

米尔顿的秘密



[米尔顿的秘密_下载链接1](#)

著者:艾克哈特·托勒 (Eckhart Tolle)

出版者:方智

出版时间:2009/07/23

装帧:25開15*21cm

isbn:9789861751634

「爷爷，我不再害怕，而且我找到摆脱烦恼的方法了！」

「那是什么呢？」

「那是我的秘密……」

活泼乐观的米尔顿，在一次事件中，失去了开朗的笑容，

他开始想着过去、担心未来。

他该如何找回快乐，找回自己的力量呢？

这是托勒第一次将他思想的菁华，带进一个适合大小朋友看的故事之中。它完美地传达了「没有『假如』，只有『当下』」，激励并帮助在生活当中遭遇难题、被恐惧所困的人。

当初看到这本小童书的时候，真是又惊又喜。惊的是，我心目中最伟大、最有深度的灵性作家艾克哈特·托勒居然开始写童书了。喜的是，这本童书把他作品的精髓——当下的力量，用最简单的语言、最浅显的方式表达出来。

这个故事虽然简单，却让大部分的孩子，甚至成年人，都能够对号入座，对照自己的生活心情，去应用这个几乎能解决所有难题、正本清源的方法。——灵性作家张德芬

★读者的心声

对那些老是在担心并设想最糟状况的人来说，这无疑是当头棒喝！《米尔顿的秘密》是托勒思想菁华——当下的力量——的精采入门书，即使对成人读者来说也一样！——珍妮

当我发现托勒所说的「当下的力量」变成了一本有图画的故事书，我马上下手买了一——为我自己买！老实说，简单永远是最好的。——德博拉

我七岁的女儿真的好喜欢这本书！它透过一个充满想象力的绝妙故事，把当下的力量解释得很清楚，让小孩子很容易理解。为人父母者真的需要更多这样的书。——桑拿辛

请买这本书去捐给你们当地学校的图书馆、医院的儿童病房，或是送给你的小孩、侄子、侄女、孙子、孙女。——卡蒂雅

对任何曾经深受艾克哈特·托勒启发的人来说，这本书是让你的孩子接触他的讯息最好的方法。我的孩子——从四岁到七岁——都很喜欢这个故事，老是要求再听一遍。——安娜哈塔洛芙

作者介绍:

◆作者简介

艾克哈特·托勒（Eckhart Tolle）

出生于德国，曾于英国剑桥大学接受教育，是当代最重要的心灵导师与作者之一。二十九岁那年经历一场深切的内在转变，彻底改变了他的生命轨道。接下来几年，他放下了所有关系、工作、身分，专注于让这份转变更深化、更完整。之后，他开始在伦敦担任个人与团体的心灵导师。

托勒不倾向任何宗教或传统思想。在教导当中，他用一种简单明了的语言传达了古代精神启蒙大师简单而深刻的讯息：我们可以摆脱痛苦，并找到内心的平和。

托勒在世界各地旅游讲学，十分受欢迎，讲学内容被制成CD和DVD，广为流传。他的著作《当下的力量》（The Power of Now）和《一个新世界》（A New Earth）都曾是纽约时报第一名的畅销书，《一个新世界》更成为欧普拉读书俱乐部选书。目前托勒居住在加拿大的温哥华。

罗勃·弗里德曼 (Robert S. Friedman)

Hampton Roads出版公司总裁，目前住在美国维吉尼亚州。

◆绘者简介

法兰克·瑞奇欧 (Frank Riccio)

瑞奇欧是个崇尚自然的信徒、得过奖的插画家，以及深爱儿女的父亲。他独特的透视画法与注重光影的描绘方式，二十余年来深受大人与小孩的喜爱。他的绘本《海华沙》《伊索寓言》《小灵魂与太阳》《小灵魂与地球》等都深受喜爱。

◆译者简介

张德芬

台湾大学企管系毕业，担任台视新闻记者、主播多年后，去美国UCLA取得了MBA学位。

2002年开始，她受到启发与指引，辞去高薪的工作，专心研修瑜伽及新时代的各类心灵课程。多年来，学习了各种不同的心灵成长及心理治疗方法，且博览了一百多本中英文相关著作，透过每日的瑜伽练习和静坐，体悟了许多灵性及个人成长方面的心得。现在最关心的是「人类意识的进化与提升」，以期为人类美好的未来贡献一己之力。

现与家人长年定居北京，并取得中国国家心理咨询师执照。

着有多本身心灵小说，如《遇见未知的自己》《遇见心想事成的自己》《今天我会心想事成——吸引力法则实践手册》《活出全新的自己》，翻译作品则有美国热门畅销书《一个新世界——唤醒内在的力量》及《修练当下的力量》。

目录:

[米尔顿的秘密_下载链接1](#)

标签

灵修

心灵成长

儿童读物

童话

心靈

心理学

面对恐惧

繪本

评论

道理不错 故事讲得一般

5分钟读完的书。。。给孩子读可能也许还行。。

肚子里有光。。。

儿童读物 对于儿童来说 理解起来还是有些许难度

小朋友也可以读懂

在淘宝上买的，书比想象的薄，10分钟就翻完了。比当下的力量讲的要浅一些，是当下的力量中心思想的概括。

[米尔顿的秘密_下载链接1](#)

书评

在张德芬的博客里见到推荐，马上就决定买下。不管是作者，还是译者，都是我所喜爱的，还有什么好犹豫的呢？

书拿回家后，一开始，小H不甚感兴趣。我装作漫不经心的说：“那我自己先看了哦。好像里面有个小男孩被欺负了，还做恶梦呢！”恶梦似乎引起了小H的兴趣。他好几个晚上...

自从海德格尔写出了《存在与时间》一书之后，他的同胞就开始以各种方式来阐述其中的核心观点，其实海氏本人也是在一个更加深远的传统中，来阐释自由意志与终极关怀的联系，不过他确实向前迈进了一大步。这些后学们也不例外，一个个八仙过海各显神通，既有迭代递进的一面，也有...

当我发现托利所说的“当下的力量”变成了一本有图画的故事书，我马上下手买了一——为我自己买！老实说，简单永远是最好的。

这本故事书其实就是讲述了作者《当下的力量》一书的精髓：活在现在。我是看过《当下的力量》一书后才看的这本绘本，其实就是例子（故事）证明而已。活在当下，道理浅显，做到很难。Most people just don't know how to stop THINKING.

可以说，这是我目前读过的唯一一本我认可的，真正的童话书。这里，只有温暖，只有爱。那光的力量穿透纸背，跃然与你的眼前，照亮你内心黑暗的角落。暖融融的感觉，像极了昆明春天里的阳光照在身上。这才是童话的浪漫。遥记得在年幼的时候，爸爸给我买的第一本童话书是《...

据说这是大师教授修练当下的入门启蒙课，像，也是一本看似简单的童书绘本。通过小学生米尔顿被大同学欺负的故事，展示人们内心的恐惧与担忧，以温馨梦幻的方式对解决之道——活在当下的外貌与内涵进行了深入浅出的讲解。当下的外貌：“未来”和“过去”都只存在于我们的脑...

突然明白那天老实说的话~活在当下！~感受此刻的感受~你的身体，你的心灵，你的情绪...或许烦恼就少了很多。因为未来是未知的，而过去式无法改变的。所以剩下的只有现在。烦恼似乎一下子就少了很多。此刻，我的心情有些阴郁。如果是以前会逃避这种

情绪。此刻，或许可以去感受这...

[米尔顿的秘密_下载链接1](#)