

《选择健康》

图书基本信息

《选择健康》

内容概要

《选择健康》以革命性眼光去看待健康问题，在浅显易懂的最新科学知识之上掌握正确的生活方式。你会从这里得到超乎想像的、掌握自身健康的自主能力。亲近健康、远离疾病，是我们的共同目标。健康是什么？疾病是什么？人们为什么会生病？疾病怎样才能够被预防？它又怎样才能被逆转？通过《选择健康》提出的独特见解和一些令人深思的个例解析以及先进的科学研究，你会学到一个完全崭新看待健康与疾病的方式。

《选择健康》

作者简介

雷蒙德·弗朗西斯 (Raymond Francis) 是日益壮大的最优健康保养领域中国际知名的先驱者。他是“超越健康”公司的主席和首席执行长官，该公司是服务于大众的高级健康教育和世界级别的、支持健康产品的提供者。他也是美国网上健康基金会的总裁、《超越健康新闻》的出版者、《健

《选择健康》

书籍目录

导论

第1章 我几乎死去

第2章 人体健康的潜能

第3章 健康与疾病的新理论

第4章 选择健康的细胞

第5章 营养渠道

第6章 毒素渠道

.....

作者的话：向超越健康迈进

附录A 健康信息

附录B 维生素补充剂

附录C 食物和个人用品

.....

译后随想

《选择健康》

媒体关注与评论

以革命性物眼光去看待健康问题，在浅显易懂的最新科学知识之上掌握正确的生活方式。你会从这里得到超乎想像的、掌握自身健康的自主能力。亲近健康、远离疾病，是我们的共同目标。

《选择健康》

编辑推荐

《选择健康》揭示了疾病的奥秘，提出了一个关于健康和疾病的革命化的新理论：世界上并无成千上万种不同的疾病，而是只有一种疾病，那就是身体细胞功能失常，出现了故障。健康并不是一种偶然，而是一种选择，我们每个人都可以选择健康。通过《选择健康》所提供的方法，我们可以马上采取行动恢复健康和保证自己远离社会中流行的各种病症。

《选择健康》

精彩短评

1、清一博客推荐

续借了一次，过期了，重新还了又借出来，发现其实还不错，继续看完！！

2、帮老公买的，老公说非常好.很有启发.

3、可以通过这本书，找到自主健康的方法，为你及家人获得真实健康提供一个正确的方向。

4、内容令人恍然大悟，喜欢非常！！！！！！！！

5、是一本好书，值得一看，看了之后我们才明白该怎样去选择属于我们的健康。

6、书中通过作者自己亲身的经历，告诉我们在平时的生活中怎样能活得更健康，看了之后获益良多，已经又再买了好几本，当作礼物送给我的朋友们了

7、改变健康观念，正视问题的开始！可惜本书多数是作者单方面的观点,正误难辨,至少关于牛奶的说法就有许多争议。

8、外国人的作品，不太适合中国的国情，语言也相对较难懂。

9、很好。很有见解，不像好多国内的作者，这抄点那抄点，自己狗屁都不懂。

10、很好呵呵

11、送给朋友，让他们懂得千奇百怪的病的最重要的原因是细胞故障，解决方法两条：均衡营养，清除毒素。希望能帮到大家

12、选择健康是一种对自己负责的态度 而一味地依赖医生 药物则是逃避自己的责任

13、五星推荐，选择健康，也可以叫学会生活。

14、选择健康

15、本书揭示了疾病的奥秘，提出了一个关于健康和疾病的革命化的新理论：世界上并无成千上万种不同的疾病，而是只有一种疾病，那就是身体细胞功能失常，出现了故障。这里理论很有革命性意义，几乎是颠覆了平常人一贯对疾病的思考，但是正是这本书值得一看的地方。尝试去接纳一些新的观点和理论吧。穷则变，变则通。当你肯去接受一些新理论新观点的时候，相信你的眼界和思维都会得到拓展！

16、还不错哦就是还没看应该满意

17、本书提出的理念相当不错.可是对现实的批判太过了,否定了牛奶,肉食和很多其他常见生活必备物品.

18、这是一本非常好的书，值得一读，受益非浅。

《选择健康》

精彩书评

1、这本书，绝对是可以让你深刻地了解自己的身体的一本启迪性的好书。而且，还清晰地给出了一个思考的框架。有了这个框架，这个时候再去看其他健康类书籍，就有了纲举目张的感觉。力荐，力荐。就像《中国健康调查报告》那样，我会买好多送给朋友。

《选择健康》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com