

幸福的社会 [Happiness: Lessons from a New Science]



[幸福的社会 \[Happiness: Lessons from a New Science\]_下载链接1](#)

著者:[英] 理查德·莱亚德 (Richard Layard) 著，徐娇 编，侯洋 译

[幸福的社会 \[Happiness: Lessons from a New Science\]_下载链接1](#)

标签

评论

中央2介绍的。 为什么我们感觉不到幸福呢？——拿来研究一下。

很不错的书，赞一个！

还阔以阔以阔以阔以还可以可以可以可以

社会的幸福不能靠一个人，是靠观念靠社会的物质基础和便签

红红火火恍恍惚惚呵呵哈哈哈哈哈

好书啊 好书 非常喜欢 非常满意啊啊啊

很好的书，内容新颖，大长见识，收益颇丰。

书非常好，快递也很快，非常满意！

经典健康管理书籍

书不错，不过评价要十五个字~~~~~

一本值得好好看的书，价格便宜。

版本好，包装严，物流快。

好看！快递快！好看！快递快！

书本质量更好，是本好书

活动时帮人买的书，不错。

积极心理学视角分析幸福。

书不错，仔细挑选后买的

非要评价，讨厌啊！！

湛庐出品，必属精品，哈哈

看完后，很幸福

幸福意味着什么？值得一读

不错，囤书好好阅读中～～～

如此,我相信许多人已经对本书充满好奇,急于先睹为快。倘若这些介绍仍没有唤起你的兴趣,那么下面的内容也许能吸引你:它们来自林登教授接受美国公共电台记者关于本书的采访,我进行了节选和编辑,这些访谈也都体现在本书的内容中。

“您能简单地介绍一下尼古丁是如何影响大脑的吗?”

“尼古丁可以进入血液循环并进入大脑,激活脑内与快感相关的神经细胞,这些细胞位于一个叫作腹侧被盖区的大脑区域。尼古丁刺激导致神经细胞释放大量的多巴胺,正是这些多巴胺让我们感到快乐。实际上,许多药物可以直接增加脑内多巴胺的分泌;而大麻、尼古丁和酒精可以间接增加多巴胺的分泌。这些药物都可以激活大脑内部的愉悦回路。” “对于吸毒您怎么看?”

“我认为,吸毒只是一种医学现象。正如一个人得了心脏病去看医生,医生会告诉患者应该加强锻炼、健康饮食和按时吃药,但

不会说患者造成了社会负担。同样地,对于毒瘾患者,我们应该告诉他,是他的大脑工作方式出现了一些问题,他应该采取一些减压措施并进行积极治疗,社会也应该给予更多的关怀。” “您认为压力会让我们追求更多的快乐吗?”

“确实如此。压力不仅让我们追求快乐,同时也造成一些成瘾行为,如洁癖。如果周围一切都非常整洁,那么就不会有洁癖者。洁癖只在有压力的环境中产生。如果你有洁癖,那么就应该采取一些减压措施。对于药物公司来说,开发一些干扰奖赏回路中激素受体的药物,将能够帮助这些有洁癖的人减少复发。”

[幸福的社会 \[Happiness: Lessons from a New Science\]_ 下载链接1](#)

书评

[幸福的社会 \[Happiness: Lessons from a New Science\]_ 下载链接1](#)