

# 《爱德加·凯西自然疗法健康手册》

## 图书基本信息

书名：《爱德加·凯西自然疗法健康手册》

13位ISBN编号：9787801785008

10位ISBN编号：7801785002

出版时间：2007-9

出版社：华龄出版社

作者：哈罗德·J·赖利

页数：274

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《爱德加·凯西自然疗法健康手病

## 内容概要

本书把美国著名医生哈罗德·赖利几十年的行医经验，独特的自然保健哲学和具体的实用方法进行了具体的再现。我们今天提出的许多关于“如何健康长寿”的科学概念，早在32年前《爱德加·凯西自然疗法健康手册》这本书已经从“人的精神修养-心理治疗-食物的选用-体育锻炼”提出了一套完整的方法。由于书中介绍的方法既经济又简便实用，每个人都可以在自己家里做，效果却非常有效，如：有效的“苹果餐”疗法；如何防治一般性感冒；如何避免成为“园肩膀俱乐部”的成员；怎样控制关节炎和牛皮癣；怎样丢掉你的“扑克脸”，保持良好的精神状态；一条毛巾、一本书就可以用来做有效而全面的锻炼。等等。

全世界普遍流行的身体适用手册 来自健康“朝圣地”的自然疗法“圣经”

当我们在美国享受到爱德加·凯西和赖利的自然治疗方法时，很自然地就希望祖国的人民也能分享这一方法。在美国，我们亲眼目睹了很多人遵循凯西与赖利的养生法，几十年没有去过医院，且保持着最佳的身体和心态健康状况，真正地实现了享受人生。

——译者

本书在美国畅销31年，不仅是因为它理念正确、方法简单易行、有实际效果，更为主要的是读者认为确实是一本对自己的健康，美容、长寿非常有用的书。

本书提倡和实施的免药物的自然健康疗法，对于今天生活在各种环境污染下的人们有着越来越现实的重要意义。

药品和绝大多数医生都致力于治愈某一特殊的小病。赖利介绍的凯西的解读和疗法则旨在营造一个健康的体魄以达到疾病自愈的功效。我们努力了解自然并和自然共同工作，然后身体可自愈。

# 《爱德加·凯西自然疗法健康手病

## 作者简介

赖利医生1895年出生于纽约城的下东区，在布朗克斯区的Van Ness路段长大。赖利医生的教育背景与专业根基都璀璨夺目，他曾获得八个学位。拥有骄人的学历和履历。

赖利医生最为世人所熟知的是他与维吉尼亚海滩“沉睡中的预言家”爱德加凯两不同寻常、亲密无间的关系。

## 书籍目录

### 第 部分 “身体是一座殿堂”

第1章 预防：终身健康的关键

第2章 与凯西一起工作

第3章 凯西的康复哲学

### 第 部分 家庭保健和美容

第4章 凯西的饮食与营养原则

第5章 为什么要锻炼？

第6章 体形和健康——从头到指尖的锻炼

第7章 按摩和推拿：正确的按摩方法

第8章 如何进行按摩

第9章 水疗法：水疗康复

第10章 体内净化：结肠冲洗和油袋疗法——普通感冒的特效疗法

### 第 部分 凯西/赖利美容手册

第11章 最好减重（超重情况）

第12章 唤醒你沉睡中的美丽

### 第 部分 松鹤之疆：延年益寿

章节摘录

插图

# 《爱德加·凯西自然疗法健康手病》

## 媒体关注与评论

当我们在美国享受到爱德加·凯西和赖利的自然治疗方法时，很自然地就希望祖国的人民也能分享这一方法。在美国，我们亲眼目睹了很多人遵循凯西与赖利的养生法，几十年没有去过医院，且保持着最佳的身体和心态健康状况，真正地实现了享受人生。——译者

