

Stumbling on Happiness



[Stumbling on Happiness_ 下载链接1](#)

著者:Daniel Gilbert

出版者:Vintage

出版时间:2007-3-20

装帧:Paperback

isbn:9781400077427

Bringing to life scientific research in psychology, cognitive neuroscience, philosophy, and behavioral economics, this bestselling book reveals what scientists have discovered about the uniquely human ability to imagine the future, and about our capacity to predict how much we will like it when we get there.

- Why are lovers quicker to forgive their partners for infidelity than for leaving dirty dishes in the sink?
- Why will sighted people pay more to avoid going blind than blind people will pay to regain their sight?
- Why do dining companions insist on ordering different meals instead of getting what they really want?
- Why do pigeons seem to have such excellent aim; why can't we remember one song while listening to another; and why does the line at the grocery store always slow down the moment we join it?

In this brilliant, witty, and accessible book, renowned Harvard psychologist Daniel Gilbert describes the foibles of imagination and illusions of foresight that cause each of us to misconceive our tomorrows and misestimate our satisfactions. With penetrating insight and sparkling prose, Gilbert explains why we seem to know so little about the hearts and minds of the people we are about to become.

作者介绍:

Daniel Gilbert is Harvard College Professor of Psychology at Harvard University. He has won numerous awards for his teaching and research, including the American Psychological Association's Distinguished Scientific Award for an Early Career Contribution to Psychology. His research has been covered by The New York Times Magazine, Forbes, Money, CNN, U.S. News & World Report, The New Yorker, The Wall Street Journal, Scientific American, Self, Men's Health, Redbook, Glamour, Psychology Today, and many others. His short stories have appeared in Amazing Stories and Asimov's Science Fiction Magazine, as well as other magazines and anthologies. He lives in Cambridge, Massachusetts.

目录:

[Stumbling on Happiness 下载链接1](#)

标签

心理学

Psychology

幸福的障碍

思维

HAPPINESS

happiness

daniel

逻辑

评论

读的时候一直在想

人要先快乐 学习效率才高 ==

不是个人喜欢的话题，可是幽默的笔触和深刻的见解，确实是一本不可多得的好书

TED上看了作者的演讲，觉得很受用~

humorous and informative

书本身不错，但是对我目前用处不大

[Stumbling on Happiness 下载链接1](#)

书评

这本《哈佛幸福课》是中信出版社的一位编辑送我的，送的时候没跟我说写评论的事。前几天我看完了这本书，看的时候写了一点读书笔记，于是便据此写了下面这篇可能有些跑题的书评。
这本书原来曾以《撞上快乐》这样一个书名出过一版，可能第一版卖得不太理想，于是改了书名又出了...

如果明天你接到一个电话：通知你中了1000万元大奖，你猜你会是什么感觉？大多数人可能会说：我会因为这一好运而高兴上很长一段时间。
如果明天你接到一个电话：通知你被学校退学，或被公司解雇。你又会有何感受？大多数人可能会觉得：自己会因此而消沉上很长一段时间。 Gilber...

1998年，一位法国人设计了一个既复杂又别开生面的自杀计划。首先，他站在高高悬崖上，脖子套上索套，绳子末端固定在大石头上。然后，他喝下毒药，并开始自焚。他还觉不够喉，从悬崖跳下时，朝着自己脑袋开了一枪。可子弹并没有打中目标，反而打断了绳索。因此，他直接掉到海里...

这本书似乎没有登上过什么国内的排行榜，看过后觉得翻译的很别扭，包括名字也给人一些误导（虽然是直译）。不过从书的内容来看客观的说是一本值得一看的书。这本书从比较科学严谨的实验数据来证实人思维方式上的误差，而这些误差往往导致人对未来的判断不是消极就是恐惧...

首先，这不是一本温情脉脉救世主式的Self-help Book，Gilbert在前言里很明确地表示：This is not an instruction manual that will tell you anything useful about how to be happy. Those books are located in the self help section and once you've bought one, done ever...

