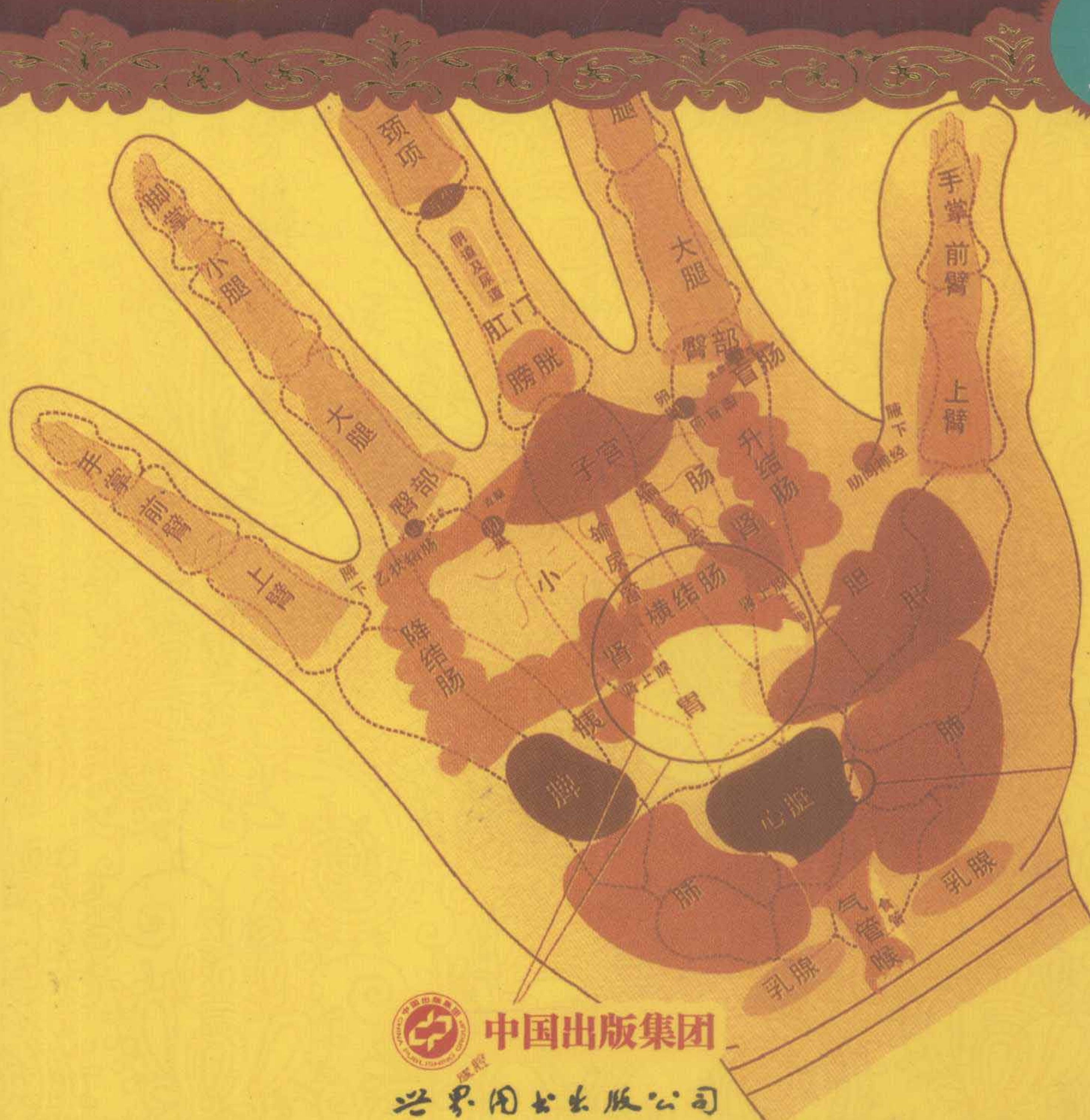


屡用屡验，百病百效，学会手疗，健康一生

季秦安◎著

III



中国出版集团

世界图书出版公司



图书在版编目(CIP)数据

手中有福音. Ⅱ/季秦安著. —西安:世界图书出版西安有限公司,2011.8

ISBN 978-7-5100-3831-0

I. ①手… II. ①季… III. ①手—诊法
IV. ①R241.29

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 156281 号

手中有福音Ⅱ

作 者 季秦安
特邀策划 布医书生
责任编辑 赵亚强
文字整理 刘艳卿
封面设计 水玉银文化

出版发行 世界图书出版西安有限公司
地 址 西安市北大街 85 号
邮 编 710003
电 话 029-87233647(市场营销部)
029-87234767(总编室)
传 真 029-87279676
经 销 全国各地新华书店
印 刷 大厂回族自治县彩虹印刷有限公司
成品尺寸 240×170 1/16
印 张 16.5
字 数 200 千字

