

<<心灵7游戏>>

图书基本信息

书名：<<心灵7游戏>>

13位ISBN编号：9787530207406

10位ISBN编号：7530207407

出版时间：2004-05

出版时间：北京十月文艺出版社

作者：毕淑敏

页数：198

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<心灵7游戏>>

### 内容概要

这本书是为你、为我、为他、为所有“有心”人而写。

书中的七个游戏，都直指人生重大问题，深入浅出、梳理过去、指导现在、昭示未来。

人生非游戏，游戏却可以改变人生。

阅读这本书，你会觉得，它只属于自己，因为其中会留下生命的秘密；发现这本书，你会欣赏，它是最好的礼物，因为对任何人可能都有所帮助。

一个游戏，指引一条道路；一个选择，决定一种命运。

你今天选择这本书，幸福可能今天就降临；你现在开始做游戏，改变也许现在就开始……

<<心灵7游戏>>

作者简介

毕淑敏，祖籍山东，生于新疆，长在北京。  
十七岁赴西藏阿里当兵，在高原边防部队服役十一年，任卫生员、军医。  
后转业回北京。  
从事医学工作二十年后，开始专业写作。  
国家一级作家，内科主治医师，北师大文学硕士，心理学博士课程在读。  
主要作品有《红处方》、《血玲珑》、《拯救乳房》等。

<<心灵7游戏>>

书籍目录

序言：心轻上天堂健康是一株三色花游戏1：我的五样游戏2：谁是你的重要他人？

游戏3：我是一个怎样的人？

游戏4：你的支持系统游戏5：再选你的父母游戏6：写下你的墓志铭游戏7：生命线附录：毕淑敏的五样 大学生的墓志铭

## &lt;&lt;心灵7游戏&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘 ..... 美国有一位著名的电视主持人，叫作奥普拉·温弗瑞。2003年，她登上了《福布斯》身家超过十亿美元的“富豪排行榜”，成为黑人女性获得巨大成功的代表。

父母没有结婚就生下了她，从小住的房子连水管都没有。一天，温弗瑞正躲在屋角读书，母亲从外面走进来，一把夺下她手中的书，破口大骂道，你这个没用的书呆子，把你的屁股挪到外面去！

你真的以为你有什么了不起？

你这个白痴！

温弗瑞九岁就被表兄强奸，十四岁怀了身孕，孩子出生后就死了。

温弗瑞自暴自弃，开始吸毒，然后又暴饮暴食，吃成了一个胖子，还曾试图自杀。

那时，没有人对她抱有希望，包括她自己。

就在这时，她的生父对她说：有些人让事情发生，有些人看着事情发生，有些人连发生了什么都不知道。极度空虚的温弗瑞开始挣扎奋起，她想知道自己的生命究竟有些什么样的事情会发生。

她要顽强地去做“让事情发生的人”。

大学毕业之后，她获得了一个电视台主持人的位置，1984年，她开始主持《芝加哥早晨》的节目，大获成功，在很短的时间里成为全美收视率最高的节目。

她开始发动全国范围内的读书节目，她对书的狂热热爱和她的影响力，改变了很多书的命运。

只要她在自己的脱口秀节目里对哪本书给予好评，那本书的销量就会节节攀升。

温弗瑞成立了自己的公司，创办了畅销杂志，还参股网络公司。

她乐善好施的名声和她的节目一样响亮。

她每年把自己收入的百分之十用来做慈善捐助。

这个温弗瑞亲手推动了太多的事情发生！

她认为这主要来源于父亲的那一句话。

如果让温弗瑞写下她的“重要他人”，温弗瑞的父亲一定是首当其冲。

他不但给予了温弗瑞生命，而且给予了她灵魂。

温弗瑞的母亲也算一个。

她以精神暴力践踏了幼小的温弗瑞对书籍的热爱，潜藏的愤怒在蛰伏多年之后变成了不竭的动力，使成年以后的温弗瑞，以极大的热情投入到和书籍有关的创造性劳动之.....

