

观图治病 无师自通

观手去百病

王虹

郭连庆 编著

张立江

● 手掌诊测术

● 手掌刺激术

● 手掌按摩术

● 手掌贴放术

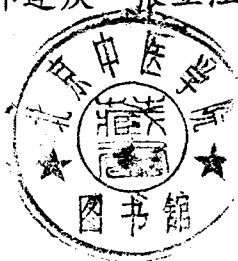
大连出版社

样 本 库

●家庭自我保健读物●

病 百 去 手 观

王 虹 郭连庆 张立江 编写



大连出版社

12/Q120
1210120

2136



4

观手去百病

王 虹 郭连庆 张立江 编写

大 连 出 版 社 出 版 辽宁省新华书店发行
大连市中山区大公街23号 沈阳市第二印刷厂印刷

字数：160千 开本：787×1092 1/32 印张：6.375

印数：1—15000

1992年5月第2版

1992年6月第1次印刷

责任编辑：徐 彬

封面设计：高国庆

责任校对：恒 田

ISBN 7-80555-384-X/R·8

登记号：（辽）第15号

定价：3.20元

荐书台

手掌尺寸小天地，神医用武大舞台。

观手去病是中国古人经过长期医疗实践而探索出来的一门技能，它听起来好像神乎其妙，做起来却可以无师自通。其要诀就在于手掌上布满了与人体器官紧密相连的经络和穴位，体内某部位若发生异常，手掌上某部位就必然会发生相应变化；而按摩手掌上不同的点、穴、区，就能改善人体相应部位的机能。

手掌观病的方法早年曾流传日本，因百试不爽而造成轰动。这里向你推荐的这本书，就是根据日本竹之内真佐夫等人提供的材料，并结合国内中医界挖掘出来的临床经验整理而成的。它让几千年传统医学孕育的一枝奇葩为当代人送来一缕健康的福音。

祛病延年，是这本书的编写宗旨，也是我们热切希望读者所要达到的目的。

有效简便，是这本书的编写原则，也就是要使读者人人能看懂，人人能照做。为此，这本书中配有五十余个观手诊病图，它们将时刻为你提供阅读和理解上的方便。

现在就请你张开自己的手掌，到书中去寻找你希望获得的东西吧！

本书向导

上篇 手掌诊测术

一、手掌诊测断百病	(1)
• 手掌是身体的温度计	(1)
• 手掌按摩可治愈体内疾病	(7)
• 刺激手掌即可拥有强健的体魄	(11)
• 手掌健康法无师自通	(12)
二、手掌诊测术	(15)
• 手掌——观察内脏的窗口	(15)
• 掌斑——血液循环的呼救	(16)
• 拇指根变细——呼吸及胃肠有异	(17)
• 小指根变细——精力减退的前兆	(18)
• 健理三针区——检测内脏机能	(20)
• 掌茧——内脏机能不良的信号	(21)
• 掌心冒汗——易患胃溃疡	(23)
• 拇指皮肤——预感呼吸受阻	(24)
• 食指——关联着胃肠机能	(25)
• 无名指——肝胆机能的标志	(26)
• 小指——可透视膀胱和心脏	(28)
• 手指呈紫色——小肠有故障	(29)
• 中食指间皮肤——神经性内脏障碍的提醒	(30)
• 中指与无名指间皮肤——判定肝脏异常	(31)

· 指压指甲——内脏自测法	(33)
· 拇指半月甲——粉红色有文章	(33)
· 食指半月甲——粉红色即异常	(34)
· 中指半月甲——从颜色看内脏	(36)
· 无名指半月甲——生理机能的平衡	(36)
· 小指半月甲——注意心脏异常	(37)
· 指甲嵌入肉——肝脏快拯救	(38)
· 指甲横皱纹——胃肠有疾损	(39)
· 指甲纵皱纹——代谢不良提醒人	(40)
· 指甲斑点——脑部血液循环的警报	(40)
三、疾病验证术	(41)
· 成人感冒——紫色的拇指丘	(41)
· 婴儿感冒——食指内侧发信号	(43)
· 便秘——食指根疼痛加剧	(43)
· 阑尾炎——中食指交接处硬化	(45)
· 肺病——断续的生命线	(46)
· 肠胃病——模糊的智慧线	(47)
· 内脏异常——注意感情线	(48)
· 胃溃疡——打手背便诊断	(49)
· 心脏病——指压手心判断灵	(50)
· 下肢及腰经痛——手背一指便可知	(50)
· 喉部发炎——观察手背中指指根	(51)
· 中耳炎——中指根紫色信号	(53)
· 高血压——自测手掌阳溪穴	(53)
· 胃炎——食指关节一点痛	(55)
· 肝胆结石——无名指验证术	(56)

