



一分钟自我诊病丛书

形色手诊

天津市人体科学学会形色手诊研究小组
杨旭 程绍国 陈进生 赵静 杨方凌

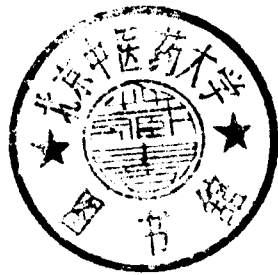
天津科学技术出版社

一分钟自我诊病丛书

形色手诊

天津市人体科学学会手足诊科研组

杨旭 程绍国 陈进生 编著
赵静 杨方凌



天津科学技术出版社

1227935

津新登字（90）003号

责任编辑：赵振忠

一分钟自我诊病丛书

形色手诊

天津市人体科学学会手足诊科研组

杨旭 程绍国 陈进生

编著

赵静 杨方凌

*

天津科学技术出版社出版

天津市张自忠路189号 邮编300020

天津市武清县永兴印刷厂印刷

新华书店天津发行所发行

*

开本787×1092毫米 1/32 印张4.25 字数85 000

1994年4月第1版

1994年4月第1次印刷

印数：1—8 000

ISBN 7-5308-1453-2

R·400 定价：3.85元

3796/28

内 容 简 介

本书运用祖国医学理论知识，中国古典哲学思想和佛、道、儒家学说详细阐述了《形色手诊》知识。全书共分五章：第一章主要介绍形色手诊的研究内容及其意义；第二章介绍形色手诊的基本知识；第三章介绍形色手诊的理论依据；第四章介绍经络的最新研究成果；第五章介绍人体各系统的形色手诊的诊病方法。

优良的传统要发扬，先进的科技
要吸收，顺应时代的潮流，推陈出新，
承前启后，不畏人言，不以物累。

张震寰

一九九〇年四月

序

天津市人体科学学会理事长

谭成章

形色手诊是祖国传统医学中的一大分支，它与耳诊、……等同属当前称之为“人体全息”诊断之列，是我中华民族积数千年来医疗实践之宝贵经验。在经验积累的漫长过程中，流派甚多，各有所长，但基于形色判诊上又相见略同，盖因人体脏腑、肢体不适，在尚未酿成大病之前，乃有反常之形色表象于耳、手、足等处之对应部位，故善诊者能在病前“预见”即将到来之疾病；正在病中者，对应部位之形色改变更为明显；人体一旦生过疾患之后，亦会在对应部位留下痕迹，因而又能“追判”出既往之疾患。相传的“神医”能察过去、现在，未来病，亦缘于此。

我人体科学学会以杨旭同志为首的“手诊组”，在一种当代人的责任感及使命感的驱使下，为了继承和发扬祖国医学宝贵遗产，五年前，他们在整理、参考部分古代秘传的手诊资料的基础上，经过数千例临床观察和印证取舍，总结出判据较切实可靠；对诊断或提前预告疾病较为准确，用以维护人体健康的规律，为推广应用，汇集成册，公诸于众。目的在于广求名师、同仁，切磋、丰富扩大临床，更广泛地总结经验，进而推出手部按摩、气功及器械等治疗方法，以使更好地充实、发展、提高形色手诊及其治疗技术，造福于人民。

本书具有知识性和实用性，会给读者提示探讨自身奥秘的途径，耐人寻味。一双手是人们自身健康的“信号灯”和“晴雨表”，同时也是自我调整的“保健医生”。医生掌握手诊技术，可以作为诊病的辅助手段，省去不必要的仪器诊断费用和辐射损伤，为患者减轻负担，利国利民；一般人学会手诊技术，可以做到防病于未然，提高健康水平，节省治病费用，可谓“一技在手，终生受益，”利己利他。

1993年2月

目 录

题词	张震寰
序	谭成章
第一章 绪论	(1)
一、形色手诊的研究梗概	(1)
二、研究形色手诊的意义	(7)
第二章 形色手诊的基本知识	(10)
一、气色	(10)
二、气色的含义	(12)
三、对气色的干扰因素	(15)
四、形态	(16)
五、脏腑与手区的对应关系	(19)
六、对应定位的理论解释	(25)
七、形色手诊的基本方法	(29)
第三章 形色手诊的理论依据	(37)
一、八卦定位之说明	(37)
二、太极八卦由来说	(38)

