

# 孤独的力量



[孤独的力量 下载链接1](#)

著者: (加) 迈克尔·哈里斯

出版者: 北京联合出版公司

出版时间: 2019-5

装帧: 精装

isbn: 9787559630896

《孤独的力量》是一本心理自助类图书，在网络社交极其发达的今天，我们失去可独处的时间和空间，然而孤独是强大资源。它能激发我们反思自己的生活，让我们的创造力蓬勃发展，并改善了我们与自己的关系，并出乎意料地与他人建立了关系。孤独的力量是我们正在失去的一种力量。适当的选择独处，享受孤独可以让自己更好的融入社会。

作者介绍:

迈克尔·哈里斯，加拿大人，知名畅销书作家，荣获普利策奖提名。他撰写的《缺席的

终结》荣膺非虚构类总督文学奖。他为华盛顿邮报、沙龙、全球与邮件等大量的媒体机构工作，写作了一大批关于艺术、媒体与平民自由权利的著作，可谓著作等身。

目录: 第一章

独处的用途

1. 此刻不再迷失 / 3

2. 为何独处 / 24

第二章

晴天霹雳

3. 迷途的心智 / 41

4. 白日梦杀手 / 61

第三章

你觉得你是谁

5. 风格 / 77

6. 你必须品尝一下 / 96

7. 陌生土地上的陌生人 / 111

8. 野外漫步 / 133

第四章

了解他人

9. 社会故事 / 157

10. 情书 / 182

11. 衰弱的身体 / 200

12. 树林里的小屋 / 220

致 谢 / 237

• • • • • ([收起](#))

[孤独的力量\\_下载链接1](#)

标签

好书，值得一读

2019年阅读

心理

2020

评论

本书的翻译非常美，译者应该是个有情怀的人。孤独是为了更好的，更丰富地与这个世界建立连接。

-----  
3.5。翻译得不好。

-----  
我不确定给这本书打高分的人究竟读过多少书。书里充斥着某某人说，让我不得不怀疑本质只是东拼西凑的文摘，还孤独的力量作者连真正的独处都没试过只是一个人打发时间站在孤独的边缘，尝试去诠释它。而对科技的全盘否定更是让我确信作者有些绿茶的潜质。想要了解孤独的小伙伴还是去看看尼采吧！

-----  
又是一本被书名耽误的好书，其实我查了一下，这本书原名：solitude（孤独，隐居），后面还有一句话：在拥挤的世界中追求奇异生活。这句话才是这本书的主旨。内容翻译的还挺不错，但是这个书名真的翻译的不好，估计好多人因为这个书名，觉得又是一本鸡汤书就扔掉了。所以说，抛掉书名，内容真的值得一读。讲科技时代，如何找到自己的定位，不盲从，不被时代束缚。

-----  
一本好书

-----  
沉浸其中，开启自己的思维，徜徉在你自己的世界。安静读一本书

-----  
我想放下手机，好好对待自己。

-----  
以前总是非常害怕感觉到孤独。人过而立之后，才感受到孤独的魅力，独处是多么的重要。坚持在自己的节奏里，安静平和，不被打扰，思考会变得勤快又清晰。冷静的思维能力，会带来极大的自信与毅力，也更加了解他人。于是，你虽格格不入，却活得自在而洒脱。

-----  
很有价值的观点，有益的独处比社交融入更能使我们成长。看这本书的时候，我选择了在一个湖边露营了两晚，用独处和孤独的方式阅读此书才是正确的打开方式，嘿嘿嘿

-----  
[孤独的力量\\_下载链接1](#)

## 书评

独处的艺术，是一个人凭借一种无懈可击的宁静，去装点自己的内心世界，让这个世界变得富足，使自己身处其中，倍感惬意。任何想要前来和逗留的人都会受到热情的欢迎，但当一个人不可避免只身一人时，也会同样感到快乐。  
关于如何独处，没有人能比独居瓦尔登湖的梭罗和一个人旅行...

-----  
01

李嘉诚十五岁左右的时候，经历了丧父、养家、肺病、贫穷...却没有被打垮，自己一一撑了过来。

旁边的朋友评价，经历过少年时期的磨练的李嘉诚，早已经习惯了孤独的感觉。“孤独感是他最好的朋友，也是他最自然的常态。”

在这位朋友看来，几十年的历练，李嘉诚早已学会了从...

-----  
本书先从独处的益处开始分析，将读者引入到独处的环境中。独处的最大益处在于它能激发新的思想，想要出勇敢创新的想法，远离人群总是必要的。斯托尔：“几乎各种各样的创新型人才在成年后，都会逃避他人，以获得一些独处的机会。”比如治疗拖延症的神器——番茄时钟，其实就是...

-----  
《孤独的力量》是一本心理自助类图书，在这本书里有对于孤独的感怀，当一个人独处的时候，会不会感到孤独和寂寞呢？也许有的人觉得独处意味着孤独和寂寞。而独处恰恰是一种最好的享受。事实上确实如此，在许多黑暗时期，独处可以使我们拥有一种内在的安详。在这个五彩缤纷的世...

-----  
勿信了评论，后悔买了一本鸡汤营销书，如果真的要买，建议先去看看实体书。小标题是很吸引人，但了了十几页文字，只有几个与标题一样的总结词句。内容与标题却没有丝毫关联

①大量引用人物言论，花费几行标明出处，几段介绍来源刊物,及其时代背景——“那时怎么样，现在——” ...

-----

-----

-----

《孤独的力量》是一本被书名有些耽搁了的好书。我想大多数人在第一次看到这本书的时候，都会认为这是一本有些俗套有些无味的鸡汤，因而再也生不出什么阅读的兴趣出来，但是只有我们真正的去翻开他的时候，我们才会发现，即便是鸡汤，这也是一本与众不同的鸡汤，不会让人在一时...

-----

[孤独的力量\\_下载链接1](#)