第一图书网, tushu007.com

<<豆蔻香茶长生诀>>

图书基本信息

书名：<<豆蔻香茶长生诀>>

13位ISBN编号：9787538294286

10位ISBN编号：7538294287

出版时间：2011-11-1

出版时间：辽宁教育出版社

作者：舒新城,黄素封

页数：218

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

<<豆蔻香茶长生诀>>

前言

此味可待成追忆，只是当时已惘然——这可成为追述民国时期饮食文化的写照。
中华饮食，在民国时期达至巅峰。
当时的吃客吃相，确有当代人望尘莫及处：夜泊秦淮，随着桨声灯影婉转而出的是歌女们劝酒送吃之声，柔腻至极，令人骨酥肉软，不知身之所在；春宵酒醒，一声声小贩的吆喝，又将你从梦中喊回现实——又到朝食时；十里洋场，倾倒你的是杏花楼的荷包翅；漫步苏州，最忘不了那木渎镇的石家鲃肺汤；偶有闲暇，不妨泡泡茶馆，眯着眼睛听听歌伶的清曲；心血来潮，也可步入西菜馆，学学洋人派头……　回顾一代人的饮食史，就是追忆一代人的生活史。
民国人的钟鸣鼎食，固然令人心向往之，但真正懂生活的人，最感兴趣的怕还是那份隐藏在“吃”字底下的态度和趣味吧？
诚然，民国已与我们时空远隔，但历史分隔的只是记忆，而不是生活。
人生代代无穷已，无论我们身逢何世，都注定成为柴米油盐的追逐者。
我们难以绕开与之相关的喜怒哀乐，更无法不被似曾相识的感受打动。
因此，以现代的目光回看那一代人的饮食风貌，未尝不是一件有益而富于趣味的事情。
何况，民国又是一个文采风流的时代。
民国人不但能吃、爱吃，还懂得谈吃、品吃。
翻开昔日的杂志、报纸，我们不难发现那一张张可爱而生猛的面孔——时而扬扬得意，颇以自己的吃喝豪举为傲；时而如数家珍，活像一部饮食词典；时而追忆旧食，大有今不胜昔之慨；时而借题发挥，感叹“天下不过是桌菜”；还有一部分人孜孜于健康之道，颇似如今的养生学家（惜其生不逢时，如诞生于今，则大红大紫矣）。
借助这些珍贵而饶有趣味的文字，一幅幅斑驳而绚丽的饮食情景如在眼前。
而编者想要做的，就是将这些情景呈现给读者。
经过一段时间的搜寻和编选，我们精选了一百多篇民国时期的饮食文章，以飨读者。
这些文章全部来自当时著名的报刊和书籍（如《论语半月刊》《机联会刊》《红玫瑰》《饮食与健康》等），可谓原汁原味，最能体现一代饮食男女的态度和风采。
由于文章数量较多，且内容五花八门，故编者将其分为三辑：　第一辑主要谈美食，名为《船菜花酒蝴蝶会》。
船菜、花酒、蝴蝶会者，即当时之秦淮船菜也。
船菜在如今虽然难寻踪影，却是民国饮食的一大特色，颇受时人欢迎。
以此做书名，恰能反映民国男女的饮食情趣，表现食物与人的细腻情愫。
细品其中文章，不难感受到一份永恒不变的生活共鸣。
第二辑亦是关于吃，属于以吃为名，借题发挥，谈美女，谈选婿，谈时局，故名为《醉蟹瓮酒荒唐语》。
盖民国文人好玩好吃好议论，当才情遇上“人之大欲”，总少不了一番嬉笑怒骂。
如今读之，往往瞠目结舌，拍案叫绝。
第三辑谈饮食与养生，名为《豆蔻香茶长生诀》。
与当代人一样，民国人同样深谙食养之重要性。
且他们对于饮食和健康，态度更中肯，研究更细致，眼界更宽广。
其中既有中医精华，也有西医理论，偶尔还会鼓吹一番社会和人生。
读着这些文章，不但毫无沉闷之感，反而能够借鉴一二，具有一定的实用价值。
鉴于这些文章“年事”已高，所以编者在整理过程中，偶作增删，并补充了引言和图片，以符合当代读者的阅读口味。
全书编毕，编者突然发现，当我们阅读这些文字时，已经不是单纯地缅怀过去，更是自我寻觅，自我发现的过程。
美食美文，相得益彰，岁月匆匆，能够遇见这些“体己话”，是幸运，也是缘分。
朗读者

