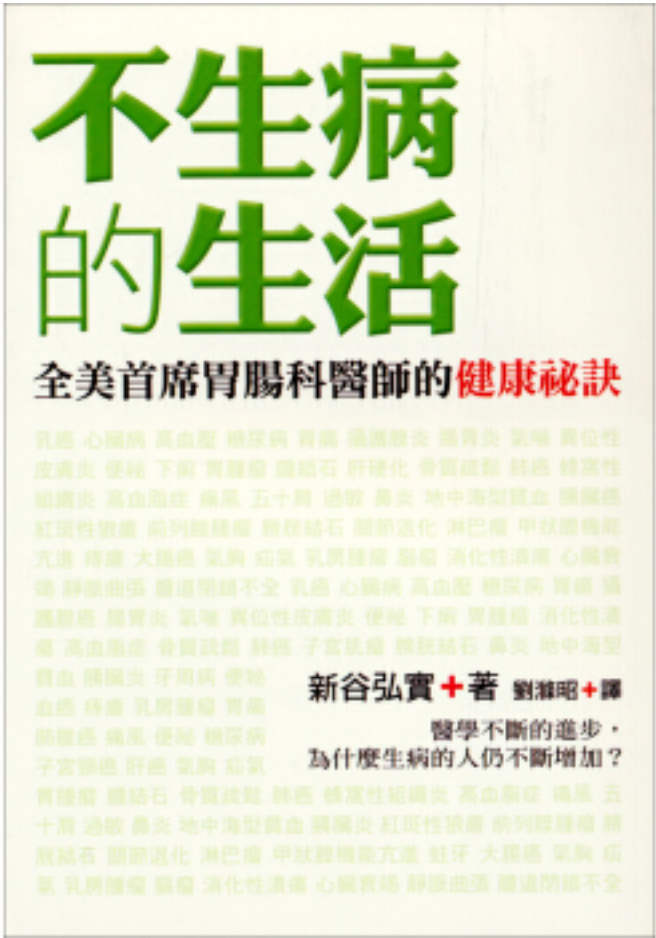


不生病的生活 [病氣にならない生き方:
ミラクル. エンザイムが寿命を決める]



[不生病的生活 \[病氣にならない生き方:
ミラクル. エンザイムが寿命を決める\]](#) [下载链接1](#)

著者:新谷弘實 著，劉滌昭 译

[不生病的生活 \[病氣にならない生き方:
ミラクル. エンザイムが寿命を決める\]](#) [下载链接1](#)

标签

评论

很好的健康养生书籍，建议有对健康养生需求的买上本，学习一下。

去日本旅行时导游推荐的书，价格很贵，一看是进口的台湾书，内容不是很多但都比较精要

此用户未填写评价内容

双十一很给力，100多的基本对折拿到。正版书没毛病。

东西收到了，一如既往的好。

这本书在台湾很出名，竖版繁体的，看起来有点费劲。

看了长知识，什么比得上健健康康呢，一切重新开始新习惯，

给别人买得给别人买得给别人买得

好书推荐！质量也好！静下心来好好读读！

内容没有看过,是给家里人买的,

很好的一本书，值得推荐。

好贵哦、买的心痛，希望看完对自己有用

记得当时京东购书优惠，一下买了好几本书，现在虽然常见电子书，但纸质书还是我的喜爱，印刷非常好！

有一本封面有点压坏了，不影响看，包装的师傅不行。

看看也好，有点小贵

不错的选择非常满意

好好好！方便实用、物流快速！还会继续支持！

物流速度很快，服务态度很好，值得肯定？

发货快，书非常好，正版，推荐购买。

小薄册子，太贵了，内容不错

观念在接受中，书的质量不错，有点贵。

非常好的一本书，很多语言版本

好好好好好好好好好好

好书 增长知识 非常好

竖版的繁体，读的累。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。

不错，有点小贵

不错，是正版，一直在京东购书，很快很正

好好好好好好

不错不错不错

送人没人看

非常好

还不错哦

超值!

可以

港版

很好

正版

贵

.....

