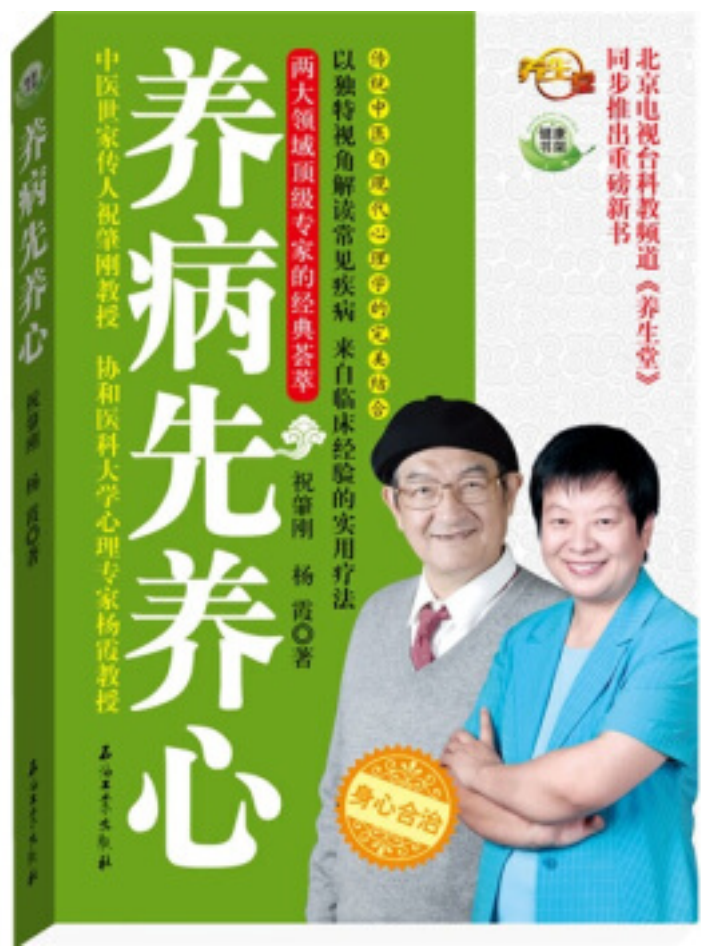


养病先养心



[养病先养心_下载链接1](#)

著者:祝肇刚，杨霞 著

[养病先养心_下载链接1](#)

标签

评论

很高大上……～～～比专柜便宜～

养病先养生心，好书。

值得看。。。。。。。。

语言简洁 易懂 非常好的一本书

三分医人，七分医心。

帮别人买的，别人没说好不啊吼啊

先睹为快 包装 印刷 纸质 都没地说

好书啊 不错的东西

正版图书，值得一看！！

书读过了很好 很有用

感觉还不错

看中祝老的名气买的，似乎有点太浅显，基本就是大家都明白的简单道理

没看到，希望不错有帮助哈。

感觉没有另外一本好，不太实用

买了第二次的了很好的哦

物流挺好

不错我喜欢

书不错

很。好好

严于律己，离不开不谅“小恶”。所谓“小恶”就是大家常说的犯小毛病。“小恶”因其小而常常被人们所忽视，不是有许多人对自己的小毛病不以为然吗？其实，我们常讲的自我批评，自我解剖就是指要重视解决“小恶”的问题，否则，就不可能坚持做到“吾日三省吾身”。应该看到“小”是相对的，“蚁穴”虽小，但久而久之，千里之堤可能毁于一旦；医生做手术，哪怕还有一点点病菌没消灭干净，也会引起溃烂，甚至危及生命；“差之毫厘，失之千里”，说的就是这个道理。因此“小恶”不可小看。“小恶”不是凝固不变的，努力克服它、纠正它，它会愈来愈小，以至消失；放任它，忽视它，与其和平共处，它就会由小变大，成为祸患。平时小错不断，大错不犯，对什么都抱着无所谓的态度，以致放松思想改造，慢慢滑向犯罪的深渊，这样的例子并不鲜见。刘备曾给儿子留下“勿以恶小而为之”的遗言，我们后人也应把它铭记在心。多看书，改变自己。

