

中国家庭必备养生工具书

图文并茂·内容全面·方法实用·通俗易懂·体例科学·即查即用

观手是了解健康最简单又最实际的方法，从手上可以看出一个人的健康状况，想由手探知健康状况并不是一件难事，只要经常细心地观察手掌，不但能透彻地了解自己，更能从中预知各种变化，提早趋吉避凶，预防疾病。而手部按摩更是一种简单易行的手部疗法，一般说来不需要借助其他器具，既可由外人代为施行，也可由患者自己按摩穴位来进行治疗，非常方便。

樊红杰◎主编

通过对手掌的观察，可以让我们了解自己的体质现状，了解自己的先天禀赋，从而更有针对性地防病于未然。

手是穴位分布最为密集的部位之一，对很多常见疾病，特别是一些慢性疾病，可以通过刺激手部穴位来缓解病症，辅助治疗疾病，或者防病于未然。

图文并茂，内容易懂，方法易学，读者可以更直观地参照图示来对照自身手部的变化特征，诊断自身病痛。

黑龙江出版集团
黑龙江科学技术出版社

观手知健康 捏手治百病



观手知健康
捏手治百病

樊红杰◎主编



黑龙江出版集团
黑龙江科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

观手知健康 捏手治百病 / 樊红杰主编. — 哈尔滨: 黑龙江科学技术出版社, 2013.10
ISBN 978-7-5388-7725-0

I. ①观… II. ①樊… III. ①掌纹-望诊(中医)-问题解答 IV. ①R241.29-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 239566 号

观手知健康 捏手治百病

GUANSHOUZHJIANKANG NIESHOZHIBAIBING

主 编 樊红杰

责任编辑 项力福 赵雪莹

封面设计 王明贵

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址: 哈尔滨市南岗区建设街 41 号 邮编: 150001

电话: (0451) 53642106 传真: (0451) 53642143

网址: www.lkcbs.cn

www.lkpub.cn

发 行 全国新华书店

印 刷 北京中创彩色印刷有限公司

开 本 720mm × 1000mm 1/16

印 张 29

字 数 550 千字

版 次 2013 年 12 月第 1 版 2013 年 12 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-7725-0/R2229

定 价 29.80 元

【版权所有, 请勿翻印、转载】



前言

手诊,在我国有着悠久的历史,是我国历代医家几千年来诊断疾病宝贵经验的积累。我国古典医学著作《黄帝内经》认为,人体的局部和整体具有辩证统一的关系,即身体每一个局部都与全身的脏腑、气血、经络有着密切的关联。正因为如此,人们通过观察肢体、五官等部位的变化就可以判断内在的健康状况,找到症结,进而有针对性的进行治疗。在中医学中,人体有 14 经络贯穿全身,手部就有三阴、三阳这 6 条经络。他们与身体各脏腑器官密切联系起来,因此身体脏腑的各种变化就如实的反映在手上。如手部发青,可能患有肝病等。

所以说手是人体全身脏腑器官的完整缩影,人体组织器官的病变均可在手的某些部位上得以体现。《灵枢》中有诊鱼际纹路之法及爪甲诊病法;唐代王超《水镜图诀》中介绍过小儿指纹诊病方法。此外,手部还有大片的病理反射区,是神经的聚集点。一只手正反面有 70 多个病理反射区和治疗穴位,临床实践证明,对这些穴区进行刺激可治疗近百种疾病。

近年来,手诊越来越受到人们的欢迎,在经济发达的欧美国家还出现了众多手诊医学专家。它之所以发展如此迅速,是因为这种方法不但诊断准确率高,能及时发现病情,而且不论肤色人种,一律通用,既无需任何仪器,又无创伤、无毒副作用,随时随地可以进行诊察。

随着手诊法一同兴起的手疗法,是一种无创伤、无副作用,随时可以进行治疗方法。其具有操作简便、易学易懂、疗效显著、经济安全的特点,符合老百姓对治疗方法“简、便、廉、验”的要求,在民间得到了长期广泛的应用,并广为流传。

事实上,我们的双手每天都在不停地向我们传递着机体的活动信息,告诉我们自己的健康状况,尤其是当体内某个器官运转不正常时,双手就会向我们发出求救信号。例如,食指根部巽位高大,是脑出血的征兆,若为凹坑,并在皮下有红色斑点,则是胆结石的信号。手掌上感情线与智慧线之间的方庭内,若有十字纹,则提示心律失常;如果手掌的两侧没有性线,则提示易患不孕不育症。

