

# 最新推拿课心得体会(优质9篇)

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

## 推拿课心得体会篇一

第一段：介绍推拿的概念和重要性（200字）

推拿是一种古老的中医疗法，通过手法按摩和执行特定的操作以治疗身体的疾病和不适。它是中医五种疗法之一，被广泛应用于中医临床实践中。推拿具有多种好处，包括促进血液循环、消除疲劳、缓解肌肉紧张等。作为一名对中医充满兴趣的人，我决定学习推拿，并在读书的过程中收获了很多心得体会。

第二段：学习推拿的过程与感受（250字）

学习推拿并不容易，需要系统学习解剖学、中医理论以及推拿技巧。在学习过程中，我深刻意识到推拿需要高度的专业知识和敏锐的触觉。除了理论学习，实践也是很重要的一部分，我曾在课上学习并实践了按摩手法。当我开始实践时，我意识到自己在触摸和感受中缺乏经验和技巧。然而，随着实践的不断进行，我的手法逐渐改善，我开始更好地理解按摩对身体的影响。学习推拿的过程是一次很好的成长过程，让我意识到身体的奇妙和人体的复杂性。

第三段：推拿的好处与应用（250字）

推拿有很多好处，包括促进血液循环、放松肌肉和缓解压力等。这些好处使推拿在临床实践中得到广泛应用。推拿可以

帮助治疗各种疾病，如颈椎病、腰肌劳损、关节炎等。此外，推拿还可以用来预防疾病和促进身体健康。通过推拿，人们可以改善睡眠质量、增强免疫力，甚至改善消化系统功能。这些应用使我对推拿的价值有了更深刻的认识，并激发了我在未来希望将推拿运用于个人保健和促进健康的愿望。

#### 第四段：推拿给予我的思考与启示（250字）

学习推拿使我对身体和健康有了更深刻的理解，并让我重新审视了自己的生活方式。在现代社会，人们经常被压力和快节奏的生活所困扰，很容易忽视自己的身体和健康。推拿让我认识到个人健康是一种全面的概念，与饮食、运动、心理健康等因素密切相关。推拿不仅是疾病治疗的手段，更是一种生活方式的体现。我决心通过改变自己的生活习惯，更好地照顾自己的身体和健康。

#### 第五段：对学习推拿的展望与总结（250字）

学习推拿是一次有益的经历，我在这个过程中收获了很多。我希望将来能够继续学习推拿，并将其运用到我未来的职业生涯和个人生活中。通过推拿，我相信我能对人体的奥秘有更深入的了解，并能够帮助更多的人改善他们的身体和健康。推拿的力量是巨大的，我相信在未来的发展中它会变得越来越重要。通过学习和实践推拿，我希望能够对这种技术和艺术有更深入的理解，并为推拿的发展做出自己的贡献。

总结：推拿是一门古老而有价值的学问，通过学习推拿，我不仅仅是学到了一门疗法，更重要的是认识到了个人身体和健康的重要性。推拿为我打开了一扇通往人体奥秘的大门，我相信通过持续学习和实践，我将能够更好地理解和运用推拿技术，为他人的健康做出更多的贡献。

## 推拿课心得体会篇二

在没学过推拿手法之前，我认为推拿就是按摩，是一种服务，是在人们腰酸腿痛的时候按按就舒服一下子。但在学了以后我对推拿产生了一种由衷的敬佩心，尽管我的推拿手法学得很差，还经常被老师骂，推拿老师这样说过我“所有的错误示范都在你身上体现过了”。没错推拿的确算一种服务，却更是一种保健治疗手法。

我翻过很多课外书，对推拿的定义都大致相同，但是我觉得最完整、完善的是这样定义的：中医推拿，是以中医的脏腑、经络学说为理论基础，并结合西医的解剖和病理诊断，而用手法作用于人体体表的特定部位以调节机体生理、病理状况，达到理疗目的的方法。在我看来这个定义比课本上的定义更加完整。从性质上来说，它是一种物理的治疗方法。从按摩的治疗上，可分为保健按摩、运动按摩和医疗按摩。而推拿的手法分为按法、摩法、推法、拿法、揉法、擦法、点法、击法、搓法、捻法、抖法，滚法等。每种手法都可以用来保健和治疗疾病，各种手法各有各的保健作用，有些可以单独使用，有些可以结合使用。推拿手法还可以治疗许多的疾病如，肩关节周围炎，落枕，椎间盘突出等一些常见疾病。

