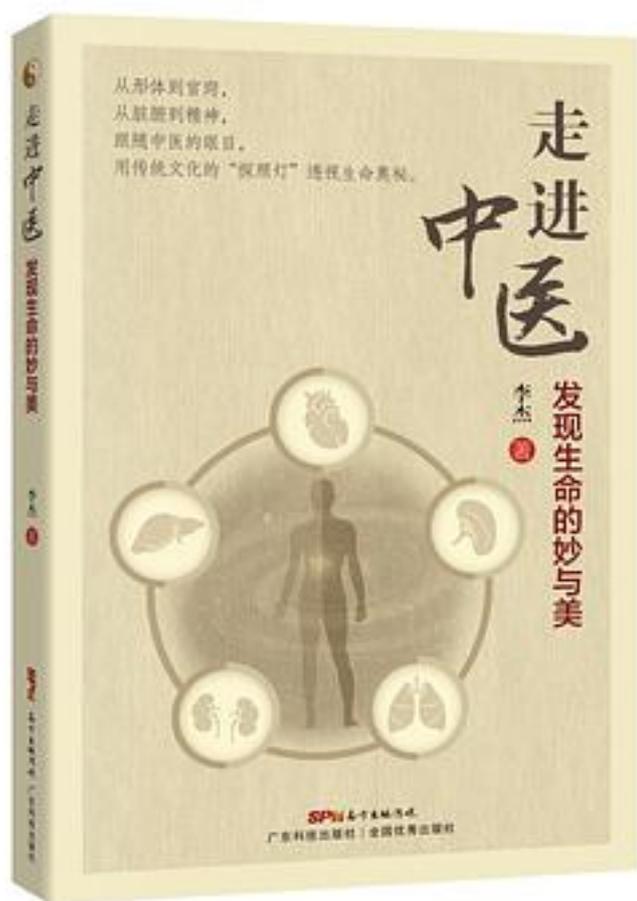


# 走进中医



[走进中医\\_下载链接1](#)

著者:[美] 李杰

出版者:广东科技出版社

出版时间:2016-4

装帧:平装

isbn:9787535964687

认识生命才能把握健康。

中医与西医对生命认识的根本不同之处在于，中医眼里除了人的肉体，还有另一层次的

精、气、神。

本书就是一本从中医视角谈人体解剖的书，以五脏六腑、气血津液、形体官窍、精神志意……为纲目，将中医的藏象观念放在人体生命与宇宙自然的关系中进行说解描画，试图用通俗的语言、生动的事例、形象的比喻系统展示中国传统文化“探照灯”下透视到的生命本原，让读者从中既能洞悉脏腑的奥秘，更能认识健康的本质。

作者介绍:

李杰：教授，湖北省武汉市名老中医会诊中心主任，网名儒医、万木草堂堂主。既是湖北中医药大学出身的学院派，又先后跟从十二位名老中医临证锤炼，喜读书，善临床，先后在北京、湖北、广东多地开办门诊，积累了二十年的行医体验和临证心悟，长期应邀在北京大学、上海交通大学、武汉大学等多所高校总裁班趣讲中医，在全国各地都拥有高知名度的“粉丝”，医名颇著。

目录:藏象人体“五虎将”与“六扇门” /1

藏象本源/2

五脏六腑/4

中医到底有没有解剖/5

什么是方/9

肝 刚柔相济的将军之官/21

肝五行属木，为将军之官/22

肝藏魂/26

肝在志为怒/28

肝主疏泄/29

肝藏血/42

胆 主决断的中正之官/45

胆为中正之官，主决断/46

胆贮存、排泄胆汁/48

心 藏神主脉的君主之官/51

心五行属火，为君主之官/52

心藏神/56

心在志为喜/60

心主血脉/61

小肠 从量变到质变的受盛之官/69

小肠为受盛之官，化物出焉/71

小肠泌别清浊/72

脾 化生万物的仓廩之官/75

脾五行属土，为谏议之官/76

脾藏意/80

脾在志为思/81

脾主运化，为后天之本/83

脾喜燥恶湿/87

脾主升清/88

脾裹血/89

小孩儿不吃饭怎么办/91

肥胖愁人怎么办/93

口臭怎么办/95

睡觉流口水怎么办/96

胃 受纳通降的仓廩之官/99

胃主受纳、腐熟水谷/100

胃主通降，以降为和/101

脾胃合作的三大条件/102  
有胃气则生，无胃气则死/103  
若要小儿安，常耐三分饥和寒/108  
肺 调整节奏的相傅之官/111  
肺五行属金，为相傅之官/112  
肺藏魄/114  
肺在志为悲/117  
肺主气，司呼吸/118  
肺通调水道/120  
肺宣散卫气/121  
肺朝百脉/122  
肺主治节/122  
大肠 化神奇为腐朽的传导之官/125  
大肠者，传导之官/126  
肾 藏精纳气的作强之官/129  
肾五行属水，为作强之官/130  
肾藏志/135  
肾在志为恐/136  
肾藏精，为先天之本/136  
肾阴和肾阳/141  
肾主水/144  
肾主纳气/146  
膀胱 水府开闸的州都之官/149  
三焦 通行元气的决渎之官/153  
通行元气/154  
运行水液/155  
生克乘侮脏与脏/157  
教皇与主教——心与肺/159  
上层建筑和经济基础——心与脾/160  
我们之间以血相连——心与肝/161  
从“水火既济卦”和“水火未济卦”说起——心与肾/161  
培土生金的奥妙——肺与脾/165  
把守人体的两极——肺与肾/166  
也说抑郁症——肝与脾/167  
谁和谁同源？——肝与肾/168  
后天之本与先天之本——脾与肾/169  
此实彼虚腑传腑/171  
气 生命活动的原动能量/175  
气的生成/176  
气的功能/178  
气的分类/182  
“气”病了会怎样/184  
快给身体打打“气”/188  
血 滋养生命的水谷之精/191  
血的生成/193  
血的功能/197  
津液 濡养机体的润滑剂/199  
津液的生成/200  
津液的输布/201  
津液的作用/202  
形体 卫外成形的机体之梁/207  
皮：美容不只是皮的问题/208  
肉：身体瘦弱怎么办/212  
筋：关节屈伸困难怎么办/215

骨：骨质疏松怎么办/217  
脉：血脉里面有乾坤/220  
官窍：沟通内外的感知之窗/225  
耳：耳鸣耳聋怎么办/226  
眼：两眼干涩怎么办/228  
鼻：鼻子发红、长痘怎么办/230  
舌：关注那些疾病的小信号/232  
咽：嗓子哑了怎么办/233  
前阴和后阴：二便问题怎么办/234  
• • • • • [\(收起\)](#)

[走进中医 下载链接1](#)

## 标签

中医

传统文化

生命

藏象

科普

医学

中国

## 评论

作者到处举办国学班的讲座稿，按五脏六腑阐述《黄帝内经》，内容丰富，非常口语化，废话和题外话也不少，用汉字和阴阳鱼展示中医理论就有些无聊了，而且有些内容明显是借鉴了秦伯未《中医入门》和刘力红《思考中医》

-----  
中医入门，很读的进

-----  
[走进中医 下载链接1](#)

## 书评

李杰的书，从《剑胆琴心是中医》开始，一直有关注。有才的人就是桀骜不驯。语言是金庸古龙的语言，道理是黄帝内经的道理，揣着的是行医二十多年的诚意和融会贯通，读一读，有共鸣和释然，每一段，都值得细品。

-----  
[走进中医 下载链接1](#)