

# 仁者寿：儒门养生法要



[仁者寿：儒门养生法要\\_ 下载链接1](#)

著者:龚鹏程 著

[仁者寿：儒门养生法要\\_ 下载链接1](#)

标签

评论

远离现代的喧嚣，安顿浮躁的心灵 到儒家诸子的大智慧中，撷取古老神秘的养生妙方

-----  
很好看的书，值得收藏，反复阅读！

-----  
儒学带给我的不仅仅是心的修行，更是健康的体魄

-----  
书很好，终于等到了搞活动，毫不犹豫的拍下。

-----  
好好好—好好好—好好好

-----  
价格合理！一直在这里买书

-----  
儒学中的好东西，值得一读。

-----  
帮别人买的 在这里给好评好评好评

-----  
很不错的 书，有收获。很好。

-----  
龚鹏程先生的书，慢慢欣赏就是了

-----  
给别人代买的，还挺满意的。

-----  
挺好的一本书，值得一看

-----  
还可以吧。还可以吧。

-----  
台湾人很懂得养生。。大陆不太适用

-----  
没啥特别,不好看,后悔买了

-----  
《华图·2014新大纲国家公务员录用考试专用教材：行政职业能力测验+申论（套装共2册）》是专门为参加2014年国家公务员考试的考生而编写，涵盖了2014年国家公务员考试大纲中所要求的知识点，让考生的复习更加系统。历年考点归纳总结了近年来国考中出现的考点，模块知识体系汇集了公务员考试中可能涉及的所有考点并指明了常考考点和选考考点。教材以考点与例题结合的形式出现，考点讲解更加深入。每节后附以考点测验，考生可对每节内容加以巩固复习，每模块后附以全真模拟考场，考生可以更加真实地体验考试氛围。另外，名师寄语中给出了一些复习建议和指导，便于考生高效复习，快速做题。

《华图·2014新大纲国家公务员录用考试专用教材：行政职业能力测验+申论（套装共2册）》共四篇，第一篇介绍了申论知识方法，使考生对申论考试能有全面了解，做到知己知彼百战不殆；第二篇专攻申论专题训练，对申论考试的五大题型逐一进行了全面解读，理论与技巧兼备；第三篇申论套题演练，收录最新国考、联考、地方申论真题；第四篇政策热点与命题预测，丰富考生理论素材，使考生做好预测演练。

-----  
台湾作家对国学的研究一直比较透彻，希望给我一些帮助！用了优惠券和手机支付，省了25！不错

-----  
好

-----  
在物质日益丰富的现代社会，为什么人们却越来越难以获得身心的健康？盲目进行食疗、按摩、针灸、瑜伽，真的是养生的正途吗？针对现代人对养生的种种疑惑和争论，著名学者龚鹏程在《仁者寿：儒门养生法要》一书中正本清源，带领读者直抵中医养生传统的主要来源——儒家思想，让读者从经过千百年积淀的先贤思想中追寻养生的真谛。龚鹏程，祖籍江西吉安，1956年生于台北。台湾师范大学国文研究所博士毕业。曾任淡江大学文学学院院长，台湾南华大学、佛光大学创校校长，台湾学生书局总编辑，台湾行政院陆委会文教处处长等职。2004年起，历任北京师范大学、清华大学、南京师范大学教授。现为北京大学教授。龚鹏程先生自幼饱读诗书，研究领域涉及中国文学、史

学、哲学、宗教等，博古通今，著作等身，是当代享誉海内外华人世界的知名学者。至今正式出版专著70余种，包括：《中国文学史》《文学散步》《中国传统文化十五讲》《国学入门》等。

在本书中，龚鹏程先生详细介绍了儒医养生的起源和主要方法，并通过剖析儒家养生的原则——仁者寿，强调了“养心”的重要性。难能可贵的是，作者还从《论语》《孟子》《易经》等儒家经典中精心摘取了多段养生金言，辅以通俗易懂的注释，让普通读者也能原汁原味地领略儒门养生思想的精妙之处。