本书分上、下两部分,以问答的形式讲解了手诊的概念、基本常识、治疗手法。内容详尽且通俗易懂,为初学者打开了手诊的大门。上篇先从手诊的理论基础入手,

详细讲解了手诊的学习指南和基础知识，然后从九区、指象、甲象、掌纹等几大部分来分析手部特征和脏腑病症之间的关系，为读者揭开手诊神秘面纱，得以一窥全貌。在学习了手诊的知识之后，就可以根据手部反映的状况，对症下药，治疗病症。根据中医学的经络理论，通过按摩手部穴位等手法，可以有效治疗大部分疾病或缓解疾病带来的疼痛。下篇讲述了疗疾常用穴位的定位、对应病症，解读了常用的手部疗法，带领读者了解常见病症的病因、症状、手部疗法以及实用的预防、养护知识。能使读者对疾病的了解更为科学、全面，进而在防范、自疗、养护方面的工作更为行之有效。

本书内容丰富且方法多样。读者可以根据自己的喜好和方便原则选择适合自己的诊治方法，且适合各年龄段关注自身健康的人使用。希望本书可以成为你和家人健康路上的好伙伴。





目录 | 上篇 | 手诊识健康



第一章 手诊医学的基础知识

第一节 手诊的学习指南

1. 什么是手诊医学? 034
2. 学习手诊时需要掌握哪些基础知识? 034
3. 手诊的理论依据是什么? 035
4. 什么是触诊? 035
5. 什么是望诊? 036
6. 什么是按诊? 036
7. 手掌对应的人体脏腑病理区域是如何划分的? 037
8. 手诊的必要条件有哪些? 038
9. 手诊的方位规定有哪些? 038
10. 手诊需要注意什么? 039
11. 什么是影响手诊的人文因素? 040
12. 什么是影响手诊的生理因素? 040
13. 什么是影响手诊的病理因素? 040

第二节 手诊的基本常识

1. 手的正常形状是怎样的? 041
2. 手诊的理论依据是什么? 041
3. 木形手有什么特征? 042
4. 火形手有什么特征? 042
5. 土形手有什么特征? 043
6. 金形手有什么特征? 043
7. 水形手有什么特征? 044

8. 手的正常颜色是怎样的? 045
9. 怎么准确判断手的颜色和种类? 045
10. 手部青色主要反映什么? 046
11. 手部呈青灰色提示什么? 046
12. 手部呈青紫色提示什么? 046
13. 手部呈青黄色提示什么? 046
14. 手部呈淡青色提示什么? 046
15. 手部呈青白色提示什么? 047
16. 手部呈青黑色提示什么? 047
17. 手部皮肤下面血管呈青色提示什么? 047
18. 手部红色主要反映什么? 047
19. 手部呈浅红色提示什么? 048
20. 手部呈娇红色提示什么? 048
21. 手部呈潮红色提示什么? 048
22. 手部呈紫红色提示什么? 048
23. 手部呈亮红色提示什么? 048
24. 手部呈暗红色提示什么? 048
25. 手部呈鲜红色提示什么? 049
26. 手部呈浅咖啡色提示什么? 049
27. 手部呈深咖啡色提示什么? 049
28. 手部颜色红而晦暗提示什么? 049
29. 手部颜色呈深红色提示什么? 049
30. 手部颜色暗红且浓提示什么? 049
31. 手部白色主要反映什么? 050
32. 手部呈淡白色提示什么? 050

33. 手部呈白枯色提示什么?	051	63. 手部颜色荣盛提示什么?	056
34. 手部呈白亮色提示什么?	051	64. 手部颜色枯败提示什么?	057
35. 手部呈青白色提示什么?	051	65. 手部颜色荣枯之间变化提示什么? ...	057
36. 手部黄色主要反映什么?	051	66. 手上出现斑点有什么健康提示? ...	057
37. 手部呈黄色提示什么?	051	67. 斑点的多少分别代表什么?	058
38. 手部呈淡黄色提示什么?	052	68. 手中出现青色斑点有什么健康提示?	058
39. 手部呈黄亮色提示什么?	052	69. 手中出现红色斑点有什么健康提示?	058
40. 手部呈萎黄色提示什么?	052	70. 手中出现白色斑点有什么健康提示?	058
41. 手部呈黄褐色提示什么?	052	71. 手中出现黄色斑点有什么健康提示?	059
42. 手部黑色主要反映什么?	052	72. 手中出现褐色斑点有什么健康提示?	059
43. 手部呈淡黑色提示什么?	053	73. 手掌表皮凹陷有什么健康提示? ...	059
44. 手部颜色黑而枯提示什么?	053	74. 手掌表皮凸起有什么健康提示? ...	059
45. 手部呈暗紫色提示什么?	053	75. 伸手动作爽快有什么健康提示? ...	060
46. 手部呈暗灰色提示什么?	053	76. 伸手动作缓慢有什么健康提示? ...	060
47. 手部呈暗咖啡色提示什么?	053	77. 手伸出来颤抖僵硬有什么健康提示? ...	060
48. 手部颜色红白混杂提示什么?	053	78. 手硬有什么健康提示?	061
49. 手部颜色黄色中带有杂色提示什么?	054	79. 手软有什么健康提示?	061
50. 手部颜色黑中带有杂色提示什么? ...	054	80. 手小有什么健康提示?	062
51. 手部颜色虚浮提示什么?	054	81. 手大有什么健康提示?	062
52. 手部颜色沉着提示什么?	054	82. 手胖有什么健康提示?	062
53. 手部颜色浮沉之间变化提示什么?	054	83. 手瘦有什么健康提示?	063
54. 手部颜色清澈提示什么?	055	84. 手部发热有什么健康提示?	063
55. 手部颜色浑浊提示什么?	055	85. 手部发凉有什么健康提示?	063
56. 手部颜色清浊之间变化提示什么? ...	055	86. 手部干燥有什么健康提示?	064
57. 手部颜色浅淡提示什么?	055	87. 手部湿润有什么健康提示?	064
58. 手部颜色深沉提示什么?	055		
59. 手部颜色深浅之间变化提示什么?	056		
60. 手部颜色呈聚集状提示什么?	056		
61. 手部颜色呈散开状提示什么?	056		
62. 手部颜色聚散之间变化提示什么?	056		

