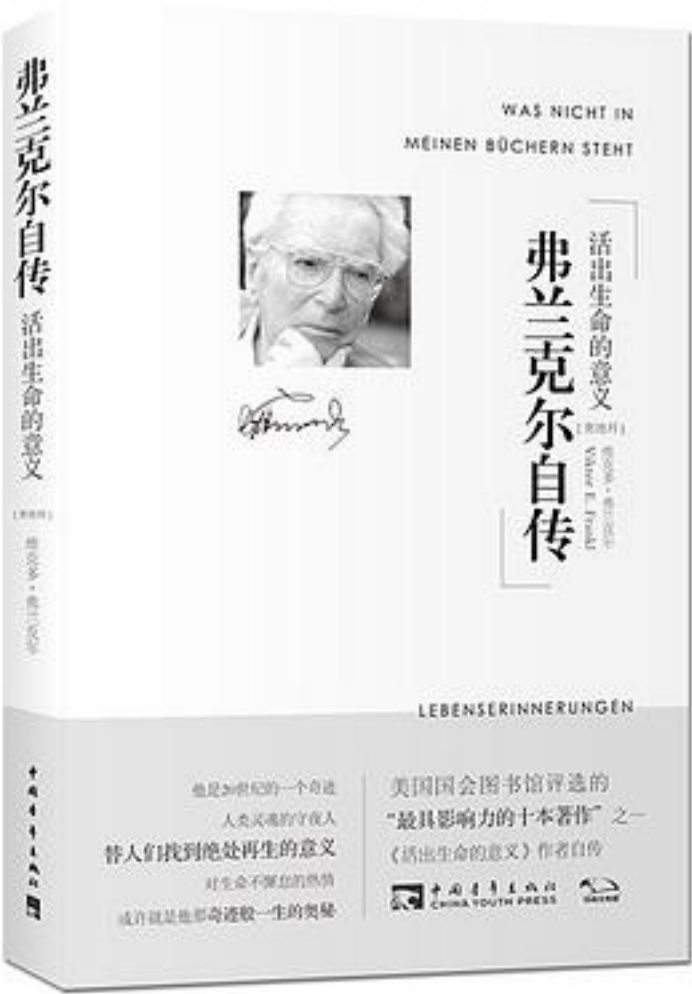


弗兰克尔自传



[弗兰克尔自传_下载链接1](#)

著者:[奥]维克多·弗兰克尔

出版者:中国青年出版社

出版时间:2016-1

装帧:平装

isbn:9787515339511

★ 本书卖点

美国国会图书馆评选的“最具影响力的十本著作”之一《活出生命的意义》作者自传，作者的大量罕见生活照（家人、好友、导师等）首次曝光。

弗兰克尔一生都在为人的存在寻找意义，也希望每个人都能找到生命更好的意义，他是人类灵魂的守夜人

弗兰克尔是20世纪的见证者，他所创立的以“意义治疗”和“存在分析”命名的心理治疗被称为继弗洛伊德的心理分析、阿德勒的个体心理学之后的维也纳第三心理治疗学派。

“思想巨匠”史蒂芬·柯维博士在《高效能人士的七个习惯》中引用了本书中作者的一些经历，用以说明积极主动这一习惯对一个人的深远影响，令人无比震撼。

★ 内容简介

本书是奥地利著名心理学家维克多·弗兰克尔的唯一独立自传。作者按其生平和经历分类追忆，首先谈到自己的家世背景，接着讲述他的童年趣事、性格特点、兴趣爱好以及青少年时代的学习经历，期间，他不忘细谈自己的学术渊源，之后还分享了自己和家人辗转数个集中营的种种内心体验，在他那温暖、不断闪烁着智慧与伟大胸襟的吉光片羽里，我们每个人都能感受到，有一个堪为灵魂导师的长者对着我们的心灵发出的呼唤。弗兰克尔一生都在为人的存在寻找意义，也希望每个人都能找到生命更好的意义，他是人类灵魂的守夜人。