内容概要

与当代人一样，民国人同样深谙食养之重要性，他们总能在最寻常的食物中，发现学问、找到掌故，信手拈来，皆可滋身养命、裨益无穷。
而在那个提倡科学、尊重传统的年代，人们对于食疗养生的态度和眼光，更为当代人所不及。
《豆蔻香茶长生诀》一书集中了若干篇民国时期论述食疗养生的小文章，分为食材、杂论、食疗通讯等几大部分对读者呈现。
其中既有中医精华，也有西医理论，偶尔还会鼓吹一番社会和人生。
充分体现了民国时期的食养特色。
尤其值得一提的是最后的食疗通讯部分，来信者的急切和不安，回信者的关怀与安慰，全都淋漓于纸上，呼之欲出，其情其景，使人敬服。

作者简介

舒新城（1893-1960）
原名玉山，学名维周，字心怡，号畅吾庐，曾用名舒建勋，湖南溆浦人，现代著名出版家、教育家。
1917年毕业于湖南高等师范学校，曾创办《湖南教育月刊》。
20世纪二三十年代，先后出版《现代心理学之趋势》《近代中国留学史》《教育通论》《人生哲学》等书。
1923年任南京东南大学附中研究股主任，推行道尔顿制，并赴上海、武昌、长沙等地讲演。
1928年，应中华书局总经理陆费逵之聘，任《辞海》主编。
另著有《蜀游心影》《漫游日记》《故乡》等散文集。

施纪云（1884-？
）
四川重庆涪陵人，清光绪九年进士，历任湖北武昌府知府、湖北德安府知府、湖北施鹤道、湖北按察使等职，任职时推行办学，曾主持编修《涪陵县续修涪州志》。

黄素封（1904-1960）
又名黄雪楼，江苏徐州人，近代著名化学史家、医药学家、教育家。
黄素封自幼酷爱学习，后考入金陵大学化学系，并以优异成绩毕业。
毕生致力于学术，在化学、化学史、医药、教育、文学等方面均有不少著作行世，曾出版《实用有机化学》《高中化学》《中国炼丹术考证》《化学发达史》等著译，并于1960年译出了英国第一部小说《亚瑟王之死》。

西神（1884-1942）
原名王蕴章，宇莼农，号西神残客，简称西神，江苏无锡人。
南社社员，曾为《小说月报》首任主编，建立了作者稿酬制。
后在上海办中国文学院，自任院长。
其文、诗、词兼工，词名尤著。
民国著名诗人金天羽谓其“卓然名其家，号称双绝”。
亦工传奇，精楷书，曾著有《梁溪词话》《然脂余韵》《西神杂识》《留佳庵文集》《玉晚香答诗草》《秋平云室词钞》等。

甘永龙（生卒年不详）
字作霖，清末民初著名翻译家。
1910年，编注并出版《莎氏乐府本事》，此书曾广为发行，至1922年共出版19版。
1912年，编译了由孙中山著述的《伦敦被难记》。
1918年，编译《广告须知》，为我国第一部广告学研究专著。
其他译著包括《论美洲合众国三权分立之真相》《卢宫秘史》《红发女》等，并主持编写了《华英初阶》《华英进阶?初集》等英语类读本。