养生方面的书籍，仅供参考

养生书籍，真心的不错，我极力推崇的好书

真心不错的一本书，值得大家一看

！”江元看她如此严肃，心中暗笑不已，忖道：“现在到了家，该她神气了！”
这时，铁蝶就好像找东西一样，弯腰低头，一个个的坟头，又摸又看，有时还把耳朵贴在墓碑上细听一阵。
江元跟在她身后，满坟场乱转，见她如此，心中真有说不出的滋味。

江元越想越不是味，气道：“这算什么玩意儿，跑到这里认坟来了！”
江元才说到这里，铁蝶猛然回过了头，低声道：“噤声！”
江元见她神色紧张，把耳朵贴在一座大坟碑上细听，只得静站一旁。
不大的工夫，铁蝶脸上露出一丝笑容道：“大概是这里了！江元，你来听！”
江元气道：“我才不听坟呢！”
铁蝶却伸手拉住他的手，说道：“你来听，是不是有声音？”
江元无奈，只好把耳朵贴在了石碑上，用心地听。
铁蝶在旁又道：“我这几天耳朵不太好！”
这时江元果然听得有异声，不禁大为惊奇，脱口道：“怪了，真有点声音！”

非常不错，爸妈很喜欢，非常推荐

物流很快，繁体字，竖排版。看起来费劲不过内容通俗易懂，挺好的养生书籍。

很好，非常买药。谢谢。额

◎2006年日本「生活健康類」No.1暢銷書！銷量突破125萬冊，繼續飆升中！醫學不斷進步，為什麼生病的人仍不斷增加？

受到美、日許多政治家和企業家寄予絕對信賴的「傳說中的醫師」，
「挑戰人類壽命極限」的珍貴紀錄——不生病的生活。一個看過30萬人的胃腸實況，做過9萬例息肉切除術

19歲起沒再生過病，從醫以來不曾開過死亡診斷書的世界權威醫師告訴你，不生病的祕密！

美國總統、日本首相、奧斯卡影帝、國際時尚設計師、搖滾歌手、好萊塢巨星……無數名人指定改變習慣，從現在開始仍不嫌晚 本書由全美胃腸內視鏡外科權威新谷弘實所撰寫，教你健康長壽的正確飲食生活法。新谷醫師執業至今已診療超過三十多萬名病人的腸胃，其中不乏名人，如搖滾歌手、國際時尚設計師、

不错的书，就是排版和繁体字看着累。

很好东西不错，下次还会买...

很不错的一本书，值得看。

日本人写的书很有深度，台湾译得也很有水平

书很不错，给老爸买的，很实用

帮朋友代买的 还行吧

速度很快，愉快的购物

新谷提倡的饮食方法值得学习，文字是竖版的，从后往前翻的

第1次买。第1次买。竖排版。

还不错，值得购买！

值得一读，但要有鉴别和批判的态度。

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。还可以，和印象里的有一点点区别，可能是我记错了书比我想的要厚很多，就是字有点小，不过挺实惠的，很满意！书非常好，正版的，非常值，快递也给力，必须给好评，就是感觉包装有点简陋啊哈哈~~~不过书很好，看了下内容也都很不错，快递也很给力，东西很好物流速度也很快，和照片描述的也一样，给个满分吧下次还会来买！好了，我现在来说说这本书的观感吧，这本书有些章节很变态。比如猪尾巴、便盆房、“失眠热”等等，但语言却很质朴，而且直接涉及到了每个人的日常生活，所以，它才有如此震撼人心的力量。很幸运能看到这么好的书，和我想的一样，这

是一本十分畅销也十分“另类”的书，虽然这本书我在网上已看过，但纸质的感觉还是无可替代的，很久没有看过关于籍了，前几天心里一直想着一本书就买了，自己也很细心的再看，希望对自己的重构设计有大的提升。细细研读，真的收获蛮多，里面有很多精髓可以去挖掘。

有时候觉得并不一定看很多的书，自己的水平就可以提升，真正提升自己的的是自己对技术的态度，很多时候学的不是技术，而是一种自己的思想，当自己连内在的思想也掌握不了，那就根本谈不上提升。

好了，我现在来说说这本书的观感吧，网络文学融入主流文学之难，在于文学批评家的缺席，在于衡量标准的混乱，很长一段时间，文学批评家对网络文学集体失语，直到最近一两年来，诸多活跃于文学批评领域的评论家，才开始着手建立网络文学的评价体系，很难得的是，他们迅速掌握了网络文学的魅力内核，并对网络文学给予了高度评价、寄予了很深的厚望。随着网络文学理论体系的建立，以及网络文学在创作水准上的不断提高，网络文学成为主流文学中的主流已是清晰可见的事情，下一届的“五个一工程奖”，我们期待看到更多网络文学作品的入选。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。京东商城图书频道提供丰富的图书产品,种类包括小说、文学、传记、艺术、少儿、经济、管理、生活等图书的网上销售,为您提供最佳的购书体验。网购上京东,省钱又放心!在网上购物,动辄就要十多元的运费,往往是令许多网购消费者和商家踌躇于网购及销售的成本。这是一个太摔的举动,支持京东。

