

《唤醒敬畏》

图书基本信息

书名：《唤醒敬畏》

13位ISBN编号：9787111354734

10位ISBN编号：7111354737

出版时间：2011-10

出版社：机械工业出版社

作者：科克 J.施耐德

页数：225

译者：杨韶刚

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

《唤醒敬畏》

前言

写这本书是一次深刻的体验。首先，本书的主题——“唤醒敬畏”（对生命过程的谦卑和惊异）对我来说就意味着很多。现在，它就是我从从事心理治疗的哲学和指导原则，也是使人恢复青春活力的希望所在。其次，本书完全是我早期对灵性的存在主义进行探究的一种自然的副产品。写作本书的过程是非常自然的，是对敬畏具有改变自己 and 他人生活品质的力量所写下的一些研究笔记。我会一连数小时对这种研究进行沉思，密切地观察自己和他人，使自己敞开心扉去体验大自然和人类的聪明才智，接受存在本身这个简单的事实。很多年来，对敬畏的问题进行沉思（静修）已成为我生活中不可或缺的一部分，我越是追求它，就越发认识到这种探究是多么富有意义，不仅对我和对心理学专业有意义，而且对我们的整个人生都有意义。我知道，这都是些大道理，但我将继续对其采取强烈信奉的态度。对我来说，培养这种敬畏感就是一种具有高度转换作用的体验。它把我从一种以恐惧为基础的生活体验提升到以惊异为基础的生活体验；从对日常生活的细细品味提升到对创造性的演化过程的兴奋感。它帮助我去欣赏，即便并非总是直接感受到那些巨大的力量，这些力量形成了我在这个令人困惑的宇宙中的一切事物。写作本书的另一个灵感启发是，我发现本书的那些被试（参与者们），他们中有些人已成为非常要好的朋友，也形成了对生活的某种敬畏。虽然我在过去曾和某些被试一起探讨过这些主题，但本书给我们大家提供了一个机会，使我们能“潜到”这个主题的深处，去了解相互之间的某些令人吃惊的事情，例如，花费了多大的力气才使我们大家一致地去拥抱敬畏。现在这本书就要在中国面世了，我不知道它将怎样触动来自东方的“旅伴们”。我明白，敬畏在中文中的意思有点接近于“尊敬”（respect），但我也敏锐地觉察到，在英文中它含有更多的意味。敬畏指的不仅是尊敬，而且兼有惊异和畏惧的含义，从这个层面来说，它与道家学说明显呼应，道家学说包含着生命的整体、生活的强度。生活中充满了荣耀和悲伤，在我看来，这就是使敬畏成为这种美妙且敏感东西的原因。它是少数几个具有超越性的术语之一，既拥有生活的艰苦磨炼，也有振奋和欢乐。很像是道家学说中关于阴和阳的象征，敬畏流露出对某事物的欣赏；而当对一种生活哲学流露出欣赏时，它可能就变成了精神和道德更新的一种基本力量。今天中国的情况和美国很相像，似乎已达到了复兴一种以敬畏为基础的心理学的成熟阶段[详情请参考在中国南京举办的首届国际（东西方）存在主义心理学大会，以及人本主义心理学会网站上关于2010年春季的新闻通讯]。我所见到的那些年轻人似乎处在这两个世界之间，在某种程度上正努力寻求他们在道德上所承担的责任。对这些年轻人来说，虽然哲学传统的世界并不总是那么容易改变，但当下物质主义和西方风格的商业主义世界也非常令人不安。在这两个世界之间可能有一种灵性的敏感，它既不会忽视传统，也不会忽视科学实验的发展；它对生活提供了一种深刻的理解和欣赏，同时也向那些生活的重大问题开放，它与之建立了一种超越性的联系，而又不会使人类对自己的能力打折扣——这种敏感性就是敬畏。科克·施奈德(Kirk J. Schneider) 2010年9月4日

