

<<深入腹地>>

图书基本信息

书名：<<深入腹地>>

13位ISBN编号：9787513206167

10位ISBN编号：7513206163

出版时间：2011-11

出版时间：中国中医药出版社

作者：田原

页数：237

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>

<<深入腹地>>

内容概要

“田原寻访中医”走在路上将近八年的时间，从今天开始，我将把这些优秀的中医人逐一介绍给全国的读者和观众。

内心深处，我更愿意跟大家说一说中医人以震他们的过往人生。

当然不妨碍他们为观众提供方药、穴位、保健方法。

只是我更想跟大家分享他们的中医生之路：因为每一个优秀的中医人都有他独特的、精彩的关于生命与健康的探寻，有着大智大勇的跌宕人生，可以给很多年轻人带来启示。

薄智云这个人，用心，执拗。

这是我写作这本书的动力之一。

他几乎把自己的生活全部投入到了中医事业中，而且有所担当。

他大胆而心细，对传统经络的学习与研究几乎废寝忘食，在此基础上有所发现与补充。

存巴掌大的腹部，深深浅浅、左左右右、前前后后，一研究就是四十几年，都让我觉得，这是一个中医人应该走的路。

这一点也许给其他中医人带来了借鉴与思考。

这部书内容可以说非常丰富，方法也很得当，但我认为最重要的还不是方法，而是薄智云让我们重新关注生命的发祥地，穿越岁月的光阴，轻轻对接上前世今生的能量。

我们回到了幼年，回到了母亲体内，我们会去静静聆听原来的那个我。

<<深入腹地>>

作者简介

田原，中国医药科技出版社中医药文化编辑中心主任，著名中医文化传播人。

创编中医文化书籍40余部，800余万字。

其作品曾获全国报刊业“最佳畅销书”。

“建国60周年图书策划创作奖”等多项国家奖。

“田原寻访中医”系列图书在中国大陆及港澳台地区广泛发行，其文字真挚、朴实、通俗易懂，于深入浅出中给读者以耳目一新的解困之道，产生了较大影响。

近几年在民间中医生态领域不断挖掘，主编出版了《中医人沙龙——民间中医》系列读本，成为众多读者的每季关注、书架珍藏。

<<深入腹地>>

书籍目录

第一章 藏在肚子里的秘密

1. “入静三部曲”安抚颈腰椎
- (1)拍肩醒脑法
- (2)浴面回神法
- (3)“梳”理睡眠法
2. 软椅子坐出来的颈椎病
3. 感悟自己身体的节奏
4. 肚皮里有个3D世界
5. 肚子是生命的“配电箱”吗？

6. 肚脐的前世与今生
7. 让肚子停留在青葱岁月
8. 腹中惊现后天八卦图
9. 跟胎儿学习生命的进化
10. 脐带上开出的“五脏莲花”
11. 红颜，来自于温暖的腹部
12. 经络里流通着生命的信息

第二章 神龟发现之旅

13. 小小银针惊天下
14. 点击肚皮治腰病
15. 一针针画出神龟
16. 在肚子上发现新穴位
17. 肚皮上藏着天人地
18. 神龟治病，不痛不痒
19. 刺穴其实就像钓鱼
20. 什么叫握针如虎？

21. 扎针也得开处方
22. 方寸之间有标准
23. 让导弹再准一点
24. 选对针具就搞定一半
25. 医生端的是玻璃碗

第三章 从肚脐出发

26. 唤醒腹部的神奇力量
27. 纯净的气血才能帮你
28. 体内水火可以相容
29. 温暖才是腹部的最好保护
30. 重新学习穿衣吃饭
31. 小呼吸有长寿大学问
32. 摩腹，用手和肚子说会儿悄悄话
- 小病先伤络脉，经脉别乱动
- 轻轻地拍，让络脉恢复生机
33. 拨对生命的电话号码
34. 治病如救火气血即是水
35. 四个穴位治脑瘫

<<深入腹地>>

36. 教你自查经络异常

37. 送给3D肚子的全能养生操

激活任脉，气血活泼，痰湿没了踪影

胃气通，排浊升清，手脚暖，精神足

摩脾胃，揉肝胆，驱散湿热的雾气

拉肚并非一止了之，便秘也非一泻完事

顺时调脑便养生

第四章 献给爸妈。

健康全家

38. “病”不是人生的必然

39. 你需要一位养生辅导员

40. 腹部，重大疾病的发源地

41. 小儿腹泻，揉揉肚子捏捏脊

42. 孩子出门前，先搓一搓脖子

43. 一根火柴治胆囊不适

44. 胆结石都是大油养的

45. 轻轻揉出清爽的肝胆

46. 小心!病从鼻入

47. 找到鼻子的四个卫兵

48. 不动声色治“心病”