给同事买的，同事说很好

京东的物流很给力，送货的速度还不错，商品的质量也可以接受，价格也能比较公道。

你,值得拥有!超低的价格,超好的质量,超高的品质,感谢京东

看到那么多人在怀念、追忆、为你的去世不能释怀，我只想说：真的要向你致敬的话，就是最起码要做到上面所说的这些；但我觉得第一条很难做到，其他的几条其实每个人都有选择能够做到的机会，只不过大部分人放弃了这些机会罢了。而第一条，我觉得，其实你也没有做到，“改变世界”这个词，在我的概念中，我所在的国家近百年来，只有两个人做到了，一个姓孙，一个姓毛。至于说你创建了苹果、成立皮克斯工作室，研制出了苹果电脑和iphone，我觉得这些都还不算改变世界——因为就算没有苹果，诺基亚和智能手机本身也会慢慢进化，只不过可能多花几年、几十年的时间，因为未来的趋势是不会变的，只是你看到未来，自己赶在他们前面，超过他们罢了。所以，我觉得“改变世界”是一件很难的事，历史上改变世界的人就那么几个，但我赞同你说的要“与众不同”，要去做很多人做不到的事——即使不能改变世界，但至少要做自己想做的事！

你英年早逝，却非碌碌一生，而是建树颇多，最终令众人欣赏，你此生做到了你说的那些，也应了无遗憾了。你离开这个世界之后，这个世界还在不断变化，这个时代很多人没有经历过的大萧条已经来临，然而危机与变革随时都仍存在。我相信，这个世界对追求创新，追求完美存有执着的人，依然还有很多，他们还会创新创造更多有趣的东西，给人们带来新奇和愉快的体验，因为你已经为很多人，树立了一个榜样：一个相信自己，坚持自己，一个与众不同的榜样前阵瞎忙，攒了一批书没能看，这两天偷闲，先把开复的自传看完。开复是个真诚的人，只有真诚的人的文字，才能让我作为睡前读物。读毕，新想法不多，但仍愿意付诸笔端，算是做个读书笔记吧。

本人对于名人自传的一贯态度谨慎，开复的也不例外。曾经只翻过几页《墨迹》（曾子墨自传）和《千里之行》（朗朗自传），便已让我不忍再睹。前者以自己不可复制的“聪明智慧”走出了一条大众不可触及的成功之路，还装淡然的写书告之大众；后者则夸

张的，用自己满是痛苦打骂的具有中国特色的音乐铸才之路，自我催眠，在终于杀初一条血路来之后，还要洗脑般的感谢这种教育方式为自己带来的益处。在我看来，这两种名人传记，除了能用版税让自己的腰包更加充实以外，不具有针对大众的引导意义，可怜多少年轻人和望子成龙的家长看着他们在大众媒体中的光鲜亮丽，纷纷掏钱买书，最后换来的是一个自己永远无法达到的梦境，还要慨叹：他们真牛阿。还好，开复不是这样。和书店的比较过了，应该是正版图书。价格可以，购买方便，送货上门，网购就是好，我一下买了好几本书。有你陪伴,真好!不错，很喜欢。买书还来京东，印刷很精美，正版书籍，价格有折扣惠，送货快，当你心情愉快时，读书能让你发现身边更多美好的事物，让你更加享受生活。读书是一种最美丽的享受。“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。”

发货特别快。服务也很好！

看了这本书，长了知识，好多不好的习惯要改掉

近几年来，台湾学界中生代学者的著作相继在大陆出版。2012年，王汎森的著作《傅斯年：中国近代历史与政治中的个体生命》引进，颇受大陆学界关注并逐渐为大众所熟悉。如果把胡适、傅斯年、郭廷以等算作第一代，余英时、许倬云算作第二代，那么王汎森等学者可算作台湾第三代学者。曾任“中研院”历史语言研究所所长，并在2010年升任“中研院”副院长的王汎森，可算是台湾人文学科的领导者，第三代学者的代表人物

