

Real LOVE



真爱故事

[美]格雷格·拜尔◎著 金莲姬◎译

中国铁道出版社

Real LOVE

真又故事

[美]格雷格·拜尔◎著 金莲姬◎译

中国铁道出版社

北京市版权局著作权合同登记 图字：01-2009-1932

图书在版编目 (CIP) 数据

真爱故事 / [美] 格雷格·拜尔著；金莲姬译. —北京：
中国铁道出版社，2009.4
ISBN 978-7-113-09351-8

I. 真… II. ①格…②金… III. 爱情—通俗读物
IV. C913.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 167570 号

The Power of Real Love © 2008 by Greg Baer

Original English language edition published by Blue Ridge Press

All rights reserved.

书 名：真爱故事
作 者：[美] 格雷格·拜尔
译 者：金莲姬

责任编辑：罗桂英 电话：010-51873156
编辑助理：张艳霞
封面设计：大象工作室
责任校对：张玉华
责任印制：李 佳

出版发行：中国铁道出版社（100054，北京市宣武区右安门西街8号）
网 址：<http://www.tdpress.com>
印 刷：北京鑫正大印刷有限公司
版 次：2009年5月第1版 2009年5月第1次印刷
开 本：700mm×1000mm 1/16 印张：13 字数：193千
书 号：ISBN 978-7-113-09351-8/C·114
定 价：28.00元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版的图书，如有缺页、倒页、脱页者，请与本社读者服务部调换。

电话：010-51873170 打击盗版举报电话：010-63549504

前言



当我还是小孩子的时候，我们曾住在离一个露天铜矿很近的地方。那是一片神奇的土地：如足球场一般宽的蜿蜒道路，铺了几层明亮的有色金属矿的地面，大如房子的卡车轮胎，还有一个像大峡谷一般大的矿洞。但对我而言，最吸引我的却是那些“金子”。我第一次去的时候，惊讶地看到“金块”满满地撒在道路的两旁。当时的感觉就像是美梦成真，我尽可能多地把这些“金块”搬回了家。

但到后来，我才知道这些不是金子，而只是一些黄铁矿——一种闪闪发亮且带有金色表面的金属，也被称为黄铜矿。但我还是保存了下来，而且每个夜晚我都梦想着，一觉醒来之后，这些矿石会变成金子。连着好几天，我都起得很早，很兴奋地把装在一个很特别的布袋里的金属块，一骨碌倒在床上，但每次我都会深深地失望，因为过了一夜后它们都没有从黄铜矿变成金子。

我们中的很多人花去一生的精力来聚敛黄铜矿。我们在路边捡起它，在地上挖洞寻找它，为了它引爆炸药，为了它我们用时间和精力去做交易，甚至互相窃取。通常我们能搜集到这些堆积如山的東西，然后希望它会让我们拥有成就感和快乐。最终我们就变成了我们自己选择的这些“黄铜矿”——金钱、权利、赞美、性爱、固执、愤怒、购物、娱乐、当官等诸如此类的奴隶。

然而，“黄铜矿”并不能买到真正的快乐。比如说金钱。曾有多少有钱人证明了大量的金钱只会使他们渴望得到更多，而并不能给他们原本想要的快乐！在不同时代，金钱给予了这些人一时的激动，所以他们受困于一个永无止尽的循环中：为了使这阵激动加倍或更多而去赚越来越多的钱。但是无论他们得到多少，他们寻找的快乐始终没有得以实现。

身体的快感同样不能带给我们真正的快乐。例如，我知道有些男男女女，例行公事似的发生性关系，每天好几次，但是尽管有那些快乐，他们仍然感到非常孤单和痛苦，永远期盼下一次性爱的经历会给他们带来曾一度从他们身边溜走的快乐。

权力不能制造快乐。许多在政治领域、商业领域、甚至在自己家族中拥有权力的人，为了保持他们已有的权力或为了得到更多的权力而心力交瘁，筋疲力尽。为了达到目的，他们愿意对别人撒谎，操纵别人，甚至伤害别人。即使他们已经成功得到了想要的所有权力，他们也不会平静下来并感到满足。如果他们失去已得的权力，就会变得不知所措。

