

点

穴



——
随身用品制暴法

防身



功夫，实用比好看更重要！
不求套路只讲实效，
最易学、最实用的点穴实战功夫。
各种险情下点穴方法的实际运用，
利用日常用具加强点穴力道，
以弱胜强、制敌防身。
近100幅图片详解技术动作，
倾囊相授，绝不藏私！

CTS

湖南科学技术出版社

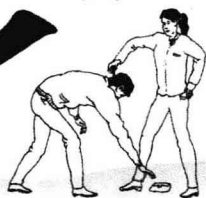
杨连村 著

点

穴



——
随身用品制暴法



功夫，实用比好看更重要！
不求套路只讲实效，
最易学、最实用的点穴实战功夫。
各种险情下点穴方法的实际运用，
利用日常用具加强点穴力道，
以弱胜强、制敌防身。
近100幅图片详解技术动作，
倾囊相授，绝不藏私！

防身

CS



湖南科学技术出版社

杨连村 著

图书在版编目 (C I P) 数据

点穴防身——随身用品制暴法 / 杨连村 著.
— 长沙 : 湖南科学技术出版社, 2012. 12
ISBN 978-7-5357-7279-4
I. ①点… II. ①杨… III. ①点穴—防身术 IV.
①G852.4
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 132198 号

点穴防身——随身用品制暴法

著 者: 杨连村
责任编辑: 戴 涛
出版发行: 湖南科学技术出版社
社 址: 长沙市湘雅路 276 号
<http://www.hnstp.com>
邮购联系: 本社直销科 0731-84375808
印 刷: 长沙瑞和印务有限公司
(印装质量问题请直接与本厂联系)
厂 址: 长沙市井湾路 4 号
邮 编: 410004
出版日期: 2012 年 12 月第 1 版第 1 次
开 本: 850mm×1168mm 1/32
印 张: 8.25
字 数: 186000
书 号: ISBN 978-7-5357-7279-4
定 价: 20.00 元
(版权所有·翻印必究)



目 录

第一章 点穴概述	1
第一节 学习点穴的步骤	2
第二节 古今十四经脉与穴位	2
第三节 骨度分寸折量法	33
一 常用的骨度折量寸	33
二 指寸定位法	33
第四节 被点穴后所牵连的伤痛部位	37
第五节 随身点穴用品	37
第二章 随身用品点穴抗暴绝招	41
第一节 在屋中院内遇偷抢时快点速制最佳法	42
一 点承泣穴	42
二 点天鼎穴	43
三 点血海穴	45
四 点大包穴	47
五 点悬钟穴	49
六 点胃仓穴	50
七 点耳门穴	52
八 点廉泉穴	53

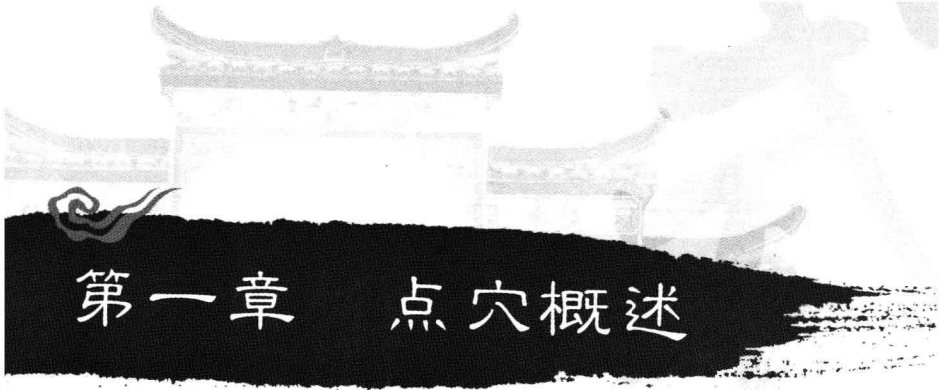
九	点乳根穴	56
十	点章门穴	57
十一	点下腕穴	60
十二	点涌泉穴	61
十三	点天宗穴	64
十四	点委中穴	66
第二节 在街道路旁被打劫时迅猛点穴制暴法		68
一	点青灵穴	68
二	点渊腋穴	70
三	点太溪穴	72
四	点昆仑穴	74
五	点天突穴	75
六	点鸠尾穴	77
七	点上廉泉穴	80
八	点关元穴	82
九	点风门穴	84
十	点风市穴	87
十一	点不容穴	89
十二	点天容穴	91
十三	点臂臑穴	94
第三节 出差旅游遇到暴徒伤害时雨伞点穴解危法		96
一	点天窗穴	96
二	点天柱穴	98
三	点命门穴	100
四	点巨骨穴	102
五	点大椎穴	104

