

亚马逊
网络书店
读者评价
★★★★★



美国知名畅销书作者、多家报刊专栏作家、理学博士、医学博士——迈克尔·W.福克斯博士最新力作

编著：迈克尔·W.福克斯 译者：陈婧怡

翻译统筹：英硕文化

爱抚你的猫

The Healing Touch for Cats

——为爱猫量身定做按摩流程

图文并茂,为您介绍一套行之
有效的宠物按摩法

“宠物主人们千万不可错过的实用好技术！”

——美国权威杂志《Booklist》大力推荐

APERTIME
时代出版

时代出版传媒股份有限公司
安徽科学技术出版社

爱抚你的猫

——为爱猫量身定做按摩流程

编著 迈克尔·W.福克斯

译者 陈婧怡 许蔚起

翻译统筹 英硕文化



时代出版传媒股份有限公司
安徽科学技术出版社

[皖] 版贸登记号:1209634

图书在版编目(CIP)数据

爱抚你的猫:为爱猫量身定做按摩流程/(美)福克斯
编著;陈婧怡,许蔚起译. —合肥:安徽科学技术出版
社,2009.7

ISBN 978-7-5337-4465-6

I. 爱… II. ①福…②陈…③许… III. 猫病-按
摩疗法 IV. S858.293

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 109566 号

THE HEALING TOUCH FOR CATS by MICHAEL W. FOX

Copyright:©2004 BY DR. MICHAEL W. FOX

This edition arranged with NEWMARKET PRESS

through BIG APPLE TUTTLE-MORI AGENCY, LABUAN, MALAYSIA.

Simplified Chinese edition copyright:

2009 Anhui Science and Technology Publishing House

All rights reserved.

爱抚你的猫——为爱猫量身定做按摩流程

(美)迈克尔·W.福克斯 编著 陈婧怡 许蔚起 译

出版人:黄和平

责任编辑:黄 轩

封面设计:王 艳

出版发行:安徽科学技术出版社(合肥市政务文化新区圣泉路 1118 号
出版传媒广场,邮编:230071)

电 话:(0551)3533330

网 址:www.ahstp.net

E-mail:yougoubu@sina.com

经 销:新华书店

排 版:安徽事达科技贸易有限公司

印 刷:安徽新华印刷股份有限公司

开 本:880×1230 1/32

印 张:5

字 数:92 千

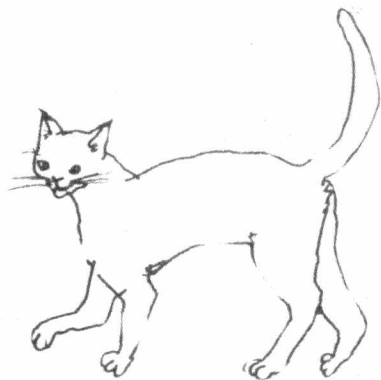
版 次:2009 年 7 月第 1 版 2009 年 7 月第 1 次印刷

印 数:4 000

定 价:15.00 元

(本书如有印装质量问题,影响阅读,请向本社市场营销部调换)

前 言



20多年前,本书首次付梓出版,此后,我看见许多人因为这本书而与动物更加亲近,并给予动物朋友们更多的关爱、更贴心的照顾。

我们和动物的身体接触往往在无意识中进行,而动物会主动索要爱抚,并表现出和我们一样的欢愉。但如果我们能下意识地抚摸它们身体的某一部位,同时将能量传递给它们,这就是我们所说的触摸疗法了。

单纯的爱抚能拉近我们和动物的距离,触摸疗法却有更神奇的效果。许多读者的来信证实了我的观点。接受按摩疗法之后,腼腆的动物将变得更加信任他人;多动而“神经质”的动物会变得安静;年老体弱的动物即便没有重新焕发生机,也将找回安全与舒适的感觉。由于按摩疗法具有诊断与治疗的双重功效,许多主人还因此学会了识别动物一些疾病的早期症状。





