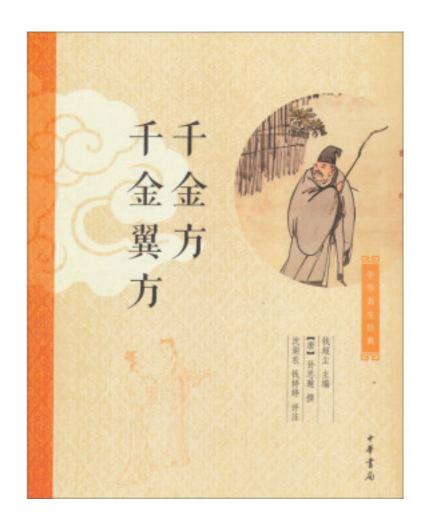
中华养生经典:千金方、千金翼方



中华养生经典:千金方、千金翼方_下载链接1_

著者:[唐] 孙思邈 著,钱超尘 编,沈澍农,钱婷婷 注

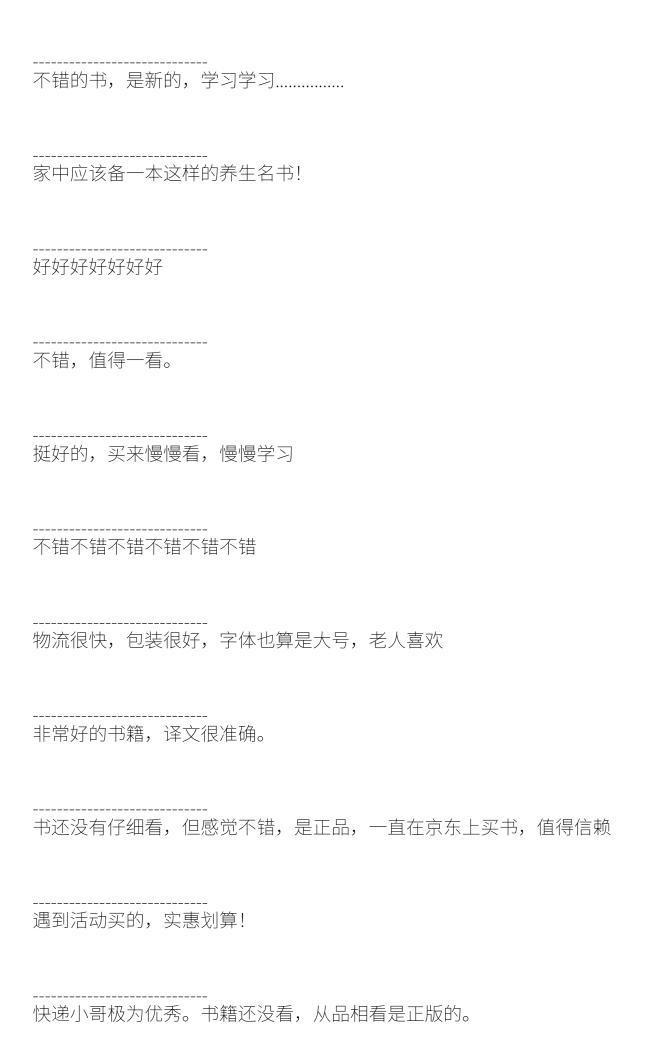
中华养生经典:千金方、千金翼方_下载链接1_

标签

评论

一本好书大家都应该看一看药王的淡食养生。对于我们现代人很有帮助。

质优价廉,物超所值,值得购买。 ————————————————————————————————————	
 帮朋友购买这套书,可以凑不全了。这套书都是三五年前印刷的,	有些老旧。
中华经典,颐养指要,绝对好书!	
到了应该是正品等慢慢看了再评价吧到货有点慢	
书很好,送货快,非常满意。	



