

人间有味是清欢



[人间有味是清欢 下载链接1](#)

著者:于丹

出版者:长江文艺出版社

出版时间:2015-1

装帧:平装

isbn:9787535478085

生活中的困惑是常有的，解决一个，又来一个。有些“惑”，一时半会儿解不了，要去参悟，在生活中去参，在时光中去悟。理想与现实的矛盾也是常有的，否则，理想就失去了珍贵，现实就少了无奈。

境无好坏，唯心所造。面对复杂的世界，我们可以选择悠游自适；面对繁忙的工作，我们可以学会乘物游心。当我们沿着梦想的道路一路前行，也别忘了停下来看一看四时风雨，用心去听，用心去感，也许会有更多意想不到的收获。

《人间有味是清欢》，针对人们面临的心灵困惑和人生困境，于丹首谈个人成长经历，创作过程中数度落泪。本书插图皆由于丹亲自拍摄。行走山川，渡过江河，看大千世界，品百味人生，体会逝水流光中的那些生命瞬间。

作者介绍:

于丹，著名文化学者，北京师范大学教授、博士生导师、首都文化创新与文化传播工程研究院院长、北京师范大学艺术与传媒学院副院长、国务院参事室特约研究员。她是古典文化的普及传播者，在中央电视台《百家讲坛》《文化视点》等栏目，通过《论

语心得》《庄子心得》《论语感悟》等系列讲座普及、传播传统文化，以生命感悟激活了经典中属于中华民族的精神基因，在海内外文化界、教育界产生了广泛影响。先后在我国内地、港台地区，及美国、英国、法国、德国、日本、韩国、新加坡、马来西亚、巴西、新西兰、澳大利亚等国家地区举办千余场传统文化讲座，得到广泛好评，并掀起了海内外民众学习经典的热潮。

著有《于丹<论语>心得》《于丹<庄子>心得》《于丹·游园惊梦——昆曲艺术审美之旅》《于丹<论语>感悟》《于丹 趣品人生》《于丹 重温最美古诗词》等。其中《于丹<论语>心得》一书获得世界知识产权组织的版权金奖，国内累计销量已达六百余万册，多次再版，被译为三十余种文字在各国发行，国外销量已达四十万册。

目录: 壹 生命：借一把光阴，雕刻我的印记

寻常岁月，漫成节日

生命中的成全与托付

来日方长并不长

做一株土生土长的庄稼

我们与世界相处的方式

真理只在花开叶落间

退步原来是向前

贰 幸福：一点觉悟，十分相信

信念·悟性·责任·行动

你在意什么，生活就给你什么

婚姻需要爱，更需要智慧

有些爱要留给自己

找回一些动物的天性

没钱的日子，欢喜的流光

无论如何，心怀希望

叁 成长：遇见孩子，遇见更好的自己

中国人的家教与门风

给孩子温柔和坚强

天使也要自己飞

写给孩子的一封信

学会爱，更要超越爱

懂事以后，沧桑之前

肆 行走：生来本无乡，心安是归处

杭州：曾是西湖梦边人

丽江：邂逅一米阳光

黔东南：乡土中国，烟火神仙

敦煌：相逢恨早的美丽

巴黎：一座灵魂有香气的城

挪威：一场窑变的惊喜

三大洲：时光逆流，灵魂借宿

伍 闲情：人间有味，最是清欢

寻味：舌尖上的天地缘

品茶：青山泉水杯中映

吟诗：春风桃李，秋雨梧桐

听曲：水磨腔里的至情至性

登临：那些托举生命的高山

赏月：看似无用的美好

陆 流年：节序如流，守一段人间相思

清明：血脉里的眷恋
端午：手工记忆中国心
七夕：长相思，不如长相守
中秋：月圆满，心圆满
春节：不离不弃的天地约
代后记 读书与读心——对话星云法师
· · · · · (收起)

[人间有味是清欢](#) [下载链接1](#)

