

<<汤瓶八诊>>

图书基本信息

书名：<<汤瓶八诊>>

13位ISBN编号：9787807636687

10位ISBN编号：7807636688

出版时间：2011-7

出版时间：广西科学技术出版社

作者：杨华祥

页数：208

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>

<<汤瓶八诊>>

前言

序一 让回族医学造福各族人民我国自古以来就是一个多民族国家，各民族的独特文化一直相映生辉。

民族文化是我们了解过去、展望未来的重要参照，是在特定年代产生的精神财富。

更重要的是，它蕴含着我们民族的历史与精神，而民族精神又是民族文化的核心和灵魂，是一个民族赖以生存和发展的精神支撑。

但由于时间长河的冲刷和民族文化的融合，很多民族的民间技法和民俗文化渐次湮没，如今已不为人知。

因此，发掘、整理、传承、发扬这些濒临失传的文化和技法，就变成了尤为紧迫的问题。

杨华祥教授1987年出任中国宁夏伊斯兰医疗康复中心主任，兼回民医院院长，将汤瓶八诊正式用于临床，服务于各族人民。

他正是肩负着这样的使命，几十年如一日地进行着既艰巨又有意义的工作。

作为回族“汤瓶八诊”的第七代传人，他自小受回族医学和杨氏“汤瓶八诊”文化的熏陶，并广泛涉猎了其他民族的医学著作，在发掘和整理中，不但继承了原有的八诊文化，更使其日渐充实，使汤瓶八诊既具有了自己的特色，又兼容了其他医学文化的特长。

无论回医还是中医，乃至其他民族的医学，都生长在广袤的中华大地上，共同汲取着这片土地的营养。

它们既是独立的，又相互影响和借鉴，从未割裂开来。

杨教授始终抱着取精、融合、发展的态度，把发扬民族医学和弘扬中华文化紧密地结合在一起。

从上海到宁夏，从国内到国外，到处都有他传播汤瓶八诊，展示回医精髓，弘扬中华精神的足迹。

杨华祥教授毕生的追求是想通过回族医学汤瓶八诊促进民族的团结和相互了解，传承中国回族保健医学的结晶，并以此向世界展示中华医学的博大精深。

爱国是爱教的一部分，在他的心里，民族情怀、宗教情怀和祖国紧紧地联系在一起。

也正是在这种信念的激励下，杨教授始终怀着一腔热忱来宣传宁夏及汤瓶八诊这一保健疗法，将它带到世界各地，为更多的人带来了福音。

同时，也赢得了世界各地的穆斯林的关注与认可。

2008年6月，汤瓶八诊被国务院、文化部列入国家级非物质文化遗产名录，和其他非物质文化遗产项目一同参加了2008年的北京奥运会和2010年的上海世博会的展示，受到国内外广大人士的欢迎与推崇。

这是我们宁夏的荣誉，也是回族人民的骄傲。

兼容并蓄方显大家气度，心念民瘼遂成一代名医。

作为一位医生，一位亲善的民间文化大使，一座沟通各民族乃至国家的桥梁，杨华祥教授的努力和付出都是有目共睹的。

也正是因为心系国家与人民，才想把汤瓶八诊文化推广开来，让它为民所有，为民所用。

“民族的就是世界的。

”医学文化也是不分国度的，回族保健医学——汤瓶八诊不仅为世界人民预防“亚健康”做出了巨大努力，还承担着“以汤瓶八诊为桥梁，让世界更了解中国”的民族使命。

希望本书的出版能把健康传递给更多的人，让大家更了解回族医学文化，让世界人民都从汤瓶八诊中受益。

全国人大民族事务委员会主任委员马启智序二 汤瓶八诊，开启回族文化之门塞上江南钟灵毓秀，不仅孕育了朴实善良的中华回族，也孕育了异彩纷呈的回族文化，回族汤瓶八诊就是其中的一种。

走进汤瓶八诊，如同翻阅回族医学文化的悠长历史，有萱草般陈旧而悠长的味道沿着汤瓶的脉络流淌。

回族汤瓶八诊疗法已有1300年历史，一直以口传心授的方式在回族民间流传。

据书载，古阿拉伯人通过丝绸之路，长途跋涉到中国来经商，路途中人困马乏，疲惫不堪，腰酸腿痛，在歇息之时，通过揉脚减轻疲劳，当到达中国长安后发现了中国中医经络学理论，认识到经络贯通人体周身各部，脉脉相连，络络相通，后形成于此的诊疗称为末梢经络根传法，也就是回族汤瓶八诊的。

