

我對中草藥學習及實踐的體會與經歷

學習倪海廈老師中醫中草藥兩年，親身見證和體驗了草藥的美妙作用。我從2024年初因類風濕關節炎腳腫不能走路長達七八個月，跟倪海廈老師學習中醫8個月後，正常出去旅遊兩個星期，現在和先生每天晚上打一小時的乒乓球，?我的身體狀況很好。?與此同時，?我還根據倪海廈老師所講授的八綱辨證：陰陽寒熱虛實表裡?的原理，幫助家人親朋好友在這些方面：?濕疹，慢性鼻炎，心臟病，尿頻尿急，便秘，?糖尿病，下利（腹瀉二十多年的每天十幾次），失眠，腳腫腿腫，胃痛，手腳麻木，咳嗽，小便秘疼痛，渾身熱，前列腺，高血壓等方面進行了調理，取得了很好的效果。我們家16歲的小狗也是一個受益者，自從我使用中草藥以來，還省了每個月\$59.95的就醫費用。?我很感激倪老師，願將我所學到知識和經驗分享给大家，希望幫助更多的人緩解減輕痛苦。

我和中醫有一種天然的緣分，早在1972年我10多歲時，我媽媽得了急性闌尾炎，由於當時鄉衛生院的條件所限，兩次手術後，我媽媽的身體已經極度虛弱，幾年不能下床走路。由於文革抄家與迫害，我爸爸為了躲避生命危險離家出走，弟弟妹妹又相繼死於非命，家徒四壁沒有分文給媽媽買藥。我那時不知從那裡得到了一本針灸小手冊，每當她夜裡疼痛難忍時，我就點亮煤油燈，（直到1978年我去上學，我們家都沒有錢用上電燈）去翻那本針灸手冊。找到相關穴位，幫媽媽按摩，緩解疼痛，就這樣過了好多年，直到我1978年去上大學，我媽媽的身體才慢慢好轉。沒有上過高中的我，上醫學院只是夢想。

時間一晃來到了2019年12月的耶誕節前夕

7月4日回顧美史

1972年2月21日至28日，美國尼克森，歷史性訪問中國，是在任總統，首次訪華，結束兩國25年外交孤立敵對。尼克森稱訪問為“改變世界的一周”，重塑冷戰期，全球力量平衡。訪問簽署《上海公報》。具里程碑意義：承認兩國，在外交政策的分歧，承諾兩國將致力，實現雙邊關係正常化；確立美「一個中國」政策，美承認海峽兩岸，所有中國人都堅持，認為只有一個中國，台灣是中國的一部分；為1979年兩國建交。

1991年：隨著蘇聯解體，冷戰結束。美國成為唯一超級大國，而福山教授，宣布歷史終結。

2001年4月1日，一架美海軍EP-3E偵察機，與一架中國戰鬥機，在南海海域相撞，距離海南島約70英里。中國飛行員王偉遇難，受損美機在海南島，緊急降落。事件引發，中美長達11天，緊張外交僵局。24名美機組人員，員被扣留海南島。接受審訊，機上的機密設備，也被拆除。美遞交一封正式道歉信，危機解決。機組人員，4月12日安全返美。飛機歸還：中國拆解飛機歸還。

蓋達組織發動9·11恐怖攻擊，拉開全球反恐戰爭的序幕，並重塑了美國國家安全格局。

2020年：新冠肺炎疫情爆發，引發社會變革，歷史性影響：約123萬美國人，死於病毒，多是養老院居民，如果沒有足夠呼吸機，只能眼睜睜地看著他們死去。特朗普稱之為“中國功夫流感”，人們長得像中國人，遭受仇恨和暴力，尤其是老年人。居家避難，對全國經濟造成衝擊。

