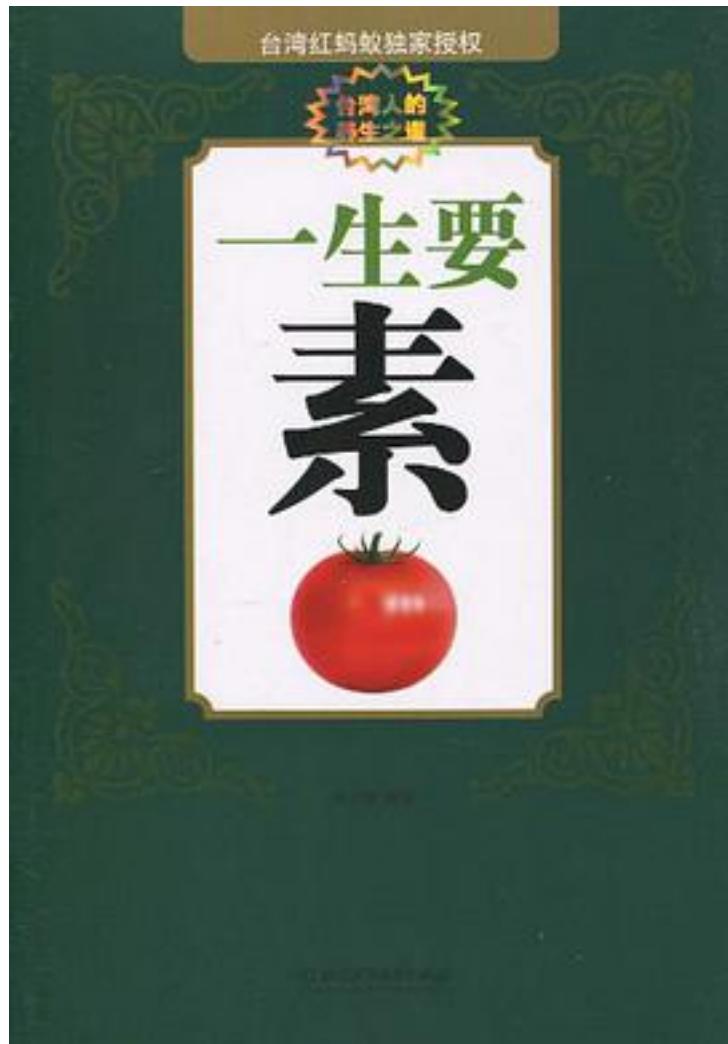


# 一生要素



[一生要素\\_下载链接1](#)

著者:洪心瑜

出版者:北京理工大学出版社

出版时间:2010-5

装帧:平装

isbn:9787564030872

《一生要素》讲了素食是一种尊重生命的态度。人与生存环境，与浩瀚的宇宙之间，存在着密切的关联和神秘的力量：慎重选择食物，将会帮助我们身体健康、心灵纯净。素食能为我们塑造一个纯净的身体及精神系统，使我们获得深沉的醒觉与喜悦，身体健康、精力充沛：所以素食是符合宇宙生息自然法则的生存方式。若想要与宇宙伟大的力量相融合，了解生命的意义与方向，素食是我们最好的饮食境界。

吃素能让气脉畅通，吃素能让磁场祥和：吃素使身心避免受到混浊之气的干扰，而趋向稳定、纯净、宁静。

作者介绍：

目录：

[一生要素 下载链接1](#)

标签

美食

科普

评论

胡萝卜真是一款非常出色的蔬菜。

---

健康知识！

---

[一生要素 下载链接1](#)

书评

一生要素 下载链接1