

黄帝内经中的女人养颜经



[黄帝内经中的女人养颜经_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2012-6

装帧:

isbn:9787514604320

由内而外地绽放美丽，从头到脚、全方位地养颜、养心、养生，这才是真正的美丽，才

是恒久的美丽。《
中的女人养颜经》(作者栢里云、黄灵素)旨在告诉爱美女性，不需奢侈品，不进美容院，根据自身体质选对养颜方案，用最天然、最温和的方法来调养气血，就能由内而外地变美。

《
中的女人养颜经》深入挖掘国医经典著作《黄帝内经》中有关美容养颜的理论精髓，多角度、多层次进行现代解读，汇集古往今来有关美容养颜的各种秘方：经络抗衰方、经络美白养颜方、补血方、养颜粥、养颜汤、四季养颜秘诀等，收录古今医家养颜名典，参考各类著作中记载的古代后妃养颜秘方以及当今名媛、女星的养颜心得。本书共分六章，分别为“《黄帝内经》中的养颜方”、“保养五脏，容颜常驻”、“流传千年的美丽之道”、“饮食起居中的养颜法则”、“时刻养护，时刻靓丽”、“《黄帝内经》中的养生法”。最后还附录了《黄帝内经》原文，供读者研读。

但愿这部专属女性的养颜、养生、养心秘籍将带给你最熨贴的关怀，呵护你一生美丽如花。

作者介绍:

目录:

[黄帝内经中的女人养颜经_下载链接1](#)

标签

美丽

身心指导

健康

评论

[黄帝内经中的女人养颜经_下载链接1](#)

书评

[黄帝内经中的女人养颜经 下载链接1](#)