

养生护肝法：脂肪肝人群必读



[养生护肝法：脂肪肝人群必读_下载链接1](#)

著者:王京京 著

[养生护肝法：脂肪肝人群必读_下载链接1](#)

标签

评论

很好的正版书 有帮助的

内容比较全面，讲得也很好，适合脂肪肝的读者阅读！

希望没让这本书睡大觉

给母亲买的，有一定益处。

书的内容翔实，质量好，非常好

学习中，认识护肝的重要性。

这本书很好书简单易懂

送给妈妈看的，还不错，省的自己找这方面的知识了。

养护身体好读物~300-100收入

还是不错的还是不错的

不错，还没时间看，可以慢慢推敲

通过学习，了解了脂肪肝的有关知识，对今后的日常生活中防治脂肪肝很有帮助。

不错写的 就是太薄了 . . . 里面讲的一些食谱 什么的还是有效果的!

我十分喜欢的书。以后还要买其它的书函

虽然完全做到有些难，但还有一定的参考

这本书适合像我这样每日饮酒的人阅读!

买给妈妈看的，养生护肝

好书，很实用

内容通俗易懂，读读很有帮助!!

买了送长辈，应该不错

很实用的一本书.....

不错的感受啊大家可以看看写的不错

看过之后还是受益很大的

不错！是正品！值得购买！

很好很强大很好很强大很好很强大很好很强大

患轻微脂肪肝多年，由于是轻微也没太在意，买了这本书后，才知道脂肪肝对人的危害有多大，此书还告诉我们如何养生来消除脂肪肝。

商品是否给力？快分享你的购买心得吧~这本书一般般

算一本介绍养肝的好书，讲脂肪肝的危害及预防的方法和治疗的方方法，字很大，内容比较丰富！

是我想看的内容，这里购物也很方便

字体挺大，适合上年纪的人看。内容可读，希望对健康有好处：)

学习学习，长点知识。

便宜，易懂，能够记住要领

给妈妈买的，还不错吧

内容非常一般，不太喜欢

好！

建议还是看看其他的书吧

还不错！！就是感觉贵了些哦！！！！

？

一般般啦.....

??????????

： 1.
人若不选择在集体中花好月圆，便显得形迹可疑。我看着他们在文字中逐个消失于暗夜，心想结局必然。 2.
黑暗也不能遮蔽我使你不见，黑夜却如白昼发亮，黑暗和光明，在你看都是一样。 3.
有人说，如果不知道回去哪里，心就如同无根的兰花。口号和概念组成的世界，使人忘却根本所在。情感变幻无常，却是突破规则界限得以让人接近自我的稀少机会。喜悦，抚慰，需索，依赖，分隔，决裂，性爱，自我发现，寻找，放弃，宽恕……种种组成试图让人明心见性。时间有限，追索生命的诚意和真实，比什么都重要。 4.
《以赛亚书》说，我必反手加在你身上，炼尽你的渣滓，除净你的杂质。一个故事的发生，在于印证心所需要经历的冒险：独自支撑，摸索前行，穿越迷途，在道路尽头瞭望光亮深长。以肉身和情感遭受试探的方式，而非其他肤浅虚假的方式。 5.
爱没有对错、真假、是非。它是人对自身的探索、实践和验证。它不持原则，无需评断。它最终是一种洞悉，一种原谅。 6.
大而无当虚假繁荣虚空破碎的一切，只是表象和形式，不是根本和方向。也许可以用来填塞实践的缝隙，却对心灵没有引领。个体因为缺少安全感，趋向由集体和潮流中隐匿和消亡自我，究其实质是一种意志和独立性的虚弱。 7. 人其实最终只能被自我打败。 8.

我怀疑自己曾在那些世代里生活过很久，轮回多次。它们的讯息余留在意识里，是深埋的没有知觉的矿藏。寄生的肉体则如大海中飘远的空瓶，不知归处，一无所用。在所置身的时代，我像一个来到异国他乡的人，没有根基，没有找到故乡，却渴望真实的美的存在。哪怕它是破损的，受伤的。 9.