在物质日益丰富的现代社会，为什么人们却越来越难以获得身心的健康？盲目进行食疗、按摩、针灸、瑜伽，真的是养生的正途吗？.....针对现代人对养生的种种疑惑和争论，著名学者龚鹏程在《仁者寿：儒门养生法要》中正本清源，带领读者直抵中医养生传统的主要来源——儒家思想，让读者从经过千百年积淀的先贤思想中追寻养生的真谛。

《仁者寿：儒门养生法要》中，作者详细介绍了儒医养生的起源和主要方法，并通过剖析儒家养生的原则——仁者寿，强调了“养心”的重要性。难能可贵的是，作者还从《论语》《孟子》《易经》等儒家经典中精心摘取了多段养生金言，辅以通俗易懂的注释，让普通读者也能原汁原味地领略儒门养生思想的精妙之处。在物质日益丰富的现代社会，为什么人们却越来越难以获得身心的健康？盲目进行食疗、按摩、针灸、瑜伽，真的是养生的正途吗？.....针对现代人对养生的种种疑惑和争论，著名学者龚鹏程在《仁者寿：儒门养生法要》中正本清源，带领读者直抵中医养生传统的主要来源——儒家思想，让读者从经过千百年积淀的先贤思想中追寻养生的真谛。

《仁者寿：儒门养生法要》中，作者详细介绍了儒医养生的起源和主要方法，并通过剖析儒家养生的原则——仁者寿，强调了“养心”的重要性。难能可贵的是，作者还从《论语》《孟子》《易经》等儒家经典中精心摘取了多段养生金言，辅以通俗易懂的注释，让普通读者也能原汁原味地领略儒门养生思想的精妙之处。

从你留给别人的第一印象，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让人感觉你知书答礼，颇有风度。

多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。

多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。

多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。

读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧

在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。

毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。

打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候

似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。

作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味

无论男女老少，第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让你感觉你知书答礼，颇有风度。

多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。

多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。

多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。

用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。

读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现。

最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。

最后在好评一下京东客服服务态度好，送货相当快,包装仔细！这个也值得赞美下

希望京东这样保持下去，越做越好

-----  
龚鹏程写的的书都写得很好，[]还是朋友推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。仁者寿儒门养生法要，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读远离现代的喧嚣，安顿浮躁的心灵到儒家诸子的大智慧中，撷取古老神秘的养生妙方，阅读了一下，写得很好，在物质日益丰富的现代社会，为什么人们却越来越难以获得身心的健康盲目进行食疗、按摩、针灸、瑜伽，真的是养生的正途吗.....针对现代人对养生的种种疑惑和争论，著名学者龚鹏程在仁者寿儒门养生法要中正本清源，带领读者直抵中医养生传统的主要来源——儒家思想，让读者从经过千百年积淀的先贤思想中追寻养生的真谛。仁者寿儒门养生法要中，作者详细介绍了儒医养生的起源和主要方法，并通过剖析儒家养生的原则——仁者寿，强调了养心的重要性。难能可贵的是，作者还从论语孟子易经等儒家经典中精心摘取了多段养生金言，辅以通俗易懂的注释，让普通读者也能原汁原味地领略儒门养生思想的精妙之处。，内容也很丰富。，一本书多读几次，第一章小引养生养生，是中国人独有的观念。西方人也许更讲清洁、更讲卫生，但他们没有中国人这样的养生观及习俗。例如春天来了，该如何吃、如何保养待夏天渐至，又该如何，这叫四时调摄。衣、食、住、行均应依照四季之寒热湿燥及节气运行来做。相应的，也就有了一系列的风俗。如三月三，是上巳，要修禊，去水边浣涤秽气。文人因此发展出曲水流觞之类雅集一般士女则趁此走春、行春、游春，到水边做泼水之戏，既祈福辟邪，青年男女又可借此相识交友。整个活动，取象春生。到了端午，则因是春夏之交，阴阳两

