# 火柴棒医生周尔晋简介

来源：网络 作者：七色彩虹 更新时间：2025-02-19

*第一篇：火柴棒医生周尔晋简介周尔晋简介安徽省安庆市太湖县人也，义务行医40年、约有10多万人次、对230多种病例的临床验证后，总结出不用吃药和打针就能治愈疾病的一种全新的中医治疗方法。他是从《黄帝内经》的“缪刺论”中悟出下病上治、上病下治...*

**第一篇：火柴棒医生周尔晋简介**

周尔晋简介

安徽省安庆市太湖县人也，义务行医40年、约有10多万人次、对230多种病例的临床验证后，总结出不用吃药和打针就能治愈疾病的一种全新的中医治疗方法。

他是从《黄帝内经》的“缪刺论”中悟出下病上治、上病下治、左病右治、右病左治、中间有病四边治、四边有病中间治及上、下、左、右、中，求法于经络、穴位却又不拘泥于穴位的人体X形平衡治疗方法。

他总结出来的“高低医疗学”是自古以来从未有的理论，即研究通过人体的高升点来医治人体的低沉（病）点以及如何达到人体的相对平衡的理论。同时他总结和开发了人体这个取之不尽、用之不竭的人体丰富的“内药”，调动人体神奇的“内药”、神奇“加速”自愈的平衡力，真可谓是“四两拨千斤”。

周淳，周尔晋之子，周氏特色疗法传人。早年间即随父学习并到全国各地讲学，传播X形平衡法、小儿推拿等,深受患者喜爱。多年来，其一直秉承周氏疗法的一贯宗旨，无私为患者服务，致力于周氏疗法的传播与推广。主要著作

《人体X形平衡法》、《人体药库学》以及实践篇《火柴棒医生手记》是人体药库学的三部曲总计130余万字，配图800余幅，神奇、易学、易懂、自学、自治、奇效、安全、省力、省时、省钱。

其著作《捏捏小手百病消》《压压手脚耳，治好老毛病》是火柴棒医生，“中医奇人”周尔晋行医40年心血力作。告诉父母们，孩子的小手就是一座取之不尽、用之不竭的医药宝库，不打针，不吃药，也能让孩子不得病、少得病，健健康康一辈子。还告诉我们大家，老年人的健康是全家人的福气，身体健康才是幸福的晚年，而健康的密匙就在我们的手脚耳上，只要动动手，就能有个乐活的晚年时光。

社会贡献

为拯救万民免遭疾病之痛，他虽不富裕，却无私的、毫无保留的、无偿的将他毕生的心血奉献给全社会，义务行医40年，十余万人次亲身体验，证明方法安全有效。

人体X形平衡法不是民间的单方，它是中华传统医学的一朵奇葩，是目前中医学的一门新兴分支。它源于《黄帝内经·缪刺论》：“夫邪客大络者，左注右，右注左，上下左右，与经相干，而布于四末，其气无常处，不入于经俞，命曰缪刺。”这句话的意思是全身无穴，全身是穴，上病下治，下病上治，左病右治，右病左治，也就是X形平衡法实践的理论依据。在此基础上，我通过三十多年，近十万人次的二百三十多种病例实践验证，大胆地创新，从中发现了“中间有病四面治，四面有病中间治”的“上、下、左、右、中”的全新论点。这充实了《黄帝内经》的新内容，填补了《缪刺论》的空白，是对中华传统医学的伟大贡献，为人们的自我保健创造了良好条件。

周尔晋人体X形平衡法

人体X形平衡法是在长期实践中创造出来的治病方法。人体X形平衡法是用火柴棒、小木棒、牛角棒、手指等按压穴位的方法，非常适合老年人。

它具有以下特点：

1.理论来源于《黄帝内经》的“缪刺论”。从中我悟出并发明了下病上治、上病下治、左病右治、右病左治，中间有病四边治、四边有病中间治，以及上、下、左、右、中，求治于经络、穴位，却又不拘泥于经络、穴位的一种全新的全身是穴，又全身非穴的中医按摩治疗方法。

