

<<中华养生名言警句精选>>

图书基本信息

书名：<<中华养生名言警句精选>>

13位ISBN编号：9787508239309

10位ISBN编号：750823930X

出版时间：2006-3

出版时间：金盾出版社

作者：熊经浴

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<中华养生名言警句精选>>

内容概要

这是一本关于中国养生文化的大众科普读物。

书中精选了中国先秦诸子和儒、道、佛、医历代名家有关养生保健的名言警句，展示了中华养生的各种先进的理念、经验与方法。

本书包括养生格言、养生谚语、养生诗词名句和养生歌诀箴铭四大部分，内容丰富，资料可靠，科学实用，通俗易懂，是现代人追求健康长寿的良师益友。

<<中华养生名言警句精选>>

书籍目录

第一篇 养生格言 一、调养“三宝” 二、饮食适宜 三、修德养性 四、起居有常 五、房事有节 六、动静合宜 七、顺时摄养 八、却病延年 第二篇 养生谚语 一、调养心神 二、饮食合理 三、起居有常 四、动静得宜 五、却病延年 六、桑榆晚景 第三编 养生诗词名句 一、修德养寿 二、饮食养生 三、心理养生 四、起居养生 五、动静兼养 六、却病延年 七、心境从容 第四编 养生歌诀箴铭 一、修德养寿 二、涵养心田 三、饮食宜忌 四、炼养结合 五、起居养生 六、却病延年 七、熙养天所 主要参考文献

<<中华养生名言警句精选>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>