### 编辑推荐

本书把美国著名医生哈罗德·赖利几十年的行医经验，独特的自然保健哲学和具体的实用方法进行了具体的再现。我们今天提出的许多关于“如何健康长寿”的科学概念，早在32年前《爱德加·凯西自然疗法健康手册》这本书已经从“人的精神修养-心理治疗-食物的选用-体育锻炼”提出了一套完整的方法。由于书中介绍的方法既经济又简便实用，每个人都可以在自己家里做，效果却非常有效，如：有效的“苹果餐”疗法；如何防治一般性感冒；如何避免成为“园肩膀俱乐部”的成员；怎样控制关节炎和牛皮癣；怎样丢掉你的“扑克脸”，保持良好的精神状态；一条毛巾、一本书就可以用来做有效而全面的锻炼。等等。全世界普遍流行的身体适用手册 来自健康“朝圣地”的自然疗法“圣经”当我们在美国享受到爱德加·凯西和赖利的自然治疗方法时，很自然地就希望祖国的人民也能分享这一方法。在美国，我们亲眼目睹了很多人遵循凯西与赖利的养生法，几十年没有去过医院，且保持着最佳的身体和心态健康状况，真正地实现了享受人生。——译者本书在美国畅销31年，不仅是因为它理念正确、方法简单易行、有实际效果，更为主要的是读者认为确实是一本对自己的健康，美容、长寿非常有用的书。本书提倡和实施的免药物的自然健康疗法，对于今天生活在各种环境污染下的人们有着越来越现实的重要意义。药品和绝大多数医生都致力于治愈某一特殊的小病。赖利介绍的凯西的解读和疗法则旨在营造一个健康的体魄以达到疾病自愈的功效。我们努力了解自然并和自然共同工作，然后身体可自愈。

### 精彩短评

- 1、因为想了解爱德加凯西，所以买了这本书。翻看之下很有收获，特别是在药物疗法以外的努力上，很可以与中国传统中医的说法相互映衬。猜想：中国中医最好的理论和方法论上的发现或许也有类似凯西的做法。从另一个角度说，这也是刘力红先生的内证实验的一个佐证吧。
- 2、一本烂书，怪不得当赠品卖了。根本看不下去，那翻译的什么玩意儿，象狗啃一样。就奇了怪了，这样的东西翻译者自己能看下去吗。出版社一定要严格审查，象这种货色的东西就不应该出来。
- 3、买了放着没看，理论性的很多，操作上配上图那该多好啊
- 4、翻译稍微弱了一点，而且有些埃德加凯西的原话本来就比较晦涩，但是因为看过埃德加凯西的部分英文原文的缘故，所以阅读起来没有障碍。书的内容非常丰富，也很全面，系统的讲解埃德加凯西的整体医疗体系，以及各个部分的解决办法。家庭运动的动作也描述的很详细，并且有清晰的大图，很容易理解。总的来说，这本书讲的医疗体系，跟黄帝内经提到的有异曲同工之妙。
- 5、爱德加凯西，一个神奇的传奇。希望能多看到一些关于他的解读的书！！！！！！！！
- 6、本书与整体自然疗法的全貌，勾画出来，治病养生围绕着“吸收、排泄、循环、放松”，一语道破自然疗法的真谛，让读者对健康有了整体概念。书中的很多方法，都是可以在家中实践。学习养生的人非常值得反复看，并将其中方法落实于实践
- 7、西方人的养生饮食观和东方人还是有差距，他那个年代的疗法也未必适合这个年代的人
- 8、很好的一本书值得拥有！
- 9、质量还行，有错别字，但不影响，价格很实惠，就内容而言，非常值得购买
- 10、蛮好的，内容丰富一点更好
- 11、大失所望。大概是现在养生书籍众多，于是在N年前可能先进的观念，到了现在，基本是老生常谈了。而且实用性也不高
- 12、爱德加凯西是世界一百个未知之迷之一，他能够预知一些事情，而且非常合理，值得遵循。
- 13、很早以前读过的书，初中还是高中来着……读的时候就觉得，啊，外国和中国的区别真是大啊…
- …
- 14、值得一看，就是内容不够丰富。
- 15、写的很好，可还是有点枯燥。以至于我到现在还没有看完
- 16、这本是当时参加买赠活动时得到的赠品，不愧为畅销多年的经典手册，只是同类的书籍已经太多，这方面中国读者就用不着再搞洋为中用了。



# 《爱德加·凯西自然疗法健康手病

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)