<<汤瓶八诊>>

雏形。

回族汤瓶八诊是波斯保健医学和中东伊斯兰医学汲取和融合了中华医学，而形成的具有中国回族特色的养生保健疗法，分为头诊、面诊、耳诊、手诊、脚诊、骨诊、脉诊、气诊。

回族汤瓶八诊疗法作为回族保健医学文化的组成部分，已于2008年1月被列入“国家级非物质文化遗产代表作名录”，填补了宁夏伊斯兰文化和回族医学文化的空白，是一项值得称赞的标志性成果。

宁夏医科大学回族医学研究所特邀研究员杨华祥教授是回族汤瓶八诊疗法杨氏家族的第七代传人，他承袭发扬回族汤瓶八诊，通过不断的挖掘、完善汤瓶八诊疗法提升宁夏的文化内涵，管窥汤瓶八诊，能捕捉到宁夏走向世界的清晰轨迹——如今汤瓶八诊已在马来西亚、澳大利亚、卡塔尔、阿联酋等地陆续开花，为提升宁夏在国际上的知名度做出了积极贡献。

愿汤瓶八诊成为一把钥匙，让更多的人通过这把钥匙开启回族文化的大门，走进多姿多彩的魅力回乡。

宁夏回族自治区人民政府主席王正伟2009年12月10日序 三 回族医学的瑰宝——汤瓶八诊肇始于唐，发展于宋，鼎盛于元，势衰于明清，复兴与当今的中国回族易学通过继承、吸取阿拉伯医学的真谛，兼融希腊、罗马、印度、波斯等各民族的医学文化之精髓，特别是汲取中国传统医学的精华，经过了千百年的实践已成为我国民族医学大家庭中的一颗璀璨明珠。

回族医学中的瑰宝——汤瓶八诊是典型的具有回族传统文化特色的一种较为完整的系统的自然疗法体系。

汤瓶八诊的第七代传人杨华祥教授数十年来为继承、发展、光大汤瓶八诊作出了巨大的贡献。

通过杨教授的不懈努力，中国民族医学的知名度已在东南亚、澳洲和阿拉伯国家中得到极大的提升。

2008年6月，汤瓶八诊已被我国批准认定为“国家级非物质文化遗产”。

愿汤瓶八诊这个民族医学的瑰宝为地球村的村民们做出更大的贡献。

世界自然医学组织健康促进会会长杨国荣2010年2月9日

<<汤瓶八诊>>

内容概要

汤瓶八诊是中国回族的一项历史悠久的保健疗法。

它源自汉唐，当时随着大批的穆斯林先民来到中国，伊斯兰医药文化也随之传入，他们又汲取了传统中医的经络理论、腧穴理论、脏腑理论之精华，经过长期的探索、总结和完善，形成一套具有中国回族特色的疗法。