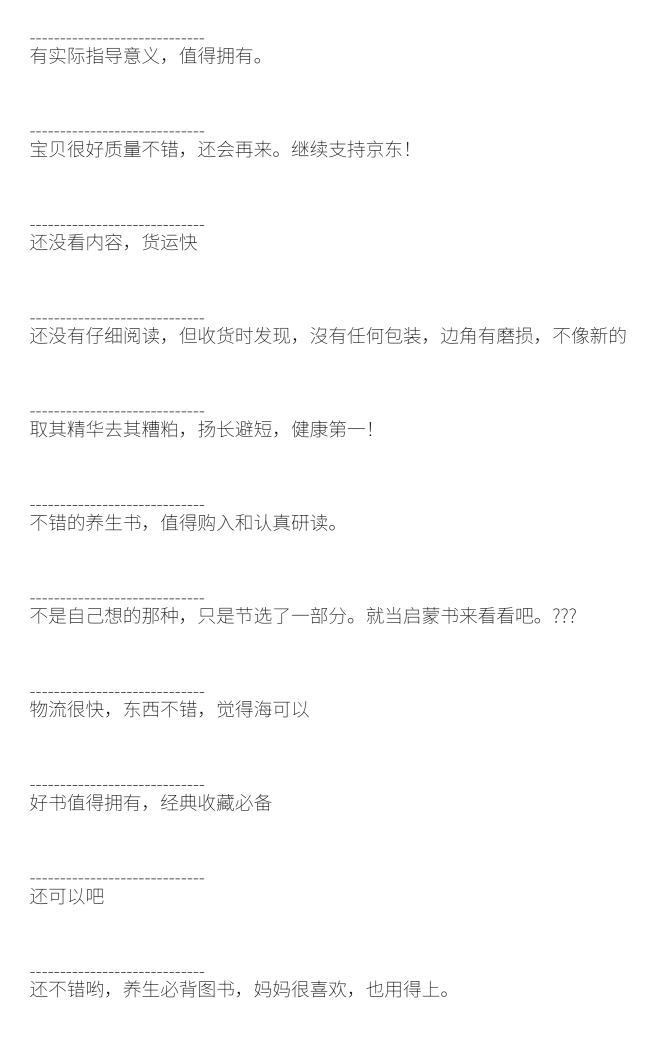
 质量好,物流快,孩子喜欢,一直支持京东
 内容还不错,谢谢亲了。
和描述一致,快递员服务好。
 很不错,正版,全新,送货速度快~
 书不错,但内容不完整
 书质量很好
 养生篇,不错。

女朋友很喜欢。
 非常的好
学习中
开卷有益嘛,是摘取的内容,简单看看也可以了
 到书快,都还好
 不错

 好好		
收藏		
垃圾,是删减版!!!	白花钱了	
此书应把题目改为《千	金方节选》,太骗人了.	
和想象的差距太大啦,	书还有点旧。。	
作者自己编的,和孙思	邈的原著基本没关系。	
好		
 [5 <u>可</u>		
	我就复制了这段文字,评哪儿贴哪儿, 是挺好的,信任京东,希望越做越好!	很方便!一直喜欢在京东

