

Lương y HAI NGỌC - TRẦN THU NGUYỆT

XOA BÓP BÀN TAY

CHỮA BỆNH

Xem tay biết sức khỏe, vận mệnh



Hiệu đính: Bs.Minh Hùng,
(nguyên trưởng khoa Đông y bệnh viện Hữu nghị Việt Xô)



NGUYỄN
ĐC LIỆU

NHÀ XUẤT BẢN THANH HÓA

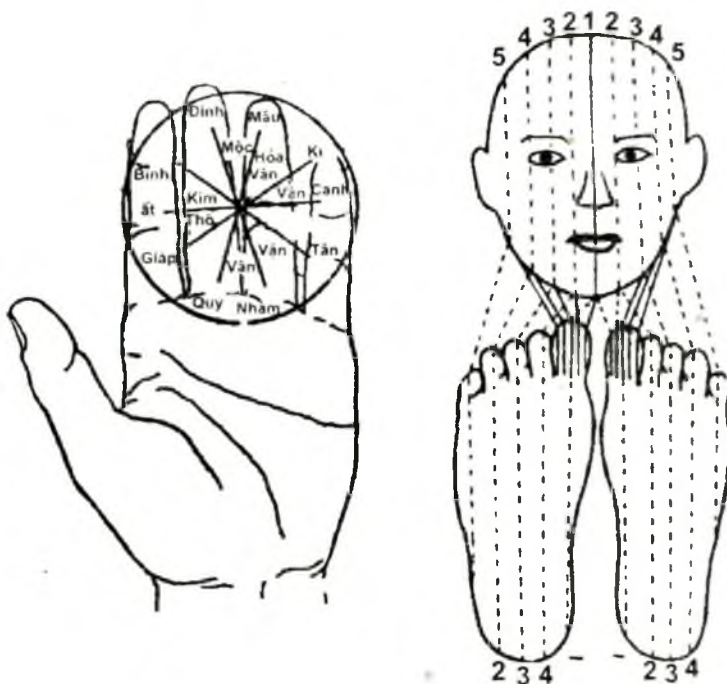
XOA BÓP BÀN TAY CHỮA BỆNH

Biên soạn: LƯƠNG Y HẢI NGỌC

Hiệu đính: B.S. MINH HÙNG

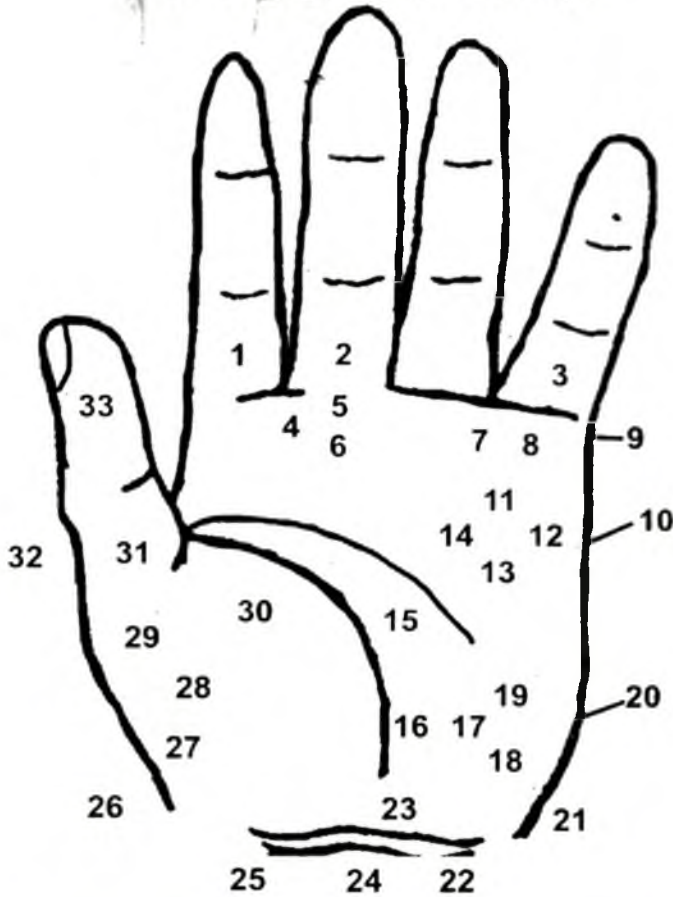
Nguyên trưởng khoa Đông y

Bệnh viện Hữu Nghị Việt Xô



NHÀ XUẤT BẢN THANH HÓA

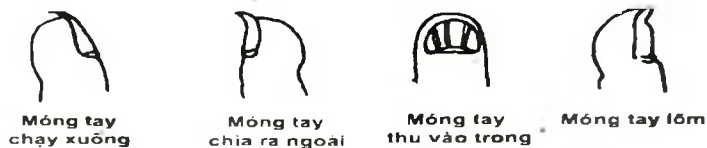
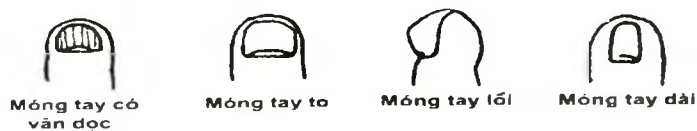
Hình tượng tay thời cổ đại



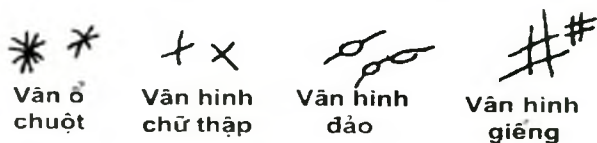
Hình 1: Bản đồ tượng tay này nghe nói có từ đời Tống.

Từ bản đồ này có thể xem bát quái, giờ, ngũ hành, thời tiết, màu sắc định vị trên tượng tay

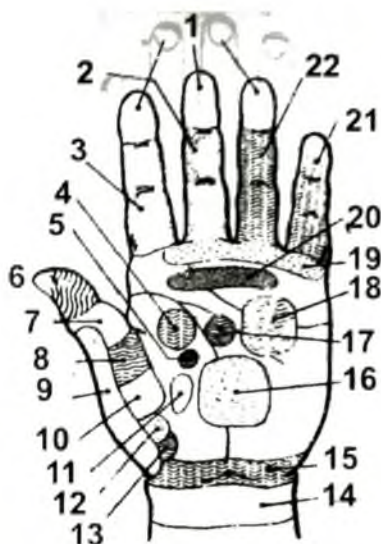
1. Mộc tón, 2. Ngọ, 3. Mùi, 4. Xích, 5. Ly hỏa, 6. Hạ, 7. Thổ, 8. Khôn, 9. Thân, 10. Tây, 11. Bạch, 12. Đoài, 13. Kim, 14. Thu, 15. Minh đường, 16. Thủy, 17. Đông, 18. Hắc, 19. Kim, 20. Càn, 21. Tuất, 22. Hợi, 23. Khảm, 24. Tí, 25. Sửu, 26. Dần, 27. Cấn, 28. Thổ, 29. Canh, 30. Tân, 31. Mộc, 32. Mão, 33. Thìn



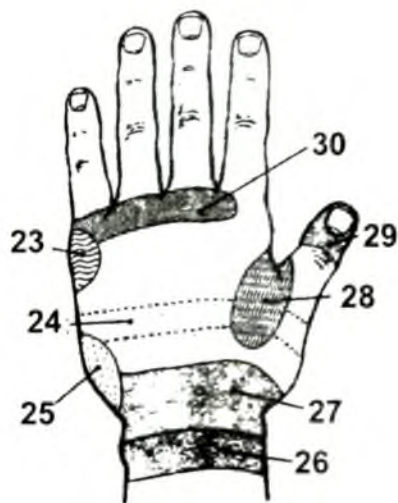
H2: Diễn biến các loại móng tay



Hình 3: Vân tay và kí hiệu



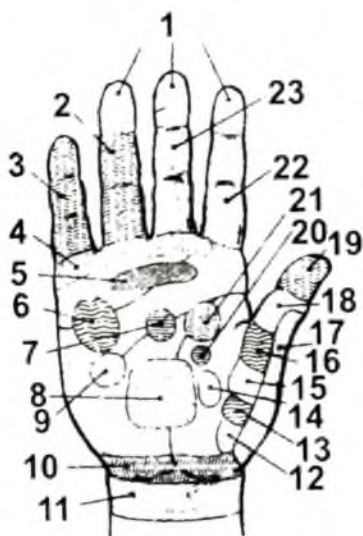
*Khu phản xạ
lòng bàn tay trái*



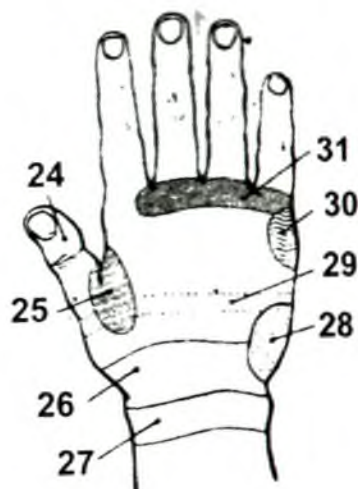
*Khu phản xạ
mu bàn tay trái*

1. Mũi
2. Mắt (khu tim)
3. Bụng
4. Thận
5. Phó thận
6. Khu gáy
7. Khu cổ
8. Tuyến giáp trạng
9. Cột sống
10. Tiêu hóa
11. Khu tụy
12. Khu bàng quang
13. Khu tiêu cốt
14. Bộ phận sinh dục
15. Trực tràng

16. Tiểu não
17. Thần kinh thái dương
18. Khu tim
19. Khu vai
20. Khu hô hấp(phổi)
21. Tai(khu bộ phận sinh dục)
22. Tai khu hormon
23. Khu khuỷu tay
24. Khu hoành cách não
25. Khu gối
26. Khu bộ phận sinh dục
27. Khu gối
28. Vòm họng (khu khí quản)
29. Khu đầu
30. Khu vai



*Khu phản xạ lòng
bàn tay phải*



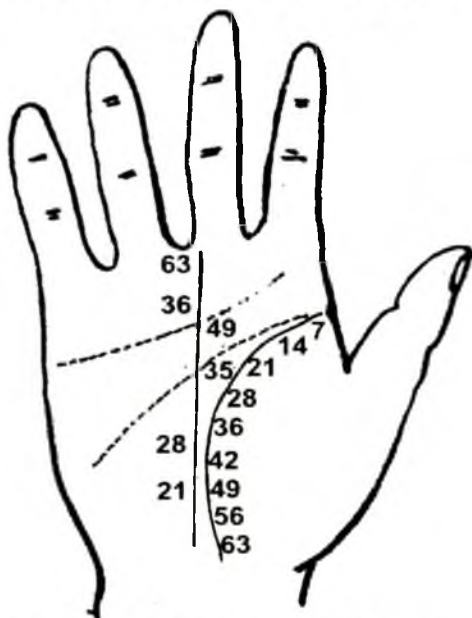
*Khu phản xạ mu
bàn tay phải*

Hình 5:

- | | |
|---------------------------|--|
| 1. Mũi | 17. Cột sống |
| 2. Tai (hoác môn) | 18. Cổ |
| 3. Tai (bộ phận sinh dục) | 19. Đầu |
| 4. Khu vai | 20. Phó thận |
| 5. Hô hấp phổi | 21. Thận |
| 6. Gan | 22. Mắt (tràng) |
| 7. Thần kinh thái dương | 23. Mắt (khu tim) |
| 8. Tiểu tràng | 24. Khu cổ |
| 9. Túi mật | 25. Vòm họng, phế quản (họng, tai, ngực, phổi) |
| 10. Trục tràng | 26. Khu đầu gối |
| 11. Bộ phận sinh dục | 27. Khu bộ phận sinh dục |
| 12. Khu tiêu cốt | 28. Khu đầu gối |
| 13. Bàng quang | 29. Khu hoành cách mô |
| 14. Tụy | 30. Khu cùi tay |
| 15. Khu tiêu hóa (dạ dày) | 31. Khu vai |
| 16. Tuyến giáp trạng | |



Hình 6: Phân chia khâu với khâu bàn tay



Hình 7: Lưu niên tương tay



Hình 8: Phạm vi phản xạ đáy bàn chân



Hình 9: Phạm vi phản xạ đáy bàn chân

I

KHÁM PHÁ BÍ MẬT CỦA BÀN TAY VỚI Y HỌC - MỘT VẤN ĐỀ TỪ XƯA ĐÃ ĐẶT RA

Người xưa nghiên cứu về tướng tay. Tuy không để lại tư liệu có hệ thống và bị hạn chế do lịch sử mà đi đường vòng, không phân rõ là y học hay bói toán, nhưng sự cố gắng của họ đã mở đường cho sự tìm tòi của người đời sau; không thể phủ nhận công lao của họ.

Hơn hai ngàn năm trước đây, tác phẩm y học cổ điển của Trung Quốc là *Hoàng đế nội kinh* đã cho rằng toàn thân thể và bộ phận cơ thể con người là thống nhất một cách biện chứng. Từng bộ phận cơ thể có liên quan mật thiết với tạng phủ, kinh lạc, khí huyết của toàn thân. Do có mối quan hệ ấy nên khi chẩn đoán chữa bệnh, phải xem sự biến đổi của ngũ quan, hình thể, mạch đập để biết được tình hình sức khỏe nội tạng bên trong. Dựa vào nguyên lý này thì thấy, bàn tay có thể phản ánh tình hình sức khỏe của con người. Về y học, từ vân ngón tay của đứa bé và hai lăm điều mà các nhà âm dương đã miêu tả để phân biệt được bệnh tật đã là chỗ dựa cho sự nhận thức này. Từ thời nhà Chu đã có vết tích về môn tướng tay, đến thời kỳ Xuân Thu Chiến

Quốc, thuật xem tướng tay đã thịnh hành ở các nước, được nhiều người coi trọng và vận dụng rộng rãi.

Trong *Hoàng đế nội kinh* có rất nhiều điều nói về mối quan hệ giữa tay với tạng phủ và đã có cách nói điển hình phản ánh bệnh tật bên trong như “lòng bàn tay nóng thì phủ bên trong nóng, lòng bàn tay lạnh thì phủ bên trong lạnh”.

Sách *Linh khu hình khí tạng phủ bệnh hình thiên* lại ghi: “Người mắc bệnh tiểu tràng... nếu rét nhiều, chỉ từ vai trở lên nóng và kẻ giữa ngón út với ngón vô danh là nóng”. Cách nói này đã chứng minh mối quan hệ rõ rệt giữa tay và tạng phủ. Như danh y thời Chiến Quốc Biển Thuốc là một người giỏi xem biến đổi của khí sắc mà đoán bệnh. Nhiều nhà mệnh lý học khác lại kiêm y lý, nhiều nhà y học lại kiêm mệnh lý, kẻ không hết được. Đến thời Đông Hán, hệ thống lý luận y học đã định hình, người ta nhận thức về tay lại sâu sắc hơn. Nhà duy vật Vương Sung nổi tiếng, trong cuốn *Luận hành cốt tướng luận* đã nêu lên: “Theo cách xem đốt xương, theo lý quan sát da, để thăm định tính mệnh con người, không ai không ứng nghiệm”. “Người nói mệnh khó biết, mệnh rất dễ biết, biết để dùng làm gì, dùng cho cơ thể”. Vương Sung là người đề xướng thuyết duy vật nổi tiếng thời Đông Hán, lần đầu tiên trên lịch sử. Ông đã có kết luận về mối liên quan giữa đốt xương và “xương cơ thể” với tính mệnh, có thể nói đó là sự khái quát tổng kết cao độ về thực tiễn trong một thời kỳ dài lúc bấy giờ.

Cuối đời Đường đầu đời Tống, ở Trung Quốc xuất hiện một vị đạo sĩ rất được người đời sau tôn sùng là Trần Đoàn. Sau khi đỗ sau Tôn Sơn ở trường thi, ông từ bỏ con đường thi cử. Cuối đời ông sống ở Vân Đài Quan

tại chân núi Hoa Sơn, ông là “Trần Đoàn lão tổ” mà trong tiểu thuyết thần thoại miêu tả là “pháp thuật vô biên”. Ông không phải là vị thần tiên đã ngủ một giấc 800 năm mà ông là một nhà trí thức tinh thông dịch lý, giỏi hà lạc, khéo xem tướng, thông y lý, hiểu thiên tinh, thấu địa đạo, v.v... trong *Tống sử* có truyện ký viết về ông, sách tra cứu như *Từ Nguyên*, *Từ Hải* đều giới thiệu vắn tắt về ông. Trần Đoàn từng cùng Từ Tử Bình nghiên cứu môn thuật số và đã lập ra cách đoán mệnh theo tử vi đẩu số và Hà lạc lý số, vẫn được lưu truyền tới ngày nay.

Ngoài ra, về tướng học, ông từng soạn ra sách *Ma y thần tướng*, trong đó ghi chép đặc điểm vân tay của những nhân vật cổ xưa và cả Lưu Bang, Hạng Vũ. Có thể thấy muộn nhất ở thời Tống, người ta đã bắt đầu sưu tập, phân tích và nghiên cứu vân tay một cách rộng rãi, phải theo nhiều ý nghĩa khác nhau tuy có nhiều chỗ mê tín không thực nhưng với việc ghi chép vân tay thì đúng là chuẩn xác thực sự, có sự phân tích mối liên quan giữa các bộ phận cơ thể với tình hình sức khỏe con người - thời xưa có câu tục ngữ: “Thầy tướng hản là lương y”. Qua câu nói này có thể thấy, khi các phương pháp điều trị khác hưng thịnh thì xem tướng tay không độc lập phát triển một mình, mà nó nằm giữa y học và tướng học, thời đó, từ xem “tướng tay” đã được sử dụng rộng rãi. Môn xem tướng tay đã bao gồm chẩn đoán bằng tay, cũng bao gồm cả qua xem vân tay mà biết được tính cách, khí chất, vận mệnh con người (trong đó có nhân tố đoán mò, xem mò nhưng không hoàn toàn như vậy, vấn đề này sẽ bàn ở chuyên mục khác) nhưng chủ yếu là nói về điều thứ nhất.

Đến thời Minh, cách xem vân ngón tay trẻ em đến đoán bệnh dần dần được các nhà y học nêu lên và được ứng dụng rộng rãi. Đồi Thanh có *Tử chân quyết vi, Hình sắc ngoại chân gian ma, Vọng chân tôn sinh*, đó là bộ sưu tập các cách chẩn đoán các thời đại, trong đó có nhiều nội dung nói chẩn đoán ở tay. Từ đó, chẩn đoán tay đã trở thành một bộ phận quan trọng phụ trợ cho chẩn đoán lâm sàng.

Thuật xem tướng tay bắt nguồn từ Ấn Độ cổ. Thế kỷ IV trước Công nguyên, đại đế Alechxandre viễn chinh Ấn Độ đem môn xem tướng tay về phương Tây. Lúc đó, nhà đại triết học Hy Lạp Herôcrát đã bị nền văn hóa Ấn Độ lôi cuốn, ông đã không từ lao khổ, lặn lội sang tận đất Ấn Độ để nghiên cứu nền văn hóa, triết học, y học huy hoàng của Ấn Độ và dần dần có hứng thú say đắm với môn xem tướng tay của nước này. Sau đó, một nhà triết học khác là Aritstot đã đem môn tướng tay ứng dụng vào thực tiễn, qua rất nhiều tư liệu tích lũy, đã viết nên cuốn sách *Thuật xem tướng tay*, cuốn sách này có ảnh hưởng lớn ở đời sau.

Từ thế kỷ V - XV Công nguyên, do môn xem tướng tay không phù hợp với đạo Cơ đốc nên bị giáo hội chà đạp. Nhưng do người Digan lưu lạc nhiều nơi trên thế giới lấy môn xem tướng tay và chiêm bốc làm nghề mưu sinh, nên môn xem tướng tay vẫn được lưu truyền về sau.

Ở Nhật, những sách nói về môn xem tướng tay có *Thủ cân chiêm* thời Nguyên hòa (1681) và *Thủ tướng minh giám* thời Khoan Chính (1789) và sách *Bí thư truyền* do Lâm Nghĩa Lệnh soạn thời Minh Trị, đều là những sách căn cứ vào kinh nghiệm thực tế viết ra, đều là những sách xem tướng tay rất có giá trị. Về mặt tướng tay thì ở Trung Quốc không được nghiên cứu rộng rãi bằng xem

tướng mặt nên thành tựu cũng thấp. Môn xem tướng tay lưu hành hiện nay là hấp thụ tinh hoa của môn xem tướng tay của Trung Quốc cổ đại, của Ấn Độ, của châu Âu, của Nhật Bản và của người Digan rồi kết hợp với nhiều tri thức khoa học hiện đại, dần dần thoát ra khỏi cảnh đoán mò chủ quan và màu sắc mê tín khiến cho môn này có ý nghĩa khoa học. Hiện nay, trên thị trường có nhiều sách nói về xem tướng tay để biết bệnh tật, đều là tổng kết từ kinh nghiệm thực tiễn, rất có giá trị tìm tòi nghiên cứu.

Thế kỷ 20 là thời đại bùng nổ về tri thức, các tri thức chuyên ngành do không ngừng bành trướng, chia ra từng khoa riêng, thậm chí có những nhân tài chuyên nghiệp chỉ hiểu được một phần lĩnh vực công tác của mình.

Nghiên cứu về môn xem tướng tay cũng như vậy. Ví dụ bàn tay của một người to nhỏ, dày mỏng, nhuận sắc, ngón tay dài ngắn, cong thẳng, to nhỏ, khoảng cách; màu sắc của móng tay, đường vân của vân tay, phân bố, hình thái như thế nào, có liên quan gì tới tính cách, tâm lý, sinh lý, bệnh lý của một người, đều được phân công nghiên cứu riêng. Thầy thuốc dân tộc Choang ở Quảng Tây chuyên môn xem móng tay để đoán bệnh cho mọi người. Cách làm này đã trở thành chuyên khoa độc lập.

Việc dùng khoa học hiện đại để nghiên cứu cách xem tướng tay để đoán bệnh mà chúng ta tiến hành mới được bắt đầu chưa lâu. Thầy thuốc Vương Chấn Hà ở Viện nghiên cứu y học vân tay Lan Châu đã trải qua 10 năm gian khổ nghiên cứu, đã cơ bản nắm được quy luật đối ứng giữa tướng tay với bệnh tật, hình thành phương pháp chữa bệnh độc đáo, bà đã dùng tướng tay chẩn đoán cho hơn 10 vạn người bệnh, đã mở ra lịch trình mới xem tay chẩn đoán bệnh của y học hiện đại Trung Quốc.

II

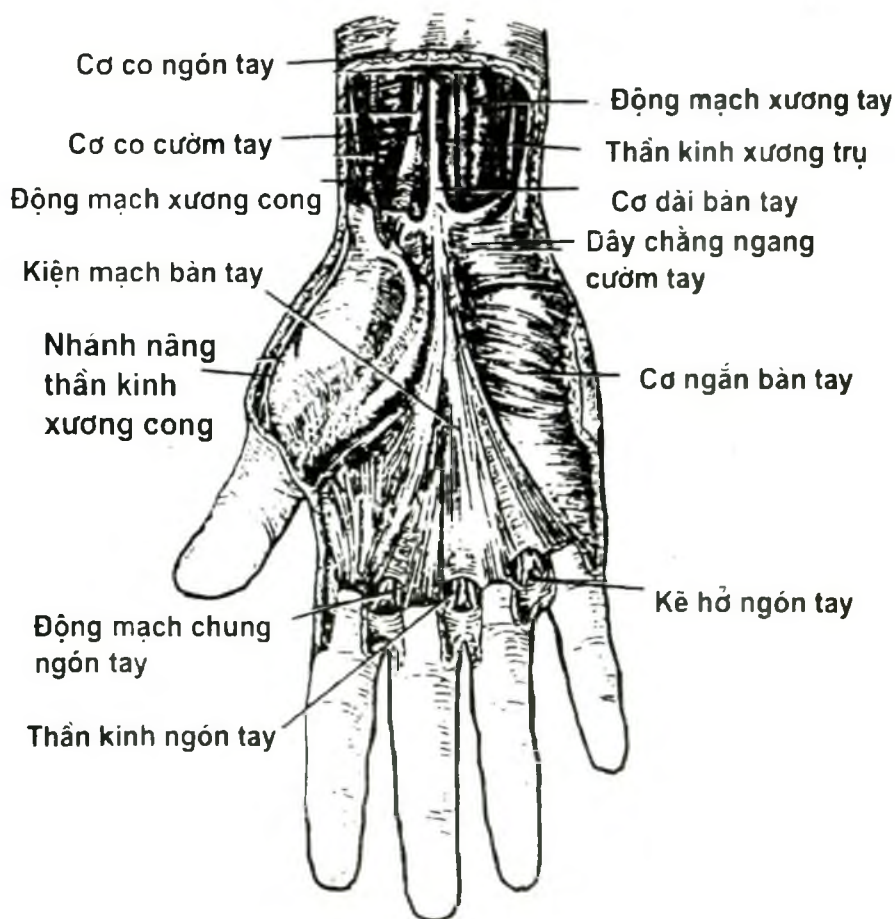
TAY, BÀN TAY, DA BÀN TAY VÀ VÂN BÀN TAY

GIẢI PHẪU TAY

Vân bàn tay của tay là vật để chẩn đoán bệnh, chỉ có hiểu được xương cốt, cơ bắp, huyết quản, mỡ màng, thần kinh phân bố mới có thể nắm vững được nguyên lý cấu tạo vân da, đặc điểm nhuần sắc của tay, làm cơ sở cho việc đoán bệnh bằng vân tay.

Bộ phận trước của cánh tay, từ khớp cổ tay đến móng tay gọi là bàn tay. Phần xương do 27 mảnh xương hợp thành. Đáy cơ tay có hai hàng 8 mảnh xương song hàng gọi là xương cổ tay; phía dưới xương cổ tay là 5 mảnh xương bàn tay; phía trước xương bàn tay là 14 mảnh xương ngón tay. Ngón tay cái 2 mảnh, các ngón khác đều 3 mảnh. (Xem hình 10). Cơ bắp của tay gồm 3 nhóm: nhóm cạnh ngoài, nhóm cạnh trong và nhóm giữa, cộng tất cả 19 sợi. Nhóm cạnh ngoài ở cạnh ngón cái, hình thành cạnh ngón cái nổi gờ lên, gọi là “đại ngư tể”; nhóm cạnh trong ở cạnh ngón út, hình thành cạnh ngón út lõm gờ lên, gọi là “tiểu ngư tể”. Nhóm giữa ở giữa lòng bàn tay. Những nhóm trên thuộc về cơ bắp nội bộ của tay, còn có cơ

đến từ cánh tay có hơn 20 sợi dờng ở xương lòng bàn tay hoặc xương ngón tay. Gọi là cơ bắp bên ngoài của tay. Những cơ bắp của tay đều nhiều hơn, phức tạp hơn bất cứ bộ phận nào của thân thể, chính vì vậy, tay mới có thể tiến hành được các vận động tinh tế (hình 11).



Hình 10: Cơ tay



Hình 11 : Huyết quản thần kinh tay

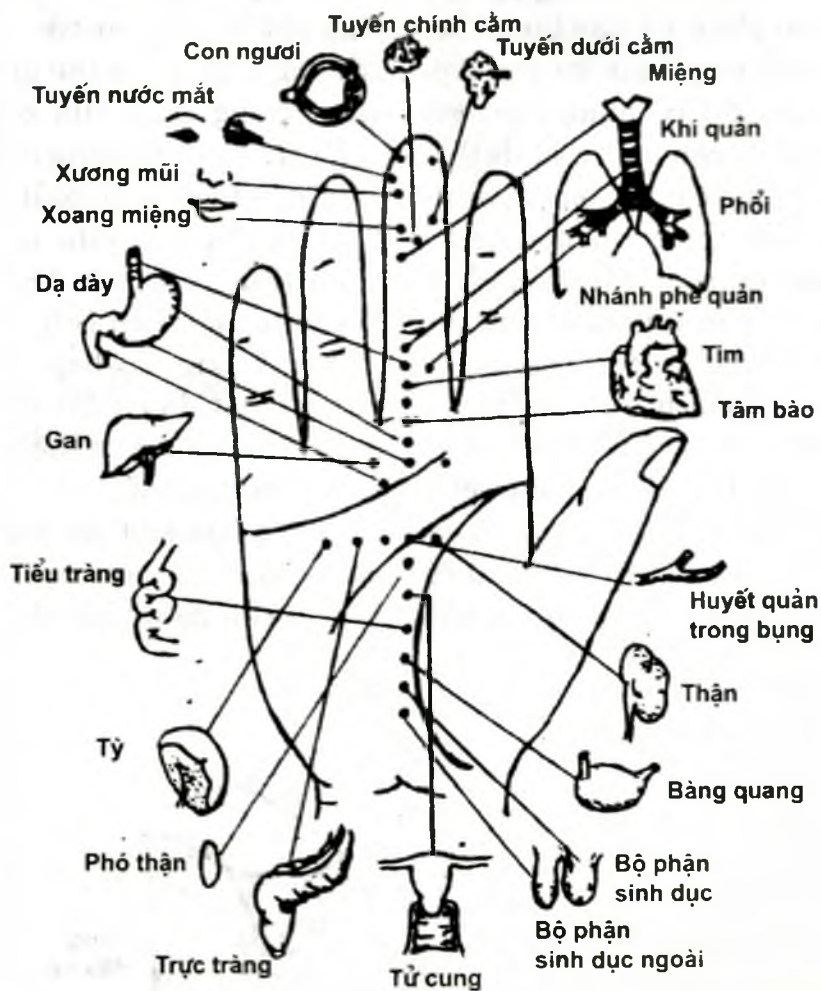
Huyết dịch của tay tuần hoàn rất thịnh vượng, huyết quản tạo nên sự tuần hoàn huyết dịch của tay chủ yếu là động mạch cong và động mạch thẳng, tĩnh mạch cong và tĩnh mạch thẳng. Khi động mạch cong và động mạch thẳng đi đến lòng bàn tay sẽ chia thành chi nông và chi sâu của lòng bàn tay. Mỗi chi lại phân ra nhiều phân chi nhỏ, phân bố khắp các ngón và bàn tay, đoạn cuối của động mạch nhập vào đoạn cuối của tĩnh mạch,

huyết ở tĩnh mạch tay qua tĩnh mạch cong và tĩnh mạch thẳng hồi lưu vào hệ thống tĩnh mạch, giữ cho huyết dịch ở tay được tuần hoàn bình thường. Do những huyết quản nhỏ li ti của tay phân bố vô cùng phong phú, huyết dịch tuần hoàn thịnh vượng, cho nên nhiều hiện tượng bệnh lý sinh lý thuộc toàn thân con người có thể quan sát thấy ở nơi tay.

Thần kinh tay chủ yếu là thần kinh chính giữa, thần kinh thẳng và thần kinh cong. Thần kinh chính giữa là thần kinh vận động chủ yếu ở nhóm cơ trước cánh tay và ở đại ngư tể, liên quan tới công năng vận động chủ yếu của tay, cũng là thần kinh cảm giác ở mặt bàn tay. Khi thần kinh chính giữa bị tổn thương, vận động bị trở ngại chủ yếu biểu hiện ở cánh tay trước không xoay được, cổ tay co lại và duỗi ra khó, ngón cái, ngón trỏ, ngón giữa không uốn cong được, ngón cái không thể chìa vào bàn tay, do ngư tể co rút tạo nên bàn tay phẳng ra gọi là “tay vượn” hay là “tay hình móng”.

Khi thần kinh thẳng chạy đến cổ tay, qua những dây chằng ngang ở cạnh ngoài xương cổ tay và kiện mạch của bàn tay mà đi vào bàn tay. Nó là thần kinh vận động chủ yếu của cơ tay và cơ co của cánh tay, nó cũng là thần kinh cảm giác của da ở bên cạnh. Khi thần kinh thẳng bị tổn thương, biểu hiện của nó là: sức co ở cổ tay yếu, đốt cuối của ngón vô danh và ngón út không co được, ngón cái không thu lại được, ngón tay bị mất tác dụng co vào duỗi ra, cảm giác của tiểu ngư tể và của ngón út bị mất, do tiểu ngư tể co lại nên gọi là “tay hình móng”, chi sâu của thần kinh ngang phát ra nhiều phân chi, chi phối nhóm cơ ở cánh tay và da ở sau cánh tay,

chi nông của thần kinh cong phân bố ở cạnh cong mu bàn tay và da ở mặt sau hai ngón tay. Thần kinh cong bị tổn thương biểu hiện ở chỗ không duỗi được cổ tay và ngón tay, xuất hiện “cổ tay rũ xuống” ngón cái không duỗi ra được, da ở “khu hố khẩu” bị mất cảm giác.

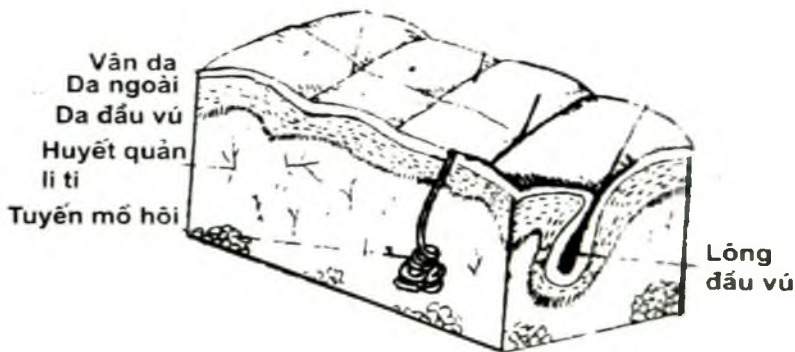


Hình 12

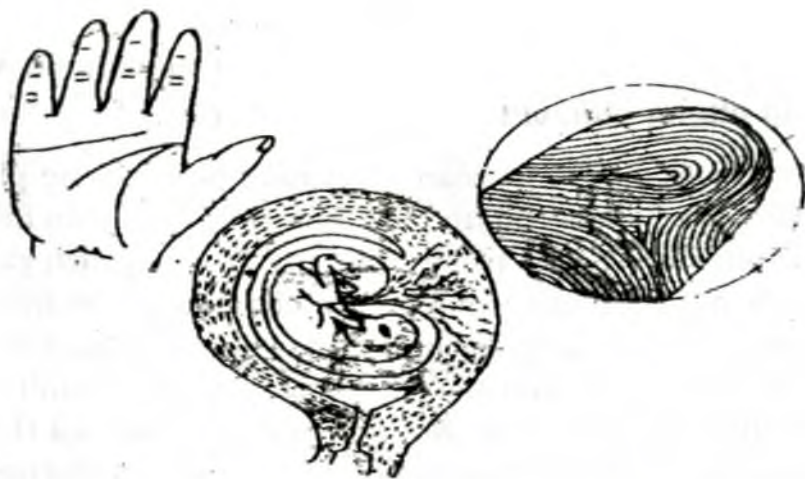
ĐẶC ĐIỂM CỦA DA BÀN TAY

Nghiên cứu khoa học hiện đại về cơ thể con người chỉ rõ: Tay ngoài là bộ phận bên ngoài của cơ thể, phát huy công năng không thể thay thế của nó được, về mặt xúc giác, còn có công năng cảm giác phong phú hơn bất cứ bộ phận da nào khác. Nó không chỉ là công cụ bảo vệ cơ thể, mà còn là kẻ dẫn dắt con người cảm nhận thế giới xa lạ, khi cơ quan cảm giác quan trọng nhất của con người là con mắt mất đi thị giác. Vị trí và công năng của tay trong cơ thể con người rất rộng, biểu hiện là nó có liên hệ mật thiết với nội tạng bên trong. Nghiên cứu mối quan hệ này, đầu tiên cần có nhận thức một cách khoa học về bàn tay và da bàn tay. Da chiếm một diện tích lớn nhất trên cơ thể con người, nó bọc xương, cơ bắp, hệ thống tuần hoàn và nội tạng, trên bề mặt da có dây hoa vân và lỗ tuyến mồ hôi, có đủ công năng bảo vệ cơ thể và hô hấp, bài tiết và điều tiết nhiệt độ trong người.

Da bàn tay ngoài có đủ công năng của mọi phần da khác, còn có tính đặc thù của riêng nó, đó là làm cho nó trở thành khu vực quan sát đầu tiên của da để lựa chọn (xem hình 13, hình 14).



Hình 13 : Kết cấu da



Hình 14 : Thai ở thời kì 13 - 19 tuần

1. Da bàn tay có tuyến mồ hôi mà không có lông mồ hôi

Da bàn tay có công năng thông thường của da, nhưng chỉ có tuyến mồ hôi mà không có lông, đó là một trong những đặc trưng quan trọng nhất của da bàn tay. Đường vân sinh trên da lòng bàn tay, do không có “lỗ” và “lỗ chân lông” ở trên các bộ phận của da, càng có thể phản ánh một cách hoàn chỉnh trạng thái phát triển của bản thân, còn da và đường vân ở mu bàn tay do tuyến mồ hôi mở lỗ rất nhiều, khiến da hình thành dạng vồng mạc, lại có lông tơ sinh trưởng, mức độ trực quan của vân da kém đi. Ngoài ra, nhiệt độ ở mu bàn tay gần bằng nhiệt độ cơ thể, nhiệt độ trong lòng bàn tay cao hơn nhiệt độ cơ thể chừng $0,2^{\circ}\text{C}$ - $0,8^{\circ}\text{C}$. Nó phụ thuộc vào lượng phân tiết của tuyến mồ hôi ở cạnh bàn tay, và phụ thuộc vào tâm tính con người. Nó cũng phản ánh sự liên quan về cơ chế sinh lý trong nội tại lòng bàn tay.

2. Huyết dịch dưới da bàn tay tuần hoàn vô cùng phong phú, vi tuần hoàn dày đặc

Huyết dịch tuần hoàn và vi tuần hoàn phong phú và dày đặc đã làm cho tín hiệu điện sinh vật và tín hiệu điện phi sinh vật tập trung ở bàn tay. Nói một cách giản đơn là những đường vân ở bàn tay do khu vực vi huyết quản và vi tuần hoàn khống chế, do việc cung ứng huyết và vi tuần hoàn điều tiết khác nhau mà phát sinh sự biến hóa về hình dáng. Nói một cách sâu sắc, sự thay thế phân giải tế bào cũng bị ảnh hưởng mà làm cho từng bộ phận lồi lên hoặc lõm xuống, duỗi ra và co lại, như vậy, giữa lồi và lõm đã hình thành khe và gờ của vân da. Ví dụ mỡ trong huyết dịch đoạn cuối có hàm lượng quá cao, những hạt mỡ dư thừa sẽ bị tổng đến chất chứa ở bàn tay, hình thành gờ (khâu), nó biểu hiện hàm lượng mỡ trong huyết dịch quá cao, mắc chứng cao mỡ trong máu. Cũng vậy, sự biến hóa hình thể ở bàn tay, ít lâu sau sẽ dùng tín hiệu theo hình thức biểu tượng vân da ở bàn tay để biểu hiện.

3. Bàn tay là khu tập trung thần kinh đoạn cuối

Người xưa nói: 10 ngón tay liên với tim. Theo giải phẫu phát hiện, thần kinh ngón tay trực tiếp nối liền với đại não. Như vậy chứng tỏ tay và đại não, tim (có luận thuyết mới nói tim tham dự hoạt động tư duy của não) có quan hệ mật thiết với nhau. Độ nhạy cảm của da bàn tay cao hơn da ở chỗ khác, khi chúng ta dùng kim châm vào lòng bàn tay và mu bàn tay thì thấy ngay sự phản ứng kích thích của nó. Sự tập trung thần kinh đoạn cuối

còn biểu hiện xúc giác ở tay mạnh hơn các bộ phận khác của cơ thể. Khi chúng ta tiếp xúc và muốn biết một vật thể nào đó, dù ai cũng vậy, đều dùng tay làm công cụ. Cảm giác của tay với nóng lạnh, cứng mềm, khô ướt, trơn ráp đều tinh tế hơn mọi bộ phận khác. Hoạt động của thần kinh đoạn cuối phong phú cũng có tác dụng lớn trong việc sinh thành, biến hóa của vân tay.

4. Bàn tay là khu tập trung huyết vị kinh lạc

Do ở tay có 6 kinh lạc đi qua thì tâm kinh, tiểu tràng kinh, tâm bào kinh, tam tiêu kinh đều lấy tim là điểm cuối. Cho nên ngón tay giữa, ngón vô danh, ngón út đều có liên hệ mật thiết với tim. Căn cứ sách *thần kỳ đích thủ huyết trị ngã liệu pháp* (Nhà xuất bản Khoa học Kỹ thuật Tứ Xuyên) thì trên tay có 75 huyết vị. Theo ông Nukada người Nhật qua nhiều năm làm xoa bóp thể dục, ông phát hiện trên tay có 47 khu phản xạ.

Ở Triều Tiên cũng từng xuất hiện một hình vẽ huyết tay có 33 huyết vị (hình 12), còn có người đã thống kê, trên tay có 334 huyết vị và có 14 ống khí mạch thông nhau. Phần lớn những thí nghiệm và nghiên cứu huyết tay phát hiện, tay và đầu có đặc tính điện sinh vật gần như nhau, từ điện vị ở biểu bì thấy, điện vị từ thân lên đầu ngày càng tăng, đỉnh đầu là cao nhất; từ cánh tay đến tay cũng thể hiện hình thái như vậy, điện vị ở lòng bàn tay chỉ kém đầu một chút. Hiện tượng này cũng cho chúng ta thấy, ở khu vực bàn tay tập trung rất nhiều tín hiệu cơ thể con người, là cửa sổ để chúng ta nhận thức từ ngoài vào trong.

5. Trong vọng chẩn, tay là cửa sổ trực quan bằng phẳng nhất

Tay là một trong những nơi bộc lộ rõ nhất của cơ thể, nó không hề che giấu gì. Bộ mặt tuy cũng lộ ra ngoài nhưng nếu bị người khác nhìn lâu do nguyên nhân tâm lý cũng phát sinh biến đổi, còn tay, ai cũng có thể giơ ra, dù bị người khác quan sát trong thời gian dài. Loại “đặc khu” này vẫn không giống các bộ phận khác. Điều kiện này của bàn tay là vân tay đã giúp cho việc chẩn đoán bệnh được thuận lợi rất nhiều.

Trên thế giới này, không có hai người có vân tay hoàn toàn giống nhau. Vân tay của mỗi bàn tay là độc nhất vô nhị. Vân tay độc nhất vô nhị là đặc trưng bộc bạch sinh mệnh của mỗi người, mà không nhái lại và lặp lại ở tay người khác. Việc chẩn đoán bằng vân tay chỉ chịu trách nhiệm trước con người này, nên có độ tin cậy cao.

Ưu thế trên của bàn tay đã quyết định nó là bộ phận chuyên dùng cho vọng chẩn.

III

HÌNH THÁI 5 NGÓN TAY VÀ PHÂN CHIA KHU VỰC BÀN TAY, Ý NGHĨA CỦA NÓ ĐỐI VỚI CHẨN ĐOÁN TAY

Ngón tay là đoạn cuối của cơ thể, cũng là một trong những khởi điểm hồi lưu của huyết dịch. Từ xưa Trung y đã cho rằng, 5 ngón tay có thể phản ánh vượng suy của lục phủ ngũ tạng. Công năng cơ quan của cơ thể ảnh hưởng lẫn nhau, thường thường do sự biến đổi một tạng khí mà ảnh hưởng tới toàn bộ, gây nên sự dinh dưỡng không tốt và công năng suy kiệt của toàn bộ cơ quan. Dưới đây lần lượt giới thiệu hàm nghĩa hình thái của ngón tay và mối quan hệ tới sức khỏe con người.

NGÓN TAY CÁI

Ngón tay cái đại biểu cho trí tuệ tiên thiên và năng lực ý chí của con người, có liên quan tới thể chất di truyền. Trong việc phân biệt ngũ tạng mạnh yếu, ngón cái dùng để phán đoán đầu não mạnh yếu. Nói chung ngón cái dài mà khỏe là tốt, đại biểu cho người ấy ý chí kiên cường, đầu óc tỉnh táo, nhưng khi quá khỏe lại dễ bộc lộ tính tình giận dữ bạo tàn. Vân đốt tay có hai sợi trở lên, hình giống con mắt, thường gọi là “mắt Không

Tử” thì trí tuệ cao (hình 15). Đốt của ngón cái có độ dài trung bình, vân ở đốt thanh tú không bị đứt. Đốt 1, 2 đều tròn trịa không có vân, phần lớn là người trí tuệ cao minh, tâm tình cởi mở, không có buồn phiền.

Hình dạng ngón cái quá gầy yếu thường thấy ở người nhát gan nhu nhược, nếu lại có cả hiện tượng cong gập thì người đó thường bị thần kinh suy nhược, đau đầu mất ngủ, biếng ăn. Đốt 1, 2 của ngón cái tán loạn nhiều vân mà vân lại không rõ dễ mắc bệnh ở đầu.

Ngoài ra, đốt ngón tay cái quá ngắn mà lại cứng, không dễ gập, phần lớn là người nóng nảy, có khuynh hướng bị trúng phong, đau đầu và mắc bệnh tim.



Hình 15

NGÓN TRỎ

Ngón trỏ dùng để phán đoán cơ năng tạng gan mạnh hay yếu, thông thường tròn đẹp khỏe mạnh là tốt. Độ dài của 3 đốt, lấy đốt 1 dài nhất, đốt 2 - 3 theo đó giảm dần, ngoại hình thẳng và khít với ngón giữa. Người có ngón trỏ ấy thì công năng tạng gan khỏe mạnh, ít mắc bệnh. Nếu ngón trỏ xanh xao mà gầy yếu, hiển nhiên tạng gan kém, làm việc dễ mệt mỏi, sinh hoạt ủy mị không phấn chấn. Nếu ngón trỏ cong lệch, giữa các ngón có kẽ hở mà đường vân tay lại tán loạn, rõ ràng công năng tạng gan tương đối kém và cùng biểu hiện hệ thống tiêu hóa không khỏe mạnh.

Nếu 3 đốt của ngón trỏ dài ngắn không đối xứng, đặc biệt là đốt giữa quá dài thì liên quan tới việc hấp thụ chất canxi không cân bằng. Người có biểu hiện như vậy thì xương và răng dễ bị hư hỏng.

NGÓN GIỮA

Ngón giữa mạnh hay yếu có liên quan tới tình hình sức khỏe của tim và hệ thống tuần hoàn. Thông thường là tròn dài khỏe mạnh thì tốt, đốt xương mềm yếu mà không nhu nhược, cứng quá mà thiếu co dãn đều không tốt. Người có ngón tay giữa thẳng mà không cong vênh, phần nhiều cơ năng tim tốt, nguyên khí thịnh vượng, tinh thần sung túc mà ít bệnh. Nếu ngón giữa trắng bệch, gầy và nhỏ thì người ấy có cơ năng tim kém, công năng tạo huyết cũng kém. Người có ngón giữa cong vênh, giữa các ngón có kẽ hở, hệ thống tuần hoàn tương đối

kém, ngoài ra còn ảnh hưởng tới công năng đường ruột. Nếu 3 đốt ngón tay không đối xứng, đốt giữa đặc biệt dài thì người ấy thường có tư tưởng bi quan, dễ có bệnh về xương và răng, công năng thay thế chất canxi cũng kém.

NGÓN VÔ DANH

Ngón vô danh mạnh hay yếu có liên quan rất lớn tới tình hình sức khỏe của cả cơ thể nên người Nhật gọi nó là “ngón thuốc”.

Ngón vô danh nếu khỏe, tròn, đẹp là tốt nhất. Người có ngón vô danh quá dài dễ có cuộc sống không nề nếp mà ảnh hưởng tới sức khỏe toàn thân, nếu ngón vô danh quá ngắn thì nguyên khí hư nhược, tinh thần không phấn chấn. Người có ngón vô danh thẳng mà không cong vênh, đốt tròn nhuận mà khỏe, vân ở đốt trong sáng, phần lớn có tạng thận và cơ quan sinh dục khỏe đều, người có ngón vô danh trắng bệch, gầy nhỏ, yếu ớt, phần lớn có tạng thận và cơ quan sinh dục tương đối yếu.

Đốt 1 của ngón vô danh, đại biểu cho công năng giới tính mạnh hay yếu, nếu đốt 1 quá thô ráp dễ có tật nội tiết mất cân bằng; người có cơ thể quá gầy yếu, thường thường bộ phận sinh dục thường suy yếu, vân của đốt 1 cũng mang ý nghĩa như vậy. Nếu vân bị tán loạn thì cơ thể yếu, vân mà hoàn chỉnh và trong sáng, sức khỏe tương đối tốt. Đốt 2 của ngón vô danh, đại biểu cho gân cốt của con người mạnh hay yếu. Từ xưa đến nay, Trung y đem gân cốt quy thuộc về “thủy” trong ngũ hành, cũng tức là nó có quan hệ rất sâu với bộ phận sinh dục. Tây y hiện đại, cũng luôn nhắc nhở đàn bà mang thai cần bổ sung chất canxi để thân thể mình không bị suy yếu, người có vân của đốt 2 tán loạn, phần lớn thể

lực kém, gân cốt nhỏ mà suy yếu. Khi ở cạnh đốt 2 có vân tồn tại gọi là “vân bệnh ước”, biểu thị tình hình sức khỏe lúc đó không tốt, hiện tượng này tùy theo sức khỏe xấu tốt mà tăng giảm đường vân tay.

Người có đốt 2 của ngón vô danh quá dài thường công năng hấp thu chất canxi kém, xương và răng thường giòn yếu. Nếu quá trắng nhợt, gầy yếu thì cũng có biểu hiện như vậy. Đầu ngón tay cong vênh, kẽ giữa các đốt hở, ngoài hệ thống tiết niệu bị yếu ra, lại hay buồn bực, ảnh hưởng tới cơ năng của não. Đồng thời thần kinh lại hay bị suy nhược, đau đầu, mất ngủ, v.v...

Người mà có ngón vô danh quá dài, tức là vượt quá nửa đốt 3 của ngón giữa, gần ngang hàng với ngón giữa, thường là thể chất tiên thiên di truyền rất tốt, dễ làm cho sinh hoạt hậu thiên không đi vào nề nếp như uống rượu, thức thâu đêm, lao lực quá sức dẫn tới suy kiệt.

NGÓN ÚT

Ngón út phản ánh cơ năng hệ thống tiêu hóa vượng hay nhược, thông thường ngón út nhỏ mà dài thì đẹp, các đốt dài ngắn tương ứng, thẳng mà không cong vênh, nó đại biểu cho hệ thống tiêu hóa có công năng kiện toàn, thân thể khỏe mạnh, và có thể đem thể chất này di truyền cho con cái.

Ngón út trắng bệch, nhỏ tí mà gầy, dễ mắc bệnh đường ruột, dẫn tới hấp thu không tốt hoặc tiểu tiện không thông sướng. Đầu ngón út cong vênh, khe hở giữa các đốt quá lớn, cũng dễ mắc bệnh đường ruột và dạ dày, gây nên tiêu hóa không tốt. Vân ở đốt tay tán loạn, ngoài thân thể yếu ra, còn dễ di truyền hiện tượng này lại cho con cái.

PHÂN CHIA KHU VỰC BÀN TAY

Người xưa nghiên cứu sâu về vân tay, phân chia khu vực bàn tay và định vị bát quái, công năng, màu sắc thể hiện mà phán đoán tình hình sức khỏe, đã cung cấp cho chúng ta tài liệu nguyên thủy rất có giá trị. Dưới đây, chúng tôi lập thành biểu thể hiện thành quả nghiên cứu của người xưa để bạn đọc xem.

Định vị bát quái	Vị trí bàn tay	Ngũ hành	Đại biểu công năng	Hiện tượng lỗi lên	Sắc màu	Chứng trạng
Ở Chấn vị	Phần nửa trên của đại ngư tế, phía trên bên trong tuyến sinh mệnh	Mộc (âm mộc)	Hệ thống thần kinh	Vị trí lỗi lên, cao đứng	Hồng nhuận	Thân thể khỏe mạnh, thần kinh, tinh thần bình thường
				Đường vân tán loạn không đều và nhiều tuyến dạng mao, đan xen, tinh vân		Tinh thần căng thẳng, sinh hoạt không điều độ dễ mắc chứng thần kinh
				Thịt cứng hoặc mỏng, do khu bao vây khúc tuyến sinh mệnh rất chật hẹp	Trắng bệch vô lực	Dễ mắc chứng mất điều hòa cơ năng sinh dục và cơ năng nội tiết
Ở Tốn vị	Dưới ngón trỏ	Mộc (dương mộc)	Gan mật	Lỗi lên, cao đứng	Phấn hồng	Công năng gan mật tốt
				Đường vân tán loạn, da thô ráp	Hơi tối	Cơ năng tạng gan suy nhược (không muốn) ăn uống

Ở Li vị	Ngón giữa và ngón vô danh	Hỏa (dương hòa)	Tạng tim, huyết dịch tuần hoàn, thị lực	Lồi lên, cao đứng vân không loạn	Phấn hồng	Cơ năng tạng tim khỏe hoàn toàn, nguyên khí tràn đầy, thị lực tốt
Ở Khôn vị	Dưới ngón út	Thổ (âm thổ)	Cơ quan bụng dưới	Lồi lên	Hồng nhuận	Cơ bắp bụng chắc, công năng dạ dày, ruột, tiết niệu, sinh dục bình thường
				Đường vân loạn, thô	Hơi tối	Cơ bắp bụng lỏng, công năng tiết niệu đại tràng hơi yếu
				Lõm xuống, gân lồi, xương lộ	Khô trắng không huyết	Cơ năng sinh dục giảm yếu, phụ nữ phần lớn tử cung lạnh, không mang thai, có triệu chứng lạnh cảm
Ở Cấn vị	Nửa dưới ngón cái, phía dưới trong phạm vi tuyến sinh mệnh	Thổ (dương thổ)	Tì vị	Lồi lên mé thịt mềm, sáng sủa		Tì vị tiếp nhận món ăn, công năng vận hóa tốt, thể lực khỏe
				Đường vân tán loạn, da thô ráp	Trình hiện màu tối của hình bầu dục, màu tối rõ rệt	Công năng tì vị không tốt, lúc này đang mắc bệnh đau dạ dày

				Gân xanh nổi lên, lõm xuống rõ rệt, mỏng mà không có thịt		Công năng dạ dày thường không đủ
Ở Khảm vị	Pnía dưới lòng bàn tay	Thủy (âm thủy)	Công năng hệ thống tiết niệu sinh dục yếu	Lồi lên mà thịt mềm	Sáng nhuận	Công năng hệ thống tiết niệu sinh dục tốt
				Vân loạn, da thô ráp	Sắc tối	Lúc nhỏ dinh dưỡng kém, cơ thể yếu, lớn lên nguyên khí không đủ, dễ mệt mỏi
				Gân xanh lồi lên, lõm xuống, mỏng mà không có thịt		Công năng thận hơi yếu
				Đường vân cổ tay tán loạn không hoàn chỉnh		Công năng thận không đủ, khi nghiêm trọng quá dễ xảy ra không nuôi được
Ở Đoài vị	Dưới ngón út, giữa khúc tuyến ngang với tuyến trí tuệ, gần cạnh bàn tay	Kim (âm kim)	Hệ thống hô hấp, công năng đại tràng	Lồi lên	Hồng nhuận	Thân thể khỏe mạnh, nguyên khí tràn đầy, hệ thống hô hấp và công năng đại tràng khỏe mạnh
				Đường vân tán loạn, da thô ráp	Màu tối	Hệ thống hô hấp hơi yếu, hỏa vượng, tổn phổi

				Lõm xuống, gân lồi, xương lộ	Màu hơi khô trắng	Hệ thống hô hấp bị cảm nhiễm, bệnh phế khí thủy
Ở Cần vị	Dưới đoài vị, trên vân cổ tay	Kim (dương kim)	Trạng hướng tâm lý và công năng hệ thống hô hấp	Lõm xuống	Tươi mới	Tâm lý khỏe mạnh, nguyên khí tràn đầy
				Đường vân tán loạn, da thô ráp	Màu tối	7 tình uất kết, thần kinh suy nhược
				Lõm xuống, gân nổi, xương lộ	Sắc da khô trắng	Hệ thống hô hấp suy nhược, ảnh hưởng sức khỏe

IV

THUẬT DỰ TRẮC BÀN TAY

BÀN TAY - CỬA SỔ ĐỂ QUAN TRẮC NỘI TẠNG

Người ta hằng ngày bận rộn với công việc, do công tác phức tạp, tinh thần căng thẳng nên có lúc trong người mắc bệnh nặng mà không hề hay biết. Đó có thể là nguyên nhân miễn dịch không còn cảm giác đau đớn nữa. Thế là, cho đến khi bệnh tật bộc phát, mới sơ sơ có cảm giác, sau đó vội vàng đi khám bệnh. Hỏi họ tại sao để đến bây giờ mới khám, thường được nghe câu trả lời như thế này: không cảm thấy khó chịu.

Trên thực tế, dù là loại bệnh gì đều có liên quan tới cơ quan các nội tạng. Vì vậy, khi mắc phải bệnh gì, đều xuất hiện triệu chứng tương ứng. Nhất là một khi nội tạng có vấn đề sẽ phát ra ngay tín hiệu nguy hiểm mà cơ thể là cơ cấu truyền đạt tín hiệu này.

Bàn tay có thể phản ánh tín hiệu cầu cứu phát ra từ nội tạng để người ta biết mà đề phòng. Ai cũng biết, bàn tay (kể cả mu bàn tay) có 6 sợi kinh lạc vận hành, mà 6 sợi kinh lạc ấy có liên quan mật thiết với cơ quan nội tạng. Cho nên, một khi nội tạng có sự khác thường nó sẽ qua kinh lạc mà hiện lên. Ngược lại quan sát sự biến hóa của tay cũng có thể biết được hiện trạng của nội tạng và sự hoạt động của cơ năng nội tạng.

Chương này có 40 phân mục, bao gồm sự biến hóa từ bàn tay đến đầu ngón tay, móng tay, đồng thời giới thiệu cách phân đoán trạng thái của nội tạng khi bàn tay biến đổi, và phương pháp dự biết bệnh trạng. Phương pháp này là vận dụng lý luận Trung y từ mấy ngàn năm cộng với kinh nghiệm tích lũy của bản thân mà có được. Hơn nữa phương pháp chẩn đoán cơ bản chỉ cần quan sát các bộ phận của bàn tay là được, mọi người đều có thể làm được, dù ở đâu và bất cứ lúc nào.

Bây giờ trước tiên xin giải thích một số thuật ngữ.

Khâu ngón cái: là nói cái gò ở giữa cổ tay và phía dưới ngón cái.

Khâu ngón út: là nói cái gò ở dưới ngón út.

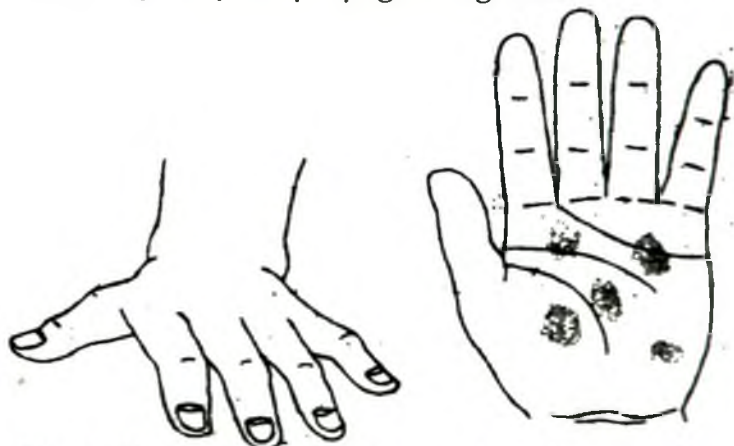
Huyết ứ: là nói sự biến hóa của bàn tay, tức là nói da bị tụ huyết thành màu sẫm, mong rằng các bạn đọc hãy thường xuyên chú ý bàn tay của mình và chúc mọi người có một cơ thể khỏe mạnh.

ĐỐM BÀN TAY - SỰ HỒ CỨU CỦA TUẦN HOÀN HUYẾT DỊCH

Có một lần, tôi quan sát vận động viên thể thao, đều thấy bàn tay của mỗi người rất cân bằng, khí sắc và độ co giãn đều tốt. Đó là vì các hạng mục thi đấu của họ đều dùng tay. Vận động có thể làm cho huyết dịch tuần hoàn, làm cho cơ năng nội tạng thịnh vượng, bảo đảm làm cho cơ thể khỏe mạnh. Cơ thể khỏe mạnh của vận động viên thể thao hoàn toàn biểu lộ trên bàn tay. Hoạt động và vận động dựa vào tay là hai việc khác nhau nhưng kết quả thì như nhau, cùng đều làm cho cơ thể con người được mạnh khỏe.

Một người hoàn toàn không hoạt động và ít vận động thì bàn tay của họ sẽ như thế nào?

Nói một cách giản đơn, bàn tay của loại người này nhất định có nhiều đốm đen, tức là những chỗ hồng nhuận và những chỗ trắng bệch đều chứa đầy đốm đen. Từ bàn tay này có thể thấy, có người thì tuần hoàn huyết dịch nội tạng còn tạm được, có người thì tuần hoàn huyết dịch nội tạng không tốt, huyết dịch lưu thông kém. Rõ ràng, nội tạng đã đến bước tuần hoàn huyết dịch bị trở ngại, nếu như không điều trị, cơ năng nội tạng bị tổn thương, thì tất sẽ như đốm lửa đốt rừng, phát lên mà không dẹp được. Thế thì làm thế nào? Đáp án rất đơn giản, chỉ cần bàn tay siêng hoạt động là không có vấn đề gì. Đề nghị các vị hãy làm theo kiểu duỗi người úp xuống đất (xem hình 16). Cách làm này phải chiếu cố tới toàn bộ bàn tay, một mặt có thể cải thiện sự vận động không đủ, mặt khác lại thúc đẩy huyết dịch tuần hoàn, đó là cách kích thích phù hợp nhất. Nếu như bàn tay bạn có đốm đen thì đừng do dự, hãy làm ngay cách duỗi người úp xuống đất. Dùng cách này kích thích bàn tay có thể làm tuần hoàn huyết dịch nội tạng thông suốt.



Hình 16 : Kích thích bàn tay úp xấp có thể làm huyết dịch tuần hoàn, nội tạng thông suốt

GỐC NGÓN CÁI BIẾN NHỎ - HÔ HẤP VÀ DẠ DÀY, RUỘT CÓ SỰ KHÁC THƯỜNG

Người mà cơ thể bình thường, bắp thịt bàn tay dày đặc, lúc 5 ngón xòe ra, các đầu ngón tay đều cân bằng và to mập. Khâu ngón cái có liên quan mật thiết với cơ quan hô hấp và dạ dày, ruột, tụy tạng. Cho nên người có cơ bắp khâu ngón cái phát đạt, tuần hoàn huyết dịch nhất định tốt, phổi hoạt động mạnh, dạ dày, ruột càng khỏe.

Nếu như khâu ngón cái bạc nhược, hoặc có hiện tượng huyết ứ màu sẫm, người này nhất định có bệnh về hô hấp hoặc dạ dày và ruột. Dù cho trước mắt chưa thấy gì biến đổi, nhưng khâu ngón cái gầy dần đi, sắc màu chuyển đen, nhất định cơ quan hô hấp, đường ruột đang suy thoái dần. Nếu cứ để mặc bàn tay biến đổi, không đếm xỉa đến nó, chờ cho bệnh tình phát lên thì tự chuốc đau khổ vào mình. Cho nên cần phải đề phòng, phương pháp hữu hiệu nhất để khâu ngón cái trở lại bình thường là kích thích huyết Thiếu thương ở cạnh móng tay ngón cái.

Huyết Thiếu thương vận hành từ tĩnh huyết (huyết trung tâm) phế kinh của ngón cái, ấn huyết chỗ này trực tiếp kích thích bộ phận não, thúc đẩy huyết dịch của cơ quan hô hấp hay đường ruột, vấn đề suy yếu tuần hoàn được thông suốt. Cho nên cơ năng các cơ quan có được bình thường không, huyết dịch tuần hoàn có tốt không, chỉ cần quan sát khâu ngón cái có lỗi gờ hay không là biết được. Xem hình 17



Hình 17 : Kích thích huyết thiếu thương có thể làm khí quản hô hấp, tràng vị huyết dịch tuần hoàn

GỐC NGÓN ÚT NHỎ ĐI, TRIỆU CHỨNG GIẢM SÚT TINH LỰC

Khâu ngón út quan hệ tới tạng tim, tiểu trường, tử cung, tinh hoàn, tạng thận và cả bàng quang. Cho nên khâu ngón út lồi gờ mà sắc huyết hồng nhuận thì cơ quan sinh dục của người ấy rất phát đạt. Ngoài cơ thể khỏe mạnh ra, tình dục của người này cũng rất mạnh.

Ngược lại, nếu khâu ngón út gầy nhỏ, hiện lên màu tía ứ huyết, thì biểu thị cơ năng nội tạng chậm chạp. Tinh lực không đủ. Để phòng ngừa cơ năng nội tạng tiếp tục suy thoái, thậm chí nhiều bệnh phát sinh, nên sớm đề phòng là tốt. Muốn cho huyết dịch ở khâu ngón út tuần hoàn thông suốt, hòa nhịp với các cơ năng nội tạng có liên quan, phương pháp có hiệu quả nhất là cho ngón tay ấn xuống huyết Quan xung ở dưới móng ngón út.

Không ngừng ấn nhẹ những huyết đạo này, tự nhiên sẽ thúc đẩy huyết dịch nội tạng tuần hoàn, còn nếu muốn nâng lực tình dục của mình tăng nhiều thì trực tiếp kích thích vào khâu ngón út là cách kích thích tốt nhất.. Thường xuyên làm như vậy, cơ năng nội tạng sẽ được tăng cường, tình lực sẽ sung mãn.

KHU KIỆN LÝ TAM CHÂM - TRÁC NGHIỆM CƠ NĂNG NỘI TẠNG

Mấy hôm trước, một ông bạn cũ đến thăm. Lâu ngày gặp lại, câu chuyện luôn dẫn tới nhớ lại ngày xưa. Ngày đó ông bạn tôi luôn tự hào về tửu lượng, nhưng bây giờ ông không hề nâng chiếc cốc đặt trước mặt. Tôi đã mời mấy lần, ông vẫn không nhấp một giọt rượu. Tôi nghi ngờ nên hỏi ông: “Uống đi, tại sao không giống ngày xưa nhỉ?”. Ông bạn trả lời: “Gần đây, uống rượu chẳng cảm thấy thú vị gì”. Tôi nghe nói vậy rất ngạc nhiên, vội kéo bàn tay ông lên xem, quả nhiên, sự khác thường của nội tạng đã phản ánh rất rõ trên bàn tay.

Đầu tiên, tôi quan sát thấy là: trạng thái của khu kiện lý tam châm trên bàn tay. Khu kiện lý tam châm nằm ở giữa lòng bàn tay hơi lồi xuống dưới một chút. Nó có thể phản ánh mức độ sức khỏe của cơ quan nội tạng nhất là các tạng tim, gan, phổi, lách, thận, dạ dày, đại tràng, tiểu tràng, v.v... có gì khác thường là nó phản ánh ra ngay. Khi các cơ quan nói trên khác thường, dù bản thân không cảm thấy gì, nhưng có thể từ sự biến hóa của khu kiện lý tam châm mà biết được. Một khi có sự khác thường là nội tạng đã biểu thị phát ra tín hiệu cầu cứu nguy hiểm.

Sự biến hóa trên bàn tay ông bạn tôi rất là rõ, nhất là khí sắc và sự đàn hồi. Vừa nhìn đã thấy hiện tượng tích ứ huyết, dùng tay chạm vào đặc biệt mềm. Bàn tay người khỏe mạnh dù dùng ngón tay ấn xuống thì nó trở lại hiện trạng ngay, vì rằng bàn tay bình thường có sự đàn hồi, còn khu kiện lý tam châm của người bệnh, ngón tay ấn xuống, bấp thịch lồm ngay xuống, để rất lâu vẫn chưa đàn hồi trở lại.

