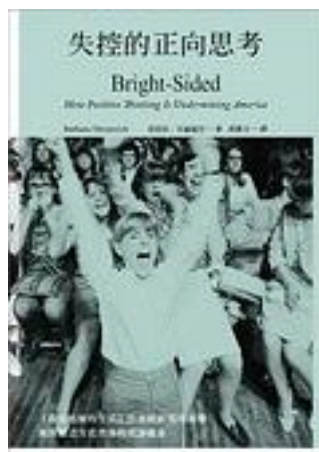


失控的正向思考



[失控的正向思考 下载链接1](#)

著者:[美]芭芭拉·艾伦瑞克

出版者:北京时代华文书局

出版时间:2018-7-1

装帧:平装

isbn:9787569922837

你一直坚持的“正能量”正在加速失控！

真正的正向思考不是凡事都乐观，而是拥有面对现实的勇气。

《我在底层的生活》作者新作，不做“积极废人”！

谁在诱导你“一切往好处想”，让你掉进失控的乐观主义陷阱？

※ ※ ※

1、当“正能量”铺天盖地侵入我们的生活，抱怨、悲观、负面情绪就真的不存在了吗？

2、认清自我，才能更好生活。这一刻，就是改变自己的最佳时机。

3、引发全民关注的社会心理畅销书《我在底层的生活》作者最新社会观察代表作！

4、 纽约时报、国家公共广播电台、每日新闻网站好评推荐！

5、 广受欢迎、备接地气的社会学家芭芭拉·艾伦瑞克，通过自身患乳腺癌，接受治疗时的荒诞经历，反思“正向思考”的失控风潮。一剂点醒所有人的“反精神鸦片”药，让“盲目乐观”的我们重新认识自己。

继《我在底层的生活》之后，美国广受欢迎的社会学家芭芭拉·艾伦瑞克又出口碑佳作《失控的正向思考》！

芭芭拉不幸患了乳腺癌，在治疗过程中，被病友的“乐观才能痊愈，抱怨只能死得更快”言论震惊到，于是开始反思观察美国社会中这种潜移默化的“正向思考文化”。

芭芭拉从工作职场、成功学产业、经济危机等方面，全面深刻地探讨，失控的“正向思考”是如何毁掉每个普通的美国人的。

不停地被灌鸡血；只要敢想，就没有什么做不成！原本正常的乐观激励心态，一旦变得失控，也就变成了“心灵鸡汤毒药”，它慢慢磨灭我们的意志（只要乐观，事情就会变好，你什么都不用做）；侵蚀我们的人生（商家利用“美好”未来畅想的消费陷阱随时都在等着我们往里跳）。

本书的每一章、每一段话都在一一击破正向思考的虚幻泡沫！

作者介绍:

芭芭拉·艾伦瑞克，1941年生，洛克菲勒大学细胞生物学博士，美国畅销书作家、记者、社会评论家、《时代》杂志专栏作家，她也是一位活跃的女性主义者与社会运动倡导者，积极参与女性权益、公民健康、法律改革等组织。

艾伦瑞克出身于矿工家庭，读大学时受到反战运动启蒙，于是放弃教职，投入写作与社会运动，特别关注社会底层人群。她还曾在纽约大学、哥伦比亚大学、加州大学伯克利分校等著名国际高校任教。

艾伦瑞克至今已出版近二十本著作，绝大多数是非虚构文学作品。包括纽约时报畅销榜作品《我在底层的生活》和《M型社会白领的新试炼》。

目录: 第一章 微笑面对人生，否则死路一条：癌症的光明面

第二章 奇思幻想的年代

第三章 美国乐观主义的黑暗根源

第四章 生意兴隆的激励产业

第五章 神要世人大富大贵

第六章 正向心理学：快乐学

第七章 正向思考如何破坏经济

第八章 有关正向思考的后记

• • • • • ([收起](#))

[失控的正向思考_下载链接1](#)

标签

社会学

心理学自我成长

纪实

心理学

思考

好书，值得一读

外国文学

强力推介的一本好书

评论

看过台版，指出了一个非常准确的概念，就是“积极的废人”，现在社会充斥着一种拼了就会赢有梦就能实现的传销式正面积积极正大面积失控中。其实你缺少的不是积极乐观正向思考，而是面对现实的勇气，这种自我打鸡血式的积极乐观，是一种自我催眠和新的逃避方式。最终无非是个积极的废人，还是消极的废人。

我对鸡汤成功学和盲目乐观深恶痛绝，因此有一本书和我站在同一阵线很令人高兴。但作者没有去像社会学家一样探究励志氛围弥漫的根本原因及影响，而是不厌其烦地列举自己的经历、故事，大谈美国励志讲师的历史，再引申出几句软弱无力的批评。内容注水，缺乏说服力和阅读乐趣。显然，对反鸡汤阵营来说，这本书不是个有力的队友。
p.s.出版社请水军能用心点吗？一本反“正能量”的书，短评里却都是“一本正能量的书”，显得特别讽刺和滑稽。

