

<<拯救自我>>

图书基本信息

书名：<<拯救自我>>

13位ISBN编号：9787308088602

10位ISBN编号：730808860X

出版时间：2011-7

出版时间：浙江大学出版社

作者：思元

页数：331

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<拯救自我>>

内容概要

21世纪，是一个多灾多难的世纪，缺失良知的博弈行为，导致道德环境污染日趋严重，人类将面临历史性的重大抉择。

鉴于此，本书将“拯救自我”的触角直接射向人性、人格、人品、信仰信念、理性思维和生命价值等方面。

本书通过对中国教育问题的阐述，呼吁重整精神文化，打造文明健康中国人的自救目标。

思元所著的《拯救自我——对生存问题的探索》提出了独特的见解，“中国人有信仰！

中国人持有无形信仰方式，信仰真善美”，由此驳斥了流传于多年的中国人无信仰之论点。

同时，本书在阐述生命价值、开发思维等问题时，重新定义“生命痕迹”，为社会的道德建设和思维革命提供了一套新的思维方式和研究方法。

本书是继《自我管理学》、《和谐自我跨越行难》、《重视经济全球化浪潮带来的冲击》之书的续篇，也是一本展开自我品质修炼之书籍。

<<拯救自我>>

作者简介

原名姚娟娟（女），上海市人。
先后出版了《自我管理学》、《和谐自我
跨越行难》、《重视经济全球化浪潮带来的冲击》三本书。
作者1972年知识青年下过乡，曾从事教育、化工、冶金、流通、房地产、咨询业等多种行业的管理和领导工作，有着相当丰富的社会阅历和管理经验。
20世纪90年代，针对中国社会转型过程中产生的各种社会问题，作者凭借较深厚的理论造诣底气，涉足与人性、人品有关的调查研究工作，执著地投身于人类学和社会学的研究工作，在道德人品修炼方面有着许多独特见解。
继《自我管理学》、《和谐自我
跨越行难》、《重视经济全球化浪潮带来的冲击》之后，针对中国社会存在的实际问题，结合人性、人格、人品、信仰、理性思维、生命价值以及教育等问题，再次提出“拯救自我”新理念。

<<拯救自我>>

书籍目录

- 第一章 人们在不安全的环境下挣扎
 - 第一节 危机四伏的全球环境
 - 第二节 灾难频发的自然环境
 - 第三节 快速转型的社会环境
 - 第四节 “狼性”肆虐的竞争环境
 - 第五节 人性退化的相处环境
 - 第六节 人格失衡的自我环境
 - 第七节 人品丢失的社会环境
- 第二章 谁来拯救你
 - 第一节 从来就没有救世主，全靠我们自己
 - 第二节 靠自己，做自己的主人
 - 第三节 在苦难中自救，在自救中救我
 - 第四节 自我拯救为求生存
 - 第五节 拯救自我为求发展
 - 第六节 抛弃幻想全靠自己
- 第三章 拿什么救自己
 - 第一节 从信仰、信念和人品理念中提取能量
 - 第二节 提高科学的理性思维能力
 - 第三节 重视自我道德人品的修炼
 - 第四节 用和谐理念平衡自己
 - 第五节 善于与自己沟通
- 第四章 人性分析篇——打赢善恶交替的人性之战
 - 第一节 关注人性退化趋势
 - 第二节 人性的本质善恶并存
 - 第三节 善展现人生命的价值
 - 第四节 恶暴露人丑陋的本性
 - 第五节 人之恶性源于超我自私
 - 第六节 善恶交替的人性之战
- 第五章 人格剖析篇——消除人格冲突引发的痛苦
 - 第一节 自我与自我人格
 - 第二节 自我人格的特性与操守
 - 第三节 剖析人格结构
 - 第四节 挖掘自我潜能，消除人格冲突
 - 第五节 关注影响人格形成的环境问题
 - 第六节 提炼自我和超越自我
- 第六章 人品修炼篇——重新找回丢失已久的人品
 - 第一节 人品与人品问题
 - 第二节 介绍“十项个人品质”管理标准
 - 第三节 修炼人的基本品质
 - 第四节 提升自我的良好人品
 - 第五节 超越自我的优秀人品
 - 第六节 探索人品修炼的途径
- 第七章 理性思维篇——理性支撑下的理智行为
 - 第一节 人们被卷入非理性思维的旋涡中
 - 第二节 思维科学带来了科学思维的命题