Nhìn thấy tình hình này, tôi dạy ông bạn chỗ xoa bóp bàn tay làm cho khỏe. Phương pháp điều trị tốt nhất là luôn luôn xoa bóp khu kiện lý tam châm nơi xảy ra biến hóa, làm đi làm lại nhiều lần để khí sắc và độ đàn hồi trở lại trạng thái bình thường, tức là nội tạng đã bình thường trở lại. Ông bạn về nhà xoa bóp theo cách được dạy, ít lâu sau đã uống rượu trở lại. Xem hình 18



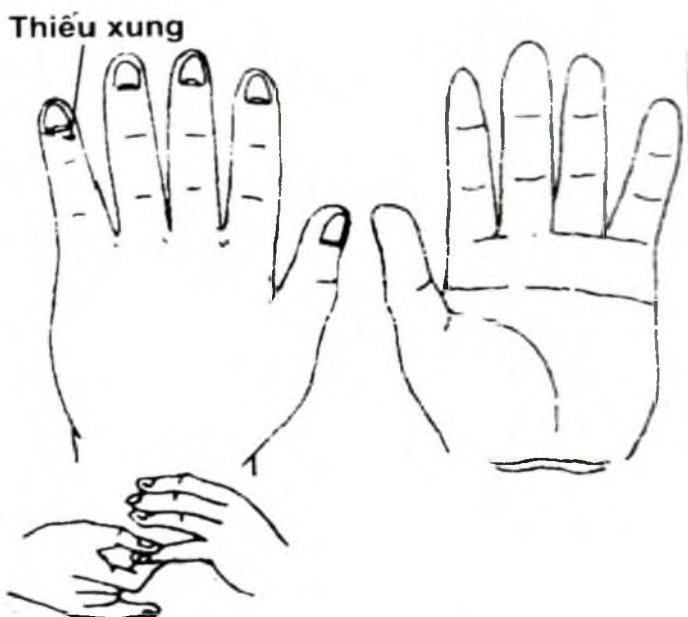
Hình 18 : Xoa bóp khu kiện lý tam châm, có thể làm nội tạng suy nhược có sức sống trở lại.

CHAI TAY - TÍN HIỆU KHÔNG TỐT VỀ CƠ NĂNG NỘI TẠNG

Cục chai thường mọc nơi da hay bị cọ xát. Như nhà văn, phần lớn mọc ở giữa ngón cái hoặc ngón giữa, gọi là cục chai biết viết. Người gảy đàn ghi-ta, cục chai thường mọc ở đầu 5 ngón tay. Xem ra, chai tay là một hiện tượng rất tự nhiên. Nhưng cục chai là thịt thừa trên da, không nên coi thường, vì rằng bộ phận cục chai có thể quan hệ tới suy thoái của nội tạng.

Xin nêu một ví dụ. Mấy năm trước, tình cờ tôi có cơ hội gặp một vận động viên bóng chày, tôi quan sát bàn tay của anh: Anh là một cầu thủ ném bóng nổi tiếng. Hằng ngày luyện tập hàng trăm lần là chuyện bình thường, vì vậy ngón trỏ và ngón giữa nhất định mọc lên cục thịt cứng. Nhưng điều tôi kinh ngạc là, trên ngón tay út của anh cũng có cục chai. Tôi hỏi những cầu thủ khác, ngón út của họ không có cục chai. Thế là tôi hỏi anh: “Có phải do gần đây luyện tập quá nhiều, quá nặng không”. “Có thể là như vậy. Gần đây luyện tập cảm thấy rất mệt”. Sau khi vận động hoặc sau khi làm việc cảm thấy quá mệt là triệu chứng cơ năng nội tạng suy thoái. Tâm kinh vận động trong ngón út. Cho nên một khi cơ năng của tim suy thoái, da ở trên ngón út sẽ cứng lại mà gián tiếp kích thích đến tạng tim.

Khi cục chai mọc ở nơi không đáng mọc mà lại liên quan tới cơ năng nội tạng, muốn khôi phục nội tạng trở lại bình thường, phải thường xuyên kích thích Tĩnh huyết trên Kinh lạc (xem hình 19).



Hình 19. Khi những bộ phận có liên quan tới tim mọc cục chai, có thể kích thích huyết Thiếu xung.

Cần nhớ, khi trên tay mọc cục chai, để giữ được khỏe mạnh, nên kiểm tra một chút là tốt.

LÒNG BÀN TAY RA MÔ HÔI - DỄ MẮC LOÉT DA DÀY

Rất nhiều người khi bắt tay, lòng bàn tay họ thường có mồ hôi. Bàn tay dễ ra mồ hôi là triệu chứng bị áp lực tinh thần lớn. Nếu như thường xuyên ở lòng bàn tay ra mồ hôi là biểu hiện tâm tính bị ảnh hưởng, như căng thẳng, bực tức, sức ép lớn, v.v... nên mới có hiện tượng khác thường bàn tay ra mồ hôi.

Vì vậy, người có lòng bàn tay ra mồ hôi cần chú ý, sức ép tinh thần lớn hay nhỏ cũng ảnh hưởng tới cơ năng nội

tạng bên trong người. Có học sinh trung học, do sức ép phải lên lớp mà đau dạ dày. Còn có nhiều người do công việc quá bận mà dẫn đến loét dạ dày. Cho nên, giữ bàn tay được khô cũng là một việc không nên coi thường. Phương pháp phòng ngừa bàn tay ra mồ hôi hiệu quả nhất là kích thích điểm ra nhiều mồ hôi nhất ở giữa lòng bàn tay. (Xem hình 20).



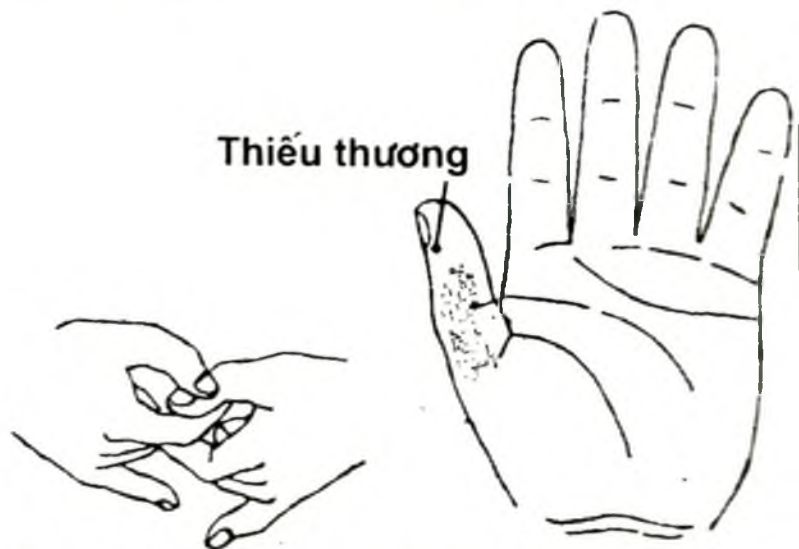
Hình 20 : Kích thích điểm ra nhiều mồ hôi, vừa ngăn ra mồ hôi, lại loại trừ căng thẳng.

DA NGÓN TAY CÁI - DỰ CẢM HỒ HẤP BỊ CẢN TRỞ

Cách đây không lâu, có một học sinh năm giữa cấp 3 đến khám bệnh. Theo lý mà nói, người ở tuổi này là “giai đoạn buồn bực thời kỳ thanh xuân”.

Cậu ta bực dọc là vì bị các bạn đồng học chế nhạo là “pê đê”. Âm thanh tiếng nói của cậu ta vừa nhợt sắc vừa

ngân dài, dấp dáp bề ngoài cũng để lại cho người khác ấn tượng là yếu đuối. Cậu thường cảm thấy lồng ngực buồn bực, thế là tôi xem kỹ bàn tay của cậu ta. Ngón cái của cậu ta cứng, màu sẫm. Vì vậy tôi phán đoán cơ năng hô hấp của cậu ta không tốt, có triệu chứng cơ năng hô hấp bị suy thoái, ngoài tình hình ngón cái bị biến chứng ra, cũng có thể biểu hiện mềm nhũn lõm xuống. Khô, nứt nẻ, hoặc da sẫm tím, trước khi cơ quan hô hấp chưa bị trở ngại nghiêm trọng, nên nhanh chóng dùng ngón tay ấn vào huyết Thiếu thương ở dưới móng tay ngón cái (xem hình 9). Huyết Thiếu thương là nơi xuất phát của phế kinh, nếu dùng ngón tay ấn thường xuyên có thể làm huyết dịch ở cơ quan hô hấp tuần hoàn thông suốt, phòng ngừa bệnh tật. Lúc phế kinh khác thường, ngón tay ấn vào huyết Thiếu thương sẽ có cảm giác đau, đồng thời cũng biểu thị cơ năng hô hấp có thể bị trở ngại. Xem hình 21



Hình 21 . Kích thích huyết Thiếu thương có thể thúc đẩy huyết dịch của cơ quan hô hấp được thông suốt.

NGÓN TAY TRỎ - LIÊN QUAN TỚI CƠ NĂNG DẠ DÀY, RUỘT

Mấy hôm trước, tôi và một người quen gặp nhau, bèn đến nhà ông ta trò chuyện. Kiểu cầm chén uống nước của ông ta đặc biệt kỳ lạ, mọi người cầm chén nước thường dùng ngón cái và ngón trỏ đỡ lên, còn ông ta dùng ngón cái và ngón giữa. Tôi tò mò hỏi nguyên nhân, ông trả lời: “Không có gì lạ. Chẳng qua gần đây ngón trỏ thường cảm thấy đau nên mới cầm như thế này”. Tôi quan sát ngón trỏ của ông. Không chỉ mềm yếu lỏng lẻo, mà còn có hiện tượng ứ huyết, nên nói ngay với ông: “Đây là triệu chứng dạ dày và ruột suy nhược, ông nên lưu ý”.

Từ ví dụ trên có thể thấy, khi ngón trỏ bị đau, cứng lại, mềm đi hoặc ứ huyết thì có triệu chứng cơ năng hệ thống tiêu hóa bị suy nhược. Vì rằng kinh đại tràng vận hành trong hai ngón trỏ có quan hệ mật thiết với đại tràng. Cho nên khi hệ thống tiêu hóa khác thường, ngón trỏ cũng sẽ phản ứng.

Có thể hiện tại chưa cảm thấy khó chịu ở đại tràng và dạ dày, nhưng một khi ngón trỏ phát sinh biến hóa, các cơ quan nói trên có thể đã biến đổi lớn. Vì vậy tôi dạy ngay ông cách đối phó, theo thể mà làm để khôi phục cơ năng của cơ quan tiêu hóa. Cách làm hiệu quả nhất là kích thích huyết Thương dương ở phía dưới móng ngón tay trỏ (xem hình 22). Huyết Thương dương là tĩnh huyết của kinh đại tràng, người có đại tràng khác thường, ngón tay ấn vào đấy sẽ có

cảm giác đau, cho nên không ngừng ấn ngón tay cho đến khi nào không cảm thấy đau thì thôi. Khi ngón trở không cảm thấy đau nữa, tình trạng căng cứng và ứ huyết đã mất, chúng tỏ đại tràng đã hồi phục cơ năng bình thường. Nếu cho rằng dùng ngón tay ấn huyết quá phiền phức, có thể dùng cái kẹp găm áo cũng có thể thu được hiệu quả.



Hình 22 : Dùng kẹp găm áo kích thích huyết Thương dương tác dụng làm cơ năng cơ quan tiêu hóa trở lại bình thường.

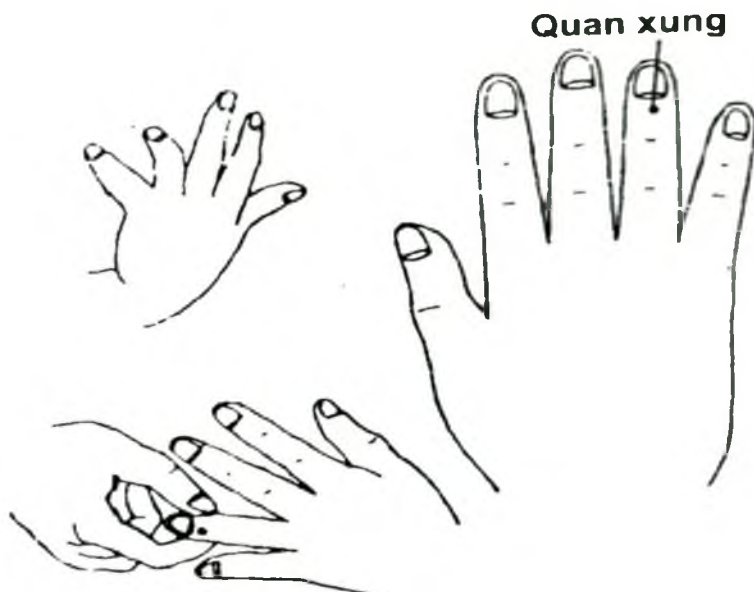
NGÓN VÔ DANH - TIÊU CHÍ CỦA CÔNG NĂNG GAN MẬT

Có hai chị em một gia đình, chị là người biểu diễn piano, em là người biểu diễn violon, lượng ăn của hai người này nam giới còn thua. Nhưng dù đứng ở góc độ nào xem xét, họ đều là những cô gái mảnh

mai. Ăn nhiều như vậy không chỉ có hai chị em họ, mà các bạn đồng nghiệp trong giới âm nhạc cũng như vậy. Do đó, tôi đã quan sát bàn tay của họ, và bỗng nhiên hiểu rõ.

Đặc trưng chung của bàn tay hai người, ngón vô danh đặc biệt phát triển. Thông thường trong 5 ngón tay thì ngón vô danh phản ứng chậm chạp nhất. Nhưng khi kéo violon hoặc chơi piano, phải sử dụng cả 5 ngón tay cùng một lúc, cho nên ngón vô danh của hai chị em cũng linh hoạt như những ngón khác. Bởi do ngón vô danh thường xuyên hoạt động làm cho huyết dịch lưu thông trôi chảy, bắp thịt có độ co dãn cao.

Ngón vô danh có quan hệ mật thiết với tạng gan và túi mật mà nội tạng gan mật lại đảm nhiệm công việc giải độc cho cơ thể. Huyết dịch gan mật tuần hoàn thông suốt, cơ năng tự nhiên nâng cao, dù ăn nhiều vẫn tiêu hóa hết. Ngược lại, huyết dịch gan, mật tuần hoàn không tốt, cơ năng tự nhiên giảm xuống, món ăn khó tiêu hóa, nên lượng ăn vào cũng giảm đi. Người mà huyết dịch gan, mật tuần hoàn không tốt, ngón vô danh sẽ gầy và nhỏ, động tác chậm chạp. Vì vậy, nếu động tác của ngón vô danh không linh hoạt, hoặc nó gầy và nhỏ thì cần chú ý xem gan, mật có vấn đề không. Lúc này cho ngón tay ấn xuống huyết Quan xung ở dưới móng ngón vô danh (xem hình 23) nếu có cảm giác đau phải ấn ngón tay liên tục nhiều lần, cho đến khi không đau thì tuần hoàn huyết dịch của cơ năng gan, mật đã hồi phục bình thường.



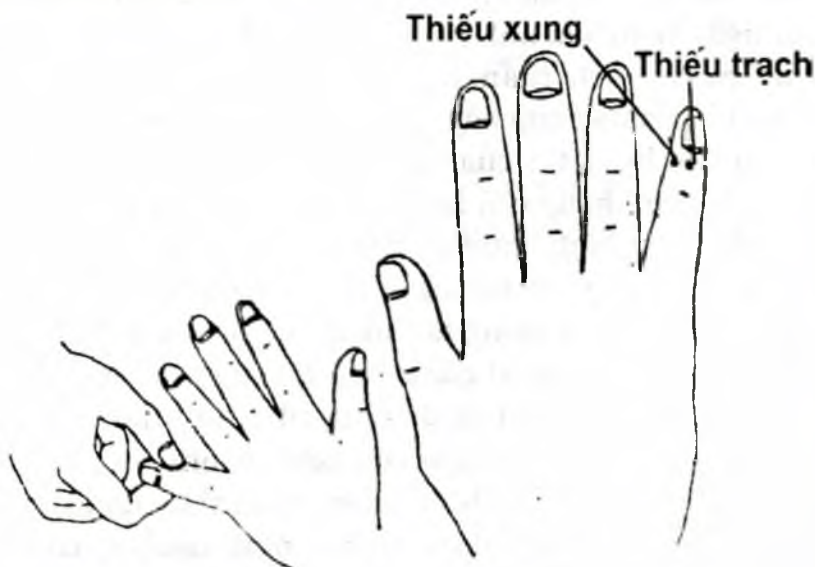
Hình 23 : Huyết Quan xung không cảm thấy đau, chứng tỏ cơ năng gan mật đã hồi phục bình thường

NGÓN ÚT - CÓ THỂ NHÌN THẤU BÀNG QUANG VÀ TIM

Khi ông bạn giơ ngón tay út ra, tôi phát hiện trên ngón út của anh có vết ứ huyết rất rõ. Tôi hỏi ngay: “Gần đây trong người có cảm thấy dễ chịu không?”. Anh trả lời: “Chỉ thấy bài tiết khó khăn hơn trước”. Đó là triệu chứng bài tiết bị trở ngại. Ngón út có quan hệ mật thiết với bàng quang. Tim, tử cung, tinh hoàn, thận. Khi những nội tạng này phát sinh chuyện lạ, ngón út sẽ có triệu chứng phản ứng khác thường, tức là nói ngón út là nơi chẩn đoán quan trọng xem cơ năng bàng quang và tim có bình thường hay không.

Nếu ngón út có hiện tượng huyết ứ, cứng lên thì cơ quan nội tạng nói trên phát ra tín hiệu cảnh báo, cần

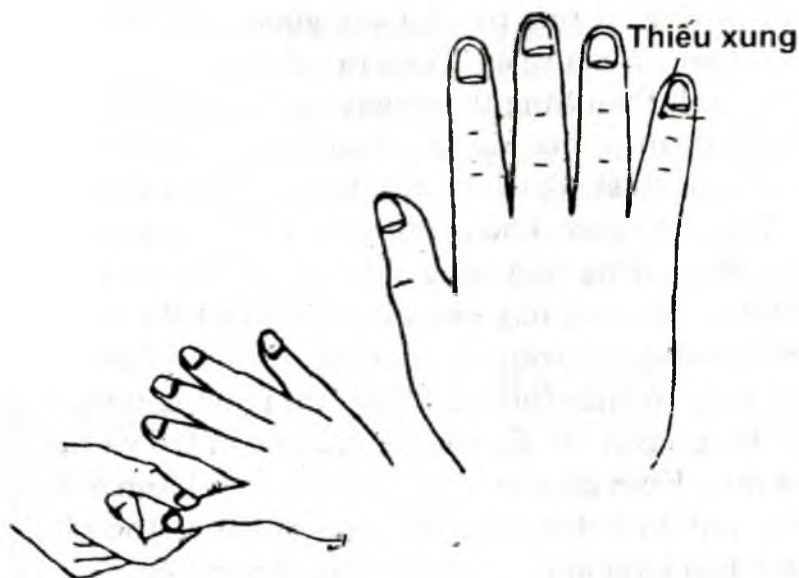
phải điều trị ngay để nó mau hồi phục bình thường. Phương pháp tốt nhất là ngón tay ấn xuống huyết Thiếu xung và huyết Thiếu trạch tại phía dưới móng ngón tay út (xem hình 24). Thiếu xung và Thiếu trạch là tĩnh huyết của tâm kinh và tiểu tràng kinh. Có huyết dịch tuần hoàn thông với tim và cơ quan tiết niệu, có hiệu quả lớn thúc đẩy cơ năng nội tạng. Không ngừng ấn ngón tay xuống chỗ này, cho đến khi huyết ở ngón tay út biến mất tức là cơ năng nội tạng đã biểu hiện bình thường. Từ khi tôi nói với anh bạn có nguy cơ bài tiết bị trở ngại, hằng ngày anh kiên trì kích thích hai huyết ấy, chắc hẳn anh đã hiểu tầm quan trọng của ngón út rồi. Lần sau gặp lại, anh không còn kêu ca bài tiết khó khăn nữa.



Hình 24: Hằng ngày kích thích Thiếu xung, Thiếu trạch có thể nâng cao cơ năng tiết khí tim và cơ quan tiết niệu.

NGÓN TAY HIỆN MÀU SẼM - TIỂU TRƯỜNG BỊ TRỞ NGẠI

Khoảng 2 - 3 năm trước, có một ông trưởng phòng kinh tiêu của nhà in, do nhiều năm đau lưng mà đến khám bệnh. Anh nói, ở phòng không ai so nổi tử lượng cùng anh. Theo lý mà nói, người có thể uống được rượu như vậy, thì ruột và dạ dày phải rất tốt. Nhưng sự thực lại không như vậy. Vị trưởng phòng này nếu uống rượu quá chén, ngày hôm sau nhất định đau bụng đi tả. Anh giải thích cho tôi nghe, có đi tả như vậy mới trục hết hơi rượu ngày hôm trước. Tôi nghe xong lời anh giải thích đã tiện thể mách cho anh vài phương pháp giản đơn giữ sức khỏe: “Mong rằng anh làm theo phương pháp tôi nói, bảo đảm ngày hôm sau anh không đi tả”. Người dễ đi tả, đều là do huyết dịch tuần hoàn của tiểu trường tiêu hóa không tốt, trường hợp này thể hiện rất rõ ở ngón út. Phản ứng cụ thể là, đốt 1 của ngón út hiện màu sẫm đục do huyết ứ, nếu không còn huyết ứ thì chứng tỏ tiểu trường đã khôi phục bình thường. Dù cho ở ngón út không có hiện tượng huyết ứ nhưng khi ấn ngón tay vào huyết Thiếu xung ở dưới móng tay ngón út có cảm giác đau thì cũng là triệu chứng cơ năng tiểu trường suy nhược. Lúc này cần xoa bóp ngón út đầy đủ, nhất là ở huyết Thiếu xung (xem hình 25). Cứ xoa bóp liên tục như vậy, cho đến khi không còn huyết ứ hoặc không cảm thấy đau nữa thì tuần hoàn huyết dịch đã hồi phục bình thường, cơ năng hấp thụ tiêu hóa tự nhiên cũng bình thường. Nghe tôi nói như vậy, kể từ ngày hôm sau, ông trưởng phòng nọ tích cực thực hiện, bây giờ sau khi uống rượu say, ngày hôm sau không đi tả nữa mà thân thể cũng rất dễ chịu.

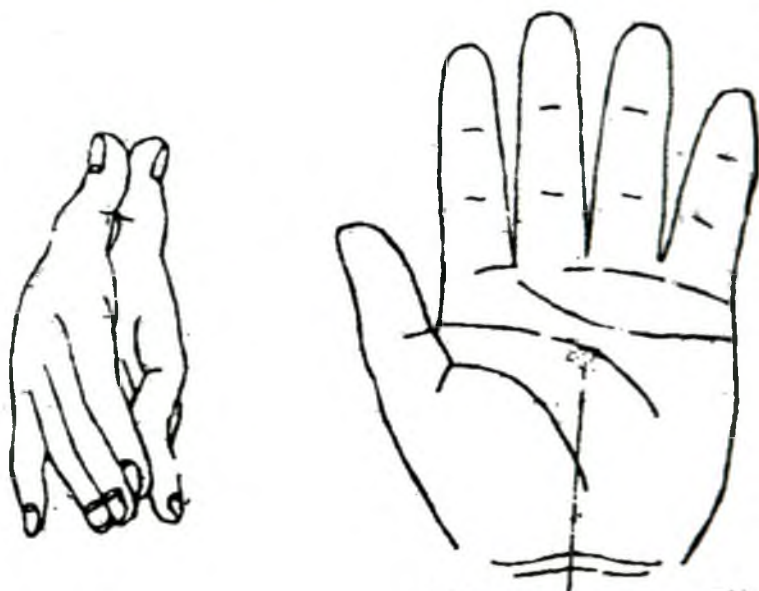


Hình 25 : Kích thích huyết Thiếu xung có thể làm huyết dịch tuần hoàn, tiểu trường thông suốt, cơ năng tiêu hóa hồi phục bình thường.

DA Ở GIỮA HAI NGÓN TRỎ VÀ NGÓN GIỮA - NHẮC NHỞ NỘI TẠNG TRỞ NGẠI VỀ THẦN KINH

Trước đây, tình cờ tôi nghe được một đoạn đối thoại giữa hai người, đó là một người đàn ông ngoài 40 tuổi và một chàng trai bàn về vấn đề sức khỏe. Người đàn ông nhiều tuổi nói: Gần đây cảm thấy đau đầu chóng mặt, toàn thân mệt mỏi, thân thể không có cảm giác gì khó chịu, nhưng trí nhớ và sức phán đoán suy giảm nhiều. Hôm qua gặp một người quen, nghĩ mãi mà không nhớ nổi tên ông ta. Có lẽ là do tuổi tác. Không biết có loại thuốc linh đơn thần dược nào chữa trị được không? Tin rằng mọi người đều trải qua bước đường ấy, nhất là những người nhiều tuổi, đều cho rằng những chứng

trạng phản ứng trí tuệ, trí nhớ suy giảm hoặc mất ngủ đều là do tuổi già mà ra cả. Thực ra, những chứng trạng ấy đều do tinh thần căng thẳng gây ra. Từ bàn tay ta dễ dàng phán đoán ra hết mà tâm bào kinh là Kinh lạc có liên quan mật thiết với bệnh thần kinh và thần kinh suy nhược. Tâm bào kinh không chỉ giúp cho cơ năng tạng tim hoạt động, đồng thời cũng chi phối bộ não và đường ruột. Những nội tạng này nếu như suy thoái thì sẽ xuất hiện triệu chứng nói trên, muốn kiểm tra hoạt động của tâm bào kinh có bình thường không thì phương pháp tốt nhất là dùng ngón tay ấn vào da giữa ngón trỏ và ngón giữa, vì rằng Kinh lạc của tâm bào kinh vận hành ở đây. Cho nên, khi da ở đây cứng lên, thô ra thì có thể phán đoán tâm bào kinh lâm vào tình trạng nguy hiểm.



Khu tâm bào

*Hình 26 : Hai tay cùng xát vào khu tâm bào để
làm đầu óc tỉnh táo.*

Muốn làm khỏe tâm bào kinh, đề phòng đầu óc chậm chạp, trí nhớ kém do căng thẳng và áp lực gây nên, phương pháp tốt nhất là dùng ngón tay ấn vào "tâm bào khu" ở giữa lòng bàn tay (xem hình 26). Dùng một tay thay nhau kích thích cố nhiên có hiệu quả, hai tay dùng sức cọ xát kích thích hai bên tả hữu tâm bào khu, động tác này làm đầu óc tỉnh táo, cho nên làm vào buổi sáng sớm là thích hợp nhất.

DA Ở GIỮA NGÓN GIỮA VÀ NGÓN VÔ DANH - PHÁN ĐOÁN TẠNG GAN KHÁC THƯỜNG

Tôi có một người bạn là vận động viên môn vật. Mấy năm trước tôi từng quan sát bàn tay anh ta. Lúc đó, anh tỏ ra tự hào và nói: "Thế nào? Bàn tay của tôi vừa thô vừa to, không tồi chứ!". Nhưng tôi lại phát hiện trên bàn tay anh có một nốt đen. Nốt đen này nằm đúng giữa kẽ ngón giữa và ngón vô danh, đem lại cho người ta cảm giác một vết mực đen, hơi cứng, những triệu chứng này là tín hiệu khác thường của gan. Ở trên đã nói, ngón giữa có quan hệ mật thiết với cơ năng của gan. Vì vậy, gan có gì biến hóa thì da ở giữa ngón giữa và ngón vô danh sẽ phát ra tín hiệu nguy hiểm. Khi lớp da chỗ ấy có hiện tượng thô và cứng lên, biểu thị huyết dịch ở gan tuần hoàn không tốt, hoặc có sự khác thường. Nếu mặc nhiên không biết, để nó ngày càng xấu đi, sẽ trở thành bệnh xơ cứng gan. Nhất là ở giữa kẽ hai ngón giữa và ngón trở mọc cục thịt chai cứng thì càng phải lưu tâm. Vận động viên mà ở trên tôi đã đề cập đến, quả nhiên về sau bị bệnh gan, thể lực giảm sút, không lâu nữa người dưới bị bại liệt. Muốn loại bỏ cục cứng ở giữa kẽ hai ngón tay giữa và ngón trở để tạng gan hồi phục bình thường, phương pháp tốt nhất là thường xuyên kích thích khu kiện lý tam cham ở phía dưới lòng

bàn tay (xem hình 27. Kích thích khu kiện lý tam châm không những có hiệu quả với gan mà còn có hiệu quả với bệnh của tim, dạ dày, đường ruột. Thường xuyên xoa bóp làm cho huyết dịch các cơ quan nói trên được tuần hoàn làm sống lại cơ năng nội tạng. Nếu bạn lo gan mình không tốt, hãy thử làm xem.



Hình 27: Dùng bàn chải cọ xát khu kiện lý tam châm có thể làm sống lại chức năng gan.

MÓNG TAY ẤN NGÓN TAY - CÁCH TỰ ĐO NỘI TẠNG

Khi chúng ta dùng sức ấn ngón tay, chúng ta có thể phán đoán cơ quan hô hấp có bình thường không. Phương pháp này vừa giản đơn vừa hiệu quả. Xin giới thiệu như sau:

Đầu tiên xòe 5 ngón tay ra, theo thứ tự ấn từng đầu ngón tay, nếu hiện ngay lên màu phớt hồng tức là biểu thị vô cùng mạnh khỏe. Màu phớt hồng nhanh chóng hồi

phục là biểu thị huyết dịch tuần hoàn thông suốt, cũng là biểu thị cơ năng nội tạng nhanh nhạy. Nhưng nếu có một ngón tay không hồi phục màu phớt hồng thì biểu thị ngón tay ấy huyết dịch tuần hoàn không tốt, e rằng nội tạng có liên quan bị tổn thương. Ngón cái liên quan tới cơ quan hô hấp và lồng ngực. Ngón trỏ liên quan tới dạ dày, ruột. Ngón giữa liên quan tới tạng gan, v.v...

Muốn cho cơ năng nội tạng bình thường và đầu ngón tay hồi phục nhanh chóng màu phớt hồng, phương pháp tốt nhất là ấn ngón tay vào tĩnh huyết (xem hình 28) như huyết Thiếu thương ở vào ngón cái, v.v... Nếu thường xuyên dùng ngón tay ấn vào các huyết ấy sẽ làm huyết dịch tuần hoàn thông suốt, giữ cơ năng nội tạng được khỏe mạnh.

Chỉ cần muốn làm, thì ở bất cứ chỗ nào cũng có thể làm một cách nhẹ nhàng.



Hình 28 : Ngón tay ấn vào các tĩnh huyết khiến móng tay giữ được hồng nhuận, nhanh chóng hồi phục cơ năng nội tạng.

Trong cuộc sống thường ngày, lợi dụng thời gian nhàn rỗi mà ấn huyết, có thể phòng ngừa cơ năng nội tạng khác thường, lại giữ cho thân thể khỏe mạnh. Xem hình 28

MÓNG TAY NGÓN CÁI - MÀU PHẤN HỒNG LÀ CÓ CHUYỆN

Có một lần, cô gái con ông bạn tôi hoảng hốt chạy đến nói: “Dầu bôi móng tay bôi dày quá làm cho móng tay biến màu rồi!” “Quả là có chuyện ấy sao?”. Tôi hỏi tỉ mỉ cô gái, cô trả lời: “Bình thường cháu bôi dầu nhuộm móng tay rất đặc, nhưng móng tay cũng không biến màu, nhưng vừa rồi mới bôi dầu trơn, chỉ có móng ngón tay cái là hiện màu phấn hồng, còn các móng tay khác vẫn là màu trắng, cháu sợ quá nên vội chạy đến đây hỏi rõ nguyên nhân”. Nghe xong, tôi chợt hiểu ra nên nói với cô gái: “Móng tay hiện màu phấn hồng là một hiện tượng khác thường, đó là trong nội tạng của cháu phát ra tín hiệu nguy hiểm, căn bản không liên quan gì tới dầu bôi”. Mẩu chuyện này là muốn nhắc nhở mọi người, móng tay cũng như ngón tay, bàn tay, có thể căn cứ sự biến hóa của nó mà phán đoán cơ năng các cơ quan nội tạng. Dựa vào sự thay đổi màu sắc hoặc biến hóa hình dạng của móng tay có thể phán đoán cơ năng các cơ quan nội tạng có suy nhược hoặc bị trở ngại. Cho nên nuôi thành thói quen thường xuyên quan sát móng tay cũng là một yêu cầu để duy trì thân thể khỏe mạnh. Móng ngón cái của cô gái hiện lên màu phấn hồng là biểu hiện cơ năng tụy tạng không tốt. Tụy tạng còn gọi là tỳ tạng, điểm xuất phát

của kinh lạc ở ngón chân cái, vì thế ngón tay cái cũng có mối liên quan mật thiết đối ứng. Do tụy tạng phân tiết ra chất Insulin có thể thúc đẩy chất đường trong cơ thể tiêu hóa, điều tiết công năng của nó. Cơ năng tụy tạng suy giảm, thân thể dễ cảm thấy mệt mỏi, nếu bị nặng sẽ mắc bệnh đái đường, móng ngón cái hiện màu phấn hồng là sự cảnh báo khi bản thân chưa cảm thấy có gì khác thường. Đó cũng là tín hiệu nguy hiểm. Muốn nâng cao cơ năng tụy tạng, phương pháp có hiệu quả nhất là kích thích huyết Thiếu thương ở dưới móng ngón cái (xem hình 29) tốt nhất là đồng thời xoa bóp đốt 1 của ngón cái để huyết dịch lưu thông, khôi phục cơ năng tụy tạng.



*Hình 29 : Kích thích huyết Thiếu thương sẽ
nâng cao cơ năng tụy tạng.*

MÓNG NGÓN TRỎ - MÀU PHẤN HỒNG LÀ KHÁC THƯỜNG

Năm ngoái, tôi tham dự cuộc liên hoan ngày tết, người chủ trì muốn tôi biểu diễn một tiết mục ngẫu hứng, do không chuẩn bị trước, tôi đành phải biểu diễn tiết mục “tướng tay kỳ lạ”, dĩ nhiên không phải là người thường xem tướng tay, cũng không phải là quan sát lòng bàn tay mà là xem mu bàn tay và móng tay. Tôi bèn mời một vị khách lên. Xem kỹ lưỡng bàn tay của đối phương rồi nói: “Tình hình nội tạng của ông gần đây rất không tốt, hình như ăn uống không phấn chấn. Có thể do cảm mạo gây nên”. Đối phương không phải suy nghĩ gì, nói ngay: “Đúng”.

Mọi người đều biết, ngón trỏ có liên quan mật thiết với dạ dày và đại tràng. Khi cơ năng nội tạng nói trên chậm chạp, móng của ngón trỏ sẽ biến màu, cũng tức là nói khi móng ngón trỏ hiện màu phấn hồng thì tuần hoàn huyết dịch của dạ dày, đại tràng không tốt, ăn uống tự nhiên giảm sút. Ngoài ra, phế kinh vận hành ở ngón cái, khi móng của ngón cái hiện màu phấn hồng, biểu thị cơ quan hô hấp bị tổn thương, thông thường có triệu chứng cảm mạo. Cảm mạo liên đới làm cho cơ năng dạ dày, đại tràng bị chậm chạp vì thế móng ngón cái và ngón trỏ đồng thời xuất hiện màu phấn hồng.

Phương pháp tốt nhất để cơ năng dạ dày, đại tràng trở lại bình thường là kích thích huyết Thương dương ở dưới móng ngón tay trỏ, nên xoa bóp luôn đốt 1 của ngón trỏ càng có hiệu quả (xem hình 30). Huyết Thương dương là nơi xuất phát của huyết đại tràng, dùng cái tăm hay cái cặp tóc kích thích tỉ mỉ, làm tiêu hóa lưu thông, thêm muốn ăn uống.



Hình 30 : Dùng tăm kích thích huyết Thương dương, dự phòng được dạ dày, đại tràng suy thoái.

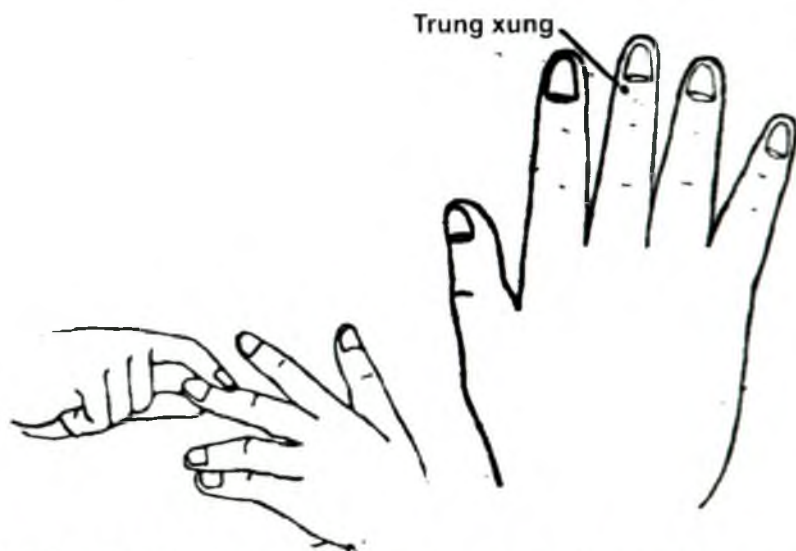
Các bạn đọc cần lưu ý, để bảo đảm sức khỏe nội tạng, cần kịp thời lưu ý móng tay.

MÓNG NGÓN GIỮA - TỪ MÀU SẮC XEM NỘI TẠNG

Tin rằng rất nhiều người khi ngủ đều nằm mơ, nhưng cũng có người ít khi nằm mơ. Ở đây cần giải thích một chút, khi tinh thần một người không ổn định, hoặc quá căng thẳng mệt mỏi thì thường hay nằm mơ.

Người thường nằm mơ, hẳn cảm thấy đầu váng, suy nghĩ mông lung, lúc này xin bạn hãy xem móng tay ngón giữa của mình. Vì rằng trong ngón giữa có tâm bào kinh vận hành liên quan rất sâu với bệnh tim, cho nên, khi tinh thần suy nhược sẽ phát sinh biến hóa, nếu móng hiện màu phấn hồng là dấu hiệu nói lên tinh thần căng thẳng.

Mấy hôm trước có ông bạn được điều đi công tác xa đến thăm. Khi trò chuyện, ông than thở: “Gần đây thường nằm mơ, rượu cũng không muốn uống nữa”. Thế là tôi quan sát móng tay ngón giữa của ông, quả không sai, móng ngón giữa hiện màu phớt hồng, có lẽ do thay đổi môi trường mới trong lòng không vừa ý và mấy ngày qua mệt mỏi quá mà gây nên. Vì vậy, tôi giúp ông ấn huyết Trung xung ở phía dưới móng tay ngón giữa, lại xoa nắn đốt 1 của ngón giữa (xem hình 31) kích thích hai nơi này có thể loại trừ thần kinh căng thẳng.



Hình 31 : Day bóp đốt 1 ngón giữa và huyết Trung xung có thể loại trừ tình thần suy nhược.

Tinh thần quá căng thẳng dẫn tới huyết dịch ở não tuần hoàn không tốt, làm cho cơ năng nội tạng suy thoái. Ông bạn tôi có thể là tạng gan suy thoái nên không thích uống rượu nữa. Phương pháp đề phòng cơ năng nội tạng gan không phấn chấn tốt nhất là kích

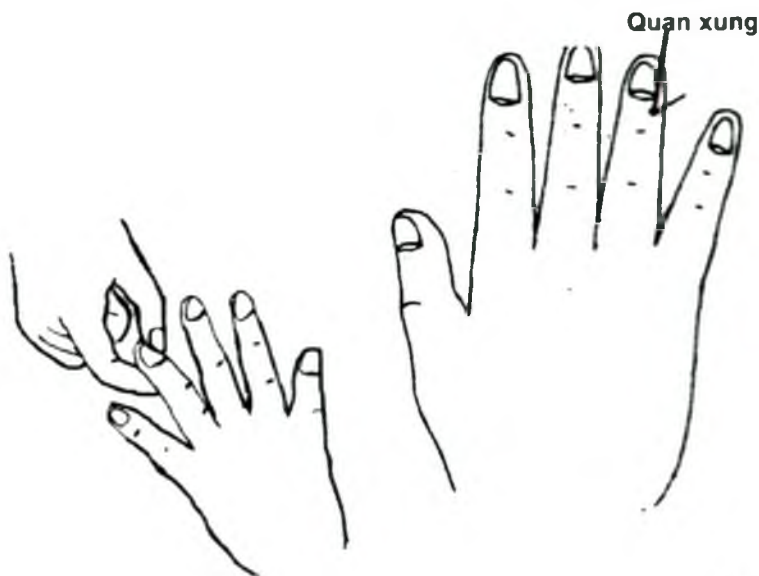
thích huyết Trung xung và đốt 1. Khi kích thích có thể dùng ngón tay nắm lấy huyết Trung xung và bộ phận mặt sau rồi xoa bóp nhẹ là được. Nếu hằng ngày đều làm như vậy tin rằng sẽ ít nằm mơ.

MÓNG TAY NGÓN VÔ DANH - CƠ NĂNG SINH LÝ CÂN BẰNG

Mùa hè hai năm trước, tôi đi tàu thăm người thân, ngồi bên cạnh là một cặp vợ chồng đang thời kỳ trăng mật. Trong khi trò chuyện, họ biết tôi là người nghiên cứu châm cứu, thế là cô dâu kể khổ với tôi: “Gần hai tháng nay, tắm gội khó khăn, về sinh lý khó chịu hơn trước nhiều. Đến trước ngày kết hôn một ngày, đứng không vững nữa”.

Tôi nghe xong quan sát móng tay của cô ta, phát hiện thấy móng ngón vô danh hiện màu phấn hồng. Vì vậy, tôi phán đoán do bị bệnh hàn lạnh mà sinh lý không thuận lợi. Do móng tay ngón vô danh hiện màu phấn hồng là biểu thị kinh tam tiêu có trục trặc. Kinh tam tiêu là kinh lạc kết thể nguyên, có liên quan tới cơ năng sinh lý của con người. Kinh tam tiêu khác thường, biểu thị thể nguyên mất điều hòa, do lạnh quá hoặc nóng quá mà dẫn tới huyết dịch tuần hoàn không tốt, là triệu chứng thể năng tan rã. Cô dâu vừa rồi nói đến là một ví dụ điển hình, đó là bóng đen trong cuộc sống hôn nhân và hạnh phúc. Muốn làm cho kinh tam tiêu khôi phục bình thường, thể nguyên cân bằng, phương pháp hiệu quả nhất là kích thích huyết quan xung ở phía dưới móng tay ngón vô danh và xoa bóp đốt 1 của ngón vô danh (xem hình 32). Huyết quan xung là tĩnh huyết của

tam tiêu kinh, ấn huyết thường xuyên có thể làm cơ năng nội tạng hoạt bát lên. Ngoài ra, người đi máy bay thở không ra hơi, biểu thị năng lực thích ứng với khí áp yếu, cũng là chứng minh tam tiêu kinh suy nhược. Những người này cũng có thể kích thích huyết quan xung và đốt 1 của ngón vô danh.



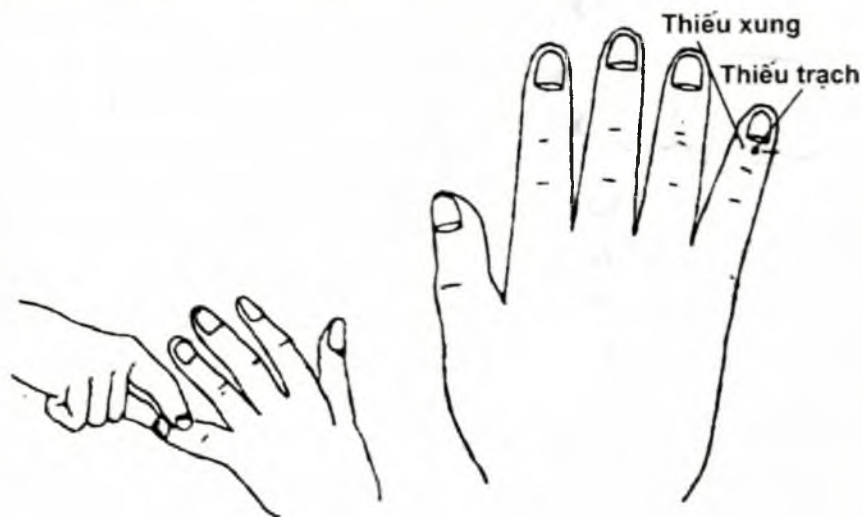
Hình 32 : Kích thích huyết Quan xung có thể cân bằng cơ năng sinh lý.

MÓNG TAY NGÓN út - CHÚ Ý TẠNG TIM KHÁC THƯỜNG

Mấy hôm trước có một ông khách, nhìn sắc mặt đỏ ửng của ông, tôi đoán tạng tim của ông khác thường. Sau đó hỏi, ông một mực phủ nhận: “Không, tim tôi rất khỏe”. Thế là tôi xem tại chỗ móng tay của ông. Quả nhiên không ngoài dự đoán của tôi, móng tay của ông phản ánh

rất rõ triệu chứng huyết dịch tuần hoàn của tim không tốt, so với bốn ngón khác móng ngón út hiện lên màu phấn hồng đặc biệt rõ. Thông thường, khi nội tạng cơ năng khác thường đều tự xuất hiện một số chứng trạng nào đó. Nhưng về bệnh tim lại không có chứng trạng gì, vì vậy phần lớn những người mắc bệnh tim ở thời kỳ đầu thường không tự biết, cho đến khi bệnh tình xấu đi mới bỗng nhiên phát hiện, vì vậy thường có người đột tử.

Cho nên quan sát tạng tim hoạt động là một việc rất quan trọng mà cách kiểm tra tốt nhất là quan sát móng ngón tay út. Ngón út có một sợi tâm kinh đi qua nó quan hệ mật thiết với tạng tim, lúc cơ năng tạng tim khác thường, bộ phận này sẽ phản ứng.

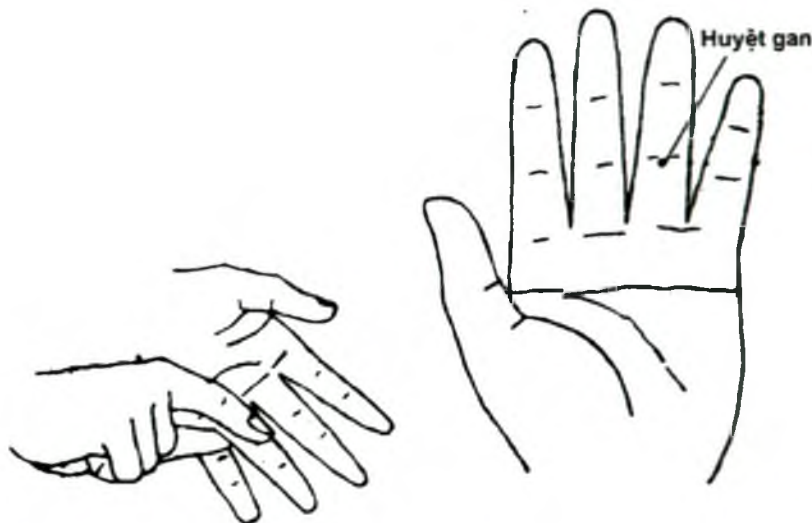


Hình 33: Kích thích hai huyết Thiếu xung, Thiếu trạch có thể làm cơ năng của tim hoạt bát lên.

Móng ngón tay út nếu từ màu trắng chuyển sang màu phớt hồng, biểu thị tâm kinh không thông suốt, chức năng tạng kinh không tốt, phương pháp có hiệu

quả nhất là kích thích huyết thiếu xung và huyết thiếu trạch (xem hình 33). Kích thích hai huyết quan trọng này có thể làm huyết dịch tuần hoàn của tim thông suốt, làm hoạt bát cơ năng của tim.

MÓNG TAY CẮM VÀO THỊT - CẤP CỨU TẠNG GAN



Hình 34. Kiên trì ấn huyết gan có thể làm sống động cơ năng gan.

Chúng ta đều biết, cơ thể gầy xương xương một chút mới là khỏe mạnh nhất. Nhưng thời nay người ta dùng phần lớn thức ăn động vật, nên phá mất trạng thái chất kali và cũng phá mất tác dụng giải độc của gan, dẫn tới các cơ năng nội tạng bị suy thoái, cho nên người ta thường cảm thấy mỏi mệt. Do ăn nhiều thức ăn động vật mà dẫn tới cơ năng gan suy thoái, sự phản ứng của nó là móng tay cắm sâu vào thịt đầu ngón tay. Những người có triệu chứng này hết sức tránh ăn món ăn động vật, nên ăn nhiều loại rau và món ăn thực vật. Muốn

khôi phục công năng gan, phương pháp có hiệu quả nhất là kích thích huyết gan ở chính giữa đốt 2 ngón vô danh (xem hình 34), hằng ngày kiên trì xoa bóp có thể làm sống động cơ năng gan, móng tay cũng hồi phục trạng thái bình thường. Quan sát móng tay còn tốt hơn kiểm tra X quang vì nó rẻ tiền, tiện lợi, chỉ cần lưu tâm đến sự biến đổi của móng tay là được.

VÂN NGANG MÓNG TAY - DẠ DÀY VÀ RUỘT CÓ TẬT

Mấy năm trước, một tạp chí muốn tôi viết bài về chữa bệnh bằng châm cứu, lúc đó tôi biết người chủ trì tạp chí có thiên kiến về Trung y, vì vậy tôi muốn nói rõ hiệu quả điều trị các huyết ở bàn tay và cơ thể ông ta. Bỗng tôi nhìn thấy phía dưới móng tay ngón cái của ông ta có một vân ngang rất rõ rệt - thế là tôi hỏi ông: “Có phải 3 tháng trước ông đã mổ cắt dạ dày?”. Ông ngớ người ra một chút sau đó trả lời: “Không phải là dạ dày mà là loét ruột non, đúng vừa cắt 3 tháng trước”. Từ đó về sau, ông ta thay đổi quan niệm đối với Trung y.

Trên thực tế, tôi không thể giải quyết được mọi tạp chứng nghi nan, chẳng qua là nhìn thấy triệu chứng vân ngang ở dưới móng tay ngón cái mà biết ông có bị loét dạ dày hoặc ruột hay không!

Móng tay thường 6 tháng sinh mới một lần, trong thời kỳ này nếu mắc bệnh thuộc hệ thống tiêu hóa, móng tay sẽ xuất hiện vân ngay khi mắc bệnh. Do đó, giữa móng tay có vân ngang là 3 tháng trước có bệnh tật về dạ dày, đường ruột, hiện tượng này không chỉ bó hẹp ở ngón cái mà bốn ngón khác cũng vậy.

Những người trước đây chưa từng mắc bệnh dạ dày, đường ruột mà ở móng tay lại xuất hiện vân ngang

thì ngầm báo hiệu dạ dày, đường ruột sắp có chuyện xảy ra. Vì vậy khi bạn có hiện tượng ấy, nên điều trị sớm.

Phương pháp dự phòng tốt nhất là kích thích tĩnh huyết của móng tay xuất hiện vân ngang. Ví dụ ở ngón cái xuất hiện vân ngang thì kích thích huyết Thiếu thương (xem hình 35) chỉ cần lưu tâm chú ý thì phòng ngừa được bệnh tật ở hệ thống tiêu hóa.

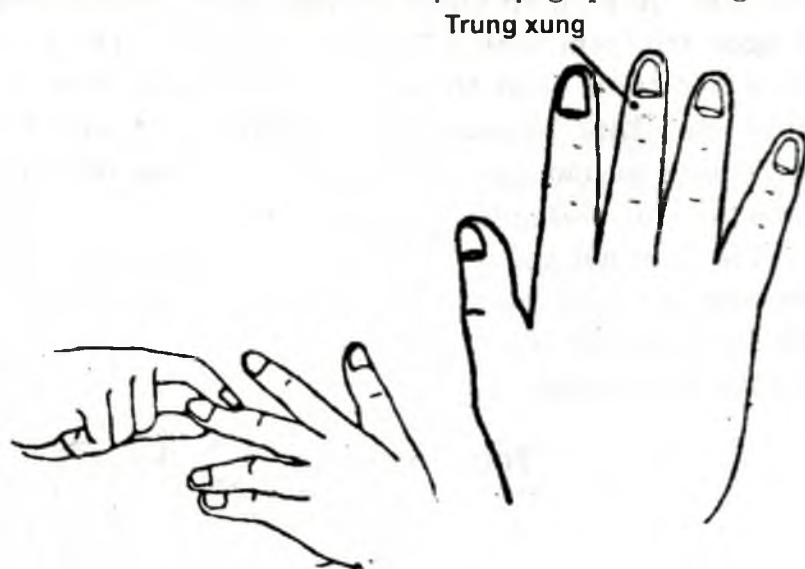


Hình 35 : Kích thích huyết Thiếu thương có thể dự phòng trở ngại về tiêu hóa.

VÂN DỌC Ở MÓNG TAY - NHẮC NHỞ SỰ CHUYỂN HÓA KHÔNG TỐT

Nếu ở móng tay xuất hiện vân dọc, thì người nào cũng có hiện tượng lão hóa, không cần phải quá lo lắng. Nhưng nếu là vân rãnh trong da móng tay thì cần phải chú ý. Da trong móng tay gọi là “giường móng tay”. Khi bộ phận này xuất hiện vân dọc, phải đặc biệt lưu ý. Đó là triệu chứng cơ năng gan, thận suy nhược.

Nội tạng gan thận có tác dụng giải độc, bài tiết chất thải trong cơ thể ra ngoài. Khi cơ năng gan thận hoạt động không bình thường, chất thải trong người không được bài tiết ra ngoài, tức là việc thay cũ đổi mới không tốt. Nguyên nhân là cơ năng gan thận không nhịp nhàng, có lúc dẫn đến hiện tượng “phù thũng”.



Hình 36 : dùng ngón tay ấn vào đầu móng tay sẽ kích thích tĩnh huyết ở chùm vân dọc có thể thúc đẩy thay cũ đổi mới.

Phương pháp chữa vân rãnh tốt nhất là ấn tĩnh huyết của nó là huyết Trung xung (xem hình 36).

ĐIỂM ĐÓM Ở MÓNG TAY - CẢNH BÁO VỀ HUYẾT DỊCH TUẦN HOÀN Ở NÃO

Khi trên móng tay xuất hiện màu hồng, hoặc đốm đen, là báo hiệu huyết dịch tuần hoàn ở não bị trở ngại. Nếu như đốm đen ở móng tay rõ rệt, biểu thị huyết dịch tuần hoàn khác thường, có thể gây trở ngại cho não. Cho nên nếu móng tay có điểm đốm đen, rất có thể huyết dịch ở não tuần

hoàn không thông suốt. Vì vậy người dễ xuất hiện điểm đốm ở móng tay, cần phải dự phòng hiện tượng này phát sinh để huyết dịch tuần hoàn ở não nhanh trở lại bình thường.

Phương pháp tốt nhất là kích thích tĩnh huyết ở dưới móng tay, chỗ có điểm đốm. Nếu ngón trỏ xuất hiện điểm đốm, thì phải ấn huyết Thương dương ở dưới móng tay ngón trỏ (xem hình 37). Như vậy sẽ làm cho huyết dịch ở não tuần hoàn thông suốt, nếu điểm đốm biến mất là bệnh khỏi. Nếu ngón tay tay phải xuất hiện điểm đốm, chứng tỏ não trái có vấn đề. Nếu điểm đốm xuất hiện ở tay trái, chứng tỏ não phải có vấn đề.

Các bạn gái thích dùng dầu bôi móng tay, muốn kiểm tra não hoặc nội tạng mình có vấn đề gì thì nên định kỳ lau sạch dầu bôi và quan sát kỹ để bảo đảm thân thể khỏe mạnh.



Hình 37 : ấn huyết Thương dương có thể làm huyết dịch não tuần hoàn tốt.

V

BÀN TAY - ĐIỂM PHỤC HIỆN NỘI TẠNG THẦN KINH, CƠ BẮP

**Ở ÂU MỸ RẤT THỊNH HÀNH
“CÁCH CHỮA Ở KHU VỰC BA PHÚT”**

Bây giờ mời bạn hãy làm một thí nghiệm nhỏ đơn giản. Bạn hãy nắm tay người tình của mình hoặc nam hoặc nữ, là người mình đang thích nhất. Nếu không có đối tượng ấy, thì là bạn đồng nghiệp cùng công ty ngồi gần mình, hoặc là nữ chiêu đãi viên xinh xắn trong tiệm cà phê, trong quán ăn. Những người này đều có thể là đối tượng thí nghiệm. Lúc này, tạm thời không đếm xỉa gì đến sự nghi ngờ của đối phương, đầu tiên theo phương pháp tôi đã nói, nắm lấy tay người ấy. Từ đó bắt đầu, nhất định có sự kỳ lạ xảy ra trên người bạn.

Dù là tay phải hay tay trái cũng được, chỉ cần nắm lấy tay đối phương. Sau đó bắt chước động tác làm mẫu của hình vẽ, dùng sức lật bàn tay của đối phương lên, dùng ngón tay út chọc vào khe giữa ngón cái và ngón trỏ của đối phương, ngón vô danh và ngón út của đối

phương để cố định bàn tay đó, để đối phương hơi có cảm giác căng lên. Để bàn tay ở trạng thái xòe ra, dùng ngón cái tay phải tay trái của mình ấn vào bàn tay đối phương, ấn vào cổ tay và bộ phận gồ lên của bàn tay. 30 giây, 1 phút không ngừng ấn huyết có tiết tấu.

- Ô, dễ chịu quá!

- Cảm giác thật tốt - hơi khó chịu một chút.

Phản ứng của mỗi người đều khác nhau, nhưng nếu có 100 người đã được ấn huyết bằng ngón tay thì tin rằng 100% số người ấy sẽ nói “dễ chịu lắm”. Thực ra, tuy không phải bàn cãi gì, nhưng đối phương nhất định sẽ cảm thấy rất dễ chịu, có lúc, có người xuất thần chăm chú nhìn vào bạn. Đó là bí quyết của phép xoa bóp điều trị bệnh lý qua bàn tay. Bây giờ chúng ta hãy xem hiệu lực của phương pháp này.

♦ *Cãi nhau với người yêu do những chuyện lật vật không đâu, lại không có cách nào làm lành, rất khó hẹn cô ta nói chuyện. Cô ta tỏ ra bức dọc không yên, vẫn cứ giữ thái độ không phải đó.*

Lúc này, dùng thái độ hơi cứng rắn nắm lấy tay đối phương, sau khi đã nắm chặt, dùng ngón tay kẹp chặt đầu ngón tay cái của đối phương rồi xoa bóp nhẹ nhẹ, nếu có thời gian còn xoa bóp xung quanh gốc ngón cái.

♦ *Khi đi thi hoặc khảo sát miệng, ở trường thi bồn chồn không yên, hoặc viên chức mới lần đầu tiên đứng vào hàng ngũ doanh nghiệp, do căng thẳng mà mặt trắng bệch ra.*

Lúc này chập hai bàn tay của đối phương lại, dùng hai bàn tay của mình nắm chặt, dùng sức ấn tay đối phương một lúc để xung quanh lòng bàn tay cảm thấy

đau hoặc là dùng sức xoa bóp xung quanh gốc ngón cái của đối phương. Sau đó vỗ vào vai đối phương: đi thôi!

Vừa rồi do căng thẳng mà mặt trắng bệch, lúc này đã mất đi, sắc mặt trở lại hồng hào, bước đi vững chắc tiến vào trường thi.

♦ *Gần đây bỗng không tự tin vào chuyện phòng the. Tuy còn rất trẻ nhưng đã cảm thấy tinh lực suy giảm. Dù cho công việc bận rộn, cũng không nên...*

Dù là còn trẻ hay đã ở tuổi trung niên, người đàn ông nào mà tinh lực suy thoái thì coi như bị một vết thương chí mạng. Bỗng nhiên lâm vào cảm giác người già, ngay cả công tác cũng không hăng hái, lúc này hãy động đến ngón út của anh.

Hằng ngày lên ô tô buýt đi làm việc, nếu cứ lơ mơ ngồi xe thì sẽ lãng phí thời gian quá. Khi túm vòng treo của xe, hãy dùng đầu ngón út móc vào vòng treo, khi mệt đổi tay, có lúc thay ngón tay, nghỉ một lúc, lại dùng đầu ngón út thay nhau. Khi ở hội nghị, lúc trò chuyện với người khác, thời gian cũng rất lãng phí. Lúc này sao không túm lấy ngón út của anh, lúc thì kéo ra, lúc thì ấn xuống. Kéo dài 1 - 2 tuần lễ, đến bản thân cũng kinh ngạc, phát hiện bản thân vô cùng "mạnh khỏe".

Tôi đã từng dạy một người làm theo phương pháp này. Anh này lúc đầu kêu ca: "Gần đây trở thành người hư nhược". Sau đó anh trở về quê, không hề gặp mặt. Cho đến một ngày tôi làm cuộc hành trình đến thăm anh, lâu ngày gặp lại vô cùng vui vẻ.

Lúc này anh túm ngón tay út giơ cho tôi xem, tôi nhất thời chưa hiểu, anh mới nói tiếp: "Lần trước, thầy

dạy tôi dùng ngón tay ấn vào đầu ngón út. Kết quả con người tôi khỏe hẳn lên”. Không phải nói đùa, cũng không phải nghiêm túc, nhưng mà sau lần gặp lại này, tôi đã khắc sâu nhớ lại câu chuyện “ngón tay út”. Tôi nghĩ: “Anh ta khá khỏe mạnh”, có lẽ là chuyện thật.

Sau khi xem qua 3 ví dụ này, bạn đọc hẳn còn bán tín bán nghi chăng? Nhưng dù thế nào, đó không phải là lời nói láo.

Chẳng qua là loại bỏ chất ma thuật ở bàn tay mà muốn mọi người càng khỏe mạnh, tinh lực càng dồi dào, tinh thần càng sáng khoái.

Hơn nữa, không chỉ làm cho người ta cảm thấy dễ chịu. Ngay cả những bộ phận nội tạng không nhìn thấy cũng có thể làm cho khỏe mạnh, đạt được hiệu quả điều trị kinh người. Tại sao vậy? Đó là chỗ thần kỳ của phương pháp xoa bóp bàn tay để chữa bệnh.

VI

SỰ BIẾN ĐỔI KHÁC LẠ CỦA THÂN THỂ ĐẦU TIÊN XUẤT HIỆN Ở BÀN TAY

Y HỌC THÚ VI LÀ KÍCH THÍCH 32 KHU PHẢN XẠ ĐỂ ĐIỀU TRỊ

1. 32 khu kích thích phản xạ nằm ở tay, ngón tay

Sự biến đổi khác lạ của thân thể hoàn toàn hiện lên ở tay

Tại sao chỉ có xoa bóp tay mà làm cho người ta tinh thần dễ chịu, thần khí sáng suốt, sinh hoạt giới tính tăng lên mà còn có thể chữa được những chỗ lộn xộn trên thân thể. Đầu tiên, tôi phải nói rõ cách điều trị theo khu vực. Đầu, nội tạng, bộ khung, bắp thịt... tất cả các bộ phận trên thân thể đều phản xạ lên các bộ phận trên tay. Đó là cách điều trị xoa bóp khu vực của bàn tay. Hai lòng bàn tay, hai mu bàn tay của hai tay nhất định có những bộ phận đối ứng với các cơ quan trên thân thể. Có sự đối ứng ở tay với: dạ dày, phổi, tụy tạng..., ở đây tên gọi không biến động nhiều. Những bộ phận đối ứng đó (bộ phận phản xạ) gọi là khu vực (xem hình vẽ 4,5 ở đầu sách). Khu vực phản xạ bàn tay trái và khu vực phản xạ bàn tay phải.

Những bộ phận liên quan về sau sẽ nói kỹ. Ở đây chỉ cần xây dựng được quan niệm các nội tạng và cơ quan của thân thể đều phản ứng lên các bộ phận của tay là được. Mỗi ngày sau khi nhiều lần kích thích từng khu vực (khu phản xạ), nội tạng nào đối ứng với bộ phận ấy sẽ sống trở lại, có chỗ nào chưa thích ứng cũng có thể đạt được hiệu quả điều trị. Nếu như cảm thấy đau dạ dày, mỗi ngày chuyên tâm xoa bóp khu dạ dày trên tay. Như vậy, có thể điều chỉnh đáng kể tình hình dạ dày. Khi họng đau, ngón tay ấn vào khu phản xạ của họng, có thể chữa khỏi...

Ngược lại, khi xoa bóp bàn tay, nếu như phát hiện có điểm đau nhức, có thể là cơ quan hay nội tạng đối ứng với khu vực ấy có sự khác thường. Tóm lại, cách suy nghĩ của chúng tôi là, phương pháp này không chỉ tự điều tra thân thể của mình có chỗ nào lộn xộn, mà còn có thể phát hiện bệnh tật trên người. Ví dụ nói, ngón tay ấn vào khu tạng thận, tự nhiên làm người ta đau muốn nhảy lên, thế thì cơ năng của thận có thể có vấn đề. Vì vậy, cần cần thận xoa bóp khu vực này, để kích thích, làm cho chất thải đọng lại trong khu vực này, được hóa giải, nó sẽ theo nước tiểu bài tiết ra ngoài. Nhờ đó có thể điều trị những chỗ không tốt của thận.

Trong một ngày, dùng ngón tay ấn bàn tay mấy lần là được. Có đúng là phương pháp giản đơn này có thể chữa khỏi những chỗ không tốt trên cơ thể không? Trên bàn tay có đúng là có ma lực ấy không?

Hãy nghĩ kỹ xem, mỗi người chúng ta đều trải qua một vài lần, khi thân thể khó chịu hoặc biến lạ đều nhạy cảm xuất hiện trên tay. Ví dụ khi tham gia cuộc đua chạy rất căng hoặc là gặp phải trường hợp rất căng

thẳng, tự nhiên lòng bàn tay toát ra nhiều mồ hôi. Sau khi sốt cao, bàn tay khô kiệt, da cũng tróc vảy.

Máy đo nói dối ở Mỹ cũng là lợi dụng nguyên lý sự vận động của não và thần kinh căng thẳng có liên quan mật thiết với lòng bàn tay ra mồ hôi mà chế tạo ra. Ví dụ này nói rõ tay không phải là tồn tại đơn độc mà thực tế nó có mối quan hệ mật thiết không thể tách rời với nội bộ thân thể.

Trong cách chữa bệnh bằng xoa bóp bàn tay, nếu xác định được thật đúng và tỉ mỉ bộ phận nào của tay tương ứng với nội bộ thân thể, sẽ có lợi cho điều trị. Mới đầu, chúng tôi nêu lên mấy ví dụ “ma thuật trên tay”, thực ra đó chỉ là vận dụng linh hoạt trò chơi trên khu vực bàn tay.

Tóm lại, kích thích khu phản xạ sẽ có hiệu quả ổn định thần kinh như tuyến giáp trạng, đầu (thùy thể dưới não) thì có thể ức chế được tâm tính kích động của chúng.

Dĩ nhiên, những ma thuật trên bàn tay không phải là mục đích nguyên thủy của phương pháp chữa bệnh bằng xoa bóp ở bàn tay, nó là một biện pháp trị liệu thực sự có hiệu quả. Người nghiên cứu vấn đề này cũng rất nhiều.

Kích thích khu phản xạ ở tay, đầu tiên phải thông qua não, sau đó đến các cơ quan đối ứng, tác dụng đến các bộ phận có triệu chứng khác thường làm cho nó hoạt bát trở lại

Thực ra, hiện nay ở Âu Mỹ phương pháp xoa bóp điều trị bệnh lý ở bàn tay, là phương pháp điều trị rất bình thường, phương pháp này có đồ biểu đối ứng và xử lý chi tiết. Ở phương Đông, chỉ tại những khu điều trị trung tâm chuyên ngành mới có đồ biểu như vậy, nhưng ở Mỹ, loại biểu đồ theo diện kèm phản xạ lại có cả lời

thuyết minh tỉ mỉ mà giản đơn, đã phát hành hàng ngàn vạn bản. Gia đình bình thường, thậm chí mỗi cá nhân đều có một bản. Đối chiếu với đồ biểu, người bình thường đều có thể tự sử dụng để điều trị.

“Họng hơi cảm thấy khó chịu, họng hình như bị viêm. Khu phản xạ của họng ở trên tay là chỗ nào nhỉ? Các gia đình phần lớn dùng phương thức này, một mặt vừa đối chiếu khu phản xạ trên bản đồ nhân thể, bản thân cũng tự xoa bóp ở tay để kích thích. Phương pháp này đã thâm nhập rộng rãi trong đời sống gia đình ở nước Mỹ và nước Đức. Đương nhiên, họ cũng đã xuất bản nhiều sách nói về cách điều trị khu vực này một cách dễ hiểu và bán rất chạy, trong đó cuốn sách do Minlet chấp bút xuất bản năm 1975 là tiêu biểu nhất, nghe nói cuốn này bán được 100 vạn bản.

Cuốn sách này tựa như trở thành sách giáo khoa chuyên dùng về cách điều trị khu vực. Ngoài ra còn có nhiều loại sách tương tự như vậy. Kích thích tay để chữa khỏi bệnh thực tế đã được dùng từ xưa. Nghe nói, thời cổ đại Hy Lạp đã có những sách vẽ trên tường những hình vẽ về vấn đề này.

Nhưng ngày nay phương pháp điều trị khu vực rất được thịnh hành là do bác sĩ tai mũi họng người Mỹ tên là Fu-xư-yê-lan đề xướng và hệ thống hóa lại. Đó là chuyện xảy ra ở đầu thế kỷ thứ 20.

