

<<不断幸福论>>

图书基本信息

书名：<<不断幸福论>>

13位ISBN编号：9789867600431

10位ISBN编号：9867600436

出版时间：2004

出版时间：大块文化

作者：柯莱恩

译者：陳素幸

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>

<<不断幸福论>>

内容概要

本書從腦神經科學的最新研究出發，帶領讀者認識「幸福」如何以渴望、愛、性、享樂、慾念等作為激情動力，為人類生活畫出豐富的内容。

本書也結合了情緒管理的觀點和人生哲學的角度，提出實用的生活建議和啟示，讓讀者看見：只要建立了正確的態度，腦子就能學到幸福之道，經常為我們製造出幸福感。

書中引用的科學研究發現和提出的建議，有的令人驚訝，有的令人緊張，有的令人深感安慰：

產生幸福感的條件與遺傳有關。

但天生不容易快樂起來的人，可以學著在腦部設定快樂程式。

性與愛情是兩種能帶來極致幸福感的活動。

人腦天生喜新厭舊，所以外遇和變換性愛對象是人的天性。

學習新事物會引發幸福感。

但腦子很容易習慣新事物，一旦習慣，就會僵在不快樂的狀態中。

長久的不快樂是因為腦子學了太久的負面情緒。

不幸福的人是因為他不願意學習幸福。

赤貧的人很難覺得幸福，但富裕並不會讓人幸福多少。

民主社會裡的平均幸福度高於專制社會，參與公共事務比自掃門前雪更幸福。

這個叫做幸福的奧妙現象漸漸卸下了面紗。

讀者讀完本書，再也不會用同樣的眼光看待幸福。

<<不断幸福论>>

作者简介

柯萊恩(Stefan Klein) 目前為自由作家，住在柏林。

擅長專寫科普文章與報導。

1965年出生於德國慕尼黑，擁有生物物理學博士學位。

曾在知名德文週刊《明鏡》(Spiegel) 擔任科學編輯三年。

1998年獲得歐洲知名的科學新聞寫作獎。

2000年出版了《宇宙創造的日記》。

<<不断幸福论>>

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>