

享受不尽

的

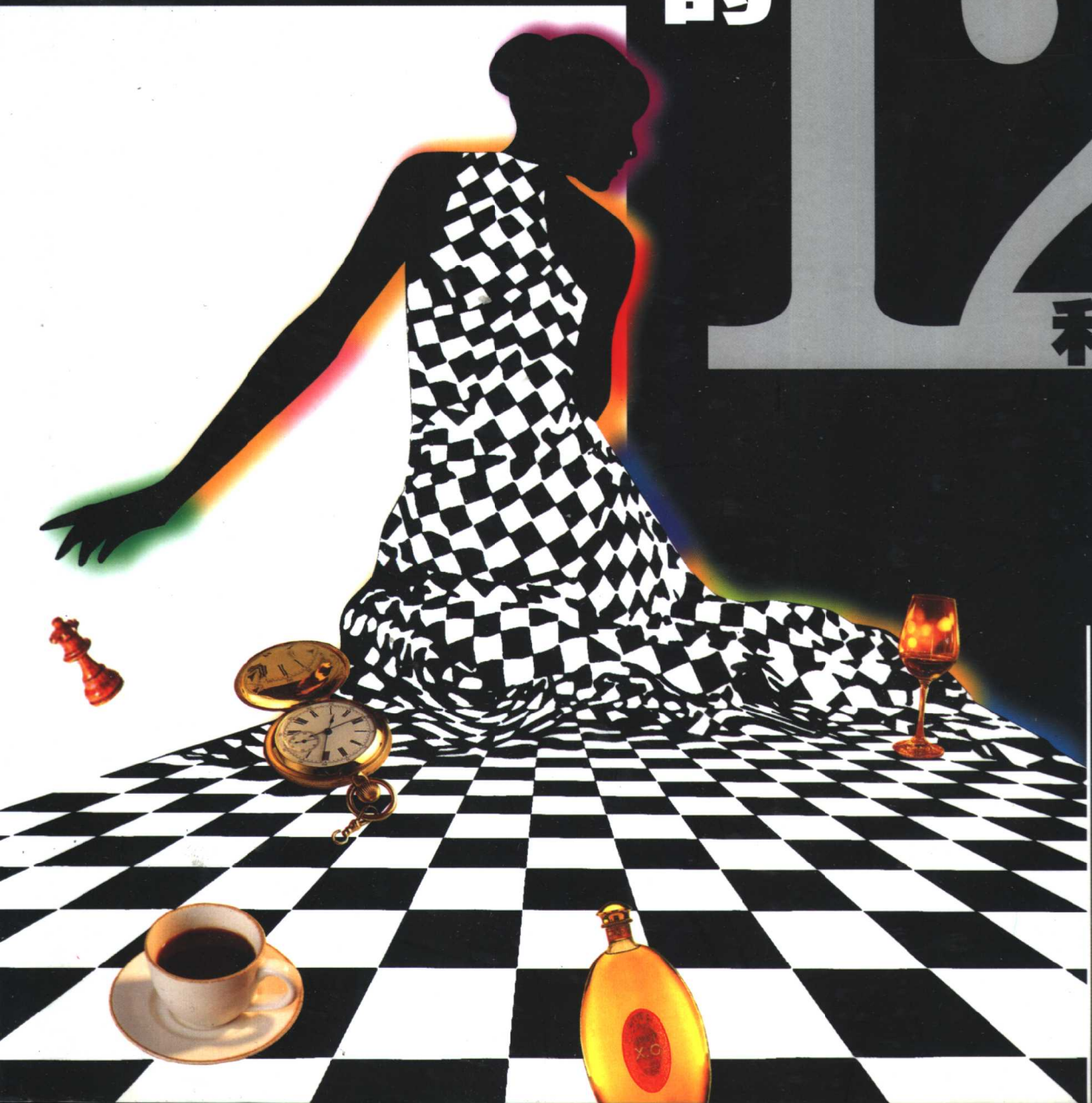
12

种

生活方式

杨成刚 编著

北京出版社



享受不尽的

12

种

生活方式

杨成刚 编著

北京出版社



图书在版编目(CIP)数据

享受不尽的 12 种生活方式/杨成刚编著. —北京:北京出版社, 2003

ISBN 7-200-05094-6

I. 享... II. 杨... III. 生活方式 - 简介 - 现代 IV. C913.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 117769 号

本书部分图片由翁广解、张跃进提供, 特此致谢!