Bác sĩ Fu-xư-yê-lan phát hiện ở tay có một sức mạnh kỳ lạ, quá trình phát hiện rất là lý thú. Những bệnh nhân của bác sĩ, nếu ai trong khi phẫu thuật không kêu đau, họ đều dùng ngón tay nắm chặt lấy góc tay gai của ghế. Như thế có nghĩa là, dùng lòng ngón tay áp chặt vào ghế thì ức chế được đau. Nghe nói, do từ quan sát này mà bác sĩ phát hiện ra điều ấy.

Về sau, quan sát tỉ mỉ những người đàn bà đau đẻ, có thể phát hiện các bà trong khi đẻ đều dùng bàn tay xích gần lại chỗ khuỷu tay, dựa hẳn vào tay vịn bàn đỡ đẻ. Bộ phận khuỷu tay mà bàn tay xích lại gần là khu vực phản xạ của bộ phận sinh dục. Giống như chuyện ma thuật của tay được thuật ở trên. Các bà mang thai khi đẻ, rất tự nhiên cho tay nắm lấy tay vịn của bàn đỡ, để ức chế cơn đau, để sinh đẻ được thuận lợi.

Từ lý lẽ ấy, bác sĩ mới nghĩ cần nắm lấy khu phản xạ ở tay, rồi kết hợp cách điều trị dân gian vốn có từ xưa, tạo nên móng cho phương pháp điều trị bệnh bằng xoa bóp ở bàn tay. Ở Âu Mỹ, điều trị y học thực tế của phương pháp này bắt đầu từ đầu thế kỷ 20, vì vậy nó đã có lịch sử khá lâu.

Phương pháp xoa bóp tay để chữa bệnh, khởi nguồn lưu hành từ nước Đức, Thụy Sĩ, sau khi truyền sang nước Pháp, nước Anh, nước Mỹ rất được thịnh hành. Bây giờ ở Đan Mạch, Thụy Điển thậm chí có trường học chuyên khoa. Nghe nói ở bệnh viện phụ sản của Đan Mạch, để giảm bớt nỗi đau của phụ nữ khi sinh con, người ta đã áp dụng cách điều trị bệnh bằng xoa bóp ở tay là kích thích bàn tay, bàn chân sản phụ. Ở New York cũng rất thịnh hành phương pháp này, chủ yếu là để ổn định tâm thần, chữa thần kinh mất điều hòa, là phương pháp loại bỏ sự căng thẳng trong cuộc sống thường ngày. Đây là phương pháp rất thông dụng ở Mỹ, như trước đây hề đâu đâu là người ta dán cao lên huyết thái dương vậy.

“Đau đầu ư?”. Tìm nhanh vị trí khu phản xạ của đầu ở trên tay. Dùng ngón tay xoa bóp một lúc là khỏi. Hoặc là dạ dày cảm thấy khó chịu, khu phản xạ của dạ dày ở phía dưới móng ngón tay cái, đó là cách điều trị bằng bàn tay tại nhà.

So với các nước phương Đông, tiền chi phí cho chữa bệnh ở nước Mỹ rất cao, cho nên nếu mắc cảm mạo, dạ dày không dễ chịu, thương thực thuộc loại bệnh không nặng, người ta thường không đến thầy thuốc khám bệnh. Hơn nữa, nó được coi là cách điều trị dân gian có hiệu quả, thậm chí các bệnh viện cũng áp dụng cách điều trị này, cho nên có một thời trên đài truyền hình đã nói nhiều đến vấn đề này.

Sau khi kích thích tay, bộ phận não và nội tạng có phản ứng gì

Dù cho đã nêu lên nhiều ví dụ, nhưng có người vẫn hoài nghi có thực là dùng tay chữa được bệnh không? Ở đây chúng tôi nói rõ hơn về sự phản xạ trên cơ thể con người.

Về mặt y học, một bộ phận nào của nội tạng hoặc cơ quan cơ thể có sự khác thường thì ngoài bề mặt cơ thể sẽ xuất hiện cục cứng hoặc cảm thấy đau, từ đó phát giác ra bệnh tật. Tình hình này, ở y học gọi là phản xạ vách nội tạng. Ví dụ khi tạng thận không tốt, không chỉ những chỗ xung quanh thận mà tất cả những khu phản xạ đối ứng với thận, ở đầu, ở lưng, ở tay, ở chân đều xuất hiện những cục cứng và cảm giác đau. Khi tuyến giáp trạng có sự khác thường, khu phản xạ của tuyến giáp trạng ở mặt, ở lưng, ở đầu đều xuất hiện cục cứng và cảm giác đau. Dĩ nhiên, khu phản xạ của tuyến giáp trạng ở tay một khi được dùng ngón tay ấn huyết sẽ đau mà nhảy lên.

Nghe nói như vậy, tựa hồ thấy rất khó khăn, nhưng mà mỗi người ít nhất đều trải qua 1 - 2 lần như vậy. Ví dụ, ở gần nhà tôi có một bà còn trẻ, mỗi khi gặp tôi đều than thở: “Đau lưng quá, đau quá”. So tuổi tác thì chưa đáng đau như vậy, tôi khuyên chị ta tốt nhất đi

khám bệnh để được chẩn đoán chính xác. Vì rằng, tôi nghĩ có lẽ tạng thận hoặc tạng gan của chị ta có vấn đề nên gây đau ở khu phản xạ của lưng. Kết quả không ngoài suy đoán của tôi, sau khi điều trị, chị nói với tôi gan và dạ dày của chị không tốt.

Suy nghĩ kỹ, hầu hết mọi người đều có kinh nghiệm như vậy. Bả vai cứng lại, đau nhói mà không nhớ mình đã làm gì để bả vai cứng lại và đau nhói. Sau khi kiểm tra mới biết số đo của kính mắt không thích hợp và dạ dày không tốt gây nên hiện tượng này. Tình hình tương tự như vậy là kết quả phản xạ của nội tạng ra bên ngoài cơ thể. Lợi dụng khu phản xạ, điểm phản xạ tồn tại trên cơ thể mà tìm ra nguyên nhân đích thực mà vận dụng phương pháp điều trị khu phản xạ cũng tức là phương pháp điều trị khu vực. Vì vậy cũng có cách lợi dụng khu phản xạ ở mặt hay ở đầu để điều trị, đương nhiên cũng có cách lợi dụng khu phản xạ ở lưng ở chân để điều trị.

Nổi tiếng hơn là cách nhĩ châm của Pháp. Dùng điểm phản xạ ở tai để châm vào điểm phản xạ đối ứng với cơ năng thêm ăn ở tai để ức chế cơ năng thêm ăn. Do ở Nhật có nhiều người muốn hạn chế ăn uống nên phương pháp này khá phổ biến. Nhưng nếu kích thích quá mạnh, cơ năng sẽ ngừng vận chuyển, sẽ hoàn toàn mất đi sự thêm ăn. Cho nên, cách điều trị này rất nguy hiểm.

Đương nhiên, trên tay cũng có đủ các khu phản xạ giống như vậy. Kích thích khu phản xạ này, làm cho nội tạng sống trở lại, đó là phương pháp xoa bóp chữa bệnh ở tay mà chúng ta tiến hành. Ưu điểm của phương pháp này không nguy hiểm như phương pháp nhĩ châm. Ở tay nếu ấn huyết nhâm cũng không gây nguy hiểm. Cho nên, mọi người đều có thể an tâm tiến hành.

Vấn định xoa bóp ở khu vực dạ dày, nếu như bóp vào khu gần tuyến giáp trạng hay khu đầu, cũng không tổn hại gì, nó là cách điều trị an toàn nhất nên được phổ biến rộng rãi ở các gia đình nước Đức và nước Mỹ. Hơn nữa, tay rất tiện cho điều trị. Xoa bóp ở lưng, ở đầu, ở chân trước mặt người khác rất không tiện mà một người tự làm cũng không dễ dàng gì. Nếu thay bằng xoa bóp ở tay thì dù nói chuyện với người khác hoặc ở một cuộc họp vô bổ, hoặc dù xem truyền hình đều có thể xoa bóp bằng ngón tay theo ý muốn mà không bị người khác để mắt tới. Ngoài ra, hiệu quả kỳ lạ của phương pháp xoa bóp ở tay để chữa bệnh cũng là một đặc điểm riêng của nó.

So sánh với lồng ngực, ở chân và các khu phản xạ khác, người ta cho rằng ở tay dễ điều trị, hiệu quả có bớt đi một chút cũng được. Nhưng sự thực hoàn toàn ngược lại, khi so sánh kết quả điều trị khu phản xạ ở chân với ở tay, thì hiệu quả ở tay giữ được lâu hơn. Sự thực này đã được chứng minh bởi phương pháp Holingtiphia Nagari do một nha sĩ người Mỹ phát minh năm 1970.

Nói một cách vắn tắt, phương pháp này chứng minh, ở cơ thể con người, tại các bộ phận nửa trên thì hiệu quả phản xạ càng lớn hơn, càng xuống dưới thì hiệu quả càng giảm đi. Ví dụ ra sức kích thích gót chân, vốn là cảm thấy rất có hiệu quả, rất dễ chịu, nhưng do phải đứng lên đi ngay, không có cách nào giữ lại trạng thái vừa điều chỉnh, hiệu quả phản xạ do đó mà cũng giảm đi.

Cho nên hiệu quả của các bộ phận ở trên, không chỉ giữ được lâu, mà cũng rõ rệt hơn. Nếu chỉ theo cảm giác lúc điều trị mà nói, xoa bóp ở chân quả là dễ chịu hơn ở tay, khiến người ta cảm thấy hiệu quả hơn.

Nhưng nếu đề cập đến hiệu quả thực tế, chân và tay có thể lực ngang nhau, nếu so nơi có hiệu quả hơn hai nơi

chân và tay thì phải nói là đầu vì nó ở trên hơn cả. Nhưng nếu căn cứ sức cần dùng và thời gian bỏ ra, không gian sử dụng để phán đoán thì số điểm tuyệt đối ở tay là cao hơn.

2. Thử đo vòng cơ thể phát giác bệnh tiềm ẩn trong cơ thể

Người càng sử dụng tay càng sống lâu

Nếu đứng ở góc độ này đánh giá lại bàn tay sẽ phát hiện ra nhiều sự thực, người càng hay dùng tay càng sống lâu. Người ta thường cho rằng vì nhà nghệ thuật luôn luôn đi tìm lý tưởng, đem tinh lực cả đời người đầu tư vào đó, nên thường phải dùng não nhiều, cho nên từ xưa tới nay các nhà nghệ thuật ít sống lâu. Suy nghĩ thật kỹ, công tác của nhà nghệ thuật tuy dùng đầu óc nhưng trên thực tế phải dùng tay để hoàn thành công việc.

Ông Chủ tịch Hội điêu khắc Nhật Bản Kitamura mất năm 1988, thọ hơn 100 tuổi. Công tác điêu khắc không chỉ dùng não mà còn phải dùng thân thể và tay. Sinh năm 1908, họa sĩ Muranishi đến nay tinh lực vẫn rất dồi dào và còn vẽ những bức tranh lớn. Tinh thần của ông không thể so cùng với những người già cùng lứa tuổi. Cầm bút vẽ thì phải dùng sức, đó cũng là việc của tay phải làm.

Tuổi gần 90, ông Shiro phải gánh vác trọng trách về kinh tế của nước Nhật, tuy không phải là nhà nghệ thuật nhưng nghe nói trong cuộc sống ông dùng tay không phải là ít. Ông nổi tiếng về sống đạm bạc, nhưng ông giỏi về mình kiếm, hàng ngày phải tập mình kiếm, nhổ cỏ trong vườn, không bao giờ dứt quãng.

So với người sáng sớm dậy đã vội vàng ra cửa đi làm, sau khi tan tầm về nhà xem truyền hình rồi vội đầu đi ngủ thì việc nhổ cỏ, làm đồ chơi, luyện tập kiếm thuật phải dùng tay rất nhiều quả là hơn hẳn.

Dù không lấy danh nhân làm ví dụ, cứ xem những người quanh mình cũng có thể hiểu được sự thực này. Mấy ông thợ rèn tài giỏi không chỉ sống lâu khỏe mạnh, đầu óc thanh thản, đến tuổi già nhiều người vẫn còn làm được việc.

Những người có đầu óc giỏi, vẫn thường xuyên dùng tay. Sự thực họ cũng mượn cơ để hoạt động kích thích tay để đầu óc và nội tạng được sống động, thân thể khỏe mạnh mà đầu óc cũng nhanh nhẹn.

Siêng năng cử động chân tay, phảng phất như là không hề bỏ sót một khu phần xạ nào. Trong thời đại mà loài người dùng bàn tay của mình để mưu cầu sự sống như cày ruộng, dệt vải, giặt giũ, quét dọn, đóng đồ đã làm cho tay đạt tác dụng kích thích một cách đầy đủ. Vì vậy, người đàn bà chủ gia đình hiện tại nếu thực sự vào bếp làm cơm, quét dọn nhà cửa, tưới cây cảnh thì gần như không cần đến phương pháp chữa bệnh bằng xoa bóp tay, nhưng trên thực tế việc quét dọn, giặt giũ hiện nay phần lớn được máy móc thay thế, còn việc nấu nướng lại thay bằng mua món ăn nhanh. Cho nên, không thể đoán định họ có cần dùng phương pháp chữa bệnh bằng xoa bóp tay hay không. Thường xuyên sử dụng tay giúp ích rất nhiều cho phòng chống lão hóa. Hằng ngày nếu dùng một số thời gian làm mấy động tác xoa bóp tay chữa bệnh thì không lo gì lão hóa, lú lẫn nữa.

Ở thời đại mà cơ thể và tay chân ít hoạt động, thì phương pháp chữa bệnh bằng xoa bóp tay càng có ý nghĩa sâu sắc.

Cách làm thử đo vòng

Ở tay còn có một chứng cứ rất có ý nghĩa mà không đến nỗi bí mật là cách thử đo vòng.

Tên gọi chính thức của nó là thử đo vòng có hai con số, thông thường là cách đo giản đơn để nhận biết bản thân mình. Cách này đối với bài thuốc hoặc chất và lượng của thuốc Trung y có thích hợp sử dụng không, có thể làm cuộc trắc nghiệm đơn giản. Từ đó phát triển lên, cũng có thể dùng làm phương pháp phát hiện cơ thể mình có gì khác lạ, do cách làm rất giản đơn, ở lúc nào nơi nào cũng được, ở nơi đông người cũng có thể làm như trò chơi, khá là thú vị. Đầu tiên tôi nói qua về phương pháp.

Xin mời người làm thí nghiệm đo đúng đây, đặt ngón tay bàn tay trái vào bộ phận cơ thể muốn đo thử. Nếu muốn đo thử ở dạ dày thì đặt ở chỗ dạ dày, muốn đo thử ở ruột thì đặt ở chỗ ruột. Sau đó dùng ngón tay cái và ngón trỏ của bàn tay phải móc lại với nhau thành một vòng tròn. Dùng sức ngón tay giữ chặt vòng tròn. Sau đó, một người khác dùng sức kéo mạnh ngón tay đã kết thành vòng tròn để nó tách ra.

Nếu vòng tròn bị kéo ra rất dễ dàng thì chứng tỏ bộ phận mà tay trái chỉ có sự khác thường.

Khi anh cho rằng bộ phận mà tay mình chỉ rất khỏe mạnh, rất tự tin thì dù người khác dùng hết sức để kéo ra cũng không làm nó tách ra được. Nhưng dù anh cố gắng bao nhiêu để làm thành vòng, chỉ cần bộ phận ấy trên cơ thể có tật, tất nhiên sẽ dễ dàng bị kéo ra. Có thể anh sẽ cho rằng việc làm ấy không chính xác thì hãy làm thử ở bộ phận khác trên cơ thể. Nếu tất cả mọi chỗ đều không tách vòng được, thế thì sức khỏe của bạn sẽ là vô cùng tốt đẹp. Như vậy sẽ không lo đến vấn đề sức khỏe. Nếu làm như vậy vẫn chưa thể hiểu có thực sự là khỏe mạnh không, thì dùng ngón tay trái nắm lấy chất rắn hoặc chất độc rồi đặt vào thân thể để làm trắc nghiệm. Đặt điều thuốc lá ở tay

trái, cầm hồ thổi, tay phải làm thành vòng tròn rồi nhờ người khác kéo vòng ra. Nếu cái vòng ngón tay dễ dàng bị kéo ra, thì bản thân cũng phải giật mình.

Tay trái đặt ở tạng gan, thì tay phải bị kéo ra ngay. Cách đây không lâu, tôi được mời đến đài truyền hình trình diễn một tiết mục nói rõ cách điều trị bệnh theo xoa bóp tay, lúc đó tôi cũng đã biểu diễn cách đo thử vòng với diễn viên truyền hình.

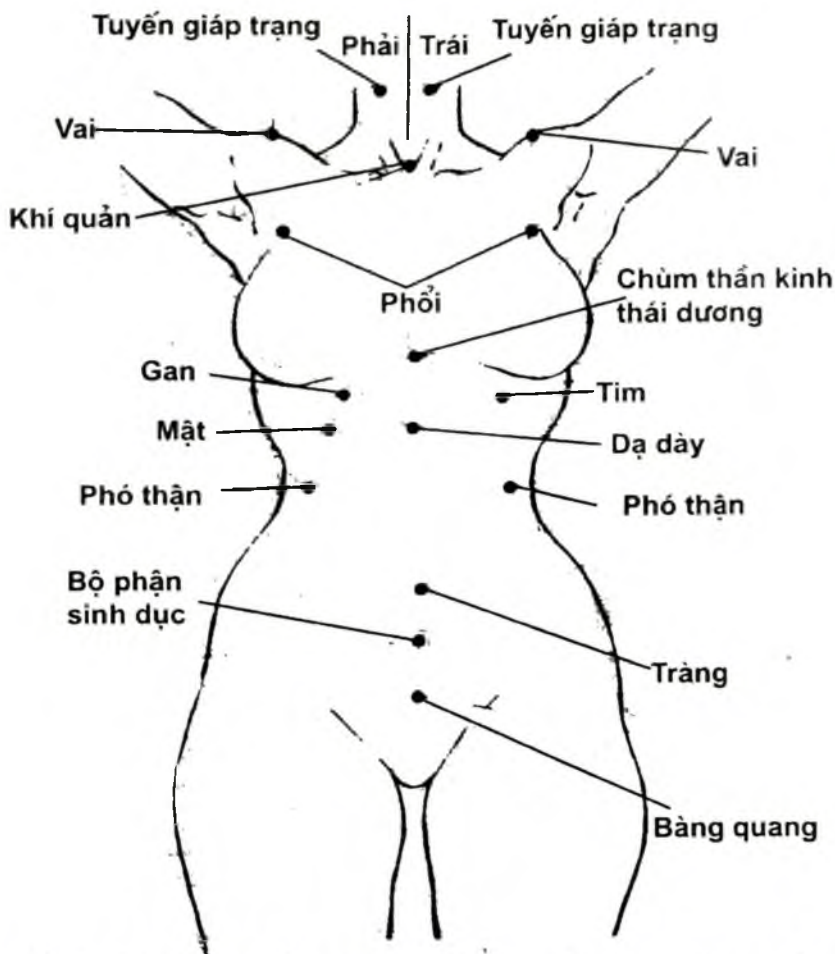
Tay trái đặt ở tạng gan, tay phải bị kéo ra ngay; tay trái đặt ở bộ phận hô hấp, tay phải cũng như vậy. Thực ra trong tiết mục, tôi đã sớm phát hiện sức khỏe các phát thanh viên khá khác thường.

Phương pháp này đã được các nha sĩ dùng để tìm chỗ đau răng, hoặc là đo thử bài thuốc dùng có phù hợp với người bệnh hay không, và đã được dùng phổ biến. Nghe nói FBI và CIA của nước Mỹ trong khi truy tìm tội phạm đã dùng cái vòng đo thử này. Đó là tin đồn hay là sự thực, tạm thời chưa có kết luận nhưng tôi nghĩ trên thực tế có thể dùng nó một cách có hiệu quả. Nhưng hiện nay FBI và CIA dùng người phát kiến ra cái vòng đo thử này là một người Nhật. Ông là bác sĩ Ômura hiện là Viện trưởng Viện nghiên cứu tim ở New York. Sau khi tốt nghiệp y học ở trường Đại học Yokohama đã sang Mỹ để tiếp tục nghiên cứu hoàn thành công trình của mình. Dem kết quả nghiên cứu vĩ đại này ra làm trò đùa, cảm thấy thật đáng tiếc. Nhưng tôi sau khi tập hợp mấy người lại làm cuộc đo thử, cũng thấy thú vị như một trò đùa. Tiến hành đo thử hai người, nhất định phải đặt vào nơi có sức lực như nhau, điểm này vô cùng quan trọng. Dù cho là người rất khỏe, để cho người ấy ở tay trái cầm vật có chất độc như thuốc lá để đo thử, sẽ rất

để dàng kéo vòng tay ra. Sự kinh ngạc và cảm nhận bất ngờ ấy khó làm cho người ta tiếp nhận được. Hình 38, 39

Dù thế nào, xin các vị hãy làm thử một lần xem sao!

Đo thử vòng những điểm cần kiểm tra



Hình 38: Dùng đầu ngón trỏ và ngón giữa chạm nhẹ vào các điểm nói trên (chấm đen), theo cách thức xoay đo vòng tròn, có thể kiểm tra mức độ sức khỏe ở chỗ ấy.

Có thể làm bên ngoài quần áo cũng được.

10 kinh lạc phân bố trên cơ thể

Bác sĩ Fu-xư-chê-lan là người để xướng cách điều trị khu vực, được truyền từ Âu Mỹ vào Nhật Bản. Tuy tên gọi khác, phương pháp cũng không hoàn toàn giống nhau, nhưng mà sử dụng cách kích phản xạ của da trên cơ thể để chữa bệnh thì cách nghĩ và cách làm lại giống phương pháp điều trị xoa bóp theo bệnh lý đã được lưu truyền hàng ngàn năm ở phương Đông. Đó là kinh lạc mà xưa kia Ấn Độ và Trung Quốc từng nói đến.

Sao lại gọi là kinh lạc? Nó là loại dạng như thế nào? Thông qua chỗ nào? Chưa nói được thật rõ. Trong thuật Du già của Ấn Độ, cho rằng có tới 37 vạn đến 38 vạn sợi kinh lạc phân bố trong cơ thể con người. Sau khi chỉnh lý thì còn chừng 10 hoặc 14 sợi kinh lạc. Học thuyết này được lưu truyền vào Trung Quốc. Có lúc nói 14, có lúc nói 15 sợi kinh lạc. Tâm kinh, phế kinh, vị kinh và các kinh nội tạng khác liên tiếp phân bố trong cơ thể con người. Theo kinh lạc này thì phổi (phế), tim (tâm) hoặc dạ dày (vị) có sự khác lạ thì sẽ phát sinh phản xạ, nguyên lý hoàn toàn giống với phương pháp xoa bóp khu vực của châu Âu.

6 điểm chính thực hiện đo thử vòng

- 1 Phải bỏ hết đồ dùng kim loại trên người (đồng hồ, nhẫn, kính, giày da)
- 2 Cố gắng đo thử với người cùng chiều cao, cùng trọng lượng
- 3 Tránh ở trên thảm hoặc chân có sợi tĩnh điện
- 4 Hai chân dẹt ra, duỗi thẳng về phía trước
- 5 Hai cùi tay ở dưới nách chừng 20 phân
- 6 Nhất định phải dùng cổ tay cấu thành vòng



Hình 39

Trên các tuyến kinh lạc có những huyết kinh, kích thích các huyết kinh này là chữa những tạng ở trên kinh này như vị kinh, phế kinh, tâm kinh, v.v..., phương pháp làm giống với cách điều trị khu vực, vì vậy cách điều trị của y học phương Đông là dùng cách xoa bóp chữa trị các huyết kinh, châm cứu, v.v... đều có thể gọi là cách điều trị phản xạ.

Không chỉ bó hẹp ở phương Đông mà trên thế giới nhiều nơi có cách điều trị tương tự, gần đây mới được phát hiện, tình cờ chịu ảnh hưởng cách điều trị dân gian xoa bóp theo phương thức kết hợp của nước Đức do bác sĩ Fu-xư-chê-lan phát hiện ra.

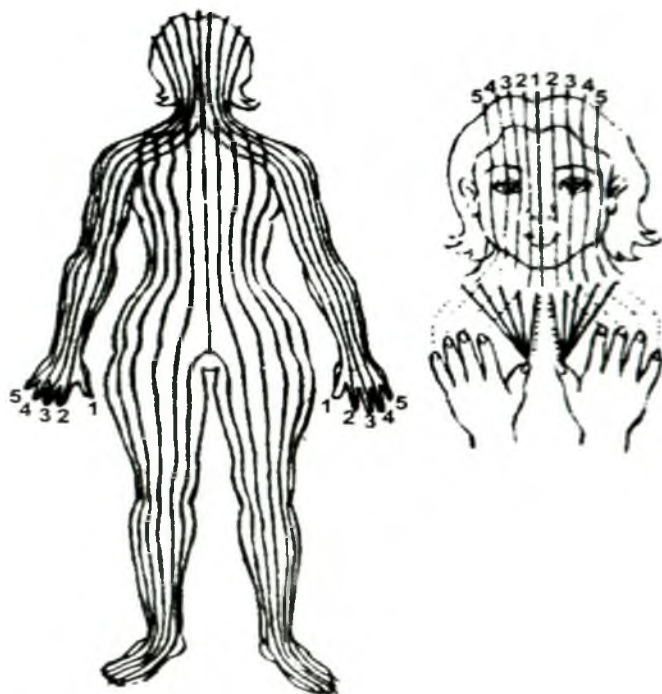
Điều thú vị là về sau bản thân bác sĩ lại phát hiện, mấy ngàn năm trước ở Ấn Độ và Trung Quốc đã có cách nghĩ về vùng phản xạ, do đó rất khen ngợi về trí tuệ của phương Đông cổ đại.

Nhà nghiên cứu siêu tâm lý của Nhật, giáo sư Motoyama đã nghiên cứu rất kỹ về kinh lạc. Những năm

gần đây đã xác nhận nó thực sự tồn tại. Nhân cơ hội nghiên cứu này, ông đã tự chữa bệnh loét dạ dày cho mình. Do loét mà sinh ra đau đớn. Về y học mà nói, đáng lẽ phải đau thần kinh ở lưng, nhưng thực tế lại phản ứng đau ở mé ngoài chân, nghe nói lúc đó giáo sư Motoyama phát hiện kinh lạc của hệ dạ dày, từ đó bắt đầu đi sâu nghiên cứu. Nhờ đó mà hiểu được trong cơ thể còn có một dòng nước ngầm chảy, phân mạch chảy với nước của thần kinh. Đó là cái mà chúng ta gọi là kinh lạc.

Lý luận y học phản xạ của bác sĩ Fu-xư-chê-lan. Học thuyết 10 sợi kinh lạc. Xem hình vẽ.

**Lý luận học phản xạ của bác sĩ Phu -xét
(Học thuyết 10 điều kinh lạc)**



Hình 40

Tóm lại, từ y học phương Đông mà nói, đã chứng minh kinh lạc đi trong cơ thể con người. Nếu nội tạng có sự khác thường sẽ hình thành cương cứng và đau đớn, phản xạ ra bên ngoài cơ thể. Phương Đông và phương Tây tuy có những cách khác nhau nhưng đều tuân theo phương pháp chung. Y học phương Đông căn cứ kinh nghiệm và thực tiễn mà biết được sự thực, còn phương Tây có thêm lý luận để chứng minh, ít nhiều có chỗ khác nhau, nhưng nguyên lý cơ bản là giống nhau. Sự suy nghĩ và phương pháp về xoa bóp khu vực của phương Đông và phương Tây hoàn toàn phù hợp với sự thực, khiến người ta thích thú.

Nói về kinh lạc, hiện nay chỉ còn cách nói 12 sới kinh lạc, 14 sới kinh lạc. Nhưng về phương pháp xoa bóp khu vực vẫn còn dựa theo cách nói của bác sĩ Fu-xư-chê-lan đề xướng, trong cơ thể con người chỉ có 10 sới kinh lạc.

Chúng ta vừa học tập y học phương Đông, vừa học tập phương pháp xoa bóp khu vực do phương Tây truyền vào, nên theo cách nói dùng 10 sới kinh lạc.

Trên 10 ngón tay đều có kinh lạc phân bố ở trong đó, xem hình vẽ là có thể hiểu được, nói rõ như sau:

1. Tuyến ngón cái là kinh lạc điều chỉnh hệ thống cơ quan hô hấp, xúc tiến thay cũ đổi mới.

2. Tuyến ngón trỏ là kinh điều chỉnh tạng gan, dạ dày, và tụy tạng.

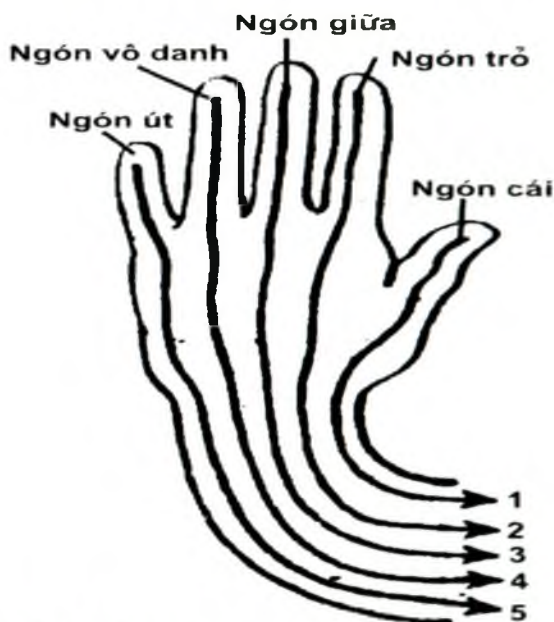
3. Tuyến ngón giữa là kinh điều chỉnh tâm trạng và hệ thống cơ quan tuần hoàn.

4. Tuyến ngón vô danh là kinh có liên quan đến hệ thống thần kinh và trung tâm thị giác.

5. Tuyến ngón út là kinh điều chỉnh phổi và cơ quan sinh dục.

Đặc biệt nhấn mạnh là, dù cho không kích thích vào những huyết đã định sẵn, tùy ý kích thích chỗ nào trên kinh lạc đều có thể sinh ra hiệu quả.

Với chuyên gia mà nói, việc tìm điểm định sẵn trên kinh lạc không phải khó lắm. Nhưng với một người thường thì chẳng đơn giản chút nào. Vì vậy, chỉ cần kích thích rộng rãi gần khu phản xạ của kinh lạc thì đã xuất hiện hiệu quả đáng kể. Phương pháp điều trị khu vực làm rất nhẹ nhàng, hy vọng sẽ tạo nên tác dụng rất lớn.



Hình 41: 5 ngón tay kích thích cái gì

1. Giúp cho hô hấp thay đổi không khí
2. Giúp gan, dạ dày, tụy
3. Tim, hệ thống tuần hoàn
4. Hệ thống thần kinh
5. Phổi, bộ phận sinh dục

3. Ngón tay ấn vào chòm dây thần kinh sẽ dẫn tới những phản ứng gì

Đầu tiên cần biết trước những điểm chính của cách ấn ngón tay

Trước tiên, sẽ lần lượt nói rõ một cách cụ thể phương pháp kích thích - phương pháp điều trị.

Phương pháp điều trị khu vực ở bàn tay, dù là xoa bóp lòng bàn tay, mu bàn tay của hai tay cũng không gây tổn thương gì cho cơ thể. Nhưng nếu muốn có hiệu quả thì dĩ nhiên kích thích chính xác vào khu phản xạ của bộ phận khác thường trên cơ thể thì tốt hơn.

Đầu tiên dùng bụng ngón cái xoa bóp toàn bộ lòng bàn tay, chỗ nào cảm thấy đau, chứng tỏ chỗ ấy có tật. Đối chiếu với đồ biểu của khu phản xạ, kiểm tra khu này đối ứng với bộ phận nào của cơ thể. Cũng dùng phương pháp ấy kiểm tra mu bàn tay nếu có hiện tượng cơ bắp cứng lại hoặc màu sắc da có chỗ khác thường thì kiểm tra tiếp.

Khu phản xạ của tay trái, tay phải phần lớn đối xứng trái phải với nhau, nhưng cũng có cái chỉ xuất hiện ở tay trái hoặc chỉ xuất hiện ở tay phải. Cho nên, nhất định phải kiểm tra cả hai tay.

Nhưng tình cờ cũng có cái xuất hiện không có trên đồ biểu khu phản xạ, không biết điểm đau biểu thị khu phản xạ nào trên cơ thể. Có lúc đau dạ dày hoặc tim đập rất mạnh mà quên mất khu phản xạ nằm ở vị trí nào trên lòng bàn tay hoặc mu bàn tay. Xảy ra tình hình này, thì xòe thẳng hai tay ra, cạnh mu bàn tay chìa về phía lồng ngực của mình để nó đối ứng với cơ thể là được.

Toàn bộ cơ thể phản phát xuất hiện ở tay, trong tình hình này, đầu ngón tay đại biểu cho cái đầu, bộ phận trung tâm đại biểu cho bộ phận khung cơ thể, có tạng thận và phó thận tập kết ở đây. Tim của mình nằm ở chỗ nào trong cơ thể? Ruột non nằm ở bộ phận nào? Về ra trong óc, đại thể có thể biết nằm ở vị trí nào trên tay. Dù có sai lệch một chút cũng chẳng quan hệ gì, đó cũng là chỗ quý báu của phương pháp điều trị theo xoa bóp bệnh lý. Sau khi kiểm tra hai tay, bắt đầu điều trị khu phản xạ đặc biệt cảm thấy đau. Hai tay phải giữ sạch sẽ, tốt nhất là cắt đi móng tay quá dài.

Thời gian điều trị không bị hạn chế, nhưng sau khi ăn cơm, sau khi uống rượu, sau khi tắm không nên tiến hành ngay và cũng cần chú ý trước khi ngủ 30 phút. Do phương pháp kích thích không giống nhau, sẽ làm cho thần kinh hưng phấn mà không tài nào ngủ được. Có thể lợi dụng khi ngồi ô tô đi làm việc, ở cuộc họp vô bổ, thời gian nghỉ ngơi, hoặc vừa xem tivi vừa điều trị.

Thời gian điều trị mỗi lần, cộng cả hai tay lại chừng 15 - 20 phút. Đó là thời gian đạt hiệu quả cao nhất, nếu không có thời gian, rút ngắn một chút cũng không hề gì.

Khi tự nhiên cảm thấy đau đầu, bút rút không yên, buồn nôn, không kể mới làm được mấy phút, phải rút ngay việc kích thích khu phản xạ ở bàn tay.

Về nguyên tắc, phương pháp xoa bóp bàn tay để chữa bệnh dù do ai tiến hành hoặc tiến hành vào lúc nào đều phải giữ an toàn. Những người có chứng bệnh sau đây thì nên tránh: khi phát sốt từ 38°C trở lên, mạch đập không đều, khi dùng lâu dài hooc-môn, mệt mỏi quá sức, sau khi khạc hoặc thổ ra huyết, sau khi

xuất huyết não, phổi kết hạch, bị bệnh hoa liễu, bị bệnh truyền nhiễm, bị u ác tính. Nếu người mắc bệnh tim, bệnh gan, bệnh thận nặng thì tốt nhất nên trao đổi với thầy thuốc rồi mới tiến hành.

Phương pháp kích thích có xoa, nắn, day, gõ. Cách dùng ngón tay như sau:

- Dùng bụng ấn vào.
- Dùng bụng ngón cái day trên, dưới.
- Dùng ngón cái vê và rút theo phương thức vuông tròn.
- Dùng ngón cái và ngón trỏ kẹp chặt rồi kéo lên những phần thịt ở kẽ ngón tay.
- Nắm bàn tay lại, dùng đốt 2 của ngón giữa hoặc ngón trỏ day.
- Ngón trỏ, ngón giữa, ngón vô danh gộp lại vòng qua mu bàn tay để day và bóp gốc ngón cái là hiệu quả nhất. Điểm cơ bản trong cách xoa bóp ở điều 1 là dùng ngón cái xoa ấn lòng bàn tay, ngón cái cong thành vòng góc dùng sức ấn vào khu cơ quan tiêu hóa (dạ dày).

Ấn mạnh hoặc ấn nhẹ sẽ gây ra phản ứng khác nhau

Kích thích khu phản xạ bị đau, chủ yếu là day tan axit lactic và axit uric đông kết ở đây và nó tan hóa thành nước tiểu, sớm bài tiết ra ngoài.

Dựa theo phương pháp này để chữa khỏi vùng phản xạ cương cứng và đau đốn làm cho thân thể khỏe mạnh. Nếu mọi chỗ đau và cương cứng đều dùng phương pháp kích thích như nhau thì hiệu quả tất nhiên không tốt. Phương pháp kích thích cũng phải khác nhau, tùy theo bệnh.

Phương pháp kích thích có thể tham khảo phương pháp của Tơ-cơ-ton Xoen-xư: Kích thích nhẹ yếu làm sống lại cơ năng, kích thích phổ thông ức chế cơ năng, kích thích mạnh mẽ làm ngưng cơ năng.

Ví dụ, muốn điều chỉnh dạ dày sống lại, thì xoa nắn chậm chậm, nhẹ nhẹ, chỉ cần kích thích nhẹ yếu là được. Đau đầu hoặc đau răng mà muốn khỏi đau nhanh thì kích thích mạnh mẽ là đúng.

Bắt đầu từ chương 2 cuốn sách này sẽ nói kỹ cần phải kích thích như thế nào đối với từng chứng trạng.

Mặt khác, y học phương Đông có cách nhìn về kích thích như sau:

Kích thích ấn mạnh tay: làm cho cơ năng nội tạng sống trở lại.

Kích thích bằng gỗ: cơ thể ức chế sự hưng phấn do cơ năng nội tạng khác thường gây nên, làm bắp thịt dãn ra.

Kích thích xoắn lại, duỗi ra, có thể làm sống lại tế bào các tổ chức trong cơ thể, làm mạch khí thông suốt.

Tạo dựng quan niệm này trong đầu óc, sau đó chọn các loại phương pháp ấn, day, xoa, gõ, lắc (lắc ngón tay). Dùng phương pháp kích thích mà mình ưa thích nhất.

Vừa mới bắt đầu mà đã kích thích thật mạnh, không bằng từ yên tĩnh tiến hành chậm chậm, dần dần kích thích mạnh lên, cuối cùng lại dùng phương thức nhẹ nhàng kết thúc. Khi muốn làm liên tục mấy lần thì không thể coi thường phương pháp này.

Ngoài phối hợp với phương pháp dùng cho các chứng trạng nói trên nếu có chứng trạng mạn tính không tốt thì mỗi ngày dùng 10 - 15 phút liên tục kích thích khu phản xạ, nhất định sẽ lành trở lại.

Dùng dây cao su, kẹp găm quần áo... cũng có thể tạo hiệu quả không chê được

Cách điều trị ở khu vực bàn tay, cơ bản dùng đầu ngón tay để kích thích. Nhưng nếu biết dùng những công cụ ở bên người thì tùy thời có thể ngừng xoa bóp lại đạt được hiệu quả, đặc biệt là lúc bận vội, dùng nó càng có lợi, ví dụ kim vòng cung và kẹp găm quần áo.

Muốn dùng ngón tay để kích thích, không cần phải trực tiếp xoa day, chỉ cần dùng các kẹp găm quần áo kẹp chặt lại là được. Lúc đau đầu dùng chỉ buộc ngón tay cái lại cũng có hiệu quả. Khi đau lưng, dùng kẹp găm quần áo kẹp chặt các đầu ngón tay lại, kéo dài 3 - 4 phút, cũng có hiệu quả rõ rệt. Do hiệu quả của cái kẹp găm ngón tay rất mạnh nên không được vượt quá thời gian.

Ngoài ra, dùng bàn tay nắm chặt cái lược, cũng là cách ngăn cơn đau hiệu quả. Dùng đầu ngón tay ấn xuống răng lược, mỗi lần 2 - 3 phút, làm đi làm lại mấy lần. Ngược lại, ở Âu Mỹ lại thường cho lòng bàn tay nắm lấy răng lược cũng là cách kích thích bàn tay.

Dù là phương pháp gì, công cụ kích thích nhọn tù đầu là tiện lợi nhất. Trước đây, muốn cho sản phụ ngừng đau, nghe nói thường cho sản phụ nắm cái lược.

Ngoài ra, dùng tăm cũng là phương pháp kích thích nhọn, cầm mấy cái tăm kích thích mạnh vào xung quanh huyệt đạo đã chọn.

Bàn tay nắm quả bóng tennis, lúc thì nắm chặt lúc thì buông lỏng, có hiệu quả rất lớn làm sống lại nội tạng. Trước đây, người ta muốn phòng ngừa si ngậy và lão hóa, trong tay nắm 2 - 3 hạt đào bóp cho nó va chạm xoay quanh, nguyên lý giống như cầm bóng tennis bóp

vậy. Ngoài ra, dùng cái kẹp to kẹp cả bàn tay lại, cũng là một phương pháp.

Dùng sợi dây buộc ngón tay lại, hiệu quả tương đối yếu. Qua mấy chục phút, dùng để cho đầu ngón tay trắng bệch mà cảm giác ngón tay hơi tê. Nếu tê thì rời lỏng dây buộc một lúc, chờ trở lại bình thường, lại nhẹ nhàng buộc lại... làm đi làm lại mấy lần, có thể ức chế đau đầu và đau răng.

Sau khi kết thúc điều trị, xoay cổ tay chừng 50 lần, hoặc là lay động khuỷu tay, làm như vậy để thúc đẩy thêm hiệu quả.

Ngoài cách làm trên, tôi còn cho gối các ngón tay chuyển động, kéo nó về phía đầu ngón tay để hỗ trợ thêm.

VII

ĐỒ GIẢI THỰC TẾ

CÁCH ĐIỀU TRỊ THÍCH HỢP CHO TOÀN THÂN

**NỘI TANG NẾU KHÔNG CHIU KÍCH THÍCH,
CƠ NĂNG CỦA NÓ DẦN DẦN TRỞ NÊN CHẬP CHẠP**

1. Dạ dày - khu tiêu hóa (ăn uống không ngon, dạ dày yếu, say rượu)

Phương pháp chữa bệnh bằng xoa bóp bàn tay có hiệu quả rõ rệt với bệnh yếu dạ dày mạn tính. Nó khác với đau dạ dày bột phát. Bệnh đau dạ dày mạn tính phải cẩn thận kích thích nhẹ nhàng. Vị trí ở khu tiêu hóa (dạ dày) của bàn tay trái. Đứng vào chỗ chính giữa lằn lên ở phía dưới ngón cái. Ở vùng gần bộ phận này, dùng ngón cái xoay sang phải mà xoa bóp từ từ, nếu chỉ làm 1 - 2 lần thì không đạt hiệu quả.

Khi đi xe ô tô, xem truyền hình, hoặc chờ xe, tắm rửa tùy nơi tùy lúc, chỉ cần có thời gian, đều có thể luôn tay kích thích bàn tay. Chỉ cần lưu ý một chút, ăn dần dần thấy ngon hơn, béo ra một chút, sắc mặt tươi lên, tức là dạ dày đã chuyển tốt nhiều.

Thể chất bẩm sinh không phải là yếu dạ dày, mà do lâu ngày sống theo nếp phải gấp gáp đi làm, số người phát sinh bệnh dạ dày tự nhiên tăng lên. Chạy theo thời

gian, ăn vội ăn vàng, nuốt không kịp nhai, cơ hội say rượu cũng nhiều. Những người sống theo kiểu đó, phần lớn đều có vấn đề dạ dày. Người làm theo ca kíp, đều có bệnh dạ dày ở mức độ khác nhau. Vẫn là ngại uống rượu, quanh vùng dạ dày cảm thấy nặng, thường ăn trưa bằng bánh mì hay mì sợi. Nếu phát hiện thấy tình hình như vậy, nên nhanh chóng áp dụng phương pháp chữa bệnh bằng xoa bóp bàn tay. Lúc nào trong túi cũng có mấy hạt đào hoặc quả bóng tennis, nắm lấy nó mà bóp cũng có hiệu quả đáng kể. Hình 42

Huyệt xoa bóp



Hình 42

Khi dạ dày có vấn đề dễ sinh đau vai, mất ngủ, bí đại tiện. Không có lý do gì mà tự nhiên xuất hiện những chứng trạng này thì nên điều trị từng bộ phận và luôn luôn kích thích khu tiêu hóa, cho đến khi không cảm thấy đau nữa thì thôi.

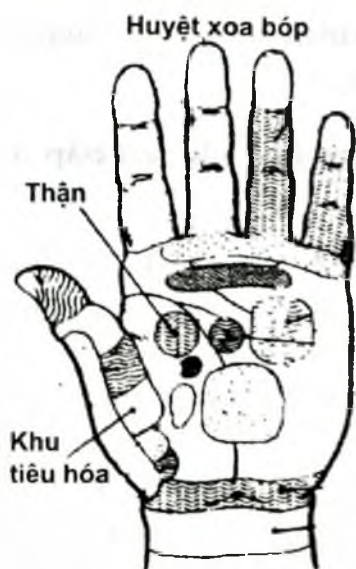
Đặc biệt người mà dạ dày không tốt, dùng ngón cái từ từ xoa bóp chuyển về phía phải, xoa bóp khu tiêu hóa của hai bàn tay, mỗi lần 5 phút, một ngày 3 lần, làm liên tục trong hai tuần.

2. Khu tạng thận (dạ dày không dễ chịu, ăn uống quá độ)

Rất nhiều người cho rằng dạ dày không dễ chịu thực sự không phải là bệnh dạ dày, thực ra đó cũng là một loại bệnh dạ dày.

Dù là người có dạ dày khỏe, nhưng do thân thể không khỏe, ăn uống quá độ mà bị tật bệnh nhất thời, tuy bỏ mặc không đếm xỉa, qua một thời gian tự nhiên khỏi bệnh, nhưng khi phát lên thì rất khó chịu.

Khi đó dùng phương pháp điều trị xoa bóp theo khu vực.
 “... Lấy que diêm hoặc que tăm đặt vào khu tiêu hóa dùng sức kích thích từ từ khu tiêu hóa ở bàn tay phải.



Hình 43

Dạ dày không dễ chịu, chủ yếu là do chất vị toan phân tiết khác thường. Vị toan quá nhiều gây nên, nếu muốn ngăn chặn phải điều trị. Do kích thích mạnh vào khu dạ dày, có thể điều chỉnh tình hình phân tiết của vị toan.

Duỗi thẳng ngón cái dùng phương thức chọc vào khu tiêu hóa mỗi tay tối thiểu 3 phút, từ từ xoa bóp mạnh, hoặc đầu cặp tóc đâm vào, cũng cải thiện được tình hình. Hình 43

Ngoài loại dạ dày nhất thời không dễ chịu ra, còn có loại đau dạ dày mạn tính khác.

Thường ăn nhiều món ngọt, rượu ngọt, hoa quả ngọt, vị toan phân tiết tự nhiên tăng lên, dẫn tới dạ dày không dễ chịu. Trong tình hình này, không chỉ phải cải thiện thói quen ăn uống, và lại được thường xuyên kích thích nhẹ khu tạng thận, hiệu quả sẽ rất rõ rệt. Nếu trong chuyện ăn uống chưa phát hiện vấn đề gì mà dạ dày thường xuyên cảm thấy khó chịu, có thể là viêm dạ dày, loét dạ dày, loét ruột non hoặc thận phụ khác

thường, tụy tạng công năng khác thường gây nên, tốt nhất là nên đi tìm thầy thuốc để hỏi.

Tuy nói chỉ là dạ dày không dễ chịu, nhưng đừng coi thường. Hơn nữa khi dạ dày không dễ chịu đồng thời còn gây nên cảm giác phổi bị ép, thì nên đi lại, nghỉ ngơi hoàn toàn, trò chuyện đùa vui với người khác, tự nhiên sẽ thấy dễ chịu.

Dĩ nhiên, đừng quên kích thích khu tiêu hóa ở phần dạ dày, thận phụ và tụy tạng.

3. Khu trực tràng (bí đại tiện, béo phì, cơ bắp ở vai cương cứng, bực tức)

Tại sao trong số người bí đại tiện, đàn bà lại chiếm số đông? Người ta thường bỏ qua không đếm xỉa đến, nhưng nó có ảnh hưởng rất lớn đến sức khỏe.

Da khô, nổi đốm đen, béo phì ra, không thêm ăn uống, có cảm giác mệt mỏi... phần lớn do bí đại tiện gây nên, khiến người ta lo sợ, nhưng điều người ta không nghĩ tới là, bí đại tiện là nguyên nhân gây ra cơ bắp ở vai cương cứng và tính tình bực tức.

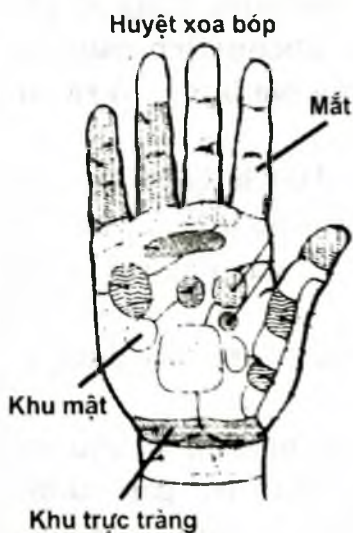
Nữ giới thường lo buồn một cách vô duyên vô cớ và trở nên giận dữ. Trong cùng đơn vị thường phát hiện nữ giới hay phát sinh như vậy. Những chàng trai trẻ tuổi nhìn thấy hiện tượng ấy hay có cảm giác họ bị stress mà xa lánh họ. Nhưng phần lớn nguyên nhân của chứng trạng ấy đơn thuần là do bí đại tiện, đột nhiên cảm thấy tâm tính biến đổi, dễ nổi giận. Lúc này để công tác được tiến hành thuận lợi, cần cải thiện không khí môi trường công tác, bạn hẳn phải dùng phương pháp điều trị bệnh theo xoa bóp tay.

Dùng ngón tay kẹp chặt hai ngón trở lại để xoa bóp rồi kéo ra.

Khi ngồi ở quán cà phê hoặc nhà ăn, lại dùng ngón tay xoa bóp khu tiêu hóa của tay phải tay trái và gần khu trực tràng. Đặc biệt là ở gốc hai ngón trở, dùng đầu ngón tay kẹp lại, xoa bóp rất kỹ.

Xoa bóp bộ phận nào của ngón tay, toàn thân đều dần dần cảm thấy dễ chịu, người được xoa bóp kỹ lưỡng như vậy, nhất định sẽ cảm thấy tâm tính dễ chịu, sắc mặt trở nên dịu dàng hơn.

Bí đại tiện phân làm hai loại hình, bí đại tiện thư giãn và bí đại tiện co cứng. Bí đại tiện thư giãn là do cơ năng đại tràng hạ thấp - do ăn những chất dễ tiêu hóa nhưng vì sự kích thích của đại tràng yếu, sức co bóp yếu mà gây nên bí đại tiện. Loại bí đại tiện này nên ăn nhiều thịt bò, củ cải,



Hình 44

các loại đậu, khoai, hằng ngày lại phối hợp điều trị ở khu tiêu hóa, khu túi mật, khu trực tràng và khu mắt ở ngón trở là tốt nhất. Nếu có thể không ngừng xoa bóp hai ngón tay trở, sáng hôm sau sẽ bài tiết được dễ dàng. Hình 44

Ngoài ra, loại bí đại tiện dạng co cứng là do bị áp lực và căng thẳng tinh thần mà dẫn đến đại tràng quá nhạy cảm nên sinh ra bí đại tiện. Vì rằng đại tràng co cứng ngăn cản phân bài tiết ra, gây nên bí đại tiện. Lúc này ngoài giải tỏa nguyên nhân áp lực, căng thẳng, còn phải xoa bóp khu vực thì càng có hiệu quả.

Người dễ mắc bí đại tiện thì khuỷu tay, khuỷu chân hay bị cương cứng. Ban ngày nếu có thể cử động nhẹ nhàng khuỷu tay thì cũng có ích.

Dùng ngón cái và ngón trỏ kẹp lấy khu mắt (tràng) ở ngón trỏ, không ngừng ấn huyết và xoa bóp sẽ có hiệu quả.

4. Khu chùm thần kinh thái dương (đĩ lỵ)

Trong yến tiệc hoặc trên đường đi du lịch do ăn uống không điều độ quá liều lượng hoặc những thức ăn lạ, không hợp khẩu vị, khó tiêu nên rất dễ sinh ra bệnh lỵ.

Khoảng hai năm trước, tôi vừa từ Philippin tham quan thủ thuật tâm linh về nước, vì có việc nên từ sân bay đi thẳng đến Paris. Đúng khi xe đang chạy nhanh trên đường cao tốc, bỗng có một vị trung niên đứng dậy, đi về phía người lái xe: “Xin lỗi, nhờ anh dừng xe cho một chút, tôi rất muốn đi đại tiện, không cách nào chịu nổi”. Người đàn ông ấy vừa nói, vừa ôm bụng, cố ra sức chịu đựng.

“Làm sao dừng xe ở đây được. Đây là quy định, sắp đến điểm đỗ xe rồi. Không còn cách nào khác... cho anh mượn cái này!”. Người lái xe vừa nói, vừa đẩy cái thùng đựng nước cho anh ta.

“Không được. Cái này chỉ để tiểu tiện, hãy dừng xe giúp tôi”.

Người đàn ông ăn mặc chỉnh tề, phát ra lời kêu van thảm thiết, tay nắm chặt cọc xe, người cúi gập xuống, cảnh tượng ấy khiến mọi người không nhịn được cười. Nhưng nếu bạn là người trong cuộc, bạn không thể cười được, bỏ qua những lời đàm tiếu. Bản thân mình không chịu được mà còn gây phiền phức cho khách cùng đi xe.

Tôi bèn hỏi người lái xe: “Còn bao lâu nữa đến bến xe sau?”.

Lái xe trả lời: “Đến khách sạn gần nhất, ít nhất phải 20 - 25 phút nữa”.

Lời nói ấy chẳng đem lại cái gì, tôi đành nghĩ biện pháp. Tôi nắm lấy tay anh ta: “Hơi đau một chút, chịu khó chịu đựng nhé”. Rồi tôi xoa bóp theo kiểu bắt buộc. Qua 3 phút, người đàn ông không run rẩy nữa và không buồn đi đại tiện nữa.

Hiệu quả thần tốc này cũng làm tôi kinh ngạc, và làm cho mọi người trong xe yên tâm.

Chứng trạng đi lý khác với đau dạ dày, nó vô cùng khẩn cấp. Phương pháp có thể làm ức chế trạng thái khẩn cấp này là kích thích vào khu hoành cách mô ở mu bàn tay, khu hoành cách mô chạy ngang mu bàn tay phải và tay trái, dùng ngón tay xoa bóp cả khu vực dài này, dùng sức ấn mạnh. Hình 45

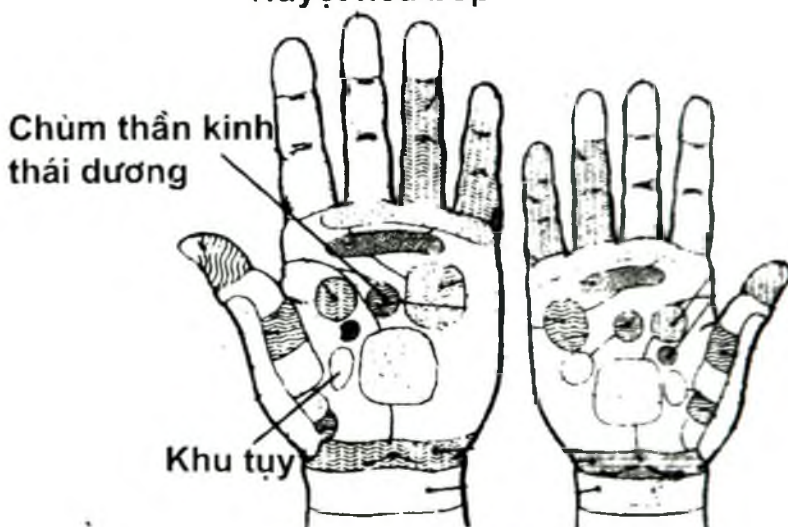
Tiếp đó lại dùng sức kích thích “khu chùm thần kinh thái dương” ở lòng hai bàn tay, quan trọng là làm cho người được điều trị cảm thấy đau, phương pháp kích thích là cách kích thích mạnh để cơ năng ngừng hoạt động, rất thích hợp trong lúc này.

Khu phản xạ này, ở y học phương Đông mệnh danh là “điểm đi lý”, hiệu quả vô cùng kinh ngạc, có thể nói đó là một khu phản xạ đặc hiệu trong phương pháp xoa bóp ở tay, dù là đang mót đi lý. Nghe nói có trường hợp từng ức chế tới 2 tiếng đồng hồ.

Kích thích vào khu “chùm thần kinh thái dương” ở lòng bàn tay và khu hoành mô ở mu bàn tay là đủ rồi. Nếu có nhiều thời gian, lại ấn bóp ở gần khu tụy tạng sẽ càng hiệu quả hơn.

Khi đang diễn giải, khi ngồi ở xe, trong trường hợp không có cách nào đi tiểu, nếu biết cách xoa bóp trước khu vực ở bàn tay thì dù có đi lỵ nặng cũng không sợ. Khi diễn giảng kéo dài, cũng có thể xoa bóp bàn tay mình, người khác không cảm thấy lạ lùng, một mình mình làm, vô cùng thuận tiện. Chữa cho những người đã không chịu đựng nổi, họ sẽ cảm ơn anh. Nhưng đừng quên, khu phản xạ này phải dùng đúng chỗ.

Huyệt xoa bóp



Hình 45

Khi khẩn cấp, theo thứ tự xoa bóp khu hoành cách mô, khu chùm thần kinh thái dương đều 30 giây, khi ấn bóp phải làm có cảm giác đau và phải làm liên tục.

5. Khu vực cổ (dạ dày yếu, ngủ tỉnh dậy không dễ chịu, huyết áp thấp)

Ngủ mà tỉnh được dậy, có người coi như là chuyện khổ sai. Nếu không gọi nó thì nó sẽ ngủ vùi, gọi thức

dậy một lúc lại lẫn ra ngủ, chỉ nhìn bề ngoài thì rõ ràng là một thằng lười, thực ra đó là điển hình của chứng huyết áp thấp.

Do hằng ngày phải dậy vào thời gian cố định, phải đi làm vào thời gian cố định, thấy vô cùng khó khăn. Vì vậy có nhiều người làm nghề tự do và hành nghề theo chức trách tự do đã chuyển sang làm việc ban đêm. Có một lần, một bà đến chỗ tôi làm việc đề nghị chẩn đoán hộ bệnh. Vừa nhìn đã biết bà ta huyết áp thấp, người gầy như que củi, da mặt trắng bệch, không có thần sắc. Nhìn bà ta cảm thấy thật đáng thương, thấy cần chăm sóc bà ta.

Đối với bà, vấn đề cấp bách giải quyết nhất là: Mỗi sáng ngủ dậy rất khổ, thường hay đến chậm, vì vậy cảm thấy khó lòng tiếp tục công tác ở công ty... cũng vì nguyên nhân này mà bà đã phải chuyển đổi ba công ty... nếu như bỏ công việc đang làm, nếu đến công ty có điều kiện tốt hơn, thì tuổi tác hiện nay không dễ dàng nữa. Vì vậy bà đến chỗ tôi thương lượng, mong muốn có biện pháp giải quyết. Tay chân lạnh ngắt, rất dễ mệt mỏi, sắc mặt u ám, thường vầng đầu, đó đều là những chứng trạng huyết áp thấp. Do huyết dịch tuần hoàn không tốt, nên huyết thường không đi đến tận cùng, thông thường người huyết áp thấp thì cơ năng dạ dày không tốt mấy và không thèm ăn uống.

Do đó, tôi đề nghị: nữ giới nên làm vận động nhẹ hằng ngày, ăn cơm đúng giờ, cần sinh hoạt đúng nề nếp, ngoài ra còn phải điều trị bằng xoa bóp tay. Trước tiên cần xoa bóp hết tất cả ngón tay, sau đó dùng các ngón tay day nhẹ khu “thận phụ”, “khu thận tạng” ở giữa lòng bàn tay và “khu vực cổ”, ở đốt 2 ngón cái tay phải và tay trái. Đó là làm theo phép “kích thích nhẹ làm sống lại cơ năng”.

Kích thích nhẹ ở vùng tâm bàn tay, mục đích làm cho thận phụ và thận tạng có cơ năng suy thoái dần dần sống lại, kéo dài 4 - 5 phút, khuôn mặt dần bà trắng bệch đã hơi ửng hồng. Người huyết áp thấp thường thiếu động lại nguyên khí. Sau khi thực hành, hiệu quả thấy rõ ngay.

Mỗi buổi sáng sớm, khi còn ở trên giường, đầu tiên lắc cổ tay, xoa nắn toàn bộ ngón tay, lần lượt xoa nắn khu thận phụ, thận tạng và “khu cổ” ở ngón tay cái, sẽ đạt hiệu quả. Hình 46

Có một bà đạo diễn truyền hình quen thuộc, thường đi công tác ra nước ngoài, làm việc cả đêm, công tác rất tích cực, nhưng vị đạo diễn ấy mắc phải bệnh huyết áp thấp. Từ khi bắt đầu công tác, mỗi buổi sáng chị cảm thấy vô cùng đau khổ vì mắc bệnh nặng, chị làm việc bằng nghị lực, khắc phục một cách nhẹ nhàng. Phương pháp của chị là dùng khăn bông cũ, cắt ra may thành cái khăn lau. Trước khi ngủ nhất định phải chuẩn bị xong, đặt ở bên gối và mỗi ngày còn phải chuẩn bị 3 cái đồng hồ thời gian định cho mỗi chuông đồng hồ reo cách nhau đôi chút, làm như vậy mà vất vả lắm mới thức dậy được.

“Sáng sớm khi tỉnh dậy, đầu vầng mắt hoa, rất muốn tiếp tục ngủ. Do đó chị cầm cái khăn bông cũ lên, từ từ lau tay và lau chân và theo thứ tự xoa bóp tim, dần dần đến các điểm phục hiện các bộ phận của cơ thể.

Sau khi nghe chị kể, tôi rất đồng cảm. Do đó tôi cũng hiểu được lý do tại sao những tiết mục chị làm ra đều được hoan nghênh.

Về sau tôi cũng dạy chị bí quyết xoa bóp nơi tay. Tuy dùng khăn bông cũ kích thích tay cũng được, nhưng nếu

căn bản làm cơ năng các bộ phận cơ thể sống lại chẳng hay hơn sao! Tôi đem chuyện người nữ đạo diễn này nói cho các cô gái trẻ đang cần chẩn đoán, nhấn mạnh rằng “phải có niềm tin dựa vào sự cố gắng của mình, nhất định sẽ khắc phục được”. Về sau cô gái này thường đến điều trị. Cô nói rằng tự mình điều trị cũng được, nhưng được chuyên gia điều trị cho vẫn an tâm hơn. Gần đây sắc mặt của cô hồng hào hơn, không đi làm chậm trễ nữa, cũng không thay đổi công việc khác, tôi vô cùng phấn khởi.



Hình 46

Tiêu chuẩn thông thường của huyết áp thấp, huyết áp của nam giới thường từ 100 trở xuống, nữ giới thường từ 90 trở xuống. Nhưng người mắc chứng huyết áp thấp phần lớn là nữ giới.

Nhưng dù chứng trạng thấy khó chịu, ngày một nặng hơn thì vẫn phải dùng cách chữa bằng xoa bóp tay để điều trị.

Phải lắc mạnh cườm bàn tay, phải từ từ kích thích khu thận phụ, khu vực cổ trong 5 phút, làm vào buổi sáng, liên tục một tuần, nhất định có hiệu quả.

6. Khu đầu não (mệt mỏi quá độ, thức qua đêm, cao huyết áp)

Rất nhiều người cho rằng cao huyết áp là bệnh từ trung niên trở lên, không liên quan gì tới người trẻ tuổi. Cao huyết áp là một trong ba bệnh lớn của người đứng tuổi, hơn nữa gần đây có câu nói “Mệt quá mà chết”

cũng trở thành ngôi nỏ của bệnh cao huyết áp. bệnh hẹp tim, những báo cáo y học về loại này rất là nhiều.

Nhưng cũng có nhiều người trẻ mắc bệnh cao huyết áp, đặc biệt là cao huyết áp mang tính di truyền. không được coi thường ngay từ khi còn trẻ tuổi. Do huyết quản thời trẻ tương đối nhu mềm, nên sự biến đổi của thân thể trong chốc lát dễ bề ứng phó. Nói chung nếu huyết áp lên xuống ít nhiều thì cũng không bị ảnh hưởng, nhưng nếu quá tự tin vào sức khỏe của mình thì rất là đáng sợ.

Làm thêm, miễn cưỡng đi công tác, uống rượu hút thuốc quá liều lượng, đánh mất giấc ngủ, lượng muối trong người quá nhiều... nếu cứ giữ nếp sinh hoạt không hợp lý này lâu dài, rất dễ mắc phải bệnh cao huyết áp thật.

Bắt đầu từ bây giờ hằng ngày thực hành phương pháp chữa bệnh bằng xoa bóp tay, điều chỉnh hoạt động của thân thể, là công việc cấp thiết hàng đầu. Dù là phương Tây hay phương Đông, muốn chữa cao huyết áp đạt hiệu quả ngay là không được, vì thế hằng ngày phải tích cực luyện tập.

Khu phản xạ của cao huyết áp hoàn toàn tập trung ở ngón cái của hai tay. Bộ phận lòng bàn tay hoặc mu bàn tay của ngón cái là “khu đầu não” “khu cổ” và “khu phế quản”. Hình 47

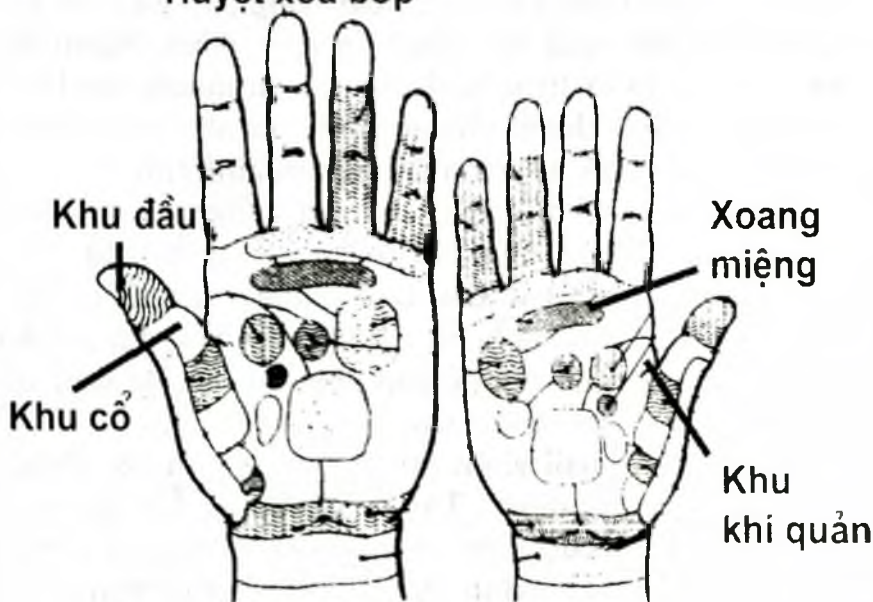
Từ hai bên kẹp chặt lấy ngón cái để kích thích, đồng thời phải không ngừng chuyển động cườm tay, nghe nói làm động tác này sẽ làm cho huyết áp hạ xuống. Những người đánh bóng chày trước khi thi đấu, thường luôn luôn chuyển động cổ tay, mục đích là loại trừ hưng phấn, căng thẳng. Do nguyên nhân hưng phấn và căng thẳng, huyết áp sẽ tăng cao, hoặc làm như vậy tự nhiên sẽ muốn chuyển động cả hai tay. Cố gắng hằng ngày xoa bóp khu

phản xạ cao huyết áp này. Khi đi làm, chờ xe, xoa ngón cái của hai tay, tất nhiên sẽ có hiệu quả.

Người mà huyết áp đã rất cao, khi xoa bóp lại kết hợp hít thở sâu thì càng có hiệu quả, huyết áp đột nhiên lên rất cao, đầu vầng mắt hoa, hoặc nơi mình công tác có người đột nhiên bị choáng, huyết áp vọt lên cao, đầu tiên cho người bệnh ngồi xuống, tại khu “nhân nghinh” ở trên gân cườm tay xoa bóp mấy lần từ trên xuống dưới, huyết áp sẽ xuống dần. Vì huyết áp xuống nhanh, cho nên trước khi xoa bóp, nhất định phải cho đối phương ngồi xuống.

