

<<新医学气功>>

图书基本信息

书名：<<新医学气功>>

13位ISBN编号：9787802116245

10位ISBN编号：7802116244

出版时间：2008

出版时间：中央编译出版社

作者：杨峰

页数：301

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>

<<新医学气功>>

内容概要

中医，西医和气功三方面相结合，融气功修炼与强健身心和防病治病为一体的独特的新医学气功疗法。

应用于预防医学、临床医学、基础医学、康复医学、老年医学和特种医学等领域。

经过长期临床实验和多年推广应用的实践结果证明。

这一新医学气功疗法不仅在临床治疗中有着神奇的魅力和效用，而且在攻克和诊治许多疑难杂症和疑难绝症上更是技法独树一帜、效用独特显著。

<<新医学气功>>

作者简介

杨峰，中医世家第9代传人。他创编的新医学气功将中医理论、经络、穴位、子午流注与气功修炼紧密起来，使之成为养生、健身、祛病、益寿和修炼的捷径。

<<新医学气功>>

书籍目录

序言 第一章 医学气功发展概况 第一节 医学气功理论的形成和应用 一、《黄帝内经》 二、《道德经》 三、《参同契》 第二节 医学气功的发展 一、两晋与南北朝时期 二、隋唐时期 三、宋金时期 四、明清时期 五、辛亥革命以后 六、20世纪50年代以来 第二章 医学气功的基础理论和学说内容 第一节 阴阳五行学说 一、阴阳学说的基本内容 二、气功实践中的阴与阳 三、五行学说的基本内容 四、五行与气功实践 第二节 脏象学说 一、心与小肠 二、肺与大肠 三、脾与胃 四、肝与胆 五、肾与膀胱 六、三焦 七、气、血、津液 第三节 经络学说 一、经络学说的形成和发展 二、经络学说的意义和作用 三、经络系统的部位分布和主要内容 四、习练气功常用的经络与穴位 第三章 医学气功形成与发展的基础 第一节 健康源于静动平衡 一、长寿在于运动 二、长寿在于心静 三、长寿在于平衡 四、关于六种平衡的内容概述 五、新医学气功与人的生命运动的关联和规律 第二节 新医学气功形成与发展 一、气功的“气”字释义 二、气功的“功”字释义 三、新医学气功的纲领概述 第四章 新医学气功的功能和效用 第一节 新医学气功的功能 一、扶正祛邪,强身健体 二、疏通经络,调和气血 三、松弛身心,消除紧张 四、增强机能,调节自我 五、提高储能,降低代谢 六、发挥潜能,改进控制 第二节 新医学气功的效用 一、新医学气功对少年的效用 二、新医学气功对青年的效用 三、新医学气功对老年的效用 第五章 气功锻炼的基本方法 第一节 调身 一、卧式 二、坐式 三、站式 四、步行式 第二节 调息 一、自然呼吸法 二、腹式呼吸法 三、呼与吸的练习与应用 第三节 调心 一、意松静法 二、意守法 三、意气循经法 四、意想 五、意守呼吸法 六、意喉吞气呼吸法 第四节 练功指津 一、气功锻炼的基本原则 二、气功锻炼的基本要领 第六章 静功功法 第一节 初级荷花功 一、对荷花功的认识 二、初级荷花功功法 三、练功时的动作 第二节 中级荷花功 一、预备式 二、顶天立地荷花开 三、脚下旋起金莲座 第三节 荷花功站桩 一、预备式 二、顶天立地荷花开 三、脚下旋起金莲座 第七章 动功功法 第一节 新医学气功的概念 一、新医学气功的动功原理 二、新医学气功动功的特点 第二节 新医学气功的动功功法 一、新医学气功的动功功法九节 二、新医学气功的动功释义 第八章 常见病的气功疗法 第一节 子午流注气功导引推拿法 一、纳支法 二、补母泻子选穴法 三、主辅选经取穴法 四、母子经配法 五、开穴通络法 六、内外经脉导引法 第二节 神经系统疾病的气功疗法 一、精神失常、癫狂病和高热所致的狂躁病的气功疗法 二、瘫痪及小儿麻痹后遗症的气功疗法 三、抑郁症的气功疗法 第三节 消化和内分泌系统疾病的气功疗法 一、糖尿病的气功疗法 二、再生障碍性贫血的气功疗法 三、用药物结合练气功治疗脾亢切除术后高热一例 四、用“631”乙肝冲剂结合练新医学气功治疗乙型肝炎患者270例分析 五、浅谈治疗乙型肝炎用药与练功的具体施法 六、用新医学气功疗法治疗肝硬化腹水 第四节 心脑血管系统疾病中风病的气功疗法 第五节 疑难杂症和疑难绝症的气功疗法 一、类风湿性关节炎的气功疗法 二、癌症及艾滋病的气功疗法 第九章 内气外放与气功偏差的防治 第一节 内气外放 一、气功外气治疗简史 二、施用气功外气的物理和生物效应 三、气功外气的临床概念 四、发放外气的方法、途径及注意事项 五、气功外气的功法训练 六、利用外气诊断疾病 七、利用外气治疗疾病 第二节 气功偏差及走火入魔之防治 一、偏差产生的原因 二、偏差与不良反应 三、偏差的预防 四、纠正偏差的措施 五、练功中的所谓走火入魔 第三节 五种疑难杂症的特色诊断和特效治疗 一、头痛病 二、失眠症 三、健忘症 四、痴呆症 五、积聚症 附录：在有关学术会议上宣读的论文 后记：一代名医济苍生——访安徽省阜阳市自然医学研究会会长杨峰