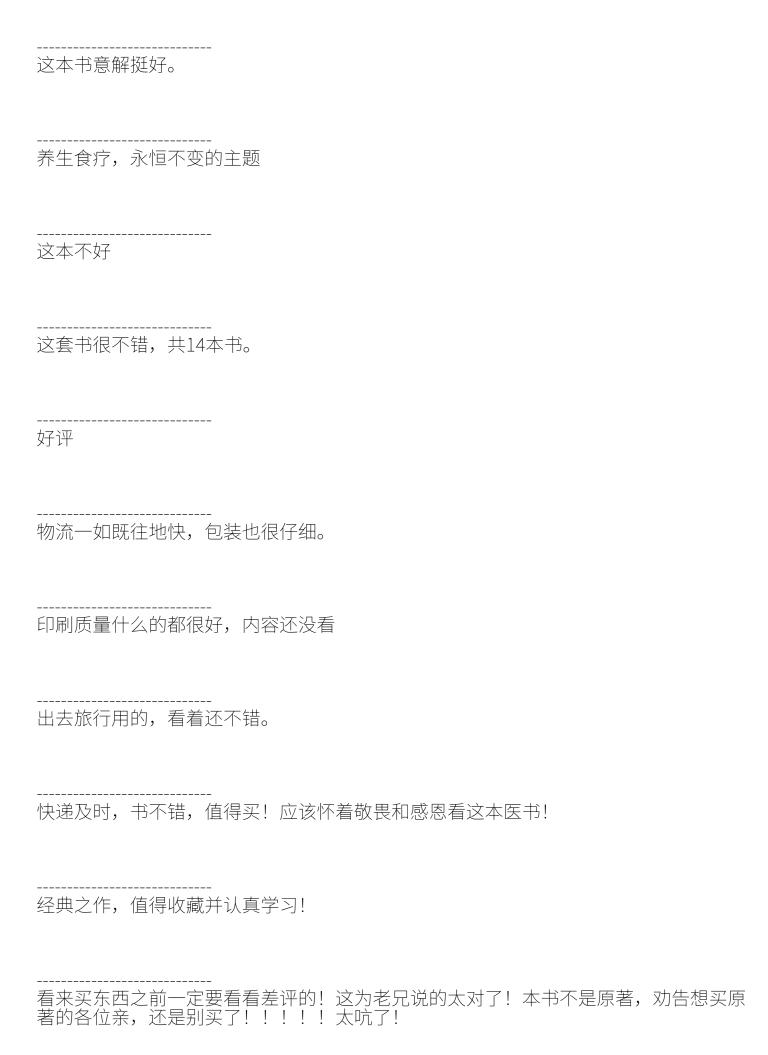
 物美价廉
作为枕边书,真的是极好的。
印刷质量不错,按摩方面增加插图为好

 好书,值的珍藏。
 书很好
 很好
 快递超给力! 满意
 很好,印刷装帧很好
 这个系列还行,对相关知识做个了解。
 传统养生,国学经典
京东神速,一口气买了三本
 不错,千年经典
 以收到,物流速度很快



可以
中华养生经典:千金方、千金翼方
不错的书
好书! 印刷非常好,活动期间买的,价格也特别给力!
书的质量很好,是正版书,很好
正在看

完美
?
中华书局的书没得讲啊 赞赞赞赞赞赞赞赞
内容真实丰富,很容易理解消化,印刷优良
 挺好的



正品图书支持
 好书!
 质量不错,正版书

好就一个字,,我说了很多次,

值得一看 双十一搞活动买的

还行, 古书, 值得研读

200-100入,京东物流快,书籍略有损伤。

正月,肾气受病,肺脏气微。宜减咸酸增辛味,助肾补肺,安养胃气。勿冒冰冻,勿极 温暖,早起夜卧,以缓形神。勿食生葱,损人津血。勿食生蓼,必为癥痼,面起游风。 勿食蛰藏之物,减折人寿。勿食虎豹狸肉,令人神魂不安。

二月,肾气微,肝当正旺。宜减酸增辛,助肾补肝,宜静膈去痰水,小泄皮肤微汗,以 一尺,自代版,所当正位。且城段增平,助自作所,且即隔台级水,不准及欣城开,以 散玄冬蕴伏之气。勿食黄花菜、陈醋、菹发痼疾。勿食大小蒜,令人气壅,关膈不通。 勿食葵及鸡子,滞人血气,冱精。勿食兔及狐貉肉,令人神魂不安。仲春气正,宜节酒

三月,肾气已息,心气渐临,木气正旺。宜减甘增辛,补精益气,慎避西风,散体缓形,便性安泰。勿专杀伐,以顺天道。勿吃黄花菜、陈醋、菹发癥痼,起瘟疫。勿食生葵

,令人气胀,化为水疾。勿食诸脾,脾神当王。勿食鸡子,令人终身昏乱。 四月,肝脏已病,心脏渐壮。宜增酸减苦,补肾助肝,调胃气。勿暴露星宿,避西北二方风。勿食大蒜,伤神魂,损胆气。勿食生薤,令人多涕唾,发痰水。勿食鸡雉肉,令人生痈疽,逆元气,勿食鳝鱼,害人。 五月,肝脏气休,心正旺。宜减酸增苦,益肝补肾,固密精气,卧起俱早。每发泄,勿露体星宿下,慎避北风。勿处湿地,以招邪气。勿食薤韭,以为癥痼,伤神损气。勿食

马肉及獐鹿肉,令人神气不安。

六月,肝气微,脾脏独旺。宜减苦增咸,节约肥浓,补肝助肾,益筋骨,慎东风,犯之令人手足瘫痪。勿用冷水浸手足。勿食葵,必成水癖。勿食茱萸,令人气壅。

七月,肝、心少气,肺脏独旺。宜安宁情性,增咸减辛,助气补筋,以养脾胃。无冒极热,勿恣凉冷,无发大汗。勿食茱萸,无人气壅。勿食猪肉,损人神气。从月,心脏气微,肺金用事。宜减苦增辛,助筋补血,以养心肝。无犯邪风,令人骨肉

生疮,以为疬痢。勿食小蒜,伤入神气,魂魄不安。勿食猪肚,冬成嗽疾,经年不差。 勿食鸡雉肉,损入神气。

九月,阳气已衰,阴气大盛,暴风数起,切忌贼邪之风。宜减苦增咸,补肝益肾,助脾资胃。勿冒风霜,无恣醉饱。勿食莼菜,有虫不见。勿食姜蒜,损人神气。勿食经霜生 菜及瓜,令人心痛。勿食葵,化为水病。勿食犬肉,减算夭寿。

