

人性能达的境界



[人性能达的境界_下载链接1_](#)

著者:[美] 马斯洛

出版者:云南人民出版社

出版时间:1987-8

装帧:

isbn:9787222000940

本书是马斯洛探索人性与社会关系的著作。

作者介绍:

亚伯拉罕·马斯洛(1908-1970)，美国当代人本主义心理学的创始者和理论家。

目录:

第1章是“人本主义生物学探索”。作者从一个心理学者的角度来谈技术化倾向和人化的生物学。

第2章是“神经症--个人成长的一种失败”。我们这个社会为什么只有那么少的人达到了同一性、个性、丰满人性及自我实现呢？

第3章是“自我实现及其超越”。作者对两位老师的优秀品质进行追根溯源，从而探究引出的一个问题：为什么他们如此与众不同？

第4章是“创造态度”。作者认为人的创造性与健康自我实现、丰满人性也许是同一概念。人的创造性的培养方式中艺术教育是一条有效途径。

第5章是“创造性--整体论的研究”。马斯洛提出的一个主要问题是“怎样才能成为有创造力的人？”一个总的原则是：任何有助于人向更大心理健康或更丰满人性运动的事情都等于是在改变着整个人。

第6章是“创造中的情绪障碍”。从许多优秀的科学家同时也是相当刻板的人和相当拘谨的人这一现象开始，作者对创造中的情绪障碍进行了探索。

第7章是关于创造性的结束语。结论是：创造性人物实际是任何政治、社会、经济体制都必需的。

第8章是“事实和价值的融合”。这种融合就是将“是”和“应该”等同。

第9章“存在心理学简说”。这是作者对“存在心理学”所作的系统而简明的阐述。作者从定义开始，论述了“存在”的多种用法、存在价值及以可测形式呈现的、说明存在价值含义的操作定义。

第10章“一次人类价值讨论会的评论”。作者认为，引导人类行动的价值在人和自然实在自身的本性，而且发现这些价值的程序也是自然的。

在第11章“知者和所知”中谈论的问题主要是人格问题。人与人之间沟通的许多困难是人内部沟通障碍的副产品。

第12章“教育和高峰体验”讨论的是人本主义教育观。教育目的在根本上就是人的“自我实现”，是丰满人性的形成，是人种能够达到的或个人能够达到的最高度的发展。

第13章“人本主义教育的目标和内涵”。作者认为传统意义上学生的学习态度与动力主要取决于外在的因素，如为了得到教师的奖赏，赚取学位等。但人本主义教育观认为理想的教育，学生的学习动力应来自内部的兴趣。

第14章是“社会中和个人中的协同作用”。社会与个人都有高协同与低协同作用之分。

第15章“规范社会心理学问题”中共提出了29个问题。现择其要点予以说明。精选的或非精选的社会问题；多元论承认和利用体质和性格中的个体差异；恶行的问题；不现实的圆满论的危险；如何对待侵犯、敌意、战斗、冲突？男性和女性怎样彼此适应，彼此喜爱，彼此尊重；性和爱情的制度化；最佳领导人的选择问题；什么样的社会条件最有利于人性的丰满发展等等。

第16章“辛那依和优美心灵”。作者提出了一个心理维生素的概念。主要指安全、无焦虑和恐惧，在感情上必须有喜欢你的人；归属于一个团体；受到他人的敬重。此外还谈到责任心的发展问题，新的社会疗法问题，当前的社会革命，心理治疗，自我认识和团体等问题。

第17章“优美心灵管理”中提出的一个基本问题是：什么样的工作条件，什么样的工作，什么样的管理，什么样的奖赏或报酬对人性的健康成长及其较丰满和最丰满的发展有益？“优美心灵管理”不是用来更有效地操纵人们以求达到非他们自身所需要的目标。满足的条件有：有意义的工作，担负责任，创造、公平和正义，需要进行有价值的活动，而不是仅仅以金钱作为“报酬”。

第18章“低级怨言、高级怨言、超级怨言”。作者认为，从一个人的怨言中也可以看出一个人的需要、渴求和希望的水平和动机水平。

第19章“简论单纯认知”中区分了无知的单纯和聪明或老练的单纯。儿童的具体感知和他认识事物本来面目的能力也和自我实现的成年人不同。儿童还没有还原到具体；他还还不曾长成到抽象。他的单纯是因为他无知，这和聪明的、自我实现的、年长的成人的“第二次单纯”是非常不同的。

第20章“再论认知”先是对存在认知和缺失认知的特征在19个方面作了比较。这19个方面表现在宇宙观的存在认知的整体，完全，自足，统一及缺失认知的部分、不完全等特征的不同。接着论述了“单纯认知”、“有创造性的人是单纯的人”。认为一个富于

