

聚焦奥运
认识巴黎

从这三本书开始

巴黎奥运正在如火如荼地进行中,看着运动员挥洒汗水,你是不是也按捺不住,想要跟着奥运的脚步运动起来了?

聚焦奥运与体育,也分享有关举办地巴黎的图书,赶紧一起来看看吧!



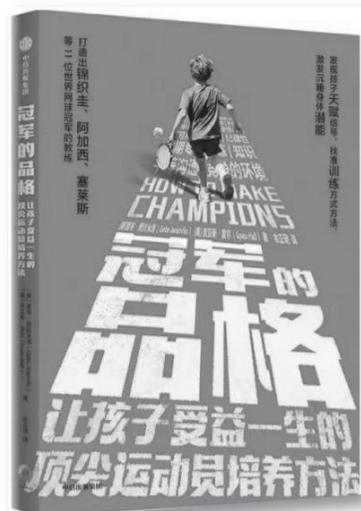
作者:[意] 维鲁斯卡·莫塔 著,[意] 卢卡·波利 绘

译者:李静滢 译

出版社:中国友谊出版公司

出版时间:2024年6月

《图说奥运》是一本生动有趣的奥运知识桥梁书,讲述了奥运会的起源与发展,从古代奥运会到现代奥运会,还有如今与之并行的冬奥会、残奥会,介绍了许多奥运趣味小知识,如第一个奥运比赛项目、第一个奥运冠军、历史上年纪最小的奥运冠军等等,还有各种世界纪录创造者的励志故事,体现了人们对和平、平等、公正的追求,还有更高、更快、更强、更团结的奥林匹克体育精神。



作者:[美] 盖布·贾拉米洛,[美] 吉亚斯·霍尔

译者:余正玥 译

出版社:中信出版集团

出版时间:2024年3月

本书向读者提供了知名网球教练贾拉米洛,打造数十位世界冠军运动员的方法论。这是他对40余年经验、训练方法的总结。他培养冠军的成功经验得出:专业的身心刻意训练,外加在正确的训练路径上不断练习,孩子的潜能才能被激发,并因此受益,从而获得成功。书中含有大量冠军运动员或成功、或失败的真实案例,结合科学实验,围绕培训计划、商业建议、战术理论、行业故事等方面,为读者提供扎实且实用的训练指导手册,即使非专业人士看完也能领会核心要义。

来源:光明网



作者:孙艺萌 著
出版社:广西科学技术出版社

出版时间:2024年1月

《巴黎百年小店》是旅法插画师孙艺萌历时五年收集整理的巴黎街头百年小店主题手绘图文精选集,全书共收录了50家经营超过百年历史的特色店铺,共分为文化、美食、日常生活和特别伴手礼四大类。在书中,中国姑娘用自己细腻又充满法式浪漫的画,带你走进能发现罕见书籍的艺术书店、曾经在电影中出过镜的面包店、法国王室钟爱的蜡烛店……向你介绍一块甜点、一瓶蜂蜜、一杯咖啡背后的动人故事。这些浓缩了百年经营智慧与巴黎人生活风格的小店,也是巴黎这座迷人的城市里属于每个普通人的博物馆。

“已识山中早晚凉,今朝况复立秋当。”秋天的第一个节气“立秋”已经到来。

“立”为开始之意,“秋”字由“禾”与“火”组合而成,表示禾谷成熟,春华秋实。

立秋,是收获的标志,预示着丰收的开始。

此后,夏的炎热将渐渐离去,内心的燥热和不安,也将随秋风慢慢消散。

寒蝉声声,硕果累累的金秋,携着春天播撒下的种子,挥去夏天流淌下的汗水,迎来万物盈满、欣欣向荣。

在夏尽秋来中 懂得不骄不躁

唐代诗人刘言史有诗云:“兹晨戒流火,商飊早已惊。云天收夏色,木叶动秋声。”

立秋后,暑热将渐渐收敛,树叶渐渐变色。万千焦躁心绪,也将随着舒适凉爽的秋风渐渐平息,复归旷达闲适。

宋代诗人苏辙,一度厌烦炎热的三伏天。

他独自呆在书房中,只觉浑身燥热,纵然沉思半天,奈何心浮气躁,无从下笔。

直到立秋来临,看着门前满目的梧桐树叶,在秋风的吹拂下渐渐飘落,他的愁绪渐渐舒展,心旷神怡之际,欣然提笔,流泻下一时的感受:“伏中苦热焦皮骨,秋后清风濯肺肝。天地不仁谁念尔,身心无著偶能安。”

内心通透的人自然明白,纵然酷暑难耐,骄阳似火,但爽朗的秋天终究会到来。

到那时,万千愁绪都会在柔和的秋风轻拂下一扫而空,留下一番疏朗天地。

秋高气爽,海阔天空。遇事沉得住气,对人生

立秋

成熟的是稻谷

沉淀的是人生

才会多一分自信,多一些从容,迎来真正的秋收。

在三伏未尽时 学会持之以恒

古人将四季中阳气鼎盛之际,称为“伏天”,又以十天为一伏,细分为初伏、中伏和末伏。

如今立秋将至,三伏天已过二伏。

“律变新秋至,萧条自此初。”此时若感慨年华老去,独自惆怅而踟躇不前,最是容易错过时机,白白留下遗憾。

古往今来,行百里者半九十。

做人做事,恰如三伏中的末伏,愈是接近尾声,愈应谨小慎微、奋发有为。

纵然已经筋疲力竭,也不要半途而废,继续心无旁骛,全力以赴,持之以恒,方能乘风破浪,行稳致远。

四季轮转,我们一路走来,重要的不止是满树沉甸甸的果实,更是一路沉甸甸的历练。

在硕果累累中 沉淀成熟品格

林语堂先生在《秋天的况味》中写道:“大概我所爱的不是晚秋,是初秋,那时暄气初消,月正圆,蟹正肥,桂花皎洁……”

秋风起,蟹脚痒。立秋之后,蟹肥月圆,桂香浮动,稻穗低垂,万物丰盈。

古时,丰收之际人们会举行“秋祭”。用丰厚的祭物,虔诚地祈祷,感谢祖先庇佑,祈祷来年风调雨顺,五谷丰登。

秋天,是收获的季节,更是感恩的季节。

就像成熟的稻穗懂得低头,对于奋斗半生的人来说,又何尝不是如此?

如果把春天比作人的少年时期,朝气蓬勃,蓄势待发;夏天则是正值青年,横冲直撞,无所畏惧;只有到了秋天,到了中年,焦躁的心才会慢慢收敛。

不再是鲜衣怒马,年少气盛,企图“春风得意马蹄疾,一日看尽长安花”,而是渐渐懂得:种瓜得瓜,种豆得豆。唯有默默耕耘,静静等候,才有可能收获希望的金秋。

然而,硕果再多,到了冬天,终究是一片白茫茫大地。因此,不能得意时忘乎所以,失意时自惭形秽,而要始终宠辱不惊,笑看庭前花开花落。

立秋,成熟的是稻谷,沉淀的是人生。

暑去凉来,秋天不远。立秋,收起暑中那疯长的膨胀心,让自己沉淀一份从容沉稳、丰盈内敛的品质。如此,才能在渐渐清凉的岁月里安享闲适。

来源:人民网