2.人生有宏观的运动，就是体育与竞技运动，还应有微观的运动，即体穴与耳穴按摩运动，我们也可以称之为微观的细胞运动。这两种运动对于人类来说，如同两条腿走路，是缺

一不可的。很多人目前不懂也不习惯这种微观的按摩细胞运动，这是很令人惋惜的，应该花大力气加以推广。为普及这项微观运动，为保护人类免受疾病折磨，保持体内的生态平衡，提高人们的健康水平、生命质量与寿命，我愿奋斗终生。

3.方法简单易懂，便于普及和推广。谁都能成为自病自医的“医生”，实践证明不论是谁，也不论文化水平和中医知识的掌握程度，只要有心学习和实践，就能掌握好这一门治病诀窍，把治病这个极其复杂且门槛看似很高的专业技能简单化了。

4.安全可靠。按摩法主要用的是压穴法，这种方法不是在病变部位压穴，而是采用了远端（X形和末梢）压穴，不会伤及皮肤和病变部位，也不会产生副作用和后遗症，压不准穴位也不会加重病情。

5.疗效好。《人体X形平衡法》一书中，我首次提出了人体自有大药和人体生态平衡两大论点。人体X形平衡法治病，主要是通过人体自身的内药，也就是调节提高免疫功能，使人体各部位达到相互平衡。平衡了，疾病就会消除，方法就这么简单，疗效也很奇特。它既可作为主要治疗和保健手段，也可作为辅助治疗手段。

6.此法为绿色疗法。它无需花钱，也使老年人免受服药和打针之苦，对老年人，尤其是经济条件较差的老年人无疑是一个福音。

7.上医治未病，诸病当预防于早，勿等病成再治。有病治病，无病保健，这是人体X形平衡法的另一特点，也是其他疗法所无法比拟的。人说“病来如山倒，病去如抽丝”，保健治病同样重要，怕就怕你没有足够的耐心和信心。

建议老年人都学学X形平衡法

人体X形平衡法是“一线、两点、两力、三包容”，因为是研究低沉点与高升点的学问，又简称为“高低医疗学”。而要掌握X形平衡法只需要掌握以下几点，再加上不断的实践便可，也就能让自己成为自己最好的医生。

一线：指相对平衡健康线，是X形平衡法的基础。两点：指低沉点与高升点。即“病变低沉点”与“相应高升点”，即病灶点与治疗点，这是X形平衡法的核心与灵魂。两力：指普通平衡力与神奇平衡力，也即是人体的内药。三包容：指“人体药库学”、“天人合一观”与“人体生态平衡论”。三包容实为两大内容：即“人体自有大药”与“人体生态平衡”。也就是我的两大论点。

周尔晋传奇经历

1949年2月，周尔晋在刘、邓大军举办的“安徽公校”学习，从此参

加革命，成为一名新闻工作者，先后在新华社宿县支社、拂晓报社、皖北大众报、安徽农民报、农村工作通讯社、安庆日报社担任过记者与编辑，是一个有四十余年工龄的资深的老新闻工作者。从九岁起，就坐在楼上，读祖父的遗下的医书。祖父周正升，是清代的秀才，又是当地有名的中医。童年被抽鸦片、吃、喝、嫖、赌的父所弃，57年为人代笔写大字报，被人陷害，错划成“右派”，农场劳动改造和“文革”两次被整，导致少年及中青年时期身体状况极差，为自救潜心学医，自医自救，同时也为他人义务治病10多万人次，从不收费，被人喻为“济世\*\*”“中医奇人”火柴棒医生。

周尔晋自述

给像我一样的老年朋友带去健康

我曾是一个身患冠心病、高血压、糖尿病三样重症的垂危病人，当时我的心脏经常停跳，舒张压110mmHg，收缩压200mmHg，血糖16.8mmol/L。我的生命处于朝不保夕的状态，就在这种状态下，我奋力写出一百三十余万字的书，写作时间长达三年五个月零二十天，这期间我用X形平衡法与疾病抗争，终于在2025年治好了冠心病，也胜利完成了写作任务。

2025年末体检，医生宣布我身患严重的冠心病、糖尿病、高血压，必须立即住院治疗，并为我开出住院通知单。我没有住院，也拒绝接受医生的治疗，既不打针，也不吃药，就在家中以X形平衡法和食疗为自己治疗，经过2025年一年的苦战苦斗，我终于治愈了严重的老年性冠心病，而高血压与糖尿病，也得到了改善与控制，当2025年11月医院为我体检时，排除了冠心病，我是多么兴奋与快乐啊！