真正的金子

我们中的很多人花一生的时间去开采黄铜矿，并希望它会奇迹般地变成一些有价值的东西。讽刺的是，本来我们是可以比现在花在傻事上的少得多的努力来得到无限量真正的金子。我们寻找的真正的金子实际上就是真爱。

在《真爱》系列丛书中，真爱的原则已经被许多实例所解释和说明。

然而我们中的许多人需要的不只是简单的教义。我们必须知道，事实上真爱的原则只在现实的人的生活中起作用。我们必须亲眼见证这些原则起作用，这也是我写这本书的目的。在本书中，你所读到的都是真人真事，而且这些人已经将《真爱》中的原则实施到他们的实际生活中。这些故事都显著地向我们证明了一种值得敬仰的信念和勇气。

在过去的10年里，我曾见到成千上万的个人生活和人际关系随着他们体验过真爱的力量而改变。这种改变是那么地一致，如果你能坚持探寻真爱，并遵循以上资料中所建议的指引，我绝对敢向你保证：在你的身上，也能经历到书中所描述的那些奇迹。

我建议你们在阅读的时候，细细品味这些故事。那些讲故事的人都在与你分享他们生活中的精华。这些伴随着他们成长的故事和感受是他们所能提供的最好的礼物。他们在分享他们的经验、过错、缺点、恐惧、需要和成长的瞬间——这也正是他们的灵魂之所在。当你在品味他

们所写的故事时，你将发现以下这些：

- 你与这里的大多数人有很多相似之处。虽然细节也许会因为性别、年龄、婚姻状况、职业、社会经济地位等等的不同而有所区别。但是我们都分享着许多共同的基本需求、恐惧和行为。
- 你并不孤独。我们中的许多人在隔阂和孤独中度过一生。当这些男男女女与你分享他们的生活时，你将感觉到他们正邀请你成为他们情感和精神家庭中的一员。这不是一件小事。
- 你将从这些人身上学到很多经验。在信念、努力、痛苦方面付出了一定代价之后，他们已经在你们之前照亮了一条前行的路。因为有了他们这些先行者的努力，那么对于那些在你生活中存在的、但以前未曾意识到的问题和障碍，你也能找到解决方法。
- 你将感觉到与这些人越来越亲近，而当你这么感觉时，你又会感到你与周围的每一个人的关系越来越紧密了，你会变得更关心他们。简而言之，你将成为一个更受欢迎、更有爱心的人。
- 你将更加坚定你的信念，相信你也能在你的生活中经历到他们所描述的那些奇迹。

真正的英雄

在我们的社会里，我们更倾向于去敬仰那些在体育、娱乐和生意方面获得成功的人。但是这些人中的大多数拥有的只是几卡车的黄铜矿而已。真正的英雄是最平凡、最普通的人，他们不追名逐利，不求社会认同，只求学会如何保持生活中每一天的点点幸福和快乐。从这些人身上我们吸取到那些无价的教训，而这些教训也给我们的生活带来喜悦。

真正的幸福是真实、持久的。它不会随着环境的变化而时有时无，也不会随着事业的成功、金钱的累积、他人的认可或是名誉、权力而来到你身边。真正的幸福能深刻而持久地充实灵魂，使其不为环境的变化而动摇。事实上，在艰难困苦面前，它将变得坚忍不拔，并茁壮成长。

在这本书里我们将讨论其中一些英雄的生活。这些都是真人真事。在他们的一些经历中你将发现自己生活的影子，也将从他们的教训中吸

取一些人生经验。

三个问题

在本书出版之前，已经有很多人读过这本书的初稿，然而有三个问题经常被问及，所以在这里我也非常荣幸有机会作出解答，希望你们在阅读这本书的时候不会再因这些问题而分散注意力。

第一个问题：这些故事能代表大众吗？

如果要公布一个对所有人口的准确统计数据是非常困难的，因为有人口统计学、家庭情况、感情问题等因素的存在。然而我只能说，我已经对成千上万的人做了访问，也尽了我最大的努力，尽可能地使这本书里的群体具有代表性。

在前面 15 章里提到过的 16 个人物里，有 7 位男士，9 位女士；其中有 13 人已婚，其余 3 个人还是单身；有 6 人共计离过 8 次婚，13 人总共有 26 个小孩。他们其中有大学教授、警察、潜水教练员、社会工作者、公司私人助理、牙医、女服务员、老师、微生物学家、经济分析员、家庭主妇、股票交易商、律师、囚犯、两名护士和两名心理学家。