《唤醒敬畏》

内容概要

《唤醒敬畏:发生深刻转变的个人传奇》内容简介：孤独、死亡、自由、生命的意义，既是存在主义的四大终极关怀，也是我们每一个人都会面临的生命课题。心理咨询就是助人自助，这个助人的过程有什么媒介吗？怎样才能触发引起深刻转变的契机？世界上最难改变的是人心，人心的转变是咨询师与来访者斗智斗勇，还是有什么其他神秘体验？当代存在主义心理学大师科克J.施奈德通过真实的生命传奇，为你讲述艺术疗法及追求人生意义的生命体验，带你用全新的视角去感受真实的生活，无论你是心理工作者还是人生路上的彷徨者，相信《唤醒敬畏:发生深刻转变的个人传奇》都可以带你体验那种神秘的敬畏。

《唤醒敬畏》

作者简介

科克J.施奈德，哲学博士，执业心理治疗师，美国存在主义心理学大师罗洛·梅的合作者和继承人，美国当代存在一人本主义心理学代言人，美国存在一人本主义心理学院(EHI)创建者之一。

施耐德博士在赛布鲁克研究生院、加州理工学院和超个人心理研究所执教，还是《人本主义心理学》杂志的现任主编，美国心理学会(APA)的成员之一。已发表100多篇论文，编著出版了《矛盾的自我》《畏惧与神圣》《存在心理学》《存在一人本主义心理治疗》等8部著作。

2004年，施耐德博士因“对人本主义心理学前沿杰出和独立的追求”被美国心理学会颁予罗洛·梅奖；2009年，获得加拿大多伦多生命学院颁发的文化创新奖；2010年，受邀参加在中国南京举办的首届东西方存在心理学大会，并发表重要演讲。

杨韶刚，在心理学史、存在主义心理学、精神分析等领域是国内最优秀的学者之一，尤其在弗洛伊德精神分析、荣格分析心理学、罗洛·梅存在一人本主义心理学和西方道德心理学研究方面颇有建树。

