

中医美容调理：让你轻松学习中医精华的入门书



[中医美容调理：让你轻松学习中医精华的入门书_下载链接1](#)

著者:林政宏 等 著

[中医美容调理：让你轻松学习中医精华的入门书_下载链接1](#)

标签

评论

书挺好，正版。支持一个。物流快

一般感觉70分以上才评价，主要是为了京豆。

商品很给力继续支持京东

非常好的一套书！值得购买！

這本書內容很全面，很詳細，很愉快的一次購物。

还可以。。。。。。。。

好书，写的很好，适合初学者。

书的内容很好，很值得学习

都快买一座图书馆了，京东很方便便宜！

还好吧就是有点复杂

好好好好好好好好好好好好

不错，好好用

也可以从中学习一些东西，也值得看

中医美容调理

很好的书籍 我喜欢

买了一套，应该好看，通俗易懂

很满意的好书

由内而外的美才是美

凑单品，200减一百购买，很划算

很好！我觉得这本书学到很多

可以

不好 背面都脏啦

还好

很喜欢，他的每一本书几本上都有，这本校园求职全攻略金融类职位（第2版）很不错，正在应聘经济、金融类职位的应届毕业生金融行业的相关就业人员和经济爱好者。校园求职全攻略金融类职位（第2版）在保留第1版整体框架不变的基础上，使用各大银行及相关金融类企业2010—2012年的最新面试题替换和补充原有内容，强化了近两年常考的一些知识点，如商业银行监管、货币政策与流通、金融衍生产品、股票债券分析等精简了一些不常见的考点及内容，以反映自第1版以来近两年面试所发生的新变化、新问题。校园求职全攻略金融类职位（第2版）通过精确分类和详细解析各类金融企业历年面试、笔试真题，点破招聘考试中常见的考点和难点，帮助求职者从容应对各种变化。前言致应届毕业生2011年校园招聘的硝烟还未散尽，2012年校园招聘就已经拉开帷幕。亲爱的同学们，你准备好了吗完成4年的在校学习生活，现在又是一个生活的新起点。从此刻开始，你们将步入社会，面临人生的挑战。一些同学对于这一时刻期盼已久，准备大展宏图另一些同学会感到迷茫、彷徨，不知道漫漫的征程该如何起步。但不管怎样，你们都要面对人生中这一必然的也是最大的挑战。在你们起航之前，有些事情是你们必须知道的。求职是一个漫长而又充满艰辛的过程。在这个过程中，有人享受成功拿到录用通知时的喜悦，有人却不断经历被拒、被骗的痛苦有人憧憬着未来事业的辉煌，有人却困惑于眼前职业的选择有人在求职逆境中变得更加勇敢、坚强，有人却变得胆怯、懦弱那么，怎样在求职过程中把握自己的机会、改变自己的命运呢上帝对待每一个人都是公平的。请不要抱怨就业形势的严峻，也不要抱怨社会对应届生的偏见。因为，一味地抱怨只会使你们的情绪变得更加浮躁，让你们失去很多原本前进的勇气和可以得到的机会。在求职过程中，你们要不断认识自己、完善自己和充实自己用一颗平常心，从容淡然地应对激烈的竞争用一颗感恩的心，感念求职路上的真诚互助提早做好求职的各项准备，在布满荆棘的求职道路上找到自己的目标。为了能够帮助大家找到合适的工作，少走弯路，我们特别推出校园求职全攻略系列，其内容涵盖简历制作、笔试和面试、招聘流程介绍、招聘陷阱、签约与违约、户口等求职过程中的每个方面，是一本为应届毕业生量身打造的综合图书。本书第2版在保留第1版的经济学、货币银行学等主干课程的基础上，使用各大银行及相关金融类企业2010—2012年的最新面试题替换和补充原内容（强化了近两年常考的若干知识点，如商业银行监管、货币政策与流通、金融衍生产品、股票债券分析等精简了第1版中的不常见考点及内容），以反映自第1版以来近两年面试所发生的新变化、新问题。本书的主要特点是