不过，正如我在书中强调的那样，按摩疗法并非灵丹妙药，它是一种附属的治疗形式，是整体疗法的一方面。与其他疗法相比，整体疗法不再单纯依赖抗生素、类固醇等潜在的危害药物，而是通过改变食谱等方式来进行治疗。很多实施整体疗法的动物医生都发现，这本书对他们的治疗工作大有裨益，他们也乐意把它当做收效颇丰的东西推荐给宠物的主人。一些给人类按摩的医疗师和学校也将这本书当做教材，帮助客户和学生将基本的按摩技术应用到动物朋友身上。

不管你是否读过本书或是否按书中所说的去做过，只要你对触摸疗法有自己的心得，都请你和大家一起分享。当然，摆在我们面前的还有一个顽固的文化禁忌——对触摸他人（甚至是动物）的避讳。还有那些沉醉于现代高科技“机械论医学”的人们，那些对于一切与灵性和其他高级能力相关的事物都心存怀疑的人，都免不了对这种古老的疗法抱有偏见。要实现一切有感知生命的真正融合，这种恐惧感正是我们最终需要战胜的。我们的文化发展至今，已和自然界渐行渐远。一起疏远的，还有我们自身的天然感知能力和潜在能量。如果我们能够重新发掘触摸疗法的价值，用它来给人类或动物按摩，我们就朝回归自然的方向迈进了一大步，因为融合的真谛就是健康的生命。触摸疗法是一种成本低（时常不需成本）、安全可靠的疗法，它与传统疗法形成互补，人人都可以学会它、应用它，享受给予和接受这一美好的过程。

迈克尔·W.福克斯 于华盛顿

简介



首次被宠物按摩的“奇效”所征服,是在1970年。当时我正在研究狼的习性,一只实验狼染上了犬瘟热脑炎病毒,那是一种很严重的脑部炎症。我试了所有的常规疗法,那只狼还是病恹恹的毫无反应。以前治疗同种病症的狗时,做法很消极,大学里教授往往教我们让这样的动物无痛死亡。但那时不知为何,我却不肯放弃。一半是绝望,一半是强烈的预感,凭借着以前给人类按摩的成功经验,我决定给这只病狼实施按摩疗法。

一开始我自然小心翼翼,轻轻地按摩,试探它的反应。我抚摸着它,在它耳旁柔声细语,它看起来也颇为享受。我先是抚摸它头颈周围较紧绷、容易痉挛的肌肉,它也积极地回应,慢慢放松、入睡。可是它的身体却越来越虚弱,痉挛也扩散开





去,颤动迅速传遍四肢。于是我便按摩它的四肢,在它的脊骨上进行深度按摩。它好像由此获得了能量,放松下来。接下来的五天五夜,我每隔2~3小时就给它按摩15分钟左右,当这些辛苦终于换来它的康复时,一种幸福的满足感油然而生!

然而它的后腿还患有局部麻痹,情况又变得复杂起来。要是它想喝水,或是要站起来大小便,它会摇头晃脑给我不同的示意。一连几天,都是我亲自给它清理膀胱。不过,经过几天连续的定期按摩(尤其是后腿和背部)之后,它重新找回了控制力,肌肉也恢复了弹性,虽然后腿有些部位仍然乏力,但这并不影响它整体的恢复。

按摩的结果令人满意。我只是给它注射了葡萄糖和苯巴比妥来防止病情突然发作,没有采用其他任何治疗手段辅助,它便完全康复了。从鬼门关逃出来没几个月,它便产了一窝活蹦乱跳的幼崽,之后又健健康康地活了8年。

从这以后,我又成功地在很多动物身上进行了按摩治疗,有猫、有狗,情况也各有不同:有全身乏力的、处于恢复期的、年老体弱的,也有患某种具体病症的,如关节炎、肌肉扭伤或处在外科手术或断肢的康复期等。通过这些病例,我慢慢积累经验,体会也越来越深,加之了解了许多科学的医疗理论,我开始相信,按摩是宠物整体健康管理中至关重要的一个步骤,是宠物治疗的又一全新领域。

看到这里,相信你对“整体”这个词早就不陌生了吧。而对于遍地开花的整体健康运动,估计你也已耳熟能详。那么,所谓的整体护理,究竟是指什么呢?

