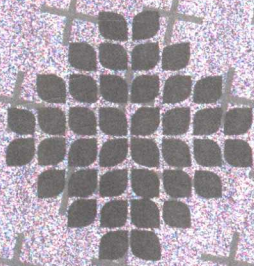


新安晚报创刊十周年丛书

人体×形 平衡法

周尔晋 著

RENTI CHAXING PINGHENG FA
XINAN WANBAO CHUANGKAN
SHI ZHOUNIAN CONGSHU



合肥工业大学出版社

 **新安晚报** 创刊十周年丛书

人体 × 形平衡法

周尔晋 著

合肥工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

人体×形平衡法/周尔晋著—合肥:合肥工业大学出版社,2002.11

ISBN 7-81093-009-5

I. 人… II. 周… III. 耳—穴位按压疗法—
IV. R245.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 086401 号

人体×形平衡法

周尔晋 著

-
- 出版 合肥工业大学出版社
(合肥市屯溪路 193 号 邮编 230009 电话 2903198)
- 经销 全国新华书店
- 印刷 合肥朝阳印刷有限责任公司
- 开本 889×1194 1/32
- 印张 16.75
- 字数 386 千字
- 印数 5001-10500 册
- 版次 2002 年 11 月第 1 版
- 印次 2003 年 4 月第 2 次印刷
-
- ISBN 7-81093-009-5/R·1 定价:26.00 元
-

如果有影响阅读的印装质量问题,请与承印厂联系调换

奋力地前行

——写在前面的话

十年一瞬间。世界越变越小，新安晚报越变越大，越变越强。但，万变不离其宗，“为老百姓办，给老百姓看”的宗旨却十年如一日，坚守不变。

也许，我们太追求完美，在回顾十年旅程时，总能发现点点遗憾；也许，我们太渴望成功，在回顾十年旅程时，总能发现成功的光环之后，凝聚着多少新安人的心血和汗水！

我们很清醒，当成功的喜悦来临时，就意味着新安人新的跋涉的开始，辉煌过后，等待我们的是新的高峰。

我们仍将脚步匆匆，不管前路水有多深，山有多险；我们仍将奋力前行，不管前程风有多狂，雨有多骤。

我们相信：事业是永恒的，一个十年只不过是其中的一个过程。我们的追求是，让一个过程比一个过程更精彩、更辉煌！

新安晚报创刊十周年丛书编委会
2003年元旦

为修订本书而说的话

无须客套，只说真话、真心话。

《人体×形平衡法》由《新安晚报》结集问世之后，受到人们的热情欢迎，并不是我个人有什么惊人的本事，而是因为这是一本宣传与弘扬中医学的书。本书理论来自《黄帝内经》中的“缪刺论”。所谓的“上下左右中”，从而产生的人体×形平衡法，是完完全全、地地道道的中医学。要说伟大与神奇，那是因为中医学是世界上最伟大最神奇的科学，也是最优秀的科学。本书来源于此，当然是真科学而不是伪科学，这是需要特别强调与说明的。

在修订本书之前，我在老友陈先生及其爱妻的热情帮助与陪伴之下，有了一次青岛之行，并得以结识德高望重、热心助人的该市政协的尹老先生。令我惊讶的是，我闯入了一个“医生之家”。他家两个儿子、媳妇与女儿都是医生。他本人对中医亦颇有造诣，并开方治好了女儿顽固性耳鸣。我非常担心自己是在“孔夫子门前卖三字经”。原来他读了本书中马丽春记者写的“周尔晋其人其事”之后，十分欣赏我的为人，愿出资请我到青岛去旅游与休息。然而事实却使他对“人体×形平衡法”由不信到相信，由相信到十分相信，甚至到了自己也来学习与钻研的程度。有两件事打动了他，一是他患有严重的关节炎（病史长达十几年），经我用×形平衡法为他治疗四次，竟使他痛苦消失，行走如常；二是他患有严重心脏病，并安装了“心脏起搏器”，而当他心脏病因劳累而急性发作后，经采用我指点的用三指在双手心线上指压法，十五分钟之后，转危为安，恢复正常。这铁的事实使他对×形平衡法刮目相

