

Арсен Даллан  
Карлен Даллакян

# УЛЬТИМАТУМ УДОВОЛЬСТВИЯ

2-е издание, электронное



Москва  
Лаборатория знаний  
2025

УДК 316.3/4  
ББК 87  
Д15

**Даллан А.**

**Д15** Ультиматум удовольствия / А. Даллан, К. Даллакян. — 2-е изд., электрон. — М. : Лаборатория знаний, 2025. — 237 с. — Систем. требования: Adobe Reader XI ; экран 10". — Загл. с титул. экрана. — Текст : электронный.

ISBN 978-5-93208-562-2

Эта книга, уже успевшая выйти в Европе на английском языке и с успехом продающаяся по всему миру, представляет собой нетривиальный авторский взгляд на феномен удовольствия и заметно выделяется на фоне других книг подобной тематики. В увлекательной форме рассказывается о том, как освободиться от гнета удовольствия, грозящего не только личной экономической несвободой, но и деградацией всего социума. Книга меняет представление об удовольствии как о личном наслаждении и открывает его доминирующую роль в социальном развитии.

Для маркетологов, топ-менеджеров, политиков, PR-технологов, общественных деятелей, деятелей культуры, а также всех тех, кто желает по-новому взглянуть на свою жизнь.

УДК 316.3/4  
ББК 87

**Деривативное издание на основе печатного аналога:** Ультиматум удовольствия / А. Даллан, К. Даллакян. — М. : Лаборатория знаний, 2017. — 234 с. : ил.

ISBN 978-5-906828-96-5.

16+

**В соответствии со ст.1299 и 1301 ГК РФ при устранении ограничений, установленных техническими средствами защиты авторских прав, правообладатель вправе требовать от нарушителя возмещения убытков или выплаты компенсации**

ISBN 978-5-93208-562-2

© Лаборатория знаний, 2017

# ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение. . . . .	3
Над книгой работали . . . . .	6
<b>Глава 1. Природа и сущность феномена удовольствия . . . . .</b>	<b>7</b>
1.1. Эпикурейская школа об удовольствии. . . . .	9
1.2. Стоицизм и удовольствие. . . . .	11
1.3. Отношение киников к удовольствию. . . . .	16
1.4. Современная наука об удовольствии. . . . .	18
<b>Глава 2. Место и роль удовольствия в поведенческом маркетинге . . . . .</b>	<b>35</b>
2.1. Принятие решений и роль удовольствия в нем . . . .	36
2.2. Эволюция и социально-креативная дифференциация . . . . .	42
<b>Глава 3. Эволюция культуры и удовольствия. . . . .</b>	<b>49</b>
3.1. Удовольствие в дионисийской культуре . . . . .	50
3.2. Удовольствие в аполлонической культуре . . . . .	52
3.3. Удовольствие в жизни средневекового человека . .	53
3.4. Удовольствие в эпоху Возрождения . . . . .	57
3.5. Удовольствие в фаустовской культуре Нового времени . . . . .	61
<b>Глава 4. Удовольствие в эпоху массового потребления. . . . .</b>	<b>65</b>
4.1. Удовольствие от общения. . . . .	71
4.2. Удовольствие от игры . . . . .	76

4.3. Удовольствие от информации, новостей . . . . .	86
4.4. Удовольствие от конформизма, социального соответствия . . . . .	95
4.5. Удовольствие от принесения пользы. . . . .	100
<b>Глава 5. Потребительский капитализм в сравнении с гуманистической культурой. . . . .</b>	<b>107</b>
5.1. Монополизация удовольствия и тирания рынка . .	109
5.2. Спрос: от потребностей к желаниям . . . . .	111
5.3. Ультиматум: человек или потребитель? . . . . .	113
<b>Глава 6. Как подняться над удовольствием. . . . .</b>	<b>117</b>
6.1. Отличать желание от удовольствия . . . . .	118
6.2. Отличать удовольствие от наслаждения. . . . .	128
6.3. Не пытаться избавиться от удовольствия. . . . .	132
6.4. Различать длительное и кратковременное удовольствие . . . . .	137
6.5. Тренировать силу воли . . . . .	141
6.6. Хотеть то, что хочешь . . . . .	158
6.7. Не позволять лишать себя осознанного удовольствия. . . . .	167
<b>Глава 7. Ловушки удовольствия.</b>	
<b>Куда приводит неосознанное удовольствие . . . . .</b>	<b>189</b>
7.1. Удовольствие от страдания. . . . .	190
7.2. Удовольствие от изоляции . . . . .	195
7.3. Удовольствие от принадлежности . . . . .	198
7.4. Удовольствие от подчинения и власти. . . . .	200
7.5. Удовольствие от побега . . . . .	205
7.6. Удовольствие от чувства вины. . . . .	207
<b>Глава 8. Что будет, когда превзойдем удовольствие. . . . .</b>	<b>213</b>
8.1. Человекобог и Богочеловек. . . . .	214
8.2. Новый гуманизм . . . . .	223
<b>Заключение . . . . .</b>	<b>230</b>
<b>Об авторах. . . . .</b>	<b>232</b>