<<新医学气功>>

章节摘录

第一章 医学气功发展概况 在人类文明萌芽时期，人们就知道，打呵欠、伸懒腰配以深呼吸，闭目静坐，活动肢体关节，用手按压伤痛，会利于体力和健康的恢复，且这些动作具有保健和医疗的作用。

这些原本是出自人之本能，且又是人们自发地用来调整身心和进行保健的手段，被称为导引、桥引、按跷、案抵、服气、食气、坐忘和养气等。

其说法名目繁多不胜枚举。

后经诸子百家的宣扬，朝野上下，互相传习，儒、道、医乃至释、武诸家纷纷研究应用，并据为己有，看作秘宝。

后经推广发展，使其成为保健养生的一项专门学科。

尽管这一学科门派林立，功法多样，但都是从吐故纳新和导引着手，在调整呼吸上下工夫。

这里所讲的调整呼吸，即练气，就是习练气功。

气功在漫长的发展过程中扩增并丰富了其内容。

其中，也包含着一定的宗教内容。

但它主要是祖国医学中一项简单而又十分有效的医疗之法，是保健养生的重要手段，属于现代医学之中的预防、康复和能量的范畴之内。

剔除其某些宗教神话方面的糟粕，汲取其提高身心健康水平的精华，乃是气功研习者的历史使命。

气功科学的内涵很广泛，从保健养生和医病疗疾的实际出发，探讨它的起源、形成与发展，可以发现其在理论与实践上，与祖国医学密不可分。

经代代传习，气功疗法不仅积累了丰富的内容，而且已经成为祖国传统文化遗产的重要组成部分。

了解它的发展历史，可对它有个较全面的认识，并可为今后学习和研究气功科学打开门扉。

第一节 医学气功理论的形成和应用 从春秋、战国到东西两汉的这一时期，是祖国医学和气功科学发展较快、成就较大的一个历史时期。

春秋末年，集河图、洛书、太极八卦于一炉的《周易》一书问世。

这部书集“数理占象”之大成，提倡“一阴一阳之谓道”之说。

其哲理博大精深，常被黄老诸家以及学术界争相引用，并渗入到别的领域。

战国时期，干戈扰攘，生灵涂炭，民饥多病。

那时，不管是官家还是社会民众，他们除采用医家方药治疗疾病外，还应用导引和食气之法祛病养生。

久而实行之，此举便蔚然成风。

古人的气功实践，为认识自身生命价值，以及活动身心体能，开辟了一条重要的途径。

人体内气的升降出入，以及经络系统作用的发挥，是在其进行气功锻炼过程中由气功状态下的超常感觉而发现的。

这种现象，李时珍在《本草纲目》中称之为“内景隧道，唯返观者能照察之”。

这些发现，得到一些医家和养生家的验证，并被广泛地运用到医疗养生的实践中。

在他们的著作中，均有对气功疗疾原理和应用效果等诸方面的论述。

他们的实践和论述，大大丰富了气功学科的内容。

实践证明，古代医学与气功保健养生学理论的形成与发展，是相辅相成的，是密不可分的。

从古代医生编著《三世医学》到写成《黄帝内经》并公示于社会，就已经确立了中医学认识人体生理、病理现象和进行诊断治疗疾病的一整套基本理论。

与此同时，医学气功的理论基础，也随之形成并产生，并被认可、确立，还得到推广应用，并进行了临床实践。

.....

<<新医学气功>>

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>