第二个问题：由于这本书里的人很明显在他们的生活中寻找着什么，那我们是否也能把他们比喻成是去医院寻求治疗的人？他们与“平常人”相比是否在感情上更加受挫，那么会不会由于这种原因，使我们在将自己的生活与他们进行对比时，以及在向他们学习时遇到更多的困难呢？

根据我大量的经验，这些寻找真爱的人可以很形象地被比喻成去健身中心的那些人。当然有一部分人是身体严重走了形的，但是大部分人是去改善健康状况的，而并不是去修正他们那些明显的缺陷的。

在他们拥有真爱之前，与他们周围的每一个人相比，这些故事中的大部分人已经是平凡得不能再平凡的人了。他们和所认识的每一个人一样地生活着，而且他们看起来就像你我一样“普通”，抑或是平凡。

第三个问题：在本书中有一个非常明显而不同寻常的故事，描述的是一位具有主导地位的母亲，但是像这样的母亲往往对孩子的成长有负面影响。举一个这样的例子是否恰当呢？

虽然说女人外出工作越来越常见了，但这本书里的人一般来说都具有足够的生活经验——换言之，她们的年纪足够大——她们来自于大多数母亲都还是家庭主妇的那个时代。这个理由一部分导致了越来越多的母亲在生活中将自己树立成一个有主导地位的形象。另外，即使是父母都在外工作，比起父亲来，母亲往往在教育 and 培养孩子方面起着更重要的作用。

然而这并不意味着作为家长的父亲或母亲谁付出了更多的爱。

关于故事的其他说明

对这些故事的介绍不是千篇一律的。有时候英雄们会讲述他们自己的故事；有时候也会由我来讲述故事，并偶尔引用一下英雄所说的话。在有些故事里我将对如何运用《真爱》里的原则做一些相关的评论，而在另外一些故事里，我则认为没必要作评论。

基本上在每一个例子中，这些英雄都自愿在故事中用真名。然而，我认为也许那不是个明智之举，因为虽然这些英雄自己都愿意毫无保留地讲述他们真实的故事，但他们身边的人，比如他们的伴侣、家人、朋友或者其他，也许并不这么想。所以我在每一个例子中都改换了当事人的名字，而且还改换了他们的居住地、职业和孩子的数量等个人信息。这么做都是为了尽可能地保持匿名性，但我并未对故事的重要内容部分作任何改动。

当你在阅读这本书的时候，请记住：在我写下这些故事的时候，故事中的人物都还健在，所以他们的故事都还在继续上演着。他们也将继续学习、成长，正如你将继续你的生活一样。

阅读前的准备

即使你没有作任何阅读前的准备，你也能阅读本书并从中悟出些许道理。但如果你在阅读过《真爱》一书中的原则之后再读这本书，你将获得更大的收益。毕竟，书中讲述的都是曾将《真爱》的原则付诸实践的人的故事。

reallove99.com 生命的改变，从这里开始

——真爱的广泛交流与深入体验空间

正如作者格雷格·拜尔布博士在《真爱》的开篇所说：“这本书是许多人经数千个步骤体验、总结、累积的成果。”

《真爱》是拿来行动的，而不是单纯的阅读。我们需要的是第一现场的亲身参与和体验，而不是旁观者的冷漠审视——这也正是 reallove99.com 的诞生宗旨。在这里，您能找到更多的《真爱》的读者，看到他们对《真爱》的态度与感想，真实地听到他们的信任或怀疑；在这里，您能找到那些正在努力把真爱付诸于行动，实现于生活中的志同道合的朋友，或许聊一聊还会发现，他们正是您身边熟悉的人；在这里，您可以找到您生活中的“智者”朋友，从一杯咖啡、一杯清茶开始，改变您不快乐的现状生活；在这里，您可以与原作者格雷格·拜尔私密联系，了解他如何探究得人生“真爱”的秘密，如果您愿意，您可以亲自到美国，现场体验“真爱”系列理论与操作原则是如何让一个个朋友的生活发生转变……

