



力量

朗达·拜恩



力量

朗达·拜恩

图书在版编目 (CIP) 数据

力量 / (澳) 拜恩 (Byrne, R.) 著; 王莉莉译. —

长沙: 湖南文艺出版社, 2011.6

ISBN 978-7-5404-4903-2

I. ①力… II. ①拜… ②王… III. ①成功心理—通俗读物 IV. ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 061203 号

著作权合同登记号: 图字 18-2011-91 号

上架建议: 励志·成功心理学

Chinese simplified Language Translation copyright © 2011 by Hunan Literature & Art Publishing House
THE POWER

Copyright © 2010 by Making Good LLC. THE POWER and The Power logo are trademarks of Making Good LLC.
THE SECRET and The Secret logo are registered trademarks of TS Production Limited Liability Company, acting
through its registered branch, TS Ltd., Luxembourg Branch.

Original artwork by Nic George for Making Good LLC

Book design by Making GOOD LLC and Gozer Media P/L(Australia)

Published by arrangement with the original publisher, Atria Books, a Division of Simon & Schuster, Inc.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced, copied, stored, or transmitted in any form or by any
means – graphic, electronic, or mechanical, including photocopying, recording, or information storage and retrieval
systems – without the prior written permission of Atria Books, except where permitted by law.

The information contained in this book is intended to be educational and not for diagnosis, prescription, or treatment
of any health disorder whatsoever. This information should not replace consultation with a competent healthcare
professional. The content of this book is intended to be used as an adjunct to a rational and responsible health care
program prescribed by a health care practitioner. The author and publisher are in no way liable for any misuse of the
material.

www.thesecret.tv

The Power 力量

著 者: (澳) 朗达·拜恩

译 者: 王莉莉

出 版 人: 刘清华

责任编辑: 丁丽丹 刘诗哲

监制: 蔡明菲

特约编辑: 潘良

版权编辑: 辛艳

设计支持: 张丽娜

出版发行: 湖南文艺出版社

(长沙市雨花区东二环一段 508 号 邮编: 410014)

网址: www.hnwy.net

印刷: 北京盛通印刷股份有限公司

经销: 新华书店

开本: 880*1230 1/32

印张: 8.5

字数: 100 千字

版次: 2011 年 6 月第 1 版

印次: 2011 年 6 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-5404-4903-2

定价: 35.00 元

“这是宇宙中所有事物之所以完美的原因。”

翡翠石板（约公元前3000年）

作者序

二〇〇四年九月九日是我毕生难忘的一天。那天我醒来时，觉得只不过是另一个早晨而已，结果，它成为我一生中最棒的一天。

如同大多数人一样，我努力工作以维持生活，尽可能去处理各式各样的困难和障碍。二〇〇四年对我来说，是特别艰难的一年，各种充满挑战性的状况几乎让我招架不住。我的人际关系、健康、职业和财务状况似乎到了难以挽回的地步。越来越多困境围绕着我，让我找不到出路。接着，事情就这么发生了！

我的女儿拿给我一本百年古书^{注1}，而在我花了九十分钟阅读那本书的期间，我的整个人生改变了。我了解到生命中的每

注1：华勒思·华特斯，《失落的致富经典》。也可以到《秘密》的官网（www.thesecret.tv）免费下载这本书的英文版。

一件事是如何发生的，而且马上知道要做些什么来让它们变成我想要的。我发现了一个秘密，一个流传了好几世纪、历史上却只有少数人知道的秘密。

从那一刻起，我眼中所见的不再是同一个世界；事实上，这个世界真正的运作方式，和我过去以为的完全相反。几十年来，我一直相信生命中所遇到的事情就只是发生在我们身上而已，但是现在，我已经了解这令人难以置信的真理。

我也发现大多数人不知道这个秘密，所以我开始跟全世界分享。我克服了所有想象得到的困难，制作了《秘密》这部影片，并且在二〇〇六年发行；那一年的下半年，我写了《秘密》这本书，让我得以分享更多我的发现。

《秘密》这本书上市之后，传播的速度像光速一样，一传十、十传百，穿越了整个地球。因为知道了这个秘密，现在世界各地有上千万人正通过难以想象的方式，改变他们的生命。

当人们学会如何通过《秘密》改变自己的生命时，跟我分享了成千上万的神奇故事，让我对人为何会在生命中经历困境有了更多见解，而这些见解就集结成为《The Power 力量》这本书中所要传递的知识——可以马上改变生命的知识。