值得一提的是，这部小小的回忆录特地保留了弗兰克尔发散式联想的写作风格，不论是谈治学还是谈作为医生的经历，他的聪颖机敏、幽默风趣、善良博爱、严谨细致、笃信好学等特质都跃然纸上，从而让我们能够更加直观地感受这位20世纪精神史上举足轻重的人物的个人魅力。

“思想巨匠”史蒂芬·柯维博士在《高效能人士的七个习惯》中引用了本书中作者的一些经历，用以说明积极主动这一习惯对一个人的深远影响，令人无比震撼。

编辑推荐

为什么说弗兰克尔是20世纪的一个奇迹？

弗兰克尔是享有盛誉的存在—分析学说的领袖，他所发明的意义治疗是西方心理治疗重要流派。他拥有两个博士学位，而且全球共有29所高校授予弗兰克尔名誉博士学位，他还是奥地利科学院的名誉院士，并获得奥地利政府颁发的科学成就方面的最高奖项。他担任维也纳总医院神经科主任达25年之久，期间他帮助过的病人以及从他的意义治疗和著作中获得鼓励的人们有千千万万。

早在20世纪40年代，弗兰克尔的理论就具有人本主义的倾向，他认为，人的主要动机是要理解生存的目的与意义，揭示自己生存的秘密，他把这种动机称作“探求意义的意愿”。他的一生都在为人的存在寻找意义。

在弗兰克尔逝世后，有人这样评价他：“英雄稀有，他们静静地发光，在世界上留下印记。当他们逝去，做为整体的人性，已变得再也不一样了。”

作者介绍:

维克多·弗兰克尔

人们或许已经忘了他是那个曾在集中营里被编号为119104的待决囚徒，但绝不会否认他一生存在的价值：替人们找到绝处再生的意义。

他是人们心中完成不可完成之事的典范。纳粹时期，弗兰克尔作为犹太人，全家陆续都进了奥斯维辛集中营，他的父母、妻子、哥哥，全都死于毒气室中，只有他和妹妹幸存。他不但让自己超越了这种绝大多数人都熬受不起的苦难，更将自己的经验与学术结合，让他的“意义治疗”有了更大的纵深与生命制高点。

他是20世纪的见证者，他所创立的以“意义治疗”和“存在分析”命名的心理治疗被称为继弗洛伊德的心理分析、阿德勒的个体心理学之后的维也纳第三心理治疗学派。

他67岁仍决心学习驾驶飞机，并在几个月后领到驾照，80岁时还登上了阿尔卑斯山。对生命有着不懈怠的热情，或许就是他那奇迹般一生的奥秘。

他是《活出生命的意义》一书的作者，此书自1984年出版以来，在美国已发行73版，销量已过1200万册，被翻译成24种语言。此书感动了千千万万的人，被美国国会图书馆评选为“最具影响力的十本著作之一”。

让我用一生的时间苦苦思索的，不是对死亡的恐惧，而是这么一个问题：既然生命如此短暂，那它的意义何在？最后，我终其一生探索得出的答案就是：从某种意义上说，正是死亡本身让生命变得有意义。

——维克多·弗兰克尔

人“有能力”保留他的精神自由及心智的独立，即便是身心于恐怖如斯的压力下，亦无不同。人所拥有的任何东西，都可以被剥夺，惟独人性最后的自由，也就是在任何境遇中选择一己态度和生活方式的自由，不能被剥夺。

——维克多·弗兰克尔

生命的意义在于每个人、每一天、每一刻都是不同的，因此重要的不是生命意义的普遍性，而是在特定时刻每个人特殊的生命意义……每个人都有自己独特的使命。这个使命是他人无法替代的，生命也不可能重来。

——维克多·弗兰克尔

目录: 前言
我的父母
我的童年时光
理智
情感
幽默
爱好
中小学时光
对精神分析的研究
职业理想——精神病学
一个医生的影响力

哲学问题
信仰
与个体心理学的相遇
意义治疗的开端
理论和实践：青少年咨询中心
一个医生的学习时代
“德奥合并”
反抗对精神病人的屠杀
出境签证
我的第一任妻子——蒂莉
进入集中营
遣送
奥斯维辛
关于“集体罪责”
重返维也纳
关于写作
作品的回响
与诸位哲学大师的会面
在世界各地演讲
年华老去
晋謁教皇
受苦之人
后记
维克多·弗兰克尔简介
为什么说他是20世纪的一个奇迹？
．．．．．(收起)

