



# 脊柱健康 非药物疗法技能培训基地

打造脊柱康复家庭保健使者  
实现脊柱健康幸福到千万家



不忘初心 牢记使命  
颈肩腰腿痛康复调理  
75种内功推拿点穴法

内部教材不得翻印

著作版权属于

北京全才中医医学研究院





# 中国民族卫生协会

中民卫培字（2019）第0198号



## 关于共同建设脊柱健康非药物疗法技能培训基地的决定

北京全才中医医学研究院：

关于你单位申请与中国民族卫生协会培训部共同建设脊柱健康非药物疗法技能培训基地的报告，已经中国民族卫生协会培训部审议通过。根据中国民族卫生协会培训部专业技能人才培养发展，以及“脊柱健康非药物疗法技能”推广具体工作需要，决定共同建设成立“脊柱健康非药物疗法技能培训基地”，由李全才同志任基地主任、刘懿莹任基地副主任，负责“脊柱健康非药物疗法技能培训基地”的日常工作。

望严格遵照国家卫生健康委员会的方针政策与中国民族卫生协会章程，团结广大致力于医疗卫生领域的专家、学者、实践工作者，结合实际情况积极开展学术交流，普及推广医疗行业新技术，为进一步提高全国人民群众的健康水平，构建和谐社会做出积极不懈的努力和贡献。

中国民族卫生协会培训部

有效期：2019年07月至2022年07月

主题词：组织 决定

抄 报：中国民族卫生协会

抄 送：各有关单位

# 中国民族卫生协会

## 北京全才中医医学研究院

# 共建 脊柱健康非药物疗法技能 培训基地

# 红头文件



中国民族卫生协会  
China National Health Association

证书

中国民族卫生协会为  
北京全才中医医学研究院  
证书



注册编号: ZY-2019070800219

中国民族卫生协会  
China National Health Association

经审核, 批准北京全才中医医学研究院成立中国民族卫生协会培训部脊柱健康非药物疗法技能培训基地, 准予开展工作。

有效期: 2019年7月至2022年7月



二维码扫描



# 共建牌匾



## 脊柱健康非药物疗法技能培训基地

编号: ZY-2019070800219

共建单位: 中国民族卫生协会培训部  
北京全才中医医学研究院

共建日期: 二零一九年七月

有效期: 三年



# 脊柱康复技能培训证书

课程模式：直播或录播+线下实操

课程内容：

颈肩腰腿痛康复调理：75种内功推拿点穴手法

脊柱康复调理：78种内功推拿点穴手法

德才禅医传承弟子26种内功推拿点穴手法

课程课时：

颈肩腰腿痛康复调理：线上40课时，线下实操3天

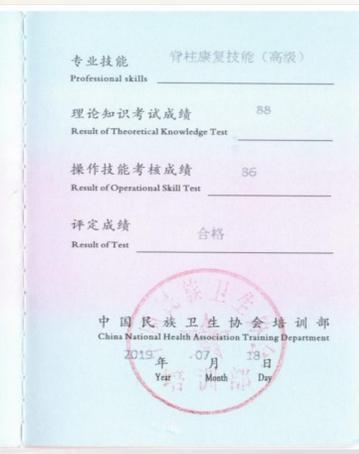
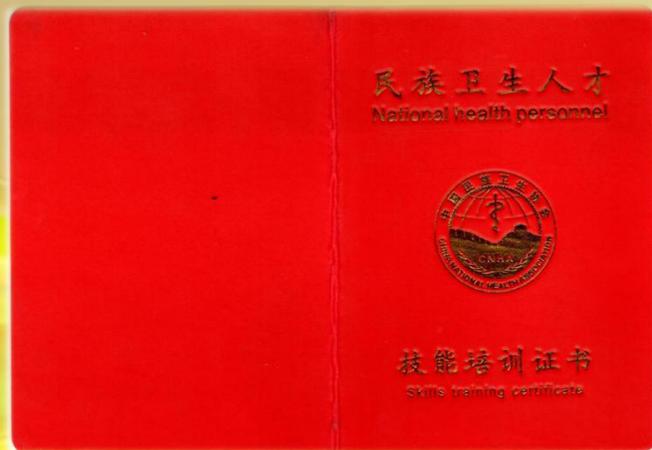
脊柱康复调理：线上40课时，线下实操3天

德才禅医传承弟子：线下实操



# 证书一

## 中国民族卫生协会 脊柱康复技能证书





# 德才

禅医

达摩禅医来源于《达摩宝传》上下传

是在达摩祖师禅宗观念影响下形成的医学流派，故此人们俗称它为禅医。它不但有中国传统医学的神奇性，而且还有独特的东方禅医神秘性。

## 「达摩禅医」

The dharma chan medicine comes from the biography of damobo  
is a medical school formed under the influence of the zen concept of dharma zu,  
it is commonly known as zen medicine.  
Not only does it have the magic of traditional Chinese medicine,  
And there is a unique mystique of Oriental meditation.





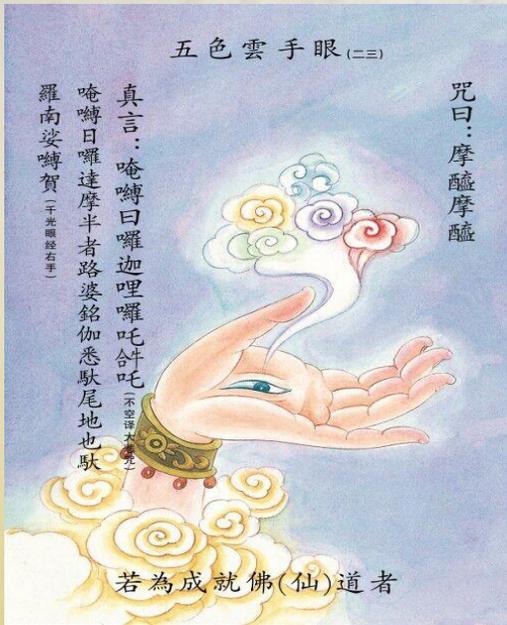
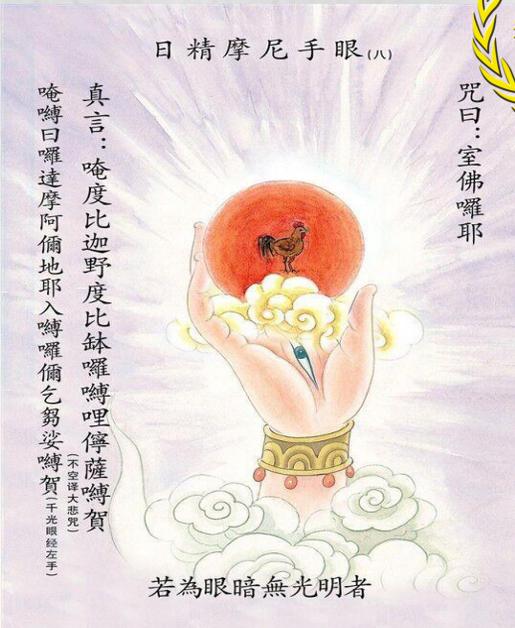
# 禅宗独一玫瑰掌根脉传承人

德才禅医 口传心授

回归生命本能 开启重生密码

专为亚健康 **打造** 看到的效果

才拿脊柱康复内功推拿点穴法



德才禅医  
 现场传授达摩祖师四十二手眼  
 玫瑰掌内功推拿点穴  
 Enter meditation





# 达摩宝传

生死性命之原有内外之分。  
内能穿骨透髓、普覆人身、应现化物。  
外能穿山透海、包天裹地、贯满十方、放去收来、动静活泼，  
乃六门之动静。



## 三医合一· 修身养心



德才禅医具有中国传统医学的平衡性、东方禅医的神秘性、西方临床医学效果的卓越性，在强脑、健身、养心等方面疗效显著。

其养生方式表现为：以功法为导，以医药为用，以禅修为髓，以提升生命力为归，其作用在于激活潜能，锻炼脏腑，改造体质。





# 禅医理论·博大精深

## 达摩禅医

以“禅定”为基本法门，以“气化”、“导引”、“推拿点穴”等疗法基本手段，以调呼吸、内外观想、行气血、通经络、解脏腑等学说为基本理论，以承续达摩祖师动静内功、少林禅医禅养理论及儒、道、医等内功修炼理论方法为基点，以传统医学理论“养身”“养心”为根本，融合皇帝内经、易经八卦、医学及逆反心理学等精髓。





# 才拿脊柱康复内功推拿点穴法 禅医传人 · 德才禅医

## 达摩禅医

1500余年的积淀，30代人的传承，

31代达摩禅医传人——德才禅医精通禅、功、医，

发掘达摩禅医文化，实现达摩禅医脑心身三修与脊柱康复之功效，

用通俗语言阐释达摩禅医深邃的智慧，让初学者快速掌握真谛，

达到精气神倍长、强身健体、养身养心、摒除百疾、延年益寿之健康目的

。





# 德才禅医脑心身三修与脊柱康复绝学

发展和弘扬“中国国粹”精华

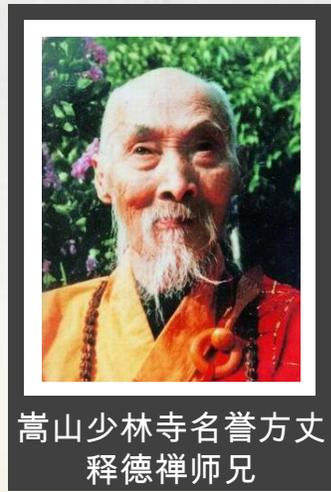
传承和推广“达摩禅医”精髓

深化和落实“一带一路”精神

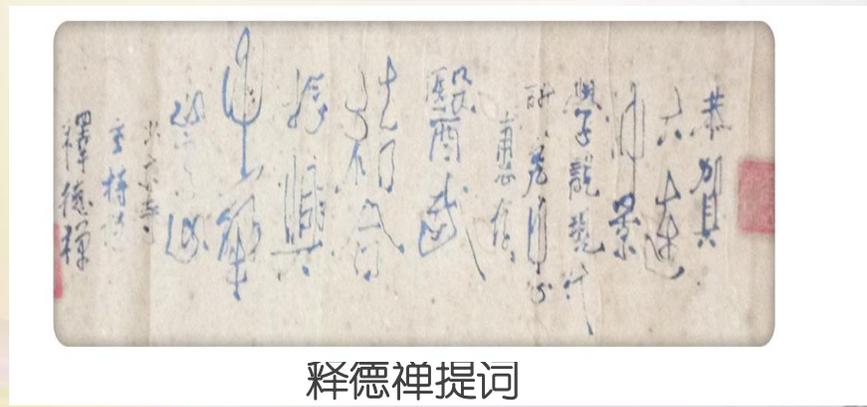
德才禅医侨居海外的30余年期间，他始终谨遵师训，不忘初心，将中华达摩禅医文化精髓传播到东南亚各国，其学员遍及世界各地，师父薪火相传，不断传承和弘扬中国文化，被尊称为“禅心妙手-爱谛LI·德才禅医”！

2013年，德才禅医应相关机构盛情邀请，荣归故土。德才禅医将毕生所学少林达摩禅医脑心身三修与脊柱康复绝学回馈同胞，让中华儿女共享打磨禅医的恩泽。

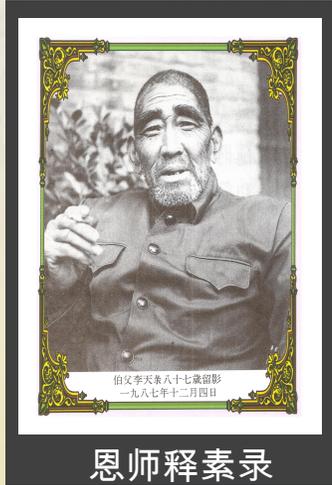




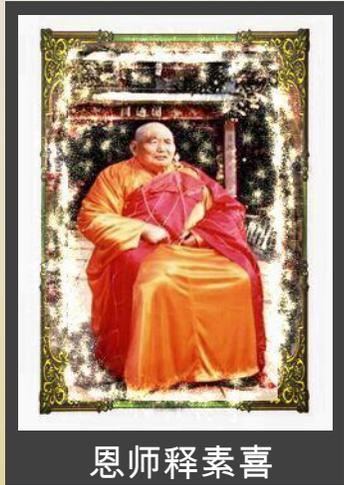
嵩山少林寺名誉方丈  
释德禅师兄



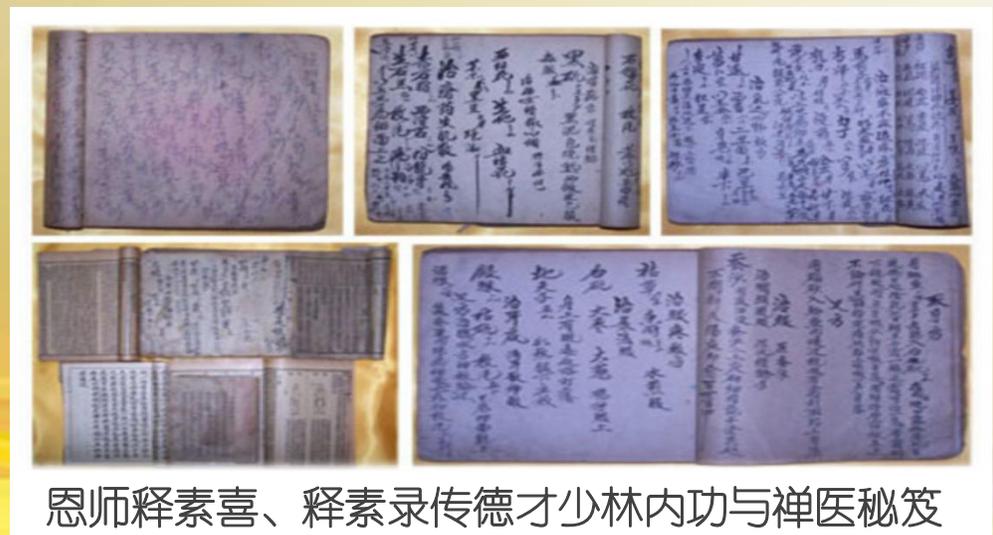
释德禅提词



恩师释素录



恩师释素喜



恩师释素喜、释素录传德才少林内功与禅医秘笈

# 禅医来源

恩师释素喜、释素录  
传德才少林内功与禅医秘笈

It is the secret of shaolin's internal work and zen practice





目 录

前言..... (1)

第一章 内养功..... (1)

第一节 高功..... (1)

一、松静操功..... (1)

二、丁步推球功..... (7)

三、马步推球功..... (7)

第二节 坐功..... (7)

一、盘腿功..... (8)

二、凳上功..... (8)

第三节 卧功..... (9)

一、仰卧功..... (9)

二、侧卧功..... (10)

第二章 强壮功..... (11)

第一节 起式..... (11)

一、松静起式..... (11)

二、丹田贯气式..... (12)

第二节 主动..... (12)

一、功一：(一) 兽手登山..... (12)

                  (二) 双手登山..... (14)

                  (三) 兽手推磨..... (15)

                  (四) 双手推磨..... (15)

                  (五) 拍打腿水..... (17)

                  (六) 双手导引..... (18)

二、功二：(一) 顶天立地..... (18)

公 证 书

(88)大证外字第328号

兹证明李全才(男,一九五五年四月七日出生)于一九八五年九月至一九八八年四月先后在辽宁省大连市中区守先街大连养气功社推证研究所任所长、辽宁省大连养气功社现代研究中心理事长、中华针灸气功推拿研究培训中心常务董事和理事长、辽宁省大连养气功社推拿复医院院长。

中华人民共和国辽宁省大连申公证处

公 证 员 高秀梅

一九八八年四月十八日

李全才编著

责任编辑：曹振厚 封面设计：岳旭仁

大连海运学院出版社出版

大连新华书店发行

大连海运学院出版社印刷厂印刷

ISBN 7-5632-0038-X / G · 19

三、功三：(一) 活熊健身..... (23)

                  (二) 寒熊健身..... (24)

                  (三) 天地抓虎..... (24)

                  (四) 丹田开掌..... (26)

                  (五) 月亮摆摆..... (27)

                  (六) 双手导引..... (28)

四、功四：(一) 坐山踏地..... (28)

                  (二) 胸前开掌..... (29)

                  (三) 双手贯掌..... (30)

                  (四) 犀牛安掌..... (30)

                  (五) 气导推磨..... (31)

                  (六) 双手导引..... (31)

五、功五：(一) 非猴抓竹..... (31)

