

<<追究幸福>>

图书基本信息

书名：<<追究幸福>>

13位ISBN编号：9787229018504

10位ISBN编号：7229018501

出版时间：2010-4

出版时间：重庆

作者：丹尼尔·列托

页数：175

译者：胡燕平

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>

## <<追究幸福>>

### 前言

很久以前，古代哲人苏格拉底就向希腊富人的孩子提出了一个问题：“什么是幸福？”似乎“什么是幸福”是在富裕条件下提出来的问题。

确实，只有当人们在物质世界中获得了某种东西时，他才会去体会它，对其中所蕴涵的精神感受提出问题。

看来，幸福不是人所固有的一种性质，它是有条件的，是要人们去理解和体察的。

与古希腊时代比起来，现在的世界已经有多得多的人过上了富裕得多的生活。

“什么是幸福”的问题随之在更广的范围内有了更重要的意义。

随着社会的发展，一定还会有越来越多的人，直至所有的人会过上越来越富裕的生活。

那么，“什么是幸福”这个问题就是越来越多的人，直至所有的人所要面对的，需要去理解、体察，并且回答的问题了。

幸福可能成为，或者已经似是而非地成为人们的完美生活的基本特征。

这个时候，它就表现出一种人类生活的性质。

任何问题，只要具备了整个人类生活的共性时，它所面对的就是每一个人，以不同形式，在不同程度上转化为对每一个个体的提问。

绝大多数人在面对“什么是幸福”这个问题时，都会或多或少地将这个对人类生活性质的普遍思考转化为对个人自身生活状态的诘问：“我幸福吗？”

“我的幸福是什么？”

”

## <<追究幸福>>

### 内容概要

幸福是抽象的还是具体的？

幸福真的存在吗？

《追究幸福:微笑中的科学》用社会学和心理学方法研究的结论突破了经典著作关于幸福的含意，让我们意识到原来幸福其实就深藏在我们进化的本能中和大脑的涌动机制中。

读此书的意义也许并非在于明确何为幸福，而在于作者充满张力的论说为我们发掘自己心中最原始也最重要的美好意愿提供了思考的智慧。

## <<追究幸福>>

### 作者简介

丹尼尔·列托（Daniel Nettle），英国纽卡斯尔大学心理学讲师。  
他出版的著作有：《消失的声音》（Vanishing Voices）、《语言的多样性》（Linguistic Diversity）、《强烈的想象：发疯、创造力和人类的天性》（Strong Imagination: Madness, Creativity, and Human Nature, 中译本名为《崩溃边缘》）、《幸福》（Happiness, 中译本名为《追究幸福》）。

<<追究幸福>>

书籍目录

幸福的理性追究——代译序 导言 第一章 舒适和快乐 第二章 生存与游戏 第三章 爱与工作 第四章 忧虑者和热情者 第五章 需要和喜爱 第六章 万能药和安慰剂 第七章 设计生活 阅读建议 参考书目 中英术语对照表

## &lt;&lt;追究幸福&gt;&gt;

## 章节摘录

第三级幸福很难量化。

就我们所知，评估第三级幸福涉及到对什么构成了好生活、在多大程度上人们的生活可以成就好生活做出判断。

心理学家卡罗尔·莱芙（Carol Ryff）和她的同事提出：人类涉及的各种要素比第二级幸福宽泛很多。这些要素的集合包括个人的成长、目标对环境的掌握、自我定向，以及对更多的快乐要素的熟悉和较少的痛苦。

莱芙给出的心理康乐概念有着更宽泛的构成要素，这个概念倾向于与狭义的幸福产生关联，但是它们之间的关联却十分微弱，这意味着，你可能发现有的个体在心理上有很强的康乐感，而在第二级幸福上却感受甚低，你还可以发现存在着相反的情况。

莱芙的研究令人信服，但是在她的表述中，心理学的康乐概念和道德立场之间存在着混乱。例如，莱芙声称“历史提供了无数人的例子，他们过着丑陋、不正当、无意义的生活，却十分幸福”。

此说的含义是，如果第二级幸福牺牲了美、丧失了目标，那么，它在本质上追求的是应该受到指责的狭隘的目标。

像美、目标这样的东西确实是很困难的，具有挑战性，所以我们在短期幸福中通常会减少对它们的追求。

如果有人在我看来生活得丑陋而无意义，但是他们自己却感觉愉快，那么，我很难看出我有任何权力要求他们去做其他的事情。

如果我这样做了，我就不可避免地将我自己的评估议程让别人去承受。

这样做，就会在客观科学领域里留下一种专家暴政。

如果有人享受生活，他是幸运的，他们最不需要的东西就是为他们的狭隘受到惩罚，就是由有出书特权的学术界进行规劝。

<<追究幸福>>

编辑推荐

幸福宛如一只蝴蝶，当你紧随其后时，它会离你而去；而当你静坐不动时，它可能翩然而至，落在你的身上。

<<追究幸福>>

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>