

《跟着《茶经》学养生》

书籍信息

版次：

页数：

字数：

印刷时间：2015年05月01日

开本：32开

纸张：

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787534487958

内容简介

《茶经》成书于唐代，为“茶神”陆羽所著，是我国乃至世界现存*早、*完整、*全面介绍茶的一部专著。《茶经》全面总结、记录了唐代及唐代以前的茶叶历史、产地、茶的功效、栽培、采制、煎煮、饮用等实践经验和历史文化，是我国古代的“茶叶百科全书”。*重要的是，它还从茶的品种、冲泡方法、作用功效等方面论述了茶饮养生之道，让人在品味茶文化的同时，还能学会以茶养生，故而历来被奉为养生经典。本书在原书的基础上，加入了以茶养生的具体内容。相信您在读完之后，一定能为自己的健康积累一笔宝贵的财富！

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.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)