                  (二) 擒猴换手..... (32)

                  (三) 倒提犀牛尾..... (32)

                  (四) 九鬼拽马刀..... (32)

                  (五) 出掌力..... (32)

                  (六) 双手导引..... (33)

第三节 收功..... (33)

一、丹田贯气式..... (33)

二、丹田贯气式..... (33)

人生最大的成就是健康的活着  
人生最大的幸福是人活着健康  
提升生命境界养心 绽放生命活力养身  
——题记：德才

前 言

《嵩山少林禅医动静内功》是嵩山少林禅寺禅医与功夫的珍贵遗产之一，有悠久的历史。它具有辅助人体内的正气，祛除体内的邪气，调整阴阳的平衡，疏通经络，调和气血，镇静安神，强壮身体以及延年益寿之功。

《嵩山少林禅医动静内功》是嵩山少林寺三十大德高僧(法名：释素素、释素康)著名老中医学李天德师父(师父)原以金师父(法名：真一)秘传的清代、王祖庵编、河南嵩山少林寺《内观图说》与《少林内功》、《气功针推点穴秘要》。

本人从九岁入少林寺三年修练(法名：德才)，之后又同嵩山少林寺主持(法名：释德禅)师兄共修十多年，总结其精髓整理出来了，这著作、坐、卧、动、达摩禅的安心、定心之法《嵩山少林寺动静内功》一书。

本书共分四章：第一章、内养功；第二章：强壮功；第三章：贯气祛病功；第四章：练功必懂；附病防。练此功得气快，每人都能练成白、红、紫、玫瑰山丹掌，本功修学易懂，易于掌握，经数万人修练证明深受广大注重生命质量、追学身、心、脑及走丰病体深爱好者的欢迎。

由于少林功夫源远流长，其理论体系独特，不少名不副实深奥难解，故本书中错误、欠缺之处在所难免，敬希海内外专家指正。

愿《嵩山少林禅医动静内功》流传世界，救世天下人健康，即证生命本能，开启生命密码，得以延年益寿。

主 编：德才(金才)  
一九八八年五月一日于大连

三、引气归丹田..... (33)

第四章 贯气祛病功..... (34)

第一节 自发气式祛病法..... (34)

一、高血压..... (34)

二、低血压(贫血)..... (35)

三、失眠..... (35)

四、心脏病..... (36)

五、腰痛、腿疼、扭伤(舒筋)..... (37)

六、撞伤..... (37)

七、脚病(气管炎)..... (38)

八、胃病..... (38)

九、肝、胆病..... (38)

十、膝盖疼(膝盖痛)..... (39)

十一、臂酸痛..... (39)

十二、其它病症..... (39)

第二节 尖掌贯气式祛病法..... (40)

一、真皮贯气式..... (40)

二、点穴针刺贯气式..... (41)

第三节 分行外功保健法..... (41)

一、头功..... (41)

二、面功..... (41)

三、耳功..... (41)

四、目功..... (42)

五、口功..... (42)

第五章 练功必懂..... (43)

第一节 本功常用的中医基础知识及经络穴位..... (43)



一、中医学基本理论..... (43)

二、阴阳学说..... (44)

三、五行学说..... (44)

四、脏腑学说..... (45)

五、气、血、精..... (45)

六、经络学说..... (47)

第二节 丹田丹田..... (56)

一、丹田丹田..... (57)

二、丹田丹田..... (58)

第三节 本功的呼吸..... (59)

一、鼻吸鼻呼式..... (59)

二、鼻吸口呼式..... (60)

第四节 动静与姿势..... (60)

第五节 练功的时间、地点、穿衣、卫生..... (61)

一、练本功的时间、地点..... (61)

二、穿衣、卫生..... (61)

第六节 练功的情绪、饮食、二便、烟酒..... (61)

第七节 练本功期间戒除..... (62)

第八节 关于功中起式为什么从下肢开始松静..... (63)

第九节 关于功中的引导..... (63)

第十节 关于功中的用力..... (63)

第十一节 关于练本功和其它功量练问题..... (64)

第十二节 练本功的信心..... (64)

附：附历..... (68)

理论探讨..... (77)

内 容 提 要..... (114)

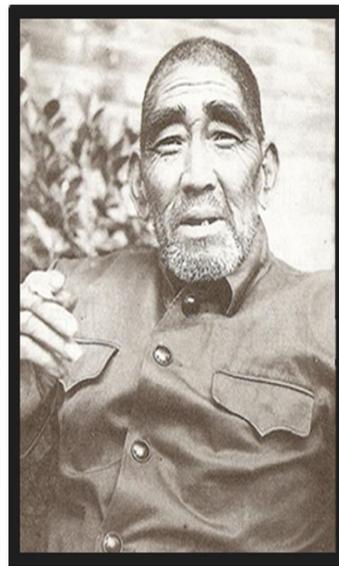
compiled the songshan shaolin temple of dynamic and static qigong Simple and easy method of qigong \ "Round the topic

# 《嵩山少林禅医动静内功》

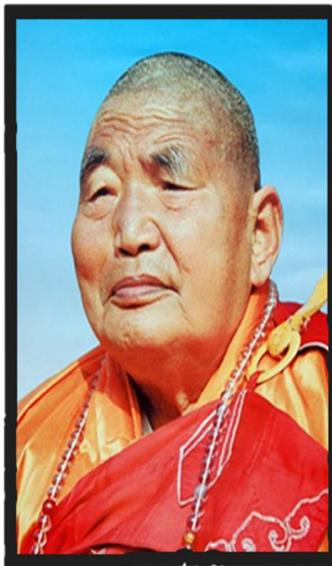




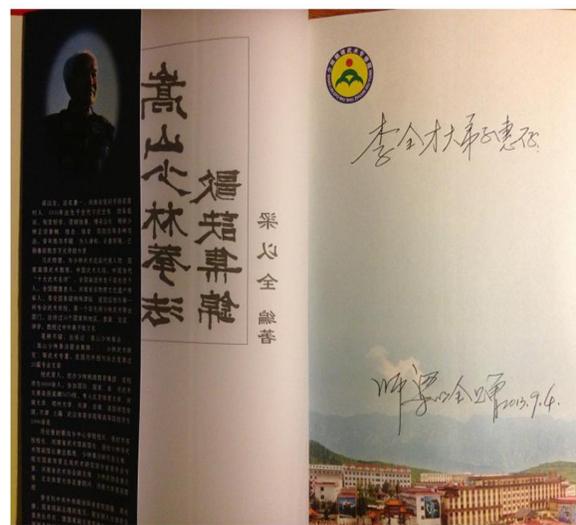
恩师 释素一



恩师 释素录



恩师 释素喜



德才师父的恩师梁以全 (素一) 在他编著的《嵩山少林拳法》一书上亲笔题字赠送大弟子惠存



左：武当掌门人——游玄德  
中：少林派名宿——梁以全  
右：峨眉派掌门人——汪健

2013年9月4日，少林派长老梁以全(素一)编著《嵩山少林拳法》一书，并亲笔题字赠送李全才大弟子惠存

Li Quancai compiled the songshan shaolin temple of dynamic and static qigong Simple and easy method of qigong \ "Round the topic



正心正念 · 传授禅医 · 誉满南洋



印尼、新加坡、马来西亚达摩禅医讲学活动



香港达摩禅医研修堂



中国各地达摩禅医讲学活动





# 中西禅三医合一 解决脊柱修复难题

西医通过手术实现脊椎修复，德才禅医集“中西禅”三医之长，不动刀、不用药的玫瑰掌内功推拿点穴自然疗法修复受损脊柱，在椎体关节水平面上施加引导力，适用范围广，老少皆宜。

德才禅医修复脊椎，科学、安全、简单、无创伤、无副作用。





## 德才禅医现场传授 采宇宙能量之光用玫瑰掌内功推拿点穴的方法功效

使机体内刚外柔，是醉非醉，达到“意气力”“精气神”的结合。此内功将完成100多个动作，主要起到闻香纳气，通关开窍，祛除疾邪，纳天地阴阳之气入体，以练气、化气、导气、提气为目的，使全身每一个部位的任何一种疾患，用双手所练到的内功之气进行全身自我推拿点穴的修炼，又帮助家调理疾患，实属德才禅医亲传秘要中最为精华的练气养心养身内功推拿点穴秘要。

德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴方法的传承，对于中风半身不遂、腰腿疼痛、头痛、脊椎和骨关节、痛经和产后康复方面的少林绝技，总结出了一整套的玫瑰内功推拿点穴康复的方法，



# 德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴秘籍篇

## 第一章：德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴秘籍的渊源

德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴秘籍是基于《禅宗少林达摩祖师内功推拿点穴》，并结合了中西医临床实践内容、心理学、病理学等各学科专著编著。

《德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴》是由中西禅医专家德才禅医编著而成，

德才师父是禅宗少林第31代皈依弟子(法名德才),祖籍中国河南。

德才禅医1970年参军，1972年军队保送进入第四军医大学进行系统学习，1976年至1980年就读于大连科技进修学院中医系。1981至1985年任首长保健医生。1985年底离开军队，86年建立了自己的中华医院、气功针推康复医院、肿瘤康复医院，同年又晋升为中国科委中华针灸气功推拿研究中心秘书长.研究员。1987年成为世界针灸联合会第一届代表。1987年至今，居住在香港、马来西亚、新加坡、印尼等10多个国家，以发展和弘扬中国医学、少林功夫及禅医禅养文化为主,并创立了爱帝国际集团。



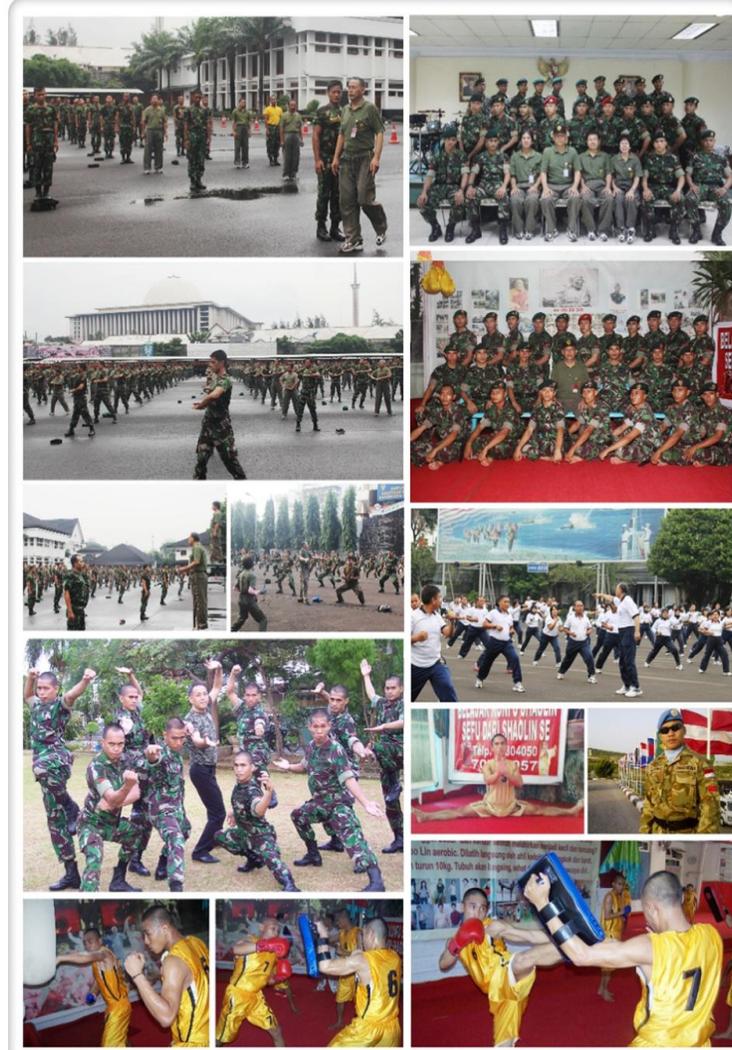
# 禅宗德才禅医



德才师父与印尼前总统苏西诺及各大军区将军合影



德才师父70\_85年在中国军队的医学发展



德才师父任印尼陆军、海军总教头时与官兵们训练合影



# 德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴秘籍篇

## 第二章：德才禅医玫瑰掌内功掌推拿点穴秘籍手法篇

德才禅医先后被印尼国家武术总会聘为少林功夫总教练、原印尼四任总统及家人保健医、印尼国家陆、海军少林功夫训练基地总教头，之后更是特别获得印尼国家陆军建军最高贡献奖。因德才禅医为祖传中医世家第七代传人，其伯父李天录为著名中医，他自九岁跟随其伯父李天录(法名释素录)及释素喜、梁以全师父（法名释素一）研习医术和少林功夫，精通少林内功推拿点穴，传承对于半身不遂、中风腰腿疼痛、头痛、脊椎和骨关节紧密、痛经和产后康复方面的少林绝技，并经过50余年来禅医内功的经验，总结出了一整套的玫瑰掌内功推拿点穴的方法，以供后人造福众生。



# 德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴秘籍篇

## 第二章：德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴秘籍手法篇

德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴秘籍的核心是通过在“重、大、深、慢、一大片”的基础上，通过“意、气、力”的配合，对病人进行内功推拿点穴。而“重、大、深、慢、一大片”中的“重”就是手法重，内功推拿时手要重压在病人身上，此时通过丹田发气到手上，再由手传到病人的病灶深处。在重的同时，意念和气都在病灶深处而不在手上，此时通过学过的推、揉、点、按等几十种方法对病人进行内功推拿点穴。“大”即为内功推拿时的手法要大，要感觉到气在病人身体内是一大片的是运动的。

“深”即为内功推拿时要往疾患身体里面使劲，要感觉到气和力像进入到疾患骨头里一样，这样就可以直达患灶深处，达到治病要治根的目的。

“慢”就是内功推拿时手法要慢慢地进行，以此来达到让疾患全身肌肉神经放松的目的，此时疾患在推拿时会感觉到全身的疾患都会减弱或是消失，而如果快速的推拿，那也就和普通的按摩无异了。

“一大片”即为医者内功推拿时手法要呈一大片，即使再小的手法也要感觉是在一大片的基础上进行的，而此时疾患则感觉到体内的疾痛也是呈一大片的消失的。



# 德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴秘籍篇

## 第二章：德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴秘籍手法篇

要想掌握德才禅医内功推拿点穴秘籍，就必须掌握上述的核心方法，并与“意、气、力”相结合，譬如德才禅医内功推拿点穴秘籍手法中，在推拿疾患全身时，运用“重、大、深、慢、一大片”以及与“意、气、力”相结合，病人的病痛会立刻消失，而无论是病人身上任何一个地方，通过几十种手法皆可治疗。

德才禅医内功推拿点穴的“意、气、力”则要去感觉，用左手发气，就用右手接，感觉气有没有在走动，右手有没有气的感觉，气在穿过病人身体的时候，要去感觉疾患的地方在哪里。通过此种运气的过程，相当于我们在给患者治疗的同时，还可以在患者的身上练功。如果不运用“重、大、深、慢、一大片”和“意、气、力”那就是普通的按摩了，我们每次发气的时候就会感觉到我们的气通过患者的患处，这才叫做德才禅医内功推拿点穴秘籍。而往往患者在治疗期间会有一些不按照德才禅医的医嘱去进行诸如熬夜、过量运动等不良举措，致使我们内功推拿时达不到效果更有甚者患者患处变得越加严重，因此，如何辨别治疗的情况就显得十分重要。我们在给患者内功推拿时，要时刻记着当天内功推拿时患者身体是否和前一天内功推拿时一样



# 德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴秘籍篇

## 第二章：德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴秘籍手法篇

“重、大、深、慢、一大片”时，通过调整力度，可以给病人病情分几个层次，而最开始内功推拿时即为外边的第一层，七天加深一次，一般达到第四层的时候就基本感觉到按到病人的病根了，如果我们在给病人治疗时，一直处于第三层的状态，但是由于病人突然劳累或是紧张，此时再给患者内功推拿时，往往在按到第二层时病人会感觉到非常的痛，而平常第三层患者也没有什么痛感，在平时运气的时候也是非常畅通、舒服的，却突然气的通行会引起患者剧烈疼痛，此时就应了解，这个患者违背了治疗初期我们对于类似不要熬夜、过度疲劳这一类的嘱托在内功推拿时，前七天在第一第二层时，要感觉病人的痛在什么程度，里面的肌肉、神经紧张到什么程度，内功推拿的时候感觉病人痛处的结节是什么样的，当在第一第二层进行为时七天的内功推拿后，患者没有明显痛感时，就可直接进入第三层，此时再过七天，患者在第三层也不会感觉到痛了，就可以进入第四层，并继续内功推拿三个七天也就是二十一天，这最后的二十一天就是在对患者的处进行内功推拿治疗，当1-3个21天的治疗期过后患者的病痛一定会消失的。



