爱的浓欢
晚潮退时,感谢地回家
然后在睡时祈祷,因为有被爱者在你的心中,有赞美之歌在你的唇上

——纪伯伦《先知·论爱》(节选)

目 录

第一辑：今天，你感激了吗？

- 001/ 连那不可爱的，也一并爱了
- 011/ 从看开始
- 018/ 你知道我爱你
- 021/ 今天，你感激了吗？
- 028/ 用你的言语扶助人
- 037/ 用花打人也是不可以的
- 042/ 尊重你尚未了解的
- 047/ 把你的伤口给他看
- 051/ 你若爱，就会有所害怕
- 054/ 是爱护的爱，也是爱惜的爱

第二辑：为你，千千万万遍

- 059/ 因为我是罪人而爱我
- 069/ 我也渴望你
- 075/ 为你，千千万万遍
- 082/ 本身是爱，却需要爱
- 084/ 爱人如己，是可能的吗？
- 091/ 上帝喜欢住在哪里？
- 094/ 因为我的爱不够
- 099/ 我原谅你了

108/ 他不是别的,他是爱

114/ 最美的爱的诗歌

第三辑：请您也吻一下我,好吗？

119/ 请你给我水喝

127/ 请您也吻一下我,好吗？

132/ 怜悯是这样一种爱

137/ 岂能没有宽恕？

145/ 爱有一个证据

148/ 母爱并不等于阿加贝(Agape)

156/ 怎样爱自己

161/ 使我们成为一个国度

171/ 天使也需要学习爱

第四辑：看看大自然,万物在相爱

175/ 她们的饥渴

179/ 她们的孤独

185/ 她们的宽恕

191/ 她们和他们的欢笑

195/ 你在那儿吗？

202/ 它们也是孩子

208/ 喜欢你,亲爱的辛巴

221/ 草怎么长在路上？

后 记：如何爱,如何被爱



◇人在皮肤之下，
都很相似，因此，在一个
国家中感人的事，也会
令全世界的人感动。

——林语堂

◎连那不可爱的，也一并爱了

—

亲爱的朋友，今天，我要跟你分享两封信。

这第一封信，是一个预备杀人的人，在杀人之前，写给他的姐姐的。

这第二封信，是一个无辜遇害的人，在她死去后，她的弟弟们写给那杀人者的亲属的。

我们先来读第一封信。

“……在你读到这封信时，我大概已不在人世了。牢记：不要让美国这边敲诈钱财。我早有这个意思了，但一直忍耐到拿到博士学位。这是全家人的风光。古人云，久旱逢甘露，他乡遇故知，洞房花烛夜，金榜题名时。这人生四大目标，我都已尝过。人的欲望是没有尽头的。在美国虽然吃穿不愁，但上边有大富





◇世界上最宽阔的
是海洋,比海洋更宽阔
的是天空,比天空更宽
阔的是人的胸怀。

——雨果



人,跟他们一比,我还是个穷光蛋。我对男女关系已有些腻烦了,近一步我对我攻了10年之久的物理已失去兴趣……我今天到这一步,也可以说是父母的过错在内……最好不要让下一辈得知我的真相,否则对他们的将来不利。”(节选)

我们再来读第二封信。

“我们经历了突发的巨痛,我们在姐姐一生中最光辉的时候失去了她。

……当我们在悲伤和回忆中相聚一起的时候,也想到了你们一家人,并为你们祈祷。因为这个周末你们肯定是十分悲痛和震惊的。

安最相信爱和宽恕。我们在你们悲痛时写这封信,为的是要分担你们的悲伤,也盼你们和我们一起祈祷彼此相爱。在这痛苦的时候,安是会希望我们大家的心都充满同情、宽容和爱的。我们知道,在此时比我们更感悲痛的,只有你们一家。请你们理解,我们愿和你们共同承受这悲伤。这样,我们就能一起从中得到安慰和支持。安也会这样希望的。”(节选)

二

是的,我说的就是那个曾经轰动一时的中国留学生卢刚校园枪杀案。由刘烨主演的电影《暗物质》,就是根据这个著名的事件拍摄的。但是那部电影并没有传达出安所怀抱的那种爱。也许,导演对卢刚的世界是熟悉的,而对安的世界却是陌生的。又或者,导演对卢刚的那种恨是熟悉的,而对安的那种爱是陌生的。