<<拯救自我>>

- 第三节 理性思维先天不足后天有缺
- 第四节 审视理性思维与感性思维
- 第五节 厚此薄彼式的双重思维标准
- 第六节 反思日本地震与中国抢盐风波
- 第七节 寻求理性支撑下的理智行为
- 第八章 生命价值篇——填补心灵空虚的精神财富
 - 第一节 一个不容忽视的心灵空虚现象
 - 第二节 心灵空虚源于找不到生命价值
 - 第三节 生命为价值而存在
 - 第四节 寻找实现生命价值的途径
 - 第五节 有价值的生命让你无怨无悔
- 第九章 信仰理念篇——谁说中国人无信仰
 - 第一节 信仰、信念与理念的内涵
 - 第二节 信仰与人品理念的特性
 - 第三节 信仰与人品理念的依存关系
 - 第四节 信仰自由与信仰冲突
 - 第五节 剖析有形信仰和无形信仰
 - 第六节 提高对无形信仰的认识
 - 第七节 谁说中国人无信仰
 - 第八节 中国人信奉真善美
 - 第九节 现代人的无形信仰方式
- 第十章 教育反思篇——打造文明健康的现代人
 - 第一节 教育的困惑
 - 第二节 一片呐喊声
 - 第三节 反思中国教育问题
 - 第四节 反思家庭教育环境
 - 第五节 教育的问题是精神文化缺场
 - 第六节 打造文明健康的现代人

<<拯救自我>>

章节摘录

版权页：第四节自我拯救为求生存人类为了求生存，面对血腥和残忍、灾难和危机、苦难与折磨时，一次次地采取自我拯救行动。

几千年来，为了求生存，人们在黑暗中寻找光明，在斗争中寻找真理，在困惑的心境中寻找路径，在挫折和痛苦中寻找出路。

挫折与坎坷，考验着人们求生存的信仰和信念意志；痛苦与磨难，增强了人们求生存的应对和承受能力。

自我拯救，提高存活能力。

在这样一个特殊的年代里，人类已经步入了一个必须自我承受、自我应对、自我调节和自我提炼的拯救自我年代。

当灾难降临时，挫折和苦难不仅考验我们每个人的心理承受能力，更重要的是考验着我们每个人的生命存活能力。

当“从来就没有什么救世主，全靠我们自己”这首国际歌，重新回荡在我们耳边时，真得让人感慨万分。

为了求生存，与天斗、与地斗、与人斗、与自己斗。

为了求生存，人们不仅要与天地斗，即与地震、雪灾、旱灾和水灾多种自然灾害斗，还要与人祸斗，即与全球金融危机、股市暴跌、房屋倒塌事件、桥梁倒塌事件、毒奶粉事件、煤矿事故以及各类病毒性传染病斗争；不仅要与人斗，即与身边所发生的人事纠纷、邻里冲突、婚姻危机、家庭问题以及劳资关系等各类冲突争斗，还要与自我斗，即与自己的人性、人格和人品斗争。

自我拯救是手段和方法，为求生存。

一、自己的事情自己做自己的事情自己做，这是小时候经常唱的一首儿歌，至今还记得非常清楚，“我有一双万能的手，自己的事情自己做，妈妈她说我是个好孩子，爸爸他也常常夸奖我”。

这首在20世纪50年代曾流行的儿歌，短短的四句歌词唱出了最基本的做人道理。

然而，却也不知从何时起，在人们的记忆中渐渐忘却。

当今社会，父母对孩子的溺爱，无意中形成了下一代人的依赖思想，培养了他们的依赖习性。

社会画了个圈，要求社会成员在圈子里活动；学校画了个圈，要求学生不得超出红线；家长们画了个圈，让孩子们不得超越这个圈子。

在社会的大圈、学校的中圈和家的小圈的层层包围下，要想突围难度是相当大的，即便你突围了，但肯定要违规会受罚。

那么最佳选择是什么呢？

只有等待，也许等待就是最明智的选择。

<<拯救自我>>

编辑推荐

《拯救自我:对生存问题的探索》：思元所著的《拯救自我——对生存问题的探索》通过对中国教育问题的阐述，呼吁重整精神文化，打造文明健康中国人的自救目标。书中分析了现代人生存的自然、社会环境，从人性、人格、人品、理性思维、生命价值、信仰、教育等方面分析人在当代困境中如何拯救自己。

<<拯救自我>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>