

<<仁者寿>>

图书基本信息

书名：<<仁者寿>>

13位ISBN编号：9787510053238

10位ISBN编号：7510053234

出版时间：2013-11

出版时间：世界图书出版公司·后浪出版公司

作者：龚鹏程

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>

## <<仁者寿>>

### 内容概要

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

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，著名学者龚鹏程在本书中正本清源，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。

在本书中，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。

## <<仁者寿>>

### 作者简介

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。

曾获台湾中山文艺奖、中兴文艺奖、杰出研究奖等奖项及台湾校园十大名师、台湾十大金榜专栏作家称号。

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。

龚鹏程先生自幼才华横溢，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，有天下“第一才子”之美誉，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，其中在内地出版的有：《游的精神文化史论》《中国文人阶层史论》《文化符号学导论》《文学散步》《中国传统文化十五讲》《国学入门》《侠的精神文化史论》《中国小说史论》等。

<<仁者寿>>

书籍目录

- 第一章 小 引
- 第二章 养生絮语
- 第三章 儒医养生
- 第四章 儒门养生金言
- 第五章 养生答疑
- 附录一 养心、养气、静坐
- 附录二 儒家的性学与心性之学
- 出版后记

<<仁者寿>>

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>