真的是很好的一本书！

\\N书是正版的，之前有过担心滴。内容还行吧，尽管我没觉得有多充实。冲着是名人写的，书的质量还行就不挑剔了。卖家发货挺快的，第二天就收到了。书还是不错的，精装外壳，发货速度真心的快，评价晚了，书不错，应该再早点看的。推荐看，只是粗浅认识了一下，已经感觉到自己逻辑思维更加清晰。好书，受益匪浅，如果不好好研究一下此书，绝对是人生一大遗憾。星期天在家没事，突然想去附近的超市逛逛。信步走进去看看，来到服装柜台，看见一款上衣，颜色面料都不错，于是心动了，想买，由于这是自选商场，我便去取下来试穿，在镜子前刚穿上，一女服务员走了过来，面无表情的说道：知道穿多大号吗？就自己拿着试开了。要买就去收银台交钱，也不看价钱！”本来打算买的，一看这个服务员，只好无奈的摇摇头将衣服放回原位，悻悻的走开了。心想我还是到网上来算了，于是回家上网挑选衣服了，看见了这本书就买了。好了，我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的是找到自己的腔调，不论说话还是写字。腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖，怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如，打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具；不这么说，不这么写，就会别扭；工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是“器”，有时候又是“事”，对一篇文章或者一本书来说，器就是事，事就是器。这本书，的确是用他特有的腔调表达了对“腔调”本

身的赞美。|现在，域名正式更换为JDCOM。其中的“JD”是汉语拼音（JING
\\N\\NDON|G）首字母组合。从此，您不用再特意记忆的域名，也无需先搜索再点击，只要在浏览器输入JD.COM，即可方便快捷地访问，实现轻松购物。名为“JOY”的吉祥物我很喜欢，TA承载着对我们的承诺和努力。狗以对主人忠诚而著称，同时也拥有正直的品行，和快捷的奔跑速度。太喜爱了。|给大家介绍本好书《我们如何走到这一步》自序：这些年，你过得怎么样我曾经想过，如果能时光穿梭，遇见从前的自己，是否可以和她做朋友。但我审慎地不敢发表意见。因为从前的自己是多么无知，这件事是很清楚的。就算怀着再复杂的爱去回望，没准儿也能气个半死，看着她在那条傻乎乎的路上跌跌撞撞前行，忍不住开口相劝，搞不好还会被她厌弃。你看天下的事情往往都是一厢情愿。当然我也忍住了各种吐槽，人总是要给自己留余地的，因为还有一种可能是，未来的自己回望现在，看见的还是一个人。好在现在不敢轻易放狠话了，所以总算显得比年轻的时候还有一分从容。但不管什么时候的你，都是你。这时间轴上反复上演的就是打怪兽的过程。过去困扰你的事情，现在已可轻易解决，但往往还有更大的BOSS在前面等你。“人怎么可能没有烦恼呢”——无论是你初中毕业的那个午后，或者多年后功成名就那一天，总有不同忧伤涌上心头：有些烦恼是钱可以解决的，而更伤悲的是有些烦恼是钱解决不了的。我们曾经在年少时想象的“等到什么什么的时候就一切都好起来了”根本就是个谬论。所以，只能咬着牙继续朝前走吧。生活里没有书籍，就好像没有阳光；智慧里没有书籍，就好像鸟儿没有翅膀——莎士比亚

\\N\\N中医美容调理：让你轻松学习中医精华的入门书这本书不错,跟书店里的一样，19.80这个价也不算很贵。《中医美容调理：让你轻松学习中医精华的入门书》以中医专业知识为基础，分析身体状况对容颜状况的影响，然后提出有针对性的调理方案。书中还介绍了对美容有特别效果的中药食谱和方剂，用后让你容光焕发，光彩照人。出版时间2012-02-01共136出版社是广东科学技术出版社作者林政宏，等读后推荐

\\N\\N愚读后特推荐大家阅读。书给我们带来了遐想和乐趣，书给我们带来了智慧的源泉和精神的力量。读书能增长知识，开阔眼界；读书能明白事理，增强能力；读书能陶冶性情，德润人心沿着书籍构成的阶梯，学做人，学做事，攀上一个又一个科学的高峰。争取不断超越，走向卓越。

\\N\\N“开卷有益，读书好处多”这是自古以来人们的共识.每一个人要想在知识的山峰上,登得越高,眼前展现的景色越壮阔,就要拥有渊博的知识.知识是人类通向进步文明和发展的唯一途径.书是前人劳动与智慧的结晶.它是我们获取知识的源泉.我们要让自己变得聪明起来,必须多读书,读好书. \\N\\N读书不仅可以使我们开阔视野，增长知识，

冲着林博士的名号才买这本书的，林政宏博士的书真是又薄又贵啊，亲！优惠个2、3块钱有屁用~

美容一词可以从两个角度来理解。首选是“容”这个字，其次是“美”。“容”包括脸、仪态、和修饰三层意思。

“美”则具有形容词和动词的两层含义。形容词表明的是美容的结果和目的是美丽的好看的；动词则表明的是美容的过程，即美化和改变的意思。因此简单的讲美容是一种改变原有的有良行为和疾病（面部），使之成为文明的、高素质的、具有可以被人接受的外观形象有活动和过程，或为达到此目的而使用的产品和方法。美容（Facial make-up, art of）

