

孙光荣国医大师工作室

活动纪要

时间：2016.03.11

地点：湖南中医药大学含浦校区三号楼国医大师工作室

主持人：孙贵香

参与人员：孙贵香、张冀东、向岁、刘倩倩、刘伟、刘琦、王丹、叶培汉、严璐、毛正清。

会议流程：由王丹提出讨论核心，由叶培汉分享孙光荣教授的心得体会，参与活动人员分享感受，主持人孙贵香教授进行总结。

学习内容：气血中和百病消

养生的具体实践不但要因人而宜，还要因地、因时而宜，更要因方法而宜，要密切关注每种养生方法在实践中必须注意的禁忌，也不要被有些商家把某种养生方法无限地扩大给忽悠上当受骗了，一则多浪费钱财，更可怕的是，把养生保健无限扩大宣传到治疗疾病的效果奇特，而诱使一些不明真相的老年人相信，而影响做正规的诊查治疗，贻误最佳时机，甚而反误了卿卿性命！岂不悲哉！

气血中和，病安从来？一旦气血失和，则万病丛生。即使现代医学进行反复的心脏搭桥术、支架，也会病生他变，而性命不保，人体是整体有机生命系统，不是无生命的单纯的机械零件组装品，通过换零件以维持机械长期不停的运转，而人则不成。人必须是气血运行畅通，气血运动平衡稳态中和，才能保证身体的健康。相反，一旦气血失和，就会得疾病，要想让病去而健康亦然，就必须“执中和”，促使气血尽快中和，方能达到去病的效果，健康之目的！

主持人孙贵香总结：气血中和百病消。这是我们临床重气血、调气血，恢复“气血中和”平衡稳态，才能使百病消失。正如失笑散活血化瘀一样，让人不知不觉中失笑而感叹疗效之神奇！这也是我们中和团队三善于的成果，一要善于调气血，二要善于平升降，三要善于衡出入，也只有这样，气血才能中和，才能真正做到气血中和百病消的神奇疗效！