



不相信经络的人去找答案了,这和周总理有很大关系

很难想像这个首次用实验证明经络存在的人,在最初的时候,是不相信经络存在的。他会走上经络研究的道路,还要从1972年尼克松访华说起。

“尼克松访华,周恩来总理陪同他参观了中国的‘针刺麻醉’。当时,尼克松看到的场景是这样的:一根细长的银针轻轻地捻入病人的手部,然后接通电流,就可以起到麻醉病人的作用,医生就能够给病人做甲状腺切除手术。而在整个手术过程中,病人没有一点痛苦的表现。这个手术现场震惊了美国总统,面对神奇的中医,尼克松大惑不解。……于是他便问那位医生:‘什么是经络?它有什么功能和特点?’那位医生和他的同事面面相觑,无法准确地回答尼克松的问题。

在尼克松访华结束后不久,周总理就迅速召集在京的医学院校、中国科学院、北京大学等有关单位的专家、学者,就尼克松提出的问题展开讨论。周总理向与会的专家们提出要求:

一定要尽快将经络的实质搞清楚,中医的经络理论,不要墙内开花墙外结果。”

祝总驥就是在这个时候从中国协和医院到中国科学院开始研究经络的。一研究,就研究了36年,不仅完全证明了古代经络图是科学的,还研究出了一套经络锻炼法——312经络锻炼法,3是指按摩谷合、内关和足三里三个穴位,1是指一个以腹式呼吸为主的基本的气功锻炼,2是指以两条腿为主的下蹲运动和体育锻炼。

那么他是怎么研究出这套经络锻炼法呢?祝教授说:“312看似简单,练习也很容易,但里面的学问是很深奥的。这是祖先留下的医学瑰宝,中医本来就强调针灸、按摩,这就是三个穴位嘛,而且我们祖先强调练气功,其实气功就是腹式呼吸,太极拳也是强调腹式呼吸的,不过它们都没有强调全面的经络运动。”

“有了312,健康百岁不是问题,连医生也不需要了”

虽然书名叫《312经络养生法》,但是在采访的过程中,祝教授一直强调,应该叫“312经络锻炼法”,在他看来,经络能锻炼但不能养生,而312则是经络锻炼的核心内容,只有做312才能全面锻炼经络。

对于这套锻炼方法,祝总驥十分推崇。他告诉记者,自己85岁还能声音洪亮、头脑敏捷、清晰,完全要归功于312经络锻炼法,自从1990年发明经络健身法,到现在他已经练了18年了。他的很多学员通过312经络锻炼法,把高血压、糖尿病都给治好了。

祝教授说,现在国内已经有3000多万人开始练312了,

但还是比较落后。“前段时间,我刚刚去了欧盟,参加他们一个由27个欧盟国家组织的工会活动,就是讲312经络锻炼法的。我有个匈牙利朋友,来中国已经10次了,有次还带了200多人的医务工作者过来,学习312经络锻炼法,回国去做宣传。”

他希望过5到10年能全民312,因为312经络是“百岁健身法”,能治病也能防病,“只要坚持练、每天练,健康百岁不是问题,甚至连医生也不需要了,只要检查身体、救救急的时候找找医生就可以了。”

“白领练312,可以强壮身体、清醒头脑”

对于时下流行的一些经络养生法,祝教授也做了一些点评。比如敲胆经,他认为是有科学依据的,因为胆经的确是在大腿外侧,每天敲胆经就把胆经活跃了,对全身经络都有影响,当然可以帮助减肥,它只要牵涉到经络,就是有效。但是光敲胆经就想健康百岁那是还远远不够的,必须还要做好腹式呼吸,还要做好下蹲运动,这样才能把全身的经络都活络了。

还有不少美容院把精油和经络结合起来,祝教授说,因为他不知道精油里的成分是什么,所以不方便评论精油是否科学,但有一点,就是抹精油要按摩经络,所以也是可以刺激经络的。

说到美容院,祝教授又教了一招美容的方法——多练腹式呼吸。他通过声学、电学实验证明了腹部有9条经络,做腹式呼吸要求胸部不能动,呼吸、喘气只能靠腹部肌肉的运动,腹部的9条经络就活跃了。

