

# 黃帝內經養生智慧



[黃帝內經養生智慧\\_下载链接1](#)

著者:曲黎敏

出版者:

出版时间:2008-7

装帧:

isbn:9789868425781

"

生活化詮釋經典

養生祕訣易讀易懂

中國大陸總發行人暢銷十萬冊

改掉導致身體衰弱的壞習慣

掌握十二時辰保健祕訣

順應四季健康養生法

# 神奇的老祖宗智慧

《黃帝內經》注重天人合一、陰陽平衡、順應四時的健康理念，二千多年來一直是中醫理論的基礎，更是中國人奉行的生活飲食起居大法。它不像西醫書籍總是在解析生理、病理等艱澀專業詞彙，它還幫助我們認知日常事物中的玄妙智慧。

## 名家開講引領入門

初學者來看《黃帝內經》會感到艱深困難，但聆聽曲黎敏教授的精彩解讀，用現代話語來詮釋，拉近經典與讀者之間的距離，讓每一位有心者都能跨越時代鴻溝，輕易進入浩瀚的中醫領域。

作者介绍:

目录:

[黃帝內經養生智慧\\_下载链接1](#)

## 标签

养生健康

养生

中医

## 评论

黄帝内经很难看懂，这本书很简单易懂~~适合为我这样的人做中医扫盲

-----  
[黃帝內經養生智慧\\_下载链接1](#)

## 书评

-----

[黃帝內經養生智慧 下载链接1](#)