享受不尽的 12 种生活方式

XIANGSHOUBUJIN DE SHIERZHONG SHENGHUO FANGSHI

杨成刚 编著

*

北 京 出 版 社 出 版

(北京北三环中路 6 号)

邮政编码: 100011

网 址: www.bph.com.cn

北京出版社出版集团总发行

新 华 书 店 经 销

北京美通印刷有限公司印刷

*

850 × 1168 20 开本 7 印张 173 千字

2004 年 1 月第 1 版 2004 年 1 月第 1 次印刷

印数 1—10 000

ISBN 7-200-05094-6

Z·355 定价: 17.00 元

随

着生活水平的提高，人们在满足温饱

纵情在休闲与时尚的边缘

等最基本的生活需求之外，开始追求精神上、物质上的更高享受。如今席卷世界的休闲与时尚潮流正在铺天盖地向人们袭来：透出典雅与高贵的古董表；雕塑身体最佳曲线的牛仔裤、塑身衣；五彩斑斓的指甲、嘴唇和头发；造型别致、材质各异的手袋与皮鞋；性感迷人的露脐装、真空装、晚礼服；世界各地的美酒、美食；豪华剧院的世界水平的演出；设施一流的健身房、游泳池、美容院；各种款式和色彩的手机、神奇的互联网把大家和世界联在一起；去欧洲、美洲乃至太空旅行不再是遥不可及的神话；攀岩、滑雪、溯溪、定向运动……世界上今天有什么新鲜玩艺儿，明天就会在中国都市里登陆。彩色泡沫般翻涌不息的生活方式，让人们的眼都花了，心都醉了，人们面对的是一个更多变、更炫目的新时代。□□□□休闲与时尚已经成为这个时代最重要的特征之一。在忙碌工作重压下的现代人渴望过上高品质的生活，人们试图从都市的喧嚣声中解脱出来，在生活中享受一些闲情逸致，体现出自己怡然自得的生活情趣和对人生真谛的透彻把握。休闲生活极大地满足了人们精神的愉悦与心灵的放松。美国《未来学

ACU 08/06

家》杂志撰文说：“随着知识经济时代的来临，未来的社会将以史无前例的速度发生变化。也许10至15年后，发达国家将进入‘休闲时代’，发展中国家将紧随其后。休闲、娱乐和旅游业将成为下一个经济大潮，并席卷世界各地。新技术和其他一些趋势可以让人们生命中50%的时间用于休闲。休闲的中心位置将会进一步突出，人们的休闲观念也将发生本质的变化。”□□□□什么是时尚生活的真正主流？这是每个人都会思索回味的问题。其实每个时代都有自己独具特色的生活方式，各个地方都有众多追求美好生活的人。现代都市的上空响起不同人群里有关时尚生活的声音：“精致情调就是时尚”、“前卫独特就是时尚”、“返璞归真就是时尚”……人们能感受到这种声音背后透出的种种时尚的气息，却无法用一个词来概括它所有的时尚含义。也许，多元化正是都市生活里最显著的特征。□□□□于光远先生曾经说过：“玩是人的根本需要之一。

