

不老书



[不老书_下载链接1](#)

著者:[日] 藤田纮一郎 著，张海燕 译

[不老书_下载链接1](#)

标签

评论

希望能活到一百三十岁

好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好

非常好的一本书，健康有营养，值得去细细品味

很小的一本，但内容还可以吧

在实体书店看过的，觉得好，京东便宜。

不错，下次还来买，真的不错

方正小本书 很新

多读书提升自己，京东的书比较全，价格也很优惠

很好！划算！好评！绝对正版，相信京东！

书不错，挺喜欢的书不错，挺喜欢的书不错，挺喜欢的书不错，挺喜欢的

内容一般，可以看看。。。

书不错，是正版，很满意。

还没看，物流快

帮朋友买的。

给四星的理由，一，书的页面用淡绿色，白天看眼睛难受，晚上在灯下看眼花辽乱，看两天眼睛就报费了，奇巴！

很好很好很好很好很好很好很好很好

好吧好吧好吧好吧好吧好吧好吧好吧好吧好吧

还可以。

hao

多了解一些保健知识挺好的

一本好的养生书，值得一买。

书太小了，不值得.....

不错

good

长生不老、青春永驻历来都为人们所乐道，最具代表性的当属秦始皇派遣徐福带领五百童男童女东渡寻找长生不老的仙方的典故。确有此事还是只是传说，姑且不论，至少可以看出长生不老是人们自古以来的夙愿，尤其是在当下这种快节奏的生活的压迫下，人们的健康问题更是受到了严重的威胁。或许是该适当放慢脚步，停下来关注下自身的健康，说不定真的就找到了一个令您身心健康，时刻焕发青春光彩的秘诀。
日本最受欢迎的作家之一，超级畅销书《大便书》作者——寄生虫博士藤田纮一郎的力作《不老书》正是这样一部使人年轻不老的魔法书，而其书中提倡的健康理念风靡日本。无论您是想永葆青春，还是想返老还童，即使是想年过花甲还能登山、谈恋爱，这本书里所提到的健康秘诀能使您的不老愿望都实现。
藤田纮一郎在《不老书》一书中根据自己多年的观察研究和自身经历，得出返老还童不再是梦这一结论。首先得来场“肠内革命”，使体内青春永驻。您一定不知道，想象也能提高免疫力，“适量运动”更是有巨大的功效。当然，饮用适合自身体质的水也是相当关键的，而保持一段令人愉悦的恋情更是对留住青春大有裨益。
这套一直到死都能快乐恋爱的不老秘诀，让您即使年过花

[不老书_下载链接1](#)

书评

[不老书_下载链接1](#)