

《你就要很独特》

图书基本信息

书名：《你就要很独特》

13位ISBN编号：9787539998164

出版时间：2017-1-1

作者：西蒙·布莱克本

页数：272

译者：陈拔萃

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

《你就要很独特》

内容概要

本书是对自我内在成长的一次清晰的心理探索，涉及对诸如自豪、自尊、虚荣、自大、羞耻、自谦、尴尬、怨恨等情绪和情感的透析，充满了谨慎分析和敏锐的洞察力，内容流畅，结论精准可靠。身为牛津大学、剑桥大学著名教授，西蒙·布莱克根植于扎实的哲学和心理学知识，深入浅出，用犀利的批判，揭穿了这个虚浮世界中的种种虚假美好，打破了时下人们虚幻的自我认知，帮助人们更清晰地认识自己的内心世界，进而实现真正的成长。

从令人迷惘的虚荣、脆弱、自恋和自卑，到给人平静和力量的自信、自尊和自爱，这中间隔着一光年的黑暗距离，而要跨越这距离，只需要读完这本书。

给自己的成长，来点实在的！

【全球50位健在哲学家TOP3，殿堂级哲学家、评论家西蒙·布莱克本全新力作】

【你不用模仿任何人，也不用向谁低头，当你心智成熟时，自有独特力量】

【一本非常通俗又很有深度的心理作品：在别人浮夸时，给自己的成长来点儿实在的！】

【平衡自恋与自卑的心力，戒除幼稚可笑的行为】

国外媒体推荐：

布莱克本对自恋和自我意识问题的讨论非常引人入胜、有可读性，而且发人深省。

——菲利普·T·扬思，《心理学评论》

从有关那耳克索斯的神话出发，布莱克本探讨了虚荣、傲慢和自爱，具有很深的洞察力。

——玛丽娜·耶纳，《泰晤士报文学副刊》

这是一本篇幅短小却令人放松的书，主要写给受过一定教育的外行人看的……看它的时候，就像晚饭后，坐在一张舒服的椅子上，听我们的朋友布莱克本将藏在政治或社会历史背后的道德——我们欠别人的与我们想要的——向我们娓娓道来……他的文风清晰、朴素。

——琼·阿科切拉，《纽约客》

一种清晰、优美的对自我意识的哲学探索……本书是一本很精彩的书，充满了某种谨慎分析和敏锐的洞察力。布莱克本不仅仅是一位可靠的、非常博学的讲述者，而且对边注和确凿的细节非常警惕，从而使这个有时布满灰尘的学科散发出新的光芒。

——夏希达·巴里，《泰晤士报高等教育副刊》

从文学、心理学和哲学文本角度，布莱克本考察了由一个人真正的成就所产生的健康的自尊和自豪感可能陷入虚荣、嫉妒和傲慢的方式。这样一来，他不仅把矛头指向了最富足的1%，而且指向了所有人及其我们所有的愚蠢。

