

# 《幸福的征途》

## 图书基本信息

书名：《幸福的征途》

13位ISBN编号：9789862352441

10位ISBN编号：9862352442

出版时间：2013-4

出版社：臉譜

作者：羅素

页数：237

译者：易思婷

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《幸福的征途》

## 內容概要

人的基本快樂很簡單，簡單到複雜的人無法承認他們缺乏簡單的快樂

幸福不是被否決的基本人權，能經由個人的思考而努力而獲得

暢銷近百年的自我成長學習書，二十世紀最偉大思想家羅素經典之作用一生衝撞出的真理，給活在當下卻不自在快樂者的當頭棒喝

哲學家羅素並非生來就快樂：

「五歲時我對眼前漫長無趣的人生路茫然，青少年時恨極生命，經常在自殺的念頭上徘徊，耳順之年後卻非常享受人生：『一方面發現了什麼才是自己最想要的，另一方面則是成功地放棄某些想要的，但最主要的原因，還是減少了對自我的陷溺。』」

當他深入思考探索何謂幸福時了解到：

人之所以不快樂是因為身陷自我封閉的牢籠，而恐懼、嫉妒、罪惡感、自戀、自憐追求刺激、害怕輿論與受迫害妄想，正是構築這道與世對立之牆的元凶。

在追求人生幸福的途中，放棄的哲學有時比努力的哲學更為關鍵。

快樂的生命必須是安靜生命的延伸，唯有在安靜的環境裡，真正的快樂才得以存活。

人因害怕無聊而渴望刺激，滿是刺激的生命卻令人疲累，讓樂趣變得平淡無奇，它用淺度的騷動代替深度的滿足，用聰明代替智慧，用新奇代替美麗，學會和單調共處相當重要，一個無法承受單調的世代，是無法成就大事的世代。

不快樂沒有顯著的外在成因，但讓人感到難以忍受，無路可逃，大部分的不快樂是因為錯誤的世界觀、倫理觀或生活習慣，破壞了對事物與生俱來的熱情和興致，而它們正是人類所仰賴得到快樂的泉源。

於是在一九三〇年寫下這本震撼世人的經典，比近代自我成長書籍的熱潮早了近一世紀。

羅素不相信自我感覺良好的老生常談、保持正面積極或是在七天內改變生命的論點。

他認為幸福並不是一個被某些人否決的基本人權，幸福只能經由個人的思考而努力而獲得。

對於那些願意付出努力的人，這本經典即可能是他們人生最大問題的答案。

羅素一步一步地引導讀者，從不快樂的成因到可以達成最終堅定的「幸福人」

所牽涉的個人選擇、妥協與犧牲。本書是大眾哲學和自我成長書籍的典範。

# 《幸福的征途》

## 作者簡介

作者：羅素（1872—1970）英國著名的邏輯學家、數學家，也是二十世紀最偉大的哲學家之一。小時後接受家庭教育，直到1890年進入劍橋大學三一學院學習數學和哲學，五年後，則以《論幾何學基礎》這本論文取得劍橋大學研究員的資格。1890年時他接觸到符號邏輯，之後利用符號邏輯將數學推演出來，到1911年時，完成了三大卷的《數學原理》，對於數學的發展深具影響。他的學術研究層面相當廣泛，除了專研邏輯學和數學之外，還涉及宗教、教育、物理學、文學、政治和歷史方面的研究。於1950年榮獲諾貝爾文學獎。

譯者：易思婷

美帝常春藤名校賓州大學電腦博士，因熱愛戶外運動而選擇一條不同的人生路。目前旅居美帝，在攀岩世界鑽研，教學、寫作、挑戰各種首攀。著有《睡在懸崖上的人》

## 書籍目錄

Routledge出版社經典版序5

序13

第一部份 不快樂的成因

第一章 神馬是人不快樂？ 17

第二章 拜倫式不快樂 29

第三章 競爭 49

第四章 無聊與刺激 61

第五章 疲勞 73

第六章 嫉妒 85

第七章 罪惡感 97

第八章 被迫害妄想 111

第九章 害怕輿論 125

第二部份 快樂的成因

第十章 快樂還可能嗎？ 141

第十一章 興致 155

第十二章 情感 171

第十三章 家庭 181

第十四章 工作 201

第十五章 閒暇興趣 211

第十六章 努力和放棄 221

第十七章 快樂的人 231

# 《幸福的征途》

## 精彩短评

1、需要多读几遍才真的能用上吧，经典就是经典，总是能一语击中要害，不过，想要看懂这本书就能理解幸福，恐怕是不行。完全是需要自己再思考的。

# 《幸福的征途》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)