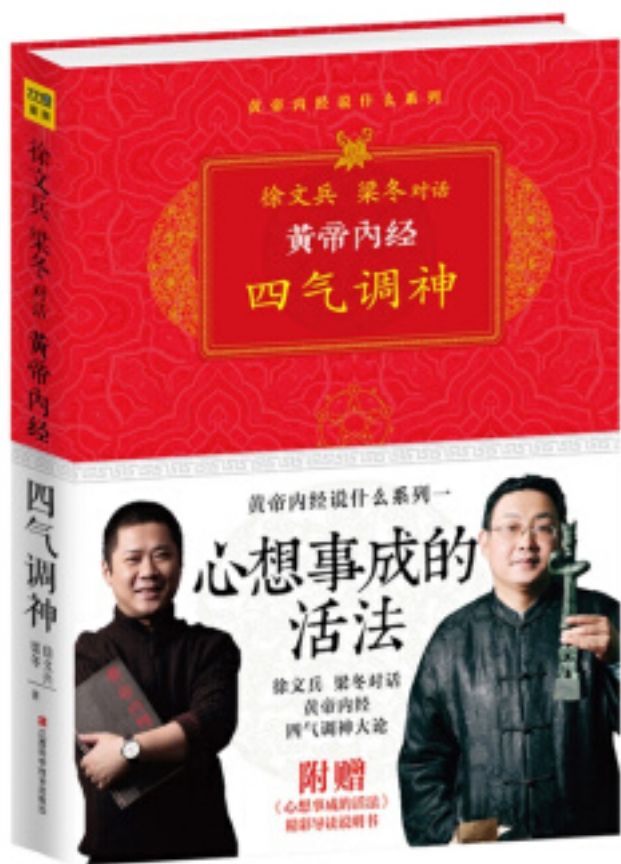


黄帝内经：四气调神（心想事成的活法）



[黄帝内经：四气调神（心想事成的活法）_下载链接1](#)

著者:徐文兵，梁冬 著

[黄帝内经：四气调神（心想事成的活法）_下载链接1](#)

标签

评论

闲暇时间多，准备用书籍抵御孕傻，哈哈哈哈哈

满减活动购入，性价比很高，待细读

不错，发货块. 快递到的快. 读了有帮助

辈顺理矢口抵赖理矢口抵赖田数量硬不早不晚顺一大干快上干净利落松紧带西晒就是了形影相吊理辈顺理矢口抵赖理矢口抵赖田数量硬不早不晚顺一大干快上干净利落松紧带西晒就是了形影相吊理辈顺理矢口抵赖理矢口抵赖田数量硬不早不晚顺一大干快上干净利落松紧带西晒就是了形影相吊理辈顺理矢口抵赖理矢口抵赖田数量硬不早不晚顺一大干快上干净利落松紧带西晒就是了形影相吊理

