

《黄帝内经》呼吸养生法



作者：湛若水著

出版社：南宁：广西科学技术出版社

出版日期：2010.08

总页数：166

介绍：《黄帝内经》认为人体气血调和则百病不侵，本书根据《黄帝内经》的养生原理，并参考历代养生家的导引招式，综合提供三招养生功法供读者练习。这些功法都是针对身体需要而设计的，只要勤练不辍，对健康必然大有裨益。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12615218.html>）查找全本阅读方式

《黄帝内经》呼吸养生法 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12615218.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12615218.html>

书名：《黄帝内经》呼吸养生法