

# 中华养生语典



[中华养生语典\\_下载链接1](#)

著者:龙吻

出版者:

出版时间:2010-1

装帧:

isbn:9787505422803

《中华养生语典:民谚中的99条养生金言》内容简介：中国有很多经典且独特的养生方

面的俗语、谚语，这些琅琅上口的语句历经几千年的流传，已经形成了一整套养生的文化，内中蕴含着深奥的养生哲理，越来越受到寻常百姓的喜爱。

这些极为丰富的养生、保健、长寿的谚语反映了人们防病治病、长寿养生、运动保健的经验，念起来既顺口，有趣，又充满了有益的经验 and 知识。

《中华养生语典:民谚中的99条养生金言》收录了99条有关养生保健的俗语、谚语，结合中医的养生理论，深入浅出地阐述其中的道理，贴近生活，易懂易记。

内容涉及饮食养生、生活起居、养心防病及运动健身几个方面的内容，是人们寻求健康的宝贵财富。

作者介绍:

目录:

[中华养生语典\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[中华养生语典\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[中华养生语典\\_下载链接1](#)