六	点少海穴·····	106
七	点阴包穴·····	108
八	点带脉穴·····	109
九	点率谷穴·····	111
十	点会阴穴·····	112
十一	点曲泽穴·····	115
第四节 骑车、带包外出被抢时用笔、伞点穴护物护身法		
	·····	118
一	点天牖穴·····	118
二	点太阳穴·····	120
三	点睛明穴·····	122
四	点脑户·····	124
五	点腹哀穴·····	126
六	点肾俞穴·····	128
七	点长强穴·····	130
第五节 被多人围攻时点穴制暴法		132
一	点中极穴·····	132
二	点膝阳关穴·····	134
第六节 以弱胜强巧妙点穴法		137
一	点日月穴·····	137
二	点扶突穴·····	139
三	点八邪穴·····	141
四	点腰眼穴·····	143
五	点听宫穴·····	145
六	点风池穴·····	147
七	点人迎穴·····	149

八 点阳白穴·····	151
第七节 在田间地头点穴自卫法·····	153
一 点步廊穴·····	153
二 点库房穴·····	155
三 点阴廉穴·····	157
四 点辄筋穴·····	159
五 点膏肓俞穴·····	161
六 点承山穴·····	164
第八节 意外遇险时点穴防身法·····	166
一 点腕骨穴·····	166
二 点期门穴·····	168
三 点风府穴·····	170
四 点扁桃穴·····	170
五 点阳溪穴·····	173
第九节 暴徒用凶器时短棍点穴抗暴法·····	175
一 点神阙穴·····	175
二 点食窦穴·····	177
三 点肩井穴·····	179
四 点肝俞穴·····	180
五 点哑门穴·····	183
六 点曲骨穴·····	185
七 点解溪穴·····	187
八 点维道穴·····	188
九 点魂门穴·····	190
十 点翳风穴·····	191
十一 点内关穴·····	194

十二	点乳中穴·····	196
十三	点合谷穴·····	198
十四	点曲池穴·····	199
十五	点三阴交穴·····	202
十六	点下关穴·····	204
十七	点中渚穴·····	205
十八	点膻中穴·····	206
十九	点极泉穴·····	209
二十	点人中穴·····	211
二十一	点脊中穴·····	212
二十二	点气海穴·····	214
二十三	点足三里穴·····	217
二十四	点尺泽穴·····	219
二十五	点承扶穴·····	221
二十六	点百会穴·····	222
第十节 被长、短棍攻打时点穴反击方法·····		225
一	点印堂穴·····	225
二	点手三里穴·····	227
三	点天枢穴·····	229
四	点颊车穴·····	231
五	点意舍穴·····	233
六	点京门穴·····	235
七	点中府穴·····	237
八	点缺盆穴·····	239
九	点箕门穴·····	240
十	点鱼腰穴·····	243

十一	点至阳穴·····	244
十二	点颈臂穴·····	246
十三	点急脉穴·····	248
十四	点梁门穴·····	250
十五	点迎香穴·····	252
十六	点上腕穴·····	253



第一章 点穴概述

第一节 学习点穴的步骤

第一步：记住穴位的名称和所在之处，还有部位分寸。这些都是学习点穴的必知内容，熟记这些内容对实战点穴有很大的用处。

第二步：步步深入，突出重点。学习点穴法和学习其他事情一样，也是一个由浅入深、从简到繁的过程，所以学习时不要贪多，应先学会一些重要的穴位（如太阳穴、天突穴、鸠尾穴、命门穴等）和点击动作方法，而后再逐步地增加认穴数量，决不能浮皮潦草、对每个穴位与点击动作方法都是一知半解。

第三步：看本书学习时，可在墙上划一个与真人大小一样的人体平面图，标上点击目标进行练习，有条件的可在人体模型上进行点击练习，最后找一个同伴，两人进行攻防轻点的实战练习。

第二节 古今十四经脉与穴位

1. 手太阴肺经穴：起自中府穴，止于少商穴。从胸走手，本经一侧 11 穴（左右两侧共 22 穴），其中 9 穴分布于上肢掌面桡侧，2 穴在前胸上部 [图 1（古）、图 2（今）]。