《秘密》揭露了吸引力法则——掌管我们生命最强大的法则，《The Power力量》则包含了自二〇〇六年《秘密》上市以来，我所学到的每件事的精华。在《The Power力量》中你会了解到，要改变你的人际关系、金钱、健康、快乐、职业及整个人生，其实只需要一样东西。

你不必先读过《秘密》才能通过《The Power力量》改变自己的人生，因为你需要知道的每件事，都已经包含在《The Power力量》这本书里；不过，如果你已经读过《秘密》，那么这本书将无限扩充那些你早已经知道的知识。

你需要知道的事情很多，关于你自己和你的人生，你还有很多要了解的，而且全都很美好——事实上，它们不只美好，而且精彩非凡！



感谢

我要对历史上所有冒着生命危险，让生命的知识和真理流传于世的伟大人物表达最深的谢意。

《The Power力量》这本书得以完成，全靠以下这些人全力协助，我想向他们表达我的感激：谢谢丝凯·拜恩出色的编辑工作，也谢谢她与珍妮·柴尔德的引导、鼓励、专业知识与无价的投入；感谢乔许·哥尔德严谨的科学及历史研究；感谢高瑟多媒体的薛莫斯·霍尔和尼克·乔治为本书作设计；感谢尼克提供原创性的艺术作品及图片，并致力于创作出一本有力而美丽的书，让每个手握此书的人生命都能被触动。

深深地感谢西蒙与舒斯特出版公司所有相关工作人员——谢谢卡洛琳·雷狄和裘蒂丝·柯尔对我的信心，也谢谢她们愿意敞开心胸接受新方式，让我们可以一起为数十亿人带来喜悦；感谢我的编辑莱丝莉·梅勒迪斯让《The Power力量》的编辑过

程变成完全的喜乐；感谢编审群佩格·哈勒、金柏莉·高德斯坦和伊索尔德·绍尔；感谢西蒙与舒斯特其他团队成员孜孜不倦地工作——丹尼斯·欧罗、丽莎·凯姆、艾琳·艾哈恩、达琳·德里罗、崔丝妮·范·基特·瑞可德及唐娜·罗佛瑞朵。

我要对《秘密》团队的工作伙伴及亲爱的朋友表达爱与感恩，因为他们有勇气敞开心胸接受各种可能性，并战胜了每一项挑战，让我们得以将喜悦带给全世界：保罗·哈林顿、珍妮·柴尔德、唐纳德·齐克、安德列·凯尔、葛莲达·贝尔、马克·欧康纳、达米安·克尔伯伊、丹尼尔·克尔、提姆·派特森、海莉·拜恩、柯麦隆·波伊尔、金·维南、彩·李、萝莉·莎拉波夫、丝凯·拜恩、乔许·高德、尼克·乔治、萝拉·简森及彼得·拜恩。

感谢加德纳·余律师事务所的律师麦可·加德纳和苏珊·余；深深地感谢曼格·托尔斯律师事务所的律师布莱德·布莱恩和路易斯·李，谢谢他们的引导和专业知识，谢谢他们提供了正直与真理的活典范，也谢谢他们为我的人生带来正能量。

感谢持续启发我追求卓越、我亲爱的朋友们：伊莲·贝特、布丽姬·墨菲、保罗·苏丁、马克·韦弗、弗雷德·内德、达

尼·哈恩、鲍比·韦布、詹姆斯·辛克莱、乔治·维南、卡门·维斯克斯、海尔默·拉基斯巴达，还有最后但同样重要的，安琪儿·马汀·维里欧斯，她灵性的光芒和信念让我提升到新的层次，得以实现为数十亿人带来喜悦的梦想。

感谢我的两个女儿——海莉和丝凯，她们是我最棒的老师，她们的存在点亮了我每天的生活；感谢我的姐妹宝琳、葛莲达、珍妮和凯伊，她们给予我永无止尽的爱与支持，让我度过美好的时光及充满挑战的岁月。二〇〇四年我们的父亲突然死亡，这件事带领我发现了《秘密》；而在写《The Power力量》的过程中，我们的母亲——我们最好的朋友——过世了，留下我们继续过着没有她陪伴的人生。她期许我们尽可能成为我们最好的样子，并无条件地去爱，这样我们就能让这个世界有所不同。母亲，我从心底感谢你所做的一切。

目录

作者序	ix
感谢	xiii
前言	1
这股力量是什么？	5
感觉的力量	27
感觉频率	43
力量与创造	61
感觉就是创造	81
人生随着你……	99
力量之钥	117
力量与金钱	149
力量与关系	171
力量与健康	197
力量与你	221
力量与生命	241



