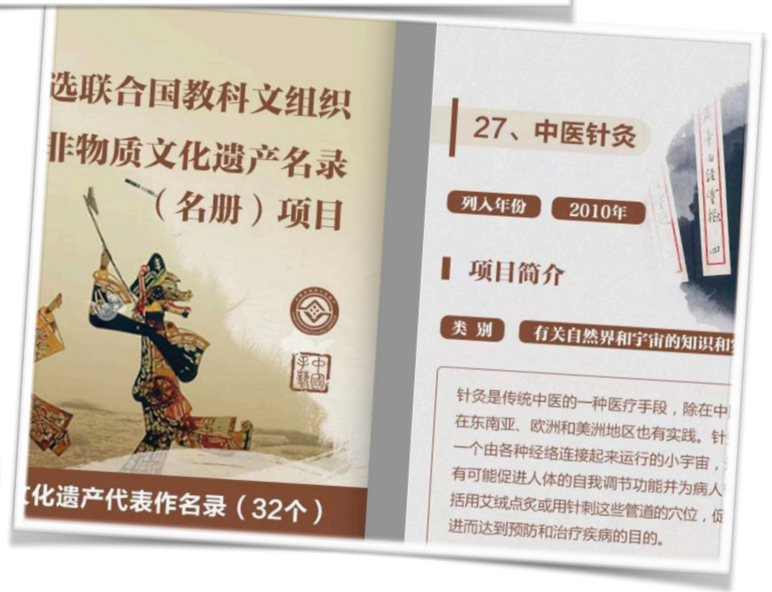


健康生活方式

联合国可持续发展目标3



27、中医针灸

列入年份 2010年

项目简介

类别 有关自然界和宇宙的知识

针灸是传统中医的一种医疗手段，除在东亚、东南亚、欧洲和美洲地区也有实践。针是一个由各种经络连接起来运行的小宇宙，有可能促进人体的自我调节功能并为病人括用艾绒点灸或用针刺这些管道的穴位，低进而达到预防和治疗疾病的目的。

世界活态遗产，促进健康生活方式，根除疾病

技术

倡导

结果

获世界非遗基金组织咨商认证单位“美国生命波公司”为联合国193个成员国推荐“联系国可持续发展目标3”项目。

“世界活态遗产促健康”，通过“非侵入”、“非药物”、“非医疗”的健康生活方式，实施可持续发展目标3项目。

联合国倡导：“各国还需付出更多努力，根除一系列疾病，解决多种顽固和新型健康问题”。

项目主题：世界活态遗产（技术），促进良好健康生活方式（倡导），根除疾病（结果）

一、活态遗产：非物质文化遗产太乙拳，源于太乙文化、太乙意识、太乙阵法。太乙拳源于“阴阳交互造”，阴造阳、阳造阴，生生不息，是人天互造之国术。

- 太乙拳是肉身、精神、灵魂合一的组合运动，其拳法“松、静、空、慢、柔、圆”的特征，刚中增柔、柔中增刚、且刚柔相续、更刚柔相泌。是中华民族辩证哲理思维和武术、艺术的结合。
- 太乙拳，又称天性拳，古称太医拳。太乙者，太医也。其集“禅、道、武、医、术”于一身。拳法中动、静、承三态体现人与自然的和谐统一。
- 太乙拳有自己独特的传承体系，共分九段：
- 段段大乘、段段入圣。即可单行、亦可连动而互控。

二、 命铺：命铺延命崇尚人与自然的能量交互，通过身修、心修、灵修获取自身能量平衡，达到祛病强身、静心生慧、涅槃重生的目的。

- 命铺延命源于太乙文化，实践于太乙拳。太乙文化博大精深，包括了生命三根，善根、慧根、灵根。修炼太乙拳与命互动，通过“心理暗示、生理调磁、伦理加持”，能有效调动和协调人体生命三根，使三根并举，相互依存，阴阳自制，抗衰延生。
- 世界一切的本质就是由能量构成，整个宇宙更是一个巨大的能量场组合，宇宙造化了万有，创造了万物，能量是尽虚空、遍法界，无穷无尽，取之不尽用之不竭，无处不在处处在。
- 命铺延命遵循自然之道，通过调理自身状态，建立起人体磁场与外部磁场能量交换的通道，时刻保持着与宇宙的能量交流。凭借承载信息的大脑与五脏躯干，边传送、边抽取、虚实循环。送与取是在同一时间、死亡与重生同步进行。突破命境的跨越实现涅槃重生。
- 人的本能是体验过疗病的，求防病；
体验过防病的，求养生；
体验过养生的，求延命；
体验过延命的，求抗衰命铺。

三、运动处方：

三种运动处方有什么区别？

1、动态处方：能量操，，太乙拳

指让皮肉、筋骨、脏腑等所有的细胞都动起来，

全面实现“肉身生命在于运动”。以修复生理结构序列上的、某些损伤与漏洞。

2、静态处方：真炁法

指让喜怒、思、悲恐等所有的心绪都静下来，全面实现“精神生命在于安静”。以修复心理功能序列上的、某些损伤与漏洞。

3、定态处方：八禅十二定

指让思维意识、念想意识等所有的意识都入定，全面实现“灵魂生命在于镇定”。以修复命理作用序列上的、某些损伤与漏洞。

四、命铺——五行房

金、木、水、火、土、是东方哲学的代表作，五行房是太乙用哲学观为大众创造的
人与大自然五行亲密接触的三维空间。

五行 – 五个维度的健康

相生、相克、

五音、五味、五色、五经、五脏、五官、五植、五志。

五行相生相克是不可分割的，

没有生，则没有事物的发生与成长，

没有克，就没有协调稳定下的变化和发展，

只有生中有克，克中有生，相反相成，

协调中的动态平衡，事物才能升华不息。

正常的生命升华的程序

养生先延命，延命须补性，补性从迎痛，迎痛可汰病。

命铺五行对生理的修炼

生理修炼包括：

五植（辜、巢、宫、茎、腔）、

五脏（心、肝、脾、肺、肾）、

五官（眼、耳、鼻、舌、皮）。

命铺修行密法

五植推五脏，五脏推五官，五官推五行，五行通远.....

联合国可持续发展目标3项目实施机构：美国生命波公司