

## <<人体生态平衡论>>

### 图书基本信息

书名：<<人体生态平衡论>>

13位ISBN编号：9787810937771

10位ISBN编号：7810937774

出版时间：2008

出版时间：合肥工业大学出版社

作者：周尔晋

页数：353

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>

## <<人体生态平衡论>>

### 前言

序言挑战生存与生存的挑战在《人体X形平衡法》与《人体药库学》两本书相继出版之后，我的第三本书《火柴棒医生手记》也已脱稿。

我只休息了一周，又拿起了笔，写这本新书，书名为《人体生态平衡论》。

无论是人体X形平衡法也好，人体的内药也好，其最后目的是要达到人体体内生态的相对平衡。

保持体内生态相对平衡，就意味着身体康泰，失去体内生态的相对平衡，就意味着疾病与死亡。

因此，研究如何保持与展开人体体内的生态平衡，是十分重要的学问。

我虽然知识有限，但有满腔的激情，在我生前，一定要把自己的肺腑之言，一点不剩地说出来，不然，也是死不瞑目的。

科学创造了文明，其进展可谓一日千里，可圈可点。

但科学的运用不仅破坏了大自然的生态平衡，也破坏了人体体内的生态平衡，对人类的生存，形成了强烈的挑战，极大地影响着人类的生存。

人其实本身就是一个小宇宙，心为君主，肾为皇后，肺为宰相，肝为大将，脾为人民群众。

所谓的生态平衡，正是指心、肾、肺、肝、脾之间的相对平衡。

挑战来自两个方面，一方面是由于所谓文明生活但实为不正确的生活方式，降低了心、肾、肺、肝、脾的功能，降低了人类对疾病的抵抗能力。

## <<人体生态平衡论>>

### 内容概要

无论是人体叉形平衡法也好，人体的内药也好，其最后目的是要达到人体体内生态的相对平衡，保持体内生态相对平衡，就意味着身体康泰，失去体内生态的相对平衡，就意味着疾病与死亡。因此，研究如何保持与展开人体体内生态平衡，是十分重要的学问。本书作者就向我们阐述了这一学问——人体生态平衡论。

## <<人体生态平衡论>>

### 书籍目录

序言 挑战生存与生存的挑战1.性命之学是人生第一的学问2.泛论人体生态平衡学3.论人体相对平衡健康线4.论人体的病变低沉点与相应高升点5.论普通平衡力与神奇平衡力6.内药为主、心药为主与食疗为主论7.儒医分家千古之憾8.医盲比癌症更可怕9.人体帝后结合论10.肺金论11.心火论12.肾水论13.肝木论14.脾土论15.新人体要穴论16.“富贵病”还需心药医17.棒压耳穴治病的奥秘18.健康以食为天19.“食少事繁”——千古英才夭折之谜20.给我一生幸福的三个女人附录一 人体108个要穴汇总附录二 常用穴位局部示意图附录三 重点穴位：手穴和耳穴示意图附录四 书信往来附录五 敬告读者后记 为研究人体生态平衡而奋斗终生

## &lt;&lt;人体生态平衡论&gt;&gt;

## 章节摘录

11. 心火论前面已就心肾结合与心药为主写过专文，本想不再写心火论，但这个问题实在是太重要了，非但要写，而且要认真地写。

严格地说，我不是唯心论者，但心脏乃是人体最重要的起着关键作用的一种脏器。

心、肾、肺、肝、脾，这生命的精华，人体健康的精华，中医治病的精华，人体内药的精华，也就是体内的五脏，是以心脏为首的。

心为君主、肾为皇后、肺为宰相、肝为大将、脾为人民群众。

君主对于人体当然起着决定性的作用。

心代表人体之乾，乾为阳，乾为天；肾代表人体之坤，坤为阴，坤为地。

心与肾乃是人体体内的夫妻，可以想见人体的天处于何种重要的地位。

人体有三宝，即精、气、神。

精主源于肾，气主源于肺，神主源于心。

以神为统帅，三者关系密切，不可分割，而心神又在三宝中起主导作用。

古有天入合一学说，对此我所知甚少，但有一点我却有所体会，即天心与人心是相通的。

从某种意义上说，天心即人心，人心即天心。

历朝历代，得人心者得天下，失人心失天下。

所谓的天命所归，不如说是人心所归。

以此类推，论及人的生命与健康，也可以说得人心者得生命与健康，失人心者失去生命与健康。

心先死亡，人才死亡，心若不死，人便有生机。

拜心为师是个重要前提。

佛云：佛在灵山莫远求，灵山就在尔心头。

又云：放下屠刀，立地成佛。

你的心就是你的最高明的最神圣的老师，违心的话不可说，违心的事不可做。

违心而活着的人，是最可悲的。

最宝贵最难得的是生而为人，而又拥有一颗人心，是真正的人，真正的人心。

人心与民心的力量是不可战胜的，它们主宰世界，创造历史，当然也主宰人的生命，创造健康与长寿，因而研究如何保心健心强心爱心，充分发挥心脏功能，使其在保持人体生态平衡中，真正起到君主作用，成为抵抗疾病与死神的中流砥柱，这是具有重大意义的课题。

