

享受独处时光



[享受独处时光_下载链接1](#)

著者:莱诺·费舍尔

出版者:陕西师大

出版时间:2007-5

装帧:

isbn:9787561335154

独处。不管是被迫还是主动选择都不是悲剧。生活中真正的悲剧是太多的人以为我们独自一人的时候什么都没有了。我们追求幸福和自我实现，在别人身上找答案找自我：可是，真正应该找的地方是自己。这时只有自己才能解决的问题。本书《享受独处时光》证实了独处好，打算独处好，偶尔独处也很好。因为独处的回报使孤身一人非常宝贵。

1996旱秋。莱诺·费舍尔踏上穿美国之旅：寻找独处在“维登”式栖息地发现自我的男男女女们。他也采访了城市里独处者们因为需要或者主动选择而过着独处和简朴的生活。莱诺·费舍尔的写作风格颇具说服力，干净彻底。作春将自己的观点和经验融进采访对象的真实故事。给独处的人提供参考建议，启发，还有肯定。

作者介绍:

目录:

[享受独处时光_下载链接1](#)

标签

独处

心理学

莱诺·费舍尔

励志

外国

美国

外国文学

养生书

评论

社交让生活变得丰富，独处让一个人找到自我。独处不是目的，而是一种认清自我的方式。关键还在于处理好社交与独处的关系。

冲著獨處去的

20071124哪里好

被低估的一本书。一个人，究竟可以怎么样生活。得到的是什麼，又会失去什麼呢。本书让我思考。

孤独另解

写的啰啰嗦嗦……

可惜了这个选题

共鸣

因为需要为我以后的生活方式找参照，就看了这本书。有些关于独居的观点对我来说有价值，不过书里的绝大部分例子都是女性。

2011.12.10-20这是我去省图随意找到的一本书，这个名字吸引了我，也许与我现时的心态有关吧。这是一本采访式的故事集，人物与故事都是真实的。这些被采访者都是因为各种缘由变成了与世隔绝的所谓“独处者”——他们不被理解不被认可，甚至被世人鄙视排斥。。。这些人选择孤独是为了追求自我价值与自我实现，追求心灵的宁静与淡泊，他们的生活状态与心理体验使我向往令我羡慕，但是他们的精神与勇气是我始终缺乏的。作者也只是真实地记录了他们的生活状态，同时展示了他们不为人知道的内心世界。

作者说：自我实现特别重要的是强烈的自立自强，但是有益于个人情感健康的是一个人应该更多地独立，而不是依靠家庭、人与人之间的关系以及传统的社会责任，孤独对大多数人是有危害的，因为我们从小到大一直相信我们的价值在于别人而不是自己。无论代价多大

作者通过与很多独处的人交流来向我们诠释我们为什么要享受独处时光。但是书中独处的人有一些更多的给人感觉是孤僻了！

独处，也是一种短暂的自我放逐，不是真的为了摒弃什麼，也许只是在一盏茶时间，回

到童年某一刻，再次欢喜；也许在一段路的行进中，揣测自己的未来；
也许在独自进餐时，居然对自己小小地审判着；
也许，什么事也想不起来，只有一片空白，安安静静地若有所悟。

2016,1,8热闹多的地方，总想安静会。

见解不深刻，只是泛泛地说了下独处所带来的宝贵经历与感受，有一些经典语句，但整体上缺乏更深入的思考。

[享受独处时光_下载链接1](#)

书评

[享受独处时光_下载链接1](#)