版 次 2011 年 8 月第 1 版 2011 年 8 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5100-3831-0
定 价 38.00 元

☆如有印装错误,请寄回本公司更换☆

為孝秦安醫師題

發揚中醫優勢

造福人類健康

九十叟

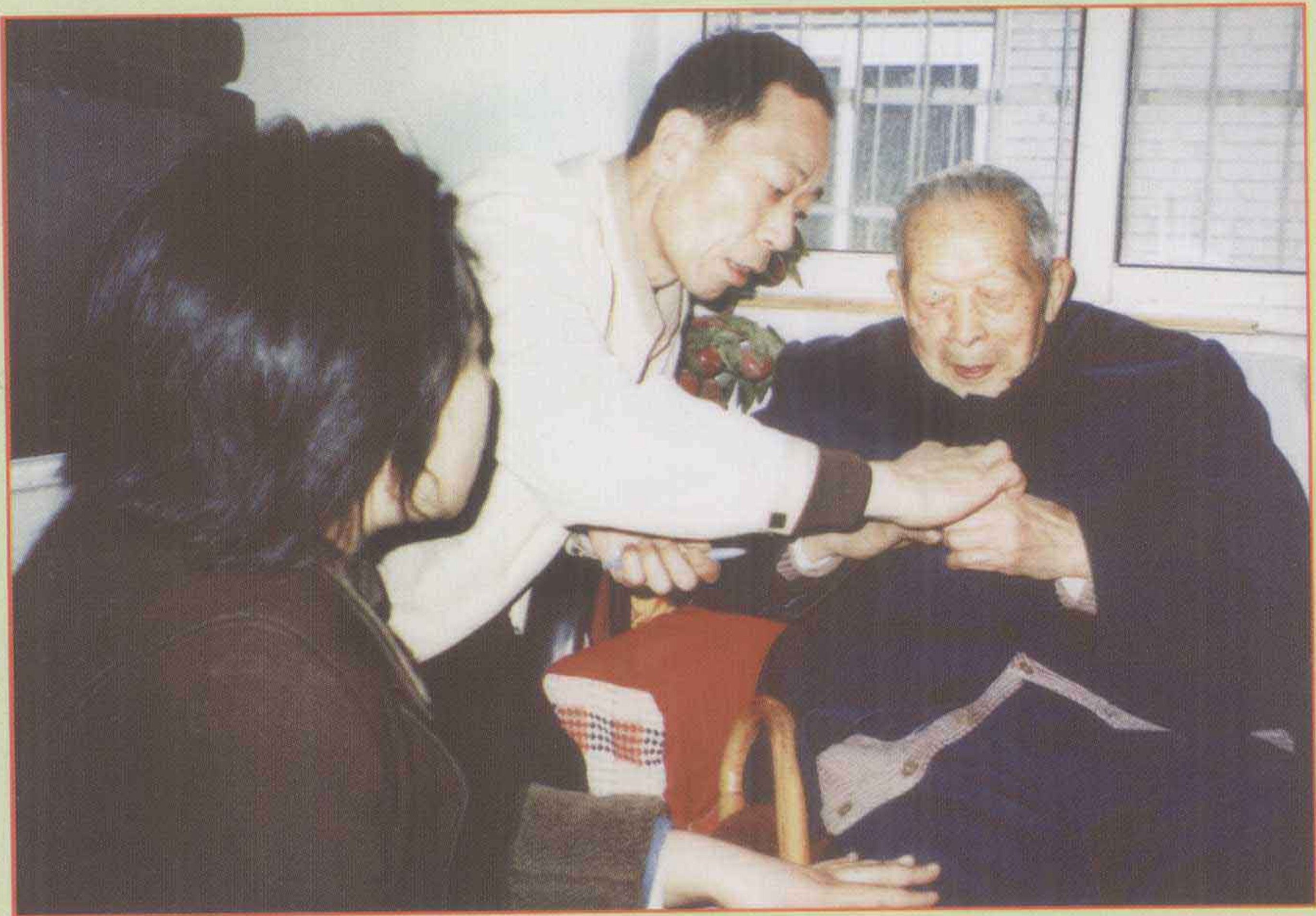
呂炳奎



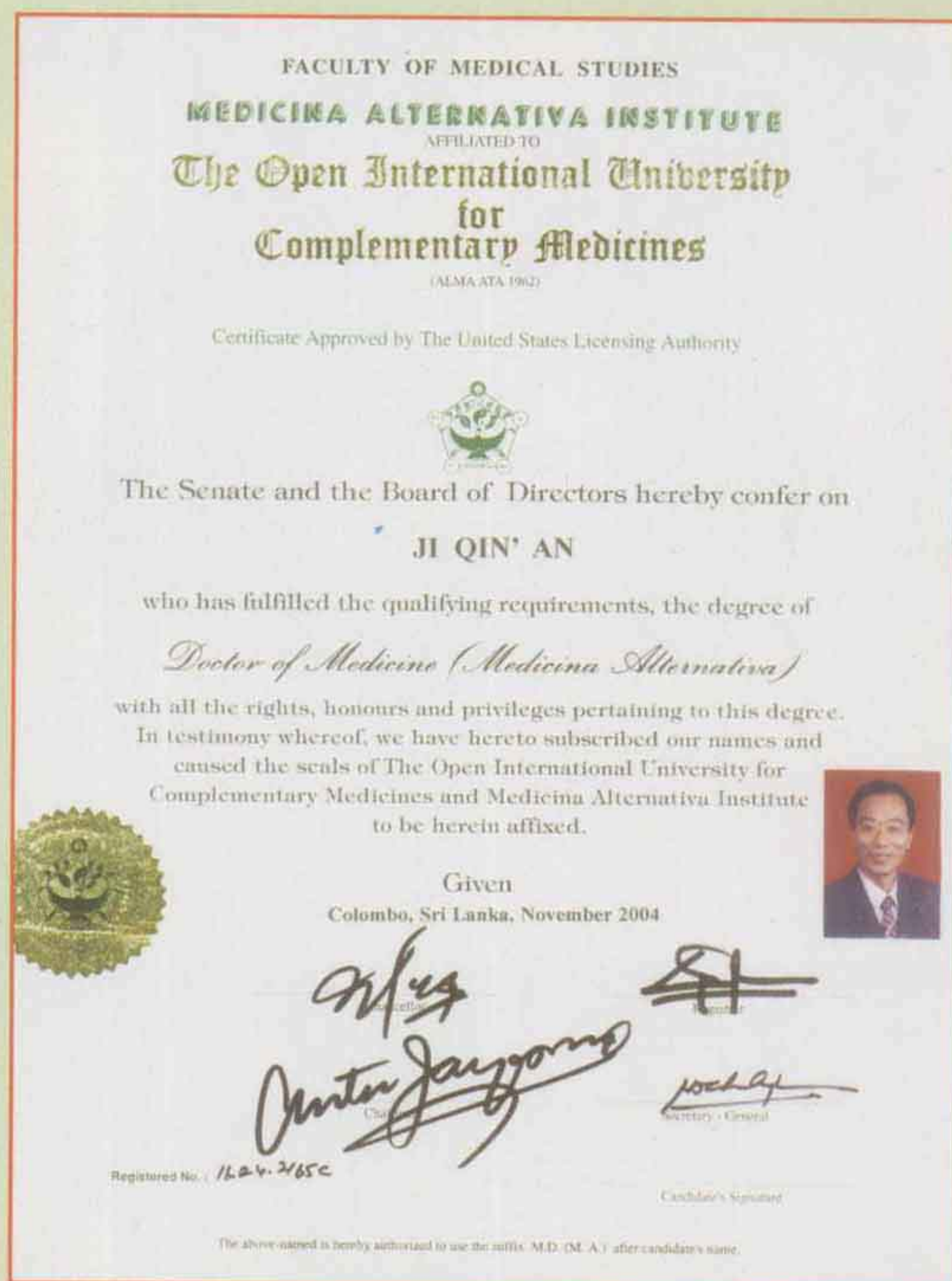
癸未春分



季秦安老师与国家卫生部原中医司司长吕炳奎同志合影



季秦安老师向国家卫生部原中医司司长吕炳奎同志汇报手诊手疗法



季秦安老师荣获第42届国际医学交流大会医学贡献奖，并被斯里兰卡阿尔弗洛德医科大学授予荣誉医学博士学位



季秦安老师在斯里兰卡第42届国际传统医学大会上获奖



季秦安老师为斯里兰卡医学专家介绍手诊手疗法



季秦安老师向国家卫生部领导汇报手
诊手疗法



季秦安老师给向全国政协委员冯理达教
授介绍手诊手疗法



季秦安老师及弟子与中国共青团中央
原常务书记，中国科学院原党组副书记、
原副院长胡克实的夫人于今同志在一起



季秦安老师与经络保健创始人祝总骧
教授在一起



季秦安老师被评为“2009陕西养生健康
十大明星人物”