看，认真地组织了报告会，并随车陪我到青岛他的一些亲友家中治疗慢性病人，令我十分感动。他是内行，当他听说用我的人体×形平衡法治好了一个“先天性心肌炎”少女时，便说：“治好此病，中国没有，世界也没有。”而当他听说我在合肥用人体×形平衡法，只用一次三十分钟的按摩，就使瘫痪三年的八十二岁老友曾先生从轮椅上站起来，后来又拄着拐杖，蹒跚地行走，无需他人搀扶，将我送到门口，更是惊奇不已。我之所以啰啰嗦嗦讲这些，是因为这是我修订本书的前提与先决条件，本书是完全应该修订而后出版的。

值得修订还有以下原因：一是本书其实只是打开人体药库的一把钥匙（我认为中医有两大药库：一是大自然，即草药，那是外药；二是人体药库，即经络学说，这是内药）。本书有理论，也有些“成品”，但毕竟“原材料”多，“成品”不够全面与系统。为此，要修订好此书，我便精心绘制了人体×形平衡法综合取穴 150 幅图解，使之真正成为人们的“家庭医生”。只要经过医生正确诊断，便可以对症下药，按图施治，达到我所期望的“小病、慢性病不出家，大病、急病找医院”的理想。二是“人体×形平衡法”，既是对中医传统医学的继承，也有新的发现，并在实践中趋于成熟，因而我在系列图解之中，加上了当前若干富有成效的验方，使之在巩固成果的基础之上，不断得到提高与深化，使之不断完善。三是“人体×形平衡法”是保健与治疗相结合的书，也应该是一本研究“家庭保健学”的书，防胜于治这个原则十分重要。我在近期将注意力放到“自我保健”与“预防疾病”方面，先后在报上发表一些文章，现将这些作品搜集起来放在本书最后。其实健身之道，贵在坚持，只有抓住其中一项有益健康的按摩方法，长期坚持不懈，便一定有收获。我的切身体会是由于我近三年来坚持做“大脑保健操”，非但睡眠质量得到改善，且能防治感冒与肠炎，这两个威胁我老

年生活之宿敌,已被拒于门外,不再对我构成威胁。所以我将这些健身按摩法推荐给大家,希望大家根据自己的体质和病情,有所选择,有所专注,而后长期坚持不懈,扎扎实实地做出成效来。四是出版的原书有个别图画得不准确,需加修正,尽量使之准确无误,而现在所绘的系列图解,全部由我本人亲手绘成,力求准确无误,这是一项非常细致而艰苦的工作。应该说这是一本非常难校难印的书,原书能达到这样好的程度,既要感谢马丽春编辑,也要感谢印刷厂全体同志的艰苦细致的努力;还要感谢报社领导的关心与支持。对此,我再次说声谢谢!

不能用空话,只能用实际行动来感谢广大读者与患者的厚爱。我深信新出版的《人体×形平衡法》是一本真正的、地地道道的中医书,经得起读者的检验。

作者

2002年10月

人生有限，潜力无限

我的祖父周正升，是清代的秀才，也是当地颇有点名气的老中医。他为人老实，作风严谨，医术精湛，行医四十余年而无失败，只有成功。他死后，许多人都慕名到他坟前烧香，足见他在群众中的良好信誉。我很小，祖父就去世了，无缘领受他的教诲，但是一则我仰慕他的为人，想长大能成为他那样的人；二则从初识文字，便爱读他遗下的医书与抄本。从十岁起，就爱坐在楼上，一个人静静地读祖父留下的医书，从而中医学已成为我的业余爱好，一钻研长达三十余年之久。我并非医生，也没有进过医科大学，乃是一个有四十余年工龄的老新闻工作者。我有一个毕生的愿望，要写一本小册子，将我此生研究中医的一点经验传之于世，不达目的，死不瞑目。

