

餐桌上的中药：冬虫夏草



[餐桌上的中药：冬虫夏草 下载链接1](#)

著者:张群湘 编

[餐桌上的中药：冬虫夏草 下载链接1](#)

标签

评论

从书中获取的生活知识可受益于家人身体保健

彩图很精美，粥、汤什么的都有涉及。

值得看的一本不错的书

还没看，为了积分来评价的，金东坑爹啊，上次说满100元100元京券的，结果只送了20元东券，而且仅限购买图书满200元才可使用20元。

非常适合家庭食补使用

很好，买了好多次了。

怒

小时候，临睡觉前，我总会缠着妈妈给我讲故事。讲了一个又一个，直到我睡着为止，那时我觉得这些故事有着不可抗拒的诱惑力，如：《灰姑娘》、《白雪公主》……那些经典的童话，让我憎恨继母，让我憎恨恶势力，让我同情那些可怜的人们，让我为主人公们美好的回报而感到快乐。

渐渐地，我也在成长，但我仍在看书，却已不叫妈妈读了，我仔细的翻着每一页纸张，享受每一页中的乐趣享受自己阅读的成就感。

上小学的高年级了。自己已是一个老大不小的孩子了，但还是在看书！我从年幼无知的孩子转变成一个即将毕业的小学生了。这使我更加的喜欢读书了，它让我了解中国渊远流长的历史；让我了解抗日的艰辛；让我觉得科幻的世界是这样迷人；国外的事物是那样神奇美妙；孩子们的天真烂漫……

读书是快乐的，现在我虽然升上了初中，可我仍然离不开书，每一本书都让我体会书的美妙，记得初一的第一篇文章中就讲道，一个从不阅读文学作品的人，就算他再怎么有学识，都是不会懂得读书的乐趣的。

要买书，还要买好书能净化人类的心灵，是我们的知心朋友。

升入初中，作业难免会多一些，可是做做总会累的，我可以利用读书来休息，这样在读书的过程中我又学到了知识，这不是一举两得吗？

书啊！我的朋友，你是我的知己，是我的宝库，你把灿烂的文化，感人的悲剧，人生的真谛都记载了下来，你是人类精神情感的结晶，你在我心中独一无二！喜欢阅读书籍，我记得一些名人说过：“书是人类进步的阶梯。”“书是人类精神上的粮食。”等等许多名言都是这样赞美书的。书让我增长知识；让我提高了修养；让我丰富了情感。书是我不可缺少的一部分。书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。书籍是全世界的营养品。书是人

类进步的阶梯。书籍是屹立在时间汪洋大海中的灯塔。书籍乃储积智慧之不灭明灯。书——人类发出的最美妙的声音。好书如好友，友情永不渝。书籍是人类最宁静和永恒的朋友，是最善解人意和最具智慧的顾问，是最有耐心的良师益友。书籍好比一架梯子，它能引导我们登上知识的殿堂。

书籍如同一把钥匙，它能帮助我们开启心灵的智慧之窗。书中自有苦辣酸甜，书中自有悲欢离合，书中自有喜怒快乐。

书中自有少年五彩的梦；书中自有中年朴质的影；书中自有老年夕阳的红。

书中自有感人的亲情，书中自有纯洁的友情，书中自有诚挚的感情。书是钥匙，能开启智慧之门；书是阶梯，帮助人们登上理想的高峰；书是良药，能医治愚昧之症；书是你的最好伴侣，与你共度美好时光。

书啊！我的朋友，你是我的知己，是我的宝库，你把灿烂的文化，感人的悲剧，人生的真谛都记载了下来，你是人类精神情感的结晶，你在我心中独一无二！喜欢阅读书籍，我记得一些名人说过：“书是人类进步的阶梯。”“书是人类精神上的粮食。”等等许多名言都是这样赞美书的。书让我增长知识；让我提高了修养；让我丰富了情感。书是我不可缺少的一部分。书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。书籍是全世界的营养品。书是人类进步的阶梯。书籍是屹立在时间汪洋大海中的灯塔。书籍乃储积智慧之不灭明灯。书——人类发出的最美妙的声音。好书如好友，友情永不渝。书籍是人类最宁静和永恒的朋友，是最善解人意和最具智慧的顾问，是最有耐心的良师益友。书籍好比一架梯子，它能引导我们登上知识的殿堂。

书籍如同一把钥匙，它能帮助我们开启心灵的智慧之窗。书中自有苦辣酸甜，书中自有悲欢离合，书中自有喜怒快乐。书中自有少年五彩的梦；书中自有中年朴质的影；小时候，临睡觉前，我总会缠着妈妈给我讲故事。讲了一个又一个，直到我睡着为止，那时我觉得这些故事有着不可抗拒的诱惑力，如：《灰姑娘》、《白雪公主》……那些经典的童话，让我憎恨继母，让我憎恨恶势力，让我同情那些可怜的人们，让我为主人公们美好的回报而感到快乐。