Nghe nói những pháp sư của Indonesia từ lâu đã dùng phương pháp này. Nhớ kỹ phương pháp này, trong trường hợp bất ngờ có thể vận dụng giúp đỡ người khác, từ hai bên mép nắm chặt ngón cái của hai tay, xoa bóp hơi mạnh một chút, vừa hít thở sâu, vừa tiến hành.

Huyết xoa bóp



Hình 47

7. Khu tim (hồi hộp, thở dốc, tâm luận bất thường)

“Thưa thầy, tim của tôi rất khó chịu...”

Ở hội nghị nghiên cứu siêu năng lực, tôi thường gặp mặt Âu tiên sinh. Có một lần, đột nhiên ông gọi điện thoại tới, thường ngày ông tự nhận mình là “siêu nhân”, thế mà lần này giọng nói đặc biệt thấp trầm.

Buổi sáng hôm ấy, khi leo thang máy ở bến xe, tim đập rất dữ, không thể nói được, đành phải đứng ở thêm thang máy nghỉ một lúc, tựa như gặp phải sự chấn kinh dữ dội. Sau khi nghe ông thuật lại tỉ mỉ, biết được tính chất công việc của ông. Do phải đến chỗ các khách hàng bàn chuyện làm ăn, cho nên phải đi xe ô tô liên tục, vì thế đã mấy năm rồi không đi bộ đến chỗ làm, cho nên tim có hiện tượng hồi hộp, đó cũng là chuyện tất nhiên. Dù cho tim không đặc biệt kém nhưng là người bình thường không vận động, chỉ khi phải hoạt động gấp gáp, thì hồi hộp và thở dốc cũng trở thành bị kích động. Ngoài ra, không yên và lo sợ, hoặc lúc bị sức ép rất mạnh, tim bỗng nhiên đập thình thịch, phảng phất tựa như nếu ngừng đập sẽ rất đau khổ, đó gọi là bệnh thần kinh tim.

Viêm quanh vai đơn thuần, ăn uống quá độ, cũng gây tâm luận không bình thường, tim đập rất dữ. Như Âu tiên sinh chỉ là tim đập thất thường mà thôi, chưa cần thiết phải coi nó là bệnh tim. Nhưng nếu đứng ở địa vị là người có cơ thể yếu dễ gặp phải sức ép, để xem xét thì cách nghĩ coi trọng con tim cũng là rất tốt.

“Cứ để cho bàn chân mình mặc sức đi bộ, không vận động là không được”. Tay và chân của Âu tiên sinh không có hiện tượng phù thũng, cũng không có chứng trạng ứ huyết, cái chính là do hàng ngày vận động không đủ mà dẫn tới tim đập dồn dập và thở dốc.

Người ta coi bệnh tim là vô cùng nguy hiểm. Dù chỉ là hồi hộp, thở dốc đơn thuần, nếu phát bệnh nhiều lần thì vẫn nên nhờ chuyên gia, thầy thuốc chẩn đoán thì an toàn hơn.

Hỗ trợ thêm bằng phương pháp chữa bệnh bằng xoa bóp bàn tay, tin rằng càng có hiệu quả. Với bất cứ ai, tim là cơ quan cực kỳ quan trọng. Dù cho chúng trạng không có gì làm cho người ta đặc biệt lo ngại, kịp thời kích thích khu phản xạ bàn tay để nó sống lại, mà không thể coi thường. Sau khi nói cho Âu tiên sinh những việc như vậy, tôi không ngại phiền phức dạy ông cách kích thích bàn tay.

Khi hồi hộp và thở dốc kịch liệt, xoa bóp cẩn thận “khu tim” ở bàn tay trái, “khu chòm thần kinh thái dương” ở hai tay và khu mắt (khu tim) ở ngón giữa.

Đặc biệt là khu tim, khi ấn mạnh bụng ngón cái, nếu cảm thấy vô cùng đau đớn thì chứng tỏ tim suy



Hình 48

nhược, vì vậy hàng ngày phải xoa bóp, kích thích đầy đủ, phương pháp kích thích ngón giữa, dùng ngón tay kẹp chặt xoa bóp hoặc xoa xát đều được.

Hơn nữa, người yếu tim nên đeo nhẫn bạch kim ở ngón giữa, nếu trên nhẫn phát ra hạt li ti, nghe nói như vậy có ảnh hưởng cực tốt cho sức khỏe. Kết quả nghiên cứu này hiện nay được khẳng định một cách phổ biến, khi không đeo nhẫn, cũng có thể dùng

những sợi mềm làm bằng vải, lúc cuộn chặt, lúc thả lỏng, làm đi làm lại phương pháp này cũng có ích.

Dĩ nhiên, nếu là do viêm quanh vai hoặc ăn uống quá độ, dẫn đến tâm luật không bình thường hoặc hồi hộp, trước tiên phải loại trừ nguyên nhân này, đó là việc làm vô cùng quan trọng.

Khi bị hồi hộp xúc động, thở dốc, không ngừng ấn và xoa mạnh khu tim và khu mắt (khu tim) ở ngón giữa đều 2 phút. Xem hình 48

8. Khu xoang mũi (viêm mũi quá nhạy cảm, chứng phấn hoa, hắt hơi, chảy nước mũi)

Vào mùa xuân, có người hắt hơi, nước mắt chảy dàn dụa. Về mặt bệnh tật, tựa hồ cũng có hiện tượng lây truyền. Khi có phấn hoa bay, người mắc bệnh sẽ hắt hơi, chảy nước mắt và luôn chảy nước mũi.

Năm ngoái, do có việc phải đi ra nước ngoài, trên tàu gặp một cô mắc phải chứng quá nhạy cảm với phấn hoa mà lại rất nặng. Tuy cô đeo chặt khẩu trang nhưng thỉnh thoảng vẫn phải lấy ra để hắt hơi, chảy nước mũi và không ngừng lau nước mắt. Hành khách xung quanh tỏ ra khó chịu, cô hạ thấp ngay tiếng hắt hơi và luôn mồm xin lỗi.

Do tôi cảm thấy cô rất đáng thương nên đưa danh thiếp của tôi ra và đề nghị để tôi thử giúp cô chữa bệnh này ngay tại chỗ. “Ồ đây không thể hoàn toàn chữa khỏi, nhưng ít nhất làm cho cô dễ chịu hơn...”.

Trước tiên, tôi tách nhẹ các ngón của hai bàn tay ra và điều chỉnh lại. Đặc biệt ở ngón giữa, ngón vô danh và ngón út cho chuyển động nhẹ, tiếp theo dùng bụng ngón cái kích thích vào khu thận và khu thận phụ. Sau đó là

khu xoang mũi ở mu bàn tay trái. Thuận theo hướng đầu ngón tay liên tục xoa bóp 3 - 4 phút.

Khi xoa bóp phải bôi lên chất kem để nó trơn dễ hoạt động. Điều trị một lần mu bàn tay và lòng hai bàn tay phải gần 20 phút.

“Lỗ mũi bắt đầu thông rồi”. Cô phát ra giọng nói vô cùng kinh ngạc. Mũi thông nên thở cũng dễ dàng, số lần hắt hơi cũng giảm dần.

Cô gái này mấy năm trước đây tự nhiên bị viêm mũi quá nhạy cảm, có lẽ bắt đầu từ năm ngoái, không chỉ vào đầu mùa xuân mà suốt cả năm đều cảm thấy mũi không dễ chịu, gây nên viêm mũi mạn tính. “Nghề của tôi là hộ lý, hắt hơi không ngừng, gây nên một tâm trạng bệnh hoạn..., đến chỗ thầy điều trị có được không?”.

Tôi cũng cho rằng tạm thời điều trị theo định kỳ càng có hiệu quả, sau khi giới thiệu như vậy thì chia tay. Về sau, cô tuân thủ lời ước hẹn, mỗi tháng 2 lần đến bệnh viện điều trị.



Hình 49

Năm nay vào đầu mùa xuân, khi phấn hoa đang bay tơi tả, sau khi đến điều trị, cô gọi điện cho tôi nói bệnh đã chuyển tốt nhiều. Bệnh không chuyển thành mạn tính mà khỏi dần, khiến tôi rất an tâm.

Đặc biệt là người mũi tịt càng phải thường xuyên xoa bóp cạnh mu bàn tay khu xoang mũi, nhưng xoa bóp lâu quá nhiệt độ tăng lên, chỉ nên làm từ 3 - 4 phút là thỏa đáng.

Do cơ hội nhân duyên như vậy, giúp đỡ kịp thời người gặp khó khăn, đó là mặt mạnh của phương pháp xoa bóp bàn tay chữa bệnh, bởi vì tay rất thuận lợi cho chữa bệnh, dễ đem ra dùng.

Nếu như phương pháp này có thể đem lưu truyền rộng rãi, giảm bớt những nỗi khổ cực cho người khác, há chẳng tốt hay sao. Số mệnh của tôi ngày càng nặng, bắt đầu từ lúc này.

Đầu tiên dùng ngón cái và ngón trỏ kẹp chặt lấy “khu xoang mũi” ở đầu ngón tay, dùng phương thức xoay nắn để xoa bóp, tiếp đó xoa bóp “khu thận” và “khu thận phụ”.

Chứng phẩn hoa thường cũng bị ảnh hưởng bởi sức ép, nếu phối hợp được với loại thể thao nhẹ cũng vô cùng quan trọng.

Ngoài ra chứng nước mũi đặc, chứng viêm xoang mũi cũng dùng phương pháp điều trị này mà đạt được hiệu quả. Hình 49

9. Khu phổi (cảm mạo, viêm phế quản, ho, có đờm)

Gần đây bạn có thường bị cảm mạo không?

Ngoài cảm mạo theo mùa, trong cả năm, có khi chỉ vì chuyện nhỏ mà sinh ra cảm mạo, có lúc mắc lại, có thể trở thành viêm phế quản mạn tính.

Về chứng u và bệnh tim thường được mọi người để ý, nhưng do không khí ô nhiễm ngày càng nghiêm trọng, viêm phế quản cũng ngày càng trở nên phổ biến. Bây giờ có xu thế cứ 7 người thì 1 người mắc bệnh này.

Viêm phế quản là do hít phải không khí bị ô nhiễm, phế quản dần dần mất đi sức bài tiết chất bụi bẩn và ô nhiễm, trạng thái này kéo dài, dần dần biến thành bệnh tật, lâu dần biến thành bệnh tật mạn

tính. Đến tuổi trung niên muốn chữa bệnh này tận gốc thì không dễ dàng nữa.

Cần phải chú ý tới cảm mạo để luôn giữ được thể lực tốt. Vốn là người có phế quản yếu, dù đang trẻ tuổi, nhưng do công việc bận rộn, luôn căng thẳng, ho ngày càng nặng, loại người này nếu không chú ý điều trị viêm phế quản, rất dễ biến thành bệnh mạn tính, dẫn tới hen, phế thũng, giãn phế quản, v.v...

Gần đây, đến tạp chí lấy tài liệu, tôi gặp một cô gái trẻ thuộc loại người này. Vừa nói vừa ho, có lúc khạc đờm. Vì vậy, trong khi nói chuyện, tôi nói cô cho tôi xem tay. “Bộ phận hô hấp quả nhiên yếu đuối”...

Ở phía dưới gốc ngón tay cái, chỗ lồi lên xuất hiện nhiều vân nhỏ. Đó là tượng trưng điển hình về cơ quan hô hấp suy nhược, tôi dùng ngón cái ấn mạnh xuống bộ phận lồi lên của bàn tay. Cô kêu lên: “Đau quá!”. Ấn xuống chỗ này mà đau, chứng tỏ cơ quan hô hấp không khỏe, ho đã lâu ngày rồi!

Cô gái này bắt đầu nổi cơn ho... có đờm. Đi làm được hơn một năm, phải thức đêm làm thêm, nhất định xuất hiện chứng trạng này.

Bỏ mặc không lo, nhất định sẽ biến thành viêm phế quản mạn tính, nếu như sau khi biến thành bệnh mạn tính, muốn chữa tận gốc sẽ khó khăn. Thế là tôi đề nghị bây giờ cô cần thực hành phương pháp xoa bóp bàn tay để chữa bệnh và không được gián đoạn.

“Khi rồi việc, lúc về nhà xem tivi, mỗi ngày làm 3 - 4 phút, khi bệnh tình chưa chuyển nặng, phải làm thủ xem, nếu không...”

Cũng có người khi ho rất nặng, muốn dùng thuốc để không chế bệnh nhưng ho và có đờm vốn cùng là sự

phản ứng phòng ngự để bảo vệ thân thể, đó là động tác bài tiết vật lạ hoặc vật phân tiết ở đường hô hấp ra khỏi cơ thể. Nếu miễn cưỡng dùng thuốc để khống chế, có thể gây hậu quả trái ngược, chỉ bằng cai thuốc lá, rèn luyện thân thể và điều trị lâu dài bằng phương pháp xoa bóp, có thể càng hiệu quả hơn.

Phương pháp xoa bóp ở khu vực phế quản, đầu tiên phải kích thích đầy đủ khu hô hấp (phổi) của bàn tay, sau đó xoa bóp tỉ mỉ “khu đầu”, “khu cổ”, “khu thân”.

Nếu có đủ thời gian thì xoa bóp cả hai ngón tay cái càng tốt. Để biến thành hen thở tuy khó điều trị, nhưng nếu dùng phương pháp xoa bóp khu vực giống nhau để điều trị, có thể làm giảm bớt cơn đau khi ho. Lúc đó, tôi đã nói với cô ta như vậy.



Hình 50

Qua mấy hôm, cô gái ấy điện thoại đến cảm ơn tôi. Cô nói: “Thầy dạy cho cách điều trị khu vực, quả là hiệu nghiệm! Lúc đầu tôi cũng bán tín bán nghi, cảm thấy không cần xoa bóp hằng ngày, nhưng cô nói trong Ban biên tập có một vị cấp trên ho rất dữ, chỉ cần phát cơn ho lên, những người xung quanh đều cảm

thấy khó chịu. Hôm ấy thấy ông đang ho rất dữ, tôi bỗng nghĩ đến cách xoa bóp khu vực mà thầy đã dạy, cũng không biết có hiệu nghiệm không, nên giúp ông ấy xoa bóp thử. Ông ta ho không những không dừng lại mà còn kinh liệt hơn, rồi dần dần, hô hấp kiểu thở dốc ngừng hẳn, kết

quả tốt khiến mọi người giạt mình. Sự việc hiện ra quá bất ngờ, từ đó về sau, chỉ cần có cơ hội là tôi xoa bóp”.

Người nào cũng có thể chứng thực rằng, tay có thể nối thông với cơ thể. Sau khi nghe những báo cáo này, tôi ngày càng thêm quyết tâm muốn phổ biến rộng rãi phương pháp xoa bóp tay để chữa bệnh đến tất cả mọi người.

Khi viêm phế quản mạn tính, nhất định phải ấn đến khi kêu đau mới thôi. Đồ ăn lạnh buốt, thuốc lá đều cấm sử dụng. Xem hình 50

10. Khu vòm họng, khu phế quản (viêm vòm họng)

Trong miệng thường có hạt sưng lên, trên lưỡi thường nổi cục có cảm giác đau đốn. Người mà thường xuyên mọc nốt, nổi cục thường là mắc bệnh viêm vòm họng. Không hoàn toàn giống với người sưng đầu lưỡi do ăn nhiều, đó là loại chứng trạng phát viêm, chỉ cảm thấy vô cùng khó chịu ở trong miệng.

Sau khi bị sốt cao hoặc bị ảnh hưởng của các bệnh tật khác hoặc bị ảnh hưởng do tác dụng phụ của thuốc, đều dẫn tới chứng trạng này. Nói chung, người trẻ tuổi thường mắc bệnh này ở tỷ lệ cao.

Mấy ngày trước đây, có một ông bạn lâu ngày không gặp mặt kể cho tôi nghe câu chuyện như thế này.

“Thưa thầy, tôi lại mắc viêm vòm họng mà rất thường xuyên, chẳng lẽ tôi suy nhược quá ư?”

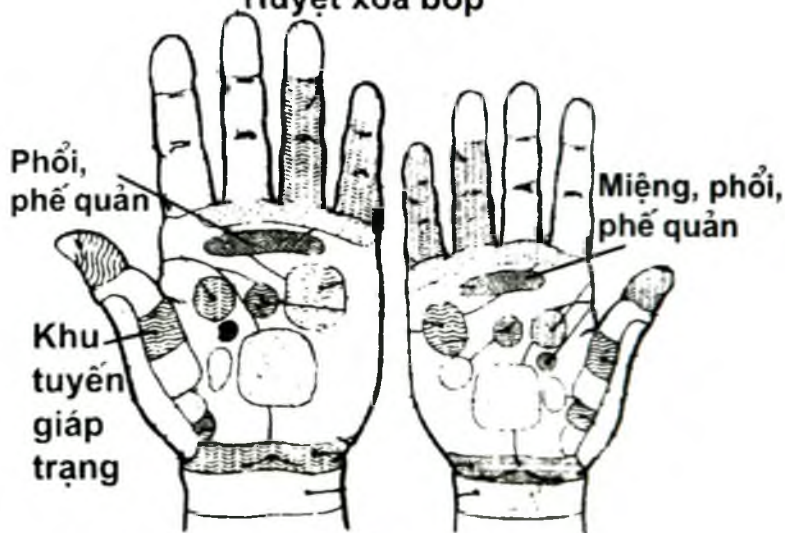
Bởi thầy thuốc vẫn nói ông ta dinh dưỡng không tốt, cho nên ông kể lại với giọng không phục.

“Không phải là thân thể suy nhược, mà ngược lại, do quá thừa thãi mới sinh ra viêm xoang miệng”. Tôi nói xong, ông lập tức trợn mắt nhìn tôi.

Nói một cách giản đơn, những vi khuẩn đi vào từ miệng, bị tuyến limpho trong miệng cản lại không cho xâm nhập nên gây nên trạng thái gọi là viêm xoang miệng. Nếu như thể lực yếu, vi khuẩn sẽ dần dần đi sâu vào, sẽ gây nên bệnh tật bên trong, tình hình sẽ càng xấu hơn.

Người trẻ tuổi thường bị viêm xoang miệng, có thể nói là do thể trạng sung sức gây nên. Khi sinh tố B không đủ, dinh dưỡng bị trở ngại cũng là một trong những nguyên nhân gây bệnh. Người viêm xoang miệng hoặc là người bị sưng đau vòm họng, bình thường nên dùng phương pháp điều trị khu phản xạ ở tay. Kích thích cơ quan hô hấp và họng cho nó sống trở lại rất là quan trọng. Hơn nữa khi thể lực suy thoái rất dễ xuất hiện những hiện tượng này. Cho nên ngủ đầy đủ, sống tuân theo quy luật, giữ gìn thể lực là việc vô cùng quan trọng.

Huyết xoa bóp



Hình 51

Phương pháp xoa bóp ở khu vực viêm xoang miệng, là kích thích tỉ mỉ “khu tuyến giáp trạng” “khu cơ quan

hô hấp (phổi)” của hai bàn tay phải trái và “khu xoang miệng”, “khu phế quản” ở mu ngón cái.

Ngoài ra phải phối hợp “khu bàng quang” “khu thận” thì hiệu quả sẽ tăng nhiều.

Khi bị viêm xoang miệng, sẽ đau đớn từ một tuần đến 10 ngày. Ban ngày khi cảm thấy mệt mỏi, nuôi thành thói quen kích thích khu cơ quan hô hấp, khu tuyến giáp trạng. Xem hình 51

11. Khu mắt (cận thị giả, mắt lò dò, mệt mỏi)

Do phải học hành nặng nề mà số người cận thị ngày nay chỉ tăng không giảm. Nhưng nếu còn ở giai đoạn cận thị giả mà có cách giải quyết thì tin rằng số người cận thị sẽ giảm đi một cách tương đối.

Do di truyền hoặc do trời sinh ra mắt đã không tốt thì đúng là cận thị, nếu xem truyền hình quá nhiều, đọc sách trong dợt thì cử quá nhiều, làm công việc tỉ mỉ mà dùng mắt quá độ phải đeo kính thì gọi đó là cận thị giả, tuy nói là giả, nhưng nếu bỏ mặc không đếm xỉa gì, ít lâu sau sẽ phát triển thành cận thị thật. Ở giai đoạn mắt cận thị giả, nếu không làm cho mắt quá mệt mỏi, lại biết phối hợp điều trị thì có thể trở lại bình thường.

Những ví dụ về khỏi cận thị giả không phải là ít, nhưng có một trường hợp làm tôi khó quên đó là một chàng trai quá dỗi si tình, do anh ta hết lòng chăm sóc mà người yêu thoát được nạn đeo kính cận.

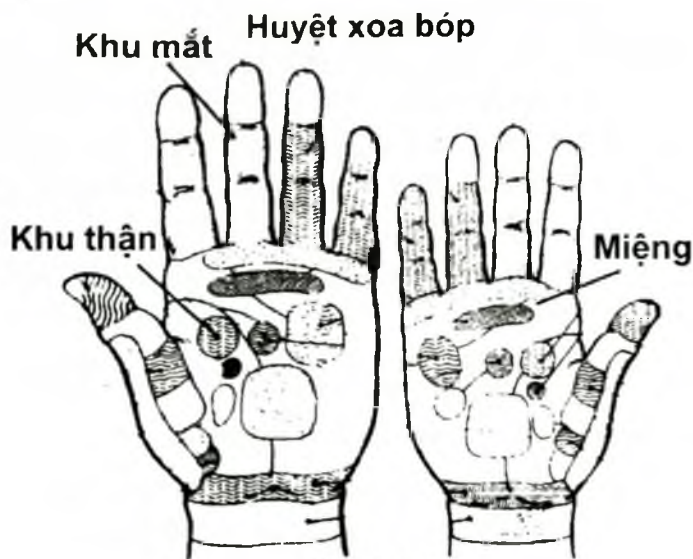
Chàng trai này thường phải đeo mẹ đến bệnh viện của tôi chữa bệnh đau lưng cho bà. Do anh ta phải đi làm nên những ngày nghỉ mới đến được.

Trong thời gian gần một tiếng đồng hồ điều trị, anh đứng bên chờ đợi, đã trò chuyện với tôi rất nhiều, anh dần dần quan tâm tới phương pháp điều trị bằng xoa bóp khu vực, còn vặn hỏi tôi nhiều vấn đề. Do tôi muốn dùng phương thức giản đơn này để tỏ rõ uy lực của phương pháp chữa bệnh bằng xoa bóp bàn tay cho nhiều người biết, vì thế tôi rất nhiệt tình nói cho anh biết những điều cần thiết.

Lúc đó, tình cờ câu chuyện chuyển sang chuyện cận thị giả. “Nếu mới đeo kính trong vòng nửa năm mà chịu khó điều trị ngay, rất nhiều khả năng trở lại bình thường”. Nghe tôi nói xong, mắt anh sáng hẳn lên. “Thế thì tôi rất muốn thầy dạy cho phương pháp đó”. Anh ta không đeo kính cận mà cũng chẳng có dáng vẻ là người cận thị. Tôi nghĩ, có thể anh muốn giúp ai chữa cận thị chẳng? Thế là tôi cầm lấy tay anh, tỉ mỉ dạy anh nên xoa bóp ở chỗ nào, và cách xoa bóp như thế nào.

Sau đó mẹ anh không điều trị nữa, tôi không gặp lại anh, vì thế tôi quên luôn chuyện đó, khoảng 3 tháng sau, một mình anh đến thăm tôi. Anh nói: “Thực ra lần trước tôi học thầy cách xoa bóp khu vực để chữa bệnh cho một người”. Đúng như tôi dự đoán, người mà anh chữa bệnh là một nữ đồng sự cùng cơ quan được anh mến mộ. Do công việc suốt ngày phải ngồi trước máy vi tính, cô thường kêu buốt vai, thị lực nghe nói giảm xuống còn 0,5, nên cô đành phải đeo kính. Nhưng khi nghe cô nói: “Giá mà lúc mặc đồ cưới không phải đeo kính thì hay biết mấy”, thì anh tìm mọi cách để chữa bệnh cho cô. Vào giờ ăn trưa hoặc khi rỗi rãi, anh dạy cô cách xoa bóp bàn tay chữa bệnh, tự mình có thể làm được.

- Giờ thì mắt như thế nào rồi?
 - Dĩ nhiên là chuyện tốt, thị lực trở lại bình thường.
- Bây giờ không cần đeo kính nữa.
 Nghe nói điều trị có kết quả, tôi cũng an tâm.



Hình 52

Thị lực của con người được hoàn chỉnh vào lúc 6 - 9 tuổi. Cho nên khi trẻ em mắc cận thị giả, mỗi ngày dùng 10 phút xoa bóp đầy đủ khu mắt, khu thận thì sẽ hiệu quả. Bệnh cận thị giả thường xuất hiện ở các em thuộc lứa tuổi trung học, nhưng không phải chỉ trẻ em mới mắc. Những người lớn tuổi do hoàn cảnh dùng mắt căng thẳng cũng mắc bệnh này không ít. Trước đây thường cho rằng nguyên nhân gây nên mắc bệnh cận thị giả là do học thi, phải đọc sách nhiều, mắt phải làm việc quá sức, nhưng gần đây phát hiện ra một nguyên nhân khác là ở tuổi thanh xuân, hooc-môn không cân bằng gây nên. Nghe nói con cái của người mắc cận thị cũng ít bị cận thị giả. Hơn nữa, nghe nói sau khi thành niên, dù cho dùng

mắt quá độ như xem chữ nhỏ, xem vật ở xa, nếu không cảm thấy bị chèn ép thì cũng không bị cận thị giả. Đàn bà khi rời khỏi nơi làm việc, cố gắng nhìn nhiều cảnh vật màu xanh ở phía xa thì tình hình cũng chuyển tốt, hơn nữa, phải chú ý tư thế của mình, phải không ngừng kích thích bàn tay thì chắc sẽ không mắc cận thị giả.

Trong phương pháp xoa bóp tay, khi điều trị cần coi trọng “khu mắt” “khu vai” của ngón trỏ, ngón giữa của hai tay, còn phải chú ý xoa bóp khu vòm miệng, phế quản ở mu bàn tay. Vì rằng, mắt chịu ảnh hưởng lớn của gan và thận, cho nên xoa bóp thêm khu gan, khu thận thì sẽ nâng cao được hiệu quả. Xem hình 52

12. Khu bộ phận sinh dục (mất ngủ, khắp người rã rời, thần kinh tự luật mất điều hòa)

Chúng mất điều hòa thần kinh tự luật gần đây mới được biết đến, nhưng tin rằng nhiều người đã nghe qua. Còn nếu vặn hỏi, nó là cái bệnh gì, e rằng không ai trả lời được chính xác vì nguyên nhân gây bệnh chưa được xác định.

Chúng mất điều hòa thần kinh tự luật, tên chính xác của nó là nhóm chứng hậu mất điều hòa thần kinh tự luật, quen gọi là “nhóm chứng hậu”, thường đều là chứng bệnh nguyên nhân không rõ.

Người hiện đại nếu như thần kinh tự luật không mất điều hòa mới làm cho người ta lạ lẫm. Có một số thầy thuốc cũng nói, chứng thần kinh tự luật mất điều hòa là một trong những bệnh thời hiện đại.

Mất ngủ hoặc hút thuốc quá nhiều cũng là một biến chứng của thần kinh tự luật mất điều hòa. Với những công nhân viên chức thì đó là một chứng trạng vô cùng nguy hiểm.

Những viên chức khi chưa rõ do nguyên nhân gì, cảm thấy ngại làm, thích nhàn, hoặc không muốn đến nơi làm việc, có thể hoài nghi có phải mình mắc chứng thần kinh tự luật mất điều hòa chăng?

Gần đây, những người trung niên đi làm mà thấy tâm thần có vấn đề, đó cũng có thể nói là chứng thần kinh tự luật mất điều hòa.

Có những biểu hiện không liên quan gì tới tuổi tác nhưng có lúc tự nhiên lâm vào cảnh rất nguy hiểm, đành chịu bó tay. Cuối năm ngoái, có một người đàn ông điển hình là viên chức thời hiện đại, bị cưỡng bức đến điều trị. Người đàn ông 31 tuổi này là một điển hình về chứng thần kinh tự luật mất điều hòa.

Cuối mùa hè, rất khổ vì mất ngủ, do một nguyên nhân xung quanh nơi công tác tất cả đều biến thành một màu trắng, đầu óc trở thành lơ mơ lơ đãng. Tuần đầu rất không muốn đến công ty làm việc, khi tan tầm từ cửa sổ nơi làm việc nhìn xuống, tự nhiên có ý nghĩ muốn nhảy xuống. “Phải để anh ta tạm thời nghỉ ngơi, thấy tình hình anh ta quá, thế là bắt buộc anh ta đến đây”.

Tôi nói tại sao không đưa anh ta đến khoa thần kinh khám bệnh mà lại đem anh ta đến đây? Người bạn anh ta trả lời: “Nghe nói thầy tinh thông về các nghi nan tạp chứng”. Loại bệnh tâm thần này, lẽ ra phải cùng các thầy chuyên khoa hội chẩn, nhưng do không nỡ bỏ qua, tôi quyết định dùng phương pháp xoa bóp bàn tay để điều trị cho anh ta, có lẽ cũng ít nhiều có hiệu quả.

Trò chuyện với anh ta hồi lâu, mất gần một giờ, từ từ xoa bóp bàn tay của anh, từ lòng bàn tay đến mu bàn tay. Sau khi điều trị, lúc pha trà, tôi đề nghị anh ta tự mình xoa bóp hai tay của mình. Trong quá trình điều trị, sắc mặt của

anh dần dần có thần sắc, tôi nghĩ nếu như xoa bóp cả hai tay cho anh thì càng có hiệu quả, chẳng tốt đẹp hơn sao.

Hai tay đan nhau cùng xoa bóp, sẽ làm cho phó thần kinh giao cảm chuyển thành hưng phấn. Thần kinh tự luật mất điều hòa là biểu thị thần kinh giao cảm hưng phấn quá độ. Vì vậy, nếu làm cho phó thần kinh giao cảm hưng phấn, tất nhiên sẽ lấy lại cân bằng.

Những người làm công tác ở máy vi tính là làm việc trong một môi trường rất ít tiếp xúc với người khác, như vậy rất dễ mắc phải chứng thần kinh tự luật mất điều hòa. Cuối cùng tôi khuyên anh nên sớm đến thầy thuốc chuyên khoa. Sau đó hằng ngày anh tự xoa bóp nơi tay và đan tay lại xoa bóp.

- “Làm như vậy thấy dễ chịu nhiều”.

Phương pháp mà tôi đề cập ở trên, khi tự mình xoa bóp tay để chữa bệnh, thì từ từ xoa bóp hai tay, hai tay

xoa bóp cho nhau. Ở nơi phía dưới bàn tay, ở khu bộ phận sinh dục gần phía trên cườm tay, hằng ngày xoa bóp từ từ trong vòng 10 - 15 phút, hiệu quả càng tốt.

Ngoài ra, theo hình thức chắp hai bàn tay lại để cầu cúng, giống như cầu cúng ở nhà thờ, chùa chiền, chụm các đầu ngón tay lại, cùi tay để trên bàn. Làm như vậy tâm tính hẳn ổn định trở lại, rất có hiệu quả cho việc điều trị thần kinh tự luật mất điều hòa.



Hình 53

Trước khi đi ngủ, làm theo tư thế này, tâm tính cũng ổn định. Việc cầu cúng chân thành, với người ta mà nói, có ảnh hưởng rất tốt. Từ việc này chúng ta có thể hiểu được nguyên lý của nó.

Lấy khu bộ phận sinh dục làm trung tâm, kích thích một lượt toàn bộ hai tay. Hơn nữa, cải thiện thói quen sinh hoạt cũng rất quan trọng, ngủ phải đủ, bồi dưỡng hứng thú có thể làm thay đổi tâm tính. Hình 53

13. Khu thận tạng, khu bộ phận sinh dục (mất ngủ, cơ bắp ở vai cương cứng, đau sinh lý, sinh lý không thuận)

Có người nói với tôi: “Tiên sinh ạ! Cơ thể vợ tôi trước đây rất mạnh khỏe?... nay vì bà xã đang ở tuổi giao thời... cho nên,... đã hơn nửa năm rồi, các chứng trạng đều có, rất là mệt...”.

“Thế ngủ có được không?” Tôi buột mồm hỏi.

- “Ồi chao! Có lúc ngủ rất say, có lúc ngủ không được, không dễ chịu mấy”.

Nói một cách nghiêm túc, đàn ông hay đàn bà đều bị thời kỳ thay đổi lứa tuổi quá nhiều, nhưng nữ giới thường nảy sinh nhiều vấn đề hơn, phát triển thành các loại chứng trạng.

Trở ngại của thời kỳ chuyển đổi lứa tuổi, biểu hiện chủ yếu là kết thúc sinh hoạt tình dục. Cũng tức là nói sau khi thời kỳ sinh lý kết thúc lâu dài, do thần kinh tự luật và chất hooc-môn trong cơ thể mất đi sự cân bằng mà gây ra bao sự cản trở. Hiện tượng và mức độ do thể chất từng người khác nhau mà có sự khác nhau.

Tôi nghĩ, bà vợ anh có thể là loại hình do u uất, tự mình phong bế. Ngoài loại hình này ra, cũng có người do

mất ngủ hoặc bồn chồn không yên mà tỏ ra bức tức với người xung quanh, cũng có người chỉ đau nhói vai mà thôi. Trong đó cũng có những bà trước đây vốn hiền lành, nhu thuận bỗng nhiên để mất tình hình, nổi cơn thịnh nộ với mọi người, thậm chí đi ra ngoài mua nhiều đồ vật đắt giá. Người bị nhẹ, chỉ 1 - 2 tháng sau là hết chuyện, nhưng cũng có người kéo dài tới cả năm.

Cố gắng tiếp xúc với bên ngoài để tâm tình rộng mở, có thể tình hình sẽ chuyển tốt; trên thực tế, người ham mê công tác hoặc thích sáng tạo thì không bị ảnh hưởng mấy do chuyển đổi lứa tuổi mà dễ dàng vượt qua. Căn cứ kinh nghiệm tôi đã xử lý điều trị cho những người gặp trở ngại khi chuyển đổi lứa tuổi, tôi đề nghị nên để bà vợ anh ta vận động một chút. Tôi dạy anh ta cách điều trị bằng xoa bóp tay một cách đơn giản. Hình 54

Gặp trở ngại khi chuyển đổi lứa tuổi, chú ý xoa bóp đầu ngón tay cái tức là “khu đầu”, rồi đến “khu bộ phận sinh dục” ở gần cườm tay, “khu thận” và toàn bộ ngón út.

Đặc biệt là xoa bóp điểm thùy thể của não của “khu đầu”, ở đây có một điểm không dễ phát hiện nhưng nếu sau khi kích thích nó thì huyết dịch toàn thân sẽ lưu thông thông suốt. Nhưng để tìm được điểm ấy quả thực khó khăn, chỉ bằng xoa bóp cả “khu đầu” một lượt, vẫn là hiệu nghiệm.

Dương nhiên, tự mình thực hiện thì có thể đạt được hiệu quả đầy đủ. Nhưng khi chuyển đổi tính tình, đặc biệt sẽ cảm thấy cô đơn, sẽ cảm thấy thân mình không an toàn, cho nên những người xung quanh, đặc biệt là chồng và con cần phải thông cảm thì người vợ sẽ chóng trở lại bình thường. Từ tâm lý ấy mà xét, nếu ông cầm tay bà vợ, nhẹ nhàng xoa bóp, sự cọ xát trên da cũng là

một khâu quan trọng. Có lúc có thể thay đổi cho nhau, xoa bóp tay của đối phương, tự nhiên sẽ đạt được hiệu quả truyền cảm cho nhau, và sự lo lắng của người vợ, người mẹ sẽ biến mất. Đó là lý lẽ cơ bản về giao lưu cơ thể của phương pháp xoa bóp tay để chữa bệnh.

“Ông nhẹ nhàng xoa nắm tay vợ như hồi còn trẻ vậy”. Sau khi tôi nói rõ cách điều trị cho anh ấy nghe, tôi đã bổ sung câu ấy.

“Hôm nay tôi học được nhiều điều. Trước nay tôi không hiểu được vợ tôi đang lâm vào cảnh cô độc và lo lắng. Bắt đầu từ hôm nay, trở về nhà là tôi sẽ xoa bóp cho vợ tôi”

Người đàn ông sau khi cảm ơn, hẳn sẽ làm cho vợ trở lại như cũ: muốn tìm lại hạnh phúc của ngày xưa, chỉ còn là vấn đề thời gian. Tôi tin là như vậy.

Khi tâm tình vô cùng bồn chồn lo lắng, dùng ngón tay nắm lấy khu đầu, kích thích mạnh trong một phút. Khi bị uất không yên thì kích thích khu thân, khu bộ phận sinh dục.



Hình 54

14. Khu dạ dày (say mềm, đau dạ dày, nôn mửa)

Phương pháp chữa bệnh bằng xoa bóp tay là một phương pháp giao lưu thân thể rất thoải mái.

Trước một ngày đi dự yến tiệc hoặc giờ nghỉ ban ngày, kích thích trước khu tiêu hóa (dạ dày) trên hai tay trái phải, mỗi bên 3 phút là có thể phòng ngừa say rượu.

Huyết xoa bóp



Hình 55

Phương pháp chữa bệnh bằng xoa bóp tay có thể vượt qua mọi trở ngại, chẳng kể là ai, đều có thể dễ dàng thực hiện. Cảm giác say thật khó chịu, đầu nặng chình chịch và miệng cứ muốn nôn.

Nghe nói uống một ít nước chanh, trà chanh mơ hoặc canh mì chính nóng có thể làm dịu đi sự khó chịu của say. Những cái đó quả thực có hiệu quả, nhưng sau khi uống xong

không thể giải trừ ngay được cảm giác buồn nôn. Muốn chữa cho dạ dày được mau ổn định, không gì bằng xoa bóp tay, hiệu quả càng nhanh. Điểm chính yếu của điều trị là tác động vào khu vực tiêu hóa (dạ dày) ở cả hai bàn tay, tại bộ phận lồi gờ lên ở dưới gốc ngón cái làm trung tâm, dùng ngón tay cái ấn mạnh xuống chỗ ấy, hoặc cong ngón tay trở, ngón tay giữa, ngón vô danh lại, dùng mu ngón tay xoa xát cũng được. Chỗ nào ở xung quanh đó cảm thấy đau thì cũng kích thích một tí, đều có hiệu quả. Trong công tác, nếu như không có cách nào trực tiếp xoa bóp, cũng có thể dùng cái kẹp lớn, kẹp chặt khu phản xạ của cơ quan tiêu hóa. Hình 55

15. Khu vai, gan (cơ bắp ở vai cương cứng, căng thẳng)

“Vai đau nhức lăm”.

Luôn vung cánh tay lên, không ngừng đập vào chỗ vai đau. Nếu như mười mấy năm về trước, nhìn thấy

quang cảnh này, người ta đều khẳng định đó là hiện tượng của người già, người trung niên trở lên. Nhưng những năm gần đây, những người trẻ tuổi đặc biệt là giới nữ trẻ, thậm chí học sinh tiểu học mắc phải chứng đau vai, cơ bắp ở vai cương cứng ngày càng nhiều. Một khối lượng lớn bài làm ở nhà, còn phải ôn tập, sau khi tan học còn thích xem tranh biếm họa, còn thích chơi nhạc theo đài truyền hình, không giống trẻ em ngày xưa vui đùa nhộn nhạo, chạy vui chơi khắp chốn mà phải chạy theo cuộc sống căng thẳng, có lẽ vì thế mà học sinh tiểu học đau vai. Con người hiện đại suốt ngày chơi với trong máy tính, trong phòng làm việc ngày càng có nhiều máy móc, làm hao tổn thần kinh con người. Cho nên, đau vai hiện nay mà nói cũng là bệnh hiện đại, một loại bệnh nghề nghiệp.



Hình 56

Cái hay của phương pháp xoa bóp bàn tay chữa bệnh, dù xoa bóp chỗ nào cũng không gây nguy hại. Xoa bóp cả bàn tay một lượt, đương nhiên có thể làm cho tinh lực tích ứ ở mọi chỗ phát tán, tinh thần được hồi phục trở lại.

Nguyên nhân đau vai thường là do sử dụng cánh tay quá nhiều làm cho bắp thịt mệt mỏi mà gây nên. Một bác sĩ y học vật lý người Đức nói: Mọi bệnh tật đều có thể xuất hiện ở vai và lưng. Vì vậy, nguyên nhân gây ra bệnh đau vai kể sao hết được.

Phổi, tim, dạ dày, ruột và gan không lành mạnh thường là biểu hiện ở đau vai, nguyên nhân chính chưa

thật rõ lắm, nhưng nếu đau vai lâu dài không hẳn là do bệnh nội tạng sinh ra.

Thường xuyên kích thích “khu vai” ở mu bàn tay và lòng bàn tay và “khu cổ” ở ngón cái. Sau đó là “khu gan” ở bàn tay phải sẽ có hiệu quả cụ thể về điều trị đau vai, đồng thời thường ngày làm chút vận động thể thao nhẹ sẽ thấy khác nhiều. Ở đây cần bổ sung một điểm, nếu là con gái còn trẻ, khi làm công việc trong gia đình nên cô dùng tay để thao tác, đồng thời cũng là cách dự phòng đau vai. Xem hình 56

Dùng đốt 2 của ngón trỏ tạo thành góc vuông, kích thích khu vai, khu cổ, mức độ dùng sức khiến đôi phương kêu đau thì thôi, hiệu quả ngày càng cao.

16. Khu mắt, khu vai (mắt mệt mỏi, chảy nước mắt)

Do phải lái xe, do thời gian làm việc kéo dài đến đêm khuya, do xem truyền hình, v.v..., cuộc sống hiện đại đã làm cho mắt mệt mỏi. Không chỉ là do sử dụng mắt quá độ, dẫn tới mắt bị quá mệt mỏi, nhất là trong thời kỳ đầu của cận thị giả. Khi bị bạch nội chương hoặc số đo của kính không phù hợp cũng làm cho mắt vô cùng mệt mỏi. “Chỉ có mắt mệt mỏi mà thôi, không có chuyện gì to lớn cả”. Nếu nghĩ như vậy thì thật đáng sợ. Tôi quen biết một cô gái làm công tác thiết kế chương trình vi tính, cô luôn miệng kêu “mắt mệt quá, mệt quá” đồng thời lại rất thích dùng thuốc giở mắt. Tuy tôi đã nói cô nên đến bệnh viện kiểm tra một lần thì hơn, nhưng cô trả lời: “Công việc, bận công việc”. Cô chẳng hề tỏ ra quan tâm đến chuyện này, khiến người khác lo thay.

Có một lần, cô bỗng nhiên bị choáng, phải đưa vào bệnh viện, phát hiện là do cao huyết áp gây nên. Cô mới

21 tuổi mà huyết áp cao tới 170mmh trở lên, bệnh nặng tới mức thầy thuốc phải khuyên cô tạm ngừng công việc, nghỉ ngơi một thời gian.

Nguyên nhân gây cho mắt của cô mệt mỏi là do huyết áp, vai đau, đầu đau. Đáng sợ hơn là do bạch nội chướng, lục nội chướng gây nên mắt mệt mỏi. Bạch nội chướng là do thủy tinh thể bị vẩn đục gây nên, nếu bỏ mặc sẽ bị mù mắt. Khi chứng trạng này mới phát sinh, thường phát hiện vai nhức, mắt thường xuyên mệt mỏi.

Để cho mắt nghỉ ngơi và xoa bóp nhẹ cho mắt, vẫn không có cách nào hồi phục mà mắt còn vô cùng mệt mỏi. Lúc này cần phải điều tra kỹ các nguyên nhân một cách toàn diện. Nếu chỉ chữa mắt thôi mà không muốn tìm nguyên nhân khác thì hầu như không đạt hiệu quả.

Nếu chỉ đơn thuần mắt bị mệt mỏi, dùng phương pháp xoa bóp tay để chữa bệnh thì rất có hiệu quả. Phải kích thích “khu mắt”, “khu vai”, “khu phổi” ở trên ngón trỏ và ngón giữa, hẳn sẽ có kết quả khác nhau. Thuận tiện kích thích cả “khu thận” càng tốt. Hình 57

Do làm việc mà mắt bị mệt mỏi, thì thỉnh thoảng nên nhìn ra xa, nhìn thảm thực vật xanh. Đồng thời xoa bóp kỹ các khu phản xạ trên bàn tay. Chỉ cần mất 2 - 3 phút để kích thích như là nghỉ ngơi một lúc, nhất định sẽ cảm thấy thư giãn dễ chịu.

Còn như bệnh bạch nội chướng và lục nội chướng, nếu thực sự không ngừng thực hiện phương pháp xoa bóp tay thì tình hình cũng được cải thiện rất nhiều.

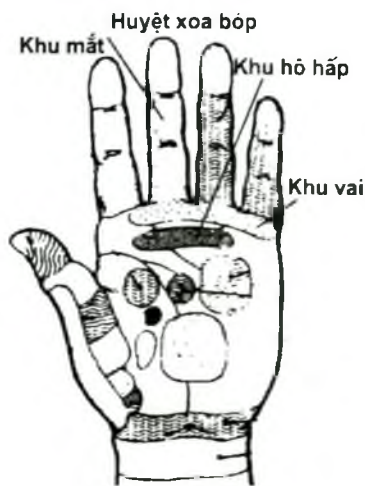
Lại xin giới thiệu phương pháp khác, không giống phương pháp xoa bóp tay. Đó là một loại thuật Du-đa dùng khi mắt đau và mắt mỏi. Cách làm là chống hai cánh tay lên bàn, nhắm mắt lại, các ngón của hai bàn

tay chồng lên nhau, trực tiếp che lấy mắt. Lúc này vẫn phải nhắm mắt, tưởng tượng ra màn vải đen nhưng thiên nga, giữ yên tĩnh như vậy không cử động ít nhất là 30 phút. Nếu có thể kéo dài tới một giờ, sau đó cơn mệt mỏi của mắt sẽ biến mất.

Nghe nói khi nhìn vật màu đen, dù mắt đang mệt mỏi, trong chốc lát cũng cảm thấy dễ chịu. Phương pháp này cũng hiệu quả với bạch nội thương. Ngoài ra, sớm tối cho mắt và cổ vận động, cũng giúp cho mắt hết mệt.

Để cho cổ xoay sang phải sang trái 20 lần. Với mắt thì các bước làm như sau:

- Nhìn sang phải.
- Nhìn sang trái.
- Mắt nhắm lại.
- Mở mắt ra nhìn phía trên bên phải.
- Nhìn phía dưới bên trái.
- Nhìn phía trên bên trái.
- Nhìn phía dưới bên phải.
- Cho mắt chuyển động sang phải 20 lần.
- Cho mắt chuyển động sang trái 20 lần.



Hình 57

Trong thời gian nghỉ trưa và nghỉ ngắn giữa buổi chiều, tự mình tập cho thành thói quen, làm một vài động tác nhẹ. Mệt mỏi sẽ biến mất và bạn sẽ sống một cách thoải mái.

Khi đang công tác, tự nhiên thấy mỏi mắt, ngoài kích thích ba khu ra, dùng sức kéo dãi tai 20 lần thì huyết đạo sẽ có hiệu lực.

17. Khu tuyến giáp trạng (mất ngủ, khó ngủ)

Ngủ là nhu cầu rất tự nhiên của cơ thể. Dù là mất ngủ, thiếu ngủ hay không ngủ được đều coi là một loại bệnh, đó gọi là một loại bệnh văn minh.

Chúng mất ngủ có thể chia làm 3 loại: *Thứ nhất*: khó đi vào giấc ngủ; *thứ hai*: ngủ không sâu, hay nằm mơ; *thứ ba*: ngủ rất tốt nhưng chừng 2 tiếng tỉnh dậy một lần.

Chúng trạng loại thứ nhất nhẹ thôi, người bệnh không phải lo. Chúng trạng loại thứ hai thường xuất hiện ở người có cuộc sống nghiêm túc mang tính thần kinh. Chúng trạng loại thứ 3 thường là người bệnh mang tính u uất, tốt nhất nên hỏi thầy thuốc và kết hợp xoa bóp tay.

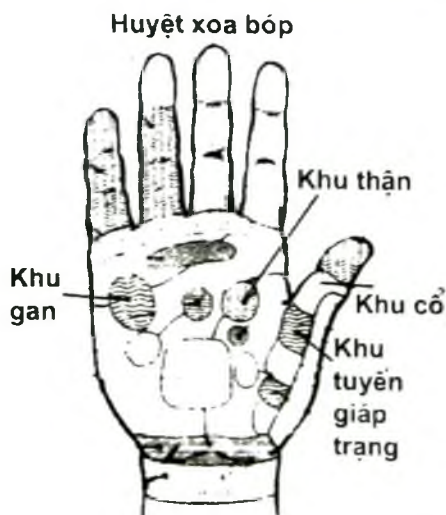
Có bà mắc bệnh phải gần sáng mới ngủ được, thuộc loại chúng trạng thứ nhất ở dạng nhẹ, nếu không dựa vào thuốc ngủ, mà dựa vào sức mạnh của mình để ngủ là tốt nhất. Theo sự phán đoán của tôi, phải làm cho tâm tính ổn định trở lại, phương pháp xoa bóp tay có thể phát huy hiệu lực lớn nhất.

Tôi đề nghị với bà ta: xoa bóp vào buổi tối trước khi ngủ có thể gây nên hưng phấn mà không ngủ được, tốt nhất là khi làm việc, lợi dụng giờ rỗi, xoa bóp 3 - 5 phút là được.

Chúng mất ngủ mạn tính, nếu chỉ xoa bóp 1 - 2 lần thì hiệu quả không thể lâu dài được, hằng ngày trước khi ngủ, xoa bóp ở khu đầu, khu thân, mỗi khu 2 phút, khu gan ở tay phải 3 phút, nhất định phải kéo dài một tuần.

Trong thần kinh của con người, có thần kinh giao cảm và thần kinh phó giao cảm, có lĩnh vực khống chế lẫn nhau. Thần kinh giao cảm chỉ phối hoạt động và những việc cần phấn đấu, ngược lại, khống chế sự thèm muốn ăn uống, ngủ, nghỉ ngơi, lại do thần kinh phó giao cảm khống chế; nếu thần kinh phó giao cảm không hoạt động thì sự thèm ăn cũng không sôi nổi mấy.

Nhưng mất ngủ là do thần kinh giao cảm ban ngày và thần kinh phó giao cảm ban đêm mất đi sự cân bằng, tạo thành trạng thái, cho đến đêm khuya thần kinh giao cảm vẫn hoạt động không ngừng. Nếu làm cho thần kinh phó giao cảm hoạt động sôi nổi lên thì vấn đề đã được giải quyết. Nói một cách đơn giản, tựa như khi cầu nguyện ở giáo đường, chấp hai tay trước ngực, cũng làm cho tâm tính ổn định trở lại. Làm cho tâm tính ổn định, trấn tĩnh thần kinh thì khu phản xạ chữa chứng mất ngủ nằm ở



Hình 58

“khu đầu”, “khu tuyến giáp trạng”, “khu thận”, “khu gan” của bàn tay. Điều phải đặc biệt chú ý là, nếu những khu phản xạ này hưng phấn thì trở nên khó ngủ, vì vậy nên xoa bóp nhẹ nhàng những khu này vào ban ngày. Trước khi ngủ nên nhẹ nhàng xoay chuyển cùi tay, bàn chân để thần kinh an định, dễ ngủ. Hình 58

18. Khu đầu (hay quên, khả năng tập trung yếu, thành tích không tốt)

Người có hiện tượng suy thoái trí nhớ và hay quên nghiêm trọng, thường cho rằng đó là do tuổi tác. Đúng thế, nó là một trong những chứng trạng thường xuất hiện ở buổi ban đầu của thời kỳ lão hóa, nhưng trí nhớ suy thoái không hẳn là hoàn toàn thuộc về bệnh lão hóa.

Ở người trẻ tuổi cũng dễ phát sinh bỗng nhiên không nhớ sự việc mới xảy ra, hoặc mới nghe xong đã quên ngay. Đó không phải là do lười nhác, mà là không có cách nào đem tri thức mới, tin tức mới, câu chuyện mới nhét vào trong bộ nhớ của óc mình.

“Với bộ não suy thoái của anh, nói lắm cũng chẳng có tác dụng gì”. Có một anh thanh niên bị cấp trên chỉ trích, anh ta không hiểu sao trí nhớ của mình lại giảm sút đến thế.

“Bản thân cũng cảm thấy rất lạ, muốn nhớ sự việc mới xảy ra mà không làm được”. Anh ta vừa nói vừa muốn khóc. Anh ta là một người thực thà và nghiêm túc.

“Có lẽ là tình hình thận tạng chuyển xấu đi. Nó có chứng trạng gì biểu hiện không? Tôi hỏi anh ta như vậy. Theo anh ta, so sánh với trước cũng không đến nỗi mệt mỏi lắm, không có chứng trạng gì khác lạ. Tôi khuyên anh ta nên đến nhờ thầy thuốc kiểm tra.

Vì rằng cơ năng của tạng thận một khi bị suy thoái sẽ mất đi lực khí vươn lên và cũng mất đi ý nguyện được nhớ. Có thể nói là không muốn nhớ nữa.

Những em học sinh trung học, khi tạng thận không tốt, thành tích nhất định sẽ tụt xuống. Hoàn

cảnh gia đình và quan hệ giao tiếp không có vấn đề gì, thành tích tự nhiên tụt xuống, có thể do tạng thận có vấn đề. Người mà có thận không tốt, tính tình lại ôn hòa. Vì vậy, người thanh niên ấy tốt nhất là đi kiểm tra tạng thận.

Khi trí nhớ bị suy thoái, có thể mất chút thời gian, ra sức kích thích khu đầu, khu cổ và khu thận ở bàn tay, như vậy có thể giúp cho hồi phục nguyên vọng muốn nhớ, đặc biệt là hai ngón tay cái có khu đầu và khu cổ. Khi đi xe, họp hành, công tác, tùy thời cho nó hoạt động, xoa nắn, kéo ngón tay, chỉ làm như thế cũng đã đạt hiệu quả khá.

Anh chàng thanh niên trí nhớ suy giảm bị cấp trên quả trách, đã làm theo hướng dẫn của tôi, sau khi được thầy thuốc chẩn đoán, quả nhiên là do cơ năng tạng thận không được kiện toàn, lại thường xuyên mệt mỏi mà dẫn tới trí nhớ bị suy thoái.

Mùa xuân năm nay, anh ta gọi điện thoại tới, với giọng rất hồ hởi nói với tôi: “Kết hợp với sự điều trị của thầy thuốc, mỗi ngày dành chừng 10 phút xoa bóp tay, bây giờ không hay quên như trước nữa”.

3 khu phản xạ này là những huyết làm cho đầu óc thanh thoát. Những học sinh đi thi, có thể trong tuần đi thi, hằng ngày liên tục kích



Hình 59

thích 5 phút, nhất định sẽ có hiệu quả đáng kể. Hình 59

19. Khu thận phụ (mùa hè thể lực suy yếu, công tác mệt mỏi, cảm giác lười biếng)

Khi tôi chẩn đoán bệnh, thường hỏi bệnh nhân chỗ nào khó chịu, rất sợ người bệnh trả lời: “Mệt mỏi toàn thân”. Gặp phải câu trả lời ấy, nói chung là rất đau đầu. Nếu như họ nói được cụ thể “Chỗ này đau, chỗ kia đau” như là dạ dày, lưng, gan, v.v... thì điều trị sẽ dễ, trực tiếp điều trị khu phản xạ liên quan tới chỗ đau là được. Không biết đau ở chỗ nào thì rất khó ứng xử. Nhưng trong cuộc sống hiện thực, số người bệnh nói đau khắp người không phải ít.

Mùa hè thể lực suy nhược, hoặc thân thể mệt mỏi, biểu hiện lười nhác có thể nói chứng trạng gần giống với đau mỏi. Không chỉ mùa hè, mà trong cả năm, người mắc bệnh mệt mỏi, toàn thân đau nhức luôn luôn không ngớt.

Chứng trạng đau mỏi, người khác nhìn chỉ cảm thấy lười biếng người đau cảm thấy rất khổ, không hẳn đau ở chỗ nào, mà bản thân cảm thấy không có bệnh, cuối cùng miễn cưỡng làm việc. Cô gái đẹp lê bước trên đường, mới ngoài hai mươi tuổi, cô đến khám bệnh chỗ tôi, cô làm việc thiết kế kính mắt, không chỉ lo kính mình thiết kế ra có bán được không, còn phải tiếp khách hàng, chạy chỗ này chỗ khác, nêu ý kiến này, góp ý kiến khác, công việc rất vui, chẳng thấy mệt tí nào. Nhưng gần đây, mỗi khi ngủ dậy như bị cái chăn cuốn trở lại, ngủ mê mệt. Tuy công việc quan trọng nhưng không cách nào đi nhanh, không vui vẻ như trước nữa. Dù đã ngủ, vẫn không giảm bớt mệt mỏi, toàn thân rã rời. Những chứng trạng này là chứng trạng điển hình cho thân thể đau mỏi.

Tôi không hỏi kỹ nguyên nhân của cô như là đã gặp đối thủ trong công tác, hoặc là tình nhân bỏ rơi, hoặc là tác phẩm không được đánh giá cao, v.v.. mà làm cho tinh thần, thái độ công tác tích cực trước kia xẹp xuống; hay tự nhiên, cảm giác mệt mỏi tích lũy từ trước bỗng tuôn ra.

Khi có cảm giác mệt mỏi toàn thân thì phải chăm lo kích thích khu thận phụ, khu thận, khu gan, khu chòm thần kinh thái dương của hai bàn tay, quan trọng là phải làm các cơ quan nội tạng sống động trở lại, thì phải day nắn “khu đầu” ở đầu ngón cái.



Hình 60

Khu đầu là khu phản xạ liên quan tới thùy thể của não, nếu được kích thích sẽ làm tăng phân tiết hooc-môn, chỉ cần cơ thể phân tiết hooc-môn bình thường thì sẽ khỏe mạnh và cảm giác mệt mỏi kia cũng tan biến hết.

Huyệt đặc biệt hiệu quả nhất là khu chòm thần kinh thái dương ở hai tay. Khi làm việc cảm thấy mệt

mỏi khắp người, nên tranh thủ xoa bóp. Hình 60

20. Khu thận (ăn không ngon, chán ăn)

Muốn chữa chứng trạng ăn không ngon, dùng cách xoa bóp tay là cực kỳ hiệu nghiệm, phải biết cách dùng thỏa đáng. Nhưng ăn không ngon có ngàn vạn lý do, phương pháp điều trị cũng khác nhau.

Nguyên nhân ăn không ngon, chủ yếu là khi cơ năng dạ dày và ruột suy nhược, sinh ra bí đại tiện (coi như là ruột suy nhược) và do thất tình mà thần kinh căng thẳng gây nên. Gần đây xuất hiện chứng trạng ăn không ngon - chán ăn do thần kinh gây nên ngày càng nhiều.

Do trách nhiệm với công tác và sức ép lớn, giới đàn bà không ăn được hầu như tăng lên, đó cũng là bệnh trạng của thần kinh. Phải tìm nguyên nhân để có cách điều trị. Nếu do bí đại tiện mà gây ra ăn không ngon, xin tham khảo ở mục bí đại tiện thì sẽ sớm khôi phục bình thường. Nếu do thất tình mà dẫn đến ăn không ngon, xoa bóp hai tay làm cho phó thần kinh giao cảm hưng phấn đương nhiên sẽ hiệu quả. Nhưng nếu mua một vài món ăn giá cao dùng cho du lịch, giải trừ áp lực, phương pháp tác chiến theo tâm lý có thể cũng hiệu quả.

Cũng vậy, chứng chán ăn mang tính chất thần kinh thì càng cần phải xoa bóp theo khu vực.

Có một cô gái trẻ giữ chức chủ nhiệm xí nghiệp thương phẩm của công ty bách hóa. “Còn trẻ thế này đã đảm nhận công tác quản lý, trách nhiệm hẳn nặng lắm”.

“Đúng thế. Thường lo thương phẩm của xí nghiệp mình tiêu thụ có tốt không? Lúc nào thần kinh cũng căng thẳng, luôn lo cạnh tranh, bây giờ đi phố cũng không được thoải mái như trước nữa. Trong lòng luôn nghĩ đến, chỗ nào sẽ xuất hiện sóng ngầm trong công tác”. Cuộc sống căng thẳng như vậy, chỉ được thời gian đầu là có thú vui, bắt đầu từ năm thứ hai đến năm thứ ba, thường phát hiện có cảm giác ăn không ngon, không muốn ăn.

“Sợ không đứng vững nên phải miễn cưỡng ăn chút ít, lúc này tình hình chán ăn càng nghiêm trọng hơn, thậm chí cái nhẫn đeo cũng muốn rơi ra, người

gây như con mắ*m*”. Cô nói với tôi như vậy, bây giờ rất muốn trở về trạng thái vui mà ăn.

Nữ giới xông xáo trong thiên hạ, ngày càng có nhiều người có chí hướng muốn leo cao và thực tế nữ giới chịu khổ về chứng trạng thần kinh này ngày càng nhiều. Nếu có thể giảm nhẹ những áp lực này, xoa bóp bàn tay chậm rãi, có thể giải trừ được gánh nặng về tâm lý.

Lấy “khu thận”, “khu thận phụ” ở gần giữa lòng bàn tay và “khu tuyến giáp trạng” ở gần gốc ngón cái, xoa bóp nhẹ nhàng là được, mỗi ngày 5 - 10 phút xoa bóp, có thể làm ổn định thần kinh, sau khi thần kinh ổn định thì ham muốn ăn uống sẽ trở lại.

Đàn bà mắc chứng chán ăn, dùng phương pháp này cũng có hiệu quả.

Nếu do thần kinh mà ăn uống không ngon miệng, bản thân mình có thể tự điều trị lấy, nhưng nếu do nguyên nhân khác mà được người bạn trai mình yêu thích xoa nắn thì hiệu quả càng cao.



Hình 61

Có một nguyên nhân làm ăn không ngon là cơ năng dạ dày và ruột suy yếu. Lúc này, chầm chậm kích thích “khu mắt” ở dưới ngón trỏ và “khu tiêu hóa” ở dưới ngón cái, đồng thời kích thích thêm “khu gan” ở bàn tay phải là được, trường hợp này nếu xoa nắn quá mạnh dễ tạo nên hiệu quả trái ngược. Phải xoa nắn nhẹ, từ từ mới làm cho cơ năng hồi phục

Theo nguyên nhân khác nhau mà dùng phương pháp khác nhau, nếu nguyên nhân là do sức ép và lo lắng gây nên thì kích thích khu thận, khu thận phụ. Nếu dạ dày, ruột suy yếu thì lấy khu tiêu hóa làm trung tâm để kích thích. Hình 61

21. Khu thận (rụng tóc, sớm bạc tóc)

Trước đây, chỉ cần quan sát tóc trên đầu, có thể biết được tuổi tác của người ấy. “Tóc lốm đốm bạc, có lẽ người ấy chừng 40 tuổi”. “Tóc ở trước trán đã thưa, ăn mặc trang điểm còn có vẻ trẻ, nhưng tuổi không ít nữa”. Cứ nhìn tóc mà phán đoán như vậy.

Nhưng gần đây, tóc giả tóc thật lẫn lộn, kỹ thuật cấy lông mi cũng tiến bộ khác nhiều, con người được trang điểm trông rất trẻ nên khó lòng phán đoán được tuổi tác của họ. Hơn nữa, gần đây do nguyên nhân ăn uống, dù là người trẻ vẫn có thể mọc tóc bạc. Người mới chỉ hai mươi mấy tuổi mà tóc đã bạc không phải là ít.

Đau đầu về tóc bạc, đàn ông cũng chẳng khác gì đàn bà. Nhưng với đàn ông thì nói, nỗi lo về hói đầu lại mạnh hơn.

Có một anh lái xe công trình còn trẻ tuổi, đến bệnh viện của tôi chữa bệnh đau lưng, mới 30 tuổi đầu mà tóc đã bạc trắng 1/3.

Tôi khuyên: mỗi ngày anh để ra 15 - 20 phút, tự mình tiến hành cách xoa bóp tay, thử xem kết quả ra sao. Dù là rụng tóc hay tóc bạc đều có quan hệ rất lớn với sự suy thoái của thận và thận phụ. Có chuyên gia cho rằng, chỉ cần cơ năng của thận không có tật bệnh gì thì sẽ không hói đầu cũng như không tóc bạc.

Vì vậy không ngừng xoa bóp khu thận và khu thận phụ ở phần trung tâm lòng bàn tay trong nhiều ngày sẽ có hiệu quả. Dựa vào kích thích những khu phản xạ này, có thể làm cho tạng thận và tạng thận phụ bị suy thoái hồi phục trở lại, tóc cũng sẽ trở lại mượt mà.

Người có nhiều tóc bạc, là do hệ thống thận suy nhược gây nên, dù cho không phải chữa tóc bạc, kiên trì điều trị khu vực này vẫn vô cùng quan trọng.

“Cong ngón tay lại, ấn móng tay xuống quả là hay!”. Phương pháp này là phương pháp phụ trợ cho phương pháp xoa bóp tay nói ở trên. Để làm cho thần kinh ở đầu ngón tay sống lại.

Ngoài ra, tôi đề nghị anh ta ăn uống phải điều độ, ăn nhiều đậu đen, côn bố, bắp cải, rong biển, vừng, v.v...

Hơn 2 tháng sau, anh lái xe này lại đến chữa tiếp bệnh đau lưng. Anh chỉ vào bộ tóc của mình, nói với giọng đặc ý: “Thầy xem như thế nào? Tóc trắng của tôi có giảm đi không? Tôi đã quên mất lời đề nghị của mình với anh ta, giờ nhìn kỹ lại, thấy số tóc bạc đã giảm đi nhiều. Đúng là mỗi ngày dùng 15 - 20 phút, liên tục xoa bóp ở tay không gián đoạn, đã có hiệu quả thiết thực.

22. Khu tuyến giáp trạng (căng thẳng, tức giận, không yên)

Giao thông bị tắc kéo dài mấy cây số, xe chỉ có thể chạy chậm như rùa, người lái xe mệt mỏi và do thời tiết nóng nực, bức bối không yên, bắt đầu cãi nhau. Trong xã hội hiện đại, nguyên nhân gây nên bức tức rất nhiều.

Gọi là “bức tức” không giống như bệnh nội tạng, không có nguyên nhân định sẵn. Chỉ là biểu hiện dang-

cao sức ép tinh thần hoặc trạng thái thần kinh cực đoan không yên mà thôi.

Nếu như loại bỏ được nguyên nhân nóng nảy thì có thể chữa khỏi chứng trạng này. Vì vậy, số người cho rằng giận dữ là nguy hiểm không nhiều. Nhưng nếu suy xét thấy giận dữ đột nhiên dâng cao, có thể bột phát gây nên giết người, thế thì tốt nhất nên tìm cách ức chế cơn giận là tốt nhất. “Vì một chuyện nhỏ mà nổi giận là không được”. Tuy trong đầu óc hiểu rõ lý lẽ như vậy, nhưng nếu “tự mình không khống chế được bản thân” thì quả là đáng sợ.

Có một thanh niên 20 tuổi, do giận dữ đã ẩu đả với một đồng sự mà hằng ngày thường làm anh ta bực tức, đến nhờ tôi giúp đỡ, và nói:

“Ngày thường hề nghe khách hàng kêu ca, tôi phải kiềm chế rất nhiều. Nhưng hôm đó đã phải làm thêm giờ rất là mệt mỏi, cộng với người nhà mắc bệnh nặng, ngủ không đủ, hơn nữa, xe lại bị tắc đường rất lâu, ngay ở trên xe đã nóng nảy không yên, vừa đến công ty đã nghe khách gọi điện thoại kêu ca, thế là nhịn không được, tôi nổi nóng gào thét tát anh ta”.

Nghe anh ta thuật lại, tôi đồng cảm với anh và nói:

“Anh còn trẻ, nhất định từ nay về sau anh phải hành động như thế nào để lấy lại uy tín của mình. Để giữ thần kinh ổn định, anh phải dùng phương pháp xoa bóp tay”. Tôi nói thế và dạy anh cách làm, anh tự làm lấy không cần đến đây điều trị.

Nóng nảy là do thần kinh không ổn định gây nên. Vì vậy, muốn thần kinh ổn định, hằng ngày phải dùng 15 - 20 phút, lấy ngón tay xoa bóp “khu tuyến giáp trạng” ở gần gốc ngón cái và “khu đầu” ở đầu ngón cái là được.

Nếu có lúc nổi giận đặc biệt, phải nhanh chóng dùng ngón cái và ngón trỏ nắm chặt lấy “khu gan” ở bàn tay phải mà xoa bóp mạnh cũng rất tốt.

Người mà cơ năng gan suy thoái, thường có khuynh hướng hay nổi giận. Nếu khi đang làm việc mà có triệu chứng thở không ra hơi, kích thích mạnh vào khu gan là có hiệu quả.