“人生有限，潜力无限”。这是我的“座右铭”。

我五岁就曾不安分地爬到两米高的床顶上去偷吃白糖拌炒米，弄得家中满山遍野找孩子，孰知我熟睡于床顶。怪就怪在刚会走路不久的孩子，无踏脚之处怎能攀登那么高？是什么神奇的力量能让我攀登家中的“最高峰”？有人说：“此童将来是飞贼！”也有人说：“此童将来是英雄！”直到今天连我自己也不明白我是怎样上去的。后来，我被错划成右派，文革中又被整得死去活来，先后身患膝关节炎、腰椎间盘突出症、胃溃疡病、慢性结肠炎、乳糜尿、失眠、肩周炎、慢性气管炎等多种慢性病。当死神向我伸出魔掌，濒临山穷水尽的时候，《人民日报》副刊曾打算采用我的一首百行

长诗《红灯》。当他们从农场政工科得悉我是“摘帽右派”时，此诗的归宿乃是“字纸篓”。我忽萌怪念：“永不拿笔，奋力学医。”学医的目的，就是自病自医，自己拯救自己。拿出当年“爬床顶”精神，攀登“中医峰”。我买了针灸书籍，自己为自己扎银针治病。先后苦战十年，治好了我身上所有的慢性病。第一针是扎足三里，十分艰难，竟花费了两个小时。有了第一针，以后就越来越大胆了。扎针的劲头是疯狂而可怕的，除了扎体针，还扎耳针、手针、面针、鼻针、脚针。在我身上到底扎了多少针，连我自己也是说不准的。只记得我有次为了学习扎面针、鼻针，在我面部扎下四十多根针，我爱人认为我必定是“失心疯”，差点儿将我送进精神病院。我的慢性病好了，我也就成为自学成才的土医生，尤其擅长耳针与手针。

1970年我下放到定远县仓镇公社，便有了我大展手脚为人民义务治病的机会。因为我用耳针使下马公社的十八岁的少女苏新秀，由爬行十四年而能站起行走。消息不胫而走，使附近八个公社的社员们纷纷赶来找我治病，连续三个月，每天平均治病人数达到二百人次，最后公社为我解围，让我回家休假五个月。回社之后，我再也不在住地等候病人了，而被病人请到各个公社去巡回治病。有一次，一个带着妻子与四个孩子的乞丐，找我治胃病，不料发生严重晕针而休克，最后我将他抢救过来。尽管这是我义务治病以来的首次晕针（事后，我方知他有严重的心脏病），但我却引以为戒，决心要以更安全更可靠的办法为人义务治病。一次偶然的机，我用火柴棒头压耳穴，为一个习惯性流产的孕妇治好了顽固的菌痢，我所以能这样做，也是我在实践中摸索出“高低学”，也即是“上下左右”医学，“×形平衡学”的原理。根据此原理，大胆探索耳部“高升点”而迈出可贵的一步。我很清楚，我创造了一项世界纪录，即是最简单、最安全、最迅速地治好菌痢的纪

录,只用火柴棒头在耳穴上一压,八分钟之后,痢疾就治好了。第二天早晨,再压一次耳穴,不过是巩固疗效而已,不花一分钱,不费吹灰之力,就治好了顽疾,试问世间哪有这样的奇迹?从这天起,我不仅找出了治痢疾的秘方(详见我在《新安晚报》发表的文章),又找到了用火柴棒压耳穴的治病方法,加上我会小儿推拿法,便形成了我的三把“板斧”,完完全全尽义务地为人民治病。从1973年起,我用火柴棒压耳穴为人治病,不收钱、不收礼、不收任何报酬,这也是罕见的。居然治好了许多人的病。

