



The Inner Voice of
Love

H e n r i N o u w e n

当我灵命陷入低潮时

(荷) 卢云 Henri Nouwen 著 刘可洲 译



世界出版社

出版社



The Inner Voice of
Love

(荷) 卢云 著 刘可洲 译

H e n r i N o u w e n



世界出版社

THE INNER VOICE OF LOVE: A Journey Through Anguish
to Freedom by Henri J.M.Nouwen

This translation published by arrangement with Doubleday Religion,
an imprint of The Crown Publishing Group, a division of Random House, Inc.
Chinese simplified edition © 2012 Beijing Olive Culture and Art Co.LTD.
All rights reserved.

图书在版编目 (CIP) 数据

心灵爱语 / (荷) 卢云著 ; 刘可洲译. — 北京:

世界知识出版社, 2012.3

书名原文: The Inner Voice of love

ISBN 978-7-5012-4234-4

I. ①心… II. ①卢… ②刘… III. ①人生哲学-通俗读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第023421号

图字: 01-2011-6822号

选题策划
责任编辑
特约编辑
责任出版

青橄榄·张庆棠

张永椿

卿 艳

刘 喆

书 名

心灵爱语

Xinling Aiyu

作 者

(荷) 卢云

译 者

刘可洲

出版发行

世界知识出版社

地址邮编

北京市东城区干面胡同51号 (100010)

电 话

010-65265919 (直销) 010-65265923 (发行)

网 址

www.wap1934.com

经 销

新华书店

印 刷

北京昊天国彩印刷有限公司

开本印张

787×1092毫米 1/32 6.25印张

字 数

70千

版次印次

2012年6月第1版 2012年6月第1次印刷

标准书号

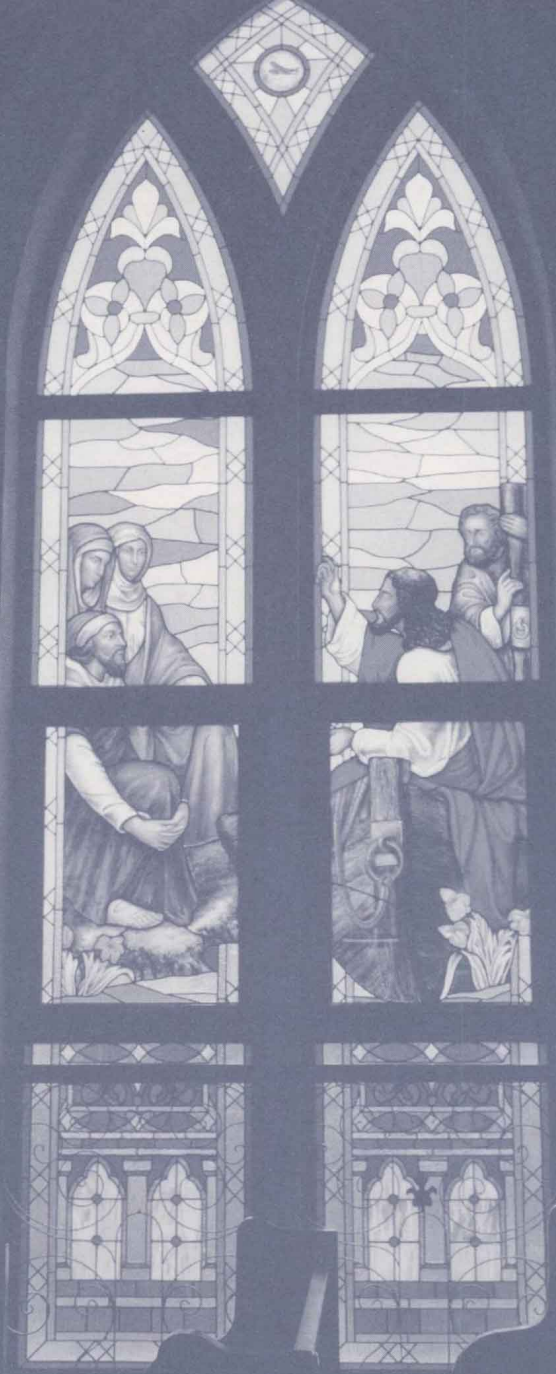
ISBN 978-7-5012-4234-4

ISBN 978-0-385-48348-1

定 价

26.00元

版权所有 侵权必究



The

Inner

Voice

of

Love

你真的渴望更新，向往新的生命吗？

献给温蒂·格瑞和杰·格瑞

To Wendy and Jay Greer







推荐语

（卢云是）世上最伟大的灵性作家之一。

——Christianity Today



我们应当细细品读《心灵爱语》……这是一部值得收藏并馈赠朋友的佳作。

——Catholic News Service

这些年来，卢云一直深刻地影响着我的生命，他是我敬仰的灵性导师。读卢云的书，真有相识恨晚的感觉。

在卢云众多的著作中，我最喜欢的著作之一是《心灵爱语》。它既是独白，也是对话，是卢云内心的独白，也是卢云与神与我们的对话，让我们一起向主耶稣基督敞开我们的心。

很难想象，《心灵爱语》的中文副标题竟然是：“当我灵命陷入低潮时”。

最珍贵的，恰恰是这一个“我”字。不是别人，而是“我”，卢云，世人眼中的灵修大师，灵命陷入低潮，且有半年之久；正是在这里，我看到了卢云最可爱的地方：真诚。他不是板着面孔教训人，而是把自己的伤口坦露在世人的面前，用他自己的软弱带领我们进入各自的软弱之中，让我们一同接受神的医治。