Trước khi hoàn toàn làm hết nóng nảy, phải dùng một số thời gian. Do nổi giận thường hay đến bất ngờ vì vậy nếu xảy ra tình huống này thì trước khi giáp mặt với đối tượng đó hoặc xử lý sự việc, phải dùng đầu ngón tay nắm chặt lấy đầu ngón tay của ngón giữa và ngón út mà xoa bóp thật nhiều.

Nói đúng ra, ở đầu ngón tay có một huyết, nhưng khi bực tức không yên thường tìm không thấy điểm ấy, chỉ bằng cứ nắm lấy đầu ngón tay mà bóp, hiệu quả sẽ nhanh chóng đạt được. Nếu một người hay nổi nóng, nổi giận mà nhờ phương pháp này thì vô cùng tiện lợi. Khi lên cơn nổi



Hình 62

giận, nếu chỉ cố gắng kiềm chế mà thôi, có thể do sức ép mà dẫn tới loét dạ dày; cũng có ảnh hưởng không tốt tới huyết áp và tim. Muốn giữ được tâm bình khí tĩnh rất là khó khăn, vậy thì lúc nổi cơn giận sao không nên xa mọi người, xoa nắn tốt ngón giữa và ngón út, cách làm này rất có hiệu quả.

Lúc ở hội nghị người bạn đồng nghiệp muốn nổi cơn giận hoặc cấp trên sắp nổ xung đột

với đôi phương giao tiếp, nếu muốn giúp họ nhận nải, chỉ bằng nắm lấy đầu ngón giữa và ngón út của họ mà ấn, lúc sau, cơn giận bay đi, thần kinh cũng ổn định.

Khi nóng nảy nghiêm trọng, do không bằng lòng với ai đó mà muốn nổ ra xung đột, cần bình tĩnh xoa nắn khu tuyến giáp trạng, khu đầu ở ngón cái trong vòng một phút. Hình 62

23. Khu lưng, cột sống (cơ bắp và gân bị viêm, đau lưng)

Trước đây nhắc đến đau lưng phải kể là người già, người trung niên. Ngược lại, bây giờ người trẻ béo dần lên, thể lực yếu đi, cơ bắp yếu đi, nếu không chú ý sẽ đau lưng ngay.

Nguyên nhân của đau lưng rất nhiều, bị ngã tổn thương, cột sống biến hình và dị hình, cơ bắp và gân cốt phát viêm, bị cảm mạo hoặc mệt mỏi đều có thể gây nên đau lưng. Ở tuổi trung niên bắt đầu đánh quần vợt, chơi “gôn” thường cũng hay bị đau lưng. Nghe nói đi giày cao gót cũng là một nguyên nhân, ngoài ra, có những lúc đau lưng không rõ nguyên nhân, qua thầy thuốc kiểm tra vẫn không tìm ra bệnh trạng mà người bệnh vẫn kêu đau.

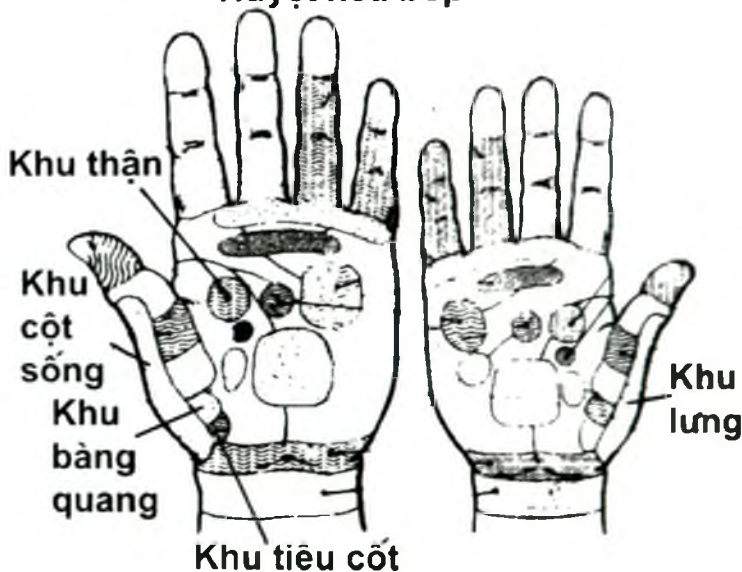
“Tuy không có gì khác lạ nhưng mà vẫn đau thì làm thế nào? Bệnh đau lưng không rõ nguyên nhân, dùng phương pháp điều trị khu phản xạ thường rất có hiệu quả.

Người đau lưng đi lại rất khổ, cho nên tôi đề nghị họ tự mình có thể dùng phương pháp xoa bóp tay để điều trị. Lưng đau, lưng nhức, lưng nặng có thể dùng cách kích thích cạnh ngón cái và gần khu cột sống, khu “tiêu cốt”, khu bàng quang và khu thận. Nhất định phải xoa bóp rất cẩn thận, nói một cách khác, bình thường

nên kích thích “khu thận”, làm cho cơ năng của nó sống động trở lại cũng là cách để phòng đau lưng. Dự phòng đau lưng xảy ra quan trọng hơn là điều trị, vì rằng phần lớn sự đau lưng biến thành mạn tính. Hình 63

Ví dụ có người sau khi nói đau lưng 3 - 4 lần thì nó như là cái duyên nợ không giải được. Tôi nghĩ tốt nhất vẫn là dự phòng xảy ra lần đầu.

Huyệt xoa bóp



Hình 63

Khi bỗng nhiên xảy ra đau lưng, dùng cái kẹp găm quần áo găm vào khu cột sống, khu tiêu cốt, bàng quang, 2 - 3 phút sau có thể hết đau.

Mấy điều cần chú ý dự phòng đau lưng:

** Tư thế lúc nhắc vật nặng*

Dù là vật rất nhẹ, nếu dùng phương thức lưng trống rỗng nhắc lên đều rất nguy hiểm. Phương thức tốt

nhất để nhắc đồ vật mà không đau lưng là đứng theo tư thế phục vụ là tốt nhất. Nhất định phải dùng một đầu gối để đỡ, sau khi sống lưng duỗi dài, đứng dậy từ từ, cột sống gập cong, nhắc đồ vật theo phương thức lưng trống rỗng rất không tốt.

- *Không được đột nhiên vận động mạnh.*

- *Đừng để lưng chịu lạnh, mệt mỏi quá sức.*

- *Hàng ngày nên làm một số vận động nhẹ.*

Cần chú ý những điều nói trên và giữ ý để phòng.

Nhiều người sau khi uống rượu, sang ngày thứ hai bỗng nhiên cảm thấy đau lưng, có thể do chất cồn làm cho cơ thể mất cân bằng. Vì vậy, cần chú ý ngày thứ hai sau khi uống rượu.

24. Khu cổ, khu bộ phận sinh dục (đầu hôn não trương, sinh hoạt tình dục không vừa ý)

Lúc nào cũng cảm giác đầu hôn mê đi, không dễ chịu. Cũng không phải là thân thể không khỏe mạnh, mà không thể nào tập trung suy nghĩ, tinh thần phân tán, dù làm việc gì cũng thiếu sự tập trung.

Tình trạng này không liên quan gì tới tuổi tác, trong cuộc sống hiện đại con người hay mắc.

Xoa bóp tỉ mỉ khu vai ở lòng bàn tay và mu bàn tay, và khu cổ ở gần gốc bàn tay, khu bộ phận sinh dục ở gần cườm tay. Phương pháp này có hiệu quả giống như



Hình 64

xoa bóp khu đầu, không chỉ đầu óc tỉnh táo ra mà sức chú ý còn được tập trung sự chú ý vào công việc định làm. H.64

25. Khu thận, khu bộ phận sinh dục (cảm giác căng thẳng)

Đang vào mùa thi năm nay, cô con gái nhà hàng xóm bỗng chạy đến nói với tôi: “Thầy ơi, nghe nói những bệnh mà các thầy thuốc khác không chữa được, thầy có thể chữa được, có thật không? Nếu đúng thế, nhờ thầy chữa giúp cho anh bạn cháu!”.

Nhìn điệu bộ chân thành của cô bé, tôi quyết định lắng nghe rõ nguyên nhân.

“Anh bạn trai của cháu hay bị căng thẳng, thành tích ở trường luôn rất tốt, nhưng đến khi thi lại vô cùng căng thẳng”. Nghe nói cậu này đã thi 2 năm rồi, cô gái này học dưới anh ta một lớp, bây giờ đã là sinh viên đại học năm thứ nhất. “Dù thế nào, hy vọng năm nay sẽ thi đỗ”.

Khi anh dự thi lần thứ nhất, do tâm tính không ổn định, trả lời sai đề thi nên bị hỏng. Khi thi lần thứ hai, do quá căng thẳng, tâm tính rất bức xúc.

Tôi nghĩ cách tốt nhất là dạy cậu ta phương pháp điều trị bằng xoa bóp tay để giảm bớt căng thẳng, ổn định tâm tính.

“Tôi nghĩ, dạy anh làm là tốt hơn cả. Vì rằng bản thân tự mình làm thì rất chuẩn, hơn nữa, không phải đến ngày thi mới thực hành”.

Tôi vừa nói, vừa cầm lấy tay cậu ta, làm mẫu về cách xoa bóp cho cậu ta xem. Nhìn nét mặt cậu ta, tôi biết cậu đang rất căng thẳng.

Ngoài dạy cách xoa bóp ra, còn phải làm ám thị cho cậu ta “như thế nào thì có hiệu quả hơn”. Thế là tôi cho

cậu ta xem bản đồ cơ thể và bản đồ kinh lạc, nói rõ cho cậu ta hiểu cách điều trị khu phản xạ như thế nào thì hiệu quả. Tôi cũng nói rõ cho cậu ta nghe câu chuyện do đâu mà bác sĩ Fu-xu-chê-lan từ bàn tay người đàn bà mang thai mà sáng tạo ra cách điều trị khu phản xạ.

Một người bệnh hoạn như cậu ta, chỉ nói xoa bóp để điều trị sẽ không có hiệu quả rõ rệt. Do đó, tôi đã dạy cậu ta phương pháp thao tác thực tế.

Khi muốn làm cho mất căng thẳng, có thể kích thích “khu thận”, khu tiêu hóa (dạ dày) và khu bộ phận sinh dục. Khi xoa nắn, đầu ngón tay dùng sức càng mạnh càng tốt, vì rằng khi căng thẳng, dạ dày chịu ảnh hưởng và bộc lộ ngay, cho nên quan trọng nhất là phải giảm căng thẳng ở khu dạ dày trước.

Khi con người ta chìm trong hạnh phúc, dĩ nhiên sẽ không căng thẳng, vì vậy cần thận xoa nắn “khu bộ phận sinh dục” để cảm nhận hạnh phúc cũng vô cùng hiệu quả. Tôi từ tốn nói với cậu ta những lời như vậy, vừa kích thích tay cậu ta, dần dần cảm giác cơ thể cậu ta thư giãn ra, vai không cương cứng nữa, sắc mặt dần trở về hồng nhuận.

“Đúng thật, tâm tính quả chuyển đổi, tính tình như thế này thì thi không thất bại nữa! Hy vọng sẽ phát huy được thực lực của mình, lần này sẽ không có vấn đề gì”. Cậu ta nắm chặt tay tôi và thành khẩn nói lên những lời như vậy.

Loại người dễ bị căng thẳng, giữa giờ thi hoặc học bài, mỗi ngày dành ra 3 - 4 phút để kích thích khu phản xạ. Đến đúng ngày thi, lợi dụng lúc ngồi xe hoặc ngồi ở hội trường, tranh thủ xoa bóp tay còn hiệu quả hơn là xem lại lần cuối sách tham khảo.

“Lại dạy cậu thêm một phương pháp nữa, trước khi cầm bút, hai tay nắm chặt lại với nhau, nhất định sẽ rất khỏe khoắn”.

Đó cũng là phương pháp mà người biểu diễn hay dùng trên sân khấu, vận dụng phương pháp này cũng giúp cho tâm tính ổn định. Cả tôi và cậu ta cùng lên tiếng: năm nay nhất định không có vấn đề gì.



Hình 65

Cuộc thi lần thứ ba của cậu ta rất thành công, sau đó hai người đến cảm ơn tôi. Cô bạn gái vui vẻ nói với tôi: “Cháu cứ phải dặn đi dặn lại anh ấy, trước khi viết đáp án, không được quên nắm chặt hai tay trước”. Tôi nghe nói vậy nên rất an tâm.

Tối trước khi đi thi hoặc đến nơi hò hẹn kích thích nhẹ ba khu phản xạ trên tay, mỗi khu 3 phút. Ngày đó phải xoa ấn mạnh khu thân, khu bộ phận sinh dục, mỗi khu 2 phút. Hình 65

26. Khu bộ phận sinh dục, khu đầu (tăng cường sinh lực)

Năng lực tình dục của một con người mà nói, chênh lệch nhau khá lớn. Có người đến 50 - 60 tuổi vẫn kết hôn với con gái trẻ, nhưng có người mới ở tuổi trung niên tình lực đã suy thoái.

Khi nam giới bắt đầu cảm thấy tình lực giảm sút thì mức độ kinh ngạc trong lòng nữ giới không thể tưởng

tượng hết được. Nghe nói khi triệu chứng lão hóa xuất hiện, dù là có hành vi tình dục theo ý muốn hay không hoặc là không kể gì về tuổi tác, nam giới vẫn cho rằng “đã là nam giới thì phải có năng lực tình dục”. Nhìn xưa nay thì thấy, người có tình dục mạnh mẽ thì nhiệt tình công tác quả là cao. Tinh lực và sức sống đi liền với nhau.

Cho nên, sau khi vào tuổi trung niên, tinh lực giảm sút là lẽ đương nhiên. Qua nhiều năm công tác mệt mỏi, căng thẳng, ảnh hưởng tới gan và dạ dày.

Loại suy thoái tinh lực tự nhiên này, tốt nhất không để diễn biến thành tính chất thần kinh. Hút ít thuốc, uống ít rượu, đừng bắt gan và dạ dày phải gánh nặng, chuyên tâm an dưỡng, điều chỉnh tình hình sức khỏe và xoa bóp tay để chữa bệnh, có thể làm cho tinh lực tăng lên. Ở chương 1 đã nêu lên ví dụ, ông bạn muốn tăng cường tinh lực đã thực hành phương pháp xoa bóp tay, kết quả vô cùng hiệu nghiệm, tin rằng mọi người đều còn nhớ.

Ông ta tuân theo lời đề nghị của tôi, hằng ngày không quên điều trị, siêng năng rèn luyện ngón út. Kết quả biến một người đã 50 tuổi thành người rất có tinh thần, khác hẳn với lúc đầu tinh thần sa sút, buồn rười rượi. Dùng đầu ngón tay ấn, xoa nắn khu thận, khu bộ phận sinh dục của bàn tay và khu đầu ở ngón cái, hằng ngày dùng 15 - 20 phút, liên tục xoa nắn, tinh lực nhất định sẽ được tăng cường. Dĩ nhiên, không được coi thường khu tai (bộ phận sinh dục) của ngón út. Ngón út có quan hệ mật thiết với tinh lực. Nghe nói nếu người nào bị cắt mất ngón út thì tinh lực bị giảm sút rất rõ. Không ngừng xoa nắn ngón út hoặc dùng đầu ngón tay nắm chặt để xoa bóp cũng được. Cũng có thể hằng ngày

đi xe buýt, cho ngón út ngoắc vào vòng đeo của xe, khi mệt rồi thì thay đổi ngón khác, sau đó lại dùng ngón út; dùng phương thức này để rèn luyện ngón út của hai tay, khi giờ sách nên dùng ngón út, từng sự cố gắng nhỏ nhất đều đem lại hiệu quả.



Hình 66

“Hàng ngày dùng 15 phút, khó khăn lắm sao?”

Nếu muốn tăng thêm tinh lực, tốt nhất không nên ăn nhiều thịt, nên ăn rau là chính, thỉnh thoảng lại thay đổi điều chỉnh món ăn, đồng thời lại thực hành xoa bóp tay theo điều trị bệnh lý, sẽ không xảy ra suy thoái tinh lực.

Khi cảm thấy tinh lực suy thoái, mỗi ngày dùng 15

phút kích thích mạnh khu thân, khu bộ phận sinh dục, khu tai. Hình 66

27. Khu bộ phận sinh dục (lãnh cảm giới tính)

Nữ giới nhiều người buồn chán vì lãnh cảm tình dục mà người khác không hiểu cho.

Mắc lãnh cảm tình dục thường do có thiên kiến về tình dục hoặc do không cảm thấy khoái lạc mà sinh ra.

Các chuyên gia đã từng báo cáo rằng, quan hệ đi lại với người bạn tình cũng là một yếu tố rất lớn. Thường ngày không vừa ý với chồng hoặc với người tình, thường dùng thân thể thay lời nói, tức là mượn hình thức lãnh cảm tình dục biểu hiện ra.

Qua kinh nghiệm điều trị nhiều ca bệnh, tôi cảm thấy nữ giới mắc lãnh cảm tình dục phần lớn mắc phải hàn chứng. Ít nhất có thể nói như thế này, nữ giới mắc hàn chứng thì độ nhạy cảm tình dục không cao.

Theo thống kê, có nhiều đàn bà bị hàn chứng quấy rầy. Nói như thế có nghĩa là, nửa số phụ nữ ấy có độ nhạy cảm tình dục phân đôi, hình như có hình như không. Để giải quyết vấn đề này, chi bằng dùng cách chữa hàn chứng là thực tế hơn.

Có một bà tuổi trung niên đến khám bệnh, bà mắc phải hàn chứng đã 2 - 3 năm, có lúc chứng này biểu hiện tay lạnh chân lạnh, mùa đông phải mặc mấy tầng quần áo. Nghe bà nói mục đích là đến chữa hàn chứng, nhưng ý trí có lẽ lại không phải như vậy.

Tôi quan sát tỉ mỉ, hỏi nhiều góc cạnh, cuối cùng hiểu rõ chồng muốn ruồng bỏ, nên mong muốn được chữa lãnh cảm tình dục. Dù như thế nào, rõ ràng tình cảm giữa hai vợ chồng là không gắn bó.

Chữa thể chất hàn chứng, tình hình sẽ được cải thiện. Để bà đến đây điều trị quả có khó khăn, thế là tôi hướng dẫn để bà có thể tự mình tiến hành phương pháp chữa bệnh bằng xoa bóp tay.

“Nếu chữa khỏi hàn chứng thì lãnh cảm tình dục cũng khỏi hẳn. Đã nhiều người làm như thế rồi chẳng? Thế thì tôi sẽ làm thử”. Bà vừa nói vừa hăng hái học tập phương pháp xoa bóp, ra về lòng tràn trề hy vọng.

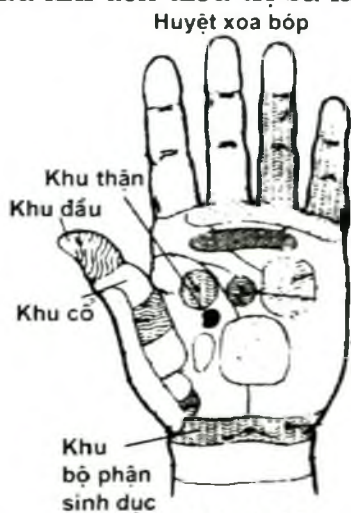
Phương pháp kích thích chữa lãnh cảm tình dục đại thể giống nhau. Điểm chính để kích thích là khu đầu, khu cổ của ngón cái hai tay và khu bộ phận sinh dục ở gần cườm tay, kích thích chậm chậm và nhẹ nhàng, mỗi ngày chừng 15 - 20 phút. Đặc biệt là khu thùy thể ở dưới

não thuộc khu đầu, nó chủ quản hooc-môn phân tiết, nhất định phải lấy đó làm trung tâm xoa bóp.

Phần lớn những người mắc hàn chứng, cơ năng của tạng gan, thận, tủy của họ đều không khỏe lắm. Vì vậy nếu đồng thời cùng xoa bóp “khu thận” ở gần trung tâm bàn tay và “khu gan” ở bàn tay phải thì hiệu quả càng tốt. Nếu cảm thấy xoa bóp quá phiền phức, cũng có thể dùng kẹp găm áo thay thế. Hình 67

Trong việc chữa chứng hàn, còn nên rửa chân nước nóng lạnh. Trước khi ngủ, nhét lá ngải vào tất ở đầu ngón chân cũng rất quan trọng.

Gọi là rửa nóng lạnh, tức là dùng nước nóng và nước lạnh thay nhau ngâm chân, làm thế để huyết dịch lưu thông tốt. Hơn nữa ăn chất dầu, chất muối đều có tác dụng làm mát thân thể, khi dùng cần đặc biệt chú ý. Bà trung niên ấy sau khi đến điều trị ba lần, do đường quá xa nên không đến



Hình 67

bệnh viện nữa. Không biết bà ta có tự mình tiếp tục tiến hành phương pháp xoa bóp tay không? Qua hai tháng, công ty bách hóa gửi đến một hộp trái cây đất tiền. Lúc đó tôi đã quên câu chuyện cũ, bỗng nhiên nhận được lễ vật cảm ơn quý trọng. Tôi cảm nhận thấy bà ta cùng chồng vui mừng biết chừng nào!

Lãnh cảm tình dục và chứng băng lạnh có quan hệ mật thiết với nhau. Hai điểm

kích thích đều ở khu bộ phận sinh dục. Nghiêm cấm kích thích mạnh mẽ, phải dùng sức nhẹ yếu, xoa bóp cẩn thận.

VIII

PHƯƠNG PHÁP KÍCH THÍCH CHÙM THẦN KINH CHỮA ĐAU ĐỚN

CHỮA ĐAU ĐẦU, ĐAU RĂNG,
HO, CHẢY MÁU MŨI, BUỒN LỘM

1. Khu hoành cách mô (nắc)

Người ta thường nói “Đánh rắm, mọc nhọt không chọn nơi nào cả”. Chẳng kể thời gian và địa điểm, cứ bỗng nhiên là đánh rắm ra.

Khi người ta đang căng thẳng, bụng bỗng nhiên sôi lên, bắn pháo đì đôm không ngừng. Khi xem phim hoặc vào hội trường yên tĩnh, họng bỗng nhiên bị ngứa, bắt đầu ho lên, chuyện đó vẫn thường xảy ra.

Nắc, cũng là chuyện làm người ta đau đầu.

Trong bữa tiệc chính thức hoặc trong bữa tiệc thân mật, sau khi nuốt một miếng thức ăn, bỗng nhiên bắt đầu nắc lên. Lúc này vội uống nước để nó ngừng nắc, kết quả ngược lại càng xấu hơn. Nắc không phải là một tật kỳ lạ, chỉ là khi gặp tình huống này, đương sự cảm thấy không dễ chịu chút nào.

Phương pháp xoa bóp tay chữa bệnh ngăn nắc vô cùng hiệu nghiệm. Nói đến cách điều trị này, tôi bỗng nhớ tới một cô tiểu thư nhờ phúc có phương pháp chữa trị này mà lấy được ông chồng danh giá.

Lúc đầu tôi chưa gặp cô tiểu thư này. Chẳng là khi ông cô ta đến chỗ tôi chữa bệnh, có một lần vừa bước vào cửa là cụ nắc liên tục, thế là tôi phải nhẹ ấn vào tay cụ, để cụ khỏi nắc. Cụ về nhà đem phương pháp này dạy cho cháu gái, cô này làm thư ký giám đốc của một xí nghiệp.

Có một lần, công ty mở tiệc chiêu đãi khách hàng, cô tiểu thư này làm công việc tiếp tân, điều khiển cả cuộc yến tiệc. Khi vừa bắt đầu, có một vị ngồi ở ghế khách quý, đó là tổng giám đốc một công ty bỗng nhiên nắc lên. Do trong món ăn làm bằng quả và rất ngon miệng, ông ăn hai miếng thành một miếng, ăn liên tục, giống như sắp nghẹn.

Các cô phục vụ vội vàng mang nước đến, vỗ vỗ lưng nhưng không dùng chút nào. Ông tổng giám đốc là người chủ trì, tuổi đã cao, mọi người xung quanh rất lo lắng, không khí bữa tiệc căng thẳng hẳn lên.

Cô tiểu thư bỗng nhiên đi đến bên cạnh tổng giám đốc và nói:

“Xin lỗi là vô cùng thất lễ, nhưng tôi muốn ngài chìa hộ tay ra cho...”. Cô vừa nói vừa cong ngón tay cái lên, dùng sức ấn mạnh “khu hoành cách mô” trên mu bàn tay của tổng giám đốc và khu “chùm thần kinh thái dương” ở lòng bàn tay. Cô nói: “Đây là tôi làm lần đầu, không biết có hiệu quả hay không? Tôi cũng không rõ nữa. Nếu như khỏi nắc, chúng tôi phương pháp ông nội dạy cho tôi là hiệu nghiệm”. Khi cô xoa bấm lòng bàn tay và mu bàn tay của tổng giám đốc xong, tiếng nắc của ông cũng bỗng nhiên dừng lại. Mấy ngày sau, vị tổng giám đốc ấy qua cấp trên của công ty này hỏi cô tiểu thư này cho cháu ông ta.

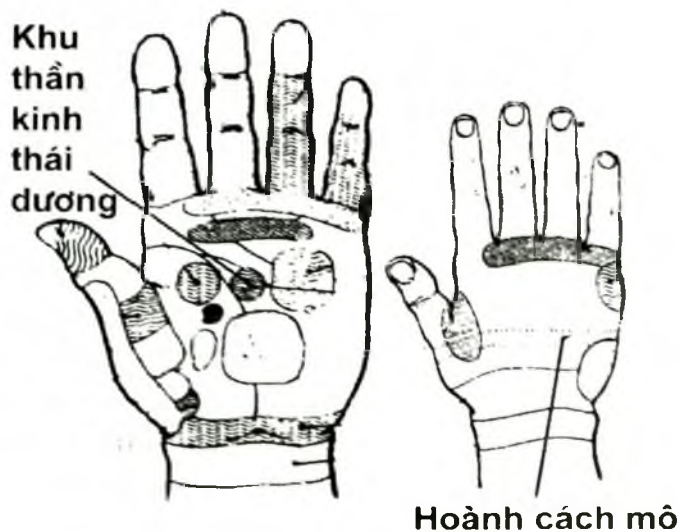
Cô gái này tuy mồ hôi toát ra đầy sống mũi nhưng ra sức ấn nắn bàn tay đầy nếp nhăn của ông. Về nhà ông nói với cháu ông: “Ông có cảm giác cô ta là người ôn hòa” và khuyên cháu ông đến cầu hôn với cô ta.

Nấc chủ yếu là do cơ bắp của hoành cách mô và cơ quan hô hấp co lại bất ngờ mà gây nên. Nó phát ra âm thanh là do đầu cuống họng bị đóng kín, không khí ở phổi muốn tuôn ra mà gây nên.

Ở trường hợp thông thường, bỏ mặc một lúc tự nhiên sẽ khỏi, không có vấn đề gì nghiêm trọng. Nhưng nếu như mặt kết sỏi, viêm phúc mạc mà sau khi phẫu thuật xảy ra và liên tục không ngừng, thì có thể nguy hiểm.

Trong cuộc sống của chúng ta, lưu truyền nhiều phương pháp dân gian chữa nấc. Ví dụ vừa uống nước nguội vừa đếm ngược từ 10 trở xuống, hoặc đột nhiên vỗ vào lưng làm người đó giật mình, còn nhiều phương pháp khác. Nhưng không ai phát hiện phương pháp giản đơn nhất, có hiệu quả nhất lại là phương pháp xoa nắn bàn tay.

Dùng bụng ngón cái day mạnh trung tâm mu bàn tay và “khu hoành cách mô” ở hai tay. Day nắn cả lòng bàn tay và mu bàn tay thì hiệu quả càng lớn. Hình 68



Hình 68

Ở hội nghị, trong yến tiệc, khi khảo sát trực tiếp bỗng nhiên nổi cơn nấc, lúc này lập tức xoa ấn khu hoành cách mô là không có chuyện gì nữa, bí quyết là phải ấn mạnh.

2. Khu tai khu cổ (say thuyền, say xe, buồn lợm muốn nôn)

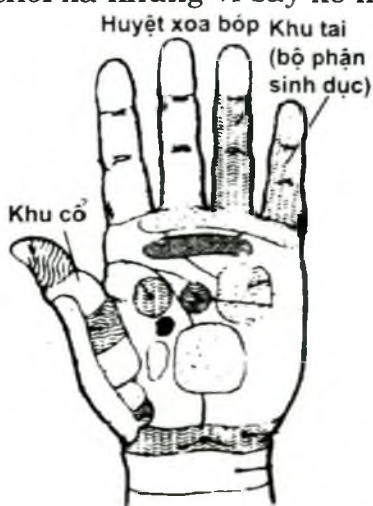
Thời nay, do giao thông phát đạt, từ nhỏ đã thường xuyên ngồi xe nhưng số người say xe vẫn không ít.

Say xe là chứng thần kinh mất điều hòa, do sự cân bằng trong tai bị phá vỡ gây nên.

Hầu hết mọi người đều có say xe, say thuyền một lần. Có người ngồi xe không việc gì nhưng ngồi thuyền lại không được; có người ngồi trên xe công cộng đọc sách thì say xe; có người bình thường rất khỏe tối hôm trước không ngủ đủ hôm sau đi xe thì say xe. Do điều kiện, tình hình lúc đó mà gây nên say xe. Khi còn nhỏ, mọi người rất muốn đi chơi xa nhưng vì say xe mà mất cả vui, nhiều người đã trải qua bước đường ấy.

Không chỉ là lúc còn nhỏ, mà khi là học sinh lớn, là viên chức nhiều người rất muốn đi du lịch nơi xa nhưng có người vì sợ say xe mà bỏ lỡ cuộc đi.

Nếu dễ bị say xe, trước khi lên xe chừng 30 phút, xoa bóp kỹ ngón út, sẽ đạt được hiệu quả dự phòng. Nhẹ nhàng xoa bóp cườm tay, đeo vào một dây cao su cũng được. Nếu không chuẩn bị gì



Hình 69

trước mà say xe thì kích thích mạnh vào khu tai (bộ phận sinh dục) của ngón út và “khu cổ” của ngón cái.

Người mà cổ cong dễ bị say xe, cho nên lúc thường nên siêng xoa bóp nơi cổ, cũng rất quan trọng.

Khi đi du lịch say xe, thực tế rất khó chịu, dù muốn tạo ra không khí vui tươi cũng không được, nhanh chóng kích thích khu tai (bộ phận sinh dục) khu cổ, có thể khỏi say xe. Hình 69

3. Khu vòm miệng, khu phế quản (đau răng)

Người đã một lần đau răng có kinh nghiệm rồi, nhất định sẽ có một quyết tâm kiên định, về sau sẽ coi trọng giữ gìn răng. Thế đấy, đau răng khổ biết bao nhiêu. Nguyên nhân đau răng phần lớn là do sâu răng, có lúc đau chân răng, có lúc mạch chân răng bị hở mà đau. Nỗi khổ này dùng phương pháp điều trị xoa bóp tay có thể tạm thời giảm đau, tuy cách làm giản đơn nhưng không phải kể lâu dài. Chỉ nên coi nó là cách xử lý cấp cứu khỏi đau còn tốt nhất nên điều trị một cách cơ bản. Coi nó là phương pháp làm khỏi đau nhất thời thì phương pháp điều trị xoa bóp tay có hiệu quả đáng kể.

Có một lần, tôi đang chữa cho một người bệnh, bỗng có một người đàn ông thường đến chữa bệnh gọi điện thoại tới. Anh nói: “Thầy ơi, răng của tôi bỗng nhiên đau dữ lắm, không chịu đựng nổi, nhờ thầy chỉ bảo giúp cho”. Hôm ấy quả không may, anh phải đi dự một hội nghị rất quan trọng, không có thời gian đến khoa răng khám. “Răng đau dữ quá, muốn khóc không khóc được, nếu có 1 - 2 giờ yên ổn là được”. Tiếng anh nói vô cùng thê thảm. Khi thân thể con người có nhược điểm, thực tại khó lòng đứng vững, tôi hiểu rất rõ nỗi khổ của anh.

Tôi nói trong điện thoại: “Thôi được, theo chỉ dẫn của tôi mà làm”. Tôi bảo anh kích thích mấy khu phản xạ nhằm hạn chế đau răng. “Ở gần chỗ đó, có chỗ nào ấn tay xuống mà đau muốn nhảy cẫng lên không?”

- Có. Đau chỗ gốc ngón cái.

Đó nhất định là chỗ đau, nhất định phải ấn mạnh không ngừng. Trước khi hội nghị họp, nhét vào chỗ đau một viên thuốc nhỏ hoặc một vật gì tương tự, dùng vải dính dính chặt lại. Như vậy, trong thời gian hội nghị sẽ không có vấn đề gì.

Khi đau răng, tìm đến khu phản xạ chỗ đau, không ngừng kích thích mạnh, đại khái chừng 3 phút sẽ hết đau. Hãy nhớ! Phải kích thích mạnh.

Tôi hôm ấy, chàng trai ấy gọi điện đến cảm ơn. Khi hội họp quên cả đau răng, giao thiệp rất tiện lợi, vô cùng phấn khởi. Anh hỏi tôi, tuy chưa cảm thấy đau lại, có cần đến nha khoa kiểm tra không?

Tôi trả lời: “Nên kiểm tra tìm nguyên nhân đau răng,



Hình 70

khu vực chữa đau răng có hiệu quả là khu gần gốc ngón cái và ngón trỏ mu bàn tay, đó là khu khoang miệng, khu phế quản”, theo y học phương Đông là gần huyết hợp cốc. Dùng ngón cái và ngón trỏ hợp sức thật mạnh. Ngoài ra, dùng sức kích thích đầu ngón trỏ, đặc biệt là mu và cạnh ngón thì càng hiệu quả. Ở gốc ngón giữa, gần ngón vô danh rất có nhiều điểm đau. Do ấn bóp ở bộ phận này rất phiền phức, có thể dùng dây hoặc thùng buộc

lại, cũng đạt hiệu quả khả quan. Ở trên đã nhắc đến điểm đau hợp cốt, thông thường là 1 mili, dùng vòng dây chun buộc lại cũng được. Sau 3 phút sẽ khỏi đau. Hình 70

Đau không ngủ được, không chịu được, muốn khỏi đau răng trong chốc lát, chỉ có điều trị khu khoang miệng, khu phế quản. Đó là phương thức xử lý cấp cứu.

4. Khu đầu, khu chòm thần kinh thái dương (đau đầu theo thói quen, đau nửa đầu)

Do cảm mạo mà đau đầu, động mạch xơ cứng mà đau đầu, do phù não mà đau đầu, ngoài nguyên nhân ấy ra, các nguyên nhân khác cũng cần phải biết.

Khi trong người khó chịu, có thể lập tức đau đầu. Ví dụ: răng đau, khi đi giày chật quá gót chân đau, hoặc thời tiết biến đổi cũng làm cho thân thể khó chịu... mọi tình trạng ấy đều có thể dẫn tới đau đầu. Đau đầu cũng thường thấy khi đàn bà có kinh hoặc chuyển đổi lứa tuổi. Ngoài do phù não mà đau đầu ra, các chứng đau đầu không phải là bệnh đặc biệt, chỉ có liên tục đau đầu làm người ta vô cùng khó chịu.

Đau đầu có loại đau đầu theo thói quen và thiên đầu thống. Đau đầu thường đau đi đau lại, tức là nói rất dễ biến thành bệnh mạn tính.

Có một bà chủ gia đình, sau khi sinh đứa con thứ hai, đau đầu liên miên mà không rõ lý do, tình cảm trong gia đình trở nên xấu đi.

“Tôi thường xuyên uống thuốc giảm đau, kết quả thân thể ngày một yếu... thế là tôi nghĩ phương pháp xoa bóp tay có thể giải quyết được”. Bà ta nói như vậy.

Trong khi đang giảng giải, bà bỗng nói: “Đầu của tôi bây giờ rất đau”. Tôi nghe xong, bèn bôi chất kem trơn lên

“khu đầu” ở hai ngón tay cái, đặt hai tay của bà lên đầu gối của tôi, dùng ngón tay kẹp chặt, xoa nắn cẩn thận theo hướng cườm bàn tay. Tiếp đó, dựng ngón cái lên, dùng sức ấn vào khu chòm thần kinh thái dương mấy lần.

Đồng thời dùng sợi chỉ quấn quanh ngón tay cái nhưng không chặt quá. “Chờ một lúc, bà sẽ tự bôi kem trơn vào kẽ các ngón tay, dùng đầu ngón tay kẹp chặt, cọ xát từ từ. Sau 10 phút, tôi hỏi bà: “Đầu còn đau như thế nào?”. “A! Tôi quên mất rồi, đầu không đau nữa”.

Chỉ mấy bước làm như vậy, đã dễ dàng ngăn chặn được đau đầu. Khi bận rộn, không xoa bóp được từ từ, dùng kẹp găng quần áo kẹp đầu ngón tay cái, khu cổ cũng có hiệu quả, nếu cảm thấy hơi chặt càng tốt. Cho đến khi đầu ngón tay tê đi, chuyển sang màu trắng, thì tháo ra một lúc, sau đó lại tiếp tục... như vậy làm đi làm lại mấy lần. Hình 71



Hình 71

Muốn cho hết đau ngay, trọng điểm là phải tăng cường sự kích thích mạnh. Người có bệnh đau đầu mạn tính, thường xuyên đi bộ cũng có hiệu quả lớn. Chất acid có trong người chừng 40% là do bộ phận não tiêu hao hết, cho nên não rất cần chất chua, nếu thiếu chất chua thì sự vận động của dầu óc không đầy đủ. Vì vậy, thường xuyên đi bộ làm cho chất acid được vận chuyển lên não, phải hoạt động nhiều để vận động

của dầu óc sống động trở lại, hít thở sâu cũng rất tốt.

Không được coi thường những chứng bệnh như xơ cứng động mạch, xuất huyết não, u phù não dẫn tới

đau đầu. Nếu đau đầu rất lâu, phải đến thầy thuốc kiểm tra mới an toàn.

Phương pháp chữa đau đầu không giống các kiểu nguyên nhân gây ra đau đầu, nhưng hiệu quả nhất vẫn là cách này. Đầu tiên xoa bóp khu đầu ở ngón cái hai tay, sau đó đến khu chòm thần kinh thái dương, hiệu quả rất tốt.

5. Khu tai (thiếu máu, hoa mắt, choáng váng)

Nhiều cô gái trẻ bị bệnh thiếu máu lại mỗi ngày một nhiều. Những ca bị choáng, bị ngất bất ngờ rất nhiều.

Khi nam giới không nghĩ tới, cũng có thể bị choáng váng, nhưng không hiểu vì sao, trường hợp này lại rất ít. Chẳng lẽ nữ giới chiếm độc quyền về chứng trạng này hay sao?

Bị choáng xảy ra nhiều ở những cô gái trẻ, đại thể do thói quen sinh hoạt không tốt gây nên. Ba bữa ăn không bình thường, không ăn sáng, miễn cưỡng nhịn ăn để giảm béo, đều có thể gây nên thiếu máu. Do thiếu máu mà gây nên choáng, muốn tăng được lượng huyết phải điều trị dài ngày. Nhưng muốn chống choáng tạm thời, trở lại cân bằng vẫn phải dùng phương pháp chữa bệnh bằng xoa bóp tay.

Khu phản xạ điều trị nằm ở “khu tai” và “khu cổ” trên ngón vô danh và hai ngón út, phải kích thích thật mạnh để người bệnh có cảm giác đau. Choáng váng là trạng thái mất cân bằng của cơ thể, tuy do nhiều nguyên nhân nhưng khi bị choáng thì ba nửa ống dẫn hồi quy trong tai cũng khác thường. Chứng hậu của bệnh choáng là limpho trong tai khác thường gây nên.

Vì vậy, trước tiên dùng sức kích thích ngón vô danh và ngón út ở khu phản xạ “tai” thì có thể ngăn

chặn được choáng. Ngoài ra, dùng chỉ hoặc dây buộc chặt lấy khu phản xạ để có cảm giác tê, tạm thời thả lỏng ra, dùng phương pháp này cũng được.

Khi bị choáng kèm theo bị lạnh, ra mồ hôi, tai ù, muồn nôn, tự nhiên giật thót, hẳn có cảm giác nhẹ nhõm, giống như được giải cứu.

Người dễ bị choáng, bình thường ngoài phải vận động ngón vô danh và ngón út ra (khu tai), tốt nhất cũng nên xoa bóp khu gan, khu thận phụ và khu thận ở tay phải.

6. Khu vòm miệng, khu phế quản (ho, hắt hơi, chảy máu mũi, nghẹn)

Chứng trạng bỗng nhiên xuất hiện giống như nấc, buồn lợm, muồn nôn. Ngoài ra còn ho, hắt hơi, nghẹn, chảy máu mũi. Do những tình trạng này đều bỗng nhiên bột phát, vì vậy không có người đến điều trị mà phương pháp điều trị phản xạ về cơ bản phải điều trị lâu dài, những chứng trạng này là chứng trạng lệ ngoại. Nhưng vận nhất những chứng trạng này áp đến đã thành thói quen thì cũng có vài phương pháp phụ trợ, cũng đạt được hiệu quả nhất định.

Ho

Khi ho thở do cảm mạo, chỉ có thể chữa bệnh theo nguyên nhân gây nên, ngoài ra ở họng còn có vật gì chắn tắc và ho mãi không ngừng. Đặc biệt với người già do chất ăn uống và nước bọt nuốt vào dẫn tới họng bị nghẹn, gây nên đau.

Lúc này vỗ nhẹ vào lưng họ. Nếu không khỏi, thì kích thích mạnh khu vòm miệng, khu phế quản của ngón trỏ và ngón cái ở mu bàn tay, dùng sức ấn nhiều lần, và xoa lưng thì sẽ đạt hiệu quả.

Đờm mắc ở trong họng và cảm thấy đau thì cũng có thể kích thích như vậy. Đặt đầu nằm cao lên và nằm ở tư thế thấp, xoa bóp lưng cũng có thể làm cho đờm được thổ ra.

Khi trong họng có vật lạ làm nghẹn tắc mà ho không ngừng có thể áp dụng phương pháp điều trị khu vực để ngăn chặn. Dùng ngón tay kẹp lấy khu vòm miệng, khu phế quản ở giữa ngón cái và ngón trỏ, nhất định sẽ hiệu quả. Hình 72

Hắt hơi

Chứng hắt hơi do nhạy cảm, liên tục không ngừng, tốt nhất là điều trị theo cách chữa viêm mũi nhạy cảm. Nhất định phải kích thích khu xoang mũi ở đầu ngón tay.



Hình 72

Chảy máu mũi

Khi chảy máu mũi phải cho đầu nằm ngửa, cách chữa giống như chữa hắt hơi, bình tĩnh xoa bóp khu xoang mũi thì có thể cầm máu. Nhưng có lúc chảy máu mũi do huyết áp cao, hoặc do gan không lành gây nên. Khi hoài nghi về tình hình chảy máu, tốt nhất nên đến thầy thuốc chuyên khoa khám bệnh. Nếu thường hay chảy máu mũi mà bỏ qua không xử lý thì vô cùng nguy hiểm.

Khi ngồi trên xe mà muốn đi nhà xí

Khi không có nhà xí mà bỗng muốn đi tiểu, đành phải tạm thời chịu đựng, dụng đầu ngón tay lên 3 - 4 lần, có thể tạm thời ức chế được đi tiểu.

7. Khu thận, khu bộ phận sinh dục (tinh lực suy giảm, đột nhiên liệt dương)

Có một người đàn ông bị liệt dương nặng đến xin khám bệnh, anh ta mới có 30 tuổi, là một nhân tài kiệt xuất tốt nghiệp trường đại học công nghiệp. Thân hình to lớn, khuôn mặt tuấn tú, nghe nói cô vợ rất đẹp, có sức hút mê hồn. Nhìn bề ngoài đánh giá, đó là một gia đình vô cùng hạnh phúc.

Nhưng bà vợ anh ta ngoại tình, nghe nói nguyên nhân là do chồng bị liệt dương. Tuy đã hiểu đại khái nội dung bên trong nhưng tôi rất khó nêu lên vấn đề, cuối cùng rồi cũng hiểu, anh ta không phải là liệt dương bẩm sinh. “Lúc đó, lần đầu tiên hướng dẫn cấp dưới đi khai phát sản phẩm mới, phải luôn làm thêm giờ trong nhiều ngày. Hết giờ về nhà, lăn ra ngủ, không còn tí sức lực nào. Vợ rất bức, thường ăn mặc quần áo gợi cảm ngồi ở nhà chờ anh về, nhưng anh nhìn thấy vẫn đứng đưng, vô cảm. Nghe nói xảy ra liệt dương, nguyên nhân không phải do bệnh tật trong nội tạng cơ thể gây nên, hầu như là do nguyên nhân tâm lý. Tình hình này của anh hoàn toàn giống như vậy. Đại thể trước đây tinh lực không dồi dào, lại do công tác nặng nhọc mà vợ thì đòi hỏi tình dục rất dữ, nên bị sức ép về tinh thần, dần dần dẫn tới không còn năng lực tình dục.

Do công năng của thận, bộ phận tiết niệu, bộ phận sinh dục bị suy thoái mà dẫn tới cơ năng tình dục bị suy yếu. Trong y học, gọi trạng thái này là “thận hư”, bất cứ người nào sau tuổi trung niên, do thể lực suy thoái, lại bị bao nhiêu sức ép, rượu và thuốc làm tổn hại thường đều có hiện tượng suy thoái tinh lực. Loại đàn ông này, ngoài phải

suy xét làm thế nào thay đổi tâm tính, còn phải tiến hành điều trị thận hư, sẽ rất có hy vọng khôi phục tình dục.

Tình hình của anh này khác với những cặp vợ chồng thông thường, thiếu sự động viên của vợ ở bên cạnh. Tôi đề nghị anh điều trị một thời gian phối hợp với xoa bóp bằng tay.

Phải xoa bóp đầy đủ “khu thận” và “khu thận phụ” ở hai bàn tay và “khu bộ phận sinh dục” ở gần cườm bàn tay, tâm tính cần thoải mái, hít thở thật sâu, phải mất chừng 15 phút. Đồng thời phải rèn luyện ngón út. Ngón út có quan hệ mật thiết với bộ phận sinh dục, nhờ tăng cường sức mạnh cho ngón tay mà cũng tăng cường được tinh lực. Phải cần mass xoa bóp, chỗ gốc của ngón phải chuyển động nhiều, phải kéo ngón tay. Ngoài ra, như trên đã nói, dùng phương thức ngoắc ngón tay út vào vòng vịn của xe buýt cũng rất có hiệu quả. Hằng ngày anh phải xoa bóp 15 - 20



Hình 73

phút. Tôi dặn dò anh như vậy. Anh trả lời: “Tôi sẽ làm đúng như vậy”. Tôi thấy anh có ý chí kiên cường, nhất định sẽ khắc phục được bệnh liệt dương.

Nguyên nhân liệt dương hầu như do tâm lý. Được vợ và người tình khuyến khích rất là quan trọng nhưng đồng thời phải xoa bóp khu thận, khu thận phụ và khu bộ phận sinh dục chừng 15 phút mỗi ngày. Hình 73

IX

BỆNH TẬT VỚI 6 KINH LẠC LỚN TRÊN BÀN TAY

Trong thế giới bao la, chỉ cần bạn quan sát kỹ và biết tổng hợp phân tích, tổng kết kinh nghiệm thì sẽ thấy sự vật gì cũng đều có quy luật và phương thức vận hành riêng của nó. Ví dụ nói xem tay hỏi bệnh, sớm đã không còn tồn tại màu sắc mê tín nữa mà nó đã là một môn khoa học đáng được coi trọng và nghiên cứu. Xem tay hỏi bệnh có sự khác biệt cơ bản về bản chất với rút thẻ xem quẻ và bát tự đoán mệnh của các thuật sĩ giang hồ. Nếu như nói, có người từ tướng tay của bạn có thể nói thao thao bất tuyệt về những cơ may lắt léo của cuộc đời và những thăng trầm biến ảo thì không thể hoàn toàn tin được, nhưng từ tướng tay xem tình hình sức khỏe của bạn và tiền sử bệnh án hoặc bệnh tình hiện tại, thì đó không phải là mê tín.

Phương pháp chẩn đoán của đông y chủ yếu là dựa vào 4 cách *vọng, vãn, vấn, thiết* để quan sát và tìm hiểu sự biến hóa của bệnh tình. Vận dụng phương pháp xem ngoài đoán trong, nhìn chứng đoán bệnh, lấy cân bằng và biến đổi, rồi kiểm tra những điều đã thấy, quy nạp lại, lấy đó làm căn cứ cho biện chứng, lập pháp và dùng thuốc. Đây là một khâu rất quan trọng trong Trung y biện

chứng luận truyền thống của Trung Quốc. “Vọng” của Trung y là chẩn đoán bằng nhìn, tức là qua thị giác để quan sát tinh thần, sắc mặt hình thái của bệnh nhân biến hóa như thế nào. Trong ngoài cơ thể có quan hệ mật thiết với nhau, có bên trong tất hiện ra bên ngoài, bên trong cơ thể phát sinh bệnh biến tất sẽ phản ánh ra bên ngoài cơ thể, làm cho thần, sắc, hình thái biến hóa khác thường. Cho nên những thầy thuốc Trung y già có kinh nghiệm khi tiếp xúc với bệnh nhân, đầu tiên là vọng chẩn, tức là xem sự biến hóa thần, tình của bệnh nhân, xem biến hóa của rêu lưỡi, xem biến hóa của vân tay, xem biến hóa màu sắc của bàn tay, có lúc vừa xem vừa hỏi, sau đó mới bắt mạch, quy nạp, xem chứng đoán bệnh.

Trong tình huống thông thường, trong cơ thể người phát sinh bệnh biến, có thể phản ánh lên vân tay, khâu bàn tay và trên móng tay. Tại sao lại nói như vậy? Vì rằng trong bàn tay có dây tuyến thần kinh, và từng tuyến thần kinh đi xuyên trong cơ thể, đan xen với nhau đảm nhiệm công năng đưa thông tin cho não. Tuyến thông tin tập trung tạo thành mạng lưới ở bàn tay, cho nên có thể nói bàn tay là cơ cấu bên ngoài của não.

Đầu các ngón tay không chỉ có thần kinh mà còn là khởi điểm của kinh lạc. Kinh lạc và thần kinh trong đầu ngón tay đem tin tức của các tạng truyền về bộ não, thế là não tiếp thu được thông tin gửi về mà biết được tình hình nội tạng. Để thúc đẩy nội tạng hoạt động, để tiếp tế cho nhiều sức sống (tức là bổ sung huyết dịch).

Nội tạng của cơ thể luôn luôn hoạt động không ngừng giây phút nào, dù trong khi ngủ, tim vẫn luôn luôn vận chuyển huyết dịch mà các nội tạng cũng phải tích trữ

tinh lực, chuẩn bị cho ngày mai. Hoạt động của thần kinh tự luật cũng làm theo chỉ thị của não. Thế là bàn tay trở thành trung tâm khống chế, đem thông tin của nội tạng phát ra truyền đạt lại cho não. Cũng vậy, não bộ đem tất cả thông tin liên quan tới các nội tạng phản ứng nguyên bản lên bàn tay. Vì vậy việc bàn tay phản ánh tình hình nội tạng là rõ ràng, không còn nghi ngờ gì nữa. Trong cơ thể con người có 12 kinh lạc (gọi là chính kinh) cùng nối liền với nội tạng và quản lý nguồn năng lượng hoạt động. Trong Trung y học, các tạng gan, tim, tỳ, phế, thận, túi mật, dạ dày, tiểu tràng, đại tràng, bàng quang, tam tiêu được gọi chung là lục phủ ngũ tạng. Ngoài ngũ tạng ra còn có tâm bào lạc, thực tế là có lục phủ ngũ tạng, tức là 12 tạng phủ. Nhưng tâm bào là ngoại vi của tim, có tác dụng bảo vệ tạng tim, bệnh lý biến hóa của nó giống như tim cho nên theo thói quen vẫn gọi là ngũ tạng.

Trong 12 tạng phủ, mỗi tạng phủ đều có một sợi kinh lạc, trong đó có 6 sợi kinh lạc liên quan trực tiếp tới đầu ngón tay. Đó là:

1. Thủ thái âm phế kinh (hình 77)
2. Thủ dương minh đại tràng kinh (hình 78)
3. Thủ thiếu âm tâm kinh (hình 79)
4. Thủ thái dương tiểu tràng kinh (hình 80)
5. Thủ quyết âm tâm bào kinh (hình 81)
6. Thủ thiếu dương tam tiêu kinh (hình 82)

Do hệ thống kinh lạc trong cơ thể luôn tuần hoàn không ngừng, khi một bộ phận, một đốt khớp nào có tật bệnh thì ở vị trí tương ứng trên tay nhất định sẽ xuất hiện tín hiệu bệnh biến. Nhưng tín hiệu bệnh biến này có cái rõ, có cái không rõ, hoặc nói theo cách khác, bệnh

tình nặng thì tín hiệu rõ, bệnh tình nhẹ thì tín hiệu không rõ. Nhưng dù bệnh biến nặng nhẹ, thông thường vẫn không thoát khỏi con mắt đại sư xem tướng tay giàu kinh nghiệm. Có thể căn cứ, sắc da, kinh lạc của các bộ phận ở ngón tay, bàn tay, mu bàn tay, móng tay mà phán đoán phát sinh bệnh gì. Dĩ nhiên chúng ta không thể yêu cầu thầy tướng tay nói đúng trăm phần trăm, ngay cả y học hiện đại có thiết bị chẩn đoán chính xác cũng có lúc vẫn phạm sai lầm.

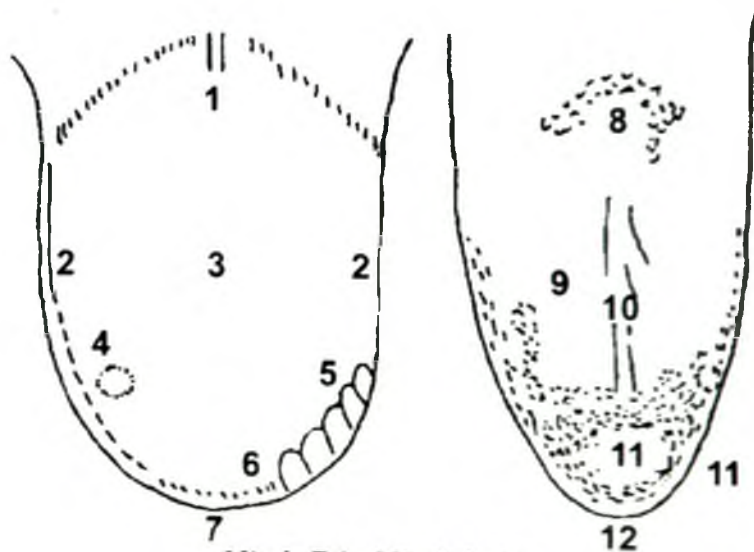
Các bộ phận của cơ thể, hầu như đều liên quan tới lục phủ ngũ tạng, điều này không còn nghi ngờ gì nữa. Kim tinh khâu trên tay liên thông với tạng tim, thủy tinh khâu thông liên với bộ phận sinh dục, mu bàn tay, ngón cái biểu thị hệ thống tim, móng ngón trỏ biểu thị gan, móng ngón vô danh biểu thị hệ thống hô hấp, móng ngón út biểu thị thận mà cả ngón út biểu thị hệ thống sinh dục.

Trên thực tế, trên thân thể người ta, không chỉ tay và lục phủ ngũ tạng có quan hệ đối ứng, mà phổi, lưỡi, tai đều có quan hệ đối ứng cực kỳ mật thiết với lục phủ ngũ tạng. Lưỡi của con người, các bộ phận của nó đều đối ứng riêng với nội tạng. Sách *Thiết giám biện chứng* nói: “Gốc lưỡi chủ thận, đại tràng, giữa lưỡi bên trái chủ dạ dày, bên phải chủ tỳ. Giữa phía đầu lưỡi chủ phổi, đầu lưỡi chủ tim, tâm bào lạc, mép lưỡi trái chủ gan, mép lưỡi phải chủ mật”.H. 74

Chúng ta xem tai người, mỗi bộ phận của tai đều có quan hệ đối ứng với các bộ phận cơ thể. Huyết tai được phân bố theo một quy luật nhất định ở trên tai. Các huyết vị tương ứng trên các bộ phận cơ thể được phân bố ở tai giống như một cái thai đảo ngược. Nói chung, những huyết vị tương ứng với đầu nằm ở dải tai (chia thành 9 khu ở dải

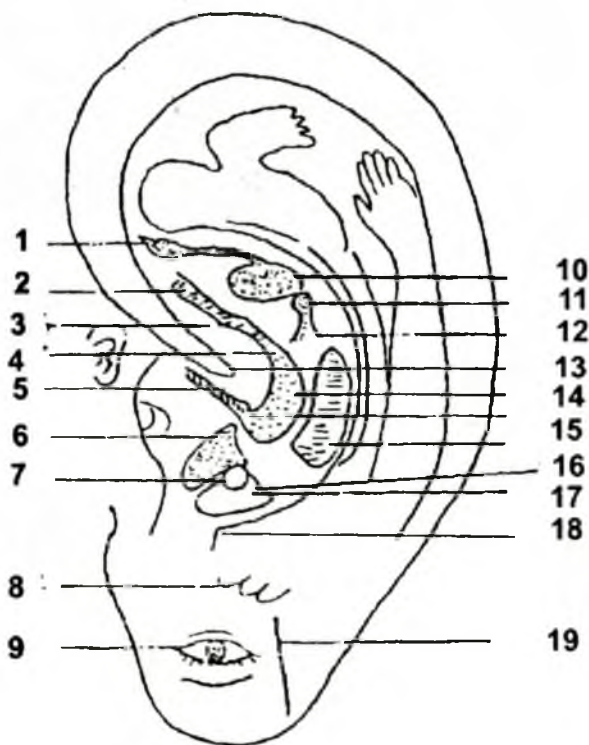
tai, điểm đau răng 1, điểm đau răng 2, hàm trên, hàm dưới, mắt, má, nội nhĩ, hạt amidan cơ bản phân bố ở 9 khu), huyết vị tương ứng với cánh tay ở vành tai (từ vòng tai kết đốt phía trên đến phía bình phong tai chia thành ngón, cổ tay, khuỷu, vai, đốt khớp vai, xương đòn) huyết vị tương ứng với chân ở vành tai trên (ở đùi phân bố ngón, xương ống, đầu gối, mông, thần kinh tọa, giao cảm giữa vành tai phân bố bụng, lồng ngực, cổ, xương sống) những huyết vị tương ứng với nội tạng phần nhiều tập trung ở nhĩ giáp đỉnh và nhĩ giáp khổng như miệng, tim, phổi, khí quản, tam tiêu, trực tràng, niệu đạo, v.v... Hình 75, 76

Tổng hợp những điều nói trên lại, chúng ta hoàn toàn có thể rút ra kết luận, xem tay mà đoán bệnh không phải là không có căn cứ, càng không phải là mê tín mà là một môn khoa học. Nếu mỗi người chúng ta đều nắm được, sẽ giúp chúng ta giữ vững sức khỏe của mình.



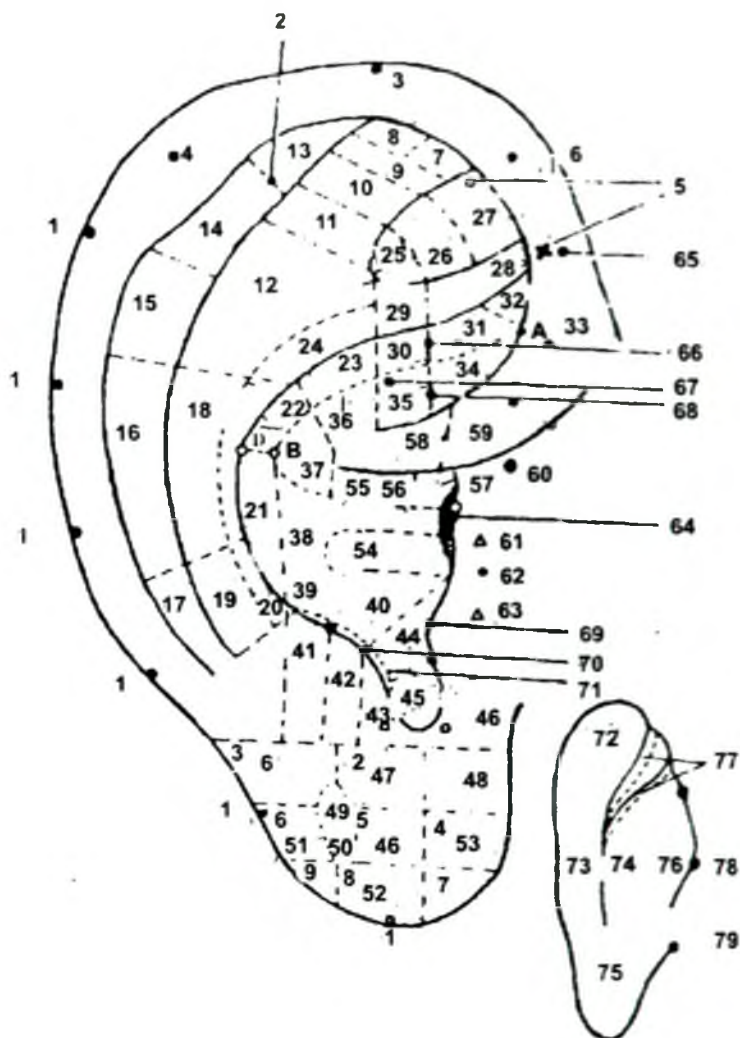
Hình 74: Hình lược

1. Vị; 2. Gan mật; 3. Tì vị; 4. Vết loét; 5. Ấn răng; 6. Tâm phế; 7. Lưỡi to; 8. Manh kích; 9. Dương mai kích; 10. Vết rạn mai rùa; 11. Màu đỏ đậm; 12. Lưỡi nhỏ



Hình 75: Phản xạ tạng phủ phần tai

1. Bàng quang; 2. Đại tràng; 3. Tiểu tràng; 4. Đoạn nối ruột non với dạ dày; 5. Thực quản; 6. Phổi phải; 7. Tim; 8. Ngạc; 9. Mắt; 10. Đả (Mật); 11. Tụy; 12. Cách; 13. Vị (Dạ dày); 14. Thượng vị; 15. Gan phải; 16. Phổi trái; 17. Tì trái; 18. Tầng nhĩ đại não; 19. Đường gấp nếp nhĩ.



Hình 76: Huyệt tai

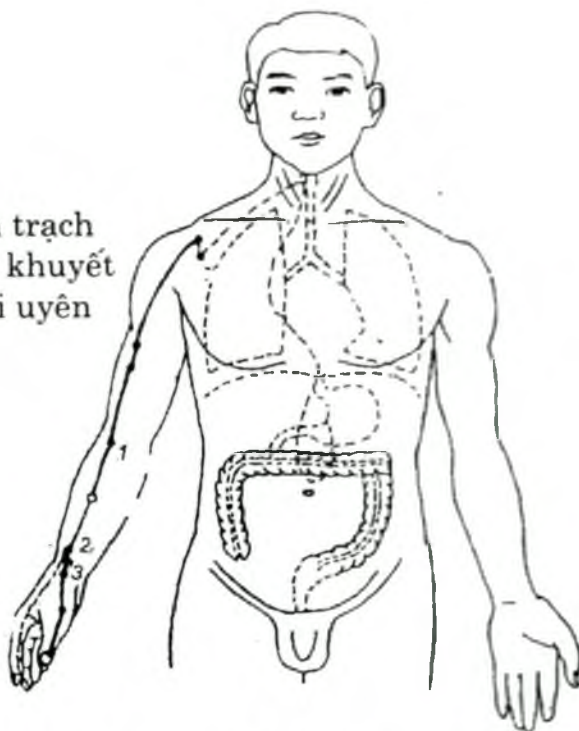
1. Vòng 1, 2,...; 2. Phong khô; 3. Đỉnh tai; 4. Can dương; 5. Giao cảm trên hốc góc; 6. Hậu môn; 7. Gót chân; 8. Ngón chân; 9. Mắt cá; 10. Đầu gối; 11. Xương hông; 12. Đốt sống cùng; 13. Ngón tay; 14. Cổ tay; 15. Khuỷu tay; 16. Vai; 17. Xương khớp; 18. Đốt sống ngực;

19. Đốt sống cổ; 20. Cổ; 21. Tì; 22. Gan; 23. Tuy Mật; 24. Bụng; 25. Thần môn, khoang chậu; 26. Giữa góc; 27. Cơ quan sinh dục trong; 28. Thần kinh xương ngối; 29. Mông; 30. Thận; 31. Bàng quang; 32. Đỉnh giác; 33. Niệu đạo; 34. Đại tràng; 35. Tiểu tràng; 36. Đoạn nối ruột non và dạ dày; 37. Dạ dày; 38. Phổi; 39. Phổi; 40. Duyến trung; 41. Châm; 42. Thóp; 43. Trán; 44. Tam tiêu; 45. Bài tiết trong; 46. Mắt; 47. Lưỡi; 48. Răng; 49. Mặt; 50. Má; 51. Tai trong; 52. Amidan; 53. Thụ thể trước; 54. Tim; 55. Thận; 56. Thực đạo; 57. Miệng; 58. Tai giữa; 59. Trục tràng; 60. Tai ngoài; 61. Họng; 62. Ngoài mũi; 63. Trong mũi; 64. Tắm ngăn nhọn; 69. Tuyến thượng thận; 70. Tắm ngăn nhọn đối; 71. Chất da dưới; 72. Tim; 73. Gan; 74. Tì; 75. Thận; 76. Phổi; 77. Góc tai trên rãnh sau tai; 78. Góc tai mê; 79. Góc dưới tai

Thủ thái âm phế kinh

Khởi đầu từ trung tiêu, đi xuống lạc đại tràng, tuần hoàn lên miệng dạ dày, xuyên qua cách mô, đi vào tạng phế. Lại từ phế đi ngang ra huyết trung phủ, vân môn, men theo cạnh cánh tay đi xuống phía dưới thủ quyết âm tâm bào kinh qua huyết thiên phủ, hiệp bạch đến thẳng huyết xích trạch ở chỗ vân ngang cạnh trong cùi tay, men theo xương trong cánh tay trước qua huyết không tối, liệt khuyết đến thẳng rãnh ngang của thốn khẩu, huyết thái uyên, đi vào phần thủ ngư, men theo mép ngoài qua huyết ngư tế đi vào ngón cái, huyết kinh thiếu thương đến thẳng đầu ngón cái. Chứng hậu bệnh tật chủ yếu gồm ho, thở, ngực đầy chướng, miệng khát, vai lưng đau, viêm họng, tim buồn bực. Xem hình 1

1. Huyết Xích trạch
2. Huyết Liệt khuyết
3. Huyết Thái uyên

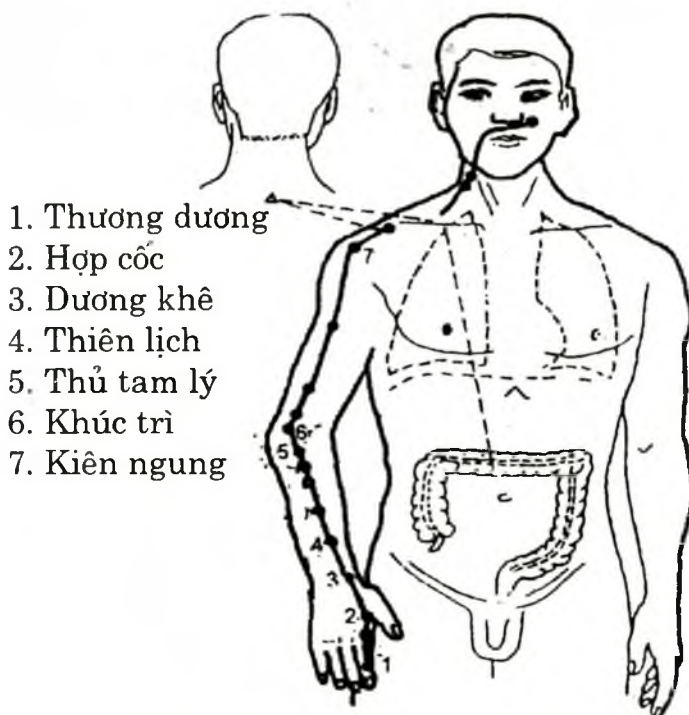


Hình 77 : Thủ thái âm phế kinh

Thủ dương minh đại tràng kinh

Khởi đầu từ huyết thương dương ở đầu ngón tay trỏ, men theo mép xương ngón trỏ đi lên, qua nhị gian, tam gian đến huyết hợp cốc, đến huyết dương khê ở cánh tay men theo phía sau xương cánh tay đi lên phía trên bên ngoài cùi tay, đi lên phía trên nửa cánh tay trên đến huyết vai, đi về phía sau hợp nhau với huyết đại chùy ở đốc mạch, sau đó đi về trước tiến vào khuyết bồn, lại ở phổi, xuống dưới đi qua cách mô, vào đại tràng. Chi mạch của nó đi lên cạnh cổ, qua má, vào hàm răng dưới, lại đi lên kẹp huyết nghinh hương ở lỗ mũi. Chứng hậu bệnh tật

chủ yếu là: đi tả, sôi bụng, đi lỵ, đau răng, mắt vàng, miệng khô, viêm họng, tịt mũi. Xem hình 2.