三、五行顺逆主生克·····	(50)
四、阴阳旋复引经络·····	(58)
五、八卦定位手掌中·····	(64)
六、形色手诊是科学的·····	(70)
第四章 经络是一种具有特殊液晶结构膜的细胞系 统·····	(74)
一、经络研究已取得的成果·····	(74)
二、对新经络的假说·····	(76)
三、对经络治疗方法的解释·····	(80)
四、对经络现象的解释·····	(82)
五、新假说的根据·····	(83)
第五章 主要疾病形色手诊·····	(85)
一、形色手诊诊察之要点·····	(85)
二、消化系统疾病察诊·····	(87)
三、呼吸系统疾病察诊·····	(100)
四、循环系统疾病察诊·····	(105)
五、泌尿生殖系统疾病察诊·····	(111)
六、运动系统疾病察诊·····	(117)
后 记·····	(124)

第一章 绪 论

一、形色手诊的研究梗概

形色手诊是从祖国医学理论中的望诊发展而来的一种行之有效的诊疗方法。它是依据祖国医学理论和现代科学理论，通过观察手的局部形色变化来确定身体健康状况的一种既古老又崭新的诊病学问。

说它古老，是因为它不仅同中国古典哲学和祖国医学有着广泛的渊源关系而且还有更丰富的内涵。早在春秋战国时期，祖国医学专著《黄帝内经·素问》中就有关于手与内脏关系的记载。象“掌中热者，腑中热；掌中寒者，腑中寒。”说的就是手掌的寒热变化反映了脏腑的某些疾病，表现了手掌与脏腑之间的对应关系。唐朝王超的《水镜图诀》也有观察婴幼儿食指内侧表浅静脉的色泽与形态变化来推断病情的记载。丰富的祖国医学理论知识不但为形色手诊提供了可靠的医学依据，而且也为形色手诊的发展奠定了基础。在形色手诊的形成与发展过程中，形色手诊既受到祖国医学的影响，又同样不可避免地受到程朱理学和佛、道思想的影响，道教和佛教思想中的某些观点渗透到形色手诊之中，使形色手诊的内容更加繁杂和良莠不齐，精华与糟粕共存。特别是寺庙僧侣们把修性练气时体会以及在处于气功态时形色变化在手掌中的反映经验视为至宝，秘不外传，道教方士则将形

色手诊神秘化；民间的少数医家将介绍形色手诊的有关资料，如《白氏千里诊病手图》、《五莲八卦手诊秘录》等视为己有，使形色手诊的研究缺乏系统性，其形色手诊的应用更加神秘化，特别是到了清代雍正年间，宫廷中刮起了一股通过形色手诊来判断皇妃生男还是生女之风，就更增添了形色手诊的神秘色彩，使形色手诊的迷信色彩更浓。在长期的封建意识的影响下，使形色手诊的应用与研究没能很好地开展起来。另外，形色手诊的特定诊病形式，又往往使人把手诊同看相联系起来，把手诊视为封建迷信的东西，这就大大影响了形色手诊的发展。清代的一些医学仁人志士积极探索形色手诊的奥秘，去伪存真，还形色手诊之本来面貌先后编撰了《清太医手诊谱》，《形色外诊简摩》、《望诊遵经》、《四诊抉微》等著作，其中汇集了历代手诊之法，为形色手诊的形成与发展做出了贡献。

20世纪初，形色手诊的研究处在停滞状态。

20世纪30年代，中国气功学派形成与盛行。气功家们通过长期的气功练习和理论研究，他们惊奇地发现采气施治的主要器官——手（或穴位）的感应及颜色变化与脏腑的健康状况有着密切的关系。（如图1-1）从练功和施治者的手部颜色变化或感应手上某个部位上的能量变化既能感知自身某些脏腑的病情变化，（气功上称为机能）又能较准确地诊断患者疾病。清楚地观察到手指的指象，掌征形色变化与五脏有着某种客观的对应关系（见表1），这种对应关系与祖国医学中的天人合一思想，阴阳、五行、五方、五色、五指及九宫八卦相吻合，并将形色变化清楚地手掌中标注出来（如图1-1）这无疑为形色手诊的丰富与发展起（列于表1

