

<<黄帝内经 使用手册>>

图书基本信息

书名：<<黄帝内经 使用手册>>

13位ISBN编号：9787883528586

10位ISBN编号：7883528580

出版时间：2008-4

出版时间：成都时代出版社

作者：黄海涛

页数：184

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>

## <<黄帝内经 使用手册>>

### 内容概要

中华解读《黄帝内经》第一人不可撼动的经典力作，秉持不朽经典，泽被亿万苍生，流传数千年，中医奠基之作《黄帝内经》养生宝藏的古法今用，启动人体自愈大药，祛病延年。

史上最贴近老百姓、最通俗易懂、最风趣幽默的大智慧，以一种大道不远人的方式，既让读者领略中华传统文化的智慧玄妙，又能掌握养生保健的实用技法。

百万畅销经典再版。

独到的国学医术，任何疾病都可以从中找到治愈方案，祛病养生。

全面传授中医养生经络与大穴的使用方法。

储备人体原始能量最安全的十二经脉及所属穴位全面揭示，找到人体运行根本命脉，打通全身奇经八脉，对症取穴，通治众病。

不传养生祛病验方，九大科目四十八种常见病、慢性病及疑难杂症经络健康疗法图文演示。

## &lt;&lt;黄帝内经 使用手册&gt;&gt;

## 书籍目录

第壹章 经络，也许是“上天的恩赐”1.不仅决定生死，还是百病之源——从《黄帝内经》看经络2.谁找到经络，谁得诺贝尔奖3.经络到底是什么结构？4.经络理论中的阴阳、五行思想5.“回归自然”的经络疗法6.经络就是我们的“贴身保镖”7.经络养生作用大8.动植物身上也有经络

第贰章 媲美西医解剖学的经络学说1.破解经络起源的“达芬奇密码”2.经络就是一个城市的供排水系统3.正奇有别——经络分类讲究多4.十二经脉就是十二条河流5.奇经八脉是八条地下河6.大海不厌细流——十五络脉及其连属部分7.五脏六腑——一人体的供电站和交通队8.大河的支流——经别、别络的大体走向9.运动专家——十二经筋与十二皮部

第叁章 穴位，到底有什么神秘之处1.“武林”中广为流传的神秘经？2.千奇百怪的穴位3.穴位命名，好比造字4.既预防，又治病——穴位的作用5.是什么穴位，就治什么病6.关于本书中腧穴定取方法的介绍

第肆章 人体运行的根本保证——十二经脉及所属穴位1.总管人体的手太阳肺经2.贴身护卫大肠和肺的手阳明大肠经3.人的气血之本——足阳明胃经4.统摄肌肉健康的足太阴脾经—5.主宰人体的手少阴心经6.清热宁心的手太阳小肠经7.主宰体液运行的足太阳膀胱经8.人体元气之本——足少阴肾？9.心的守护者——手厥阴心包经10.护卫头脑的手少阳三焦经11.消化总管，情志主脑——足少阳胆经12.藏血守神的足厥阴肝经

第伍章 成不了高手，也能养生——打通任督二脉的好处1.女子的生养之本——任脉2.总督人体情、意、思的督脉3.疗效特殊的经外奇穴

第陆章 做自己身体的主人1.经络使用，我们自己做2.有什么病就敲什么经3.敲经络可治未病之病4.最简单和最有效的手法5.一学就会的经络刺激法6.敲经络可以让人的平均寿命再延长10年7.使用经络穴道时的注意事项

第柒章 求医不如求己——经穴健康疗法1.呼吸消化系统2.循环系统3.神经系统4.内分泌系统5.运动系统6.泌尿及生殖系统7.皮肤科8.五官科9.美容

## <<黄帝内经 使用手册>>

### 编辑推荐

阳气不足，湿邪不去，吃再多药品补品都如隔山打牛，绝大多数的疾病都可以从养护阳气、祛除湿邪的角度防治，培固自身阳气，就是开启人体自愈大药、抵御病邪的不二法门。

《黄帝内经》养生宝藏古法今用，日常百病对症取穴、按摩方案，最实用的人体十二大经络实用技巧。

中国《黄帝内经》解读第一人，圣手名医最新力作，提供最适合中国人的养生方案，全身经络推拿理疗技法完整示范。

<<黄帝内经 使用手册>>

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>