其实“Holistic(整体)”这个词起源于希腊语中的“holos”,听起来很像英语中的同义词“whole(全部)”,理解起来也不难。整体医疗是将整个身体(包括生理和心理)视为一个完整的治疗单位,而不是将各部位分开来对待。医生不再单纯地关注腿、肝、肺或其他单一的患病部位,而将其置于整个动物的躯体大环境中来考虑。也就是说,现在他们考虑的是多方面的影响因素,包括心理压力、营养摄入、运动强度、生活方式以及病毒、细菌感染、器官疾病等。

由此看来,按摩疗法在宠物整体健康护理和保养中有着举足轻重的作用,不只如此,它还可养身、治病,能拉近宠物和主人的距离。要论沟通交流,按摩带来的效果实在惊人。

在整体健康运动兴起之前,按摩在人类医疗上的应用是少之又少,在宠物界更是一片空白。这是因为,我们在这两个领域的治疗都越来越依赖于药物和机械设备。在这种治标不治本的医疗制度的影响下,医生往往不加区分地开些抗生素、类固醇等药物。不过我相信,人们很快就会意识到这种做法是错误的。药物免不了有副作用,在治疗被延长或疾病为慢性的时候,药物的副作用尤为明显。医疗界这种高度依赖药物的做





法也将长期为人诟病。

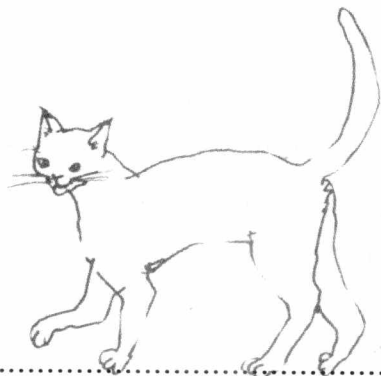
我并不反对适当地使用药物和医疗科技。在整体疗法里，它们和按摩疗法、营养疗法同等重要。但这些都不是灵丹妙药，只有那些信口雌黄的江湖庸医才敢将牛皮吹上天。

如今，我们应该将按摩和营养疗法都纳入整体预防医疗和健康保养的体系当中。许多宠物主人本身的生活方式就不健康，如大吃大喝、懒得运动、睡眠过量或不足等，他们的宠物也变得肥胖懒散、运动不足。定期的宠物按摩应该与良好的饮食和足量的运动并驾齐驱，多管齐下。我将在本书第九章里详细介绍如何为您的爱猫进行整体的健康保养。

就这样，经过多年按摩预防和按摩治疗的经验积累，我总结出了一套自己的宠物按摩系统，在这本书中同大家分享。身为一名宠物医生、动物心理学家、认证按摩师，我竭力将这些专业知识融会贯通，研究出这样一套整体疗法，这也是第一套宠物按摩系统，希望对大家有所帮助。



目 录



简 介	1
第一章 触摸疗法	1
第二章 为爱猫按摩的意义	7
第三章 按摩前的准备	17
第四章 解剖学小课堂	29
第五章 理解爱猫的身体语言	47
第六章 按摩流程	55
第七章 诊断按摩	81
第八章 治疗按摩	93
第九章 爱猫的整体健康护理	109
第十章 天然疗法	123
第十一章 再谈触摸疗法	131



