

<<遵生八笺>>

图书基本信息

书名：<<遵生八笺>>

13位ISBN编号：9787117086745

10位ISBN编号：7117086742

出版时间：2007-11-1

出版时间：人民卫生出版社

作者：明·高濂,王大淳 等整理

页数：673

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>

## <<遵生八笺>>

### 内容概要

全书依次分为清修妙论、四时调摄、起居安乐、延年却病、燕闲清赏、饮饌服食、灵秘丹药、尘外遐举八笺，共19卷，含目录1卷，总20卷。

本书为养生学专著。

作者广征博引，采摭宏富，内容涵盖儒、释、道籍，经史杂著，医药著述等丰富的文献。

内容包括医药卫生、气功导引、饮食起居、山川逸游、花鸟鱼虫。

琴棋书画、笔墨纸砚、文物鉴赏等广博的知识，论述了身心调养、性情陶冶、生活调摄、卫生保健、疾病防治、气功修炼、艺术欣赏等却病延年、养生防病的知识与方法，取材精当，方法实用，文笔隽永，意趣高雅，不仅可使读者增长养生知识，也可增长文学艺术欣赏情趣。

因此，本书是一本流传甚广、脍炙人口的佳作。

<<遵生八笺>>

作者简介

作者: (明)高濂 著, 王大淳 等整理

<<遵生八笺>>

书籍目录

清修妙论笺四时调摄笺起居安乐笺延年却病笺饮馔服食笺燕闲清赏笺灵秘丹药笺尘外遐举笺附方剂索引

<<遵生八笺>>

章节摘录

插图:

## <<遵生八笺>>

### 编辑推荐

《遵生八笺》依次分为清修妙论、四时调摄、起居安乐、延年却病、燕闲清赏、饮饌服食、灵秘丹药、尘外遐举八笺，共19卷，含目录1卷，总20卷。

《遵生八笺》是一本流传甚广、脍炙人口的佳作。

<<遵生八笺>>

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>