

秘密
终极奥秘

[澳] 朗达·拜恩
Rhonda Byrne

湖南文艺出版社
博集天卷 CS-BOOKY

需要全本请访问 www.ertongbook.com

秘密
终极奥秘

THE
GREATEST
SECRET

[澳] 朗达·拜恩
Rhonda Byrne

湖南文艺出版社
HUNAN LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE
博集天卷
CS-BOOKY

THE GREATEST SECRET, Copyright © 2020 Making Good, LLC.
Published by arrangement with HarperOne, an imprint of HarperCollins Publishers.
THE SECRET word mark and logo are trademarks of Creste, LLC. All rights reserved.
Creative direction and artwork by Nic George and graphic art and design by Josh Hedlund.

© 中南博集天卷文化传媒有限公司。本书版权受法律保护。未经权利人许可，任何人不得以任何方式使用本书包括正文、插图、封面、版式等任何部分内容，违者将受到法律制裁。

著作权合同登记号：图字 18-2021-64

图书在版编目（CIP）数据

秘密：终极奥秘 /（澳）朗达·拜恩（Rhonda Byrne）著；李磊译 . -- 长沙：湖南文艺出版社，2021.8
书名原文：The Greatest Secret
ISBN 978-7-5726-0240-5

Ⅰ. ①秘… Ⅱ. ①朗… ②李… Ⅲ. ①成功心理－通俗读物 Ⅳ. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2021）第 122198 号

上架建议：心灵励志

MIMI：ZHONGJI AOMI

秘密：终极奥秘

作　　者：[澳] 朗达·拜恩（Rhonda Byrne）
译　　者：李　磊
出 版 人：曾赛丰
责任编辑：吕苗莉
监　　制：邢越超
策划编辑：李彩萍
特约编辑：王　屿
版权支持：张雪珂　辛　艳
营销支持：杨秋怡　文刀刀　周　茜
封面设计：利　锐
版式设计：李　洁
出　　版：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：三河市中晟雅豪印务有限公司
经　　销：新华书店
开　　本：880mm × 1230mm　1/32
字　　数：221 千字
印　　张：8.5
版　　次：2021 年 8 月第 1 版
印　　次：2021 年 8 月第 1 次印刷
书　　号：ISBN 978-7-5726-0240-5
定　　价：68.00 元

若有质量问题，请致电质量监督电话：010-59096394
团购电话：010-59320018

Quotes included from the book *The Power of Now* copyright © 2004 by Eckhart Tolle.
Reprinted with permission by New World Library, Novato, CA.
www.newworldlibrary.com
Quote on page 215 from the book *Stillness Speaks* copyright © 2003 by Eckhart Tolle.
Reprinted with permission of New World Library, Novato, CA.
www.newworldlibrary.com
Alan Watts' s quotes in this book are the courtesy of alanwatts.org.
Yogananda' s quotes are reprinted with permission from Self–Realization Fellowship, Los Angeles, CA, USA. All rights reserved.

献给全人类：

愿这个最大的秘密帮助你摆脱一切苦难，

带给你永恒的快乐与幸福。

这是我所愿，对你，对每一个人。

需要全本请访问 www.aitongbook.com

“终其一生，我们可以学到很多很多。但是，有一件最大的事情，我要告诉你；有一个最美妙的东西，我要和你分享……”

——无极

致谢

本书的问世，要感谢很多人的帮助和支持。首先，我要感谢我的老师们，他们的教诲发人深省，我在这本书中多次引用，向他们致敬。他们是智慧和优雅的典范，对于与他们的相遇，我深感幸运，他们同意出现在这本能够改变人生的书中，我满怀感恩。

感谢书中的科学家和医生们。在这个时代，很多过去的老办法都不管用了，是他们的前沿研究和独特视角引领着我们找到了真实、无限的存在。

感谢和我一起为这本书呕心沥血的《秘密》团队，对他们的付出与支持，我简直不知道该用什么样的词来表达感谢。每一次当我跟他们说，我又有一个石破天惊的发现，一定要跟所有人分享时，我知道，他们都会深吸一口气，不知道接下来等着他们的究竟会是什么。但是，每一次，他们都抱着开放包容的心态，打起精神，努力提升自己的意识，立足自己的本职岗位做出巨大的贡献。

丝凯·拜恩（我的女儿）是《秘密》团队中的编辑，也是我

的编辑，我出的每一本书都有她指引着方向。要编辑我的书，她必须非常深入地理解书中提到的每一个理念，只有这样，她才能确保我走在正确的道路上，并最大限度地实现我的愿望——尽量写得浅显易懂，帮助更多人从痛苦中解脱出来，获得喜乐。写书的初期阶段往往困难重重，在这个世界上，没人能像她一样，做得这么优秀、完美。深深地感谢丝凯，这本书里的每一页都凝聚了她的心血。

此外，我还要特别感谢我们的创意总监尼克·乔治。因为他非凡的创造能力，他那发现美的眼睛和灵巧的双手，以及他非凡的直觉和感受力，这本书才能设计得这么美。和他合作出书非常快乐，感谢他，以及乔西·赫德兰，他们一起设计了这本书的封面和内页。

