

# Bản tay mã số Quốc đời

Hiền Chi Mai



NHÀ XUẤT BẢN VĂN HÓA THÔNG TIN

# BÀN TAY MÃ SỐ CUỘC ĐỜI



Dịch từ nguyên bản tiếng Trung Quốc

MỤC NHÂN

# BÀN TAY MÃ SỐ CUỘC ĐỜI

*Biên dịch:* HIỀN CHI MAI  
*Hiệu đính:* NGUYỄN KHẮC MINH

NHÀ XUẤT BẢN VĂN HÓA - THÔNG TIN

2004



## LỜI NÓI ĐẦU

Những nghiên cứu khoa học mới nhất cho thấy: Giữa não bộ và bàn tay con người có mối liên hệ kỳ diệu: hoạt động của hai bàn tay làm cho não bộ phát triển và mọi thông tin từ não bộ luôn thể hiện trên bàn tay của con người. Có thể nói bàn tay là bộ não thứ hai của con người, những thông tin về con người đã được mã hóa bởi chính những đường nét, đường vân trên bàn tay của họ.

Từ cổ xưa người Trung Quốc đã quan tâm nghiên cứu tìm hiểu vấn đề này và hình thành bộ môn thuật xem tướng tay. Có thể coi đây là một trong những môn khoa học nghiên cứu về con người cổ xưa nhất. Trải qua quá trình phát triển và biến đổi của lịch sử, nó luôn được nghiên cứu bổ khuyết và có những giá trị thực tiễn không thể phủ nhận, đặc biệt là trong lĩnh vực y học

**BÀN TAY MÃ SỐ CUỘC ĐỜI** là cuốn sách giới thiệu một cách hệ thống, đầy đủ và sáng rõ những quan niệm của người Trung Quốc cổ đại về quan hệ giữa những đường nét, hoa văn và các khu vực của bàn tay với tổ chất của con người trong hiện tại, tương lai theo nhiều góc độ: sức khỏe, trí tuệ, khí chất, đời sống, tư duy, năng lực v.v...

Hy vọng tập sách sẽ giúp bạn đọc có thêm tư liệu để tìm hiểu về nền tri thức văn hóa cổ Trung Hoa muôn màu và hấp dẫn cũng những bí ẩn mà khoa học trong tương lai cần lý giải.

**NHÀ XUẤT BẢN VĂN HÓA - THÔNG TIN**

# **PHẦN I**

## **XEM TAY BIẾT BẠN**

### **CHƯƠNG I**

#### **BÀN TAY - BỘ NÃO THỨ HAI CỦA CON NGƯỜI**

Trong quá trình tiến hoá của con người, tay đóng một vai trò rất quan trọng. Chính là nhờ đôi tay mà trong cuộc sống con người có thể sử dụng được các công cụ và có sự tiến hoá nhanh chóng, khác biệt với động vật.

Một nhà triết học cổ đã nói: “Tay giống như là một bộ não khác của con người”.

Tay có mối quan hệ mật thiết với sự phát triển của não người. Con người ban đầu đi bộ bằng đôi chân cho đến khi cơ thể sử dụng linh hoạt đôi tay một cách thoả mái, tự nhiên thì nhờ vào đó mà

con người chế tạo ra các công cụ ngày càng phát triển hoàn thiện. Việc sử dụng tự do đôi tay có tính chất quyết định để phân biệt con người với loài vượn.

Theo sự phức tạp của cơ năng tay, não người cũng dần dần tiến hoá đến trình độ mà các động vật khác không thể sánh được.

Nếu như sự linh hoạt của đôi tay đảm đương nhiệm vụ quan trọng trong lịch sử phát triển của loài người thì tướng tay thể hiện trên bàn tay chính là một “khuôn mặt” khác của con người, đại diện cho vận mệnh vốn có của cá nhân con người.

