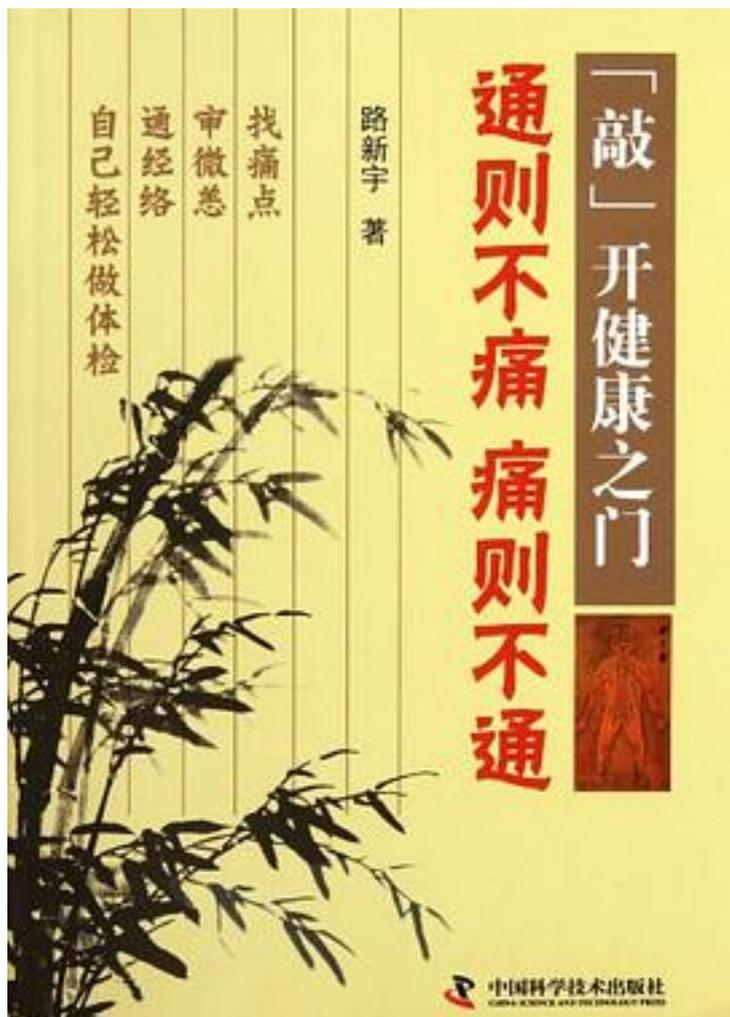


通则不痛痛则不通



[通则不痛痛则不通_下载链接1](#)

著者:路新宇

出版者:中国科学技术出版社

出版时间:2012-3

装帧:平装

isbn:9787504659989

路新宇编著的《通则不痛痛则不通》社会分工越来越细，人们对跨行业的知识多少都懂

一点，唯独对医学知识，总以太专业为借口敬而远之，好像健康永远是医生的事，自己的身体却交给别人。既然我们能掌握非专业的金融、机械、计算机知识，那么学习些健康知识也是有可能的，中医真的没有那么难！

《通则不痛痛则不通》用最简单的方法找到自己经络的堵塞点、用最容易操作的手法自我疏通，及时发现、清除健康隐患，随时呵护身体健康！这是一本人人都能懂、人人可操作、人人皆受益的经络养生书。

作者介绍:

目录:

[通则不痛痛则不通_下载链接1](#)

标签

中医

养生

健康

医学

生活

推拿

3.5星

评论

吃饭回来的路上，同事胃疼，让她按摩肘内侧后疼痛缓解。回来后拿出书来又按@中医路新宇的胃经梳理的办法按摩脾关穴和梁丘穴，两处都觉得疼痛，还没按摩丰隆穴，胃疼就好

了。简单、实用

用于平常保养身体很好，但是不能治急病。

运用经络探查，随时发现堵塞点，多在肘膝、腕踝关节附近，易于茶找，通过手法自我疏通，随时消除健康隐患…

非常实用，好用，适合大众学习的中医保健书。大概上面说到的易堵塞穴位我都有疼痛，还有家人，我相信大多数人也是这样的。所以说路老师的这本书很棒！

别太依赖指标，靠感觉活着，而不是靠指标活着。和身体对话，察觉微恙，人人可操作，人人皆受益。

比较实用

[通则不痛痛则不通_下载链接1](#)

书评

和乔治大哥闲聊时，他说他不屑中医那一套。没有标准也没有实验数据的支持。不敢苟同，却没办法找出例子来反驳。反观自己，平常有点不舒服还不是看西医看的更多？有时甚至是忍着病痛不去医院。后来，陆陆续续接触了一些中医著作和课程。原来，只要我们留心观察，注意身体的信号…

[通则不痛痛则不通_下载链接1](#)