由于葛兰达·贝尔与导师和投稿者们及其团队的密切联系，才会确保他们的教诲能够在书中精确地呈现。她不辞辛劳、不舍昼夜，周末也不停歇，与不同时区的人保持联系，对此，我非常感激。

感谢《秘密》团队里的其他人，他们真的很棒：我们的首席财务官唐·兹克在法务和财务方面为我们保驾护航，为我们每一次的跨越式发展提供强有力的支持；乔西·戈德负责我们社交媒

体的运营，他出色的工作确保了世界上每个国家的人都知道了这本书；我的好朋友玛茜·科尔顿－克里利从一开始就一直陪在我身边，可以说，她是《秘密》团队里必不可少的一分子；我的制作人保罗·哈林顿在《秘密》问世十年前就和我认识了，一开始就是他鼓励我写《秘密：终极奥秘》的，当时，我还完全不知道如何把这个宝贵的真相用最简单的话说明白。保罗还制作了这本书的语音书，与蒂姆·帕特森一起进行后期制作。

感谢我的出版商，优秀的哈珀·柯林斯团队，他们对这本书的热情令我感动。感谢 Harper One（出版社）的总裁，出版商茱蒂丝·可儿，感谢我出色的编辑吉迪恩·威尔，和他们共事非常开心。感谢布莱尔·穆雷、特利·里奥纳德、伊冯娜·陈、苏珊娜·奎斯特、莱娜·阿德勒、爱德华·本尼特兹、阿莱·莫斯特尔、梅琳达·穆林、阿德里安·摩根、德怀特·比恩、安娜·布劳尔、露希尔·卡尔夫、罗西·布莱克。

感谢出版社的国际团队：尚塔尔·雷斯蒂沃－艾丽希、艾米丽·马丁、朱丽叶特·夏普兰德、卡瑟琳·巴博萨－罗斯和朱利安尼·沃杰西克。感谢哈珀·柯林斯英国团队：查理·雷德梅恩、凯特·埃尔顿、奥利弗·马尔科姆、卡缇雅·希普斯特、海伦·罗切斯特、西蒙·格兰特、朱莉·麦克布莱恩。感谢哈珀·柯林斯的全球发行团队：包括巴西、西班牙、墨西哥、伊比利亚、意大利、荷兰、

法国、德国、波兰、日本和北欧。

还要特别感谢这些为我提出宝贵反馈意见的人：彼得·福羽、金·沃、汉娜·霍奇登、玛茜·科尔顿－克里利、马克·韦弗和弗莱德·纳德尔。

感谢我的家人：彼得·拜恩、奥库·邓、凯文·迈凯密、亨利·迈凯密、萨瓦纳·拜恩·克罗宁，以及我的女儿海莉。十六年前，是她给了我力量，让我开启了这段奇妙的旅程。感谢我最亲爱的姐妹波林·弗农、葛兰达·贝尔、简·恰尔德，感谢你们能爱我，并且允许我爱你们。

最后，我要感谢我超棒的老师，在过去的四年里，她的教诲改变了我的人生，帮助我认清了我自己究竟是谁。因为她的无私给予和耐心指导，你们手里捧着的这本书才能问世。我对她的爱难以言表。

开篇

2006年，《秘密》出版发行之后，我的生活就变得像梦一样美好。我虔诚地按照吸引力法则不断修炼，我的思想变得积极向上，这也反映在我生活的方方面面，包括我的健康状况、人际关系、经济状况等，我感到非常幸福、快乐。并且，对于世间万物，我心中常怀爱与感恩。

但是，即便如此，在我的内心深处，总有一股力量敦促我去继续寻找真相；有那么一股神秘的力量推动着我继续前行、继续寻找——只不过，在那个时候，我还不知道我真正要找的到底是什么。

那时候，我不知道的是，我踏上的是一段长达十年的寻找之旅。一开始，我花了好几年的时间研究了玫瑰十字会的深奥教义，那是一种源自欧洲的古老神秘传统。此外，我还花了好几年的时间研究了佛教、基督教中的神秘教派们，宗教学、印度教、道教，以及伊斯兰教的苏菲主义。在研读了这些古老传统的教诲之后，我的视角又转回了当下，跟着克里希那穆提、罗伯特·亚当斯、

需要全本请访问 www.ertongbook.com

莱斯特·利文森、拉玛那·马哈希，以及其他很多在世的导师修炼起来。

这一路走来，我学到了很多不为大众所知的东西，尽管它们也都非常迷人，但是，我一直有种感觉，它们并不是我在找的那个真相。

好多年过去了，很多时候，我甚至会觉得，也许我的后半生都会像这样继续寻找下去。当时的我还没有意识到，我满世界寻找着的真相，其实一直就在我的眼前。

我苦苦找了十年，2016年1月初，我在生活中遭遇了一个变化，让我感到深深的失望——我的负面情绪竟然那么重，这让我大吃一惊。一般来说，我都感觉相当不错，为什么这一次我会感觉那么糟糕？后来我才明白，当时的那份失望其实是我探寻真相之路上得到的最宝贵的礼物。