Con người cũng dùng tay làm phương tiện để biểu hiện tình cảm hoặc để truyền đạt ý nghĩ của mình với đối phương. Hai bàn tay nắm chặt lại, tay đặt lên ngực hoặc lên môi, tay che mắt v.v.. đều biểu đạt được tâm tư, trạng thái của con người. Tay phát huy tác dụng rất tích cực trong việc thúc đẩy sự hoàn thiện quá trình đàm thoại và gắn bó con người với nhau.

Xem xét trạng thái của tay không những có thể phán đoán về mặt tinh thần mà còn có thể hiểu rõ về tình trạng sức khoẻ. Bàn tay rất được coi trọng trong quan niệm về “mạch”, các nhà y học Trung Quốc nhận thấy tay và các cơ quan nội tạng có liên quan đến nhau.

Tướng tay có thể nói là mỗi người mỗi vẻ. Trên thế giới này khó mà có được những người có tướng tay giống nhau.

Qua rất nhiều sự thực trong lịch sử, có thể suy đoán được rằng: tay có mối quan hệ mật thiết với đời sống và tình cảm của con người. Ngay từ những buổi đầu của thời kỳ nguyên thủy, con người tựa hồ như đã có đầy đủ những hiểu biết thông thường theo bản năng về việc “xem tay để nhận biết bản thân”.

Qua các di tích tìm thấy ở nhiều nơi trên thế giới các nhà khảo cổ học đã phát hiện nhiều về tay của tổ tiên loài người để lại cách đây 20.000 năm.

Trong bích họa nguyên thủy có mô tả các hình vẽ trâu ngựa bên dưới hoặc bên cạnh các hình vẽ ấy lại là dấu in tay rất rõ. Cũng có thể con người mượn hình vẽ để biểu thị tài năng của mình trong thời đại chưa có chữ viết. Có ý kiến cho rằng: hình vẽ tay mang ý nghĩa lời chú của tôn giáo. Không còn nghi ngờ gì nữa: Hơn 20.000 năm trước, con người đã lợi dụng việc lưu lại “tay” của mình để biểu thị sự tồn tại của bản thân. Cho đến tận bây giờ con người vẫn tiếp tục coi trọng tín ngưỡng dựa vào “hình tay” để “chiêu phúc nạp vận”.

Vậy khoa học xem tướng tay, dựa vào các

đường vân hiện ở trên bàn tay để suy đoán những thông tin ở đó, bắt đầu có từ bao giờ?

Các nhà nghiên cứu cho rằng: Vùng đất khởi đầu của khoa xem tướng tay chính là ở Ấn Độ cổ và ở các vùng đất phụ cận phía Bắc dãy núi Hymalaya cách đây khoảng 4-5 nghìn năm.

Trong số các di vật của Ấn Độ cổ cách đây khoảng 300 năm trước công nguyên, người ta đã tìm thấy khá nhiều vết tích hình vẽ tay. Tộc người Jia Tàì Sài sống ở ven bờ Địa Trung Hải cách đây 5-6 trăm năm TCN đã khắc hình tay trên các phiến đá. Kể từ khi thời đại văn minh ra đời, xem tướng tay dường như đã khơi dậy hứng thú của con người, trở thành tiêu điểm chú ý ở khắp mọi nơi trên thế giới.

Ở châu Âu, sau khi bắt đầu có sự giao lưu văn hóa với châu Á, thì trên các tranh vẽ, hoặc tác phẩm điêu khắc đã có sự mô tả về tướng tay. Điều này được đánh dấu qua việc tìm thấy hình tướng tay rất rõ nét trên tượng Thánh ở Đảo Xi-xin của I-ta-li-a. Thuật xem bói bằng tay là do người Di-gan truyền bá vào vùng Trung Cận Đông, Âu châu v.v... qua con đường tơ lụa. Hiện nay, ở New York hay Pari vẫn còn có những cửa hiệu xem bói tướng tay mà đa phần là do con cháu, do người Do Thái kinh doanh.

Các giáo sĩ truyền giáo của Đạo Phật đã đem

thuật xem bói tướng tay truyền bá vào Trung Quốc rồi sang Nhật Bản và Hàn Quốc.