用。滚法具有缓解肌肉痉挛，消除疲劳等作用。当然还有成人推拿手法的基本要求，因为这是推拿老师强调的重中之重。手法的基本要求是持久，有力，均匀，柔和。其实我觉得要做到这几点非常难，需要很多时间训练手的力度以及耐力。有时候经常看见针灸推拿专业的同学在练习功法，就觉得非常的佩服。

能够治疗疾病和保健，这就是推拿的魅力，推拿这门课程的课时不多，但并不影响我对它的喜爱。因为我觉得每天有个健康的身体，这一天都会特别开心和轻松，虽说推拿不能完全的将每个疾病治疗彻底，但它的确也尽到了自己能够实现的疗效。

## 推拿课心得体会篇三

随着社会竞争的日益激烈，人们的生活节奏也变得更加快速和紧凑，在长期的劳累中，人们才发现身体健康的得要性，因此，推拿在当今的社会中，广泛受到人们的青睐。推拿是什么呢？推拿就是运用一些特定的手法作用于人体表面的部位或穴位，运动人的肢体，改变和调节机体病理和生理状况，进行防治疾病的一种疗法。

推拿之所以被人们青睐，是因为推拿按摩操作方便，不需要很多的时间，并且经济安全，不需要大笔的医药费，且不会产生药物的副作用，而且推拿对一些疾病还有显著的疗效，省去了吃药打针的麻烦。除此之外，推拿的保健作用更提升了它在人们头脑中的印象分，这也是我选择这一学科的一个原因之一吧。

直至今日，推拿学的存在历史已经很长了，我国现存最早的医书中，就有关于保健按摩及推拿治疗的记载，沿续至今，在当代医学不断的研究发展中，出现了众多的操作方法，得到了创新和更有针对性的突破，特别是对一些疾病：内分泌失调、精神紧张、高血压、脾气不和、糖尿病、头痛失眠、腰酸背痛四肢风湿、体弱多病具有很好的疗效。在保健功能上，推拿能促进血液循环、肌肉活络、醒脑安神、舒肝顺气、还能高免疫力、健体增寿，能达到养生地。

通过学习，我知道了人体中有14条经脉，它内属于脏腑外络与沟通，是运行气血的通路，有运行气血、濡养全身、抗御外邪、保卫机体的作用。在临床上能说明病理变化，指导辩证归经指导疗效及判断疾病预后。针灸治病，是要针灸在一定穴位上的，这些施术点，是指人体体表部位，人体俯气血输注，它大体分为经穴、经外穴和阿是穴腧穴，有近治和远治的作用，当针刺某些腧穴，对机体的不同状态可起双重良性，另外，有些腧穴还具有相对特殊性的作用。

腧穴的位置不像阿是穴那样好确定，找对压痛点就找到了它的位置，是很难确定精确的位置，医学上运用人体体表解剖标志定位法（如神门穴的定位，它在手腕部，腕侧横纹尺侧端，尺侧腕屈肌腱的桡侧凹陷处）、骨度折量定位法，（如劳宫穴，定位于在手掌第二、三掌骨之间，偏于第三掌骨，握拳屈指时中指指尖处）、及指寸定位法（如天枢穴的定位，在腹中部，距脐中两寸，人的大拇指宽为一寸）拟取腧穴。每一个穴位都会有一个主治功能，如劳宫穴，主治中暑、中风昏迷、口臭等症状。腧穴又分为手太阳肺经、手少阴经、足太阳经、手少阴三焦经、足少阴胆经等等。

推拿的手法是以手或肢体的其他部位，采用各种特定的技巧动作，按照一定的技术要求施加于患者的身体，从而实现其防病目地。要求术者手法要持久、有力，用力柔和并且均匀，因部位的不同可选择不同的肢体部位选择不同的手法，如颈部可选择小鱼际揉法、拿法挤法等，肌肉丰满处可用臂滚、掌根揉、肘推等。

推拿虽好，但也不能滥用，对于一些特殊情况是不能用推拿的或者说是推拿是无效的，共有9种禁忌情情况。

- 1、某些感染性疾病，如丹毒、骨髓炎、化脓性关节炎；
- 2、各种出血症，如便血、尿血等；
- 3、烫伤或溃疡性皮炎或皮疹的局部；
- 4、某些急性的传染病，如肝炎、肺结核等；
- 5、结核病、肿瘤及脓毒血症；
- 6、外伤出血，骨折早期，处截瘫初期；
- 7、孕妇的腰骶部、臀部和腹部等禁用推拿。妇女月经期不宜