我本以为这本书会告诉我们一些实用的，关于幸福的箴言，然而这本书虽然不是纯学术的，但也绝对称不上工具书，丹尼尔用一些社会统计和研究实验的方法，特别理性地得出了一些结论，但仅仅是结论而已，并不能告诉我们如何才能得到幸福。这本书逻辑性太强，我只能切取其中一些有感...

且不说书好书坏，就说一条：这书的书名就是坑人。它从头到尾介绍的都是人做的计划和对未来的决定为什么是不准的，怎样才能准。应该叫《哈佛规划课》。
再说内容，很多都和丹·艾瑞里教授的《怪诞行为学》重复了。虽然这两本书可能没有个先来后到，但我看这两本书却是有先后...

幸福是一种病 据说现代社会有三粒毒药：消费主义、性自由和成功学。

其实并非如此简单。
在我充满怀疑的眼光看来，一切被过度提倡的主题，都是不可信的。比如。
比如风靡全国多年不衰的减肥风潮。
多少傻呵呵的娘们儿真的上了当，喝减肥茶节食健身抽脂无所不为，胆子大的连蛔...

看了半本书之后，发现封面封底上这些推荐人，大多都是吭爹啊。你们有真正看过书吗？哪怕看一下作者的序，应该也就不会写出这样的推荐语来吧？！真是不负责任瞎推荐！中方出版社把书扣上“哈佛幸福课”的帽子，纯粹是为了营销吧。。
如果你期待在书中找到臻达幸福的妙方，那...

刚刚通过TEDtoChina看到了哈佛心理学教授丹·吉尔伯特的TED演讲视频，演讲了讲述了关于“合成快乐”的一些有趣的结论：
人脑前额叶皮质具有一种“模拟”的能力，它能根据自己不管是遗传的还是后天获取的经验，来“模拟判断”即将发生的事情是带给自己正向的和负向的感觉，并...

花了近一周的业余时间看完了《撞上快乐》，当初是冲着书名在当当上买了它，买之前我还专门去豆瓣上看了别人写的书评，并且一而再再而三地阅读这本书的简介，最终才决定买下来，记得还不便宜，二十多块钱吧。
当然，我是被“撞上快乐”这四个字给蒙蔽了，因为我本来是想学习下如...

“If anything can go wrong, it will.” Ever since a US Air Force engineer called Ed Murphy made this curse in 1949 when finding that every piece of a project was wired exactly the wrong way, adding new entries to this so-called Murphy’s Law has become a pop...

一个幸福的人，必须有一个明确的、可以带来快乐和意义的目标，然后努力地去追求。真正快乐的人，会在自己觉得有意义的生活方式里，享受它的点点滴滴。
一个幸福的人，是即能享受当下所做的事，又可以获得美满的未来。
寻找真正能让自己快乐而有意义的目标，才是获得幸福的关键...

#每天浏览一本书# 19/600

《哈佛幸福课》你幸福吗？为什么你我忙碌终日，辛勤工作赚钱的结果，却仍有极大可能缺失内心的幸福感？幸福力不是本能，是技能，你我都需要学习，才能收获满心幸福。
。-----买了不...

2012年1月26日(星期四) 晚上9:42 第一课=====

心理自助课程变得假大空，而偏于学术的研究虽然有很多资料，但是很少有人去看。因为太艰深。因此作者要从象牙塔到大众建立起一个链接。
-----一部分是心理学基础的东西。...

只有激情，那只是短暂的 只有意义，有可能是痛苦的。幸福是什么呢？

可能真的有些答案是 猫吃鱼，狗吃肉，奥特曼打小怪兽。

不过其实，这些都只是激情而已。其实真正的幸福是：

猫吃到了自己努力抓到的鱼，狗吃了主人特地为他买来的肉肉，奥特曼打败了一个马上就要毁灭地球...

[Stumbling on Happiness_下载链接1](#)