季秦安老师与世界抗衰老医学学会主席
豪得曼先生在一起



季秦安老师在德国柏林讲授手诊手疗法



季秦安老师在德国汉堡讲授手诊手疗法



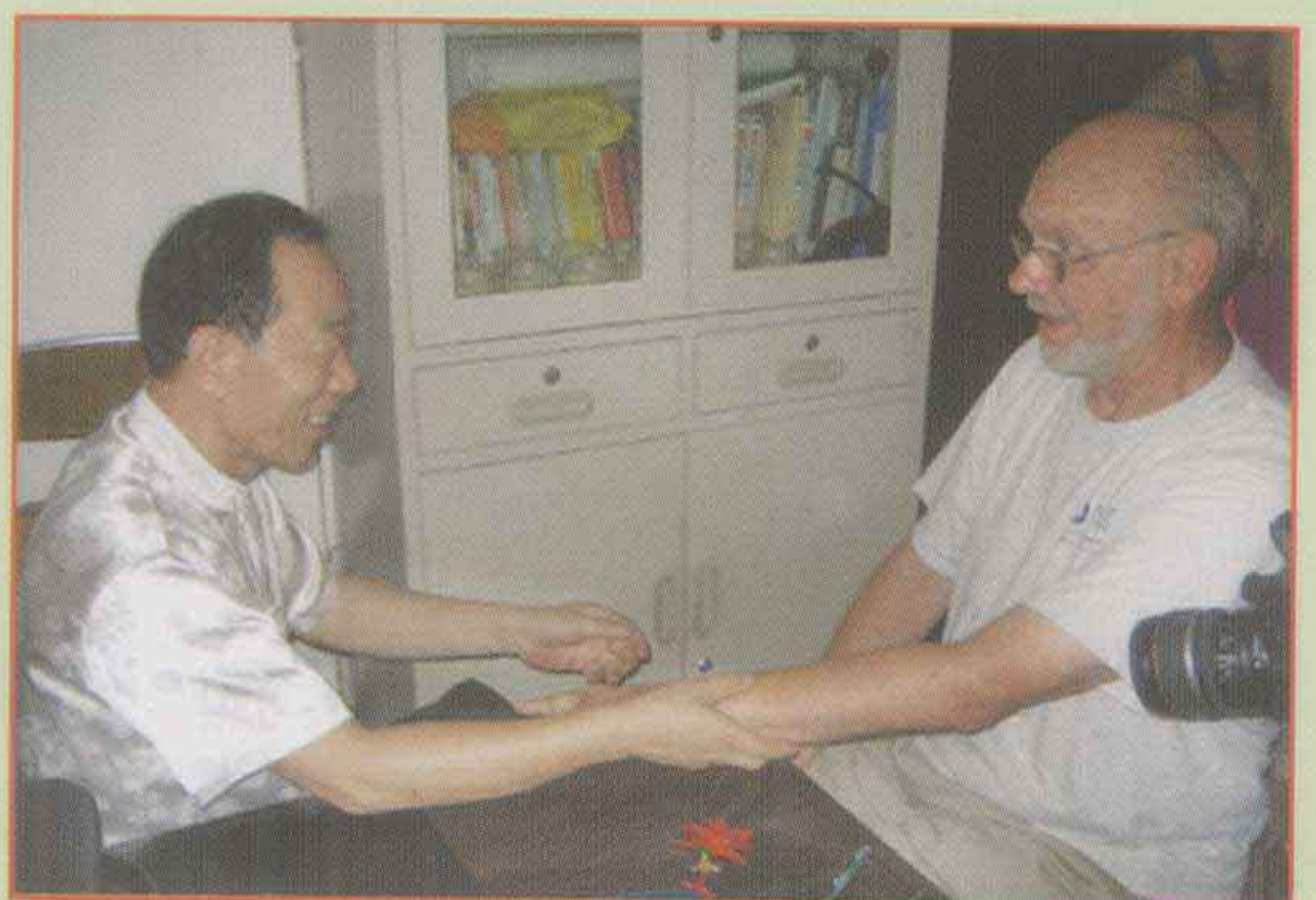
季秦安老师在德国慕尼黑讲授手诊手疗法



季秦安老师在德国科隆讲授手诊手疗法



季秦安老师向美国中医爱好者讲授手诊手疗法



季秦安老师和美国中医爱好者交流手诊手疗法



季秦安老师在2009年中华反射学专家研修高峰论坛会上作报告



季秦安老师为2009年中华反射学专家研修高峰论坛参会专家介绍手诊手疗法



季秦安老师在第十一届科协年会上作报告



季秦安老师在全国脊诊整脊研讨会上向专家汇报手诊手疗法



季秦安老师在现代保健报“搓手保健康”读者沙龙会上作报告



季秦安老师在金秋学术活动报告会上介绍手诊手疗法



季秦安老师应邀参加“社会科学基层行”活动



季秦安老师在市区为广大市民义诊



季秦安老师在农村为农民义诊



季秦安老师在社区为市民义诊



季秦安老师为中老年患者调理身体



季秦安老师为青年患者调理身体

第二届季氏师门技术交流会

2010年7月29日



第二届季氏师门技术交流会合影

北京第一期季氏手诊手疗短训班结业留念

二零一一年三月二十六日



北京第一期季氏手诊手疗短训班结业合影

序

名家绝技，发扬光大

我和季秦安先生是老朋友了，经常和他一起探讨如何普及中医保健知识和如何提高国人的健康素质。最近他要出版新作——《手中有福音 2》，嘱我作序。我深知季先生在手部按摩诊疗方面造诣很深，故乐为之序，也希望借此能为普及中医保健知识和提高国人的健康素质作点贡献。

目前，健康已成为人们关注的焦点。除了进一步普及中医保健知识和提高国人的健康素质，如何寻求一种更为有效、易学、易操作、易掌握的保健之道，人们自然高度关注，政府也很重视。社会的发展，科技的进步，使人们对滥用药物、盲目治疗所产生的负面效应有了更清醒的认识。于是以手部按摩诊断疗法为主的自然疗法应用而生了。学习、运用手部按摩诊断疗法，充分发掘人类自身的自我康复本能，抵御和消除疾病，维护自己和家人的健康，为



越来越多的人所推崇。