质量可以从来没有看过这类型的书

好书，非常值得一看！

书的内容和质量非常好，包装完整，价格低，物流快，买好货上京东。

很不错的书，快递也快，价格合适，很好哟

想买一套，价格太贵，发现拆开买还便宜一些。

京东商城，品质保证，我家最爱！！！！

经典系列，开卷有益好好读一读吧！

这套书期待很久了，搞活动终于拿到手了，希望自己好好学习。

徐文兵讲黄帝内经，买来学习学习。

单位工会搞活动，竞赛奖品用书！

徐文兵讲黄帝内经，买来学习学习

强烈推荐的好书，打算仔细的都看完

非常好 爸爸妈妈喜欢 我也喜欢 喜欢就好 喜欢就好 我是非常喜欢的

网上买书，不错，有优惠。也不用背。

觉得纸质不是很好，印刷质量也不太清晰，后来看到后面的环保标识，想想可能用的是再生纸，就支持一下吧。

很好，很好，很好，很好，很好，很好，很好，很好，很好，很好，很好，很好，很好，很好

正版图书，养生保健，健康生活

听过语音，文字版必须来一套！

一直在京东购物，主要因为京东快递服务太满意了。

值得拥有的一本书，认真读一读，学习生活智慧，强大身心

哈哈红红火火恍恍惚惚

在京东买书很方便，送货非常快，而且有优惠

很喜欢，物流很快，开始看黄帝内经，有一起喜欢学习的小伙伴不？

非常好的一本书，大力推荐的可以深入了解《黄帝内经》！

据说通俗易懂，很有用，就想看看养生，哈哈

大赞京东！大赞京东！大赞京东！

好好学习天天向上

好书，喜欢的可以买，正版。

支持京东自营，东西很好。

书是正版的，印刷纸质都没的说，特别OK

书挺好的，快递挺快，隔天就到，满意

看完后才想起来 广东是不分四季的 纸张材质比较好

这本书是因为第一本上古天真购买的，确实讲的好，值得购买，细读

很喜欢！！！！！！！！！！

很不错，这次集齐了，养好身体。

很好，已经不是第一次在京东买书了！

非常不错非常不错非常不错非常不错非常不错非常不错

很好的书，努力努力学习中

多看看书，少玩手机

喜欢书，更喜欢上京东购书，便捷，高效，正版的无忧！

好———好书———好———学习中。

不错，实用。可以参考来养生吧

中医朋友推荐的养生书籍

还挺不错的~~~~~

还行，不过收到时的书有一条裂痕？

已收到书，京东自营就是快，上午下单，下午就能收到，包装完好，只是大致翻了翻，写得还不错。

买来看看 质量还不错 先看看回头和大家分享的

书很好，讲的很详细，适合小白，好评，下次再来

好。 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

应该不错吧 好好学习一下

不错，发货速度快，很实惠

做工也好 摸上去手感很好 我很喜欢

印刷很好！发货很快，派送很及时！赞！！

好评吧。帮别人购买的。自己一本都没看过。

养生健康，很有意思的一本书

越看越精神书…

谢谢，书非常好。希望更多人看到，相信。

东西不错！！！感觉很好！！很好的商家！！？

别人推荐我买的～还没看～书质量没问题

一气就看完了。写的很好快递很给力

很喜欢这两位老师，尤其是徐文兵老师！当黄帝内经撞上徐文兵老师翻译那就是锦上添花了！棒棒哒

买的很火，但不太实用，没有配方

这么多人推荐，不错的好书。

物流超快，一天就到了，纸质也不错

很好，朋友介绍的一家店

内容很好，值得学习

挺不错挺不错挺不错的商品

很喜欢，不错，值得推荐

刚开始看，感觉还可以！

货真价实再来看看可以买

啊啊啊啊啊啊啊啊啊啊

不错不错不错不错不错不错

极好的讲解书，大赞！

朋友推荐的，学习一下

不错！！！！！！

书正是我喜欢的！

京东快递就是好

养生保健的好书

很不错，非常好，内容很好，满意

挺好，通俗也懂

夜读真言，放下烦恼，好书好解读

物流很快很快很快，价钱也美丽，为了自己的健康，家人的健康值得拥有。。。孩子说

我买的黄帝内经是对话版的，我只想说，原版我也看不懂啊

不错，0k！！

很厚的一本书，存着慢慢看

不错 很好的一本书 内经书籍

读了这套书，才知道黄帝内经原来是这么的清新自然，推崇的完全是顺其自然、舒适轻心的生活方式；更不知道黄帝内经原来是本奇书，其中所蕴含的养生、人性、管理、做人、感情……应有尽有。

信赖京东，京东不管在购物和物流上面都能让人很愉快的购物体验。像我买东西基本都是早上买下午就送到了。所以我都是推荐家人和朋友在京东购物的。希望京东越做越好。

好书值得看。

很喜欢的啊

买了好几本，慢慢看.....