心脏的功能，西医与中医有着根本的差别，在西医看来，心脏虽然也决定人的生与死，但不过是单纯主管血液循环而已；中医看法则不同，中医认为心脏是人体生命之火，属阳性，是人体阳性的总代表，但阳中有阴，且必须保持心阳与心阴的相对平衡。

心主神明、神志、精神、精力、聪明、智慧、勇敢、毅力等，这是属于心阳的-N。

心脏还主管人体血液循环，供给全身血液，人无血不生，五脏无血不能运转，体无血不能动，目无血不能视。

耳无血不能听，这是属于心阴的一面。

一般说来，阳是主导方面，但两者关系十分密切，不可分割，缺一不可。

这种心阳与心阴及其相互关系，正是中医不同于西医之处，也是中医高明于西医之处，是很值得我们研究与弘扬的。

健康坚强坚定的有顽强生命力的心脏，是人体健康长寿的关键，怎样才能拥有这样的心脏呢？

一是要重视先天的遗传因素。

心脏病以及由心脏而引起的精神疾病，都是可以遗传的，夫妻双方疾病未能根治之前不宜生育，否则是要祸及儿女的。

在生育之前，夫妻双方要努力使自己拥有健康的身体，努力实现体内心与肾的圆满结合，使自己有相对健康的身体，夫妻健康乃是生育的重要前提。

要营造一个比较理想的小环境，使孕妇在孕期能保持轻松、愉快、无忧、无虑的平常心态，在情绪上最好不要受到严重的刺激，产生大起大落现象，才有利于小儿心脏健康生长。

## <<人体生态平衡论>>

在食品上，赤、白、黄、青、黑色食品。

都要适当地吃一些，以保证幼儿生长的一般需要。

因赤色食品入心，青色食品入肝，肝为心之母；黄色食品入脾，脾为心之子，这三色食品，可以适当多吃一点。

孕妇还要注意在体力方面常有小劳，做一些适当轻微的户外活动，亦可以用小木棒压耳穴、手穴的心、肾、肺、肝、脾、皮质下、枕等穴位，但注意不要压子宫、卵巢等穴位，这样才有利于孕妇保健与胎儿发育。

二是后天的锻炼与培养。

这是解决心火问题的主要方面，也是身体健康的决定性的关键。

一要懂得中医知识，尤其是心脏方面的知识，特别要了解中医对心脏不同于西医之处。

知识就是力量，知医方有健康，既要有理论知识，也要有具体的措施与方法，并能在实践中去应用与总结提高。

因而在这个问题上，扫除中医医盲具有特别重要的意义。

二要拥有一颗好心、善心、良心。

这三心实则是真正的人心，是人心就必须拥有这三心，无此三心便不是人心，所以具有特别重要的意义。

有了好心、善心、良心，才能当好人办好事，当然也有好心办了坏事的，但那只是暂时的个别的情况，是可以改正的。

，好心的标准是希望大家好，群体好，社会好，人类好，只有在这个前提之下，才能谈得上自己好，不仅是一时一事好，而且一辈子好心，直到生命的终点；行善积德，是佛教的宗旨，我看发善心，行善事，当然也是好心办好事，有小善、大善、真善、假善之分，有些人利用化缘骗钱，就不必对他们行善，支援灾区、支援希望工程，当然是真善、大善，而著书立说，惠及社会与人类，也同样是真善大善；好长时间听不到良心的呼声，其实讲良心，应是中华民族的传统美德，也应是国粹，为人办事，一举一动，都要依自己的良心去办，这是半点也含糊不得的，也是应该坚定不移的。

## <<人体生态平衡论>>

### 后记

为研究人体生态平衡而奋斗终生写作本书是在我体内生态严重失去平衡，身患重症情况下完成的。我很担心写不完本书，就会突然逝去，那可真的是死不瞑目了，幸而人体×形法救我，不但治好了严重的冠心病。

也保证了本书顺利写完。

我真是百感交集，兴奋异常。

事实告诉我：人体生态平衡科学，是伟大中医的前沿科学。

人类的学问，浩如沧海，其实只有两种，一是保护自己，二是发展自己。

而保护自己的学问自始至终都应该是第一性的。

可惜人类就是读不懂这个第一性，既破坏了大自然的生态平衡，又在破坏人体体内的生态平衡。

因此，从整个世界医疗战线的形势来看，都是十分严峻的，亿万人民，尤其是贫苦的人们，正处于疾病折磨的水深火热之中，造成了家破人亡之悲剧无数，而以人体药库学为特征的中医学，把人体药库的内药作为调节与保持人体体内生态平衡的强大武器，作为防病与治病的制胜法宝。

## <<人体生态平衡论>>

### 编辑推荐

《人体生态平衡论》由合肥工业大学出版社出版。  
一根火柴棒，两个手指头，花一点闲工夫，打造健康人生。  
有空上上网，搜搜周尔晋，健康快乐爽一生。  
帮助别人，快乐自己，生态讲平衡，健康讲方法。  
——《人体生态平衡论》



<<人体生态平衡论>>

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>