

热成像八段锦

20250509 鉴茶财经院



生哥付费圈

时政/财经/认知/热点

历史1万+付费文立即获取
请加微信: xuetaang7799

人的生机来自于哪里？气血。

气血充盈，百病不生，气血虚弱，外邪乘虚而入，疾病，焦虑，压抑等由此产生。

气血是什么，中国人最容易感悟，举个简单例子，气血就是大领导。大领导关注和指示的事情，才能办好，你指望地方是自动自发，很快就懈怠了。

你手脚冰凉，就是因为大领导气血，没有深入基层去监督办事，没去送温暖。

中医可视化技术是国家中医药管理局国家级科研课题，曾忆城引入红外热成像技术，将检测到的人体发出的红外线辐射转换成温度，并以八种颜色将温度分布图像显示出来，直接“看出了”人体的寒热温凉，气血搬运和变化。

事实证明八段锦的导引效果非常显著，
红外热成像显示，
习练后，劳宫穴温度上升 $2.3 \pm 0.5^{\circ}\text{C}$ ，
提示手厥阴心包经能量传导增强。

太溪、关元等穴位微循环血流量提升
40%，印证“以形导气，以气通经”理
论。

"攢拳怒目"通过肝主筋理论疏解郁结，
临床测定可使唾液皮质醇浓度下降
28%。

"背后七颠"激活足少阴肾经，调节下丘
脑-垂体-肾上腺轴，改善焦虑量表
(GAD-7) 评分达34%。

八段锦最早来自于1973年长沙出土的
马王堆《导引图》，
44个动作印证八段锦与先秦方仙道呼
吸吐纳术的渊源。

所以各位，如果你想长期稳定的改善
身材的肥胖走型问题，身体的长期问
题，心理的焦虑，紧张，
尤其是很多人的失眠，早醒，睡不好
等问题，

习练八段锦是最佳方式之一，
因为他让你回归的是自我和能量的本
源。

西游记第二回讲的长生大道，
题目是，

《悟彻菩提真妙理，断魔归本合元神》

你不慢下来，心情放空放松下来，怎么能去感受自己的心情，去合元神呢
为什么撸铁冠军没有长寿的，老了容易痴呆伤了元神了。

所以太极越打越慢。

金刚功就是八段锦的延伸和变种，更适合中青年。

我们都听过一句段子，

“一粒金丹吞入腹，我命由我不由天”
金丹是啥？

你练完八段锦金刚功后的口水。

术语讲就是益生菌。

天心月圆：长寿功第一式就是窃吃昆仑长生酒，随时随地都可以在练

天心月圆：咱们小白撸铁的那点强度，就相当于下地去劳作一下

天朗气清水木济济：今天本来想偷懒因为每晚饭后都有乒乓球半小时以上。
看到大王这篇，立马起来打

点滴入迷：那么练金刚功还是八段锦呢感觉八段锦学起来更容易些，金刚功动作多，要反复琢磨。

kk回复点滴入迷：都不行了现在，复述一个有点迷信的观点：练的东西的人越多，效果越差

yx: 想请教下大王和大家，练长寿金刚功是不是有必要去纠功因为看到有的

人说气息或者用力不对反而打了身体
还不大舒服



作品用医学研究用的红外热成像
仪器来进行拍摄创作，
创作内容围绕与传统中医相关的
八段锦、五禽戏等养生、仿生功法展开，
是艺术家关于中医与艺术的探索，
展出的系列作品旨在探讨艺术、科技
与中医药文化的融合与转译，
启发观者对身体和生命的内省。



提问：大王，您好，想请教下现在北京楼市已经算跌到底了吗？

近期刚把自己的老破小卖了，本来最初想在孩子的初中附近换改善房，但是转念一想初中就三年，回头上了高中又不知道在哪里，可能离得还是远，不如初高中六年都在学校附近租房住；然后择机在楼市底部下手买房。

我们的终极梦想是在老公上班的朝阳公园附近换房，这样退休就不折腾了。

南院大王：基本上。都朝阳公园了，再往北点，去年让大家看东坝和崔各庄，那会中建的项目还能打招呼。

提问：大王，我想请教一下，都有哪些软件适合用于回测自己的股票策略

南院大王：你弄个模拟仓，每个礼拜，每个月复盘几次，自己思考出来的最好