1991年的11月1日下午,在美国爱荷华大学物理系的一间教室里,一个物理学的研讨会正在进行。会议没开多久,卢刚突然站起来,从风衣口袋里掏出一把手枪,对准他的导师、师弟和另一个教授,

将子弹连连射向他们。然后他奔向二楼，开枪打死了物理系的系主任。随即他又回到那间教室，向已经倒下的三个人补了几枪。接着他奔向行政大楼，闯入副校长安·柯莱瑞博士的办公室，朝她的胸口和太阳穴连开两枪。安的助理也未能幸免。最后，卢刚举枪杀死了自己。

我们读到的那第一封信，就是卢刚在这一天的上午写成的。

我们读到的那第二封信，就是柯莱瑞博士的弟弟们，在她死去之后写下的。

安·柯莱瑞博士出生于中国，是一位传教士的女儿。安是这所大学教育学院的教授，也是很多中国留学生的导师。一直以来，没有孩子的安，对待中国留学生，就像对待自己的孩子一样。然而，她却死在了接受她帮助最多的人手里。

11月4日，安被宣布为脑死亡。也就是说，已经没有了抢救的必要。所有的维生设备都被拿走，三个弟弟亲眼看着姐姐衰竭下去，最后呼吸停止。他们在巨大的悲伤中，围着姐姐的遗体祈祷，然后写下了这封致卢刚家人的信。

他们说，他们担心卢刚的家人会因为卢刚是凶手而遭歧视，也担心卢刚的父母在接过儿子的骨灰时会过度悲伤。所以，他们写了这封信，希望这封信能给卢刚的家人带去一些安慰。

他们竟然这么做。难道他们不愤恨吗？不愤怒吗？此时此刻，哭喊，乃至在哭喊中诅咒，不是他们最应该有的反应吗？但是，他们却没有。他们不只是没有愤恨和诅咒，而且还以同感的心和同情的心，去安慰对方，去分担对方的悲伤与悲痛。

在安的葬礼上，三兄弟专门走到中国留学生中间，与他们握手，交谈。因为他们深知留学生内心的负疚与不安。真诚的微笑，流露的是心中的谅解与宽恕。许多女生都哭了，许多看起来很坚强的男生也哭了。

主持葬礼的牧师说：“如果我们让仇恨笼罩这个葬礼，安的在天之灵是不会原谅我们的。”

之后，三兄弟把安的遗产全部捐给了学校，学校用这笔钱设立了



◇道德中最大的秘密是爱。

——雪莱





◇用温暖的怜恤扣门,再沉重的铁门也会开放。

——莎士比亚

一个外国留学生心理研究基金。而卢刚的后事,也得到了妥善而周详的安排。

那么,他们为什么这么做呢?对于伤害自己的人,他们为什么不去复仇,反而去关爱呢?

安的好友玛格丽特教授的回答是:“这是因为我们的信仰。在这个信仰中,爱高于一切,宽恕远胜过复仇。”

是的,对于基督的信仰者来说,爱上主,也必定爱那些跟自己一样由上主而获得尊贵地位的人,即便那是一个罪人。对于基督的信仰者来说,为复仇的心所胜,就是为恶所胜,一旦为恶所胜,就把生命降低了。

三

16年后,也就是2007年的4月16日,美国弗吉尼亚理工大学发生了一起韩国留学生赵承熙枪击案。跟卢刚一样,赵承熙在开枪打死32人之后,也开枪打死了自己。

但是,在之后举行的守夜祈祷会上,人们却点亮了33根蜡烛,而不是32根。他们要为33个生命祈祷,而不是32个。也就是说,他们既要为那32位受害者祈祷,也要为那一个加害者祈祷。

主持这个守夜仪式的牧师说:“这里的每一根蜡烛都象征着一个生命,它们现在都很平静,我相信他们都在上帝那里得到了安息。当那位凶手开枪的时候,我相信他的灵魂在地狱里,而此刻,我相信上帝也和他的灵魂在一起,他也是一个受伤的灵魂”。

