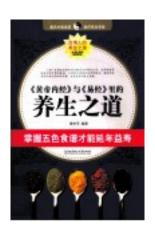
《黄帝内经》与《易经》里的养生之道



作者: 黄中平编著

出版社:北京:北京理工大学出版社

出版日期: 2010.03

总页数: 186

介绍:本书参照《黄帝内经》和《易经》等古文典籍,以深入浅出的文字,将先贤的养生哲学呈现在读者的前面,并以切实可行的科学方法,为人们提供日常的饮食参考。作者从人体五脏的相生相克到一年四季不同的饮食宜忌,用浅显的语言将太极图中阴阳的此消彼长应用于饮食,进而实现养生保健和延年益寿的美好愿景。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/12742279.html) 查找全本阅读方式

《黄帝内经》与《易经》里的养生之道 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detai1/12742279.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/12742279.html

书名:《黄帝内经》与《易经》里的养生之道