——范学德

作家卢云，是个值得一再探究与学习的对象。不只因为他的作家身份，更多的是他巨大的灵魂。他脱口而出的许多话语，好似不经意间掷下的大小小小的金块，无不闪亮发光。信手拈来，足够在灵里受用上一阵子。

从滔滔雄辩的知识殿堂（哈佛大学、耶鲁大学等）里，进到一个近乎沉默、无字、白纸一般的环境里；从被人仰望授教的身份地位，到俯身抱起无法欣赏他内里才华，也无法进行有意义对话的一个个弱智人士，是怎样的“虚己，取了奴仆的形象”？

他心灵的富足，是来自一个精神世界相对贫乏的环境。这对倾羨“往来皆鸿儒”的知识分子来说，是一种逆反，更是一段真正“回家”的路程。

回家，对卢云有着深刻重要的意义。因为卢云的一生，好比一张“流浪的地图”。他的学术训练与属灵知识，虽然赋予他生命地图的身份，为身边人与众多学子和读者提供生命的座标和方向。然而内里，他却一直挥不去漂泊和孤独感。许多文字里，可以读出他对爱的渴求、心灵的破碎以及在灵里不断寻找自己的身份。

其实，《心灵爱语》并非治疗抑郁的专著，它只是心境低迷状态时的一次真诚的探索，始于风浪，止于安宁，始于绝望，止于盼望。这本书不但能够切实帮助深陷抑郁的主内肢体，也能帮助每一位希望深入认识自己、渴望心灵得释放和医治、向往更丰盛生命的人，它还能让我们学会体恤他人的疾苦、懂得如何更好地去关怀和服侍别人。想想看，我们谁的心园里没有杂草呢？那些对外部世界的不安，那些害怕被拒的恐惧，那些不敢爱的踌躇，那些自我的否定，那些……哪一样不在捆绑着我们，哪一样又能令我们真的轻松和平安呢？由于没有按照神的设计去生活，我们心园里的杂草肆意生长，它们相互纠结在一起，衍生出各样的拦阻和痛苦，堵塞了我们的生命。于是，我们要么长不到应有的身量，要么无法重返健康。如果我们任凭自己的园中杂草丛生，我们又如何成为基督的精兵，成为神恩典的出口？今天，应卢云之约，我们有机会走进自己的心园，安静地审视那些“痛苦”、“爱”、“孤独”和“自己”……那么，就让我们从细微处入手吧，让我们开始清除园里的杂草，解开陈年的心结，回归神对我们许下的美好心愿。

本书是卢云的“秘密日记”，写于他人生中最艰难的一段时期。那时，他突然失去了生活和工作的能量，更失去了自尊、被爱的感觉，甚至是对神的盼望。他虽然经历了极大的煎熬和绝望，却仍然能够坚持写日记。他在日记中记录了自己每一天的“心灵札记”，那些感悟来自他与帮助者之间的对话。

在写下这些文字八年多的时间中，卢云一直感到自己当时的文字太不成熟，也太过私密，因此不愿意公开分享。不过，他却在同时期出版了《浪子回家》，并在书中放入了一些他从那段精神和心灵危机中书就的见解。于是，他的朋友们就激励他：“为什么不向那些被你的灵性见解所滋养的读者敞开这段心路历程呢？他们得知你丰富的真知灼见来自如此激烈的内心争战，难道不会得到一些安慰吗？”无疑，对于许多在破碎关系中苦苦挣扎、因痛失至爱而备受煎熬的人来讲，《心灵爱语》将带给他们新的勇气、新的希望和新的生命。



致谢 014

前言 016

致读者 024

序一 回家是一生的旅程 / 范学德 028

序二 流浪的地图 / 莫非 042

1. 在你的深渊周围做工 004
2. 紧紧抓住应许 005
3. 不再取悦他人 006
4. 信任内心的声音 007
5. 向内呐喊 008
6. 随时返回那坚实之地 011
7. 为爱设定界限 012
8. 付出不求回报 016
9. 回家吧 017
10. 体谅他人的极限 019
11. 信赖那合一之地 020
12. 继续留意你的最佳直觉 022
13. 带你的身体回家 026
14. 进入新国度 028
15. 坚持与神同在 030
16. 信赖你的心灵导师 033
17. 进入你的伤痛处 034
18. 向神的爱敞开心扉 036
19. 承认你的无能 038
20. 寻求新的灵性 040
21. 轻松地分享你的故事 042
22. 孤独之源 043

