

<<解读虹膜>>

图书基本信息

书名：<<解读虹膜>>

13位ISBN编号：9787508608921

10位ISBN编号：7508608925

出版时间：2007-6

出版时间：中信

作者：江帆，江宁编著

页数：173

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>

## <<解读虹膜>>

### 内容概要

健康来自自身，健康是属于每个人的。

在《解读虹膜：看得见的亚健康》中，你将看到一种检查并早期发现身体问题的神奇方法——虹膜健康检测。

通过7天的阅读，你将逐步认识虹膜学，了解虹膜现象与相关身体现象，掌握如何准确观察虹膜，学习身体健康调整的秘诀，知晓虹膜的变化与身体的转变之间的关系。

了解了这些，你就会懂得该如何正确地对待自己的身体。

这一方法直观而有效，我们每个人通过简单的学习都能够轻松掌握。

拥抱健康，首先要拥有健康的生活方式，《解读虹膜：看得见的亚健康》有益的启示将会让越来越多的人从此拥有真正的健康。

从现在开始，掌握人体健康调整的秘密，做自己的保健医生。

## <<解读虹膜>>

### 作者简介

江帆，1970年生人，大学学历，1994年参加工作，曾从事建筑电气设计、电台编辑、电脑讲师等工作。

有创建计算机公司、网络公司等经历。

自2002年起从进入健康行业，专业研究和从事虹膜学推广、教学工作至今。

江宁，女，26岁，北大法学院96级本科，2000年法律和经济双学士毕业。

2003年北大法学院硕士毕业后，一直从事自由职业。

2006年3月被《中国新闻周刊》的采访称为绿领生活的代表。

喜爱旅游和写作，喜欢交朋友，向往自由的天空，释放自己的心灵。

曾做校刊记者，和北大法律信息网编辑，2001年出版《甘肃之旅》（旅游教育出版社）。

## <<解读虹膜>>

### 书籍目录

序一 写在前面的话  
序二 做自己的医生  
引言 发现眼睛的秘密  
第一天 简论虹膜学  
第二天 初步认识虹膜  
第三天 虹膜与相关身体现象  
第四天 准确观察虹膜现象  
第五天 虹膜与身体健康调整  
第六天 虹膜的变化与身体的转变  
第七天 虹膜学的未来  
结语 健康大门为你开启

<<解读虹膜>>

章节摘录

插图

## <<解读虹膜>>

### 媒体关注与评论

《解读虹膜 - 看得见的亚健康》 随着温饱问题的解决，越来越多的中国人开始注重自身的营养与保健，与营养知识有关的书籍也受到人们的广泛关注。

去年中国图书市场上的黑马，几乎都是营养类书籍。

今年的营养图书里有一本非常特别的书，叫做《解读虹膜——看得见的亚健康》。

说这本书特别，一是这是以出版财经类图书闻名的中信出版社，推出的第一本营养保健类的图书，这一点更加说明了营养类书籍在图书市场上的吸引力，使得一向传统和严谨的中信也欲进入来分一杯羹。

二是，这本书与其他的营养保健类图书实在有非常大的区别。

这本书既不是

## &lt;&lt;解读虹膜&gt;&gt;

## 编辑推荐

随时随地掌握身体状况，告别亚健康状况，就从检视你的眼睛开始…… 要重新建立一个已被破坏的身体是很困难的，而若只是要维持一个健康的身体，则很容易。

对于疾病，预防大于治疗，如果能够早点关注健康，就可以有效地预防疾病的发生，对健康的关注会带来健康的结果。

丝绸般的虹膜、细布般的虹膜、棉布般的虹膜、粗布般的虹膜、细麻般的虹膜、粗麻般的虹膜——不同的虹膜密度反映我们身体的不同状况。

虹膜诊断有利于发现疾病的起源，并且能够针对疾病的原因，而不是依据疾病的结果加以治疗。如果配合其他诊断会对我们有更多的帮助。

江帆和江宁所著的《解读虹膜——看得见的亚健康》是一本很有意思的书，试图让起源于西方的虹膜学向中国医学靠拢，是西方实证医学中医化的一个有益的尝试。

尽管本书还有些稚嫩，但至少为以整体化思维见长的中国医学提供了一种微观的验证方式，有利于中医学知识的累积和普及。

毕竟，实现中国医学的复兴，需要一个从量变到质变的过程，需要更多的热爱中国医学、热爱中华文化的有识之士和普通民众参与到这个进程之中。

——刘荷中（军事医学科学院基础医学研究所博士，留法博士后） 本书作者数年来虹膜检测的心得出版，实在是值得庆贺的一件事。

从我学习中医学多年的思维来看，虹膜检测的思维方式和中医学的整体观以及察外揣内的思维方式相一致，从我对传统文化和中医学的深厚感情来说，本书作者在虹膜检测中所做的相对严谨的数据收集工作让人感到敬佩；从理性的立场看，“他山之石，可以攻玉”，如果希望了解自己身体的状况，并多一个认识身体的思路和视角，那么真该好好看看这本书。

——罗浩（北京中医药大学硕士，北京科学技术出版社中医编辑） 健康来自自身，健康是属于每个人的。

在本书中，你将看到一种检查并早期发现身体问题的神奇方法——虹膜健康检测。

通过7天的阅读，你将逐步认识虹膜学，了解虹膜现象与相关身体现象，掌握如何准确观察虹膜，学习身体健康调整的秘诀，知晓虹膜的变化与身体的转变之间的关系。

了解了这些，你就会懂得该如何正确地对待自己的身体。

这一方法直观而有效，我们每个人通过简单的学习都能够轻松掌握。

拥抱健康，首先要拥有健康的生活方式，书中有益的启示将会让越来越多的人从此拥有真正的健康。

从现在开始，掌握人体健康调整的秘密，做自己的保健医生。

<<解读虹膜>>

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>