回族汤瓶八诊疗法包括药物疗法和非药物疗法两大体系。

药物疗法就是通过内服或者外用药物来治病祛疾。

回族医药很有特点，那就是香料的应用非常广泛。

非药物疗法既包括常见的推拿、放血、刮痧等方法，还包括水疗、油疗、火疗、塌罐、茶疗、食疗等疗法，具有更浓厚的回族特色。

操作非常简单，一学就会，对身体也没有副作用，可以作为家庭保健疗法在家中使用。

在这本书中，杨华祥教授为大家详细介绍了汤瓶八诊疗法中的食疗和茶疗。

<<汤瓶八诊>>

作者简介

杨华祥，回族，汤瓶八诊杨氏家族第七代传人。

1952年生于上海一个医学武术世家，自幼便跟随父亲杨耀钧、母亲买文英学医习武，于上世纪70年代支边宁夏，从此落地生根。

1987年创办宁夏首家伊斯兰医疗康复中心(回民医院)，1992年应邀赴马来西亚传播汤瓶八诊，客居至今。

现任宁夏医学院回族医学研究所高级特邀研究员、宁夏医科大学回族汤瓶八诊培训学院院长、中国汤瓶八诊国际健康世界连锁机构董事局主席。

<<汤瓶八诊>>

书籍目录

- 序一 让回族医学造福各族人民
- 序二 汤瓶八诊，开启回族文化之门
- 序三 回族医学的瑰宝——汤瓶八诊
- 第一章 弘扬清真饮食文化，倡导健康生活理念
- 汤瓶八诊与回族食疗
- 塞上江南宁夏——中国清真饮食之都
- 清真饮食文化溯源
- 历史典籍对回族食疗养生的记载
- 回族日常饮食习俗
- 回族节日饮食习俗
- 清真饮食禁忌
- 第二章 养为本，德为要，洁为先——回族食疗的思想核心
- 净心洁体，用汤瓶给心灵洗个澡
- 心灵纯净豁达，身体自然健康
- 随心所欲、暴饮暴食是百病之源
- 急病找医生，慢病清、补、调
- “以德为要”的回族饮食之道
- 一天不抓五遍水，不能算是好回回
- 净洁为相依，污浊受禁止——回族饮食卫生总原则
- 第三章 回族老人寿命长，地方特产保健康
- 想长寿，每天一把枸杞子
- 甘草能和百药，服用也需慎重
- 濒临枯竭的黑宝——发菜
- 药食两用的黑豆
- 滋阴补肾不要急，健脾暖肝有黑米
- 回族食补上品——滩羊肉
- 食疗吃牛肉，搭配有讲究
- 回族的粉汤油香文化
- 第四章 回族香料全是宝，调味滋补俱养生
- 阿拉伯香料的引入历史和影响
- 胃有寒，食孜然
- 小茴香虽小，治疗疝气很有效
- 花椒有妙用，食疗显奇效
- 家里常备生姜，小病再不用慌
- 小小胡椒暖肠胃，既能治病又提味
- 温补肾阳，首选肉桂
- 第五章 医食同源，食物更胜药物——回族食疗保健秘方
- 推荐四款私房养胃美食
- 杞枣茯苓粥，好吃又补血
- 羊肉莲子粥，养胃又补肾
- 每天一碗芹菜黄豆汤，有效防治脂肪肝
- 大病初愈忌大补，白粥静养最相宜
- 喝粥远胜喝药——汤瓶八诊食疗粥食方
- 羊肉萝卜枸杞汤，益气补血治痛经
- 常喝胡桃粳米粥，轻松度过更年期

<<汤瓶八诊>>

三红薏米鸭，让你一觉到天亮
鸽子炖三七，最佳产后食补方
送给慢性肾炎患者的礼物——清真补肝养肾饭
柠檬清肠饮，快速治便秘
药补不如食补，食补尤重汤补
苦胆浸绿豆，根治胆囊炎
八宝养肾汤，滋养先天之本
第六章 饭吃八分饱，到老肠胃好——回族节食养生之道
回族斋戒养生法
饭吃八分饱，切忌暴饮暴食
夜饭少一口，活到九十九
多吃蔬菜少吃肉，粗米淡饭能长寿
水果虽助节食，不可盲目信奉
第七章 没有长生不老药，却有延年益寿茶——回族茶疗养生秘诀
回族汤瓶八诊中的茶疗
茶为万病之药——喝茶的养生功效
回族茶文化的历史传承
回族茶的主要种类
回族茶道养生精华
不管有粮没粮，一碗油茶充饥肠
想要润肺止咳，就喝黑芝麻杏仁茶
每天一杯清肝明目茶，放松心情消肝火
喝茶也能祛斑，养出美白肌肤
各人体质不同，对症选择花茶
这些饮茶习惯，反而有害健康
当年贡茶进万家，黑茶回回人人夸
第八章 生活养生为一体，治疗未病保康寿
拒绝亚健康，与健康同行
将养生和生活融为一体
与亚健康同行的感悟
后记 以汤瓶八诊为桥梁，让世界更了解宁夏

<<汤瓶八诊>>

章节摘录

汤瓶八诊与回族食疗我在《汤瓶八诊养生方案》中已经简单介绍过回族汤瓶八诊疗法包括药物疗法和非药物疗法两大体系。

药物疗法不用我解释，大家都明白，就是通过内服或者外用药物来治病祛疾。

回族医药很有特点，那就是香料的应用非常广泛。

唐宋时期，很多香料开始通过丝绸之路输入中国，品种多达几十种，数量比较大的有乳香、没药、苏合香、樟脑、龙涎香等，这些药材都直接被中医采用。

与此同时，阿拉伯药方、波斯药方也随之传入中国，如“补骨脂方”“悖散汤”等，在中医药典中还出现了许多以阿拉伯、波斯药材为主的药剂，如乳香丸、木香汤、没药散、安息香丸等。