要玩得有文化，要有玩的文化，要研究玩的学术，要掌握玩的技术，要发展玩的艺术。”□□□□本书致力于介绍如何享受与体验现代休闲时尚生活方式，侧重于“玩的艺术”和如何“玩得有文化”。反对脱离大众的、孤芳自赏式的“另类情调”，因为不能说喜欢读武侠、言情小说而没有读过村上春树、卡夫卡就被排斥到高品质生活之外；不能说喜欢听流行音乐不喜欢听交响乐就被视之为庸俗。个人兴趣、爱好不同，又怎么能千篇一律地加以约束呢？既然有幸生活在这个美好的世界，那么谁又能阻止人们尽情享受自己想过的生活呢？追求高品质生活，体验惬意的人生乐趣，是每个现代人内心真正的渴望。□□□□读你喜欢的书，听你喜欢的歌，爱你喜欢的人，做你喜欢的事。时尚生活是个轮回，一会儿奢华，一会儿简约，只要称心适意，你何时何地都是性情中人。

作者

2003年12月

1

衣香鬓影的派对迷情

- | | | |
|-----|--------|----|
| 1.1 | 派对风满城 | 4 |
| 1.2 | 扮靓时尚男女 | 8 |
| 1.3 | 派对魅惑妆 | 13 |
| 1.4 | 裸露的风情 | 18 |

2

红酒风月宝鉴

- | | | |
|-----|---------|----|
| 2.1 | 美酒随缘 | 24 |
| 2.2 | 酒堡的传说 | 25 |
| 2.3 | 红酒的闲情逸致 | 26 |
| 2.4 | 品味天赐琼浆 | 29 |
| 2.5 | 金屋藏酒 | 31 |

3

万丈豪情的雪茄风范

- | | | |
|-----|--------|----|
| 3.1 | 往事如烟 | 36 |
| 3.2 | 极品雪茄之都 | 38 |
| 3.3 | 雪茄玩家鉴赏 | 40 |
| 3.4 | 奢华贵族香 | 41 |

目录

享受不尽的 12 种生活方式

WE
L
V
E

4

茶馆飘香意更悠

1.1	中国茶事掌故	48
1.2	茶道物语	50
1.3	维多利亚下午茶	52

5

咖啡情调客栈

5.1	咖啡的故乡	58
5.2	风尚巴黎咖啡馆	59
5.3	自由畅饮美式风	60
5.4	罗马咖啡之恋	61
5.5	情浓咖啡香	62

6

素食引领绿色潮流

6.1	美味新概念	68
6.2	在泥土中挖掘营养	69
6.3	养生美颜之道	70

7

灯红酒绿夜生活

- | | | |
|-----|---------|----|
| 7.1 | 夜深舞亦狂 | 76 |
| 7.2 | 白天不懂夜的美 | 77 |
| 7.3 | 都市的风花雪月 | 79 |
| 7.4 | 美体塑形健身潮 | 82 |

8

梦幻如斯网络时空

- | | | |
|-----|---------|----|
| 8.1 | 曾经网恋难为水 | 88 |
| 8.2 | 一场游戏一场梦 | 91 |
| 8.3 | 网络新生活 | 94 |

9

寄情山水亦怡然

- | | | |
|-----|---------|-----|
| 9.1 | 背上行囊走天涯 | 100 |
| 9.2 | 快乐健康骑车人 | 104 |
| 9.3 | 逍遥驾车游 | 108 |

W
E
L
V
E

10

野外活动乐趣多

- 10.1 溯溪而上闯天关 120
- 10.2 野外生存秘籍 122
- 10.3 备好行头露营去 124
- 10.4 安营又扎寨 127
- 10.5 无限风光在险峰 129

11

古董表的时光隧道

- 11.1 腕上怀旧风 136
- 11.2 挽住似水流年 137
- 11.3 古董表投资宝典 139
- 11.4 名表珍赏 142

12

暗香浮动的红木情怀

- 12.1 摩登古典两相宜 148
- 12.2 明清红木家具 150
- 12.3 挚爱红木雍容 152

T
W
E
L
V
E

派对风满城

1

扮靓时尚男女

衣香鬓影的派对迷情

派对魅惑妆

裸露的风情





派

对是一种充满生活质感的奢侈运动。也许是因为城市生活的步调太快、工作太繁忙、衣食太富足、人情太单薄……于是那些衣香鬓影、高雅精致、让人可以远离孤独的派对，便成了都市男女们的永久话题。

