

自医之道



[自医之道_下载链接1](#)

著者: (美) 张绪通

出版者: 北京中软电子出版社

出版时间: 2002-07

装帧: 平装

isbn: 9787900057174

本书将对道的养生术进行全面的介绍，使大家的接触面更深更广。我以自己四十余年来的深入钻研与经验，对全书的内容进行了精心选择，以保证书中介绍的各种方法：是百分之百的道学理论；是真正符合科学原理的；是经过千百年实践证实，确有极大的治疗价值的；是十分安全而且不受时间和空间限制的。

作者介绍:

目录: 最大限度地实现自然赋予我们的生命力

- 科学的内功
- 人之性命全赖于气
- 提升精气神增强免疫力
- 压力使神经衰弱
- 身心合一长生久视
- 精气在内脏间运动
- 意守经络
- 大、小周天
- (收起)

[自医之道_下载链接1](#)

标签

道家

自然-医学

张绪通

养生

电子版

修行

中医

中国

评论

与身心皆有帮助

[自医之道_下载链接1](#)

书评

[自医之道_下载链接1_](#)