用推拿或慎用；

9、严重的心脏病或病情严重者禁用。

通过学习推拿这门课程，我学会了一些日常保健和小毛病的解决办法，能运用一些手法去缓解疲劳。生活，学习让人忙碌，更应该去保护自己的身体，保护自己就是保护好自己的革命本钱，运用学会的知识，爱护身体吧。

## 推拿课心得体会篇四

第一段：引入推拿课的背景和意义（150字）

推拿作为一种传统中医疗法，有着悠久的历史。近年来，随着人们对健康生活的追求，推拿课逐渐成为大学生生活中受欢迎的选修课程之一。作为一名大学生，我也选择了这门课程，并从中获得了诸多益处。本文旨在分享我在推拿课上的心得体会，希望能够激发更多人对于推拿的兴趣和认识。

第二段：对推拿课的全面介绍（250字）

在推拿课上，我们学习了推拿的基本理论和技巧，同时也进行了实践训练。课程上，老师向我们介绍了推拿的起源和原理，解释了通过调整身体走向来改善身体健康的效果。我们学习了按摩各种穴位的方法和步骤，以及一些常见疾病的推拿疗法。在实践环节中，我们分组进行实际操作，互相触摸穴位，并借此感受到了推拿的奇妙效果。

第三段：推拿课对我的好处（300字）

学习推拿不仅仅是为了未来能够行医，更是为了个人的身心健康。通过学习推拿，我深刻体会到了它对身体的积极影响。推拿能够促进血液循环，舒缓肌肉压力，缓解疲劳。在繁忙的学习生活中，我经常感到肩颈酸痛和疲惫不堪，而通过推

拿课的学习，我能够自己解决这些问题，使整个身体得到放松和舒适。此外，推拿还能够促进睡眠、提高免疫力，对于改善心理健康也具有积极作用。

#### 第四段：推拿课的技巧运用（250字）

学习推拿的过程中，我不仅仅掌握了一些按摩的方法，还学会了如何正确运用推拿技巧。推拿的技巧包括使用手指的力度与穴位的深浅、按摩的速度、揉捻的方式等。通过练习和观察老师的示范，我逐渐掌握了这些技巧，并能够结合不同的病症综合运用。这些技巧使我能够更好地为自己和他人提供按摩服务，同时也深化了我对推拿的理解。

#### 第五段：未来对推拿的展望和总结（250字）

推拿的学习是一个不断探索的过程，我深感学习推拿的门道很多。在未来，我希望能够更深入地研究推拿的理论和技術，不仅仅将其作为一种兴趣爱好，更要努力成为一名优秀的推拿师。我相信通过不断学习和实践，我可以为更多的人带来健康和舒适。推拿课的学习给了我这样一个机会，让我有机会了解传统中医疗法的智慧和奥秘。无论是对个人健康还是对促进中医文化传承，我都将继续努力。

## 推拿课心得体会篇五

推拿作为一种古老而有效的治疗方法，凭借其独特的技巧和理论赢得了人们的信赖和青睐。作为一名对推拿感兴趣的人，我在阅读相关的书籍和文章后，深入了解了其原理和技巧，并从中获得了许多心得体会。在这篇文章中，我将分享我对推拿的理解和感悟。

首先，推拿对于身体健康有着重要的影响。通过推拿的按摩手法，可以有效地刺激人体经络和穴位，疏通气血，促进血液循环和能量流动，从而增强身体的免疫力和抵抗力。我不

仅亲身体会了推拿的舒适和放松效果，还看到了许多人通过推拿治疗改善了身体不适和疾病。这使我更加坚定了对推拿的信心，并激发了我深入学习和实践推拿的愿望。

其次，推拿需要一定的技巧和经验。推拿并不仅仅是简单地按摩，它更侧重于按摩的手法 and 力度。适当的力度和手法可以帮助达到最佳治疗效果，并避免对人体造成不适。我在读完一些推拿相关的书籍和文章后，开始了自己的小实验。通过按摩头部和肩部的特定穴位，我发现在正确的手法下，身体会迅速感到舒适和轻松。这使我更加认识到推拿的技巧是至关重要的，而这些技巧需要通过不断的学习和实践才能掌握。