调动人体神奇平衡力的火柴棒压耳穴的奇迹是说不完的,其间也加上我的×形平衡法与小儿推拿法。一个被判定为胎儿压迫坐骨神经,只能卧床九月的孕妇,经我“压耳穴”与配体穴,只治疗一次,便应手而起,她下床后一把拉住我,一定要亲手包碗水饺给我吃;一个局长带我到一个因腰椎病而卧床两个月的干部家,经我“耳压”与“体压”,他当即可以下床,将我与局长送到门口,局长回局向干部们大呼:“奇迹!奇迹!”一个严重的失眠患者,我为他耳压四十天次,他有了三十八个酣睡之夜,此后,病情大为改善;一个半身不遂的七十岁老妇,卧床八个月,经我传授,其女用“耳压”法配体压,两个月后,行动自如;一个自认为是“食道癌”的少妇,病程一年多,我认为其并非“食道癌”,耳压四十天次,霍然而愈,至今情况良好;一个眼底出血患者,公费医疗达八千余元,不曾痊愈,经我用耳压二十天而痊愈;一个低血糖患者,疾病反复发作,经我用耳压二十天,此后,他再也没有发病;一个医院的护士长,高烧一星期,打针用药均不退烧,经我用耳压配体压,两天次热度退清……

我决定要写本“小册子”,其目的不外以下几个方面:(一)要把我学医三十六年的心得体会,竹筒倒豆子,全部奉献社会,一点一滴也不保留。(二)要通过小册子,传授不花钱的治病法,要写得

图文并茂,通俗易懂,易学易推广,使之成为人们的“家庭医生”。(三)我认为“×形平衡法”与“火柴棒压耳穴法”具有强大的生命力,具有发展的潜力与前途,愿与有心朋友共同研究而发展它们。(四)我并非“医生”,更不是“名医”,但我觉得祖国的中医学实在是蕴藏丰富的金矿,我仍然要坚持业余研究下去,要在弘扬中医学上努力尽自己微薄的力量,在中医学的山峰之上攀登再攀登。

作者

2002年10月

内 容 提 要

本书是作者自学中医30余年的心得体会。其理论来自《黄帝内经》中的“缪刺论”。作者从中总结出“高低医疗学”，即研究人体低沉点与高升点以及如何达到相对平衡的理论。其内容包括三个部分：一是×形平衡法；二是压耳穴疗法；三是小儿推拿法。通过作者的长期实践，其中“火柴棒压耳穴法”显示出了强大的生命力，新安晚报曾将其汇集成册，在广大读者中产生了强烈的反响。本书图文并茂，通俗易懂，易学易用，可以成为人们的“家庭医生”。

责任编辑: 疏利民

特约编辑: 马丽春

装帧设计: 傅 强

王红星

目 录

第一部分

- (1) 浅论“高低医学”3
- (2) 阴阳相对平衡是人体健康的总纲
——追求人体神奇平衡力的奥秘之一6
- (3) 五行相生相克是阴阳相对平衡的具体保证
——追求人体神奇平衡力的奥秘之二8
- (4) 普通平衡力与神奇平衡力
——追求人体神奇平衡力的奥秘之三10
- (5) 从“四末”入手,调动神奇平衡力用以治疗外部疾病
——追求人体神奇平衡力的奥秘之四12
- (6) 紧抓人体大×形,缪刺平衡法改变人体外部
诸顽固阳症与阴症(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之五14
- (7) 火柴棒按压耳穴是调动神奇平衡力之捷径
——追求人体神奇平衡力的奥秘之六17
- (8) 努力调动内脏的神奇平衡力(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之七19
- (9) “上下左右中”奥妙无穷(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之八22
- (10) 充分利用脑穴是治愈各类
顽固慢性病的钥匙(火柴棒压耳穴)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之九24

