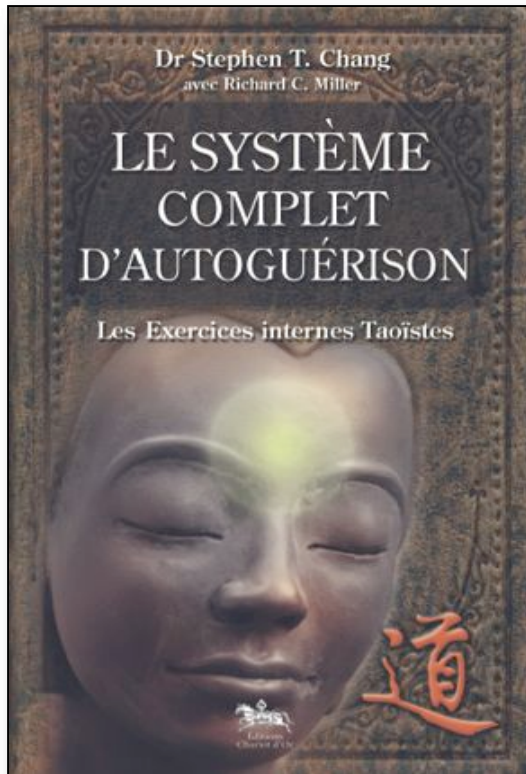


MISE EN VENTE
5 FÉVRIER 2009

Éditions CHARIOT D'OR



LE SYSTÈME COMPLET D'AUTOGUÉRISON

Dr Stephen T. CHANG

Pratiques et d'un usage immédiat, les Exercices Internes ont pour but de stimuler le corps tout entier, de maintenir l'équilibre de l'énergie, et de favoriser un fonctionnement plus efficace des organes internes. Il y a même des exercices pour traiter ou soulager une trentaine environ de maladies courantes, y compris les maux de tête, les rhumes, les maladies de cœur, l'arthrite et le cancer.

288 pages - réf 22313
Broché - 15 x 24
EAN 9782911806827 © 2009



• PRÉSENTATION

Partie I : Les principes sous-jacents

I : Le Taoïsme - II : La Théorie de l'énergie : La nature de l'énergie - L'énergie et le corps humain - III : La Théorie de la circulation d'énergie : Les Méridiens - Les points d'entrée et de sortie - Les exercices internes - IV : La Théorie des sept glandes - V : La Théorie des nerfs

Partie II : Vivre avec tout son corps

VI : Les Exercices Taoïstes internes

Partie III : Un mode de vie supérieure

VII : Les méditations et la respiration Taoïstes - VIII : La respiration immortelle : Les petits et grands cycles célestes

Partie IV : Un nouveau départ : Connaître ses problèmes et y apporter des solutions

IX : Les prescriptions Taoïstes pour guérir : Plan pour le maintien général - Le maintien régulier de la santé - Méditation - Exercices spécifiques de guérison - Les prescriptions pour guérir

Des exercices réellement efficaces pour retrouver une excellente santé en harmonie avec les lois de la nature.