

<<寻找自我>>

图书基本信息

书名：<<寻找自我>>

13位ISBN编号：9787545904710

10位ISBN编号：7545904710

出版时间：2012-7

出版时间：鹭江出版社

作者：伊藤健太郎

页数：188

字数：200000

译者：林一戎

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>

## &lt;&lt;寻找自我&gt;&gt;

## 前言

将有2000年历史的哲学放在右手，再将现代科学放在左手，现在让我们一起来寻找生存的意义和真正的自我吧。

活着意味着什么？

我是谁？

工作是为了什么？

我为什么会存在？

真正的幸福在哪里？

什么才是真正适合我的活法？

本书试图通过21世纪的学问——“科学哲学”来解答这些永恒的问题。

关键词是爱、性、结婚。

“想知道真正的自己”，“想成为真正的自己”。

类似这样的“寻找自我”，过去曾经是年轻人中的特有现象，现在在中年人中也开始扩散，成为一种潮流经久不衰。

在书店里，摆满了各种用来认识自己的心理学和占卜方面的书，还有就业指南之类的。

为了重新审视自己，有的人远赴印度，有的人历游欧洲，还有的人甚至穿行于每天都在持续上演恐怖事件的危险地带，最终为此死于非命。

在日本，自由职业者不断增加，有的人说有150万人，也有的人说有300万人，这些自由职业者们也经常把“想找到自己真正想做的事情”挂在嘴边。

这大概也是一种寻找自我吧。

人，为什么要“寻找自我”？

这是因为有许多人感觉到“现在的自己，不是真正的自己”。

他们会感到莫名的不满足：“如果就这样生活一辈子，行吗？

我是不是还有更应该做的事情？

”“虽然是在做自己喜欢的事情，但总是感觉不满足。

想做能让自己内心深处感到满足的事情，却看不见方向。

”在如此纷扰纠结中，一些不甘现状的人相信：“在这世上，应该会有自己真正想追求的事情。

应该会有自己真正的人生！

”于是，他们开始寻找自我。

寻找自我的人，是意识到空虚、寂寞、无聊以及各种难以形容的来自内心深处的阴暗面的人。

所谓寻找“真正的自我”，是要寻找“能让自己真正感到满足的事情”，是要寻找“真正的幸福”

。

可是，我们为什么很难找到“寻找自我”的出口呢？

那是因为我们还不知道自己到底要寻找什么，对关键的地方不清晰。

如果目的地还不明确就一直走下去，那就永远不会到达终点。

所谓的“寻找自我”到底是寻找什么，应该先探寻一下“寻找自我”这一语句的“含义”。

在追问之前，先问一下“问题”本身。

这是20世纪最伟大的哲学家维特根斯坦所教给我们的。

可能有的人会说“与其胡思乱想这些事情，还不如汗流浹背地去干活呢”。

“寻找自我”决不是年轻人在天真地自寻烦恼。

维特根斯坦说过：“感觉不到人生存在问题的人，他忽视了什么是人生中重要，不，是最重要的事情。

”那么，我们的人生，到底隐藏着什么样的问题呢？

## <<寻找自我>>

### 内容概要

许多人感觉到“现在的自己，不是真正的自己”。

他们不断地扪心自问：

“如果就这样生活一辈子，行吗？是不是还有更应该做的事情？”

“虽然是在做自己喜欢的事情，但总是感觉不满足。

想做能让自己内心深处感到满足的事情，却看不见方向。

”

在如此纷扰纠结中，一些不甘现状的人坚信：

“在这世上，应该会有自己真正所追求的事情，应该会有自己真正的人生！”

于是，他们开始寻找自我。

寻找自我的人，是意识到空虚、寂寞、无聊以及各种难以形容的来自内心深处的阴暗面的人。

所谓寻找“真正的自我”，是要寻找“能让自己在工作中真正感到满足的事情”，是要寻找“真正的幸福”。

可是，我们为什么很难找到“寻找自我”的出口呢？

那就让我们随着作者，开展一段“寻找自我”的旅程吧！

本书以恋爱、结婚、婚外情、自由、死亡、幸福为关键词，引用最新的科学成果和古往今来哲学先贤的观点，破解“男人”的内心和身体的奥秘，帮助读者寻找一个全新的“自我”。

## <<寻找自我>>

### 作者简介

伊藤健太郎，1969年出生于日本东京。

东京大学硕士毕业（专攻科学哲学）。

主要著作有《寻找自我——写给男人的书》、《人，为什么活着——日本佛教大师的入世智慧》（与他人合著）等。

## <<寻找自我>>

### 书籍目录

#### 第一章 恋爱的脑科学——结婚就可以获得幸福的机

- 1 如果不怕误解，实话实说的话，结婚就是人生唯一的最大的幸福
- 2 为什么结婚能通向幸福——进化论角度的考察
- 3 苏格拉底的大发现!!未能获得幸福是因为追求的不是“自身的幸福”，而只是在追求“肉体的愉悦”
- 4 在热恋的最高潮，会将对方的全部都视为长处，而无视对方的缺点——司汤达将其表述为“结晶作用”
- 5 难以消散的单相思科学的理由和哲学的对策——毕竟哲学无法打造一个朱丽叶给你
- 6 爱情的寿命不会超过四年——如何摆脱这一危机，请听来自尼采的建议  
决不是将“外遇”正当化!!

