第一图书网, tushu007.com

<<茶道养生>>

图书基本信息

书名：<<茶道养生>>

13位ISBN编号：9787506264310

10位ISBN编号：7506264315

出版时间：2006-7

出版时间：世界图书出版公司

作者：林治

页数：306

字数：380000

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

内容概要

本书科学、全面、深入、系统地论述了“以茶养身”和“以道养心”的辨证关系，把神秘的东方传统文化与现代科学相互印证，把温馨浪漫的茶艺艺术与延年益寿，美容养颜的功法相结合，使人在美的享受中达到身体健康，心灵愉悦的目的，填补了我国养生学的一个空白。
本书不仅对研究茶文化有学术价值，它又是一部研究茶业经济发展战略的著作。
该书十分具体全面地反映了我国茶业的现状，深入分析了存在的问题，对如何做大做强我国茶叶品牌。
将国茶推向世界，实现中国茶业经济腾飞以及对如何弘扬历史传统，振兴中华茶文化，提出了中肯的建议和可行的措施。
本书介绍的“茶道养生”的理论与实践，是林治潜心对茶学研究的成果，是他对饮茶保健的创新，是他长时间以来对茶道心得体会的结晶。
21世纪是科技、信息的时代，是竞争、效率和创造的时代，也是身心忙碌紧张的时代。
茶人们不要辜负这个多姿多彩、光明美好的世纪，要充分享受健康、长寿、幸福、快乐!朋友们，吃茶去！

作者简介

六如茶痴林治，1969年从西安下放到福建武夷山茶户插队劳动，从此茶成了“穿通行止常相伴”的良师益友。
1994年读《金刚经》悟透人生“如梦如幻如露如电如泡影”，决心“潜花惜，月惜情惜缘惜人生”，因此从南平地区财政局领导岗位上辞政下海，执著于自己心灵的追求，在武夷山

书籍目录

健康长寿是福　什么是健康　创造生命奇迹的人群茶道养生的物质基础　茶叶商品知识　茶叶的营养化学成分　茶的养生功效及饮茶禁忌以道养心的理论基础　什么是茶道　茶道的基本精神　茶道养生的修习方法——茶艺美学与茶道养生　天人合一，物我玄会　知者乐水，仁者乐山　涤除玄鉴，澄怀味象道家与茶道养生　“天人合一”的整体观　清静无为的养生观　道家对茶道养生的贡献佛教与茶道养生　茶禅一味——学法悟道的根本　无住生心——幸福快乐的源泉　活在当下——人生智慧的心灯　一期一会——为人处世的法宝　佛教对中国茶道的贡献儒家与茶道养生　闲适人生　润泽人生　儒学对中国茶道的贡献茶道养生的日常泡茶法　绿茶　红茶　乌龙茶　黄茶　花茶及其他茶类　普洱茶茶道养生的功法和套路　入静的功法　气功导引的功法　道家茶道养生功法——武夷留春茶　佛家茶道养生功法——六如禅茶　儒家茶道养生功法——普洱岁月茶艺范例　待客型花茶茶艺　客家擂茶茶艺　清代宫廷茶艺——慈禧太后美容养颜茶　待客型红茶茶艺——祝福茶茶艺附录一 茶联集锦附录二 茶道养生骏方　祛病健身茶　时令保健茶　美容养颜茶　延年益寿茶参考文献

第一图书网, tushu007.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