

<<新好生活>>

图书基本信息

书名：<<新好生活>>

13位ISBN编号：9789575985523

10位ISBN编号：9575985524

出版时间：財團法人法鼓山文教基金會-法鼓文化

作者：約翰．羅彬斯（John Robbins）著

页数：352

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>

<<新好生活>>

内容概要

物價高漲、資源枯竭、氣候遽變.....好日子真的不再了嗎？
美好生活，原來可以這樣過。

他曾促使世人重新思考何謂「好食物」，現在，是重新定義何謂「好生活」的時候了。

早在「樂活」(LOHAS)一詞尚未出現時，約翰·羅彬斯就放棄繼承父親創辦的「三一冰淇淋」事業，與妻子遠走偏遠小島，過著自給自足、一年開銷僅五百美元的生活。

十多年後，他以《新世紀飲食》一書感動無數讀者放棄肉食，被譽為「全美最有良知的聲音」。

然而，一場世紀金融騙局，讓白手起家的他，一夜之間失去畢生積蓄..... 在本書中，他除了和讀者分享這段獨特的人生旅程與體悟之外，也建議我們從探索自己的金錢觀與價值觀著手，自我成長並實現財務自由；在日常的食、衣、住、行方面，則提供「以更少活得更好」的實用原則，幫助我們降低花費、減輕自己與地球的負擔。

其實，只要多一點點覺察與勇氣，你就能看穿「更大更多等於更好」的「舊好生活」迷思，創造一種簡單而快樂的新好生活。

聯合推薦
合樸農學市集 - 簡樸耕讀社群
綠色住家研究者 / 林黛玲
低碳生活達人 / 張楊乾
雷久南博士 - 臺灣身心靈整體健康啟蒙者
《深夜加油站遇見蘇格拉底》作者 / 丹·米爾曼
美好新生活的幸福法則 - 合樸農學市集
內心嚮往，卻被腦袋遺忘的價值觀 / 林黛玲

作者简介

約翰·羅彬斯 (John Robbins) 「三一冰淇淋」創辦人之子，早年即放棄繼承家業，致力於推廣健康自然的生活方式。

著作《新世紀飲食》(Diet for a New America)，公開肉食與乳製品的製作真相及其對健康、環境的危害，暢銷百萬冊。

另著有《還我健康》(Reclaiming Our Health) 等多部作品，全球版權售出超過十五國。

他曾任聯合國兒童基金會專題演講人。

一九八七年獲美國新聞界最高榮譽「普立茲獎」提名。

一九九四年獲瑞秋·卡森獎 (Rachel Carson Award)。

另曾獲史懷哲人道主義獎 (Albert Schweitzer Humanitarian Award)、和平修道院良知勇氣獎 (Peace Abbey's Courage of Conscience Award)、綠色美國終生成就獎 (Green America Lifetime Achievement Award) 等。

目前與家人住在北加州，住家與辦公室皆靠太陽能發電。

蔡孟璇 東海大學外文系畢業，加州州立大學北嶺分校語言學碩士。

現任出版社編輯、自由譯者。

曾獲第二十三屆梁實秋文學獎譯文組評審獎。

譯有《能量醫療》、《開機》、《遺失?時間》(英譯)。

書籍目錄

致中文版讀者 約翰·羅彬斯 推薦序 - 美好新生活的幸福法則 合樸農學市集 推薦序 - 內心嚮往
，卻被腦袋遺忘的價值觀 林黛羚 序引言 第一部 療癒你與金錢的關係 第一章 貧窮與富裕
第二章 認識自己的金錢性格 第三章 邁向財務自由的四個步驟 第二部 如何過一個新好生活
第四章 你的住所就是廟宇 第五章 人生苦短，別浪費時間塞車 第六章 吃得更好，花得更少
第七章 孩子：生命中最重大的財務決定 第八章 乾淨得夠健康，髒得夠快樂-安全、乾淨、自然的
居家清潔 第九章 幸福的經濟學 致謝 全書原註

<<新好生活>>

章节摘录

摘自: 第一章 貧窮與富裕 誠實的抉擇 父親向來有個夢想, 希望我有一天能接管他的事業, 而他賜給我的機會幾乎等同於坐擁巨大財富的生活。但是, 我內心深處有某樣東西, 不斷敦促我朝著一個截然不同的方向前進。金錢, 對我而言, 似乎只有在做為達成某種目的的工具時才有價值, 我反對那種以一個人的財產淨值來衡量自我價值的心態。我一心只想把自己的生命貢獻出來, 用來幫助世上的人更懂得如何尊重、更了解彼此, 更加誠實而正直。

二十一歲那年, 我目睹物質主義的力量及其影響橫掃全球, 造成了重大的傷害, 因而十分苦惱, 於是告訴父親自己不想再待在三一冰淇淋公司和他一起工作了, 也不想再仰仗他的財富成就。

我不要他為我成立任何信託基金、不要他給我任何提款帳戶, 也不要再用他的錢。我要探索自己的價值觀, 並且活出自己的價值觀。

父親覺得很受傷, 他氣極敗壞, 覺得我這麼做等於否定他畢生辛勞所獲得的成就, 他會這麼想確實情有可原。

他認為我簡直大錯特錯, 毫不留情地對我當頭棒喝。

「你很聰明, 這沒話說, 」他邊說邊搖頭。

「顯然你也很誠懇, 這也沒話說。」

但是, 很顯然, 你也完全瘋了!