你本来就该拥有**精彩**的人生！

你本来就该拥有你喜爱和渴望的每件事物；你的工作本来就该让你振奋，而且你本来就该实现所有你想要实现的一切；你和家人及朋友的关系本来就该有满满的欢乐；你本来就该拥有要活出一个充实、美满的人生所需的金钱；你本来就该实现梦想——你所有的梦想！如果你想去旅行，你本来就该去；如果你想开创一项事业，你本来就该开创；如果你想学跳舞、开游艇或意大利文，你本来就该去做；如果你想成为音乐家、科学家、企业家、投资人、表演者、父母，或是你想成为的任何角色，你**本来就该**是那样的人！

每天当你醒来时，你本来就该兴奋满怀，因为你**知道**这一天即将充满了美好的事物；你本来就该开怀地笑，并且充满喜悦；你本来就该感觉强壮且安全；你本来就该对自己感觉美好，知道你是无价的；你的生命中当然会有挑战，也应该有挑战，因为它们会帮助你成长，而你本来就知道如何战胜那些问题和挑

战；你生来就注定要获得胜利！你生来就注定要快乐！你生来就注定要拥有**精彩**的人生！

你生来不是为了挣扎度日；你生来不是为了过那种喜悦时刻寥寥可数的人生；你生来不是为了一星期五天辛苦工作，而周末的快乐时光却稍纵即逝；你生来不是只能带着有限的能量过日子，每天在一日将尽时都感到精疲力竭；你生来不是为了担心或是害怕；你生来不是为了受苦。你是为了什么活着？你本来就应该尽情体验生命、拥有你想要的一切，同时充满了喜悦、健康、活力、兴奋与爱，因为那才是精彩的人生！

你梦想中的人生、你想成为的样子、想去做或是想拥有的每件事物，其实都比你所知道的还要接近你，因为能让你拥有想要的一切力量，就在你心里面！

“有一个无所不在、至高无上的力量在掌管着这个大千世界。而你是这力量的一部分。”

普兰特斯·马福德 (1834-1891)

新时代思想家

在这本书里，我想为你指出通往精彩人生的路。你将发现某些跟你自己、你的人生和宇宙有关的事，那些事情很不可思议。人生比你想象的简单许多，而当你了解生命运作的方式，以及你内在拥有的那股“力量”时，就能全然体验到生命的魔力——接着，你将拥有精彩的人生！

现在，就让你生命的神奇力量开始展现吧！



这股力量是什么？





“我说不出这股力量是什么，我只知道它存在。”

亚历山大·格拉汉姆·贝尔 (1847-1922)

电话发明者

人生其实很单纯，只有正面事物及负面事物这两种组成元素。你人生的每个层面，无论是健康、金钱、人际关系、工作或快乐，对你来说不是正面就是负面——你可能拥有很多金钱或手头拮据；你的身体可能很健康或疾病缠身；你的人际关系可能很圆融，也可能很不顺；你从事的工作可能令你振奋且成就斐然，或者你对工作不满且屡遭失败；你可能幸福美满，也可能大部分时间都不快乐；你的人生可能高低起伏，有好日子，也有苦日子。

假如你人生中的负面事物多于正面事物，你就知道一定有什么地方不对劲。当你看到别人过得快乐且充实，生活中充满了很棒的事情时，你心底的某处告诉你，其实你也值得拥有那些东西——你是对的，你的确值得拥有一个满溢着美好事物的人生。

大多数拥有美好人生的人不知道他们到底做了什么事，才拥有这样的人生，但他们的**确**是做了某件事。他们使用了一股力量，而这股力量正是生命中所有美好事物发生的起因……

每个拥有美好人生的人都是运用**爱**达成的，毫无例外。能让人拥有生命中所有正面和美好事物的力量，就是**爱**！

有史以来，每个宗教，以及每一位伟大的思想家、哲学家、先知和领导者都一直在谈论爱、描写爱，但许多人无法了解他们的智慧话语。虽然他们的教导是针对那个时代的人，不过他们带给世界的唯一真理和讯息仍适用于现代：**去爱吧**，因为当你爱的时候，你就运作了宇宙间最伟大的力量。



爱的力量

“爱是一种元素，虽然肉眼看不到，却如空气或水一般真实。它是一股行进中的、有生命力的、流动着的力量……它如同海里的波浪和潮水般流动着。”

普兰特斯·马福德 (1834-1891)

新时代思想家