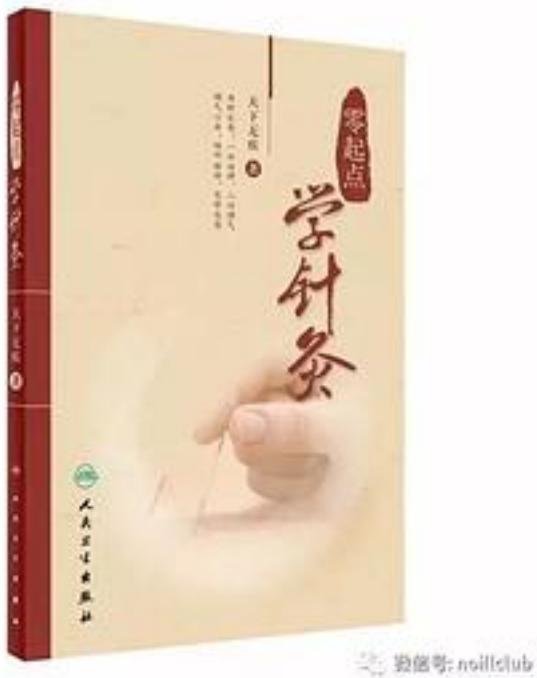


零起点学针灸



[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，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](#)