第一图书网, tushu007.com

<<季羡林谈养生>>

图书基本信息

书名：<<季羡林谈养生>>

13位ISBN编号：9787560084718

10位ISBN编号：7560084710

出版时间：2009-12

出版时间：外语教学与研究出版社

作者：季羡林

页数：468

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

<<季羡林谈养生>>

内容概要

季羡林先生不拘泥于流行的养生之术所定下的条条框框，从不刻意追求养生之术，而是创建了一套长寿的思想体系，主要包括善待人生、珍惜时间、慎守善德、读书有用、珍爱自然、家国和兴、陶冶性情、颐养天年和长寿秘诀九个方面，其精髓是身心勤奋，胸怀宽广，天人合一。
这套以季老朴素的人格特征和一切为了工作的人生追求为基点的养生之法，对于我们而言有着很多的启迪。

第一图书网, tushu007.com

<<季羡林谈养生>>

作者简介

季羡林生于1911年8月，山东清平（今临清市）人。
1930年考入清华大学西洋文学系专修德文。
1935年秋入德国哥廷根大学主修印度学，先后掌握了梵文、巴利文、佛教混合梵文、吐火罗文等古代语言。
在德期间，发表论文多篇，获得国际学术界高度评价。
1946年回国，受胡适、傅斯年、汤用彤三位先生之聘，为北京大学教授，主持创办东方语言文学系。
1956年当选为中国科学院学部委员。
1978年后曾任北京大学副校长、中国社会科学院南亚研究所所长等职。
期间还先后担任过中国外国文学学会会长、中国南亚学会会长、中国民族古文学学会名誉会长、中国语言学会会长、中国外语教学研究会会长、中国敦煌吐鲁番学会会长等。
季先生的学术研究领域主要有印度古代语言、中印佛教史、吐火罗文译释、中印文化交流史、比较文学、文艺理论、东方文化、敦煌学等，范围之广，国内外罕见。
他的100多部著作已汇编成24卷《季羡林文集》。
他主持编纂的《四库全书存目丛书》、《传世藏书》、《神州文化集成》、《东方文化集成》等大型丛书在传播中国传统文化、弘扬中华民族精神方面发挥了重要作用。

第一图书网, tushu007.com

<<季羡林谈养生>>

书籍目录

大师养生的智慧蔡德贵善待人生人生再谈人生三论人生人生之美人生漫谈人生的意义与价值我们面对的现实文化与气节关于人的素质的几点思考不完满才是人生《走向成熟丛书》序《人世文丛》序禅趣人生珍惜时间时间希望在你们身上莫让时间再怕东方人如何利用时间一寸光阴不可轻勤奋、天才（才能）与机遇慎守善德慈善是道德的积累儒家文化与现代企业管理三思而行爱国与奉献谈孝公德（一）公德（二）公德（三）公德（四）漫谈伦理道德尊师重道谈礼貌满招损，谦受益谦虚与虚伪容忍知足知不足有为有不为对待不同意见的态度成功走运与倒霉毁誉世态炎凉读书有用天下第一好事还是读书坐拥书城意未足就像人每天必须吃饭一样开卷有益我最喜爱的书我和北大图书馆藏书与读书对我影响最大的几本书我的书斋广通声气博采众长多读一点中外文学作品读朱自清的《背影》读《敬宜笔记》有感漫谈散文诗与禅禅与中国山水诗珍爱自然珍爱大自然走向“天人合一”“天人合一”新解关于“天人合一”思想的再思考大自然的报复《跨文化丛书•外国作家与中国文化》序天人合一，文理互补《入学大辞典》序《东方文化集成》总序论包装一个值得担忧的现象——再论包装家国和兴千禧感言赋得永久的悔爱情温馨，家庭不可或缺的气氛寸草心我的家追梦人间自有真情在陶冶性情梦萦未名湖清塘荷韵怀念西府海棠幽径悲剧二月兰夹竹桃马缨花神奇的丝瓜听雨颐养天年老年谈老年老年谈老老年十忌老年四“得”老少之间八十述怀九十述怀世纪老人的光荣与惶恐过年的感觉漫谈“再少”问题——向普天下老年人祝贺春节笑着走长寿秘诀长生不老长寿之道养生无术是有术中西医学的结合问题《王琦医学丛书》序中餐与西餐从哲学的高度来看中餐与西餐难得糊涂忘忧漫谈消费衣着的款式大放光明

