

# 不治而愈



[不治而愈 下载链接1](#)

著者:(美)安德鲁 · 韦尔

出版者:新华出版社

出版时间:1998-01

装帧:平装

isbn:9787501138326

本书为1996年全美最佳畅销书之一，曾位居《纽约时报书评》《畅销书榜》达半年之久。在这本见解独到的书中，安德鲁·韦尔博士认为人体固有康复系统，人的许多疾病是可以自然康复的。他还提出一项为期两个月的旨在提高自然康复能力的循序渐进的计划。

本书还以通俗易懂的语言解释了康复系统的工作原理，康复系统与精神、生物组织、自我诊断、自修复及再生系统的相互作用。

作者介绍:

安德鲁 · 韦尔，医学博士，毕业于哈佛医学院，曾在哈佛植物博物馆做过15年的民族药植物学研究助理。他从世界各地收集有关植物药性、神智状态改变及康复的信息。他目前任图克森亚利桑那州立大学医学社会预测部副主任、综合医学计划主任，从事自然和预防医学工作。

本书是韦尔博士的第六本著作。

目录: 第一章 康复系统  
第一节 从热带雨林说起

康复面面观：克里斯汀  
第二节 现身说法  
康复面面观：哈维和菲利丝  
第三节 证言  
康复面面观：阿兰  
第四节 医疗悲观主义  
康复面面观：约翰  
第五节 康复系统  
康复面面观：奥利  
第六节 精神在康复中的作用  
康复面面观：玛丽·简  
第七节 道家养生之道  
康复面面观：简  
康复面面观：伊桑  
康复面面观：伊娃  
第二章 优化康复系统  
第八节 优化你的康复系统：概述  
第九节 有利康复的饮食  
第十节 避免中毒  
第十一节 进补  
第十二节 活动与休息  
第十三节 大脑与精神  
第十四节 旨在提高自然康复能力的八周计划  
第三章 如果你患了病  
第十五节 做出正确选择  
第十六节 可考虑的替代疗法  
第十七节 战胜疾病的七大适应性变化  
第十八节 以不变应万变：保健医生的诀窍  
第十九节 特别病例：癌证  
后记：社会药方  
• • • • • (收起)

[不治而愈](#) [下载链接1](#)

标签

健康

养生

自然医学

自然-医学

医学

意识

喜欢

认知科学

## 评论

看的是新华出版社 2002年版。我不太相信书中提到的整骨疗法等非主流疗法。

作者推崇整体论，认为常规医学有‘哲学缺陷’，对慢性病、精神疾病、免疫病和癌症无效。对于萨满、僧人的借鉴让人疑窦丛生。主张食用橄榄油、低蛋白（鱼类、豆类）、抗氧化剂。作呼吸锻炼、以草药作补品（西伯利亚参、舞茸我还是头回听说）。说不定会有用

看完这本书，更见觉得自然是神奇的，人的自我康复能力也是需要自然来挖掘的，更坚定了我信中医的想法。几千年下来的中医虽然不如西医那么锱铢必较，但是却是天然的医护方案，激发内在恢复调理系统的方案，也就是最伟大的方案。

一本虽不是很全面，但会让你开始关注自己的身体的书。

一本不为人知的好书。

少于十人阅读。可惜了这本奇书。当时身体差到如僵尸，遂拿起阅之，如获至宝，不舍借人。这本书极其少见，我妈当时买的时候只剩下最后一本，而后在没有见过。此书极大挑战了现代医学，这也许是它被扼杀的主要原因。主旨旨在阐释顺势疗法，视现代医疗如粪土，言其百害而无一利，对土著巫医却有另一番见解和体验……若能真正理解其意，对修养大有助力。

学习并应用自然法则，天人合一。

整体论健康观

[不治而愈 下载链接1](#)

## 书评

本书是2010年才在国内出版的，但看英文的版权信息，其英文版是1995年出版的，因此许多观点已经在国内多有流传了，但仍然有一些观点值得我们借鉴，对我来说收获比较大的是如下两点：

1.不要被对抗性教育出来医生的悲观所感染，他们大多被自己的教育所局限而没有看到除了他们所学...

可能是最近看养生的书比较多，因此系统给我推荐了这本。看到介绍就觉得很是自己的菜。

这本书是一个外国人写的，但是跟中医的思路比较像。之前有看《人体使用手册》，以及懒兔子写的中医书籍。随着年龄的增长，越来越愿意去相信中医的一些治疗体系。虽然在生活中还没有到头疼脑...

不知道这个题目是否合适，先这样吧。

从图书馆翻阅觉得不错，借回来一直没看。明天要去还书，又一次拿起，被吸引。因为网上盛传抗生素对孩子身体的副作用，加之上月孩子频繁去诊所，我把目光投向中医。打算带孩子看中医调理调理，这时听到另一位妈妈的话：“别...

对医学比较感兴趣，读完此书，发现有三个值得思考的联系：

- 1、自愈力与中医上“扶阳”“养元气”的关系；
- 2、自愈力与身心医学；
- 3、自愈力与意念的力量、自证预言的关系。仔细思考一下还是挺有收获。

作者推崇整体论，认为现代医学有‘哲学缺陷’，可是医学似乎更应建立在事实而不是哲学的预言上。他虚构了“康复系统”的概念，认为常规医学对慢性病、精神疾病、免疫病和癌症无效。有很多例子，可是这些例子并没有采用双盲实验的方法。使用的方法基本上是现象学的，而不是科学...

此书基本上是这个夏天在妇幼保健所里为了打发等待的时间而陆续阅完，否则还真不能卒读，此类行文大抵不免枯燥，但是因此开始注意补充各类维生素，如果一本书，它哪怕能够稍稍改变你的生活，便也自具价值了；此书着重体现的还是内经中“不治已病治未病，不治已乱治未乱”的理念...

[不治而愈 下载链接1](#)