

<<瑜伽治病-一种神奇的自然疗法>>

图书基本信息

书名：<<瑜伽治病-一种神奇的自然疗法>>

13位ISBN编号：9787538853384

10位ISBN编号：7538853383

出版时间：1970-1

出版时间：黑龙江科技

作者：莉斯.拉克

页数：142

译者：王彩菊

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>

## <<瑜伽治病-一种神奇的自然疗法>>

### 内容概要

本书介绍了如何通过练习瑜伽来预防和治疗疾病，使身体达到平衡和健康的状态。通过练习瑜伽体位法、调息法、深度放松和冥想等可以缓解机体多种疾病的症状，从而促进呼吸系统、神经系统、内分泌系统、心血管系统、消化系统、生殖泌尿系统、淋巴系统和免疫系统某些疾病的痊愈。

另外瑜伽还能增强灵活性，增加力气，并提高人体免疫力。

人类在进化的历史过程中，一直面临着疾病和环境压力的威胁。

现代医学的主要特点是广泛使用合成类药品，这是大规模财政投资和生物化学技术发展的结晶。

但这似乎并不是最好的途径，是否可以通过其他途径来缓解或治疗一些疾病呢？

瑜伽是一门古老、深奥的艺术，包括一系列的动作、调息法和冥想等，它可以帮助你净化身心，消除压力，实现你对健康的追求和渴望。

让我们自己为自己的健康负责吧!



<<瑜伽治病-一种神奇的自然疗法>>

书籍目录

绪论 瑜伽治病第一章 呼吸系统疾病的瑜伽疗法第二章 神经内分泌系统的瑜伽疗法第三章 心血管系统疾病的瑜伽疗法第四章 消化系统疾病的瑜伽疗法第五章 生殖泌尿系统疾病的瑜伽疗法第六章 脊柱疾病的瑜伽疗法第七章 淋巴系统和免疫系统疾病的瑜伽疗术语表索引

<<瑜伽治病-一种神奇的自然疗法>>

章节摘录

插图

## <<瑜伽治病-一种神奇的自然疗法>>

### 编辑推荐

《瑜伽治病:一种神奇的自然疗法》：欧美最佳健康书排行榜第2名。

瑜伽是一门古老、深奥的艺术。

包括一系列的动作、调息法和冥想等，它可以帮助您净化身心，消除压力，实现您对健康的追求和渴望。

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>