这就是真爱，这就是 reallove99.com 的互动之精彩。如果您读了“真爱”这套书系，如果您有任何的感想与感受，欢迎您您在合上书的时候，上网点击一下 reallove99.com，您将看到更多的生命之精彩！从 2009 年 1 月 10 日起至 4 月 10 日，《真爱》的有奖书评活动也正在举行，如果能把您阅读《真爱》之后的感想发到网上，您还可能得到意外的惊喜与奖励。点击：www.reallove99.com，了解详情。



CONTENTS

目 录

第一章 警察 / 001

- 父母 / 001
- 童年的可怕往事 / 003
- 第一段婚姻和成为一个警察 / 005
- 服兵役和第二任妻子 / 007
- 真爱 / 009
- 感受真爱以后的生活 / 012
- 讨论 / 013

第二章 洋娃娃 / 014

- 贫穷的父母 / 014
- 可爱和负责 / 015
- 感激 / 017
- 性 / 018
- 假爱的空虚 / 019
- 治疗 / 020
- 真爱 / 020
- 讨论 / 023

第三章 教师 / 024

- 开端 / 024
- 学业 / 025
- 婚姻和事业 / 027
- 找到真爱 / 030
- 真爱之为人父母篇 / 032
- 作者的话：瑞切尔，聪明的女人 / 035
- 结论 / 035



CONTENTS

目 录

第四章 迷失的男孩 / 036

- 开端 / 036
- 填补空虚 / 039
- 教育 / 040
- 工作、感情和疾病 / 041
- 婚姻 / 042
- 寻找真爱 / 044
- 真爱和婚姻 / 045
- 作者的评论 / 046
- 真爱子女 / 047
- 结局 / 049

第五章 末路夫妻，心理学家和尖叫者 / 050

- 迷失的童年 / 052
- 感情 / 057
- 为人父母 058
- 肖恩的家庭 / 059
- 学校和感情 / 061
- 婚姻和研究生院 / 062
- 真爱 / 063
- 真爱之后的婚姻 / 064
- 真爱之后的为人父母 / 069
- 讨论 / 070

第六章 变得正确 / 071

- 教训：表现好 / 071
- 无须责怪父母 / 073

CONTENTS
目 录

- 一个有控制欲的母亲 / 073
攫取和保护行为——辛西娅 / 074
假爱的饥荒 / 076
要求和控制 / 076
找到真爱——布莱克 / 077
固执己见及其代价 / 078
离开“总是正确”的想法 / 081
讨论 / 082

第七章 律师和囚犯 / 084

- 一位神圣的母亲 / 084
学校、海军、婚姻 / 086
事业和表扬 / 087
囚犯 / 089
以前的欺骗 / 094
真爱和婚姻 / 095

第八章 就像妈妈一样 / 097

- 婚姻 / 099
真爱降临 / 101
工作场所的真爱 / 104
母亲身份 / 105
真爱群 / 106
结局 / 108

第九章 愤怒的黑人女士 / 109

- 婚姻 / 112

CONTENTS
目 录

孩子 / 116
真爱 / 117
真爱之婚姻篇 / 118
真爱之父母篇 / 120
讨论 / 121

第十章 妈妈的男孩 / 122

父母 / 122
困惑和继续 / 125
感情 / 126
第一段婚姻 / 128
其他感情 / 129
事实 / 130
真爱之后的生活 / 132
讨论 / 134