Ở Trung Quốc ngay từ thời Xuân Thu (khoảng năm 2000 – 403 TCN) đã biết xem tay để tìm điềm báo về vận mệnh.

Tướng tay được truyền bá vào Nhật Bản thông qua Phật giáo đầu tiên bằng việc khắc họa bàn tay trên tượng Phật. Tướng tay có tên gọi là “Bình đầu hình” được khắc trên tượng đài Phật ở Nhật Bản, có tính cách điệu cao và rất nổi tiếng.

Ở Hy Lạp có khá nhiều “tao nhân mặc khách” rất quan tâm và hứng thú với tướng tay.

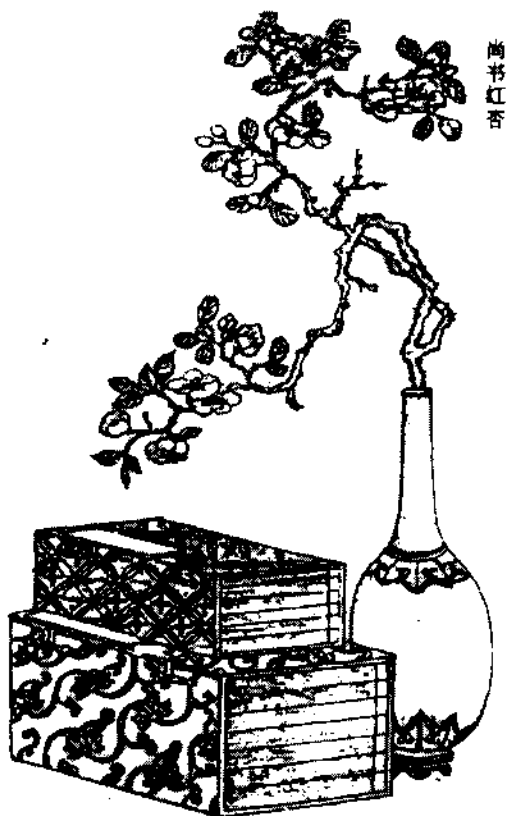
Một nhà triết học cổ nổi tiếng từ lâu đã nghiên cứu rất kỹ về tướng tay, hiện nay ở Viện bảo tàng Đại Anh còn lưu lại tác phẩm nổi tiếng của ông – quyển “Siêu Hình”. Trong đó đã viết: “Tay không phải là cơ năng đơn nhất mà chính là biểu hiện của nhiều loại cơ năng”. Ông cho rằng tay ẩn giấu hàm ý rất phức tạp.

Trong Thánh kinh Cựu ước cũng có thể tìm thấy khá nhiều câu chữ liên quan đến tướng tay. Như điều 7 chương 37 của Ước bá ký có ghi: “Thần lưu lại dấu ấn ở trên tay của con người. Con người có thể dựa vào đó để nhận biết được thân phận của mình”.

Theo dòng chảy của lịch sử những tri thức về

khoa xem tướng tay đã lan truyền đến nhiều nơi trên thế giới, vượt qua sự bất đồng về quan niệm, hình thái văn hoá hay tôn giáo.

Ngày nay việc tìm hiểu nghiên cứu về khoa học xem tướng tay *Xem tay biết bạn* vẫn luôn là đề tài hấp dẫn với các học giả Đông Tây.



尚書紅杏

## CHƯƠNG II

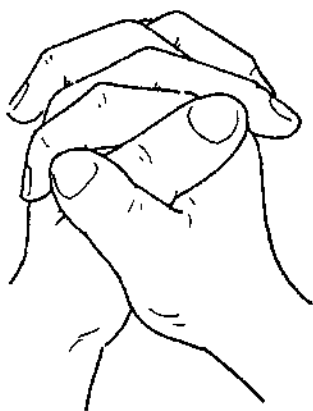
### BÀN TAY BIẾT NÓI

#### I. DÙNG TAY TRÁI HAY TAY PHẢI ?

Khi xem tay thì điều đầu tiên phải biết là xem tay phải hay tay trái .

