

<<健康秘诀>>

图书基本信息

书名：<<健康秘诀>>

13位ISBN编号：9787537737555

10位ISBN编号：753773755X

出版时间：1970-1

出版时间：山西科学技术出版社

作者：卢世英

页数：213

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>

<<健康秘诀>>

内容概要

现代意义上的“国学”一词，是中国学术界，面对晚清以来西学东渐的大形势，为了与“西学”相对应而逐渐形成的概念。

国学，就是“国故学”，据章太炎、胡适等学者研究，国故，“即中国过去的历史、文化史，包括一切”。

研究这一切过去的历史文化的学问，就是“国故学省称为、国学”。

《健康秘诀》是一本双版印刷保健类读物。

一版为竖排繁体字版，二版为横排简体字版。

两版合体，文化性、知识性显得更强。

《健康秘诀》主要介绍了健康秘诀，包括：却病延年之要义，延年法，返老还童法，除浊气法，除痰法，炼气法，活动四肢法等。

<<健康秘诀>>

书籍目录

却病延年之要义人生得病之原因及去病之理由延年法返老还童法除浊气法除痰法活动四肢法炼气法副八段法正八段法健步法二人交互运动法深呼吸法补命门火法静养法睡眠法饮食起居卫生法卧室床帐卫生法化阴气法求子得子法注意遗传性法胎教法致富要法救国良法出世法生老病死苦之原理人生最后之希望

<<健康秘诀>>

章节摘录

人生得病之原因及去病之理由 人生之病有二：心病与身病是也。
心病不外贪嗔痴爱及一切情欲所牵扰，身病则由内伤外感而来。
心病治法，详于《人生最后之希望》篇内，兹不赘述。
今第言身病治法：人每日所处地位，如空气不洁，即为致病之第一原因；饮食不合卫生，为第二原因；遇风寒暑湿外感之来，不知避忌，及劳动过甚，不知节省精神，为第三原因。
此三种病原，皆非天灾流行，亦非命运所致，其所受者，悉由自取耳。
治人之病，犹贼入室，捕而送之官厅惩治；防病未然，如修理门墙，使贼无自而入。
盖人身体亦如机器也，近代物质文明，无论何种机器，莫不利用夫汽，而汽之本源为水，水之成汽，则需乎火，是以水火既济，功用乃见。
机器如此，人之身体，亦何独不然？
是以吾人命门火足，则饮食易于消化，精神亦即健康。
……

<<健康秘诀>>

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>