而在4月20日中午举行的悼念仪式上,弗吉尼亚理工大学放飞了33个气球,而不是32个;丧钟敲响了33下,而不是32下。

21日,学校在广场上安放的悼念碑也是33块,而不是32块。也不是只有32块悼念碑旁有鲜花和蜡烛,而是33块悼念碑旁都有鲜花和蜡烛;人们也不是只在32块悼念碑下留下纸条,而是在33块悼念碑下,都留下了纸条。



在赵承熙的悼念碑下,有两个纸条这样写着:

“希望你知道我并没有太生你的气,不憎恨你。你没有得到任何帮助和安慰,对此我感到非常心痛。所有的爱都包含在这里。劳拉”。

“赵,你大大低估了我们的力量、勇气与关爱。你已伤了我们的心,但你并未伤了我们的灵魂。我们变得比从前更坚强更骄傲。我从未如此因身为弗吉尼亚理工的学生而感到骄傲。最后,爱,是永远流传的。艾琳”



◇要憎恨的不是人,而是罪恶本身。

——金大中

四

这时我就哭了。对着电脑,我流了很久的泪。但是,我并不是因为感动,也不是因为震撼。而是因为,借着这件事,我一下子就看清了自己生命的真相,也看清了我所在的这个社会的真相。这个真相就是:我或我们,都还没有学会这种爱。

已故学者余虹先生针对赵承熙事件,写过一篇很好的文章《有一种爱我们还很陌生》。其实我并不陌生,我很了解这种爱。还有很多人也跟我一样,不仅了解这种爱,也相信这种爱。

有一种爱,我并不陌生,但是我还没有学会,所以我哭。

有一种爱,我很相信,但是我的相信还只是停留在意识上,所以我哭。

听说马家爵被枪决之后很久,他的骨灰却留在那里,没人去取,甚至他的父母也没有去取。因为在他的家乡,他的家庭已经为此背上了恶名,倘若再把他的骨灰带回老家安葬的话,他的家人担心,这个家庭恐怕会因此遭受更多的歧视和咒骂。

就是这样的,我们若要烧香的话,一定是烧 32 根,而不是 33 根;我们若要送花圈的话,一定是送 32 个,而不是 33 个;我们若要放鞭的话,一定是放 32 挂,而不是 33 挂。总之是:我们一定会为受害者流泪,却决不会为加害者流泪。因为在我们的意识里,只有受害者是不幸的,而加害者是死有余辜的;只有受害者是受伤的灵魂,而





◇宽恕而不忘却，
就如同把斧头埋在土
里而把斧柄留在外面
一样。

——巴斯克里

加害者不是，他只能是万恶的灵魂，他禽兽不如，乃至，他已然不是一个生命。

但事实却是：他仍然是一个生命，而且是尊贵的生命。而生命的价值永远高于一切，既高于敌我的区别，也高于善恶的区分。

一个生命的凋落是令人悲伤的，然而，一个生命的堕落也是令人悲伤的。不仅因为堕落的生命也是尊贵的生命，还因为，受害者是被恶所伤害，而加害者是被恶所奴役。被伤害是不幸的，而被奴役，也是不幸的。

耶稣说：“要爱你们的仇敌，并且为迫害你们的祷告。这样，你们才可以做天父的儿女。因为天父叫太阳照好人，也照坏人；他降雨给行善的，也给作恶的。……假如你们只爱那些爱你们的人，有什么功德呢？就连罪人也爱那些爱他们的人。假如你们只善待那些善待你们的人，有什么功德呢？就连罪人也会这样做。”

生命就像暗物质，如果上主的光辉从来没有照耀过它，它自己怎么能够发出光来呢？就像黄昏里的那棵石榴树，如果夕阳没有照射它，它的枝叶又如何能够闪闪发光呢？如果没有那万爱之源绵绵不断地供给与充满，他们和他们，又怎么能够既爱那个受害者，又爱那个加害者呢？

这时我就祈祷说：上主啊，他们因为爱你，连那不可爱的也爱了，连那本该憎恨的也爱了，为此我赞美你。你创造了万物，也创造了爱。你的名字是应该赞美的。

五

卢刚为什么杀人？赵承熙为什么杀人？马家爵又为什么杀人？而且杀的都是老师和同学？原因可能很多，但归结起来，最根本的原因可能只有一个：因为恨。

根据有关报道，卢刚在杀人之前，与老师、同学乃至学校的关系，都处在紧张的状态。与导师龃龉，找工作不顺利，寄予很高期望的论