Bạn hãy nhắm mắt lại, và nắm hai tay một cách tự nhiên. Khi mở mắt ra nhìn chính xác xem ngón tay cái của tay trái hay tay phải đặt ở dưới. Ngón cái của tay nào đặt ở dưới thì hãy xem tay đó.

Khi hai tay nắm vào nhau biểu thị cơ năng của đại não, tay nào đặt ở dưới được coi là có thể vận tích cực. Đồng thời, tay đặt ở dưới biểu thị thể vận hiện tại và tương lai của bạn, còn tay đặt ở phía trên biểu thị tố chất và tính cách trời sinh của bạn (Hình 1).



Hình 1



Theo thống kê, khi nắm hai bàn tay vào nhau, số người có ngón tay cái của tay trái đặt ở dưới chiếm khoảng 60%, còn số người có ngón tay cái của tay phải đặt ở dưới chiếm khoảng 40%.

Người có hai tay nắm vào nhau như hình vẽ 1 là người phải xem tướng tay bằng bàn tay trái. Còn bạn, bạn hãy xem tướng tay bằng tay nào ứng với bản thân mình.

## **II. Ý NGHĨA CỦA CÁC ĐƯỜNG CƠ BẢN TRONG LÒNG BÀN TAY.**

Trên bàn tay có rất nhiều đường vân phức tạp.

Trước hết chúng ta hãy nhận biết một số đường quan trọng nhất.

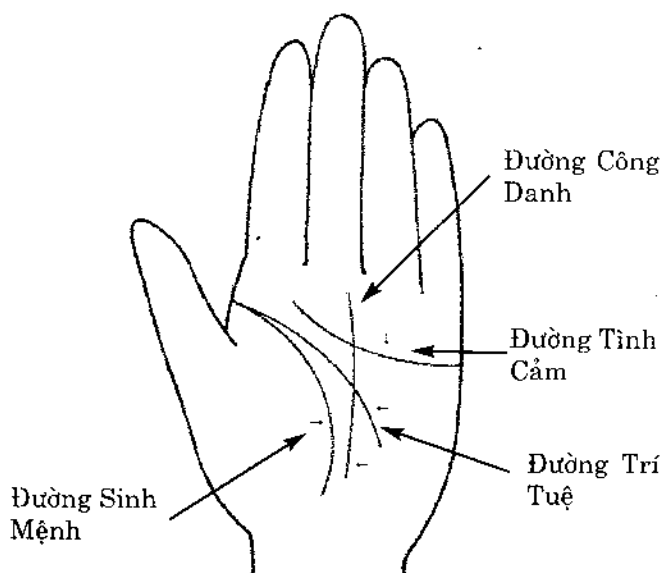
Có bốn đường quan trọng nhất là:

- Đường Sinh Mệnh
- Đường Trí Tuệ
- Đường Tình Cảm
- Đường Công Danh

Ngoài ra còn có Đường Hôn Nhân và Đường Thái Dương biểu thị tài vận v.v... (Hình 2)

### **a. Đường Sinh Mệnh**

Đường Sinh Mệnh là đường cong hình vòng cung kéo dài từ cuối ngón tay cái hướng vào lòng bàn tay. Nếu cử động ngón cái có thể nhận biết rất rõ ràng.



Hình 2

*Một số đường quan trọng nhất*

Có người cho rằng đường Sinh Mệnh gắn là biểu thị tuổi thọ ngắn. Kỳ thực thì đường Sinh Mệnh và tuổi thọ con người không hề liên quan với nhau. Đường này cho biết thể lực hay sức sống mạnh mẽ của bạn.

### ***b. Đường Trí Tuệ***

Đường Trí Tuệ giống như đường Sinh Mệnh, lấy phần cuối của ngón tay cái làm khởi điểm. Đây là đường cong đi ngang qua lòng bàn tay.

Đường này có quan hệ mật thiết với năng lực tư duy của não. Độ dài ngắn của đường này không phải là vấn đề, mà điều quan trọng là hướng kéo dài của nó.