# 德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴秘籍篇

## 第二章：德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴秘籍手法篇

因为我们在给患者运用内功推拿时，每一天的内功推拿会让我们的气停留在患者患处最多36个小时，并保持患者患处处于松开的状态，然而如果中间突然有一天患者没有进行推拿，原本放松的地方就会一下绷紧，此时患者痛感会比以前强烈的多，因此在给患者治疗期间，内功推拿的频率必须维持每日一次，最好是每24个小时之内就内功推拿一次。

内功推拿时，要时刻记住“重、大、深、慢、一大片”和“意、气、力”，譬如德才禅医内功推拿点穴秘籍手法中的掌根推，要把力和气传到患者的患处深处，如果手上无力，可以去用另一只手去助力，并用意念去想患者哪里有结节和痉挛点，此时再运用力与气结合进行内功推拿，会感觉到按处的结节和痉挛在动，只有这样才能慢慢解除结节和痉挛。



# 德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴秘籍篇

## 脊柱弯曲的诊断与治疗

脊髓神经从上到下任何一个地方都是不能出现问题的，如果是在表面出现了一些个问题，就会导致人体脏器出现病变。脊椎的神经有臂丛神经，颈丛神经、胸椎神经、腰丛神经、骶丛神经等，而往往腰痛都会致使坐骨神经痛导致下肢疼痛，而这些问题都是由于脊椎变形等病症所致的，脊髓神经是经过脊柱中间的脊椎孔，因此任何一段脊椎出现问题就会压迫脊髓神经，致使整个脊椎周围疼痛，更有甚者对周围脏器、淋巴造成影响。

由于脊椎是通过关节面切合相连接，这些关节是可以活动的，一个成年人身体重量中30%是下半身，剩下的70%为上半身，如果一个100公斤的病人，其70公斤的重量全部压在一节小小的脊椎骨上面，往往在不正当运动时，椎体骨关节就会形成错位，而一错位就会压迫脊髓神经，再致使整个下肢神经出现问题就形成了腰间盘突出压迫坐骨神经痛。而在人扭伤时，如果突然往反方向运动，就会致使另一侧也出现问题，往往人在扭伤的一侧不是很严重，严重在于弹回去的时候另一侧的扭伤，两边都扭伤之后，导致的就是患处不是一节椎体错位，而是最少2-3个椎体的错位。而因为全身重量的压迫，患者会呈现出身体的偏斜，随着年龄的增长会使整个脊椎都出现问题。

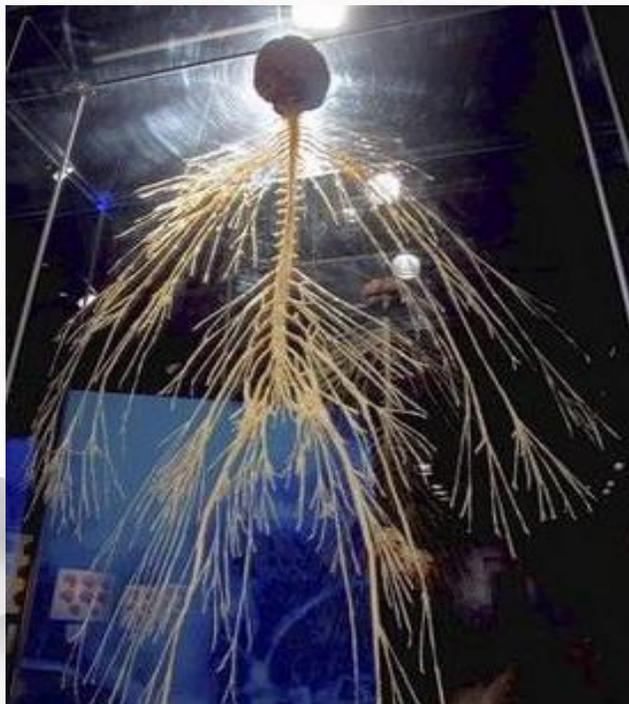
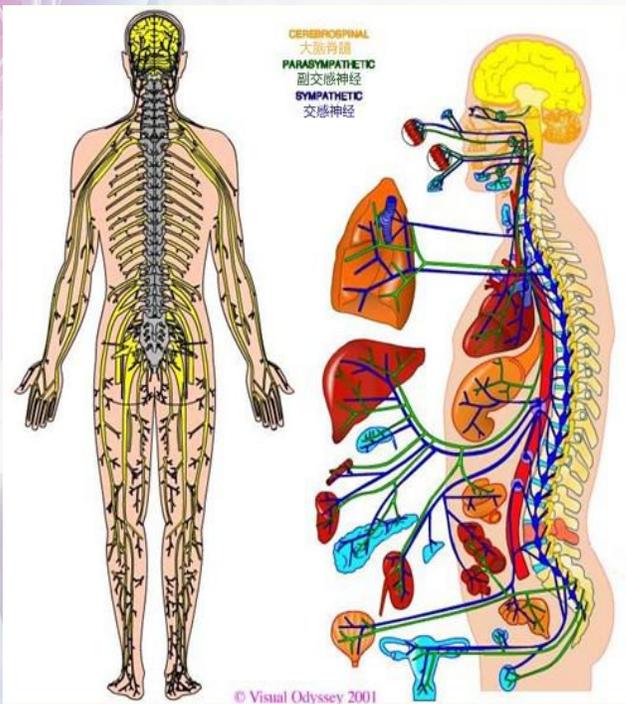


# 脊柱弯曲的诊断与治疗

## 脊柱是人体骨架的主轴，是人体活动的控制中心

脊柱与脊髓神经是人们物理和生理功能的基础，脊椎及脊髓节神经直接关系到内脏的健康。

儿童在生长发育期最容易受损伤的就是脊椎骨和脊髓神经，95%的儿童患有不同程度的脊柱弯曲现象，即脊柱弯曲症。



**脊柱与内脏神经对照图**

脊柱节	相关脏器	引起症状
颈1	头部血管、大脑额叶、前额、发	头痛、神经官能、失眠、高血压、
颈2	眼、耳、舌、	鼻炎、耳聋、耳痛、牙痛、腰痛、
颈3	喉、外耳、咽喉、舌、三叉神经、	神经痛、神经炎、喉咙、粉刺、湿疹、
颈4	鼻、嘴、口、耳、咽喉、	神经炎、咽喉、
颈5	声带、咽喉、喉、	喉炎、咽炎、嗓音嘶哑、
颈6	颈部肌肉、肩部、肩胛骨、	落枕、肩痛、肩袖体炎、百日咳、哮喘、
颈7	甲状腺、胸腺、	甲状腺炎、甲状腺、甲状腺癌、
胸1	食管、气管、	支气管炎、哮喘、
胸2	心脏、冠状动脉、	冠心病、
胸3	肺、胸腺、乳腺、	支气管炎、流行性感冒、胸膜炎、肺炎、
胸4	胆囊、胆囊、	急性胆囊炎、慢性胆囊炎、胆结石、
胸5	肝、	肝痛、脂肪肝、肝硬化、
胸6	胃、	胃溃疡、胃炎、消化不良、胃灼热、
胸7	胰腺、十二指肠、	糖尿病、胰腺炎、胃炎、
胸8	脾、脾脏、	脾脏肿大、脾脏炎、
胸9	肾上腺、	肾上腺炎、肾上腺功能减退、
胸10	肾、	腰痛、肾结石、肾衰竭、
胸11	肾、输尿管、	肾绞痛、肾结石、小肠炎、
胸12	小肠、输尿管、淋巴系统、	风湿病、腰痛、
腰1	大肠、结肠、膀胱、	便秘、结肠炎、膀胱炎、
腰2	膀胱、直肠、	膀胱炎、膀胱炎、
腰3	卵巢、子宫、膀胱、膀胱、	膀胱炎、膀胱炎、
腰4	前列腺、膀胱、坐骨神经、	坐骨神经痛、膀胱炎、
腰5	小腿、脚、	血液循环不良、脚气、
骶椎	肾脏、肾、	肾结石、肾炎、
尾椎	尿道、肛门、	痔疮、

# 德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴秘籍篇



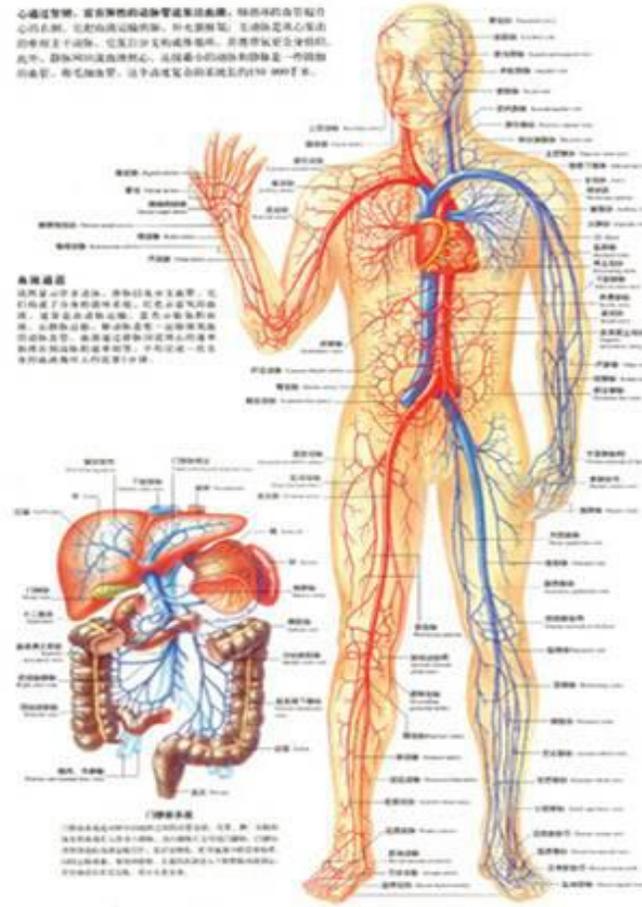
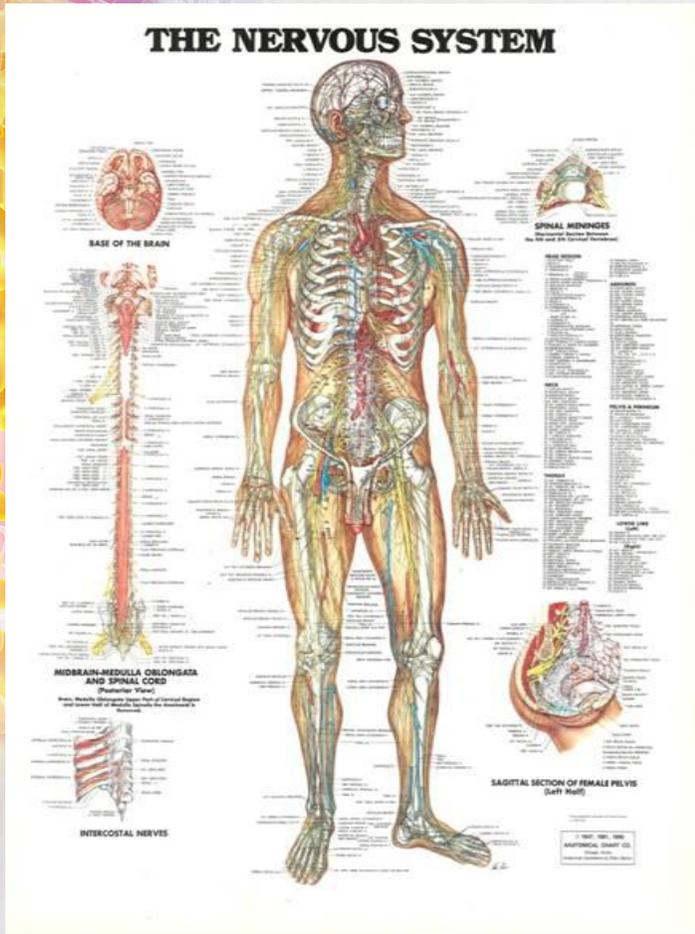
## 脊柱弯曲的诊断与治疗

最为明显的判定是否有脊柱弯曲的方法就是观察患者胯骨和肩部是否平齐，往往患有这种的患者肩部和胯骨会呈一高一低的状态。用尺测量时，一侧放在尾骨处保持沿正常脊柱方向测量，通过观察患者脊柱位置测量弯曲度数。在用手感觉时，可以用双手沿患者脊柱方向向下捋顺，如患者脊柱弯曲，则会感觉行进过程中不是很平整。

经过简单检测如发现患者有以上弯曲症状，往往表示患者的第五第四腰椎骨出现问题，此时应先让患者去医院拍摄X光片，在通过X光片呈现的弯曲位置，对整个脊椎周围肌肉及神经进行内功推拿放松，再运用德才禅医内功推拿点穴秘籍中几种特殊的手法对其脊椎骨进行矫正，再通过后续的一系列譬如人工固定、练功等治疗手段使患者患处得以康复。当脊柱弯曲的时候，脊柱弯曲方向的对侧肌肉会呈现长条的紧绷状态，而弯曲方向的一侧的肌肉就很松弛，此时运用德才禅医内功推拿点穴秘籍的特殊的手法，使紧张的肌肉得以放松，使松弛的肌肉重新变得丰满，此时紧绷的肌肉得以放松，恢复力量的肌肉和神经就会将弯曲的脊柱拉直，但是这些举措只能暂时将脊椎骨拉直，却不能做到治根，而患者的病根就在于腰椎的错位，因此必须要将腰椎的错位矫正回去，在治疗的时候要做到整个脊椎整体的推拿，尤其是要让患者练习相对应的功法，推拿只能做到一部分的效果，只有让患者练功才能做到让患者完全脱离疾患。因为无论推拿的再好，如果患者不去练功，脊椎两侧的功能不平衡，终究会再次复发。

# 脊柱弯曲的诊断与治疗

## 脊柱是人体骨架的主轴，是人体活动的控制中心



# 德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴秘籍篇



脊椎5度的弯曲基本是不需要推拿的，因此此时只是腰椎部位受到损伤了，但如果在10度的弯曲时，就表明最少有1-2个腰椎开始出现错位了，达到20度、30度的弯曲时，则说明了最少有3个腰椎的椎体错位了。

我们进行脊椎矫正时，矫正的部位不是脊椎的棘突，而是脊椎两侧的横突，通过分立、顺压和点压的方法对脊椎两侧的横突进行手法操作，才能达到矫正弯曲的脊椎的目的，而揉、推、按等方法是在上述矫正手法之前操作，使脊椎两侧的肌肉和神经得到放松达到矫正效果更加明显的目的。而在治疗过程中，每天都要用掌拉伸脊柱一次，每七天则要扳一次。

而对于不同的患者，受力的程度也不同，身材较为瘦小的患者我们主用指跪法进行推拿，而对于比较壮的患者，我们可以使用手肘加力内功推拿。

对于脊椎弯曲的患者进行内功推拿时，一般每种内功推拿手法的次数为三次，应注意的是脊柱弯曲的方向并不是病灶所在，而是脊柱弯曲方向的对侧，此时患者脊椎弯曲方向的对侧的肌肉因为长期处于紧绷状态，因此内功推拿时，往往需要用比脊柱弯曲方向的一侧更加大的力量和多的次数，如果当内功推拿时发现紧绷的肌肉在连续进行三次手法后没有什么明显变化，那么可以就病情需要多加一倍甚至几倍的手法次数，而脊柱弯曲方向这一侧依旧内功推拿三次即可，当紧绷侧的肌肉神经得以松弛，弯曲自然就消失了。

