

《养生佳话》

图书基本信息

书名：《养生佳话》

13位ISBN编号：9787801211132

10位ISBN编号：7801211138

出版时间：1998-10

页数：242

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《养生佳话》

内容概要

本书编录的百多例养生秘诀，虽是各持己见，互有侧重，但我们可以从中悟出具有共性的普通规律，取其适用于自己的那一部分，再辅之以现代医药卫生的预防保健措施，就会取得事半功倍的效果。同时，此书也可说是一部古今中外名人轶事录，它寓人生价值观、处世哲学、生活态度、工作作风等于故事情节中，闲时信手翻阅，会使你回味无穷，取得精神文化生活的乐趣和满足。这就是我们编写本书的意愿。谨将本书献给中老年朋友，“莫道桑榆晚，红霞尚满天”。从现在起讲点养生之道，争取健康长寿，还来得及，所谓“亡羊补牢，未为迟也”。

《养生佳话》

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