

<<敲胆经治百病>>

图书基本信息

书名：<<敲胆经治百病>>

13位ISBN编号：9787535445834

10位ISBN编号：7535445837

出版时间：2010-9

出版时间：长江文艺

作者：牛慧祥

页数：243

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>

<<敲胆经治百病>>

前言

《敲胆经治百病》一书，以“敲胆经”为核心，可以说抓住了一切疾病和亚健康的根本原因。这也是中医整体观的最佳的运用，是抓住中医理念的精髓的。因为只有首先把人体看成一个整体，把五脏六腑和四肢百骸看成是密不可分的，才能得出“敲胆经，治百病”的结论。

只有用中医的整体观考察疾病，才能得出科学的和符合实际的结论。

“病来如山倒”说的是人体平衡一旦被打破，病的出现是很快的。

“病去如抽丝”说的是脏腑之间是互相制约的，人体不会让某一器官倾尽全力去治愈当前的病变，而是在一种动态平衡中，慢慢恢复。

这也证明了，头痛医头，脚痛医脚是多么的片面和荒唐。

病灶在某一脏腑里，光治疗那一个脏腑，用药增强那一个脏腑的功能，是不够的。

因为那一个脏腑的能力要听从身体的整体安排，身体的恢复总是螺旋上升，所以只有从总体上治疗，才是治病最好和最快的方法。

“敲胆经”就是最好和最快的方法。

为什么呢？

因为身体和它的脏腑的能量来源是营养的吸收，营养足够，血流量大了，身体才能足够的血量和气机，来修复受到的损害。

当人体的气血不够时，这时人的生命能量会被用在最需要的地方，其他次要的地方就无暇顾及了，于是造成了糖尿病、尿毒症、肥胖、肿瘤等病症。

只要挡人体的血流量够了，血液才会多些进入肝脏等器官，修复那里的病灶。

所以，治病的根本是敲胆经。

<<敲胆经治百病>>

内容概要

现代人越来越重视养生保健了，人们为了寻求健康保健逐渐对中国传统的按摩、针灸、刮痧等方法感兴趣。

不过对针灸、按摩治病很多人还都持有怀疑态度，有很多人在采用针灸、按摩等方法治病，感觉效果并不是十分理想，这是因为他们没有抓住针灸、按摩治病的根本——首先要解决提升人体气血能量的问题，也就是中医里经常提到的扶持人体“正气”，利用人体本能来解决人体自身的疾病和健康问题。

在《黄帝内经》里我们看到，两千多年前我们的先人早就对胆的问题给予重视，提出了“凡十一脏取决于胆也……”等观点。

可以说，敲胆经是身体调节的先决条件，通过早睡、按摩心包经等方式来增强身体气血能量，最后经过人体经络按摩的疏通等，达到调治疾病、健康、养生、长寿的目的。

《敲胆经治百病》先从总体的理论入手，是为了让读者明白敲胆经的重大意义。

中医的整体观的运用，又不仅仅是敲胆经，它的运用还有很多。

比如某一症状，对应相应的脏腑，就能找到病灶，但是要消除病灶，还需要知道五脏六腑的密切联系，最后才能治愈疾病。

还有在具体病症的分析上，都逐一运用了五脏六腑密切联系的理论。

本书同样列出了常见病的经络保健方法，这些方法，都是从实践中总结出来的，很值得参考。

<<敲胆经治百病>>

书籍目录

第一章 人体的经络与疾病 病是经络不通 通经络要气血足 气血足要敲胆经 人体健康取决于血流量 怎么“看”出血流量够不够第二章 敲胆经治百病 常敲胆经、按肝经 常敲肝经 常敲胃经 按压心包经一 养成子午睡的好习惯 腹式呼吸荣九经第三章 经络按摩提高身体健康层次 由症知病，找到病灶 按压经络消除病灶 长寿明星：合谷内*足三里 结束亚健康保健要穴 小儿保健的金子：捏脊法第四章 疾病的经络原理与养生 五脏六腑对应五行 五脏六腑的季节养生第五章 经络按摩保养五脏 五脏六腑以经络相联系 心脏最忙碌，增强心脏搏动力 肾脏最藏精，增强肾脏藏纳力 肝脏最解毒，增强肝脏解毒力 脾脏最免疫，增强脾脏运化力 肺脏最布水，增粥肺腑缩张力第六章 常见病的分析与治疗 月经异常 高血压第七章 消除症状的按摩自疗法第八章 美容美体的按摩方法

