

<<人生的功课>>

图书基本信息

## <<人生的功课>>

### 内容概要

《人生的功课》：每个人在生命中的某个瞬间都会发出这样的疑问。人生真正的悲剧并不在于生命苦短，而在于目光短浅，看不到当下什么才是最重要的，经常等到事后才醒悟过来。

## &lt;&lt;人生的功课&gt;&gt;

## 作者简介

作者：（美国）伊丽莎白·库伯勒-罗斯（Elisabeth Kubler-Ross）（美国）戴维·凯斯勒（David Kessler）伊丽莎白·库伯勒-罗斯(1926-2004)，生于瑞士。

医学博士、精神病学家、生死学大师。

她获得过25个博士学位,著作等身,已被译为32种语言,影响巨大。

她所著的《论死亡与临终》(On Death and Dying, 1969)影响了无数人对待死亡与临终的方式,被誉为“生死学经典”。

她曾协助无数临终者安详面对死亡,晚年致力于艾滋病患者的关怀与照料。

《时代》杂志曾评她为“20世纪全球百大思想家之一”。

她还著有《直到我们说再见》(To Live Until We Say Goodbye, 1978)、《了解死亡与临终》(Living With Death and Dying, 1981)、《论死后的世界》(On Life After Death, 1991)、《天使走过人间》(The Wheel of Life, 1997)等。

戴维·凯斯勒（David Kessler）（1951-），世界公认的研究悲伤与失落情绪的权威、奥普拉网的特约作者和美国在线的健康专家。

所著《临终的需求》（The Needs of the Dying，1997）曾得到特蕾莎修女的褒扬，另著有《临终的权利》（The Rights of the Dying，1998）、《愿景、旅程与拥挤的房间》（Visions，Trips，and Crowded Rooms，2010）等。

伊丽莎白·泰勒、杰米·李·柯蒂斯和玛丽安娜·威廉森等名人在亲友垂危时得到过他的帮助 他还在安东尼·博金斯与迈克尔·兰登临终时伴其度过。

## <<人生的功课>>

### 书籍目录

作者序一 伊丽莎白的话作者序二 戴维的话第一章 真实的功课第二章 爱的功课第三章 处世的功课第四章 失落的功课第五章 力量的功课第六章 愧疚的功课第七章 时间的功课第八章 恐惧的功课第九章 愤怒的功课第十章 游戏的功课第十一章 耐心的功课第十二章 屈服的功课第十三章 宽恕的功课第十四章 幸福的功课第十五章 最后一课致谢

## &lt;&lt;人生的功课&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：几年前的一个星期五下午,我从洛杉矶开车去棕榈泉。

由于交通的缘故,这个时段选择走洛杉矶高速公路并不是特别合适,但我急着赶去参加朋友的周末放松聚会,所以也管不了那么多了。

在洛杉矶市郊,由于拥堵,在我前面的车流速度慢了下来,于是我也随着汽车长龙把车停在了最后。

猛然间,我从后视镜里看到后面有辆车并没有停下来,而是以极快的速度径直朝我冲了过来。

我意识到那位开车的司机肯定开小差了,这么快的速度,前面又有车在堵着,太危险了!我会连人带车被撞得很惨。

在那一瞬间,我觉得自己必死无疑。

我看见自己的双手紧紧地抓住了方向盘,我知道自己并不是有意识那样做的。

这只是我自然状态的流露——我就是这样生活的。

刹那间,我下定了决心。

我明白这不是我想要的生活方式,我也不想就这样死去。

于是我闭上双眼,深吸了一口气,放开了双手——就这样吧,生活、死亡,我投降了!接着,我的车就被一阵巨大的力量撞上了。

周围安静了下来。

我睁开眼,发现自己没事。

前面那辆车已经彻底报废,后面撞过来的车也是惨不忍睹,我自己的车则已经被压扁了。

后来警察告诉我,幸亏被撞前我放松了下来。

因为如果肌肉一直紧张,会增加严重受伤的可能性。

在离开现场的时候,我才觉着自己被幸运之神眷顾了。

我不仅毫发无伤就躲过了一劫,上帝赐予我的还有很多。

我终于看清了自己以前的生活状态,那种攥紧拳头将生活死死捏在手中的状态。

上帝给予了我改变的机会。

其实我可以自由地张开双手,让生活如同一片轻羽般停在掌心。

面对死亡时,不要被恐惧扼住,放松下来,才能真正拥抱生活。

那一刻,我感到同真正的自我之间,有了一种前所未有的亲密感。

跟斯蒂芬妮一样,很多人只有处在生命的危急关头时才能醒悟过来——他们看透的并不是死亡,而是生命和生活。

## <<人生的功课>>

### 媒体关注与评论

一本书之所以扣人心弦,是因为作者的人格特质在书中流动,使我的心灵受到微风般的照拂,或感受到“天打雷劈”般的战栗。

这本书带给我的感觉,两者兼具。

——吴淡如 说这本文笔优美、用心撰写的书有永久的价值,一点也不过分。

它将给你一双看透人生的慧眼。

——盖尔·哈德森 两股交织在一起的强大声音,来自生命边缘的经验,大量真实的凄美案例,无数发人深省的警言妙语。

——《出版商周刊》 这是一本发人深省的书,我觉得每个人都应该将它作为案头必备的精神指导用书,因为它对芸芸众生表面看起来千差万别的存在方式都作了一一论述,富于启发和灵感,以智慧的语言来抚慰人心,以情动人,引人思考。

——帕特丽夏·迪瓦恩,《爱尔兰独立报》曾经以《论死亡与临终》一书将临终话题带入当代文化议程中的精神病学家与临终关怀运动的领袖合作撰写第一本关于人生的书。

通过真实的病患案例,14堂从“真实”到“幸福”的功课将引导我们摆脱消极的自我、发现自我中最美好的部分,实现超越肉体康复、达到抚慰精神与灵魂的真正治疗。

——惠特尼·斯科特,美国图书馆协会《书目》杂志 我们来这世上都有很多课题要学习,在临终的人身上尤其看得更清楚。

人在将死之时总能有很多体会,只是往往已来不及实践。

我想我没有死是因为我还有最后的课题要学习。

这些课题是人生的终极真理,是生命本身的奥秘。

我希望再写一本书,不谈死亡,谈生命和生活。

——伊丽莎白·库伯勒-罗斯 临终之人往往是伟大的生命教师,只有到了生命崖边,我们才看得最清楚。

——戴维·凯斯勒

## <<人生的功课>>

### 编辑推荐

《人生的功课》：生死学大师谈生命和生活的奥秘“生存并不等于真正的生活。” 20世纪全球百大思想家之一她改变世人对待临终的方式她终结西方谈论死亡的禁忌她引导我们学会生活，热爱生命多数人而对的人生课题是一样的：真实·爱·处世·失落·力量·愧疚·时间恐惧·愤怒·游戏·耐心·屈服·宽恕·幸福

<<人生的功课>>

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:<http://www.tushu007.com>