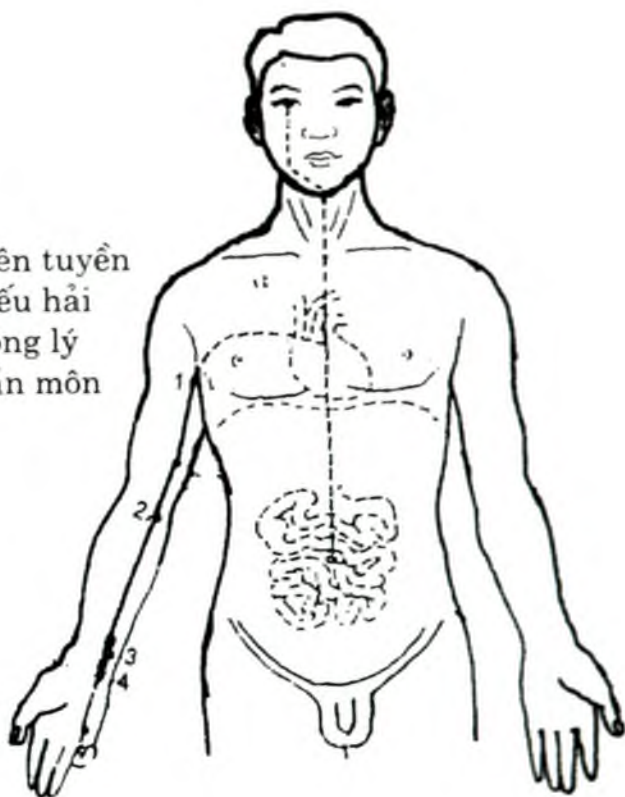


Hình 78: Thủ dương minh đại tràng kinh

Thủ thiếu âm tâm kinh

Khởi đầu ở giữa tim, đi ra khỏi tâm hệ. Từ tâm hệ chia làm 3 chi, đi ra ngoài, từ tâm hệ đi lên phổi, ra ở nách, men theo cánh tay đi vào lòng bàn tay, đến huyết thiếu xung ở đầu ngón út, giao với thủ thái dương tiểu tràng kinh, một chi đi xuống xuyên qua cách mô, liền với lạc tiểu trường. Một chi theo thực quản đi lên, nghiệm ở họng, nối tiếp với hệ mắt. Bệnh chủ yếu gồm: đau tim, đau ngực, đau hông, họng khô, miệng khát, mất ngủ. Xem hình 3

1. Thiên tuyền
2. Thiếu hải
3. Thông lý
4. Thần môn

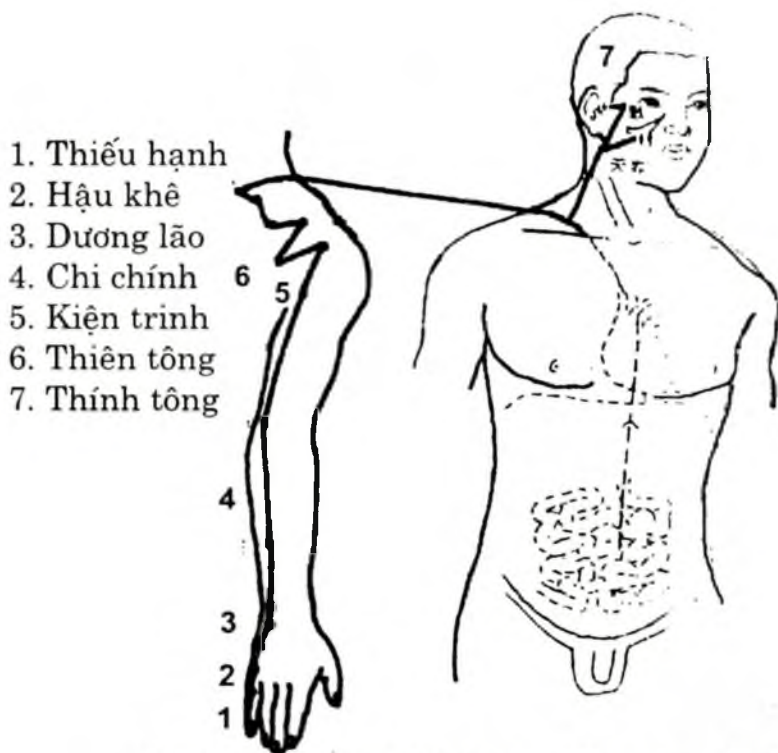


Hình 79 : Thủ thiếu âm tâm kinh

Thủ thái dương tiểu tràng kinh

Khởi đầu từ huyết thiếu trạch ở đầu ngón tay út, men theo cạnh ngoài bàn tay qua huyết tiên cốt, hậu khô, uyển cốt, dưỡng lão rồi ra ở huyết xích cốt, men theo mép dưới xích cốt, qua chi chính huyết mà đến huyết thiếu hải ở khuỷu, lại men theo cạnh ngoài của cánh tay trên mà đến huyết kiên trình, huyết du ở sau khớp vai, đi cong lên bờ vai qua huyết thiên tông, thừa phong, khúc dẫn, kiên ngoại du, kiên trung du mà giao hội ở huyết đại chùy, đi lên phía trước vào ổ hõm của

xương vai, đi xuống nối liền với lạc của tạng tim. Men theo thực quản, đi qua hoành cách mô đến dạ dày, nhập tiểu tràng. Nó phân chi, một ở mép cổ đi lên má đến phía ngoài mi mắt, chuyển vào lỗ nghe. Bệnh tật chủ yếu có: đau họng, tai điếc, mắt vàng, má sưng, vai đau, bụng chướng, v.v... Xem hình 4

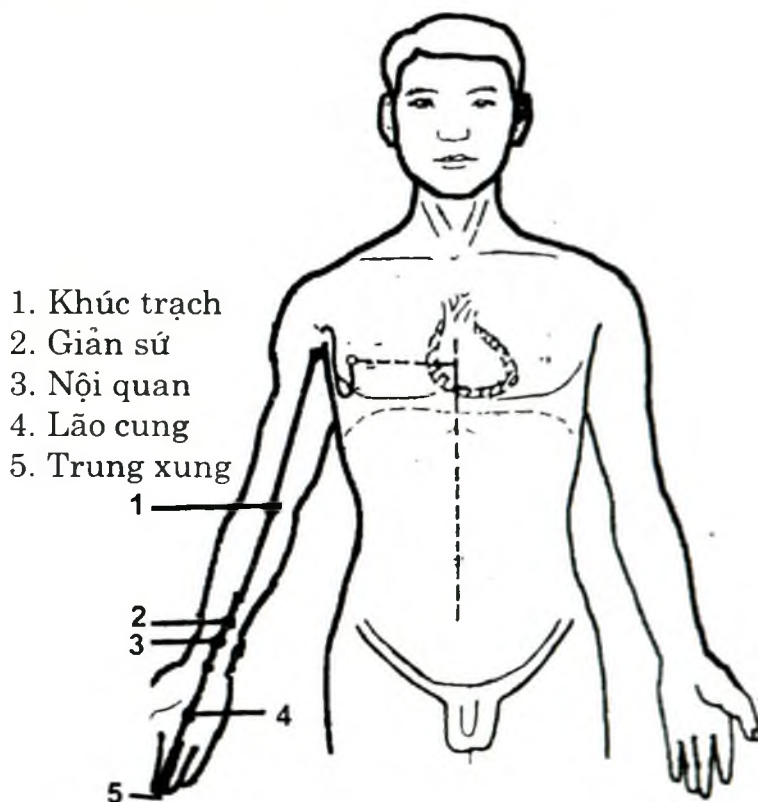


Hình 80 : Thủ thái dương tiểu tràng kinh

Thủ quyết âm tâm bào kinh

Khởi đầu ở giữa lồng ngực, hội thuộc tâm bào lạc, xuyên xuống dưới, qua hoành cách mô, xuống bụng nối liền với lạc của tam tiêu. Chi mạch từ dưới nách đi

xuống huyết thiên trì, lại đi lên đến nách, lại men theo mép trong cánh tay qua các huyết thiên tuyền, khúc trạch, kỳ môn, gián sử, nội quan, đại lãng đi vào lao cung của lòng bàn tay, tới huyết trung xung của đầu ngón tay giữa. Bệnh tật chủ yếu có: đau tim, tim buồn bực, đau ngực, điên cuồng, dưới nách sưng chướng, mắt vàng mặt đỏ. Xem hình 5

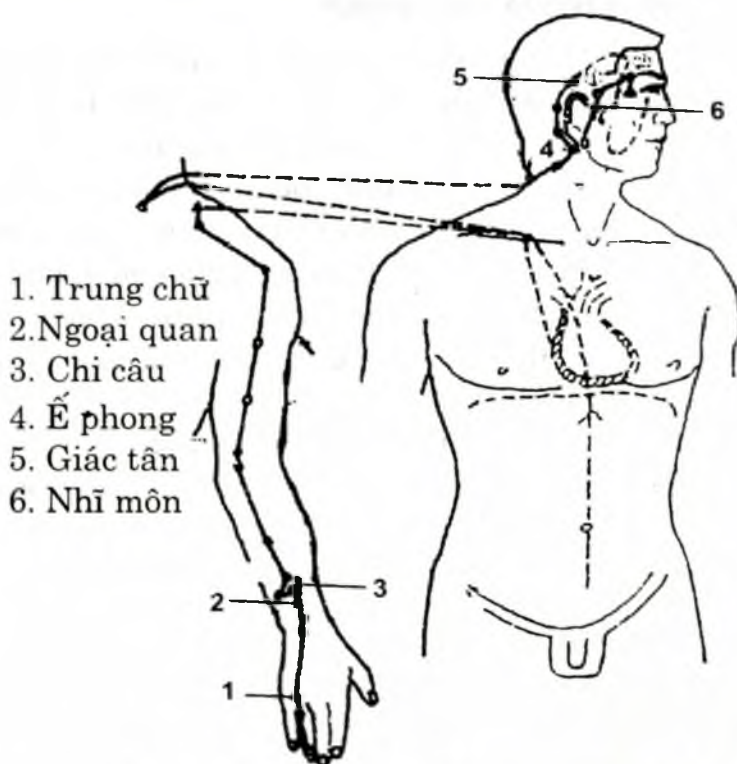


Hình 81 : Thủ quyết âm tâm bào kinh

Thủ thiếu dương tam tiêu kinh

Khởi đầu từ huyết quan xung ở ngón vô danh, men cánh tay đi lên, đến huyết đại chùy gặp đốc mạch, đi về

phía trước vào ổ lõm của xương vai, phân bố đi vào lồng ngực, phân tán nối liền với tâm bào kinh, đi qua hoành cách mô, vẽ tam tiêu. Phân chi của nó từ đòn trung đi ra, đi lên cổ ra sau tai, từ phía trên tai chạy cong xuống má, đến dưới hàm, một phân chi khác từ sau tai đi vào trong tai, đi ra trước tai, cùng với mạch phân chi gặp nhau ở má, đến ngoài mi mắt. Bệnh tật chủ yếu là: bệnh tai, bệnh mắt, bệnh yết hầu, má sưng, bụng chướng, phù thũng, đau cánh tay, v.v... Xem hình 6



Hình 82 : Thủ thiếu dương tam tiêu kinh

X

Ý NGHĨA CÁC ĐƯỜNG VÂN TRÊN BÀN TAY

1. Ý nghĩa tuyến sinh mệnh

Tuyến sinh mệnh là một trong ba tuyến lớn quan trọng của bàn tay. Tuyến sinh mệnh bắt đầu từ giữa ngón trỏ và ngón cái, có lúc hơi lệch về gần ngón trỏ, có lúc hơi lệch xa ngón cái một chút, điều đó chẳng có gì là lạ. Điểm tận cùng của tuyến sinh mệnh, thường kéo đến tuyến cuống tay là dài nhất. Do mỗi người một khác, tuyến sinh mệnh cũng như các tuyến khác, không có điểm khởi đầu và điểm kết thúc thật chuẩn xác, điều chúng tôi nói chỉ là đại thể mà thôi.

Tuyến sinh mệnh có năm ý nghĩa sau đây:

1. Tuyến sinh mệnh đại biểu cho tinh lực mạnh yếu và cá tính nhanh chậm của một người.

2. Tuyến sinh mệnh đại biểu cho một người có gặp chuyện bất ngờ không có nguy hiểm về bệnh tật không.

3. Tuyến sinh mệnh đại biểu cho một người có phải làm phẫu thuật không và năm nào thì làm phẫu thuật.

4. Tuyến sinh mệnh đại biểu cho sức khỏe của một người.

5. Nếu một người trên tay không có tuyến vận mệnh thì tuyến sinh mệnh có thể thay cho tuyến vận mệnh. Căn cứ vào hình thái và những nét đứt, nét vỡ,

tam giác, hình xoắn hoặc tuyến ngang dọc tạp loạn mà đoán tình hình sức khỏe và suy ra nhiều điều khác.

Trên thực tế dùng tướng tay để kiểm tra tình hình diễn biến của bệnh tật, nhất là dùng tuyến sinh mệnh để kiểm tra tình hình sức khỏe của một người là có căn cứ khoa học.

Dùng tuyến sinh mệnh để kiểm tra sức khỏe cơ thể, có ba điểm cần phải nắm vững.

A. Tuyến sinh mệnh to nhỏ, dài ngắn, nông sâu

Tuyến sinh mệnh to nhỏ, dài ngắn, nông sâu dự báo tình hình sức khỏe khác nhau của cơ thể. Thông thường cho rằng, tuyến sinh mệnh càng dài càng tốt.

Tuyến sinh mệnh có trạng thái như các chạc cành cây, mỗi cái có hình dáng riêng, có cái sâu mà hần rõ, có cái nhỏ mà nông, có cái như sợi thừng, có cái như dây xích, có cái như cành cây, có cái như chuỗi hạt ngọc: trăm ngàn kiểu dáng không có kiểu nào giống nhau.

Người có tuyến sinh mệnh to và sâu, thông thường có cơ thể khỏe mạnh, tinh lực dồi dào, không dễ mắc bệnh.

Tuyến sinh mệnh nhỏ có nghĩa là thể chất yếu ớt, thiếu sức sống.

Nếu tuyến sinh mệnh có đường nhánh, thì cần phân tích hướng đi của đường nhánh; nếu đường nhánh đi lên thì không lo, nếu đường nhánh đi xuống có thể sẽ mắc bệnh, đường nhánh đi xuống càng to càng sâu thì càng không tốt. Nhưng nếu đường tuyến chính khỏe mạnh, có sức thì không lo, dòng chính của sinh mệnh vẫn là cường tráng, có lực.

B. Đường vòng cung của tuyến sinh mệnh to hay nhỏ liên quan tới sức khỏe

Do khởi điểm của tuyến sinh mệnh không giống nhau cho nên đường vòng cung của tuyến sinh mệnh cũng

khác nhau. Ngoài ra, kim tinh khâu trên bàn tay của người cũng to nhỏ khác nhau, có cái mỏng cái dày. điều đó cũng quyết định đường vòng cung to nhỏ khác nhau. Nói chung, nếu khởi điểm của tuyến sinh mệnh ở gần ngón trỏ thì đường vòng cung to hơn một chút, diện tích của kim tinh khâu cũng to hơn. Như vậy tiêu chí nói chung của tuyến sinh mệnh là sức khỏe tốt, sức đề kháng mạnh.

Nếu tuyến sinh mệnh ở gần ngón cái thì đường vòng cung nhỏ hơn một chút, diện tích của kim khâu tinh cũng nhỏ hơn. Như vậy, tuyến sinh mệnh thể hiện dự báo cơ thể yếu, nhiều bệnh, dễ mắc cảm mạo, trúng phong.

Khi chúng ta xem tuyến sinh mệnh, coi tuyến sinh mệnh nhỏ dần đi, mất đi là tuyến sinh mệnh tốt nhất, tuyến sinh mệnh bỗng nhiên bị cắt đứt, hoặc tuyến sinh mệnh nửa đường bị gãy, thì phải đi khám bệnh thường xuyên.

C. Vân xoáy và điểm đốm của tuyến sinh mệnh

Trên tuyến sinh mệnh của bàn tay, nếu không phân biệt kỹ, phần lớn giống nhau nhiều, khác nhau ít, mới xem lướt qua, chỉ là một tuyến nhạt nhòa bằng phẳng nhưng nếu quan sát kỹ, khẳng định sẽ có sự khác biệt. Có tuyến bằng phẳng nhạt nhòa, có tuyến có hình dáng sợi dây xích, có tuyến có vân xoáy, có tuyến có điểm đốm. Nếu phát hiện trên tuyến sinh mệnh có vân xoáy và điểm đốm thì cần phải chú ý. Ở trường hợp thông thường, coi đó là có bệnh mạn tính. Nếu vân xoáy to và rõ hơn tuyến sinh mệnh thì biểu hiện bệnh trong cơ thể chuyển nặng hơn. Đương nhiên, không thể nói chung như vậy, còn phải xem xét toàn diện, chỉ dựa vào vân xoáy của một tuyến sinh mệnh mà đoán khẳng định là có bệnh gì, như vậy rõ ràng đánh giá quá cao công năng của xem bàn tay.

2. Ý nghĩa tuyến trí tuệ

Tuyến trí tuệ là một tuyến chạy ngang giữa lòng bàn tay. Trong ba chủ tuyến lớn của bàn tay là sinh mệnh, tình cảm và trí tuệ thì tuyến này trước nay được coi là chủ quản trí tuệ, trí não và hệ thống thần kinh mạnh yếu, cho nên biểu thị rất rõ thái độ sinh hoạt và năng lực chi phối hoàn cảnh của người ấy.

Tuyến trí tuệ bắt nguồn từ giữa ngón trỏ và ngón cái, gần với điểm xuất phát của tuyến sinh mệnh, có cái nối liền với nhau, nhưng hướng đi của tuyến trí tuệ là hướng nguyệt khâu dưới ngón út, thông thường đi đến bình nguyên thứ 2 hòa tinh dưới ngón vô danh thì dừng, còn tuyến trí tuệ thì chạy theo hình vòng cung, sau đó đi về hướng tuyến cổ tay.

Tuyến trí tuệ cũng lấy to, sâu, rõ, đậm là tốt, biểu thị tố chất tâm lý của người ấy ổn định, thân thể khỏe mạnh. Tuyến trí tuệ tốt phải hơi chạy rớt về phía dưới mà đoạn cuối dài và sâu lại phân nhiều chi. Tuyến trí tuệ mà rớt xuống phía dưới quá nhiều phản ánh tế bào tư duy ở khâu não phát đạt. Tuyến trí tuệ cũng giống các chủ tuyến khác tức là trục tuyến không dễ thay đổi mà chỉ tuyến kéo dài ở đoạn cuối thường theo thời gian biến đổi mà biến hóa, có tuyến co lại mà phẳng, có tuyến kéo dài ra, theo tuổi tác tăng lên mà có sự tăng giảm.

Tín hiệu hiển thị khỏe mạnh hay ốm đau của tuyến trí tuệ, đại thể là ở đầu, thần kinh mạnh yếu là chính. Do cuộc sống tinh thần của con người có vui vẻ hay không thường ảnh hưởng sâu sắc tới tình hình sinh lý, cho nên không thể coi thường trạng huống sinh lý hiển thị trên tuyến trí tuệ.

Tuyến trí tuệ tiêu chuẩn, sâu mà dài, rõ và đậm, không đứt gãy, thành hình cung cong mà màu sắc hồng nhuận, biểu thị người ấy trí tuệ cao, các bộ phận trên cơ thể vô bệnh ít huyết, tâm tính lạc quan mà khỏe.

3. Ý nghĩa tuyến tình cảm

Tuyến tình cảm còn gọi là tâm tuyến, là một tuyến ngang phía trên tuyến trí tuệ. Tuyến tình cảm khởi đầu từ mép ngón út, kéo dài về phía mép ngón cái, thông thường đến kẽ giữa hai ngón giữa và ngón trỏ thì dừng lại.

Tuyến tình cảm có độ dài vừa phải, bằng và thẳng, ít cong là đẹp. Theo chức năng, cấu tạo thì tuyến tình cảm thường dùng để phán đoán tình hình yêu đương, hôn nhân của một người, tuyến tình cảm ít nhất đại biểu cho mấy ý nghĩa dưới đây:

1. Tuyến tình cảm đại biểu cho cuộc sống tình cảm của một người, và chuyện yêu đương, hôn nhân.

2. Tuyến tình cảm đại biểu cho cá tính tình dục của một người.

3. Tuyến tình cảm có thể kiểm tra khả năng tính dục của một người.

Trên thực tế, tuyến tình cảm cũng có thể dùng để đoán tình hình sức khỏe, nhất là tình hình sức khỏe của tim. Quan sát lâu dài cho thấy, tuyến tình cảm có quan hệ mật thiết với tim, nó có thể phản ánh rất rõ tình hình vận hành của hệ thống tuần hoàn mà tim là chủ.

Cũng giống tuyến sinh mệnh, dùng tuyến tình cảm chẩn đoán sức khỏe, không chỉ soi xét trạng thái của bản thân tuyến tình cảm mà còn phải xem xét mối quan hệ với các tuyến khác, cũng như sự biến đổi của vân và đốm bàn tay. Chỉ dùng tuyến tình cảm để phán đoán trình độ sức khỏe của hệ thống tuần hoàn là không đủ. Như trên

đã nói, tuyến sinh mệnh là căn cứ chính để đoán sức khỏe của con người, vì vậy muốn xem tuyến tình cảm còn phải xem tuyến sinh mệnh, còn phải tổng hợp toàn bộ tình hình đường chỉ tay, không như vậy dễ bị sai lệch.

4. Ý nghĩa tuyến vận mệnh

Tuyến vận mệnh có người gọi là tuyến sự nghiệp, nguyên nhân là nó có quan hệ nhất định tới sự nghiệp của một người, có người gọi nó là tuyến hạnh vận, cũng có người gọi nó là tuyến may của một người. Tuyến vận mệnh nằm ở giữa lòng bàn tay, nó bắt đầu từ cổ tay đi lên thẳng tới thổ tinh khâu. Tuyến vận mệnh không phải ai cũng có, có chưa hẳn đã tốt, không có chưa hẳn đã có bệnh tật, phải căn cứ vào các vân tay khác mà định bệnh.

Tuyến vận mệnh cũng lấy rõ, đậm, sáng, thẳng, dài, ngắn vừa phải là đẹp.

Đoạn khởi đầu tuyến vận mệnh tương đối phức tạp, đại thể chia làm 4 loại:

1. Khởi đầu ở tuyến cổ tay
2. Khởi đầu ở tuyến sinh mệnh
3. Khởi đầu ở nguyệt khâu
4. Khởi đầu ở tuyến trí tuệ

Tuyến vận mệnh cũng có thể khởi đầu ở tuyến tình cảm, nhưng ít thấy.

Tuyến vận mệnh có mấy hàm nghĩa:

a. Tuyến vận mệnh là biểu trưng năng lực của một người.

b. Tuyến vận mệnh có quan hệ nhất định tới sự nghiệp.

c. Tuyến vận mệnh đại biểu cho cơ may trong đời của một người.

Người không có tuyến vận mệnh, chúng ta có thể

từ các tuyến khác mà phán đoán vận mệnh, nhất là tuyến sinh mệnh có tác dụng chủ yếu.

Nếu xem sức khỏe và năng lực công việc của một người như thế nào, chỉ xem một mình tuyến vận mệnh là chưa đủ, còn phải tổng hợp các tuyến khác để phán đoán.

Ví dụ nói, muốn xem năng lực thích ứng của một người mạnh hay yếu, ngoài xem tuyến vận mệnh, còn phải kết hợp tuyến trí tuệ để phán đoán.

Ngoài ra, xem tinh lực mạnh yếu của một người, ngoài xem bản thân tuyến vận mệnh, còn phải xem tuyến sinh mệnh và kim tinh khâu.

Tuyến vận mệnh tốt, tuyến sinh mệnh tốt, kim tinh khâu cao đứng, rắn chắc, tinh lực người ấy nhất định thịnh vượng, có thể gánh vác được sự nghiệp lớn, không sợ khó khăn. Tuyến vận mệnh tốt, tuyến sinh mệnh hoặc kim tinh khâu không tốt, người này tuy có chí làm sự nghiệp, nhưng tinh lực không tốt nên hay ảnh hưởng đến công việc, vì vậy người này nên chăm lo sức khỏe để thành công tốt hơn trong sự nghiệp. Nếu tuyến vận mệnh không tốt nhưng tuyến sinh mệnh và kim tinh khâu đều rất tốt, tinh lực người ấy tuy tràn đầy thịnh vượng nhưng thiếu quyết tâm và ý chí nên sự nghiệp không thành.

Chúng ta xem sự nghiệp một người thuận hay nghịch, ngoài xem tuyến vận mệnh ra còn phải xem tuyến thành công có tốt không.

Tuyến vận mệnh tốt, cộng thêm một tuyến thành công đẹp sẽ giành thắng lợi lớn trên sự nghiệp.

Ngoài ra, một tuyến vận mệnh tốt nằm trên đôi bàn tay chắc đẹp và một ngón tay cái đẹp, về sự nghiệp sẽ thành công nhiều, thất bại ít.

Tóm lại, khi thấy một trong tuyến tay có sắc thái

kém bạn nên chú ý về vấn đề sức khỏe, đẩy lùi bệnh tật còn tiềm ẩn thì sẽ phát huy hết khả năng tự có của chính mình, có sức khỏe là có tất cả.

5. Ý nghĩa tuyến sức khỏe

Tuyến sức khỏe bắt đầu từ thủy tinh khâu, xuyên chéo qua bàn tay mà dừng ở gần tuyến sinh mệnh. Tuyến sức khỏe là hàn thử biểu đo sức khỏe của cơ thể, khi cơ thể có bệnh, tuyến này nhất định sẽ biến đổi. Tuyến sức khỏe cũng lấy rõ ràng sáng sủa là tốt. Nếu tuyến sức khỏe một khi có đốm đen, đứt gãy hoặc xuất hiện xoáy nhỏ, hoa vân thì chứng tỏ thân thể có bệnh có kết hợp với sự biến đổi của các tuyến khác mà tổng hợp phân tích, phán đoán. Khi phán đoán một người có bệnh hay không, nhất định phải xem hiện trạng của tuyến sức khỏe.

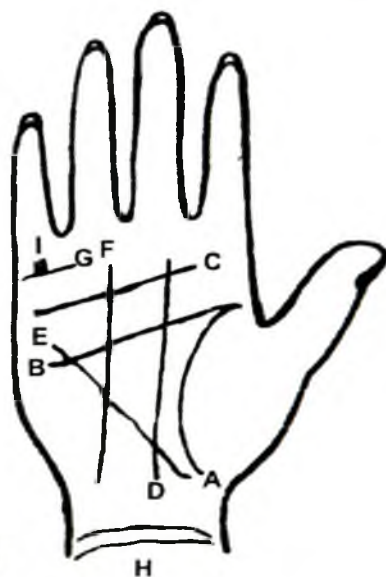
6. Ý nghĩa tuyến thành công

Tuyến thành công còn gọi là tuyến thái dương hoặc là tuyến vận thế. Vì tuyến này chỉ thẳng vào thái dương khâu nên khởi điểm của tuyến thành công có nhiều chỗ, nhưng nó giữ thế song hành với tuyến vận mệnh. Tuyến vận mệnh thường chỉ về thổ tinh khâu, còn tuyến thành công là hiển thị mức độ thành công sự nghiệp. Tuyến thành công nếu sáng rõ và thẳng là tốt nhưng phải được tuyến vận mệnh tốt hỗ trợ.

7. Ý nghĩa tuyến hôn nhân

Vị trí của tuyến hôn nhân ở bên trên tuyến tình cảm, dưới ngón út, sinh ra ở cạnh bàn tay, là tuyến ngang kéo dài ra thủy tinh khâu. Tuyến hôn nhân mà sáng và sâu thì tốt, hiển thị người đó hôn nhân mỹ mãn, ngược lại thì không tốt. Không thể chỉ xem tuyến hôn

nhân đơn độc một mình, phải kết hợp với tuyến tình cảm, tuyến trí tuệ để xem mới tốt. Ngoài ra trước khi kết luận hôn nhân xấu tốt, còn phải xem kim tinh khâu và nguyệt khâu, hai khâu này quyết định tình cảm của con người. Ví dụ nói người có kim tinh khâu rộng lớn, hồng nhuận thì phần lớn là hiếu sắc, cộng thêm với tuyến trí tuệ hỗn loạn thì người này thường đa tình. Khi bàn tay bạn có như vậy nên sớm chữa trị về bộ phận sinh dục, tìm cách khắc phục để cân bằng khả năng tình dục sẽ không phát sinh biến sắc, đa tình, như vậy, hôn nhân của bạn sẽ ổn định. Mạch bạn vân tay không ổn định mãi mà có sự thay đổi theo các cơ quan nội tạng bên trong cơ thể. Nếu thường xuyên chăm sóc sức khỏe thì bạn cũng có thể thay đổi số phận của mình.



Hình 83

- | | | |
|--------------------|-------------------|---------------------|
| A. Tuyến sinh mệnh | B. Tuyến trí tuệ | C. Tuyến tình cảm |
| D. Tuyến vận mệnh | E. Tuyến sức khỏe | F. Tuyến thành công |
| G. Tuyến hôn nhân | H. Tuyến cườm tay | I. Tuyến con cái |

“KHÂU” VÀ PHÂN BỐ KHÂU TRÊN BÀN TAY

“Khâu” là các bộ phận lõm lõm trên bàn tay. Mỗi khâu trên bàn tay đều có một cái tên đáng yêu như mộc tinh khâu, kim tinh khâu, thái dương khâu, nguyệt khâu... Những tên được đặt này không mang màu sắc mê tín, chỉ là phương pháp đặt tên, một loại phù hiệu, như tên người vậy.

Cách đặt tên này một mặt bắt nguồn từ học thuyết ngũ hành, theo 5 nguyên tố lớn Kim, Mộc, Thủy, Hỏa, Thổ. Mặt khác thuộc về quan niệm cổ xưa coi mặt trời, mặt trăng đại biểu cho vũ trụ, như vậy một vũ trụ to lớn được thu gọn vào trong một bàn tay. Các bạn đọc cần nhớ kỹ tên và vị trí mấy khâu như mộc tinh khâu ở dưới ngón trỏ, thổ tinh khâu ở dưới ngón giữa, thái dương khâu ở dưới ngón vô danh, thủy tinh khâu ở dưới ngón út.

Bộ phận ở giữa lòng bàn tay không phải là khâu, mà gọi là hỏa tinh bình nguyên, bộ phận nổi lên về cạnh bên phải gần ngón cái là “đệ nhất hỏa tinh khâu”, bộ phận nổi lên về cạnh bên trái gần ngón út là đệ nhị hỏa tinh khâu. Ngoài ra, bộ phận lõm lên ở gần gốc ngón cái gọi là kim tinh khâu, nằm ở phía dưới đệ nhị hỏa tinh khâu, bộ phận lõm lên chạy thẳng đến tuyến cườm tay gọi là nguyệt khâu.

Trong các khâu của bàn tay, chủ yếu nhất là kim tinh khâu, trạng thái của kim tinh khâu như màu sắc, độ sáng, độ co giãn và lõm lõm tượng trưng cho sức sống của con người, cũng như tinh lực mạnh hay yếu, chúng ta cần phải thường xuyên quan sát sự biến đổi của kim tinh khâu.

Người mà thân thể mạnh khỏe thường có kim tinh khâu tốt đẹp. Kim tinh khâu đầy đặn, phát đạt thì ngón

tay cái cũng mạnh và khỏe mà tuyến sinh mệnh hình thành khúc tuyến đầy đặn.

Khi quan sát khâu trong tướng tay, dù là kim tinh khâu, hỏa tinh khâu hoặc các khâu khác, phải có một thường thức cơ bản tức là màu sắc và hình dạng lồi gồ lên của khâu có khác thường không, nếu có hiện tượng khác thường thì có nghĩa là sức khỏe có vấn đề.

Về màu sắc mà nói, cả khâu mang màu phấn hồng nhạt là lý tưởng, nếu là màu tối, tía hoặc có nốt đỏ mà sắc khô không bóng thì là tín hiệu nguy hiểm. Nếu trong khâu có đốm đen xuất hiện cũng không lợi cho sức khỏe của con người.

Còn sự lồi gồ lên của khâu, dù là kim tinh khâu, nguyệt khâu, thái dương khâu hay là các khâu khác không thể lấy làm căn cứ để phân tích tình hình biến đổi của sức khỏe.

Khâu trong tướng tay cũng liên quan đến chỉnh thể. Kim tinh khâu với nguyệt khâu, đệ nhất hỏa tinh khâu với đệ nhị hỏa tinh khâu, thổ tinh khâu với thái dương khâu, đem so sánh tham khảo cái nọ với cái kia mới có thể căn cứ tình trạng lồi gồ lên và sự biến đổi của màu sắc mà phán đoán được tương đối chính xác.

Tướng tay truyền thống của Trung Quốc coi các bộ vị của bàn tay liên quan tới lục phủ ngũ tạng là dùng nguyên lý phản phương vị của bát quái mà phân chia, chủ yếu là xem khí sắc của bộ phận ấy xấu hay tốt, có gân xanh nổi lên không và vị trí nổi gồ lên hay lõm xuống để quan sát và dự đoán bệnh tật phát sinh. Còn sự phân bố các khâu trong tướng tay hiện đại thì chú ý vị trí ấy có tuyến vân đặc thù hay không, chủ tuyến mạnh hay yếu, lấy vân tuyến làm chính để phán đoán

thân thể có mạnh khỏe hay không. Cả hai cách đó khi thực dụng đều không phát sinh xung đột. Bây giờ lấy khâu làm sự biện pháp của bàn tay, vẫn còn được lưu hành, vì khâu dễ nhớ hơn bất quá nhiều. Cho nên trọng điểm giới thiệu sự phân bố của khâu.

Mộc tinh khâu, vị trí của mộc tinh khâu ở dưới gốc ngón trỏ, thường đại biểu cho tạng gan và hệ thống tiêu hóa mạnh hay yếu. Nếu chỗ này phù thũng và vân tuyến tạp loạn thì gan và hệ thống tiêu hóa có thể mắc bệnh.

Thổ tinh khâu, vị trí của thổ tinh khâu ở đáy gốc ngón giữa, nó cũng như kim tinh khâu đại biểu cho hệ thống tuần hoàn và công năng tạng tim mạnh hay yếu. Thổ tinh khâu bị phù thũng, vân tuyến tạp loạn mà lại có điểm đốm đỏ, có thể có bệnh tim.

Thái dương khâu, vị trí của thái dương khâu ở đáy gốc ngón vô danh, đại biểu cho hệ thống thị giác và cơ quan cảm giác. Ở đây nếu phù thũng hoặc vân tuyến tạp loạn thì có thể bị đau mắt hoặc đau tai.

Thủy tinh khâu, vị trí của thủy tinh khâu ở đáy gốc ngón út, nếu chỗ này xuất hiện đốm đen hoặc vân tuyến hỗn loạn có thể bộ phận sinh dục hoặc bộ phận hô hấp bị bệnh.

Đệ nhất hỏa tinh khâu, vị trí của đệ nhất hỏa tinh khâu ở phía dưới mộc tinh khâu, đại biểu cho công năng của gan và dạ dày. Nếu có nhiều vân hoặc phù thũng hoặc màu sắc khác lạ, có thể là gan hoặc dạ dày bị bệnh.

Đệ nhị hỏa tinh khâu, vị trí của đệ nhị hỏa tinh khâu ở dưới thủy tinh khâu, đại biểu cho công năng của thận mạnh hay yếu. Nếu ở đó phù thũng, vân tuyến hỗn loạn, màu sắc vàng trắng, có thể công năng thận bị bệnh.

Kim tinh khâu, vị trí của kim tinh khâu ở phía dưới ngón cái, trong phạm vi bao vây của tuyến sinh mệnh, đại biểu cho công năng của tim và hệ thống tiêu hóa mạnh hay yếu. Nếu ở đây có đốm màu tím hoặc màu hồng tím thì nhất định là có bệnh tim. Nếu cả bàn tay đều hiện lên màu hồng tím thì chứng tỏ toàn bộ hệ thống tuần hoàn bị trở ngại.

Nguyệt khâu, vị trí của nguyệt khâu ở phía dưới đệ nhị hỏa tinh khâu, đại biểu cho công năng của hệ thống tuần hoàn tốt hay xấu. Ở đây có màu sắc khác thường và xuất hiện vân tuyến tạp loạn thì là tín hiệu báo cơ quan tuần hoàn có bệnh.

Hỏa tinh bình nguyên, là một dải đất dài và hẹp ở giữa lòng bàn tay giữa khoảng kim tinh khâu và nguyệt khâu, đại biểu cho huyết áp và công năng hệ thống thần kinh mạnh hay yếu.



Hình 84

VÂN TAY VÀ KÝ HIỆU

Vân tuyến trên bàn tay có to nhỏ, thô mịn, nông sâu, theo tính chất của nó đều có ý nghĩa đặc biệt. Nhưng nếu sáng sủa, chân thật, không cong không gãy là tốt nhất. Trên bàn tay có nhiều tạp vân, những tạp vân này đều liên kết với các đường vân khác thành hình cắt đứt hoặc hình dây xích, hoặc như lông không hoàn chỉnh. Nó xuất hiện ở vị trí nào, chúng ta có thể phán đoán tình hình sức khỏe của cơ thể.

Tuyến vân trên bàn tay có đơn tuyến và song tuyến, xét theo ý nghĩa thì song tuyến mạnh hơn đơn tuyến. Cạnh chủ tuyến mà có vân chi em tồn tại thì biểu thị tăng cường sức mạnh cho chủ tuyến. Cho nên tuyến vân chính nếu bị đứt hoặc không cát lợi nếu có vân tuyến chi em giúp sức thì sẽ bù được khiếm khuyết, giảm bớt mức độ nguy hiểm, hoặc dự phòng được nguy hại xảy ra.

Hướng đi của vân tay theo xu hướng chung đi lên là cát, đi xuống là hung, vân tuyến đảo xoáy thì biểu thị thân thể suy yếu, hoặc đang mắc bệnh. Bên cạnh vân tuyến có vân chi tuyến, đi lên là mạnh, đi xuống là yếu. Điểm kết thúc của vân tuyến to bè ra, biểu thị lực nó quá yếu, nếu đoạn cuối của tuyến sinh mệnh có loại vân như vậy thì càng rõ. Vân tuyến thành hình dây xích là triệu chứng bệnh lâu không khỏi. Vân tuyến thành hình sóng có thể thấy thể chất hư yếu không mạnh, vân tuyến bị đứt, có thể thấy thân thể bị hung hiểm, nếu tuyến sinh mệnh có hiện tượng bị đứt, thì hiển thị sinh mệnh bị nguy hiểm, trên vân tuyến có

hình bốn góc mang ý nghĩa bảo hộ, trên vân tuyến có điểm đốm, bị hung hiểm, nếu trên tuyến sinh mệnh có điểm đốm thì bị bệnh, nếu trên tuyến trí tuệ có điểm đốm thì tinh thần bị tổn thương.

Trên vân tay thường thấy có các loại ký hiệu:

1. Có ký hiệu hoa tinh, thường là cát.
2. Vân hình đảo còn gọi là hình mất, biểu hiện suy yếu.
3. Điểm đốm, không tốt.
4. Vân chữ thập, ở giữa vân tuyến thì không tốt, xuất hiện đơn độc là cát.
5. Hình tam giác theo vị trí bộ phận nó xuất hiện mà xem có bệnh hay không.
6. Hình ô vuông, trừ số ít bộ phận ra, đều là không tốt.
7. Hình tứ giác hàm ý bảo hộ.
8. Hình tròn là cát.
9. Hình mũi nhọn, đi lên là cát, đi xuống là không tốt.
10. Lưu tô biểu thị hư nhược.

Đương nhiên, các loại ký hiệu phản ánh trên vân tay không thể nói là tuyệt đối. Khi xem bàn tay, không thể chủ quan chỉ xem điểm ấy mà đã phán đoán ngay như thế này, nhất định phải xem kỹ tình hình phát triển của các tuyến xung quanh, sau đó mới nói lời phán đoán. Ví dụ, ở giữa tuyến trí tuệ xuất hiện vân chữ thập mà trên tuyến sinh mệnh lại rất khỏe, mà màu sắc hiện lên ở các bộ phận của tay đều khỏe mạnh thì không thể đoán ngay người này mắc bệnh gì, hoặc về sự nghiệp gặp vấp vấp gì. Tức là nói khi xem vân tay nhất định phải nắm vững tình hình toàn bộ vân tay, đối chiếu hai tay với nhau, rồi phải cân nhắc, phân tích, sau đó mới đi đến kết luận, như vậy mức độ chính xác sẽ cao hơn.

LƯU NIÊN BÀN TAY

Một số chuyên gia về khám bệnh qua bàn tay, khi xem bàn tay, căn cứ vào đường vân nông sâu, dài ngắn, sáng tối, bố cục, đặc trưng, ký hiệu và vị trí của tuyến sinh mệnh, tuyến trí tuệ, tuyến tình cảm, tuyến vận mệnh, tuyến thành công, tuyến sức khỏe của con người anh. Sau đó nói tình hình sức khỏe của anh như thế nào, những thầy Đông y giỏi còn nói trước đây anh đã mắc bệnh vào năm nào, có lúc kết quả đoán làm anh giật mình, trong lòng tự hỏi: “Tại sao ông ta xem thấy được”. Thực tế, việc đó không có gì là bí mật ghê gớm, là căn cứ vào lưu niên tướng tay mà đoán ra.

Lưu niên tướng tay thông thường tính từ khởi điểm trung điểm đường vân. Ví dụ nói, tuyến sinh mệnh bắt đầu từ giữa ngón trỏ và ngón cái, thế thì khởi điểm là thời kỳ nhi đồng, sau đó cứ lấy 5 - 7 năm là một giai đoạn mà sắp xếp xuống dưới cho đến 70 - 80 tuổi. Xếp tuyến tình cảm và tuyến trí tuệ cũng như vậy. Có một vấn đề cần chú ý, khi sắp xếp lưu niên, nhất định phải dùng số năm “ước lượng”. Không thể nào phán đúng là năm nào, tháng nào. Ngoài ra, khi sắp xếp lưu niên mà gặp vân tuyến ngắn, có thể coi tuyến ngắn là toàn bộ quá trình của đời người, chẳng qua là cự ly một đoạn ngắn, một đoạn ngắn cũng rút ngắn lại tương ứng mà thôi .

1. Tay nguyên thủy

Tay nguyên thủy là một loại kém nhất trong các loại tay, cả bàn tay và ngón tay đều thô và dày, ngón

ngắn mà xấu, trừ tuyến trí tuệ và tuyến sinh mệnh ra, không xuất hiện các vân tuyến khác (Xem hình 85), người có loại tay này thường là tâm thường, thành sự nghiệp lớn rất ít, người có loại hình tay này do trí tuệ thấp kém nên khi suy xét sự việc thường giản đơn, có lúc chỉ vì chuyện nhỏ mà nổi cơn giận lớn, thậm chí phạm tội.

Người có bàn tay nguyên thủy nói chung thể lực tốt hơn người khác, làm việc chân tay thì phù hợp nhưng tinh thần dễ căng thẳng, dễ bị cao huyết áp, phổi, khí quản và hệ thống hô hấp dễ nhiễm bệnh.

2. Tay hình vuông

Tay hình vuông thì giới hạn giữa cổ tay và bàn tay giới tuyến giữa bàn tay với ngón tay rất rộng, bàn tay ngón tay thường thành hình vuông, móng tay hình vuông rất là rõ (Xem hình 85).

Tay hình vuông còn gọi là tay thực tế, người có tay hình vuông là người thật thà, hơi bảo thủ, có thói quen ưa thích lao động, người có loại tay này thường lo việc chung, giữ phép nước, làm theo ý quan trên không chống lại, yên với chức vị, có tính nhẫn nại.

Người có tay hình vuông đều chân tình với bạn bè, có tình cảm nồng hậu, nhưng không giỏi giao tiếp, bạn bè không nhiều. Đàn ông có loại tay này đều yêu quý gia đình, có trách nhiệm cao. Đàn bà có loại tay này thường làm chủ gia đình, chợ búa cơm nước giỏi, quản lý gia đình tốt, chăm lo dạy dỗ con cái, là loại vợ hiền mẹ tốt kiểu mẫu.

Người có bàn tay vuông đều mạnh khỏe, ít mắc bệnh.

3. Tay triết học

Tay triết học là tay kết đốt, loại gọi là học giả, loại tay này phần lớn ở những người trí thức, ngón tay rất dài mà các đốt rất thô, móng tay dài, bàn tay phẳng mà dài, độ dày vừa phải (Xem hình 85). Người có bàn tay này không giỏi giữ tiền của, nhưng có nhiều thành tựu về học vấn, người có loại tay này về tinh thần thì thịnh vượng có sức nhẫn nại mạnh, giỏi đi sâu nghiên cứu một môn học vấn và không sợ khó khăn.

Người có bàn tay triết học, tâm tình thường hướng nội, không khéo bộc lộ bản thân, yêu ghét phân minh với người khác không đối trá nhưng thường ít bạn bè, chỉ hợp theo một mặt.

Người có bàn tay triết học, thường sử dụng não quá nhiều, thường thân thể không khỏe lắm, hay mắc bệnh thần kinh và tiêu hóa.

4. Tay dùi đục

Tay dùi đục còn gọi là tay nghệ thuật. Loại tay này thì cả bàn tay và ngón tay đều tròn mập, dưới thô và trên nhỏ, thành hình dùi đục tròn. Da tay cũng mềm mại mượt mà, nhìn không thấy đốt, dài thẳng một mạch đến đầu ngón tay, sắc hồng (Xem hình 85)

Người có bàn tay này, tính cách thường cởi mở, đi đâu cũng được hoan nghênh. Người có bàn tay này thường yêu thích nghệ thuật, có cảm giác nhanh nhạy, giỏi lý giải, khéo biểu hiện vấn đề, cho nên những nhà nghệ thuật, nhà diễn thuyết diễn viên thường hay có loại bàn tay này. Đàn bà có loại tay này thường thích

văn nghệ, thích được nổi bật trong giao tiếp, yêu đương lãng mạn. Đàn ông có loại tay này, thường có tài hoa về nghệ thuật, nhưng vui giận thất thường, làm nghệ thuật thiếu hằng tâm.

Người có tay nghệ thuật dễ mắc bệnh phong thấp và thần kinh.

5. Tay tinh thần

Tay tinh thần là tay xinh tay đẹp, ngón tay, bàn tay, móng tay đều bóng loáng mà thon dài, đốt xương tay ẩn mà không lộ, hình dáng cực kỳ xinh đẹp, mỗi khi duỗi ngón tay ra, trên mu bàn tay sẽ xuất hiện những ổ lõm nhỏ, trông rất đẹp mắt, người có loại bàn tay này thường là nữ giới, tính cách mang tính chất đồng bóng, lúc thế này lúc thế khác. Người có loại tay này thường ảo tưởng nhưng tính tình ôn hòa, hay ỷ lại. Người có loại tay này, sức khỏe thường kém, dễ mắc bệnh hô hấp, đồng thời hệ thống tiết niệu và bộ máy sinh dục thường yếu.

6. Tay nông nia

Tay nông nia còn gọi là tay sáng nghiệp. Đầu nhọn của ngón tay không giống người thường thon dần mà ngược lại thô to giống hình cái nông nia. Đây là đặc trưng lớn nhất. Gân xương của tay này rắn chắc, ngón tay thường dày mà vuông.

Người có loại tay này thường tinh lực dồi dào mà giàu tinh thần lập nghiệp. Người có loại tay này thì tính cách và ý chí rất kiên cường, có lòng tự tin, thường vượt qua khó khăn đi tới thành công.

Người có loại tay này, sức khỏe thường tốt, cá biệt có người mắc bệnh tim.

7. Tay phức tạp

Tay phức tạp còn gọi là tay hỗn hợp, hỗn hợp hai loại tay mà thành, có lúc xuất hiện 5 ngón tay hoàn toàn không giống nhau.

Người có loại tay này, tính cách thường phức tạp, làm việc dễ thay đổi ý kiến, thiếu nhẫn nại, rất khó làm nên việc lớn.

Bàn tay nguyên thủy



Bàn tay triết học



Bàn tay hình vuông



Bàn tay dùi đục



Hình 85

XI

CÁC CÂU HỎI VỀ TAY

BỆNH TIM CÓ TRIỆU CHỨNG GÌ TRÊN TAY?

Tim chiếm địa vị chủ yếu trong lục phủ ngũ tạng. Công năng chủ yếu của nó là chủ trì huyết mạch, tức là chủ quản huyết dịch vận hành tuần hoàn trong huyết mạch, đưa chất nuôi sống đến các cơ quan để duy trì sự hoạt động cơ năng bình thường. Đồng thời tim lại chủ trì thần minh (tức tinh thần, ý thức, tư duy). Vì vậy tim mà Trung y nói tới, không chỉ bao gồm quả tim trong giải phẫu học mà còn bao gồm cả vận động vỏ não nữa. Cho nên nói, tim là cơ quan quan trọng nhất trong tạng phủ. Một con người, khi trái tim ngừng đập, thì sinh mệnh của người ấy cũng kết thúc.

Tim của một người nếu bị bệnh, có thể có tín hiệu từ mấy mặt. Một là bắt mạch. Mạch đập của một người bình thường mỗi phút là 60 - 70 nhịp, nếu nhanh hơn hoặc chậm hơn đều nói lên tim có vấn đề. Dĩ nhiên người vừa vận động xong hoặc vận động viên phải rèn luyện cơ thể lâu dài thì ngoại lệ. Ngoài ra, kiểm tra mặt và lưỡi của một người, cũng có thể phát hiện tình hình sức khỏe của tim. Người ta gọi tim là mạch trong cơ thể, sắc ở mặt và khai khiếu ở lưỡi. Công năng của tim thịnh hay suy có thể quan sát từ mạch đập, ở mặt và ở lưỡi.

Nếu mạch đập không nhanh không chậm, nhu hòa có lực, sắc mặt tươi tắn, lưỡi hồng nhuận thì công năng của tim tuyệt đối bình thường. Thế thì ở tay làm thế nào kiểm tra được một người mắc bệnh tim?

Thông thường một người mắc bệnh tim, nhất định cũng sẽ phản ánh lên tay và dấu vết rất rõ rệt, đặc điểm nổi bật của nó là:

- a. Kim tinh khâu và thổ tinh khâu ở dưới ngón giữa có những đốm đen tụ máu thành từng mảng màu tía.
- b. Màu sắc cả bàn tay đều chuyển màu hồng sẫm.
- c. Đường vân trên bàn tay dù là tuyến sinh mệnh hay là tuyến tình cảm đều xuất hiện màu tím sẫm và trên tuyến vân có đốm ứ huyết màu tía.
- d. Bàn tay phù thũng, ngón tay tê dại.

Bản thân tôi (tác giả) khi xem tướng tay trong hàng trăm ca bệnh tim đều có cảm giác, một khi một người mắc bệnh tim, vết tích hiện ra trên bàn tay là rất rõ ràng.

Tôi có một bạn đồng học, qua mười mấy năm không gặp. Trong một cuộc họp mặt đồng môn, tôi xem tay cho anh ta, vừa cầm tay lên đã biết anh ta mắc bệnh tim, anh ta hỏi từ đâu mà nhận biết? Tôi nói từ tay, anh nói ngay quả là thần. Anh quả có bệnh tim mà bệnh không nhẹ, trong người lúc nào cũng phải có thuốc cấp cứu tim, cũng vì thế mà phải nằm viện. Tin tức mà trên bàn tay anh ta cung cấp là tin tức điển hình của bệnh tim, cả bàn tay đỏ rực, ở thổ tinh khâu và kim tinh khâu có những nốt huyết ứ dày đặc, ngoài ra hai má cũng hiện lên màu đỏ sẫm.

1. Bệnh dạ dày có triệu chứng gì trên tay?

Trong cuộc sống thực tế của chúng ta, số người mắc bệnh dạ dày không phải ít. Bệnh dạ dày có nhiều loại như viêm dạ dày, loét dạ dày, đau cuống dạ dày, v.v...

Bệnh dạ dày khi mới bị, lúc có lúc không, tuy không nguy đến tính mệnh nhưng một ngày ba bữa ăn, tiêu hóa không tốt, cũng đủ tội. Người bị nặng, diễn biến thành u dạ dày thì đã đến bước nguy hiểm. Cho nên dù mới đau dạ dày cũng không nên coi thường.

Chúng ta biết, công năng chủ yếu của dạ dày là tiếp nhận thức ăn và nghiền chín để tiêu hóa, cho nên có cách gọi “dạ dày là biến của thủy cốc” vậy.

Một người nếu như dạ dày không tốt thì rất khó khỏe mạnh vì rằng ăn cái gì không tiêu hóa được, không thể cung cấp đủ dinh dưỡng cho cơ thể, cho nên những người đau dạ dày phần lớn cơ thể đều gầy, không béo được, lý do là như vậy.

Thế thì chúng ta làm thế nào phát hiện được bệnh đau dạ dày trên tay? Nói chung kim tinh khâu không phát đạt mà trên tuyến sinh mệnh lại xuất hiện dạng dây xích thì người ấy thường có tiền sử bệnh dạ dày, ngoài ra ở phía dưới ngón giữa và ngón trỏ cùng một tinh khâu và đệ nhất hỏa tinh bình nguyên xuất hiện màu đen tối, đó cũng là triệu chứng bệnh dạ dày.

Giải khởi điểm của tuyến sinh mệnh, phần trên của kim tinh khâu đều đối ứng với dạ dày, nếu bộ phận này biến thành màu gio, cũng biểu thị dạ dày có thể mang bệnh.

2. Đoạn cuối của tuyến sinh mệnh bỗng nhiên bị đứt, có phải là triệu chứng nào trùng phong không?

Tuyến sinh mệnh cũng là căn cứ quan trọng để phán đoán sức khỏe của thân thể.

Đoạn cuối của tuyến sinh mệnh mỗi người một khác, trăm dạng ngàn vẻ, có người đoạn cuối thon dần

lại rồi mất dần đi, có người thành dạng đường vân, có người đột nhiên bị đứt giữa đường. Việc bỗng nhiên bị đứt thông thường đều không phải là triệu chứng tốt, đó là tín hiệu báo có ngày sẽ xảy ra bệnh biến não trúng phong. Người thường đều chẳng để ý đến chuyện đó. Cho rằng thân thể tôi đang khỏe mạnh, làm gì có chuyện não trúng phong? Nhưng phải nói lại, người có não mắc trúng phong lúc thường rất ít có điểm báo trước, thường đều đột nhiên phát bệnh, khiến người ta không kịp đề phòng. Cho nên điều cần chú ý vẫn phải chú ý, nhất là với tuổi 50 trở lên, càng cần đề phòng nghiêm ngặt.

3. Tuyến trí tuệ bị đứt và đan xen rõ có phải dễ mắc chứng thần kinh quan năng không?

Chứng thần kinh quan năng là tên gọi chung của một nhóm bệnh do thần kinh gây nên mà công năng phủ tạng thời mất điều hòa. Thường thấy có 2 loại bệnh là thần kinh suy nhược và bệnh lú lẫn. Thần kinh suy nhược ở Trung y thuộc phạm trù các chứng sợ sệt, không ngủ, hay quên, choáng váng, đau đầu, hư tổn, bệnh lú lẫn ở Trung y thuộc phạm trù uất chứng, gan nóng, v.v..

Bệnh thần kinh suy nhược và lú lẫn thường do tình cảm bị tổn thương, thần kinh quá căng thẳng hoặc sau cơn ốm nặng tạng phủ mất điều hòa gây nên.

Người mắc chứng thần kinh quan năng thường do nhu nhược không quyết đoán, gặp việc do dự không dám quyết, kết quả bỏ lỡ mất thời cơ, hoặc hoài nghi cuộc sống của mình, suốt ngày đau buồn lo lắng mà không thoát ra được cảnh đau buồn, loại người này thường có tuyến trí tuệ bị đứt và đan xen lẫn nhau.

Thích húc vào sừng trâu, không nghe lời khuyên răn, đó là đặc trưng của loại người này. Nếu tuyến trí tuệ có đoạn đứt đan xen và cự ly giữa tuyến đứt lại dài, hoặc tuyến trí tuệ thành hình dây xích thì người ấy có thể mắc chứng thần kinh quan năng. Người có loại tuyến trí tuệ này nên xem nhiều kịch truyền hình, nghe âm nhạc, hoặc đi du lịch, mở rộng tầm mắt, giảm nhẹ áp lực về tâm linh, có như vậy mới giúp cho thân thể khỏe mạnh.

4. Tuyến trí tuệ quá cong, đoạn cuối tiếp xúc với tuyến sinh mệnh dễ bị trầm cảm chăng?

Người có tuyến trí tuệ quá cong, đoạn cuối lại tiếp xúc với tuyến sinh mệnh thường có tính cách khiếm nhược tiêu cực, thường do quan hệ giao tiếp làm khổ mình. Ví dụ nói, loại người này đặc biệt chú ý tới người khác đánh giá mình như thế nào, rất là cẩn thận lưu tâm chờ người làm việc, nếu mình làm sai một việc gì thì suốt ngày dày vò, nếu nghe nói bị phê bình thì sẽ mất tinh thần, loại người này có tinh thần chịu đựng kém, cho nên tâm tính ủ rũ không vươn lên được. Nếu trong bàn tay không chỉ xuất hiện tuyến trí tuệ như thế này mà còn có vòng đứt thì càng trầm cảm, có lúc vô duyên vô cớ cảm thấy tuyệt vọng với cuộc sống, hoặc là bị va vấp chút ít đã ngã lòng nản chí, tự khép kín mình lại, không muốn đối mặt với hiện thực, như vậy càng dễ trầm cảm.

Khi phát hiện bàn tay có dấu hiệu trên bạn nên sớm đến khám thần kinh, hoặc tìm cách giải tỏa tâm lý để khắc phục bệnh tật còn tiềm ẩn, hoặc xử lý các dấu hiệu trên bằng cách xoa nắn bàn tay tại các điểm thích ứng.

5. Tuyến trí tuệ ở hai tay phải trái đều bỗng bị mất đi ở dưới ngón giữa, đó có phải là tín hiệu mắc bệnh não không?

Tuyến trí tuệ ở hai tay bỗng nhiên đều mất đi ở dưới ngón giữa, đó là tín hiệu não bị mắc bệnh. Dù ở trong tình huống nào, một khi phát hiện ở hai tay có tuyến trí tuệ ấy thì cần phải chú ý. Các loại chướng ngại trong não rất nhiều, ví dụ u chuyển đi tạo thành u não, trong não xuất huyết, dưới màng nhện xuất huyết, các loại bệnh chết người có thể phát sinh, nhất là những bệnh đến nhanh như điện, trở tay không kịp.

Cho nên một khi phát hiện trên tay có loại tuyến trí tuệ ấy thì phải kịp thời đến bệnh viện kiểm tra.

6. Từ móng tay có thể phán đoán được tình hình sức khỏe của một người được không?

Móng tay do luôn luôn mọc dài ra, nên có thể đem bệnh tật phát sinh trước đây ghi lên trên đó.

Muốn nghiên cứu vấn đề này, trước tiên phải hiểu tốc độ sinh trưởng của móng tay, một người thường móng tay từ gốc đến đầu ngón tay phải mất thời gian sinh trưởng chừng 70 ngày. Nếu ở đó có hang động lõm vào thì có thể đại thể đoán ra, mấy hôm trước đã mắc bệnh nặng hoặc tinh thần bị tổn thương lớn, đem lại hiện tượng dinh dưỡng mất điều hòa. Những khe rãnh trên móng tay biểu thị hiện tượng đột xuất mất điều hòa về sức khỏe tình dục.

Móng tay khỏe mạnh hiện lên màu phấn hồng rất đẹp. Nếu móng tay bị thiếu máu do dinh dưỡng không tốt thì thường trắng xanh mà không có sắc huyết. Nếu tình hình thân thể rất kém mà trong nội tạng đã có

bệnh, ngoài hình dạng móng tay bị biến hóa ra, sắc cũng biến thành vàng, xanh hoặc đen. Móng tay cứng hay mềm cũng có thể giúp nhìn thấy tình hình sức khỏe của một người, nói chung móng tay giòn tốt thì thân thể mạnh khỏe, móng tay cứng mà giòn thường do dinh dưỡng bị trở ngại gây nên, móng tay mềm và mỏng thường đại biểu cho thần kinh quá nhạy cảm và thân thể hư nhược.

7. Móng ngón tay út màu hồng là tượng trưng cho bệnh tim chẳng?

Có thể nói, người có móng ngón tay màu hồng là một bộ phận nào trong cơ thể đang nung bệnh hoặc có bệnh nào đó đang phát sinh. Ví dụ, móng ngón tay út hay hiện lên màu hồng là biểu thị hệ thống tuần hoàn của tim đã phát bệnh, lúc này ở thổ tinh khâu và kim tinh khâu phát hiện có điểm huyết ứ màu đỏ tía, nếu trên tuyến tình cảm lại bị đứt đoạn hoặc có xoáy thì chứng tỏ rất có khả năng là bệnh tim, mà bệnh tình đã tương đối nghiêm trọng.

Những người có móng ngón tay út biến hồng cũng đừng hoang mang lo sợ, cần đến thầy thuốc để chẩn đoán, sau đó cho đơn thuốc, và an dưỡng thích đáng thì sẽ có thể khỏi bệnh.

8. Khi móng tay hiện lên màu vàng hoặc màu đen nhạt thì hệ thống tiêu hóa có bệnh sao?

Chúng ta đều biết, hình dạng và màu sắc móng tay đều thể hiện tình hình sức khỏe của con người. Móng tay khỏe mạnh thì hiện lên màu phấn hồng nhạt mà bóng loáng, nếu móng tay màu sẫm tối, màu vàng hoặc màu đen nhạt, nếu có triệu chứng vàng

hoặc đen thì càng phải đề cao cảnh giác. Vì rằng ngón của hai tay có liên hệ mật thiết với gan tỳ và cơ quan tiêu hóa.

Nếu móng tay biến thành màu vàng hoặc đen, mà ở tuyến sinh mệnh lại xuất hiện hình dạng dây xích, thì rất có thể công năng hệ thống tiêu hóa bị bệnh biến. Cần nói rõ là, qua điều trị, bệnh tật khỏi rồi, thì móng tay vẫn có thể trở lại màu sắc khỏe mạnh.

9. Móng tay người trẻ tuổi có nhiều vân dọc có thể nói rõ hệ thống hô hấp bị bệnh chăng?

Chúng ta cần biết, từ móng tay để phân biệt tình hình sức khỏe của một người, không chỉ xem hình dạng và màu sắc móng tay, trên móng tay xuất hiện vân dọc cũng nói rõ tình hình cơ thể có biến đổi. Những vân dọc này xuất hiện nói rõ cơ thể bị mệt mỏi quá và thần kinh mệt mỏi, có hiện tượng thần kinh suy nhược.

Thông thường người tuổi tác cao, tinh lực bị tiêu hao không dễ bổ sung, người dễ cảm thấy mệt mỏi, cho nên móng tay của người trung niên và người già đều có loại vân dọc. Vì vậy, ở người cao tuổi xuất hiện vân dọc thì cũng không lạ lắm gì, nhưng nếu ở người trẻ tuổi mà xuất hiện vân dọc thì chứng tỏ hệ thống hô hấp rất có thể bị bệnh vì loại vân dọc này có liên quan với tật bệnh của hệ thống hô hấp, nhẹ thì do mệt mỏi mà bị cảm mạo, nặng thì vị viêm phổi, viêm phế quản hoặc hen thở mạn tính. Vì thế, người trẻ tuổi một khi phát hiện móng tay xuất hiện vân dọc, thì nên sớm đề phòng. Kiểm tra kịp thời, phòng ngừa bệnh phát nặng.

10. Móng tay dạng gộp cua hoặc dạng cái muôi canh có phải là triệu chứng bệnh kết hạch không?

Trong các loại hình móng tay, có một loại móng tay được gọi là “móng tay kết hạch”. Đó là móng tay dạng gộp cua hoặc móng tay dạng muôi canh. Loại móng tay này vừa tròn vừa to, nên theo ý nghĩa của nó, người có loại móng tay này dễ mắc bệnh kết hạch, nhưng dĩ nhiên không thể khẳng định phàm người có móng tay kết hạch đều mắc bệnh kết hạch, nhưng người có móng tay kết hạch dễ mắc bệnh kết hạch.

11. Móng tay vừa rộng vừa ngắn dễ mắc bệnh không mang thai chăng?

Chúng ta phải làm rõ, móng tay như thế nào thì gọi là móng tay rộng. Nói chung, móng tay rộng là nói móng tay có chiều rộng lớn hơn chiều dài, ví dụ chiều rộng và chiều dài của móng tay theo tỷ lệ 3/5 mà móng tay lại đặc biệt ngắn. Thế thì người đàn ông có loại móng tay này có thể mắc bệnh vô tinh trùng, nếu là nữ thì có thể mắc bệnh không mang thai.

Người có móng tay vừa rộng vừa ngắn thì thường cơ quan tình dục có bệnh. Cho nên cần phải chú ý, phát hiện sớm bệnh, tích cực điều trị khi bệnh còn chưa quá nặng để duy trì hạnh phúc gia đình.

12. Móng tay hơi dẹt có ẩn chứa bệnh đường ruột không?

Thông thường, móng tay bình thường là nhô cao hơn ngón tay, sau đó từ bên cạnh nhìn móng tay, nó phải hơi cong cong có hình vòng cung nhất định.

Nếu đường cong của móng tay gần bằng 0, móng tay ở hình dẹt thì chứng tỏ công năng hệ thống tiêu

hóa hơi kém, dễ mắc chứng tiêu hóa tồi và viêm dạ dày mạn tính.

Người có móng tay dẹt tuy hằng ngày hầu như không có bệnh nhưng vẫn ngầm có dạ dày ruột suy yếu, vì vậy những người này nên giữ thói quen ăn uống điều độ, không nên phàm ăn phàm uống, để tránh phát bệnh đường ruột ảnh hưởng tới sức khỏe.

13. Móng tay uốn cong xuống dưới, phải chăng nội tiết mất điều hòa?

Đặc trưng của nó là, móng tay hơi dài thì uốn cong về phía lòng bàn tay như móng chim vậy, vỏ móng dày, biến hình, màu cà phê, mặt móng lồi lên tụt xuống, không sáng loáng.

Người có móng lưỡi câu, rất có khả năng là nội tiết mất điều hòa hoặc công năng của hệ thống tuần hoàn bị trở ngại như khí trệ, ứ huyết, bị phong, co gân, v.v... Nếu bạn thấy xuất hiện móng lưỡi câu, không nên bỏ qua, nên đến bệnh viện kiểm tra xem nội tiết có bị mất điều hòa không, công năng hệ thống tuần hoàn có bị trở ngại không, kịp thời phát hiện bệnh tình và nhanh chóng điều trị.

14. Móng tay hình tam giác có dễ mắc bệnh tủy cột sống và bị tê liệt không?

Đặc trưng của nó là: phần ở đầu ngón tay thì to mà phần gốc thì nhỏ.

Người có móng tay hình tam giác dễ mắc bệnh tủy cột sống và bị tê liệt, nếu móng tay hình tam giác hiện màu trắng nhợt hoặc màu vàng chứng tỏ bệnh đang phát triển, cần phải điều trị ngay, không để bệnh phát triển nặng lên, gây phiền phức không cần thiết.

15. Móng tay đặc biệt lớn tại sao dễ mắc bệnh hệ thống hô hấp?

Đặc trưng của nó là: móng tay dài bằng 1/2 đốt cuối của ngón tay, chỗ 1/3 móng tay hẹp, 2/3 dưới đặc biệt rộng.

Người có móng tay lớn, nhìn bề ngoài tựa hồ khỏe mạnh, thực ra móng tay lớn lại biểu thị sức khỏe có vấn đề, đặc biệt là người có móng tay to mà ngón tay nhỏ, công năng hệ thống hô hấp như phổi, họng, khí quản đều không tốt, đồng thời người có móng tay lớn, ngón tay nhỏ hay bị viêm phổi, viêm phế quản, cho nên loại người này nên phải luôn nhớ, làm việc phải lượng sức, không được làm quá mệt mỏi, nếu không dễ dẫn tới hệ thống hô hấp bị bệnh.

16. Móng tay ngắn mà nhỏ là triệu chứng hệ thống tuần hoàn có vấn đề chăng?

Đặc trưng của nó là: bề dài bề ngang của móng tay đều nhỏ khiến người ta nhìn thấy có cảm giác xinh xắn.