由于回医是在阿拉伯医学的基础上，融合了中医的精华所形成的，所以回族医药既包含中国式的丸、散、膏、汤，又保存有阿拉伯式的芳香挥发药、滴鼻剂、露酒剂、油剂、糖浆剂等。

非药物疗法就是不用任何药物来治病的一种疗法。

回族先民当年行走在丝绸之路上，整天在马背上或骆驼背上颠簸，所以脊柱和骨骼容易受到冲击，经常出现问题。

也正因如此，穆斯林对小关节错位、脊椎歪斜等都有很好的治疗办法。

像回族的震骨板推经锤等器具，就是专门针对这些问题而发明的。

正是由于生活条件艰苦，医药难以自给，他们平时就通过彼此按摩、放血、拔罐等非药物的方法来缓解病痛。

再加上迁入中国后，融合了中医的理论、治法，慢慢地，就形成了一套有回族特色、行之有效的保健医疗方法。

除了常见的推拿、放血、刮痧等方法，水疗、油疗、火疗、塌罐、茶疗、食疗等疗法具有更浓厚的回族特色。

除了茶疗、食疗以外，这些疗法全属于内病外治疗法，操作非常简单，一学就会，对身体也没有副作用，可以作为家庭保健疗法在家中使用。

在这本书中，我将详细介绍汤瓶八诊疗法中的食疗和茶疗。

我们回族人一向非常讲究，有很多禁忌，处处突出“洁净”二字。

禁食猪肉以及马、驴、骡、狗等不反刍的动物肉，性情凶残的禽兽（如鹰、虎等）肉，自死禽兽的肉和一切动物的血，也都在禁食之列。

穆斯林不禁食的动物，都请阿訇念经代宰后才能吃。

以现代医学的角度来看，不吃自死的动物和血液，是有道理的，因为自死的动物和血液，可能含有诸多病菌，吃了对身体反而有害。

我们回族人最爱吃牛羊肉和面食，也爱喝茶，在历代先民不断的经验积累中，也发现了很多独特的回族食疗方。

这些方法直到今天，老百姓还在家庭中使用。

我希望这些方法能为更多的人所了解，希望各民族同胞都能够从中受益，健健康康活到天年。

<<汤瓶八诊>>

后记

以汤瓶八诊为桥梁，让世界更了解宁夏 我在《汤瓶八诊养生方案》这本书里已经介绍过，回族汤瓶八诊疗法包含了内病外治非药物疗法和内病外治药物疗法，主要以火疗、水疗、油疗、贴、敷、熏、灸予以施治，简便易学，疗效明显。

它是回族先民在阿拉伯医学的基础上，又吸取了中华医学的精髓所形成的以香药为代表的回医回药，更重要的是养生保健方面的功效。

回族一直以来都是将养生保健贯穿到人们的衣食住行之中的。衣，我们回族人喜欢将香药缝制在衣服内药不离身，起到疗疾祛病的功效。

食，我们回族有丰富的饮食养生文化。

住，很多穆斯林常将香料和干的花卉放在家中空旷处或者床下、柜中达到净化空气、灭菌杀虫的目的。

同时，人们通过呼吸将香气吸入，可以起到扶正祛邪、醒脑安神的作用。

行，通过练习汤瓶养生功，在行走中通过意识支配呼吸与动作，即可达到运动养生的目的。

回族汤瓶八诊作为国家非物质文化遗产项目，也作为中国回族传统文化，越来越受到国家及社会的重视，它简便易学，易于推广。

现作为宁夏卫生厅首选的治未病的医疗方法之一，也给亚健康人群带来了更多的养生保健的选择。

1987年，沙特阿拉伯阿尔布莱克集团的总裁穆罕默德·哈桑有意来宁夏办伊斯兰银行，他在来自巴林的弗莱基先生的陪同下，常到中国第一家伊斯兰医疗康复中心，即宁夏回民医院来调理身体。

哈桑先生本身就是一位医学博士，他亲眼目睹、亲身体验过我们中国回族汤瓶八诊的治疗方法之后，通过陪同翻译任先生转告我，他愿意出资邀请我到沙特阿拉伯去学习阿拉伯语，然后把汤瓶八诊引入阿拉伯国家，服务于阿拉伯的穆斯林。

