

黄帝内经养生智慧解密



作者：邓沂编著

出版社：北京：中国中医药出版社

出版日期：2017.06

总页数：295

介绍：本书是国家中医药管理局中医药文化科普巡讲专家邓沂教授在潜心研究《黄帝内经》30余年基础上，养生名言64条，根据内容将其分为养生法则、因时养生、脏腑养生、情志养生、饮食养生、起居养生、房事养生、经络养生、气功养生和病后养生10类。每条养生名言，先辑录原文及篇名出处，再配以译文释义，*后结合当下生活实际阐述其养生指导意义。?????养生名言的原文选择，出自《黄帝内经》通行版本。译文释义竭力追求信、达、雅，将深奥的古文用流畅的语体表述出来，紧扣原文本意，阐释疑难之处，便于读者全面准确理解原文。养生指导部分用力*勤，作者根据原文内涵，密切结合生活实际，详述如何将《黄帝内经》经旨运用于养生实践中，并介绍了诸多简便有效的养生方法。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/14276900.html>）查找全本阅读方式

黄帝内经养生智慧解密 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/14276900.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14276900.html>

书名：黄帝内经养生智慧解密