胡适、傅斯年这一代虽然没有参加过晚清最后的科举，但他们是旧的“仕”到知识分子过渡期产生的人。他们不是以道自认，他们还要以天下自认。他们对于现实的参与很多，虽然严格说起来，他们也没有做过政府的官。胡适先生从他的日记和书信可以看出来，蒋介石其实到后期，一直很想用各种位置把他拉出来。但是傅斯年他们一直都在阻挡，认为应该坚决地推掉。

他们有很长一段时间其实是在北洋政府时代，“五四”时代是北洋政府党争的时候，那个环境和后来又不一样。这样的时代环境，不踏入你不可能去捍卫什么。你必须一脚踏进去，一脚在外面。他们是从“仕”到知识分子过渡的这一代人，他们和后面完全专业的读书人，知识分子不太一样。

另一方面讲，他们参与现实的政治非常多，不管是评论、建言等等，非常明显。在那个时代，他们对于自由民主有很高的信念，他们也是通过和政治相当大的互动，才可以去维护自由民主。所以他们对当时的国民政府基本上是既有关系，又要保持距离。

至于我的老师余英时、许倬云先生，已经完全是现代知识分子的时代了。他们频繁参与论政，尤其是许先生写了很多文章，余先生也写了不少，可是对于政治只有遥远的兴趣。我在猜，胡适、傅斯年先生那个时代如果情况不同，他们说不定也不会进入政府，从他们的信里面也可以看到。

我们这一代的情况跟他们又不一样，“自由民主”已经相当成熟了，好像已经是一个不正自名的东西。而且，这一代的知识分子基本上都是受西方的影响，已经慢慢形成了专门的学者。但是，我个人认为，适度对社会问题关心还是很有必要的事情。最近这些年，我觉得台湾因为受学术评价标准影响太大，人跟社会抽离开来。抽离开来，对学术发展有好处，很纯，很严谨，可是也应该对社会有所关心。

对于西方研究汉学，我们不要存在任何的偏见。他们的长处是在建构、理论、框架、比较的视野，以及说出某一个东西比较广的意义。西方在训练一个领域的时候，通常都有别的领域的辅助，比如说，你写中国题目可能要学英国史、法国史、日本史等等，在历

史之外，可能你还要有文学、人类学、社会学的背景。所以，它是以众学来治一学，就不会坐井观天，这和整个学术界的培养很有关系。另外，它常常不在这个文化的限制里面，有时候跳出来，确实可以看出我们在这里面看不到的东西。

当然，它有很大的缺点，对史料以及很多文化层级，不可能做到很深入。我觉得研究汉学，很重要一个部分，是要取之于各种学问的长处，要有比较和宽大的视野。内心中有这样一个前提写出来的，跟只是就这个而写出来的东西，实际上有不同。

当然，我也认为西方的汉学家和早期不太一样。早期的汉学大家，基本上比较站在欣赏的角度，我们来共享这个知识，感谢你来和我们一起共享古老文明的智慧。年轻一辈，更试着要接近欧美学术主流，把他研究的中国问题去附和那一部分。附和的好处，是可以做得很漂亮，坏处是这不是它原来的样子。

13年前，我们推“数位典藏国家型科技计划”时，这是全世界唯一的一个。它的极大作用，是学术资源的极大公共化。这个计划光数位典藏部分，就有将近400万件，包括资料、图片以及各式各样的东西。我们有一位研究上古史的学者，透过这个平台发现，原来有一件青铜器物的盖子在瑞典，器身在“中研院”。如果没有数位的方式，你要到仓库里面一个一个填单调出来，那是很困难的。

前几年莫拉克台风把一个原住民的村落毁掉了。这个村落在日本统治时期已经有相当毁坏。重建的时候，人们就认为要重建一个更像原来原住民味道的村落，生活中的每一个细节都要考察——耳坠、发式、手镯、衣服、屋子等。如果用旧的方法，就是要去台湾三个收藏原住民资料最多的地方去填单子，一个是历史博物馆，一个是中研院的民族学研究所，一个是台大的人类学系。现在不用了，输入“原住民”就可以找到相应的信息。