气交冲，人容易生病，故端午节须挂菖蒲、洗艾草、喝雄黄酒、带香囊，以辟疠气。诸如此类风俗，背后都有四时调摄之养生观在起作用。四季之外，人还须配合五行。以饮食来说，中式烹调素来讲究酸甜苦辣咸五味、青白红黄黑五色与食材之五行属性的配合。如今市面上标榜养生饮膳的各种产品，无不在此做文章，逞巧施能，蔚为壮观。而中国人见面，除了寒暄天气，还常夸人气色佳、精神好。闲时兀坐打瞌睡，则称是闭目养神。人老退休了，叫颐养天年或退居养老。不舒服了，旁人一定劝你勿再操劳，须在家多休养休养凡此等等，不胜枚举，也都体现了养生这个观念无所不在。这样的养生观以及它所形成的人生态度、社会风俗，你一定会想到它和道家重生、贵生、尊生的思想有关。是的，确实如此，道家顺天时、合自然，强调养生而不逆生、不伤生、不斫生，是十分明显的。我们四时调摄之食谱乃至药方，就有许多是由道教丹士传

-----  
京东的货，应该是正版书不错还送光碟就是快递不给力太慢了但还行好期待的书  
可来了一般情况下，女人的社会交际交需要比男性更加强烈。在传统上一般都是主张“男外女内”，而购物则使家庭主妇堂堂正正走出了家门，这样就暂时逃离了家人的束缚，使她们有机会同别的人、店员、商店老板以及其他购物者交往。因此，女人喜欢和朋友手挽着手去购物，在买东西的时候互相怂恿或者制止。相反，我们很少看到有两个大男人会约好一起购物的。我是一名传统女性，购物欲比别的女人更加需要的，当然，尤其是网上。在我还没有看这本书的时候，我丝毫不怀疑它是一本好书，很符合80后读者的口味。很难想象一本图书会被我看得像郭德纲的相声书一样，在地铁上都如饥似渴地手不释卷。人都说《红楼梦》是一部罕见的奇书，是人生的镜子，那么对于这部书，在某种意义上也令我感到了丝丝“找出心中所想”的意味，因为我不仅从中看出大论的味道，更是以一种看搞笑图书的心情在愉悦自己，事实上这本书确实不失幽默，在大论了一把之后确实愉悦了广大读者，在此之前，我从来没想到会像一本幽默小说一样去看这本书，因为多年来这类书的泛滥使我对其十分不屑。就在我胡思乱想时，一页纸从书中掉落出来，竟然是中国青年出版社的公用信笺，上面居然有我用钢笔胡乱翻译的德莱顿的诗歌《爱之永诀》，改得稀里哗啦，还沾了一块墨水，还有几道看来是给钢笔试水的蓝印子，看来是用我那个旧办公桌上的蘸水笔写的。这令我立即感伤难耐起来。那张桌子，是文学室一个受排挤的主任怅然离开后传给我的，特别宽大的旧木头桌，上面遍布划痕，我曾经希望那是文学室当年著名的大作家萧也牧用过的桌子，从五十年代一直传到我这里。好了，现在给大家介绍两本好书：《婚姻是女人一辈子的事》简介：最实用剩女出嫁实战手册、婚女幸福宝典；婚姻不是最终归宿，幸福的婚姻才是真正的目的；内地首席励志作家陆琪