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

这种千字文属于杂文之列。
据有学问的学者说，杂文必有所讽刺，应当锋利如匕首，行文似击剑。
在这个行当里，鲁迅是公认的大家。
但是，鲁迅所处的时代是阴霾蔽天，黑云压城的时代，讽刺确有对象，而且俯拾即是。
今天已经换了人间，杂文这种形式还用得着吗？
若干年前，中国文坛上确实讨论过这个问题。
事不干己，高高挂起。
我并没有怎样认真注意讨论的过程和结果。
现在忽然有了这样一个意外的机会，对这个问题我就不能不加以考虑了。
自从改革开放以来，20年内，原先那一种什么事情都要搞群众运动，一次搞七八年，七八年搞一次的十分令人费解的时代，已经一去不复返了。
光天化日，乾坤朗朗，在政治、经济、文化、教育等各个方面都有了显著的进步和变化。
人民的生活有了提高，人们的心情感到了舒畅。
这个事实是谁也否定不了的。
但是，天底下闪光的不都是金子。
上面提到的那一些方面，阴暗面还是随处可见的。
社会的伦理道德水平还有待于提高，人民的文化素质还有待于改善，丑恶的行为比比皆是。
总之一句话，杂文时代并没有过去，匕首式的杂文，投枪式的抨击，还是十分必要的。
谈到匕首和投枪，我必须作一点自我剖析。
我舞笔弄墨，70年于兹矣。
但始终认为，这是自己的副业，我从未敢以作家自居。
在我眼目中，作家是一个十分光荣的称号，并不是人人都能成为作家的。
我写文章，只限于散文、随笔之类的东西，无论是抒情还是叙事，都带有感情的色彩或者韵味。
在这方面，自己颇有一点心得和自信。
至于匕首或投枪式的杂文，则决非自己之所长。

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

《季羡林谈养生》编辑推荐：国学泰斗季羡林先生享年98岁，是一位高寿的学者，在中外学术界并不多见。
而他从小就体弱多病，这就更为让人纳闷：为什么他能够如此长寿？
《季羡林谈养生》为您解读季羡林先生的养生哲学，其透射出东方文化智慧以及豁然达观的生命情态的养生哲学，值得每一位读者仔细品味。

第一图书网, tushu007.com

名人推荐

1.纵浪大化中，不喜亦不惧，应尽便须尽，无复独多虑，这是东晋诗人陶渊明的《形影神赠答诗》的最后一句。
季老曾说，这也是他的座右铭。
陶渊明一生，既有"浑身的静穆"，亦不乏"金刚怒目的一面"，季老庶几近之。
这首诗让我们看到了季老对生命境界参悟到极致的一面，但每当联想起他这一生做过的事业，我不禁觉得季老实在是用道家的居心，做儒家的事情。
这恐怕才是对季老养生之道的全面理解吧。
2.季老悟透人生，用如此浅显生动的文字记录下来，在如今这个纷繁浮躁的时代，更有其指导意义。
如今社会上很多人浑浑噩噩，为名利所困，为物欲所惑，为生存发展所苦，终日奔波拼命折腾，殊不知已经落了“ 透支生命、虚度人生 ”的下品。
我们是不是应该停下脚步，静下心来，好好想一下：如何才能让人生更有意义和价值，如何善待他人、善待自然、善待自己，如何对人类、对国家承担责任做出贡献……3.晚年的季老一直是陶渊明的忠实信徒，“ 纵浪大化中，不喜亦不惧。
应尽便须尽，无复独多虑。
”这几句诗一直深受季老欣赏，也是其晚年生活的真实写照。
他的文风如人一般闲适恬淡，颇有一番与世无争的意味，但就在这看似平淡的家常闲语背后，却包含着其对人生态度的理解和对社会现象的针砭，颇具一股与严谨治学并驾齐驱的是非分明，而言至刀刃又总能在自我解嘲或者寄予希望中将话题转圜回来。
字里行间透露的，是对世界的关切、对生活的热爱、对生命的珍惜。
读读这些季老留下的文字，无论何时都能使我们从他那平淡且坚韧的生活态度中汲取一些应对当下生活的力量，在喧嚣中保持一份最为本真与纯净的信念。

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