# 脊柱弯曲的诊断与治疗

## 脑与脊髓神经

### 患者的年龄和骨骼成熟程度

儿童的脊骨比较容易变形，因为他们的骨骼还未发育成熟和稳定，最容易弯曲和恶化。

### 患者的性别

女性较男性容易患上脊柱侧弯，除扭伤、拉伤等损伤以外，还因为女性本身发育机能与男性不同有关。

为此，我们提醒大家早一点为你的孩子做一个X光检查，如有弯曲我们的专家会帮助你们。





# 德才禅医玫瑰掌内功推拿点穴秘籍篇

## 脊柱弯曲的诊断与治疗

脊椎推拿时，先掌揉脊椎两侧肌肉，放松肌肉与神经，分立时应主要感觉到脊柱弯曲侧的对侧紧绷肌肉在手法操作下变得平缓放松。然后对两侧的肌肉进行顺压，初时会感觉到行进艰涩，但随着次数增加会感到一次比一次要平缓。最后在顺压的相同位置进行点压法。完成后使用双拳揉法沿脊椎方向从上到下顺逆时针各揉几次再用双拳平推，如果在手法操作中感觉到无力，那么可以考虑单手助力法或是用肘臂法代替指跪法，肘臂法进行推拿操作应注意当用手肘顺压时，用另一只手的虎口处紧靠手肘进行顺压，双肘臂揉时应注意两手保持用力，手法操作要慢。这些手法的最终目的就是将紧绷的、痉挛的神经和肌肉得到充分的放松。

德才禅医的内功推拿手法总共百余种，分为头部推拿手法及腰背部的推拿手法，四肢躯干的推拿手法以及胸腹部的推拿手法。而全身各种疾病的形成，多为脑神经及身体脊椎部神经的病变，因此我们的德才禅医内功推拿点穴秘籍的手法主要以头部及脊椎推拿为主，四肢与胸腹部的内功推拿为辅。



# 脊柱健康 非药物治疗法技能培训基地介绍

课程模式：直播或录播+线下实操

课程内容

颈肩腰腿痛康复调理75种内功推拿点穴手法

课程课时

初级：线上40课时，线下实操3天



# 颈肩腰腿痛康复调理：75种内功推拿点穴手法

摆动类手法是指用指、掌、肘等部在操作部位做协调的连续摆动的一类手法。

## （一）揉法

以指、掌等部位吸定于人体体表做环旋运动，并带动皮下组织一起运动的手法称为揉法。包括指揉法、掌揉法、拳揉法等。

### 一. 掌揉法

用手掌着力于受术部位，以肘关节为支点，前臂做主动运动，带动腕及手掌做环旋揉动，并带动皮下组织一起揉动。如以一手掌叠加于另一手背之上做掌揉法，称为单掌助力揉法。

1.单掌揉法 (1)

2.双掌揉法 (2)

3.单掌助力揉法 (3)

### 二. 掌揉拿法

掌揉拿法是由拿法和揉法相结合而成的一种复式手法，在拿法的基础上，手掌与手指在做捏、提时，增加了适度的旋转揉动，所产生的拿揉之力连绵不断地作用于施术部位。

1.单掌揉拿法 (4)

2.双掌揉拿法 (5)

3.单掌助力揉拿法 (6)



# 颈肩腰腿痛康复调理：75种内功推拿点穴手法

## 三. 掌根揉法

用掌根着力于受术部位，以肘关节为支点，前臂做主动运动，带动腕及手掌做小幅度的环旋揉动，并带动皮下组织一起揉动。做掌根揉时，要求掌根部稍用力下压，以加大深透力。如以一手掌叠加于另一手背之上做掌根揉法，称为单掌根助力揉法。

- 1.单掌根揉法 (7)
- 2.双掌根揉法 (8)
- 3.单掌根助力揉法 (9)

## 四. 拇指揉法

用指腹着力于受术部位，做环旋揉动，并带动皮下组织一起运动。

- 1.单拇指揉法 (11)
- 2.双拇指揉法 (12)
- 3.单拇指助力揉法 (13)

## 五. 指（面）跪揉法

手握紧，以四指指面按压于施术部位，做环旋揉动，并带动皮下组织一起运动。

- 1.单指（面）跪揉法 (14)
- 2.双指（面）跪揉法 (15)
- 3.单指（面）跪助力揉法 (16)



# 颈肩腰腿痛康复调理：75种内功推拿点穴手法

## 六. 指（节）跪揉法

手指屈曲，突出四指指节，并按压于施术部位，做环旋揉动，并带动皮下组织一起运动。

- 1.单指（节）跪揉法 (17)
- 2.双指（节）跪揉法 (18)
- 3.单指（节）跪助力揉法 (19)

## 七. 二指揉

用屈曲的食、中二指指骨间关节背面着力，做循环往复揉动。

- 1.单二指揉法 (20)
- 2.双二指揉法 (21)
- 3.单二指助力揉法 (22)

## 八. 十指揉法

用十指指腹着力于受术部位，做环旋揉动，并带动皮下组织一起运动。

- 1.单十指揉法/五指揉法 (23)
- 2.双十指揉法 (24)
- 3.单十指助力揉法 (25)



# 颈肩腰腿痛康复调理：75种内功推拿点穴手法



## 十三. 肘揉法

用肘部位着力于受术部位，以肩关节为支点，连同上臂带动前臂做环旋揉动。要求带动皮下组织一起揉动。

- 1.单肘揉法 (35)
- 2.双肘揉法 (36)
- 3.单肘助力揉法 (37)

## (二) 推法

在受术部位做单方向直线推拉的手法，称为推法。根据着力部位的不同可分为指推法、掌推法、肘推法等。

### 一. 掌推法

用手掌面着力于受术体表，以伸肘的力量为主做直线推动。

- 1.单掌推法 (38)
- 2.双掌推法 (39)
- 3.单掌助力推法 (40)

### 二. 掌揉推法

在掌推法的基础上，使用揉法按压揉推患处。

- 1.单掌揉推法 (41)
- 2.双掌揉推法 (42)
- 3.单掌助力揉推法 (43)





## 六. 十指推拿法

十指推拿法是在十指推法的基础上，结合十指拿法的一种复式手法。

- 1.单十指推拿法/五指推拿法 (52)
- 2.双十指推拿法 (53)
- 3.单十指助力推拿法 (54)

## 七. 拳推法

手握实拳，指节面着力于受术体表，以伸肘的力量为主做直线推动。

- 1.单拳推法 (55)
- 2.双拳推法 (56)
- 3.单拳助力推法 (57)

## 八. 拳推揉按法

手握实拳，拳心向上，拳指节向患处做拳推揉按法。

- 1.单拳推揉按法 (58)
- 2.双拳推揉按法 (59)
- 3.单拳助力推揉按法 (60)



## 滚法

以手背近尺侧部分或指面等部位在受术部位做节律性往返滚动的手法，称为滚法。

### 一. 滚揉法

五指自然放松，以小指掌指关节背侧为主吸定于受术部位，沉肩，以肘部为支点，前臂做主动摆动，带动腕关节屈伸和前臂旋转的复合运动，使手背近尺侧部分在受术部位做节律性来回滚动。

1.单滚揉法 (61)

2.双滚揉法 (62)

3.单滚助力揉法 (63)

### 二. 指（节）滚法

手指屈曲，突出四指指节，按压于施术部位，并做节律性来回滚动。

1.单指（节）滚法 (64)

2.双指（节）滚法 (65)

3.单指（节）跪助力滚法 (66)

### 三. 肘臂滚法

用前臂尺侧面按压于施术部位，并做节律性来回滚动。

1.单臂滚法 (67)

2.双臂滚法 (68)

3.单臂助力滚法 (69)



# 颈肩腰腿痛康复调理：75种内功推拿点穴手法

## 第二节：摩擦类手法

摩擦类手法是指以手的掌面、指面或肘臂部贴附在体表，做直线或环旋移动，使之产生摩擦动力的一类手法。

### 摩法

用手掌掌面或示、中、环三指相并指面附着于穴位或部位上，腕关节做主动环形有节律的摩擦运动，称为摩法。

#### 一. 指摩法

以示、中、环三指相并指面附着于穴位或部位上，腕关节做主动环形有节律的摩擦运动，称为指摩法。

- 1.单手指摩法(70)
- 2.双手指摩法(71)
- 3.单手助力指摩法(72)

#### 二. 掌摩法

用手掌掌面附着于穴位或部位上，腕关节做主动环形有节律的摩擦运动，称为掌摩法。

- 1.单掌摩法(73)
- 2.双掌摩法(74)
- 3.单掌助力摩法(75)



# 脊柱健康 非药物疗法技能培训基地介绍

课程模式：直播或录播+线下实操

课程内容

德才禅医嫡传弟子26种内功推拿点穴手法

课程课时

线下实操



## 一.大幅度摇肩法 (1)

患者取坐姿，肩部放松自然下垂，施术者站立于其侧前方，以一手轻握其手腕部，另一手用掌背将其腕部缓慢向上托起，托至 $140^{\circ}$  ~ $160^{\circ}$  时，该手随即反掌握住腕部，原握腕手改做循手臂滑移至患肩上部按住，稍停顿一下，此时按肩手下压肩部，握腕手向上提拉肩部，使肩关节充分伸展，随即握腕手向后、向下摇转，使肩关节形成 $360^{\circ}$  的环旋摇转。如此周而复始，两手交替协作。

## 二. 摇腰法 (2)

患者端坐位，腰部放松。施术者半蹲于身后，用一手按住其腰部一侧，另一手扶住对肩侧，两手协调用力将腰部按前屈、侧屈、后伸的次序摇动，使腰部旋转运动。

## 三. 摇髌关节法 (3)

患者取仰卧位，患肢屈膝屈髌，施术者立于患侧，用一手按住其膝部，另一手按住其足跟部或足踝部，两手协同用力，使髌关节最大范围内做环转摇动。

## 四. 摇踝关节法 (4)

患者取仰卧位，下肢自然伸直，足踝部放松。施术者立于其足后侧，用一手托起其足跟，另一手握住其足趾部，先做适度拔伸牵引，使踝关节放松，然后在拔伸牵引的基础上，做环转运动。

## 五. 摇腕关节 (5)

患者手腕自然伸直，施术者一手握住患肢前臂下端，另一手握住患腕的掌指部位，先做适度拔伸牵引，使腕关节放松，然后在拔伸牵引的同时，做环转摇动。



# 德才禅医嫡传弟子26种内功推拿点穴手法

## 六. 背法 (6)

施术者与患者背靠背站立，术者将患者背起使其双足离地，对腰椎进行牵引、抖动和摇晃的方法，称为背法。

## 七. 扳法 (7)

用双手向同一方向或相反方向用力，使关节瞬间受力，做被动的旋转、屈伸、内收外展运动的手法，称为扳法。

主要有颈椎斜扳法、颈椎侧扳法、颈椎定位扳法和寰枢关节扳法4种，临床应用时应根据不同需求和具体病情，合理选择应用。

### 1. 颈椎斜扳法

又称颈椎旋转复位法。患者取坐位，颈项放松，颈前屈或后伸约 $15^{\circ}$ ，施术者站于其后侧方，用一手扶住其头顶部，另一手托住其下颏部，两手协同适度用力，使头向一侧缓慢旋转，当旋转到一定幅度时（有明显阻力感），稍作灵顿，随即做一个快速而又控制的扳动，此时常可听到“咯嗒”响声，随即松手。扳动幅度控制在 $5^{\circ}$ ~ $10^{\circ}$ 内。根据治疗需要，可选择单侧扳法或双侧扳法。

### 2. 颈椎侧扳法

患者取坐位，颈项放松。施术者站于其后侧方，用一手扶住其头侧部，另一手按压同侧肩部，两手协同用力做相反方向的推压。以增加颈部侧向活动度。

# 德才禅医嫡传弟子26种内功推拿点穴手法



## 3. 颈椎定位扳法

患者取坐位，颈项放松，颈前屈约 $15^{\circ}$ 。以向左侧旋转扳法为例：施术者站于其左侧后方，用右手拇指指面顶推患椎棘突或横突部，左手托住其下颏部向左侧旋转至有明显阻力时，再施巧劲做一快速而有控制的旋转扳动。在扳动的同时，顶推棘突（横突）的拇指使劲向右侧推压。此时常可听到“咯嗒”响声，随即松手。

## 4. 寰枢关节扳法

患者坐于低凳上，颈微屈。以向右侧旋转为例：施术者站于其右侧后方，用左手拇指指面顶按患椎棘突或横突部，右手以肘部托住其下颏部，手掌绕过对侧耳后扶住枕骨部，逐渐用力使颈椎沿脊柱纵轴方向上提拔伸，并使颈椎向右侧旋转至有较明显阻力时，用巧劲做一快速而又控制的扳动，同时顶推棘突的拇指施巧劲顶推棘突向左。常可听到“咯嗒”声响或有拇指下有棘突错动感。

## 八. 腰椎扳法 (8)

主要有腰椎斜扳法、腰椎后伸扳法、顶腰后伸扳法、直腰旋转扳法、单人腰椎旋转复位法、双人腰椎旋转复位法六种。

### 1. 腰椎斜扳法

患者取健侧卧位，健肢在下自然伸直，患肢在上并半屈髋屈膝放在健肢上，腰部放松。施术者面对患者站于诊疗床边，以一手（或肘部）按住患者的肩前部，另一手（或肘部）按住其臀部，同时做反方向的缓慢用力扳动，使腰部被动扭转，当旋转到一定幅度时（有明显阻力感），再做一个瞬间增大幅度的扳动，此时常可听到“咯嗒”声响。

# 德才禅医嫡传弟子26种内功推拿点穴手法



## 6. 双人腰椎旋转复位法

患者取坐位，腰部放松。以向右侧旋转复位为例：一助手立于患者左前方并用双腿夹住其左大腿，两手按压左大腿根部以固定，施术者坐于患者右后方，以拇指顶推偏歪棘突右侧，右手自患者右腋下穿过，用手掌按住其颈后部。嘱患者缓慢主动弯腰，当术者拇指端有棘突活动时，嘱患者身体向右侧侧屈至一定幅度，施术者用按颈椎之手向下压，肘部在腋下向上抬，使患者上身向右旋转，同时同时左手拇指向左顶推棘突，是腰椎左最大幅度的旋转。此时常可有拇指下棘突跳动或有“咯嗒”声。

## 九. 胸背部扳法 (9)

分为扩胸扳法、胸椎对抗复位扳法及扳肩式胸椎扳法等。

### 1. 扩胸扳法

患者取坐位，双手手指交叉抱于枕后部，施术者立于其背后，两手分别握住患者两肘部，并用一侧膝部顶住患者脊背正中，同时嘱患者主动做俯仰活动，并配合深呼吸，做缓缓的前俯后仰被动运动。即患者前俯呼气时，术者将其两肘向前推；后仰吸气时，试着将其两肘向后拉。膝部顶压其背部，使其胸部得到扩伸的同时，胸椎小关节也得到调整。

### 2. 胸椎对抗复位扳法

患者取坐位，双手手指交叉抱于枕项后部，施术者立于其背后，用一侧膝部顶住其胸椎病变节段，两手分别从患者腋下穿过并握住其前臂下段。此时嘱患者做前俯后仰数次后，在其略前倾时，施术者握住前臂的两手用力下压，前臂同时上抬将患者上臂抬起，使患者脊柱向上牵伸，同时顶压患椎的膝部要向前下顶压形成对抗，做瞬间用力，是胸椎得到松动。常客听到“咯嗒”响声。

# 德才禅医嫡传弟子26种内功推拿点穴手法



## 3.扳肩式胸椎扳法 (15)

患者取俯卧位，全身放松。施术者立于患侧，用手掌根按于胸椎偏歪棘突旁，另一手从患者腋下穿过托住对侧患肩并向后上抬扳，使胸椎扭转至有明显阻力时，手掌根下压，另一手上扳协同用力，做一个有控制的稍加大活动范围幅度的瞬间发力扳动。常可听到“咯嗒”响声。

## 十. 骶髂关节扳法

分四步完成。

### 1.自体牵引势 (16)

患者取俯卧位，在患侧髂前部垫以枕头，患侧下肢悬挂于治疗床外，自然下垂，不能足着地支撑。此法利用患侧肢体自身重量做自然牵引，牵引时间约10-15分钟。

### 2.屈膝屈髌势 (17)

继上势，在自体牵引的姿势上，施术者以一手托起患侧膝部，做极度的屈膝屈髌运动，另一手按压患侧骶髂关节处，按压与屈膝屈髌同步进行，一按一屈重复三次。

### 3.屈膝屈髌外展势 (18)

继上势，在上述极度屈髌姿势的基础上，施术者托膝关节的手用力做“蛙式”外展扳动，按压骶髂关节部之手同时向下用力按压，再回到极度屈髌的姿势做重复外展法。按压与外展同步进行，共三次。



# 德才禅医嫡传弟子26种内功推拿点穴手法



## 4. 髋关节外展扳法

患者取仰卧位或俯卧位，下肢自然伸直，施术者立于患侧，一手按住患侧髋部以固定，另一手握住小腿部向外扳动，两手协调用力使下肢外展，当有明显阻力感时，做一个稍增大幅度的快速向外扳动。

