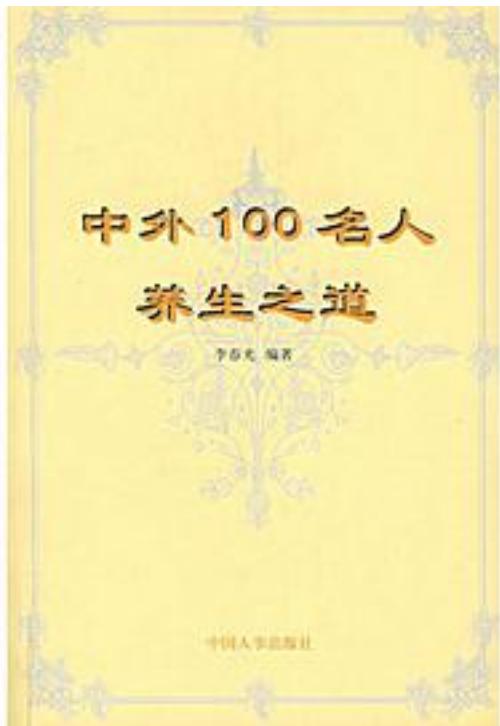


中外100名人养生之道



[中外100名人养生之道 下载链接1](#)

著者:李春光

出版者:中国人事出版社

出版时间:2002-1-1

装帧:精装(无盘)

isbn:9787801397973

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。

作者介绍:

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
- • • • • (收起)

[中外100名人养生之道](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[中外100名人养生之道](#) [下载链接1](#)

书评

[中外100名人养生之道](#) [下载链接1](#)