

<<乐人我过我的>>

图书基本信息

书名：<<乐人我过我的>>

13位ISBN编号：9787510303067

10位ISBN编号：7510303060

出版时间：2010-8

出版时间：中国商务出版社

作者：北京晚报编辑部 依旺

页数：213

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>

## <<乐人我过我的>>

### 内容概要

时间跨进了21世纪，人们好奇地猜想：属于我们的乐活典范在哪里？

有一些人站出来了。

他们在不断思索生活的意义，在他们看来，朝九晚五的节奏不是适合所有人，锦衣玉食也不是人生的终极目标。

于是，他们摆脱一切羁绊，向着大自然出发了。

他们不光融进了自然，而且还满怀豪情地征服了人类。

你会惊叹于那些藐视艰难险阻、敢于向人类极限发起挑战的人们：“蜘蛛侠”阿兰·罗伯特几乎徒手征服了世界上所有著名的摩天大厦；女探险家一次次地下潜，深入地球水下数不清的“龙潭虎穴”；重重寒冰包围，荷兰人维姆·霍夫卡几乎赤身裸体地在冰水中坚持72分钟…… 你会感叹于那些呕心沥血献身公益事业的人们：在马尼拉的贫民窟，英国妇女组织穷人学习文化知识、培训就业智能；在利比里亚，上过高中的报贩子掏腰包自办“马路博客”，努力满足社区文盲们的信息需求；在海上，瑞士家庭扬帆世界，每到一处都深入学校宣讲环保知识…… 你会羡慕于那些放飞心灵、勇敢追求人生梦想的人们：华裔博士白天在公司制药，晚上则成为美国电视脱口秀的相声“大腕”；英国小快递员仅用45英镑就实现了自己的电影之梦；美国天才的玩具设计师蒂姆·基奥耗费15年和大量的金钱，终于发明了五颜六色的彩色肥皂泡，使历经400年的吹泡泡游戏有了革命性的改变…… 他们代表着我们所有人，向人类的极限发起冲锋，他们是我们的乐活英雄。

《乐人我过我的》为你展现人生多彩的绚丽画卷。

<<乐人我过我的>>

作者简介

依旺，毕业于中国人民大学，先后供职于北京日报、北京晨报、北京晚报。  
现担任北京晚报国际新闻部主任、《乐活》周刊主编。

从业多年来先后获得北京市新闻奖一等奖、京报集团好新闻一等奖、全国党报好新闻一等奖以及全国抗洪救灾好新闻奖、全国抗击非典好新闻奖等专业奖

## &lt;&lt;乐人我过我的&gt;&gt;

## 书籍目录

序勇气篇——极限要向我低头 我是“蜘蛛侠”（徒手攀登/征服）垂直人生（攀岩/挑战）潮女探险家（潜水/水下洞穴/水下洞穴探险）上阵还看亲兄妹（冒险/真人秀/华裔）荒岛人生（荒岛/生存/探险）孤独的极地达人（极地/环境保护/环保主义者）“冰人”之谜（极限/耐寒/吉尼斯世界纪录）智慧篇——让世界更加美丽 马尼拉的“垃圾天使”（慈善/贫民窟/慈善机构）没碰过电脑的“博客王”（公益/博客/新闻传播者）毕生学习“如何花钱”（救济/盖茨基金会/掌门）“胡子帮”做慈善（民间组织/筹款）一件衣服的365种穿法（时尚/环保有机棉布/助学）“100件物品过一年”（反消费主义/清单/精简）扬帆为环保环球14年（环球航行/环保）城市血脉的“医疗大师”（修复/基础设施/非开挖技术）进取篇——过不平凡的人生 50个人生梦想在路上（梦想/背包客）45英镑我就拍电影（导演/电影/低成本）泡泡人生（玩具/发明）打包我是大师（行李/技巧）美国华裔博士的双重生活（相声/幽默）把魔术大师变成心理学家（魔术/心理学/探索）iPhone绘世界（iPhone/绘画）多面涂鸦大师（涂鸦/设计师）废纸堆里“觅”人生（便条/创意）名人爱专利（专利/跨界）年度科学英雄与恶人（英雄/恶人）超越篇——别样滋味在心头 谷“哥”走了 必“爷”当家（搜索引擎/互联网）轻松桌面“游”电脑（游戏/白领）很事儿很抓狂（生活/抓狂）有一搭（搭讪/交流）主夫不绝望（家庭主夫/角色换位）男人应该懂得的20项技能（技能/DIY）个性篇——飞扬青春我做主 太空“乌托邦”（太空城市/乌托邦）后院天才（后院/发明家）学生脑中的奇思妙想（设计/功能）美国大学另类专业（另类/大学/专业）80后“间隔年”行者（80后/间隔年/旅行）牵着毛驴穿越南美（毛驴/南美/徒步）全美“打工游”（打工/求职）阿富汗新偶像（选秀/偶像）魔术型男（魔术/学魔族）创意篇——只拍另类的片子 好照片就要“独一无二”（水下摄影/柠檬鲨）“狙击”龙卷风（龙卷风/摄影师）定格惊险一瞬（坠落/瞬间/镜头）你出生那天他拍了什么（宝丽来/照片/记忆）揭开童话的糖衣（童话/真相）星战花栗鼠（星球大战/花栗鼠）猫咪摄影师 妙眼看世界（猫咪/视角）词汇索引