首部情感励志力作；研究男女情感问题数年，陆琪首本情感婚姻励志作品。作者作为怀揣女权主义的男人，毫无保留地剖析男人的弱点，告诉女人应该如何分辨男人的爱情，如何掌控男人，如何获得婚姻的幸福。事实上，男人和女人是两种完全不同的动物，用女人的思考方式，永远也了解不透男人。所以陆琪以男性背叛者的角度，深刻地挖掘男人最深层的情感态度和婚姻方式，让女人能够有的放矢、知己知彼，不再成为情感掌控的弱者。二、《正能量（实践版）》——将“正能量”真正实践应用的第一本书！心理自助全球第一品牌书！销量突破600万册！“世界级的演讲家和激励大师”韦恩·戴尔，为我们带来了这本世界级的心理学巨作！他在韦恩州立大学获得过教育咨询博士学位，曾任纽约圣约翰大学教授，是自我实现领域的国际知名作家和演讲家。他出版过28本畅销书，制作了许多广播节目和电视录像，而且在数千个电视和广播节目中做过嘉宾访谈。本书跻身《纽约时报》畅销书榜数十周之久，在全球取得了极高的赞誉，曾激励数百万人走上追逐幸福之路。《正能量（实践版）》——内容最实用、案例最详实，10周改善你的人生！这本书是作者联合数十位科学家、心理学家，耗费十余年心力的研究结晶。通过一系列行之有效的方法，以帮助所有身处人生低谷、长期焦虑、沮丧、消沉、自我怀疑的人，过上幸福喜乐的生活。每一章都像一次心理咨询，详细论述了各种自我挫败行为，分析我们之所以不愉快、消极应对生活的原因，把人们日常生活中所暴露的性格缺陷（如自暴自弃、崇拜、依赖）和不良情绪（如悔恨、忧虑、抱怨、愤怒）逐条分析，揭开你最想知道的心理学真相，每章结尾都提供了简易的方法，使得你即刻改变恶行，拥抱新生。

-----  
非常不错正是我想要的

上周周六，闲来无事，上午上了一个上午网，想起好久没买书了，似乎我买书有点上瘾，一段时间不逛书店就周身不爽，难道男人逛书店就象女人逛商场似的上瘾？于是下楼吃了碗面，这段时间非常冷，还下这雨，到书店主要目的是买一大堆书，上次专程去买却被告知缺货，这次应该可以买到了吧。可是到一楼的查询处问，小姐却说昨天刚到的一批又卖完了！晕！为什么不多进点货，于是上京东挑选书。好了，废话不说。好了，我现在来说说这本书的观感吧，网络文学融入主流文学之难，在于文学批评家的缺席，在于衡量标准的混乱，很长一段时间，文学批评家对网络文学集体失语，直到最近一两年来，诸多活跃于文学批评领域的评论家，才开始着手建立网络文学的评价体系，很难得的是，他们迅速掌握了网络文学的魅力内核，并对网络文学给予了高度评价、寄予了很深的厚望。随着网络文学理论体系的建立，以及网络文学在创作水准上的不断提高，网络文学成为主流文学中的主流已是清晰可见的事情，下一届的“五个一工程奖”，我们期待看到更多网络文学作品的入选。发货真是出乎意料的快，昨天下午订的货，第二天一早就收到了，赞一个，书质量很好，正版。独立包装，每一本有购物清单，让人放心。帮人家买的书，周五买的书，周天就收到了，快递很好也很快，包装很完整，跟同学一起买的两本，我们都很喜欢，谢谢！了解京东：2013年3月30日晚间，京东商城正式将原域名360buy更换为jd，并同步推出名为“joy”的吉祥物形象，其首页也进行了一定程度改版。此外，用户在输入jingdong域名后，网页也自动跳转至jd。对于更换域名，京东方面表示，相对于原域名360buy，新切换的域名jd更符合中国用户语言习惯，简洁明了，使全球消费者都可以方便快捷地访问京东。同时，作为“京东”二字的拼音首字母拼写，jd也更易于和京东品牌产生联想，有利于京东品牌形象的传播和提升。京东在进步，京东越做越大。|||好了，现在给大家介绍两本本好书：《谢谢你离开我》是张小娴在《想念》后时隔两年推出的新散文集。从拿到文稿到把它送到读者面前，几个月的时间，欣喜与不舍交杂。这是张小娴最美的散文。美在每个充满灵性的文字，美在细细道来的倾诉话语。美在作者书写时真实饱满的情绪，更美在打动人心的厚重情感。从装帧到设计前所未有的突破，每个精致跳动的文字，不再只是黑白配，而是有了鲜艳的色彩，首次全彩印刷，法国著名唯美派插画大师，亲绘插图。|两年的等待加最美的文字，就是你面前这本最值得期待的新作。《洗脑术：怎样有逻辑地说服他人》全球最高端隐秘的心理学课程，彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。白宫智囊团、美国FBI、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！当今世界最高明的思想控制与精神绑架，政治、宗教、信仰给我们的终极启示。全球最高端隐秘的心理学课程，一次彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。从国家、宗教信仰的层面透析“思维的真相”。白宫智囊团、美国FBI、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！《洗脑术：怎样有逻辑地说服他人》涉及心理学、社会学、神经生物学、医学、犯罪学、传播学适用于：读心、攻心、高端谈判、公关危机、企业管理、情感对话……洗脑是所有公司不愿意承认，却是真实存在的公司潜规则。它不仅普遍存在，而且无孔不入。阅读本书，你将获悉：怎样快速说服别人，让人无条件相信你？如何给人完美的第一印象，培养无法抗拒的个人魅力？如何走进他人的大脑，控制他们的思想？怎样引导他人的情绪，并将你的意志灌输给他们？如何构建一种信仰，为别人造梦？