- 胆疾——无名指验证术 (57)
- 生殖器官异常——小指反应敏感 (58)

中篇 手掌刺激、按摩术

四、手掌刺激术	(60)
• 刺激手掌治百病	(60)
• 胃弱	(61)
• 悸动、气喘.....	(62)
• 食欲不振	(63)
• 肩酸	(64)
• 胸闷	(65)
• 腹泻	(66)
• 失眠	(67)
• 身体倦怠	(68)
• 头痛	(69)
• 焦虑不安	(70)
• 低血压	(71)
• 发冷	(72)
• 青春痘	(73)
• 眼睛疲劳	(74)
• 牙痛	(75)
• 落枕	(76)
• 晕车	(77)
• 白发	(78)

• 老花眼	(79)
• 更年期障碍	(80)
• 腹胀	(82)
• 荨麻疹	(83)
• 痔疮	(84)
• 关节酸痛	(84)
• 肩关节炎	(85)
• 腰痛	(87)
• 肥胖	(88)
• 蓄脓症	(89)
• 慢性鼻炎	(90)
• 胃痛	(91)
• 胃溃疡	(92)
• 眩晕	(93)
• 耳鸣	(94)
• 气喘	(95)
• 肌肤老化	(96)
• 头发损伤	(96)
• 假性近视	(97)
• 贫血	(98)
• 打嗝	(99)
• 眼疾	(100)
五、手掌按摩术	(101)
• 按摩手掌消除疼痛法	(101)
• 合谷穴——手部的万能穴位	(103)
• 高血压——按摩手最有效	(107)

• 糖尿病的手掌按摩法·····	(110)
• 五十肩治疗术·····	(112)
• 血压稳定按摩术·····	(115)
• 胃肠病按摩疗法·····	(117)
• 呼吸器官的治疗术·····	(118)
• 牙痛——有效的止痛法·····	(121)
• 手脚冰冷的克敌·····	(125)
• 心脏病按摩治疗法·····	(126)
• 恼人的痔疮·····	(129)

下篇 手掌贴放术

六、神奇的手掌贴放术 ·····	(132)
• 手掌贴放术之谜·····	(132)
• 手掌贴放术惊人的效果·····	(133)
• 手掌贴放术的要点·····	(135)
• 手掌贴放术的基础——呼吸法·····	(145)
七、手掌贴放术可自测疾病 ·····	(158)
• 综合预测判定法·····	(158)
• 手掌上的反应·····	(162)
• 几个要点·····	(168)
• 自我施行的手掌术·····	(174)
八、手掌贴放治百病 ·····	(176)
• 基础知识及基本技巧·····	(176)

- 解除精神压力..... (179)
- 口臭烦恼掌上除..... (181)
- 有效的美容——改变黑斑及皮肤粗糙..... (182)
- 去掉恼人的青春痘..... (183)
- 增强男性性机能..... (184)
- 简便易行的减肥术..... (185)
- 解除阳痿——手掌见奇功..... (186)
- 手掌按摩术助你渡过更年期..... (187)
- 战胜女性疾病..... (188)
- 治疗不孕者的绝技..... (189)
- 其它常见病症..... (190)

上篇 手掌诊测术

一、手掌诊测断百病

手掌是身体的温度计

(1)手掌与内脏关系密切

“内脏一不调和，手掌会马上发出危险信号”。读者看了也许会怀疑地问：“真的吗？”然而，我国医学却可由手掌和内脏关系密切的原理中，只观察手掌，便能简单地看出体内不协调的情况。

只要有效地刺激手掌，内脏就会因受到刺激而活跃其机能，这样做后，任何人都能有一个健康的身体，精力充沛地工作，过着快乐的家庭生活。许多致力于研究医学多年的专家学者，都对于手掌强化内脏的效果赞叹不已。

手掌和健康的关系之一部分在中国称为手相，手相术是一门历史久远的算命术。所谓手相，就是根据交错于手掌内的生命线、感情线、智慧线等等的变化来预测当事者的过去、现在及未来，也就是判断“人生的始末”。

古代中国大夫都兼观手相，但并不是依看相下诊断，而是就手掌掌纹的变化来判断患病部位或病情。因为健康足以左右人的一生，长久沿袭下来，观察手相便发展成现在的算命。所以，根据手相预测人的一生的算命学的正面意义，应该是根

据手掌来诊断体内的变化，这就是中国古代医学的应用原理。

不过，即使没有具备看手相应有的知识，我们也能看到，当人们感到烦躁的时候，为了冷静一点，会无意地揉搓手掌。这是一种心理不安的反映，也是内脏受心理影响所表现出的紧张现象。而搓手、揉掌等行为则是松弛内脏，缓和紧张情绪的意识流露。