特朗普總統第一任期（2017-2021年）的對華政策，其戰略從數十年的接觸，轉向了“大國競爭”，表現為全面貿易戰。特朗普利用第301條款，對價值數千億美元，中國商品加徵關稅。包括鋼鐵、鋁以及消費品，和工業品在內，的進口商品加徵10%至25%關稅。2020年1月，華盛頓和北京簽署，一項部分協定。中承諾進行：結構性經濟改革，並兩年內，額外購買2,000億美元的美國商品，。科技與供應鏈脫鉤：美國對華為等中國科技公司，施加嚴格限制，並限制敏感技術轉移。投資禁令：2020年底，他簽署一項行政命令，禁止美國投資，被認定與中國軍方有關，禁止美國。香港政策：為回應北京在2020年實施國安法，他簽署《香港自治法》，製裁了中國官員，並取消香港的特殊貿易地位。。

他第二任期對華政策，以劇烈的經濟波動

，我們在去年佛羅里達迪士尼遊玩的前一天，95歲的媽媽拉著我的胳膊滑了下去，她的大腿骨折做了手術，我那時在AT&T從事Oracle DBA工作近20年，由於全組的工作移到印度，我也到了退休年齡，自然就承擔起了照顧媽媽的職責。手術半年之後，她還可以用walker跟著我們坐車出去。三年後我媽媽第二次摔倒骨折，在以後的十四個月裡，再也不能走路。在媽媽去世的前一個月，2024年元旦我的腰直不起來，50米都走不了，站立不能超過5分鐘，腳踝上下連同腳面腫痛，顏色黑紫，小腿一按一個坑，臉色蒼白，時常呼吸困難渾身無力。我被西醫診斷為風濕性關節炎，身體垮了。我媽媽于2024年1月底去世，享年100歲。

2024年2月，和我先生一起到了臺灣找一位中醫針灸師治療。我本來在孩童時就信扎針，所以深信臺灣的中醫師能用針灸治好我的病；同時也治療我先生的前列腺和高血壓。我們在臺灣的兩個星期，扎針對我的病情有所緩解。

回到聖路易的家，由於勞累，所有的針灸努力都前功盡失，一切回到從前，腳照樣腫痛發癢，身體虛弱無力，到了四五月份，又多了一種感覺，身體裡的血管熱的像要爆一樣而皮膚冷的像冰塊，整夜整夜不能入睡，網上的資訊告訴我這種現象是血管炎或者叫脈管炎，2024年的7月，我20多年的老朋友從東部出發去西部旅遊路過我家做短暫停留，我還是不能走路，不能做飯，幸虧有我先生包了所有家務。

在那幾個月裡，我從來沒有停止努力，盡力所能及，用艾灸，刮痧，吃納豆素，用蓖麻油。我女兒讓我跟Joe Dispenza學習，用心法及打坐治療，她還給我報名去參加Joe Dispenza

和地緣政治摩擦為特徵，在全面升級關稅和務實的談判之間搖擺不定。他先以強硬的關稅政策，重燃貿易戰，隨後又尋求緩和，其中包括具有歷史意義，2026年中美農業和貿易協定。第二任期對華政策，主要體現，幾個方面：貿易波動與關稅：在第二任期伊始，便大幅提高了對中國商品關稅。儘管最高法院駁回一些擬議關稅，但為了保護國內製造業，並限制對中國供應鏈的依賴，廣泛的301條款和緊急關稅仍然有效。經濟協定：儘管貿易戰初期，雙方的關972年2月21日至28日，美國尼克森，歷史性訪問中國，是在任總統，首次訪華，結束兩國25年外交孤立敵對。尼克森稱訪問為“改變世界的一周”，重塑冷戰期，全球力量平衡。訪問簽署《上海公報》。具里程碑意義：承認兩國，在外交政策的分歧，承諾兩國將致力，實現雙邊關係正常化；確立美「一個中國」政策，美承認海峽兩岸，所有中國人都堅持，認為只有一個中國，台灣是中國的一部分；為1979年兩國建交。

