

我战胜了癌症



[我战胜了癌症_下载链接1](#)

著者:庄杏珍

出版者:浙江科学技术出版社

出版时间:2012-11

装帧:

isbn:9787534146541

《我战胜了癌症(白金完整版)》内容简介：免疫力低下的身体容易感染病毒，甚至患癌症。癌症的发生、发展与免疫功能，特别是细胞免疫功能有密切的联系，所以千万不可小视。淋巴系统是人体最重要的免疫器官！只要按照《我战胜了癌症》提供的步骤坚持做淋巴排毒健身操、淋巴排毒按摩和食疗，就能激活淋巴，排毒抗癌。

小珍老师在书中不吝分享了她自创的排毒操、淋巴按摩与中医食疗的三合一养生功法，由内而外扫除身体的毒素，修复自身免疫解毒机制。此外，她还公开了长年抗癌生涯中所采用的食谱，以及对于食疗的独到见解，希望能帮助您迈向更加全方位的抗病养生之道。希望《我战胜了癌症》能让更多人受惠，学会“不生病的秘诀”！

作者介绍:

庄杏珍，台湾省高雄冈山人。从20岁起她就饱受病痛折磨，40岁之前她先后患上宫颈癌、乳腺癌、大肠癌，医院几乎就成为她第二个家。

1999年，医生又确诊她患上了肝癌，这使得她一度对生活失去信心，几次寻死不成。这种经历也使她渐渐悟出生命的另一种可能性，决心将剩余的生命用来帮助更多的人。

由于心中有了“要活就要动”的认识，她开始熟读市面上所有运动养生方面的书籍。终于在2001年，她摸索出一套能够疏通全身淋巴系统、为身体构建良好循环的健身操——淋巴排毒健身操。习练一段时间之后，她发现身体状况得到好转，癌症也不再继续恶化。

为了推广这套对身体极其有益的健身操，2002年，她成立了“宇宙健身操”协会。抱着“只要有人学，就亲自到场去教”的信念，她不辞劳苦四处教学。7年来，在台湾省已经有近30万人参与练习这套淋巴排毒健身操，影响力遍及美国、马来西亚及欧洲等海外华人聚居区。

目录:

[我战胜了癌症_下载链接1](#)

标签

癌症

疾病

生死

生命

死亡

cancer

癌症,生命,死亡

评论

怎么说呢，书非常浅显简单。可是仔细想想，能把最简单的小事持之以恒地去做，是我爸爸缺乏的一点。有可学习点

自称战胜三种癌症，真假难辨，即便是真的也不具学理价值

生命不息，运动不止。坚持。

[我战胜了癌症_下载链接1](#)

书评

[我战胜了癌症_下载链接1](#)