**新 书 推 荐**



**中文书名：《**快乐的享乐主义者**》**

**英文书名：The Happy Epicurean**

**作 者：Jonny Thomson**

**出 版 社：待定**

**代理公司：Aevitas Creative Management /ANA/Winney**

**页 数：待定**

**出版时间：待定（秋季有稿）**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：大纲**

**类 型：大众哲学**

**内容简介:**

《快乐的享乐主义者》一书汲取了古代智慧的核心价值，并展示了如何将这些价值应用于我们的日常生活。在充满不确定性的时代，该书作者认为，享乐主义蕴含着通往更充实、更少焦虑的生活方式的钥匙。

我们已达到汤姆森所说的“斯多葛主义巅峰”。斯多葛哲学已被普及到扭曲并被卷入“男性主义圈子”的程度。在不断变迁的时代，对自我优化与韧性的无休止追求恰恰是导致不幸福的根源。尽管汤姆森承认斯多葛主义原则的价值，但他认为，享乐主义思想为我们提供了更坚实的基础来欣赏生活，并赋予我们更好的技能来应对当下这个动荡不安的世界。

在一个追求更多的社会中，伊壁鸠鲁主义提供了一种激进的替代方案：我们已经拥有了幸福所需的一切。这是一种对我们价值观的彻底转变。

他首先破除了关于伊壁鸠鲁主义的最大误解：认为它是一种倡导放纵和堕落的哲学。是的，伊壁鸠鲁主义者是享乐主义者，但这是因为“hedone”一词有非常特定的含义。伊壁鸠鲁主义者将快乐理解为超越感官层面的东西：不是追逐欲望的短暂冲动，而是无忧无虑生活的持续平静。因此，伊壁鸠鲁主义者面临的一个核心问题是“如何才能不焦虑？” 对此，他们专门提出了一整套哲学体系，即“四部疗法”，这一体系构成了《快乐的享乐主义者》中注重实践、以行动为导向的方法论基础。

我们相信，《快乐的享乐主义者》有着巨大的潜力，既能延续流行哲学作品的成功，又能为该领域开辟新的方向。它为斯多葛主义与晚期资本主义之间的不幸结合所代表的优化循环提供了一种急需的替代方案。《快乐享乐主义者》提供了一种令人耳目一新、切实可行的替代方案，根植于古代智慧，却又与当今社会高度相关。

在十个章节中，汤姆森将通过十个真实且贴近生活的例子，阐述伊壁鸠鲁主义哲学的精髓。这些章节将涵盖伊壁鸠鲁哲学的核心原则，从以快乐为先的原则、摆脱痛苦与焦虑的自由，到自我反思的重要性，以及通过社交生活和偶尔的放纵来实现平衡。每个章节都将以独特的角度阐释伊壁鸠鲁主义，并在结尾总结出三个可操作的步骤，供读者实践。

**作者简介:**

**乔尼·汤姆森（Jonny Thomson）**是三本畅销书的作者，Big Think的专栏作家，TEDx演讲者，以及Mini Philosophy的创始人——这是一个拥有85万名好奇心旺盛的成员的不断壮大的社区，其中包括2.5万名Substack订阅者。他是互联网上最受欢迎的哲学影响力人物。他的著作《Mini Philosophy》已被翻译成22种语言，他因让哲学变得易于理解、贴近生活且充满趣味而闻名于世。汤姆森可在今秋完成The Happy Epicurean的创作，届时他的粉丝群体将大幅增长。他拥有出色的营销与宣传构想，通过其社交渠道及在Big Think的工作，可有效争取知名人士背书、媒体露面及报道。

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至:版权负责人**

**Email**:**[Rights@nurnberg.com.cn](mailto:Rights@nurnberg.com.cn)**

安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处

北京市海淀区中关村大街甲59号中国人民大学文化大厦1705室, 邮编:100872

电话:010-82504106, 传真:010-82504200

公司网址:[http://www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn/)

书目下载:<http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx>

书讯浏览:<http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx>

视频推荐:<http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx>

豆瓣小站:<http://site.douban.com/110577/>

新浪微博:[安德鲁纳伯格公司的微博\_微博 (weibo.com)](https://weibo.com/1877653117/profile?topnav=1&wvr=6)

微信订阅号:ANABJ2002