手部诊断按摩疗法是中医学的宝贵遗产，也是我国广大劳动人民和历代医学家在与疾病长期斗争及医疗实践中，通过反复摸索、验证、总结所创立的一门独特的诊疗方法。而以季秦安先生为代表的季氏手部按摩诊疗法是手部诊断按摩疗法的一朵奇葩。

季先生是自然疗法名家，在中国手疗领域颇有建树。他对手部诊断按摩疗法进行了深入而全面的研究和总结，以中医学为理论基础，以反射学原理为依据，通过手部的经络与全身脏腑、组织、器官联系进行诊断和调理各种疾患。他的手部诊断疗法具有简单、易学、易掌握、易操作的特点，同时具备不受时间、地点、环境、设备等条件限制的便捷性，与当今人们追求健康之道的宗旨相一致。

人类健康之源，回归自然之道。季氏之名家绝技，人人可以学会，人人可以受益！

是为序。

国家中医药发展战略研究课题组原组长

贾谦

2011年8月于北京

序

自然疗法的一朵奇葩——手部 反射疗法

自然疗法是 19 世纪末期才提出的一个医学术语，但其哲学指导思想可追溯到几千年前。早在我国战国时期的中医经典《黄帝内经》中就比较系统地论述到，人起源于自然，发展于自然，人与自然统一，人生活在自然界，作为自然界的产物，其生理功能和病理变化不断地受自然界的影响和自然法则的支配。现代科学证明，人体的空间物质组成与宇宙星体物质组成是一致的，宇宙星体运动的时间节律是生命活动的信号，这证实了人类是时空的产物，说明我国古代先贤论断的正确性。

2000 多年以前的西方医学之父希波克拉底曾说：“病人的医生就是病人的本能，医生是帮助本能的。”他明确指出了人体具有自我调节，自我修复，自我抗病康复的“自然自愈本能”。这种人体固有的、强大的自然自愈系



统，其功能是所有各种治疗方法不能取代的，使人体可以保持一个健康的体魄。人类为了健康生存，在与自然抗争中发现并创造了各种诸如食疗、药膳、药浴、药敷、刮痧、手疗、足疗、点穴、针灸、推拿、香熏、耳穴刺激等各具特色、简单易行、方便实用、疗效确切的自然疗法，以利用自然，激发人体固有的自愈系统来防御疾病，治疗疾病，使人健康长寿。其中，手疗特色较为显著，这里说的手疗是指手部反射疗法。只要能学会手疗用法和技巧，找准手部反射区，即可进行自我调理，又可以进行对他人调理。手部反射疗法，不受时间、地点、设备条件的限制，易学、易操作，且安全、有效、简单、方便、实用。