-----  
写的的书都写得很好，||还是朋友推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。ÉÊÏßÊÛ£°ÈãÃÃÑøÉú·¨Öª，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读，阅读了一下，写得很好，，内容也很丰富。，一本书多读几次，。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。ÉÊÏßÊÛ£°ÈãÃÃÑøÉú·¨Öª，超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看

书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到尾看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的。然而，目前社会上还有许多人被一些价值不大的东西所束缚，却自得其乐，还觉得很满足。经过几百年的探索和发展，人们对物质需求已不再迫切，但对于精神自由的需求却无端被抹杀了。总之，我认为现代人最缺乏的就是一种开阔进取，寻找最大自由的精神。中国人讲虚实相生，天人合一的思想，于空寂处见流行，于流行处见空寂，从而获得对于道的体悟，唯道集虚。这在传统的艺术中得到了充分的体现，因此中国古代的绘画，提倡留白、布白，用空白来表现丰富多彩的想象空间和广博深广的人生意味，体现了包纳万物、吞吐一切的胸襟和情怀。让我得到了一种生活情趣和审美方式，伴着笔墨的清香，细细体味，那自由孤寂的灵魂，高尚清真的人格魅力，在寻求美的道路上指引着我，让我抛弃浮躁的世俗，向美学丛林的深处迈进。合上书，闭上眼，书的余香犹存，而我脑海里浮现的，是一个皎皎明月，仙仙白云，鸿雁高翔，缀叶如雨的冲淡清幽境界。愿我们身边多一些主教般光明的使者，有更多人能加入到助人为乐、见义勇为的队伍中来。社会需要这样的人，世界需要这样的人，只有这样我们才能创造我们的生活，希望下次还呢继续购买这里的书籍，这里的书籍很好，非常的不错，。给我带来了不错的现实享受。希望下次还呢继续购买这里的书籍，这里的书籍很好，非常的不错，。给我带来了不错的现实享受。很好的书籍很好的学习必备佳品，，，，希望宣传能给力的，能越做也好，下次还会在来的额，京东给了我不一样的生活，这本书籍给了我不一样的享受，体会到了购物的乐趣，让我深受体会啊。希望你能越做越好，成长有你有我大家一起来，很好的宝贝。