49. 按腹激活腰、背、腿

50. 改写“花不花，四十八”

51. “鸣天鼓”巧妙治耳鸣

52. 让易筋经教你温暖手脚

53. 家常点穴，急救扭挫伤

54. 三步绕开中风和心脏病雷区

55. 送给妻子的暖宫调经套餐

56. 男人再阳刚，也怕气血僵

第五章 特别的学问给特别的你

57. 先天经络的发现

58. 抓住了总的原则，也就抓住了不变之道

59. 但求真正的中医哲学思维

60. 先知其然，后知所以然

61. 将阴阳五行理念具体化

62. 老专家和小朋友的任务

63. 三个月只给我练好取穴

64. 做实实在在的保健方法

附文腹针疗法之我见

1. 理论上创立了先天经络学说(理论)

2. 临床上发明了“神龟图”

3. 方法上体现了中医防治疾病精髓，脏腑经络局部同时并举

4. 使用上无痛、安全、有效成为腹针疗法一大特色，患者乐于接受

5. 取穴上突出规范化操作特点

揭秘“腹地”的新生之旅

<<深入腹地>>

章节摘录

我们以前的外科老主任，今年90多岁，上世纪70年代的时候编了句顺口溜，他说：我们从事医学这个行当，好比“怀抱玻璃瓶，常在冰上行，要想摔不倒，时刻要小心”。

这个比喻形容得非常恰当。

我们抱的不是铁饭碗，这些小朋友，辛辛苦苦读了这么多年书，费了好大劲儿考了个执业医师，慢慢熬，熬到副主任医师、主任医师了，一个重大医疗事故，就把你给葬送掉了。

有没有这样的先例啊？

很多。

那是铁饭碗吗？

不是，而是玻璃饭碗，脚底下走的路，还不是很平坦啊。

过去我们讲，做医生越做越胆小。

一开始，初生牛犊不怕虎，遇上几件事，就知道害怕了。

那会儿，1996年，我带着几个小徒弟进了北京，在老人医院，干啥呢？

当时他们学的第一件事--参与抢救病人。

他们有很多时候抢救不了，就这样眼睁睁地看着病人过去了。

这段经历很重要。

什么是危象，什么是三衰病人，如何进行抢救，都看到了。

要不病人来了以后，本身出现了危象，你还在那儿说“扎两针就好了”，乱讲话，脑袋里边缺根弦。

作为一名大夫，得先学会抢救。

如果你抢救不过来，你把你能做到的做了，该转到大医院的，就转大医院去。

所以我培养这帮小朋友，从一辈子平平安安地从事这个职业开始训练，如果有条件，先把他们轰到ICU，锻炼个一年两年，完了再学针灸。

第一步搞明白了，一辈子安全，才能把医生这个职业做得很好。

田原：我看腹针的介绍资料有这么一句话：安全、无痛、快捷、高效。

安全摆在第一位。

薄智云：对。

医疗这个行当，它对安全性的要求非常高。

我们任何一种方法，第一条，就是要进行安全性评价。

这个方法再好，不安全，完了，很容易出问题。

我们腹针，选择在腹部扎针，它最大的好处，就是安全。

在世界上，不管走到哪儿，我这方法都是安全的。

第二才是无痛，没有痛苦，才谈高效、方便快捷。

若干年以前，有一个学腹针的学生，开了个诊所，搞得不错，自己诊所里边床不够用了，邻居说你上我家给我扎一下吧。

这学生脑袋一热，就跑到他家，没想到这次扎完后，邻居突然心脏病发作，家人跑到他的诊所，找不到他，他不知又跑到哪儿扎针去了，找到了，病人已经过去了。

家人一打官司，虽然跟腹针没太大关系，但你有责任啊，为什么找不到你！

结果，赔了很多钱，在那个地方也看不病了。

好不容易弄个窝，十几年打造的品牌，一下就没了。

所以，一旦涉及人的问题，首要保证安全。

我们国家医药行业，最近几年出了很多的事。

一个大的药厂里边，一个产品一年的产值十几二十个亿的，结果其药品出了两个严重不良反应事件，一下子厂子就倒了。

安全重要不重要？

我们想想就知道。

……

<<深入腹地>>

<<深入腹地>>

编辑推荐

在我们的肚皮上，悄然潜藏着一个怎样的人地？

在我们呱呱坠地之后，从脐这个休眠的命蒂还埋藏着什么玄机？

在我们所熟知的传统经络之外，腹部--人体第二大脑的网络又是哪般神奇的模样？

深入腹地3D世界，为您解开生命原点的秘密 北京卫视《养生堂》今秋真情播放 优秀中医
人，破解腹部的健康玄机，轻“掸”腹部去疾患 40年研究成果3年跟踪追问 打开生命原始“能
量库”

<<深入腹地>>

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>