

# 《每天读一点传统文化》

## 图书基本信息

书名：《每天读一点传统文化》

13位ISBN编号：9787539281588

出版时间：2015-10

作者：张泽云

页数：272

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](http://www.tushu000.com)

# 《每天读一点传统文化》

## 内容概要

编辑推荐：

一条了解中国传统文化的捷径

传统文化是一个民族的根，是一个民族发展过程中精神的内在动力。传统文化既是中国各族人民的精神支柱和文化基础，也是历史、现代和未来人类共同的宝贵财富。《每天读一点传统文化》是帮助您了解中国传统文化的一条捷径。

一本浓缩中华文化精华的储备书

我国传统文化博大精深，琴棋书画、中医中药、文学艺术、民间工艺、武术、烟草、美酒、淡茶、民间杂技等，无不在世界文化史上大放异彩，各自呈现出独特的魅力，在历史的路途上散发着迷人的光芒。这其中的任何一部分，都可以独立写成一部洋洋大观的巨著，让读者充分领略传统文化的迷人魅力。为方便读者了解，《每天读一点传统文化》选取了我国博大精深的传统文化中具有普遍性和典型性的内容，作简单介绍，只希望起到“抛砖引玉”的效果。

一本可以提升自身素质的文化读本

一个人的文化知识和常识往往是其综合素质和能力的体现。《每天读一点传统文化》可以提升文化修养，丰富人生内涵。了解和掌握传统文化常识，有利于我们完善个人素质，从“没文化”变得“有文化”。

一本轻松有趣、方便休闲的理想读物

《每天读一点传统文化》分门别类地介绍了多个读者最感兴趣且最实用的传统文化常识，既是一本精华版的、方便的传统百科辞典，又可以成为休闲生活中不可缺少的文化快餐，是方便快捷地掌握中国传统文化常识、扩大文化视野的理想读本。

一个为你提供与人聊天话题的知识库

《每天读一点传统文化》让你不知不觉成为会聊天的人。有了这么多的知识储备，你再也不用担心没有话题，聊天冷场了。

推荐阅读：“每天读一点”系列之《每天读一点世界文化常识》《每天读一点哲学常识》《每天读一点民俗文化常识》《每天读一点世界艺术史》《每天读一点世界战争史》《每天读一点国学常识》《每天读一点二战史》《每天读一点世界史》《每天读一点中国史》！

内容介绍：

我国传统文化博大精深，《每天读一点传统文化》以开阔的思路，生动的语言，从琴棋书画、中医中药、文学艺术、民间工艺、武术、美酒、淡茶、民间杂技等方面入手，以丰富的知识和史料，讲述了中国传统文化的独特魅力。

# 《每天读一点传统文化》

## 作者简介

张泽云，男，毕业于中央民族大学中文专业。对中国近代现代史，中国传统文化深感兴趣，出版过《中国考古文化》《与佛教零距离》等书。

## 书籍目录

### 第一章 琴棋书画——方寸间的艺术情思

#### 第一节 乐器乐律与艺术成就

舜以五弦琴治天下

002

琴音与“九德”

003

探索琴、瑟和谐的秘密

003

《阳春白雪》与曲高和寡

004

#### 第二节 琴音里的千古美谈

高山流水觅知音

005

蔡中郎与焦尾琴

006

司马相如与《凤求凰》

007

蔡文姬与《胡笳十八拍》

007

古曲《广陵散》的失传

008

欧阳修抚琴疗病养身

009

#### 第三节 古代名棋与对弈棋局

帝尧造棋的古老传说

010

楚河汉界与中国象棋

011

#### 第四节 棋人棋事洒清风

谢安下棋稳军心

012

梁武帝与围棋高僧

013

“常胜将军”宋太宗

014

徐达和胜棋楼

015

“名誉七段”段祺瑞

015

#### 第五节 古代书法的字里千秋

篆书与篆刻

017

汉隶的波磔之美

018

别具一格的魏碑

019

唐太宗与“书圣”王羲之

020	颠张醉素
021	颜筋柳骨
022	宋代皇帝与“尚意”书风
023	爨宝子碑
024	第六节 格高思逸的绘画之美 岩画的原始之美
025	神奇的彩陶绘画
026	秦汉绘画的绚丽多姿
027	规模宏大的佛教壁画
028	艺术高超的人物画
029	第七节 独具一格的绘画名家 才绝、画绝、痴绝的顾恺之
031	王维的诗情与画意
032	黄公望与《富春山居图》
033	绘画天才和疯子——八大山人
034	写意鼻祖徐渭
035	第八节 名画背后的传奇故事 千年痴情《洛神赋图》
037	《唐宫仕女图》的丰腴之美
038	《清明上河图》与北宋市民经济
040	《雪夜访戴图》的成画故事
041	第二章 古典文学——雅俗共赏的艺术宝库 第一节 源远流长的诗歌艺术 《诗经》和我国诗歌的起源
044	浪漫主义的开篇——《离骚》
046	曹植和五言诗
047	