因为312是可以拆着做的,根据每个人的体质做相应的调整,比如高血压、糖尿病人可以多做腹式呼吸。那么年轻白领呢?祝教授表示,年轻的白领最好整套都做,而且312的操作非常简单,上班的间隙就可以做下蹲运动、穴位按摩,坐公车的时候可以多做腹式呼吸。长期坚持认真练,能让身体更健康,也可以让头脑更清醒。

SnowWhite
施露白微笑工作室
英国首家专业牙齿美白机构

将性感武装到牙齿



施露白
可以让你像我一样露出灿烂的笑容

古今中外,关于俊男、美女的描述都少不了牙齿的定义,“丰碑皓齿”、“齿如编贝”,这是中国古代的描述。国际上流行的美学观点更为科学一些:在微笑时,上嘴唇必须完整地开放在上层牙齿的排列上,让上层的牙齿显示出它们闪闪发光的美丽,专业牙医们称之为“魅性的微笑”,并认为只有这样的微笑才是最为完善的微笑。在社交场合,当你面对镜头,闪光灯在频频闪烁的时候,洁白亮丽的牙齿会让你的微笑更动人,为你的社交形象增添无穷魅力。

牙齿的性感是最实际的,可以说老少皆宜。在我们一辈子的爱情和生活中,牙齿将有千万亿次的开合。微笑、吃饭、交谈、亲吻乃至睡觉,牙齿的“出勤率”远比胸和臀要高得多。“刷牙秀”很容易,你只要张张口就行。但“亲吻或裸吻”的难度就要高一些了。

更实效更实用的性感,是牙齿能够给予我们更纯真的“爱之享乐”。有玲珑剔透牙齿的助阵,可以让我们体验更多的“吻高潮”。两人之间吻的距离很短,童话中王子用吻来唤醒公主;现实中,我们用吻来维系与爱人间的亲密。健康的牙齿也是清新口气的关键,口气的清新与否,事关吻的质量,调查显示85%的吻都是由口臭引起。此外,牙齿的整齐与白度,也会关系到吻的愉快顺畅。试想,一口白牙与一口黄牙之间的吻,其感受当然是大打折扣了。

拥有一口整齐、洁白的牙齿,让我们的笑容更加灿烂、口气更加清新,让爱恋之吻得以更加甘美甜蜜。牙齿的性感是如此好看,而且实用。在性感当道的今天,为什么不将性感武装到你的牙齿呢?

为了拥有亮丽整齐、拥有健康自信的笑容,人们想尽了一切办法:火爆的美白牙膏,刷掉的是牙齿表面的污垢;时尚的牙贴美白,只是暂时的表面现象;流行的洁牙,也只是相对比较彻底的刷牙方式;风靡一时的冷光美白,其美白物质根本进入到牙齿本质,达不到理想的美白效果,况且更致命的是有过敏反应,酸痛得要死。大S就曾体会过,后悔不已,最后下定决心痛磨掉大半牙体去套上一副烤瓷牙。虽然变色效果佳,但是代价更惨痛,高昂的费用,复杂的技术,由于磨除较多的牙体组织,非常容易引起牙周炎症,而且真牙变成了假牙,吃什么山珍海味都没有味道了。

“一小时热光无痛美白”诞生于英国专业牙齿美白机构施露白微笑工作室,并享有6项发明专利技术,仅需一个小时便可以提高牙齿白度8-20个色阶,解决了全球牙医一致公认的牙齿美白效果、持久性和敏感问题牙齿健康美白3大难题。这项技术利用活性氧快速渗透传导科技将美白物质通过牙釉质向牙本质渗透,以定点定向,有针对性地分解沉积在牙本质中的色素,最终达到牙齿亮白的目的。同时,由于施露白专利凝胶中富含的天然矿物质和微量元素能有效补充牙齿所需营养物质,在牙齿表面形成天然的釉质保护层。

施露白专业牙齿美白技术让一个普通的黄牙经过一小时热光无痛美白就能提高牙齿白度8-20个色阶,即使是一个中等程度染色的“四环素牙”经过1-2小时的治疗,也可恢复自然亮白,彻底告别“四环素牙”,不再终身遗憾!



在2008年12月18日-2009年元月5日期间进行牙齿美白,均可享受9折优惠,另有惊喜大礼等着您。
详情请您来电、店咨询
电话:0571-86711441
地址:庆春路235号西湖国贸502室