

10.5-6 黄帝内针速成班总结

- 小谦说的发心、定位，融合修行知识，它作为一种生活方式，利益众生的方式，
- 小涛老师说：扎针的时候要扎出想象力。要有神助一样的感觉。就像你看四臂观音菩萨，他说真正的高人，甚至于虚空中，意念的力量，下针的时候如有神助的感觉，内守的，神助，很棒。
- 十二经络循行它就是“一气周流”，一团气随着时间在运转在循行（子午流注），
- 经络是怎么被古人发现的。然后小谦说老师说过，其实是古代圣贤在打坐的情况下内证观察观到的气脉。
- 针灸的重点是：神、气、形。从神——到气——到形。所以一个是，刚才神的部分；再就是气，气在流的，身体里边的气和外界的气，气遵循道的阴阳平衡。
- 如果对道的理解更深入的话，他针的感就会更厉害。包括神助的状态，他的针的力量感就不一样。
- 小涛老师经常会说：思路开阔起来，天马行空。他非常的自在，有了规矩之后，再加上理的，思路贯通，非常棒。
- 同气相求，非课本上的这种讲述的方式。比如，同样是书法爱好者，或同一个声音，或长得差不多的，同形的同象的，包括我们一起念诵的“同声”，它不仅仅是同气穴位上的同气。
- 小涛老师，还融入了金木水火土，就是心、肝、脾、胃、肾。调理脾胃时，他调了一下肾水，我们正常就不会考虑到这点，水生木，水多了，木就会更旺盛。所以他在调理脾胃时，就调了肾水，把五行也融在里面了，很棒。他会考虑这是水性的，还是火性的，易经里的相生相克，融在一起。
- 小涛老师还讲到了：我们真正去利他，帮助他人时，要去沟通，先上来跟他沟通交流，感而随通，
- 神交古人，古人就在他面前跟他讲，这种感觉。
- 小米说的，左手问题扎右手相同位置的案例，很棒。

- 小涛老师说的，太极在手部缠丝功时，其实是手上的经络，你中有我，我中有你，阳中有阴，阴中有阳，交融的，会有更深刻一层的理解，很棒。
- “感”，你要让它（针）干什么，你把你的念头注进去，包括他说的，你扎的是外关，但是你就想：我要透过去，达到内关的效果。然后是为了让患者方便，不要翻手，对患者来说，顺着他，但因为你的感进去，其实是内关的作用。
- 直刺是一个点，可能透过对面作用。斜刺，能交接一个片，更多的接触面伸进去。包括他好像扎的不是那个位置，但他考虑到的是：针尖到达的终点位置到皮肤下层的位置
- 弹的手法，针的熟练度和包括它运针状态，在扎的过程中调角度.....是我们应该多去学习的。包括，足临泣，完全一寸针很难插进去，他说如果你能完全进步到这个的时候，你的进针就会更上一个层次
- 他说到了一些问诊的技巧 1、就是给别人力量，一个患者来了，对他说：你身上没病，影响到对方。2、比如，找一群人中最壮的那个人先扎，或最简单的先入手，给大家以信心，然后再攻克别的，他有一定的技巧和方法比较灵活。
- 古代针灸是用来调身养息，除治病以外记得这个用处。
- 大医精诚关键是在一个诚字，恭敬、心诚，善。
- 平衡天平，执其两端守中，如果偏了，你可以有两种方法，一个是把 A 扶起来，一是把 B 压下去，形象比喻很棒。
- 若颈椎有问题，你可能拼命在这里艾灸，它就上火了。其实，你通通中焦，它其实已经贯通起来，包括引火下行等等，它是很灵活的,让天平守恒的状态。
- 从阴引阳，从阳引阴，这是我们后面再继续深入的，比如，本来是 10 和 10，阴阳平衡的，变成 11 和 9 时，你要把 1 引到 9 那。在扎针的过程中，你就看到他不知道怎么补了一针，他是要把 1 引到 9 那里去。
- 易经的思想,肝、胆是表里，心、小肠是表里，或又同属火,同属木性,金木水火土里边的五行上面的运行。
- 度骨法，先摸骨头缝隙，你可能没有光线，没有灯，摸着骨头缝去扎。

- 还有他说的当你学会了伤寒论或什么的时候，当你遇到病症时，你遇到问题，不会慌，任何顽症，你大概能知道它是在一个什么阶段，很棒。
- 小涛老师说：穴位的命名很有意思，比如腿上有一个叫“光明”，就是明亮眼睛的，然后“承山”，其实是对腰的一个承托。
- 可能有个眼睛有问题，并不是针对眼睛，而是要眼睛周围的环境堵塞了，你可能一盯着患处，但其实你要改变它周边的环境，周边环境就像，比如说头疼，可能是颈椎的问题，压迫的，或耳鸣，也有可能是颈椎压迫，好像问题的关注点，思路开阔了，它是个系统性的
- 小涛老师对下病上治的应用，他问同学门痔疮怎么治，居然翻到头顶：百汇穴+四神聪，来治疗时，大家都觉得这个思路太棒了。
- 扎针后，要观想，要内守神内收，身体气的变化。
- 令人感动的是：老师的妈妈,她亲自在说她的一些经历，说这个针灸有多么的重要。你可能知道了耳朵折叠一下去刺血，就这一下子，在高血压紧急状况下，在她很难的状况下，身边没人的状况下，一个折叠刺血救了自己，给人以力量，含着泪水。
- 针灸不是万能的，特殊情况，小涛老师举了个例子，针灸进寒气后，艾灸其实很快能把寒气逼出来，顺势教我们艾灸怎么样控制距离，怎么操作，灸条要垂直患处，也纠正了大家艾灸背在身上，并不垂直的状态效果不好的说法，还有推拿，大家感受到了条索的状态。还有我们两手搓小腿后部等于对脊椎背部的保养。