

全身舒缓地图



作者：林艺璋编

出版社：上海：上海文化出版社

出版日期：2006.07

总页数：221

介绍：尽管人们意识到压力正在颠覆健康，却不知道如何正确地减缓压力，使身体真正舒缓。与压力累积的过程一样，减轻压力、恢复健康也需要一个舒适的缓解过程。本书根据人体全身可能产生的不适，描绘出一张舒缓病痛的健康地图，你可以依照自身的健康状况，找到最适合自己的舒缓……

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/11686616.html>）查找全本阅读方式

全身舒缓地图 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/11686616.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/11686616.html>

书名：全身舒缓地图