

《人性瞬间：如何在日常生活中寻找爱和意义》

书籍信息

版次：1

页数：281

字数：240000

印刷时间：2004年11月01日

开本：

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787807000983

编辑推荐

本书点亮了人们心中爱的明灯，让人们在沐浴美好的人性、珍贵的友爱的同时，深深地感受到了生命的意义。

尼德·哈洛韦尔突破性地探讨了怎样去辨识平常生活中经历的特别的‘人性瞬间’，从而学会怎样面对生活的复杂性以及其中的压力。《人性瞬间》的感人故事中包括作者对自己伤心童年的回忆。这是一本关于怎样对待生活中的友谊以及怎样臻于完善的独特之书。

——杰克·坎菲尔德《心灵鸡汤》系列作者之一

“阅读了《人性瞬间》而不会一次又一次地被那些故事感动是不可能的，既尖锐生动又鼓舞人心，使人得到提高又令人爱不释手——这本令人难忘、别出心裁的书的确能抓住你的你心，而且永远改变你的生活。它能帮助你去关注生活中每天都可以发现的爱。”

——米歇尔·汤普生 畅销书作家

《人性瞬间》中精彩、生动的故事可以让你大笑、让你哭泣，而且更重要的是让你感受到生活的美好。这本书还告诉你怎样去改变生活，使你把更多的精力投入到*重要的事情中去。我喜欢这本书，而且我敢确定你也会！

——哈里埃特·莱尼 哲学博士《天使之舞》作者

内容简介

如何能够在现实生活中过着你一直梦想的有价值、有意义的生活？让著名的精神病专家和畅销书作者爱德华·M·哈洛韦尔在这本独特、有趣的书中向你揭秘。在我们这个快速发展、科技统治一切的世界，生活中平常的小事往往不太受人重视。在这本新奇有趣的书中，作者提出了一个他称之为“人性瞬间”的术语——指这样一种时刻，一个人意识到生活中什么最重要，是什么使生活变得充满爱、有意义的时刻。然后他还告诉你，当这种时刻发生时你该如何去辨别、怎样去享受、如何去珍惜。作者向人们吐露了他和许多人的心迹，讲述了关于人们心心相印那一重要时刻的最真实、最感人的故事。正如哈洛韦尔所说的一样，人性瞬间的最好之处在于它们随时都会发生，实际上，每一天里发生的可能性大大高于不发生的可能性。

作者简介

爱德华·M·哈洛韦尔 Edward M.Hallowell 本书作者是哈佛医学院的教授，马萨诸塞州萨德伯里（Sudbury）一家儿童和成人病人门诊中心——哈洛韦尔认知和情感健康中心的理事。他是最畅销的《交流》和《忧虑》二书的作者，与人合写了畅销书《疯狂驾驶》。他同时也是世

目录

致谢

简介

爱与意义之所在

第一章 人性瞬间的威力

什么拯救了我

疯狂会诊

宣传单

回应.....

创建沟通之桥.....

第二章 童年

爸爸哪儿去了

回应

创建沟通之桥

第三章 家庭

曲棍球之夜

我哥哥约翰·哈洛韦尔

我的亲生母亲

一个时代的终结

回应.....

创建沟通之桥.....

第四章 老师和学校

因为那儿有他们

回应.....

创建沟通之桥.....

第五章 友谊

事实：如果没有朋友我早就堕落了

赤身裸体的男人

回应.....

星期四晚上的扑克牌游戏

创建沟通之桥.....

第六章 坠入情网

初恋

回应.....

创建沟通之桥.....

第七章 婚姻和关系

我每早醒来第一眼见到的人

回应.....

创建沟通之桥.....

第八章 我们的孩子

没有更大的责任便没有更多的欢乐

创建沟通之桥

第九章 工作、成功与挫折

永远不要做的事

选择

.....

第十章 自我发现

第十一章 神灵

结束语 人性瞬间 永不消失

致读者

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.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)