## 5. 直腿抬高扳法

患者取仰卧位，下肢自然伸直，施术者立于患侧，将患侧下肢置于肩上，两手同时按住膝部，缓缓上抬下肢，当抬至有阻力感时，做一个稍增大幅度的快速抬扳。

## 十二. 肩关节扳法 (22)

包括上举扳法、内收扳法、后伸扳法、外展扳法和肩关节杠杆扳法5种。

### 1. 上举扳法

患者取坐位，施术者半蹲位立于其患侧方，患者将患侧手搭在术者肩上，施术者两手合抱患肩部向下压，同时缓慢起立使患肢逐渐向上抬举。一抬一放重复3-5次，抬举幅度以患者能忍受为限。

### 2. 内收扳法

患者取坐位，患肢置于胸前尽量内收，施术者立于其背后并紧贴患者背部，以一手扶患肩，另一手从健侧肩上越过并握住其肘部，做肩关节内收扳动。重复3-5次。



# 德才禅医嫡传弟子26种内功推拿点穴手法



## 3. 膝关节杠杆扳法

患者取仰卧位或俯卧位，半屈髋屈膝位，患肢放松。施术者立于患肢后方，以一手的前臂置于患膝腘窝部，另一手握住其踝上部用力向内推按，置于腘窝部之前臂同时向外对抗牵拉，利用推动力使膝关节内产生松动。一般重复3-5次。

## 十四. 拔伸法 (24)

术者将患者肢体或关节的一端固定，在关节的另一端做持续牵引，使其得到牵拉拔伸的方法，称为拔伸法。

### 一. 颈椎拔伸法

患者取坐位，头部保持中立位，颈部放松，施术者立于其侧后方，用一肘弯部托住患者下颏部，手扶其对侧头部，另一手虎口托住其枕后部，肘部与虎口同时用力向上拔伸、牵引颈项向上。当拔伸至一定阻力时持续一定时间再缓慢放松，再行拔伸。

### 1. 肩关节拔伸法

患者取坐位，患侧上肢放松，施术者立于其后外侧，以双手握住其腕部缓慢向上牵引拔伸。

### 2. 腕关节拔伸法

患者与施术者均取坐位，施术者双手握住患侧手腕掌部，逐渐用力牵引拔伸，同时嘱患者身体略向后仰，形成对抗牵引。或施术者一手握住患者前臂下端，另一手握住其手部，两手同时用力缓慢牵引拔伸。





# 德才禅医嫡传弟子26种内功推拿点穴手法

## 6. 指间关节拔伸法

患者与施术者均取坐位，施术者用一手握住患者腕部，另一手捏住患指指端，两手同时做相反方向牵拉拔伸。

## 7. 踝关节拔伸法

患者取仰卧位，下肢放松，施术者以一手握住患者小腿下端，另一手握住其足跖部，两手同时做相反方向牵拉拔伸。

## 8. 足趾关节拔伸法

患者取仰卧位或坐位，施术者一手握住患者足趾部，另一手捏住其足趾端，两手同时做相反方向用力拔伸数次。

## 十五. 提拉法 (25)

1. 单提拉法
2. 双提拉法
3. 背拉颈椎法
4. 侧身全拉法
5. 左右侧身全拉法
6. 双提向上全拉法

# 德才禅医嫡传弟子26种内功推拿点穴手法



## 运动关节类手法

对关节作被动性活动，使关节产生伸展、屈伸或旋转的一类手法，称为运动关节类手法。

### 十六. 摇法 (26)

以患肢关节为轴心，引导肢体做被动环转的手法，称为摇法。

#### 1. 摇颈法

患者取坐姿，颈顶部放松，施术者站立于其侧后方，用一手扶住其头顶后部，另一手托住其下颈部，以托住下颈部的手主动运动，双手协调配合缓慢摇转头部，使颈椎随头部摇转而产生被动摇转。

#### 2. 摇肩关节法

主要有三种，临床应用时根据肩关节疾患的具体病情而导致的活动功能受限程度，合理选择。

##### 1. 握手摇肩法

又称小幅度摇肩法，患者取坐姿，肩部放松自然下垂，施术者站立于其患侧方，以一手扶住其肩关节（拇指按于肩前部，其余四指按于肩后部），另一手虎口交互握住患者手部，做小幅度的缓慢摇动。

##### 2. 托肘摇肩法

又称中幅度摇肩法，患者取坐姿，肩部放松自然下垂，同时屈曲肘关节。施术者站立于患侧方，以一手扶住其肩关节（姿势同上），另一手拖住其肘部，做中等幅度的缓慢摇动。



## 手法应用操作 26

### 第一步：指抵法

1. 两手大拇指按压抵揉眉间印堂穴。反复三次
2. 将印堂穴到上发髻分为三段，两手拇指从印堂穴开始向两侧直至耳尖上位置抵揉，在分好的三段上依次进行。反复三次。
3. 两手拇指从印堂开始至发髻抵揉，至发髻后，向两侧耳尖上位置缓慢上下抵揉过去，反复三次。

### 第二步：十指揉法

两手拇指位于印堂，其他手指横向依次排列，加力按压，正三圈反三圈按揉，按住加力点压，缓慢放松。十指向发髻方向换位，再依次进行十指揉法动作。

### 第三步：指跪揉法

两手十指中指弯曲成指跪状，按压于太阳穴，正三圈反三圈大手法按揉，手法要轻要慢，加力点住，缓慢放松，作掌，两手鼓掌心贴近太阳穴。

### 第四步：耳部推拿

1. 两手食指大拇指从两侧耳垂位置开始，沿耳廓向耳尖使劲按压转揉过去，上下反复三次。
2. 两手中指按压耳屏，左三圈右三圈，加力点压，缓慢放松。



# 德才禅医嫡传弟子26种禅医内推拿点穴手法

## 手法应用操作

- 3.两手中指无名指按压耳道周边位置，左三圈右三圈揉，加力点压，缓慢放松。
- 4.中指堵住耳道，快速向里抖动，快速拔出，听抽真空的声音。
- 5.两手抓住耳朵，使劲捏住，上下拽拉三次，里外拽拉三次。
- 6.双风灌耳，左右手心鼓出来，手心对准耳道，用力向里压，快速拔出来，听抽真空的声音。
- 7.贯气，两手十指紧靠耳根将耳朵对折捏住，加力，感觉到捏不动为止，两手使劲向里按压，缓慢松手。

### 第五步：颈部推拿

- 1.两手除拇指外四指按压风池及周边穴位，正三圈反三圈转动，加力点压，缓慢松手。反复三次。
- 2.单手按压风府穴，加力左三圈右三圈转动，加力点压，缓慢松手。

### 第六步：敲打穴位

两手合掌，十指分开，依照从印堂开始到左侧耳尖上位置再到右侧耳尖上位置敲打，再向上挪动，继续向左侧敲打过去，如此反复，敲打直至头顶百会穴。



# 回归生命本能 开启重生密码

## 脊柱是人类健康之根

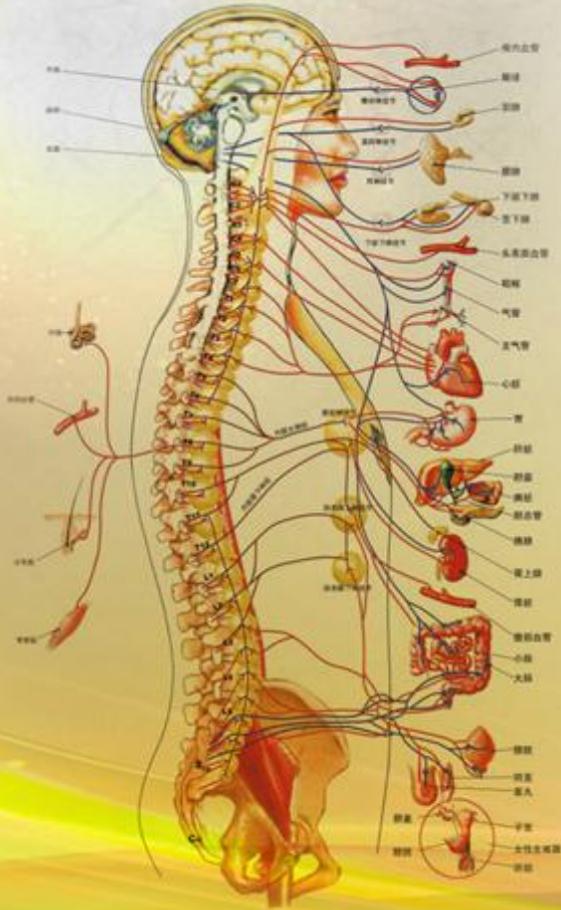
达摩禅医能让儿童收获什么？  
儿童脊柱弯曲矫正篇

禅医中国  
德才师父



## 脊柱错位是如何形成的？

人体80%以上慢性疾病都与脊椎错位、脊神经被压迫有关，但脊柱病患者甚至是专业医生对脊椎错位了解不多。  
长期伏案工作，疲劳工作、坐姿歪扭都易患脊柱病。





# 脊柱与脊髓 · 对周身损伤理论



## 一、什么是脊椎弯曲？

人体90%以上慢性疾病都与脊柱错位脊神经被压迫有关。

以上脊柱弯曲诊断法从1995年至2014年在新加坡、印尼、马来西亚等十多个国家采用。共经数十万名1岁至9岁的儿童用此法诊断准确率为98%以上。使用达摩禅医养心身法矫正率为95%以上，10岁到14岁以上矫正率为50% - 90%。



# 什么是脊椎弯曲?

大量临床科学研究证实

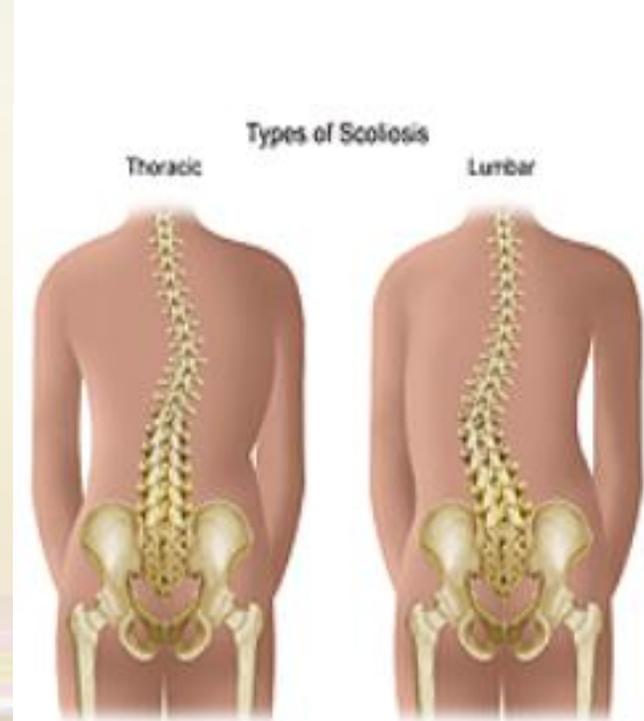
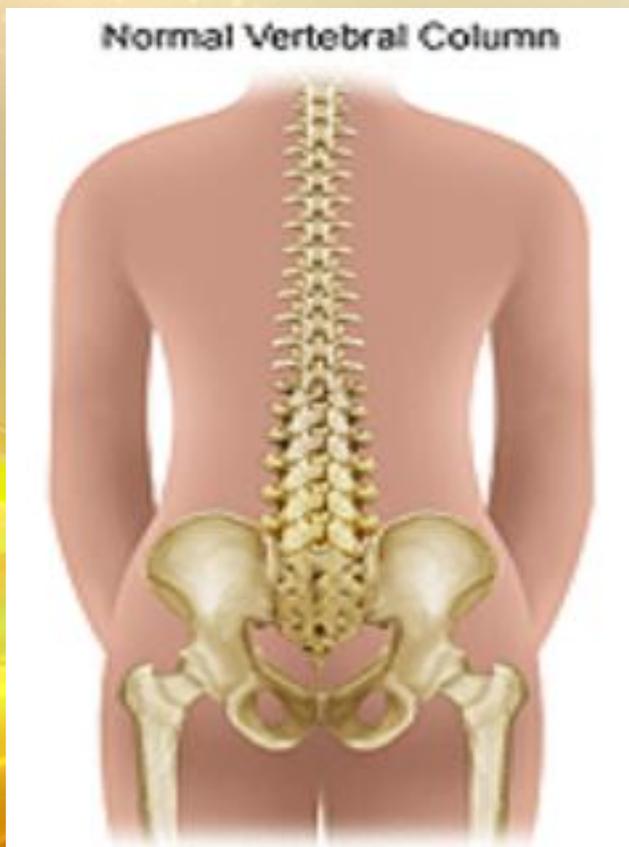
得了疾病的人，几乎没有人去找过疾病的真正原因——脊椎弯曲错位，即便是医生自己也知道的不多。



# 什么是脊椎弯曲？

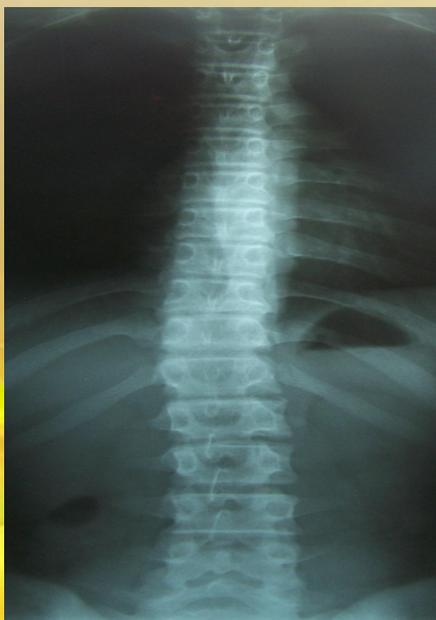
## 人老脊椎先老

如果五脏六腑都正常，而脊椎先退变，甚至“退休”，那等待你的晚年将是**难以忍受的疼痛和无限的烦恼**。大量由**脊椎问题**造成的病患者，都和童年阶段脊椎损伤有关，再加上成年后长期处于某种不良姿势，如伏案工作等所致慢性劳损等，使**脊椎病成为白领阶层的第一健康杀手**。

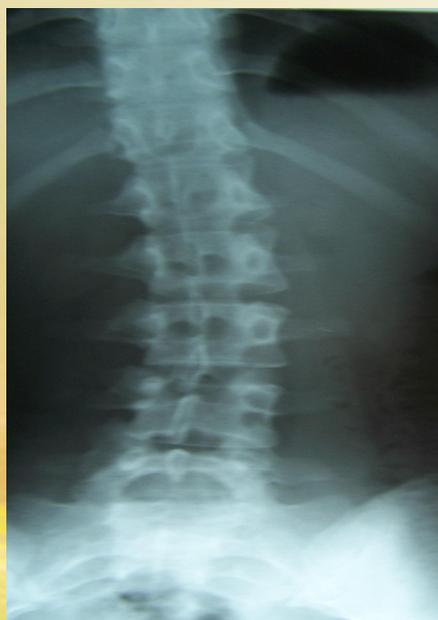


## 二、为什么儿童脊椎会弯曲，会引起什么后果？ 脊椎弯曲高发阶段？

儿童在生长发育期间，最容易受损伤的就是**脊椎骨及脊髓神经**，在儿童中占**85%**有脊柱弯曲现象，这叫**脊柱弯曲症**。脊柱弯曲又分为**C字形**和**S形**，此症在外观异常并不明显，父母不易被发觉，经X光片后才知道自己的儿童脊柱弯曲，此弯曲多发生在以下情况：



脊柱侧弯15°



脊柱侧弯20°



脊柱侧弯35°



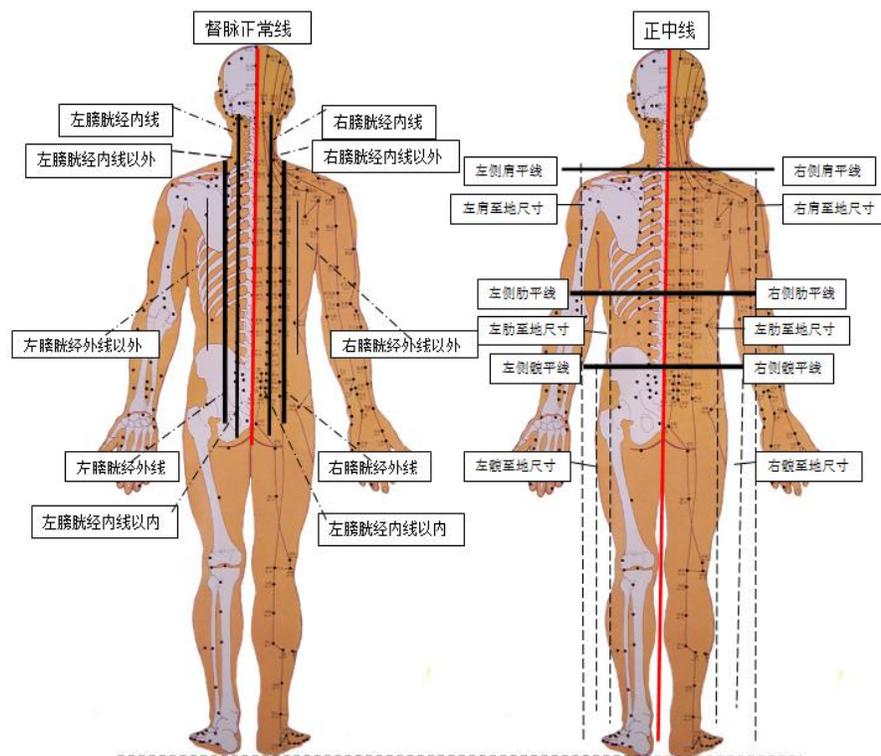
## 三、脊柱弯曲有什么方法诊断?

