

<<应变人生>>

图书基本信息

书名：<<应变人生>>

13位ISBN编号：9787544712057

10位ISBN编号：7544712052

出版时间：2010-4

出版时间：译林出版社

作者：（美）博里森科，（美）德韦伊林 著，王贵月 译

页数：175

译者：王贵月

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>

<<应变人生>>

前言

很久以前。

死亡天使要到人间迎接一位圣人到天国。

仁慈万能的上帝对天使说.此人有博大的胸怀和高尚的灵魂，不管他有何愿望，都要满足他。

这位圣人最大的愿望是请上帝撤掉死亡天使。

让世间的一切皆可预知，不再有任何变故，这样一来.人们将在祥和的世界中得以永生。

上帝同意了圣人的请求。

于是，世间所有生灵都归于静止——种子无法破壳而出、迸发出新的生机；白云永远悬浮在沉寂的天空。

任凭烈日的炙烤，无法化为滋润万物的雨露降临到干渴的大地：那让所有生命得以安息以在每个清晨焕发新姿的夜晚.亦被无止无休的白昼永远地放逐天涯；不再有精卵结合的欣喜。

不再有孕育新生的萌动.....不久，人们对一成不变的世界感到绝望，陷入了永无止境的痛苦之中。

<<应变人生>>

内容概要

人生在世，我们都会不断面临各种改变，大到改变命运，小到不易觉察。而大多数人习惯安逸稳当的生活，面对改变总是感到恐惧和难以接受。

《应变人生》一书里没有教条，更像是一封邀您诚实地去面对自己、面对改变的邀请函；迎面一切，我们性格中真正高尚的情操、慈悲与智慧会慢慢浮现。

本书共有17章，每一章以一个基本问题为主题，搭配短而易懂的寓言，并在每章结尾留一块空间让您写下感想，带领您一步步去体悟，慢慢学习与未知共存的艺术。

本书是一本富于启示性的实用指南，结合个人故事、寓言以及先进的心理研究与古老的智慧哲言，指引您如何轻松地驾驭种种变化。

<<应变人生>>

作者简介

琼·博里森科, 博士, 是国际著名的演说家和女付健康灵修等方面的咨询师, 获哈佛医学院医学博士学位, 是一位执业在临床心理学家. 曾在哈佛医学院担任医学教职波士顿以色列医疗中心身心诊所的联合创始人和前主任. 博里森科博士是结合医学的先锋, 工作内容包括创新, 女性问题“关系中心”疗法, 灵修和宗教间对话等. 其出版12部著作以及多部录音制品. 并担任《预防杂志》月刊“平衡之道”专栏作者。

戈登·德韦伊林, 教育博士, 是德韦伊林咨询公司总裁, 从事组织和人类发展资讯服务。他的客户来自各行各业, 从公共部门的史密森学会到民间组织的妇女未来基金会, 目前. 他正负责妇女未来基金会的综合领导力项目. 2004年. 德韦伊林博士与博里森科博士共同创立了克拉里特斯精神探询学院, 开发精神辅导课程. 致力于精神探询和实现自我的研究和教育工作。

<<应变人生>>

书籍目录

序：一则寓言导言：两种故事第一章：引领蜕变自然讯息第二章：通过仪式第三章：探询——通向自由之路第四章：智慧三要素第五章：狼灵智慧：以新的眼光看世界第六章：谁之过？第七章：愈挫愈勇第八章：释怀过去，把握未来第九章：信念：与上帝何干？第十章：淡然处世第十一章：为自己减压第十二章：“无为”的智慧第十三章：征服“假我”第十四章：变化的综效：展现真实的“彼此”第十五章：小努力，大变化第十六章：展开憧憬的翅膀第十七章：冥想练习辅导箴言致谢

<<应变人生>>

章节摘录

探询是一种面对现实、保持清醒的做法，是纠正认识错觉的良方，是穿越变化的未知世界、找到新发现的重要能力。

孩子们天生好奇，对一切都要打破砂锅问到底，反映了人类透过生命表象、深入探求事实真相的天性。

“蜂鸟在哪里过冬？”

“白云为什么飘来飘去？”

“这些问题展现了他们对自然奥妙的浓厚兴趣。

然而，诸如“爸爸为什么对你发火？”

“九年级学生发生性行为有什么错？”

“为什么会有恐怖活动？”

之类的问题则更为复杂，说明孩子们在了解情感能力、人际关系、政治、历史和道德等问题。他们正在与这个不断扩展的多元化世界建立一种有意识的、错综复杂的相互关系。

“人死了以后会怎样？”

“真的有上帝吗？”

等有关存在的探询则意味着与整个宇宙建立一种更为密切的关系。

但是，随着年龄的增长，许多人的探询变得越来越少，因为我们已有了自己的成见，且往往至死都抱着这些成见不放，却罔顾这样一个事实：我们甚至可能从未透彻了解自己的这些成见。

它们或者是从父母老师那里传承下来的，或者是从电视中看来的；而当我们要通过探询对之深究时，它们就好比电脑上空空的图标，没有任何实质内容。

我是一个犹太人，在爱尔兰的天主教区长。

一天放学回家的路上，两个男孩追着我，一边朝我扔石子，一边喊着：“滚出去，卑鄙的犹太人！”

我奋力还击，并天真地质问他们为什么这样对我，为什么说我卑鄙。

其中一个男孩骂骂咧咧地说：“不知道，我爸说的。”

成见具有非常强大的鼓动性和分化作用。

如果你对某一种族怀有成见，你就可能攻击他们，就好像那两个男孩攻击我一样；抑或只是与这一种族保持距离，永远不去了解他们的真实面目。

可是，如果我们对自我进行分化，则必然自食其果。

没有友善和坦诚，就没有发展和进步，其结果就是我们只能局限于最狭隘的“自我”之中。

而通过与他人建立真实的关系来实现更高境界、更为真实的“自我”，则是生命的本旨之一。

从本质上说，探询是建立正确关系的一种途径。

如果那两个追打我的男孩年龄再大一些（且更懂事一些），他们或许会深思这样一个问题：“我为什么恨犹太人？”

“如果他们的父母或牧师把犹太人叫做“耶稣杀手”，而两个男孩却能够看得更深一些，他们或许会问：“难道是那个小女孩杀了耶稣？”

“多问几个此类问题后，憎恨一个种族和一个不相识之人的荒谬之处就非常地显而易见了。

当“我们”与“他们”之间那道人为的界限消失之后，两个男孩或许会发现一种更加美好的关系，达到人生的更高境界，而这些是他们以前从未体验过的。

<<应变人生>>

编辑推荐

本书利用大部分篇幅讲述了面对转折的应变智慧。在这前不见古人，后不见来者的转折之机，踟躇徘徊只会迷失方向，唯有依靠自己的聪明才智，才能走出自己的路。书中各章囊括了形形色色的转折变迁情形，从失去的哀痛，到无畏的彻悟。每章基本都自成一体，读者可自己决定阅读顺序。编者希望，通过这种布局，即使读者未来的境遇发生了变化，本书仍不失为一本有价值的人生指南，并可激起读者更深的共鸣。

现在，就让我们一起来学习——应变人生。

<<应变人生>>

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>