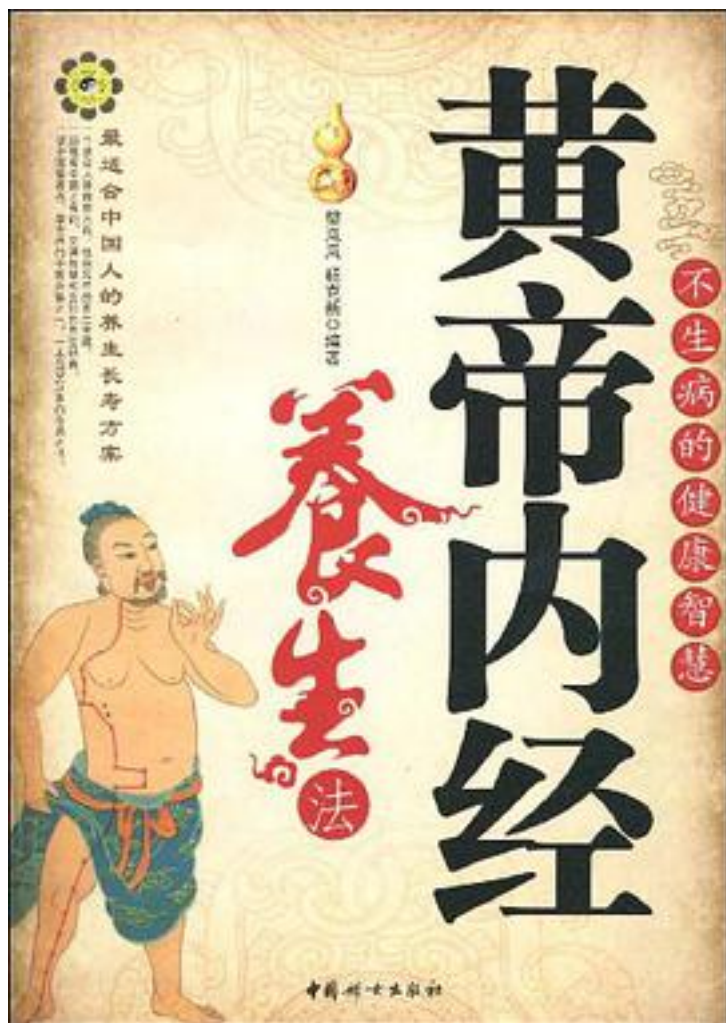


黄帝内经养生法



[黄帝内经养生法_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-9

装帧:

isbn:9787802037823

《不生病的健康智慧:黄帝内经养生法》的核心思想不是教人们怎么治病，而是教人们

怎么不得病。对于健康、我们要〔治未病〕，而〔治未病〕的核心就是养生。《不生病的健康智慧:黄帝内经养生法》由医家之宗《黄帝内经》原典入手，从饮食、起居、劳逸、寒温、七情、四时季候、地理环境、水土风雨等方面探寻增强生命活力以及防病益的方法，并详细谈论了病因、病机、精气、藏象、经络与养生的紧密关系，是一部在经典理论指导下，融合西方实证科学的规范养生读本。愿每个看完《不生病的健康智慧:黄帝内经养生法》的人都能学会如何拥有一个健康的人生，一个快乐的人生。

作者介绍:

目录:

[黄帝内经养生法_下载链接1](#)

标签

评论

[黄帝内经养生法_下载链接1](#)

书评

[黄帝内经养生法_下载链接1](#)