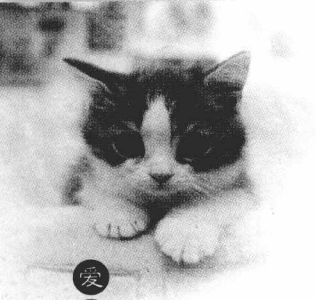


图 表 目 录

触摸的潜在效果图	21
猫的骨骼系统图	34
猫的内脏器官分布图	36
猫的身体组成	38
猫的主要肌肉分布图	49
具有诊断价值的按摩点	83
猫的主要淋巴腺分布图	90
足太阳膀胱经	103
猫科动物指压按摩护理与治疗	105



第一章 触 摸 疗 法

本书要介绍的这个适用于猫的按摩疗法，是将几种不同的按摩技术或风格综合起来，形成一个独特的体系，它们在人类身上已经得到非常广泛的研究和应用。针压疗法已有几个世纪的历史了，而极性疗法和罗芬疗法等则是在近代才发展起来的。极性疗法和针压疗法与指压疗法一样，都以人体的能量场或电流为理论基础。罗芬法则是一种深度按摩，侧重于肌肉群、结缔组织以及由于肌紧张分布失常造成的体位或骨骼失调。

具有讽刺意味的是，虽然我们在动物身上诊断出很多人类常患的疾病，也给它们使用一样的抗生素、类固醇、激素等药物，却从来没有人试过给它们进行系统、持久的按摩治疗。事实上，我们之所以能将动物用于寻找治愈人类疾病的新药研究实验中，正是因为它们也会患上和人类相似甚至一模一样的病症，如糖尿病、青光眼等。照此说来，将人类几个世纪以



来掌握的按摩技术应用到动物身上,岂不合情合理?为何至今无人想过研究一套适合我们动物朋友们的按摩方法呢?我想这大概是由于按摩这门技艺带有相当大的主观性吧。

既然动物没法同我们对话,我们要如何得知某个按摩方法对它们是利是弊呢?凡饲养过宠物一段时间的人都不难明白:一旦宠物成为家庭里的一员,它的情绪变化便很难逃过你的双眼:究竟是心满意足、欢天喜地呢,还是痛苦暴躁、郁郁寡欢,连它的负疚感、嫉妒心你也能一眼辨出。

我所饲养的猫总是可以享受到我给它们做的各种按摩(我的家人也会给这些猫按摩)。我有一只叫做山姆的猫,有一次它突然患了膀胱炎,导致尿道堵塞、尿痛、骨盆及下背部肌肉痉挛,颇为痛苦。我将按摩和一般疗法结合起来给它治病,很快它的身体便复原了。

从那以后,每次山姆在膀胱炎发作时,它就会来恳求我给它按摩,尤其是喜欢尾巴根部周围的肌肉按摩。它会爬到我的膝上,看着我,冲我喵喵地叫,然后摆出我平时给它按摩身体后部时常摆的姿势。这是巧合吗?或许是,但为什么它只在生病的时候才这么做?如果按摩并没有让它感觉变好,它为什么又来求我给它按摩?按摩每天2次,每次10~15分钟,轻柔而深深地揉弄它的身体后部,可以消除膀胱炎所致的肌肉痉挛和尿频尿痛,即便当猫的膀胱是空的时候也会出现这些症状。



有些人认定我们不该将人类的情感强加于动物身上，我把他们叫做“机械论者”，其实这样的人在学术界到处可见。不久前我便听见一位大学教授声称，所有神人同形同性论都是伪科学。他的意思是，诸如苦乐、饥饿、恐惧等是人类特有的情感，把它们加到动物身上是不可取的。有了这样先入为主的思想，他又如何能相信，舒缓的碰触或按摩疗法能为动物们带来好处呢？

另一些科学家却研究证明：人类也好，动物也罢，剥夺他们的情感支柱所带来的后果，堪比剥夺了他们饮食中某一不可或缺的营养成分。小猫、小狗或其他动物的幼崽，也如婴儿一般，一旦脱离母体或缺乏关爱的接触，哪怕温度足够、食物充足，也会日渐消瘦。

