

<<健康“心”境界>>

图书基本信息

书名：<<健康“心”境界>>

13位ISBN编号：9787560844527

10位ISBN编号：7560844529

出版时间：2010-12

出版时间：同济大学出版社

作者：陈浩宏 编

页数：272

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>

<<健康“心”境界>>

前言

世界由有形的物质与无形的能量所组成。

宇宙是一个超大磁场，万物均蕴含着能量。

无数的星星在公转和自转的过程中，释放着各自的能量，地球还出现风、云、雷、电、光等现象。

宇宙能量影响到自然界，导致地震、海啸、水灾、火灾等的产生。

山川河流、花草树木，以及无穷无尽的万物，均有自己的磁场和蕴含着能量。

人是由细胞组成的，细胞是由分子、原子组成的，而原子又分为原子核（带正电荷）和核外电子（带负电荷），自然形成磁场和蕴含着能量。

当细胞健康功能正常时，其磁场能量处于和谐平衡的状态，当细胞病变功能异常时，其磁场能量处于紊乱失衡的状态。

当细胞的磁场能量处于部分的紊乱失衡时，则属于我们通常所说的亚健康状态。

宇宙当然会对地球上的个体人产生巨大影响。

如一年四季的交替、阴晴雨雪的变化，对人的心理、生理都产生明显的影响，人的情绪也时刻随着所处自然环境和社会环境的变化而变化。

能量是什么呢？

看得见摸得着有味道吗？

一般认为，能量即是具有变化潜能的振动力量，无色无形无味，因物质的种类和运动状态有异而高低不同，包括水能、气能、光能（红外线、紫外线）、声能（音乐、超声波）、电磁能（生物电能、磁束磁粒）、热能、机械能等常见形式。

<<健康“心”境界>>

内容概要

本书通过生活现象和实际病例深入浅出地介绍了能量心念、能量休整、能量运动、能量检测、能量食品、能量药物、能量波相关产品、针灸疗法、能量美容及能量和谐环境等能量医学要素对于健康和常见慢性病防治的重要意义。

本书介绍能量医学体系与概念，所阐释的能量医学观念有利于读者从全新的角度认识生命与健康；能量休整、能量运动中介绍的方法简便易行；精选的能量食品、养颜美容食品与食疗验方可供健康与美容爱好者在说明书指导下灵活选用；能量药物与能量检测治疗仪器在能量医学专家指导下运用可发挥良好作用。

本书有助于广大读者建立健康生活、工作方式，对防病治病有较强的指导意义。

本书适合于所有关心健康的人，尤其可作慢性病病人的自我调养指导；并可作为临床医务工作者和医学教育课程的参考教材。

<<健康“心”境界>>

作者简介

陈浩宏，上海同济大学医学院副教授，亚太生命能量科技学会(APSSLE)秘书长，世界健康产业协会(WHIA)健康教育部长，2003年国家执业药师，《骨折愈合学》主编，现代中西医结合杂志编委；历任中国老年学学会抗衰老科技学会秘书长，首届上海高校优秀青年教师，第二届上海市闸北区青年联合会特邀委员，主要从事能量医学、药理学、营养与美容方面的研究，曾作为大会秘书长主办第三届全国抗衰老科技大会等。

<<健康“心”境界>>

书籍目录

前言第一章 “心”与健康——身体能量系统的激活与控制 一、什么是能量医学 二、能量心念
三、气是一种能量——气功奥秘第二章 能量休整——身体能量系统的调整 一、心灵放松 二、有
规律的休息 三、音乐与身心健康 四、文化与健康第三章 能量运动——身体能量系统的锻炼与和
谐 一、运动与健康 二、运动要讲科学 三、运动禁忌证 四、几种实用的运动方式第四章 能量
检测与诊断——身体能量系统状态的探查 一、现代西医与能量医学在检查与诊断上的互助 二、常
用能量医学检测方法与仪器设备第五章 能量食品——身体能量系统的补充 一、饮食文化 二、能
量食物产品选介 三、其他健康能量食品第六章 能量药物——能量紊乱失衡的有效调整(一) 一、
顺势疗法 二、量子生物学概述 三、金刚免疫理论与产品 四、能量药物精品第七章 能量波与相
关外用制品——能量紊乱失衡的有效调整(二) 一、能量波概述 二、能量宝系列产品(沃鑫) 三、
身体能量护理系列、能量椅、能量床垫、地垫等 四、能量治疗仪第八章 针灸疗法——能量紊乱失
衡的有效调整(三) 一、人体经络系统与腧穴 二、针法 三、灸法与常用灸产品 四、拔罐法 五
、电气针灸治疗仪第九章 能量美容——有活力才有美 一、好心态是最好的美容师 二、中医按摩
美容 三、能量美容精品第十章 能量和谐的环境——天地人合一 一、清新的空气 二、好水是
最好的药 三、还我宁静 四、远离看不见的辐射危害第十一章 结语——能量医学的现状与未
来参考文献致谢

<<健康“心”境界>>

章节摘录

插图：精神、意识是高度发展的物质——人脑的产物，可以理解，精神也是在运动着（吐故纳新）并产生影响力的，振奋的精神、正确的思想，具有巨大的感召力，因此，精神也是有能量的。

不同的磁场（更准确地说是能量场）能量相互之间有着特殊的吸引、相容、感应与排斥现象，如母子连心、一见钟情、同胞兄弟的生理感应、气功、两地之间的手机通讯等，均依赖于肉眼看不见却客观存在着的磁场与能量这一事实。

什么是能量呢？

我们的理解，它应该是指物质的运动状态及其影响力，对于有生命的物质（生物）来说，能量就是其机体或精神的活力（生命力）。

2.能量医学的定义人体能量以声、光、热、电、磁等形态存在于你我周围的环境中，其本身也是一个能量综合体，例如，人会说话就是“声能”，系语言细胞的运作；会看景物，就是“光能”，系视觉细胞的运作；有体温，就是“热能”，系血液流动循环系统的传导；大脑能思想、心脏会跳动，是带有“生物电能”，系思维系统神经细胞电位的诱发；有静电感应，就是人体磁场之“磁能”，系细胞膜电荷，产生生物磁场现象；人可以动作，就是含有“机械能”，系运动细胞的运作。

人体是一个能量系统，身体能量系统的特殊通路就是传统中医学所说的经络，能量系统的敏感点就是穴位。

各部分的器官、组织和细胞处于能量和谐状态时才能有效配合发挥功能，处于能量平衡状态时功能才会稳定。

人体能量系统和谐平衡，人体就健康；局部或整体的明显紊乱失衡，就会产生疾病；部分紊乱失衡，就形成亚健康。

<<健康“心”境界>>

编辑推荐

《健康"心"境界:能量医学防治慢性病》：心与健康——身体能量系统的激活与控制能量休整能量运动
能量检测能与诊断——身体能量系统状态的探查能量食品——身体能量系统的补充能量药物——能量
紊乱失衡的有效调整能量波与相关外用制品针灸疗法能量美容——有活力才有美能量和谐的环境——
天地人合一。

<<健康“心”境界>>

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>