我爱我心，也即是爱惜我的生命，我还不敢说我的冠心病已经完全彻底地治好了，但我已确实从死神魔掌中挣脱出来，使心脏基本恢复了健康。我已经八十多岁了，虽然不能再恢复心脏的青春，但事实证明心脏还是大有潜力可挖的，其他内脏也应是如此。我不用花钱，也不用打针吃药，不请医生，不住医院，就在家中，用自己的双手，用棒压耳穴、手穴，指压或棒压体穴，以五七穴为综合治疗方，结合食疗的办法，治好了严重的冠心病，病中还完成了四本书的写作，实现了写作与治病双丰收，更为我写作新书积累了经验与素材，意义十分巨大，胜过我已写的前几本书。五行相生相克在X形平衡法中运用很多，“虚则补其母，实则泻其子”，穴位的子母配合作用巨大，在治疗冠心病时我就加了子母配特效方：心、小肠、肝、脾、脑点、前头、头顶、偏头、后头。其他病子母配方以此类推，通通是特效方。事实已证明：我所提倡的“人体X形平衡法”“人体药库学”“人体生态平衡系列疗法”，是具有无限生命力的，是值得深入研究的。以“人体药库学”为特征的中医学，是拯救人类于疾病折磨的水深火热之中的救星与福星，为了更多人的利益，我要让它在全中国乃至全世界普及、传播。

我爱我心，就应该重视我的心脏还是很虚弱的现实，它实在是已经老化了，人生是应该乐观的，但盲目则是可怕的，只能是“明目乐观”。为保健心脏，我特提出以下具体措施。

一是正确地面对过去，既要忘记昨天，也要记住昨天，该忘记的是不幸与苦难，该记住的是有用的经验与教训，这是我宝贵的精神财富。

二是要努力保持心理的相对平衡。保持心理相对平衡，既是保持人体生态相对平衡的关键，也是保健心脏与治疗心脏病的关键。

三是努力追求精神财富，奋力争取做精神上的亿万富翁。人生是有限的，但人的精神生活则是无限的，人的物质财富是有限的，但人的精神财富是可以无限的，力争精神生活的丰富多彩，是保健心脏与幸福生活的源泉。

四是与时俱进，不断解放思想，坚定地做到“内药为主、心药为主、食疗为主”。

**第二篇：周尔晋火柴棒医生手记读后感**

周尔晋火柴棒医生手记读后感

由于还没有孩子，周尔晋的小儿推拿法我无法动手实践，因而关于此部分内容目前我尚无所得。但手头上刚好有一本《火柴棒医生手记》，对于作者的分享个人有两点感触：

一作者在书里提到他个人的一次经历：1949年的某一天忽然发冷发热，咳痰里带了血丝，作者儿时读过祖父的医书，对于肺结核病只是一知半解，以为自己身上的症状就是肺结核的症状，当时的环境下肺结核并不是光彩的病，因而作者不敢去看医生，但又担心不去医院治疗会死得更快，对不起母亲，就这样糊里糊涂、莫名其妙地在床上睡了两天，最后作者的顶头上司把他从床上拉起来送他去看病才知道他只是感冒了，血丝不过是咳嗽弄破了微血管带出来的，没有太多的治疗，病就好了。经过这次事情后，作者感悟道“这事对我教育极大，自以为懂得医道，疑心重重差点误了事，后来我曾写文《医盲如同癌症一样可怕》，也正是有感于此。如果我能自学点医学知识，就不会无端地背上沉重的包袱，所以我的体会是懂医便有健康。”该篇手记给我印象最深的就是那两句话--医盲如同癌症一样可怕和懂医便有健康。自06年我体质全垮掉后，这些年来我从没放弃过治疗，抱着一种不让病情再恶化下去、不让情况去到更糟糕的状况的心态屡屡尝试，但由于自己不懂医，不仅遭遇了花费巨额钱财却被庸医往死里治的经历，还因每每出现一些新的离奇的症状而被吓得半死，以至于心情经常处于焦虑沮丧的状态中，对病情雪上加霜；这些年里也有好些好心人给我介绍这样那样他们觉得有效的方法，如跑步、爬山、游泳等需要出大汗、消耗大量体力的运动，我也傻傻地都去做了（本人意志比较坚强，很能死撑），结果导致我受寒更甚、气血更虚，病情更为严重，这就是作为医盲的我因为不懂医而付出的惨痛的代价。两年前开始自学中医后，尤其加入读书群后，学的中医知识越来越多，我也越来越淡定，现在我的病情依然起起伏伏，症状百出，有时连呼吸都需要他人帮助，前段时间还出现了一段时间的幻觉，但我一点都不觉得害怕，因我踏上了“懂医”的道路。我觉得懂医便有健康这句话说得真是对极了，也愿更多的朋友吸取我的教训，都能踏上“懂医”的道路。