」 父親的失望情緒轉變成苛刻的言辭, 這令我心痛, 因為我從來不想傷害他, 但他強烈的反對與憤怒, 是如此令人難以承受。

當時, 很難向他解釋我為什麼必須做出如此徹底的切割, 為什麼面對他奮鬥多年才建立起來的事業、辛苦多年才掙來的財富, 我必須頭也不回地轉身丟下。

事實上, 連我自己也不是那麼明白為什麼。

他賣的只不過是冰淇淋, 也不過就是我愛吃的、大家也愛吃的冰淇淋罷了!

它不是什麼健康食品, 但也絕對不是什麼邪惡的產品。

三一冰淇淋, 又不是在製造供應核武的鈾原料!

儘管如此, 仍然有個東西不停呼喚我, 催促我另謀出路, 就像一隻毛毛蟲, 時間到了就必須裹起牠的繭, 進入一個轉化的過程。

我無法拒絕我的命運。

如果我拒絕這個召喚, 或許會變成一個大富翁, 但卻會落得對自己不忠而鬱鬱寡歡。

違背自己內心深處的價值觀過生活, 是會讓人生病的, 它會讓你的人生變得不誠實, 或是變得像仿冒品一樣虛假。

父親和我終歸握手言和, 雖然那已是多年以後的事了, 但是我很高興我們最後能和好。經過好幾年的折騰之後, 有一天, 他摟著我說, 他現在能夠尊重我當年的抉擇了。

「你聽到了不同的鼓聲, 走向了不同的路。」

」他說, 言語間甚至流露出些許讚賞。

我萬分感激父親終於能接納我, 並尊重我的決定。

他了解我完全無意傷害他, 只是必須聽從來自內心深處的呼喚, 他的體諒令我深深感動。

諷刺的是, 最先說出「不同的鼓聲」這個詞的是梭羅。

他曾說過一句話, 後來變成了舉世聞名的名言: 「如果一個人與他同伴的腳步不同調, 或許是因為他聽到了不一樣的鼓聲。」

就讓他按照自己所聽到的節奏邁開步伐吧, 無論他走得多快, 多慢, 或多遠。

」 ...看全部

<<新好生活>>

媒体关注与评论

「再一次，羅彬斯次以他的文字牽動我們的理性、感動我們的心、滋養我們的心靈。他的作品就像一根槓桿，藉著鼓勵我們擁抱全新的生活方式，移動整個世界。

」 - - 《深夜加油站遇見蘇格拉底》作者 / 丹·米爾曼 (Dan Millman) 「羅彬斯是我們這個世代最了不起的老師之一。

」 - - 紐約時報暢銷作家，《男人都該知道的女人祕密》作者 / 芭芭拉·安吉麗思 (Barbara De Angelis) 羅彬斯經歷過一切 曾富有、曾自願貧窮、曾被迫貧窮 - - 這段旅程讓他成為我們金錢旅途上各種

<<新好生活>>

编辑推荐

物價高漲、資源枯竭、氣候遽變…… 好日子真的不再了嗎？

美好生活，原來可以這樣過。

作者簡介 約翰·羅彬斯 John Robbins 「三一冰淇淋」創辦人之子，早年即放棄繼承家業，致力於推廣健康自然的生活方式。

著作《新世紀飲食》(Diet for a New America)，公開肉食與乳製品的製作真相及其對健康、環境的危害，暢銷百萬冊。

另著有《還我健康》(Reclaiming Our Health)等多部作品，全球版權售出超過十五國。

他曾任聯合國兒童基金會專題演講人。

一九八七年獲美國新聞界最高榮譽「普立茲獎」提名。

一九九四年獲瑞秋·卡森獎(Rachel Carson Award)。

另曾獲史懷哲人道主義獎(Albert Schweitzer Humanitarian Award)、和平修道院良知勇氣獎(Peace Abbey's Courage of Conscience Award)、綠色美國終生成就獎(Green America Lifetime Achievement Award)等。

目前與家人住在北加州，住家與辦公室皆靠太陽能發電。

個人網站：www.johnrobbins.info/。

譯者簡介 蔡孟璇 東海大學外文系畢業，加州州立大學北嶺分校語言學碩士。

現任出版社編輯、自由譯者。

曾獲第二十三屆梁實秋文學獎譯文組評審獎。

譯有《能量醫療》、《開機》、《遺失·時間》(英譯)。

Email: windhorse7@gmail.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>