

# 清洁你的身体



[清洁你的身体 下载链接1](#)

著者:扬

出版者:中国工人

出版时间:2009-6

装帧:

isbn:9787500843375

《清洁你的身体:维护肌体的酸碱平衡》是一本不同寻常的“清洁排毒”手册,它颠覆了现代医学,却拯救了众生!

罗伯特·O.扬博士从显微镜下的微观世界真实地告诉你身体内部酸碱的真相，从而揭开所谓“健康食品”的伪善面目！在此之前，我们已经接受了国内太多的酸碱平衡的观点和理论，却从来没有从本质上认识到酸碱的根源，结果在排毒、减肥、慢性疾病方面仍然收效甚微。

如果你真正获取了书中的奥秘，那么，我相信你已经找到了保持曼妙的身材、乐观的情绪、健康长寿的最佳途径！

我只想告诉你：这本书给你带来的欣喜，远远多于你为它的付出！

## 作者介绍：

罗伯特·O.扬，哲学博士与科学博士（微生物学与营养学），一生从事“疾病”起因的研究，他帮助人们重新平衡身体与生活。作为微生物学家，他的人生使命是：对于体内真正的酸碱平衡取决于健康的生活方式、饮食和营养补充的必要性提供更高的认知。扬博士致力于康复疗法，并因对糖尿病、癌症、白血病和艾滋病的研究赢得国家的认同。

谢利·雷德福·扬，是一位对最佳营养学具有浓厚兴趣的特许按摩治疗师。她和扬博士一起在世界范围内讲授健康饮食的基本要求，与大家分享她的美味可口的碱性化素食食谱。

目录: 营养专家的话译者的话概要前言序言引言第一章 酵母，真菌和霉菌的真相第二章 消化系统致命性腐烂第三章 酵母/真菌侵袭症状第四章 体悟酸与碱的真谛第五章 建立平衡与和谐的步骤第六章 饮食指导附录A 治愈方案与资源第一节 治愈方案 第二节 资源附录B 健康的关键要素 第一节 榨汁 第二节 生芽 第三节 食品的过渡与食谱附录C 感言信附录D 总表 表一 食品灰的pH值 表二 玉米与花生的真菌含量 表三 缩微形态/产生疾病症状的食品负荷比较 表四 真菌和霉菌引起的人类疾病 表五 生命的战争与和平 表六 请洁身体日记  
• • • • • (收起)

[清洁你的身体](#) [下载链接1](#)

## 标签

健康

## 评论

---

[清洁你的身体](#) [下载链接1](#)

书评

---

[清洁你的身体](#) [下载链接1](#)