

<<中国古代名家养生术>>

图书基本信息

书名：<<中国古代名家养生术>>

13位ISBN编号：9787801302960

10位ISBN编号：7801302966

出版时间：1994-09

出版时间：团结出版社

作者：侯又白

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>

<<中国古代名家养生术>>

内容概要

中医养生术是中国医药学这个伟大宝库中的一朵奇葩，不仅源远流长，而且内容极其丰富。

有关中医养生方面的文

献资料，上溯春秋战国，下至明清近代，既见于各个历史时期的医学家的著作中，又散在于儒家、佛家、道家的典籍内；既有专著，又有专篇；既有散文杂论，又有诗歌词赋；不仅探讨了养生延寿的学术理论，而且也记载有丰富多彩的养生方法。

在中医的养生方法中，不但有气功、导引、饮食调摄，而且有生活起居、房事保健、酒醴药物等；不仅介绍中青年及老年人的保健方法，而且讲述婴幼儿乃至胎儿的保健方法。

在中医养生文献中，既有阐述精辟、旨趣深邃之论，又不乏脍炙人口、含义隽永之作。

但是，由于这些文献资料散布面

广、涉及书目繁多、文辞古奥、版本稀少，给检阅应用带来许多不便。

为此，我们从古今数百种医学著作及其它文献资

料中精选出近500余种养生方法，分为八篇，并加注释与按语，编成这本《古代名家养生法》。

<<中国古代名家养生术>>

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>