2. 手阳明大肠经穴：起自商阳穴，止于迎香穴。从手走向头，本经一侧 20 穴（左右两侧共 40 穴），其中 15 穴分布于上肢背面桡侧，5 穴在颈、面部 [图 3（古）、图 4（今）]。

3. 足阳明胃经穴：起自承泣穴，止于厉兑穴。从头走足，本经一侧 45 穴（左右两侧共 90 穴）。其中 15 穴分布于下肢的前外侧面，30 穴在腹、胸部与头面部 [图 5（古）、图 6（今）]。



图 1 (古)

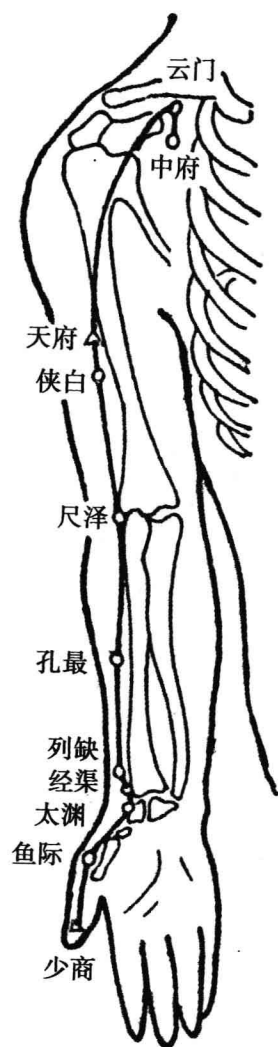


图 2 (今)



图 3 (古)

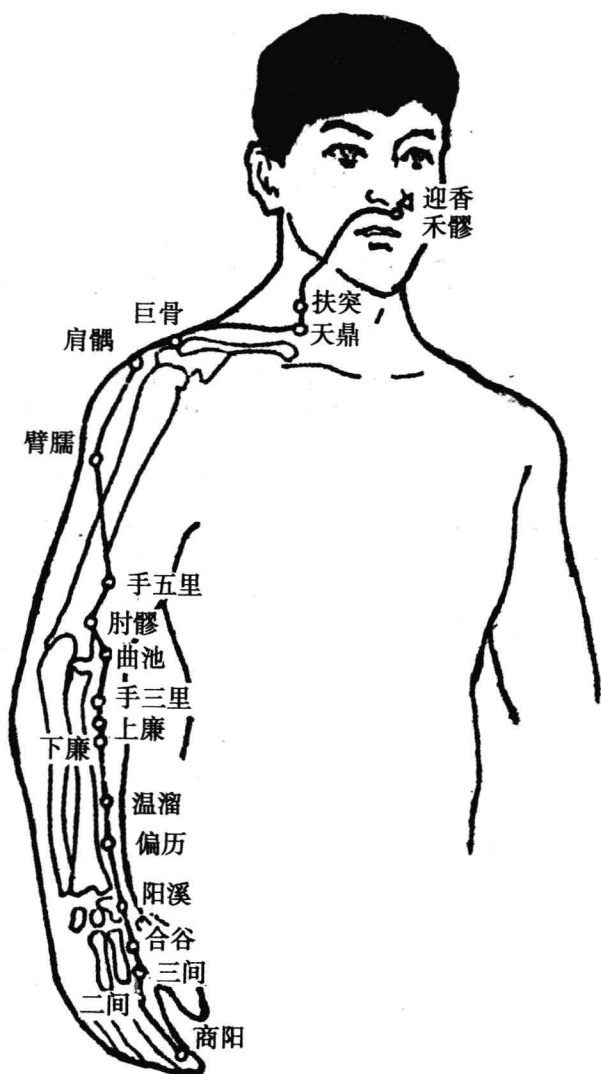


图 4 (今)

