

<<中外100名人养生之道>>

图书基本信息

书名：<<中外100名人养生之道>>

13位ISBN编号：9787801397973

10位ISBN编号：7801397975

出版时间：2002-1-1

出版时间：中国人事出版社

作者：李春光

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>

## <<中外100名人养生之道>>

### 内容概要

本书从史籍、野史、传记和笔记中选择了中外100位名人的养生理论和实践，并按其出生年代先后为序，各自成篇，汇篇成册，以敬献中老年朋友们参阅。

当然，由于时代背景和社会制度不同，他们中不少做法并不都适合我们当前的实际情况。

但遵照“古为今用，洋为中用”的方针，“取其精华，去其糟粕”，则还似有一定的参考价值，但愿能对大家有所裨益。

<<中外100名人养生之道>>

书籍目录

中国部分

- 一 长生不老人称“仙”      彭祖养生之道
- 二 养生之道法自然      老子养生之道
- 三 万世师表善养生      孔子养生之道
- 四 亚圣仁爱尽天年      孟子养生之道
- 五 虽薄名利却扬名      庄子养生之道
- 六 擅长养生命却短      吕不韦养生之道
- 七 执迷不悟身先死      秦始皇养生之道
- 八 师承孔孟开新篇      董仲舒养生之道
- 九 迷途知返享高寿      汉武帝养生之道
- 十 科学养生重保健      王充养生之道
- 十一 神医擅养惜被害      华佗养生之道

.....

外国部分

附录      参考书目

后记

<<中外100名人养生之道>>

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>