——道森·汉娜，《展望》

《你就要很独特》

作者简介

《你就要很独特》

书籍目录

导言

第一章

什么是自我：艾丽丝·默多克和威廉叔叔

第二章

爱上自己的影子：水仙花的故事

第三章

你值得拥有：被恐惧奴役的现代人

第四章

脆弱的自我：狂妄者的内心世界

第五章

从自尊到过度自信：复杂多变的自我

第六章

从自尊到自爱：陪伴的意义

第七章

被逐伊甸园：偷食禁果的亚当夏娃

第八章

真实的自我：直视镜中人

第九章

结束语

译名对照表

《你就要很独特》

精彩短评

- 1、世界上没有两片一模一样的叶子，正如没有两个一模一样的人，你本来就是独一无二的，就要很独特。
- 2、2017
- 3、特立独行，卓尔不群
- 4、什么鬼东西 看不懂...
- 5、偏学术 后面基本泛泛而谈 没什么实质内容 而且名字完全是哗众取宠 另外 那么多五星的托你们能不能消停点 凑单买的书我容易吗我
- 6、有道理，但是我就是看不下去
- 7、许多人所谓的成熟，不过是被习俗磨去了棱角，变得世故而实际了。那不是成熟，而是精神的早衰和个性的灭亡。真正的成熟，应当是独特个性的形成，真实自我的发现，精神上的结果和丰收。 by 周国平
- 8、说是心理类书籍个人感觉更像哲学类，有不少文字看的比较累，不知道是不是翻译的原因。
- 9、内容颇为“高深”及充满水份，这评分耐人寻味。
- 10、很好看，快来看吧！
- 11、一共就75个人看过还几乎都是五星。给五星的好几个读的书都一样，还全是五星，。为了平衡一下托，果断一星伺候不解释
- 12、有些晦涩
- 13、刚开始看的时候比较认真，觉得通俗易懂，看到后面或许是有些走神，理解起来比较吃力。第一次看这种哲学类的书籍，没有想象中的枯燥，不愧是牛津大学教授，从他的书就可以看出他非常博学有学识，还是值得多看几遍的
- 14、还可以
- 15、哲学类 很难领悟其精髓
- 16、太好看啦！
- 17、教科书般的不好好说话
- 18、也许有些句子晦涩难读，也许哲学宗教理论让你有些晕头转向不知所措，结论是醍醐灌顶的，你会发现自己内心深处最隐匿的角落，会了解自己爱的虚无的艳羡，会顿悟自己内心中道德的坚守。你就要很独特。我们会成为世界唯一的传人。
- 19、算是翻完的一本书 完全不想细读
- 20、你值得拥有，这个欧洲最知名的化妆品广告词，你听了或许不止100次，有什么想法？你可能会买它的化妆品，希望可以光彩照人。英国72岁全球知名的哲学家，却想到把过去自己支离破碎的想法汇成书，作思想上的亮光，去照耀人类内心复杂的自豪感、虚荣心、自尊心、欲望、贪婪。。。帮助人们正确的面对和理解。
- 21、你就是很独特
- 22、一本能够帮助人们清晰地认识自己的内心世界，令人成长的一本书。
- 23、通篇矫情的论述，读完也没啥中心点子，漫谈一翻。和标题引起的共鸣没什么关系，标题党。
- 24、一群乐瑟托儿不解释
- 25、逻辑性强是肯定的，毕竟是哲学书。在路上看有些吃力，要看进去。举例都比较有意思，而且都是身边发生的事情。最后说到宗教的问题，这的确是个很个人化主观的体验。读完后对于自我的认知了解接受程度以及水仙花的来历都有更深一层的领会。
- 26、这本书给低分的原因多半是因为言语表达难读。其实我也没读懂，因为晦涩。作者引用了很多先贤的理论和观念，比如康德、弥尔顿、海德格尔、萨特、罗素、尼采...但是他自己都没有得出结论，说是留待读者思考。我只想说，臣妾理解不了啊，需要作者更好表达。
- 27、心理哲学，每一次都有不同的感触。
- 28、好书。
- 29、凑单买的，没想到是哲学方面的书籍，书中的举例很赞，说理很有启发性。书名太水。。。

《你就要很独特》

- 30、值得一看的
- 31、自信但不自负，做最好的自己。
- 32、果然还没到读这么深奥的书的年纪，看书名以为是有兴趣的
- 33、还需要多读几遍
- 34、作者起码很认真……书名起的太畅销书了
- 35、书名鸡汤，主题严肃。有些书是不表达明确观点，转给人看完自己去生成观点的
- 36、书名鸡汤，实则晦涩。好多逻辑都没看懂
- 37、我是谁？我就是我自己所讲故事里的虚构角色。
- 38、读来有点晦涩，很多关于康德，卢梭，弥尔顿的引用，大概意思懂了。最欣赏那句～上帝在你头顶，亦在你心中。自尊，自豪，自重！
- 39、不明白作者想要表达什么。大概是我没有读懂，过分的引用总觉得是哗众取宠。
- 40、哲学“鸡汤”。来的真实，很多地方很有意思，也很有借鉴意义。
- 41、有点晦涩 感觉还可以
- 42、好
- 43、略读。相比市场上同类书要稍微独特些。但我觉得里面对康德的理解有点太过偏了。
- 44、怎么觉得像碗哲学“鸡汤”喃？作者以学者的审慎和敏锐，对诸如自豪、自尊、虚荣、自大、羞耻、自谦、尴尬、怨恨等情绪和情感进行了透析，有些观点值得深思，但行文过散了。
- 45、你就要很独特。
- 46、从哲学、宗教、心理分析如何与一个你无法面对的自我共存。一句‘你值得拥有’广告语原来有不一样的理解，令我们抓紧的不是自信而是爱上幻象中的自己，你本不值得拥有，购买产品后你将值得拥有，陷入虚荣绝望的泥沼。在任何时候，我们都和其他人一样值得拥有，分享共同的人性，与他人生活一样有起伏，有善恶，有明暗，树立正确的认知，接受并不完美的自我，并拥抱自己。
- 47、你不曾真正享受这世界，直到大海流淌进你的血管，直到你以天地为衣，并冠以群星：认为你自己是整个世界唯一的传人，并且每个人都如你一样成为世界唯一的传人。
- 48、晦涩难懂，旁征博引，好在不长，迅速翻完了
- 49、书不错。内容上给人很多思考，就是表达得没有中心。我读了两次，还需要借助标注内容理清思路。但总的来说有可读之处。
- 50、读起来费劲，主题也不明确，喜欢引用其他人的观点。前面还好越到后面越无味。