此外，推拿也需要正确的理论支持。作为一种中医疗法，推拿有着完整的理论体系和原则。通过了解相关的理论知识，我更加明白了推拿背后的深层原理。例如，推拿通过按摩特定穴位可以改善人体的气血循环，这与中医的观点相符。此外，推拿还可以通过调节和平衡人体的阴阳五行来达到治疗的效果。这些理论支持使我对推拿有了更加系统和科学的认识，也使我能够更好地理解和应用推拿。

然而，推拿并非适合所有人。尽管推拿具有许多优点和疗效，但并不是每个人都适合接受推拿治疗。例如，对于某些特殊病症和情况，推拿可能并不适用或需要特殊的技巧和方法。此外，个人身体状况和体质的差异也需要考虑。因此，作为一名推拿爱好者，我明白了推拿的使用范围和适应症，并将在实践中谨慎对待。

综上所述，通过阅读和实践，我对推拿有了更深入的理解和体会。我认识到推拿对身体健康的重要性，以及其技巧和理论的关键作用。然而，我也认识到推拿并非适合所有人。通过持续学习和实践，我希望能够进一步发展我的推拿技巧，并将其运用到实际的治疗中。最重要的是，我期待着通过推拿帮助更多的人获得身体和心灵的舒适和健康。



## 推拿课心得体会篇六

今年寒假我第一次参加了大学生社会实践活动。不同于中学时代的社会实践，我们到了大学，学习的知识具有了专业性，所以此次的实践活动也更具实践针对性和专业可行性。已过而立之年的我，再回家乡。曾经使我魂牵梦绕的小河再也找不到了。映入眼帘的只是一条被上游铁矿严重污染的水沟，浑浊的河水里没有一只鱼虾，昔日美丽的河堤上也只是光秃秃的一片，没有生机。

这次，我把实践地点选定在湖北省荆门市石化医院，我秉持着接触临床，增长见识；提供服务，奉献爱心；培养能力，锻炼自我；宣扬医学，服务百姓的宗旨，充分利用了实践的一周时间，走进医院，为病人提供了具有本校专业特色的相关帮助及服务，让病人及家属更好的亲身感受护理人员的魅力，身宣传单来与医了解医护人员的生活和工作特点及病人的生活和想法。

我这次的实践内容一共分为五大部分。

一、熟悉医院环境，了解工作流程。我第一天独自一个人熟悉了整个医院的环境，以便于以后几天实践活动的顺利进行。同时我认真听取了医院里老医生的介绍，熟悉了医院各部门的职责和分部间的工作联系，了解其之间的相关配合及工作流程。在熟悉医院基本情况的基础上，我便按计划开始了我的工作。在熟悉医院的过程中，我发现虽然每个部门的工作性质都有一些差别，但是只有各部门各司其职并且合理配合才能使医院正常运转为患者服务，一旦哪个环节出了差错都会影响工作的效率和质量。所以，以后我到了工作中就必须认真对待本职工作并学会和其他人密切配合。

二、与患者沟通，了解其心理状况并作相应的心理疏导。我们每天都和患者进行谈心，感受他们患病后的心理状态和对医疗工作的感想，运用我们掌握的心理疏导的知识及技巧为

他们做简单的心理疏导。为医患间筑起了沟通桥梁，院方也表示了对我们工作的肯定和赞赏。通过沟通，我们了解到大部分医患问题根结都在于双方不能互相理解和体谅。患者及家属对医生的工作生活不了解，所以容易产生对医务工作者的各种误会。同时，医务工作者也没能很好的及时与患者沟通，没能去设身处地的为患者考虑，所以使矛盾产生。

三、积极与医护人员沟通，悉心听取学习。我们不仅向身边的医护人员请教专业的医学知识和宝贵的工作经验，还向他们咨询他们的工作生活状况及他们对他们现在工作的看法以及关于医学实习生的不足之处和对我们的期望。我们了解到医学工作的严谨和辛苦，我们的工作关乎生命，所以我们要一丝不苟，也正因为这一特性，我们的工作就格外辛苦和劳累。可即使如此，我们依旧会学好练好，不畏辛苦，为患者服务。

四、运用掌握的知识技能，协助治疗工作。我们在老师的允许下，定期对患者进行测血压量体温等检查，并听取老师对病人病情的分析。不仅增强了我们的知识，更锻炼了我们的实际操作技能，弥补了在校学生只可“纸上谈兵”的不足之处。