-----  
从全世界来看，说英语的人数已经超过了任何语言的人数，10多个国家以英语为母语，45个国家的官方语言是英语，世界三分之一的人口（二十几亿）讲英语。比如在日本，除了他们的本国母语——日语之外，英语是他们的第二语言，很多高层次的日本人以会说英语为荣。二、英语的使用范围非常广泛  
全世界75%的电视节目是英语，四分之三的邮件是用英语书写，电脑键盘是英语键盘，任何一个会议敢号称是国际会议，其搜索会议工作语言一定要用英语，也是联合国的正式工作语言。  
我们看到，很多官方的、政府性质的活动、文件、交流方式都使用英语。  
外贸行业也把英语作为通用语言，外贸交往、国际礼仪、书信函电、进出口文件、还有银行文件语言等等，统统以英语作为标准通用语言。  
大多数国家的高等学府，大学院校，都开设英语语言文学专业，仅在中国，就有一百多所大学设有英语专业或英语相关专业。  
电脑和互联网，也是建立在英语的基础上，这个行业的语言，就是英语。  
此外，在医学领域、建筑领域、文学领域，都与英语有极大的关联。  
三、国家发展和国际合作需要英语  
中国在近几十年的确发生了翻天覆地的变化，各方面都发展得很快。但是，不容置疑的是，我们在很多技术方面仍然落后于西方先进国家。要发展，要进步，要在较短的时间内掌握各种技术，我们不可能单靠自己搞研究，必须学习发达国家先进的技术，而学习的必要前提便是要掌握世界通用技术交流语言——英语。就计算机程序开发为例，虽然目前的计算机操作系统已经有中文版，但要进行应用程序开发，程序还是用英语编写的。高新技术资料大部分都是以英语编写。印度虽然在很多方面的发展比不上中国，但印度的软件开发业却比中国发达很多，造成这种差距的一个重要原因就是印度程序员普遍英语应用水平比中国程序员高。  
我们在学习别人先进技术，经验的同时，也需要与世界各国展开各种技术上和经济上的合作。如果不懂英语，便无法与合作方沟通交流，也更谈不上合作了。譬如某公司开发了一个具有世界水平的产品，如果能打开国际市场，前途将是一片光明。但偏偏公司人员不懂英语，无法很好地与国外客户沟通，无法将产品的优良性能展示出来，这将是一个惨重的损失。  
除上述重要性外，学好英语这门语言，对于学生而来说，还有如下好处：  
第一、从小培养良好的英语的听说读写的基础，为在相关企业迎接更为复杂困难的英语

学习大有裨益；

第二、一旦毕业，选择英语类专业工作将使得我们的成功几率大为增加，比如：除了英语类专业之外，相关专业还有：国际经济法专业、国际贸易类、商务专业、医学专业、国际政治专业、历史专业、考古专业、传媒专业、舞蹈专业、财务专业、文学专业、师范专业、数学专业、工程专业、电子专业、生物技术专业、软件和信息技术专业等，都离不开英语的学习或国外文献资料的查阅，没有良好的英语基础，这些专业领域是不会取得重大建树的。

第三、对于某些重点学校，或者与国外建立了友好交流关系的学校，只有那些具有优势英语的学生才有可能被录取参加国外友好学校的交流活动；

第四、英语作为中考、高考(微博)的必选重点科目，其得分的高低，直接影响到是否在全班全年级占据优势，被名牌大学录取；

第五、即使是有偏科倾向的学生，如果她的英语口语或者写作或者翻译有一技之长，将来即使是没有考上大学，他也会被社会广泛需要的，比如从事翻译、口译、英语教师、幼儿园老师、外贸行业等。

第六、语言好的学生，其右脑的智商相对更高，反应更灵敏、沟通更快捷易懂、给人印象更深刻，在竞争激烈的社会中，更有优势，更容易夺得一些机会。

第七、如果你想将来出国，就不会在语言关方面花费很多金钱、时间和精力去补课，而是一站式通达国外，获得更多良好教育的机会，也更容易引起外国机构的青睐，收到意想不到的效果。

可见，英语的应用无处不在，我们已经身处在一个开口就是英语的时代和地方，英语对于我们而言，就像一日三餐，对于人类而言不可或缺，只要这个地球存在，英语就会永远存续下去

