

<<3分钟美丽急诊>>

图书基本信息

书名：<<3分钟美丽急诊>>

13位ISBN编号：9787807630913

10位ISBN编号：7807630914

出版时间：2009-1

出版时间：2009年1月1日

作者：邱胜美

页数：199

字数：150000

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>

<<3分钟美丽急诊>>

前言

美，大家都喜欢，尤其是俊男美女总让人忍不住地想多看一眼。

美丽的外表，除了让人赏心悦目之外，更能增加自信，自己看了也开心。

我们很难说自己不足“外貌协会”的一员，因为美貌在某些时候真的很吃香，甚至是致命的吸引力。

不向你长得美或不美，人对美的追求永远不会满足，美还要更美，而且还要一路美下去。

爱美并没有错，但是，万一用错方法，那可真是让人终生遗憾、悔不当初。

追求美貌无需冒险，更不必花大钱，只要有一颗疼爱自己的心，用少许的时间做穴道按摩就可以看到神奇的效果。

穴道按摩功效真的很神奇，不论是除皱、美白、淡斑、脸部拉皮，还是丰胸、瘦身，不夸张，真的按摩3分钟之后，你就能看到明显的效果。

中医经络穴道之神奇，真是可谓奥妙无穷。

好比说指压脸部的颧髎穴，除了能淡化皱纹、美门之外，还能治疗眼睛痛、头痛；指压胸部的膻中穴既可以减肥又可以丰胸，指压丰胸穴不仅能使乳房饱满坚挺，更能改善心肺功能及治疗妇女病；指压减肥穴不但能消脂，还有柔嫩细致美白肌肤的效果……书中附有我在社区大学经络教学的一些真人实例照片。

<<3分钟美丽急诊>>

内容概要

按摩穴道的功效真的很神奇，3分钟即可还你美丽容颜！

本书共包括以下26种功效的经络穴道美容按摩：脸部美白·皮肤细致·脸部红润·消除眼袋·消除黑斑·避免毛孔角质化·脖子紧实·美胸·提臀·预防青春痘、粉刺·减重·增胖·增高·明眸·消除疲劳·散发体香·预防老花眼·口气清新·四季养生·白发回春·让女人更女人·发汗排毒·治疗冬季痒·治疗皮肤痒·让男人更男人·一夜好眠。

邱胜美老师将中医经络按摩成功融入美容领域，帮你找回最快速、最自然又有效的美丽自愈力。

<<3分钟美丽急诊>>

作者简介

邱胜美，学习中医数十年，成功将中医经络理论融入现代美容领域，自行研发出一系列经络、护肤、美胸、减肥、消除疼痛等课程，而且经过多人实证有效。

曾荣获韩国美容师组团来台指定的“经络美容师”称号，曾受邀至“女人我最大”“我猜我猜我猜猜猜”“消费高手”“黄金

<<3分钟美丽急诊>>

书籍目录

【自序】 启动你身上的美丽穴道【前言】 八道按摩的神奇功效第一章 脸部美白的经络按摩 脸部美白瑜伽：小鸟式第二章 皮肤细致的经络按摩 皮肤细致瑜伽：走路式第三章 脸部红润的经络按摩 脸色红润瑜伽：金字塔式第四章 消除眼袋的经络按摩 消除眼袋瑜伽：狮子式第五章 消除黑斑的经络按摩 消除黑斑瑜伽：船形式第六章 避免毛孔角质化的经络按摩 避免毛孔角质化瑜伽：扩胸式第七章 脖子紧实的经络按摩 脖子紧实瑜伽：吉祥式第八章 美胸的经络按摩 美胸瑜伽：牛面式第九章 提臀的经络按摩 提臀瑜伽：抬脚式第十章 预防青春痘、粉刺的经络按摩 预防青春痘、粉刺瑜伽：扫地式第十一章 减重的经络按摩 减重瑜伽：S形蹲下式第十二章 增胖的经络按摩 增胖瑜伽：半劈腿式第十三章 增高的经络按摩 增高瑜伽：弯月式第十四章 明眸的经络按摩 明眸瑜伽：狮子式第十五章 消除疲劳的经络按摩 消除疲劳瑜伽：伸展式第十六章 散发体香的经络按摩 体香瑜伽：双手上举式第十七章 预防老花眼的经络按摩 预防老花眼瑜伽：狮子式第十八章 口气清新的经络按摩 口气清新瑜伽：跨坐抬腿式第十九章 四季养生的经络按摩 养生瑜伽1：拜月式 养生瑜伽2：后仰式 养生瑜伽3：鱼钩式第二十章 自发回春的经络按摩 头发乌黑瑜伽：大身印式第二十一章 让女人更女人的经络按摩 女人“性福”瑜伽：八字下压式第二十二章 发汗排毒的经络按摩 发汗排毒瑜伽：手臂绕胸前式第二十三章 治疗冬季痒的经络按摩 消除冬季痒瑜伽：小鸟式第二十四章 治疗皮肤痒的经络按摩 消除皮肤痒瑜伽鹤形式第二十五章 让男人更男人的经络按摩 男人“性福”瑜伽：吉祥式合跏抬脚第二十六章 一夜好眠的经络按摩 一夜好眠瑜伽：吉祥式【附录】 经络美容按摩的神奇效果

<<3分钟美丽急诊>>

章节摘录

插图：两性之间，致命的吸引力是男人味、女人香。

爱情的吸引，嗅觉是重要的媒介。

究竟什么样的味道最能吸引异性呢？

健康的男人和女人，身上都会释放出一种体香，男人的香是介于檀香或麝香的动物香气，而女人的香味是种奶味与花香的综合香气。

中医《四诊心法》记载：望、闻、问、切，闻诊除了听声音的强弱盛衰之外，也包括闻患者身上散发出来的体味。

身体不好，连带着所散发出来的味道也不好闻，而心、肝、脾、肺、肾等器官不好，所散发出来的体味也不一样（注 ）。

肝不好的人，身上会有青菜腐烂的味道。

心脏不好的人，身上会有食物烧焦的苦味。

<<3分钟美丽急诊>>

编辑推荐

按照《3分钟美丽急诊:神奇的美容经络按摩26效》按摩脸部3分钟, 肤质立刻净白、光滑、细嫩!按摩穴道5分钟, 脸颊立刻上扬紧实。

效果更胜拉皮!“女人我最大”节目经络按摩专讲老师、韩国美容团指定经络美容讲师邱胜美, 教你启动你的美丽自愈力!

<<3分钟美丽急诊>>

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>