

养生大师语录 全彩图文典藏本



作者：洗华编著

出版社：南昌：百花洲文艺出版社

出版日期：2009.05

总页数：202

介绍：《养生大师语录(全彩图文典藏本)》主要以历史为主线，分别介绍先秦时期、汉唐时期、宋元时期、明清时期各著名医家的养生代表著作，包括他们的主要养生学贡献以及在其代表著作中所记载的有关养生的内容。《养生大师语录(全彩图文典藏本)》首先记载原文，然后对古文进行解释，最后编者提出按语。书中的养生学知识涉及面广，涵盖修生养性、饮食保健、运动养生、起居注意、房事养生等各方面的内容。书中既有养生学理论的阐释，又有具体养生方法的记载，并且通过编者的按语把古代的养生知识和现代养生结合起来，能较好的指导现代人如何进行养生保健，是一部实用性较强的书籍。从古至今，养生是一个不变的话题。传统的养生文化历史悠久，内容丰赡。我们力求从传统顾及中去发掘宝贵的养生知识，奉献给广大读者，以期能为读者的养生提供指导和帮助。读完《养生大师语录(全彩图文典藏本)》，你将会发现健康长寿不再是一件困难的事情，

说明：登录教客网 (<https://www.jiaokey.com/book/detail/12465205.html>) 查找全本阅读方式

养生大师语录 全彩图文典藏本 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12465205.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12465205.html>

书名：养生大师语录 全彩图文典藏本