---

多读书，读好书。

读书，似乎是一件苦差事，不然，为什么有人头悬梁，锥刺股呢？读书似乎又是一件快乐的事，否则，为什么有人可以不吃不喝，却不可以不读书呢？

有人说，读书好，书中有黄金屋，有颜如玉，有千钟粟，有车如簇。看，有权有势又有钱，更有一位“颜如玉”来“红袖添香夜读书”。你说，读书好不好？诚然，名利声色确实吸引了不少沽名钓誉之徒。但除此之外，读书一定还有别的什么魔力，吸引着那些虽然清贫却孜孜不倦地追求真理的莘莘学子吧？

我爱读书，既不是为了“黄金屋”，也不希望有“颜如玉”，只是从实践中体会到读书的无穷乐趣。

首先，读书的一大乐趣在于随心所欲。主人是你，是你去读书，而是书来管你。试想，一个大书架，塞满了书，古今中外，天文地理、侦探、言情、武侠……看哪一种都可以，不着急。而它们对你，是招之即来，挥之即去的。那么多古圣先贤，在静默地等着你，为你述说他们的思想。你可以向孙子请教兵法，跟海明威谈斗牛，还可以跟司马迁谈天下大事——总之，当家的是你。慢慢的，你会觉得，世界如此之大，生活如此之多彩，大自然如此奥妙无穷，仿佛所有的知识画卷在你的脑海中一一展现。而你也已超然物外地掌握着历史。久而久之，这种“前无古人，后无来者”的感觉愈演愈烈。不变为“书痴”者鲜矣。

书趣之二，在于可以大发议论。凡着书立说者，必为一时之俊才。虽是俊才，有时也会有疏漏，而这疏漏偏偏被你看出来了，你高兴不高兴？杜甫《饮中八仙歌》中有句“天子呼来不上船，自称臣是酒中仙。”这句是写李白的。但你想，如果把“臣”字写成“爷”字，不是更好地表达他的酩酊大醉之态么？一时间意得志满，好像杜甫都要来拜你为“一字师”。大发议论，使你与作者有并驾之感，精神上快乐无比。

书趣之三，当你为一个问题绞尽脑汁百思而不得其解的时候，又或是当你对于某一个问题的小有心得时，打开一本书，发现已有人对这个问题做出了充分的论述。正好搔到你的痒处，正中下怀，喜乐不禁。于是一切都已明了，一切付出的辛劳都有了回报。这种柳暗花明又一村的感觉是什么也换不去的。

书趣之四，当你看了一本好书，被它的内容所征服，在你与朋友交流时侃侃而谈，书中的妙语一句句往外跳。朋友们瞪着钦羡的目光：“士别三日，可得刮目相看啊！”只有

你知道，这是看了书的缘故。小小的虚荣心再次被满足。读书好不好？书趣之五。在于藏书，鉴于大家都是中学生，没什么钱。这点，不谈也罢。历数了这么多书的好处，那么你是不是觉得手痒痒，想翻开一本瞧瞧呢？书有很多种，有的要正襟危坐地钻研，有的只是一种消遣，还有一些会把人诱进死胡同里，再也出不来的。既然我们读书不是为了把书当作敲门砖去扣开那名利之门，那么，我们就应该去读好书，读那些不光是为了消遣，更能提高我们的书。比如说《唐诗三百首》，这是我国传统文化的精华，又再比如《三国演义》，日本人从中学到了企业管理，用人之道，我们能学到什么？再比如《沙翁戏剧集》从中又能领会多少道理呢？不光只看纯文学作品，还应看看人物传记之类的，看看别人是怎样为了理想不屈不挠地奋斗至成功的。培根说，“读史使人明智，读诗使人聪慧，演算使人精密，哲理使人深刻，伦理学使人有修养，逻辑修辞使人善辨。”总之，读书能造就一个人，也能毁掉一个人，但不读书，肯定是百害而无一利——让我们都来读书，读好书吧！

-----  
[仁者寿：儒门养生法要 下载链接1](#)

## 书评

[仁者寿：儒门养生法要 下载链接1](#)