稅增幅一度高達140%，但最終兩國還是，達成了貿易休戰協定。美國達成一項協議，要求中國每年至少，購買170億美元的美農產品，並恢復牛肉和家禽，市場准入。選舉干預指控：公開聲稱，中國主導了美國選舉史上，規模最大的妥協，指控北京試圖影響，美國投票結果，最大加劇，緊張局勢。稅增幅一度高達140%，但最終兩國還是，達成了貿易休戰協定。美國達成一項協議，要求中國每年至少，購買170億美元的美農產品，並恢復牛肉和家禽，市場准入。選舉干預指控：公開聲稱，中國主導了美國選舉史上，規模最大的妥協，指控北京試圖影響，美國投票結果，此舉加劇，緊張局勢。

美國獨立戰爭中存在中國因素，例如從英國印度公司手中騙取中國茶葉。帆船「中國皇后號」駛往中國進行直接貿易，獲得了豐厚的經濟回報。1844年，中美在澳門簽署了第一份不平等條約—《望廈條約》，治外法權和最惠國條款。美國特使，主張將台灣，置於美國統治。格蘭特總統卸任後，訪問中國。美國外交官，蒲安臣是，著名律師、政治家和外交家，美對華合作政策的代表人物。他是唯一既擔任美駐華公使，也擔任中國使節的美國人。率領代表團訪問各國。他為移民問題，談判達成一項對中國有利，平等條約。儘管中國勞工，曾協助興建，橫貫大陸鐵路，但國會還是在1882年頒布《排華法案》，限制中國勞工。美國五

2024年9月份在田納西的納什維爾舉辦的為期兩周的學習班。這所有的努力都有幫助，都是治表不治本。

2024年8月19日，這一天對我的人生發生了很大的變化，我在偶然間看到了倪海廈老師講課的視頻，如獲至寶，倪海廈是誰？我去網上搜索有關他的消息，網上關於他的消息可以說是鋪天蓋地，信他的人說他是神醫，是我們這個時代的張仲景，他講經方，並取歷代名醫之長，講解翻譯並結合臨床實踐經驗，增添了很多針對現代病情的珍斷與治療內容，並留下了大量的珍貴資料和錄影，他的太太更是放棄了所有版權收入，只想救人幫人擺脫病痛；此外他還是一位精通山、醫、命、卜、相的奇才。

我很快購買了全套倪教授書籍，在網上跟著倪海廈老師學習中草藥知識。跟他學習，需要一些有關陰陽，五行相生相剋的知識。我對這些並不陌生，因為還是孩童時，我的一位堂兄，他是1949年前的大學畢業生比我年長40多歲，精通易經，占卦能準確到某月某日某時，很多年裡，他算出了我媽媽受迫害的時間；另一位堂哥的死期；我接上學錄取通知書的具體時間；還有我和先生是否能走到一起等事件，無一不應驗。在我出國之前也曾學習過周易八卦類書籍。

跟著倪海廈老師在網上學習中草藥4個月之後到了2025年的元旦前後，我就開始購買草藥，大肥地嘗試，在我嘗試的同時，週末我先生在家也給他試用。他有關節炎，手上的8個手指不同程度的變形，很多時候晚上會痛，同時他肚子膝蓋涼也有多年，前列腺和高血壓。意想不到的，我不知道吃了幾付草藥之後就

大家族.向中國走私鴉片致富，包括福布斯和羅斯福。舊金山中華會館，組織，針對華人最大規模公民不服從運動，要求華人登記，攜帶照片身分證，無視被驅逐出境風險。1900年，美國八國聯軍，入侵北京，鎮壓義和團運動。中國承擔巨額賠款。美國利用這筆錢，建造清華大學，推行親美教育。1905年，全球華人抵制美國貨，抗議嚴苛排華法，重創美商！儘管美國宣稱，中國門戶開放政策，為維護中國領土完整。許多傳教士使團，前往中國興建醫院和大學，以促進友好關係。1906年，舊金山大火燒毀了記錄檔案，許多華人開始購買假證件，合法入境。一戰期間，列強在巴黎條約中欺騙中國，儘管中國勞工曾參與援助。他們將德國租界割讓給日本，引發了五四運動。

