

<<健康谚语新释>>

图书基本信息

书名：<<健康谚语新释>>

13位ISBN编号：9787801698162

10位ISBN编号：7801698169

出版时间：2006-1

出版时间：中国时代经济出版社

作者：高山英

页数：201

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>

<<健康谚语新释>>

内容概要

健康长寿一直是人们的梦想。

在社会的发展过程中，人们意识到健康是最大的财富，与民族的生存力、竞争力和创造力紧密相连，与国家的经济发展与文明进步休戚相关。

在当今世界，健康的概念已不再是不得病，活得长，而是让生理、心理、社会适应能力和道德处于一种完美状态。

为实现这一美好的目标，我们将多年来从报纸杂志中积累的300余条养生谚语推荐给大家，希望为各种年龄段的朋友登上健康快车助一臂之力。

谚语是民间创作并在口头上广为流传的一种简练、通俗而富有哲理的定型化语句，是劳动人民生活、生产及社会经验的总结，它包括格言、俗语。

养生谚语是其中的一个重要组成部分，是人民群众几千年来在防治疾病及维护身体健康方面智慧的结晶，并且它幽默生动、精炼贴切、好读易记、便于实施。

本书在介绍这些谚语的同时，从传统及现代医学的角度进行了通俗翔实的解释，将其中过时及错误的内容进行了扬弃，让人读后能够了解祖国的养生传统，增长防病治病的基本知识，从而促进健康长寿。

。

<<健康谚语新释>>

书籍目录

一、心理健康 养生先养德 以和养生 食补不如神补 得神者昌 失神者亡 情贵淡 气贵和 情极百病生 情舒百病除 匆忙的人先抵达坟墓 难得糊涂 宠辱不惊 随遇而安 境由心造 病打心上起 退一步海阔天空 宽容者寿 心宽出少年 心宽不在屋宽 少欲多施 知足是福 知足常乐 一乐解千愁 开怀一笑祛百病 说说笑笑通通七窍 一个丑角进城 胜过一打医生 心乐为良药 神伤致骨枯 常藏童心 常捉童趣 百病生于气 恼一恼 老一老 不气不愁 活到白头 忍泣者易衰 忍忧者易伤 不要为打翻的牛奶哭泣 有气不要忍 有钱不要省 有福不要等 不怕人老 就怕心老 大吼大叫消百愁 男儿有泪不轻弹 喜怒不形于色 乐极生悲 大怒伤肝 人生四十百事忧二、防病治病 健康是福 无病是乐 上医治未病 养病如养虎 治病必求于本 人体自有大药在 勿药而痊 养生贵在养心 血不适则百病生 人老髓先老 口干舌躁 疾病征兆 俗哭无泪 心脏保健齿为先 清晨叩齿三十六 到老牙齿不会松 营养大脑 不怕衰老 良药苦口利于病 小小方子治大病三、良好习惯四、膳食保健五、果蔬养生六、对症用药七、其他

媒体关注与评论

健康是你的最大财富，本书助你一臂之力，登上健康快车。

<<健康谚语新释>>

编辑推荐

该书集结了我国几千年来在防治疾病及维护身体健康方面的养生谚语。它们幽默生动、精炼贴切、好读易记、便于实施。本书在介绍这些谚语的同时，又从传统及现代医学的角度进行了通俗翔实的解释，将其中过时及错误的内容进行了扬弃，让人读后能够了解祖国的养生传统，增长防病治病的基本知识，从而促进健康长寿。

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>