

<<杨力讲环境养生>>

图书基本信息

书名：<<杨力讲环境养生>>

13位ISBN编号：9787547009628

10位ISBN编号：754700962X

出版时间：2010-11

出版公司：万卷出版公司

作者：杨力

页数：238

字数：200000

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>

<<杨力讲环境养生>>

前言

人从何而来？

《易经》认为来源于宇宙运动产生的氤氲之气。

《黄帝内经》也说：“天地合气，命之日人。

”可见生命与天地息息相关，因为人是一个小宇宙，天地是一个大宇宙，这就是《易经》强调的“天人合一”，也是环境养生的核心理念。

环境养生有着博大的内涵，自古以来，中国人就很重视，并总结出了许多宝贵经验。

其中风水学就是环境养生的奇葩。

所谓风水，气行即风，有山必有水，风水看重的是天地人间的气场，风水学就是强调怎样选择良性气场，如何规避恶性气场，从而让人与天地更和谐，更美好，这就是风水学的精华所在。

所以讲环境养生当然不能没有风水的内容。

东方环境养生有三大理念：第一是天人合一，第二是阴阳平衡，第三是良性气场，结合起来就是一句话，人生活在天地之中，要做到天时地宜人和，就必须选择一个阴阳平衡的良性气场，这是天人合一的最高境界。

因为阴阳平衡，才能健康一生。

这个阴阳平衡就是人与天地的阴阳平衡，这就说明了养生不仅要养好人体的内环境，更要养好外环境，只有内外环境相结合，才能达到天地人的最佳平衡，也才能健康长寿，这就是环境养生的重大意义。

最后，祝愿天下苍生皆健康快乐，尽享天年。

<<杨力讲环境养生>>

内容概要

在《杨力讲环境养生》中，杨力教授引导大家利用科学的《易经》养生智慧来打造最佳的、最适合自己的工作、休养生息的场所。

环境养生，是将《易经》养生与现代的科学造园学、建筑理论学、人文景观学等等相结合，让人们了解自然环境，顺应自然，有节制地利用和改造自然，创造良好的居住与生存环境，赢得最佳的天时地利与人和，达到天人合一的至善人居境界。

好身体、好运气都来自好环境，本书轻松教会读者如何打造绝佳的人体健康气场，如何利用环境平衡人体阴阳与五行，如何选择适合养生的居住环境，如何打造适宜养生的室内布局，如何选择天地人和的办公环境等。

本书是最值得拥有的《易经》环境养生宝典！

<<杨力讲环境养生>>

作者简介

杨力，国学大家、中国首席中医养生专家、中国中医科学院研究生院《易经》《黄帝内经》主讲教授、北京《周易》研究会会长、中医养生畅销书作家、CCTV《百家讲坛》主讲、山东电视台《养生》栏目主讲。

1946年出生于书香世家，自幼熟读诗书，12岁即开始研读《易经》，

<<杨力讲环境养生>>

书籍目录

第一讲 天人合一与环境养生 环境养生是一门古老的科学 环境养生的起源——《易经》 环境养生的主导思想——天人合一 环境养生的理论基础——阴阳平衡 古今名人与风水养生 环境养生中常用风水术语释义第二讲 气与环境养生 人体乃是由气氤氲而成的 人活一口气——气与养生 环境养生首要关注气场 环境中气场不佳对人体的危害 如何打造气场绝佳的“风水宝地”第三讲 阴阳平衡与环境养生 中医阴阳平衡理论强调的是平衡第四讲 五行与环境养生第五讲 居住环境的“风水”与养生第六讲 居室环境与养生第七讲 办公室环境与养生第八讲 “好风水”的大环境养生课后展望：融入天地，感悟自然附录：环境养生精典术语、口诀集锦

<<杨力讲环境养生>>

章节摘录

插图：可是前些日子这位朋友的朋友忽然给我打电话，跟我诉了一肚子的苦水。他说生意做得非常好，干了两三年，就有了上千万的资产，所以他就考虑着买套别墅。别墅位于该市一条江边，且他的别墅就在江上高架桥下。当时购买这处别墅时，他是很满意的，可以观江上风景，且房屋三层，可以商住两用，不用再租办公室了，并且驱车出小区门就能上高架桥，交通非常便利。可是就在他一家和他的公司搬进这房子不到三个月，他本来很健康的老母亲却因为出外遛弯，回来时就在小区门口被一辆直冲过来的小汽车撞死了。一家人为老太太办了后事，伤心劲儿还未过，公司的业务又出现了问题，赔了近百万。2007年南方下大雪，小区的部分电路短路，引发火灾，他的家和他的公司又没能逃脱，一把火把多年来的积蓄化为灰烬。总之，很多倒霉事都让他赶上了。最后，他前思后想，觉得自己这套别墅不对劲。后来近300万元买的房子，不到200万元就卖了。我听后，对于这个人的遭遇感叹不止。除了安慰，除了鼓励他重新站起来，对于过往的不幸，我真的不知道如何让他释怀。说到这儿，我想大家可能在生活中也见到过一些类似的事情，比如有的人欢欢喜喜搬了新居后却老出现腰酸腿疼、病魔缠身的情况；有的公司本来生意兴隆，如日中天，可是换了个办公室就突然一蹶不振；还有的家庭本来挺和睦，但却因为家庭重新换了一下装修风格，却夫妻反目，纠纷不断等。这些，可能在你看来也许觉得是“天意”，但事实不一定。我在前面讲过气场的问题，也给大家例举了金鱼和花草“挪窝”后就会出现程度不同的旺、衰、荣、枯、死的现象。这说明，人在气场中生，受气场的作用，也会出现或福或祸，或健康或不健康等情况。

<<杨力讲环境养生>>

编辑推荐

《杨力讲环境养生》轻松教会你：如何打造绝佳的人体健康气场，如何利用环境平衡阴阳与五行，如何选择适合养生的居住环境，如何打造适宜养生的室内布局，如何选择天地人和的办公环境。

杨力，国学大家、中国首席中医养生专家北京《周易》研究会会长、中医养生畅销书作家CCTV《百家讲坛》主讲、山东电视台《养生》栏目主讲风水养生千古绝学让你直达养生的最高境界，助你实现人体小宇宙和自然大宇宙和自然大宇宙的天人合一。

<<杨力讲环境养生>>

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>