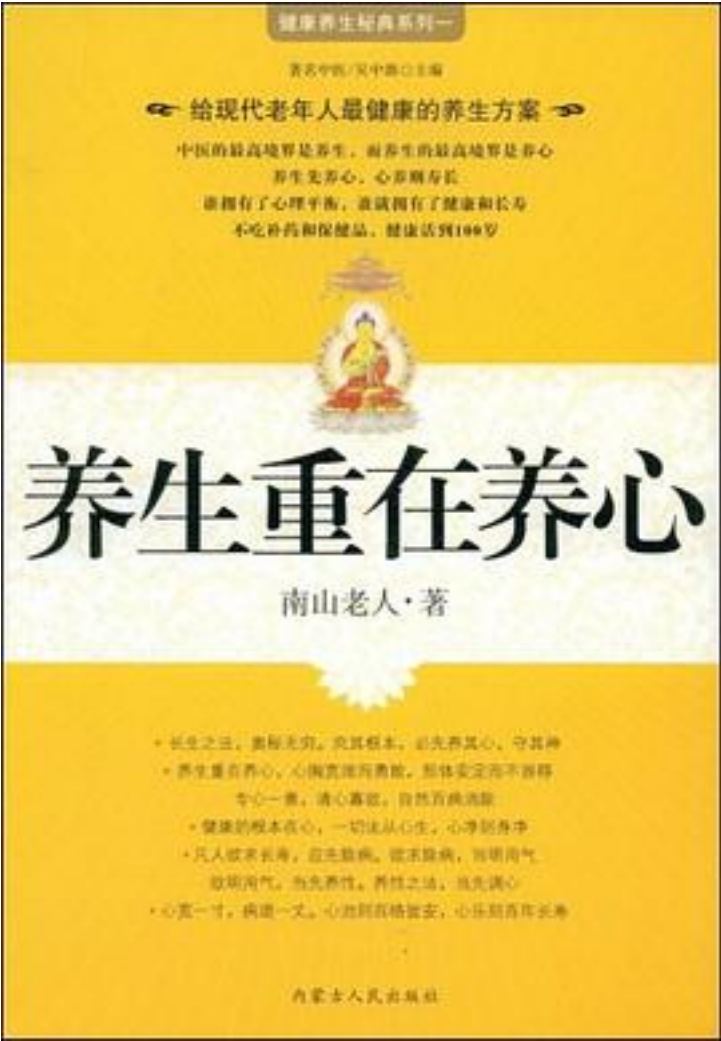


# 不生病的养生智慧



[不生病的养生智慧\\_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-9

装帧:

isbn:9787530822326

《不生病的养生智慧(钻石升级版)》内容简介：身体不好或总是生病的人大多是性格比较执著，又爱抱怨的。所以要想把病治好，恢复健康，请一定要记住：病是上天赐给我们战胜执著的，应该感恩，应该以平常心对待它，这才是获得健康的佳境。只有懂得珍惜的人，才会懂得财富的价值，才会真正拥有财富。只有懂得把握健康的人，才能够把握住人生的乐趣，才能真的活出乐趣、活出精彩。

社会在发展，医学也在不停地进步，可为什么患病人数长久也在直线上升呢？如今，人的精力、财力都不足以应付疾病，一旦有病，就像洪水泛滥的时候再去堵窟窿一样，按下葫芦起了瓢。很多人都会因为生病而连累到亲人疲于奔命，这就导致他们会有“这样的人生还有何乐趣可言”的念头。其实，一个人的意念比任何药物都灵，只要改变观念，你對自己身体肯定会有惊人的发现。疾病不是灾难，长生不是梦想，欲求好命一生，只要精、气、神安。所以，聪明人知道不生病的根本在养生，他们是真正的“不生病”的慧者；而笨的人只有在生病后才会去治；愚蠢的人甚至根本认识不到自己有病。

年轻时人们总是不经意地牺牲青春和健康去追求名利与金钱，而年老时又企图用名利和金钱来留住生命与健康。正所谓：智者健时知养生，防微杜渐；愚者病时方悔悟，遗憾终生。所以，朋友们，趁我们尚未踏上衰老的门槛，选择科学有效的保健方式，珍爱自己，抓住自己的青春，留住自己的美丽吧！

作者介绍:

目录:

[不生病的养生智慧 下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[不生病的养生智慧 下载链接1](#)

书评

-----

[不生病的养生智慧 下载链接1](#)