二作者在书中有多个治疗精神类疾病的案例，比如抑郁、强迫症、精神分裂症等，作者总结说心肾不交是精神病之总根子，“肝脏为桥”起主导作用，用的是压耳穴配双合谷、双太冲等法。据我所了解，西医基本上把精神分裂症当成了绝症了，那些所谓治好的不过是被西医误当做精神分裂症来治疗的，因而作者提供的经验方法无异于是此类患者的福音，从中我也得出结论：中医的智慧和能力远非西医能比。望有更多的国人能够好好认识中医、受益于中医。

**第三篇：周尔晋养生**

民间中医奇人周尔晋老人

第三要学会调息。所有气功无一例外都是练肺的。我只练过：“六字诀气功”，对我甚有帮助，为此我写了篇专文《学会呼吸》。六字诀要求三个注意：一是静心，二是微微慢慢，三是鼻吸口呼。口呼时默念呵、呼嘘、呬、嘻、吹六个字，并有平法（自然呼吸）、清法（吸少吐多）、补法（吸少吐少）之分。我觉得此法既安全可靠又有妙用，值得向中老年朋友推荐（拙作《人体X形平衡法》一书中有专文，这里不再重复）

《人体X形平衡法·学会呼吸》

古往今来很多气功师研究与练气功，大多是在呼吸上做文章。其实，呼吸两字看似简单，确是妙用无穷。我不喜将气功吹的神乎其神，高不可攀，但觉得应该懂些呼吸的基本道理，用以祛病强身。

呼吸不过是吸进氧气，呼出二氧化碳来，以保证全身氧气供应，进行新陈代谢，维持生命活动，因此，有强健的肺，肺活量强大，自会身强力壮。因此呼吸关键乃是提高与巩固肺质量的问题。世间所有物质，几乎都是要花钱买的，唯有空间之氧气是无需花钱的，你可以学会呼吸之道，无条件地大量采取，据为己有，以抗病强身，也可以说是世间无价的“灵丹妙药了”，只是有些人认识不到罢了。

懂得呼吸的补法、泻法与平法。所谓补法，也既是所谓的采气法，这就是吸入多吐出少（注意：不是硬憋气，要自然而松散些，自觉吸多吐少），这种采气只适应于清晨起，天气晴好，空气新鲜，不宜于天气阴雨，空气污浊上做，要慢慢地不慌不忙地，尽量扩大肺活量，多吸进一些氧气。晨起，若能做一个小时，自觉浑身舒畅，头脑清醒，精神极佳，就达到了预期效果。心情要放松，态度要自然，特别是要自然而然，才能达到目的。何谓泻法，泻法又称清法，乃是指吸入少、吐出多（也要自然而和谐，不可硬来）古代名医孙思邈曾有呵（吐出脾脏废气）、呼（吐出心脏废气）、？？（吐出肺脏废气）、嘘（吐出肝脏废气）嘻（吐出三焦废气）、吹（吐出肾脏废气）之说。用鼻吸气，用口默念这六个字以吐气。这个六字诀，念三十六遍，为小周天；念一百零八遍为大周天。即可用之于补法，亦可适用于清法，也可以做平法。清法适用于两种情况，一是发烧，调整好安静的心态（切忌急躁与发怒生悲），少吸而多呼（要自然而和谐）。在六字诀中可重点念：呼（心）、呬（肺，热生于肺，故肺是重点）、吹（肾）三字，便有降热凝神之作用。其他病，如肝病尽量念嘘字；胃病尽量念呵字，肺病尽量念呬；肾病尽量念吹字，以此类推。二是在天气不好、空气污浊、又暂时离不开的场所，令人胸闷不适，可以尽量用泻法，以适应环境，摆脱困境。