“李杜”和盛唐诗歌	
048	
词的起源——敦煌曲子词	
050	
词人柳永的梦幻人生	
051	
张养浩的千古之叹	
053	
第二节 光怪陆离的小说世界	
小说的起源——古老的神话	
054	
《搜神记》和《世说新语》	
056	
唐宋传奇的发展新高度	
057	
明清小说和明代四大奇书	
059	
别具一格的《品花宝鉴》	
060	
第三节 异彩纷呈的戏曲艺术	
梨园鼻祖和戏曲的诞生	
062	
元曲四大家	
063	
“第六才子书”——《西厢记》	
066	
“百戏之祖”昆曲	
067	
汤显祖和《牡丹亭》	
069	
南洪北孔	
070	
国粹京剧	
072	
第三章 中医中药——传统医学的智慧结晶	
第一节 天人相应的中医文化	
中医的雅称	
076	
简说中医“四诊”	
077	
第二节 古代医家的集大成者	
医仙华佗与麻沸散	
079	
医圣张仲景的救世之道	
080	
葛仙翁的炼丹术	
081	
医学领域的实干家李时珍	
082	

女医学家鲍姑的故事

083

妙应真人孙思邈

084

名医钱乙与六味地黄丸的故事

085

第三节 帝王与中医的趣闻趣事

扁鹊先生与桓侯讳疾

087

名医淳于意与肉刑的废除

088

朱元璋的药引子

089

康熙与地黄汤的故事

090

第四节 集天地之精华的中药文化

神农尝百草的历史传说

091

古代社会的用药风潮

092

中药的七情配伍

094

第五节 品读古代医药名著

《黄帝内经》的成书传说

096

王惟一和《铜人腧穴针灸图经》

097

宋慈和《洗冤集录》

098

吴又可和《瘟疫论》

099

太子参缘何未入《本草纲目》

100

第四章 中华武术——博大精深的艺术瑰宝

第一节 中华武术发展历程及武艺

武术的起源及其发展

102

江湖也有规矩——武德

104

天下功夫出少林

105

第二节 比武术更诱人的武侠文学

武侠小说的演变

107

“奇幻仙侠”还珠楼主

108

“开风气者”梁羽生

110

“武林盟主”金庸

112	“武学大家”古龙
113	第三节 著名的武术家
	杨露禅与太极拳
115	“中华第一保镖”杜心五
116	五可歌可泣的“大刀王五”
117	“神力千斤王”王子平
118	一代宗师霍元甲
119	韩慕侠的大刀队
120	第四节 著名兵器及运练高人
	七星龙渊和伍子胥
121	春秋霸主和越王勾践剑
122	武圣关羽与青龙偃月刀
123	俞大猷与少林棍法
124	第五节 武术的延伸——游戏杂技
	最古老的足球运动——蹴鞠
125	千奇百怪的幻术
126	上层贵族的投壶宴饮
127	凤凰衔书
127	秋千
128	身临其境的仿声口技
128	庙会与狮子舞
130	迷人的烟火
131	弄剑
131	皇家冬季的冰嬉消遣
132	第五章 饮食厨艺——舌尖上的美食盛宴
	第一节 风雅的饮食之道
	原始社会茹毛饮血的饮食文化134