第三节 病纹的基础知识

1. 纵切纹有什么病理提示?	065
2. 横切纹有什么病理提示?	065





3.什么是十字纹?	066	17.什么是星形纹?	070
4.生理性十字纹有什么病理提示?	066	18.什么是三角纹?	070
5.病理性十字纹有什么病理提示?	066	19.三角纹大小分别有什么病理提示?	070
6.什么是井字纹?	066	20.什么是岛纹?	071
7.井字纹大小分别有什么病理提示? ...	067	21.岛纹呈不同颜色分别有什么病理提示?	071
8.什么是米字纹?	067	22.岛纹大小分别有什么病理提示?	071
9.米字纹大小分别有什么病理提示? ...	067	23.九区中有岛纹出现有什么病理提示?	072
10.什么是交叉状纹?	067	24.岛纹凹凸分别有什么病理提示?	072
11.什么是方格纹?	068	25.不同的形态特征的岛纹分别有什么病理提示?	072
12.方格纹大小分别有什么病理提示? ...	069	26.岛纹出现在三大主线上有什么病理提示?	072
13.什么是网格纹?	069		
14.什么是圆形纹?	069		
15.什么是菱形纹?	069		
16.菱形纹大小分别有什么病理提示?	070		

第二章 从手掌九区观健康

第一节 从震区看健康

1.为什么说震区是胃肾同源的开始? ...	074
2.如何确定震区的范围?	074
3.震区上各脏腑区是怎么划分的?	075
4.震区的正常形态是什么样的?	075
5.如何通过观察震区的颜色来断定健康状况?	075
6.震区内有斑点意味着什么?	076
7.震区隆起或凹陷分别意味着什么? ..	076
8.震区面积大小分别意味着什么?	076
9.震区内的纹理提示着什么?	077
10.震区凹陷对女性有何影响及如何改善?	077
11.震区有什么养生提示?	077

第二节 从巽区看健康

1.为什么说巽区是肝胆相照的证明? ...	079
2.如何确定巽区的范围?	079
3.如何通过观察巽区的颜色来断定健康状况?	079
4.巽区上各脏腑区是怎么划分的?	080
5.巽区的正常形态是什么样的?	080
6.巽区凸起意味着什么?	080
7.巽区凹陷意味着什么?	081
8.巽区内有斑点意味着什么?	082
9.巽区上的特殊纹理现象有什么健康提示?	082
10.巽区内的开放型纹理提示着什么?	083



11. 巽区内的闭合型纹理提示着什么? ... 083
12. 巽区有什么养生提示? ... 083

第三节 从离区看健康

1. 为什么说离区昭示人的雄心壮志? ... 084
2. 如何确定离区的范围? ... 084
3. 离区的正常形态是什么样的? ... 084
4. 离区上各脏腑区是怎么划分的? ... 085
5. 如何通过观察离区的颜色来断定健康状况? ... 085
6. 离区隆起或凹陷分别意味着什么? ... 086
7. 离区上有斑点意味着什么? ... 086
8. 离区上的闭合型纹理提示着什么? ... 086
9. 离区上的开放型纹理提示着什么? ... 087
10. 离区上的特殊纹理现象有什么健康提示? ... 087
11. 怎样增强心脏功能? ... 087