《唤醒敬畏》

书籍目录

中文版序

前言

导言

第一部分 我们这个缺乏敬畏的时代

第1章 是什么阻止我们冒险

缺乏深蕴的幸福

受“答案”驱使的生活

第2章 通往敬畏的艰辛之路

坚守客观的不确定性

敬畏是冒险的事业，不只是幸福的乐园

第3章 对敬畏的调查研究：设计与背景

半结构化访谈中提问的问题

第二部分 敬畏的唤醒：精神的新约全书

第4章 在教育中唤醒

吉姆·赫尔南德斯：从团伙头目到青年教育工作者

对吉姆所在学校的副校长唐娜·马歇尔的访谈

朱丽娅·凡·德·赖恩和一堂受敬畏启发的伦理学课

第5章 从儿童期的创伤中唤醒

弗雷泽·皮尔逊和对大自然的敬畏

坎迪斯·赫什曼和对未知的敬畏

第6章 从吸毒成瘾中唤醒

迈克尔·库珀和以敬畏为基础的康复治疗

第7章 通过慢性病而唤醒

E.马克·斯特恩和以敬畏为基础的信仰

第8章 在年老过程中唤醒

一些充满敬畏之心的老年人的反思

查尔斯·冈珀茨和人生的牧师

第9章 通过幽默而唤醒

杰夫·施奈德和敬畏的喜剧感：我为什么活着

一览表

最后的思考

第三部分 唤醒以敬畏为基础的世界：一种以敬畏为基础的社会生活准则

第10章 在日常生活中唤醒敬畏

打开宇宙天穹

日常生活之门和敬畏的透镜

第11章 社会的挑战

敬畏和民主的特点：一种深化的联系

经验的民主设计

结论

附录

注释

译者后记

《唤醒敬畏》

章节摘录

版权页：在我们讲述作为本书案例的这些传奇故事之前，我们必须交代一下故事的时代背景，来说明一个最主要的问题：是什么使我们这么多人都无法产生“敬畏的唤醒”（awe-wakening）呢？是什么使我们不能去发现，更不用说找到唤醒敬畏的道路呢？敬畏表明了我们对神秘的基本关系，但这种基本关系是怎样变得不正常的呢？敬畏是一种基本的生活感，并闪耀着存在的宏伟辉煌和惊异——冰冷彻骨和兴奋异常，但它又是怎样变成自我中心主义者的玩物，愤世嫉俗者的监狱，做梦者残缺不全的记忆或专制统治者的诱惑物的呢？或许从我们的第一次呼吸开始，我们就能够感受到丰富的生活、爱和可能性，但却每次都拒绝这些感受并对此忽略，这是怎么回事呢？生活的广阔无垠和无穷魅力如此容易被人们忽略、否认和蔑视，展现在我们面前的却是个可鄙的，有时甚至是残暴的世界，这又是怎么回事呢？实际上，从我们出生的那一刻起，我们就受到神秘的震惊。神秘的不可预测性、无方向性，甚至壮丽（splendor）都会使我们大吃一惊。例如，从我们能够品尝、触摸、看见和听见的那一刻起，我们就在漫无目的地挣扎。虽然这种挣扎的某些方面是可以容忍的，但需要对它进行相当迅速地压制和组织，以便能够满足我们的一些基本需要。这就是我们所谓的“教化”（enculturation），而某种程度的教化，或偏离神秘对我们的生存来说就是最根本的。

后记

科克·施耐德(Kirk J. Schneider, 1956—)博士是美国存在心理学创始人罗洛·梅(Rollo May)的学生、合作者和继承人。1994年罗洛·梅去世后,施耐德便成为当代美国存在一人本主义心理学的主要代言人。施耐德现任美国存在一人本主义学院(EHI)副院长,美国加利福尼亚州旧金山塞布鲁克研究生院(美国人本主义心理学的大本营)、加利福尼亚州整合研究院和超个人心理学院的兼职教授,美国《人本主义心理学》杂志主编。早在20世纪90年代,当我在吉林大学社会心理学系攻读博士学位和工作时,因为研究罗洛·梅存在心理学的缘故而知道了科克·施耐德博士,后来我来到南京师范大学工作,因为指导研究生而开始和施耐德博士建立学术联系。我们通过电子邮件进行书信交往,从他那里我和我的学生获得很多有益的帮助,也使我们的学术关联和友谊越来越深厚。2006年我调动到广东外语外贸大学工作。在此期间,我和郭本禹教授合作主编了由中国人民大学出版社出版的系列译著《罗洛·梅文集》,其间我们也得到了科克·施耐德博士的热情支持和帮助。2010年2—4月,我有幸作为访问学者赴美国加利福尼亚大学伯克利分校访学。令人高兴的是,我来到伯克利的第三天,科克就专程从旧金山开车到伯克利来接我,热情地把我接到他的旧金山家中和他的家人一起聚餐、交谈。我们在他的书房里交谈着罗洛·梅、布根塔尔、詹姆斯、荣格和莱因等存在一人本主义心理学的大师们,谈论着存在一人本主义心理学和存在心理治疗。我们十几年的相识终于在这一天定格。2010年3月底到4月初,科克应邀在北京参加了一个存在心理治疗的工作坊,然后又赴南京参加了在南京晓庄学院举办的首届存在主义心理学国际大会,并在会上做了“回归以‘敬畏’为基础的心理学的主题报告。这个报告的很多内容就是以本译著作为蓝本的。因为我当时正在美国访学,未能回国参加这些研讨和会议,但我的很多同事、朋友和学生都和我谈起这些学术活动的盛况。可以说,科克的这次中国之行标志着美国存在一人本主义心理学家与中国心理学家的合作掀开了崭新的一页,也标志着以科克·施耐德博士为代表的美国存在一人本主义心理学在中国产生学术影响的肇始。我很高兴作为科克的朋友部分地见证了这些值得纪念的历史时刻。存在-人本主义整合心理治疗是科克在20世纪90年代提出的一种心理治疗思想。它以存在心理学为理论支柱,把当代流行的各种主要心理治疗体系融合为一体。但是,这种整合心理治疗并不是各种心理治疗体系的大杂烩,而是一个具有广泛的思想包容性、以深厚的存在哲学为基础和具有显著的治疗效果的临床心理治疗取向。我在对存在心理治疗的长期研究及与科克的交流中深刻地感受到,存在一人本心理治疗的目标就是培养人们形成一种恰当的自由感。我们生活在一个具有自然、社会和自我限定的环境中,人是自由的,但又不是绝对自由的。所谓自然的限定,是指人生命的有限性和自然环境的制约,所谓社会的限定,是指社会的政治、经济、文化乃至意识形态等给不同国家、民族和社会文化带来的制约;所谓自我限定,是指人的语言、性别、信仰、年龄和身体状况等各种个人条件的制约。但是,人类的超越之处就在于,人能够在这些限定之内充分地行使自由,尤其是在我们的心理内部、在精神上能够超越这些限定,体验到更博大精深的思想和情感自由。但是,我们不得不清醒地认识到,在当今时代,很多人都过分地强调自由,尤其是把人的自由能量无限夸大,从而失去了对大自然、对生命和生活的敬畏,“天不怕,地不怕”,“人有多大胆,地有多大产”。于是,人们便无法无天地与大自然抗衡,违背自然规律地去开发和掠夺,甚至违背人的生命发展规律地去进行社会变革。然而,无所畏惧的结果便是受到大自然一次又一次的惩罚,人类社会无数生命的丧失,却始终未能唤醒一些人的敬畏之心。在这本书里,科克以其睿智的学术眼光、深邃的哲学境界,透视着社会生活中无数丧失敬畏而导致的残酷现实。在本书的结论部分,科克告诉我们,“敬畏是我们的身体、情绪和精神健康的一个完整的组成维度。敬畏被体验为对活着的任何一瞬间的谦卑和惊异(惊奇)。它也被体验为对活着的任何一瞬间的极为激动和焦虑或更大的描述。它可以激励严厉的人去品味可能性的坚定,或激励鲁莽的人去欣赏自我克制的美妙。它可以鼓励害怕的人去进行探索,鼓励骄傲自大的人去听从。它可以把绝望转变成沉思,把眼花缭乱转变成欣喜若狂。它可以在一瞬间深化那些最初看起来单调无聊的东西;它可以使最狂暴的心灵变得柔和起来。简言之,敬畏可以改善生活。”读着书中这些发人深省的话语,我们不能不重新反思我们的生活以及我们对待生活的态度。我在翻译本书的过程中经常情不自禁地为书中许多精妙的分析所折服,相信读者你也会在这本书中获得同样深刻的思想启示。感谢机械工业出版社华章分社编辑的信任,邀请我翻译科克·施耐德博士的这本书。感谢科克·施耐德博士在我翻译过程中对书中许多疑难问题的耐心解答,感谢他欣然为本译著作序,感谢华章分社的编辑为本书的编辑和出版付出的艰辛。近30年来,我虽然已经翻译过20余本英文学术专著,但我深知译事不易。要想准确、流畅地将国外学者们的学术专著翻译成

