

中医大家徐文兵：(上) 从10岁到100岁的活法，都藏在黄帝内经里

说起这位“传奇中医”，他的厉害是公认的。

徐文兵，知名中医专家，中医教育家，厚朴中医学堂堂主，《四季养生堂》的主讲嘉宾。

徐文兵毕业于北京中医药大学，曾受邀与梁冬在电台做过一档“中医太美”的节目，专门为大家普及中医知识。

先后创办北京厚朴中医药研究所、中医学堂、中医诊所。

致力于恢复中医传统模式，倡导亲近自然、回归传统。

徐文兵老师一直讲：“业余学，身家

用。”是说我们每个普通人都要学点中医知识。

我们学中医的目 的不见得非要做一名专家。古人讲：

“上以疗君亲之疾”，是说父母病了我起码不会干蠢事，以尽孝的名义把他们往死路上推。

“下以救贫贱之厄”，是说碰到一些需要帮助的人，也可以有效地去帮助他。

最重要的是“中以保身长全，以养其生”，是说学会更好地关爱自己。

掌握中医的常识，一点点让这些知识渗透到我们的生活

中，最终都能达到帮助自己和家人的目的。

今天，就给大家带来了三本徐文兵老师多年心血之作：

由徐文兵撰写《明哲保身》+《黄帝内经的智慧》+《中医的常识》，定价：189.7元，现凰家尚品优惠价仅99元！

这是一套可以让

大家了解中医常识以及养生之道的读物，在闲暇之时阅读可以让你更加清楚自己的身体需求。

一

《中医的常识》

业余学，身家人为什么总是会在生病的时候，才深知生命的可贵？

本书从认识中

医、中医非药物治疗、识字、民以食为天、七情、历史、医案等方面入手，给大家普及一些中医的常识。

认识中医：从改变自己的固有观念开始，如何认识中医？学中医如何入门？在本篇对此问题一一讲解。

中医非药物



如何评价徐文兵？

关注问题 写回答 邀请回答 好问题 8 3条评论 分享

查看全部 71 个回答

车马喧 好奇的泛设计爱好者

+ 关注

91 人赞同了该回答

中医世家出身，根基好，有实修，并且在中医治疗的第一线。

从《国学堂》讲《黄帝内经》的系列节目来看，精气神可以看出很足，谈吐中多有智慧语，是个不但悟了道学中医真髓，而且有实际操作技术的好中医。

发布于 2014-01-16 20:04

赞同 91 29 条评论 分享 收藏 喜欢