### 脊柱弯曲诊断法

- 1 X光透视及X光片，是否有脊柱弯曲。
- 2 正常身体经络直线定位法；
- 3 正常身体肩肋髋平线定位法；



### 正常身体经络平线定位法





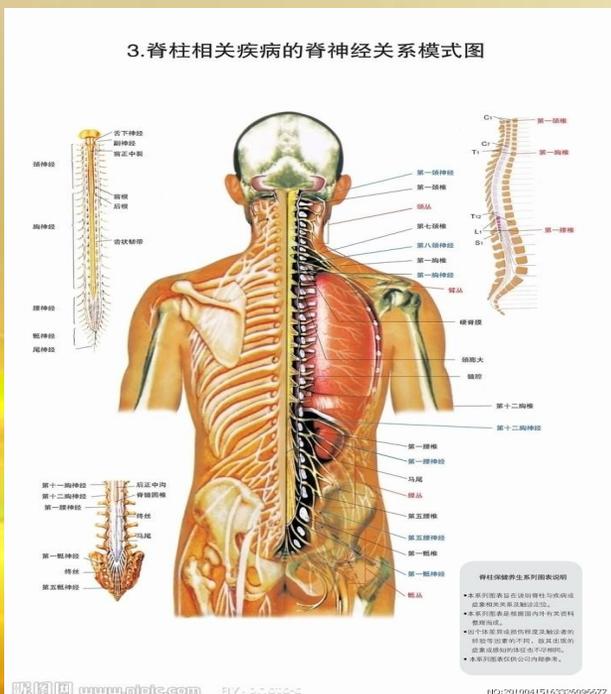
# 四、脊柱弯曲如何矫正?

以上脊柱弯曲诊断法从1995年至2014年载新加坡、印尼、马来西亚等十多个国家采用。

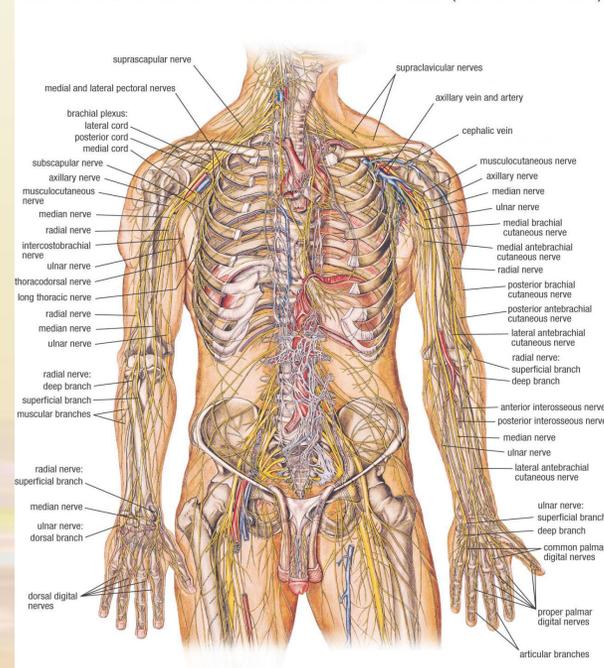
共经数十万名1岁至7岁的儿童用此法诊断准确率为98%以上。

使用达摩禅医养身心矫正率为95%以上，7岁到14岁以上矫正率为70%—90%，14岁到21岁以上矫正率为50%—70%。

尽早发现脊柱弯曲，使用达摩禅医养心身法，矫正的年龄越小越好，康复也越快。



NERVOUS SYSTEM OF THORAX AND UPPER LIMB (ANTERIOR VIEW)





## 24个脊柱保护着身体全部神经系统

C1—不眠症、神经系统疾病、半身不遂

C3—耳聋、鼻病、眼疾、肩部酸痛

C5—颈部扭伤、支气管气喘、咽喉病

C7—动脉硬化、胃痛、支气管炎、心脏病

D2—心脏病、动脉硬化、乳汁缺乏症

D4—肝脏病、胃酸过多、糖尿病、肩痛

D6—胃病、血栓、肾脏病、消化不良

D8—肝脏病、糖尿病、消化不良

D10—肾脏病、风湿病、贫血、小便失禁

L1—肠胃病、神经性疲劳、便秘皮肤炎

L2—贫血、不孕症、肝脏病

D4—便秘、腰痛、坐骨神经病、步行困难症

C2—头痛、斜肩、尿毒症

C4—三叉神经痛、弱视、牙病、扁桃体发炎

C6—甲状腺肿、哮喘、突眼性甲状腺肿

D1—胸肌、头部痛、心脏内膜炎、肺气肿

D3—肺结核、肺炎、肋膜炎

D5—胃病、痢疾、恶寒、胰脏炎

D7—胃病、胃溃疡、食欲不振

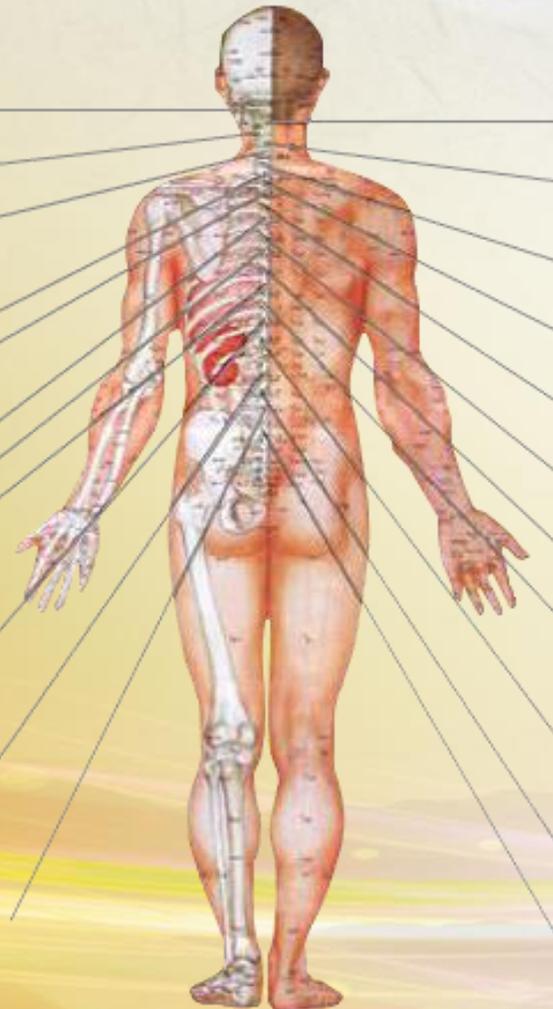
D9—小儿麻痹症、胆结石、下肢麻痹

D11—痢疾、热病、白带

D12—

L1—卵巢病症、月经停顿、生殖器疾病

L2—风湿、局部麻痹、直肠出血、子宫病



## 脊柱侧凸 (Scoliosis)

源自希腊语 “skol” 一词（意思是扭曲和转动）并由此引发脊骨成

**C字形** 或 **S字形** 弯曲。

由脊柱侧凸导致的弯曲和扭曲是驼背形成的主要原因。





## 什么是脊椎弯曲?

它是一种**脊柱的三维畸形**，包括冠状位、矢状位和轴位上的序列异常。正常人的脊柱从后面看应该是一条直线，并且躯干两侧对称。

如果从正面看有**双肩不等高**，从后面看有后背**左右不平症状**，就应怀疑是“**脊柱侧凸**”。如果此时拍摄站立位的全脊柱X线片，正位X线片显示脊柱有大于10度的侧方弯曲，即可诊断为脊柱侧凸，**即脊椎弯曲**。



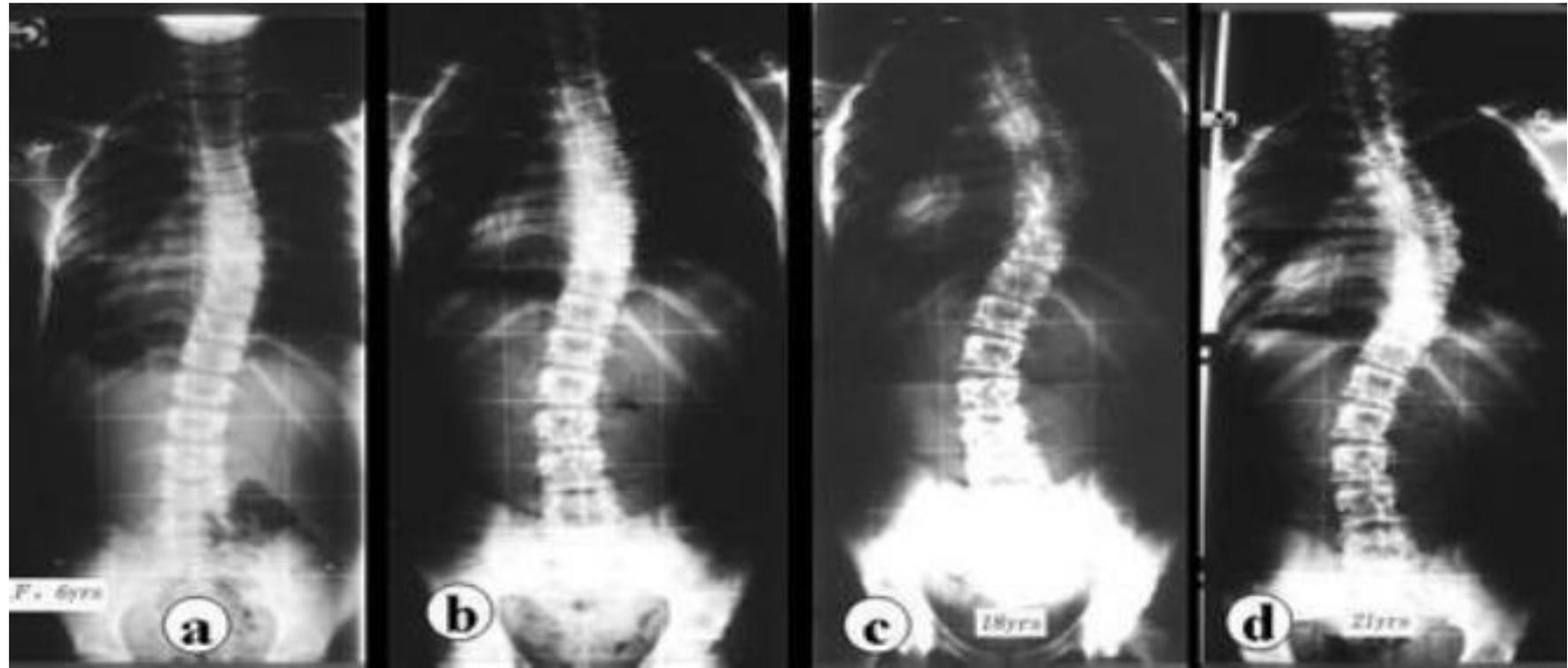
右侧面观  
Right lateral aspect



## 脊柱弯曲在X光下无处遁形

### 脊柱弯曲如何矫正

Zen Jonegan spinal three a medical and health



脊柱侧弯20°

脊柱侧弯30°

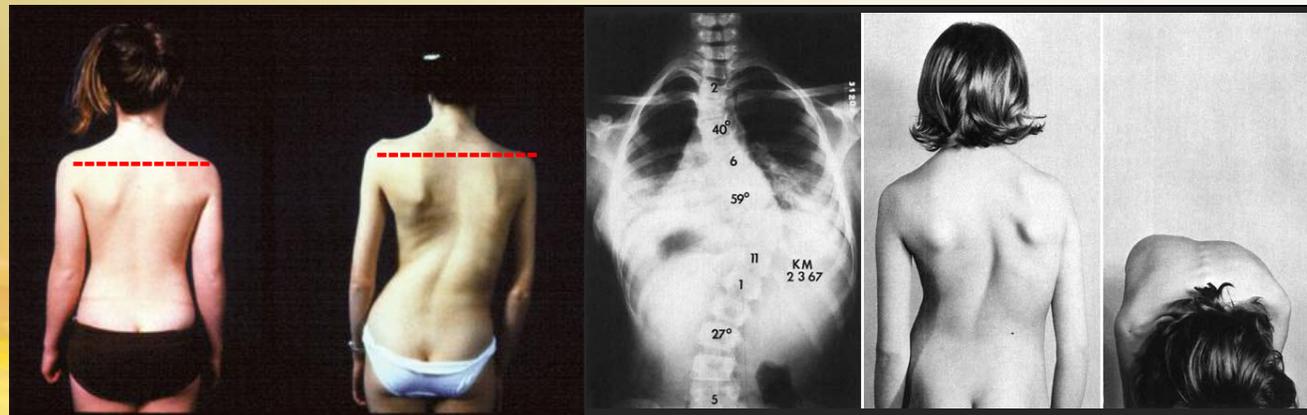
脊柱侧弯35°

脊柱侧弯45°



## 脊柱侧凸的征兆和病状特征：

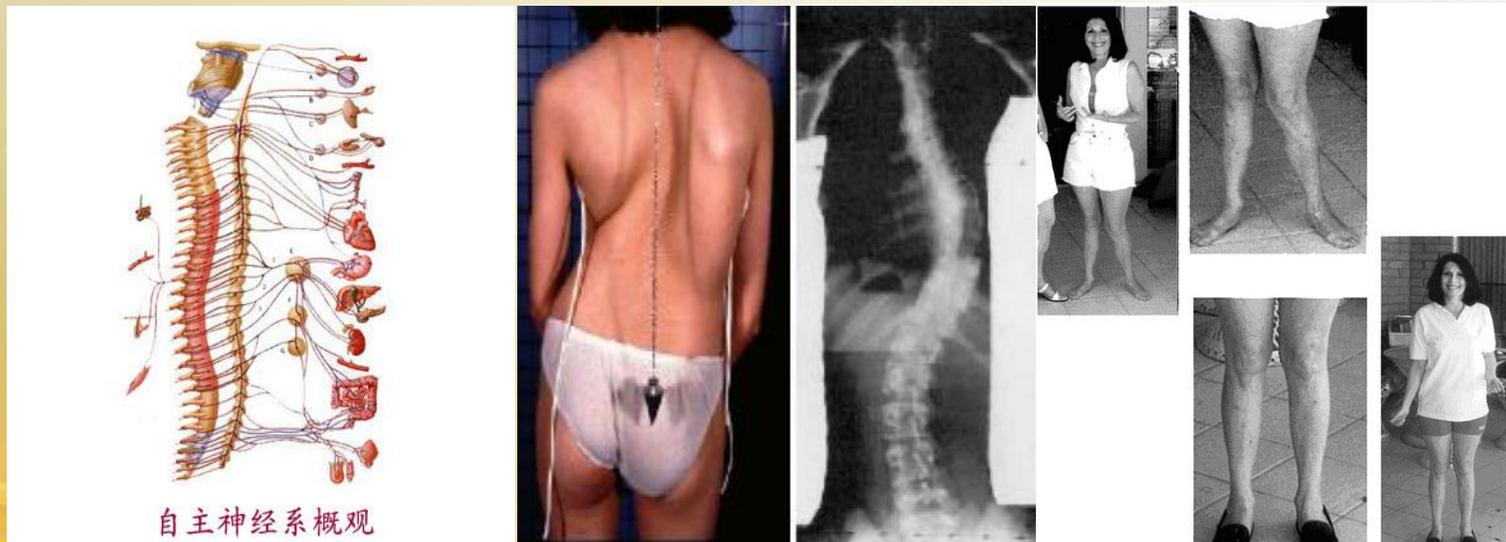
- 肩膀或肩胛骨凸起，一侧肩膀向另一侧倾斜，即一肩高一肩低。
- 衣服不平坦，一侧肩膀挂着衣服，另一侧肩膀挂不着衣服。
- 显著的姿势异常 或无外观体形弯曲的变化。
- 脊柱向背部的一边倾斜或脊柱向另一边高起。