第四节 从坤区看健康

1. 为什么说坤区是先天后天的反映? ... 089
2. 坤区的正常形态是什么样的? ... 089
3. 如何确定坤区的范围? ... 089
4. 如何通过观察坤区的颜色来断定健康状况? ... 090
5. 坤区凸起或凹陷分别意味着什么? ... 090
6. 坤区软或硬分别意味着什么? ... 091
7. 坤区上有斑点意味着什么? ... 091
8. 坤区有青筋出现意味着什么? ... 092
9. 坤区上的特殊纹理现象有什么健康提示? ... 092
10. 为什么坤区对女性来说尤为重要? ... 092
11. 坤区上闭合型纹理提示着什么? ... 093
12. 坤区上开放型纹理提示着什么? ... 093
13. 坤区有什么养生提示? ... 094

第五节 从兑区看健康

1. 为什么说兑区是“回肠荡气”的感觉? ... 095
2. 如何确定兑区的范围? ... 095
3. 什么是乾兑分界线? ... 095
4. 兑区的正常形态是什么样的? ... 096
5. 如何通过观察兑区的颜色来断定健康状况? ... 096
6. 如何通过观察兑区的整体形态来判断健康状况? ... 096
7. 兑区上有斑点提示着什么? ... 097
8. 兑区上的开放型纹理提示着什么? ... 097
9. 兑区上的闭合型纹理提示着什么? ... 098
10. 兑区有什么养生提示? ... 098

第六节 从乾区看健康

1. 为什么说乾区是金水相生的渊源? ... 099
2. 乾区的正常形态是什么样的? ... 099
3. 如何确定乾区的范围? ... 099
4. 如何通过观察乾区的颜色来断定健康状况? ... 099
5. 乾区上各脏腑区是怎么划分的? ... 100
6. 乾区凹陷意味着什么? ... 100
7. 乾区凸起意味着什么? ... 101
8. 乾区上的闭合型纹理提示着什么? ... 101
9. 乾区上的开放型纹理提示着什么? ... 101
10. 乾区上有斑点提示着什么? ... 102
11. 乾区有杂纹对女性有何影响及如何改善? ... 102
12. 乾区有什么养生提示? ... 102

第七节 从坎区看健康

1. 为什么说坎区是生生不息的源泉? ... 103



2. 如何确定坎区的范围?	103
3. 如何通过观察坎区的颜色来断定健康状况?	104
4. 坎区上各脏腑区是如何划分的?	104
5. 坎区的正常形态是什么样的?	104
6. 坎区上有斑点意味着什么?	104
7. 坎区凸起或凹陷分别意味着什么? ...	105
8. 坎区上的开放型纹理提示着什么? ...	105
9. 坎区上的闭合型纹理提示着什么? ...	105
10. 坎区上有过度线提示着什么?	106
11. 坎区上手腕线不顺断裂提示着什么? ...	106
12. 坎区有什么养生提示?	106
13. 坎区内生命线特征不同分别有什么含义?	107

第八节 从艮区看健康

1. 为什么说艮区是身强力壮的象征? ...	108
2. 艮区的正常形态是什么样的?	108
3. 如何确定艮区的范围?	108
4. 艮区上各脏腑区是怎么划分的?	109
5. 如何通过观察艮区的颜色来断定健康状况?	109

6. 艮区软或硬分别意味着什么?	110
7. 艮区凸起或凹陷分别意味着什么? ...	110
8. 艮区上的闭合型纹理提示着什么? ...	110
9. 艮区上的开放型纹理提示着什么? ...	111
10. 艮区上有斑点意味着什么?	111
11. 艮区有什么养生提示?	111

第九节 从明堂看健康

1. 为什么说明堂是聪明睿智的象征? ...	112
2. 明堂区的正常形态是什么样的?	112
3. 如何确定明堂区的范围?	112
4. 明堂区上各脏腑区是怎么划分的? ...	113
5. 如何通过观察明堂的颜色断定健康状况?	113
6. 明堂区上的斑点提示着什么?	114
7. 明堂区凸起或凹陷分别意味着什么? ...	114
8. 从明堂区的纹理分析可以得出哪些健康提示?	114
9. 为什么说明堂心区是诊断心脏疾病的重要部位?	115
10. 明堂区有什么养生提示?	115

第三章 从指象观健康

第一节 从指节纹看健康

1. 什么是指节纹?	118
2. 从指节纹看健康有什么依据?	118
3. 怎么从指节纹的整体形态判断健康状况?	119
4. 指节纹对应身体哪些部位?	119
5. 指节纹上出现青筋意味着什么?	119