1929年的經濟大蕭條，導致世界經濟崩潰和政治動盪，最終引發了第二次世界大戰，在歐洲的爆發。1931年，日本無視國際聯盟的禁令入侵中國。1937年7月，日本對中國發動全面侵略。美國派陳納德「飛虎隊」援助中國。日本偷襲珍珠港後，美中結盟。中美英三國在雅爾達（開羅會議）召開會議，討論二戰後的因應措施。日本在遭受兩顆原子彈轟炸後，無條件投降。美國透過財政和軍事援助，干涉中國內政。腐敗最終導致政權更迭。1949年10月，毛澤東在天安門宣布新政權。

2026年：美國迎來建國250週年 儘管經濟混亂且充滿不確定性，美國卻自貶自身實力，在與伊朗開戰的情況下，高關稅和通貨膨脹的局面與1929年大蕭條的前兆極為相似。即便在電腦晶片、網路、手機、飛機以及載人登月和太空站等，創新領域，取得了驕傲的成就，美國仍然抱著「歷史終結論」的心態，認為自己是唯一超級大國，傲慢自大，霸凌弱小。美政客對中國缺乏了解，並將中國的崛起??視為對其政治和經濟實力的威脅。特朗普能否駕馭這250年的歷史，避免像1929年大蕭條危機，爆發第三次世界大戰？特朗普在第一任期內訪問中國，孫女用中文說話唱歌，博取好感，但之後卻變臉。中國從特朗普貿易談判中吸取教訓。今年中國採取了不同的應對方式，而特朗普則在準備階段，就採取了各種手段，讀本並舉杯祝酒。習近平陪同他，前往中南海花園，欣賞中國玫瑰。中國是否承諾給他一個風雨玫瑰園？美國三次背棄國民黨:中國內戰；支持IN席位，與中華人民共和國建交。台灣當局真的相信，美軍鮮血來保衛台灣？誰發天真幼稚夢？自欺欺人？

一天比一天好，腳上的紫色也一直在縮小。我先生不但手指不再痛，前列腺竟然不知不覺的好了。由於我不斷嘗試不同的草藥和劑量，不到兩個月時間，?已經能正常走路，同時胸悶和十多年的便秘等症狀也消失了。2025年4月我們去新馬泰旅行兩個星期，儘管在爬山時還有虛汗，一切順利。2025年10份去英國旅遊時，身體一切正常。我們真的非常感謝倪海廈老師！希望他老人家的在天之靈能夠感受到我們對他的感恩之情！

我在網路上跟著倪海廈老師系統地學習了黃帝內經，神農本草經，傷寒論，金匱和針灸大全，筆記作了幾大本。在學習的同時，我還繼續地購買並嘗試各種草藥，希望能緩解我先生高血壓的症狀，他被高血壓困擾多年，作為大車司機，1-2年做一次醫療體檢，血壓必須在90/140之內，才能繼續保持CDL大車駕照，平時吃降壓藥，維持在95/155左右，儘管沒有任何不適症狀，可是每次體檢都是一個巨大的挑戰。有一年他在家裡停了一個多月，加大藥量並用盡各種辦法，才勉強通過。我先生在週末試用草藥，高血壓兩個月對草藥似乎沒有任何反應，他甚至失去信心。我仍然堅持反復實驗，終於在2025年6月份的一天早上他的血壓降到了87/135，這是近一年來最好的資料。我先生自從2025年6月份，就停用了所有西藥，至今年一切尚好，血壓還會高高低低，大部分時間還屬正常。

