

目錄

繁體版序：微光照亮世界・ix

前言・xvii

導語・xxi

理法篇

從參透到回歸：我的針灸探索歷程・6

從還原到祛魅：揭示經絡背後的真相・16

從祛魅到重構：極簡針灸體系・27

技法篇

技法入門知識・50

「三調」技法概論・62



治法篇

治療原則 • 98

特效穴的選穴原則 • 106

調經筋：筋結點的選穴原則 • 122

找瘀絡刺血的原則 • 125



治療篇

偏頭痛 • 134

頸椎病 • 140

肩周炎 • 147

腰椎病、腰肌勞損、腰痛 • 153

股骨頭壞死 • 162

膝關節疾病 • 166

膽汁反流性胃炎 • 170

失眠 • 176



心法篇

大格局上乾坤在握 · 192

「任督二脈，一氣周流」 · 194

以針演道與精氣神轉化 · 196

微針調氣與調息 · 199



進階篇

排寒針法 · 204

立極針法 · 209

添油續命針法 · 212

微絡刺血術 · 216



結語 · 219