6. 从上指节纹中可以看出哪方面的健康状况?	120
7. 我们从中指节纹中可以看出什么? ...	120
8. 从下指节纹中可以看出什么?	121

第二节 从五指特征看健康

1. 正常形态下的拇指有哪些特征?	122
2. 怎么从拇指手纹看健康?	122



- 3.怎么从拇指大小形状看健康? 123
- 4.怎么从拇指指端看健康? 123
- 5.正常形态下的食指有哪些特征? 123
- 6.怎么从食指大小形状看健康? 124
- 7.怎么从食指的指节看健康? 124
- 8.怎么从食指的其他特征看健康? 124
- 9.怎么从中指的形状大小看健康? 125
- 10.怎么从中指的特征和记号看健康? 125
- 11.中指诊疗的基本概念有哪些? 126
- 12.正常形态下的无名指有哪些特征? 126
- 13.怎么从无名指的形状大小看健康? 126
- 14.怎么从无名指的其他特征看健康? ... 126
- 15.怎么从无名指的指节特征看健康? 127
- 16.什么是病约纹? 127
- 17.正常形态下的小指有哪些特征? 128
- 18.怎么从小指的形态大小看健康? 128
- 19.怎么从小指指节特征看健康? 128
- 20.食指歪斜预示什么? 129
- 21.若五指僵硬预示什么? 129
- 22.食指与中指间有缝隙预示什么? 129

第三节 从具体指形看健康

- 1.指形论有什么意义? 130
- 2.方形指反映什么样的状况? 130
- 3.细长指反映什么样的状况? 130
- 4.圆锥指反映什么样的状况? 131
- 5.竹节指反映什么样的状况? 131
- 6.汤匙指反映什么样的状况? 131
- 7.鼓槌指反映什么样的状况? 131
- 8.壁虎指反映什么样的状况? 131
- 9.粗短指反映什么样的状况? 132
- 10.棱形指反映什么样的状况? 132
- 11.斜弯指反映什么样的状况? 132

第四章 从甲象观健康

第一节 指甲的基本知识

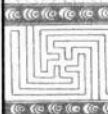
- 1.指甲是由哪些部分组成的? 134
- 2.指甲的标准长度是多少? 134
- 3.标准的指甲有哪些特征? 134
- 4.指甲上的月痕是健康标志吗? 135
- 5.五指指甲分别对应人体什么器官? ... 135
- 4.指甲呈青色代表什么? 137
- 5.指甲呈黄色代表什么? 137
- 6.指甲呈黑色代表什么? 138
- 7.指甲呈灰色代表什么? 138
- 8.指甲呈绿色代表什么? 138
- 9.指甲呈紫色代表什么? 139
- 10.指甲呈蓝色代表什么? 139

第二节 从指甲的颜色看健康

- 1.健康的指甲颜色是怎样的? 136
- 2.指甲呈白色代表什么? 136
- 3.指甲呈红色代表什么? 137

第三节 从指甲的形状看健康

- 1.指甲上面出现纵向的线表示什么? ... 140
- 2.指甲上面出现横向的线表示什么? ... 140
- 3.指甲扁平意味着什么? 140



4. 指甲特别大意味着什么?	141
5. 指甲呈杵状意味着什么?	141
6. 指甲细长意味着什么?	141
7. 指甲很短意味着什么?	141
8. 指甲窄意味着什么?	142
9. 指甲宽阔意味着什么?	142
10. 指甲翻曲意味着什么?	142
11. 嵌甲意味着什么?	142
12. 剥甲意味着什么?	143
13. 指甲凸起意味着什么?	143
14. 指甲凹下去意味着什么?	143
15. 指甲上面有凹沟意味着什么?	143
16. 代甲意味着什么?	144
17. 纵沟甲意味着什么?	144
18. 横沟甲意味着什么?	144
19. 指甲软薄意味着什么?	144
20. 指甲脆硬意味着什么?	144
21. 串珠甲意味着什么?	145
22. 黑线甲意味着什么?	145
23. 纵裂甲意味着什么?	145
24. 柴糠甲意味着什么?	145
25. 偏月甲意味着什么?	146
26. 缺月甲意味着什么?	146
27. 报伤甲意味着什么?	146
28. 长形指甲反映什么状况?	146
29. 四角形指甲反映什么状况?	146
30. 圆形指甲反映什么健康状况?	147
31. 三角形指甲反映什么状况?	147
32. 方形指甲反映什么状况?	147
33. 筒状指甲反映什么状况?	147
34. 空泡型指甲反映什么状况?	148