周郁年（生卒年不详）
民国时期编辑，曾出版《古文观止》《池上草堂笔记》《白香山诗集》《万病治疗验方》《治病百法》《养生秘术》等书。

第一图书网, tushu007.com

<<豆蔻香茶长生诀>>

书籍目录

第一章 香果养生经
荷花与西瓜
豆蔻小志
闲话人参
香蕉与人生
羊奶和番茄的几种简易烹调法及其营养价值
菜蔬疗病之力
食物与野菜
第二章 食补秘术
食疗三种
食养三题
从大豆成分论混合饭的营养价值
盐的医疗作用
谈谈老糕馒头和甜酒酿的制法
和母亲们谈谈羊奶哺婴的经验
第三章 食疗杂谈
厨房与养生
四川膳食习俗与学生健康
应酬与健康
食物与迷信
吃与养
麻痹症的饮食调养
科学的吃法
关于酒的讨论
温暖身体之食物
油煎食物与消化不良
牛奶和人奶的比较
肉食与菜食
民族健康与食物营养
小孩过年的吃食问题
食物如何帮助排泄
鸡蛋与麻风
营养浅谈
第四章 食养小笺
家庭主妇的养生术
青年发育与饮食的关系
老年人饮食与健康
精神衰弱的饮食调养法
性神经衰弱问题
牛奶和大蒜的营养价值
食物营养的辩证法
肺结核患者的饮食调养
低血压食疗法
作者简介

章节摘录

中国的富贵人家，园子有荷池。
等到傍晚时分，日落之后，人们坐在开满荷花的荷池旁边，将茶叶包在绸里面，放在荷花中。
荷花是早开夜合的，经过了几次开合、花瓣谢去之后，取出茶包，拿来泡茶，就有一种荷花的味道，清香而可口。
——乐乐天《荷花与西瓜》　　社会上的普通人家，收入大半都用在了饮食之上。
所以我们讨论食物时，要连带讨论经济，不能算是画蛇添足的无聊勾当。
而对于这个问题，世界上已有很多人做出过审慎的回答了。
例如，上面提到的雷诺兹先生就用“吃香蕉”三个字做了答案。
——黄素封 韦来珏《香蕉与人生》　　“川贝鸡”的形态与普通鸡无异，不过它的身体比普通的鸡大，而且能够如鹰、燕般飞行，不如普通鸡那样的呆笨。
它的功用兼有了川贝和鸡两种特长，能祛痰、清热、补虚、益中，并且因它有鲜美的滋味，所以还兼有醒健脾胃的作用，真是食用与药用两相宜的圣品！
——伯辰《食疗三种》　　由于牙祭习俗，往往附带发生食无定时的现象。
在打牙祭时，因为所弄的菜特别多，免不了要延迟开饭时间。
而在平时，则往往提早。
同时，主管伙食的人，为求牙祭打得好，博个好声誉，就要想法省米。
提早开饭是省米的有效办法，早些开饭，大家都还饱，当然可以少吃，自然省米。
——张增杰《四川膳食习俗与学生健康》　　六时宴客，我准时六时到，而七时半客人到齐已是很难得了，则我与主人已白费了一个半小时以上。
在这一个半小时里面，必不能做无言的菩萨，必须谈天。
客人陆续地来，招呼要陆续地打，八时能开席，已是好事。
几十样菜一道接一道慢慢地吃完，十时能散席已是大吉。
——舒新城《应酬与健康》

编辑推荐

厨房烹煮如何破坏营养？
怎样在应酬场所全身而退？
食品广告多么荒谬？
这些看似属于当代人的问题，原来早在民国时期人们就已经反复讨论。
与推崇功利主义的当代人不同，民国时期的医家、学者对于食疗养生，态度更中肯，研究更细致，眼界更宽广，其中争鸣者有之、鼓吹者有之、批判者亦有之，然而无不以民为本，博济为怀，体现了高度的责任心和社会使命感。
时下正值热炒养生之际，读一读前人的养生文章，应会有另一番发现和启示。

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