<<敲胆经治百病>>

章节摘录

许多婴儿很容易拉肚子，多数情形就是在排泄寒气，是肠胃畅通的特征，但是人们却认为是婴儿肠胃不好。

婴儿看起来很弱小，我们就误以为他们没有抵抗力，其实他们的器官都是新的，多半都处于最健康的状况，他们的反应都是人体正常的功能，只是我们不了解而已。

当婴儿水泻时，我们总认为可能是他吃坏了肚子，而没有注意是受了寒气。

有些人肠子里堆了太多的脏东西，寒气不能顺利排出，就会出现打喷嚏、流鼻涕等各种感冒的症状。

大多数人都属于这类。

这类人在感冒过后，如果寒气最终被驱除出去，就不会在身体留下任何后遗症。

如果中途利用药物将症状缓解，阻止了身体排泄寒气的工作，症状消失了，但是寒气却长留体内，就会形成肺里的实症。

第三类是身体血气很弱的人，当寒气或外邪入侵时，身体根本没有能力将寒气排出体外，寒气长驱直入，因此也没有症状。

有些人黑黑瘦瘦的，皮肤粗糙甚至有斑点，可是从来也不感冒，就属于这类。

激烈的症状只有在身体有能力排除疾病时才会产生。

当人体没有能力排除疾病时，即使病仍留于体内，身体也不一定会有不舒服的症状。

这种有病无症的现象除了感冒以外，几乎所有的病都可能这个现象。

只有人体血气够，才有能力排除疾病；人体排除疾病时，才有让人不舒服的症状。

大多数人认为所谓的“症”，是指让人有不舒服的感觉，事实上并不是所有的“症”都会让人不舒服。

例如前面所说的黑黑瘦瘦，皮肤粗糙有斑点的人，这些外表的特征就是肺气虚弱的症状。

其它如肥胖的部位、体形、脸色、大小便的形状、颜色、粉刺等，都代表了某一脏器疾病的症状。

<<敲胆经治百病>>

媒体关注与评论

敲胆经这么一件小事，一个小小的动作，既不需要花钱，也用不了几分钟，为什么有那么大的功效，因为它是人体健康的保证，《黄帝内经》上讲：“凡十一脏，取决于胆也。”

人体的心、肝、肺、脾、肾等等，每一个脏腑都各司其职，哪一个脏，哪一个腑不重要？

按我们的想法应该是心脏第一，为什么把胆囊提到那么高的位置？

想通了也就理解了。

——《人体使用手册》作者吴清忠 《黄帝内经》上有一句话：“凡十一脏，取决于胆也。”

说明在古代，人们就已经认识到胆囊的重要性，我们人是活体，活体要生存下去的第一环就是要有氧气、水、养分，自然界有我们所需要的水与氧气，养分就要靠我们吃下去的食物消化、分解、吸收，这本来是人的本能，但是当胆囊受到伤害时，我们吃下去的食物不能很好地分解，也就不能被我们吸收利用，一个人长期得不到足够的养分，他的生存就要发生问题。

——“循经指压健康疗法” 创始者 陈玉琴

<<敲胆经治百病>>

编辑推荐

洞悉胆经里的健康秘密，《敲胆经治百病》是一本从根源上细说疾病的亚健康的养生书。敲胆经，人类健康长寿的秘诀。

“循经指压健康疗法”创始者陈玉琴，《人体使用手册》作者吴清忠，大力推荐的保健手法。

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>