

<<图说经络养生>>

图书基本信息

书名：<<图说经络养生>>

13位ISBN编号：9787530439623

10位ISBN编号：7530439626

出版时间：2008-10

出版时间：北京科学技术出版社

作者：敬慎山房

页数：152

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>

前言

中华养生文化源远流长，养生文献汗牛充栋，养生门派林立，养生技法众多。数千年来，中华养生文化护卫着中华民族的繁衍生息，以其博大精深的养生理论和神奇效验的养生技法，济世安民，至今仍屹立于世界文化之林。

随着科学技术的发展进步和世界文化朝向传统的回归，中华养生文化受到越来越多的关注，日益发挥出更大的养生保健作用。

为了弘扬传统养生文化，切实服务百姓当下的养生实践，我们精选部分学术价值、文献价值和实用价值均高的古籍，加以影印或整理出版一套丛书，本书为丛书第一辑，为精选气功导引养生类文献结集而成。

气功导引是中国人民养生智慧的结晶，是行之有效的养生保健技法，《万寿仙书》说凡少壮诸病，无待药饵，即以其人之道，还治其人之身，验如影响，说明古老的气功导引养生方法中有许多值得发掘弘扬的内容，本书辑录了《人体经脉图》《四时坐功祛病图诀》《养生气功导引图》《诸仙导引冈》四部著作，原刻本均绘图精致，解说精当，使人展卷可得，全书精美实用。

同时，本书又保留古籍原貌，图片和文字资料都很珍贵，也具有较高的文献价值。

我们相信本书对养生爱好者、中医学者乃至海外学者均会有一定的实用价值和收藏价值。

<<图说经络养生>>

内容概要

本书彩绘千年导引美图一百五十余幅，辑录养生导引著作四部：《人体经脉图》《四时坐功祛病图》《养生气功导引图》《诸仙导引图》，各书原刻本绘图精致，解说精当，使人展卷可得，精美实用，整理出版的本书保留了古籍原貌，图片和文字资料都很珍贵，具有很高的文献收藏价值。

本书收录了敬慎山房彩绘的精美人体经络图，以及华佗五禽戏、四时坐功祛病功法、诸仙导引功法等经络养生的彩色图谱，并附有白话详解，详尽、生动地阐明了经络养生的适宜情况、功法要点、注意事项等。

读者易懂、易学，行之有效，乃至能达到《万寿仙书》所谓“凡少壮诸病，无待药饵，即以其人之道，还治其人之身，验如影响”的境界。

<<图说经络养生>>

书籍目录

人体经脉图四时坐功祛病图诀养生气功导引图诸仙导引图

<<图说经络养生>>

章节摘录

插图：

编辑推荐

《千年养生导引图解》由北京科学技术出版社出版。

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>