中)了推动作用。为形色手诊找到了科学依据。

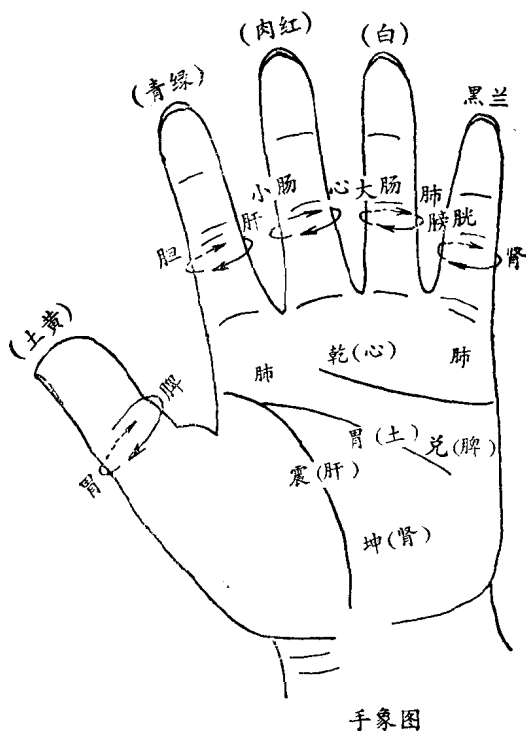


图1-1

20世纪50年代，党和国家提出了中西医相结合的政策，使形色手诊的研究才走入正轨。

特别是随着医学事业的发展，人类文明的进步，越来越多的人认识到了了解人体自身奥秘的重要性，人们的自我保健意识不断增强，寻求身体健康的晴雨表的要求越来越高。不少人开始研究手诊与健康、手相与疾病、掌纹与疾病，掌纹健

手象（指象与掌象）与五脏关系

表1

指 象				掌 象	
五行	五色	五指	五脏	方 位	九宫八卦
土	黄	拇	脾	中央	巽、兑宫
木	青	食	肝	东方	震离宫
火	红	中	心	南方	乾 宫
金	白	无名	肺	西方	坎艮宫
水	黑	小	肾	北方	坤 宫

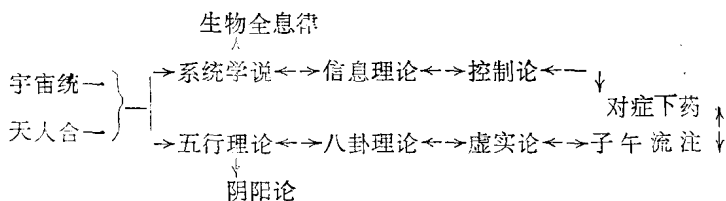
康诊断，手掌按摩健康法，足底按摩健康法等等。在这个基础上，我们首先对社会上流传的支离破碎的手图和散述在手诊古籍中的资料进行提炼和整理，从中找出符合祖国医学和现代科学的具有规律性和实用性的形色手诊内容，抛弃迷信和不合理的东西。走访研究手诊的名人居士，对形色手诊进行系统研究。

从1983年开始，我们先后走访了山东崂山、安徽九华山、湖北武当山、山西五台山等地的道士和道长，有幸结缘于崂山道士，得道士指点，较为全面地了解手诊的形、色方面的知识。

再次是广泛深入地开展手诊实践。十几年来，先后诊查数万人次，诊查对象有婴幼儿、青少年、成年人、老年人等不同年龄不同职业、不同环境、不同地区（几乎遍及中原大地）的男人女人们。

通过从理论到实践，实践再到理论上来的研究过程，逐步对形色手诊的研究有了可喜的进展，保留了形色手诊的精

华，摒弃其糟粕，形成了一套较为完整的形色手诊理论框架，其理论框架如下：



很显然，这个理论模式源于中医理论和现代科学理论。这个理论构想一提出就得到了天津市人体科学学会的认可，并确定为学会的研究课题进行研究。

在此理论指导下，我们总结出了一套形色手诊的基本规律和基本方法，解决了以下几个形色手诊的难点问题。

1. 找到了气色的参照色

通过一张小小的手，去判断周身健康状况高的分辨能力是必不可少的。要想找到高的分辨方法，就必须有一个相对不变（稳定）的参照色（也就是坐标色）。这个坐标色就是位于中指第一节两侧、耳后乳突下窝及印堂等处（详细情况后面还讲），用一个稳定的因素作参比，以便获得准确的信息，这是科学研究或定量、半定量化的常用方法。大家把这一科学方法引入形色手诊研究之中，肯定地说，这对形色手诊向着半定量、定量化发展，已经迈开了坚实的一步。

2. 找到了运动系统定位的规律

关于运动系统的定位，资料中一直未见记载。可能的原因是运动系统在中医中不象五脏六腑那样容易描述清楚，因而研究运动系统疾病诊断方法的资料就不象脏腑的那样多，加之运动系统疾病直观性强，疾病复杂，因此手诊图中就没

有运动系统的位置。随着社会的发展、科学的进步，人类的生活环境也在不断发生着变化。因此，人类运动系统的疾病变得越来越复杂，种类也越来越多。这就需要我们对运动系统的疾病向对待脏腑的疾病一样，研究出一套诊断治疗的方法。从这个意义上说，光有脏腑定位的手诊图是不够的，在实践中我们找到了解决这一问题的方法。为运动系统各组织器官找到了定位规律。（见第七章）这是形色手诊研究中的一个突破。