## <<乐人我过我的>>

### 媒体关注与评论

著名评论员、北京晚报评论部主任苏文洋指出：乐活是一种生活方式，是当今人类积极健康向上的生活方式。

这套丛书为身处紧张繁忙压力之下的都市人打开了一扇现代大门。

走进“乐活”的大观园，到处是充满乐趣、充满活力的人与事，这里有知识的乐趣、生活的乐趣、创造的乐趣、自由的乐趣。

所有这些乐趣的汇聚，一定会给读者带来生活方式的改变和生活质量的提高。

中国国际乐活LOHAS论坛发起人、北京师范大学沈立博士认为，这是国内第一套以乐活为主题的丛书，给我们提供了多样化的绿色快乐选择，它不仅告诉我们什么是乐活的创意、乐活的行动与乐活知识，还告诉我们如何成为一个乐活人。

北京电视台著名节目主持人姜华的评论是这样说的，“哲人说：我们无法改变生命的长度，却可以拓展生命的宽度——而这套书，以精蕴和意趣，令我们体察到生命的温度和深度。

”微软MSN中文网执行出版人兼总编刘书表示：“乐活”将逐渐浮出水面，真真正正走入人们的意识当中，并将引领人们的新生活。

应该说，从科学、绿色、环保、健康的角度讲解生活，“乐活”丛书绝对是一个新主角、新亮点。

乐活一族也必将成为继SOHO和BOBO之后出现的又一新群体。

## &lt;&lt;乐人我过我的&gt;&gt;

## 编辑推荐

《乐人我过我的》环顾四周，你会发现自己的生活常常被一点一滴蔓延开来的担心和忧患所困扰：过去几个世纪的工业化进程彻底改变了地球：天不再蓝，水不再清，城市被垃圾所包围，连乡村也难逃工业污染，水源、空气和土地的质量都在恶化，我们的呼吸越来越困难，身心越来越疲惫。而另一端，金钱至上、唯利是图、浮躁张扬、奢华靡费风气弥漫，追逐利益似乎变成奋斗的唯一目标，没有价值观也没有责任感。

这双重恶果便是食品没有安全，环境遭遇危机，自然灾害频繁，生存面临前所未有的挑战。

凡此种种，如何才能离苦得乐，弃毒存益，改恶从善，转污浊而为纯净呢？

应对的答案只有乐活——一种健康和可持续的生活方式。

超越简单意义上的养生、健身和长寿，中国版的乐活定义是这样来描述的：完善自我、阳光生活、自由创造、强健身体、绿色饮食、简约消费、快乐平和、善待他人、亲近自然、保护环境、热心公益、主动分享。

如果每个人都理解和实施这些理念和行为，危机和挑战还有什么可怕的呢？

乐活无限丛书是在“保健风”“养生风”退却之后，从更高的物质和精神层面向广大读者推出的“乐活”这一最新主题。

我们相信，这一主题迟早会随社会大环境的趋势，真真正正地走进人们的意识当中，引领主流思维。

可以说，从自然、健康、分享、和谐的角度来解读生活，乐活绝对是一个新亮点。

《乐人我过我的》能否被更多公众所接受？

读者你是否会是乐活一族？

这套丛书能否在中国掀起一股强劲乐活之风？

我们拭目以待。

解读乐活，纵览乐活的知识就从这套丛书开始。

品读乐活，细数乐活的人群就从这套丛书相识。

阅读乐活，体会乐活的玩法就从这套丛书下手。

什么是乐活？

现实生活中的你乐活吗？

怎样才能成为乐活一族？

《乐人我过我的》可谓乐活无限丛书中的励志读本。

以21世纪的标准来看，我们不但要做一个“社会人”，更要学会做好一个“乐活人”，提倡与自然和谐相处，注重内心宁静平衡。

不过在你成为真正乐活一族之前不妨先学学别人——《乐人我过我的》绝对会使你对做一名真正的乐活人有最直观和最感性的了解：“勇气篇”中的乐活人敢于向世界上的各种艰难险阻发起挑战。

他们要证明人类的精神是伟大的，同时人类也要善待地球，与自然和谐相处；“智慧篇”中的乐活人时刻准备着向贫困人群伸出援手，有了这样一群人的存在，艰难的世界增添了一丝美丽；“进取篇”

中的乐活人尽情享受追梦在路上的美妙，他们从来不人云亦云，而是以独特的视角看待和解读世界；

“超越篇”中的乐活人更是学会举重若轻、坦然面对和解决困难问题的大智慧人；“个性篇”中的乐活人有着如火一样的热情，他们敢于尝试各种事物，在过程中体会成长的感觉；“创意篇”中的乐活人有别于他人的可贵之处是敢于深入极险之境去捕捉惊人的一瞬，剖析经典，解构世界。

当然，《乐人我过我的》一书的魅力还是：它会产生一种巨大的驱动力，让你读过之后马上放下书，赶快成为乐活人中的一员！

<<乐人我过我的>>

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>