

<<创造生命>>

图书基本信息

书名：<<创造生命>>

13位ISBN编号：9787536937765

10位ISBN编号：7536937768

出版时间：2004-1

出版时间：陕西科学技术出版社

作者：日野原重明

译者：程津庆

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>

<<创造生命>>

内容概要

本书针对中老年人常见的高血压、动脉硬化、心脏病、糖尿病等疾病，书中介绍了若干简单易行的食疗方法。

这本书嵌穿着作者的人生哲学，适合各个年龄层的读者阅读。

由衷希望出生在不同时代的读者能够确立和自身年龄相适应的生活准则，度过有意义的一生。

从青年时代开始考虑老年生活

为“开放性自我”而生活

防止“习惯病”

防止老化的“第二种遗传基因”

任何时候都年轻的人、容易老的人

常有的现象 抑郁

如何使健康检查变得有意义

如何对应突如其来的疾病

<<创造生命>>

作者简介

作者:(日)日野原重明

<<创造生命>>

书籍目录

关于生活方式

站在时间之河的岸边

从青年时代开始考虑老年生活

生活在“人生下午”的智慧

生命中的好的未知数

为“开放性自我”而生活

什么是“老”

贤明的引退

四种自我关怀（健康管理）

向“圆熟型”发展

感谢“邂逅”

关于生命力

任何时候人生都能有新的开始

用什么升华自我

<<创造生命>>

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>