

<<快乐的秘密>>

图书基本信息

书名：<<快乐的秘密>>

13位ISBN编号：9787535945822

10位ISBN编号：7535945821

出版时间：2008-7

出版时间：广东科技出版社

作者：塞巴斯蒂亚·塞拉诺

页数：140

译者：卢晓为

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>

## <<快乐的秘密>>

### 内容概要

快乐和幸福在哪里？

快乐源于你与亲人和朋友分享你的故事；快乐是您有需求时，马上获得伴着笑脸的帮助；快乐和幸福源于情人之间情感交流的升华；快乐是一种大脑深处的微妙变化。

西班牙交流大师为您剖析人类快乐的奥秘，从行为学的角度讲述快乐产生的原因，分析现代生活对人们快乐感的削弱作用，向读者介绍找到快乐的方法和技巧：用微笑打破人与人之间的隔阂，采用“交流食谱”积极与人交流。

读完《快乐的秘密》，你会发现，找到快乐和幸福其实很简单。

## &lt;&lt;快乐的秘密&gt;&gt;

## 作者简介

塞巴斯蒂亚·塞拉诺，1944年生于布拉·杜尔戈的贝尔维斯。他任教于巴塞罗那大学语文学院，是罗马语语文学系普通语言学的教授。他曾经担任阿姆斯特丹大学、里昂大学、墨西哥自治大学、布宜诺斯艾利斯大学、伯克利大学以及罗马大学等高校的客座教授。

多年来，塞巴斯蒂亚·塞拉诺教授发表过符号学、语言学，诗歌、哲学、科学理论尤其是交流理论方面的多部研究著作。

他的著作包括《数学语言学基础》（1988年）、《符号、语言和文化》（1988年）、《赞扬纯粹热情》（1990年，获Ramon Llull文学奖）、《交流，社会和语言》（1993年）、《诱惑的逻辑性》（1996年）、《学习交流：性、诗歌和企业的书》（2000年）、《交流的礼物》（2004年）以及《诱惑的本能》（2005年）。

塞巴斯蒂亚·塞拉诺获过多个奖项，其中包括Anagrama杂文奖、Joan Fuster奖、Xarxa奖、Prat de la Riba奖、Ramon Llull奖以及加泰罗尼亚大百科字典基金奖。

## <<快乐的秘密>>

### 书籍目录

第1章 什么是幸福1.1 幸福的起源1.2 幸福的获得：通过笑、通过说、通过爱抚1.3 用语言改变世界1.4 现代社会的情感焦虑1.5 做一份“交流食谱”第2章 交流的神奇作用2.1 交流拯救人类2.2 交流的神奇作用2.3 交流编织情网第3章 大脑与交流3.1 用符号和语言构建社会3.2 男女之情是怎样产生的3.3 理智与情感3.4 精神疾病的产生第4章 驾驭语言的艺术4.1 不同凡响的语言4.2 用语言推动感情发展4.3 语言的弱点4.4 现代化社会带来的冲击第5章 缺乏交流的恶果5.1 一个真实的故事5.2 手机年代的情感危机第6章 影像的无穷魅力6.1 从宗教崇拜看图像的作用6.2 被电影改变的世界6.3 影像改变交往方式第7章 掌握沟通的技巧7.1 通过语言处理信息7.2 怎样才能有效地交流7.3 情感交流的练习7.4 掌握沟通的技巧7.5 《天方夜谭》的启示

## &lt;&lt;快乐的秘密&gt;&gt;

## 章节摘录

## 2.1 交流拯救人类 生命，变幻莫测。

这种特性正是构成生命体的基础，也是生命体能够不断进化的前提。

而组织和安排这种变化的元素就是信息的传达和交流。

沟通是引起变化的星星之火。

交流，在我们的生命中无处不在：小到一个神经细胞，大到一个国家，甚至整个人类，无时无刻都在交流之中。

就算是人体的两个细胞之间，都在不停地互相发送信息，“诉说”着由神奇的化学语言编成的“故事”。

既然如此，我们不免要问，这些“对话”有什么目的？

这些无处不在的交流有什么实际的用途？

它们想达到什么目的呢？

一言以蔽之，为了生存。

正所谓“适者生存”，在人类社会，谁能够更好地传达和理解周边的信息，谁就能够活得更长、更好，甚至惠及子孙后代。

因此，人们在交流上所花的力气，应该是一生里最划算的投资了。

那么，在进入正题前不妨先想想，是什么驱使我们的类人猿祖先在交流上做出这么大的投资？

是什么促使了语言符号的出现，并最终产生了语言？

我相信在真正的语言产生之前，祖先们所最早使用的语言符号体系是既不牢靠又难以掌握的。

不仅效果差、不灵活，使用范围也有限，他们还需要借助带有强烈感情色彩的词汇，以及丰富的面部表情，甚至手舞足蹈才能表达自己的真正意图。

因此，祖先们的面部交流技巧不断提高，也学会了通过触摸表达自己更细腻的情感。

为了减少导致危险的变数，灵长类先祖非常重视交流。

因此，他们决定群居。

从此，出于互相保护、抵御危险的战略需要，人类一直过着群居生活。

社会化是灵长类动物生存的法宝，也是其进化的重要策略。

没多久，人类就开始在“家庭”的基础上建立了“社会”，并且以亲属关系为平台，构建出各种群体和组织。

## <<快乐的秘密>>

### 编辑推荐

《快乐的秘密》是一本适合送人的好书。  
而它本身就是我送给广大读者的一份厚礼。

这本书向我们揭示了生活中情感的重要性。

我们该如何表达情感？

感情的催化力量在哪里？

语言在这其中扮演什么角色？

快速的生活节奏如何改变我们？

读完了《快乐的秘密》，我们就会找到这些问题的答案。

正如塞巴斯蒂亚·塞拉诺所说的：“我们良好的生存状态，很大程度上取决于我们对情感世界中信息的正确处理。

如果能够很好地控制和管理这一信息，我们就可以在生活中体验到更多、更深的幸福。

”“塞拉诺再一次施展其交流天赋，来揭示情感的重要性。

”——罗萨·毕诺尔《先锋报》 “如果塞巴斯蒂亚·塞拉诺早出生五个世纪，他会是炼金士

。”  
”——罗格尔·巴斯瓜尔《加泰罗尼亚报》

<<快乐的秘密>>

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>