中医世家传人祝肇刚教授，协和医科大学心理专家杨霞教授。

以独特视角解读常见疾病，来自临床经验的实用疗法。
16种常见疾病的养护方法，“药王”孙思邈论点：养生重在炼心，现代医学表明：人类的疾病60%是由精神紧张造成的。
京城四大名医施今墨的外孙祝肇刚教授，中国协和医科大学杨霞教授，以独特视角解读常见疾病，来自临床经验的实用疗法。特点卖点：
1.与北京电视台科教频道《养生堂》栏目同步推出。9月底在北京电视台《养生堂》栏目播出的“养病先养心”专题取得了较高的收视率。
2.身心合治16种常见疾病。本书荟萃了传统中医和现代心理学两大领域顶级专家的临床经验，针对16种常见疾病提出了一套全方位的养护方法。
3.作者权威。中国世家传人祝肇刚教授是京城四大名医施今墨的传人，中国协和医科大学心理专家杨霞教授也是活跃在各大媒体的著名心理专家，二人是在各自领域拥有几十年的临床经验的权威专家。
中医世家传人祝肇刚教授，协和医科大学心理专家杨霞教授。
以独特视角解读常见疾病，来自临床经验的实用疗法。
16种常见疾病的养护方法，“药王”孙思邈论点：养生重在炼心，现代医学表明：人类的疾病60%是由精神紧张造成的。
京城四大名医施今墨的外孙祝肇刚教授，中国协和医科大学杨霞教授，以独特视角解读常见疾病，来自临床经验的实用疗法。特点卖点：
1.与北京电视台科教频道《养生堂》栏目同步推出。9月底在北京电视台《养生堂》栏目播出的“养病先养心”专题取得了较高的收视率。
2.身心合治16种常见疾病。本书荟萃了传统中医和现代心理学两大领域顶级专家的临床经验，针对16种常见疾病提出了一套全方位的养护方法。
3.作者权威。中国世家传人祝肇刚教授是京城四大名医施今墨的传人，中国协和医科大学心理专家杨霞教授也是活跃在各大媒体的著名心理专家，二人是在各自领域拥有几十年的临床经验的权威专家。

祝肇刚，杨霞写的很好，感觉书还不错还没有仔细看东西写得比较详细我只要在搜索框内输入养病先养心、祝肇刚，杨霞，就会有好多书摆在我面前供我挑选，价格方面还可以打折，这样便捷与优惠的购书方式我怎么可能不选择呢！经常在网上购物的弟弟幸福的告诉我。据调查统计，当前网上书店做得较好的网站有京东等。现在大街小巷很多人都会互相问候道今天你京东了吗，因为网络购书已经得到了众多书本爱好者的信任，也越来越流行。基于此，我打开网页，开始在京东狂挑书。一直想买这书，又觉得对它了解太少，买了这本书，非常好，喜欢作者的感慨，不光是看历史或者史诗书，这样的感觉是好，就是书中的字太小了点，不利于保护视力！等了我2个星期，快递送到了传达室也不来个电话，自己打京东客服查到的。书是正版。通读这本书，是需要细火慢烤地慢慢品味和幽寂沉思的。亲切、随意、简略，给人洁净而又深沉的感触，这样的书我久矣读不到了，今天读来实在是一件叫人高兴之事。作者审视历史，拷问灵魂，洋溢着哲思的火花。人生是一段段的旅程，也是需要承载物的。因为火车，发生过多少相聚和分离。当一声低鸣响起，多少记忆将载入历史的尘梦中啊。其实这本书一开始我也没看上，是朋友极力推荐加上书封那个有点像史努比的小人无辜又无奈的小眼神吸引了我，决定只是翻一下就好，不过那开篇的序言之幽默一下子便抓住了我的眼睛，一个词来形容——太逗了。据悉，京东已经建立华北、华东、华南、西南、华中、东北六大物流中心，同时在全国超过360座城市建立核心城市配送站。是中国最大的综合网络零售商，是中国电子商务领域最受消费者欢迎和最具有影响力的电子商务网站之一，在线销售家电、数码通讯、电脑、家居百货、服装服饰、母婴、图书、食品、在线旅游等12大类数万个品牌百万种优质商品。选择京东。好了，现在给大家介绍两本好书爱情急救手册是陆琪在研究上千个真实情感案例，分析情感问题数年后，首次集结成的最实用的爱情工具书。书中没有任何拖沓的心理和情绪教程，而是直接了当的提出问题解决问题，对爱情中不同阶段可能遇到的问题，单身的会遇到被称为剩男（剩女）的压力、会被家人安排相亲、也可能暗恋无终，恋爱的可能会遇到种种问题，而已婚的可能会遇到吵架、等问题，所有问题一一给出解决方案。陆琪以闺蜜和奶爸的语重心长告诉你各种情感秘

籍，让你一看就懂，一做就成。是中国首部最接底气的爱情急救手册。谢谢你离开我是张小娴在想念后时隔两年推出的新散文集。从拿到文稿到把它送到读者面前，几个月的时间，欣喜与不舍交杂。这是张小娴最美的散文。美在每个充满灵性的文字，美在细细道来的倾诉话语。美在张小娴书写时真实饱满的情绪，更美在打动人心的厚