所以，它的作用是非常明显的。比如以前教你织传统的布，出一本书可能要180张图片，告诉你那个针要怎么弄，你还看不太懂，而现在，连录影带都典藏，你打出来就可以看到了。这些不但不用钱，而且学术知识公共化。

有很多学电脑的人认为，我有这个东西，一个礼拜可以帮你写一篇论文。而历史学家对这个看法不同，毕竟工具就是工具，不能取代人。所以为什么我尽量不去特别接触？因为还要有人没有喝醉酒，记得带大家回家。

帮朋友代购的，以前看过，说是不错

很好的书，理念重要，践行更重要。

东西不错，很好值得买

非常好，正版也便宜，网购确实给读者带来了方便。送货师傅态度也很好的，还来哦

一本书有一个故事，一个故事叙述一段人生，一段人生折射一个世界。“读万卷书，行万里路”说的正是这个道理。读诗使人高雅，读史使人明智。读每一本书都会有不同的收获。“悬梁刺股”、“萤窗映雪”，自古以来，勤奋读书，提升自我是每一个人的毕生追求。读书是一种最优雅的素质，能塑造人的精神，升华人的思想。

读书是一种充实人生的艺术。没有书的人生就像空心的竹子一样，空洞无物。书本是人生最大的财富。犹太人让孩子们亲吻涂有蜂蜜的书本，是为了让他们记住：书本是甜的，要让甜蜜充满人生就要读书。读书是一本人生最难得的存折，一点一滴地积累，你会

发现自己是世界上最富有的人。
读书是一种感悟人生的艺术。读杜甫的诗使人感悟人生的辛酸，读李白的诗使人领悟官场的腐败，读鲁迅的文章使人认清社会的黑暗，读巴金的文章使人感到未来的希望。每一本书都是一个朋友，教会我们如何去看待人生。读书是人生的一门最不缺少的功课，阅读书籍，感悟人生，助我们走好人生的每一步。
书是灯，读书照亮了前面的路；书是桥，读书接通了彼此的岸；书是帆，读书推动了人生的船。读书是一门人生的艺术，因为读书，人生才更精彩！
读书，是好事；读大量的书，更值得称赞。
读书是一种享受生活的艺术。五柳先生“好读书，不求甚解，每有会意，便欣然忘食”。当你枯燥烦闷，读书能使你心情愉悦；当你迷茫惆怅时，读书能平静你的心情，让你看清前路；当你心情愉快时，读书能让你发现身边更多美好的事物，让你更加享受生活。读书是一种最美丽的享受。“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。”
一位叫亚克敦的英国人，他的书斋里杂乱的堆满了各科各类的图书，而且每本书上都有着手迹。读到这里是不是有一种敬佩之意油然而升。因为“有了书，就象鸟儿有了翅膀”吗！
然而，我们很容易忽略的是：有好书并不一定能读好书。正如这位亚克敦，虽然他零碎地记住了不少知识，可当人家问他时，他总是七拉八扯说不清楚。这里的原因只有一个，那就是他不擅长于读书，而只会“依葫芦画瓢”。
朱熹说过：“读书之法，在循序渐进，熟读而精思。”
所谓“循序渐进”，就是学习、工作等按照一定的步骤逐渐深入或提高。也就是说我们并不要求书有几千甚至几万，根本的目的在于对自己的书要层层深入，点点掌握，关键在于把握自己的读书速度。至于“熟读”，顾名思义，就是要把自己看过的书在看，在看，看的滚瓜烂熟，能活学活用。而“精思”则是“循序渐进”，“熟读”的必然结果，也必然是读书的要诀。有了细致、精练的思索才能更高层次的理解书所要讲的道理！晕，老是在京东买书，送书的那小伙子都把我认熟了，家里有亲戚朋友也让我在京东买来着，呵呵，不错的购物地方啊！

感觉还行吧，不错的哦

别人推荐的，内容不错，给亲戚买的，学习下

好好阅读好好体会！大家都健康

期待对自己育儿有用，生活上有借鉴。

这本书值得看！送货速度快，服务好

正在好好学习中！ 值得深层次阅读！

非常满意 非常满意 非常满意

很喜欢很喜欢很喜欢很喜欢

[不生病的生活 \[病気にならない生き方:
ミラクル． エンザイムが寿命を決める\]](#) [下载链接1](#)

书评

[不生病的生活 \[病気にならない生き方:
ミラクル． エンザイムが寿命を決める\]](#) [下载链接1](#)