

<<新草本主义1>>

图书基本信息

书名：<<新草本主义1>>

13位ISBN编号：9787505717169

10位ISBN编号：7505717162

出版时间：2001-7

出版时间：中国友谊出版公司

作者：王莉民

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>

## <<新草本主义1>>

### 前言

在一个夏日庸懒的午后，座落安和路上的咖啡屋中，除了满室浓醇的咖啡香及四处流动的轻柔音乐外，就是爽朗的笑语。

话题是什么样的女人才算是新时代美女？

不经意间，《诗经·周南》的诗句蹦出，让空间变得有些文艺、有些古典……仿佛桃花美人轻舞在眼前。

笑谈里，历史洪流在岁月的长河中翻滚，朝代的兴衰、英雄人物的浮沉……及倾国倾城的美人穿插其间，为生硬、无奈增添些许柔情和扣人心弦的浪漫。

## <<新草本主义1>>

### 内容概要

《新草本主义:做个e时代的桃花美人》内容简介：“新草本主义”是中国人数千年的养颜智慧，是最健康的美丽秘籍。

你再也不必迷信名牌化妆品。

更不用花大把的钞票去塑身订做美丽人生！

美丽必须浑然天成。

内外兼顾的你，会散发出迷人自信的光彩。

让你时时好肌肤、天天好心情。

<<新草本主义1>>

作者简介

作者：（中国台湾）王莉民王莉民，养身食疗、药膳专家、专栏作家、酿酒专家、“大乃宝”“桃花娇面”研发者。

曾在诸多报纸杂志都有其专栏。

著有《喝自己酿的酒I、 》《酱气十足》、《吃自己做的菜》、《养身菜市场》、《四季养身粥》、《野是好菜》、《男人像狗又像猫》、《做个e时代的桃花美人》等多部畅销作品。

书籍目录

序前言第1章 不爱江山爱美人第2章 e时代的桃花美人第3章 爱美五千年第4章 有效护肤须由内而外第5章 吃出健康美丽第6章 时间时间时间，还是时间——色与熊掌的抉择第7章 天然的养颜材料第8章 按摩出美丽第9章 洗出美丽第10章 养颜食谱

章节摘录

插图：虽说容颜肌肤衰退与身体虚损有密切关系，不能盲目进补，因每个人体质差异大，虚损性质都不同，须辨清身体虚损后选药，才能真正收到内调促外美之效，若盲目进补，非但得不到补虚助颜之效，反会促其损容。

人来自大自然，寻求健康美容之道也应回归于大自然才是有效的方法，中药药材取材大自然，古有“医食同源，食养为先”之说，对身体调养可通过了解自己身体特性，规划适合自己需求的“饮食”组合，就可轻松达到目的——不但有吃的享受，更可以养生补虚，经常食用还有驻颜美容之功效。中国药膳沿用数千年，至今仍为人们所推崇喜爱，可见其食用及药用价值。

<<新草本主义1>>

编辑推荐

《新草本主义:做个e时代的桃花美人》：从内在散发出来的，才是真正永久的美丽！  
如果内在失调，只靠外在的涂涂抹抹，美丽就像失根玫瑰一般，再多的装饰，也仅是短暂的美丽！  
每个人的肌肤充分反映出体内的状况，想要拥有晶莹剔透、白里透红、细如凝脂的娇嫩肌肤，必须从体内调养做起若要彻底调养体质、滋养生理机能、活化气血、促进循环代谢、充分补充肌肤所需的养分，请读《新草本主义:做个e时代的桃花美人》提供的健康草本养颜秘籍。

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>