

<<中华国粹智慧金典>>

图书基本信息

书名：<<中华国粹智慧金典>>

13位ISBN编号：9787802217850

10位ISBN编号：7802217857

出版时间：2009-1

出版时间：中国时代经济出版社

作者：李娜，许长荣 编著

页数：176

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>

## 前言

方方正正的汉字挥毫落纸就变成了飘逸洒脱的书法，从巷子里传出的香醇酒味被泼墨成中国画，沏上一杯或浓或淡的茶，邀三朋五友曲水流觞，在京剧咿咿呀呀的韵律中感受千年文化，疲惫时回家，在市头做的房子里听隔壁一家打麻将……这才是传统的中国式生活，地地道道的中国生活。

这些东西就是区分中国与外国的标准，就是国粹，虽然年代久远，经过了几千年的演化，但是，在今天它们依然放射出别样的光芒。

细究其因，不外乎三个理由：第一，国粹有其符合东方人大众心理和品味的文化内涵，它在雅俗之间收放自如，而又深得中国传统文化的神韵；第二，国粹是反映中国历史最具有艺术性的载体，它在一纸一字、一砖一瓦、一花一木里都承载了一个国家风雨沧桑的遥远记忆；第三，国粹凝结了勤劳、勇敢的中国人在生活艺术上的无上智慧种极具特色的处世心得。

正因为这些，国粹才在大量的事物中脱颖而出，影响中国很长时间。

这本书选的角度就是三个理由中的最后一个。

正是因为国粹里包含了许许多多或朴素：或有趣，或深刻，或机巧的人生哲理处世艺术，所以对国粹的智慧式解读才有了更大众化的基础。

正所谓“国粹恒久远，智慧永流传”，这种实用的解读方式，恰恰也是国粹给我们的一笔精神财富。

从《论语》《孟子》里，我们读到了大儒的抱负，从《徐霞客游记》和《本草纲目》里，我们读到了作者的坚忍不拔和不畏艰辛。

各地的残曲唱的是同样的事和人，但是在不同的腔调里，却可以感悟不同的水土，体验不一样的民风。

。诗词歌赋曲，篆隶行草楷，每一种文章，每一个字都深深地透露着智慧，加上清茶浓酒品茗买醉在云雾缭绕里感受幸福。

武术的技巧，中医的思想，在千年之后，依然散发出不俗的光芒。

而各种各样的民间艺术则直接反映了时代的风貌和地方特色。

衣食住行皆有精粹，唐装和马褂表演隔代的自信，八大菜系的香味夹杂了厨师的心血飘扬了几千年，那些雕栏玉刻的亭台楼阁和独具特色的民俗院落依附于它们所生活的土地，散发着不可抗拒的美丽。

本书主要是精选我们所熟知的国粹经典，比如古典图书典籍，种类不同的戏曲，诗词歌赋和书法绘画及酒文化，还有武术、中医和民间艺术，以及具有中国特色的建筑、服饰和烹饪等。

然后根据与之相关的故事或者它本身的特点，发现国粹中所蕴藏的传统智慧，发掘它对现代人的智慧启示。

因此本书结构上可以分为两部分：第一部分是国粹介绍；第二部分是智慧行囊，就是对国粹的智慧解读。

通过力与美兼具的中华武术可以品读出万般人生哲学，神秘与经验共有的中医可以推拿出百种生命道理，挥毫泼墨曲水流觞之间，酸甜苦瓣锅碗瓢盆之隙，中国人对短暂生命、对原味自然的感触点点流露。

## <<中华国粹智慧金典>>

### 内容概要

本书精选人们生活中熟知的经典国粹，分别从古书典籍、戏曲、诗词歌赋、书法、绘画、酒文化、武术、中医、民间艺术，以及具有中国特色的建筑、服饰和烹饪等方面进行解读，发掘中华国粹中蕴涵的传统文化智慧，探寻个中滋味，领悟立身处世的道理。