迷人的夜晚、灿烂的面孔、奇妙的邂逅，派对已经成为现代都市人向往的社交生活。在轻松的氛围里，从容地端着酒杯，与老友热拥畅饮，与知心人低语浅酌；或海阔天空，或兴致盎然。派对上的这份随意、优雅的情调令人心驰神往。都市男女们愿意在派对中结交朋友，沟通信息，展示自己——派对是他们的天堂。

由于经济迅速发展，年轻人开始信奉个性独立和不受拘束的生活态度，讲究个人品位与风格，从而形成了洒脱自然的派对文化。现代人追求闲适、自然、平和的生活也影响了派对的风格，人们舒展身心，随心所欲——派对是他们的乐土。

派对的宗旨是要让大家在一起开心，因此话题无所谓时髦不时髦、应该不应该，重要的是与大家一起分享那种愉悦和轻松。与派对所营造的温馨、欢愉的氛围分不开的，是手中的这杯酒和一颗开朗、热情的心。这一刻，是用心在品味生活、享受生活——派对是他们的精神家园。



派对风满城

派对是什么？实际就是一群相识的、不相识的红男绿女，抱着不同的目的与愿望集聚在一起的娱乐活动。以前，这种活动通常被冠以联欢会、茶话会、座谈会等名称，现在这些词都已经带上了怀旧的色彩。同样内容通通被改称为一个音译词：派对。或者根本不译，人们说“Party”，听上去多么时尚而又亲切。时代在发展，刻板枯燥、正襟危坐的茶话会已成为记忆中的“老照片”，代之以轻松、随意派对文化的兴起。潮流之兴替真令人有一慨三叹之感。

改变的不只是称呼本身。派对上有主人但无领导，有座位但大家都喜欢站着，人和人的关系更趋于平等。饮料食物不是放在每个人面前而是摆成一排，大家手持碟叉各取所需。葡萄酒和用多种果汁调配的鸡尾酒大受欢迎，但绝不会有烈性酒，因为酒在这里是助兴和活跃气氛的。

当微醺的客人握着你的手不想说“再见”的时候，你就明白做派对主人的乐趣了。

人们为什么对派对如此热衷？其实很简单，都市生活如此孤独，人们都渴望认识新的朋友，渴望交流，渴望被关注，派对正是最好的平台。

如何搞出一台令人留恋、受人欢迎的派对，除了

主人的热情与好客之外，还是需要一定技巧的。公众派对与私人派对各有不同的特点，按照下面介绍的方法去做，派对的成功率将大大提高。

A 公众派对

公众派对可以是开业派对、商务派对或庆典派对等主题，但这只能算是常规派对。如果想让派对被人铭记于心，一个惊世骇俗的主题就必不可少。与时尚接轨的任何话题都可以作为派对的主题，比如音乐、绘画、劲舞、时装和香水等等。方法虽然有很多，但最简单可行又出效果的莫过于由奇装异服所制造出的视觉冲击。专业派对策划者们都不约而同地在这方面大做文章，如肚兜派对、文身派对、皮草派对、黑白派对、假面派对等多种形式。选定主题后，根据主题选择被邀人选，参加者亦根据主题来选择服装及配饰。还可利用时尚、文化和艺术等符号对派对进行包装，这样会大大增强派对的吸引力与内涵。

这些具有特殊风格的派对，需要都市男女们改变平时生活的装扮，代之以适合派对特点的新鲜形象。白天写字楼里薄施粉黛、爽利干练的职场丽人，在夜

晚的派对上，会换上一袭低胸短裙或红色肚兜，将白日里高绾的发髻散开，浓妆艳抹，尽情挥洒青春本色和迷人的魅力。这种装束上的改变，常常会呼唤出都市男女在白天职场中所掩盖的“另类激情”。