Zen Ionegan spinal three a medical and health

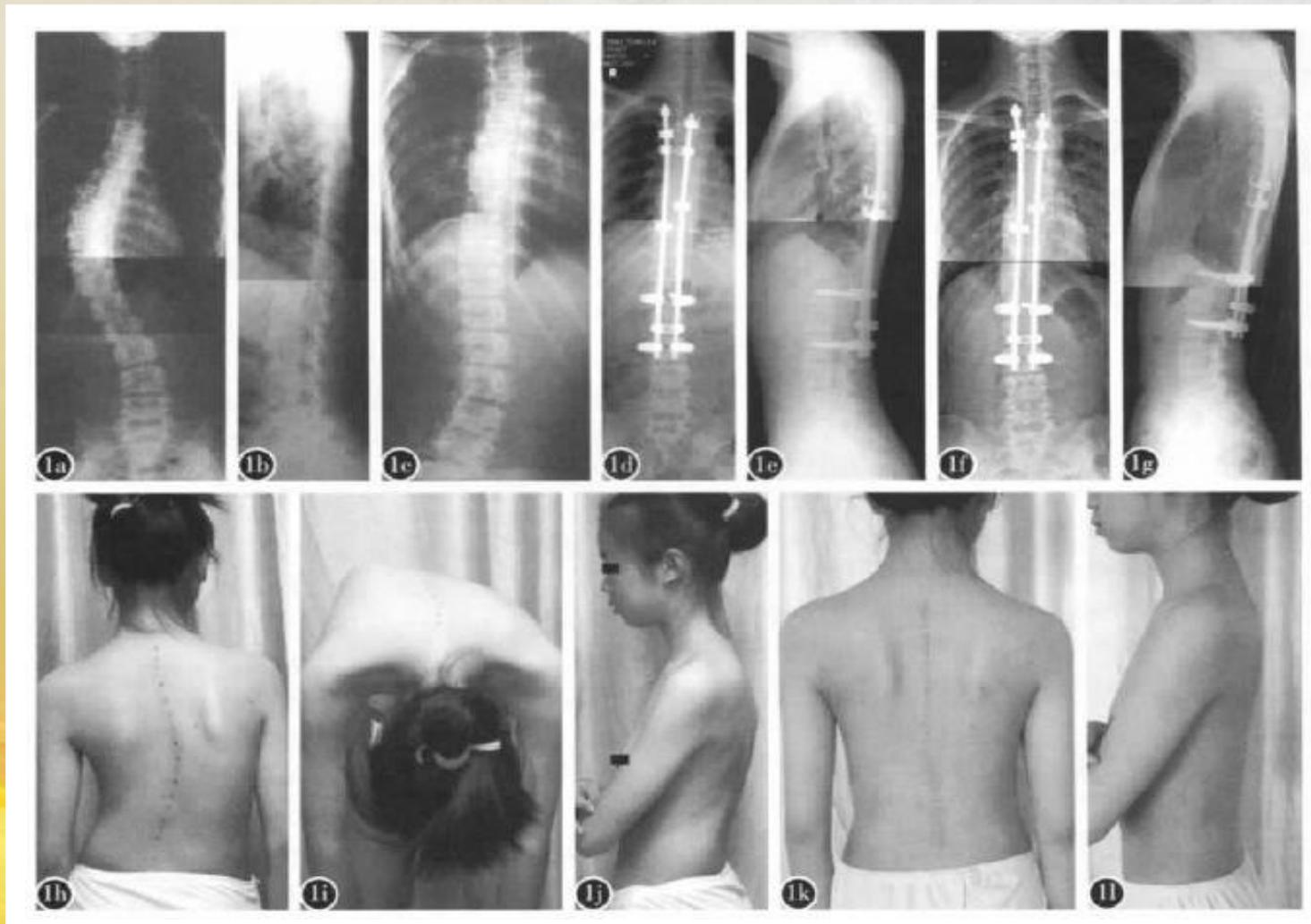
## 征兆和脊柱弯曲

- 肩膀和/或髋部不平衡，高低脚走路或走路时上身左右摆动。
- 背部疼痛或肌肉痉挛，不能久坐、久站、久走。
- 经常疲劳，神经紧张，全身时常无力，打不起精神。



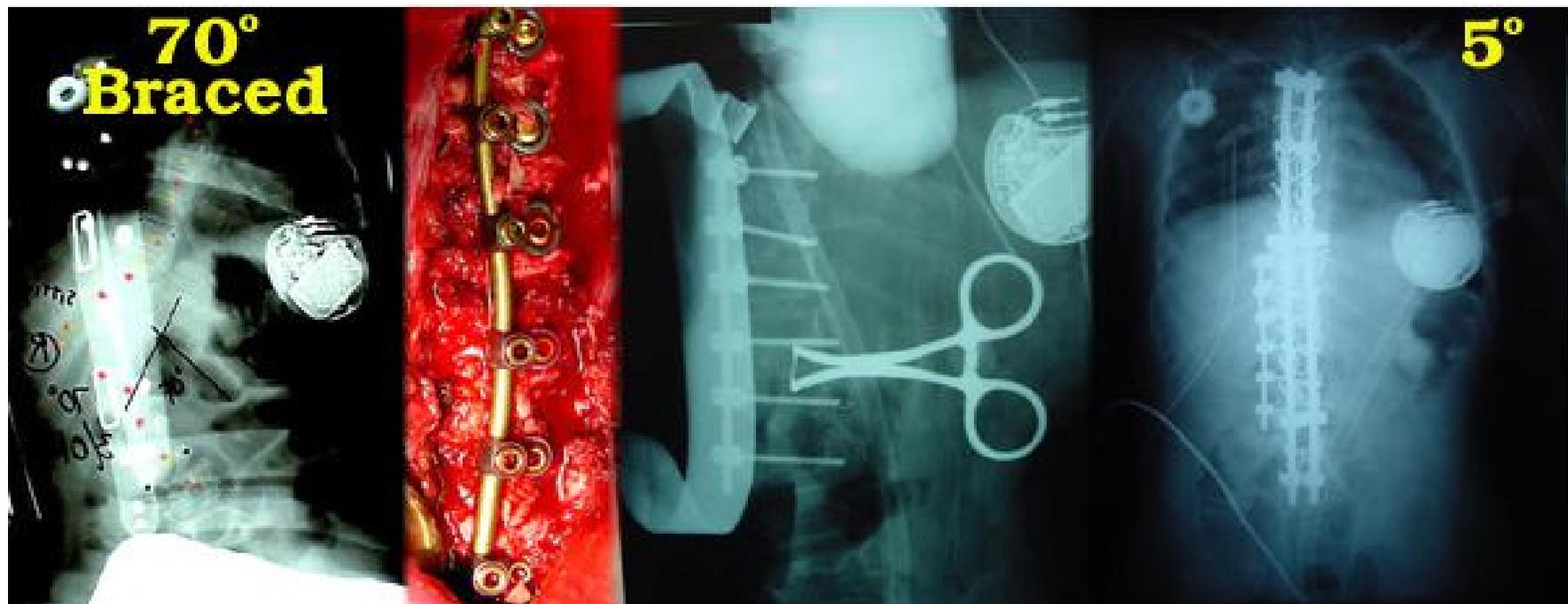
## 西医疗疗脊椎的方法：

统钉钩单棒(双棒)技术对于严重侧弯的脊椎，  
西医一般采用 CD-M8系



## 西医治疗脊椎的代价

伤害，并且存在很大的手术风险费用高昂，身体痛苦，造成不可逆的人体



Zen Ionegan spinal three a medical and health

## 脊柱弯曲如何矫正

(一) 弯曲15度以内的，每天早晚各练习达摩禅医矫正法一次。



Zen Ionegan spinal three a medical and health

## 脊柱弯曲如何矫正

(二) 弯曲25度以内的，每天练习两次，外加儿童推拿引位弯曲脊柱（由父母帮助进行，我们会传授给父母方法）。





Zen loneyan spinal three a medical and health

## 脊柱弯曲如何矫正

(三) 弯曲35度以上的, 需要我们的脊柱弯曲矫正机构进行专门矫正。





## 达摩禅医儿童篇

### 强身健体 百病远离

改善体型，解决驼背、体型弱小等脊柱问题  
改变性格，解决胆小、懦弱性格，增强自信心  
改良体质，解决体弱多病，增强体魄  
改进观念，掌握调理心身健康的法门





回归生命本能  
开启重生密码

脊柱是人类健康之根

达摩禅医能让你收获什么？

成人脊柱弯曲矫正篇

禅医中国  
德才师父





## 达摩禅医成人篇



### 脊椎挺拔 人生赢家

女学员学习：重塑女性魅力，恢复完美体型，增强身体各项机能；

男学员学习：恢复男人自信，恢复挺拔身体，轻松修复弱化器官。



## 达摩禅医能让你收获什么？

德才师父现场传授采宇宙能量之光用内功推拿点穴的方法

达摩禅医养心身，修身养脑，让你立刻忘却过去的难言痛苦，循序渐进，用自然的疗法祛除陈旧的病痛，从此让你永久的掌握调理身心健康的法门。

回归生命本能，开启重生密码。  
和谐修养身心，迎接全新自我。



印尼总统及官军修练

**达摩祖师四十二手眼内功叫你立刻能够看得见、摸得着，并立刻可以感受到的宇宙之能量**

爱谛QQ1的空间  
<http://1459289212.qqzone.qq.com>

主持人讲：

## 达摩禅医与宇宙能量

宇宙能量遍及宇宙，无所不在。它连结着银河、地球、人类和分子，它是众生万物之间的空间，它是使整个宇宙井然有序的连结键。宇宙能量就是生命的势能，宇宙能量是维持生命秩序和扩展意识的要素，宇宙能量是所有行动和生理功能的基础。我们在深睡和完全的静默中接收到一部分的宇宙能量。

再运用这个能量从事日常的心灵活动。例如，观看、说话、聆听、思考和所有的身体活动。在睡眠中获得的有限能量，并不能满足这些活动的需要，这就是我们会感到疲惫、倦怠和紧张不安的原因，这些现象导致了身、心的压力和各种疾病，克服这些压力和疾病的唯一之道，就是获得更多的宇宙能量。

宇宙能量是维持生命秩序，活出健康和快乐的要素，它让我们全心地专注在当下的情境，它让我们获得知识，让我们扩展意识，只有透过坐禅的动静结合调天地之气，我们才能汲取到充沛的宇宙能量。



人体阴阳与宇宙



人体阴阳与易经八卦



人体阴阳与天地



主持人讲：



## 达摩禅医与宇宙能量

我们使用接收到的宇宙能量进行观看、说话、倾听、思考等身、心活动，  
这些功能都靠着我们接收来的宇宙能量才能运作。

我们获得充沛的**宇宙能量**，

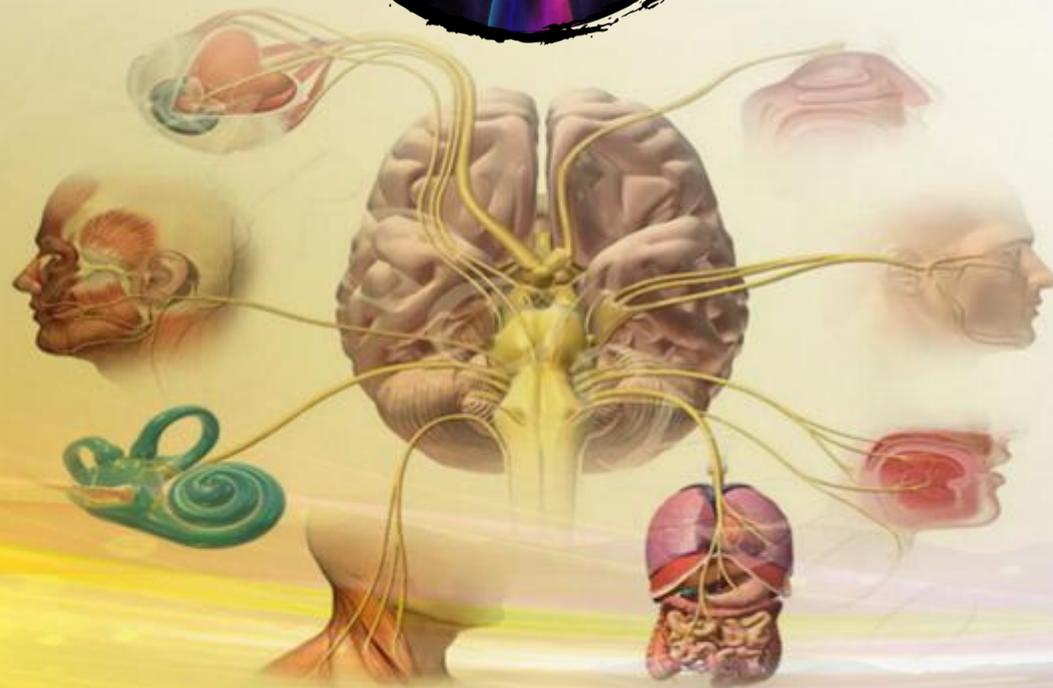
宇宙能量在能量体内的所有能量管内流通，宇宙能量强大的流势可以清洗所有**体内的疼痛**，  
以宇宙能量清洗干净以后，我们就**摆脱了疾病**。能量开始在身、心内流动的时候，我们的头部或全身会有沉重的感觉某一特定区域的  
能量管清洗干净的时候，身体会有刺痒或疼痛的感觉。有时候，**身体的不同部位**都会感到疼痛，  
这种疼痛不须要吃药，**多做一些打坐之后**，所有的疼痛感会自然消失。

透过打坐获得越来越多的能量，可以让我们摆脱所有的身、心疾病，我们称为**无念的状态**。

这是一个**静心的状态**，在这个状态下，我们开始接收源源不绝的宇宙能量，打坐的时间越久，我们接受的宇宙能量就越多。

宇宙能量在我们的**能量体内流动**。

# 采宇宙能量之光



入地千丈中

# 《宇宙中的磁场锁定了你的命运》



人如何享这美好的宇宙



人如何享这美好的宇宙

主持人讲：



如果我们真的看懂了上面的东西，你就得到了健康长寿的百分之七十，  
另外心态、饮食、及时调理各占一成，唯独睡觉占七成。

我们现在经常丢了西瓜捡芝麻，花了大量的钱财和时间在人力、药力上，殊不知，人力、药力，不及天力，人在天地之间只是一粒微尘而已，微尘只有和自然融为一体，才会“长生久视”；  
当微尘脱离自然时，就会瞬生瞬灭。

## 采宇宙与大地之气修脑心身





主持人讲：

## 采宇宙能量之光早修《达摩祖师强脑养身心术》

找一处**明亮、宽阔**的地方，室内练习需面向**窗外明亮**的地方。

两脚并拢，自然站立，吸气，脚跟起来，越高越好，停止呼吸，全身放松，收腹提肛，呼气，脚跟落下，反复做。

身体下蹲，迈步，松静站立，两脚与肩同宽，两手抱球于会阴前，收腹提肛两手加力，快打，**越快越好，慢慢减速**，两手左右展臂与肩平，**体会手上的感觉**，手加力，想你的手，手放松，想地心，越深越好，将身体内的浊气排到地底。

引掌托天，加力想手，放松想宇宙。**两手继续上升托天**，继续加力想手，放松想宇宙。

两手伸直高举过头顶，**两手固定，向后拱腰，面向天空**，两手与额头呈三角形，想象双手抱的宇宙就在眼前，吸气手加力动一动手，

呼气想宇宙，观察是否有小水珠和颜色在眼前飘。如果看到黑色的表示你前两天太疲劳了，**去寻找白色亮点**。

慢慢直腰起来，将宇宙之气灌入上丹田，双手立掌紧贴面前，想整个头，想整个手，**头手是连在一起的**，两手紧贴着自己的脸，闭眼，由内向外快速旋转搓你的脸，这时候你眼前会**出现很红很红的光**，红多的时候两手旋转着离开面部10公分，还是有红光，再贴近脸。反复做，做21次