《唤醒敬畏》

国内读者喜闻乐读的好书，确实是要花费相当大工夫的。我真诚地期望阅读本书的学界同仁对本书的翻译提出批评指正。 杨韶刚 广东外语外贸大学白云山麓 2011年1月30日

《唤醒敬畏》

媒体关注与评论

在现代社会里，人们普遍缺失一种积极主动地、反应性地感受惊奇的能力，这也是许多人感到空虚的原因之一。只有当人的内心与身体反应、周围他人乃至世界的情感关系相一致时，他才会踏上一条健康之路。——罗洛·梅美国当代卓越的存在心理学家、人本主义心理治疗师，代表作《人的自我寻求》我们认识到有某种我们不能洞察的东西存在，它有着最深奥的理性和最灿烂的美，而我们只能以某种原始的形式用心灵去接近它——正是这种认识和情感构成了真正的宗教感情。在这个意义上，而且也只是在这个意义上，我才是一个具有深挚宗教感情的人。——阿尔伯特·爱因斯坦相对论的创立者，20世纪理论物理学家、思想家及哲学家，著有《我的世界观》本书通过充满智慧、鼓舞人心的召唤，呼吁人们重新发现神秘感。科克J.施奈德用通俗易懂的语言，为心理学家和思想家展示出如何以敬畏之心认识这个社会的最好方法。他的思想和语言风格非常适合这一重要主题。——托马斯·摩尔美国当代卓越的心理治疗师、享誉国际的演说家、顶尖畅销书作者一部充满奇迹的书，绝对原创！科克J.施奈德向我们展示了在敬畏的体验中，它作为桥梁联结了哲学、心理学和心灵实践。同时，他为我们提供了一种新的治疗方法。指出一个回归经典观念的关键点：哲学与真正的宗教都始于奇迹。——山姆·基恩