是让容貌变美丽的一种艺术。埃及古代时期，人们为了滋润皮肤和防止日晒，在皮肤涂抹各种药剂和油膏。古埃及妇女喜欢用黑颜料来描眼的轮廓，孔雀石粉制成的绿颜料涂在眼皮上，用黑灰色的锑粉把眉毛描得像柳叶一样细长，用乳白色的油脂抹在身上，使用红颜料涂抹嘴唇和脸颊，甚至在手、脚的指甲上都要染上橘红色，非常惹人注目。美容在欧洲中世纪非常流行，到了文艺复兴时期，美容艺术大大发展。19世纪80年代，西方始出现了近代美容院。在中国殷商时期，人们已用燕地红蓝花叶捣汁凝成脂来饰面。根据记载，春秋时周郑之女，用白粉敷面，用青黑颜料画眉。在汉代以后，开始出现妆点、扮妆、妆饰等字词。唐代出现了面膜美容

。现代的女性对于美容养颜这一块需求非常高，层次也相对不一样。

没有人会否认健康的重要性，但是怎样做才能保证健康呢？有人说健康在于运动，多做

运动就可以保证，但事实证明那些长寿之人往往不是驰骋在竞赛场上的运动员；有人说不吸烟、不喝酒，规规矩矩就能健康长寿，但看看那些年逾百岁的老寿星，吸烟喝酒的大有人在，甚至那些捡破烂的人或者以乞讨为生的人，他们整天跟细菌打交道，但健康长寿者也屡见不鲜……这到底是怎么回事呢？

其实，在我们的周围有太多的细菌和病毒，甚至在身体内部也有细菌相伴，但是你没有权利把病菌赶尽杀绝。因为人和病菌一样是大自然的产物，大自然给了我们生存的权利，同时也给细菌和病毒生存的权利，存在就是合理的。在一般情况下，我们每个人和病菌或者说是致病因子可以处于一种和平共处相安无事的状态，在这种状态下，你活’你的，他活他的，各自相安无事。这也应了那句话“正气存内，邪不可干”，如果我们把身体维持在一个阴阳平衡的状态下，致病因子是无法让你生病的。

《黄帝内经》中有一句话：“是故圣人不治已病治未病，不治已乱治未乱，此之谓也。夫病已成而后药之，乱已成而后治之，譬犹渴而穿井，斗而铸锥，不亦晚乎！”意思是说，聪明的人不会生病了才想着去治疗，而是未雨绸缪，预防在先，防病于未然，这在中医上叫做“治未病”。

“治未病”是中医理论的精髓，就是当疾病尚未发生时，能提前预测到疾病的发展趋势，并采取相应的防治方法，以杜绝或减少疾病的发生。比如春季万物萌生，细菌、病毒等致病微生物也相应活跃，感冒之类的疾病就有可能流行开来，所以中医提出“正月葱、二月韭”的饮食。以提高人们的抗病能力。夏季天气炎热，中暑发生的可能性相对就大，中医就强调“饮食清淡”、“夜卧早起，无厌于日”养生方案，使中暑的发生减少。秋季气候干燥，咳嗽一类疾病的发病率相对较高，所以中医强调秋季以“养肺除燥”为主，多吃梨以生津解渴，从而使一些时令病的发生降到最低限度。冬季要收藏体内的阳气，注意保暖，早卧晚起，好好休息等。

中医“治未病”还体现在一个方面，就是在疾病的潜伏期及时发现，并扼杀它的滋长，使人体恢复真正的健康。不过，相对而言，如今的医疗水平却只停留在应付“已病”的人群上。我们可以用这样的比喻来说明“治未病”和“治已病”的区别，治未病就像是洪水爆发之前筑堤坝、泄洪的各项防护措施，而治已病就像在洪水泛滥以后再去堵窟窿一样，按下葫芦浮起瓢，根本没有更多精力谈预防。

很多人就是由于不注意预防导致疾病缠身，疲于奔命，因此，只有我们提早防微杜渐，防患于未然，把健康掌握在自己手中，人生才会充满自信与快乐。这也是中医治未病的最大意义。

[中医美容调理：让你轻松学习中医精华的入门书_下载链接1](#)

书评

[中医美容调理：让你轻松学习中医精华的入门书_下载链接1](#)