Người có móng tay nhỏ và ngắn là triệu chứng hệ thống tuần hoàn có vấn đề, đặc biệt là người từ 50 tuổi trở lên; nếu có móng tay như vậy, hằng ngày phải chú ý đến sự biến đổi của màu sắc. Nếu móng tay có màu hơi hồng, biểu thị huyết áp tăng cao, nếu loại móng tay này màu hồng thì vấn đề đã khá nghiêm trọng, nếu không khám và điều trị, để mặc nó phát triển e rằng sẽ mắc bệnh tim, huyết ở não bị tắc, tràn máu não, động mạch xơ cứng. Vì vậy một khi xuất hiện chứng trạng này, phải mau mời thầy thuốc kiểm tra.

17. Móng tay dài và hẹp là do thiếu canxi gây nên?

Đặc trưng của nó là, móng dài mà hẹp, độ dài của móng vượt quá 1/2 đốt thứ nhất mà bề rộng không bằng 1/2 móng. Thông thường loại móng này thường mềm, giòn và yếu.

Loại móng này là do thiếu canxi, dinh dưỡng mất điều hòa gây nên, phần lớn biểu thị cột xương sống bị bệnh, rất dễ mắc bệnh tủy xương sống, có khi còn dẫn tới gai cột sống, cho nên người có loại móng này cần phải cẩn thận đề phòng.

18. Hai đầu móng tay nhỏ là hệ thống tâm huyết quản không được kiện toàn chăng?

Đặc trưng của nó là: hai đầu móng tay thon nhỏ, ở giữa rộng ra, đóng mở như quả trám, người có móng tay hai đầu nhỏ, hầu hết hệ thống tâm huyết quản không được kiện toàn hoặc dễ bị viêm cột sống, cần phải đặc biệt lưu tâm.

19. Người có móng tay ở giữa cao lên dễ mắc bệnh hô hấp chăng?

Đặc trưng của nó là: chỗ giữa móng tay cao lên, hai đầu rủ xuống, hình giống như cái sọt. Người có móng tay cao ở giữa, dễ mắc bệnh thở, phổi kết hạch, hoặc đau mạng sườn, đặc biệt là 10 đầu ngón tay đều ở dạng này với mức độ khác nhau, càng dễ mắc bệnh hệ thống hô hấp, không được coi thường bỏ qua.

20. Móng tay lật ra bên ngoài là triệu chứng tủy cột sống mắc bệnh chăng?

Đặc trưng của nó là: móng tay lật về phía mu bàn tay, giữa móng lõm xuống, hình dạng như cái muôi canh, thậm chí chỗ lõm xuống có thể đựng được hai giọt nước.

Người có móng tay lật ra ngoài thường thấy xương tủy bị bệnh, trúng độc cồn rượu, hoặc bị bệnh phong thấp. Những năm gần đây người ta phát hiện hiện tượng này có liên quan nhiều tới việc thiếu chất sắt trong cơ thể. Các nhà chuyên gia nghiên cứu cho rằng, nếu trong cơ thể thiếu chất sắt nghiêm trọng, vỏ móng tay có thể thay đổi không rõ rệt. Một khi vỏ móng biến dạng, có khuynh hướng móng lộn ngược, dù không có chứng trạng thiếu máu, cũng nên nghĩ tới trong cơ thể thiếu chất sắt, cần chú ý dùng lòng đỏ trứng gà, gan động vật, các loại đậu và rau xanh, đó là những món ăn có hàm lượng sắt cao.

21. Móng tay có hình cái dùi, tại sao nói là móng tay vỏ pha lê đồng hồ?

Móng tay hình cái dùi, hình dáng của nó giống vỏ pha lê mặt đồng hồ ngày xưa, là hình tròn nổi gờ lên, cho nên lại gọi là “móng tay đồng hồ pha lê”.

Người có móng tay hình cái dùi, có thể mắc bệnh tim bẩm sinh, chứng cường tuyến giáp trạng và viêm phế quản, chứng giãn phế quản, phế khí thũng, phế kết hạch, phế nung mủ, phế có vi trùng lao, v.v...

Nếu móng tay của bạn đột nhiên biến thành hình dùi, có thể nói đó là dự báo của bệnh phổi. Loại bệnh thuộc hệ thống hô hấp này phần lớn thuộc mạn tính, ít ho, thở khó khăn, phát sốt, có lúc chỉ có triệu chứng rất nhẹ nên dễ coi thường. Có một số người bệnh sau khi xuất hiện móng tay hình dùi, qua kiểm tra kết quả phát hiện có u phổi thời kỳ đầu. Nhưng không phải tất cả những người mắc bệnh phổi đều có móng tay hình dùi, nhưng ở một số tình huống đặc biệt thì có móng tay hình dùi là triệu chứng mắc bệnh.

22. Móng tay mềm mại tại sao phần lớn thấy ở nữ thanh niên?

Móng tay cứng thường tùy theo người. Móng tay của trẻ con thường mềm và mỏng, còn móng tay của người già thường cứng và dày. Thông thường, sự đàn hồi và mềm mỏng của móng tay thường theo tuổi tác tăng lên mà giảm bớt, cho nên móng tay người già thường ít giãn nở và cứng.

Nếu móng tay của người lớn mà mềm yếu khác thường, có thể liên quan với nhiều mô hôi, cũng có thể mắc chứng viêm thần kinh đoạn chót, viêm khớp xương tê dại, công năng tuyến giáp trạng bị suy giảm và bệnh ở mạc tạng. Thông thường chứng mềm móng tay thường thấy ở nữ thanh niên, nếu do nguyên nhân nói trên gây nên thì nên đến bệnh viện kiểm tra.

23. Móng tay có đốm vàng là triệu chứng thân thể không tốt chăng?

Móng tay của người khỏe mạnh hiện lên màu phấn hồng, nếu màu sắc móng tay không như thế thì cần phải xem tình hình sức khỏe có chuyển xấu không. Nói chung, nếu móng tay xuất hiện màu vàng, đặc biệt là khi xuất hiện đốm vàng thì có thể mắc bệnh ở hệ thống tiêu hóa, không hẳn là bệnh loét ruột non đã trở nên nghiêm trọng. Xuất hiện tình hình này nên mau đến bệnh viện kiểm tra, dù cho mắc u dạ dày, u đại tràng nếu phát hiện sớm và điều trị kịp thời vẫn có khả năng chiến thắng bệnh tật.

24. Móng tay đỏ rực có phải là triệu chứng bệnh đa huyết không?

Thông thường, một người khi thiếu máu, bạch hồng cầu trong huyết hạ thấp, nhan sắc cũng trở

thành trắng bệch. Khi hồng tố của huyết tăng lên, qua móng tay có thể phát hiện màu sắc đỏ rực ở lòng móng tay. Nó dự báo người này có thể mắc bệnh “đa huyết chứng”.

Bệnh “đa huyết chứng” thường phát sinh ở nam giới tuổi trung niên, chứng trạng của nó là mệt mỏi, đau đầu, đầu choáng, tai ù, hô hấp khó khăn. Nhưng những chứng bệnh này không phải do ngoại thương dẫn đến, mà cần cảnh giác với bệnh tật của toàn thân, đặc biệt bệnh tật ôn nhiệt (bao gồm cả bệnh truyền nhiễm), tốt nhất nên đến bệnh viện kiểm tra để tránh nguy hại về sau.

25. Lòng móng tay xuất huyết có phải là viêm tâm nội mạc ác tính không?

Trong tình hình móng tay xuất huyết, nhất là xuất huyết ở tuyến lòng móng tay rõ rệt, đó là do vi huyết quản ở thành móng tay xuất huyết gây nên, huyết dịch thuộc loại tuyến thẳng, sắc huyết lúc đầu là hồng đào, sau đó biến thành màu sẫm, lâu ngày không giảm, dù ra sức nặn chỗ xuất huyết, màu sắc cũng không mất.

Xuất huyết ở lòng móng tay thường thể hiện “viêm tâm nội mạc ác tính”, nguyên nhân chính gây xuất huyết là do vi huyết quản ở thành móng bị vi khuẩn nhỏ xâm nhập gây tắc nghẽn, do áp lực tăng mà gây nên xuất huyết ở lòng móng. Ngoài ra, còn bệnh máu trắng, bệnh loãng máu và bệnh viêm khớp cũng dễ gây ra chứng trạng này. Vì vậy, một khi phát hiện chứng bệnh này, nếu không phải do ngoại thương gây nên, phải đến bệnh viện kiểm tra ngay.

26. Huyết quản ở lòng móng tay giãn nở là triệu chứng của bệnh xuất huyết chẳng?

Vì huyết quản ở lòng móng tay giãn nở, trong móng tay xuất hiện đốm hồng, hiện tượng này khác với xuất huyết trong móng tay. Xuất huyết trong móng tay, màu sắc của đốm huyết và vị trí đều không cố định mà điểm hồng trong huyết quản giãn nở ở lòng móng tay sẽ không di động, không biến sắc, dù cho dùng sức ép móng tay, điểm hồng tuy có mất dần, khi buông tay ra vẫn trở lại như cũ.

Huyết quản ở lòng bàn tay giãn nở thường mắc phải bệnh xuất huyết, loại bệnh này thường mang tính gia tộc, mà ngũ quan, nội tạng, khu não đều sẽ xuất huyết, đó là bệnh biến của tiểu tĩnh mạch và mao tế huyết quản thường do sự thiếu xuất huyết mà lâu dần thành bệnh thiếu máu. Hiện tượng này tuy không nhiều, nhưng không thể không chú ý.

27. Móng tay trắng nhợt là hiện tượng thiếu máu chẳng?

Đặc trưng của nó là: cả móng tay hiện vẻ trắng nhợt. Khi anh dùng ngón tay ấn xuống hoặc nâng lên chẳng có biến đổi gì, thậm chí chẳng có một chút sắc huyết gì. Người có móng tay nào, phần lớn có hiện tượng thiếu máu, hoặc dễ xuất hiện bệnh nhiệt, bệnh tim, huyết áp khác thường, phải đề cao cảnh giác.

28. Dưới lòng móng tay có đốm trắng là trong cơ thể thiếu canxi, thiếu silic chẳng?

Đặc trưng của nó là: nhìn qua móng tay, có thể nhìn dưới lòng móng có một hoặc mấy điểm đốm trắng. Xuất hiện hiện tượng này, biểu hiện trong cơ thể thiếu

canxi, silic và có ký sinh trùng. Mặt khác loại người này hơi mắc chứng thần kinh, dễ mệt mỏi, hoặc lao lực quá độ dễ mắc bí đại tiện theo thói quen. Ngoài ra nếu trúng độc thuốc hoặc nicotin cũng dễ xuất hiện chứng trạng này.

29. Tầng ngoài của lòng móng tay biến trắng có phải bị trở ngại về dinh dưỡng không?

Đặc trưng của nó là: tầng ngoài của lòng móng tay xuất hiện một hoặc mấy điểm mấy tuyến biến trắng, ấn tay xuống thì mất, nhấc tay lên thì trở lại như cũ.

Người có móng tay loại này, nếu không bị ngoại thương thì có thể dinh dưỡng bị trở ngại hoặc gan bị xơ cứng, bệnh thận mạn tính, cần đến bệnh viện kiểm tra kỹ.

30. Khi trên móng tay xuất hiện dải màu trắng, tại sao là tín hiệu nguy hiểm?

Đặc trưng của nó là: trên móng hình cong xuất hiện một hoặc mấy sọc màu trắng, dù dùng sức ấn xuống, sọc màu trắng vẫn không mất.

Người có loại móng tay này, có thể mắc chứng thấp bạch cầu. ở gần đầu vòng cung hiện màu trắng, ở đầu xa hiện màu đỏ, dễ mắc chứng huyết chất. Trên vỏ móng có đốm trắng, đốm trắng trên vỏ móng và đốm trắng dưới vỏ móng là khác nhau, điểm trắng nhỏ trên móng, người ta dễ biết sự hình thành của nó, nếu điểm trắng di động (nó tùy theo sự lớn lên của móng, dần dần di động lên trên, thậm chí tự nhiên biến mất) là thuộc về vỏ móng mà không phải là lòng móng. Loại điểm trắng nhỏ này thường phát sinh ở thời kỳ trẻ nhỏ hoặc là ở đàn bà.

Xuất hiện hiện tượng này, có thể do thiếu dinh dưỡng, hoặc do bị ngoại cảm lây nhiễm, cũng có thể do trúng độc thạch tín, hoặc mắc các chứng bệnh khác.

31. Móng tay đổi màu đen tại sao phải cảnh giác?

Đặc trưng của nó là: móng tay đen trầm tích, mang hình dáng dây hoặc sợi hoặc dây hình dọc.

Xuất hiện hiện tượng này, có thể là do kháng thuốc hoặc kim loại gây nên, cũng có khả năng là do u màu đen, bệnh atilins, bệnh cõxins, bệnh máu vàng, v.v...

Móng tay xanh vàng là do nguyên nhân gì?

Đặc trưng của nó là: móng tay hiện màu vàng hoặc xanh, vỏ móng tay dày lên, hình vòng cung biến mất, độ cong tăng lên.

Xuất hiện hiện tượng này, có khả năng bị sưng limpho, viêm hung mạc, viêm khí quản mạn tính, chứng màu trắng hồng cầu thấp, bệnh viêm gan hoàng đản.

32. Móng tay co lại do nội tiết tố gây nên chăng?

Đặc trưng của nó là: vỏ móng tay co lại và mỏng nhỏ đi. Có chứng trạng trên, phần nhiều do rối loạn nội tiết tố, bệnh Lenos, bệnh vàng da bẩm sinh và một số bệnh truyền nhiễm cùng bệnh toàn thân.

33. Móng tay giòn cứng là do thiếu oxy hoặc nhân tố bẩm sinh gây nên?

Đặc trưng của nó là: vỏ móng tay mỏng đi, trở nên giòn cứng, mất đi màu sáng bóng, xuất hiện vết nứt. Xuất hiện chứng trạng trên, có thể là thiếu oxy hoặc do nhân tố bẩm sinh gây nên nhưng thường thấy ở cơ năng tuyến giáp trạng và chuyển đổi axit amin bị trở ngại, chất kali bị kích thích lâu dài, thiếu sinh tố A và B,

cũng có khả năng mắc phế phí thũng hoặc bị thiếu máu thiếu chất sắt, cần được chú ý.

34. Móng tay xuất hiện rãnh dọc là triệu chứng tâm lực suy yếu chăng?

Đặc trưng của nó là: ở giữa móng tay xuất hiện một rãnh dọc dọc đứng, từ gốc móng tay phát triển ra phía trước rõ rệt nhất là ở ngón cái, theo thời gian mà di chuyển rồi biến mất.

Người có loại móng tay này thường là tâm lực suy nhược, dễ phát bệnh, nói chung khi trên mặt móng tay xuất hiện vân dọc rất sâu là biểu thị đường ruột hoặc cơ quan hô hấp mắc bệnh, đặc biệt với người hút thuốc và sinh hoạt không có nền nếp càng cần cảnh giác.

35. Móng tay bị bong do nguyên nhân gì?

Đặc trưng của nó là: vỏ móng và lòng móng bong dần về phía gốc móng, bộ phận bong ra ở dạng nửa hình tròn, có cái là hình toàn vòng tròn.

Xuất hiện chứng trạng này, nếu như lâu dài không tiếp xúc với chất kali thì có khả năng do nhiễm khuẩn, hoặc bị viêm rãnh móng, chất tăng sinh ở dưới góc móng, chứng da cứng, bệnh giang mai, bệnh vẩy nến, v.v...

36. Móng tay xanh tím hình bán nguyệt tại sao phải đặc biệt coi trọng?

Thông thường, người có móng tay hình bán nguyệt thì có sắc trắng màu sữa, nếu màu trắng này bỗng nhiên biến thành xanh tím, thì phải đặc biệt lưu ý.

Thông thường khi bệnh tim phát lên, do tĩnh mạch nhỏ đầu cánh tay huyết ứ trệ thiếu oxy, lúc này huyết thường mang màu xanh, da nổi xanh, móng tay hình bán nguyệt đổi màu xanh tím, thì cần phải đặc biệt chú ý.

37. Móng tay hình bán nguyệt biến màu lam có phải là tuần hoàn huyết dịch có vấn đề không?

Những chuyên gia y học cho rằng, nếu móng tay hình bán nguyệt đột nhiên biến màu lam, có khả năng là tuần hoàn huyết dịch có vấn đề như mắc bệnh tim, bệnh Lenos, choáng tổng hợp Lenos biểu hiện chủ yếu là động mạch ở ngón tay và ngón chân bị co cứng. Trong đó, móng tay cũng biến màu lam. Nếu móng tay biến màu lam vào mùa đông lạnh rất có thể liên quan tới mạch nhọt sưng đỏ và viêm khớp.

38. Móng tay hiện màu nâu là tín hiệu hắc sắc tố cấp tính chăng?

Đó là một trong những tín hiệu nguy hiểm nhất của móng tay, đặc trưng của nó là một mảng to đơn độc, hoặc nhiều mảng nhỏ hợp thành một miếng, vị trí thường thấy nhất ở móng ngón tay cái.

Xuất hiện chứng trạng này là tín hiệu sắc tố cấp tính, đặc biệt là khi màu nâu này mở rộng từ móng tay đến xung quanh ngón tay thì sự nguy hiểm càng lớn, không thể không đề phòng.

39. Người mắc bệnh viêm gan trên bàn tay có đặc điểm gì?

Viêm gan thuộc phạm trù bệnh lây nhiễm. Chúng ta biết, gan là cơ quan tàng trữ huyết dịch trong cơ thể, cơ năng hoạt động, tinh lực sung mãn là dựa vào sự nuôi dưỡng của huyết Sách *Nội kinh* nói: “Chân nhờ có huyết mới đi được, bàn tay nhờ có huyết mà nắm được, ngón tay nhờ huyết mà cầm được vật”. Vì vậy màu sắc của bàn tay có thể phản ánh cơ năng hoạt động của gan. thậm chí sắc mặt cũng nói lên vấn đề này. Nếu kim tinh

khâu đi theo tuyến sinh mệnh, hoặc giữa một tỉnh khâu và đệ nhất hỏa tỉnh khâu có nhiều điểm đốm màu tối thì có khả năng mắc bệnh gan.

Nếu tuyến sức khỏe mờ không rõ, hoặc phát hiện bị đứt thì có thể là viêm gan lâu dài, nếu ở ba tuyến sinh mệnh, trí tuệ, tình cảm đều là màu vàng nâu, thì có thể bị viêm gan mang bệnh hoàng đản.

Từ màu tro chuyển sang màu hồng sẫm, có khả năng gan bị xơ cứng.

Ví dụ, trên tay một người đã có chứng trạng như trên, mất lại hiện lên màu vàng tối hoặc đục thì khả năng bệnh gan càng lớn.

40. Đàn bà bị u bầu vú trên bàn tay có những triệu chứng gì?

U bầu vú là một chứng bệnh đàn bà hay mắc nhất. Bệnh này tuy không uy hiếp lớn đến tính mệnh nhưng thường làm người bệnh chán ngán nhất.

Đàn bà chữa bệnh u vú nếu sớm điều trị tận gốc thì rất dễ, nếu để u mở rộng, thì khó chữa khỏi tận gốc. Như vậy nên đề phòng sớm là tốt hơn.

Thông thường, u vú có tín hiệu trên bàn tay. Nếu ở thái dương khâu bên dưới ngón vô danh của đàn bà phát hiện màu lá khô thì cần phải đề cao cảnh giác, nếu màu lá khô phát triển đến thổ tỉnh khâu thì càng nguy hiểm.

Đương nhiên nếu chỉ dựa vào màu sắc ở thái dương khâu thì chưa đủ phán đoán u vú được chính xác, chúng ta còn phải xem các vân tuyến khác trên bàn tay, nếu tuyến sức khỏe thô to hơn tuyến tình cảm thì có nhiều khả năng là u vú. Nếu trên tay đã phát hiện hai chứng trạng trên mà bầu vú đã sưng và ấn xuống có cảm giác

đau, thì phải nên đi chụp phim ngay hoặc siêu âm, hóa nghiệm, không nên lơ là bỏ qua.

41. Từ tuyến cườm tay có nhìn thấy dấu vết chứng vô sinh của đàn bà không?

Ở phía dưới bàn tay, tức cườm tay cũng nằm trong bộ phận nguyệt khâu, là bộ vị quan trọng để kiểm nghiệm bệnh tật của đàn bà, đồng thời cũng dùng nó để phán đoán vận may, tiền của, danh tiếng của đàn bà, tuyến cườm tay là bộ phận quan trọng nhất.

Với đàn bà mà nói, tuyến cườm tay lý tưởng nhất là có 3 đường trở lên, thẳng mà không đứt. Nếu có tuyến cườm tay như vậy, không chỉ vận khí tốt và cũng không lo có bệnh tật nặng.

Nếu như tuyến cườm tay của đàn bà đều cong về hướng lòng bàn tay, loại tướng tay này dễ mắc chứng vô sinh, dù có mang thai cũng dễ bị sảy hoặc khó sinh, nhất là sau khi có thai rồi, vẫn có tướng tay như vậy, càng cần chú ý, nó nói lên công năng giữ thai của người mang thai đã suy yếu nhiều. Nói như vậy, không phải là hết cách chữa, khi phát hiện sớm bệnh tật bạn điều trị, và uống thuốc đều đặn, xoa bóp bàn tay có tác dụng giữ thai tương đối tốt.

42. Bí đại tiện ở bàn tay có triệu chứng gì?

Bí đại tiện là nói đi đại tiện không thông sướng.

Nguyên nhân gây nên bí đại tiện có nhiều, một người ăn uống không điều hòa, hoặc tư lự quá nhiều, dương khí trong cơ thể không đủ, hàn từ nội sinh, đông kết ở dạ dày và ruột, đại tràng không có sức đẩy ra, v.v... đều có thể gây nên bí đại tiện.

Một người nếu thường xuyên bí đại tiện, không chỉ ảnh hưởng đến ăn uống và công tác bình thường, chất thải của thức ăn bài tiết không dễ, chất độc dễ ở lại trong cơ thể tác quái. Thông thường, người hay mắc chứng bí đại tiện, ở tướng tay có vết tích dễ tra ra. Nếu ở tuyến sinh mệnh, men theo hướng kim tinh khâu có nhiều chi tuyến vân tay nhỏ nhô ra, thế thì đó là triệu chứng bí đại tiện.

Ví dụ, tuyến sinh mệnh đã có quá nhiều tuyến vân tay nhỏ, nhưng không sinh ra tuyến bí đại tiện, như vậy cũng gây nên chú ý, vì rằng tín hiệu bí đại tiện đã phát ra, nhất định phải tìm biện pháp khắc phục trước mới được.

Chữa bí đại tiện không khó, nếu đến các thầy đông y già hỏi ý kiến sẽ dễ dàng được điều trị. Có một số bài thuốc bí truyền trong dân gian uống rất hiệu quả như thường uống mật ong là kiến hiệu, v.v...

43. Thần kinh suy nhược có triệu chứng gì ở vân tay?

Người mắc chứng thần kinh suy nhược, nhiều người cho rằng số đông là người lao động trí óc, người lao động chân tay ít mắc hơn. Quan điểm này tuy có lý lẽ nhất định, nhưng trên thực tế người lao động chân tay cũng dễ mắc chứng thần kinh suy nhược.

Chứng thần kinh suy nhược thường quan hệ trực tiếp với tâm tư, tình cảm con người, khi một người đang phẫn phơ đắc ý thì không mắc bệnh thần kinh suy nhược, chỉ khi công việc không thuận lợi, bị va vấp nhiều mà trong lòng lại không khoan khoái, mới dễ mắc chứng thần kinh suy nhược.

Triệu chứng của thần kinh suy nhược biểu hiện ở vân tay nếu ở tuyến sinh mệnh hiện lên dạng bện thừng không theo quy tắc mà trên tuyến trí tuệ có mấy đường

ngang cắt qua, thậm chí cắt thẳng trên tuyến sinh mệnh, thế thì người này có thể mắc chứng thần kinh suy nhược. Nếu như ở cuối tuyến sinh mệnh có nhiều chi tuyến chồng nhau đan xen, điều này nói rõ bệnh thần kinh suy nhược của người này tương đối nặng, ban đêm lại mất ngủ, khi ngủ hay nằm mơ.

Ngoài ra, còn có thể thấy người này thần kinh mệt mỏi, nhất là hai mắt không có thần khí, mà chứng mất ngủ làm cho sắc mặt trắng nhợt, thiếu máu, có lúc nhàn cầu xuất huyết. Bệnh này không đáng sợ, tăng cường rèn luyện thân thể sẽ khỏe.

44. Người mà thận tạng hư nhược, có triệu chứng gì ở bàn tay

Thận là nguồn gốc sinh mệnh của cơ thể con người, cho nên gọi là “gốc của tiên thiên”. Công năng chủ yếu của nó là tàng tinh, có tác dụng xúc tiến cơ thể phát dục, hai là chủ thủy dịch, có tác dụng chủ yếu thay đổi thủy dịch trong cơ thể được cân bằng. Tạng thận một khi có tật, nhẹ thì đau lưng, phù nề, tay chân rã rời, nặng thì trí nhớ suy kém, răng lung lay, rụng tóc, cơ năng tính dục suy nhược. Nghiêm trọng hơn thì xuất hiện liệt dương, lãnh tinh, không con, đàn bà thì xuất hiện dạ con hư hàn, đới hạ nhiều, hoặc không mang thai.

Người có tạng thận hư nhược, nhất định sẽ biểu hiện ở tướng tay. Một là ở dưới nguyệt khâu bàn tay xuất hiện vân ô vuông hoặc chữ thập, hai là ở cuối tuyến sinh mệnh gần cườm tay, ở cả hai tay đều xuất hiện vân chổi quét đan xen và trực tiếp giao xuống tuyến cườm tay. Người có hai loại vân tay đồng thời xuất hiện trên bàn tay, cơ bản mắc phải bệnh tạng

thận hư nhược mà lịch sử bệnh tương đối lâu. Ngoài ra, người mắc bệnh tạng thận hư nhược, cũng có thể nhìn thấy ở tai. Thông thường người có khuyết khẩu đột nhiên lõm xuống ở mép trên của tai thì thận thường không tốt mà mắc bệnh thận đã mấy năm đến mười mấy năm.

45. Cơ quan sinh dục mắc chứng u ở tuyến sinh mệnh có triệu chứng gì?

Ở phía dưới tuyến sinh mệnh và ở phía dưới tuyến sức khỏe, hai nơi này đều có vân đảo (xoáy tròn) mà màu sắc nhạt (xem hình 48) như vậy ngâm ám thị hệ thống cơ quan sinh dục có thể có u.

Tuy nhiên người có loại tướng tay như vậy không thể nói ai cũng mắc chứng u, nhưng loại tướng tay này quá dễ mắc chứng u.

46. Tật mắt có thể nhìn thấy ở tuyến tình cảm không?

Phát hiện tuyến tình cảm ở phía dưới ngón vô danh khác thường. Như vậy cần chú ý xem mắt có tật bệnh gì không, vì rằng từ bàn tay với sức khỏe mà nói, ngón vô danh chủ yếu dùng để phán đoán thần kinh trung tâm thị giác và tình hình sức khỏe của hệ thống thần kinh.

Nếu ở tuyến tình cảm phía dưới ngón vô danh xuất hiện vân đảo, thế thì mắt có thể phát sinh bạch nội chướng, mắt xanh.

47. Hói đầu ở bàn tay có triệu chứng gì?

Nếu một người ở đuôi tuyến trí tuệ, về tướng tay xuất hiện vân đảo, rất có thể xảy ra hói đầu. Vì rằng

một người dùng não quá độ, hoặc bị sức ép về tinh thần quá nặng, trên tuyến trí tuệ nhất định để lại vết tích. Đương nhiên, nếu dùng thuốc hoặc do chứng bệnh khác thì không nói.

48. Người uống rượu hại gan ở bàn tay có triệu chứng gì?

Chúng ta biết, gan là một trong năm tạng. Tạng gan không chỉ có công năng tàng chứa huyết dịch và có tác dụng điều tiết lượng huyết. Theo nhu cầu của cơ thể, nó cho huyết dịch chảy khắp toàn thân.

Nếu uống rượu quá nhiều, không chỉ làm thần kinh tê liệt, mà còn làm tê liệt cả gan, khiến tạng gan vận hành không điều hòa, không thể làm việc cung cấp huyết cho toàn thân được bình thường, lâu ngày gan sẽ sinh bệnh. Ngoài ra, cồn rượu quá nhiều, còn làm cho gan trúng độc. Người uống rượu quá nhiều mà tổn hại gan, thường ở tuyến sức khỏe có hình con rắn hoặc hình làn sóng. Nếu một người nghiện rượu, dưới ngón trỏ xuất hiện điểm ứ huyết nho nhỏ màu sẫm, nếu tuyến sức khỏe là hình con rắn, thế thì gan rất có khả năng mắc bệnh. Một khi phát hiện mắc bệnh gan, cần điều trị kịp thời trước tiên phải cai rượu, nếu không bệnh nặng lên, sẽ khó điều trị.

49. Người có ngón tay hình cái chày, có phải mắc bệnh tim bẩm sinh không?

Chứng trạng đặc biệt là, đầu ngón tay to bè ra, hình cái dùi. Nếu có hình dạng ấy, có thể mắc bệnh tim bẩm sinh ác tính, viêm nội mạc có vi trùng, phế khí thũng, phế u và giãn phế quản, cần được coi trọng đúng mức.

50. Ngón tay hình chìa khóa ngược có phải mắc chứng thiếu máu không?

Chứng trạng đặc biệt là: ngón tay có móng tay lộn ngược hoặc hình chìa khóa mà biến cong hoặc ở mép móng tay có hiện tượng lõm móng tay lộn ngược.

Móng tay có hình dạng này, rất có thể mắc bệnh thiếu máu thiếu chất sắt, cần được coi trọng.

51. Ngón tay dạng hình thoi là mắc bệnh phong thấp viêm khớp chăng?

Chứng trạng đặc biệt là: đốt thứ 2 của ngón tay sưng to biến dạng mà khớp của ngón tay hai đầu lại tương đối nhỏ, hình thành giữa to hai đầu nhỏ như hình thoi.

Ngón tay có hiện tượng như vậy, có thể bị phong thấp viêm khớp ngón tay hình vuông là tiêu chí của mạnh khỏe chăng?

Đặc trưng của nó là: cả ngón tay hầu như bề rộng và bề dày đều như nhau, đầu ngón tay bằng và đều.

Người có loại ngón tay này, tuy thân thể cơ bản mạnh khỏe, nhưng có lúc bị thần kinh suy nhược và bị kết sỏi, cho nên không nên coi thường.

Người có ngón tay hình ống tròn có phải dễ mắc bệnh ở ngực không.

Đặc trưng là: ngón tay hình ống dài tròn, đầu ngón tay hơi nhọn, hình như cái dùi.

Người có loại ngón tay này dễ mắc u lồng ngực (bao gồm bệnh trong lồng ngực), cần phải chú ý định kỳ kiểm tra lồng ngực, để phòng bệnh phát.

52 Ngón tay nhỏ mà dài dễ mắc bệnh đường ruột và bệnh uất không?

Đặc trưng là: ngón tay dài, nhỏ, nhọn.

Người có loại ngón tay này, dễ mắc bệnh đường ruột và bệnh uất, cần phải tích cực rèn luyện, để phòng bất trắc.

53. Ngón tay có quá nhiều vân hình cung, có dễ mắc chứng vô sinh không?

Vân hình cung là loại vân tay tương đối giản đơn, đặc điểm của nó là mấy hình vân cong mà song song, từ một cạnh bên này của ngón tay chạy sang cạnh bên kia, ngón giữa lồi gờ lên hình cung, không cấu thành 3 điểm giao nhau. Vân hình cung thuộc vân âm tính của ngón tay.

Nói chung, người có vân hình cung không ảnh hưởng đặc biệt tới sức khỏe con người, nếu có quá nhiều vân hình cung dễ mắc bệnh vô sinh, bệnh ở hệ thống tiết niệu, buồng vú, tinh hoàn và bệnh thần kinh, cần phải chú ý.

54. Vân ngón tay tạp loạn, là thể chất không kiện toàn chăng?

Vân ngón tay không hoàn chỉnh và tạp loạn thuộc phạm trù vân ngón tay khác thường bao gồm vân ngón tay không phát dục hoặc phát dục không tốt, vân ngón tay co liệt. Nếu loại vân này mọc ở ngón tay cái, hoặc mấy ngón tay đều có, người này hẳn bị chứng bẩm sinh không tốt, hoặc là thể chất không kiện toàn, thường ngày phải tăng cường rèn luyện.

Ngón tay cái dẹt là người có triệu chứng thể chất kém không?

Ngón tay cái là ngón quan trọng nhất trong 5 ngón tay, quan sát ngón tay cái có thể đoán ra thể chất di truyền xấu hay tốt và công năng tủy não khỏe hay yếu.

Nói chung ngón tay cái tròn mà to, các đốt dài bằng nhau là khỏe. Nếu ngón cái dẹt và mỏng, thể chất người ấy yếu, nếu có hiện tượng cong vênh, thường là thần kinh suy nhược, nếu không tăng cường rèn luyện, sẽ mắc nhiều bệnh tật.

55. Ngón cái thường ôm lấy lòng bàn tay là triệu chứng thể chất kém chăng?

Sức của ngón cái biểu hiện ra có quan hệ mật thiết với sức của sinh mệnh, thông thường ngón cái trẻ sơ sinh đều nằm trong lòng bàn tay, sau khi lớn lên, ngón cái dần dần có sức, mà cho đến tuổi già, do cơ năng sinh lý lão hóa, ngón tay cái hay co rút lại, thường hay co vào lòng bàn tay như thời kỳ sơ sinh. Nếu còn là thanh niên, ngón tay cái cũng hay nằm trong lòng bàn tay chứng tỏ thể chất người ấy tương đối kém, hoặc mắc chứng bệnh gì. Với loại người này, việc rèn luyện thân thể vô cùng quan trọng.

56. Ngón tay cái xuất hiện vân đan xen là nhắc nhở người ta phải nghỉ ngơi chăng?

Mặt ngón tay cái nếu xuất hiện vân đan xen “X” hoặc vân hoa tinh thì chứng tỏ cuộc sống của người ấy không có nề nếp hoặc tiêu hao sức lực quá nhiều, dễ gây nên bệnh. Nếu ở ngón tay cái xuất hiện vân này, nhắc nhở người ta cần chú ý nghỉ ngơi và phải bồi dưỡng thân thể, tăng thêm thể chất.

Đầu ngón tay cái xuất hiện sắc hồng. Người bình thường ở đầu ngón tay cái thường màu phấn hồng hoặc trắng xen hồng, nếu ở đây hiện lên màu hồng sẫm thì phần lớn mắc bệnh viêm gan mạn tính hoặc dễ mắc bệnh này. Nếu bàn tay và đầu ngón tay út đều hiện lên

màu hồng mà móng tay không trắng, rất có nhiều khả năng viêm gan, cần phải quan tâm.

Đốt 2 ngón cái nhiều vân tán loạn dễ mắc bệnh đau đầu chẳng? Nếu phát hiện đốt 2 ngón cái, các tuyến vân lẫn lộn không rõ, hoặc cả đốt 2 nhiều vân tán loạn, dễ mắc bệnh đau đầu, mất ngủ, v.v... Nếu phát hiện bản thân có tình hình như vậy, phải biết cách dự phòng.

Đốt ngón tay cái ngắn cứng có phải dễ mắc cao huyết áp không?

Theo sự quan sát của những nhà y học, đốt ngón cái ngắn và quá cứng khó cong lại thường dễ mắc cao huyết áp, đau đầu, bệnh tim và trúng phong, cần đề phòng.

57. 3 đốt ngón trở không đều nhau là biểu hiện thân thể không tốt chẳng?

Thông thường ngón trở tròn đẹp khỏe mạnh, 3 đốt đều nhau, hoặc từ dưới lên trên rút ngắn dần thì tốt, ngoại hình thẳng, khít với ngón giữa, là biểu hiện cơ năng gan mật lành mạnh.

Đốt 1 ngón trở quá dài, sức khỏe hơi kém, đốt 2 quá thô, chất canxi hấp thu không cân bằng, xương, răng dễ bị hỏng sớm, đốt 3 ngắn quá dễ mắc bệnh thần kinh, cần quan sát tình hình biến đổi khác thường mà dự phòng.

Ngón trở cong vênh là nên cải thiện trạng thái tâm lý chẳng?

Ngón trở người bình thường lẽ ra thật thẳng, nếu ngón trở lệch về ngón giữa hoặc cong vênh, hoặc cong về phía sau móng tay, là biểu hiện từ đường bên trong có hiện tượng phá hoại, cần chú ý tăng cường tu dưỡng tư tưởng, cải thiện trạng thái tâm lý.

58. Đốt 1 ngón trở xuất hiện hoa tinh là triệu chứng sinh hoạt không có nề nếp chẳng?

Theo các thầy thuốc quan sát, mặt đốt đầu ngón trở xuất hiện hoa tinh hoặc vân chữ thập, biểu hiện người ấy sinh hoạt không nề nếp, ảnh hưởng tinh thần và thể lực. Điểm này, dứt khoát phải tin như vậy.

59. Giữa ngón trở và ngón giữa có kẽ hở là hệ thống tiêu hóa có vấn đề chẳng?

Nguyên nhân làm cho ngón trở và ngón giữa có kẽ hở, không ngoài do xương to thô, hoặc do thịt ở đốt gây không lấp đầy, chỗ gây thường ở gốc ngón tay.

Theo các thầy thuốc quan sát, giữa 2 ngón tay có lỗ hồng, phần lớn là hệ thống tiêu hóa có vấn đề, có người là công năng tỳ vị suy yếu, hấp thu không đủ so với tiêu hóa, tạo thành thiếu chất dinh dưỡng, mà lỗ hồng giữa ngón tay nói rõ vị yếu, hệ thống tiêu hóa có bệnh nặng.

60. Người mà ngón giữa trắng nhợt có phải là công năng tâm huyết quản có bệnh chẳng?

Ở một số người, màu sắc ngón giữa không giống các ngón khác, thường bị trắng nhợt mà lại gầy nhỏ, loại người này phần lớn do công năng tâm huyết quản không đủ, hoặc mắc bệnh thiếu máu, cần sớm có dự phòng.

Đốt 1 ngón giữa ngắn quá là triệu chứng khu trung tâm thần kinh không tốt chẳng?

Nói chung, đốt 3 ngón giữa nên dài nhất, tiếp đến đốt 2, đốt 1 ngắn hơn một chút. Nhưng nếu như đốt 1 quá ngắn, biểu hiện thể năng của người ấy kém, thần kinh trung tâm không cân bằng, cần đặc biệt chú ý rèn luyện thân thể để nâng thể lực.

61. Người có ngón giữa quá dài dễ mắc bệnh huyết quản tâm não chẳng?

5 ngón tay của một con người, ngoài ngón cái đứng riêng, còn ngón giữa là nổi bật nhất, bình thường ngón giữa bằng $\frac{7}{8}$ bề ngang bàn tay, bằng $\frac{4}{5}$ chiều dài bàn tay, nếu vượt quá tiêu chuẩn này là ngón giữa quá dài.

Người có ngón giữa quá dài, dễ mắc bệnh huyết quản tâm não, dễ thất tình uất kết. Vì vậy cần rèn luyện thân thể và tu dưỡng bản thân, gặp việc phải mình miễn thoảng đạt.

Ngón giữa quá ngắn, có triệu chứng bệnh gì?

Nếu ngón giữa không đủ tiêu chuẩn nói trên, đều gọi là ngón giữa ngắn. Nhưng nhiều người có thói quen quan sát bằng mắt để đánh giá, cũng đại thể quan sát được ngón giữa có ngắn không.

Có người nói, ngón giữa ngắn dễ mắc bệnh tim, cũng có người nói, người có ngón giữa ngắn về già dễ mắc bệnh phổi và bệnh thận. Dù cách nói khác nhau, nhưng vẫn cho rằng có triệu chứng bệnh, cần đề cao cảnh giác.

62. Ngón vô danh trắng nhợt và nhỏ là công năng của thận và hệ thống sinh dục kém chẳng?

Ngón vô danh mạnh yếu cùng với sức khỏe của thân thể có quan hệ mật thiết với hệ thống tiết niệu và xương cốt mạnh yếu. Nói chung ngón tay tròn đẹp cứng, đốt ngón tay không rối loạn là tốt.

Nếu như ngón vô danh của một người nhỏ bé và trắng nhợt là biểu hiện tạng thận và hệ thống sinh dục yếu, nếu không cảnh giác sẽ mắc bệnh, cần phải đặc biệt lưu tâm.

63. Đốt 2 của ngón vô danh xuất hiện hai đường vân ngang là ngón tay thuốc chằng?

Trên mặt đốt 2 của ngón vô danh, nếu xuất hiện 3 đường vân ngang song song tên là “vân đoán bệnh” (lại có tên là ngón tay thuốc) là báo hiệu người ấy có bệnh mạn tính. Tuyến vân này tùy theo sức khỏe xấu tốt mà tăng hay giảm, đó là nghiệm chứng lâm sàng của các thầy thuốc, tính chính xác khá cao.

64. Đốt thứ 3 của ngón vô danh xuất hiện vân ô lưới là mắc bệnh nội thương thất tình chằng?

Người thường, nếu đốt thứ 3 của ngón vô danh xuất hiện ô lưới là biểu hiện mắc bệnh nội thương thất tình, cần chú ý điều tiết tâm tính.

65. Ngón út ngắn là do thận khí không đủ chằng?

Độ dài của ngón út bình thường thường lấy ngay đốt 1 của ngón vô danh làm tiêu chuẩn, nếu vượt quá tiêu chuẩn này là ngón út dài, ngắn hơn tiêu chuẩn này là ngón út ngắn.

Y học hiện đại cho rằng, người có ngón út ngắn thường thận khí không đủ, người có ngón út đặc biệt ngắn, thường não tủy trống rỗng, ngoài thận khí không đủ ra còn đau đầu, tai ù, lưng đau.

66. Ngón tay cương cứng do nguyên nhân gì gây nên?

Tin rằng mọi người đều đã từng thể nghiệm này, vừa buông vật nặng xuống hoặc tay lộ trong giá lạnh, tay sẽ tạm thời bị cứng, những hiện tượng này có lúc do một số bệnh gây nên. Ví dụ, viêm khớp phong thấp mạn tính, hệ thống thần kinh nào khác thường.

Khi mới ngủ dậy, động tác ngón tay không linh hoạt, đó là triệu chứng ban đầu của viêm khớp phong thấp mạn tính, điều trị sớm thì bệnh không nặng lên.

67. Viêm bàng quang có triệu chứng trên bàn tay là gì?

Người mắc bệnh viêm bàng quang thường biểu hiện ở tay như sau:

1. Tuyến trí tuệ men theo nguyệt khâu kéo dài xuống dưới, giữa đường bị cắt, và sinh ra nhiều đường vân nhỏ xíu.

2. Ở gốc ngón út sinh ra nhiều đường vân.

68. Loét dạ dày ở bàn tay có triệu chứng gì?

Kiểm tra một người có bị loét dạ dày không, đầu tiên phải xem ở giữa mu bàn tay, vì rằng vị trí này gọi là “khu hung mạch” là nói dự báo rất quan trọng về loét dạ dày. Nếu ở nơi hiện màu sẫm ứ huyết, hiện có cục cứng, ấn vào đau, thì chứng tỏ người này rất có khả năng loét dạ dày, cần đến bệnh viện kiểm tra.

69. Bệnh đái đường có triệu chứng gì trên bàn tay?

Bệnh đái đường là do Insulin trong cơ thể thiếu tương đối hay tuyệt đối. Tụy cao huyết đường tố phân tiết tăng nhiều gây nên bệnh nội tiết, đường mỡ, protein và sinh tố, nước, điện giải thay thế hỗn loạn, theo bệnh tình có thể phân thành nhẹ, vừa, nặng, cũng có thể phân thành loại hình ỹ lại Insulin và loại hình ỹ lại không Insulin.

Loại ỹ lại Insulin phát sinh nhiều ở lớp trẻ, phát bệnh nhanh và nặng, phiền khát, uống nhiều, đi tiểu nhiều, ăn nhiều, gây mòn, có thể hôn mê, ceton trong máu dương tính, trúng độc axit.

Loại y lại không Insulin phát sinh ở người từ 40 tuổi trở lên, bệnh nhân thường là người béo, phát bệnh chậm. Bệnh nhẹ không phát sinh trùng độc trong ceton, uống nhiều, đi tiểu nhiều, ăn nhiều, gầy mòn. Bệnh đái đường hiện lên ở tướng tay là:

1. Trên nguyệt khâu có nhiều đường vòng cung ngắn.
2. Người mắc bệnh đái đường lâu ngày thì vân trên tuyến sinh mệnh không thành hình vòng cung mà là vân đường thẳng hoặc lượn sóng kéo dài.
3. Xuất hiện móng tay kiểu chìa khóa.

70. Bệnh xuất huyết não có triệu chứng gì ở bàn tay?

Não xuất huyết là huyết quản trong não bị vỡ, huyết dịch đi vào trong não làm não bị ép, sưng căng lên, hoại tử mà sinh ra đau đầu, nôn mửa, tay chân rã rời, hôn mê, não xuất huyết thường trong 6 giờ thì ngừng, thường thấy ở người bệnh cao huyết áp từ 50 tuổi trở lên.

Não xuất huyết là bệnh bột phát, thông thường người bệnh bỗng thấy đau đầu, nôn mửa, nói không rõ, tay chân rã rời, bị nặng thì co rút, hôn mê, đại tiểu tiện đi tùy ý.

Tuy nó là bệnh bột phát, nhưng trước khi phát bệnh, ở tướng tay có triệu chứng:

1. Tuyến sinh mệnh hiện lên nông mà nhạt, xem ra rất rộng nhưng lỏng lẻo không có sức.
2. Tuyến sinh mệnh, tuyến trí tuệ, tuyến tình cảm đều có cục huyết ứ màu sẫm, dùng tay ấn vào màu sắc vẫn không thay đổi (xem hình 60).
3. Tuyến trí tuệ thô nhỏ không đều, chỗ đứt chỗ lồi.
4. Người mắc bệnh cao huyết áp nếu cả hai tay đều màu hồng như nước trà thì có triệu chứng sẽ tràn máu.

5. Phía dưới ngón giữa có vân như ngôi sao hoặc nhiều tạp tuyến.

6. Một tình khâu dưới ngón trỏ cao hơn các khâu khác cũng có thể là triệu chứng xuất huyết.

71. Bệnh phong thấp có chứng trạng gì ở bàn tay?

Bệnh phong thấp bao gồm viêm khớp phong thấp, bệnh tim thấp, phong thấp là một loại bệnh đau đớn, biểu hiện ở tướng tay là:

1. Nói chung, cơ bắp trên tay trơn bóng.

2. Khớp ngón tay sưng lên, cảm thấy đau.

3. Người mắc bệnh phong thấp ở đầu tuyến tình cảm có tuyến phụ.

4. Kim tình khâu, nguyệt khâu đều không đầy, sức nâng yếu.

5. Cuối tuyến sinh mệnh tách thành đôi, khai khẩu tương đôi rộng.

6. Ngón út, ngón đeo nhẫn cong là chứng phong thấp bị tê dai.

7. Từ cuồn tay tới nguyệt khâu xuất hiện sắc đen hoặc sẫm, có thể thấp phong thấp đã tản rộng ra lưng.

Bệnh phong thấp tuy không khó chữa, có nhiều cách chữa, chỉ cần theo chứng mà cho thuốc, không phải là không có hy vọng.

72. Phổi kết hạch có triệu chứng gì ở bàn tay?

Bệnh kết hạch là do vi khuẩn kết hạch gây nên bệnh truyền nhiễm mạn tính, có thể nhiễm ở các cơ quan toàn thân nhưng kết hạch phổi là thường thấy nhất.

Người bị kết hạch phổi, hay sốt nhẹ về chiều, mất sức, kém ăn uống, sút cân, ra mồ hôi trộm, ho, thường là

ho khan, có chừng 1/3 bệnh nhân khạc huyết, ngoài ra còn biểu hiện ngực đau, khó thở.

Phổi kết hạch trước kia là bệnh khó chữa, bị tử vong nhiều. Y học thời nay phát triển nên bệnh phổi kết hạch không còn đáng sợ nữa, chỉ cần điều trị kịp thời thì sẽ khỏi bệnh.

Bệnh phổi kết hạch biểu hiện ở tướng tay như sau:

1. Móng tay rất mỏng, bề mặt cong, chứng tỏ bộ phận hô hấp tương đối yếu.

2. Ở móng tay xuất hiện rãnh ngang, phần lớn là bệnh kết hạch.

3. Khởi điểm của tuyến sinh mệnh bị một số đường ngang nhỏ cắt đứt.

4. Đoạn cuối tuyến tình cảm chia nhiều nhánh.

5. Trên tuyến sinh mệnh và tuyến trí tuệ có những râu nhỏ.

6. Ngón út cong, chứng tỏ ở lồng ngực bị viêm.

7. Ở ngón út, đốt ngón đeo nhẫn có gân xanh lồi lên, biểu lộ ở ngực bị ứ huyết.

73. Cảm mạo, viêm họng ở bàn tay có triệu chứng gì?

Cảm mạo biểu hiện mũi, họng, bị viêm là chính thường có ở mùa thu, đông, xuân. Thông thường bệnh phát nhanh, họng bị ngứa hoặc sốt nhẹ, hắt hơi, mũi tịt, chảy nước mũi, mới đầu chảy nước mũi trong, 2 - 3 ngày sau đổi màu, kèm họng đau. Thông thường không phát sốt, hoặc chỉ sốt nhẹ, đau đầu, khó chịu, thường qua 5 - 7 ngày thì khỏe, niêm mạc mũi sung huyết, họng cũng hơi bị sung huyết.

Cảm mạo biểu hiện ở tướng tay là:

1. Bàn tay biến thành màu sẫm, ngón út và ngón đeo nhẫn hiện gân xanh.

2. Ở khởi điểm tuyến tình cảm có nhiều tuyến nhỏ rủ xuống.

3. Người mắc bệnh cảm mạo móng tay thường hình trăng lưỡi liềm.

74. Bệnh thần kinh có triệu chứng gì ở bàn tay?

Bệnh thần kinh biểu hiện ở nhiều mặt như viêm thần kinh, cơ mặt co quắp, đau thần kinh ba chạc, đau thần kinh gối, đau thần kinh tọa, tụ huyết não, thiên đầu thống, thần kinh suy nhược, đều thuộc hệ thống bệnh thần kinh.

Bệnh thần kinh dễ mắc mà khó khỏi, nó biểu hiện ở tướng tay như sau:

1. Tuyến trí tuệ bị đứt gãy thành từng đoạn.

2. Tuyến trí tuệ xuất hiện một đảo nhỏ.

3. Tuyến trí tuệ quá nhỏ mà sa xuống.

Có một trong ba chứng trạng ấy là có khả năng mắc bệnh thần kinh.

75. Ruột non bị loét ở bàn tay có triệu chứng gì?

Ruột non bị loét là một trong những chứng bệnh về hệ thống tiêu hóa. Ruột non bị loét khi đói bụng, ở ngực có cảm giác nóng âm ỉ, bụng trên đau từng cơn, nếu ăn chút gì thì đỡ đau. Bị loét ruột non, triệu chứng ở tướng tay là:

1. Móng tay tựa hình vuông, ngắn mà rộng, bộ phận cong lưỡi liềm nhỏ.

2. Tuyến sinh mệnh không chặt chẽ, lỏng lẻo mà rộng diện.

3. Tuyến trí tuệ ngắn mà thiếu cong tròn.

4. Tuyến tình cảm ngắn mà thiếu biến hóa, gần như đường thẳng.

5. Tuyến sức khỏe đứt cửa miệng, hình sóng, nhiều người có ngón tay ngắn, mập mà thô dễ mắc bệnh này.

76. Phế quản hen thở, ở bàn tay có triệu chứng gì?

Phế quản hen thở là một bệnh do nhân tố nhạy cảm hoặc không nhạy cảm mà có phản ứng quá cao, qua dịch thể thần kinh mà dẫn tới khí quản co hẹp lại.

Phế quản hen thở có thể phân làm 3 loại hen thở đa nguyên tính, nội nguyên tính, hỗn hợp tính.

Hen thở hỗn hợp tính bao gồm hen thở nội, ngoại tính, phát lên thường năm, không có mùa vụ nào hoàn giải rõ rệt. Phế quản hen thở biểu hiện ở tướng tay là:

1. Đoạn khởi đầu của tuyến sinh mệnh có tuyến nhỏ ngang dọc vằn tản rộng ra phía ngón cái.

2. Trên tuyến trí tuệ đầy những tuyến ngang lộn xộn, tuyến sinh mệnh chéch xuống dưới, trong quá trình kéo dài có đoạn cắt.

3. Dưới tuyến tình cảm thủy tinh khâu có rất nhiều tuyến dọc nhỏ li ti sắp theo hàng.

Ngoài ra, cả bàn tay còn hiện rõ thiếu sắc huyết ở bắp thịt, bắp thịt gầy mỏng mà nhiều nếp nhăn đi chéch xuống dưới ngón tay.

77. Viêm phế quản mạn tính, ở bàn tay có triệu chứng gì?

Viêm phế quản là nói chứng viêm đặc biệt ở phế quản, niêm mạc phế quản và những bộ phận xung quanh, thường thấy ở người già. Khi nặng đồng thời có thể phát chứng phế khí thũng bị tắc hở, thậm chí mắc bệnh tim phổi mạn tính.

Bệnh phế quản mạn tính thường phát bệnh chậm, kéo dài, trước tiên là ho dài ngày, ho có đờm hoặc thở.

Thường phát cơn sau khi ngủ dậy buổi sáng, ban ngày thường nhẹ, khi sắp ngủ có cơn ho.

Viêm phế quản mạn tính biểu hiện ở tướng tay như sau:

1. Đầu tuyến sinh mệnh phân nhánh, chứng tỏ trước đây đã có bệnh ở lồng ngực.

2. Tuyến trí tuệ có đảo, chứng tỏ phổi yếu.

3. Cuối tuyến tình cảm hiện như bông lúa, chứng tỏ phế quản bị viêm mạn tính, ho lâu ngày.

4. Thở tinh khâu có tuyến nhỏ mà rối, chứng tỏ dễ bị ho.

5. Kim tinh khâu có nhiều vân nhỏ, là gân và phổi suy yếu.

Có một - hai chứng trạng trên có thể coi là có khả năng viêm phế quản.

78. Bàn tay hình vuông, có phải đến tuổi nào đó mắc bệnh huyết quản tâm - não không?

Chuyên gia cho rằng, hình dáng, độ dày bàn tay có liên quan mật thiết với thể chất, tinh lực, hoạt động của con người. Người khác nhau, bàn tay cũng khác nhau, có thể phân thành 4 loại là hình tròn, vuông, dài và hình cái thìa.

Trong 4 loại đó, hình tròn thường là sức khỏe tốt, tinh lực tràn đầy, ít mắc bệnh thất tình uất ức. Bàn tay hình vuông, tình hình sức khỏe còn được, nhưng đến tuổi nhất định dễ mắc bệnh huyết quản tâm - não. Vì vậy, loại người này lúc còn trẻ cần giữ gìn sức khỏe.

79. Người có bàn tay hình cái thìa dễ bị suy lão chẳng?

Đặc trưng của bàn tay hình cái thìa là: chỗ gập ngón tay và chỗ gập cườm tay tương đối rộng, chỗ ở giữa tương đối hẹp mà lòng bàn tay lõm xuống hình như cái thìa.

Người có loại bàn tay này, cườm tay thường thô to, gốc ngón tay cũng thô to, lúc còn trẻ, thể lực tương đối tốt, nhưng đến độ tuổi nào đó dễ suy lão, dễ mắc bệnh đau lưng, nhất là người có gốc ngón tay to.

Loại người này cần rèn luyện thân thể và hạn chế rượu, thuốc.

80. Bàn tay tự nhiên to lên là thủy não có bệnh chẳng?

Chuyên gia y học cho rằng, phần cuối của thân thể biến to khác thường là người có bệnh, nói chung người ta qua tuổi thanh niên, bàn tay không có hiện tượng biến to nữa. Nếu đến tuổi thành niên, bàn tay tự nhiên biến to thì phải xem xét bộ phận nào đó của cơ thể có bệnh. Xuất hiện tình hình này, có thể thủy não có bệnh.

Thủy não là một cơ quan cực nhỏ nặng 0,6 gam ở trong sọ não. Nó rất quan trọng cho cơ thể, các cơ quan nội tiết phân tiết ra các chất phân tiết tố đều do nó nắm quyền điều khiển. Khi thủy não khác thường, dễ gây ra nhiều bệnh tật. Như đầu tay chân phì đại thường do lá trước thủy não bị u, gây nên phân tiết kích thích tố quá thừa tức là cơ năng thủy kháng tiến.

Vì vậy, khi bàn tay tự nhiên to lên, hoặc cả tay và chân đều to lên, phải cảnh giác thủy não có bệnh, cần điều trị kịp thời.

81. Hai tay xuất hiện cứng lên và co rút là nhiễm sắc thể hiện tính di truyền gây nên chăng?

Biểu hiện của nó là: hai tay cứng và co rút lại, móng tay ngắn, mỏng và giòn, vân dọc hơi nhiều, da mu bàn tay co lại, góc ngón chân sâu vào.

Người mắc chứng này, có người cho rằng do nhiễm sắc thể hiện tính di truyền gây nên, cần được coi trọng vì chứng này dễ phát chứng u vảy, cần được kiểm tra có thể toàn diện.

82. Sắc da bàn tay sẫm, là triệu chứng cơ quan hô hấp bị bệnh nặng chăng?

Đặc trưng của nó là: màu sắc ở bàn tay và ngón tay xuất hiện đốm hoặc từng mảng xanh thẫm, tĩnh mạch ở mu bàn tay cũng hiện lên màu xanh, đó gọi là màu tía.

Người có da loại màu này cần cảnh giác, không nên lơ là, có thể mắc bệnh nặng nhất là cơ quan hô hấp, bệnh tim bẩm sinh, tim phải suy nhược, tâm lực suy kiệt, bị tắc thở và trúng độc thuốc.

83. Sắc bàn tay xanh sẫm là triệu chứng thiếu oxy hoặc trúng độc chăng?

Sắc bàn tay xanh sẫm hoặc đen có thể người ấy thiếu oxy, bị trúng độc, hoặc là hệ thống tuần hoàn suy kiệt, ứ huyết, v.v... Người mắc bệnh tim, phế khí thũng, bàn tay cũng bị đen, thường ngày nghiện thuốc hoặc tiếp xúc thường xuyên với hóa chất hoặc công nhân hóa chất, bàn tay cũng có màu sẫm tối. Gặp hiện tượng này, phải quan sát toàn diện, qua phân tích tổng hợp mới có câu trả lời chính xác, nên mời thầy thuốc kiểm tra.

84. Bàn tay trắng nhợt là triệu chứng thiếu máu chẳng?

Sắc bàn tay trắng nhợt hoặc vàng vọt, không tươi tắn, phần lớn là do thiếu máu, nếu móng tay không rõ hình bán nguyệt, mu bàn tay cũng có dạng thiếu máu thì khả năng mắc chứng thiếu máu là nhiều hơn. Nếu sắc bàn tay trắng xanh, có thể là do ứ huyết.

85. Bàn tay xuất hiện các sắc khác nhau là phản ứng của các bệnh tật khác nhau chẳng?

Người bình thường thì bàn tay sắc hồng hoặc phớt hồng, khi màu sắc biến đổi thì tình hình sức khỏe cũng khác thường như đã nói ở trên.

Ở đây nêu lên mấy loại màu sắc khác để tham khảo:

- Bàn tay có sắc màu lam, nói lên công năng đường ruột bị trở ngại.

- Bàn tay có sắc màu lục, nói lên thiếu máu hoặc bệnh ở tì vị.

- Bàn tay có sắc màu tro, nói lên tạng phủ tổn thương, nguyên khí hư hao.

- Bàn tay có sắc màu vàng đen, nói lên tạng gan bị bệnh.

- Bàn tay có sắc màu đỏ, nói lên tâm hỏa thịnh vượng.

86. Kim tinh khô không nở nang, tại sao lại thiếu nhiệt tình?

Kim tinh khô là bộ phận từ gốc ngón tay cái mở rộng ra đến cườm tay. Xem kim tinh khô có thể phán đoán tình lực và sinh mệnh mạnh hay yếu, nếu người nào có kim tinh khô đầy đặn thường là người mạnh khỏe, ngược lại người nào mà kim tinh khô không lồi gờ lên, không nở nang thì thân thể họ có thể có tật bệnh. Đặc biệt là nữ giới, ở trường hợp này thường mắc chứng

lãnh cảm. Nói chung, người có kim tinh khâu mỏng thì sờ vào tay họ thường lạnh, thiếu độ nóng. Cần chú ý đừng để tật này làm ảnh hưởng đến hôn nhân.

87. Dưới nguyệt khâu có vân ô vuông thì đàn bà mắc bệnh phụ khoa chẳng?

Phía dưới nguyệt khâu biểu hiện trạng thái sức khỏe của tạng thận, nếu ở bộ phận này xuất hiện vân ô vuông hoặc vân chữ thập thì có thể đoán định bệnh đã nghiêm trọng. Ngoài ra, còn có tuyến cắt ngang trên tuyến sinh mệnh, tình hình biểu hiện bệnh xấu đi, nguy hiểm đến tính mệnh. Nếu mắc bệnh đái đường, viêm thận, kết sỏi ở bàng quang thì phải chữa lâu dài mới mong khỏi được. Đàn bà nếu xuất hiện hiện tượng này, có thể đã mắc bệnh phụ khoa. Nhất là đàn bà đã qua tuổi trung niên dễ bị mắc bệnh do chuyển đổi lứa tuổi, cho nên khi có hiện tượng ở dưới nguyệt khâu, hằng ngày phải quan sát.

88. Ở nguyệt khâu xuất hiện vân chữ thập dễ mắc bệnh phong chẳng?

Ở nguyệt khâu có vân chữ thập to và đan xen và lúc ở tuyến tình cảm dưới ngón trỏ có hai đường song song thì nhắc nhở người ta dễ mắc bệnh phong.

89. Ở nguyệt khâu xuất hiện tuyến dọc dài và sâu, là ở chân có vấn đề chẳng?

Nếu ở nguyệt khâu có tuyến dọc dài và sâu rủ thẳng xuống mà tuyến này lại bị một tuyến ngang cắt qua thì có thể bị bệnh tê chân, cần mời thầy thuốc xem và chữa trị.

Sắc nguyệt khâu đen là đường ruột có bệnh chẳng?

Nếu một người sắc ở nguyệt khâu đen và vị trí tuyến sinh mệnh gần sát với cườm tay cũng đen, thì

biểu hiện người ấy mắc bệnh lỵ mạn tính, cũng có thể bị viêm ruột mạn tính. Qua thực tế lâm sàng phát hiện người bị viêm ruột thì dưới nguyệt khâu có những mảng tròn hoặc bầu dục màu xanh.

Ngoài ra khi dưới nguyệt khâu có những chấm đen lộn xộn, biểu hiện cơ năng tiêu hóa của người ấy kém, cần phải đặc biệt lưu tâm.

90. Đàn bà ở giữa nguyệt khâu xuất hiện tuyến ngang dọc thường mắc bệnh tử cung chẳng?

Nếu ở giữa nguyệt khâu xuất hiện tuyến ngang dọc và hình thành những ô vuông lộn xộn thì người ấy dễ mắc bệnh thận và bệnh đái đường, nếu là đàn bà thì dễ mắc bệnh tử cung. Dưới nguyệt khâu xuất hiện vân tinh thì phải chú ý cao độ hệ thống tiết niệu chẳng?

Đúng vậy, nếu dưới nguyệt khâu xuất hiện vân tinh thì người ấy mắc bệnh ở hệ thống tiết niệu, nhất là người sau tuổi trung niên dễ mắc bệnh đái đường.

Màu da nguyệt khâu tại sao khô và trắng?

Nếu màu da ở nguyệt khâu khô và trắng và thấp lõm xuống, gần lỗi xương trời, chứng tỏ người ấy hô hấp suy nhược ảnh hưởng tới sức khỏe, cần đến ngay bệnh viện kiểm tra toàn diện sức khỏe một lần, tránh bị nguy hiểm.

91. Ở mọc tinh khâu hiện lên màu tối là cơ quan tiêu hóa có vấn đề chẳng?

Mọc tinh khâu nằm ở phía dưới ngón trỏ, thường phản ánh trạng thái của cơ quan tiêu hóa. Sắc da mọc tinh khâu của người khỏe mạnh đều màu phấn hồng, nếu ở đấy hiện lên màu tối thì cần chú ý tình hình ăn uống. Nếu chỉ là do ăn uống tạm thời không

bình thường thì có thể có điểm đốm không tốt, nếu dài ngày ăn uống không bình thường thì phạm vi điểm đốm lan rộng ra.

Tình hình này chứng tỏ dạ dày và ruột bị tổn thương, ngoài ăn uống ra, nếu tinh thần buồn bực cũng không lợi cho cơ quan tiêu hóa, kết quả ở một tinh khâu xuất hiện màu da không tốt, cần được chú ý.

92. Một tinh khâu xuất hiện tuyến dọc ngắn thì phải coi trọng đặc biệt chăng?

Các khâu cũng như các tướng tay khác, đều ám chỉ một số bệnh. Có nhiều tình huống khác thường, tuyến dọc ngắn xuất hiện là một trong những tình huống khác thường đó. Nếu tuyến ngắn dọc xuất hiện ở giữa thổ tinh khâu và một tinh khâu, phải đặc biệt cảnh giác. Một tinh khâu nằm ở giữa phía dưới ngón trỏ và ngón giữa, nếu chỗ giữa khe mà xuất hiện tuyến dọc ngắn màu tối, e rằng hệ thống tiêu hóa có vấn đề, đặc biệt là gan, cơ năng của gan hoặc ruột non bị mất bình thường nghiêm trọng. Ở gần tuyến xuất hiện đốm đỏ, là dự báo bệnh tiêu hóa cấp tính, cho nên thường ngày không nên coi thường bộ phận này.

93. Đường vân ở một tinh khâu tán loạn là biểu hiện gan mật suy nhược chăng?

Nói chung, vị trí một tinh khâu lồi gờ cao, màu sắc phấn hồng là biểu hiện công năng gan mật tốt.

Nếu ở bộ phận này đường vân tán loạn, da thô và sắc tối là biểu hiện cơ năng gan yếu, nếu không chú ý sẽ mắc bệnh gan, cho nên khi nó biểu hiện khác thường, cần được đặc biệt chú ý.

94. Đường vân hỏa tinh khâu số 1 hỗn loạn, dễ xảy ra bệnh ở cơ quan sinh dục chăng?

Hỏa tinh khâu thứ nhất ở dưới mộc tinh khâu, chỗ này thuộc thận, nó biến hóa là nhắc nhở cơ quan sinh dục, tiết niệu mạnh hay yếu.

Nếu như đường vân hỏa tinh khâu số 1 hỗn loạn là biểu hiện dễ mắc bệnh ở cơ quan sinh dục và tiết niệu, nếu xuất hiện nhiều tuyến nhỏ như lông, hoặc đan xen, hoặc vân tinh thường thấy ở người tinh thần căng thẳng, sinh hoạt không điều độ, dễ mắc bệnh cơ quan thần kinh, cần đề cao cảnh giác.

95. Đường vân ở thủy tinh khâu tán loạn là cơ quan sinh dục và hệ thống hô hấp có bệnh chăng?

Thủy tinh khâu ở dưới gốc ngón út, là vị trí của bộ phận sinh dục và hệ thống hô hấp. Nếu đường vân ở đây tán loạn thì biểu lộ công năng sinh dục và hô hấp không kiện toàn, dễ mắc bệnh, không thể không đề phòng.

96. Sắc thủy tinh khâu tối, tại sao phải tăng cường giữ gìn tiểu trường và hệ thống tiết niệu?

Nói chung, thủy tinh khâu lồi gờ và sắc hồng nhuận là tốt, như vậy chứng minh dạ dày, ruột, tiết niệu bình thường. Nếu thủy tinh khâu sắc tối, da thô ráp, biểu lộ công năng đại tiểu trường và tiết niệu yếu, nếu là nữ thì tử cung lạnh khó mang thai.

97. Nữ giới thủy tinh khâu thấp lõm dễ bị lạnh tử cung khó mang thai chăng?

Nếu thủy tinh khâu thấp lõm, gần lồi xương lộ, sắc da khô trắng không có huyết thì bộ phận sinh dục của người ấy yếu, nếu là nữ dễ mắc tử cung lạnh khó mang

thai. Bạn nên tìm đến bác sĩ sớm để xin tư vấn kịp thời chữa các bệnh còn đang tiềm ẩn.

