第一图书网, tushu007.com

<<享乐主义手册>>

图书基本信息

书名：<<享乐主义手册>>

13位ISBN编号：9787305076640

10位ISBN编号：7305076643

出版时间：2011-6

出版时间：南京大学出版社

作者：[美] 迈克尔·弗洛克

页数：207

译者：小意

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

离开工作，爬上吊床。
工作的时间越少，生命的收获越多。
反对有组织的生活，拥抱古希腊的智慧，正是他们，给了我们一个词语——享乐主义。
尽管自我提高的艰苦训练能给我们一些帮助，休闲和愉悦也不会一无所获。
让你身体内那个享乐主义者跳出来，让愿望成为你的向导：
要敢于不带电脑和手机去休假。

让红酒和性爱给你健康。

今天就去拥抱你隐秘的，无所事事的欲望。

《享乐主义手册(掌握丢失的休闲和幸福艺术)》(作者迈克尔·弗洛克)是一本充满智慧的书，可以改变你的生活，让你重新认识罪恶和美德。

《享乐主义手册(掌握丢失的休闲和幸福艺术)》助你规划全新的幸福之旅，把一条狭窄的直路变成开阔的视野，渡过快乐繁茂的人生。

作者简介

迈克尔·弗洛克纽约风格时尚大师，享受过柏林明亮的阳光、纽约的混乱和洛杉矶知名的黑烟，其多姿多彩的经历横跨时尚界和电视圈，同时也是一位旅游作家。
他急切地希望能以此书与读者分享生活与享受的乐趣。
作品有《享乐主义手册》、《完全型男手册》等。

第一图书网, tushu007.com

<<享乐主义手册>>

书籍目录

导语
Ⅰ　享乐主义的历史
Ⅱ　我的生活在哪里？

Ⅲ　评价过高的美德
Ⅳ　追求快乐
Ⅴ　遵循内心的喜悦
Ⅵ　纵容你自己
Ⅶ　美好的东西
Ⅷ　没必要的梦想
Ⅸ　安宁与镇静
Ⅹ　涅槃：选择，或者不选择

章节摘录

版权页：插图：为了真正领悟享乐主义的内涵，有必要回溯古希腊时代，正是在那儿，享乐主义第一次有了定义。
当然，这并不是说希腊人发明了好时光，而是人类一直都有健康的欲望，追求带来愉悦的一切。
早在黄金时代之前，美索不达米亚人、中国人、埃及人就开始碾磨罂粟，印加人就开始咀嚼古柯叶子，每个人都性欲盎然，正午时光在太阳下小睡片刻，也基本上是世界普遍的现象。
古人如此沉迷于世俗的快乐之中，并不能说明他们懒惰、堕落。
按照今天的标准，这种无所事事就等于犯罪。
恰恰相反，古人都怀着人性化的意愿，最自然的欲望，因此到达了宁静快乐的简单状态。
大约公元前400年中期，正是希腊的巅峰时期，希腊人认为自己比愚钝的“野蛮人”优越得多，野蛮人指的就是世界其他地方的人。
希腊文明的优越并不仅仅是因为发明了民主制度，还包括通过艺术、体验、建筑追求美的理想。
希腊人热爱音乐、绘画、诗歌、雕塑，戏剧从一诞生就划分为悲剧和喜剧，分别在宗教节日出演。
希腊的建筑总是强调聚会、集市功能，为人们提供了绝佳的辩论、演讲场所，这又引发了伟大的哲学家时代的到来。
苏格拉底，有着非凡的概括天赋，他对学生们提出一个问题：“什么是好？”来自昔兰尼的阿瑞斯提普斯(公元前435-360年)的结论是：好就是愉悦。
后来一个名叫伊壁鸠鲁(公元前341-270年)的雅典人详细阐述了这套理论，他在自己宁静的花园中传授这样的观点：一个人的所有行为应该是为了获得愉悦，愉悦就是最高级别的好。
他相信，只有克服了对天神和死亡的恐惧，人才能找到通往快乐的真正途径。
然而，伊壁鸠鲁的教育克服了轻率和目光短浅，他同时提醒人们，聪明的人应该远离最终导致痛苦的那类愉悦。
平衡感是这个问题的关键，对愉悦的追求过程中就已经有不言而喻的责任感产生。
到了公元前146年，罗马人统治了希腊。
不过，征服了波斯的亚历山大大帝确保了希腊的思想和生活方式在埃及和东方的传播。
尽管罗马与希腊有截然不同的文明，新统治者却从来没有找过伊壁鸠鲁学校和思潮的麻烦，相反，正是罗马人，把愉悦文化提升到了一种新的高度。
在公元100年，罗马皇帝把疆域扩大到几乎半个欧洲，包括了大半的中东地区，以及北非的海岸线。
罗马是首都，大约有一百万的常住民，是世界上最大最辉煌的城市。
罗马人自己就是一帮喧哗无序、骄奢淫逸的享乐主义者。
皇室和上层社会支付了建造金碧辉煌的戏院、竞技场和公共浴场的费用，让社会的各个阶层以各种方式融合在一起。
尽管浴场为所有并不体面的愉悦提供基础设施，但它的基本目的却是鼓励洗浴，改善公共卫生。
只要不是忙着在清洁池里飘浮，或者在蒸汽浴室清除头天晚上酒宴的气味，不管是男人还是妇人，都穿着惯常的束腰外衣，端庄地盖一件托加袍。
飘拂的宽松长袍并不仅仅为了自由或者感官诱惑，同样也是为了鼓励让感官和理智斗争，防止一阵清风就把世界搅乱，否则活跃的罗马很难站在自己的脚趾头上。
进入公元这100年间，向天神表示敬意的种种庆典和“宗教”节日数不胜数，马可·奥勒留皇帝最后不得不加以干涉。
限制这类活动，规定每年最多不得超过135次。
随着时间的过去，罗马的上层阶级把晚宴变成了一种艺术形式，要用好几道来自异国他乡的食物和风味来举办盛宴，鱼、禽鸟、肉食和蜂蜜蛋糕等主菜主食之后，还要有蛋类、水果和贝壳。
当时人们已经掌握了足够的发酵知识，所以所有的食物随后就被大量的酒清洗得一干二净。
当然了，这种对酒神狄俄尼索斯的祭拜仪式，在和女奴隶、同胞姐妹以及元老院元老的老婆性交之前，是不会结束的。
啊哈，多么美好的旧日时光。

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

《享乐主义手册》：好逸恶劳的人站起来！
享乐主义才是终极王道！
埃及艳后、毕加索、邱吉尔、雪儿、麦当娜、小甜甜布兰妮……以身作则背景推荐。

第一图书网, tushu007.com

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