《你就要很独特》

精彩书评

1、人，之为人，大概就是因为人有七情六欲，有各种情绪，开心、悲伤、自恋、自悲、愤怒、期待、挫败感……这些心理因素都丰富了我们的感官世界。但是很多时候，我们并不能真正认识别人，也无法认识自己。人生，也许就是一条认识自我的道路，在到达终点之前，总有一段迷茫的旅程，让我们彷徨不知所措。

我们的生活，充斥着各种各样的诱惑，金钱、权利、地位。有一些人时刻活在别人的称赞中，缺乏自信；或者有些人很自大，自恋，觉得自己什么都好，莫名的虚荣。在这个社会大熔炉里，我们接受着各种诱惑和考验，慢慢的，也许你的骄傲不见了，你的自尊不要了；慢慢的，你开始成为你之前所不齿的人。我想，此刻你需要一面魔镜！

《你就要很独特》，西蒙·布莱克本的作品。我更喜欢原文的书名：《Mirror, Mirror: The Uses and Abuses of Self-Love》。一本探究自我和自爱的哲学读物。不枯燥，让你有读下去的兴趣，书中充满了某种谨慎分析和敏锐的洞察力，并且从文学、心理学和哲学角度出发，对自我意识进行了哲学性的探究。全书章节不多，但是很紧凑，一点点深入剖析自我意识，从什么是自我开始，到被恐惧奴役的现代人、狂妄者的内心世界、复杂多变的自我，再到陪伴的意义、偷食禁果的亚当夏娃，最后以真实的自我：直视镜中人结束。随笔性质的写作，读起来很轻松，涉及到诸如自豪、自尊、虚荣、自大、羞耻、自谦、尴尬、怨恨和愤怒等情绪和情感，也分析了与这些情绪、情感相连的某些性格特征。

安全感来自很多方面。比如金钱，或者爱情。所以为了让自己有安全感，你会努力赚钱。你需要承诺，让你爱情稳固。但是最后也许你会发现，安全感其实来自你的内心，只有内心够强大，才可以控制这些情绪。

这让我想起皮克斯动画片《大脑环游记》，每个人的大脑里都有五个情感人物：快乐、悲伤、愤怒、恐惧、厌恶，控制着人的情绪，为了让主人公快乐的过一天，悲伤被圈住了，愤怒被放假了，只有快乐值班。

我们可以用各种情感强大自己的内心，不用模仿任何人，不用向谁低头，击碎所有蒙蔽我们双眼的虚假美好，克服内在的虚荣、脆弱、自恋和自卑，直视内心那尚未成熟的、真实的自我、了解他、接纳他、强壮他。

你就是你，你就要很独特。

《你就要很独特》

章节试读

1、《你就要很独特》的笔记-第13页

自控能力的维持或许同时需要自豪感或自重感。

2、《你就要很独特》的笔记-第40页

当人们认为自己可能被注意或知道可能会被观察是否履行社会责任时，将可能彻底改变自己的行为。类似的实验结果也在被特意给予作弊机会的学生身上得到体现。

3、《你就要很独特》的笔记-第89页

自恋倾向，认为世界是他们行驶权利和寻求荣誉，而不是实事求是，客观公正解决问题的场所

4、《你就要很独特》的笔记-第41页

“道德”这个词也许听起来很严肃，谈论得太多也确实会引起人们怀疑。但我们在这里并不需要谈论太多高高在上的东西。试想你经历的很平凡的一天，不是那种非同寻常的你突然想拯救世界、伸张正义的日子。在这平凡的早上，你由于忙于工作或者照顾家庭不得不起床了。

5、《你就要很独特》的笔记-第119页

自惭形秽是一种正常的反应，尤其对于那些高高在上的地位并不是他应得的人。

6、《你就要很独特》的笔记-第36页

好的行为是对他人合理期待和请求的虽小而持续的行为调整，是承认他人权利的小标志，也是他人从自己身上获得某种安全感的来源。

7、《你就要很独特》的笔记-第95页

狂妄往往是会遭到报应的。不幸的是，报应不一定降临在狂妄者身上。真正的报应降临在那些只会明哲保身而不在于事实真相的人身上。

8、《你就要很独特》的笔记-第40页

当人们认为自己可能被注意或知道自己可能会被观察是否履行社会责任时，将可能彻底改变自己的行为。

9、《你就要很独特》的笔记-第53页

我们当中的每个人都可能像那耳喀索斯一样，穷尽一生苦苦追寻的只是一个幻影，一些我们永远都得不到的东西。甚至即使我们得到它，到头来也只是镜中花水中月。

10、《你就要很独特》的笔记-第167页

与人为伴是对抗孤独、寂寞、自恋及空虚的至高无上的法宝。

《你就要很独特》

《你就要很独特》

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