

《图解易经养生》

图书基本信息

书名：《图解易经养生》

13位ISBN编号：9787515200804

10位ISBN编号：7515200804

出版时间：2011-12

出版社：中医古籍出版社

作者：唐译

页数：321

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《图解易经养生》

内容概要

《图解易经养生:全方位图解(白话版)》内容简介：凝聚着中国先贤古老智慧的《易经》，曾被误解为是一本用伏羲先天八卦图算命的书。其实，算命只是它最小的用途，这部既古老又新奇，既陌生又熟悉，既高深莫测又简单易懂的书，是解开宇宙人生密码的宝典。《易经》中蕴藏的天人之道，就是人类的生命密码。只要我们掌握了相应的“口令”，宇宙生命就能“操之在我”，生、老、病、死的规律尽在掌中。所以药王孙思邈说：“不知易，不足以言太医。”通过学习《图解易经养生》一书，能给生命注入全新活力，实现“治未病、不生病、长寿命”的愿望。

书籍目录

- 第一章 《易经》基础
- 第二章 《易经》与养生的关系
- 第三章 相生相克的五行原理养生
- 第四章 阴阳调和的养生养生
- 第五章 天人合一的时令养生
- 第六章 《易经》导引与经络养生
- 第七章 仿生的《易经》动静养生
- 第八章 《易经》的预测观中养生之道
- 第九章 《易经》的道德观养生方略
- 第十章 《易经》中的损益与房事养生
- 第十一章 辨物居方的风水养生

章节摘录

版权页:插图:

《图解易经养生》

编辑推荐

《图解易经养生:全方位图解(白话版)》：《易经》告诉我们，生命的根本就是阴阳的平衡。白天是阳，晚上是阴，所以一个人白天要精神好，要阳气足，这样才能够做事情；到了晚上慢慢阴起来，要让自己冷静下来，然后才可以好好睡觉。现在很多人都违反了自然规律，结果影响了身体的健康。《图解易经养生--学就会适用的易经养生说明书(全方位图解白话版精编家庭版)》由唐译编著，提出的“外调内理”养生之道，以及人体生物钟与生物节律养生法，正是《易经养生》智慧的精髓。这两大养生成果，涵括了天人合一、人体整体的阴阳平衡、四时节气及时辰变化的道理。

精彩短评

- 1、还不错的的一本书，但还没有看完
- 2、内容不错，质量也很好，满意
- 3、物流狠快，卖家态度很好

《图解易经养生》

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