

《古诗词欣赏与养生》

图书基本信息

书名：《古诗词欣赏与养生》

13位ISBN编号：9787506716826

10位ISBN编号：7506716828

出版时间：1997-10

出版社：中国医药科技出版社

页数：282

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《古诗词欣赏与养生》

内容概要

内容提要

我国有灿烂的古代文化。本书从古诗词艺苑里，淘漉出有关养生的佳句妙语，并结合现代养生知识加以阐述，力争做到“古为今用，今古合一”，使读者在品味名句的同时，接受养生知识，陶冶和净化灵魂，提高自我保健意识，培养健康的生活方式。

全书共分19类，涉及12个朝代，共收诗人280余名的诗词400多首（句），包括歌颂大自然、旅游、情感、日常生活、尊老敬老、生育以及生死观等，堪称精神文明建设珍贵的科普读物。

书籍目录

目录

一 大自然 生命的摇篮

- (一) 欣赏大自然的杰作
- (二) 寻找失去的童年

二 天体奇观

- (一) “明月几时有”
- (二) 人类是太阳之子
- (三) “几度夕阳红”
- (四) 迷人的星空

三 气象与健康

- (一) 清风原无价
- (二) 碧空彩云
- (三) “燕山雪花大如席”
- (四) “万类霜天竞自由”
- (五) “白露垂珠滴秋月”
- (六) “门前景物雨来佳”

四 “山石非酒能醉人”

- (一) “石小乾坤大”
- (二) “仁者乐山”

五 大自然的韵律

- (一) 四季歌
- (二) 一日之计在于晨
- (三) 黄昏颂
- (四) 寂静的夜晚

六 智者乐水

- (一) “飞流直下三千尺”
- (二) 婀娜多姿的水体世界
- (三) 泉水的观赏和饮用价值

七 “万绿丛中红一点”

- (一) 姹紫嫣红 芬芳郁香
- (二) 竹的品格与“家族”
- (三) “霜叶红于二月花”

八 鸟是人类的朋友

九 垂钓益寿

十 “听水听风笑到家”

十一 寻访游憩

十二 精神卫生

- (一) “蜗牛角上争何事”
- (二) 深邃而又固执的老年心理
- (三) 家庭是感情的庇护所
- (四) 当情绪的主人
- (五) “无欲自然心如水”

十三 劳动神圣

十四 “青春留不住，白发自然生”

- (一) 尊敬老人是一种美德
- (二) 衰老与抗衰老

十五 “烟茶不分家”与“无酒不成席”

《古诗词欣赏与养生》

(一) 吞云吐雾，有损健康

(二) “客散茶香留舌本”

(三) 酒文化被污染

十六 生活三要素

(一) 民以食为天

(二) “安得广厦千万间”

(三) 衣服的功能和款式

十七 “生儿不用多，了事一个足”

十八 医药是人类的“救星”

十九 “生者为过客，死者为归人”

附：诗体诗律词语简释

《古诗词欣赏与养生》

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：www.tushu000.com