第一图书网, tushu007.com

# <<脚部反射疗法大百科-促进健康 >

## 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

《腳部反射療法大百科》的目的，在於讓讀者們能夠習得可以實際著手來實踐腳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）五十嵐康彥五十嵐康彥，1941年出生於日本横濱市，指壓按摩師。
接受瑜迦的專業教育後，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

五十嵐康彥獨創／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）瞑眩（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 種經（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，就會出現性戚度提升的效果。
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

《腳部反射療法大百科》：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