第一图书网, tushu007.com

<<选择健康>>

图书基本信息

内容概要

健康是什么？
疾病是什么？
人们为什么会生病？
疾病怎样才能够被预防？
它又怎样才能被逆转？
通过本书提出的独特见解和一些令人深思的个例解析以及先进的科学研究，你会学到一个完全崭新看待健康与疾病的方式。
　健康并不是一种偶然，而是一种选择，我们每个人都可以选择健康。
通过本书所提供的方法，我们可以马上采取行动恢复健康和保证自己远离社会中流行的各种病症。
本书揭示了疾病的奥秘，提出了一个关于健康和疾病的革命化的新理论：世界上并无成千上万种不同的疾病，而是只有一种疾病，那就是身体细胞功能失常，出现了故障。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

雷蒙德·弗郎西斯（Raymond Francis）是日益壮大的最优健康保养领域中国际知名的先驱者。
他是“超越健康”公司的主席和首席执行长官，该公司是服务于大众的高级健康教育和世界级别的、支持健康产品的提供者。
他也是美国网上健康基金会的总裁、《趣越健康新闻》的出版者、《健

<<选择健康>>

书籍目录

导论第1章 我几乎死去 从糟糕到更糟糕 选择活下去 发挥我们的潜能第2章 人体健康的潜能 一个不良的记录 失去的美好生活 了解我们的潜能 卓越的罕萨人 不卫生的生活环境，但身体健康的人们 现代“进步”——走向衰退 生活网第3章 健康与疾病的新理论 一种疾病——两种原因——六条渠道 简化的理由 简化疾病 谁会因疾病而死亡？
在健康和疾病之间的六条渠道 新千年的新理论第4章 选择健康的细胞 一路迷失 了解细胞 建造细胞以及健康细胞的运作 毒素关闭身体系统 防御的第一线 为什么我这么累？
不要抱怨你的父母 学会一种新的方式第5章 营养渠道 肚满肠肥的饥饿 营养不等于外表好看 比以往更不真实的现实 一个尺码不会适合的人 随意的标准 真正有用的饮食 具有魔力的小药丸 在苗圃食物就已经染毒了 堆满了过时食物的架子 谨防食物断头台 为你的将来进食 你如何进食关系重大 一切都取决于技术 反思“酸性消化” 美味的选择第6章 毒素渠道 一个活生生的地狱 缓慢地杀死他 身体内部的毒素 没有人是安全的 专有的毒气室 食物反击战 微波炉：找麻烦的捷径 警告：水对你的健康也是有害的 拿人类命运开玩笑的食物 注意你家里的空气 清点你家里的危险品 危险的美容产品 毒素超载的处方 你体内的毒素事实 过敏症应该警钟长鸣 压力会以很多种方式毒害你的身体 主要毒素防御者：肝脏第7章 心理渠道 身体，自己痊愈吧 选择维持病态 如果我好了，你还会照顾我吗？
安慰剂效果 最好的健康保险 消极想汉的传染 头脑需要重新编程 健康的大脑，健康的免疫系统 压力的正负两面观 爱指引着道路 一个极好的机会第8章 生理渠道……第9章 遗传渠道第10章 医药渠道第11章 世界观的变迁作者的话：向超越健康迈进附录A 健康信息附录B 维生素补充剂附录C 食物和个人用品附录D 癌症治疗的另类方法附录E 改善视力附录F 美国网上健康基金会译后随想

第一图书网, tushu007.com

媒体关注与评论

以革命性物眼光去看待健康问题，在浅显易懂的最新科学知识之上掌握正确的生活方式。
你会从这里得到超乎想像的、掌握自身健康的自主能力。
亲近健康、远离疾病，是我们的共同目标。

编辑推荐

《选择健康》揭示了疾病的奥秘，提出了一个关于健康和疾病的革命化的新理论：世界上并无成千上万种不同的疾病，而是只有一种疾病，那就是身体细胞功能失常，出现了故障。
健康并不是一种偶然，而是一种选择，我们每个人都可以选择健康。
通过《选择健康》所提供的方法，我们可以马上采取行动恢复健康和保证自己远离社会中流行的各种病症。

第一图书网, tushu007.com

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