为了扭转这份失望的情绪，我拿起平板电脑，看了一个名叫大卫·宾汉的人的专访。在那天的节目中，大卫不是什么导师，他只是一个普普通通的人，就像你我一样。不过，和我们不同的是：经过二十年的寻找，他发现了真相！

我看完了那个专访，然后又收听了大卫推荐的播客节目。

我听得非常认真，我意识到，原来大部分人其实是忽视了这个发现——并不是因为难，而是因为它实在是太简单了。后来，我和大卫通了电话，在电话里，他说："看看我说的那个东西吧，它就在那里。"突然间，我看到了那个让我苦苦寻找了那么长时间的真相：它是那么简单，它一直就在那里，就在我的眼前。就这样，苦苦寻觅了十年之后，我的探寻之旅结束了！我可以坚定地说，发现真相的快乐和幸福是那么强烈，我感觉过去十年的每一秒都没有白费，一切都是值得的。即使我要花一生的时间去寻找它，那也是值得的。

最后，我发现，我所寻找的，以及我们每个人都在寻找的——不论他们是否自知——真相竟是如此简单。一旦找到了它，我就发现它其实无处不在。过去十年里，在我读的那些书、学习的那些教义中，其实都有它的身影，只是当时我并没有意识到它的存在。我找了这么多年，研读了许许多多的古老教义与深奥哲学，最后却发现，我所寻找的，竟然一直就在我面前！

发现了这个真相之后，我知道，最重要的是要努力去理解、去践行，然后和全世界的人分享我的发现。我希望帮助所有生活在艰难困苦中的人找到摆脱苦难的方法，我希望终结人们正在承受的痛苦，一起走向没有焦虑与恐惧的光明未来。

我一直都把我学习研究的记录放在电脑里一个叫“下一本书”的文件夹里。出于一种本能，我会记录下我一路走来的点滴收获，希望有朝一日和全世界的人分享。这些宝贵的记录，就是这本书的根基。

发现真相两个月后，我又遇到了一个人，她对我个人的生活及这本书的创作产生了巨大的影响。遇到她时，我正在静修，她走进了我所在的房间，我走过去跟她说话，她的存在对我产生了深刻的影响，刹那间，我生活中的消极元素都消失不见了！她是我最爱的导师，已故的罗伯特·亚当斯的弟子。一看到她我就知道，她会成为我一生的导师，帮助我充分领略并践行这个伟大的真相。在过去的四年里，她一直都在教导我。她的教诲直接、简洁而优雅，如果我走了弯路，她会毫不犹豫地指出我的错误。应她本人的要求，我不会说出她的名字，但是，我会努力分享她的教诲，那些教诲改变了我的人生，为我带来了永恒的幸福和快乐。我衷心地希望，你也能获得这样的幸福和快乐。

她和本书中提到的其他导师一道引领我走出了无知的黑暗，找到了光明。他们每一个人都帮助我更深刻地理解了这个真相，并且更充分地践行。我深深地爱着他们。他们的话改变了我的人生，在这本书里，你能读到它们。

在阅读这本书的过程中，你会变得越来越快乐，你的生活也会变得越来越轻松，这种快乐和轻松会不断累积，没有尽头。对于未来，你不会再感到恐惧和迷茫，你在日常生活中感受到的，以及世界局势变化带给你的焦虑与压力，都将烟消云散。你将从所有痛苦中解脱出来。你可以的。

诚然，这本书里揭示的秘密很大，但是，还是有很多简单的小方法能够帮助你立马把自己的所学付诸实践，这些方法本身也非常宝贵。它们很管用，我知道这一点。因为我自己就是最好的证明。

《秘密》告诉你如何创造自己想要、想做、想拥有的一切。这一点并没有发生改变——它是真实的，就像从前一样。而本书揭开的是一个人们所能知晓的最大的秘密，它会告诉你如何摆脱消极、充满问题的生活，远离你不想要的一切，获得永恒的幸福和极乐，这就是最好的安排。

欢迎你进入《秘密：终极奥秘》。

第一章

藏在明处



这个世界上有几十亿人口，其中，只有几个人知道了真相。他们彻底摆脱了生活中的庸碌混乱和负面因素，生活在永恒的安宁和幸福中。其他所有人其实每天都在不停歇地探寻着真相——不论我们自己是否意识到了这一点。

其实，在历史的长河中，很多圣人、先知、宗教领袖都曾经写到或者提到过这个最大的秘密，只不过，我们大部分人还是对此一无所知。佛陀、奎师那、老子、耶稣、尤迦南达、克里希那穆提、达赖喇嘛……也许，为了顺应不同时代的需求，他们提出的教义有所不同，但其实，他们都指向了同一个真相——那个关于我们自身以及我们这个世界的真相。

“在某些宗教中，真相没有说得那么开诚布公，但是，究其本质，各种不同宗教的核心都是这个真相。”

——迈克尔·詹姆斯，《幸福和存在的艺术》

其实，这个伟大的秘密就在我们的眼前，它就在我们每个人的身边，只不过，我们都忽视了它！自古以来我们都知道，想要

需要全本请访问 www.ertongbook.com