遗憾的是，当时我公务缠身无法如愿。

1992年，我应邀赴马来西亚考察访问，我在马来西亚的第一个病人就是马来西亚当时副首相嘉化峇峇的夫人。

我所提供的内病外治非药物疗法的治疗方案让她非常满意。

随后，我就一直客居马来西亚，并在马来西亚首富郭鹤年家族的支持下，创办了第一家汤瓶八诊生命健康保健公司。

由一位非常善良可敬的老人，也就是郭鹤年的长兄郭鹤举的夫人潘斯里·依玲郭(她本名谢依玲，潘斯里是她的爵号)出任董事会主席，我出任董事经理兼主任医师，从那时起诊所病人络绎不绝，上至最高元首，下至普通百姓。

那个时候，我的诊所张贴了许多中国的风景宣传画与宁夏的一些情况介绍，我为能通过汤瓶八诊宣传宁夏，感到很欣慰。

很多人都问我，你认识这么多达官显贵，为什么不通过他们做点生意多赚点钱？

每当此时，我总会想起潘斯里·依玲郭对我说过的一段话。

她说：“师傅，你是一位医生，医生在我们马来西亚的地位是很高的，我们的首相就是医生。

你救治了很多人，大家都很感激你，但不一定会感激商人。

” 是的，钱很重要，没有钱就无法生存，但作为汤瓶八诊的传承人，我觉得把汤瓶八诊继续传承下去是我的责任和使命，而且通过汤瓶八诊能宣传中国宣传宁夏，是我的骄傲。

1997年，我投资创建了宁夏青年民族艺术团，并出资在香港回归之际，应郭鹤年先生的邀请赴香港访演。

同年我又在马来西亚的好友、马华丁加奴联委会主席拿督刘衍明的支持下，在马来西亚访演了20天，数万观众观看了演出。

人们通过这次演出，更加了解了中国，了解了宁夏。

我觉得我的付出很有价值。

多年来，我曾应邀到过许多阿拉伯国家。

也曾给卡塔尔王子、阿联酋王子等人用汤瓶八诊疗法做过调理。

<<汤瓶八诊>>

最使我难忘的是，沙特阿拉伯王室把穆斯林最珍贵的礼品——一块完整的用金丝绣成的“麦加天房金匾”赐给了我，以鼓励我为传承回族汤瓶八诊健康事业所作出的努力。

2011年3月，我作为宁夏回族自治区政府访马来西亚、阿联酋代表团的副秘书长，随团拜会了阿联酋原教育部部长，也是现阿联酋阿迦曼科技大学的校长萨伊德·阿卜杜拉。

我对校长和校方高层及专家教授介绍说：“阿拉伯帝国在历史上也曾非常辉煌，阿拉伯医学也是博大精深的，但由于西方医学的融入，阿拉伯医学本身在慢慢地退化。

我们宁夏现在成立了回医回药研究所。

”副校长艾哈迈德·安可特告诉我，他们学校就有阿拉伯医学系，我听后很高兴，返回后，我即刻将情况汇报给宁夏医科大学校长孙涛，孙校长非常重视，立马安排人员和他们取得了联系，进行了很多学术上的交流。

2010年，“中阿经贸论坛”期间，为表彰我为促进宁夏与马来西亚及阿拉伯国家之间的交流所作出的贡献，被特别授予了“中阿友谊奖”。

民族文化就是世界文化，我愿在未来的岁月中，以汤瓶八诊为桥梁，促进中阿之间的医学保健文化的交流，让世界更了解博大精深的中国文化，了解我的第二故乡——宁夏。

<<汤瓶八诊>>

编辑推荐

《神奇的汤瓶八诊汤瓶八诊:非药物自然疗法》编辑推荐：国家级非物质文化遗产保护项目；国家出版基金资助项目；全国唯一受邀服务于北京奥运会、上海世博会的保健项目。

回族汤瓶八诊疗法杨氏家族第七代传人杨华祥教授；传承1300多年的回族食疗、茶疗秘方大揭秘。全国人大民族事务委员会主任委员马启智、宁夏回族自治区人民政府主席王正伟、世界自然医学组织健康促进会会长杨国荣推荐作序。

<<汤瓶八诊>>

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>