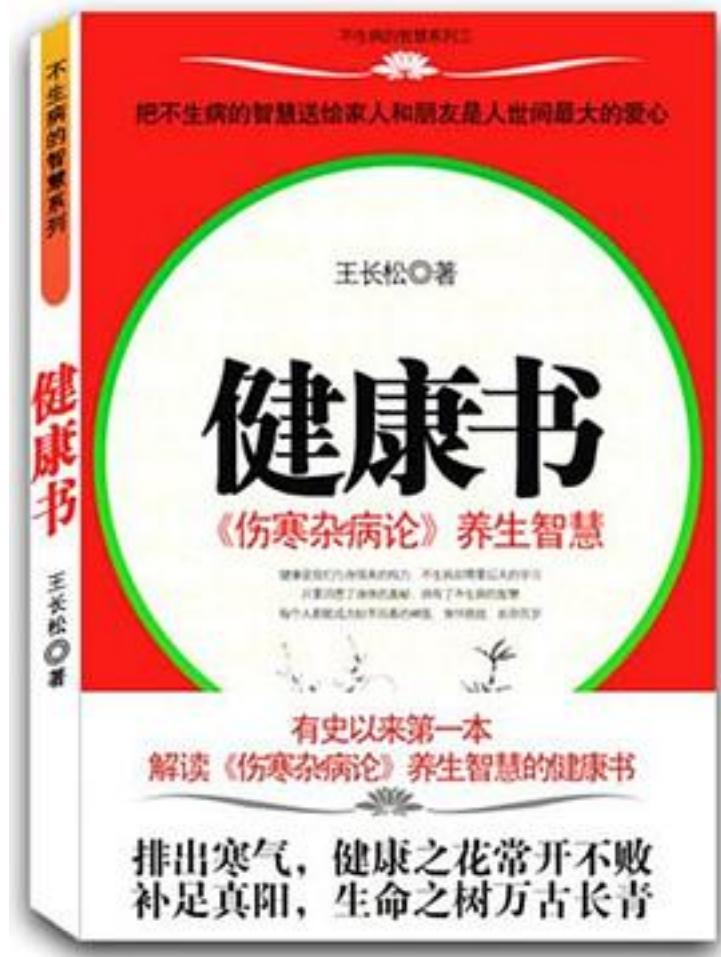


健康书



[健康书 下载链接1](#)

著者:王长松

出版者:

出版时间:2009-4

装帧:

isbn:9787229005306

《健康书:〈伤寒杂病论〉养生智慧》是继《寻找疾病的根源》后,名医王长松又为天下黎民献上了一部健康养生宝典。与前一本书从生活方式入手探寻疾病根源为众生输送

洪福不同的是，《健康书：〈伤寒杂病论〉养生智慧》从排寒养生的角度继续追寻疾病的根源，试图从根本上解决自盘古开天辟地以来就困扰炎黄子孙体内的疑难杂症。在书中，他根据龙的传人的特殊体质、人体五脏六腑、自然阴阳平衡、天地日月精气，从《伤寒杂病论》的治病方法入手，结合《黄帝内经》养生智慧、历代中华神医治病绝学以及个人多年精研医易悟出的不传之秘，总结出了一套驱逐寒气增寿添福的特效保养大法，适用于不同性别、不同年龄、不同体质，简便有效，任何人一学就会，一招致胜，让老百姓在使用中逐渐领悟医理、医趣，切实解决当前“看病难，看病贵、看不好病”的社会问题，健健康康，尽享身轻体健、长命百岁、其乐融融的人间至乐。

在《健康书：〈伤寒杂病论〉养生智慧》中，王教授说：

1. 万物生长靠太阳，太阳是地球上一切生命的能量之源；离开了阳气的滋养，就会造成动力不足，带动不了人体的发动机。
2. 寒气有凝滞的特点，就像寒冬水会结冰一样，血脉受到寒气，也会凝滞不通。经络不通，则百病生。一言以蔽之，寒气是万病的根子。
3. 也许寒气并不算什么，可要命的是寒气和其他病因里应外合。

4. 《伤寒杂病论》，顾名思义，就是一部论述“伤寒、杂病”的专著。其实人类的疾病虽然千变万化，但根据发热与否，都可分为外感和内伤两类。不发热的，属于杂病；反之则归于伤寒。张仲景真了不起，一个伤寒，一个杂病，就把所有的病都包括进去了！

5. 按窝抓兔，追根治病，只要找到了疾病根源，就能从根子上祛除疾病。
6. 21种一见钟情的家庭补血良方，把你的脏器喂得暖暖的，让我们的身体四季如春。
7. 寒为阴邪，最易伤肾。一定要保护好我们的命根子，保肾就是保命。
8. 心中无冷病，不怕热上身。

9. 肌肤不喜欢冷若冰霜的美人，美丽的女人一定要让身体暖和起来，其他所有的问题都会迎刃而解。

10. 植物的根扎在土里很深，能把土地最深处的营养一直带上树梢。人的身体也有这种能力，它能让我们的肌肤永远四季如春。保养的根本就是要把这种潜能激发出来，让我们今年20明年18。所以保养要从保养内部开始，保养的关键就是排出体内的寒气。

健康是我们与生俱来的权利，不生病却需要后天的学习；

只要洞悉了疾病的奥秘，拥有了不生病的智慧；

每个人都能成为妙手回春的神医，身怀绝技，长命百岁。

作者介绍：

目录：

[健康书 下载链接1](#)

标签

健康

中医

中医养生

養生

王长松

伤寒杂病论

评论

论述过于简单，一个字，水。这样的书如何让人信服中医？

很强悍，很受用！主要以方剂为主，医理辅之。

可以试试

我到非洲3个月了，于是光荣的伤寒了。我想我要久病成良医了。《伤寒杂病论》王长松

这本还算靠谱

很中肯

[健康书 下载链接1](#)

书评

[健康书 下载链接1](#)