另外，观看电影或运动会出现兴奋时，总会“手心冒汗”，这也是内脏紧张的一种反映。测谎器便是运用手掌的反映原理制成的。说谎话时，每个人的内脏都会扑通扑通地跳，紧绷着心弦。面对质问时，脑部便发出“说谎”信号，神经马上紧缩，而这种紧张气氛会刺激内脏，引起连锁反映，导致手掌冒汗，于是，测谎器的指针便向上移动。

可见，手掌会真实地反应体内的各种状况。所以，中国医学在诊断身体不适的病症时，总是非常重视脚掌及手掌。

脚底有如“第二个心脏”，是人体的重要部位。手掌则跟脑部密切相关，由自律神经等各神经系统触及、控制体内各器官。而脑和心脏是维持生命的两大器官，缺一不可。想要有健康的身体，就必须使脑（手掌）跟心脏（脚底）互相联结，使脑、心脏及内脏各机能都能够发挥最大的功能。

(2)手掌能反应内脏异常

腹部疼痛时，我们会用手抚摸；胸口发闷时，也会用手按摩。大体来说，我们都是用“手”来减轻体内痛苦的。这是脑部接到由内脏传来的不协调的信息后，马上通知敏感的手，手自然会无意识地反应出来，然后抚摸患部。

因此，手的行为是一种表达症状的对应行为。

其实，在内脏异常之前，手掌就早有反应。也就是说，我们

感到腹痛、胸闷之前，种种征兆已经很明显地呈现在我们的眼前了。测谎器所利用的冒汗作用，便是这种征兆之一。另外，当我们做任何事时，手指都会突然地活动迟钝，这大都是内脏反应出的一种征兆。

由此可见，手掌能立即反应出内脏的异常，反过来说，我们也能在手掌的变化中，事先得知内脏机能的衰退。所以，手掌按摩的最大贡献就是“预知效果”。大约4年前，一位日本名医曾给一名政治家做诊断，就是应用手掌的预知效果及时挽救了他那濒临破坏的内脏。

诊断时，这位医生总是先观察手掌。那名政治家的病情实际上已经很严重了。由手掌来判断，他只剩下颈部以上勉强还可以正常运动，也就是说形同槁木死灰一样。

由他手掌的变化判断，他的内脏机能障碍即将明朗化，到时恐怕连生命都难保。

(3)手掌能唤醒内脏生机

观察这名政治家的手掌后，那位医生之所以敢判断“这个人的内脏形同槁木死灰”，是有明显根据的。

拿他的手掌和健康者的手掌做比较，可以清楚地看出差异之处。具体地说，他手掌的气色、弹性、水气都跟正常的手掌相去甚远。

首先，就手掌气色来看，正常的手掌不会过于红也不会过于苍白，而且没有斑点。这名病人的手掌与其说是红润，倒不如说是紫色，而且满手斑点。再就是从弹性来看，既不柔软也没有充满水分的弹力，用手指压手掌，掌肉向内凹，似乎弹不回来，再指压关系内脏的各穴，几乎都觉疼痛，有时甚至大声叫痛，有的地方一压皮肉便弹不回来。

另外，再针对各器官做诊断，结果都相同，已经严重到病入膏肓的地步了。

大家都知道，人体内脏必须依赖血管输送到血液中的氧气来活动，如果血液循环不良，内脏血液自然供给不足，呈现缺氧状态。

由诊断他的手掌，看出他的内脏状况已经变坏。于是，那位医生便取出针，慎重地在掌心进行治疗。

首先，针刺位于五根手指指甲际跟内脏相关的穴位，针一刺，马上溢出浓浊的黑血。这黑血很明显地透露出内脏已呈现缺氧状态，也表示病情远比想象得还严重。如果诊治再晚的话，恐怕真的是回天乏术了。

(4) 手掌可使你预知内脏变化

根据上例可以说，由观察手掌能够看出内脏变化，从而挽救了一个人的生命。为什么手掌能反应出内脏的变化呢？

请参照图 1 和图 2，这两张图是根据中医的理论以及专家学者多年治疗经验而制成的。

由图 1 和图 2 可以一目了然，我们的手掌、手背的确布满了点、穴、区，如图中所示，每一穴、点、区完全跟内脏器官有直接或间接的关系。因此，这份图表应称为“内脏看护图”。只要精通这份看护图，如果内脏有了任何异常，我们就可以从变化显示中把握病情。