渐渐地，我也在成长，但我仍在看书，却已不叫妈妈读了，我仔细的翻着每一页纸张，享受每一页中的乐趣享受自己阅读的成就感。

上小学的高年级了。自己已是一个老大不小的孩子了，但还是在看书！我从年幼无知的孩子转变成一个即将毕业的小学生了。这使我更加的喜欢读书了，它让我了解中国渊远流长的历史；让我了解抗日的艰辛；让我觉得科幻的世界是这样迷人；国外的事物是那样神奇美妙；孩子们的天真烂漫……

读书是快乐的，现在我虽然升上了初中，可我仍然离不开书，每一本书都让我体会书的美妙，

今天对照时寒冰先生的读书心得反思一下自己的读书经历\\N首先很惭愧的是我在读书上走了太多的弯路少年时期看得最多的书是武侠和爱情小说虽然父亲不喜欢我看这些却没教我要看什么书所以都是偷偷地看现

\\N在想想真是疯了我不知道有没有人是看这种书而成才的但从我和一位同村的小时候高材生的发小的经历来看看太多或者只看武侠爱情小说对自己的知识结构

\\N是非常有害的那很容易让人沉醉在一个虚构的世界当中而我的那发小后来也只能高中勉强毕业我也因为贫瘠的知识结构不能读自己理想的大学当我意识到这

\\N些后我才开始恶补我的阅读至今才找到一点点读书的感觉我们还是来看看高手是怎么阅读的吧\\N一高效率的读书方式\\N读书是获取知识活跃思维提高自我的捷径\\N我从小读书深受表哥的影响以古今文学名著为主那个时候差不多能够读到的书也基本上都是文学类的文学是那个时候的主流作家最吃香连人找对象都强

\\N调自己爱好文学由于借的书往往催得紧书读得也快我读书快很大程度上是这种倒逼机制所致如果不能按时还书失去信誉以后借书就会面临很

\\N大困难所以必须高效率地吸收书中的知识现代社会生活节奏很快时间显得很宝贵如何在短时间内高效率地读书尤为重要左岸文学类书很能提高写作的文笔吧\\N现在我基本上保持每周两本书的阅读量乘坐飞机的之前我喜欢就近买本书上机后阅读等飞机降落基本也就看完了左岸高手的阅读量永远那么的惊人怎么读书呢\\N每个人的情况不同适

合自己的方式可能也有所区别但一些规律性的东西可能还是比较接近的我读书是这样的
\\N拿到书的时候根据题目先想想这本书如果我写大概会是怎样的观点会以怎样的思路展开然后看一下简单的介绍及序言等如果介绍的主要观点与自己的想法相同章节的布局也没有新鲜之处那么这本书就可以不读或者只是粗略地看翻一下反之就买下来阅读如果作者观点新颖或者观点与自己接近但章节中体现出来的思路有比自己深入系统和完善之处也买下来重点读那些体现出作者深入思考的章节左岸这个方法可以用来克服重复不必要的阅读自然也适用于那些毫无新意的电视剧\\N所以我读书的时候一般都会先看目录目录是提纲挈领是作者思路的高度概括通过目录知道作者的一个大概思路沿着作者的思路一路走下去会让你的思路和逻辑越来越系统严谨和清晰因为读书不仅获取知识开阔视野更重要的是开打思路学会更深入地更多角度的思考带

\\N着一个清晰的框架去读书的时候你会发现你不仅在被动地接受知识而是在和作者一起思考和洞悉事物的本质甚至

\\N你是在和作者一起写作这会让你更清晰地感受到作者的独到之处也帮你发现作者的不足或欠缺之处这样你读一本书远远超过以普通方式读十本书获取的收益由于此前已经知道哪些部分是自己最关注的也就知道了哪些应该粗读哪些应该细读当然我现在基本上不分那么清楚了因为读书效率高到一定程度的时候这种选择已经不需要了在阅读中就可以自动做这种筛选就可以更好地分配时间\\N读书的时候一定要有一支笔把精彩的观点或阐述划上线或把自己的感受随时写下来因为看别人观点的同时实际上是在与作者对话注意读书是与作者对话你不自然地会有一些感悟把它记录下来非常非常重要当你养成这种习惯你会发现你的获取知识的速度会更快效率会更高思维会更加活跃需要注意的是不要拒绝你非常厌恶的观点只要对方能够自圆其说你不妨也了解一下中国人的局限性是会认为与自己观点差异大的观点是荒谬的往往从道德层面加以谴责而完全不理会对方的逻辑关系其实荒谬的观点不一定没有道理我们应该学会通过交流和辩论让道理越来越清晰而不是通过情绪化的宣泄让本来可以讨论的话题变得越来越模糊每个人都或多或少的存在在这个问题我也在努力修正

