

《圖解手印療法》

图书基本信息

书名：《圖解手印療法》

13位ISBN编号：9789865623447

出版时间：2016-2-1

作者：迪帕克·杜德曼,Deepak Dudhmande

页数：328

译者：王慧芳

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《圖解手印療法》

內容概要

《圖解手印療法》

作者簡介

迪帕克·杜德曼德醫師 (Dr. Deepak Dudhmande)

早年留學加拿大自然科學院，之後就讀卡瑪拉尼赫魯藥學研究院、全印替代醫學院、印度阿波羅醫院教育學院，先後取得藥理學及生化系統醫學雙學士學位，以及心理諮詢及替代醫學雙碩士學位。

現為美國國際順勢療法協會成員，具備綜合醫學、替代醫學、整體醫學執業資格。畢生因醫療貢獻而獲獎無數：1998年獲得「人類卓越成就國家寶石獎」(Rashtriya Rattan Award) 提名；1998年、1999年兩度獲得「國家健康傑出獎」(National Health Excellence Award) 提名；2011年獲得國家級「年度印度閃亮人物獎」(Shining Image of India Award)；2012年更獲得「甘地服務人類寶石獎」(Indira Gandhi Seva Ratna Puraskar Award) 殊榮。

杜德曼德醫生在印度擁有自己的診所。他深知健康與心靈之間的關係，故採用天然無副作用的方法治療患者，他的診所常吸引印度各地乃至歐美等地人們慕名前來。多年來，他經常撥出專門時間為孩童免費看診，積極參加慈善機構舉辦的大型義診活動，並到印度偏遠山區為窮苦民眾服務。

《圖解手印療法》

書籍目錄

張文韜醫師（中華整合醫學與健康促進協會理事、中西醫師）

盧孝平醫師（美國自然醫學大學博士、怡仁醫院牙科主治醫師）

林玲如（德隆瓦洛·默基瑟德「記憶學院」課程教師）

前言 來自印度的合十問候

關於我與你的故事 / 阿育吠陀的宇宙觀：三特質、五元素 / 合十手印的含義 / 合十手印的作用

第一部 理論篇

第一章 手印療法的緣起

我如何被手印所吸引 / 手印的含義 / 手印的起源與背景知識 / 印度文化中的手印 / 世界各地文化中的手印 / 振興古典醫術

第二章 手印療法的原理

五元素原理 / 七脈輪原理 / 針壓法原理 / 神經末梢原理 / 手印的目的及用途 / 健康新發現：手印改善生活品質 / 手印與其他治療並用 / 如何練習手印

第三章 基本五元素

構成人體的五元素 / 五元素失調導致健康問題 / 基本五元素手印 / 地元素：地手印 / 水元素：水手印 / 火元素：太陽手印 / 風元素：風手印 / 空元素：天空手印

第四章 維持能量的平衡

什麼是阿育吠陀？ / 三種督夏：瓦塔、皮塔、卡法 / 有關瓦塔的手印：風手印、天空手印 / 有關皮塔的手印：太陽手印、水手印 / 有關卡法的手印：水手印、地手印 / 兩個平衡督夏的特定手印：生命力手印、龜手印

第二部 應用篇

第五章 預防疾病的手印

什麼是健康？ / 疾病與不適的根源 / 看似不適的好轉反應 / 食物在康復中的作用 / 休息及睡眠的重要性 / 生命力手印：提高免疫力，癌症 / 放下手印：排毒、大腸 / 氣手印：高血壓、低血壓 / 海螺手印：荷爾蒙分泌、消化 / 地手印：普通感冒 / 減肥手印：肥胖 / 早晨手印：倦怠 / 戒癮手印：上癮症

第六章 調理生活方式失調的手印

生活方式失調的根源 / 睡眠手印：失眠 / 清潔手印：便秘 / 溶脂手印：降低膽固醇 / 增重手印：增加肌肉及脂肪 / 風動手印：預防高血壓 / 母親手印：整體健康

第七章 調癒臟器功能的手印

手印有助於體內各系統，保持最佳狀態 / 風動手印：心臟、血液 / 糖尿病手印：胰腺 / 消水手印：腎臟 / 消化手印：肝、胃、脾 / 氣流手印：甲狀腺 / 零手印：耳朵、喉嚨 / 專注手印：肌肉 / 母親手印：心、胃、肝、膽、脾、胰腺、腎 / 生命力手印：肺

第八章 調節情緒的手印

情緒對健康的影響 / 什麼是恐懼及憤怒？ / 關於恐懼的對話 / 什麼是慈悲？ / 通過「空冥想」釋放情緒 / 開始手印：減輕打呵欠及慢性疲勞症候群 / 止痛手印：減輕消除疼痛 / 許願手印：提高自信 / 止怒手印：減輕憤怒、焦慮 / 精細海螺手印：改善音質、減輕結巴 / 向內手印：減輕恐懼、壓力 / 專注手印：減輕悲傷

第九章 調理生殖系統的手印

男、女性生殖能力的失調 / 減輕男性性功能障礙及不孕症 / 男性手印：男性性功能障礙 / 金星手印：男性不孕症 / 減輕女性性功能障礙及不孕症 / 精細海螺手印：月經不適 / 女性手印：女性不孕症 / 消化手印：順利分娩

第十章 有助學業表現的手印

為何學生要練習手印？ / 氣流手印：增強記憶力及智力 / 睿智手印：增強記憶力及集中力 / 海螺手印：增強食慾 / 生命力手印：改善視力及心理穩定 / 知識手印：增強記憶力、注意力、強壯肌肉 / 地手印：青少年增高

第十一章 手印與瑜伽

練瑜伽的真正目的 / 和瑜伽有關的手印：合十手印、知識手印、專注手印、向內手印、活力手印運動

第十二章 四十種手印實作圖解

《圖解手印療法》

1. 合十手印 / 2. 地手印 / 3. 水手印 / 4. 太陽手印 / 5. 風手印 / 6. 天空手印 / 7. 清潔手印 / 8. 增重手印 / 9. 風動手印 / 10. 母親手印 / 11. 消水手印 / 12. 消化手印 / 13. 氣流手印 / 14. 零手印 / 15. 專注手印 / 16. 生命力手印 / 17. 放下手印 / 18. 氣手印 / 19. 海螺手印 / 20. 早晨手印 / 21. 戒癮手印 / 22. 開始手印 / 23. 許願手印 / 24. 精細海螺手印 / 25. 向內手印 / 26. 男性手印 / 27. 女性手印 / 28. 金星手印 / 29. 睿智手印 / 30. 知識手印 / 31. 睡眠手印 / 32. 溶脂手印 / 33. 減肥手印 / 34. 糖尿病手印 / 35. 止痛手印 / 36. 止怒手印 / 37. 龜手印 / 38. 活力手印運動 / 39. 無限手印 / 40. 退燒手印

【附錄一】：五個脈輪與其相對應的手印

【附錄二】：健康問題與對应手印一覽表

《圖解手印療法》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com