

# 孤獨



[孤獨\\_下載链接1](#)

著者:安東尼.史脫爾

出版者:八正文化

出版时间:2009-7

裝帧:平裝

isbn:9789868505735

當你看到「孤獨」，會聯想到什麼？

大部份人所給的答案，都是消極、負面的。

一直以來，「人際關係」都被視為幸福的關鍵，彷彿有一段美好的人際關係，我們的人生就能臻於圓滿。英國心理學家約翰波爾比也說：「與他人的親密依戀關係，是人生賴以旋轉的軸」。

社會上普遍認為，一個喜歡獨處、不喜歡與人群接觸的人，八成有某種精神上的缺陷；一個極度內向的人，也比極度外向的人不正常。因此，如果身邊的人平時喜歡待在家裡，我們通常會鼓勵他們多出外參加社交活動；就連心理治療師，也毫無例外地不把獨處的能力列入評斷情感是否成熟的參考。

安東尼.史脫爾教授對此提出了一個新的觀點。他認為我們或許不該把人際關係理想化，人際關係也不應該是達成幸福的唯一途徑。事實上，「孤獨」，也就是獨處，也能為我們帶來人生的成就與幸福。

書中從專業角度來分析孤獨，以古今名人——或為作家，或為哲學家，或為音樂家，甚

至宗教聖人——為例，說明孤獨並不像傳統觀念鼓吹的那麼消極有害，在許多狀況下，反而對人積極有益。

作者介绍:

安東尼. 史脫爾 (Anthony Storr, 1920-2001)

出生於1920年，先後就讀於溫契斯特公學、基督學院、劍橋大學，和西敏醫學院。他在1944年取得醫師資格，隨即專攻精神醫學。其出版著作包括：《音樂與心靈》（本書之中譯版已由知英文文化出版）、《人格的完整》、《人類的破壞性》、《容格》、《創作的原動力》、《精神治療的藝術》、《佛洛依德》、《邱吉爾的黑狗》及《孤獨》。此外，他也在《週日泰晤士報》、《泰晤士報文學增刊》及《獨立報》等多家報刊發表評論和文章。

史脫爾醫師是「皇家醫師學會」、「皇家精神科醫師學會」及「皇家文學學會」的資深會員，同時也是「牛津郡衛生局」的名譽精神科顧問醫師，以及牛津洛林學院的榮譽院士。

目录:

[孤獨 下載链接1](#)

**标签**

孤独

待购

孤獨

台版书

2009

**评论**

---

[孤獨](#) [下载链接1](#)

书评

---

[孤獨](#) [下载链接1](#)