#### 第二章 真相：“我”是被“我的身体”操纵的——无法停止出轨的理由

- 1 能让男人感到“痛快”的都是有助于其留下自身遗传基因的事物
- 2 认为自己找不到对象是因为自身没有魅力，这种想法是500%的大错特错
- 3 感谢“想要女朋友”的愿望，这正是男人所有活动的动力之源!
- 4 男人一旦结婚，业绩和才能都会明显降低。

如果想完全战胜对手，保持独身是最好的办法吗?

- 5 看到婴儿的那一刻一定要说：长得像爸爸!
- ”
- 6 你是经过人世间严酷的历练之后留下来的精锐之中的精锐，所以请珍惜生命
- 7 和好男人结婚会吃亏吗?——没有女人缘的男人反而能成为好爸爸的理由

#### 第三章 操纵男人的是理性?女人?还是精子?

- 1 对女人的需求胜过生命，这是男人的本能吧
- 2 男人被自己的精子再三利用，最后被抛弃
- 3 凡是“令人感到快乐的体验”人总是想反复感受
- 4 男人是单纯的，为金钱、汽车、恋人，这些想要的东西而奋斗——而这其实是男人的遗传基因在起作用

.....

第四章 我们所考虑的都是“手段”，而不是“目的”

第五章 “我的真正的愿望” = “真正的幸福”

第六章 不要再欺骗自己，自由自在地活着吧!

第七章 认识“无知” = 认识真正的自己

第八章 寻找自我就是走向“死亡”的彼岸

第九章 活着的意义就是“真正的幸福”

后记

## &lt;&lt;寻找自我&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：在环境多变的严酷的自然界，一个劲儿地生相似的孩子是非常危险的。在日本，平成5年（1993年——译者注）的冷夏，发生了破纪录的粮荒，于是就有了“平成米骚动”。如果只是一个劲儿地种植受欢迎的品种，每当环境发生激烈变化时，就会面临大规模的欠收和灾荒。现在“新型流感”等各种未知的病毒威胁着人类，为了留下对新型传染病有抗体的子孙，就要尽可能地留下各种各样不同类型的孩子。

如果只是从多子多孙的角度来考虑的话，那么孩子一旦断奶最好马上就换配偶。

这一贤明的战略，正是我们的祖先在进化的过程中所掌握的。

如果不是这样的话，我们就无法解释为什么年轻的夫妇离婚率高。

按照通常的逻辑，应该是一个完全相反的现象。

因为结婚20年乃至30年后，彼此的厌倦会不断加深，而且孩子也走向社会了，这之后的中年离婚是很容易理解的。

而实际上，无论男女，离婚机率最高的还是二十多岁生殖能力最旺盛的时期。

“还可以从头再来”的可能性越高，和别的人再婚的可能性也越高。

特别是女方，如果经济条件优越，不依赖丈夫也可以生活的话，离婚机率就更高了。

反之，随着子女不断增多，夫妻俩的年纪越来越大，重新建设新生活生育子女的负担也会增大，离婚的动机就会减弱。

年轻时和有经济能力的女性结婚，在统计学上是风险最高的婚姻。

所谓婚姻的幸福也只是四年……虽然，四年后离婚的夫妻很多，这是事实，但大多数的夫妻还是能克服危机把婚姻维持得很好。

比起爱情无法长久的学说，我们更应该关注这样的现实。

那么，能将爱情一直维系下去的人，和那些无法维系爱情的人，到底哪里不同？

爱的激情在四年后消失时，有的人会想“不应该是这样的。

我所追求的婚姻应该不是这样的”。

期盼新缘份到来的人，四年后可能会遭受同样的悲剧命运。

因为我们的大脑里，只要结婚就能幸福的机能，和能让这种愉悦感结束的机能同时存在。

## <<寻找自我>>

### 后记

本书的目的就是将“寻找自我”哲学化。

原本所谓的寻找自我，到底是要寻找什么呢？

寻找自我是一个什么样的问题呢？

关于这个问题的内涵，本书已经加以明确。

自己到底在寻找什么，如果目的地不明确的话，就会南辕北辙，越走越离真正的自己越远。

几乎所有的人，对关于自身和世界的想法都很混乱。

哲学最大的功效就是，将我们的思考明晰化。

在哲学中，对问题的整理和给出回答一样受重视。

自己到底想知道什么。

问题明确了。

哲学的工作也就完成了一半。

这里所说的“一半”是指，了解了问题的含义不过是刚刚站在探索的出发点上。

哲学不是“答案”，而是爱“知”设“问”。

拙著并非本人一己之力所能。

在这里，向我的恩师深表谢意。

到了该搁笔的时候了。

我是为了展示哲学。

你是为了开始哲学。

2008年8月 祈盼理智照耀并福泽众生的那一天。

作者

## <<寻找自我>>

### 编辑推荐

《寻找自我:写给男人的书》编辑推荐：能将爱情一直维系下去的人，和那些无法维系爱情的人到底哪里不同。

所谓寻找“真正的自我”，是要寻找“能让自己在工作中真正感到满足的事情”，是要寻找“真正的幸福”。



<<寻找自我>>

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>