

<<武艺体仁保养术>>

图书基本信息

书名：<<武艺体仁保养术>>

13位ISBN编号：9787549607235

10位ISBN编号：7549607230

出版时间：2012-12

出版时间：文汇出版社

作者：奚雍

页数：182

字数：170000

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>

## <<武艺体仁保养术>>

### 内容概要

中华武功体疗学博大精深，源远流长，在整个国际武医学史上，已成为人类文化健康的瑰宝，它为人民的身体健康提供了可靠的保障，已经成为照耀人类体仁的一颗璀璨明珠。

《武艺体仁保养术》共十章节，内容包括武艺体仁保养术总论、点经要术、常见病及疑难症点激艺术疗法、办公族常见症自主点穴疗法、点激手法基本功等。本书给供相关学者参考阅读。

## <<武艺体仁保养术>>

### 作者简介

高级武功体疗师，出身于著名武医文化世家，青年海外学者，中国知名专家，创新不复崇尚时雍的前沿者，人文健康学倡导者，老年社会福祉领航者。

曾任职于上海扬子江武功体疗院从事科研理论工作，多次参与全国武术比赛，荣获优胜奖。

他承前启后将武功体疗凝练于健康艺术之中，独具创新引领体仁寿健时雍前沿。

以博极精深、孜孜不倦、超前思维及实践理论探索，悉心主研第一部具有科学预防学价值的《疲劳症和过劳死》、《挑战亚健康》、《健康100年》、《身心调理手册》和《办公族强身疗法》等10部著作，荣获“世界重大学术思想（成果）”大会论文特等奖，荣获中华优秀创新发展推动力人物大会论文特等奖。

作品入编《共和国拓荒者》、《中外哲理名言》等经典。

事迹载入《世界名人录》、《共和国60年重大获奖理论成果》、《世界优秀专家人才名典》、《中国艺术功勋人物》等巨著。

著写的论文入编《世界大百科全书藏典》，并被评为特等奖”。

入选《世界华人艺术家辞海》，并获金奖。

获感恩中国·2012年先进人物光荣称号。

现在海外从事健康运动和医学社会福祉的研究。

并任上海鸿博养牛艺术院名誉院长和东方网武艺学栏目主编等职。

## <<武艺体仁保养术>>

### 书籍目录

- 自序
- 第一章 武艺体仁保养术总论
  - 第一节 武艺体仁保养术的启源
  - 第二节 重视生物钟规律
  - 第三节 点激术对人体生理的功效
  - 第四节 独特的武功点激神经回春术
- 第二章 点经要术
  - 第一节 经络之源
  - 第二节 指禅功点激的镇痛奇效
  - 第三节 武功点激部位要术
- 第三章 常见病及疑难症点激艺术疗法
  - 第一节 神经衰弱
  - 第二节 瘰疬
  - 第三节 三叉神经痛
  - 第四节 脾气烦躁
  - 第五节 疲乏
  - 第六节 打噎
  - 第七节 中暑
  - 第八节 胸闷
  - 第九节 腰痛症
  - 第十节 臀部劳损
  - 第十一节 坐骨神经痛
  - 第十二节 肝炎
  - 第十三节 面瘫
  - 第十四节 中风症
  - 第十五节 武艺点激麻醉术
- 第四章 办公族常见症自主点穴疗法
  - 第一节 落枕点穴法
  - 第二节 喉咙痛点穴法
  - 第三节 肋肋胀痛点穴法
  - 第四节 积累性腕指关节炎点穴法
  - 第五节 便秘点穴法
  - 第六节 高血压点穴法
  - 第七节 痛经点穴法
  - 第八节 阻击感冒点穴法
  - 第九节 明目点穴法
  - 第十节 甲状腺点穴法
  - 第十一节 青光眼点穴法
  - 第十二节 反胃、烧心点穴法
  - 第十三节 失眠症点穴法
  - 第十四节 女性手脚冰凉晨起眼睑浮肿色斑点穴法
  - 第十五节 教你点穴人体5大保健区
- 第五章 点激手法基本功
  - 第一节 基本功法
  - 第二节 手法述要

## <<武艺体仁保养术>>

- 第六章 武艺点激套路
- 第一节 点激导引术
- 第二节 点激强身功
- 第三节 武艺点激拳
- 第七章 典型病例
- 第八章 养性体仁艺术
- 第一节 科学养性
- 第二节 释性
- 第三节 情欲中内分泌腺的性能
- 第四节 肾虚是早衰的起因
- 第五节 夫妻同心安度黄金之期
- 第六节 晨餐不能少
- 第七节 午休时间也能做“夜晚精力”培养
- 第八节 不要把白天的劳累带到“寐房”
- 第九节 合理调试运动利于性身和谐
- 第十节 鱼水爱抚的心理学
- 第十一节 导引吐纳强精法
- 第十二节 优生之精囊妙法
- 第十三节 夫妻同甘也共“病”
- 第九章 问题解答
- 第十章 实践经验与格言精髓
- 第一节 心得践行录
- 第二节 武艺学养寓言
- 第三节 自强奋发哲理
- 第四节 处世育人观
- 第五节 点激疗法的五纳、五拒之
- 附录：健康的饮食艺术
- 后记

<<武艺体仁保养术>>

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>