

《你的误区》

图书基本信息

书名：《你的误区》

13位ISBN编号：9787801660329

10位ISBN编号：7801660323

出版时间：2001-1

出版社：中国档案出版社

作者：[美] 威勒·德尔

页数：294

译者：刘志明

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

《你的误区》

内容概要

贯穿这本书的是两个中心主题。第一个主题主要论述对自己情绪的选择能力。接着根据读者所作的选择，或根据不能作的选择来观察读者的生活。这一主题提出了应当承担的所有责任，以及论述了该如何看待这些责任。更幸福更有效的生活方式也就意味着更加明白自己所能作的切实可行的选择。一个人就是他自己选择的总和，只需一点点适当的激励和努力，人就能实现你的理想选择。

《你的误区》

书籍目录

《你的误区》

精彩短评

- 1、 一个中心思想，你应该让自己来掌控自己，而不是让别人、环境等来影响你。
从小到大，我们大部分所受的环境是寻求别人、社会的认同，完全不顾环境、别人的独立，真的是好的么？
社会、人际规则的形成，固然有不合理的地方，但仍然有合理的地方，所以，不要为了所谓的独立强求独立，而是有选择性的接受书中观点，构建适合自己的独立。
- 2、 乌鸡白凤丸
- 3、 做人的世界观和方法论！
自己才能控制自己的感情
把握现在
你无需寻求他人的赞许，道歉无用
避免“我是”
不要内疚，不要担心
杜绝各种依赖
做事不要拖拉
- 4、 多年以前受到前领导推荐的书。后来买了本，却被自己送人了。在电脑上看的PDF。没有想象中那么好，不过这本也算是名著了，前后有三个版本。
- 5、 能改变自己的，只有自己。
- 6、 开放心灵 开放性态度对待一切 拥抱世界
- 7、 没有印象了，也是老卡。
- 8、 nice book
- 9、 当你觉得别人对不起你，不是他在拷打你，而是你在进行自我灵魂的拷打。
- 10、 2012-2-1 活着，就要生活——这就是本书的要旨。许多人都意识到自己的工作不合适、环境不理想，精神不愉快，与他人的关系也令人极不满意。可是有多少人能迈出那可怕而关键的一步——摆脱束缚、重新审视自己以及自己的愿望并努力按照自己的愿望去生活呢？
- 11、 生活中充满了各种心理误区，看完后，感觉心灵受到了很大的洗涤。
- 12、 不破不立
- 13、 这些误区，我都有==
- 14、 十分了得的一本书。
- 15、 最喜欢的心理励志书。
- 16、 不错的一本个人修养的心理学作品，主旨是教人摆脱负面心理的影响，活出轻松的自我。虽然对于现在的我已经没啥特别帮助，但是对于很多处于内心纠结的人来说，应该很有作用。或许在自己情绪低落的时候，也会拿出来翻翻，获得一些安慰和解脱。作者的话题很开放，毫不回避性的问题，只是他引用的一些文字为啥都那么年代久远？或许他也是个比较守旧的人士。
- 17、 翻译不佳
- 18、 对比一下亚洲的思维模式.果然是区别太大了.强调个人价值,强调内心的幸福感.强调不在意别人的眼光和意见.强调 seize the day. 不在乎昨天和今天.和很多心灵读本的意见可以说乍看是完全对立的观点.如果在自己的人生里融合这些观点就是读者自己的事情了.感觉本书作者的观点还是比较偏激
- 19、 这本书的翻译真的是糟透了
- 20、 值得反复思考至思维的一部分
- 21、 吐血推荐
- 22、 努力做一个消除了所有人生误区的人 觉察、享受自己的人生~
- 23、 很好的一本书 . . . 很精彩
- 24、 更多的自己

《你的误区》

精彩书评

- 1、看的01年版的 翻译的 嗯怎么说呢 有点干涩，不过呢 有些观点确实有点意思 要不也不会在07年出新版了 没看过新版 希望翻译的好点吧。所谓信达雅 此书勉强到达的水准就翻译而言，估计原版很好看。
- 2、两三天的时间粗略的把书看完了。对于一直厌倦满口道理而不注重实际的我来说，这是一个进步。确实，这本书不同于以往接触过的心理慰藉类，如心灵鸡汤，靠煽情的故事赚人热泪的手法，让人审美疲劳。于是，这本书出乎我意料的，我发现了为数不少的惊艳之处。对传统观念的颠覆，直接刺激着我们的神经中枢，有关治疗的方法也颇有可行之处。有些思想绝对且理性自我，如无需寻求他人的赞许，消除担心和内疚，冲破习俗的束缚。在公正的陷阱的这一章节更是直接表达了世界并无公正的观点。弱肉强食的社会并无真正的公平可言，贫富悬殊，权力者往往逃避社会的惩罚，即使法律也如此。在我所认识的世界并不如此，即使不完全公平，然而还是有相对的公平存在或某种程度上的追求公平。所以对本书中的部分观念持暂时保留观念。不过书中的观念还是很强大，强大的足以让人在某种程度上的信服，信服自己可以战胜心魔。所谓的心理治疗，本人认为是见仁见智的说法。十二个章节，并不一定要遵循所有的观念或想法，只要像海绵一样吸收对自己有用有限的东西就足够了。只要快乐，自由的生活，就是幸福的所在。如文中的《新方向》一诗：我多么想尽可能地漫游远方，我多么想拥有我灵魂深处的那种快乐，我也多想摆脱我所知道的那些束缚，我真的自己感到自己的灵魂和精神能生生不已，我想生活、生存，我想确证自己的存在，我也想听听我内心深处那真理的呼唤。寻求内心的自己，冲破束缚。也寻求适合自己接受事物接受生活的态度。
- 3、忽然明白，心上最大的束缚来自哪里，虽然一直想自主，可潜意识里仍然畏手畏脚，害怕做错，害怕责备和抱怨，同时，自己又何尝不是这样，总是要求别人，抱怨和责备，锁住自己，锁住别人。想透这一层轻松了许多，严于律己，宽于待人，尽管去做，无所畏惧。去过一些地方，或是贫穷，或是富裕，人们脸上大多平和，幸福，走在北京，形形色色，却大多焦躁，茫然。过去的时光，人们没有选择，没有欲望，相安无事，如今的年代，物质诱惑，四面八方，扑面而来，每个人都要得更多，一而再，再而三，没房的想买房，有房的想住大房，大房的想要别墅。欲望，有穷尽么，一日复一日，追逐功名利禄，转身，快乐幸福，渐行渐远。时刻提醒，只做自己。

《你的误区》

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