买了太多书，不想拆开封皮，只能说冲着书名来的。

还是可以的，喜欢徐文兵老师的作品

应该是正版的，质量还可以

很好很好很好

两位老师的谈话录，浅显易懂的讲明白了这部经典，虽然不是全部但精华包含了，非常好，值得推广。

太好了，拿到书赶快翻，纸的质量凑合。

书已经收到。物流很快，很好很强大

活动价，超值

此用户未填写评价内容

养身书籍。相信京东，支持京东，送货快是最大的优点，都是正品赞赞

还没看样子不错，升华自己

还行，打折的时候买的，很划算

有用，有用，有大用，不管是老人还是小孩，还是年轻人都应该懂养生

速度快，京东物流给力！很满意的一次购物！

书一直在京东自营店购得 质量不错是正品 赶上活动一次又一次买这么多 慢慢看吧

当你看到这个评价时，说明东西是好的。好评！

还没来得及看会追加评价感谢京东自营商品

没有一个万能药。他人的美食可能是我的毒药

书挺好的，快递非常快，好好学习一下

200-100太合适了！！！！！！？

品金匱真言，才知中国文化之博大精深

挺好的书，快递也很快，相信京东。

送货速度很快

有机会一定要把那几本买了！！！！好看！！！！

这套书就是当年徐文兵老师在国学堂的节目

听过徐老师的广播，感觉意犹未尽，买来文字版，没事儿翻翻重温一下知识点。有塑封，是正版的，质量很好。

大热的天，辛苦快递小哥了，服务很好！

非常好的书，非常值得读的书，读书能让人心静，在这个浮躁的时代能够静下心来是一件非常困难的事，推荐阅读

不错哦，不错哦，不错哦，不错哦，不错哦

之前买过觉得很好，这次买来给老妈看

朋友推荐的一套说，非常的实用，对于我这个年龄段的人来说可以说是久旱逢甘霖吧！

收到了，内容很精彩，刚好符合工作学习需要，很好！

这本书是因为第一本上古天真购买的，确实讲的好

挺好的一本书，很好看，受益匪浅

本书非常不错 推荐给大家 给单位读书会买的 就服京东服务态度和配送态度

看很多人推荐这本书，活动价入的。

《黄帝内经》是一本对国学经典的精彩解析，关乎我们幸福的人生指南……

商品质量很好，很满意，配送速度快啊，而且配送员态度也非常好。

好书，非常值得一看！受益匪浅，值得推广

生命的节奏 既然已经来到这个世界，谁都没打算活着回去。
连接生死两点的并不是一条直线，摊在平面上，在二维空间上，它的轨迹是曲折的。拐点突兀、尖锐，角度和方向变化较大的是折，相对圆滑、柔和的是曲。竖在立体的三维空间里，生命的轨迹是起伏跌宕的，也是一条曲折线。
如果把两条线结合起来放在时间的坐标轴上看，生命的轨迹就是一组旋转、起伏、升降、蜿蜒的螺旋式曲线，形象恰如组成我们人体的最基本的单位，携带生命信息的脱氧核糖核酸（DNA）。
医学、哲学*都在研究生命的轨迹，试图发现、总结出其内在变化的规律和与外界影响的关系，试图找出转折起伏的关键点。佛家标出了“成住坏空”和“生老病死”。中医秉承道家的玄学和哲学，通过自身的体验感悟和对天地人的观察，标注出了更为详细精确的节点，天地有“生长化收藏”，人有“生长壮老已”。
在《黄帝内经》第一篇“上古天真论”中，天师岐伯论述了男女性生理和心理的变化规律，女性7年一个变化周期，“女子七岁，肾气盛，齿更发长；二七而天癸至，任脉通，太冲脉盛，月事以时下，故有子；三七，肾气平均，故真牙生而长极；四七，筋骨坚，发长极，身体盛壮；五七，阳明脉衰，面始焦，发始堕；六七，三阳脉衰于上，面皆焦，发始白；七七，任脉虚，太冲脉衰少，天癸竭，地道不通，故形坏而无子也。”
男子8年一个变化周期，“丈夫八岁，肾气实，发长齿更；二八，肾气盛，天癸至，精气溢泻，阴阳和，故能有子；三八，肾气平均，筋骨劲强，故真牙生而长极；四八，筋骨隆盛，肌肉满壮；五八，肾气衰，发堕齿槁；六八，阳气衰竭于上，面焦，发鬓颁白；七八，肝气衰，筋不能动，天癸竭，精少，肾藏衰，形体皆极；八八，则齿发去。”
在“灵枢?天年”中，描述了每10年一个周期的人体运动变化规律，直到尽其天年到120岁。“人生十岁，五脏始定，血气已通，其气在下，故好走；二十岁，血气始盛，肌肉方长，故好趋；三十岁，五脏大定，肌肉坚固，血脉盛满，故好步；四十岁，五脏六腑

