

<<影响一生的新饮食观>>

图书基本信息

书名：<<影响一生的新饮食观>>

13位ISBN编号：9787213028342

10位ISBN编号：7213028340

出版时间：2004-8-1

出版时间：第1版(2004年1月1日)

作者：梅襄阳

页数：206

字数：109000

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>

## <<影响一生的新饮食观>>

### 内容概要

本书产生了三个很好的作用：一、在防癌长链进入新人类智慧医学讲座之际，为营养医学讲座留下一个文字记纱；二、让更多的朋友与志工团结缘；三、将有更多的文字记录把志工团的见闻体验与众共享。

我们从饮食的真相谈到医疗的零点相，无非是想让更多的华人同胞，能在这个特定的时间里，透过觉知、觉察、觉醒的方式，达到健康的七项标准：一、充满活协；二、极佳的食欲；三、如品质的睡眠；四、记忆力佳；五、远离愤怒；六、充满喜悦；七、对周遭表现关爱。

本书揭示得病真相，公开饮食大误区，启动生命康复力，迈向健康大道。

本书用深入浅出的叙述方式，教导大众健康饮食的观念，让大家能以轻松阅读的方式，获得健康之体魄。

## <<影响一生的新饮食观>>

### 书籍目录

自序 做一健康觉醒者推荐序 学习和癌症的和平相处 欲得长生，肠中常清 防癌善念无远弗届 感谢的内心话 好好爱你自己真实见证 体会美丽的人生 正确观念，救人一命 全家的福气 摆脱病魔非梦事第一篇 得病的真相 第一章 为什么会这样？  
第二章 癌症铁三角 第三章 饮食结构金字塔第二篇 饮食陷阱大公开 第一章 影响健康的四大因素之一 第二章 油脂与肉最危险 第三章 健康的隐形杀手——黏液 第四章 医界高估了蛋白质的优点 第五章 牛奶是补还是毒 第六章 骨质疏松症的真正原因第三篇 毒素就在你身边 第一章 可怕的毒素 第二章 清除肠道垃圾的重要性 第三章 农药残留的动物还是植物上 第四章 动物甘愿成为人类的食物吗 第五章 生活中的致癌物质第四篇 共筑一道防癌长链 第一章 癌也瘤的意义 第二章 一位医师的改变 第三章 改变从知识开始 第四章 自己是最好的医生 第五章 共筑一道防癌长链 第六章 八周完全健康计划 第七章 回归自然健康饮食法

<<影响一生的新饮食观>>

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>