

零起点学针灸



[零起点学针灸 下载链接1](#)

著者:天下无疾

出版者:人民卫生出版社

出版时间:2016-12

装帧:平装

isbn:9787117236843

本书是《零起点学中医》的姊妹篇，专为针灸入门所著。从“针灸为什么能治病”开始，对针灸的观念、原理作了生动翔实的介绍。继而将针灸诊疗的各个环节，逐次展开。如何根据诊断的结果，选择经脉、穴位？怎样在人体上找到恰当的部位？如何练针？怎样补泻？怎样针对具体病症制订治疗方案？最后，本书还对几个备受关注的话题，给出了独特的解释，如经络是什么？腧穴是什么？希望这本小书，能让您在浏览针灸学概貌的同时，学会用针灸方法，帮助自己和身边的人。

作者介绍:

王蓄之，号天下无疾。本科毕业于北京中医药大学针灸系，博士毕业于中国中医科学院针灸研究所。在高校任教十余年，主讲针灸学、中医学。曾作为美国Fulbright项目访问学者，在犹他州讲授中医针灸课程半年。2008年，作者发起自学中医的线上活动，带领千余位朋友步入中医大门。由其讲稿整理而成的《零起点学中医》，在过去八年间，重印15次，深受广大中医爱好者喜爱，被奉为中医入门经典。微信公众号：天下无疾。

目录: 第一章 针道...	8
一、人体：形气之辨...	8
二、疾病：正气不平...	10
三、医生：无为而治...	13
第二章 针理...	15
一、经脉原理...	15
二、分形原理...	18
三、应象原理...	20
四、调气原理...	22
第三章 诊法...	24
一、脉诊...	24
二、按诊...	28
三、望诊...	30
四、问诊、闻诊...	30
第四章 断法...	31
一、断病位...	31
二、断病性...	34
三、断病势...	35
四、断病因...	37
第五章 选经...	39
一、手三阴经...	40
二、足三阴经...	41
三、手三阳经...	43
四、足三阳经...	45
第六章 选穴...	47
一、传统腧穴理论...	48
二、分形理论...	50
三、局部选穴...	59
四、选层...	60
附：选穴举要...	61
第七章 配穴...	61
一、配穴的基本思路...	62
二、从经配穴...	62
三、从部配穴...	67
第八章 取穴...	69
一、上肢部...	70
二、下肢部...	77
三、头颈部...	83
四、背部...	84
五、胸腹部...	85
第九章 手法...	86
一、先利其器...	86
二、指力根基...	87
三、治神调气...	88
四、补泻留疾...	90
五、气至得气...	92
第十章 治法...	95

一、头部诸疾...	95
二、胸部诸疾...	97
三、腹部诸疾...	99
四、小腹诸疾...	101
第十一章 治法II	102
一、上部诸病...	102
二、下部诸病...	105
三、虚实治法...	107
第十二章 杂谈...	111
一、经络是什么...	111
二、腧穴是什么...	114
三、穴法与手法...	116
四、软外与神内...	117
五、针刺诸问琐录...	118
附文1 自学针灸入门必读...	119
附文2 形气之辨，对话中西...	122
附文3 小议针灸的剑宗与气宗...	124
附：医案索引...	126
后记...	127
• • • • •	(收起)

[零起点学针灸_下载链接1](#)

标签

中医

针灸

中医；针灸

针灸理论

学习

脉诊

针灸临床

养生

评论

自己的书，哈哈。。

用了两年三个月读完了此书。是先读了无疾老师的《学中医》接着拜读的。不像前部，《学针灸》的门槛高。读读停停，其中又读了基本其他的中医书，重听了徐文兵老师和倪海厦老师的音频，终于攻克已还。无疾老师的谦虚姿态犹如唐人呈《黄帝内经》文中的虔诚和以天下万民为重的如履薄冰。感谢无疾老师的引导。临渊羡鱼，不如退而结网。虽然慢，然朝闻道，法喜充满，我将继续探索下去。

经典。书名《零起点》并非如此，我学针灸十月余，此书几乎时刻刷新我对针灸的理解。“切脉针灸”是其核心，无疾老师谓之“倾听脉语，凭针达意”。书中所载每段案例都栩栩如生，老师根据患者脉象的变化取穴用针。我也有幸在拜访老师的时候，亲身体会老师的治疗。那时候，老师刚刚结束4位患者的同时治疗，老师可谓“医德高尚，医术精湛”。本书值得笔记，并对重要章节反复体会。

我的入门书

自序中，作者講到自己的祖父雖為中醫但未及傳術便已過逝，於此溯及其與中醫之緣。緣起的溫度一直溫煦著整書的述說。所以才沒迷失，所以才從心不妥協，所以才悟力慚宏拓闊。啟發至深。

讲的让人能看进去。需要二读

尊敬和慈悲

终于读完了第二遍，加上反复读和听老师的前一本书内容，感觉心中已经有了如何学习及精进的一套体系了。。。。。希望学习不止，真的能精进吧。

短小精悍，并有深度。初学者和从业人员皆能从中有得！

王老师的书很赞！这一年来学到了不少，对像我一样的初学者很有帮助！感谢！知而行之

从《零起点学中医》到《零起点学针灸》，无疾老师的两本书使我真正了解了中医和针灸。和以前的道听途说或者看到的简单表面现象是不同的，原来针灸并不神秘，而是有章可循；原来针灸也需要号脉……。在这本书中徜徉，了解针灸，体验针灸，更能感受到如同被一位和蔼的老师、医生陪伴的幸福。

王老师的中医入门12堂课把我带进了中医的大门，从此就喜欢上了中医，有幸买到并学习王老师的零起点学针灸，又是一本中医爱好者的必备书籍，王老师将中医和针灸的基础知识传授得浅显易懂，系统严谨，环环紧扣，极具实用性和操作性，极力推荐中医爱好者将这两本书作为入门必备书籍。

非常有料的一本书，都是些干货，大有收获，值得反复读。

终不愧为针灸专业毕业，本书立论实操比零起点学中医好得多

[零起点学针灸_下载链接1](#)

书评

这本书，短小精悍，绝无废话。但却句句讲理：医理、针理、脉理、治理。。。何为理，就是告诉我们方法和方法的来由。
这本书绝不同于其它一些针灸书要不只着重于其独创的针法、手法；要不就罗列验穴，堆积医案。学针灸很多人都有个迷惑：只知其然不知其所以然；学到几招却不...

针灸爱好者不能不读的书,从术的层面是最全面的书.最基本的书.以术入道的起点.看了此书再看其它"神针"那些高大上的针法,才会学得容易理解.才会知道神针也只是针法的一部分而已.像分形,分到手上再选穴,就用阴阳九针,同气相求,同名相应,再加分形,选穴就用黄帝内针.下针区域在腹,用...

深入浅出，条理清晰，不哗众取宠，内容实在，引人入胜。买过老师的零起点学中医，又买了这本零起点学针灸，慢慢学习，对于自学中医、中医爱好者和专业人士都很有启发，读者从中收益，感谢老师的心血之作，希望有更多的中医爱好者加入学习中医、弘扬中华文明的行列。是一本很好...

[零起点学针灸 下载链接1](#)