平法，是指呼吸相平，自然呼吸，亦可用之于做“六字诀”。当年我妻病，我在医院伴她六个月，日夜无眠，全靠用平法来做

“六字诀”，打发过近两百天的无眠之夜，没有在这个呼吸法救助，我是支持不下来的。平静心情、自然呼吸。乃是失眠患者的良药。有所谓龟息法，实则细细绵绵长长，似有似无，两耳完全听不到呼吸之声。完全入静，十分自然而然，自然而和谐；心无杂念，意不外驰，心有如平静的湖面，无波无纹，既是最佳休息。睡不着又有何碍，不怕失眠，也自然而然地会入眠。故而，如若学会呼吸之法，也是可以治好失眠的，至少说是不怕失眠的。它乃是斗失眠的最有力的武器，斗失眠，在“六字诀”中可重点念呼、吹两字，以促使心肾相交，有利于安眠，用泻法而勿用补法。（蓬蒿人根据网上资料整理）

“其中有本名叫《寿世葆元》的书，我读了又读，长大后，我做的“六字诀气功”，后来收进我的《人体×形平衡法》一书中，就是那时读此书记下来的。”——《火柴棒医生手记——人体药库学三部曲（实践篇）》·周尔晋

**第四篇：趣味火柴棒**

趣味火柴棒

教学目标：

1.通过用火柴摆一摆，移一移，训练观察能力、动手操作能力、口头表述能力。

2.学会用火柴棒摆出数字、图案、算式等。3.通过活动，感受数学的趣味性。教备：

教具：多媒学重难点：

培养学生的动手能力和观察能力。教学准体课件 学具：小棒 教学过程：

一、创设情境：

1.谜语导入：我知道我们班很多同学都会猜谜语，今天呢老师就给大家出一个谜语请你猜猜是什么？“头戴乌纱帽，身穿白龙袍，走过黑墙头，立刻火星冒。”引出——火柴。

2.巧摆数字

老师说一个数字，你们就摆一个数字，看那些同学摆的又对又快。1，4，5，7，0。（学生利用学具动手操作。）

3.神奇变化

学生动手摆出0，在0上添一根小棒变成8； 在8上去掉一根小棒变成数字6 在6上移动一根小棒变成数字9 在9上去掉一根小棒变成数字5 在5上移动一根小棒变成数字3 在3上移动一根小棒变成数字2

二、智力比拼 1.移动数学，使等式成立。

下图是用火柴摆成的数学式子，虽然里面有一个等号，但实际上两边并不相等。只许移动一根火柴，要使它变成正确的等式，应该移动哪一根？

只要把右边的6改成9，就可以得到正确的等式。

2.移动运算符号，使等式成立。

教师引导学生,可以拿掉“+”号中的一根,使：“+”变成“-”，然后把这一根火柴放在“1”上，使“1”变成“7”，算成变成7-0=7。

3.下图所示为一个“小鱼”形状，请你移动两根火柴棒，使“小鱼”转向。（头朝上、或朝下）

教师引导学生动手操作，通过演示、实验发现：要使小鱼转向，就要尽量利用原来的火柴棒所组成的形状，以便减少火柴棒的移动。如下图：

三、拓展提升

小朋友，请你动脑筋想一想，在下面用火柴摆成的自然数“1995”中，任意移动一根火柴而得到的所有四位数中，最大的数和最小的数分别是几？

四、总结收货

这节课，你觉得有趣吗？ 教师小结：

数学在生活中有着广泛的应用，请大家都要做一个留心观察的人，那我们的生活将会更加绚丽多彩。

**第五篇：火柴棒正方形**

火柴棒正方形 安徽 庆社

从如图排列的15根火柴棒中移去3根，使得只留下3个正方形．从如图的15根火柴棒中移去2根，使之成为3个正方形．(正方形的大小不必相同．)

答案 火柴棒正方形

安徽岳西县城关中学李庆社（246600）联系电话：05562173802

\*\*\* mmtlqs@yahoo.com.cn或lqs\_lqs@126.com

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！