\\N自己的这个缺点\\N我在证券报社工作证券行业是一个大熔炉本职工作中不仅涉及证券投资理财财务兼并重组等方面的知识还牵涉到宏观经济微观经济金融财政税收福利房地产建筑土地工业农业人口学新能源贸易交通资源环境社会人文历史等等方面的知识这逼着我广泛阅读并且以高效率的方式阅读左岸看来只有单一结构知识的人的眼光往往有很大的局限性诸子百家应该要有一种大融合而不是分庭抗争我现在多采用组合阅读的方式即把几本甚至十几本关于同一问题的书摆放在一起阅读这样如同召开一次座谈会每个作者分别发表自己的看法这些权威人士的观点互相碰撞或者补充让你更深入地更全面地洞悉这一问题的实质这种阅读方式是我的最爱但出行的时候不方便毕竟一摞书是很沉重的左岸也许电子书的发展可以提供这种便利只是我们还很不习惯或者太喜欢纸质书的感觉读书是极其重要的尤其对于当今在校生而言\\N说实在话中国的大学毁人不倦很多优秀的孩子到了这样的环境也就慢慢被抹杀了目前的教育方式和腐败堕落的环境在加剧优秀人才的毁灭因此我所知道的几位国内有影响的人都没有把孩子送到这样的环境中遭受摧残而是自己教育孩子或者把孩子送到国外读书这种悲凉而无奈的选择是当今现实的一个缩影如何克服这一点读书如果一个孩子在这样的环境中能够坚持读书在书海中畅游那么他就会变得更优秀而不是被毁灭掉左岸所以家长们一定不要认为把孩子往重点学校一送就万事大吉了这是一种很不负责任的做法知识是硬件再好看的学历如果没有真才实学作为基础也只是一张纸而已相对而言在国外受过教育的孩子更知道学习的重要性在我最近的几次演讲中每次都遇到从国外赶来的研究生他们通过这种交流的方式获取经过提炼和高度概括的知识这也是一种捷径当然在这个浮躁的时代劣质书籍满天飞选书也非常重我特别讨厌动辄引用领导人讲话证明自己观点正确的表述方式在中国的经济类图书中这样的表述非常普遍这其实是知识分子堕落的一种表现经济学可以为决策者提供新的思路参考或指导但绝不可以通过领导人的讲话来论证经济学的正确这本身就是一种本末倒置因为很多领导干部其实并不懂经济学甚至完全逆着最基本的经济学原理蛮干经济学家本应指出其荒谬引导其回归正途但是当今的经济学家更多的是附和通过自己掌握的经济学知识来论证领导的决策是英明的有远见的和正确的一味溜须拍马的结果是一些错误越走越远堕落为阿谀奉

\\N承之徒是这个时代知识分子奴才化的一个可悲标志左岸读书常常面临着很多的局限性关键问题是看到的书都是不同时代的产物很多细节往往被遮掩或忽略我们现在能够挑选的图书大都是前半本甚至前半本也是精心修剪过的这注定了我们所能得到的信息

是不完整的甚至是被扭曲的读书不能只读半本尤其历史
如果不读后半本就会在不知不觉中被引入歧途就无法客观地看待和评价历史有的人越读书越傻就是因为老是在前半本书里面晃悠既有深入思考也没有寻找后半本书去读因此我更喜欢读外国人写的书他们的学术研究大都比较独立至少相对我们而言是非常独立的写的书观点也非常鲜明读那样的书是一种非常愉悦的享受但是我后来知道即使翻译来的书也是被动过手脚的比如一本讲经济原理的书提到中国的煤矿矿难的例子就被删除了我们看到的大多是净本即被阉割
过的不得不感叹学好外语尤其英语很重要啊那样的话可以很方便地读原版书而且说外语在这个国家比讲母语备受尊敬左岸这对很多人来说是比较困难的怎么办呢边阅读边联系生活中真实的例子吧京东的书餐桌上的中药冬虫夏草真的是很好的一本书
书是正版的之前有过担心滴内容还行吧尽管我没觉得有多充实冲着是名人写的书的质量还行就不挑剔了卖家发货挺快的第二天就收到了书还是不错的以后要经常来京东购物买书充实自己充实人生

内容充实,很好的一本书.

[餐桌上的中药：冬虫夏草 下载链接1](#)

书评

[餐桌上的中药：冬虫夏草 下载链接1](#)