

童心.龟欲.蚁食.猴行



[童心.龟欲.蚁食.猴行_下载链接1](#)

著者:干祖望

出版者:

出版时间:2012-7

装帧:

isbn:9787534591983

《童心·龟欲·蚁食·猴行-百岁儒医干祖望的养生精华》，本书内容:著名中医干祖望已经100岁了，他根据自己的养生经验总结出了龟欲、童心、蚁食、猴行的中医养生方法。本书做了细致的论述和介绍。

作者介绍:

目录:

[童心.龟欲.蚁食.猴行_下载链接1_](#)

标签

中国

health

传统医学

评论

看我典型的功利主义，这段时间净看这些了

养生

卷舒开合任天真。。。讲的是顺应自然规律，基本上都是老话，大部分说要好好做人，心养身，但经一个百岁老人说出来，分量不同。

书不厚，但是特别的好。这样的书我感觉超出了我想像的好。

[童心.龟欲.蚁食.猴行_下载链接1_](#)

书评

[童心.龟欲.蚁食.猴行_下载链接1_](#)