## &lt;&lt;心灵7游戏&gt;&gt;

## 媒体关注与评论

书评毕淑敏新作！

这书中的每一个游戏，我都曾饶有兴趣地完成过，沉浸其中落下的泪水，已化作我的钻石！

让我们一起来玩游戏吧，一如沙漠中同饮一捧泉水，合乘一车奔向远方！

人生非游戏，游戏却可以改变人生。

阅读这本书，你会觉得，它只属于自己，因为其中会留下生命的秘密；发现这本书，你会欣赏，它是最好的礼物，因为对任何人可能都有所帮助。

一个游戏，指引一条道路；一个选择，决定一种命运。

你今天选择这本书，幸福可能今天就降临；你现在开始做游戏，改变也许现在就开始……

写得毕淑敏血压高 著名作家毕淑敏最近获得了心理学博士学位，新书《心灵7游戏》正是她研究心理学结出的果实，书中的7个心理游戏将给疲惫的人注入能量。

据说，该书5月10日在北京上架后，3天的时间，毕淑敏的心理诊所就已经不堪重负，人们纷纷到这里寻求心理帮助。

昨天，毕淑敏来到桂林书市，她和她的书立刻成了媒体的聚焦点。

写得血压升高 毕淑敏出现时，还是一贯的温暖笑容，但脸色明显失去了以往的红润，显得苍白虚弱。

原来这都是《心灵7游戏》惹的祸，这本书是毕淑敏的第一篇心理学作品，写得最为艰难。

写作过程中，她感觉到了身体的变化，一量血压，都180了。

毕淑敏是医生，看到结果心里有点紧张，对家人说：“如果你们看到我变得迟钝，或者突然就不说话了，要赶紧把我拉到医院去抢救。

”《心灵7游戏》关注人们的心理健康，给很多人注入了心理能量，却给毕淑敏自己留下了一个后遗症：每隔几天就要到医院量一次血压。

毕淑敏没有遗憾，一句“赠人玫瑰，手有余香”说出了自己心中的无限关爱。

书中游戏感化女囚 关于书中的游戏，毕淑敏给记者讲了一个故事：去年三月，清华大学女生邀请我去和她们共度三八节，同时又接到一个电话，女子监狱也邀请我和300个女犯人一起过三八节，我第一句话就说：“我没有和300个坏女人说话的经验。

”对方笑着解释：“她们是女犯人，不是坏女人。

我们非常真诚地希望您过来。

”我陷入了激烈的思想斗争，最终出于责任感，我去了女子监狱。

可光是如何称呼她们就让我犯难了一整天，女士们、女同志们、姐妹们肯定不行，想到最后才想出用“女同胞们”这个称呼。

讲话的内容我更不知道从哪着手，实在没有办法了，我决定和她们做几个心理游戏。

我没有想到效果会是那么的好，和她们聚会结束后的几天，我收到了很多来信，她们对我非常感激，有人还说我的游戏让她接受了第二次审判。

真有这么灵吗？

《心灵7游戏》被称为“驶入心灵的快车”，书中的每一个游戏，毕淑敏都饶有兴趣地做过，其中两个游戏还是她自己编出来的。

她将游戏介绍给朋友，无论是普通人还是知名人士，都在游戏中得到关怀，连外交部新闻发言人也被感动得流下眼泪。

可是没有亲手做过这些游戏的人却心存疑虑：“有这么灵吗？”

”当现场有记者向毕淑敏提出这个问题时，她睿智地一笑：“你试一试不就知道了？”

”【金陵晚报】特派记者 王雪梅

<<心灵7游戏>>

编辑推荐

阅读《心灵7游戏》，你会觉得，它只属于自己，因为其中会留下生命的秘密；发现这本书，你会欣赏，它是最好的礼物，因为对任何人可能都有所帮助。

一个游戏，指引一条道路；一个选择，决定一种命运。

你今天选择这本书，幸福可能今天就降临；你现在开始做游戏，改变也许现在就开始……

<<心灵7游戏>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>