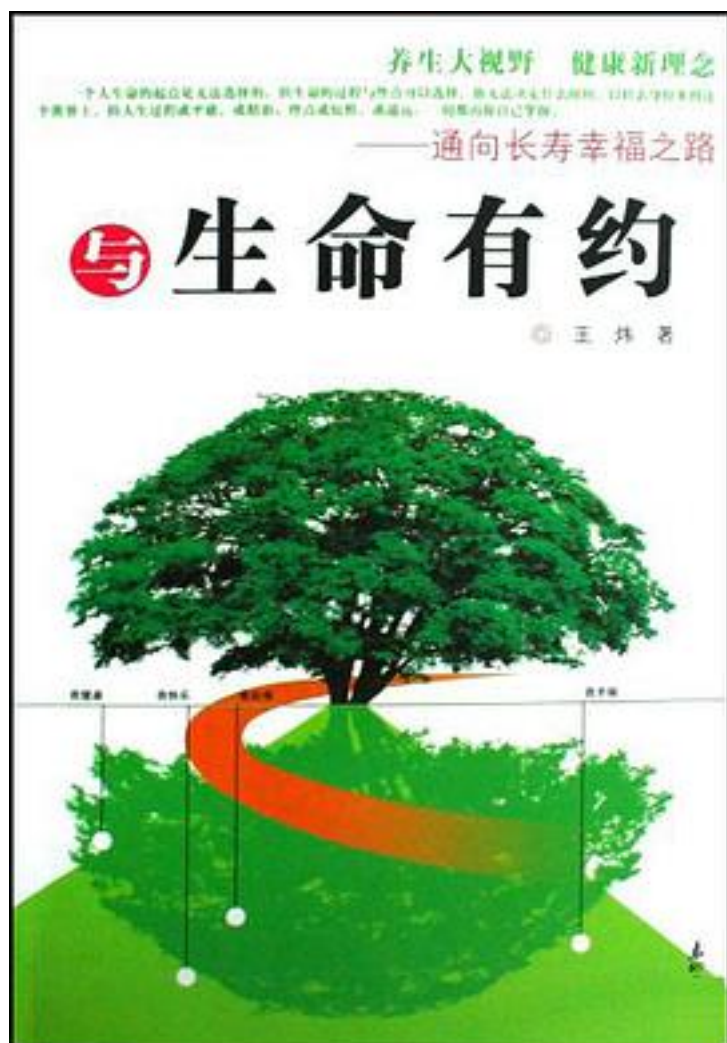


与生命有约



[与生命有约_下载链接1](#)

著者:王伟

出版者:泰山出版社

出版时间:2009-1

装帧:平装

isbn:9787806347089

《与生命有约:通向长寿幸福之路》以恢宏的视野和独特的角度，给予了深刻而又具有新意的回答。它揭示了生命诞生与健康长寿的奥秘，阐述了人生与养生、健康与幸福、养心与养生的关系，以四维生命空间的新观点，回答了对人生意义与价值的追寻思考，重点展开了传统中医养生，心理情智养生、环境生态养生、饮食养生、饮水养生，运动养生、睡眠养生、沐浴养生、滋补养生、住宅养生、休闲养生、慢生活养生，爱好兴趣养生、健康管理养生等一系列健康长寿的关键内容，回答了养生领域中人们的诸多困惑与争论，掀开了那些凶恶"生命杀手"的盖头面纱，展望了生命健康事业的辉煌前景，给予了渴望长寿与幸福的人们以意想不到的惊喜和震撼。人的生命从诞生到死亡是一个漫长而又复杂的渐进动态过程。在人生度过的每一段时光中，即经历着心灵与理想的折磨，也饱受着疾病与衰老的煎熬。在短暂而珍贵的人生中，该怎样呵护与升华你的生命？

读来轻松流畅的文笔，娓娓道来的可亲语气，专家的新说与解疑，国内外的最新健康资讯，颇具深度的剖析与新观点、新数据，都会使你捧读有益，得到启迪与收获。

生命是一段奇妙的旅行，方向不可改变，但旅途可以延长，旅程可以精彩——一切全掌握在你自己手中。《与生命有约》就是一个时刻伴随着你的最可信赖的生命旅行向导，它将给你最大的人生全程帮助。

你的生命需要你打开这本“生命圣经”。

作者介绍:

目录:

[与生命有约_下载链接1](#)

标签

中国

评论

保护视力人人有责

[与生命有约_下载链接1](#)

书评

[与生命有约_下载链接1](#)