35. 卵形指甲反映什么状况?	148
36. 梯形指甲反映什么状况?	148
37. 勺形指甲反映什么状况?	148

第四节 从指甲的特殊现象看健康

1. 指甲内出现红色斑点有什么健康提示?	149
2. 甲床线状出血有什么健康提示?	149
3. 甲床下出现白色斑点有什么健康提示?	150
4. 指甲半月青紫有什么健康提示?	150
5. 指甲上出现白色线带有什么健康提示?	150
6. 指甲上出现黄色斑点有什么健康提示?	150

第五节 甲象九畴和单甲脏腑

1. 什么是甲象九畴?	151
2. 划分的九个区分别对应着哪些脏腑功能?	151
3. 甲象九畴的诊断顺序是什么?	151
4. 单独的甲象脏腑诊断可行吗?	152
5. 单片指甲反映哪方面的健康问题?	152
6. 从单甲的甲尖特征可以看出什么?	152
7. 从单甲的甲侧缘的特征可以看出什么?	153
8. 从单甲上月痕的特征可以看出什么?	153
9. 从单甲甲边的特征可以看出什么?	154
10. 从单甲的甲根缘的特征可以看出什么?	154



第五章 从手掌线路看健康

第一节 掌纹手诊的辨证基础

1. 你了解主线诊断吗?	156
2. 主线诊断和九区诊断有什么区别和联系?	157
3. 主线诊断和辅线诊断有什么区别和联系?	157
4. 主线上的开放型病纹有哪些?	157
5. 主线上出现星型纹、米字纹一般表示什么?	157
6. 主线上出现十字纹、交叉纹一般表示什么?	158
7. 主线上出现网格纹一般表示什么?	159
8. 主线上出现井字纹一般表示什么?	159
9. 主线上的闭合型病纹有哪些?	159
10. 主线上出现方格纹一般表示什么?	159
11. 主线上出现菱形纹一般表示什么?	160
12. 主线上出现三角星纹一般表示什么?	160
13. 主线上出现四角形纹一般表示什么?	160
14. 主线上出现三角形纹一般表示什么?	160
15. 主线上出现岛纹一般表示什么?	161
16. 主线上出现圆环纹一般表示什么?	162
17. 主线上出现斑点纹一般表示什么?	162

18. 主线上的上行侧羽纹有什么健康提示?	162
19. 主线上的羽状纹有什么健康提示?	163
20. 主线上的下行侧羽纹有什么健康提示?	163
21. 主线上的纵切纹和横切纹有什么健康提示?	164
22. 主线上的蛇形或波浪形纹有什么健康提示?	164
23. 主线上的交叉状纹有什么健康提示?	164
24. 主线上的锁链纹有什么健康提示?	165
25. 曲线有什么健康提示?	165
26. 曲中断线有什么健康提示?	166
27. 真中断线有什么健康提示?	166
28. 假中断线有什么健康提示?	166
29. 人人都有辅线吗?	167
30. 先天和后天生成的辅线分别有什么健康提示?	168
31. 辅线就是辅助主线诊断的吗?	168

第二节 生命线的健康提示

1. 为什么说生命线是先天后天的根本?	169
2. 生命线代表着人体哪方面的健康状况?	169
3. 生命线的正常形态是什么样的?	169
4. 生命线上各脏腑段是怎么划分的?	170
5. 如何通过生命线的起始点位置来判断健康状况?	170



6.如何通过生命线的长短来判断健康状况?	171
7.如何通过观察生命线的颜色来断定健康状况?	171
8.如何通过生命线的曲直来判断健康状况?	171
9.如何通过生命线的粗细来判断健康状况?	171
10.如何通过生命线的弧度大小来判断健康状况?	172
11.穿乾达坎意味着什么?	172
12.生命线包绕艮区意味着什么?	172
13.生命线粗深中断意味着什么?	173
14.有两条以上的生命线意味着什么?	173
15.生命线中出现方格纹意味着什么?	173
16.生命线呈波浪纹意味着什么?	174
17.生命线末端粗大意味着什么?	174
18.生命线呈锁链状意味着什么?	174
19.生命线在艮区左右呈羽状意味着什么?	174
20.生命线呈蛇形意味着什么?	175
21.生命线断而又续意味着什么?	175
22.生命线细皱浅淡意味着什么?	175
23.生命线始链乾乱意味着什么?	176
24.生命线始末呈羽状意味着什么?	176
25.生命线始末出现岛纹意味着什么?	176
26.加强身体的调养能使生命线变得深刻吗?	177
27.生命线有什么养生提示?	177

