

<<图解经络康寿盛典>>

图书基本信息

书名：<<图解经络康寿盛典>>

13位ISBN编号：9787509135129

10位ISBN编号：7509135125

出版时间：2010-3

出版时间：明杉 人民军医出版社 (2010-03出版)

作者：明杉

页数：335

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>

## <<图解经络康寿圣典>>

### 前言

每一个人都有生病的经历，感受过疾病带来的痛苦，正因如此，健康才成为人们的最大追求目标。几千年来，人类一直在和疾病抗争，一直在寻求一种不生病、少生病的方法，遗憾的是，这个愿望一直未能实现。

医学名家曾多次指出：最好的医生是自己。

可是，这能实现吗？

我是一个经历过生死离别的人。

1993年，我的老伴突然因脑溢血故去，从那时起，我就下定决心去寻找这条路。

期间，曾创立了“生命平衡期学说”，从理论上解决了，人为什么能活到天年和怎样活到天年这两个问题，但是，它不是也不等于具体的健康保障。

随后，又认真总结了古今中外的康寿经验，编著出版了《康寿圣典》（中医古籍出版社），应该说，它还是算不上最具体的保健方法。

直到2008年春天，一个非常偶然的的机会，使我发现了这个甚为好用和有效的方法，这个方法就是，经络+磁针+天然药物。

一经验证，不仅卓有成效，而且极易掌握。

于是，我停止了手头的一切工作，坐下来认真学习，深入研究，并进行了尽可能多的交流与实践，并于日前完成了《图解经络康寿圣典》的编撰。

经络学说是中医的重要理论，它的最大特点是摸得着，看得见，只要告诉你方法，你就能准确地应用。

生命是什么？

气血而已。

经络是五脏六腑，四肢百骸的通道，只要气血充足、畅通，身体就不会生病。

## <<图解经络康寿圣典>>

### 内容概要

《图解经络康寿圣典》介绍了经络是五脏六腑，四肢百骸的通道，健康贵在经络通畅；磁针是传统针灸针的换代产品，是保证气血畅通的现代医疗器具，更是经络畅通的助推器；怎样运用手诊学会为自己诊病；常见病的磁针治疗和调养；保健养生的常用中药；图解腧穴定位速查。其最具特色的是，采用全新的图解方式，指出了人体经络的具体位置和运用磁针诊疗治病的方法，让自己成为自己的医生。

《图解经络康寿圣典》是渴望健康长寿的人们进行自我保健防病治病最佳读本。

<<图解经络康寿圣典>>

书籍目录

第一章 治疗康寿的气血通道——经络第一节 十二脏腑的经脉第二节 奇经八脉第三节 骨度寸法第二章 经络治病养生的高科技产品——磁针第一节 磁针能最有效地调动人体自我修复的潜能第二节 磁针的治疗养生十三法第三节 常见病的磁针诊断法第三章 学会手诊——最好的医生是自己第一节 手诊入门第二节 诊断诊断第三节 腧穴治疗组方第四章 常见病的磁针治疗与调养第一节 常见病的磁针疗法第二节 磁针的经络养生保健法第五章 康寿延年的天然药物——中药第一节 补气益肾安神助阳的中药第二节 益精活血补肝肾的中药补第三节 滋阴生津润燥的中药第四节 补肾壮阳强筋健骨的中药第五节 固精止带收敛止血的中药第六节 活血化瘀除烦安神的中药第七节 其它益寿延年的中药第六章 图解腧穴定位速查第一节 快速数码检穴法第二节 图解快速数码检穴

## &lt;&lt;图解经络康寿圣典&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：第二节 精活血补肝肾的中药一、当归【性味】甘、辛。

【归经】心、肝经。

【功效】补血、活血、调经止痛。

【成分】主要成分为挥发油，由中性油、酚性油、酸性油组成。

水溶性成分有阿魏酸、丁二酸、菸酸、尿嘧啶、腺嘌呤、豆甾醇-D-葡萄糖甙，香荚兰酸、钩吻荧光素等。

尚含当归多糖，多种氨基酸，维生素A、维生素B12维生素E，以及人体必需的多种元素。

当归补血活血，调经止痛，为妇科圣药。

美国人则更形象地说：当归是女性人参。

《名医别录》言其“补五脏，生肌肉”。

医学家甄权云：“补诸不足。”

“《大明本草》更言“治一切风，一切血，补一切劳，破恶血，养新血”。

所谓生命，气血而已。

由此可知，血液是一种决定生命盛衰的物质，营养成分靠血液输布；废物排泄，靠血液输出。

血液充足，质量纯高，是康寿天年的首要条件，只要具备了这两点，心脏就不会停止跳动！

可以说，人能不能健康长寿，当归当着半个家。

现代药理研究，尤其证明了这一点：1.当归有降低血小板凝集和抗血栓作用，促进血红蛋白及红细胞的生成；2.当归浸膏对实验动物有显著扩张冠脉作用，增加冠脉血流量，有抗心肌缺血、抗心律失常作用；3.所含阿魏酸能改善外周循环；4.降低血压；5.有一定的抗氧化和清除自由基的作用；6.对实验性高脂血症有降血脂作用；7.阿魏酸还具有抑制肝脏合成胆固醇的作用；8.对非特异性和特异性免疫功能有增强作用，当归多糖可使实验动物的白细胞、网织红细胞增加，且能显著提高单核吞噬细胞的功能，对淋巴细胞有较强的活化作用；9.能促进肝细胞再生和恢复肝脏某些功能；10.当归还有镇静、镇痛、抗炎、抗缺氧、抗辐射损伤、抗肿瘤、抗菌等作用。

【用量】5～15克。

或丸或散。

【用法】一般生用，酒炒可加强活血作用。

<<图解经络康寿圣典>>

媒体关注与评论

天年莫道最难求，大关百岁卡更收，君应去神州。  
萧鼓迎佳俦。  
伯阳千载门生众，抬头挺秀松不老，有明杉、何须烦愁！  
笑嬴政、更笑王侯。  
寿路斧开万里，喜看夕阳灿烂，颐期正启春秋。  
绚丽必沐寰球。  
——《风人松明杉》曹克

## <<图解经络康寿圣典>>

### 编辑推荐

《图解经络康寿圣典》编辑推荐：一部无师自通实用圣典 br 经络+磁针+天然物，一种完美无缺的健康长寿指南。

br 胜过求医的养生宝典 br 最实用、最全面、最科学的家庭医疗保健 br 磁针是健康的闺蜜，经络是长寿的红颜。

与闺蜜牵手相伴，和红颜一路随行，美丽人生尽在眼前。

br 也许您正在为赶走疾病这个不速之客，绞尽脑汁、煞费心机..... br 也许您正在为和健康有个美丽约会，翻阅各种保健书籍，拜访各位专家..... br 也许您正为青春永驻，容颜不老，奔走于各大养生馆，美容院..... br 对此，我们特意为您编撰了这本《图解经络康寿圣典》，相信，在《图解经络康寿圣典》的指导和关爱下，磁针这个安全、简单、方便的经络助推器，会助您走出茫然，带您开拓出一片经络养生的世外桃源，健康长寿的美丽人生。

<<图解经络康寿圣典>>

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>