标签

于丹

散文

随笔

净化心灵

人间有味是清欢

生活

成长

惜缘

评论

读罢鸡汤，仿佛什么都说过了，仿佛又什么都没说。

好久没看过这么恶心的书了

感觉写的一般，比较浅，有点受够于丹的语言风格了。

看完心情不错~

在书店读完的，文笔很好，鸡汤很好喝，哈哈

舒缓的心灵鸡汤～不妨一读

鸡汤，你要喝吗？

这是我继论语心得和庄子感悟之后读的第一本于丹的书，每次都是睡前读的。能够让人安心。

2016第一本。最近一年多看书太少，还是上学好...行政管理杀人不偿命，我也想做金丝雀= =书的装潢清新淡雅，只是于丹的游记实在不够好～

人间有味是清欢，人生如寄，人这一生像是向时光接了一段日子，然后扣上自己的名字，某某的一生。幸福说起来也不是什么其他的，比如物质，名誉，功利等等，而是一种心态，对待事物看法以及心态，若是坦然从容，凡事皆无大碍。

还好，但是还是觉得她讲百家讲坛的最漂亮。

做成一件事，需要忘名，忘利，忘我。

好巧不巧，之前逛图书馆，她的书在畅销区，就看了看。

乐观积极的人，之所以会感染他人，是因为本身的环境带给自己的欢乐多！
来日并不方长！

成长经历 旅行中遇见未知的自己 突然有种想要走遍大江南北山川河流的冲动 教育
对乡土的眷恋 感动

哲学生活

文笔没那么好。言辞让人觉得高高在上。

抹茶味的鸡汤，同事说于丹是知识恐怖分子

20170515@BIT图书馆 B821-49/896 杭州 南京 巴黎 玉龙雪山 庐山 敦煌
黔东南从江县岜沙苗寨小黄侗寨 肯尼亚马赛马拉大草原 西班牙加那利群岛中的月球岛

虽然内容编辑不够细致，多处略显啰嗦。但谢谢你，于丹老师，陪我度过了这难过的一天。看到几处潸然又回首，渴望也能洒脱做自己，我想我是被困于一个地方太久，才会被细微的情绪肆意的操纵。行走行动做起来，确有洗涤平静心灵之灵效。

[人间有味是清欢](#) [下载链接1](#)

书评

《于丹〈论语〉心得》当年很火，被当作出版界超级畅销书的一个典范，可我没读过，很惭愧，《人间有味是清欢》是读的于丹第一本书。读完后去买菜，特意买了平时不甚爱吃也很少吃的白萝卜，只因读书时留意了书中一段提及了四季吃饭的规律：“春天，阳气升腾，可以吃点儿阳气旺盛…

春节假期的一个上午读完了这本书，最近没有码字，看于丹的文字更有了清新脱俗之感。这本散文集记录了于丹的生命感悟，犹豫了一下，此处应写生活还是生命，还是选择写“生命”。因为生命是更为透彻的、更为深刻的、更为打动心扉的领悟。看到会心处，也会一笑，因为那些体验我…

于丹的散文的人生《人间有味是清欢》

对于文化名人于丹其实并不是很了解，只是看过她解读的《论语心得》和《庄子心得》，这一次通过这本散文集，让于丹的形象变得更熟悉和生动了起来。和于丹讲论语相比，我更喜欢这本《人间有味是清欢》中的文字，感觉更接地气，更自然随…

清欢，可以说是一种心境，是一种清雅恬适之乐。在现在物质横溢的社会上，大多数人都过着一种浮华，虚伪的生活。人们在金钱，物质里寻找欢乐，我们精神上的满足感已被我们所有的物质所衡量。

《人生有味是清欢》是本于丹写的散文集，文中，她讲述了她人生所发生的事，与她人生…

再过两天就是中国最浓重的节日——春节了。而我从1月26日起至现在，已经整整二十多天没休息过了。每天上班路上所见：灯笼挂起来了，路上的人流和车流更多起来了，菜市场比平日更喧哗热闹了，迎春花市也摆起来了。这年味可是一日比一日浓了。但是，看着身边的繁华与热闹，感觉这…

于丹的《人间有味是清欢》共分六个篇章，她从生命、幸福、成长、行走、闲情、流年来说自己对人生的感受与感悟。而结合当下年轻人的实际情况和心态来看，前几篇阅读下来会不免觉得无奈、伤感、遗憾，而后几篇却让人倍感羡慕与满心期待。多少人不是在为了寻求自己认识下的幸福而…

《人间有味是清欢》是于丹对人生、文化、社会、生活的多方考量，是她首度自我剖析成长经历和心路历程的散文作品。

全书紧扣作者的自我成长经历，从生命、成长、幸福、闲情、行走、流年六个部分与我们分享了自己的人生。书名“人间有味是清欢”出自苏轼的《浣溪沙》。以清净心...

