

# 《看不见的珍贵》

## 图书基本信息

书名：《看不见的珍贵》

13位ISBN编号：9787111488288

出版时间：2015-1-6

作者：【日】渡边和子

页数：160

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《看不见的珍贵》

## 内容概要

全亚洲疯狂持续热卖两百万册的畅销书——《就在你所在的地方生根开花》之姊妹篇！

87岁女子大学理事长，特雷莎修女随身翻译渡边和子又一力作！

这本书让您摆脱那些无法示人的苦楚和悲伤，告别那些让你伤痕累累的日子，在孤独和空虚中感悟生命的珍贵、活着的幸福。

即使是修道之人，只要活在世上一天，也绝不会与烦恼无缘；身为凡人，也不可能一生毫无伤痕。不足为道的小事也可能引起内心的波澜不断但是，也没人希望自己伤痕累累。即使这样，我仍然守护着易受伤的自我勇敢地活下去。

当你和对方打招呼却得不到回应时，当你被人挖苦嘲讽时，当你没有自信“可以做得更好”时……你可以将本书作为心灵的支撑，以告别那些让你伤痕累累的日子。

在本书中，认为“人无论是否有信仰都会心情低落”的渡边修女，用自然平实的语言如实写下了她那些源自日常生活体验和生病体验的感悟。

渡边认为，我们在偶然间感受到的悲伤、空虚、孤独等情感，都是我们成长过程中不可或缺的精神食粮。这些精神食粮，可以让我们的内心变得更加强大。

这是一本充满爱和鼓励的随笔集，强烈推荐所有内心有伤痛之人阅读本书！

# 《看不见的珍贵》

## 作者简介

渡边和子 (Watanabe Kazuko)

一九二七年二月，作为日本时任教育总监，渡边锭太郎的次女，出生于北海道旭川市。一九五一年毕业于圣心女子大学，一九五四年上智大学硕士毕业。一九五六年加入圣母修道会，被派遣至美国，就读于波士顿学院。一九七四年，荣获冈山县文化奖（学术部门），一九七九年，荣获冈山县社会福祉协议会颁发的济世奖，一九八六年，荣获Soroptimist日本财团颁发的千嘉代子奖，一九八九年，荣获三木纪念奖。历任圣母清心女子大学（冈山）教授，一九九零年出任同大学校长。现任圣母清心学园理事长。著书有，《献给最美丽的人》、《心存大爱活着》、《爱是可以被原谅的》、《特蕾莎修女爱与祈祷的话语（翻译）》（以上为PHP文库出版社）、《渡边和子著作集I~V》（山阳新闻社）等。

## 书籍目录

目录

前言

第一章 如果可以这么活着

第一节 追求回报之心

第二节 幸福的所在

第三节 从伤痛中学习

第四节 比生命更珍贵的东西

第五节 心理隔阂

第六节 真实的自我

第七节 百分之九十八的信赖

第八节 深藏心底之事

第九节 喜欢自己，善待自己

第十节 再下决心

第十一节 信任

第十二节 人生严冬的降临

第十三节 共生之心

第二章 育人之心

第一节 一张明信片

第二节 站在岔路口上的父母与教师

第三节 环境

第四节 宽容

第五节 任性

第六节 鼓励

第七节 儿童时代

第八节 自我意识和全局意识

第九节 责任感

第十节 欣赏自己

第三章 为了懂得爱的人

第一节 超越距离的爱

第二节 孤独

第三节 为何不可杀人

第四节 思念父母的二月

第五节 肉体与心灵

第六节 克服好恶

第七节 共鸣

第八节 圣诞节

第四章 心灵的波动

第一节 存在的勇气

第二节 宽恕的回赠

第三节 生存的智慧

第四节 生命咨询热线

第五节 个人主义和利己主义

第六节 听取他人的意见

第七节 虚空

第八节 考验

第九节 站稳站好

第五章 珍贵的东西是看不见的

# 《看不见的珍贵》

第一节 坚强地生活下去的心得

第二节 直呼其名的教育

第三节 黑夜，就在附近

第四节 参透死亡，认真生活

第五节 何谓尊严死

第六节 不屈的精神

第七节 心底的苦痛

第八节 岁月是财产

## 《看不见的珍贵》

### 精彩短评

- 1、学会如何去爱一个人，也教会你如何去发现爱、拥有爱。
- 2、暖心作。茶余饭后品读。
- 3、想说的 该说的不同 要有优先；感激别人的善意，关注尊重每个人的经历，即使经历相同，感受不同，内心历程不同，经历痛苦，才对别人更感同身受，如果你期待的东西别人没给你，宽容的先给别人。像说来，给大爷笑一个，人家不笑，你说来大爷给你笑一个。以前觉得庸俗的一句话，现在觉得很有智慧。
- 4、仔细品读，方能别有洞天
- 5、Loneliness is for loving
- 6、因为渡边和子现在对基督教感兴趣。内容很安慰人心，爱这个字多伟大，也只有上帝才如此博爱。我却办不到爱你的仇人，没办法时刻记住主的告诫。
- 7、人的一生中只有一个义务，那就是学会爱；人的一生中只有一种幸福，那就是知道爱。

# 《看不见的珍贵》

## 章节试读

### 1、《看不见的珍贵》的笔记-第14页

愿上帝  
赐予我宁静  
去接受那些我不能改变的事情  
赐予我勇气  
去改变那些我能够改变的事情  
赐予我智慧  
去分辨两者的不同

蕾茵尔霍尔德 尼布尔

### 2、《看不见的珍贵》的笔记-第19页

畅快淋漓地倾诉  
无回应  
失望落寞的分手  
添后悔

石川啄木

### 3、《看不见的珍贵》的笔记-第13页

和珍爱我们的人相遇，可以将我们从“非真实的自我”中解放出来，恢复“真实自我”的本来面目。“你身穿便服，素颜就挺好，这样我喜欢”，这样的话语，可以赋予你直视自我的勇气，帮你看到佯装时呆板的自己，如此，你才能放下包袱，恢复自由身。

### 4、《看不见的珍贵》的笔记-第5页

一个基督教团倡导这样一句格言：“对黑暗鸣不平，不如自己点起一盏灯。”四周布满黑暗，与其抱怨着“为什么没有人能给我点儿亮光呢”，不如自己也为别人，自己去点亮一盏灯。

### 5、《看不见的珍贵》的笔记-第8页

当你觉得生命最珍贵，活着很苦。  
当你明白还有些比生命更珍贵的东西，活着很好。

星野富弘

### 6、《看不见的珍贵》的笔记-第3页

我们每天的生活中，有很多让我们感到“真烦”或者“真麻烦”的事情。这种时候，小声嘀咕或在心中默念：“小死重生”。将想法的牢骚，将想还的嘴，想动手的冲动一一隐忍，这时候，“小死重生”的默念可以给我们带来勇气。

### 7、《看不见的珍贵》的笔记-第16页

谁都会有  
无法示人的苦楚

## 《看不见的珍贵》

谁都会有  
无法示人的悲伤  
只是  
沉默不说  
而已  
如若脱口而出  
势必化作抱怨

相田光男



# 《看不见的珍贵》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)