

生活·家系列 女中医写给全家人的《黄帝内经》养生智慧书



作者：王芳芳著

出版社：北京：新世界出版社

出版日期：2016.08

总页数：307

介绍：《黄帝内经》是一部旷世奇书，是中国人的生命哲学之“宗”，养生“圣经”。本书是中医女博士对《黄帝内经》养生智慧的温情解读，内容贴近现代人的日常生活，囊括饮食、运动、体质、经络、四季、二十四时辰、情志、生态、孕产等多个方面，通俗易懂，全家适用。“养生”就是长养生命，在未病时候就应该养，等病了再养已失先机。本书作者以父母慈心治疗患者，以子女孝心普及养生知识，在书中列举了大量生活实例，微言大义，愿以己及人，帮助天下更多的家庭！

说明：登录教客网 (<https://www.jiaokey.com/book/detail/14277044.html>) 查找全本阅读方式

生活·家系列 女中医写给全家人的《黄帝内经》养生智慧书 评论地址：

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14277044.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14277044.html>

书名：生活·家系列 女中医写给全家人的《黄帝内经》养生智慧书