五、宣扬医学养生之道。在现代社会，尽管国家开始逐步重视我们的医学养身，可百姓对此并没有一个很好的熟悉度。所以我们通过发放前期准备好的医学养身宣传单来介绍一些简单的医学知识和有关冬季易患病的注意事项和防治方法。这一宣传活动得到了大家目的。要瞪大眼睛往“实”处照、往“深”处照、往“小”处照，这样才能纤毫毕现、照出问题，才能修身正己、警钟长鸣。

“正衣冠”才能改正谬误、行止有度。“照镜子”的目的正是为了正衣冠，勇于改正自己的缺点和不足，从自己做起，要始终做到自重、自省、自警、自律，让自己“五官端正”，养成一身正气。

“洗洗澡”才能去污除菌、心地清静。多给自己的身体和思想“洗洗澡”，去除一下附着于身体上、思想上、作风上的不实之“泥”，浮夸之“泥”，教条之“泥”，形式之“泥”，腐败之“泥”，增强宗旨意识，坚定理想信念，干干净净做事，清清白白做人。

“治治病”才能医去毒瘤、轻装前行。身体生病了，要吃药打针，思想和作风生病了，更要抓紧根治。现在，有不少人得了“享乐病”、“特权病”和“腐败病”。这些病，轻则害人害己，重则误党误国，一定要有病早治，无病预防，防微杜渐。千万不要受私心杂念摆布，执迷不悟，讳疾忌医，小病变成大病，小错积成大错，由“疾在腠理”发展至“病入膏肓”，最终无可救药，悔之晚矣。

当前医院的发展正处于转型关键时期，院领导审时度势，根据我院的实际情况制定了发展方向，制定了“五年三步走”的发展规划，全院职工从最初的疑惑到现在的积极向上、奋力拼搏，体现了职工的思想发生了根本变化。现在我院正在积极准备二甲医院复审，无论是硬件设施方面，还是人力资源方面，与二甲医院标准还有很大的差距，而在人力方面，如果每个人都能做到“照镜子、正衣冠、洗洗澡、治治病”，相信对医院的工作效率以及个人的专业水平都会有很大的帮助，同时也会极大地减少“二甲”迎评工作的压力，“二甲”复审对我院来说既是一次挑战，也是一次巨大的机遇，通过“二甲”复审我们可以优化医院硬件设施和人员分布，提高医疗水平和工作效率，扩大医院医疗范围，加强院内科室之间的联系，以此为契机可以使我院登上一个新台阶，从而扩大医院的社会效益和经济效益。我相信，在院领导的正确领导下我们必将能化挑战为机遇，给医院带来新的气息和风尚。而我也通过此次党的群众路线教育实践活动牢固树立了“一切以病人为中心”的服务意识，通过提升自身的政治思想觉悟和业务素质提高服务患者的本领，时刻做到“照镜子、正衣冠、洗洗澡、治治病”，认真履行好岗位职责，与大家共同努力推动医院发展。

## 推拿课心得体会篇七

推拿作为一门古老而神奇的疗法，被广大人民群众所喜爱。然而，在我进入大学之前，我对推拿只是听说过，并没有真正了解或学习过。直到最近，我有幸选修了一门推拿课，才真正深入接触到这门古老的艺术。在学习过程中，我不仅获得了专业知识，还受益匪浅。

### 第二段：开展课程

在推拿课中，我们先从理论基础开始学习。我们学习了人体的经络系统、穴位分布以及各种推拿手法的原理和应用。通过理论课的学习，我逐渐了解到推拿并不是简单的按摩，而是一门严谨的学问。然后，我们开始进入实践环节，学习了基本的推拿技巧和手法，并进行了实践操作。通过实践，我逐渐掌握了推拿的手法和技巧，并在实践中提升了我的实际操作能力。

### 第三段：心理体验

在学习推拿的过程中，我体会到了身心的放松和愉悦。当我用手指按压、揉捏和击打穴位时，经络得到了刺激，身体的疲劳和紧张感逐渐减轻。同时，我在学习和实践中也体验到了推拿带来的健康益处。推拿能够增强人体的免疫力，改善血液循环和气血流动，从而提升身体的健康水平。这些体验让我更加深信推拿的疗效和价值。

### 第四段：人际关系

在推拿课上，我结识了很多志同道合的同学和患者。我们一起学习交流，分享经验，共同努力进步。通过相互帮助和互动，我不仅学到了推拿技术，还获得了宝贵的人际关系。这些人际关系不仅对我的推拿学习有着积极的影响，也为我日后的职业发展打下了良好的基础。