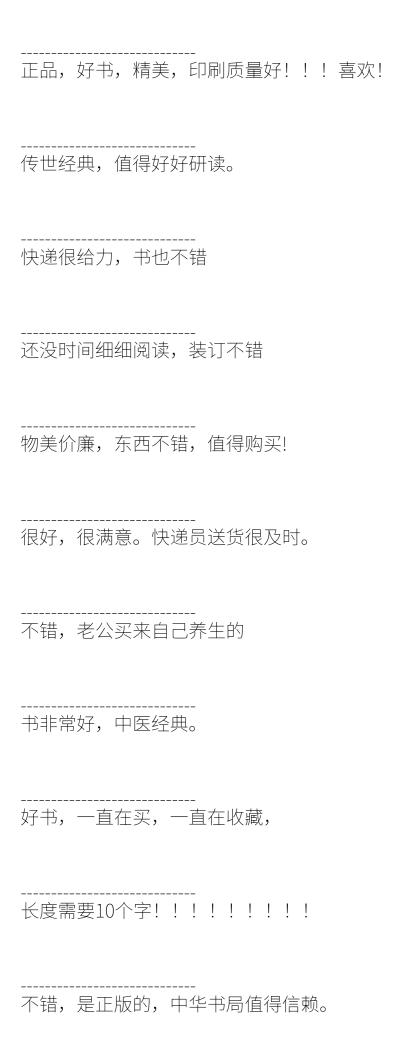
十月,心、肺气弱,肾气强盛。宜减辛苦,以养肾脏。无伤筋骨,勿泄皮肤。勿妄针灸,以其血涩,津液不行。勿食生椒,损人血脉。勿食生薤,以增痰水。勿食熊、猪肉、 莼菜, 衰人颜色。

十一月,肾脏正旺,心、肺衰微。宜增苦味绝咸,补理肺、胃。勿灸腹背,勿暴温暖, 慎避贼邪之风,犯之令人面肿,腰脊强痛。勿食貉肉,伤人神魂。勿食螺蚌蟹鳖,损人 元气,长尸虫。勿食经夏醋,发头风,成水病。勿食生菜,令人心痛。

1月,土当旺,水气不行。宜减甘增苦,补心助肺,调理肾脏。勿冒霜露,勿泄津液

及汗。勿食葵,化为水病。勿食薤,多发痼疾。勿食鼋鳖。

老龄社会扑面而来。面对这场深刻革命,人类似乎还十分陌生。在这个新的社会形态里,人类既遭遇重大风险,更面临重大机缘,历史又走到了新的交叉路口。本书从全新视角重新认识人类的前途和命运问题。老龄社会是一场革命,也无疑是一场危机,但本书强调,应对危机不能用危机"语法",而要树立老龄社会的"正思维"和"新语法".这就要求我们扬弃年轻社会的老思维,运用老龄社会的正思维,政府、市场和社会三大力量协同运作,把年轻社会长期形成的发展理念、发展方式和制度安排以及政策法律体系、生产生活方式以至整个经济结构、政治结构、文化结构、社会结构等调整到理想老龄社会的轨道上来。当这样做的时候,我们将重构理想文明发展模式,同时,也将造就一个理想的老龄社会。这是"中国梦"的重要内容,是全人类的前景和命运。作者简介。它俊武,1964年生,陕西省澄城县人,经济学博士,现任中国老龄科学研究中心副主任、《老龄科学研究》主编、全国养老服务业专家委



