

《内心强大的力量：每天读点尼采心理学》

图书基本信息

书名：《内心强大的力量：每天读点尼采心理学》

13位ISBN编号：9787504487732

出版时间：2015-3-1

作者：林凯编著

页数：224

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

《内心强大的力量：每天读点尼采心理学》

内容概要

从世俗的角度看尼采，尼采的一生是不幸的，他是一个典型的失败者，他的思想的发展未能达到预期的目的。在他生活的年代能够了解他的人寥寥无几，可怕的孤寂始终包围着他，病魔也纠缠着他，他的结局是悲惨的。

但是任何一个不抱偏见的人拿起尼采的著作时都会被他的才气横溢、光彩夺目、豪气冲天、振聋发聩的思想所折服。

尼采指出在资本主义社会里，尽管物质财富日益增多，但人们并没有真正的得到自由和幸福，僵死的模式压抑人们的个性，使人们失去自由的激情，创造文化的冲动，让现代文化显得如此的颓废，这是现代文明的病症，其根源是生命本能的萎缩，他指出：要医治现代疾病，必须恢复人的生命本能，并赋予它一个新的灵魂，对人生的意义做出新的解释。

尼采的学说不落窠臼，体现生命本体意义，这正是他至今仍被人们所欣赏的重要原因。

《内心强大的力量：每天读点尼采心理学》

作者简介

尼采(1844—1900)，德国哲学家、古典语言学家、诗人。1864年进入波恩大学学习神学和古典语言学，次年放弃神学，转入莱比锡大学，开始接触叔本华的著作。1869年任瑞士巴塞尔大学语言学教授，同年，莱比锡大学免试授予他博士学位。

他最早开始批判西方现代社会，然而他的学说在他的时代却没有引起人们重视，直到20世纪，才激起深远的调门各异的回声。他的思想具有一种无比强大的冲击力，它颠覆了西方的基督教道德思想和传统的价值，揭示了在上帝死后人类所必须面临的精神危机。

代表作有《悲剧的诞生》《人性的，太人性的》《曙光》《查拉图拉如是说》《善恶的彼岸》和《权力意志》等。

书籍目录

一、内心强大从认识自己开始

- 1.坚信自己就是一个人材
 - 2.不可把自己当成笨蛋
 - 3.人要知道自己的长处
 - 4.利用学识来强大自己
 - 5.要消除恐惧先整顿心灵
 - 6.不断为自己补充正能量
- 永不满足，不断探索新知识

- 1.人的可贵处在于有独创性
- 2.善于在已有的基础上充实自己
- 3.设立超越自我的目标
- 4.用灵活的心智去开创未来
- 5.不思进取被淘汰就是早晚的事
- 6.学习而且不能仅仅是模仿

三、培养自己强大的心智

- 1.提高心智，超越自我
- 2.自由意味着自己能有效地控制自己
- 3.面对困境是让自己内心强大的机会
- 4.时代在变，看事物的视点也要变
- 5.智慧是拯救自己的武器
- 6.永远比别人领先一步

四、洞悉人性,不为人性的迷障所困扰

- 1.远离让自己毁灭的毒药
- 2.人生有限,只允许我们关注一两件事
- 3.为了维护自身利益,人们喜欢找借口
- 4.不要在人前卖弄自己
- 5.凡事自己去体验,不要被已有的结论所左右
- 6.凡事不要急于求成
- 7.陷入欲望将不能自拔

五、让内心始终充满阳光

- 1.不要害怕孤独
- 2.忘记让自己伤痛的东西
- 3.将所有的烦恼都关在门外
- 4.让生活永远充满激情
- 5.尊重并爱上自己所从事的每一项工作
- 6.心态好是成功最大的诀窍
- 7.永远不抛弃希望

六、正确地认识生命

- 1.生存不仅仅是为了活着
- 2.珍惜生命，珍惜当下
- 3.人生是一次长途旅行
- 4.感恩是生命的义务
- 5.让每一分每一秒都活的无怨无悔
- 6.死亡是生命中不可缺少的过程
- 7.不断地奏响生命的凯歌

七、活出自己独立的人格与本然

- 1.做自己的主人

2.坚守正直的原则

3.以自己设定的方式活着

4.拥有健康的人格和心态

5.不要丢掉自己的本色

6.人不能没有个性

八、远离坏情绪,快乐地生活

1. 修炼一个开阔的胸襟

2. 知道享受生活

3. 以淡定之心接受生活中的不快之事

4. 为了他人也要让自己高兴起来

5. 克服你的忧虑与烦恼

6. 不要轻易受坏情绪的影响

九、心中有爱,就会有力量

1. 发挥已有的,增加没有的

2. 要学会如何去爱

3. 首先要学会爱自己

5. 有爱才能收获幸福

6. 爱心可以宏扬人性的光辉

7. 学会主动去爱

十、行动是永恒的正道

1.光有理想是不够的,还要有具体的行动

2.凡是伟大的人,同时也都是优秀的劳动者

3.工作会让你变得强大起来

4.不想被抛弃就不要总是等待

5.懒惰的人是最没有出息的人

6.敢干才使得敢想具有意义

7.不要等别人督促你后才去做事

《内心强大的力量：每天读点尼采心理学》

精彩短评

1、指动生活订饭送的书，用大约45读完，嗯，翻完。

1.中学政治课本水平

2.用尼采只言片语支撑自己观点。并不尊重原著、上下文的完整文意。

3.通篇说教，但一个成人均有自己价值体系的轮廓。只是阐述，而不细致挖掘，想不出有何意义。

4.大概比较闲，竟然还在书尾画了个思维导图。妈呀。

2、适合初中生读

3、但尼采奇就奇在，具备高大上的同时，他还能接地气。其实，他还善于把人生意义通俗化，文明社会解构化，繁乱世界简明化。

《内心强大的力量：每天读点尼采心理学》

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