第一图书网, tushu007.com

<<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：9787545202175

10位ISBN编号：7545202171

出版时间：2009-3-1

出版时间：上海锦绣文章出版社

作者：武国忠

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

内容概要

独到的道家医术，《黄帝内经》养生宝藏的古法今用，任何疾病都可以从中找到治愈方案，祛病养生。

灵龟八法——储备人体原始能量最安全的八个养生大穴，打通人体奇经八脉与十二正经，八个穴位统治众病。

三阳开泰——治病不疗心，等于扔黄金。
改变人生命运，升腾全身阳气的心法秘传。

改良周公百岁酒——来自仙家不传六耳的养生验方，迅速祛除体内湿邪，充足阳气，堪称“世间第一回春酒”。

仙家入手第一招：历代修炼家都视为珍宝，将养生保命的阳气固藏在体内的“种阳秘法”。

抱住健康养生桩——拳道通于仙道，意拳养生不传之秘。
无数患者的体验证明，这个融武术健身、中医养生、道家修炼为一体的养生桩，是目前所有调整身心方法中最简捷、最便利、最安全而且见效最快的一种方法。

增强孩子的自愈能力，让孩子聪明健康、茁壮成长的三大玄机。

4种让父母免受求医无果之苦的法宝，直捣病灶，一招制胜。
是您献给父母的长命护身符。

5份道家中医秘而不宣的有效食疗养生套餐，让您有病祛病，无病强身。

8种慢性病丹道中医祛病绝招+1种病后快速痊愈法，贴心守护全家“真阳之躯”，一学就会、一用就灵，是您爱不释手的居家必备药箱。

8种丹道中医养颜大法，福佑您的爱人永远健康年轻，青春永驻。

32个丹道中医养生大穴的使用方法，开启您健康长寿之门，最实在的方法只献给最亲爱的人，送给自己和孩子，同时也送给日夜操劳的父母亲。

作者简介

武国忠，北京著名的孔伯华医馆的首席坐馆专家，被称为“北京最贵的医生”；曾经著有《四大名医孔伯华医案解析》、《武国忠伤寒论临床带教》等专业学术图书。

<<黄帝内经使用手册>>

书籍目录

序　黄帝内经藏大药 六经注我解玄机第1章　阳气是人身上最好的治病良药　1．80%的现代人都阳气不足——万病皆损于一元阳气　2．阳气若足千年寿，灸法升阳第一方　3．古今长寿者必灸之穴——关元、足三里的长寿灸法　4．“三阳开泰”开启人生大运——升发阳气的无上心法　5．瞬间强肾法——仙学泰斗胡海牙先生一招治肾虚　6．谁冒犯了我们的身体：阳虚的年代湿邪在作祟　7．“晨起三部曲”：自我诊断体内是否有湿的简易方法　8．薏米红豆汤——彻底疏通湿邪的神秘小偏方　9．仙家秘传周公百岁酒——养颜祛病的第一回春酒　10．有些时候，冲一冲喜比吃什么药都灵第2章　丹道医家秘传灵龟八法——八大最安全的穴位统治众病　1．八大最安全的穴位统治众病　2．照海穴——告别咽痛和失眠的强肾降火妙穴　3．申脉穴——体贴身寒多病者的纯阳大药　4．内关穴——打开心结，养颜养心的美丽穴　5．外关穴——瞬间恢复听力的“聪耳神穴”　6．列缺穴——专治落枕、偏头痛的随身医师　7．后溪穴——统治一切颈肩腰椎病的奇效大穴　8．公孙穴——摆平痛经和脾胃疾患的第一温阳大穴　9．临泣穴——一生守护身体少阳之气的“小柴胡汤”　10．仙家入手第一招——打开人体最大药库的秘匙第3章　一抱通经穴——来自武林大成拳的养生绝学　1．提心吊胆是致病的根源，无意识紧张偷走了我们的健康　2．学会放松才不病——养生桩是消除无意识紧张的最佳捷径　3．身体的守护神就是我们的心意——善养神的人才长寿　4．一抱通经穴——长生的真诀就在你的脚下　5．给学站养生桩的朋友点窍　6．知足常乐——站养生桩能最快激发人体自愈大药　7．10分钟收获一生的健康　8．拳道通于仙道——历代武学大师秘而不宣的养生绝技　9．养生桩养带脉——让身心在收束中茁壮第4章 家和万事兴——一家老小全面健康的养生方案　1．赢在起跑线上——如何让自己宝宝的禀赋得天独厚　2．会坐月子的女人才好命　3．父母做好两件事，孩子就能健康成长　4．小儿发热有时是在长“心眼”　5．轻松搞定宝宝病——神秘偏方治儿童哮喘、湿疹　6．三自甘草汤——水嫩白净小美女的养颜方　7．女人养颜要除寒——祛除黑头从温暖子宫开始　8．八髂——通治一切妇科疾病的神奇地带　9．捏脊是促进夫妻感情最好的良药第5章　世间最好的灵丹妙药都在自己身上　1．保养生命的最大玄机是辨别自己的体质　2．挺起健康的脊梁——整脊根除颈腰椎病　3．勤抓铁板肩，“擀”掉颈椎病——生活处处有中医　4．脊柱健身操——献给父母的长命护身符　5．人生无处不太极——10个手指就可以祛病强身　6．以人补人是养生最温暖的捷径　7．滋补先后天，远离糖尿病的根本手段　8．控制好身体的大气压，高血压患者就可以不必终身服药 9．祛除过敏性鼻炎病根，远离鼻炎的烦恼 10．便秘别找肠道的麻烦 11．健康男人拒绝“将军肚”——公开消除“将军肚”的速效法 12．感冒不是小病——判断与治疗风寒、风热、暑湿感冒的窍门第6章　有问题找厨房，食物是最好的药　1．“新食不见旧食”——百岁老人的长寿秘诀　2．饮食养生的最高境界是随“脾”应变　3．香脆的面包干、烤焦的馒头片和锅巴也是养生的法宝　4．人参杀人无过——补品的正确吃法　5．玉女煎——献血后调理身体不适的妙法　6．太和汤——治疗扁桃体炎，减少复发的神仙汤　7．减肥其实很简单——丹道中医让您轻松恢复窈窕身材有绝招　8．世人个个学长年，不悟长年在眼前第7章　中医的精髓教给你，你就是把大医带回了家　1．药到病除的奥秘——用心力熬出中药的灵气　2．治病不疗心，等于扔黄金——嗔怒是最大的心病　3．浊气伤人——住楼房要关好卫生间的门　4．形正气顺，病安从来——太师椅的秘密　5．阳气充足的人最有气质　6．不觅仙方觅睡方——丹道中医教你如何睡一个养生觉　7．梦是人体“病情预报机”　8．健康没有节约——谨此献给所有父母和深爱着父母的人们附录1：身体自我体检手册附录2：《黄帝内经使用手册》速查表

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