#### 作者简介

许长荣，生逢江南晚秋，后北上京城潜心研读，毕业于中央民族大学，长期致力于历史文化的研究工作，文如和风又不失新锐锋芒，见解独到兼具文史积淀，常在著名报刊上发表文章，曾参与策划并亲自执笔“煮酒论史”系列畅销书，代表作有《美丽的民俗与中国文化》、《和名家一起淡看清朝风云》等。

## 书籍目录

前言第一章 智慧经典 [四书五经]《论语》：人生百科 智慧行囊 [四书五经]《孟子》：仁爱是减少摩擦的润滑剂 [先秦经典]《诗经》：生命如此短暂 怎能弄虚作假 [先秦经典]《楚辞》：真理是心中永不熄灭的明灯 [古典名著]《红楼梦》：大起大落度人生 坦然一曲断红尘 [古典名著]《三国演义》：平衡之美 人生是一场博弈 [史书]《史记》：秉笔直书 用事实说话 [史书]《资治通鉴》：历史是一面镜子 [蒙学]《三字经》：修身养性 上好人生第一堂课 [蒙学]《百家姓》：“姓”乃心灵的居所 尊严的象征 [天文地理]《梦溪笔谈》：探索者的手记 有勇气才会有奇迹 [天文地理]《徐霞客游记》：做一粒麦子 入世体会生活 [医理]《本草纲目》：挣脱旧的枷锁 寻找新的生机 [医理]《千金方》：智慧圆融 行为端方 [数学]《周髀算经》：好求 开启科学的钥匙 [数学]《九章算术》：不完美与完美的一步之遥 [农工]《天工开物》：重视协调 及时沟通 [农工]《齐民要术》：从平凡生活中撷取大智慧 [军事]《武经七书》：最好的智慧是汇集所有的智慧 [军事]《孙膑兵法》：知己知彼 百战不殆第二章 戏曲 京剧：脸谱可辨忠奸 人生难识真假 昆曲：要细腻就不要粗枝大叶 评剧：有说有唱 不单调的人生格调 皮影戏：让沉默变成金 木偶戏：命运的线在自己手里 自己才是自己的上帝 黄梅戏：方言唱腔 不忘本的生活姿态 评弹：人世间的悲欢离合 舞台上的阴晴圆缺 绍剧：剧目多变 灵活是远航的风帆 川剧：变脸处世 以智保身 秦腔：高昂唱腔 有理也在声高 豫剧：假声收尾 掩藏锋芒造就有利态势 粤剧：回避弱势 以求得到更好发展 越剧：变化革新 人生也需变换思维第三章 对联、诗词歌赋 神话：放飞思想 为生活穿上舞衣 [诗]叙事诗：审时度势 识时务者为俊杰 [诗]抒情诗：是非分明 正直方可笑傲江湖 [词]婉约派：激昂做事 婉约做人 [词]豪放派：顺其自然 活在当下 歌：把快乐当成生活的方向 散文：形散神不散 活出韵味与自我 骈文：约束内容 没有规矩不成方圆 散曲：顺势而起 平静中见真雅 谚语：待人接物之智慧 凡俗尘世取菁华 对联：贴在墙上的祝愿 快乐是一种感觉第四章 书法 甲骨文：字间尽显章法 和谐尽释旋律 金文：丰盈的笔锋 自然是生活的底色 [篆书]小篆：方圆之道 深浅有度 [隶书]飞白：厚重的墨法 杜绝一切诱惑 [楷书]颜体：豁达大度 宽容最美 [楷书]柳体：刚柔并济的人生哲学 [行书]行楷：进退自如的处世之道 [行书]行草：自由、随意的人生情趣 [草书]章草：高瞻远瞩 以独立的眼光看世界 [草书]今草：借力发力 成功者善“变” [草书]狂草：狂放也是真性情第五章 国画 山水画：多点透视 远观可见青山 文人画：借物寓意 热问题需要冷处理 宗教画：一把扫帚去千灾 恬淡无为解人生 动物画：初心看世界 动态品人生 禅意画：仁者见仁 智者见智 白描画：于朴素典雅中观人生本色 水墨画：生命需要一抹留白 主题画：人生需要一个主题 工笔画：工整严谨 人生是细致的工程 扇面画：精于构思 凭借思考打开智慧的天窗 花鸟画：修饰的魅力 给真实加一件外衣 人物画：特点刻画 人要活出个性第六章 武术 [拳术]太极拳：以柔克刚方为上策 [拳术]形意拳：取人之长为我所用 [拳术]八卦掌：步法多变 人生也当如此灵活 [腿法]潭腿：于大开大合之间见真性情 [腿法]戳脚：合毫微之力可撼大树 [兵器]刀法：狂放未必非君子 [兵器]枪法：该出手时当露锋芒 [兵器]剑术：要轻灵便不要太沉重 [兵器]戟术：能钩会刺 将实用发挥到极致 [气功]动功：嘈杂中感悟宁静 [气功]静功：宁静中自由奔腾 [气功]轻功：努力会让你的身价飙升 [软功]中华柔术：大智大勇 将矛盾消解于无形 [硬功]铁砂掌：宝剑锋从磨砺出第七章 中医 脉诊：学会从现象看本质 针灸：找准关键位置 扎一针可以动全身 足疗：养精固本 千里之行始于足下 推拿：生活中的不畅也需要梳理 食疗：从源头预防 根治痼疾 药膳：合作是双方发挥最大效用的最好办法 刮痧：小小的破坏换来大大的收益 拔火罐：拔出不悦 让你的身体动起来第八章 棋牌 象棋：攻守兼备 方为妙招 围棋：小棋盘有大学问 学会竞争与和平共处 五子棋：攻守平衡的最佳博弈 五行棋：虽简易 若用心也能玩出新花样 孔明棋：有压力 就要学会自娱自乐 麻将：巧妙博弈 在人群中脱颖而出第九章 民间艺术 [茶]茶道：万事以“和”为贵 [茶]绿茶：水清叶绿 自然修身养性 [茶]红茶：都说新的好 其实不然 [茶]花茶：优势互补 相得益彰 剪纸：点缀平凡 你需要的不仅仅是剪刀 [布艺]刺绣：一针一线 一步一个脚印 [编织]编织：编织出美好的人生 [编织]竹编：竹篮不是瓢 物尽其用才是智慧之选 [制陶]彩陶：平凡到极致就是不平凡 [制陶]瓷砖：用猛火烧烤 软土也能成硬墙 [雕刻]木雕：因材制宜 适合自己的才是最好的 [雕刻]石雕：最牢靠的记忆是记在心里 年画：相信未来 生活当有个好盼头 风筝：断线危险 自由也要有约束 漆器：人人都要有个好形象

