

## <<袁了凡静坐要诀>>

### 图书基本信息

书名：<<袁了凡静坐要诀>>

13位ISBN编号：9787532568260

10位ISBN编号：7532568261

出版时间：2013-6

出版时间：上海古籍出版社

作者：[明]袁黄 撰 严蔚冰 导读

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>

## <<袁了凡静坐要诀>>

### 内容概要

此书的主体部分是标点、注释明代养生著作《静坐要诀》，作者为晚明著名的士人袁了凡。

袁了凡，名黄，号了凡，江苏吴江人，万历十四年（1586年）进士。

因著有《了凡四训》和推行“功过格”教人行善积德，而为人们所熟知，并有《静坐要诀》、《祈嗣真诠》、《摄生三要》等养生类著作。

其中《静坐要诀》为近代提倡静坐养生的蒋维乔等人继承和提倡，得到广泛的传播。

书前有严蔚冰撰写的导读，并附有《摄生三要》等相关文献。

<<袁了凡静坐要诀>>

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>