

《重新认识身体》

图书基本信息

《重新认识身体》

内容概要

《重新认识身体》

作者简介

《重新认识身体》

书籍目录

- 推荐序 人是缩小的地球/ 朱慧芳 /001
- 序 启程 /003
- 引言 走出诊间，向农夫取经 /007
- 第一章 向土地学习，重新找回身体的活力 /023
金禧生机互动农场（华盛顿州康乃馨市）
- 第二章 教养野牛风，孩子体质强 /061
晃马牧场（密苏里州诺伍德镇）
- 第三章 向鸡蛋农场借鉴，聪明管理生活压力 /101
核心地和阿肯色鸡蛋农场（阿肯色州桑莫斯）
- 第四章 葡萄园虫害治理法，癌症治疗的新启发 /135
书记酒庄（加州索诺玛）
- 第五章 从城市菜园开始，改变社区与健康 /163
城市农园绿色之家（纽约市布朗克斯）
- 第六章 香氛草本农夫的永续美丽之秘 /195
晨雾农场（华盛顿州弗鲁特蓝）
- 结语 五个惊叹号，一个建议 /227
- 特别收录 与米勒医生的对谈/ 唐勤 /233

《重新认识身体》

精彩短评

1、“医院能治病，却不能救命”，这句来自民间的说法，正越来越多的被人们所认知。

而在哈佛大学医学博士、加州大学医学教授米勒女士的笔下，更科学的解释是：现代医学在解决单一问题盖过其它问题时（如脚趾甲倒长、尿道感染、阑尾炎等），往往很有效；但更多时候，更多疾病（如糖尿病、心脏病、抑郁症等）的致病原因却是多因子、长期性、且不断变化的，人们的健康需求也往往更加复杂。

采用一个静态而高度专注的手段，就好像虽聚焦到了拼图一角，却忽略了它牵一发而动全身的整体全貌，往往并不容易真正凑效。

如此，便不难理解，为何诸如皮肤过敏、肠胃胀气、哮喘、抑郁，甚至包括癌症、早衰、免疫力低下等疑难杂症，人们往往反复问医，却也往往久治不愈。

在《重新认识身体》一书里，米勒医师试着向农场、向大自然、向原生态，问询一种更加尊重生

2、新颖的理念：像管理农场一样，管理自己的身体。散文式的笔体，非常有趣。

3、重新认识身体，重新认识自己。

4、里面有很多有趣的小例子

5、里面有关芭比布朗的描述让我对这个产品有了新的期待，谢谢海南社出的这本书。

6、好喜欢书里的插画，手帐风格，看起来萌萌哒。

7、外国人写的书就是有趣

8、自然疗法的一种探索，在农业和医学之间搭建一座桥梁。行文思路比较清晰。

9、清新实用

10、越老的女人，越美丽。赞同！

11、里面有几个小故事，是那种让你生活的更美好的小故事。

12、这是一本很实用的散文

《重新认识身体》

精彩书评

《重新认识身体》

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：www.tushu111.com