第一图书网, tushu007.com

<<易经中的健康密码>>

图书基本信息

书名：<<易经中的健康密码>>

13位ISBN编号：9787543956117

10位ISBN编号：754395611X

出版时间：2013-1

出版时间：辽宁教育出版社

作者：满江，易磊　主编

页数：245

字数：210000

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《易经》被称为群经之首，是经典中的经典，更是中华养生学的源头。
满江和易磊主编的《易经中的健康密码》依托《易经》中的阴阳平衡养生原则及理论。
结合现代医学、营养学、养生学理论，让您收获“抗阴保阳防衰老”的养生智慧，掌握“大脑不衰，身体不老”的生命密码。
本书内容严谨、通俗易懂、图文并茂，可谓“一看就懂。
一用就灵”的健康宝典。

作者简介

满江，主任医师。
1936年生。
原名土荣华。
字丕玉，号一康，中国名医研究所特约研究员，中华医学会会员，中国抗衰老科技学会山西分会常务理事。
中国中西医结合学会忻州分会副理事长，北京市土荣华中医药研究所所长。

第一图书网, tushu007.com

<<易经中的健康密码>>

书籍目录

第一章 《易经》全息原理与疾病预防
第二章 《易经》天人原理与十二时辰养生
第三章 《易经》八卦原理与体质养生
第四章 《易经》阴阳原理与对抗衰老
第五章 《易经》五行原理与脏腑调养
第六章 《易经》导引原理与经络养生
第七章 《易经》仿生原理与动静养生
第八章 《易经》道德原理与情志养生

章节摘录

版权页： 插图： 为离宫为火，然这里妙在调以炒熟麦面，因将熟麦面一经火炒，麦虽有本性之寒温，但主体变成了火气，可代表心谷，此是药与人身之病心火合一了。
这样将炒麦面与朴硝、白硝配合在一起，就构成了五行水克火，这样在人服下前就调和了朴硝、白硝的寒性，不致直接去克人体的心火了。
再看药方所使用的药量也是有着玄机的，朴硝200克（四两），白矾50克（一两），炒熟麦面200克（四两），合之数为九数为离为火为心，但又均是寒性之物，可见数理之性亦是与所治之身体之器官的五行之数是统一的，取朴硝200克（四两），白矾50克（一两）之理在于白矾占一个白字多少有些金气，寒性较强，故少取为佳以免伤着离火，再加之50克（一两）之数亦是坎宫水旺之数，朴硝200克（四两）与白矾50克（一两）合之为五数为土之数，亦是先天八卦巽木之数，均有制水生火之象。
因炒熟麦面是掺而用之的，故与硝同量，又合为八数，为坤土，故有养脾胃泄心火之用，同时又有防朴硝、白矾寒气太旺之功。
炼蜜为丸，为寒气调合好藏于土中，如四柱命学中的旺火可用湿土去泄一样，15克（三钱）重，亦有玄机，三者为震木之数，又为离火之数，既有木火相生之用，又有木制旺土发挥寒水降心火之功。
之于此，阴阳对养生意义可见一斑，医《易》相通可见一斑。
难怪乎《黄帝内经》在其前篇就说“故阴阳四时者，万物之终始也，死生之本也。
逆之则灾害生，从之则苛疾不起，是谓得道。
道者，圣人行之，愚者佩（背）之”。
正是站在医《易》相通的高度，方解古人说“不明易者，难为良医”的道理所在。
气，象形。
甲骨文、小篆字形。
像云气蒸腾上升的样子。
《说文解字》说：“气，云气也”。
又按解说“云者，地面之气，湿热之气升而为雨，其色白，干热之气，散而为风，其色黑。
”对于气，先哲普遍认为，气无处不存在，气构成万物，气不断运动变化。
《老子》云：“万物负阴而抱阳，冲气以为和。
”

编辑推荐

《易经中的健康密码》内容严谨、通俗易懂、图文并茂，可谓“一看就懂。一用就灵”的健康宝典。

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