

<<心灵地图>>

图书基本信息

书名：<<心灵地图>>

13位ISBN编号：9787805953007

10位ISBN编号：7805953007

出版时间：1997-3

出版时间：远方出版社

作者：[美] 斯科特·派克

页数：280

字数：200000

译者：张定绮

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>

<<心灵地图>>

内容概要

这是一本震惊世界的名著，自从1978年出版以来，连续652个星期排在美国最著名的《纽约时报》畅销书排行榜上，创下了一本书在《纽约时报》排行榜上所居时间最久的记录。而且迄今还没有一本书有一点可以打破这个记录的迹象。

本书英文原名为“THE Road Less Traveled”，直译为“少旅之路”，它讲述的是人生的心路历程。“人生多艰”，是本书开篇的第一名话，人的一生总是免不了要面对一些问题和痛苦，当内在冲突超乎个人的承受能力以至于无法抑制时，如何使这种感受得到渲泄和解脱，几乎是每一个人都可以遇到的问题。

本书写作的材料基本上源自派克本人实际的临床经验、病人或个案所陈述的生命经验，触目惊心地引发了他对自己的思考，写了这部人们自我探索的纪录。本书将一切哲理性的论述完全抛弃，取而代之的是极其平易的举例和用词，并赋予崭新的意义。

.....

<<心灵地图>>

作者简介

派克 (M.Scott Pece , M.D.) 哈佛大学及凯斯西方保留大学医学博士。

曾服务于陆军医疗部队，担任精神科开业医师。

在一九八四年创办了团体激励文教基金会 (Foundation for Community Encouragement) ，提供心理专业指导，协助无数的组织建立真诚共识团体。

著书、演讲不辍

<<心灵地图>>

书籍目录

第一部 纪律 面对难题 一旦真正了解而且接受了人生困难重重的事实，我们就不会那么耿耿于怀，人生也就显得不那么多难了 人生是一连串的难题 生活的真正难处在于：面对问题，寻求解决之道，是一段非常痛苦的过程 生活的真谛就在于面对与解决问题的过程 富兰克林：只有痛苦会留下教训 容格：神经官能症是正当痛苦的替代品 促使心灵健全发展唯一的方法就是体认受苦的价值 纪律是一套面对痛苦的积极原则，分为四要点：不逞一时之快、承担责任、忠于真相、保持平衡 不逞一时之快 先面对痛苦，把问题解决，事后享受到的快乐会更大。这也是唯正一确的生活方式

<<心灵地图>>

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>