- (11) 脚穴的奇功异能(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之十26
- (12) 微端按摩与远道取穴
——追求人体神奇平衡力的奥秘之十一28
- (13) 手颈、脚颈与颈项、颈椎(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之十二29
- (14) 由简单到复杂与由复杂到简单(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之十三30
- (15) “中”字的妙用无穷(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之十四32
- (16) 充分利用“上下左右”穴的同一性(指压与火柴棒压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之十五34
- (17) 高低平衡学与眼(火柴棒压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之十六36
- (18) 认真开发“足三里”与“胃肠点”(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之十七38
- (19) 开发精神病克星双合谷与双太冲穴(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之十八42
- (20) 利用手、脚穴×形疗法治疗中老年慢性气管炎(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之十九44
- (21) 重视利用与开发“三阴交”的功能(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之二十46
- (22) 治肺部大出血神效的双鱼际穴(针刺)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之二十一48
- (23) ×形法双神门配双昆仑治脑神经衰弱(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之二十二50
- (24) ×形法双少商配双隐白治疗
呼吸道病、消化道病(火柴棒压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之二十三52

- (25) × 形法双商阳配双厉兑治咳喘病与面部诸病(火柴棒压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之二十四54
- (26) × 形法双少泽配双至阴治颈椎、腰椎病(火柴棒压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之二十五56
- (27) × 形法双曲池配双曲泉治疗皮肤病、妇科病(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之二十六58
- (28) × 形法双列缺配双太溪治精神病与慢性气管炎(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之二十七60
- (29) × 形法双太渊配双商丘治胃肠炎与安眠(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之二十八62
- (30) 按×形取双偏历穴配双复溜穴有消肿镇痛作用(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之二十九64
- (31) × 形法双支正配双跗阳治颈椎、腰椎病(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之三十66
- (32) × 形法取双腕骨配双京骨有镇痛与治眼病良效(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之三十一67
- (33) × 形法双通里配双昆仑治颈椎病与头痛(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之三十二69
- (34) × 形法治疗妇女子宫脱垂(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之三十三71
- (35) × 形法双阳池配双解溪治肩周炎与膝关节炎(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之三十四73
- (36) × 形法双大陵配双中封退热与治心痛(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之三十五74
- (37) × 形法双外关配双阳辅穴有退热、消肿痛功能(指压)
——追求人体神奇平衡力的奥秘之三十六76
- (38) 神奇平衡力,使顽固病顽而不固
——追求人体神奇平衡力的奥秘之三十七81

- (39) “中间有病四边平”倡导“胃肠四针”
攻克胃炎、胃溃疡与急慢性肠炎
——追求人体神奇平衡力的奥秘之三十八 85
- (40) 运用×形平衡法根治诸类精神分裂症特效
——追求人体神奇平衡力的奥秘之三十九 87
- (41) 运用×形平衡法(四边有病中间平)主攻小儿白血症
——追求人体神奇平衡力的奥秘之四十 88
- (42) 运用×形平衡法(左病右取,右病左取)专攻
风湿性与类风湿性关节炎
——追求人体神奇平衡力的奥秘之四十一 91
- (43) 运用×形平衡法迅速退除各种高烧
——追求人体神奇平衡力的奥秘之四十二 93
- (44) 运用×形平衡法以治脑为主攻克各种类型瘫痪
——追求人体神奇平衡力的奥秘之四十三 96
- (45) 运用×形平衡法为红斑狼疮患者降烧
——追求人体神奇平衡力的奥秘之四十四 98
- (46) 胸部挫伤为何能够神速痊愈
——追求人体神奇平衡力的奥秘之四十五 99
- (47) 运用×形平衡法治疗小儿脑膜炎后遗症
——追求人体神奇平衡力的奥秘之四十六 100
- (48) 运用×形平衡法攻克癫痫病
——追求人体神奇平衡力的奥秘之四十七 101
- (49) 找出“高升点”治疗哮喘的特效验方
——追求人体神奇平衡力的奥秘之四十八 102
- (50) 急救心脏病何以从此不再复发
——追求人体神奇平衡力的奥秘之四十九 103
- (51) 新郎新婚夜奇症得治
——追求人体神奇平衡力的奥秘之五十 104