《唤醒敬畏》

编辑推荐

《唤醒敬畏:发生深刻转变的个人传奇》当代存在一人本主义心理学大师扛鼎之作！真正地倾听自己，即使在这些已知的内容中，也存在着你自己没有注意到的事情，这是一个唤醒你潜在生命力的历程。

《唤醒敬畏》

精彩短评

- 1、施耐德的存在-人本主义心理治疗是大师水准，杨韶刚老师的翻译也是高水平！至少专业人士必须一读才是！
- 2、有史以来我读过的最为惊叹的几本书之一。我们对于神秘（死亡是最大的神秘）即恐惧战栗，又被它迷住。宗教的原始的给人的感受就是rudolf otto所阐述的numinous，那是无限（infinite）和holy的源。
- 3、对于那些无法改变的事物心怀敬畏，对于那些无畏地执着心怀敬畏，对于那些顽强地纠缠心怀敬畏。。。
- 4、人生在世不可不有所畏，这就是这本书的启示。
- 5、还好。可能要看另一本《发现敬畏》才能更好地理解书中的内容。
- 6、有很多人探讨我们的生活中为什么有那么多问题，比如工资高了，生活的负担却愈发重了；买了车了，突然发现交通却不便利了；进了城了，越来越思念乡土的气息了；人们的日子过好了，但是亲情却缺失了……当然，更多的是很多人痛恨于社会风气的日益堕落乃至良知的泯灭！
问题在哪儿呢？
敬畏，对，就是敬畏的缺失。
失去了对生命的敬畏，人们就会仅仅靠肉体的纯粹欲望活着，似乎生活的一切都要为了满足而奋斗！
失去了对人生的敬畏，人们就只是活在当下，既不思考曾经，也不考虑未来！
失去了对自然的敬畏，人们仿佛真的成了造物主，没有什么事情是不能去做的！
失去了对道德的敬畏，一切的道义与伦常都可以用金钱来衡量，利益最大化就变成了人们普遍的追求！
看看这本书，或许并不能让人找回什么，但是真的能让人懂得，人，要有些敬畏！
- 7、存在主义心理学图书不多，看到就收
- 8、缺乏敬畏，人就活得毫无顾忌，道德文明就无从谈起。
- 9、挺好玩的一本存在主义的书
- 10、公司培训用书，还不错
- 11、好久都什么都不怕了，学习敬畏，也许能唤醒沉睡的生命力量，让一切都焕发光彩！
- 12、书有较重的气味，影响阅读。看了开头一部分，感觉原著作者的个人情绪还是比较强的。个人觉得不大适合作入门书籍。
- 13、人人都有敬畏，世界便可得救。
- 14、翻了下目录感觉不是自己喜欢的结构，不过还没有读，，因为不太喜欢构架，就留在后面读了，希望有惊喜
- 15、就是有点土，估计是没有外包装膜，希望以后包裹的严一点。
- 16、这本书就是一本很通俗的读物，给不想深入了解存在主义心理学的人一个简单、便捷的寻找自我的方式。但是我已经看了很多罗洛梅的书了，对存在主义心理学已经有了一个基本的认识，所以看这个的时候，就感觉是在读入门读物一样，有点点小无趣，但是也还不错，至少这本书让读者形成了对“敬畏”的认识，也算是唤醒了读者对敬畏的概念，特别是最后的“透镜”，转瞬即逝、未知、惊讶、情感等等，都是存在主义的基本要求，也就是让我们对世界心存敬畏，对他人以尊重，认真、用心对待世间万物，要把握这种生命流动的存在感，要让每一刻都拥有生命。总之，还是一本不错的书，也进一步告诉了我，尊重来源于敬畏，来源于换位的思考。
- 17、很早之前就关注“敬畏”这个话题，但是无奈这方面的书不多，有次偶然在书店看到了，翻了一下，觉得很好，就毅然决定要上网买
- 18、被它的题目吸引的，敬畏心理，在当今社会太缺失了
- 19、20160205
- 20、研究用，闲时可读
- 21、awe是乐观和悲观之间的平衡；是wonder和不安的综合；冒险是通往敬畏之路；敬畏带来更大更丰富的生活。敬畏背后的真理是客观不确定性
- 22、值得细细揣摩的好书，有深度。
- 23、“唤醒敬畏”这个题目很好，非常吸引人的观点，现代人缺乏的就是敬畏感，但是书的内容一般