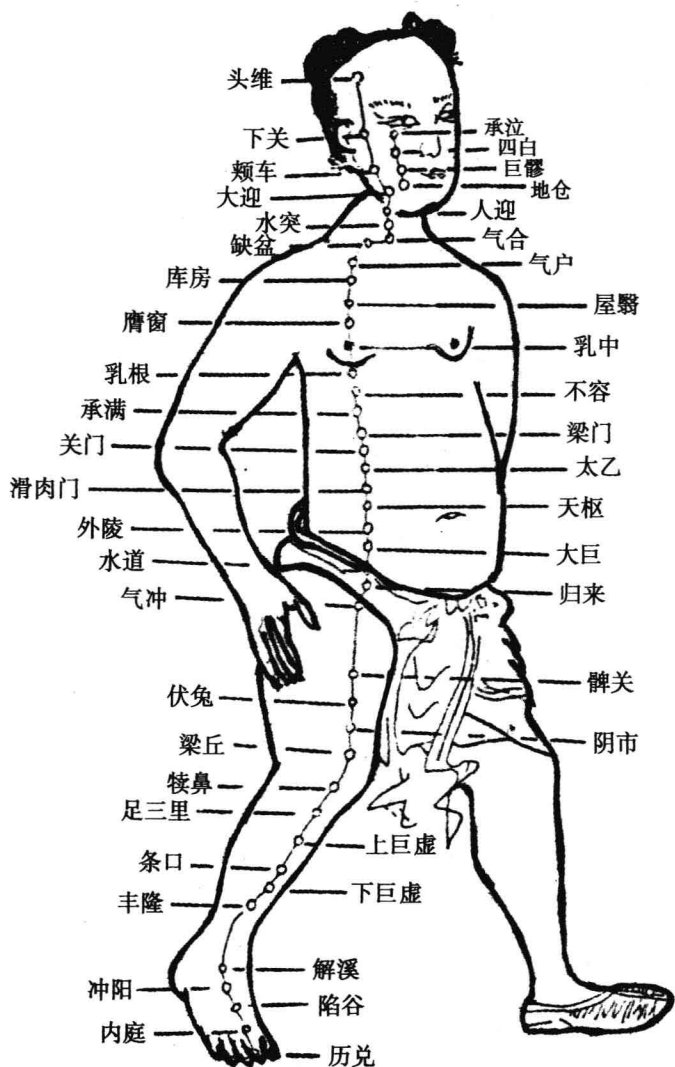


图 5 (古)

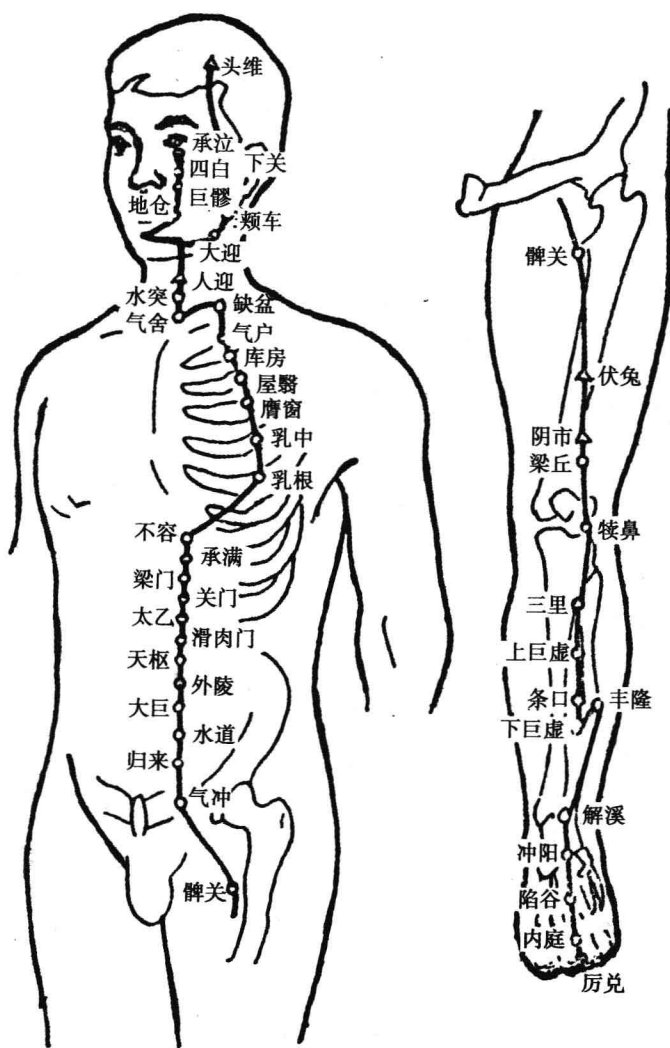


图 6 (今)