

<<左手佛陀右手华佗>>

图书基本信息

书名：<<左手佛陀右手华佗>>

13位ISBN编号：9787511302885

10位ISBN编号：7511302882

出版时间：2010-9

出版时间：中国华侨出版社

作者：熊猫

页数：303

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>

<<左手佛陀右手华佗>>

前言

在这个纷繁复杂的大千世界中，每个人来到世间，都是为了追求人生的幸福与安宁。

那么，幸福是什么呢？

安宁又在哪儿呢？

这成了无数人都渴望得到答案的人生考题。

于是，带着这个问题，人们开始到处寻觅着。

人生最可怕的事情是什么？

生老病死还是失散离别？

都是，也都不是。

人生最可怕的事情，就是不知道通过什么渠道才能去获取幸福与安宁。

一日，某人去庙中求佛赐福，发现一位跟佛一模一样的人也在求佛，便问他：“你怎么长得跟佛一个模样？”

”那人道：“我就是佛。

”“你就是佛？”

那你为什么还要求你自己呢？”

”“求人不如求己。

”他答道。

求人不如求己。

为人成事如此，养身疗心也是如此。

天地万物生灵此生彼长，周而复始生生不息。

人都有生老病死，月亦有阴晴圆缺。

人一生的生命过程，就是一个不断的损伤—修复—再损伤—再修复的过程。

每个人都是解救自己的神医。

欲百病不侵则身强体健，你要行如华佗，心如佛陀。

有谁从没有生过病呢？

不论大病小灾，疾病的发生，就好像被人触动了身体上的某个开关，运行了某段程序；而疾病的愈合好转则像身体内运行的另一套自救的程序。

<<左手佛陀右手华佗>>

内容概要

生病的时候，人们总是依赖药罐子和神医的拯救，没生病的时候则依靠保健品让疾病远离身体。其实，世上最应该依赖的是你自己。

如果你由内到外认识到自己的“病机”，就会看到致病的原因。

左手佛陀，澄净心灵；右手华佗，强健身体。

把身、心保健有机地结合在一起，这才是不生病的最大智慧。

<<左手佛陀右手华佗>>

书籍目录

第一章 左手佛陀，自我识别是一辈子要完成的任务 认识自己是一辈子要完成的任务 一个人最挫败的事就是失去自我 努力前，先看清自己想要什么 人生的道路必须靠自己走出来 健康的心灵不能缺少良知

第二章 右手华佗，了解自己的身体，每个人都是自救的神医 每个人都是解救自己的神医 认清自己的体质，就能看到疾病的起因 气血决定你的生老病死 自检气血是否充足 学会读懂身体发给你的信号 饮食口味反映了你的身体状况与需求 摸清专属你的“驱压通道”

第三章 左手佛陀，养出一双慧眼和一颗善心 多长点儿心眼，少耍点儿心计 无论输赢，把自己的心态调整到最佳状态 助人便是自助，小胜凭智，大胜凭德，人际上有时也要适当绕个弯，要去关爱别人，而不要老想着需要别人 不与人同甘，就不要奢求人与你共苦 把对手变成自己的朋友

第四章 右手华佗，读懂身体部位的每一个警示 察颜观色不是神奇的技艺，而是生活常识 皮肤小毛病，内脏大病兆 除了显示衰老，白头发还可以预示更多 耳朵说给你听的“悄悄话”，10分钟搞定凭“鼻”问诊 默读“唇语”，了解自身的健康状况，从古到今都灵验的舌苔诊病，眼睛是人身体状况的窗口，识别手掌内的颜色乾坤，从汗液与尿液透视疾病的隐患，男看精液，女看白带

第五章 左手佛陀，帮自己超脱尘世间的琐碎烦恼 90%的烦恼是因为追求错误的事物所致，知足之人会常感快乐 走入山中，感受心灵的开放与宁静 观照“心的天空”，让欲望自生自灭 维持心境平衡，如屹立山谷间的一棵树 把欲望握得太紧反而会一无所有

第六章 右手华佗，情志是身心健康的调度室 情志是如何影响你肉体的 七情六欲与五脏六腑，健康真谛：勤动脑体不动心 更年期女性更要注意心神调养 养出好睡眠，远离亚健康状态 激发快乐想象，由心及身大松绑 暗示潜意识的情志调剂术 自言自语也是一种情志培养……

第七章 左手佛陀 行路要纠正自己的错误观念

第八章 右手华佗，随时随地可做的身体自我“修复”

第九章 左手佛陀，在爱与被爱重品味幸福的真谛

第十章 右手华佗，一人学会全家不求医的家庭保健法

第十一章 左手佛陀，将自己摆渡到幸福的彼岸

第十二章 右手华佗，你应该比神医更了解自己的身体

第十三章 左手佛陀，动心忍性的逢凶化吉的智慧

第十四章 右手华佗，生病了也没什么大不了

<<左手佛陀右手华佗>>

章节摘录

因病而受到伤害的人体组织细胞的康复.任何高明的医生、高科技含量的药物都无能为力。

唯有人体自身的新陈代谢机制，才可以十分圆满地做到让它们得以康复。

所以说：最好的医生是自己！

有谁从来都没有生过病呢？

不论大病小灾，疾病的发生就好像被人触动了身体的某个开关，运行到了某段程序；而疾病的愈合与好转则像身体内运行的另一套自救的程序。

疾病的发生与痊愈，就在于这个程序能否正常启动，其原理就像电源开关一样简单，因此古人形象地称之为“病机”。

疾病的发生与好转就像有人在操纵着这个开关一样。

可以把疾病发生的原因比作计算机感染的病毒，平时可能潜伏在体内任一地方，当环境条件成熟而触发这个病毒的发作程序时，于是就体现出来各种症状。

而疾病的治疗和康复则是另一套自我诊断和修复的程序。

人体修复程序比计算机高明得多、复杂得多。

某人发生意外，大腿骨被撞断，医生把两个断端接起来，消炎灭菌，对上位，打好石膏，医生的任务基本完成。

至于伤口的愈合，任何高明的医生，任何高科技含量的药物都无能为力。

只能依靠人体的自我修复能力才能做到。

<<左手佛陀右手华佗>>

编辑推荐

<<左手佛陀右手华佗>>

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>