

<<我们该把自己交给谁>>

图书基本信息

书名：<<我们该把自己交给谁>>

13位ISBN编号：9787309083767

10位ISBN编号：7309083768

出版时间：2011-10

出版时间：复旦大学出版社

作者：潘肖珏

页数：297

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>

<<我们该把自己交给谁>>

前言

看潘肖珏的书，我看到了一位女性在面对自己诸多人生变故时的一种心境：淡定，思考；不畏惧，不乱方寸，每每都行走在正确的路径上。

这是一种智慧，更是一种境界。

读潘肖珏的文字，我体味到一种生命的活跃和灵魂的饱满：无论在悬崖边，还是在风雨中，抑或在阳光下……人，天生是软弱的，唯其软弱而犹能承担起苦难，才显现她争取成功和体验幸福的能力。

我们已经进入了大健康的管理时代。

21世纪的健康管理包括身体的、心理的、环境的管理，这是一项系统工程。

启动这一系统工程可以先从培育心灵土壤做起，而潘肖珏的《我们该把自己交给谁》，也许是您培育心灵土壤的水和养料。

开卷有益！

<<我们该把自己交给谁>>

内容概要

五年里，乳腺癌，股骨头坏死，冠心病，三大顽症，一个紧跟一个，来势汹汹，她将以怎样的病弱之躯抵挡这难以逃脱的死亡厄运？

昔日她是事业的佼佼者，大学里的公关女教授，神采飞扬，意气风发；今日她自学成才，久病成医，一举成为众人信赖的养生健康顾问；她是电台的常客，病友的“座上宾”，经常接到来自病友求医问药的电话和电子邮件，她一直在实践着自己的心愿：济人病厄，愿天下人少生病不生病。

她也曾拥有婚姻家庭，但当不幸降临、爱情也随风而逝后，她默默地担当起与死神抵抗、与巨大的孤寂开战的重任，直至那一方塌下去的天空重现生机与彩虹……

当年心作《女人可以不得病》是魔口夺命、向死而生的写真；今天，这本《我们该把自己交给谁(第2版)》，是作者潘肖珏苦心研究、实践五载的至诚。

《我们该把自己交给谁(第2版)》是一本真正讲述怎样的女人才是美丽的女人的书；这是一本真正讲述女人如何永葆美丽的书；这是一本引领女人坚强而优雅地走出忧伤和懦弱的书；这是一本引领女人诗意地畅游美丽精神境界的书。

<<我们该把自己交给谁>>

作者简介

潘肖珏，五年里，乳腺癌，股骨头坏死，冠心病，三大顽症，一个紧跟一个，来势汹汹，她将以怎样的病弱之躯抵挡这难以逃脱的死亡厄运？

昔日她是事业的佼佼者，大学里的公关女教授，神采飞扬，意气风发；今日她自学成才，久病成医，一举成为众人信赖的养生健康顾问；她是电台的常客，病友的“座上宾”，经常接到来自病友求医问药的电话和电子邮件，她一直在实践着自己的心愿：济人病厄，愿天下人少生病不生病。

她也曾拥有婚姻家庭，但当不幸降临、爱情也随风而逝后，她默默地担当起与死神抵抗、与巨大的孤寂开战的重任，直至那一方塌下去的天空重现生机与彩虹……
当年心作《女人可以不得病》是魔口夺命、向死而生的写真；今天，这本《我们该把自己交给谁？》，是作者苦心研究、实践五载的至诚。

<<我们该把自己交给谁>>

书籍目录

第一章 生死线上的折返跑

在病房里

病房里的女人心思

“零乳房”女人的追思

我和医生的对话

痛，是想出来的？

十万分之一，为什么不是我？

研究乳腺癌

我的三把治疗利器

日子过得有点一惊一乍

永美，我的救命恩人

本章话题：病了，把身体交给谁？

点评嘉宾：沈善增(作家，儒释道研究专家)

记者提问：秦畅(上海人民广播电台首席主持人，“金话筒”奖获得者)

第二章 又遭遇世界性烦恼

股骨头坏死，降临我

直面选择：换不换“人工关节”？

如果发生一个“如果”

