

图书基本信息

书名：<<脚部反射疗法大百科-促进健康的法则>>

13位ISBN编号：9789575265878

10位ISBN编号：9575265874

出版时间：2005-10

出版时间：五十嵐康彦 三悅文化圖書事業有限公司 (2005-10出版)

作者：五十嵐康彦

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>

## 内容概要

《脚部反射疗法大百科》的目的，在於讓讀者們能夠習得可以實際著手來實踐脚部反射區療法的技巧。因此，光是閱讀本書，並無法將書中的內容變成自己的東西。邊讀邊實際操作，邊實習邊對照才能真正的吸收為己用。

## 作者简介

作者：（日本）五十嵐康彦五十嵐康彦，1941年出生於日本橫濱市，指壓按摩師。接受瑜伽的專業教育後，巡迴歐洲、亞洲各國從事研究，首次向日本介紹反射帶療法。之後在東京新橋開設“舒暢屋”進行治療與指導，並繼續從事研究。現在專心普及反射帶療法及指導後進。著書有“手揉足揉健康法”（家之光協會）“足揉奇穴健康法”（講談社）“足穴道、淋巴按摩”（高橋書店）等。

书籍目录

五十嵐康彦獨創 / 腳底反射區田前霄第1章 反射區療法的歷史 (1) 名稱與定義 (2) 起源與演變 (3) 埃及凸版壁畫所留存下來的遺跡 (4) 古印度所留存下來的遺跡小專欄·肛門與健康 (5) 佛足石上的反射區 (6) 在中國的歷史 (7) 白隱禪師的養生訓 (8) 平田內藏吉的成就 (9) 對應區療法的發明人費茲傑羅 (10) 美國的反​​射區理論 (11) 英格韓夫人的腳底療法 (12) 從英格韓夫人到瑪爾卡特夫人 (13) 世界的潮流與方向性 (14) 腳部療法歷史一覽第2章 反射區療法的發​​生理論 (1) 世上類似反射區療法的各種療法 (2) 從細胞來看不可思議的人體 (3) 人體的產生 (4) 細胞分裂與經絡 (5) 赫德氏帶 (6) 內臟體壁反射理論 (7) 反射區療法產生的相關學說 (8) 全像攝影術與反射區第3章 世界的反射區療法 (1) 東洋醫學的變遷 (2) 推拿 (3) 按摩小專欄·按摩的家族 (4) 指壓 (5) 美國的三大手技療法小專欄·泰式按摩的理論第4章 刺激與反應 (1) 基本的生理作用 (2) 刺激的實踐技巧 (3) 刺激的強度 (4) 刺激的法則 (5) 刺激健康法 (6) 體位法的效果 (7) 暈眩 (8) 閾值 (9) 禁忌 (10) 治療前的準備.注意事項 (11) 世界的反射區療法師的比較第5章 人體的組織1 神經 (1) 神經系統 (2) 中樞神經 (3) 末梢神經 (4) 神經交叉小專欄·脊椎與神經的關係2 內分泌腺 (1) 何謂內分泌.....第6章 反射區第7章 疼痛與異常第8章 腳與腳趾第9章 反射區療法的技巧附錄 反射區的機密情報

### 章节摘录

版權頁：插圖：前面已經提過，如果能鍛煉雙腳，性敏感度也能夠有所提升。其方法我們已經介紹過外丹功與氣功，不過除此之外，還有其他更簡單的方法，在此為各位介紹。導引如趴著一般俯臥。將膝蓋交替彎曲，讓腳碰到尾骨。反復進行數十次，就會出現性敏感度提升的效果。芝加哥大學的傑柯布森博士曾說，肌肉完全鬆弛的時候，就可以感受得到情緒。肌肉雖然不可以過度緊張，但是過度鬆弛也是不好的。若能夠充分伸展阿基里斯腱，肌肉就能夠恰當地放鬆，控制性的欲求。瑜珈中也有同樣的想法，認為腳內側的肌肉與阿基里斯腱有很深的關係。這些肌肉會因為平常比較少使用而變得僵硬。藉由瑜珈的體位元來將這個部分的肌肉放鬆，或是充分伸展，就能夠將性的欲求加以升莖。

编辑推荐

《脚部反射疗法大百科》：以圖解看腳的症狀，經穴指壓按摩的技巧。

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>