學習倪海廈老師中草藥的初衷，是使自己能健康的生活，現在看到草藥的神奇作用，我願意和相信經方及草藥並且自身有需求的人們一起努力，體會草藥的奧妙。如有需要，請email我herbshelping@gmail.com。謝謝！Zhao

鑑於中美之間的關稅和貿易戰，美國政府是否會以國家安全為藉口，像珍珠港事件後，日裔美國人一樣，將所有在美華人，進集中營？

特朗普清除聯邦部門官員，尋求他們對他，而非憲法的忠誠。並關閉許多美國國際組織和項目，以推進他的「讓美國再次偉大」的計劃。不從事虧損業務！取消教育部，再加上H1B簽證高額押金，將使美國在高科技創新，落後其他國家，無異自取滅亡。

在7月3日，他到訪總統山，瞻仰四位美國總統，高60英尺，花崗岩，石雕頭像。分別代表美國歷史上，關鍵時期：華盛頓建國，傑佛遜擴國，羅斯福興國，林肯內戰，維護聯邦和國。他會渴望成為第五個，留名千古，遺臭萬年?美國250年與中國五千年的悠久歷史，孔子說君子三戒：少戒色、壯戒鬥、老戒得。如今，尋求交易商，特朗普訪華，乞求習近平，平息戰爭之火。他在7月4日的演講中，聲稱共產主義，對憲法、自由和民主，構成巨大威脅？他為何乞求中共領導，習近平在國內外幫助他？他以犧牲全體美國人的利益為代價，中飽私囊，鞏固自己家族王朝，這與林肯的名言民有、民治、民享，截然相反，僅限1%的富豪。

回顧美國的獨立精神和價值觀，究竟是誰背棄這些核心價值？約翰·昆西在一演講中說：“同胞們，你們的盟約之母是《獨立宣言》，你們所有的福祉，都堅持宣言原則，而你們所有的弊端，將背離這些原則。”他是民主選舉，產生害群之馬，預言家？早已預警！

前幾天，特朗普指責中國干預，美國選舉制度，儘管安全部門和媒體指出，根本沒有任何證據。他是否睜著眼睛，對你說謊？世上有誰，到處推翻民選官員，扶植親美傀儡政權？如1945年的伊朗，導致79年的伊朗人質危機。他為石油界利益，掠奪了委內瑞拉和伊朗的石油儲備。但世界正在向零排放的電動車邁進。究竟誰在引領世界？民有、民治、民享的政府，是為他，1%的石油菁英準備?未來幾年，世人擔憂，他如何處理盟友關係，以及國內，水深火熱，民眾生活。他會放棄世界領導地位，破壞聯合國既有、規章制度約束的秩序？誰會在未經，聯合國安理會批准下，發動非出自自衛，先發制人？會贏得諾貝爾和平獎？還是會為解決經濟問題，而發動第三次世界大戰？成為下一個羅斯福？美國動用其軍事力量，陷入一場，曠日持久，伊朗戰爭？政客們是否從越南和阿富汗戰爭中，吸取慘痛教訓？美國是否需要一場，新的7月4日，獨立革命，推翻新王朝皇帝，迎接新美國的曙光？或期待大美利堅帝國，被戰爭掩埋，歷史終結淪亡？

龍華

DRAGON TRADING COMPANY

聖路易市最大規模華人經營專門店

dragontrading@sbcglobal.net

★Electric Led Sign

幫你省人力資源！

★有單刀和雙刀切肉機以及

★其他的各種餐具，應有盡有

★50,000平方呎廠房門市部

★建在五畝地內

Hours:
Mon–Fri
9am–5pm
Sat
9am–3pm

1601 Woodson Road, St. Louis, MO 63114(Between Page & Olive, near I-170)
Tel: 314-995-9999 Fax:314-995-9848

聖路易新聞

我們用心為您編織綿密的生意網

電話：314-991-3747
傳真：314-991-2554
E-mail: ad-slcj@slcjmail.com
網址：www.StLouisChineseJournal.com

聖路易新聞