[弗兰克尔自传_下载链接1](#)

标签

自传

弗兰克尔

传记

心理学

心理治疗

寻找意义

幽默

2017

评论

想看活出生命的意义，结果kindle上买的这个看完发现是自传，被副标题坑了。。

看错书了。。。

自传本来就应该当成虚构作品来看，所以相比之下还是别人写的自传客观点儿，自己写的自传就感觉是在听一个人自己吹牛皮儿。还是看他的《活出生命的意义》更有意义一点。

用极简略的文字记述极不凡的人生。越是历经苦难，越是风轻云淡。

轻描淡写的幽默语言之下，能看到这位心理治疗大师活得深沉

很有意思，很乐观，很真实的自传

自己写的自传……

同样读错了书

弗兰克尔心理学值得关注

在kindle上看错了标题，很短的自传，很幽默的一位心理学大师。

读了本假书，本来想读《活出生命的意义》，结果是作者自传，并且很流水没啥逻辑。

过去不会消逝而是保存在那一刻；感恩的事发生可以设个纪念日；涅槃就是内部达到热寂；生命要信仰超意义的存在；我们的作用是我们的行动、阶段结果、经历及体验如爱；集中营的悲观情绪蔓延尚可战胜何况日常；对恐惧的事要反说喜欢并喜欢最差结果；放松处理反而更容易成功即过于考虑时要把自己排除在负面情绪之外的程度。

看过同名著作之后来看自传，作者是一个很乐观幽默的人，想到哪写哪，没有固定主题，很轻松的一本，权当了解本人啦

读到一半发现被骗了还好里面有很多弗兰克思想的概述，同时学到了不少人生经验，也积累了不少金句和笑话。整本书还是蛮风趣的，算是正餐前的开胃菜吧，接下来准备好好拜读真正的大作。

很短的小册子。至于生命的意义并没有很学术，一板一眼的讨论。作者认为生命的意义是超意义，人无法理解只可信仰。从作者的经历来看，生命的意义也许是在你失去所有亲人后，仍然为了某些原因而坚强的活下来。这原因大概可成为生命的意义。

这书有点流水账 不是那本经典

只要你愿意在苦难面前重新反思自我，以积极的态度来看待痛苦背后的意义，那我们就

不是纯粹在受苦。

同样搜错了书，流水线的自传，老爷子的小幽默挺好的

不过瘾

[弗兰克尔自传 下载链接1](#)

书评

弗兰克尔是犹太人，在有生之年经历了两次世界大战。因为自己犹太人的身份，在第二次世界大战期间被送进了集中营，他的家人也全部被送进了集中营。或许因为上帝眷顾他的才华，弗兰克尔数次险些丧命，但最后活了下来，但他的家人全部在集中营里罹难，弗兰克尔的父亲更是死在了弗...

我还在想一本获奖无数的书怎么逻辑这么随便，段落之间的关系也不大，也没有重大的故事讲解，原来是读错书了。这本作为作者的自传，也miss了很多资料，从小到大的各种成长环境，意义疗法的发明等，很多的忽略了。自传中个人情感的描写也很少，读不到情绪的起伏。这不是一本好自...

我是在寻找弗兰克尔所著的一本描述自己在集中营生活的书（《追寻生命的意义》）时，无意间看到这本自传。看完之后发现，可以把这本自传看作是那本书的前传或补充。不同于作者其他的专业著作，这是一本描述他的生活、性格和人生经历的回忆录，虽然保留着他发散式联想的写作风...

弗兰克这本自传，上部分写的是他在集中营之前的生活，从童年开始到青年时期的学术生活。后半部分则是在一切都失去之后重新找到生命的意义，写下了那本脍炙人口的《追寻生命的意义》。虽然这本书出自一个接近90岁的老人家，行文上也像随笔一样，围绕着一个主题想到什么说什么， ...

[弗兰克尔自传_下载链接1](#)