谁愿意为我治疗？

踏上治疗的“长征”路

终于迎来“第一推动力”

感慨：思路决定出路

要找好医生，先当好病人

风雨回家路

半路杀出“程咬金”：“带状疱疹”找上门

见证奇迹的时刻到了

原来股骨头是可以不坏死的

本章话题：我们怎么与医生打交道？

点评嘉宾：孙小琪(《现代家庭》杂志总编辑)

记者提问：秦畅(上海人民广播电台首席主持人，“金话筒”奖获得者)

第三章 我的第三个课题

冠心病向我走来

冲冲助我“引火下行”

“我来救你”

心脏病治本之路在何方

“你的心，没有放下。”

”

两元中药救治心脏急诊

治本之路：老爸典范

<<我们该把自己交给谁>>

本章话题：生病了，会首选中医吗？

点评嘉宾：李芬华(上海市纪委副书记)

记者提问：秦畅(上海人民广播电台首席主持人，“金话筒”奖获得者)

第四章 恩宠细胞：激发自愈力

恩宠细胞的七大法宝

为什么要“恩宠细胞”？

恩宠细胞的七大法宝

“恩宠细胞”法宝一：悦耳和养眼

“恩宠细胞”法宝二：爱的滋润

“恩宠细胞”法宝三：愉悦的想象或回忆

“恩宠细胞”法宝四：感恩一切

“恩宠细胞”法宝五：干自己喜欢的事

“恩宠细胞”法宝六：坚定信念，激发神性

“恩宠细胞”法宝七：认可与被认可

婚姻场中女人经

点亮心灯，走出抑郁

我的女人观

女人的生命观

婚姻场中女人经

儿子，妈妈当得“不合格”

外一篇：我家的三任保姆

本章话题：女人要和自己的生命更好地相处

点评嘉宾：林华(作家，女性问题研究专家)

记者提问：秦畅(上海人民广播电台首席主持人，“金话筒”奖获得者)

第五章 医学的最高境界是养生

饮食养生

医疗首选是饮食

黄金搭档营养佳

乳癌阴影口中消

养生首位脾胃和

花样粥香飘四季

运动养生

深呼吸

以静生动

环境养生

音乐调身心

寻找负离子

养生首先养阳气

本章话题：养生的最高境界是应变

点评嘉宾：黄平(上海中医药大学医管处处长，五官科专家)

记者提问：秦畅(上海人民广播电台首席主持人，“金话筒”奖获得者)

第六章 “长征”胜利，我的感恩

感恩我的治疗医生

千里寻觅“铁杆中医”：彭坚医生

不显山不露水，却“针行天下”：韩建中医生

<<我们该把自己交给谁>>

柔刚相济，游刃骨髓：刘玉超医生

他让我仰视：孙武权医生

感恩陆德铭医生

感恩胡建纲医生和楼行斐医生

感恩于文医生

感恩我的父亲、母亲

本章话题：懂得感恩，生命之树常青

点评嘉宾：余明阳(上海交通大学教授，品牌策划专家)

记者提问：秦畅(上海人民广播电台首席主持人，“金话筒”奖获得者)

附录1：读者评论

附录2：媒体报道

<<我们该把自己交给谁>>

章节摘录

<<我们该把自己交给谁>>

媒体关注与评论

心由境生，境由心造，坦然生死，向死往生。

这是何等的胸怀！

置己生死而不顾，“为天下女人而写”，这是何等的情怀！

但愿天下男人和女人在面临生老病死时，潘肖珏教授的书能给予生命的启迪。

——吴友富 上海外国语大学党委书记、教授 “钢铁是这样炼成的！

”这就是潘肖珏教授人生奋斗的真实写照，是她的至理名言！

肖珏老师是良师、是大姐、是益友。

她的顽强、她的信念、她的睿智、她的执着、她的成功，是我心目中学习的榜样，颂扬的英雄，美丽的女性！

——汪泓 上海工程技术大学校长、教授 我敬畏，头上的星空和心中的道德律令；我信奉，对逝去的尊重和对生活的追求；我赞叹，女性细腻的博爱和伟岸的柔刚。

这是从肖珏娓娓道来中感悟的。

——李进 上海师范大学校长、教授 生癌并不可怕，怕的是精神崩溃。

癌症不是绝症，用科学方法和自我心身调节，癌是可以治愈的。

——陆德铭 上海中医药大学前校长、教授 我是潘肖珏的手术医生，她对待疾病和对待感情挫折的心态，真如她书中所叙述的那样：思维积极、乐观豁达、笑做现实，最终冲出困惑的重围，展现了新时代女性的魅力人生！