该书是中国自然疗法名家季秦安先生对手部反射疗法集 20 多年的反复摸索、验证、总结所集成，深入浅出，通俗易懂，便于掌握。一书在手，人人健康。

该书付梓，必将启迪读者，为编者志贺，寥寥数语，特志为序。

国家级中医师承导师
中国针灸学会陕西分会副会长
陕西省名老中医

殷光敬

2011 年 8 月于咸阳

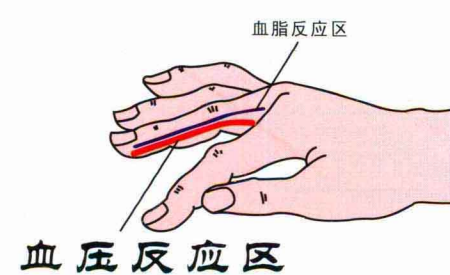
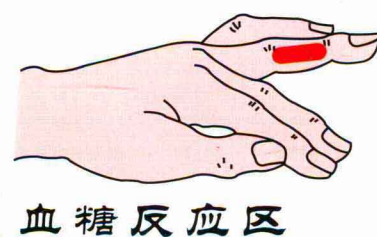
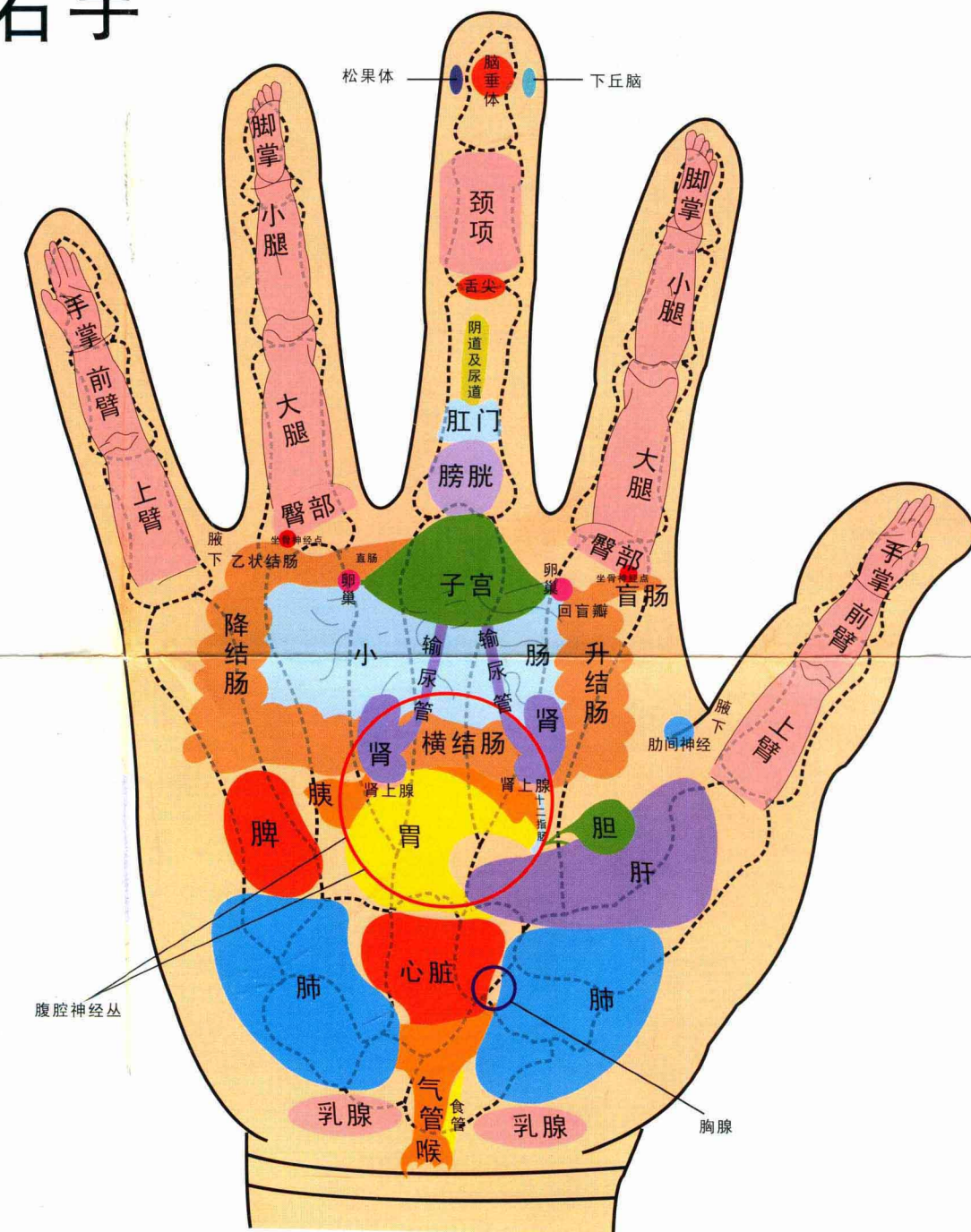
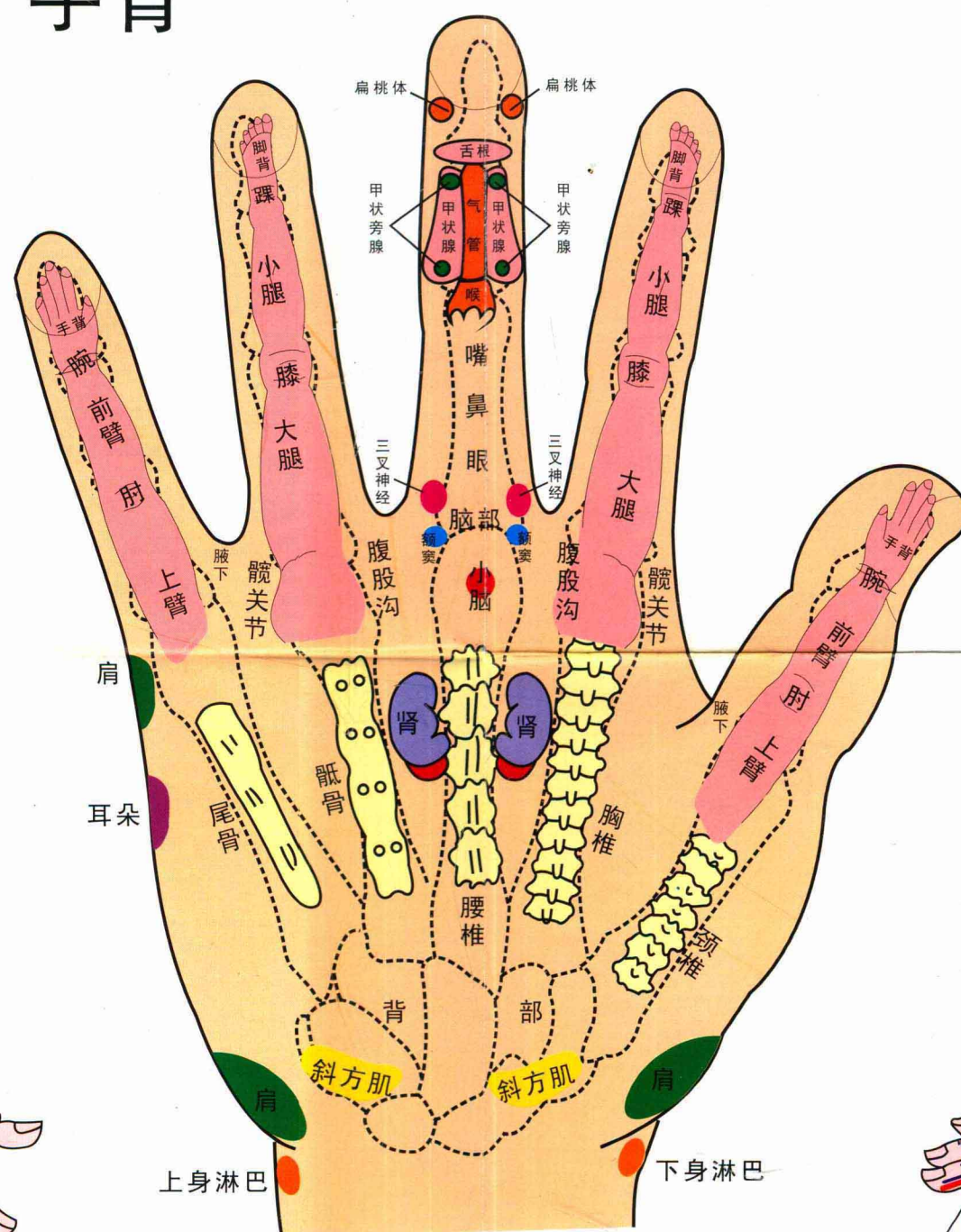
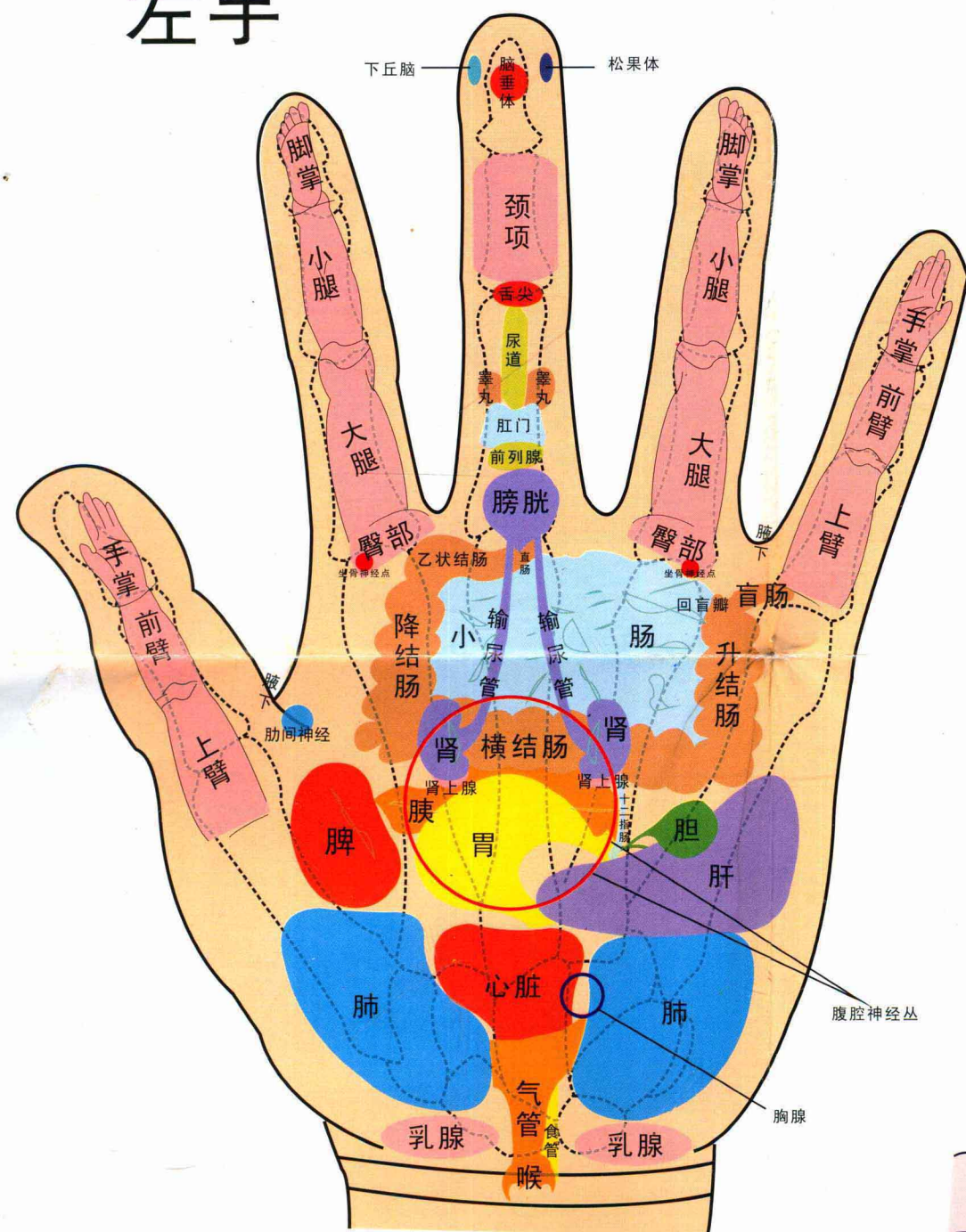


季氏疗法 -- 手部反射区定位挂图

左手

手背

右手



目 录

第一章 生命就在手中

- 你真的了解自己的手吗? /001
- 手上到底有什么? /002
- 什么是手部反射区? /003
- 手部反射区按摩的手法 /005
- 手部反射区按摩的力度和速度 /011
- 手部反射区与经络腧穴的关系 /012
- 学会通过双手与身体对话 /017

第二章 看懂手，找准手部反射区

- 手部反射区的原理 /020
- 手部反射区的分布规律 /021
- 手掌反射区简易定位法 /023
- 找准手部反射区 /024