扯蛋啊,第一次网购就弄了个假货!运气真背啊,跑上网看了下,原来网购这么坑爹啊,缺点由于当前国内法律和产业结构不平衡,大量的假冒伪劣产品充斥着网购;顾客通过网购只能是看到照片,而货物真的到达你手里,就会感觉和实物图片不一致,因此,众多的顾客还是选择到实体店购买较放心。ITM模式也由此发展而来,确实杜绝了网购中对“以次充好、图物不符”等交易欺诈。二、不能试穿

网购只是看到照片及对物品的简单的介绍,像衣服或鞋子之类的,你就不能直接的看出适不适合你,而如果在商场购买,你可以试穿,合自己的身,就马上买下,不用考虑那么多,而网上的,你要看尺码,衣长、袖长、裤长等等,要买到适合自己的需要斟酌。

三、网络支付不安全

可能被偷窥,密码被盗。网上购物最为担心的一点就是他需要用到银行账户,有些朋友的电脑中存在着盗号木马等,会造成账号丢失等一些严重的情况发生,所以大家在购物的时候尽量不要选择网吧等公共场所,自己的电脑也要保证杀毒软件的正常安装才能进行网络交易。所以建议网购爱好者购物想选择自己经常网购的平台,比如淘宝网、京东商城、凡客诚品、哈妹网;在购物时,使用Mai126安全网购导航来进入购物平台,这样保证自己网购第一步就不会被钓鱼网站诈骗也是一种办法;在交易时,一定选择第三方担保交易,如支付宝、财付通等;由于ITM模式正在逐渐推行,全国大部分地区还未设立ITM实体店,如当地已设立ITM实体店的顾客建议在网购时,首先看卖家商户是不是ITM商户,如果是就要求卖家实行OVS服务,将货发至ITM店中,由ITM店为顾客直接进行检验、修剪熨烫、包装、出具证明等一系列的售后服务,这样确保图物相符,还是较为放心的。四、诚信问题

就是店主的信用程度,如果碰到过服务质量差的店主,问几个问题就显得不耐烦。还有在网上购物出现上当受骗时常发生。对此类问题,ITM则会为顾客出具相应的检验证明报告,顾客凭该证明资料到相关部门投诉或采取法律措施来维护自己的权益不受侵犯。

五、配送的速度

在网上所购来的物品,还要经过配送的环节,快则一两天,慢则要一个星期或更久,有时候,配送的过程还会出现一些问题,还有,如果对物品不满意,又要经过配送的环节,换一下物品,这样比较麻烦;而在商场上,看到自己想要的,就直接到手,如果不满意,直接拿去换。六、退货不方便

虽然现实中购物退货也需要很复杂的程序,甚至对产品要有保护的要求,可是网上退货就相对更加困难。甚至提出百般无理要求拒绝退货和推卸责任。这一点是电子商务的售后服务体系不健全的原因所致,ITM战略平台体系目前就已提出售后服务的理念,并逐渐在全国推行,相信在未来三年将会解决此类问题。

...祝肇刚1.祝肇刚, ...杨霞1.杨霞写的很好,书本质量不错内容很精彩快递很给力任做新东方的这么多年来,我对自己提出了七句话,作为自己做事情的原则和指导,这七句话是用理想和信念来支撑自己的精神用平和与宽容来看待周围的人用知识和技能来改善自己的生活用理性和判断来避免人生的危机用主动和关怀来赢得别人的友爱用激情和毅力来实现自己的梦想用严厉和冷酷来改正自己的缺点。新东方·六级词汇词根联想记忆法(乱序版)特点词根联想记忆法--实用有趣,巩固记忆,乱序编排--打破常规字母顺序,真题例句--仿真环境应用,直观了解考查要点,辨析图解记忆--形象生动,千言万语尽在一图中,词源--从起源透析单词释义的演变,加深理解,模拟练习--助你真正做到学以致用,500分钟标准美音3光盘(支持字幕播放)--标准单,词发音、释义以及例句,配合学习,效果加倍。任做新东方的这么多年来,我对自己提出了七句话,作为自