——王平治 上海交通大学附属仁济医院外科主任医生、教授 这是一本真正讲述怎样的女人才是美丽的女人的书；这是一本真正讲述女人如何永葆美丽的书；这是一本引领女人坚强而优雅地走出忧伤和懦弱的书；这是一本引领女人诗意地畅游美丽精神境界的书。

——王小鹰 中国作家协会全委会委员，上海作家协会理事 佛教有言，烦恼能转即是菩提，大烦恼转大菩提。

一场恶疾赢得一本书，对己是最有成就感的收获，对人是最富启迪的经验。

精彩美丽的人生，由这样的收获与经验组成，写这样的书与读这样的书都是有福的。

——沈善增 中国作家协会会员，上海市作家协会理事 看潘老师文字感受真、善、美；听潘老师演讲胜读十年书。

加油，潘肖珏，你是最美丽的女人！

——孔明珠 《交际与口才》杂志主编，作家

<<我们该把自己交给谁>>

编辑推荐

《我们该把自己交给谁?(第2版)》是一本真正讲述怎样的女人才是美丽的女人的书；这是一本真正讲述女人如何永葆美丽的书；这是一本引领女人坚强而优雅地走出忧伤和懦弱的书；这是一本引领女人诗意地畅游美丽精神境界的书。

<<我们该把自己交给谁>>

名人推荐

心由境生，境由心造，坦然生死，向死往生。

这是何等的胸怀！

置己生死而不顾，“为天下女人而写”，这是何等的情怀！

但愿天下男人和女人在面临生老病死时，潘肖珏教授的书能给予生命的启迪。

——吴友富（上海外国语大学党委书记、教授）“钢铁是这样炼成的！”

”这就是潘肖珏教授人生奋斗的真实写照，是她的至理名言！

肖珏老师是良师、是大姐、是益友。

她的顽强、她的信念、她的睿智、她的执着、她的成功，是我心目中学习的榜样，颂扬的英雄，美丽的女性！

——汪泓（上海工程技术大学校长、教授）我敬畏，头上的星空和心中的道德律令；我信奉，对逝去的尊重和对生活的追求；我赞叹，女性细腻的博爱和伟岸的柔刚。

这是从肖珏娓娓道来中感悟的。

——李进（上海师范大学校长、教授）生癌并不可怕，怕的是精神崩溃。

癌症不是绝症，用科学方法和自我心身调节，癌是可以治愈的。

——陆德铭（上海中医药大学前校长、教授）我是潘肖珏的手术医生，她对待疾病和对待感情挫折的心态，真如她书中所叙述的那样：思维积极、乐观豁达、笑做现实，最终冲出困惑的重围，展现了新时代女性的魅力人生！

——王平治（上海交通大学附属仁济医院外科主任医生、教授）这是一本真正讲述怎样的女人才是美丽的女人的书；这是一本真正讲述女人如何永葆美丽的书；这是一本引领女人坚强而优雅地走出忧伤和懦弱的书；这是一本引领女人诗意地畅游美丽精神境界的书。

——王小鹰（中国作家协会全委会委员，上海作家协会理事）佛教有言，烦恼能转即是菩提，大烦恼转大菩提。

一场恶疾赢得一本书，对己是最有成就感的收获，对人是最富启迪的经验。

精彩美丽的人生，由这样的收获与经验组成，写这样的书与读这样的书都是有福的。

——沈善增（中国作家协会会员，上海市作家协会理事）看潘老师文字感受真、善、美；听潘老师演讲胜读十年书。

加油，潘肖珏，你是最美丽的女人！

——孔明珠（《交际与口才》杂志主编，作家）

<<我们该把自己交给谁>>

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>