3. 找到了诊查神经系统健康状况及大脑活动规律的方法

人体神经系统功能复杂，其病变也比较复杂，不仅涉及面广，而且具有不稳定性。因此，神经系统疾病的诊断历来被视为手诊研究中的一个难题。

由于形色手诊是一种与气和血有关的诊断方法。因此，把脑作为人体的一个与气血有关的器官去看待，从已经把握了的关于诸如脏腑等器官的气血运行及表现规律中，去认识大脑。是有意义的。所以我们充分利用类比化原则，以整体性或一般性为特点，由宏观到微观的去分析判断神经系统和脑的活动情况。

我们正是运用了上述原则和方法，才有效地解决了神经系统的定位并找到了神经系统疾病的诊查方法。

4. 积累了诊断多种疑难病症的经验

手诊过程中，除了诊查常见病以外，有些疑难病症也会时常碰到。这些病人多无典型病因、病理和症状。有的表现有症候群，有的则无症状表现，我们则通过手掌上的细微的形色变化可以有效地确定某些疑难病症，在实践中已证明是有效的，具体方法将在以后各章中叙述。

二、研究形色手诊的意义

1. 诊过去病、现在病和未来病

形色手诊既为他人诊病，也可以自我诊病，因此有人称它为伴侣医生。因为没有哪一个人能做到让医生整天陪伴着他，并为他免费治病，而形色手诊则能做到这一点。一个没有受过医学培训的人，只要认真去读这本书，并在适当的时候找老师点拨一下，掌握形色手诊的方法是完全可以做到的。这样以来，就可以时刻知道自己的身体状况，发现病状、病情，采取相应措施，或就医，或练功，或调理，有效地防治自身疾病，我们知道形色手诊具有诊病的作用。由于形色手诊就是研究人体脏腑的气、血的变化而反映到手的形色变化来判断疾病的科学，而人体就处在一个恒定而变化的气血场中，这个场受外界（例如日、月、星、晨的大宇宙）和内境（人体小宇宙）的影响，祖国医学和现代科学的研究说明人体的生物节律和经穴的开阖且受月亮的圆缺和潮汐涨落的影响，地球表面水的成份占地球面积的70.8%，月亮对地球的引力影响首先表示在海洋潮汐上，人体同样含有大量的水；新生儿达80%，年轻人为70%，老年人水份为60%，人体为一个小宇宙，含有这么多的水，也是会受到大宇宙的影响。因此，人体的气血变化规律肯定能在人体的各个器官有所反映，祖国医学中说：“有诸内必有诸外”，这就是说人体脏腑的变化，必然通过经络和其他通道反映于外，而手是大小宇宙联系的窗口，也是人体中进化得最精美的器官之一，它的运动量较大，功能复杂，既反映人体内部情况，又可以影响内部组织气血的运行。我们知道“手形即人形”，人的手是

可以划分为六份的，五个手指和一个手掌。人体也是可以分为四肢、头和躯干六部分，人手的六部分与身体的六部分相对应，手掌对应躯干，中指为头、食指和无名指为两上肢，大拇指与小指为两下肢，手掌的最下端为臀部。手的图形相当于胎儿的臂位图，双脚由两侧上反，双手上举过头。手掌的变化反映了全身脏腑的健康。手就是身体的缩影，它记载了人体全部的信息。我们就可以通过人手这一特殊的器官。记录、储存、释放、感应、反馈、转化等各种自然界对人体的正常和非正常的反映，从手上诊断过去病、现在病、未来病。许多实践中的病例就证明了通过手的形色变化是可以诊断疾病的。

2. 形色手诊为自己提供方便，简捷的诊断方法

在祖国医学现代宝库中就有“不治已病治未病。”的说法。医家认为等到病症发展到能感觉出来的地步，疾病就扎了根，想根除了它就不是一件容易的事了。因此，当今医学界也认为“有病早医是良方。”怎样才能“有病早医”？这就需要早诊断，早准备，防患于未然。而形色手诊奉献给读者的就是一种快捷而准确的方法，读者只要掌握了形色手诊的基本内容就可以达到早诊断的要求。事实说明，其准确率达到70%以上是没有问题的。我们通过形色手诊的三个步骤：①是看手征，找出手的局部的形色特征。②是定位，把手征区与人体组织器官对上号。③是综合分析给出结论。就会较准确地判断出自己是否患病，患的是什么病，如果学得深透，掌握的比较熟练还可以不拘泥于上述三个步骤，一目了然。所以说，形色手诊为读者提供的是一种行之有效的简捷的自我诊断的方法，此法，人人可学，利人利己。