第三节 智慧线的健康提示

1.为什么说智慧线是聚精会神的轨迹?	179
2.智慧线对应人体哪些方面的健康状况?	179

3.智慧线的正常状态是什么样的?	179
4.智慧线上各脏腑段是怎么划分的?	180
5.如何通过观察智慧线的颜色来断定健康状况?	180
6.如何通过智慧线的长短来判定健康状况?	180
7.如何通过智慧线的粗细来判定健康状况?	181
8.如何通过智慧线的曲直来断定健康状况?	181
9.智慧线上有斑点意味着什么?	181
10.智慧线深粗直长意味着什么?	181
11.智慧线深粗过短意味着什么?	182
12.智慧线起始端和生命线分离意味着什么?	182
13.智慧线上有锁链纹意味着什么?	182
14.智慧线分叉走向不同意味着什么?	183
15.智慧线末端羽状分叉意味着什么?	183
16.智慧线分叉都向下意味着什么?	183
17.智慧线蛇状弯曲意味着什么?	184
18.智慧线整体下垂意味着什么?	184
19.智慧线短直且末端有纵切纹意味着什么?	184
20.智慧线和生命线中段相连意味着什么?	185
21.智慧线天生断裂表示什么?	185
22.智慧线中断意味着什么?	185
23.智慧线出现大岛纹意味着什么?	185
24.智慧线长而弯垂意味着什么?	186
25.怎么从智慧线中看养生?	186

第四节 感情线的健康提示

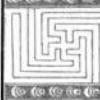
1.为什么说感情线是百感交集的写照?	187
--------------------	-----

2. 感情线对应着人体哪些方面的健康状况?	187
3. 感情线的正常状态是什么样的?	188
4. 感情线上各脏腑段是怎么划分的?	188
5. 通过观察感情线的颜色来断定健康状况?	188
6. 感情线长短分别意味着什么?	189
7. 感情线粗细分别意味着什么?	190
8. 感情线上有斑点意味着什么?	190
9. 感情线弧度大小分别意味着什么?	190
10. 感情线凹凸分别意味着什么?	191
11. 感情线曲直分别意味着什么?	191
12. 感情线与智慧线之间有相连的线意味着什么?	191
13. 感情线末端分叉意味着什么?	191
14. 感情线断且分散表示什么?	192
15. 中指下方的感情线出现多种掌中记号表示什么?	192
16. 感情线中间多处断开表示什么?	192
17. 两条感情线表示什么?	192
18. 有两条感情线且都是末端分叉表示什么?	193
19. 感情线末端分成三叉表示什么?	193
20. 感情线有支线向上呈羽状表示什么?	193
21. 感情线在无名指下出现岛纹表示什么?	194
22. 感情线有支线向下呈羽状表示什么?	194
23. 感情线末端弯垂表示什么?	194
24. 感情线中间弯曲弧度较大且下垂表示什么?	195
25. 感情线呈链状断续表示什么?	195
26. 怎么从感情线看养生?	195

第五节 命运线的健康提示

1. 为什么说命运线是岁月蹉跎的记录?	197
2. 命运线的正常形态是什么样的?	197
3. 命运线对应人体哪些方面的状况?	198
4. 如何通过观察命运线的颜色来断定健康状况?	198
5. 如何通过观察命运线的形态来断定健康状况?	198
6. 命运线和智慧线相交处有细纹阻断表示什么?	198
7. 命运线、智慧线相交处有开放型纹理表示什么?	198
8. 命运线和智慧线相交点有黑斑表示什么?	199
9. 命运线和智慧线相交处出现岛纹表示什么?	199
10. 命运线从掌中心开始表示什么?	199
11. 命运线突然中断表示什么?	200
12. 命运线末端在感情线之下表示什么?	200
13. 命运线断断续续表示什么?	200
14. 命运线多处中断表示什么?	200
15. 命运线断而又续表示什么?	201
16. 命运线从不同地方开始分别表示什么?	201
17. 命运线上有交叉纹表示什么?	201
18. 命运线和感情线相交处有多种杂纹表示什么?	201
19. 命运线的起始端有交叉纹表示什么?	202
20. 命运线在脑区不同的情况分别表示什么?	202





21. 命运线上出现交叉纹或岛纹表示什么? 202
22. 命运线、智慧线相交处出现菱形纹套岛纹表示什么? 203
23. 怎么从命运线来看养生? 203

第六节 健康线的健康提示

1. 健康线是健康状态的显示么? 204
2. 健康线对应人体哪些方面的状况? .. 204
3. 健康线的正常形态是什么样的? 204
4. 如何通过观察健康线的颜色来断定健康状况? 205
5. 如何通过观察健康线的整体形态来断定健康状况? 205
6. 健康线上有斑点表示什么? 205
7. 健康线插入感情线向小指延伸表示什么? 206
8. 健康线穿过三大主线表示什么? 206
9. 手中有多条健康线表示什么? 206
10. 健康线不顺有岛纹表示什么? 206
11. 健康线穿过生命线停在感情线之下表示什么? 207
12. 健康线上有杂乱纹理表示什么? 207