《唤醒敬畏》

，不是很引人入胜。

24、给朋友买的书 朋友说书还可以的

25、人生是一场漫长的冒险

26、不错 我需要的

27、读人本主义的书就是一种享受。

28、同本书同类型的书有很多，而且都比这个好

《唤醒敬畏》

精彩书评

1、很值得一看 我正在试图寻找自己的信仰，书共3章，前后两章是论述 中间一章是大量实例。经过翻译，有些语言显晦涩难懂 有些文法显得生僻 咋一看可能无法理解，我是一个抱持存在主义观念的人，这本书正适合我

章节试读

1、《唤醒敬畏》的笔记-第62页

科克·施奈德写道，当今时代教育的问题是“拜物化”。“拜物化”（fetishization）是思想、情感和感觉的压缩和精炼“（《敬畏的重新发现》）。我们在训练未来的后代们给出答案，而不是提出个人的见解。我们在限制学习过程、削弱想象力和削弱根基。教育应该是从一个人传递给另一个人的知识和智慧。他不应该和用字母来评定的等级（如A,B,C,D）及测验分数有关，但这些等级和分数都是在试卷上展现出来的。有一天，我辅导的一个女孩子足足有十分钟没和我说话。我发现她在英语上有困难，在陌生人面前感到羞怯。你必须得能够超越这些表面的问题，深入到真正影响另一个人的事情之中。在我看来，服务就是看到一个人不能直接可见的方面。遗憾的是，教育质量是靠数字来测量的而不是根据积极体验来测量的。

2、《唤醒敬畏》的笔记-第63页

我们变成了哑巴，迷失在盯住那些没有被打破的东西上，忽略使人感到痛苦的东西。我们想要使一切都以光速得到解决，但又和虚无保持联系。施奈德写道：“我关心的是社会正在日益增多的临时性——快速地确定某种心态，然后再把它抛弃。如果你感觉沮丧，就去打棒球；如果你不喜欢你居住的地方，就到别的地方去住；如果你不喜欢你的家庭传统，就采纳一种新的传统；如果你不喜欢政府所作的一切，就让自己迷失在互联网上；如果你对实际或真诚的交往不满，就沉浸在‘聊天室’里；如果你不喜欢西方（或东方）的价值观，就形成你自己的价值观等等。我们这么匆匆忙忙地要到哪里去呢？”（《敬畏的重新发现》）

文化的一个重要特点应该就是普遍性和适用性，在现在这个处处提倡彰显个性的时代，我们所形成的个性是否能够真实地反映我们的真实值得推敲。每个人都希求自己与别人不同，这样才能有机会让别人赏识，能够高人一等；但这种个性是否对其他人有用，是否能够让它在我们自己周围产生作用、产生价值、产生自豪感和荣誉感，并最终产生存在感，这是我们过于求快的情形下无法去思考和感受到的。

3、《唤醒敬畏》的笔记-第35页

现在，在我们的社会中仍然流行的男性社会化的观念是“男孩不哭”，你不要讨论你的问题，你不要表现出你的感情，你要强忍着，你要像个男子汉，你要坚持下去，你要强硬，你要穿上盔甲。好的，你可以粗鲁行事，表现强硬，这才是男人。但是当这种事涉及男人的汽车发动机时，如果不给塔上点油，而且不改变它，男人们就会说：“不行，我做不了。”……

它的根本意思就是，我们不得不相信，这种生活并不是一个封闭的系统，我们必须使之奋勇前行。无论将要发生什么事，只要润滑油正在起作用并减少摩擦，一个人就能信任它，就像一个人能够信任更高级的力量一样。

男性气质的这一段描述很精确形象。对自己的车子无能为力的一個例子十分幽默。

《唤醒敬畏》

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