

<<遵生八笺>>

图书基本信息

书名：<<遵生八笺>>

13位ISBN编号：9787506749367

10位ISBN编号：750674936X

出版时间：2011-8

出版时间：中国医药科技

作者：(明)高濂|主编:吴少祯|校注:刘立萍

页数：379

译者：刘立萍 注解

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

《遵生八笺》(作者高濂)依次分为清修妙论、四时调摄、起居安乐、延年却病、燕闲清赏、饮馔服食、灵秘丹药、法外遐举八笺,共19卷,含目录1卷,总20卷。

《遵生八笺》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>>

书籍目录

清修妙论笺上卷  
清修妙论笺下卷  
四时调摄笺春卷  
  春三月调摄总类  
  脏腑配经络图  
  经络配四时图  
  肝脏春旺论胆附肝下  
  春月气数主属图  
  肝神图  
  相肝脏病法  
  修养肝脏法  
  六气治肝法  
  黄帝制春季所服奇方  
  肝脏导引法正二月三月行之  
  春季摄生消息论  
  三春合用药方  
  太上肘后玉经八方  
  摄生图方  
  正月事宜  
  屠苏酒方  
  正月事忌  
  正月修养法  
  《灵剑子》导引法  
  陈希夷孟春二气导引坐功图势  
  二月事宜  
  二月事忌  
  二月修养法  
  《灵剑子》导引法  
  .....

## <<遵生八笺>>

### 编辑推荐

《遵生八笺》作者高濂，字深甫，号瑞南道人，浙江钱塘（今浙江杭州）人，约生于嘉靖初年，主要生活在万历时期。

高濂是明代著名戏曲作家，能诗文，兼通医理，更擅养生。

本次点校以辽宁中医药大学馆藏明万历十九年辛卯（1591）雅尚斋原刻本为底本，以清光绪十年（1884）景陵钟校注本为主校本，并参考其他各版本，如1994年人民卫生出版社出版的《遵生八笺校注》铅印本等，详加点校、订正错讹，加以标点。

<<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>