

《自然法则》

图书基本信息

书名：《自然法则》

13位ISBN编号：978751044442X

出版时间：2015-6

作者：[美] 理查德·洛夫

页数：316

译者：李晓楠,胡敏杰

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.tushu111.com

《自然法则》

内容概要

开创性的研究、趣闻轶事型的证据、引人入胜的个人故事，理查德·洛夫向人们展示了大自然是如何让人思维敏捷、富有创造力；如何改善身心健康；如何帮助我们创建更加智能、更加可持续性的企业、社区和经济体；如何加深人类的纽带关系。本书重塑人们的乐观主义思想，也激励着人们重新思考当今的生活方式。理查德·洛夫为大家罗列了令人信服的事实，对所有人来说，现在是时候重新憧憬未来，撇开环境和社会末日的剧情，去探索大自然的恢复性神奇力量。

《自然法则》

作者简介

理查德·洛夫 Richard Louv，知名儿童权益倡导人、资深记者、畅销作家，长期关注并投身于自然、家庭和社区领域的事务，著有八本相关领域的作品。他之前的著作《林间最后的小孩：拯救自然缺失症儿童》已被翻译成十种语言，在十四个国家出版。洛夫是儿童与自然组织的创立者和名誉主席，2008年被美国环保组织奥杜邦学会授予奥杜邦奖章。

《自然法则》

书籍目录

致谢

前言：成年人的自然缺失症

第一部分 自然神经元：智力，创造力和混合思维

第一章 为熊歌唱

第二章 混合思维

第二部分 维生素n：利用大自然的力量来保证身体、精神和家庭关系的健康

第三章 花园

第四章 生命的源泉

第五章 心灵重新回归自然

第六章 绿色锻炼，深入自然，令人愉悦

第七章 大自然处方

第三部分 近处是新的远方：了解你在哪，才能知道你是谁

第八章 寻找你的心仪之地

第九章 你居住的地方的非凡体验

第十章 欢迎来到社区

第十一章 有目的的地方

第十二章 纽带

第四部分 创造自己的伊甸园：我们生活、工作和休闲娱乐的地方需要高科技，需要回归自然

第十三章 家中的自然法则

第十四章 停下脚步，仰望天空，仔细聆听

第十五章 自然神经元开始发挥作用

第十六章 在一座回归自然的城市生活

第十七章 大草原上的小郊区

第五部分 高效能人类：生存、生活和未来

第十八章 灵魂的维生素n

第十九章 所有的河流都通向未来

第二十章 在森林中散步的权利

第二十一章 曾是高山的地方，河流将流过

后记

新自然运动

《自然法则》

精彩短评

- 1、专业性太强，作为专业人士看不错。
- 2、非常优秀的一本书。
- 3、在我创业之前，并没有读过这本书，我的出发点源自于对城市化快速发展和人们精神缺失的历史研究中，而悲观的是，中国正在走向西方国家曾陷入的深坑之中。我曾以为，唯有公共景观可以挽救这样的颓势，但是我错了，因为公共资源始终在既得利益者手里，能够换回人类精神制高点的门票只在企业手里。这点我与作者观点不同，解放家庭不能只靠演讲和公益活动，而要靠能够引导家庭行为的优秀产品，这是一个伟大企业的责任。而我们就来做这件事。这本书前三分之一不尽如人意，写的让我失望，感觉是沦为了自然教派的传统故事塑造中，但是后面的分析和方向十分精彩，几乎可以成为本公司的圣经。
- 4、虽然内容并非尽善尽美，但是深得我心~希望所做可以实现其中一二！
- 5、多少次 在梦中回到 最自然的故乡
- 6、这竟然是第一本以为精彩却看不下去的书 被书名欺骗了
- 7、光速浏览了一遍，个人认为不值一读。放下手头的电子设备，多回归自然和户外，就这样而已，读这本书的时间不如拿去散步。
- 8、看看
- 9、看推荐买的，不值得读，满枯燥，大致意思就是反复提倡回到幼儿时代，享受人际交往，多外出看看自然变化，与自然共享，没有让人心潮彭拜的感觉。
- 10、阐述人为什么要多接触自然