以上所说的是从手掌的变化预知内脏变化的理由。不过，有关观手掌来预知疾病的方法并不仅限于此。接下来要谈的是如何由手掌预知内脏的变化。

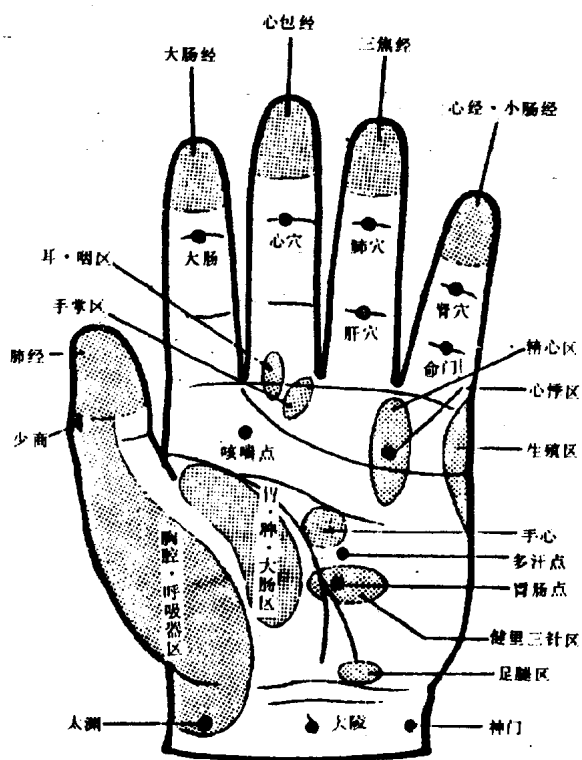


图1 手掌各点、穴、区

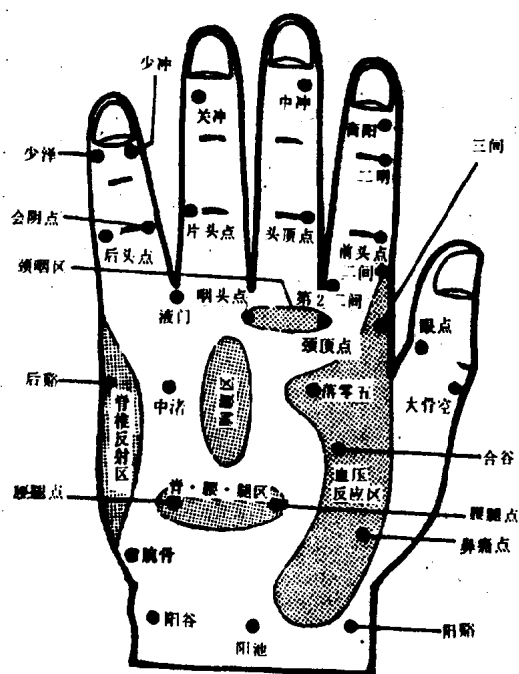


图 2 手掌各点、穴、区

(5) 手掌是大脑的驻外机构

选购衣服时,各位是用什么方法确认衣料的呢?相信大家都是先用手摸它的质地。再比如,穿衬衫时,是如何扣扣子呢?

是否是特意到镜子前边看边扣呢？相信大家不会那么麻烦，一定会自然地凭手指的感觉扣扣子。

由此可见，在日常生活中，我们的手无意识地早已担任起重要职责。为什么？因为手掌内布满神经线，并且一一通过体内，而交错于体内的神经也都是——地担任输送情报到脑部的功能。情报“线”集中了，就形成“网”于手掌上，所以，手掌可以说是“脑的驻外机构”。

指尖不仅有神经，也是经络（在中医上是支配内脏及气的通路）的起点。

指尖经由经络及神经，将内脏各情报传送到脑部，而分布在手掌上的点、穴、区，也将同样的情报传给脑部。于是脑部由接收的情报得知内脏的状况，为促进内脏活动，便输送更多的活力（补充血液）。

我们的内脏时时刻刻不停地活动着，即使在睡眠中，心脏也照常输送血液，而各内脏也尽量贮存精力，为明日做准备。自律神经的活动也是依照脑部指示而行。于是，手掌便形成了一个控制中心，将内脏发出的情报通知脑部。同样，脑部将所有有关内脏的情报也都原原本本地反应在手掌上，因此，手掌的确能反应出内脏状况，这是不容置疑的。这也是这本书一再强调手掌预知效果的理由。

手掌按摩可治愈体内疾病

（1）内脏异常，个人痛苦，家人受累

内脏是产生维持人体活动能源的最重要器官。因为，食物的消化、吸收和营养的分配、贮存，内脏都担负着始终工作的