98. Hỏa tinh khâu thứ 2 hiện sắc hồng sẫm có dễ bị trúng phong không?

Hỏa tinh khâu thứ 2 ở phía dưới thủy tinh khâu tức là ở phía trên nguyệt khâu, nếu như từ hỏa tinh khâu thứ 2 đến nguyệt khâu hiện lên màu hồng sẫm là tín hiệu nguy hiểm, cảnh báo dễ mắc bệnh trúng phong não.

Sắc hồng đục mà tối khác với sắc phấn hồng (sắc mạnh khỏe) phải đặc biệt chú ý, dễ bị trúng phong não. Khi bệnh tình nguy cấp, sắc càng đậm, phạm vi càng lớn.

99. Hỏa tinh khâu thứ 2 có tuyến dọc là công năng hệ thống hô hấp không tốt chăng?

Nói chung, hỏa tinh khâu thứ 2 lồi gờ, sắc hồng nhuận là tốt. Nếu đường vân tán loạn, da thô ráp mà sắc tối, biểu lộ công năng hệ thống hô hấp tương đối yếu. Nếu nó thấp lõm, gân lồi xương lộ, sắc da khô trắng, biểu lộ công năng hô hấp bị lây nhiễm, có thể mắc chứng phế khí thũng.

100. Sắc thái dương khâu khô là do nguyên nhân gì gây nên?

Thái dương khâu ở dưới ngón vô danh, có thể dùng để đoán có bị u vú không. Nếu phía trên giữa thái dương khâu tức là ở phần gốc ngón vô danh mà màu sắc khô nứt thì phải nâng cao cảnh giác. Có người sắc khô này mở rộng đến thổ tinh khâu, phạm vi càng rộng thì càng nguy hiểm.

Nhưng với bệnh nặng như u vú, không chỉ căn cứ hiện tượng này mà cho rằng kết luận chính xác, còn phải tham khảo tuyến sức khỏe nữa. Nếu tuyến sức

khỏe nhỏ yếu và ở sát gần tuyến tình cảm thì càng không được coi thường.

Lúc này nếu sắc tuyến sức khỏe không đẹp thì càng nguy hiểm, dễ bị u vú. Khi xem tướng tay chân đoán nếu phát hiện tình hình đáng sợ này, càng phải thận trọng và đến thầy thuốc.

101. Đường vân thái dương khâu tạp loạn dễ mắc thần kinh suy nhược chẳng?

Thái dương khâu là cơ quan cảm giác, cơ quan vận động. Nếu loại vân này tạp loạn thì người ấy dễ mắc thần kinh suy nhược, u động mạch, và thần kinh mắt kém.

102. Người ở thái dương khâu có vân đảo, thị lực kém chẳng?

Nếu một người ở thái dương khâu có vân đảo, hoặc tuyến tình cảm ở vị trí thái dương khâu có vân đảo, biểu lộ thị lực người ấy kém, cần chú ý giữ gìn mắt.

103. Thổ tinh khâu sưng phù, tim có vấn đề chẳng?

Thổ tinh khâu ở dưới gốc ngón giữa, ở đây biểu hiện tạng tim, và công năng hệ thống tuần hoàn huyết quản.

Nếu thổ tinh khâu bị sưng phù, tuyến vân tạp loạn thì biểu lộ người ấy dễ bị bệnh ở hệ thống thần kinh, tai mũi tê liệt, lở ghẻ.

104. Thổ tinh khâu mờ tối là công năng tim kém chẳng?

Nói chung thổ tinh khâu lồi gờ cao, sắc phấn hồng, vân không loạn là tốt. Người nào tim tốt, thị lực tốt thì có thổ tinh khâu như vậy.

Nếu sắc của thổ tinh khâu mờ tối, công năng tim thường yếu dễ mắc bệnh tim và huyết quản tim, cần

được coi trọng. Nếu vị trí ở đấy lõm thấp, gân xanh lồi lên thì biểu lộ tâm lực người ấy suy nhược, hoặc tâm hỏa vượng, cần chú ý điều trị. Thông thường bàn tay người ta có ba tuyến chủ tức là tuyến sinh mệnh, tuyến trí tuệ, tuyến tình cảm mà tuyến sinh mệnh là tuyến quan trọng nhất. Nó ở chỗ ngón cái chạy thẳng xuống, hình thành một khu vực độc đáo, có ý nghĩa đặc biệt. Nó có thể biểu lộ thể chất, sức sống, năng lực, sức khỏe của con người và có thể đoán ra một số bệnh tật. Có người cho rằng tuyến sinh mệnh dài hay ngắn là có ảnh hưởng, trên thực tế chưa đủ chứng cứ. Một tuyến sinh mệnh có sức khỏe tốt thì gân phải sâu và trong sáng, phạm vi bao quát rộng, khí sắc hồng nhuận, không đốm không đứt, đó là thân thể mạnh khỏe, tim và tì vị đều tốt, tinh lực dồi dào. Ngược lại, một khi sức khỏe có vấn đề hoặc nội tạng có bệnh, cũng sẽ biểu hiện lên tuyến sinh mệnh.

105. Vân đảo trên tuyến sinh mệnh hiện màu nâu sẫm là mang ý nghĩa gì?

Phần trên, phần giữa tuyến sinh mệnh có vân đảo mà màu sắc đục thì vấn đề rất nghiêm trọng. Nếu vân đảo mà màu tối thì dạ dày không tốt, nhưng như thế chưa nghiêm trọng nếu dần dần biến thành màu nâu sẫm, có thể có u dạ dày.

106. Phần trên và phần giữa tuyến sinh mệnh có nhiều vân đảo là mang ý nghĩa gì?

Tuyến sinh mệnh uốn cong theo kim tinh khâu, nếu phần trên và giữa có một số vân đảo là biểu lộ hệ thống tiêu hóa có tật bệnh, điều này nói rõ người này lúc thường không chú ý đến vệ sinh ăn uống, hoặc phạm ăn phạm uống, hoặc ăn uống không theo quy luật, những

vân đảo này xuất hiện, tuy dạ dày, ruột chưa có phản ứng gì, chưa đau đớn gì nhưng thực ra công năng tiêu hóa đã xuống rất thấp.

Nếu vân đảo trên tuyến sinh mệnh hiện lên rất rõ, rất có thể dạ dày hoặc ruột non bị loét, cần phải chú ý đến bệnh viện kiểm tra mới được.

107. Tuyến sinh mệnh có tuyến chị em là có ý nghĩa gì?

Tuyến chị em tức là tuyến phụ của một tuyến, điều này nói rõ sức sống của người này rất thịnh vượng, giữa chừng không xuất hiện hiểm họa gì. Trong tình hình chung không mắc bệnh nặng, dù có gặp trở ngại nho nhỏ cũng vượt qua được.

100. Tuyến tình yêu song trùng là biểu hiện tính dục rất mạnh chăng?

Nói chung, người trên tay có tuyến tình yêu song trùng (tức là tuyến tình yêu có tuyến phụ) rất hiếm. Trong ngàn vạn người chỉ có một, hai người có tuyến tình yêu song trùng thường có ý chí, sự nhẫn nại hơn người. Dù làm gì cũng làm rất hăng hái, và có hiệu suất rất cao.

Người có tuyến tình yêu song trùng, thông thường tính dục mạnh, về tình cảm hay hoa lá bên ngoài. Khi thấy bàn tay có dấu hiệu này, cần chữa trị kịp thời chức năng tình dục, để điều hòa sinh lý, tránh tật xấu xảy ra, ảnh hưởng hạnh phúc gia đình và xã hội.

109. Tuyến sinh mệnh hình con rắn, trong nội tạng có tật gì không?

Một số người trên tuyến sinh mệnh hiện theo làn sóng, lại thêm tuyến tình cảm có vân đảo, phần lớn là

triệu chứng có bệnh trong nội tạng, nhất là hệ thống tuần hoàn có thể có bệnh, cũng có thể phát sinh bệnh tim và huyết quản. Loại bệnh này trước khi phát bệnh, chứng trạng không rõ rệt, cho nên không làm người ta chú ý, cho đến khi bệnh bộc phát lúc này mới biết thì đã quá muộn. Có một số người bình thường thần thái vẫn minh mẫn, cơ thể khỏe mạnh, tinh lực dồi dào nhưng bị chết đột ngột. Sau này tra tìm nguyên nhân khi thấy phần lớn bệnh tật đã được vân tay phản ánh.

Vì vậy, trong cuộc sống, nếu bản thân phát hiện hoặc người khác có loại vân này, cần phải nhắc nhở bản thân hoặc người khác chú ý coi trọng. Đó không phải là chuyện vô bổ vì bàn tay đã phát tín hiệu cảnh báo.

110. Khởi điểm tuyến sinh mệnh hình dây xích là biểu hiện hệ thống hô hấp và hệ thống tiêu hóa có vấn đề chăng?

Ở khởi điểm tuyến sinh mệnh, tức là chỗ phía dưới ngón trỏ và ngón giữa xuất hiện liên tục vân đảo và kết thành dây xích, đó không phải là hiện tượng tốt, chứng tỏ hệ thống hô hấp và hệ thống tiêu hóa có vấn đề.

Nếu muốn phán đoán đích thực là hệ thống hô hấp hay hệ thống tiêu hóa còn phải xét các nguyên nhân khác. Ví dụ ở khởi điểm tuyến sức khỏe có vân đảo màu nâu nhạt và móng tay các ngón hiện hình tròn, hoặc ở dưới móng tay xuất hiện các vân dọc màu nâu, thì có thể xác định vấn đề ở hệ thống hô hấp. Trước đây, bệnh hệ thống hô hấp phổ thông nhất là phổi kết hạch, còn bây giờ u phổi là bệnh hệ thống hô hấp đáng sợ nhất, đặc biệt là u phổi thời kỳ đầu, tế bào u cực kỳ hoạt bát, tăng

rất nhanh, mở rộng và di truyền sang các cơ quan khác nhanh đến chóng mặt khiến người ta trở tay không kịp. Khi phát hiện có u phổi thì bệnh đã nhập cốt rồi, việc không may này chẳng mới mẻ gì, càng phải đặc biệt quan tâm.

111. Tuyến sinh mệnh quá dài, tại sao không tốt?

Tuyến sinh mệnh không phải càng dài càng tốt, nếu tuyến sinh mệnh kéo dài gần đến cuối nguyệt khâu, đó không phải là hiện tượng đáng mừng.

Phía dưới nguyệt khâu là bộ phận phản ánh mức độ sức khỏe của bộ phận sinh dục nữ giới, cả thủy tinh khâu cũng có ý nghĩa như vậy. Nếu nữ giới có tuyến sinh mệnh kéo dài đến dưới nguyệt khâu, rất có thể mắc bệnh phụ khoa, nhất là nữ giới trẻ, phần lớn do sợ xấu hổ mà không dám đi khám phụ khoa. Vì vậy, nếu có tuyến như vậy tuyệt đối không được coi thường lời cảnh báo này, bình thường nên chú ý đến tình hình sức khỏe.

112. Tuyến sinh mệnh có nhiều đường ngăn cản là sức ép tinh thần quá nặng chăng?

Một người tinh thần no đủ, tâm tính thoải mái, trên tuyến sinh mệnh hiện ra những đường vân rõ và đẹp. Nếu bị sức ép tinh thần quá nhiều, từng đường ngăn cản cắt ngang tuyến sinh mệnh.

Nếu chỉ có 2 - 3 đường ngăn cản, thường không phải để ý lắm. Nhưng nếu lúc vân nhỏ xuất hiện nhiều, có thể xác định đó là lời cảnh cáo sức ép tinh thần quá nặng. Ngoài ra, còn phải xem xung quanh khởi điểm tuyến sinh mệnh có màu xám tối không, có màu sắc ấy là nơi da dày đã bị tổn thương.

113. Tuyến sinh mệnh hình dây thừng là thân thể bị hư nhược chăng?

Có một số người trên tuyến sinh mệnh có đường ngăn cản cắt ngang qua mà bản thân tuyến mang hình dây thừng mà không phải là vân đảo, cũng khác với hình dây xích tức là tuyến bị xoắn kết mà kéo dài.

Nói chung, tuyến sinh mệnh hình dây thừng xuất hiện ở người thể lực yếu, cả về tinh thần và thể xác. Người có loại vân tay này, do tinh thần suy nhược, dễ trực tiếp phản ánh lên thân thể, nên thân thể dễ mắc bệnh, cần nên chú ý nhiều, đặc biệt là điều hòa về tâm lý, làm cho mình khỏe lên, đó là bước đầu dự phòng và chiến thắng bệnh tật.

114. Đoạn cuối tuyến sinh mệnh có nhiều đường nhánh tại sao cần chú ý kết hợp làm việc và nghỉ ngơi?

Nhiều người có thần kinh nhạy cảm khác thường, xung quanh đoạn cuối tuyến sinh mệnh thường có nhiều đường nhánh đan xen và chồng lên nhau. Nếu những đường nhánh này trở nên đen sạm là biểu hiện thần kinh quá hưng phấn mà mắc bệnh mất ngủ.

Nếu ở tay có tình hình như vậy, cần chú ý kết hợp làm việc và nghỉ ngơi để nhanh chóng loại trừ khỏi mất ngủ và lo buồn.

Ngoài ra, nếu tuyến trí tuệ cũng có màu đen sạm thì có thể là triệu chứng thần kinh quan năng, tốt nhất tâm tính nên thoải mái để tránh thần kinh bị căng thẳng.

115. Toàn thể tuyến sinh mệnh liên tục bị đứt, tại sao phải tăng cường dinh dưỡng?

Tuyến sinh mệnh trên đường đi bị đứt, dù là tình hình đứt như thế nào, đều coi là phát ra tín hiệu nguy hiểm về bệnh tật, nếu cả tuyến sinh mệnh bị đứt liên tục, càng cần chú ý. Người có thể chất hư nhược bẩm sinh phần lớn đều có tuyến sinh mệnh loại này, họ phải gánh chịu nỗi đau của bệnh và dễ mắc bệnh nặng. Vì vậy người nào có tuyến sinh mệnh như vậy, cần phải tăng cường rèn luyện, tăng cường bồi dưỡng để bù đắp cho sự thiếu hụt bẩm sinh.

116. Tuyến sinh mệnh có đường cản trở kéo dài đến nguyệt khâu là triệu chứng nội tạng phát sinh bệnh chăng?

Một số người bề ngoài xem ra rất khỏe, thực ra trong nội tạng đã phát bệnh và ngày càng trở nên xấu. Những người này do thần thái tinh nhanh, tinh lực dồi dào nên không dễ phát giác bệnh tật đang ăn mòn bên trong.

Nếu lúc thường quan sát tử mĩ vân tay thì có thể thấy một vài điểm lạ như dưới nguyệt khâu có vân ô vuông hoặc vân chữ thập và có đường cản trở cắt ngang tuyến sinh mệnh kéo dài xuống dưới, đó là triệu chứng thận tạng suy nhược, nếu là nữ giới có thể mắc bệnh phụ khoa, cần đặc biệt chú ý sức khỏe của bộ phận sinh dục.

117. Tuyến sinh mệnh ngắn và kết thúc bằng vân X, tại sao không thể coi thường?

Căn cứ hình thái tuyến sinh mệnh, có thể chuẩn xác đoán ra tình hình sức khỏe trước mắt và tương lai

của mình. Nếu phát hiện trên tuyến sinh mệnh có vân X thì phải nâng cao cảnh giác. Vân X có nguy hiểm không là do vị trí xuất hiện của nó quyết định. Vân X xuất hiện trên tuyến sinh mệnh hoặc gần đó phải nói là khá nguy hiểm, nếu như nó không tiếp xúc với tuyến sinh mệnh thì chẳng quan hệ gì.

Nguy hiểm nhất là, tuyến sinh mệnh ngắn và kết thúc bằng vân X. Qua quan sát lâm sàng, người có tuyến sinh mệnh như vậy sẽ mắc bệnh nặng. Vì vậy, cần đặc biệt quan tâm sức khỏe của bản thân, nếu thấy khác lạ, cần có biện pháp xử lý cần thiết, đề phòng bất ngờ.

118. Độ cong của tuyến sinh mệnh quá nhỏ nhắc nhở thể chất của người ấy yếu ớt chăng?

Nói chung, tuyến sinh mệnh ôm lấy diện tích kim tinh khâu càng rộng, hình thành hình bán nguyệt, thì thân thể khỏe mạnh, tràn đầy sức sống. Nếu độ cong của tuyến sinh mệnh nhỏ, diện tích vòng cung nhỏ hẹp là biểu hiện người ấy thể chất hư nhược, dễ mắc bệnh.

Có tình hình như vậy, dễ mắc những bệnh như tử cung phát dục không tốt, tử cung có u, sưng buồng trứng và khó mang thai.

119. Chỗ đứt ở tuyến sinh mệnh xuất hiện vân tinh là tín hiệu nguy hiểm chăng?

ở trên đã nói, người có tuyến sinh mệnh bị đứt, dễ mắc bệnh. Nếu chỗ đứt xuất hiện vân tinh thì đúng là phát tín hiệu nguy hiểm mắc bệnh. Nên kịp thời chữa trị.

120. Ở giữa tuyến sinh mệnh có vân đảo hình bầu dục cần phải coi trọng chăng?

Khi một người ở giữa tuyến sinh mệnh có vân đảo hình bầu dục thì cần cảnh giác sẽ xảy ra bệnh xuất huyết, thường là bệnh trĩ, hoặc là các chứng xuất huyết ở tay, sau phẫu thuật bệnh biến chứng hoặc bị ngoại thương. Nếu bản thân thấy có hiện tượng như vậy thì cần tìm rõ nguyên nhân, điều trị theo bệnh.

121. Đoạn cuối tuyến sinh mệnh có dạng hình đuôi mũi tên là biểu hiện lo nghĩ, buồn bực chăng?

Cuối tuyến sinh mệnh nếu xuất hiện tuyến như lông vũ giống đuôi mũi tên là biểu hiện thất tình uất kết, lo nghĩ buồn bực quá nhiều, cơ thể hư nhược, khí lực không đủ nên dễ sinh ra cáu giận.

Ngoài ra, qua chuyên gia quan sát phát hiện, nếu phụ nữ ở cuối tuyến sinh mệnh xuất hiện tuyến như lông vũ giống đuôi mũi tên, hoặc vân rối loạn giống rễ cây thì dễ mắc bệnh vô sinh, cần kiểm tra để điều trị sớm.

122. Cuối tuyến sinh mệnh có tuyến hình lông một bên thì dễ bị mệt mỏi chăng?

Nếu một người ở cuối tuyến sinh mệnh có tuyến hình lông một bên là biểu lộ cơ thể người ấy suy nhược, dễ bị mệt mỏi, nếu không chú ý, dễ mắc bệnh. Vì vậy loại người này phải tăng cường rèn luyện, nâng cao thể lực.

123. Cuối tuyến sinh mệnh có vân đảo là triệu chứng của bệnh mạn tính chăng?

Nếu cuối tuyến sinh mệnh có vân đảo xuất hiện, báo hiệu khi về già có thể mắc bệnh mạn tính, cần kịp thời kiểm tra thân thể, phòng ngừa bệnh phát sinh.

124. Tuyến sinh mệnh giữa đường chuyển hướng là triệu chứng bộ phận sinh dục không khỏe chẳng?

Nếu một người, khởi điểm tuyến sinh mệnh bình thường nếu giữa đường chuyển hướng về phía dưới nguyệt khâu, là biểu lộ hệ thống sinh dục không mạnh khỏe, nếu nữ giới có vân tay này thì có thể mắc bệnh phụ khoa ở hệ thống sinh dục, nếu đã mang thai phải thường xuyên kiểm tra vị trí thai, huyết áp, để tránh tai nạn.

125. Hai bên cạnh tuyến sinh mệnh có vân chữ thập theo sát là biểu hiện sức đề kháng kém chẳng?

Tuyến sinh mệnh và các tuyến khác đều thường biến đổi, cho nên chúng ta phải thường xuyên quan sát, nếu phát hiện hai bên tuyến sinh mệnh có vân chữ thập theo sát, thường là biểu hiện sức đề kháng của cơ thể kém, người ấy có thể lúc nào cũng phát sinh bệnh tật, phải tăng cường rèn luyện, để phòng bệnh tật xâm nhập.

Đoạn cuối tuyến sinh mệnh xuất hiện vân tam giác, lúc già dễ mắc bệnh tâm huyết chẳng?

Có chuyên gia cho rằng, nếu một người đoạn cuối tuyến sinh mệnh dựa sát vào bàn tay bị vân tam giác bao vây, cuối đời dễ mắc bệnh tâm huyết quản, cần phải đề phòng.

Trên tuyến sinh mệnh xuất hiện vòng tròn là triệu chứng bệnh ở mắt hoặc ở mắt chẳng?

Chuyên gia cho rằng, nếu trên tuyến sinh mệnh xuất hiện vòng tròn mà vòng tròn này ép sát vào tuyến là biểu lộ sức khỏe người ấy không tốt, phần lớn mắc bệnh mắt hoặc bệnh mắt, phải mời thầy thuốc kiểm tra.

126. Trên tuyến tình cảm có vân dây xích là người ấy có đời sống tình dục mạnh mẽ?

Nếu tuyến tình cảm có vân dây xích, kim tình khôu lại nở nang mà lại có hai bàn tay mềm mại, đàn hồi tốt, thì loại người này dù nam hay nữ đều là người có đời sống tình dục mạnh mẽ.

Người trên tuyến tình cảm có dây xích, thì năng lực tự kiểm chế tương đối yếu, tình cảm dễ rung động, và có sức hút kẻ khác giới.

Nếu tuyến tình cảm có dây xích nhưng tuyến trí tuệ lại mạnh khỏe, thì lại khác. Người có tuyến trí tuệ đẹp, thường có năng lực biết tự kiểm chế nên không bị tình cảm dẫn dắt chi phối.

127. Người trên tuyến tình cảm có năng lực kiểm chế có đặc điểm gì?

Nói chung, người có tuyến tình cảm dài, đầu nhọn mà có đan chéo, thường là nghiêm túc về tình cảm. Người có tuyến tình cảm này, thường gặp người khác giới không liếc, càng không chủ động giao tiếp với người khác giới lạ, cũng không thích săn đón người khác giới đẹp. Có thể nói, người có tuyến tình cảm này thì thường cứng nhắc vụng về trong tình cảm, nói như vậy không có nghĩa loại người này không hiểu tình cảm, không phải sinh ra thiếu thốt tình lục dục. Họ có tinh thần trách nhiệm cao, lý trí lại mạnh, nên trước một sự việc gay cấn họ biết suy nghĩ trước sau biết tự kiểm chế tình cảm của mình, để tránh những hậu quả đáng tiếc.

128. Người đàn bà được mọi người yêu thích, bàn tay có đặc điểm gì?

Trong cuộc sống đời thường, bạn thường gặp những

người đàn bà như thế này, dung mạo họ không xuất chúng lắm nhưng nhiều người đàn ông lại thích họ, có thể nói ai thấy là yêu, tình nguyện theo sự sai khiến của nàng, thích được cùng nàng hợp tác làm việc, nhất là được cùng đi công tác hay đi du lịch. Có thể nói người được ai thấy cũng yêu rất thích hợp làm công việc giao tiếp, có những việc tưởng chừng bó tay nhưng họ xuất tướng là thành công. Những người như vậy, tay có đặc điểm, là bàn tay dài, mềm mại như nhung, 10 ngón lồi cộm lên mu bàn tay mà lòng bàn tay lại rất đàn hồi, đặc điểm nổi bật nhất là trên tuyến tình cảm có nhiều nhánh vân nhỏ hướng lên trên rồi duỗi ra. Điều cần chú ý là, với những người đàn bà này, tuyến tình cảm có vân nhỏ hướng lên trên, xuống dưới (lòng bàn tay) cũng có vân nhỏ, lại đan xen ngang dọc, hướng không cố định. Với họ tuy năng lực xã giao rất mạnh, bạn khác giới nhiều, nhưng có thể sa vào tình cảm đa giác, gây nên hậu họa, có lúc không rút chân ra được, mắc chuyện chẳng lành, cần được cảnh giác mới đúng.

129. Canh trong tuyến sinh mệnh vênh lên mà đứt đoạn là biểu hiện bệnh nặng?

Nói chung, hiện tượng tuyến sinh mệnh đứt đoạn là thường thấy, chúng ta không thể thấy tuyến sinh mệnh bị đứt là phán đoán thân thể có bệnh, hoặc là gặp tai nạn gì thì căn cứ vào vân bàn tay mà quyết định.

Tuyến sinh mệnh nếu bị đứt, nhưng bên cạnh có tuyến chi em bảo vệ, chúng tỏ hóa hiểm thành lành, tuyến sinh mệnh bị đứt nhưng có tuyến chống lên, hoặc tiếp tục có tuyến kéo dài mà tương đối thẳng, điều này nói rõ tuy thân thể có bệnh nhưng không nguy hiểm. Nhưng nếu tuyến sinh mệnh sau khi bị đứt, cạnh kim

tinh khâu có rãnh vĩnh lên, vấn đề là bệnh nghiêm trọng. Như vậy là theo tuổi năm (theo số lưu niên), nhất định phải chú ý. Theo chu kỳ sinh học, đến một tuổi nhất định phải có sự đại tu về sức khỏe mà các cụ thường nói 49, 53, vì vậy khi gặp trường hợp bàn tay như thế này, không được chủ quan. Cần lưu ý đặc biệt về sức khỏe.

130. Trên tướng tay, bàn tay bị đứt là triệu chứng không lành chăng?

Bàn tay bị đứt, là một hiện tượng vân tay thường thấy, tức là tuyến trí tuệ và tuyến tình cảm hợp làm một, cắt đôi bàn tay thành 2 phần.

Người có bàn tay đứt, phần lớn cá tính cương cường, tình cảm mãnh liệt. Người có bàn tay đứt, thường làm việc quên mình nhưng một khi không thích làm, là bỏ ngay. Người có bàn tay đứt, thường không có nhiều bạn, loại người này hay tự tư, do tình cảm dễ bị xúc động, cho nên thường là phần tử “hiếu chiến”.

Còn có một loại bàn tay đứt gọi là “bàn tay giả đứt”, tức là tuyến trí tuệ và tuyến tình cảm hợp làm một, nhưng hai tuyến hợp làm một này, cong cong kéo dài xuống dưới có một nhánh tuyến trí tuệ. Người có bàn tay giả đứt thường coi trọng tình cảm hơn lý trí, hay làm việc theo tình cảm. Loại tướng tay này là tượng trưng tâm trí và tình cảm không chín muồi. Loại người này về yêu đương thường không mỹ mãn, cho nên nói người có bàn tay đứt trong cuộc sống hay gặp khó khăn, nhất là về đường con cái, vì vậy, để tránh tình cảm dễ xúc động, quá thiên lệch về tình cảm, hay tình cảm thất thường, nên tìm đến bác sĩ để thăm khám xem cơ quan nội tạng

có vấn đề gì, nhất là thần kinh không ổn định, và gan mật có vấn đề dễ gây ra câu gắt nóng vội thất thường. Sinh lý có vấn đề tiềm ẩn mới phát sinh khó khăn về con cái. Khi gặp bàn tay này khuyên bạn nên tích cực điều trị sớm khi bệnh còn chưa quá nặng, giúp điều hòa cuộc sống và quan hệ xã hội.

131. Trên tuyến trí tuệ có vân đảo là triệu chứng tinh thần mệt mỏi chăng?

Người mà trên tuyến trí tuệ xuất hiện 2 - 3 vân đảo phần lớn là chất chứa tinh thần mệt mỏi. Khi tinh thần suy kiệt hoặc bị kích thích liên tục, thần kinh căng thẳng, vân đảo ở tuyến trí tuệ dễ xuất hiện.

Có một số người cho rằng mình có sức chịu đựng căng thẳng thần kinh rất mạnh, không để ý đến những chuyện vặt, nào có biết sức ép về tinh thần đối với mình ngày một tăng lên, chờ đến lúc thừa nhận chịu sức ép tinh thần thì đã không kịp nữa. Lấy ví dụ ruột non bị loét, bệnh này có thể nói chủ yếu do sức ép tinh thần và nhục thể gây nên. Người mà trên tuyến trí tuệ có nhiều vân đảo, có tính cách dễ tích chứa sức ép tinh thần, sức ép này sẽ làm cho sự chịu đựng của dạ dày và ruột thêm nặng, vô tình không biết ruột bị loét. Còn phải xem tuyến sinh mệnh, nếu phía dưới tuyến này có vân đảo mang màu sắc lạ là dạ dày bị loét.

Tình hình nghiêm trọng nhất là, loét dạ dày nếu chuyển xấu sẽ thành u dạ dày, vì vậy không được coi thường.

132. Tuyến trí tuệ hiện dạng dây xích là thiếu kiên tâm, bền bỉ chăng?

Người có tuyến trí tuệ ở dạng dây xích, thông thường thiếu kiên tâm, bền bỉ, với một sự việc lúc tỏ

ra nóng, lúc tỏ ra lạnh, làm việc dễ chán nản, thậm chí bỏ dở nửa chừng. Đặc biệt toàn tuyến trí tuệ đều ở dạng dây xích thì thiếu ý chí, dù là việc nhỏ cũng làm anh ta lo lắng, tâm tình dễ suy sụp. Cuối cùng, rất có thể mắc bệnh thần kinh quan năng, cho nên loại người này phải luôn giữ tâm tính sáng khoái, dần dần nâng cao ý chí, thần kinh có thể nhờ đó mà được cải thiện.

133. Khởi điểm tuyến trí tuệ có đốm đen là có tật đau đầu chẳng?

Gần khởi điểm tuyến trí tuệ hoặc phía dưới ngón giữa xuất hiện đốm đen là biểu hiện có tật đau đầu, có thể do cận thị mà gây nên chứng đau đầu mạn tính, cũng có thể số kính viễn không thích hợp mà gây nên đau đầu, cần tìm ra nguyên nhân mà tránh.

134. Khởi điểm tuyến trí tuệ phân nhánh là bị thương bên ngoài não chẳng?

Nếu một người ở đầu tuyến trí tuệ phân nhánh thì biểu lộ người ấy có thể bị thương ngoài não như não bị chấn động, lẽ dĩ nhiên loại người này tinh thần không phấn chấn.

135. Khoảng cách giữa khởi điểm tuyến trí tuệ với tuyến sinh mệnh rộng là do nguyên nhân gì?

Người thường trên bàn tay tuyến trí tuệ và tuyến sinh mệnh nối lại với nhau, nhưng cũng có người hai tuyến này tách rời, khoảng cách có thể to nhỏ, nếu cách nhau từ 0,5 cm trở lên thì sức khỏe có thể có vấn đề, dễ dẫn đến khuynh hướng cơ năng cường tuyến giáp trạng khang tiến, bệnh tim, hoặc bị u, cần phải cảnh giác.

136. Tuyến trí tuệ ngắn mà gãy là triệu chứng trí não kém chắc?

Tuyến trí tuệ ngắn mà đoạn đầu cong lên trên hoặc gãy thành hai đoạn, phần nhiều do tủy não không đủ, dễ bị choáng. Do não không đủ, làm việc thường bỏ dở giữa chừng, có đầu không có đuôi, kéo dài lê thê.

Tuyến trí tuệ nếu luôn luôn đứt nối là biểu lộ người ấy do tâm lý quá căng thẳng mà dẫn tới thần kinh suy nhược, dễ bị mắc chứng mất ngủ, đau đầu, hoặc bị di chứng sau chấn thương sọ não, đặc biệt là có nhiều đường ngăn cản cắt ngang tuyến trí tuệ, cần phải chú ý loại trừ căng thẳng.

137. Tuyến trí tuệ dạng làn sóng là người không tập trung tinh lực chắc?

Nếu một người tuyến trí tuệ có vân làn sóng thì biểu hiện hệ thống thần kinh có tật, tinh lực thường không tập trung, làm việc thiếu bền bỉ, có tình trạng này thường do hút thuốc quá nhiều, sinh hoạt buông thả, sức hoạt động suy thoái. Nếu có chứng trạng này, cương quyết cai thuốc và sống có nề nếp.

138. Người có tuyến tình cảm ngắn, hệ thống tuần hoàn có vấn đề chắc?

Độ dài tuyến tình cảm phải thích hợp, tiêu chuẩn của nó là, từ trung tâm gốc ngón giữa vẽ một đường thẳng xuống dưới, tuyến tình cảm vừa đúng dừng ở giao điểm tuyến này, căn cứ theo tiêu chuẩn này mà phán đoán tuyến tình cảm dài ngắn mà đoán ra tình hình sức khỏe.

Người có tuyến tình cảm ngắn hơn tiêu chuẩn, hệ thống cơ quan tuần hoàn đại thể có vấn đề, nói một cách

khác, họ phải chú ý đến tình hình tim, huyết quản của mình, nếu tim bẩm sinh hư yếu hay bị bệnh tim, thông thường tuyến tình cảm ngăn.

139. Tuyến tình cảm quá dài cần lưu tâm bệnh cao huyết áp chăng?

Tuyến tình cảm dài quá tiêu chuẩn, kéo dài đến giữa ngón trỏ và ngón giữa là biểu lộ tim mạnh khỏe nhưng phải là bản thân tuyến tình cảm không có điểm vàng hoặc đen, đồng thời đường cong phải đẹp.

Nếu tuyến tình cảm dài đến dưới ngón trỏ, tức là ở gần mạch tĩnh mạch thì cần chú ý bệnh cao huyết áp.

140. Trên tuyến tình cảm có vân đảo, dễ bị xơ cứng động mạch vành tim chăng?

Theo sự quan sát của các chuyên gia, nhiều người mắc bệnh xơ cứng động mạch vành tim thấy trên tuyến tình cảm có vân đảo, có vảy và màu sắc.

Vì vậy nếu trên tuyến tình cảm có hiện tượng như vậy, phải chú ý đến bệnh tim, người béo mập, huyết áp cao, ceton trong mật cao. Nếu vân tay có hiện tượng như vậy khác nào bật đèn đỏ cho huyết quản và tim. Nhất là khi đoạn tuyến tình cảm ở trên ngón giữa xuất hiện vân đảo, bệnh tình đã khá nghiêm trọng vì ngón giữa đại biểu cho tim.

Giống các tuyến vân khác, tuyến tình cảm thay đổi hằng ngày, sự khác biệt vô cùng nhỏ, quả là khó quan sát. Ví dụ, cứ 3 tháng một lần, nhìn ảnh bàn tay mà so sánh thì thấy vân tay biến đổi theo cơ thể biến đổi, với người mà không yên tâm với tim và huyết áp thì nên chú ý tuyến tình cảm.

141. Người có hư vân hình lông dưới tuyến tình cảm thì huyết quản tim có vấn đề chẳng?

Nếu người có hư vân hình lông dưới tuyến tình cảm thì biểu lộ hệ thống tim huyết có bệnh, cần đến bệnh viện kiểm tra.

142. Trên tuyến tình cảm có móc ngược cần phải coi trọng chẳng?

Nếu tuyến tình cảm đến dưới ngón út hoặc ngón vô danh, không đi về phía mép bàn tay mà có móc ngược lên trên, chứng tỏ người ấy dễ mắc bệnh tim, cần phải đề phòng.

143. Tuyến tình cảm bị hai tuyến ngắn cắt thẳng là triệu chứng cao huyết áp chẳng?

Một số người có tuyến tình cảm ở phía dưới ngón giữa hoặc ngón vô danh có hiện tượng đứt nứt mà miệng nứt tương đối to. Người có loại vân này, dễ mắc bệnh ở hệ thống tuần hoàn hoặc hệ thống hô hấp, về tình cảm bị thất tình uất kết, hoặc đa sầu đa cảm, tinh thần khổ não. Loại người này nên học cách tự kiềm chế mình, giữ được tâm lý lạc quan và thường xuyên rèn luyện thân thể. Nếu tuyến tình cảm bị đứt nứt ở phía dưới ngón út và miệng nứt cách tương đối xa, biểu lộ người này tình cảm không ổn, dễ mắc chứng can dương thượng kháng, đầu đau.

144. Tuyến tình cảm xuất hiện điểm đen là biểu hiện tạng tim suy nhược chẳng?

Nếu tuyến tình cảm xuất hiện điểm đen, điểm đen này không kể ở vị trí nào, đều biểu lộ tạng tim người ấy suy nhược, nhịp đập không theo quy tắc nào. Loại người

này nên tăng cường rèn luyện nhưng không nên vận động quá mạnh.

145. Tuyến tình cảm xuất hiện màu sắc khác thường là tại sao?

Theo chuyên gia quan sát, màu sắc tuyến tình cảm có quan hệ mật thiết với tuần hoàn của tim. Vì vậy quan sát màu sắc của tuyến này có thể kịp thời phát hiện một số tín hiệu nguy hiểm.

Nói chung, tuyến tình cảm hiện màu đỏ sẫm mà da lại khô, dễ mắc bệnh cao huyết áp hoặc huyết quản não; tuyến tình cảm hiện màu tro mà khô, biểu lộ tạng gan đã phát bệnh; tuyến tình cảm có đoạn hiện xanh thẫm mà đường vân rối loạn, bề mặt khá rộng, hoặc ở dạng dây xích, dạng làn sóng thì biểu hiện cao huyết áp hoặc bệnh tim.

146. Người tự bản thân phấn đấu mà đạt được thành tích, tướng tay có đặc điểm gì?

Người ta sinh ra ở trên đời, rất khó bình đẳng. Có người từ lúc sinh ra đã sống một cuộc sống được bảo đảm, nhưng cũng có người ở hoàn cảnh khó khăn mà thành tài, dựa vào sự cố gắng phấn đấu mà đi lên, về sự nghiệp đã có những thành tích đáng mừng. Loại người này một khi vượt qua khó khăn thì có khí thế rất mạnh không gì ngăn cản nổi, nghiệp lớn sẽ thành.

Tướng tay của loại người này ít nhất có 3 đặc điểm sau đây:

1. Tuyến trí tuệ sinh ra ở trên tuyến tình cảm, và từ điểm sinh ra đã mạnh mẽ có lực, tượng trưng sức sống mãnh liệt.

2. Tuyến vận mệnh xuất tuyến ở chỗ giao tiếp với tuyến trí tuệ, có hình thái giao tiếp liên vận tượng trưng dù trăm gian khó vẫn vững vàng, có vận khí tiến thẳng về phía trước.

3. Ở giữa tuyến tình cảm có tuyến nhánh kéo dài về phía kim tinh khâu nên trong lòng bàn tay hình thành vân tam giác rất mạnh, tượng trưng bản thân có thể hoàn thành được ý chí của mình.

Người có tướng tay nói trên có thể tay trắng dựng nên cơ đồ, có thể phấn đấu trong hoàn cảnh khó khăn vươn lên và đạt được thành tích nhất định.

Người có tướng tay như vậy có nhược điểm lớn nhất là rất coi trọng tình cảm, dễ vì chuyện tình cảm mà gặp trắc trở.

Điều này chứng tỏ ngay từ khi còn bào thai nếu thai nhi khỏe mạnh thì các phủ tạng, tinh lực khỏe mạnh, tổ chất tốt là tiền đề cho con người tương lai. Vì vậy, cần chú ý khi mang thai, phải bảo vệ cho thai nhi khỏe và khi lớn lên cũng cần chú ý giữ gìn sức khỏe để kiện toàn các yếu tố cần thiết của cơ thể.

147. Tuyến sinh mệnh bắt đầu từ một tinh khâu là xấu hay tốt?

Người có tuyến sinh mệnh bắt đầu từ một tinh khâu là người có tham vọng về sự nghiệp, nếu như cả tuyến sinh mệnh rõ mà sâu, vòng cung lớn mà thông thoáng, những người có sức bền bỉ lớn, có thể nói, họ có thể là nhân tài hiếm có, một khi có cơ hội, sẽ thoát ra mà đi lên. Ngoài ra phía trên tuyến sinh mệnh xuất hiện tuyến nhánh, thế thì càng chứng minh người này nghị lực phi thường, qua gian khổ phấn đấu có thể thực hiện lý tưởng của mình.

148. Ở bàn tay có nhìn thấy nghề nghiệp thứ hai không?

Trong tình hình chung, xem cho một người có nghề thứ hai không và nghề thứ hai họ làm có thành công không và tiền đồ như thế nào, chủ yếu phải xem tuyến sinh mệnh. Nếu một người mà tuyến sinh mệnh có một tuyến nhánh đi lên đến thổ tinh khâu và song song với tuyến vận mệnh mà không tiếp xúc, biểu lộ người ấy có hai sự nghiệp và có hy vọng thành công. Nếu người ấy thái dương khâu lõm xuống, hai bên có đỉnh khâu nhô cao, thế thì có thể nói người ấy đang gặp vận tốt, tiền của dồi dào. Khi có bàn tay này, bạn nên cố gắng duy trì sức khỏe, để giữ cho bàn tay không bị thay đổi chỉ tay, vì thay đổi chỉ tay tức sức khỏe của bạn có vấn đề, và cơ may thành công của bạn lại khó đấy, vận tay không phải luôn cố định.

149. Tuyến trí tuệ và tuyến sinh mệnh riêng biệt nổi lên là có ý nghĩa gì?

Người có tuyến trí tuệ và tuyến sinh mệnh lần lượt nhô lên, biểu lộ người này ôn hòa, quyết đoán, có tinh thần dũng cảm quả quyết, dám mạo hiểm. Nếu là đàn bà thì biểu lộ, dám nghĩ dám làm, có tính cách biến báo, hành động khác lạ, ngoài dự kiến, đàn bà ly hôn thường hay có vận này. Bạn cần tìm hiểu nguyên nhân bất hòa gia đình do yếu tố tâm lý hay bệnh tật tiềm ẩn bên trong, để dẫn đến khó kiềm chế bản thân nên nhớ vận tay không phải luôn cố định mà thay đổi theo cơ thể bên trong của bạn. Vì vậy bạn có thể tự thay đổi tính cách và số phận của mình bằng cách sớm chữa trị bệnh tật

150. Tuyến trí tuệ và tuyến sinh mệnh cùng nguồn mà đi lên có ý nghĩa gì?

Tuyến trí tuệ và tuyến sinh mệnh cùng nguồn mà lên, biểu lộ người này có chí thường bị lý trí chi phối, xử sự cẩn thận chu đáo, gặp việc suy nghĩ nhiều, do dự không quyết, thường do không hạ quyết tâm mà bỏ lỡ nhiều thời cơ tốt. Người có vân như vậy, rất khó giao cho trọng trách và khó hợp tác với người khác để làm việc.

151. Trên tuyến trí tuệ xuất hiện hình tam giác là có ý nghĩa gì?

Trên tuyến trí tuệ xuất hiện hình tam giác, biểu lộ người này trí lực rất cao, mưu lược hơn người, có tài ăn nói, về mặt khoa học kỹ thuật có tiềm năng sáng tạo, có thể đạt thành công lớn.

152. Người mà hôn nhân mỹ mãn có đặc điểm gì?

Chúng ta nói hôn nhân mỹ mãn là nói vợ chồng hòa thuận, biết kính trọng nhường nhịn nhau, quan tâm chăm sóc gia đình. Hôn nhân mỹ mãn là vợ chồng không có mâu thuẫn, hoặc có thì kịp thời hòa giải, không ầm ục trong người.

Hôn nhân mỹ mãn biểu hiện ở tướng tay là: khởi điểm tuyến tình cảm có chạc, một nhánh đi về mộc tinh khâu, một nhánh đi về giữa ngón trỏ và ngón giữa. Người có tướng tay như vậy, không chỉ gia đình hòa thuận êm ấm mà còn tích lũy tiền của. Như vậy, sức khỏe của bạn tương đối tốt.

153. Tuyến tình cảm có nhiều vân lưới rữ xuống có ý nghĩa gì?

Tuyến tình cảm có nhiều vân lưới rữ xuống, biểu lộ

người này hay nói dối, tình yêu dễ thay đổi, nếu đàn bà có vân này tình cảm rất không chuyên nhất, quan niệm trinh tiết rất kém.

154. Người nhiệt tình khảng khái, ở bàn tay có đặc điểm gì?

Người mà cuối tuyến tình cảm thành dạng chảy vòng, là đặc điểm nhiệt tình khảng khái, người có tướng tay này, thích kết bạn, thích giúp người một cách vô tư.

155. Nhánh của tuyến tình cảm chảy đi là có ý nghĩa gì?

Vân nhánh tuyến tình cảm chỉ về phía Mộc tinh khâu, biểu lộ người này có thể kết hôn với người có địa vị và có liên quan đến thành tựu của sự nghiệp người ấy.

Tuyến tình cảm có một nhánh chỉ về thổ tinh khâu, biểu lộ vợ chồng hai người đều có học vấn và tiền của.

Tuyến tình cảm có một nhánh chỉ về thái dương khâu, biểu lộ người này chắc được vợ đẹp.

Tuyến tình cảm có một nhánh chỉ về thủy tinh khâu, biểu lộ này có vợ hiền.

Điều này thể hiện bạn có tình cảm, trí lực khỏe mạnh, giúp bạn tỉnh táo trong lựa chọn và gìn giữ hôn nhân.

156. Trên tuyến sức khỏe xuất hiện đảo lớn, tại sao phải chú ý đến phế khí nang?

Một số người khi xem trên vân tuyến có đảo không, khó tránh để mắt đến những đảo nhỏ, vì chỗ đảo để lại ấn tượng cho người ta là như vậy. Nhưng đảo không nhất định là nhỏ, nhất là đảo trên tuyến sức khỏe, vì rằng bản thân tuyến sức khỏe phần lớn đều mơ hồ, cho nên chúng ta thường bỏ qua đảo trên tuyến này.

Nếu trên tuyến sức khỏe xuất hiện một đảo hoàn toàn và đảo này có thể nói do bản thân tuyến sức khỏe hình thành, loại người này thường mắc bệnh ở hệ thống hô hấp, nên cần chú ý đến phổi, khí quản, họng và mũi.

Ngoài ra, tuyến sức khỏe ở dạng dây xích và nơi cho tiếp cận với tuyến tình cảm xuất hiện đảo, vân tuyến này cũng biểu hiện hệ thống hô hấp có vấn đề, có thể còn kết hạch, nhưng đừng quên kiểm tra tình hình móng tay.

157. Tuyến sức khỏe bị đứt đoạn cục bộ là hiện tượng không tốt chăng?

Thông thường, tuyến sức khỏe nông mà yếu và chỉ một đường vân không bị đứt, tuyến sức khỏe bị đứt cục bộ hoặc hình dây xích là ít nhất. Người có tuyến sức khỏe như vậy thì hệ thống tiêu hóa dễ bị bệnh tật xâm nhập, vì vậy thông thường thân thể gầy yếu, hay phải dùng thuốc đau dạ dày.

Có tình hình như vậy, phải xem giao điểm tuyến sinh mệnh có mâu tối sẫm không, có đảo không hoặc đảo nối liền. Nếu bộ phận tuyến sinh mệnh dưới ngón trở biến thành hình dây xích thì cần đặc biệt chú ý, hay đi kiểm tra sức khỏe và điều trị thì triệu chứng đó dần dần mất đi.

158. Chỗ giao nhau giữa tuyến sức khỏe và tuyến trí tuệ có đảo là triệu chứng bệnh thần kinh quan năng chăng?

Trong tình hình trên tuyến sức khỏe xuất hiện đảo và còn phải chú ý chỗ giao điểm giữa tuyến này với tuyến trí tuệ có đảo, đó là triệu chứng bệnh thần kinh

quan năng. Những năm gần đây, danh từ thần kinh quan năng không còn lạ nữa, nhưng với bản thân bệnh tật này mà nói, nó là một bệnh cần được chú ý.

Chứng trạng ban đầu của thần kinh quan năng chỉ là tâm tình buồn bực, có người sau khi làm việc về nhà, có thái độ khác lạ không muốn nói chuyện với người nhà, mà người xung quanh không phát hiện sự khác thường, chỉ cho rằng “anh ấy mệt quá”. Sau đó chứng trạng ngày càng rõ rệt hơn, gây nên nhiều khó khăn và phiền phức.

159. Tuyến sức khỏe nhỏ mà đen là lúc phải coi trọng cao nhất chăng?

Tuyến sức khỏe hơi dài và giao nhau với tuyến sinh mệnh thường mang ý nghĩa mắc bệnh nặng khá nguy hiểm. Trong biểu hiện này, nếu đường vân nhỏ yếu thì không đáng lo. Điều đáng ngại là tuyến sức khỏe to, sâu mà rõ. Nhưng tuyến sức khỏe tuy nhỏ mà có màu lam đen là tín hiệu nguy hiểm, nhắc nhở người ấy có thể mắc bệnh tim và hệ thống tuần hoàn.

Nếu tuyến sức khỏe của bạn như vậy, còn phải xem các biểu hiện khác nữa như tuyến tình cảm có làn sóng không. Kim tinh khâu có hẹp không, gốc ngón tay cái có mầu đen sẫm không, nếu khẳng định có một trong những biểu hiện ấy thì khá nguy hiểm, buộc phải chú ý.

160. Chỗ tiếp xúc giữa tuyến sức khỏe và tuyến tình cảm là màu hồng thì tim có vấn đề?

Chỗ tiếp xúc giữa tuyến sức khỏe và tuyến tình cảm biến thành mầu hồng, biểu hiện có thể mắc bệnh tim, thực ra biểu hiện này phản ánh liên quan với bệnh tim của

tuyến tình cảm. Các bạn hãy chú ý, tuyến tình cảm tuy tốt nhưng nếu có biểu hiện nói trên thì vẫn có khả năng mắc bệnh tim.

Sự thực là, nơi tiếp xúc giữa tuyến tình cảm với tuyến sức khỏe hiện màu hồng thường có hiện tượng bị đứt, người có tuyến vân này thường mắc bệnh tim. Ngoài ra tuyến sinh mệnh ở hình dạng dây xích thì tình trạng bệnh không còn lạc quan nữa. Cho nên người có vân tuyến này nên chú ý giữ gìn hệ thống tuần hoàn.

161. Tuyến sức khỏe dạng dây xích là triệu chứng bệnh mạn tính chăng?

Trên tuyến sức khỏe có quá nhiều vân đảo rồi hình thành dây xích, chứng tỏ bệnh ở tuyến hô hấp nặng lên, hoặc kéo dài thành bệnh mạn tính. Lúc này không được để kéo dài, tốt nhất đến ngay viện kiểm tra để điều trị.

162. Tuyến sức khỏe nhu nhược, gãy từng đoạn là biểu hiện hệ thống tiêu hóa không tốt chăng?

Nếu như tuyến sức khỏe nhu nhược và đứt đoạn liên tục là biểu lộ người này ngoài hệ thống tiêu hóa kém ra, thể chất cũng yếu, nếu không chỉ tuyến sức khỏe nhu nhược và đứt đoạn mà tuyến tình cảm và tuyến sinh mệnh cũng hẹp là biểu lộ khí quản hay bị cảm nhiễm và khó thở.

163. Tuyến sức khỏe đi lệch về nguyệt khâu và vân rối loạn, tại sao phải điều chỉnh cuộc sống?

Nếu một người, tuyến sức khỏe không đi ngược lên phía dưới ngón út, mà ở mép bàn tay hình thành nhiều tuyến vân loạn là biểu lộ người ấy sống không theo quy

tắc, thể lực mất nhiều thậm chí tinh lực không đủ, họ cần phải được nghỉ ngơi, điều chỉnh sinh hoạt, để bệnh tình không nặng lên, hại sức khỏe.

164. Tuyến trí tuệ đi ngang qua bàn tay, có hành vi Zetery không?

Một số người, tuyến trí tuệ dạng dây xích, đi xuyên suốt ngang bàn tay, điều này chứng tỏ này họ hay đau đầu, tính cách như mắc bệnh thần kinh. Nếu lại có tuyến phân kháng kéo dài, cắt ngang tuyến trí tuệ, thì tính cách mắc bệnh thần kinh càng nặng hơn, bị thiên đầu thống dữ dội. Có lúc tự nhiên khóc lên, nổi giận, thậm chí làm những việc rất kinh sợ, có hành vi zetery.

Nhất là khi đi thi viết, hoặc thi vấn đáp, tinh thần căng thẳng, thiên đầu thống phát lên, thành tích vì thế bị ảnh hưởng, rất có thể bị rớt, để có cuộc sống hạnh phúc, loại người này lúc thường cần tu tâm dưỡng tính, rèn luyện ý chí kiên cường, kiềm chế căng thẳng.

165. Tuyến trí tuệ bị đứt ở giữa và đan xen nhau, người ấy do dự không quyết đoán chăng?

Người do dự không quyết đoán, hoài nghi bản thân, suốt ngày khổ não buồn rầu mà không giải được, phần lớn đan xen giữa hai tuyến rất ngắn thì không ảnh hưởng mấy, nếu đan xen nhau ở bộ phận quan trọng, cự li hai tuyến ngắn hoặc hai tuyến dài thì không lợi.

Nếu chỉ là buồn bực thông thường thì không thành vấn đề, nếu buồn bực lâu dài mà hao tổn tâm thần thì sẽ mắc chứng thần kinh quan năng, loại người này bình thường nên vận động để gân cốt được

hoạt bát, tạm thời vứt bỏ mọi buồn bực để tâm linh thanh thản, thì không cần thuốc men cũng khỏi.

166. Khởi điểm tuyển trí tuệ tạp loạn là sức đề kháng kém chăng?

Khởi điểm tuyển trí tuệ của người bình thường cần rõ ràng, ngay ngắn, nếu như khởi điểm tuyển trí tuệ vô cùng rối loạn thì biểu lộ người ấy lúc nhỏ thể lực yếu, sức đề kháng kém. Loại người này cần bổ sung dinh dưỡng, tăng cường rèn luyện để bổ sung những gì bẩm sinh không đủ.

167. Trên tuyển trí tuệ có vân chữ thập, biểu lộ người ấy chính khí không đủ chăng?

Khi trên tuyển trí tuệ xuất hiện vân chữ thập dù rằng vân chữ thập rất nhỏ, cũng biểu lộ tâm lý người này không ổn định, chính khí không đủ, tâm tình khiếp nhược, lo lắng không yên. Bạn nên kiểm tra về thần kinh, gan mật có thể tiềm ẩn về bệnh.

168. Tuyển trí tuệ kéo dài đến cạnh bàn tay là phát dục chậm chạp chăng?

Có người đầu tuyển trí tuệ kéo dài đến cạnh bàn tay, loại hiện tượng này có người gọi là tuyển Xini. Đó là trước sau năm 1970, một nhà nghiên cứu người Australia tên là Xi-ni phát hiện loại vân đặc biệt này. Theo thông báo, người bị sỏi đậu lúc mới sinh, bị bệnh máu trắng và bệnh ngu si thường có vân tuyển xi-ni, mà nhiều người phát dục chậm, học tập không tốt, hành vi không tốt, những đứa trẻ có hành vi khác thường, thường xuất hiện vân xi-ni.

169. Tuyến trí tuệ ngắn mà nông, tại sao phải đến bệnh viện kiểm tra

Khi một người mà tuyến trí tuệ ngắn và nông, biểu lộ công năng thận của họ kém, tiêu hóa không tốt, dạ dày và ruột non có thể bị loét. Nếu đồng thời tuyến sức khỏe cũng đứt đứt nối nối, giữa lòng bàn tay có sắc xanh tối, bàn tay gầy mà cứng thì khả năng mắc bệnh ấy càng nhiều, cần đến bệnh viện khám và điều trị.

170. Tại sao nói tuyến sức khỏe là hàn thử biểu của thân thể?

Tuyến sức khỏe khởi đầu từ thủy tinh khâu, đi chéo qua bàn tay và dừng ở gần tuyến sinh mệnh. Tình hình sức khỏe của một người được phản ánh kịp thời qua tuyến sức khỏe.

Tuyến sức khỏe cong như làn sóng, biểu lộ thể chất người ấy không tốt, gan và mật có thể có bệnh, nếu màu sắc đen tối thì càng có triệu chứng bệnh.

Tuyến sức khỏe đứt đứt nối nối, biểu lộ người này tiêu hóa không tốt, thân thể nhiều bệnh.

Tuyến sức khỏe có giữa tuyến tình cảm và tuyến trí tuệ xuất hiện đảo nhỏ, biểu lộ tim hoặc hệ thống thần kinh có bệnh. Trên tuyến sức khỏe đầy đảo nhỏ giống như hình dây xích, biểu lộ cơ quan hô hấp có tật bệnh.

171. Bàn tay hiện hình chữ nhất dễ mắc chứng hay quên chăng?

Người có bàn tay hình chữ nhất, cơ bắp bàn tay thường mỏng, loại người này tinh lực ngày càng kém, thể chất hư nhược, dễ mắc bệnh hay quên.

Người có bàn tay nếu vừa gầy vừa cứng thì biểu lộ công năng hệ thống tiêu hóa không khỏe, cần điều chỉnh ăn uống mà nuôi thành thói quen ăn uống có điều độ.

172. Khi bàn tay có nhiều đốm ban đỏ, tại sao phải đề phòng?

Biểu hiện của nó là: mới đầu là ban đỏ nhiều hình, về sau xuất hiện từng đám phong chẩn, mụn lở, kết nốt hoặc phỏng nước, ban đỏ, đầu tiên ở mép ngón tay và nơi đối xứng của bàn tay cùng phát, rồi lan dần ra cánh tay, đùi, bàn chân, các mùa đều có.

Xuất hiện chứng trạng này, nếu không phải là người đang mang thai hoặc thể chất quá nhạy cảm, có thể do nội tiết rối loạn, những chỗ kết nốt có tật, thậm chí có thể là u ác tính. Vì vậy khi bàn tay có nhiều đốm đỏ cần chú ý.

173. Bàn tay xuất hiện đốm đỏ đối xứng, phải đi bệnh viện kiểm tra chẳng?

Biểu hiện của nó là: hai bàn tay đều xuất hiện đốm đỏ, mà lại đối xứng, giới hạn rõ ràng, không có bất cứ chứng trạng gì, trong đó lúc bắt đầu hai tay đều hồng, có cái sinh ra từ đại tiểu ngu tử, sau lan dần ra toàn bàn tay, có khi ở mặt ngón tay cũng có.

Người xuất hiện chứng trạng này, nếu đang thời kỳ mang thai, có thể là loại phong thấp, đau họng và bệnh đái đường, bệnh bạch huyết, bệnh phổi kết hạch, gan xơ cứng, dĩ nhiên, người bình thường cũng có thể xuất hiện chứng trạng này, nhưng một khi thấy nó xuất hiện, tốt nhất không nên coi thường, cần đến ngay bệnh viện kiểm tra.

174. Bàn tay hiện đốm đỏ nổi lên lâu dài là một loại dị ứng chẳng?

Biểu hiện của nó là, ở mu bàn tay xuất hiện đốm đỏ hoặc sần lâu dài, tay chân cũng thường đối xứng xuất hiện ở hai bên các màng đốm kết nốt hơi dẹt rồi gồ lên, sắc hồng nhạt và sẫm, trên mặt bóng loáng lại hơi cứng, hơi đau. Người xuất hiện chứng trạng này, có thể là một loại dị ứng, cũng có thể bị bệnh ở mật, cần được coi trọng.

175. Kẽ bàn tay xuất hiện chốc lở, tại sao không được coi thường?

Biểu hiện của nó là: chốc lở có mủ bắt đầu xuất hiện ở kẽ tay rồi dần dần lan ra lòng bàn tay, ở chân thường xuất hiện ở kẽ chân và mép kẽ chân, bệnh này nhỏ nhọn như hạt lúa, cao hơn mặt da một chút và không dễ vỡ ra, người có chứng trạng này, có người cho rằng là di truyền của gien, thực ra xuất hiện loại chứng trạng này là do lây nhiễm viêm, nội tiết bị trở ngại, không nên coi thường.

176. Hai tay xuất hiện cơ bắp bị co quắp lại, tại sao cần kiểm tra toàn diện?

Biểu hiện của nó là, tay chân đau, cơ bắp bị co quắp, kèm theo có cảm giác khác thường và đau. Khi lên cơn đau, ngón tay cái thu về bên trong, ngón tay và đốt đuôi thẳng, đốt ngón tay cong lại, khớp cườm tay và khớp bàn tay cũng bị cong lại, kẽ hai bàn chân cũng bị co, khớp đầu gối cũng co lại.

Xuất hiện chứng trạng này, phần lớn do thiếu canxi và trúng độc thạch tín, cũng có thể do công năng

tuyến giáp trạng suy yếu, mỡ não bị chảy, viêm thận mạn tính, xương bị mềm bệnh co quắp, vì vậy khi có chứng trạng này, phải kiểm tra toàn diện.

177. Sắc bàn tay hơi vàng là phản ứng của nhiều bệnh tật chăng?

Đặc trưng của nó là: da bàn tay, mu bàn tay, ngón tay đều vàng, nhất là lòng bàn tay càng rõ ràng.

Người có màu da này, nếu vồng mặ ở mắt và đi tiểu cũng vàng, phải đi khám và điều trị ngay, người có màu da này là do bản huyết, bệnh đậu tằm, sốt rét ác tính, mật kết sỏi, viêm gan, gan xơ cứng, v.v...

178. Ngón út thêm một tuyến ngang gấp là nguyên nhân gì?

Người thường ở ngón út cần có hai tuyến ngang gấp, nếu ngón út thêm một tuyến ngang gấp nữa, biểu lộ người ấy bị nhiễm bệnh nhiễm sắc thể bẩm sinh.

179. Ngón út trắng nhợt, gầy yếu là hệ thống tiêu hóa có tật bệnh chăng?

Nói chung, ngón út của người ta nhọn dài, mềm mại mà thẳng là tốt, nếu ngón út trắng nhợt gầy yếu là do đại tiện không lành hoặc do bụng đi tả gây nên, biểu lộ người ấy có thể mắc bệnh tiêu hóa.

180. Vân ở ngón út tán loạn là biểu hiện thể năng kém chăng?

Theo thầy thuốc quan sát vân ở các đốt ngón út tán loạn là biểu hiện thể năng của người ấy yếu, cần phải rèn luyện thân thể, đề phòng bệnh xảy ra.

181. Ngón út cong về một bên là hệ thống tiêu hóa có vấn đề chăng?

Người thường ngón út thẳng và khít với ngón vô danh, nếu bị cong về một bên là biểu lộ công năng hấp thụ tiêu hóa không kiện toàn, nếu đồng thời da bàn tay khô táo thì càng dễ bệnh tiêu hóa.

182. Đốt 1 của ngón út xuất hiện vân chữ thập là biểu lộ tinh lực không đủ chăng?

Thầy thuốc cho rằng, đốt 1 ngón út xuất hiện vân chữ thập thường là tinh lực không đủ, cần chú ý bồi dưỡng tinh khí.

Đốt 2 ngón út là vân gấp không hoàn chỉnh là tín hiệu bệnh tim.

Đốt 3 ngón út ngắn là thận khí không đủ, biểu hiện ở trường hợp bình thường, chiều dài đốt 2 và đốt 3 bằng nhau, nếu đốt 3 dài hơn đốt 2 càng tốt, ngược lại nếu đốt 3 ngắn thì chứng tỏ thận khí người ấy không đủ, dễ mệt mỏi, làm việc tinh lực không tập trung cần phải rèn luyện và đề phòng bệnh thận.

Đốt 3 ngón út xuất hiện hoa tinh là tại sao?

Nếu xuất hiện hoa tinh thì biểu lộ dễ mắc bệnh não nếu có 2 hoa tinh trở lên, thì người ấy có thể đã mắc bệnh tim não.

Gốc ngón út cong khác thường là tại sao?

Nếu trên đường cong ngang gốc ngón út xuất hiện điểm đen, biểu lộ mắt kém, nếu có hình làn sóng là thần kinh thính giác có vấn đề, nếu có vân đảo gần tuyến sức khỏe là tín hiệu cơ quan tiêu hóa mắc chứng u.

183. Đốt 2, đốt 3 ngón vô danh ngắn là biểu hiện bệnh liệt dương chăng?

Đốt 2, đốt 3 ngón vô danh bình thường dài bằng nhau nhưng phải dài hơn đốt 1 một chút. Nếu đốt 2 ngón vô danh ngắn mà gãy thì biểu lộ người ấy mắc bệnh xương tủy, nếu đốt 3 ngón vô danh gãy và ngắn, dễ bị liệt dương và lãnh cảm.

184. Đầu ngón vô danh cong lệch là hệ thống tiết niệu có vấn đề chăng?

Chuyên gia y học cho rằng, đầu ngón vô danh cong lệch thường mắc bệnh hệ thống tiết niệu hoặc bị tổn thương tình cảm, thần kinh suy nhược, người có đầu ngón tay này cần tu dưỡng tư tưởng, khiêm tốn học hỏi, mới có lợi cho sức khỏe.

MỤC LỤC

I. Khám phá bí mật của bàn tay với y học - một vấn đề từ xưa đã đặt ra.....	10
II. Tay, bàn tay, da bàn tay và vân bàn tay.....	15
Giải phẫu tay.....	15
Đặc điểm của da bàn tay.....	20
I'I. Hình thái 5 ngón tay và phân chia khu vực bàn tay, ý nghĩa của nó đối với chẩn đoán tay .	25
Ngón tay cái	25
Ngón trỏ.....	27
Ngón giữa	27
Ngón vô danh	28
Ngón út.....	29
Phân chia khu vực bàn tay	30
IV. Thuật dự trắc bàn tay	34
Bàn tay - cửa sổ để quan trắc nội tạng.....	34
Đốm bàn tay - sự hô cứu của tuần hoàn huyết dịch	35

Gốc ngón cái biến nhỏ - hô hấp và dạ dày, ruột có sự khác thường.....	37
Gốc ngón út nhỏ đi, triệu chứng giảm sút tinh lực	38
Khu kiện lý tam châm - trắc nghiệm cơ năng nội tạng.....	39
Chai tay - tín hiệu không tốt về cơ năng nội tạng .	41
Lòng bàn tay ra mồ hôi - dễ mắc loét dạ dày	42
Da ngón tay cái - dự cảm hô hấp bị cản trở	43
Ngón tay trở - liên quan tới cơ năng dạ dày, ruột..	45
Ngón vô danh - tiêu chí của công năng gan mật....	46
Ngón út - có thể nhìn thấu bàng quang và tim.....	48
Ngón tay hiện màu sẫm - tiểu trường bị trở ngại..	50
Da ở giữa hai ngón trở và ngón giữa - nhắc nhở nội tạng trở ngại về thần kinh.....	51
Da ở giữa ngón giữa và ngón vô danh - phán đoán tạng gan khác thường.....	53
Ngón tay ấn móng tay - cách tự đo nội tạng.....	54
Móng tay ngón cái - màu phấn hồng là có chuyện.	56
Móng ngón trở - màu phấn hồng là khác thường ..	58
Móng ngón giữa - từ màu sắc xem nội tạng.....	59
Móng tay ngón vô danh - cơ năng sinh lý cân bằng	61

Móng tay ngón út - chú ý tạng tim khác thường ...	62
Móng tay cắm vào thịt - cấp cứu tạng gan.....	64
Vân ngang móng tay - dạ dày và ruột có tật.....	65
Vân dọc ở móng tay - nhắc nhở sự chuyển hóa không tốt.....	66
Điểm đốm ở móng tay - cảnh báo về huyết dịch tuần hoàn ở não	67
V. Bàn tay - điểm phục hiện nội tạng thần kinh, cơ bắp	69
Ở Âu Mỹ rất thịnh hành “cách chữa ở khu vực ba phút”	69
VI. Sự biến đổi khác lạ của thân thể đầu tiên xuất hiện ở bàn tay	73
Y học thú vị là kích thích 32 khu phản xạ để điều trị	73
VII. Đồ giải thực tế cách điều trị thích hợp cho toàn thân.....	97
Nội tạng nếu không chịu kích thích, cơ năng của nó dần dần trở nên chập chập	97
VIII. Phương pháp kích thích chòm thần kinh chữa đau đớn	155

Chữa đau đầu, đau răng, ho, chảy máu mũi. buồn lợm	155
IX. Bệnh tật với 6 kinh lạc lớn trên bàn tay	168
X. Ý nghĩa các đường vân trên bàn tay.....	182
“Khâu” và phân bố khâu trên bàn tay	191
Vân tay và ký hiệu.....	195
Lưu niên bàn tay.....	197
XI. Các câu hỏi về tay	202
Bệnh tim có triệu chứng gì trên tay?	202

NHÀ XUẤT BẢN THANH HÓA

248 - Trần Phú - P.Ba Đình - T.P Thanh Hóa

ĐT: (037) 852.281 - 853.548 - 720.399 - 722.347

Fax: (037). 853.548

E-mail: nxbthanhhoa@yahoo.com

XOA BÓP BÀN TAY CHỮA BỆNH

Chịu trách nhiệm xuất bản

BÙI CAO TIÊU

Biên tập:

CẨM HƯƠNG

Trình bày bìa:

MINH NGUYỆT

In. 2000 cuốn khổ 14,5x20,5cm. Tại TT Công nghệ in khảo sát và xây dựng. Đăng ký KHXB số 30-2006/CXB/31 - 108/ThaH.
In xong và nộp lưu chiểu quý I/2007.