对于所有社会群居的动物，这种温柔关爱的接触对于它们的健康成长和正常发展是非常必要的。应该说，它们的神经系统需要这样的刺激，或是母亲温柔的舔爱，或是人类关爱的抚摸。就像种子的生长离不开阳光，动物们也离不开爱心带来的能量。而实现能量传递和互换的最好途径莫过于触摸了！

注意我用的是“互换”这个词。定期给你的宠物按摩很可能带来额外的好处噢！宾夕法尼亚大学的研究人员发现，冠心病患者如在家里饲养了宠物，那么他旧病复发的概率就可能大大减低。他们认为，这是由于人在抚摸宠物的时候身心自然放松，心率显著降低，真可谓是健康的良友！





我很赞同哈姆雷特的一句话,他说过:“霍拉旭,天地之间有许多事情,是你们的哲学里所没有梦想到的呢。”同样的,我认为西方机械论医学界对医疗过程的理解还远远不够。我们不妨举个例子,诺曼·卡森斯在他的经典畅销书《笑退病魔》里就给我们讲述了他奇迹般自我治愈的过程,令人信服地证明了一个积极向上的心态能够怎样帮助我们重获健康体魄。在按摩和手疗的过程中,有一种神奇的治疗能量在患者和医生之间传递,这一点已为很多患者体验,也已被很多医生证实。

有些人则质疑按摩疗法的价值。一般来说,持这种观点的人往往尚未亲身体验过它的奥妙。笔者也是在接受了各种按摩和推拿(如罗芬疗法和指压疗法)之后,才成为它的“忠诚信徒”的。西方医学界向来将对症疗法奉为典范,而对于身作为一名在这样的思想下培训成长起来的宠物医师,在没有开始触摸疗法训练之前,对种种“触摸”之类的做法心存怀疑,也情有可原。

某天下午,我正在给一位喉咙疼痛的学生推拿治疗。在给他的脖子和肩膀的几处部位推拿了一会儿之后,竟发现自己的喉咙也痛了起来。也许你会说这是臆想,而我一开始也是这么想的。谁知情况愈演愈烈,随着推拿的深入,我的喉咙疼痛也愈发严重起来!

眼前的一切实在让人难以置信,于是我将情况告诉了我的老师,孰料她一脸平静地说道:“接着做,做完了去洗洗手,再甩

甩手,把染到自己身上的东西统统甩掉,再去好好坐一会儿。”我照着她的话去做,5分钟后喉咙不痛了,学生的病情也大为好转。我把这叫做“交感共鸣”,其他的医师也有过类似遭遇。有的人甚至无须接触患者的身体,单凭强大的交感共鸣,就能“感觉”或“看见”患者的患处之所在。要让人接受按摩疗法——尤其是给动物按摩这一想法,的确需要冲破许多文化和观念上的忌讳和障碍,但只要你有勇气这么做,回报将是丰厚的。

不过,按摩疗法也并非灵丹妙药,这点还是要牢记的。宠物生病时,千万不可未经兽医诊断,便在家私自治疗。当然,若能遵循基本的按摩规则,总的说来,触摸疗法还是安全可靠的,不会带来任何副作用。

我相信触摸和按摩可以重新把我们和直觉的“躯体智慧”联系起来。躯体智慧指的是躯体的敏感度和思想意识之间的联系。而在现代文明的浪潮里,灵与肉分离、人类与动物分离、人类和大自然分离使得这种智慧几乎已无迹可循。我们必须重新认识这样的事实:我们的身体不是机器,动物的身体也不是机器。

伟大的人类学家和治疗师阿伯特·施韦策说过,一个杰出医生的职责就在于唤醒患者“体内的医生”。触摸和按摩明显具有这样激动人心的效果。我相信,触摸是人类可以彼此分享的一个最好的礼物,如果我们能将触摸疗法用到依赖我们的动物朋友身上,这个礼物还会更加美好!