如果说派对是代表城市潮流的概念，那么派对男女就是城市潮流的内容和表演者。他们要么有体面的职业，要么有迷人的外貌，要么有成功的资历，归根结底，他们是入时且体面的现代人士。任何派对上他们都是主角，因为如果没有了他们，所谓派对就只能变成一间毫无生气的空房子。有这些俊男靓女穿插在派对中，会使派对大增趣味。而这些喜欢广交朋友的派对男女们，最容易在派对中擦出情感的火花，从而令派对充满浪漫迷情的色彩。

名人是点缀在派对中上好的装饰品。其装饰意义，不像派对男女和老外那样是烘场子、造人气之用，他们是作为符号出现的。艺术名人是艺术的符号，文化名人是文化的符号，时尚名人是时尚的符号。虽然他们此来既不准发表一番关于文化或艺术的演讲，也没准备来一个现场表演秀，但他们通过媒体所建立的

知名度，就足以成为这个派对的艺术、文化水准及时尚号召力的佐证。名人的出现，往往会成为派对上的核心，成为凝聚人气、活跃气氛的派对亮点。

派对前要精心布置场馆，灯光的运用不只是起照明作用，更是营造氛围、分隔区域、煽动情绪、捕捉效果的魔幻大师。要将灯光和周围环境巧妙结合，也可采用大量专业的舞台演出灯具，塑造一种温馨、浪漫的效果。色泽各异的纱幔的悬挂不仅能使视觉得到充分满足，同时会增加派对的时尚感和魔幻感。

若是劲舞派对，场内尽量少放置座椅，休息室最好设置在与场馆相通的吧台处。根据场馆的大小可放置二到三个投影屏，若有双面可视的玻璃投影屏则更有新潮的感觉。除了播放派对主题介绍等相关资料外，还可以播放一些最新的 MTV 画面音乐。

除了派对上常用的红酒，配合派对的饮料最好带点酒精，如加金酒的青柠汁、搀伏特加的汤利水以及调入果汁的鸡尾酒等等。另外，周到细致的服务更能凸现派对组织者高贵典雅的品位。

邀请对象主要是与派对主题相关的有关人士。男女数量尽量搭配平均，避免派对上出现“形单影只”者。嘉宾中一定要安排几个“领头羊”，可以活跃派对现场气氛。

派对邀请函是相当重要的，它既是派对的广告，又是派对的门面，所以其设计就显得尤为关键，不要为了贪图方便而选用从商店购买的普通请帖。邀请函上除了时间、地点外，还得有派对主题、节目安排、着装要求及派对的标志等等。

在派对上会发生许多故事，如一见如故、情投意合等。在派对后同样也会发生许多故事，有的成了商业伙伴，有的成了生活挚友，有的成了亲密爱人，关键在于都市男女们的情感把握。派对点缀平凡日子，提升生活品位，已经成为都市男女们心中的最爱。

派对是休闲交友的最佳场所,每个人都是寻找良机的机会主义者,是沉浸在温馨的气氛中的身心放松的人,是寻找猎物又装作猎物的城市猎人。任何一个派对上总会有一个圈子的核心人物和外围人物,不管是商业派对、艺术派对、媒体派对或者私人派对,你总有机会通过你认识的人去结识不认识的人,扩大交际面和朋友圈子。许多爱情、婚姻就是在派对聚会上发出萌芽的。珍惜每一次派对的机会,会为你的事业、生活带来意想不到的变化。喝美酒,交朋友,派对的魅力的确是十分诱人的。

B 家庭派对

家庭性质的派对有生日派对、节日派对、乔迁新居派对、纪念日派对等等。在休假的日子,不妨邀请朋友在家中举办一个欢愉、浪漫的派对。由于家所具有的自然温馨的气氛,很适合与好友们把酒言欢,畅所欲言。