hhhhhhhhhhhhhh
 P\$ij p\$ij p\$ij p\$ij p\$ij p\$ij p\$ij p\$ij p

好书推荐购买!非常喜欢!
 非常经典,,好,很好,很喜欢
 200-100活动囤的,价格给力,书很好!
支持活动,支持纸质阅读,支持京东图书
 不错。。。。。。。。。
物美价廉 值得购买 比超市便宜

```
读书破万卷,下笔如有神。——杜甫 书是人类进步的阶梯。——高尔基
医者不医愚。——鲁迅书犹药也,善读之可以医愚。——刘向
读书好,好读书,读好书。——冰心劳动是知识的源泉;知识是生活的指南。
茂盛的禾苗需要水分;成长的少年需要学习。
星星使天空绚烂夺目;知识使人增长才干。粮食补身体,书籍丰富智慧。世界上三种东西最宝贵——知识、粮食和友谊。(缅甸谚语)
书籍备而不读如废纸。(英国谚语)积累知识,胜过积蓄金银。
                                      (欧洲谚语)
谦虚是学习的朋友泰山不是垒的,学问不是吹的。天不言自高,地不语自厚。
水满则溢,月满则亏;自满则败,自矜则愚。包子有肉,不在皮上;人有学问,不挂嘴上。
不实心不成事,不虚心不知事。不自是者博闻,不自满者受益。
虚心的人,常想己之短;骄傲的人,常夸己之长。自赞就是自轻。自满是智慧的尽头。
如果有了胡子就算学识渊博,那么,山羊也可以讲课了。
成就是谦虚者前进的阶梯,也是骄傲者后退的滑梯。
吹嘘自己有知识的人,等于在宣扬自己的无知。
言过其实,终无大用。知识愈浅,自信愈深。
讷讷寡言者未必愚,喋喋利口者未必智。
宽阔的河平静,博学的人谦虚。秀才不怕衣衫破,就怕肚子没有货。
山不厌高,水不厌深。骄傲是跌跤的前奏。读万卷书行万里路,怀报国志作孺子牛。骄傲来自浅薄,狂妄出于无知。骄傲是失败的开头,自满是智慧的尽头。
说大话的人像爆竹,响一声就完了。鉴唯明,始能照物;衡唯平,始能权物。
谦虚是学习的朋友,自满是学习的敌人。 赶脚的对头是脚懒,学习的对头是自满。
虚心使人进步,骄傲使人落后。虚心的人学十算一,骄傲的人学一当十。
强中更有强中手,莫向人前自夸口。喜欢吹嘘的人犹如一面大鼓,响声大腹中空。人唯虚,始能知人。满招损,谦受益。满必溢,骄必败。
知识贮藏在谦虚的大海中。(朝鲜谚语)
学问多深也别满足,过失多小也别忽略。
懂得自己无知,说明已有收获。(拉丁美洲谚语) 学问学问,不懂就问
万钝石上磨,人笨人前学。以人为师能进步。
试试并非受罪,问问并不吃亏。善于发问的人,知识丰富。
不听指点,多绕弯弯。不懂装懂,永世饭桶。
智者千虑,必有一失;愚者千虑,必有一得。
不能则学,不知则问,耻于问人,决无长进。学问渊博的人,懂了还要问;学问浅薄的人,不懂也不问。
井淘三遍吃好水,人从三师武艺高。
手指有长有短,知识有高有低。学无前后,达者为师。
边学边问,才有学问。若要精,人前听。只要是有益的话,小孩的话也要听。要学蜜蜂采百花,问遍百家成行家。
老姜辣味大,老人经验多。请教别人不折本,舌头打个滚。
怕问路,要迷路。嘴勤不走冤枉路。不问的人永远和愚昧在一起。(东非谚语)
耳朵没有底,可以从早听到晚。(非洲谚语)世上无难事,只要肯登攀。——毛泽东一分耕耘,一分收获。一艺之成,当尽毕生之力。
一个不想蹚过小河的人,自然不想远涉重洋。针越用越明,脑越用越灵。
学在苦中求,艺在勤中练。不怕学问浅,就怕志气短。
才华是血汗的结晶。才华是刀刃,辛苦是磨刀石。
上如阶尽管费力,却一步比一步高。不经过琢磨,宝石也不会发光。心专才能绣得花,心静才能织得麻。书山有路勤为径,学海无涯苦作舟。
百百行,不怕千万里;时时学,不怕千万卷。多练多乖,不练就呆。
只有努力攀登顶峰的人,才能把顶峰踩在脚下。困难是人的教科书。
汗水和丰收是忠实的伙伴,勤学和知识是一对最美丽的情侣。
学习如钻探石油,钻得愈深,愈能找到知识的精髓。先学爬,然后学走。
```

心坚石也穿。好记性不如烂笔头。勤勉是成功之母。 好高骛远的一无所得,埋头苦干的获得知识。百艺通,不如一艺精。 同时赶两只兔,一只也捉不到。一回生,二回熟,三回过来当师傅。 学如逆水行舟,不进则退。学习如赶路,不能慢一步。 学问之根苦,学问之果甜。学问勤中得,富裕俭中来。 注意力是智慧的门户。要得惊人艺,须下苦功夫。

给老板买的。不太清楚怎么样。 药王的书, 很经典, 值得细读。 书还是挺好的很有内涵 喜欢的书 弘扬中医 经典典藏 很适合养生的人看,学医的看没什么用 很不错,学习一下养生知识。 很不错的,京东自营更好 中华养生经典:千金方、千金翼方_下载链接1_

书评

中华养生经典:千金方、千金翼方_下载链接1_