

<<古人谈养生>>

图书基本信息

书名：<<古人谈养生>>

13位ISBN编号：9787508708836

10位ISBN编号：7508708830

出版时间：2006-2

出版时间：中国社会出版社

作者：张清华

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>

## <<古人谈养生>>

### 内容概要

人生一世，草木一秋。

生老病死是一个不可抗拒的自然规律，所谓长生不老是不可能的。

从秦始皇派人去东瀛蓬莱仙岛寻找长生不老药，到汉武帝服食不死丹药，从魏晋时期的炼丹术，到唐宋时期服食的寒石散等等，都以失败而告终。

我国传统养生学的发展历史如浩浩荡荡的长河，它汇集了各种不同特征的养生理理论和养生方法的精华。

早在二千年前的战国时代成书的《黄帝内经》，就总结了秦汉以前诸子百家的养生长寿经验，晋代葛洪在《抱朴子》里记载了彭祖的长寿养生之道，唐代孙思邈在《千金要方》、《金翼方》中对养生长寿作了专门论述，宋代陈直的《养老奉亲书》、苏东坡的《养生论》等等，都是研究、探索人类养生长寿的实践经验。

<<古人谈养生>>

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>