

<<成功人士实用穴位按摩>>

图书基本信息

书名：<<成功人士实用穴位按摩>>

13位ISBN编号：9787801835697

10位ISBN编号：7801835697

出版时间：2005-4

出版时间：航空工业出版社

作者：李云生

页数：134

字数：110000

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>

<<成功人士实用穴位按摩>>

内容概要

本书为中医穴位专家力作，适合于任何种族、任何国籍的男女成年人，应用人群广泛。全书以浅显的文字和图示，教会现代社会中的人们，尤其是销售人员、商人、白领、官司员、公务员、学生等，在日常的紧张工作压力下，如何通过穴位按摩，激发潜能，使自己在短时间内，以作用在身体上的物理方法，克服生理和心理上的障碍，必挥出潜藏在自己身体内部的能量，最终达到成功。

本书适合随身携带，遇到情况随时翻阅，一看即会，对号入座，轻松解除燃眉之急。不但适合于各行各业，而且老少皆宜，同时也是馈赠亲朋好友的最佳礼品。

<<成功人士实用穴位按摩>>

作者简介

李云生，1945年出生，满族。

1963年考入天津中医学院医疗系，大学本科六年。

此后30余年，始终在临床第一线，从事临床治疗和带教工作。

自1986年开始，根据临床治疗工作和广大患者的需要，采用中西医结合的方法，重点研究颈、腰椎病，软组织疾病和运动损人务的诊断和非手术

<<成功人士实用穴位按摩>>

书籍目录

一、应当熟记的一些穴位 1 常用穴位 2 怎样取穴 3 常用穴位的位置及取穴二、介绍几个最常用的按摩手法 1 什么叫按摩手法？
2 简单介绍“点穴按摩”的“点法”、“按法”、“揉法”、“摩法”和“搓法”三、如何建立自信
收 1 准备谈判的人 2 准备与领导谈话的人 3 准备进行推销工作的人 4 准备面试的人 5 准备比赛的人 6 学习能力差的人 7 恋爱能力差的人 8 准备演讲或参加辩论会的认四、如何在逆境中激励自己 1 处在逆境下谈判中的你 2 身处逆境与领导谈话的你 3 推销工作遭遇困境 4 面试中的人 5 参加比赛的人 6 身处逆境学习压力很大的人 7 恋爱中你遭遇逆境 8 身处逆境，工作压力很大的人五、如何让自己更具有忍耐力
1 谈判中的人如何增强忍耐力 2 与领导谈话的你 3 做推销工作的你 4 接受面试的你 5 比赛中的人 6 感到学习压力很大的人 7 工作压力很大的人 8 恋爱中的你六、如何放松紧张情绪……七、如何让自己快乐
八、如保自己保持健康九、应急十、日常保健小知识十一、女性必读部分十二、爱惜你的身体，适当、适度参加体育锻炼或健身附录

<<成功人士实用穴位按摩>>

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>