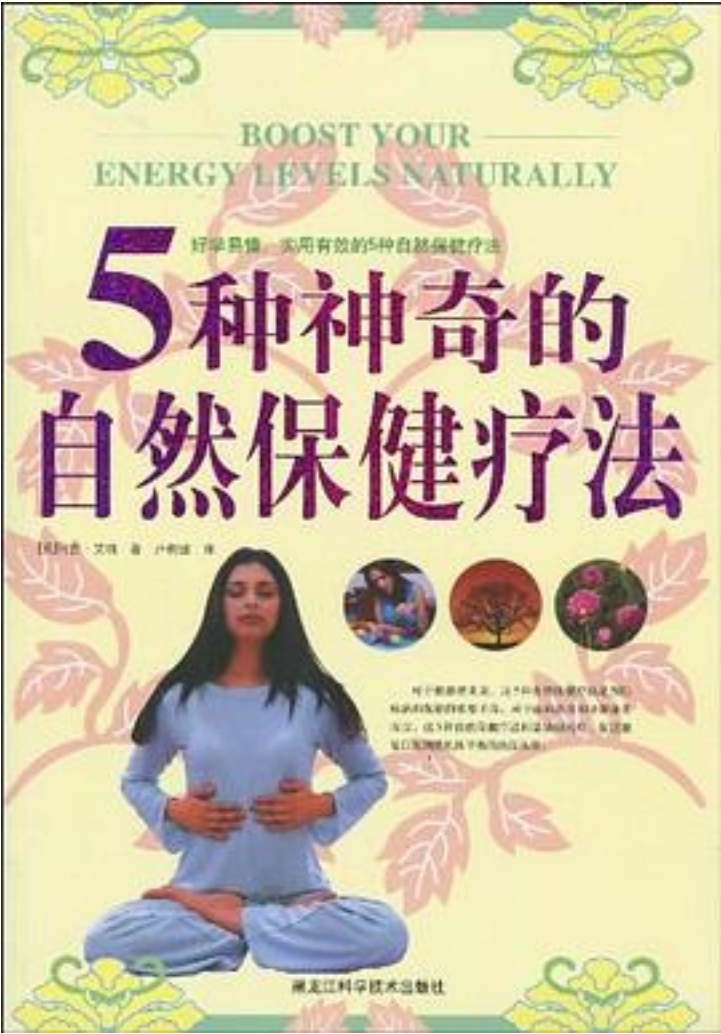


5种神奇的自然保健疗法



[5种神奇的自然保健疗法_下载链接1](#)

著者:阿吉·艾瑞

出版者:

出版时间:2010-3

装帧:

isbn:9787538862485

《5种神奇的自然保健疗法》就为你介绍了5种充满神奇力量的自然保健疗法——能量疗

法、水晶疗法、颜色疗法、触摸疗法、瑜伽和冥想疗法。这5种疗法简单、方便、实用且有效。《5种神奇的自然保健疗法》介绍了这5种疗法的来源、发展及具体的使用方法，并配以数百张精美的图片，针对生活中具体的常见病症，如焦虑、抑郁、紧张性头痛、皮肤病、关节炎等列举了治疗实例。通过学习这些方法，你完全可以引导自身的能量，调节其平衡，缓解自身的压力，提升自身的精力，做到小病不吃药，生活得健康而舒适。

现在的生活节奏越来越快，使很多人出现了慢性疲劳、精神不振、亚健康等健康问题。其实，要想消除这些问题，不一定非得打针吃药，借助于某些自然保健疗法，就能够让我们远离它们，让我们的身体充满活力和能量。

作者介绍:

目录:

[5种神奇的自然保健疗法_下载链接1](#)

标签

自然疗法

评论

内容干货很多的一本书，涉及到能量、颜色、水晶、触摸、瑜伽和冥想5种疗法。又是全彩，着重看的水晶治疗部分，提供了蛮多方法的，有扫盲。真心是本性价比蛮高的书。上图借阅，2010年的书竟然全新，我好幸运啊。

[5种神奇的自然保健疗法_下载链接1](#)

书评

[5种神奇的自然保健疗法 下载链接1](#)