第十一章 黄金女孩 / 136

开端 / 136
感情 / 137
婚姻 / 140
真爱到来 / 141

第十二章 假爱的肆意蔓延 / 145

事情的开始总是得从过去说起 / 145
赢得肯定 / 149
第一段婚姻 / 150
看到问题 / 151



CONTENTS

目 录

继续经营和控制 / 154

找回事实 / 154

讨论 / 156

第十三章 受害者 / 158

受害者情结简介 / 158

攫取和保护行为 / 160

成长的受害者 / 161

真爱 / 164

感觉到被接受 / 165

与别人分享 / 166

讨论 / 167

第十四章 教授 / 168

迷茫的儿童时代 / 168

感情技巧 / 172

为人父母 / 175

真爱 / 176

真爱之父母篇 / 177

结局 / 178

第十五章 肥胖女孩 / 179

父母 / 180

了解真实的她 / 181

学校和感情 / 183

护理 / 183

真爱 / 185



CONTENTS

目 录

学会爱 / 186

真爱之婚姻篇 / 188

讨论 / 189

后 记 / 190

第一章

警 察

卡洛斯·冈萨雷斯

父母

我祖父死的时候，我父亲才5岁，他和他的家人一起住在墨西哥。在当时的文化背景下，一个失去丈夫的年轻妻子——不管什么原因失去丈夫——都会被认为是一个被社会遗弃的人，所以我祖母靠自己的力量非常艰辛地养育三个孩子。我的祖母并不能很好地处理这种负担，而且经常发怒，有时还殴打我的父亲。

在15岁的时候，我父亲意识到在墨西哥没有发展前途，所以他只身穿过美国边界来到得克萨斯州的农场工作。他曾被抓，被驱逐出境，但后来他又偷偷溜回了加利福尼亚州，在那里他遇见了我的母亲。她在美国出生并长大，是第一代墨西哥裔美国人。她一直以此为荣，而且她也不知道，与她约会的这个男人就是她曾被教导要去鄙视的那些墨西哥偷渡客中的一员。

知道了我母亲对“非法移民”一词的态度之后，我父亲很“善解人意”地对我母亲隐瞒了他移民的身份，甚至用假身份——朱利奥·奥尔蒂斯——与我母亲完婚。而这个名字是他曾在农场工作的时候用来搪塞那些移民处或边境巡逻局的人的。婚后两年，她才开始陆续收到给杰苏斯·冈萨雷斯（也就是我父亲的真实姓名）的信。当然，她一直把这些信“退回原地”，但是最终她还是打开了其中的一封信，并开始意识到她的丈夫就是杰苏斯·冈萨雷斯。

她对这样的欺骗非常气愤，我敢说从那时起她就恨透了父亲。她对父亲的感情渐渐疏远，开始把注意力集中到我和我的4个兄弟姐妹身



上。在我 51 年的人生里，她痛苦地煽动着对“背叛”憎恨的火焰。即使我父亲已经在 30 年前拿到了“绿卡”，成为一个真正的美国公民，她还是时常提起那次“背叛”。时至今日，她还是拒绝讨论结婚时的事情，而且拒绝庆祝结婚周年纪念日。我父母从来都不带结婚戒指。最近我问她，她是什么时候结婚的，她带着异常讽刺的语气反问到：“什么时候？”她一生都将记住这个伤痕。

我从未见过我的父母抚摸对方，亲吻对方或是向对方表示好感。从我 8 岁那年起他们就分床睡了。我父亲很快就意识到，攻击我母亲不能起到任何作用，因为她会还击然后撤退，最后他们两个人将会好几个礼拜互不说话。直到今天，他们仍然很少交流。我不明白为什么他们还保持着婚姻关系。

我很少发现父亲对他的任何一个家庭成员表示好感。他甚至不会说“我爱你”这三个字。在我姑姑去世的时候，在葬礼上，家里的其他成员都对我父亲的双胞胎姐姐表示了慰问，但是父亲坐在他的座位上，不愿走到她身边去。最后，在葬礼结束时他还是在她身边坐了几分钟，但这都是被逼的，而且气氛极其尴尬。很明显，我父亲从来都未曾发现爱，所以他不知道如何表达爱。

我结过两次婚，在每一段婚姻里，当我感觉到一丝缺乏爱时，正如在我父母的婚姻中见到的那样，我都会想置身事外。我不会在此刻逗留，因为我曾亲眼目睹发生在我父母身上的经历，我不想自己体验到那种痛苦，一秒也不想。

在父亲的一生中，他一直为那个过错、为那次“背叛”付出惨痛的代价，那些经历一定给他带来了许多的不快乐。我想知道他是如何容忍这种不快乐的，而且在一定程度上，我佩服他仍然选择与我的母亲在一起。即使他曾是一个易怒甚至“残忍”的父亲，至少他还是没有放弃我们，就像其他许许多多的父亲一样。他继续工作，并且从未像我朋友的父亲一样变成一个酒鬼。他在农场工作了 30 年，然后接受了一份有福利的给学校看门的工作，他认为那样很好。在退休之前，他在那所学校又工作了 20 年。