烹调的出现

135

饮食养生第一人彭祖

136

烹调的鼻祖：伊尹

137

第二节 名人与美食

被烹煮的西施舌

138

杨贵妃与贵妃鸡

139

王允与貂蝉豆腐

140

苏东坡与东坡肉

140

诸葛亮发明包子为救人

141

第三节 传统节庆饮食

咬萝卜“啃春”的由来

142

正月十五吃元宵的来历

143

寒食禁火饧大麦粥

144

端午吃粽子的习俗

144

杨贵妃与中秋月饼

145

腊八节与腊八粥

145

第四节 历史久远的八大菜系

海鲜主打的胶东菜

147

古老与前卫相结合的广东菜

148

酷炫麻辣话川菜

149

奢侈又清淡的闽南菜

150

苏菜与《随园食单》

151

浙菜精品西湖醋鱼

152

京菜及其代表谭家菜

153

徽菜及其一绝“绩溪一品锅” 154

第五节 独具特色的中华宴席

康熙大寿与满汉全席

156

孔府宴	
157	
全鸭席	
157	
流水盛宴——洛阳水席	
158	
第六章 烟酒茶——嗅味的双重体验	
第一节 烟雾迷离中的精神体验	
烟草，一种神奇的植物	
160	
国人与烟草的第一次亲密接触	161
从水烟袋到鼻烟壶	
161	
第二节 与烟草展开的精神抗争	
崇祯皇帝禁烟	
163	
纪晓岚戒烟	
164	
齐白石戒烟吟对联	
165	
第三节 千载飘香的饮酒文化	
仪狄造酒与酒的起源	
167	
从青铜酒器到金银酒器	
168	
武松打虎和白酒的出现	
169	
茴香豆与黄酒完美搭配	
169	
“流觞曲水”的绝唱	
170	
第四节 中华名酒的传奇故事	
茅台酒的传说	
172	
醉倒杏花村的贺鲁将军	
173	
古绍兴嫁女必饮女儿红	
174	
二郎镇里话郎酒	
175	
第五节 推杯换盏话酒趣	
越王勾践箎醪劳师	
176	
竹林七贤和酒	
177	
魏文帝与葡萄酒	
177	
刘玄石与千日醉	
178	

- 贺知章金龟换酒共言欢  
178
- 唐伯虎“佯狂使酒”  
179
- 酒瓶里的史学大师王钟翰  
180
- 第六节 流溢芬芳品茶道  
探访茶树的发源地  
181
- 茶圣陆羽与《茶经》  
182
- 迢迢万里的茶叶贸易  
183
- 古代文人斗茶趣谈  
184
- 古代名茶大观园  
185
- 第七节 茶人茶事  
诸葛武侯与普洱茶  
188
- 第一个女茶师李冶  
189
- 王守仁喝茶设县  
190
- 鲁迅的茶膏  
190
- 老舍和《茶馆》  
191
- 古镇周庄的“阿婆茶”  
192
- 第八节 奇异的少数民族茶文化  
品味白族“三道茶”  
194
- 拉祜族的烧茶和烤茶  
195
- 茶叶里加盐巴的怒族  
195
- 藏族的酥油茶的起源  
196
- 布朗族酸茶的独特味道  
197
- 傣族清幽竹筒茶  
197
- 基诺族的凉拌茶  
198
- 第七章 古玩器物——温润古朴的艺术之美  
第一节 中国的代名词——瓷器  
唐三彩  
200

宋代名窑

201

景德镇和青花瓷

203

第二节 文房四宝

笔

205

墨

206

纸

208

砚

209

第三节 玉器

玉的分类

211

四大名玉

212

翡翠

214

玛瑙

214

古代玉器的鉴定

215

第四节 历史文明的幽光——青铜器

神秘礼器大盂鼎

217

“镇国之宝”后母戊鼎

219

飞旋的莲鹤方壶

220

三星堆青铜器

220

第五节 琳琅满目的饰品

玉佩传递的绵绵深情

222

凤冠霞帔

223

发簪的古典神韵

223

内涵丰富的耳饰品

224

军用扳指的蜕变

225

辟邪去灾长命锁

225

第八章 民间工艺——精美绝伦的民俗瑰宝

第一节 独具匠心的民间工艺品和艺术画

传奇年画圣地杨柳青

228	中国一绝高密扑灰画
229	技艺高超的芜湖铁画
230	别具情趣的羽毛工艺画
231	始于宫廷的麦秸画
232	彩纸里的传奇故事
232	第二节 历史悠远的风筝文化
	清明节与风筝的发明
234	宋徽宗与《宣和风筝谱》
235	风筝魏的传奇故事
236	鸢都潍坊的风筝工艺
237	弦响碧空的南通风筝
237	第三节 扎根民间的泥塑文化
	泥巴里生出的艺术品
239	色彩纷呈的凤翔泥塑
240	“大阿福”和它的传说
241	泥塑艺人张明山
242	有趣的淮阳泥泥狗
243	第四节 摇曳生姿的皮影艺术
	汉武帝与傀儡戏的发明
244	傀儡戏与古典文学
245	皮影的制作工艺
246	第五节 独具特色的皮影表演
	黄土地上的陕西皮影
248	掐喉方言的滦州特色
249	江浙一带的皮囡囡
250	古朴的四川灯影戏
251	

甘肃皮影  
251

# 《每天读一点传统文化》

## 精彩短评

1、这本书应该叫做每天读一点传统文化相关的小故事，而且还是很流水账似的小故事

## 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](http://www.tushu000.com)