知道于丹这个名字是通过电视百家讲坛，不过并没有认真看过她讲的内容，也没有读过她的文字。这次也是偶然看到了单位书架上的这本，才拜读的。

读罢全书，最深刻的感触就是语言华丽，辞藻丰富。这样的语言还是在上学期间，高中之前吧，语文考试有作文题的时候，自己内心喜欢的。...

不像普通鸡汤总是教你怎么做人，更多的是于丹在阐述自己一生中所遇之境以及对自我和外界的一个理解，不愧是研究古诗词的，文笔很不错了。以为老学究文笔会古板。但是于丹的文笔让我感觉很有灵气，说她是少年得志过去带点文学天赋我也是信的。见过很多有名气的作家，且不论书的...

1.过于勉强也是一种虚幻，珍惜只有在真实的前提下才能成立。

2.真正可以抓住的只是当下这个瞬间，尽心倾情过好了当下的人，少一点遗憾，就多一点无怨。3.当你因为没有鞋穿而哭泣的时候，想想那些失去双脚的人。

4.来日方长并不长！什么才算是真正的拥有呢？一念既起，拼尽心力...

人间有味是清欢。想说点什么，片刻的思绪来不及记录。全书分六个模块。
我记忆深刻的是关于时令，二十四节气。

我常常说，不是法定假日的节日通通都不算。最近的假日是清明节。

我从来没有思考过，这个节日的意义。关于中国传统文化。我一直怀有深深的敬仰。
总说自己浅薄...

旅游不仅是玩，也是一种体验，古人都说读万卷书不如行万里路，行万里路就是拓展视野。

登山不仅是一种锻炼，也是一种对人生、自我的感悟，只有自身爬到山顶才能尽情的欣赏沿途的风景，才能感知山顶的风景得来不易，才能得到意想不到的收获。

现在大家的旅游意识是强了，但大多...

读这本书，最喜欢的还是于丹对幸福的解读：“精神世界多元而包容，现实世界朴素而温暖；在职业之内有一份自信，在职业之外有一份从容”。

读这本书，萦绕在我脑海里不去的一个词，是温暖。

于丹老师，读你的文字能让我感到温暖，你知道吗？特别是在现在这个我特别缺乏温暖的时...

清欢，原指清雅恬适之乐，现更多的用在形容一种心境，一种状态中。清，代表的是一种清新淡雅，欢则指的是一种心态欢喜恬淡，不像大喜的疯狂，不像喜爱的痴迷，就只是一种淡淡的喜欢，淡淡的爱。

《人间有味是清欢》是一部讲述自己经历的故事，夹杂着于丹老师对人生每个...

“苏词《浣溪沙》。我说我一时想不起，其并非苏词代表作，后期也不属历史著名文献。”书中提到的火山灰印象最深。2010年春，欧冠半决赛巴塞罗那惜败国际米兰两战，正是因为冰岛火山灰；而我印象更深的，则是体育迷对广电总局因（青海）玉树地震而颁布‘禁娱令’封杀本场比赛在...

鸡汤，我们到底要不要喝？关于这个问题，我们可以慢慢讨论。

鸡汤的正能量，貌似在这些年，开始被抵制，被嘲弄，被摒弃。尤其是以于丹，于麻麻为代表的一类。

记得2007年附近，就是她火的那几年，还是有大量的粉丝。有很多崇拜者。他们崇拜的是，能把庄子讲出趣闻，把孔子讲成...

[人间有味是清欢](#) [下载链接1](#)