创造性的人是一个虽已成长但仍能像儿童一样观察、思考、或做出反应的人。在"第二次天真"中恢复的也正是这种单纯。

第21章“超越的种种意义”中列举了超越的35种意义。

第22章是“Z理论”。

第23章是“超越性动机论：价值生活的生物根源”。

· · · · · · ([收起](#))

[人性能达的境界_下载链接1_](#)

标签

心理学

马斯洛

人本主义

人性

心理

社会学/人类学/心理学

社会学

想读的书

评论

【4小时】趁感冒借口不工作，连续四个小时给读下来。整体而言如果熟悉创作以及创作相关的一些理论，这本书并不晦涩，只不过学术性并不是那么强，但是逻辑自洽而且叙述基本严密完整。可以说是一本不可多得的严肃"鸡汤"，送勺的那种！强烈推荐！

好书。

太多震撼！

翻译有点晦涩。

晦涩难懂

路标

围绕“问题”的生活。 此中有深意。

美国式的资本主义全球化的一个不好的后果就是去圣化趋势的全球化：人们不再认为生活中有“神圣”的东西。

约拿情意综

精神高潮 hh 心流

这本比马译的好

好多看不懂，能看懂的地方挺赞同的。

看看

作者的心理学不敢恭维，还是别看为好，躲的远远的。

马斯洛人本主义心理学的系统阐述

本来就想消遣一下 结果和OB要求写的论文相关…

美国鸡汤喝不下

要读完的书

读完了，很好很强大的人生观

[人性能达的境界_下载链接1_](#)

书评

野兽按：现今看来，林方老前辈二十多年前的译文，是需要重译的。可惜还没看到英文版，无法对照重译。先把林方老先生的译文照实书录，也算是对他老人家的致敬。感谢他致力于人本心理学的推广。据说他已经去世了。在网上也没能找到关于他的生平介绍？手头有他翻译的马斯洛的《科…

只要感兴趣，再生涩难懂的读物也能兴致勃勃地读下去而且心有戚戚焉。人本主义心理学描写很成功的一部著作，其中人性能达的最高境界是自我实现以及高峰体验等论述曾深深打动了我的心。一部枯燥的哲学书籍竟然如此让我为之感动和倾心，可见其魅力之深。当然，读书如相人， ...

看了不少买过的人的评价，京东的，当当的，豆瓣的，不少人说不是原书著作，是编译。
于是找出原来林方译的版本，大不相同，。单单目录都被译者自定义变改了许多。还发现这目录也太过工整了吧，从外引进的书还没发现过有编排这么工整的目录，只有中国人会这么中国字才会这么完美...

本人鉴定，这哥们+编辑应该是文盲。见相册，有图有真相：
<http://www.douban.com/photos/photo/744305124/>

人生而必死。死神是唯一的神，这是真理。
在这个真理统御下的人类，在死神无时无刻地跟随和注视下生存了几千年，始终想摆脱这个从生到死都见不到的神。
上帝、天堂、地狱，佛祖、轮回，真主、天园、火狱，等等，人们用自己的强大的想象曾经暂时忘记了死神横行的事实，当蒸汽机...

马斯洛的”自我实现“，禅宗的”明心见性，即心是佛“，我认为本质上是同一的。
它描绘的是一种绝对和谐、健康、完满的状态。
《人性能达的境界》相对于《坛经校释》比较客观地阐述了这种存在。
就我个人人生体验而言，由于比较多思好辩，很多时候心理处于极端矛盾挣扎之中，无
...

不幸中的万幸，在这个迷茫的时候看到了这本书，就如《爱的艺术》，若是去年这个时候看到这本书，很有可能没有这个感悟，也没有兴趣去看这种貌似高大上的心理学。很幸运，在现在这个时候看到了，看完了，并和之前看的相互对应，解决一些疑惑，而更多的疑惑还需要在以后中学习。 ...

如果你有过顿悟，开悟，高峰体验，高原体验，宗教体验，天人合一，超越体验，与宇宙同在等等，不管你把这种体验描述成什么，
如果你了解自我实现者的特点，并且有共鸣，
(如果你了解超越者的特点，如果有共鸣更好，) 请与我联系。

知道马斯洛，还是大学选修的《个性心理学》课上，老师介绍的人本主义心理学代表。只记住了七层需求模型，自我实现，高峰体验这几个名词。由于当时交作业人本主义写的是阿德勒，对马斯洛没有深入研究。但不得不说心理学大家们咋都有犹太血统呢？而且研究心理学的大师多少都有点...

[人性能达的境界_下载链接1](#)