## 第五段：展望未来

通过学习推拿课，我深刻体会到了推拿的魅力和益处。未来，我希望能够继续深入学习推拿知识，掌握更高级的技巧和方法，为更多的人提供健康的服务。同时，我也希望能够将推拿与其他领域的知识相结合，提供更多综合性的治疗方案。我相信，通过不断努力和学习的，我会成为一名出色的推拿师，并为社会健康事业做出自己的贡献。

## 总结：

通过学习推拿课，我不仅掌握了推拿的技术，还体验到了身心的放松和愉悦，结交了志同道合的朋友，并对未来有了更明确的目标和规划。推拿课程让我对推拿有了更深入的了解，也激发了我对推拿事业发展的激情。我相信，只要不断学习和努力，我能够成为一名出色的推拿师，为更多的人带来健康和快乐。

## 推拿课心得体会篇八

推拿作为中医理疗的一种重要方式，具有悠久的历史 and 独特的疗效。在我选择专业课程时，我充满了期待地选择了推拿课程。在过去的一学期里，我参加了一系列的推拿课程，并在学习和实践中获得了很多宝贵的经验和体会。

### 第二段：学习推拿的重要性

推拿作为一种传统的中医疗法，有助于调理和改善人体的气血运行，提升免疫力和自愈能力。通过学习推拿，我深刻体会到了中医的独特魅力和深厚底蕴。我们在课程中学习了推拿的各种手法和技巧，并通过实践应用到现实生活中，可以帮助他人改善身体不适或病症。

### 第三段：推拿课程的收获

除了学习到了推拿的基本手法和技巧，推拿课程还带给我更多更深层次的体验和心得。首先，推拿课程培养了我对人体结构和穴位的敏感度，通过定位和按摩相应的穴位，可以缓解身体不适和疼痛。其次，推拿课程还教会了我入定和精准的按摩力度，通过合理的运用力量，可以提高按摩的效果和效率。最后，推拿课程还提供了机会去了解人体的能量流动和气血平衡的重要性，让我更加深刻理解中医的整体观念。

#### 第四段：推拿课程的应用

推拿课程的学习并不仅仅停留在理论和技巧的层面上，它也要求我们将所学用于实践中。在课程中，我们接触到了很多实际案例，学习如何根据不同病症和状况来选择合适的推拿手法。通过与同学们的互动和模拟实践，我逐渐掌握了如何辨识问题，并针对性地进行推拿治疗的能力。我还有幸实习于一家推拿店，通过与真实的患者接触，我更加深入了解了推拿在实际中的应用和效果。

#### 第五段：未来的发展与展望

推拿课程的学习让我充满了信心和动力，我希望能够继续深入学习和研究推拿的理论和实践，不断提升自己的技能和知识水平。我计划将来开设自己的推拿诊所，为更多的人提供健康服务。我还希望能够和其他推拿师进行合作和交流，共同推动推拿事业的发展和传承。

#### 总结：

通过推拿课程的学习和实践，我不仅学到了基本的推拿技巧和手法，还收获了更深层次的理解和体会。推拿课程让我深入了解了中医的独特魅力和理念，培养了我的应变能力和按摩技巧。我对推拿的认识和热爱更加深了，希望能够将这门传统的中医疗法发扬光大。

## 推拿课心得体会篇九

真心感谢刘校长开办的推拿学习班，可以使我受益匪浅，推拿手法非常重要，需要我这位初学者好好练习，找好感觉，以前只知道推就可以了，但不知道手法力度还分（轻重），“轻者气，重者血”，而且张席珍小儿推拿要诀要不断的体会和领悟。而且也了解到每个病症所对应的推拿思路是非常重要的，要灵活运用，也是需要了解明白每个穴位的含义。

说实在的，这三天真的跟刘校长学习推拿，觉得太值了。虽然平时在微信上公众号上看看刘校长发的信息，但是在线下讲的细致，大家面对面听和讲效果是不一样的，这次我们学员学习的真是热火朝天，谁参加谁受益，不是网上买本书就会懂的，而是结合刘校长多年的临床经验，来学习探讨更有效的。给孩子们治愈疾病和平时的保健。

那么也是了解到推拿在中国古代就已经存在，所以我们也是很有必要知晓的，中国上下五千年至今，推拿也是不断的发展到现在，上帝怜悯我们，希望这推拿手法一直传承到我们的后代，给人们带来健康。

再次感谢刘校长的付出，福杯满溢！