第十章 饮食烹饪 鲁菜：海鲜味美 吃出一个新境界 粤菜：大肚能容 虫鱼鸟兽皆可食 川菜：七滋八味 可口中体验火辣人生 湘菜：菜如人生酸辣多 晋菜(面食)：一块面 N种形态 要做就做可塑型人才 闽菜：汤融美味 人之胸怀当如是 浙菜：火候自如时 即可亦俗亦雅 江苏菜：细腻高雅源自严谨考究 徽菜：需要补的不仅仅是身体 东北菜：从不特立独行 而是贴近群众 鄂菜：改变自己落后才能变领先 京菜：兼容并包 多元的才是繁荣的 豫菜：五味调和 做人当中庸如斯 蒙古菜：不必枉费心机 我只演绎本色

第十一章 建筑 [宫殿]北京故宫：品味天人合一的极致生活 [宫殿]承德避暑山庄(宫殿区)：降火莫过于沟通 [墙体]长城：最好的防守是进攻 [墙体]女儿墙：给欲望一个出口 [园林]苏州古典园林：人生也可如此细致 [园林]北京颐和园：智者乐水 仁者乐山 [坛庙]北京天坛：自助老天必助之 [坛庙]成都武侯祠：管理之道在于攻心审势 [陵墓]秦始皇陵：奢华无用 赤条条来去无牵挂 [陵墓]明十三陵：再豪华也是坟 人活着才是真 [民居]窑洞：对土地的爱就是对家人的爱 [民居]北京四合院：在这里读懂团圆 [亭台楼阁]苏州沧浪亭：朴实无华最是真 [亭台楼阁]岳阳楼：不以物喜 不以己悲 [塔]应县木塔：站得高方能望得远 [桥]赵州桥：烦恼如斯 宜疏不宜堵 [宗教建筑]少林寺：佛在古刹亦在心 [宗教建筑]云冈石窟：于幽僻中找宁静 在简陋中见涵养

