

<<自然健康之道>>

图书基本信息

书名：<<自然健康之道>>

13位ISBN编号：9787209043403

10位ISBN编号：7209043403

出版时间：2008-1

出版时间：山东人民

作者：崔海涛,等

页数：408

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<自然健康之道>>

### 内容概要

新世纪要有新的健康观，我们要介绍的就是一本全面介绍全新健康观的书籍。

《自然健康之道》内容包括：自然健康之道，心理情绪疗法，素食疗法，糙米、杂粮疗法、马铃薯生汁疗法、对症自然疗法、神奇的拍手疗法、防癌治癌新观念、蔡礼旭论自然疗法、自然医学问答、修身养性进德、因果与健康整体健康新论、整体健康新论。

<<自然健康之道>>

书籍目录

自然健康之道新世纪要有新健康观大道养生论人类健康的终极出路——自然养生保健健康来自和谐的平衡营养、运动和寿命长寿的因和缘容易早逝的十种人八类家族病号多心理情绪疗法养生之根——德与性心理养生四要素佛门医学追究“病”与“心”的关系药补不如食补，食补不如神补生气乃百病之源消极情绪导致6种恶果1小时盛怒相当于加班6小时调整心理情绪应对生活不顺、倒霉和烦恼五法素食疗法医学博士论“为什么我要素食”素食康寿之妙术纤维质的功能素食与美容素食减肥素食使你更聪明素食可健康长寿素食者增长慈悲素食可青春永驻美食苦身素食会营养不良吗素食可提高智慧台湾疗养医院营养部主任谈吃素食物的钻石组合让孩子健康茁壮的饮食习惯……糙米、杂粮疗法马铃薯生汁疗法对症自然疗法神奇的拍手疗法防癌治癌新观念蔡礼旭论自然健康自然医学问答修身养性进德因果与健康整体健康新论

## <<自然健康之道>>

### 章节摘录

自然健康之道：20世纪总体看起来，是一个科技的世纪，但是没有顾全到一些观点，致使人类和生态产生很大的扭曲。

回首百年的历史沧桑，人和环境都变得很沉重，展望未来，生存的契机跟生命的内涵，应该着眼在哪里？21世纪，各行各业、各个阶层、各个领域，都将注重一点，就是健康。

只有拥有健康，体认健康的真谛，其他的财富、地位、理想、抱负，才会变得有意义。

整个人类要追求真正的健康，地球也要让它真正健康起来，所以21世纪会是一个健康的世纪。

我想提出以下几个观点，让我们对平安与健康，有更广阔的了解和体会。

平衡观：21世纪的健康观念，第一个是平衡观。

身体会出毛病，是因为失去平衡；现在这个地球的生态环境出了问题，也是因为失去平衡。

所有的生命体，都应能自我协调，也能彼此协调。

不管是阴阳平衡、气血平衡、酸碱平衡、情绪平衡、或者形而上与形而下的平衡，在动态中依旧有所平衡，就会很稳定，不容易出问题。

整体观：东方文化是比较整体性的，西方则是比较显微性、机械性、实证性的，其实两者可以有很多的补强作用。

但现在不管是东方或西方的教育，都受到19、20世纪以来科技文明强力的影响，几乎都失去了整体观，总是朝着很枝微末节、很狭小的范围去研究。

如今弊端日益显露，渐渐有一些西方人士，开始回过头来学习东方的文化，以东方哲学的思考，开创新的人生领域。

<<自然健康之道>>

编辑推荐

《自然健康之道》：健康来自和谐的平衡，一切疾病由心所造，最高层次的治病方法——调心。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>