

《寿亲养老新书白话图解》

图书基本信息

书名：《寿亲养老新书白话图解》

13位ISBN编号：9787538178968

10位ISBN编号：7538178961

出版时间：2013-4

出版社：辽宁科学技术出版社

页数：192

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《寿亲养老新书白话图解》

内容概要

《寿亲养老新书白话图解:四时调摄食疗秘籍》分为4卷。论述老人养生保健知识与方法，内容包括饮食调治、形证脉候、医药扶持、四时养老、食治养老、行住坐卧、宴处起居等。书中对气功养生、食后将息法、养性、种植、药酒养生内容论述尤详，并倡导“嘉言善行”，弘扬慈爱之心。

《寿亲养老新书白话图解》

作者简介

作者为临床医生，长期从事中医临床工作，具有丰富的经验，业余时间撰写了大量的医学著作，包括专业图书和科普读物，每部著作都很畅销。

《寿亲养老新书白话图解》

书籍目录

卷之一 饮食调治第一 形征脉候第二 医药扶持第三 性气好嗜第四 宴处起居第五 贫富祸福第六 戒忌保护第七 四时养老总序第八 四时通用男女老人方 春时摄养第九 春时用药诸方 夏时摄养第十 夏时用药诸方 秋时摄养第十一 秋时用药诸方 冬时摄养第十二 冬时用药诸方 食治养老序第十三 食治老人诸疾方第十四 食治养老益气方 食治明目方 食治耳聋耳鸣诸方 食治五劳七伤诸方 食治老人虚损羸瘦诸方 食治老人脾胃气弱方 食治老人泻痢诸方 食治老人烦渴热诸方 食治老人水气诸方 食治喘嗽诸方 食治脚气诸方 食治诸淋方 食治噎塞诸方 食治冷气诸方 食治诸痔方 食治诸风方 简妙老人备急方第十五 续添 卷之二 保养 服药 贮药 媪阁 集方 天下受拜平胃散 易简方 秘传六和丸 神仙不老丸 三仙丹（又名长寿丸） 八仙丹 草还丹 小一丹 交感丹 神仙训老丸 经进地仙丸 八味丸 双补丸 二黄丸 扶羸黑白丹 黑丹 白丹 还少丹 胜骏丸 绘：齏散 姜黄散 通利散 脾约丸 磨积丸 白芷丸 治眼昏夜光育神丸 牢牙乌髭方 东坡治脾节饮水说 饮食用暖 戒夜饮说 擦涌泉穴 擦肾俞穴 东坡《酒经》 仲长统《乐志论》 照袋 处方 食治方 醉乡宝屑 卷之三 卷之四

章节摘录

版权页：插图：东坡《酒经》南方之氓，以糯与粳杂，以卉酒而为饼，嗅之香，嚼之辣，揣之枵然而轻，此饼之良者也。吾始取面而起肥之，和之以姜液，蒸之使十裂，绳穿而风戾之，愈久而益悍，此曲之精者也。米五斗为率而五分之，为二斗者一，为五升者四。三斗者以酿，五升者以投，三投而止，尚有五升之赢也。始酿以四两之饼，而每投以二两之曲，皆泽以少水，足以散解而匀停也。酿者必瓮按而并泓之，三日而并溢，此吾酒之萌也。酒之始萌也，甚烈而微苦。盖三投而后平也。凡饼烈而曲和，投者必屡尝而增损之，以舌为权衡也。既溢之三日，乃投，九日三投，通十有五日而后定也。既定乃注以斗水，凡水必熟而冷者也。凡酿与投，必寒之而后下，此炎州之令也，既水五日，乃笏得三斗有半，此吾酒之正也。先笏半日，取所谓赢者为粥，米一而水三之，揉以饼曲，凡四两，二物并也，投之槽中，熟搁而再酿之，五日压得斗有半，此吾酒之少劲者也，劲正合为四斗。又五日而饮，则和而力严而猛也。剪而不旋踵，而粥投之，少留则糟枯，中风而酒病也。酿久者酒醇而丰，速者反是，故吾酒三十日而成也。洪内翰曰：“此文如太牢八珍，咀嚼不嫌于致力，则真味愈隽永，今附编与耆英喜文章者玩之。欧公《醉翁亭记》用二十一‘也’字，此经用十六‘也’字，每一‘也’字上必押韵，暗寓于赋，而读之者不觉其激昂渊妙，殊非世间笔墨所能形容也。”仲长统《乐志论》使居有良田广宅，背山临流，沟池环匝，竹木周布，场圃筑前，果园树后。舟车足以代步涉之难，使令足以息四体之役。养亲有兼珍之膳，妻孥无苦身之劳。良朋萃止，则陈酒肴以娱之。嘉时吉日，则烹羔豚以奉之。踌躇畦苑，游戏平林，濯清水，追凉风，钓游鲤，弋高鸿，讽于舞雩之下，咏归高堂之上，安神闺房，思老氏之玄虚，呼吸精和，求至人之仿佛，与达者数子论道讲书，俯仰二仪，错综人物。弹南风之雅操，发清商之妙曲，逍遥一世之上，睥睨天地之间，不受当时之责，永保性命之期。如是则可以陵霄汉，出宇宙之外矣，岂羨夫人帝王之门哉。

《寿亲养老新书白话图解》

编辑推荐

《寿亲养老新书白话图解:四时调摄食疗秘籍》为历代医家、养生家所推崇，流传甚广，为养生必读之作。《寿亲养老新书白话图解:四时调摄食疗秘籍》将重要的内容白话详解，配以通俗的语言和形象的图示，配有食物、药物的彩色图片。可供广大中老年读者养生、防病保健之用。

《寿亲养老新书白话图解》

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：www.tushu000.com