

# 《当好人遭难时：在创伤中学习纯然怠

图书基本信息

# 《当好人遭难时：在创伤中学习纯然总

## 内容概要

承受不可承受之痛后，终于领悟：原来爱是一切的见证。

疗愈系的动人经典，如何真正地安慰创伤中的自己和他人

美国佩斯大学心理学教授、孔子学院院长牛卫华深情翻译并推荐

纽约《时代》周刊非虚构类畅销书第一名

本书作者库什纳有一个心爱的儿子亚伦，在亚伦三岁时查出患有一种罕见的疾病，叫做儿童老化症。

患这种病的人通常会在短暂的几年内迅速衰老并死去。亚伦在世共生活了14年，亚伦的疾病和死亡让

库什纳深深思索苦难对人生的真正意义，促使他要写一本书给那些在生活中受到过伤害和打击的人，帮助他们走出人生的低谷，学习更好地生活，而不是因不幸再受到更深的伤害。

这本书从1981年第一版出版至今，多次再版，常年被列为非小说类的畅销书，仅在美国就售出2000万册。此书被列为美国许多哲学、宗教、社会学、文学课程的参考书，成为讲述如何应对苦难的心灵励志经典著作。

# 《当好人遭难时：在创伤中学习纯然怠

作者简介

# 《当好人遭难时：在创伤中学习纯然总》

## 书籍目录

目录	
译序	
前言 我为什么写这本书？	
第一章 为什么正直的人会遇到苦难	
不幸中的好人不仅自己及家人遭受苦难，这本身对其他人也造成困惑，那就是我们生活的世界还是一个有公平存在的世界。不可避免的，人们会因此而怀疑美好、善良乃至神的存在。	
第二章 约伯的故事及其解读	
《圣经》上记载了一位恐怕是所有文学作品所能描述的人类中最完全彻底的一个苦难经历，这卷书就是《约伯记》。我们现在就来好好看看这卷书。	
第三章 有时坏事并无原因可循	
让我们再问一遍：是不是万事有因，还是说有些事的发生是随机的，根本没有理由。	
第四章 偶然的灾难并不对好人例外	
我们可能永远无法理解为什么我们无法控制造成我们痛苦的力量，但我们显然了解痛苦能把我们变成什么样的人：有人因为痛苦而变得愤懑不平，有人因为痛苦变得更具爱心、更能体会别人的疾苦。	
第五章 我们有自由去如何应对苦难	
我们拥有道德选择的自由，这意味着我们可以选择自私或者不诚实，而且神也不会阻止我们。如果我们想伤害什么人，神不会从中介入让我们不能得手。他所能做的就是告诫我们，有些选择是错的，我们会为那样的选择而后悔愧疚。他会期望我们即使不听他的话，也至少从这次的经历上得到教训。	
第六章 不要给自己的伤口撒盐	
他认为都是因为自己的不是，坏事才会降临其身。他常会因此将身边最亲近的想要帮助他的人赶走。往往在我们痛苦失落的时候，我们会不自觉地做错一些事。我们会觉得自己不配受到帮助，于是我们让各种各样负面的情绪比如内疚、气愤、嫉妒以及自我强加的孤独感充斥四周，让本来就已经很糟糕的处境变得更加糟糕。	
第七章 只要我们明眸善睐，去看世界的美善	
当你用尽你自己的全部力量，从哪里再获取力量继续向前呢？你的耐心用尽之时，付出的耐心比其他人所要求的还要多，但怎么也看不到尽头的时候，你又从哪里获取耐心呢？我相信神给予我们力量、耐心与希望，在我们干枯时更新我们的精神资源。	
第八章 原谅与爱是最大的赐福	
你能原谅并且去爱你周围的人，哪怕他们曾因不够完美而令你伤心。你能原谅并且爱他们吗，因为你的周围就没有完美的人，因为不能爱一个不完美的人的代价就是让人陷入孤独。	
后记	

# 《当好人遭难时：在创伤中学习纯然怠

## 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)