所谓正向思维是变种鸡汤，你以为自己积极面对其实只是一种逃避现实的方式，当问题真的来的时候，第一件事需要不是正向、负向去想，而是面对他当下可以做什么，最好的结果，最差的结果，做的结果，不做的结果。而且快乐不一定是人生一定要追随的东

西，你可以不快乐也是可以，平平常常没有起伏都可以，为什么要那么努力去追求呢

正向思考从一种只要正能量心态即可万事如意的励志学，演变成一种神秘主义的宗教权威。演绎的结果趋于只剩唯一政治正确的选择，则与禁止言论自由并无二致：你作独立思考的时候都将先自我审查一番。此时所谓“独立”思考已无独立可言。唯有哲学的批判思考是出路。

对所谓正能量社会的警醒本身没错，但基本上只看前言和最后一章就行了，中间实在太水，完全是在强行凑例子。毕竟全书主题说到底也就是一句浅显的“过度强调乐观积极并不好”而已……

一句话就能讲完的观点，却论证了一整本书，绝大部分内容很无趣。这评分，显然有注水的嫌疑。整本书在灌输负能量，最好别看。

20190910 mark

看了两章之后想弃Orz 堆例子堆得有点没完没了

好书，值得一看

作家/社会学家不同于常人之处是，百态世间，习以为常的怪事常有，常人得过且过，作家/社会学家非摔出几个字砸这看不顺眼的世道一番。爱哭哭，爱笑笑，求你别劝我坚强，负面情绪总得有个消化渠道，堵下去，我要麻痹的可是整个社会的神经。

牛逼

#省图有好书#在图书馆发现有这本书，整本看完其实可以用查理芒格的一句话概括，避

免过度乐观.

作者收集了各种文献资料，找了可能是成功学快乐学的起源，尝试去分析过度乐观对政治经济的影响，总体来说还不错啦~

是凑书单才买评分挺高又无聊的书，书写得很啰嗦，大意指成功学那套或者说现在流行的“积极思考”“乐观态度”这些思考方式不符合现实，比较唯心，而重要的思考、行动要基于现实，认清现实。

我一直认同 人首先要有智慧 有方向 有方法 有面对现实的勇气
才是努力奋进的基础，否则会像“积极的废人”一样在错误/不适合自己的路上越走越远。从这个立场出发，本书探讨的论点是好的，可惜有些部分作者过于“一刀切”，譬如书末对斯大林式乐观主义的嘲讽
足以看出作者对于社会主义的革命乐观主义精神的认知既片面又浅薄。可以看出作者遭受了美国在历史、资本和宗教影响下盲目且玄幻的激励市场的刺激，对“什么是必要 什么是玄学”并没有加以区分
一分为二地理性分析，对“正向”“乐观”“积极”这些原本阳光美好的品质也失去了辩证看待的能力。

通过不一样的思考，让我们再进一步。

值得思考的书

非常不错的一本书！

很实用的一本书！

非常正能量的一本书。

思考的方式

[失控的正向思考_下载链接1](#)

书评

失业，是因为你不够努力。失恋，是因为你不够阳光。失败，是因为你态度不够积极。生病，是因为你心情不够开朗。总之，你遇到的一切挫折，都是因为你自己不好。如果你态度够积极，就不会把这些当成是挫折而是机会。如果你不高兴，你就出了大毛病，得赶快把自己弄高兴了，否则你...

美国人对how are you的回答，常是terrific, fabulous甚至是phenomenal；
美国公司的招聘标准里，恨不得打扫卫生的阿姨都要有leadership；
似乎连环杀手和校园枪击案都来自美国；
美国有全世界最好的心理医生和全世界最多的心理病人；
美国有世界上最多的self-help书，致富捷径， ...

《失控的正向思考》作者是美国畅销书作家芭芭拉·艾伦瑞克，她另一本更广为人知的作品是《我在底层的生活：当专栏作家化身女服务生》。《我在底层生活》写作来自这样一个动因：社会上普遍认为，穷人之所以穷是因为他们自身的懒惰与不上进。作者芭芭拉显然不同意这种粗暴的指责...

我有anobii書櫃前面有一本モブサイコ100 靈能百分百 一開始的篇章就是在講這個
看主角怎麼一不小心毀掉一個要你微笑的團體 好像正相團體就是以活見鬼在支撐的
剛剛我寫好了評論要儲存結果anobii就當掉 你說我該憤怒嗎還是就好好再寫一次呢
作者有豐沛的精力多方面思考主題 ...

[失控的正向思考_下载链接1](#)