家庭派对与公众派对的显著区别是,家庭派对的参加者大多是派对主人的朋友,而公众派对则不尽然。因此,家庭派对的气氛更活跃、精神更放松。

要举办一个体面的、令朋友们难忘的家庭派对,体现主人品味的居家布置很关键。抽点时间,准备一些读物、一张桌子和几把舒服的椅子,即使在一处很小的公寓里,你也能安排一次成功的家庭派对。

一般来讲,如果家里的面积不是很大,可以只考虑小型的派对,5到8个人比较合适,一般以不超过10个人为宜。因为朋友并非可以一次就全部照顾得到,采取分类、分批的方式反而可以与之尽兴交心。另外,在家中请客时,最需要注意的是所请的朋友们是否投缘与合得来。因为你的亲朋好友不一定互相认识,他们可能来自不同的社会族群,彼此之间的交谈有可能不易投缘,而你也无暇同时照顾到每一个人,

势必有些人会遭受冷落。开派对大家热闹一番会有很多的乐趣,可是朋友们如果兴趣不同,就很难达到这样的效果。所以,一定要按共同的兴趣分别邀请朋友才能够尽兴。

通常派对进行到最后,比较谈得来的朋友会聚在一起,譬如男人就很容易聚在吧台聊天,而客厅就很容易成为女人的天下。所以如果家中空间较大的话,不妨隔出不同的区域适应不同需求的朋友。

家庭派对应将派对主人欢迎宾客的盛情在布置上展现出来,使宾客能感受到温馨的居家气氛,拉近彼此之间的距离。然而,布置方法无须大费周章,只要在居家空间稍加装饰点缀,气氛顿时就能热闹起来。

一个布置得温馨舒适的家会给客人带来放松的心情,而如果能在派对时利用一些小的装饰物来表现主人的温馨和细心,给朋友们造成一种被欢迎的感觉,无疑更能拉近心灵的距离,达到事半功倍的效果。

晚上,烛光通常是必备的工具。在客人初进门时,可以将大灯打亮,待到大家围坐在餐桌旁进餐时,即可以烛光取代电灯,营造很好的气氛。那点点烛光是

那样的温馨迷人，令人有美妙时光不可虚度之感。

鲜花是点缀气氛的绝佳配饰。花卉色彩鲜艳亮丽，并且散发出清新自然的芳香，容易营造出亲切的感受，尤其是玫瑰花、绣球花和蝴蝶兰外形豪华气派，可将派对气氛烘托得热闹非凡。在餐桌上，通常采用鲜花或小巧的观叶植物，体积不宜太大，以免遮挡视线。颜色可以是两种调子：素洁的白色或比较鲜艳的颜色。有的女主人为了增加浪漫的情调，会在洗手间的浴池边摆上一排单朵的鲜花，令客人仿佛置身于童话世界中。这些花花草草呈现出自然色彩，马上为你的居家注入蓬勃的生气，处处都能展现出派对应有的热闹气氛！

如果你收藏有比较少见的餐具，如具地方特色的桌布、碗碟、银器等，用它们布置出一个别具创意的餐桌设计，不仅能调节气氛，使餐点饮料看起来更加细致可口，还能表明你是一个有品位的人。平时留意收集一些风格各异的茶具、餐具，一定能够给朋友们留下深刻的印象。这些都可以表现出派对主人的巧思与创意，为派对营造出温馨的景象。

背景音乐也是必不可少的，

浪漫、温馨的音乐会使家庭派对呈现迷人的色彩，令人精神放松、身心愉悦。音乐可多听大家意见，选择古典音乐或现代流行歌曲都可以，只要称心适意，符合整体气氛和环境就好。

如果你想亲自下厨招待亲朋以表达诚意，则菜式不宜复杂。因为中餐的特点是烹饪起来比较麻烦，如果主人长时间呆在厨房里，可能不免有些冷落了朋友们。另外，中餐容易令女主人浑身油烟味很浓。家庭派对主要目的是交流感情，吃在其次，尤其是当你邀请的客人超过8个人以上时，准备一桌丰盛的中餐可能会需要一两个小时的时间。一般宴客方法可分为下午茶、自助餐、中餐、西餐等，其中以下午茶所需要准备的茶、咖啡、茶点、饼干和蛋糕最为容易；而如果人多，又需填饱每一个人的肚子时，最好采取气氛较为轻松的自助餐形式，主要以各种沙拉、熟食、甜点为主，将餐点放置在家中的一张长桌上。这样，大家既取餐自由，又可随时进行交流。现在，食品超市中有越来越多的方便食品，只要精心选择，并充分、合理地利用微波炉、烤箱等现代厨具，就可以轻轻松松地将家庭派对办得有声有色。