《自然法则》

精彩书评

章节试读

1、《自然法则》的笔记-第6页

自然缺失症最范范的解释是意识的萎缩，身边的生活，无论什么方式，我们都渐渐地找不到它的意义。

2、《自然法则》的笔记-第41页

记忆是种子。童年时，家里美好的时光多数都是与大自然联系在一起——垂钓之旅，发现的蛇，捉到的青蛙，星光闪闪的夜晚的水面。

3、《自然法则》的笔记-第15页

在你不得不时刻警惕才能生存的时候，活着的感觉是如此的美好。

4、《自然法则》的笔记-第45页

1699年，《英国园艺工人》一书建议读者将“闲暇时间花在花园里，要么挖掘，要么摆放，或者除草；除此之外，没有更好的办法让人们保持健康。”

5、《自然法则》的笔记-第20页

当草地上的风“不再是人类精神的一部分，不再是有血有肉的一部分，人类就是宇宙中的不法分子了。”

6、《自然法则》的笔记-第55页

像布鲁克斯那样，坐在山丘上

很多情况下大自然能够抵消有毒的压力，而且不会让身体处于任何危险中。与大自然元素安静地接触，就能够简单地让我们平静下来，不再感到那么孤单。

7、《自然法则》的笔记-第15页

人们“将很难想到这些动物曾经是多么的骄傲，危险，不可预料，分布广泛和像君主一般高贵。。。。如果有人在给孩子们讲述这些动物的故事，他们会很吃惊又兴奋地发现原来在这个世界上曾经有那么多自由的狮子。”

8、《自然法则》的笔记-第311页

我们没有必要反对科技，来证明生活需要自然。

9、《自然法则》的笔记-第33页

蜗牛壳上的旋涡状花纹和银河系的旋涡其实是一样的东西。

10、《自然法则》的笔记-第22页

《自然法则》

懂得大自然的征兆。

11、《自然法则》的笔记-第12页

户外的经历需要人们更好地运用自己的感官能力。

12、《自然法则》的笔记-第45页

“两千多年前，中国的道教学者就知道建造花园和温室，帮助提高人们的健康水平”
这个根据是什么啊？作者写的也太富有诗情画意了吧？

13、《自然法则》的笔记-第20页

互联网有它不可否认的好处。但是对电子产品的沉迷，没有能力去约束自己，就好比在船上凿了一个洞——慢慢淹没了人们集中注意力、清晰思考、高效率、有创造性的能力。沉迷消极的电子信息的解药就是更多地接收来自大自然的讯息。
科技越发达，我们就越需要大自然。

14、《自然法则》的笔记-第13页

自然环境有这个优势让我们的这些能力得到实际的锻炼，并收获相应的益处：一方面学习能力会提高；另一方面躲避危险的能力也会提高。还有，也许是最重要的一点，是否定固定模式的能力，让我们能够更加投入到生活中。

15、《自然法则》的笔记-第62页

在我们栖息的伟大自然界中，土壤躺在大气温柔的臂弯中；统一性，超越灵魂，就是每个人都包含在内又与所有其它人组成的一个整体；共同的内心。

16、《自然法则》的笔记-第18页

我要回到邮件，以耐心和安静为美德的时代。

17、《自然法则》的笔记-第27页

纽约州特洛伊市圣贤学院的多萝西·马修斯和苏珊·詹克斯进行了一项研究，发现有一种细菌能使老鼠更快地逃离迷宫，速度提升一倍。这种细菌叫母牛分枝杆菌，它是生长在自然界土壤中的一种细菌，通常人们在大自然环境中能够食入或吸入这种细菌。

《自然法则》

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.tushu111.com