第十二章 服饰 上古服装：以天地为本 着玄黄而顺四时 深衣、胡服：不分性别 难得的是解放思想 秦装：黑云压城 团结才有力量 [汉服]玄端：正直端方 男人该严肃的时候当严肃 [汉服]襦裙：宽松自由 女人应当解放自己 魏晋南北朝服饰：民族融合 “和”才是王道 唐装：今天再穿是为了演绎隔代的自信 宋装：有心的进步 贵贱无等差 明朝服饰：环境再恶劣 也要在夹缝中求生存 [清朝服饰]旗袍：兼顾东西 吸取他人长处才能独领风骚 [清朝服饰]黄马褂：驾驭权力 男人们的官场游戏 藏族服装(哈达)：光明驱散黑暗 人们都是向善的 苗族服饰：短暂一生 要为自己盛装打扮 吉服：穿一件衣裳 愿躲避凶相 凶服：披麻戴孝 悲伤只为逝者 袈裟：穿着的未必是佛 不穿的未必是魔

第十三章 传统节日 春节：人生的最高境界是圆满 元宵节：居安思危 极盛之时不忘衰退之际 清明节：清扫心灵的垃圾 泼水节：将快乐洒向人间 火把节：以屈求伸 退一步是为了进两步 端午节：追思先人 不畏逆境 七夕：情到深处还现真 感天动地的奇迹 中秋节：此行奔月长千里 得来容易舍去难 重阳节：思乡是亘古不变的情歌 腊八节：最大的敌人就是自己 祭祖节：不要等到失去了再来追悔

第十四章 酒文化 桂花酒：增加内涵 提升附加值 花雕酒：花雕嫁女 日后孝意还深情 五粮液：质朴至极是精华 洋河大曲：傍佳泉可酿名酒 择友须知近朱者赤 绍兴酒：酒性温柔 坚持本色最好 古井贡酒：做事如酿酒 功到自然成 杜康：酿酒起于偶然 钻研思考才有成果 剑南春：好酒靠好窖 要上进选好环境 孔府家酒：要学会适当地给自己贴金 沉缸酒：沉浮三次 耐得住寂寞的才是高手 董酒：兼有大小曲 双管齐下才是高招 茅台酒：品质取胜 有实力才能赢 汾酒：轻妆淡抹最适宜 泸州老窖：阴阳调和 五行共生