C 派对礼仪

对于参加派对的男女来说，了解一些派对礼仪是必要的，可以帮助自己更快地融入派对生活，成为一个受人欢迎、愿意接近的人；同时，也免得在各种场合做出不合时宜的举动，使自己或对方都尴尬。

派对上初次见面时，相互介绍比较简单。一般原则为：先将客人介绍给主人，将年轻人介绍给年长者，将女士介绍给先生。介绍后握手须简短有力，有力的握手代表诚恳和坦率。女性先伸手，男性才能握女性的手（女性之间一般不互相握手），与女士握手不可太紧。若女士无意握手，则男士可以点头致意。对

于别人的握手、注目、点头等礼节，也以同样方式回礼。告别时不必握手，挥挥手说声“再见”即可。

一般而言，派对是轻松的场合，是人们认识、交往的温床，应以温文尔雅、闲适自在为度。碰到认识的朋友时，要主动问候对方。当别人问候你时，回答尽量简洁，也要反问候对方，表示关心。和陌生人主动打招呼进行接触，可能会有一场愉快的交谈。在交谈时要注意常面带微笑，说话时要语气诚恳、态度大方。多赞美对方，当对方改变发型，或穿着新款的衣服时，要善于发现对方好的地方，尽量赞美。要注意自己的仪容整洁，一个不修边幅的人出现在派对中，容易让人生厌和看轻。

派对上的穿着一定要与派对的风格相称，否则就难免令人尴尬。比如大型公众派对上，男人西装革履，女人身着晚礼服，高雅端庄。而你却一身运动装或牛仔服进去，会使人感到与周围环境、人群格格不入，你自己也很难从容融入入派对群体中去。相反亦然，在家庭派对上，讲究的是一份闲适与轻松，就不适宜穿着过于正式的服装。

参加家庭派对时，应给派对主人带一点小礼物，如一束鲜花、一盒巧克力或一瓶葡萄酒等，表示对派对主人盛情邀请的感谢。派对主人对前来的客人应主动介绍他们互相认识，并时时注意不要使任何一位参加派对的朋友受到冷落。派对刚开始应活跃气氛，搞一些大家共同参与的活动，熟悉后可以三三两两地聚首交谈、做游戏、唱卡拉 OK 或跳舞等。

为了广交朋友，给人以美好的第一印象，派对男女们都要精心修饰一番，做到光鲜照人，仪态万方。男人爱潇洒，女人爱漂亮，这既是对别人的尊重，也是自身价值的一种体现，毕竟在社交场合这是礼貌、得体的行为。

1 2

扮靓时尚男女

A 男人的“派”

日益广泛而频繁的社交活动不再仅仅满足于男人们“粗犷随便”的形象，它促使男人们必须塑造出精明、干练、潇洒的现代气质。社会的发展，文明的进程都要求男人更好地关注自身。这除了注重完善自身言谈、举止等内在修养外，还应包括对个人外在形象的包装。良好的外在形象有利于提高男人的自信与从容。

如果出席酒会、晚宴等比较正式的派对，男人穿一身得体的西装就能衬托出男人的“派”。西装的面料可以是精良的厚粗呢、羊毛呢或是精纺的毛、涤等织料，垂感很好的面料令男人穿上舒适潇洒，愈发有型有款。近年来风行的休闲式西装很适于一些轻松的派对场合，轻柔和洒脱是其最大特点。在颜色的选择