

<<绝对男人>>

图书基本信息

<<绝对男人>>

内容概要

《绝对男人》针对中年男性的特殊需要，提供了全新的生活技巧。此外，本书还在生物学的基础上解释了男性的生命现象——一种经历了几千年的岁月、糅合了人类所有文化的生命现象。

《绝对男人》没有简单地重复人们早已熟悉的教条，全书的内容是建立在个人成功的经验之上的。书中所及内容无不顾及我们日常生活的需要与特点，它赋予男性以勇气，让他们用信任，而不是权力或暴力来对待生活。

本书为德国男性科专家赫尔施教授的经典之作，从生理、文化、宗教等多角度对男子进行全方位的剖析，角度新颖、观点奇特。

<<绝对男人>>

书籍目录

- 第一章 镜子里的那个人是谁
- 第二章 衰老的秘密
- 第三章 男性的生命地图
- 第四章 让我们一起健康地慢慢变老
- 第五章 生活方式和内在形象的复兴
- 第六章 重要的抗衰老医学诊断
- 第七章 医学抗衰老
- 第八章 快乐的人是健康的人
- 第九章 身体和运动 训练
- 第十章 男人的餐桌不简单

.....

<<绝对男人>>

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>