第一图书网, tushu007.com

<<四季养生>>

图书基本信息

书名：<<四季养生>>

13位ISBN编号：9787543944688

10位ISBN编号：7543944685

出版时间：2010-10

出版时间：上海科学技术文献出版社

作者：娜蒂娅·沃尔夫

页数：191

译者：庄金秋

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

第一图书网, tushu007.com

前言

谁不渴望保持良好的精神状态？
没有人愿意生病或是感觉疲惫，更不愿意提前衰老。
然而在日复一日纷繁的活动中，我们又拿出了多少时间来关注我们的身体--这个往往被我们忽略的人类神奇的组成部分？
我们也经常忘记这台精妙得无与伦比的“机器”是不存在备用零件的。
当然，在日常生活中我们刷牙、洗澡，也讲究穿衣、理发和化妆。
当然，我们每天吃饭（经常吃得不好），我们喝酒（常常喝得太多），我们睡觉（就像我们通常所做的那样，不论睡眠质量如何，是独自入睡还是与人共眠）。
在此期间，如果有工作的机会，我们会努力工作；与此同时，我们也遭受着众多没有得到我们的足够重视的看得见的和看不见的危害因素的侵袭。
我们对待我们的身体甚至还不如对待我们的汽车或者房子。
我们习惯于定期清洗我们的汽车或是打扫住所。
试想一下不这么做的后果：汽车脏污，房子被灰尘覆盖。
我们的身体自我们出生起就为我们工作，假期也不例外。
它应该得到我们的重视和关注：排出废物！
定期清扫！
我们生活在一个不停颂扬人体的社会。
科学实现了重大的飞跃，21世纪被认为是自人类诞生以来最具竞争力的时代。
……

第一图书网, tushu007.com

<<四季养生>>

内容概要

这部作品是以小说的形式来写的，如同在大部分小说中一样，主人公是虚构出来的。
国王、他的妻子、公主、一群小王子、医生和保姆，他们可以是我们当中的任何一位。
我之所以选择了一位国王，国因为在古老的中国传统医学中，一切故事都是由一位抑郁的国王和一位聪明的医生开始的。
国王由于身体很不舒服而召见医生，问：“我感觉很不舒服！
”你能为我做蠹什么？
“使您变得无坚不摧，陛下。
”

第一图书网, tushu007.com

<<四季养生>>

书籍目录

序言1　与国王的初次见面2　医生王炳的行医之路3　王后4　小王子们5　大自然的春天复苏6　生命在夏天达到顶峰7　两季之交——夏秋更替8　树木在秋天落叶9　熊在冬天冬眠附录

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

一天，我被召见去治疗一位国王。
在如今这个时代，仍然在位的国王并不多，但这却是一位统治着一百多名臣民的真正的国王。
虽然他并非出生于皇家，但凭借他的善良仁慈，创造特殊功绩的出众能力，以及自我表达与聆听他人的方式，他最终入主了皇室。
他40余岁，身材高大，眼睛湛蓝，头发则过早的花白了，这似乎是他睿智的一种体现。
这位国王的膝盖疼痛。
痛楚是突然间降临的。
一大早，国王在起床时一不小心，左膝盖的一阵剧痛传遍了他的全身；它是那么的强烈，让他措手不及，国王的第一个反应就是气愤。
怎么回事？
他，一个国王，居然会这么虚弱！
这是不能接受的！
他会为自己提供休息养病这个奢侈的享受吗？
现在绝对不是时候！
这个让他痛苦不已的膝盖使他愤怒不堪。
一开始，国王决定什么也不做，他相信仅凭他的意志这一种力量，也足以战胜病痛。
两年前，这个膝盖曾经在一次滑雪事故之后接受手术。
这次别指望国王会再次躺在手术台上，并忍受三个月的康复训练。
而且，谁也无法保证疼痛不会再次降临。
国王确信疼痛会自己消失，因此，他决心不把它放在心上。
但是痛苦却与日俱增，直到变得无法忍受。
膝盖肿大了1倍，无时无刻不在以触电般的刺痛感来提醒国王它的存在。
他往常坚定和快速的步伐缓慢了下来；有时他必须用尽全力来克制自己，才不至于蹒跚而行或是叫喊出来。
感觉自己虚弱和行动不便，不能像往常一样跳下汽车和做运动，对他来说是很奇怪和深感羞耻的。
而所有的这一切只是因为一个膝盖！
最终，他接受了召见医生。
一位知名的风湿病专家来到了他的床边。
X线、超声波、CT，一项接一项的检查，外加可的松浸润和～张消炎药的药方。
十来天的日子里，国王自以为可以放下心来了，他重新开始像平常那样的睡觉和走路，他微笑了，由疼痛的焦虑而引起的紧绷状态总算放松了下来。
不幸的是，十天之后，国王去玩壁球（注：在围墙内玩的小橡皮球运动），他热爱这项可以同时锻炼肌肉和大脑的运动。
又一个不小心……真疼啊！
国王从来没有想到过他的膝盖会这么疼！
疼痛又复发了，只是减慢了速度而已。
国王平生第一次真正感觉到不舒服……他几乎无法再行走，然而他不得不保持日常活动的节奏，只是一瘸一拐而已。
他的生活乱了套。
一天，他的一个近臣建议他去咨询一位“ 中国 ”女人。
万不得已之下，国王殷勤地召见我去他的办公室。
我其实根本不是中国人。
但是很久之前，还在我青年时期，我就对针灸的奇效产生了深刻的印象，以至于我把一生都用在学习和从事中国传统医学上。
于是我来到了国王的办公室，觐见这位国王。

第一图书网, tushu007.com

“ 你好！
”他握了一下我的手，“ 有人跟我说你是一个巫师。
”　　“ 不，我不是巫师，我是医生！
”　　一个“ 中国 ”女人，一个巫师，某些人就是这么看我的，嘴唇上挂着蔑视朝我微笑，心里想着我会从帽子里变出什么魔法！
豁达又自信的国王微笑着说：“ 我们可以开始了。
”　　……

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