

自我的进化——第三千年心理学



[自我的进化——第三千年心理学 下载链接1](#)

著者:[美] 米哈里·契克森米哈赖

出版者:世界图书出版社

出版时间:2019-6-1

装帧:平装

isbn:9787519255701

本书是《心流》作者米哈里·契克森米哈赖的又一力作。他阐述了人类在第三个千年里面临的挑战，无序的意识占据我们的头脑，基因和文化对人的影响无孔不入，人类该如何战胜精神熵，从而获得真正的幸福呢？米哈里·契克森米哈赖在书中讲解了“心流”的奥秘，帮助人们在各种活动中进入心流状态。本书不仅是积极心理学的理论素材，也是大众读者提升自我的行动指南。

作者介绍:

米哈里·契克森米哈赖是积极心理学奠基人之一，“心流”理论提出者。前美国心理学
会主席马丁·塞利格曼誉之为“世界积极心理学研究领军人物”。契克森米哈赖一直致
力于幸福和创造力的研究，提出并发展了“心流”的理论。他曾担任芝加哥大学心理系
主任，现任教于美国加州克莱蒙特大学。其著作包括《心流》《发现心流》《创造力》
等畅销书，对积极心理学的发展产生了重大影响。

目录: 引言
第一部分
过去的诱惑
第一章?思维与历史 003
第二章?谁控制思想? 034
第三章?玛雅的面纱 068
第四章?捕食者和寄生者 106
第五章?模因与基因 148
第二部分
未来的力量
第六章?引导进化 181
第七章?进化与心流 211
第八章?超越自我 249
第九章?心流史 302
第十章?未来的友谊 334
后记 353
参考文献 355
· · · · · (收起)

[自我的进化——第三千年心理学_下载链接1_](#)

标签

心理学

积极心理学

心流

自我

2019

成长

Csikszentmihalyi

评论

大师90年代就预见到2020年后的趋势了

p75
“无论我们把什么称为现实，它都是通过我们参与的积极建设而展示在我们面前的”（诺奖化学-伊利亚·普里高津）
p149（英）生物学家理查德·道金斯提出“模因”术语，用于描述文化信息的单位，其对社会的影响与人类机体基因中的化学编码指令相当。（模因可追溯到希腊词“mimesis”，意为模仿）
道金斯：文化的指导作用通过师范和模仿一代一代传递，而不是通过精子和卵子的结合进行基因洗牌。
（模因-人类有意思的行为产生的任一永久的事物或信息。eg.一块砖与莫扎特的《安魂曲》都是模因）当人类的神经系统对一段经历有反应时，模因应运而生，并将其编码成一种形式传达给别人。
p116 “除了奴隶制，还有许多其他的方法可以剥削精神能量”（p.s.奶头乐理论，娱乐、色情、低俗、暴力…）一项新的技术常常使压迫称为可能

自我的进化
主要是因为讲meme才看的。结果就是真难懂！作者是研究认知心理学的。翻译的也好生硬。
未来的世界将由我们现在选择关注的想法和物体构成。而这些想法就是meme，独立于人类机体存在，像基因控制人类性状一样，meme控制人类行为。人类的大部分精力都致力于选择，而这些选择就是在繁殖meme。我们以为我们做这样的事情是出于自己的欲望，其实是受到与问题相关的meme的影响。因此，我们很难判断我们的选择是为了自己还是因为meme想繁殖后代。

[自我的进化——第三千年心理学_下载链接1_](#)

书评

转因 一切可能 不会一跃而就 一切“因”都在变化 我们所看到的真相
只针对当下自己个人 这个真相是从无序中 形成的一种有序的形态 因由：
基因 | 模因 | 果因 基因是感性意识 模因是理性行为 果因是行为意识
基因是天生的——源于上代 模因是后学的——归于后代 果因是现世的—...

[自我的进化——第三千年心理学_下载链接1_](#)