

一 前 言 二

「內功術」是什麼呢？詳細的內容在本文內會做更進一步的說明。它原本是從秦始皇帝時候傳下來的武術。有治療疾病和增進健康的效果，現在不但常被利用，而且經證明也得到很好的成果。

簡單的說，內功術就是喚醒人身體內潛存的精、氣、神等生命力，而強化自然治療力的方法。

本書的作者張惠珠女士得到張家代代相傳下來的內功術、針灸、漢方、身體均整法，而且還精通西方歐美流行的脊椎調整療法的技巧，她將這些技術融合貫通起來，利用這種完美的治療法來救治了很多人。

這種內功術是不傳之秘，現在張女士將其公開，撰成本書，對家庭的每一個成員都有很好的助益。果若本書能對讀者一家有所裨益，此乃作者之幸。

目錄

內功術基本操法……………七

使夫婦性生活圓滿的內功術……………一五

▲胖型男性的強化法……………一六

▲瘦型男性的強化法……………二〇

▲胖型女性的強化法……………二四

▲瘦型女性的強化法……………二八

內功術是什麼玩意？……………三一

▲內功術的歷史與我……………二二

▲內功術的真髓是「氣」和「五臟六腑」的活用……………四三

▲疾病的外因、內因與內功術……………五一

▲腳底穴的刺激法……………五六

▲正確的呼吸法可以提高效果……………五七

▲疾病和脊椎有關連……………六二

▲自己性格和身體異常的發現法……………六五

▲內功術操作法的心得……………七一

各種症狀的內功操作法……………七五

▲頸、肩、胸的症狀……………七六

●肩頭僵硬……………七六

●肋骨神經痛……………九二

●肩疼(五十肩)……………八三

●鞭打症……………九五

●落枕……………八九

●猫背……………一〇〇

▲手、足、腰的症狀……………一〇五

●腰痛……………一〇五

●腕神經痛……………一二四

●閃腰……………一一五

●慢性關節風濕症……………一二七

●坐骨神經痛……………一二〇

▲頭、臉的症狀……………一三七

●頭痛……………一三七

●三叉神經痛……………一四一

▲耳、鼻、眼的症狀……………一四七

●重聽……………一四七

●眼睛疲勞……………一五三

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>