深夜回到旅馆，在锈迹斑斑的小浴室里洗热水澡。卫生间热水充沛滚烫，长时间用喷头冲洗头发、背脊、肩头、腹部、腿和脚。孤单的身体缺乏触碰和爱抚，如同长出森森浮萍的池塘，内里沉寂停滞。我想大概可称之为一种腐朽。 10.

我不知道自己在此地将停留多久，不知道什么时候会离开。不知道如何才能走到世界的尽头。这座城给予我一种难以言喻的安全感，它的气息和节奏，带来的起伏和脉动，与我内心沦陷保持一致。也许我的人生，也需要必要的挖掘、清理、弃置、我知道自己的失败之处。 11. 你可以与我接近，但我在一个范围里面。 12.

我知道天下所有的宴席都有终结。但依然希望这一刻，这注定破碎成空的丰美和悲哀，永无停顿。 13.

是，每一个人都要做好独自生活的准备，因为我们获得爱的机会稀少和困难。由多少人，一辈子无法得到机会感受身心交融的喜悦。我得到了他，这是命定。他是注定要出现的人。 14.

如果生命里不曾持有罪恶、欲望、盲目、破碎、苦痛、秘密，它是多么乏味。所以遇见这个男子，即使明知因缘不过是水中月镜中花，我也要向它伸出双手，使它成形，让它破碎。 15.

她想念他。如同一双手在胸口里无从捉摸地揉搓着，从上到下，从左到右，从内到外。有时心脏会被抓紧，阵阵生疼。有时又只是怀着淡淡怅然，如同包裹被折断和碎裂之后的隐痛，故作镇静。回忆像河流深不可测，无声远行。她站在岸边，无所作为，随波逐流。她从未这般清楚分明地感受到感情的成形，看到它逐渐凝聚成一枚孤立而集中的内核，嵌入血肉。与之形影不离，与之呼吸存亡，与之起早落夜。 16.

一颗心，每天像被一只手紧紧地揪着。疼痛，虚弱，不能自主。一种从内到外的抽离和剥取。无力感。发不出声音，也不再思考。身体，心，被压缩成单薄一片，只余下存活本能。独自度过一个月。无人对话，无人消解，无人分担，无人介意。这不过是她一个人的事情。而她，除了以工作、酗酒、麻醉、忍受煎熬度日，已找不出其他方式可以失去清醒，对抗时间。 17.

如果没有足够被磨练过的心理上的坚毅，恐怕早已无法支撑。她是对苦难可以做到麻木不仁的人，她一贯如此。 18.

即便如此，呵，也只有被真正伤害过，或者伤害过自己的人，才会明了这种克制和沉默，是一种怎样的负荷。整夜无法入睡，旧日记忆摧毁心脏，理性即使再清醒、自知、分明，感性在某些瞬间如洪水猛兽绝不相饶。无望，对背叛和放弃的怨恨，对爱的渴慕，留恋，惋惜，悲伤，失落，激愤，勉强，无奈……泪流满面，失眠深夜中几近觉得无力存活于世。 19.

人生短暂，世事无常，我知道情爱欢愉如同清晨的露水稍纵即逝，但即便如此，也一定要得到它的存在。生命苦痛和悲哀太多。哪怕一丝丝光线渗出，也是我的所求。 20.

春眠不觉晓，处处闻啼鸟。夜来风雨声，花落知多少。大声读它，就觉得简单明了20个汉字，足够把人的一生道尽，把前世过去和未来一一安排就位。 21.

自我重新回归的时候，总是让人破碎。 22.

爱既不高尚，也与浪漫无关。它会在某个特定时刻显露出直接和残酷。没有伎俩，没有幻术，没有前景，没有余地。只有考验和真相。这就是俗世的平常凡人之间的爱。 21.

自我重新回归的时候，总是让人破碎。 22.

爱既不高尚，也与浪漫无关。它会在某个特定时刻显露出直接和残酷。没有伎俩，没有幻术，没有前景，没有余地

书评

[养生护肝法：脂肪肝人群必读_下载链接1](#)