己做事情的原则和指导，这七句话是用理想和信念来支撑自己的精神用平和与宽容来看待周围的人事用知识和技能来改善自己的生活用理性和判断来避免人生的危机用主动和关怀来赢得别人的友爱用激情和毅力来实现自己的梦想用严厉和冷酷来改正自己的缺点。新东方·六级词汇词根联想记忆法（乱序版）特点词根联想记忆法--实用有趣，巩固记忆，乱序编排--打破常规字母顺序，真题例句--仿真环境应用，直观了解考查要点，辨析图解记忆--形象生动，千言万语尽在一图中，词源--从起源透析单词释义的演变，加深理解，模拟练习--助你真正做到学以致用，500分钟标准美音3光盘（支持字幕播放）--标准单，词发音、释义以及例句，配合学习，效果加倍。任做新东方的这么多年里，我对自己提出了七句话，作为自己做事情的原则和指导，这七句话是用理想和信念来支撑自己的精神用平和与宽容来看待周围的人事用知识和技能来改善自己的生活用理性和判断来避免人生的危机用主动和关怀来赢得别人的友爱用激情和毅力来实现自己的梦想用严厉和冷酷来改正自己的缺点。新东方·六级词汇词根联想记忆法（乱序版）特点词根联想记忆法--实用有趣，巩固记忆，乱序编排--打破常规字母顺序，真题例句--仿真环境应用，直观了解考查要点，辨析图解记忆--形象生动，千言万语尽在一图中，词源--从起源透析单词释义的演变，加深理解，模拟练习--助你真正做到学以致用，500分钟标准美音3光盘（支持字幕播放）--标准单，词发音、释义以及例句，配合学习，效果加倍。任做新东方的这么多年里，我对自己提出了七句话，作为自己做事情的原则和指导，这七句话是用理想和信念来支撑自己的精神用平和与宽容来看待周围的人事用知识和

在京东买书有一年了，买了许多书。京东的书是正版的好书。而且实惠。我这一年来学到了许的东西。思想有提升了。这是读书心得：

师者，传道授业解惑者也。古老的思想已经把教师的职责诠释得清清楚楚了。反过来，把我们自己放在这个定义上来看，有多少人合格呢？如果没有严格的制度和考评机制，连课都不好好教的教师，肯定不在少数。是何原因？应该源于现今的教育制度，也源于教师自身。古人说“天地君亲师”，特别突出了“师”

的地位和作用。自古教师与“天”“地”“君”“亲”是同一地位的，可享受任何特权的。对学生，教师可以有等同于父母的权利。而如今的未成年人保护法出台后，结果怎样呢？学生是越来越自由了，对教师也越来越不尊敬了！以前，我们在老师面前唯恐做错事的心态，恐怕现在的学生心中再也没有了。有时候连我们自己都瞧不起自己了，老师，还算什么“灵魂的工程师”？自己都不爱自己的职业了，还能用心教学吗？不用心教学，这不是教师本质的腐败吗？

年轻教师有晋升职称的压力，有了很多除了教学以外的硬性指标，缺一不可；职称晋升后的教师又想名利双收，又想占据优越的学校。于是，不知不觉离开了“传道授业解惑”的教学原点，“心较比干多一窍”，千方百计地“补”习，“考”好成绩，“写”论文，“上”公开课，“指导”学生……

如果为了职称、为了名利真正来比教学水平，比综合素质，应该不算是腐败的事情。腐败的是，在学校里混的一小撮人，教学思想落后，教学方法陈旧，对孩子的思想动态、道德品质、安全意识漠不关心，对教学、科研更是不屑一顾，职称、名利却样样想通过各种手段与别人“平起平坐”，甚至要“高人一筹”。更有甚者，自誉“与世无争”，视一切为粪土，除了生儿育女、相夫教子，只求度日、退休、安度晚年，同样置学生的学业、人格发展于不顾……回首一生竟想不出到底做了哪些真正有益、有意义的事！

还有，学校领导作为教师的一份子，同样存在着腐败，甚至在不知不觉中引领着教师们腐败。学校领导不能带领学校整体发展，而只照顾几个重点学科，就是一种腐败；一天忙不完的会议，不能引领师生身心健康发展，同样也是腐败；除了帮助教师造假应付检查就是被动地承接上级部署，不能创性地开展教育活动，更是一种腐败……

人们给予教师太多的甚至是最崇高的美称：“教师是人类灵魂的工程师”、“教师是太阳底下最光辉的职业”……是啊，学高为师，德高为范，教师确实是一项崇高的职业。过去，传道、授业、解惑的精神为社会所尊崇，教师的“两袖清风”亦为民众所称道。所以，是教师就要做一个甘于清贫、道德高尚的人，不想道德高尚、不甘于清贫就不要

做教师。臧克家在《有的人》中说“有的人活着，他已经死了。有的人死了，他还活着。”既然为人，就要做一个活得有意义——有道德底线——活着的人。作为教师，我们更要随时问自己：“你还活着吗？”意大利诗人但丁曾说过这样一句话：“一个知识不健全的人可以用道德去弥补，而一个道德不健全的人却难于用知识去弥补。”

[养病先养心_下载链接1](#)

书评

[养病先养心_下载链接1](#)