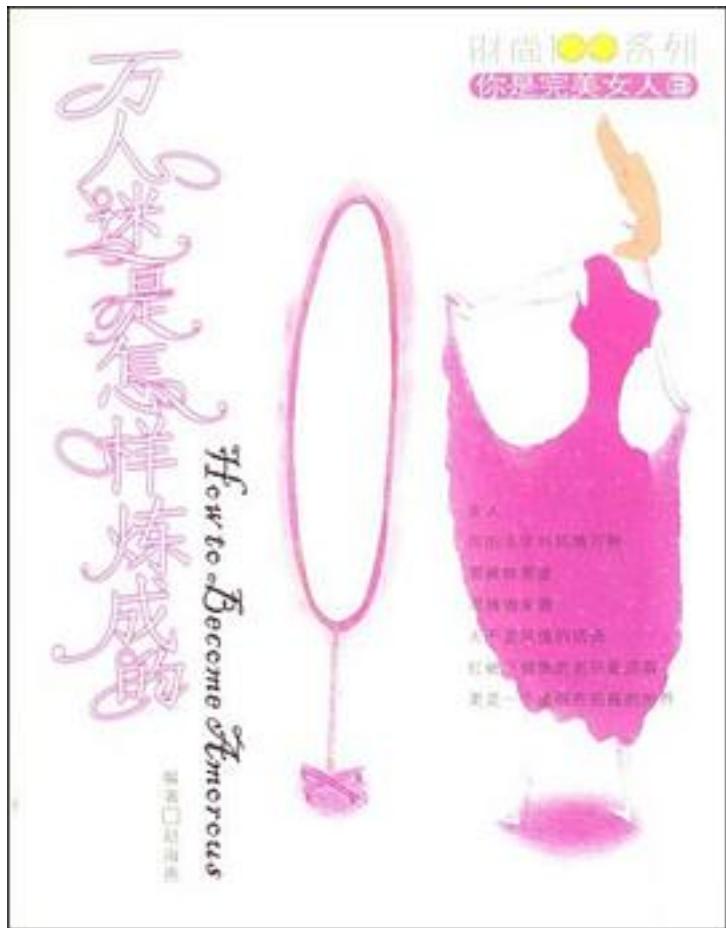


将瘦身进行到底



[将瘦身进行到底 下载链接1](#)

著者:吴志虎

出版者:湖南人民

出版时间:2004-5

装帧:

isbn:9787543835849

盲目,跟风,三心二意都是瘦身大忌。按《将瘦身进行到底》的要求去做吧,选择一种适合自己的方式,行动,将瘦身进行到底。生命中的奇迹有很多,失而复得的窈窕身姿是其中之一。没有经历过从苗条到臃肿,再臃肿变苗条的女人,是无法体会那种劫后

余生般的感觉的。我们生活的时代，是一个快节奏的时代，飞逝的时光每天都在催促我们，快一些，再快一些！我们的每个闪念，我们所做的每一件事，甚至我们使用和消费的每一件产品，我们都为它们贴上了快的标签。我们期望尽快达到目的！我们期待更快更好的效果！我们希望奇迹每天都会发生！快一些，再快一些！粗明的商家不断地制造时尚，不断地创造着速成的梦想，极富煽动力的广告直指人心，将我们的性子撩拨得更加火辣辣，把我们的思维和行动改造成了最快捷的反应机器。只要有什么东西可以帮助我们立刻达到目的，我们都会毫不犹豫地一掷千金。瘦身更是如此！我们不断地为瘦身产品、瘦身器械、瘦身手术买单，只要它承诺可以改变我们的形象工程，我们就像涉世未深的追星族，不断地追逐所谓的地速成方法，不断地追逐那些虚无缥缈的瘦身承诺。我们在错误的瘦身方法上浪费了无数的时间！我们在无效的减肥药械上浪费了无数的金钱！我们的思想已经不具备免疫力，我们抵挡不了无处不在的广告蛊惑，我们希望几颗药丸或者某种神奇方法，可以让我们轻易重塑我们的身体。我们不想信出努力就想收获。但我们瘦下来的却只有钱袋！奇迹每天都在发生！但奇迹与节食无关，奇迹与药械无关，奇迹与我们无关。奇迹发生在那些运用正确方法的人身上，奇迹发生在那些坚持不懈的人身上，奇迹就是科学运动加上合理均衡的饮食。奇迹每天都在发生，也许下一个就是你！

作者介绍:

目录:

[将瘦身进行到底 下载链接1](#)

标签

生活在别处

评论

[将瘦身进行到底 下载链接1](#)

书评

[将瘦身进行到底 下载链接1](#)