后记

## 章节摘录

公元782年，唐王朝有五个藩镇叛乱，其中以自称天下都元帅的淮西节度使李希烈兵势最强。五镇叛乱，使朝廷大为震惊。

唐德宗找宰相卢杞商量，卢杞说：“不要紧。

只要派一位德高望重的大臣去劝导他们，无须动刀枪，就能把叛乱平息下来。

”卢杞推荐年老的太子太师颜真卿，唐德宗马上同意。

颜真卿是当时一个很有威望的老臣。

“安史之乱”前，他担任平原太守。

安禄山发动叛乱后，河北各郡大都被叛军占领，只有平原城因为颜真卿坚决抵抗，没有陷落。

颜真卿又是我国历史上著名的书法家。

他写的字雄浑刚健，挺拔有力，表现了他的刚强性格。

他为人正直，常常被奸人诬陷排挤，只是因为他威望高，一些奸人不得不表面上尊重他。

宰相卢杞是个心歹之人。

他嫉恨颜真卿，所以趁藩镇叛乱的机会，派颜真卿去做劝导工作，成心陷害他。

许多文武官员听说朝廷派年迈的颜真卿去叛镇，都为他的安全担心。

但是，颜真卿却不在乎，带了几个随从就到淮西去了。

李希烈听到颜真卿来了，想给他一个下马威。

在见面的时候，叫一千多人聚集在厅堂内外。

颜真卿刚开始劝说李希烈停止叛乱，那些部将就冲了上来，个个手里持刀，围住颜真卿，摆出要杀他的架势。

颜真卿面不改色，朝着他们冷笑。

李希烈假惺惺地站起来护住颜真卿，命令他的部将退出。

接着，把颜真卿送到驿馆里，企图慢慢软化他。

过了几天，四个叛镇的头目都派使者来跟李希烈联络，劝李希烈即位称帝。

李希烈大摆筵席招待他们，也请颜真卿参加。

那些使者见颜真卿来了，都向李希烈祝贺说：“早就听说颜太师德高望重，现在元帅将要即位称帝，这不是有现成的宰相了吗？”

”颜真卿听后，朝着使者骂道：“什么宰相不宰相！

我年纪快80了，要杀要剐悉听尊便。

”四名使者被颜真卿凛然的神色吓住了，一时说不出话来。

李希烈没办法，只好把颜真卿关了，派兵士监视着。

兵士们在院子里掘了一个见方的土坑，扬言要把颜真卿活埋。

第二天，李希烈来看他，颜真卿对李希烈说：“你何必玩弄这些花招。

一刀把我砍了，岂不痛快！

”过了一年，李希烈自称楚帝，又派部将逼颜真卿投降，无果，就派人逼迫颜真卿自杀了。

颜真卿虽然死了，但是他创立的颜体却像是中国书法上的一朵奇葩，亮丽而夺目。

颜体是楷书的一种。

从特点上论，颜体形质之簇新、法度之严峻、气势之磅礴前无古人。

从关学上论，颜体端庄美、阳刚美、人工美，数关并举。

从时代论，唐初承晋宋余绪，未能自立，颜体一出，唐斗坛所铸新体成为盛唐气象鲜明标志之一。

## 后记

一本著作的完成需要许多人的默默奉献，闪耀的是集体的智慧。

其中铭刻着许多艰辛的付出，凝结着许多辛勤的劳动和汗水。

本书在策划和编写过程中，得到了许多同行的关怀与帮助，及许多老师和作者的大力支持，在此向以下参与本书编写的人员致以诚挚的谢意：欧红梅、周珊、张艳红、赵一、赵红瑾、齐红霞、赵广娜、王非庶、张保文、杜莉萍、王巧、杨婧、张艳芬、许长荣、王爱民、李琳、王鹏、杨英、李良婷、上官紫微、杨艳丽、宋桂花、姚晓维、金望久、刘红强、付志宏、黄克琼、张乃奎、毛定娟、齐艳杰、李伟军、魏清素、何瑞欣、叶光森、王艳坤、徐娜、付欣欣、王艳、黄亚男、曹博、陈小婵、黄文平、李伟、史慧莉、余学军、陈润、李文静、李佳、罗语、蔡亚兰、杜慧、朱夏楠、朱辉、屈金峰、欧俊、王光波、彭丽丽、陈赐贵、孟宁、吴迪、肖冬梅、常娟、杨秉慧等。

阅读是一种享受，编著这样一本书的过程更是一种享受。

在享受之余，我们心中也充满了感恩。

因为在编著过程中，我们不仅得到同行的帮助，还借鉴了其他人智慧的精华。

因此，在此书面世之际，我们要对为本书做出贡献的所有人表达我们最诚挚的谢意！

相信你们劳动的价值不会磨灭，因为它给读者朋友们带来了宝贵的精神财富。

由于时间仓促，以及编著者水平所限，书中不足之处在所难免，诚请广大读者指正，特驰惠意。



## <<中华国粹智慧金典>>

### 编辑推荐

《中华国粹智慧金典》主要是精选我们所熟知的国粹经典，比如古典图书典籍，种类不同的戏曲，诗词歌赋和书法绘画及酒文化，还有武术、中医和民间艺术，以及具有中国特色的建筑、服饰和烹饪等。

然后根据与之相关的故事或者它本身的特点，发现国粹中所蕴藏的传统智慧，发掘它对现代人的智慧启示。

因此《中华国粹智慧金典》结构上可以分为两部分：第一部分是国粹介绍；第二部分是智慧行囊，就是对国粹的智慧解读。

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>