第七节 性线的健康提示

1. 性线有什么寓意? 208
2. 性线对应人体哪些方面的状况? 208
3. 如何通过观察性线的颜色来断定健康状况? 208
4. 性线的正常形态是什么样的? 209
5. 如何通过观察性线的整体形态来断定健康状况? 209
6. 性线上有斑点表示什么? 209
7. 性线中出现岛纹或菱形纹表示什么? ... 209

8. 性线止于离区表示什么? 210
9. 性线末端分叉表示什么? 210
10. 性线和感情线相交表示什么? 210
11. 性线弯曲表示什么? 210
12. 怎么从性线来看养生? 210

第八节 生育线的健康提示

1. 为什么说生育线是生殖功能的补充? 211
2. 生育线的正常形态是什么样的? 211
3. 生育线对应人体哪些方面的状况? ... 211
4. 如何通过观察生育线的颜色来断定健康状况? 212
5. 如何通过观察生育线的整体形态来断定健康状况? 212
6. 生育线无力下垂表示什么? 212
7. 生育线上出现斑点表示什么? 213
8. 生育线上有米字纹等细纹表示什么? .. 213
9. 两只手只有一条生育线表示什么? .. 213
10. 两只手都没有生育线表示什么? 213
11. 生育线浅、淡、短、细表示什么? 213
12. 生育线断断续续表示什么? 214
13. 生育线两端分叉表示什么? 214
14. 生育线杂纹横生表示什么? 214
15. 生育线长、粗、深、重表示什么? 214
16. 怎么从生育线看养生? 214

第九节 心线的健康提示

1. 为什么说心线是“心心相印”的对比? 215
2. 心线的正常形态是什么样的? 215
3. 如何通过观察心线的颜色来断定健康状况? 215
4. 心线对应人体哪些方面的状况? 216



5. 如何通过观察心线的形态来断定健康状况? 216
6. 心线断裂表示什么? 216
7. 心线中有青筋穿过表示什么? 216
8. 心线分叉杂乱表示什么? 216
9. 心线上有岛纹表示什么? 216
10. 心线上出现斑点表示什么? 217
11. 心线上什么标记影响着心脏健康? 217
12. 怎么从心线看养生? 217
7. 手腕线上出现斑点表示什么? 223
8. 手腕线呈锁链状表示什么? 223
9. 手腕线有青筋穿过表示什么? 223
10. 手腕线过少或无表示什么? 223
11. 手腕线有多条是好事么? 223
12. 穿过手腕线的青筋结束位置有什么含义? 224
13. 断裂不顺的手腕线意味着什么? 224
14. 怎么从手腕线看养生? 224

第十二节 离火环的健康提示

第十节 脑线的健康提示

1. 为什么说脑线是神采奕奕的表现? .. 218
2. 脑线对应人体哪些方面的状况? 218
3. 如何通过观察脑线的颜色来断定健康状况? 218
4. 脑线的正常形态是什么样的? 219
5. 如何通过观察脑线来断定健康状况? 219
6. 脑线上出现佛心纹提示什么? 219
7. 脑线上出现岛纹提示什么? 219
8. 脑线上出现斑点提示什么? 220
9. 脑线断裂不顺提示什么? 220
10. 怎么从脑线看养生? 220

1. 为什么说离火环是魅力的相互吸引? 225
2. 离火环的正常形态是什么样的? 225
3. 离火环对应人体哪些方面的状况? ... 225
4. 如何通过观察离火环的颜色来断定健康状况? 226
5. 如何通过观察离火环的形态来断定健康状况? 226
6. 手中有多重离火环表示什么? 226
7. 离火环与性线相交表示什么? 226
8. 离火环上出现斑点表示什么? 227
9. 离火环与命运线相交表示什么? 227
10. 离火环中间断裂表示什么? 227
11. 断裂不顺的离火环意味着什么? ... 227
12. 离火环呈羽状意味着什么? 228
13. 怎么从离火环看养生? 228

第十一节 手腕线的健康提示

1. 为什么说手腕线是精力充沛的表现? ... 221
2. 手腕线的正常形态是什么样的? 221
3. 手腕线对应人体哪些方面的状况? ... 221
4. 如何通过观察手腕线的颜色来断定健康状况? 222
5. 如何通过观察手腕线的形态来断定健康状况? 222
6. 手腕线中间向上拱起表示什么? 222

第十三节 成功线的健康提示

1. 为什么说成功线是命运线的辅线? ... 229
2. 成功线对应人体哪些方面的状况? ... 229
3. 成功线的正常形态是什么样的? 229
4. 成功线旁有两条平行辅线意味着什么? 230