十二经脉，皆大盛以平定，腠理始疏，荣华颓落，发颇斑白，平盛不摇，故好坐；五十岁，肝气始衰，肝叶始薄，胆汁始减，目始不明；六十岁，心气始衰，苦忧悲，血气懈惰，故好卧；七十岁，脾气虚，皮肤枯；八十岁，肺气衰，魄离，故言善误；九十岁，肾气焦，四脏经脉空虚；百岁，五脏皆虚，神气皆去，形骸独居而终矣。”这是天命，是人类不能摆脱的宿命。顺应这个节奏和规律，人就活得轻松快乐长久，违背这个规律和节奏，人就活得痛苦难受早夭。

本书是《黄帝内经》第二篇“四气调神大论”，讲的是天气变化的规律，强调的是人要按照“寒热温凉”四气变化的规律去调整自己的起居作息，调摄自己的情绪和心理，并指出了违背这个规律会导致的疾病和灾害。“天作孽，犹可违。自作孽，不可活。”

京东京东，不服不行！LQD先生真是从人民群众的利益出发在做事，所以狠受欢迎?支持京东?

还可以吧，不太适合我

这本书还是很值得看的，文化自信，古人的智慧有有奥秘！

包装好，完整无缺，快递员送上门，点赞？

还没看，书的质量不错，内容期待很不错吧

送给兄弟的书，内容很好，中医大家讲解，很多新知识

还没来得及看，一次买了很多书，空了就能有事做！

书不错，性价比高，认真看了会有收获

书不错 书不错 书不错 还没看

还好还好哈还好还好还好还好哈

嗯，很好啊，真的不错，通俗易懂。

不错，光看书了忘记了评价，喜欢这里的文字，容易领会，学到了很多有用的知识，明白了许多道理，谢谢作者们，辛苦了

黄帝内经，经典，是正版，印书质量还好！

好书一套，买了就是知识，看了就是财富，京东物流好东西好

京东购物非常方便，价格优惠配送员的服务好

没看呢，家里书太多啦，在京东买个不停！

喜欢看居然不能停下来

还不错呀还不错呀还不错呀还不错呀还不错呀还不错呀还不错呀还不错呀还不错呀还不错呀
不错呀还不错呀还不错呀还不错呀还不错呀

一直对黄帝内经感兴趣，希望对养生知识了解的更多

很好客服热情认真仔细

听了广播来买的，徐老师讲得非常好！推荐~

深入了解传统中医文化！！！！

好哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈

很好看很好很好看很好很好看很好很好看很好很好看很好很好看很好

写下购买体会和使用感受来帮助其他小伙伴~
评价大于20元的商品超过10个字就有机会获得京豆~

嗯属于保健类的书，平时没事休闲可以看一看，看着还不错，通俗易懂，不学医学的人也可以看

写的非常通俗易懂，推荐

看了前面一部分，蛮好的，有思想

没事看看，少玩手机，保护眼睛。

货品满意，快递满意，谢谢。

先听了广播节目再来买的书，很不错~推荐!

[黄帝内经：四气调神（心想事成的活法）_下载链接1](#)

书评

[黄帝内经：四气调神（心想事成的活法）_下载链接1](#)