

<<保健养生书法>>

图书基本信息

书名：<<保健养生书法>>

13位ISBN编号：9787802450455

10位ISBN编号：7802450454

出版时间：2008-1

出版时间：军事医学科学

作者：郑曙峰

页数：127

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>

<<保健养生书法>>

内容概要

我国历代能查出生卒年代的皇帝209人，其中活过80岁的仅有4人。

有趣的是，这4位皇帝都爱好书法。

书法为什么能使人长寿？

因为书法是一种气功，是一种心灵的体操，是调养身体的良药。

本书以书法作品的形式向读者介绍了养生要诀、养心要诀。

本书适合喜好书法，或是想通过练习书法得到健康的中老年人阅读参考。

<<保健养生书法>>

作者简介

郑曙峰1955年5月生，河南临颖人，1976年毕业于青岛医学院医疗系，原海军青岛疗养院副院长，现任济南军区青岛第二疗养院主任医师。

<<保健养生书法>>

书籍目录

论书法养生保健养生篇休闲养生篇

<<保健养生书法>>

章节摘录

插图：

<<保健养生书法>>

编辑推荐

《保健养生书法》由军事医学科学出版社出版。

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>