主持人讲:

# 德才师父13\_15年在嵩山少林寺达摩洞和学员们在修炼

## 采宇宙之气，纳宇宙之能量调天、调地、调自己





# 回归生命本能 开启重生密码

## 脊柱是人类健康之根

达摩禅医能让你收获什么？

修男强女缩洗髓术篇

《详细内容为秘传文字和视频不对外》



禅医中国  
德才师父



## 修男強女缩洗髓术篇

### 德才秘传 口传心授

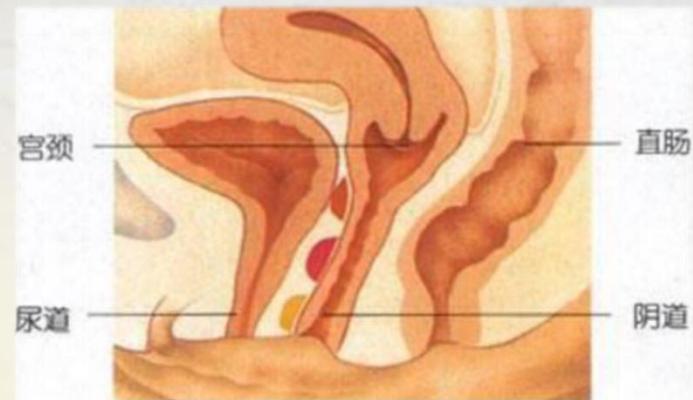
男強女缩养心身洗髓术秘训的修炼需根据在内功引气术成功将机体阴阳调节平衡的基础上，修炼各种大型的肢体及全身动作。此内功为内外皆修，特点是调身调心，养身养心，可以很快将肢体融入大自然之中，并纳大自然之气融于自身，消除一切病机，同时在修炼过程中，可以在短期使女性月经不调、痛经的症状得到康复，并可使女性大屁股、大肚子、大腿赘肉等肥胖症状快速消除，并使女性产后康复方面的子宫下垂、产后忧郁、心烦意乱、全身疼痛等产后综合症得到很快的恢复。对男性大肚子、阳痿早泄、前列腺炎、精神压力、神经紧张、疲劳过度、全身疼痛等有立竿见影的效果。



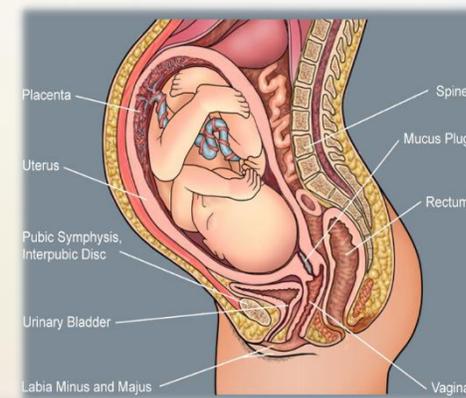
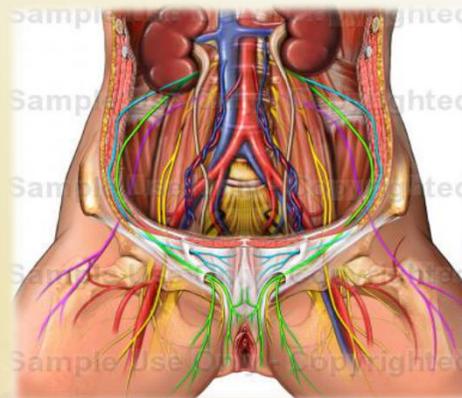
印尼学员在修炼男強女缩洗髓术

## 修女缩洗髓术

短期修练真正的使产后起到洁阴、强阴，缩阴、健阴、美阴，使阴部及阴道的血管、神经、肌肉扩张、恢复缩紧与弹性，增强兴奋时的紧握感，女性月经不调、痛经的症状得到康复，并可使女性大屁股、大肚子、大腿赘肉等肥胖症状快速消除，并使女性产后(G点)快速康复、子宫下垂、产后忧郁、心烦意乱、全身疼痛等产后综合症得到恢复。



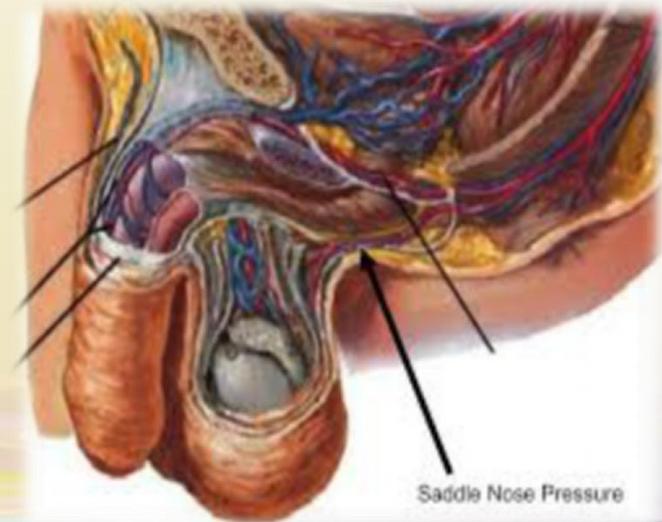
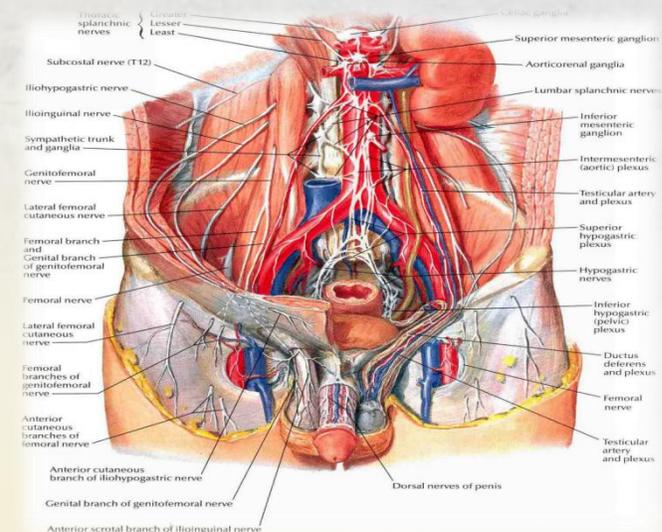
● A点 ● G点 ● U点



## 修男強洗髓术篇

男性由于长期脊柱与脊髓神经受压使神经紧张，疲劳过度，情绪不稳定，压力过大导致的性欲低下，阳痿和早泄，大脑无法指挥阴部，使阴部的神经越来越麻木。只要有腰痛和颈肩背痛，有大肚子的人就会出现阳痿早泄这些情况，所以一定要放松神经。

短期修炼真正的调整任督二脉及脊髓神经，加快全身血液循环及新陈代谢，达到活血化淤，使十二正经和奇经八脉得到正常的阴阳平衡，使心身放松进入更深的层次，男性大肚子、阳痿早泄、前列腺炎、精神压力、神经紧张、疲劳过度、全身疼痛等有立竿见影的效果。





# 回归生命本能 开启重生密码

## 脊柱是人类健康之根

禅医坐禅入关、修关、闭关秘要

入关3天、修关5天、闭关7天禅医秘要



禅医中国  
德才师父



## 达摩禅医能让你收获什么？

### 修达摩祖师入关3天、修关5天、闭关7天禅医秘要

#### 第一入关

(入关)参悟禅机修皮肉，开脉络接天地，  
激活潜能，强心健身。

#### 第二修关

(修关)用心观察修筋骨，壮脏腑除  
病疾，改造体质，修神养精。

#### 第三闭关

(闭关)闭者空修经髓，通百脉调未病，  
心平气和，养生延寿。



注：以上入修闭三关是达摩始祖禅医智慧中“初关修皮、中关修骨、高关闭修髓”的禅宗精华。



## 达摩祖师坐禅入关、修关、闭关秘要

修炼达摩祖师禅医坐禅入关、修关、闭关，内功是形体动与静、意气力、精气神、内刚外柔、以及阴阳、呼吸吐纳的多方调整。

采宇宙之能量，吸天地之精华，纳气入体内，呼体内废气释放出去，吐故纳新。

用意气力调运五脏六腑及周身经络、骨络之气，接雨水为溪，自溪至河、至江、归海，此气为上神、中气、下精三丹田之气，

如先天之肾气弱需调下丹田之精气练内功；脏腑弱练中丹田之气。

先天之本的脑不强又固之，调上丹田之神气练内功，故三焦不合及周身疾病，需调天、调地、调自己之精气神。

修炼达摩祖师神医内功与静坐完全不同，此法最高境界就是三焦聚一点，天地精气与先天之本合二为一，便练成此内功。

练此内功的基础很深，必须有师父亲传。

不是功夫高会打拳，而是要博学。在专师亲教下读懂中医，周易,内经，道德经,熟本草，知万物，运气之法，

在天地万物大自然中去找，细心观察会有收获,有收获有天赋者是修炼本内功之才。

### 入关

此时经3天，  
7天，21天之后，  
正式完成入关阶段的修炼；

### 修关

修关则是在入关的基础上继续修炼中三关，  
经3个月，7个月，21个月之后  
将会修成不同的内功感觉；

### 闭关

闭关，高三关的修炼，  
经3年，7年，21年之后方能出关，  
此时内功必可达到极高的层次。



初阶  
三天  
(入关)  
学员

Dharma zen medical

## 达摩禅医

### 第一阶段入关《意气蓬发》3天2夜：调意气 开腔调气

1. 达摩禅医内功自我诊断闻香振场调阴阳平衡
2. 达摩禅医来源、什么是达摩禅医、禅医的特点介绍
3. 宇宙中的磁场锁定了你的命运
4. 达摩祖师坐禅入关、修关、闭关秘要理论介绍
5. 达摩禅医的调阴阳、丹田与七情理论
6. 洗脑、清心、换身秘训七情回忆篇
7. 达摩禅医内功阴阳、丹田与脊柱、脊髓对周身损伤理论  
(采天地之、心身与宇宙、四十二手眼及白红紫玫瑰掌)
8. 卧虎扑地洗髓术(第一套路)的修炼(介绍男强女缩秘训特点)
9. 修禅静秘要-禅坐(达摩祖师四十二手眼第一套路)
10. 采宇宙能量之光早修《达摩祖师强脑养心身术》(第一套路)
11. 男强女缩养心身洗髓术秘训(第一套路)的修炼

注： 1、2、3、4、5、6、7项为第1天上午、8项为下午。9项为第1、2、3天晚上。10项为第2、3早上。11项第2、3天



中阶  
五天  
(修关)  
弟子

Dharma zen medical

## 达摩禅医

### 第二阶段修关《内刚外柔 内外双修》5天 4夜：

1. 达摩禅医内功的禅坐调天地人、同门疗伤炼丹与理论介绍
2. 达摩玫瑰仙丹掌闻香开关及采天地之气修心身秘要
3. 修禅闻香吐纳秘要及大小周天养心身术
4. 修禅闻香吐纳秘要（1）禅站（2）禅卧(第一套路)
5. 修达摩祖师禅医《动静强壮秘要》(第一套路)
6. 动与静内外的修炼《缩腹术秘训》(第一套路)
7. 男强女缩养心身洗髓术秘训的修炼(第二套路)
8. 卧虎扑地洗髓术的修炼(第二套路)
9. 调天调地调自己的修炼(第一套路)
10. 采宇宙能量之光早修《达摩祖师强脑养心身术》(第二套路)
11. 修禅静秘要-禅坐(达摩祖师四十二手眼第二套路)

注： 1、2、3、4项为第1天，5项为第2天，6项为第第1天，7项为第4天，8、9项第5天，10项为第2、3、4、5天早，11项为第1、2、3、4、5天晚上。



高阶  
7天

(闭关)

皈依  
弟子  
可下  
传承

Dharma zen medical

## 达摩禅医

### 第三阶段闭关《刚柔并济》7天 6夜：

- 1、达摩禅医内功的禅坐调天人地、同门疗伤炼（考试）
- 2、达摩玫瑰仙丹掌闻香开关及采天地之气修心身秘要（考试）
- 3、修禅闻香吐纳秘要及大小周天养心身术（考试）
- 4、修禅动向天地发声、发意气力秘要
  - (1) 修达摩祖师禅医《动静内刚外柔强壮秘要》(第二套路)
  - (2) 男强女缩养心身洗髓术皈依弟子秘训的修炼(第三套路)
  - (3) 卧虎扑地洗髓术的修炼
  - (4) 调天调地调自己的修炼
- 5、禅闻香内功秘要(第二套路)
  - (1) 禅站 (2) 禅卧 (3) 同门疗伤练气、排打。
- 6、禅医点穴推拿秘要，二十多种手法秘训（考试）
- 7、德才师父给闻香、灌顶、皈依为达摩祖师32代，发行字辈弟子证
- 8、采宇宙能量之光早修《达摩祖师强脑养心身术》(第三套路)
- 9、修禅静秘要——禅坐(达摩祖师四十二手眼)(第三套路)

注：1、2、3项为第1天，4项为第2天，5项为第3天，6项为第4天，7项为第5天，8项为第2、3、4、5天早，第1、2、3、4、5天晚上，9项为第6、7天。



达摩  
禅医

高阶  
7天

(修关)  
(闭关)

Learning harvest

学习收获

## 纳气闻香

来修禅养者，要求穿着宽松衣物，全神贯注，进入禅房闻全世界最好的**印尼巴布亚沉香**，同时由中西医专家德才师父用**达摩祖师四十二手眼及玫瑰仙丹掌**为每一位修禅养者进行灌顶点穴，目的是将玫瑰仙丹掌的白玫瑰、红玫瑰、紫玫瑰的颜色及掌心仙丹灌入修禅养者头顶并传入体内，达到**身心彻底放松**，十二正经及奇经八脉找到修炼内功的感觉，同时修炼**达摩祖师卧虎扑地回头望月术**，此望月术是调整任督二脉及脊髓神经，加快全身**血液循环及新陈代谢**，达到活血化淤，消除疾病的目的，并使修禅养者十二正经和奇经八脉得到正常的阴阳平衡，使身心放松进入更深的层次，**最终达到真正养心养身**的目的。修炼以上内功辅以闻香纳气可使修禅养者**镇静安神**，行气理气运气时更为通畅。

## 内功引气术

此内功是将修禅养者通过**灌顶点穴及修炼卧虎扑地回头望月术**所得到的内功运功的感觉，通过一系列独特动作将内力从丹田运于手上，并修炼达摩祖师四十二手眼及**玫瑰仙丹掌**的动作，修炼此内功可使体内废浊之气及病痛排出体外，使身心得到放松，清除机体神经血管的阻滞，达到扩张血管，全身**血液循环加快的目的**。



达摩禅医养心身，修身养心，让你立刻忘却过去的难言痛苦，循序渐进，用自然的疗法祛除陈旧的病痛，从此让你永久地掌握调理身心健康的法门。

达摩  
禅医

高阶  
7天

(修关)  
(闭关)

Learning harvest

学习收获

## 女学员学习

### (1) 体型恢复，魅力提升

拉伸扭曲脊椎，纠正体型，快速消除女性大屁股、大肚子、大腿赘肉等肥胖症状，恢复完美体型；

### (2) 产后修复，身心平衡

快速恢复女性产后子宫下垂、产后忧郁、心烦意乱、全身疼痛等综合征，修复生命机能。

### (3) 自我康复，健康法门

达摩禅养养心身，短期内可使女性月经不调、痛经等症状得以好转，通过后期持续的练习，可增强身体各方机能，开启健康法门。

## 男学员学习

### (1) 缓解疲劳，轻松静心

达摩禅意养心身采用动静结合的方式，能快速缓解精神压力、疲劳过度、全身痛疼等症状，让你轻松得以静心安神；

### (2) 增强体魄，再现雄风

对阳痿早泄、前列腺炎等男性疾病有较好的改善，若能坚持持续练习，则能增强体魄，自我修复弱化的器官和机能，

### (3) 减脂瘦身，改变形体

改变体型快速消除男性大肚子、身体肥胖等症状，改变体型，增强男性内在气质；



# 回归生命本能 开启重生密码

## 脊柱是人类健康之根

达摩禅医能让你收获什么？

全民公益传承

使人人受益

自我疗痛疾



禅医中国  
德才师父