

# 养性延命录



作者：（南梁）陶弘景

出版社：中版集团数字传媒有限公司

出版日期：2021.05

总页数：26

介绍：《养性延命录》，也作《养生延命录》，南梁·陶弘景編集。书分上、下二卷，卷各三篇，以义类题篇名，如教诫、食诫、杂诫、服气疗病、导引按摩、御女损益等篇。此书保存了一些珍贵的资料，且对后世道教的养生理论及方法颇有影响。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/96280963.html>）查找全本阅读方式

养性延命录 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/96280963.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/96280963.html>

书名：养性延命录