Nếu đầu mút của đường Trí Tuệ vốn cong về phía dưới thì nó sẽ biểu thị đó là người có sức tưởng tượng nhạy bén và giàu tính sáng tạo.

### ***c. Đường Tình Cảm***

Là đường có độ cong kéo dài từ cuối ngón tay út đến tận ngón tay trỏ. Đường vân này khá phức tạp, có hình dạng không giống nhau có khi là do 2, 3 đường vân giao thoa hoặc đứt đoạn v.v...

Đường Tình Cảm của nữ giới hầu như rất phức tạp. Đây là đường biểu thị tình cảm hoặc tâm tình của mỗi cá nhân. Thông qua đường Tình Cảm không chỉ đoán biết được tính cách, mà còn có thể hiểu được mức độ quan tâm tới bạn khác giới.

### ***d. Đường Công Danh***

Đường Công Danh là đường chạy dọc xuyên giữa lòng bàn tay. Đường này có sự khác biệt rất lớn ở mỗi người. Có một số người thì đường này lại hiện ra rất nhỏ, mờ, rời rạc và đứt đoạn. Đường Công Danh biểu thị công việc hoặc đời sống xã hội của con người. Có thể dựa vào đây để phán đoán thời gian nào sẽ có sự biến đổi lớn trong nghề nghiệp hoặc trong cuộc sống của con người.

### **e. Đường Hôn Nhân**

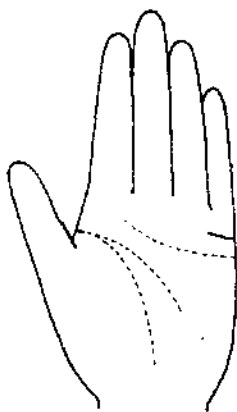
Đường Hôn Nhân là một đường vân ngang rất nhỏ ở cuối ngón tay út (Hình 3). Có người tay chỉ có một đường, nhưng cũng có người có tới 4-5 đường. Số đường Hôn Nhân không phải là biểu thị số lần hôn nhân. Căn cứ vào đặc trưng đường vân mà có thể hiểu được thời cơ hoặc tình trạng hôn nhân của bản thân. Đồng thời có thể thông qua đường này xem xét mức độ quan tâm về tình yêu hoặc người khác giới.



Hình 3

### **h. Đường Thái Dương**

Phía cuối ở cuối ngón áp út có một đường vân hướng dọc, đó chính là đường Thái Dương (Hình 4). Độ dài của đường này ở mỗi người khác nhau, hình dạng cũng khác nhau. Có người đường Thái Dương không thẳng mà lại uốn khúc. Đường Thái Dương nếu hiện rõ biểu thị đó là người có tài năng, có tiếng tăm hoặc tài vận.



Hình 4

Những đường vân tay vừa nói ở trên là những đường cơ bản nhất để xem tướng tay. Đường nhiên ngoài những đường này còn có một số đường vân khác có ý nghĩa rất lớn. Sau đây sẽ đề cập đến nội dung, hàm nghĩa của những đường vân này.

### **III. NHẬN THỨC VỀ “CÁC GÒ” VÓN CÓ**

“Gò” là bộ phận nhiều thịt, khá nở nang ở trên lòng bàn tay. Các gò trên lòng bàn tay có tên gọi và ý nghĩa khác nhau.

#### ***a. Gò Kim Tinh***

Là phần nổi lên ở cuối ngón tay cái. Người có gò Kim Tinh đầy đặn và có tính đàn hồi cao là người có sức khoẻ, nóng tính. Gần như đa số những người này, nếu là tuyển thủ thể thao thì có thể phát huy tài năng. Nếu ở nữ giới, hai gò Kim Tinh và gò Nguyệt Tinh hiện lên nhỏ và mảnh thì đó là người có sức hấp dẫn kỳ lạ đối với nam giới (Hình 5)

#### ***b. Gò Mộc Tinh***

Bộ phận nổi lên ở cuối ngón tay trỏ gọi là gò Mộc Tinh. Người có gò Mộc tinh đầy đặn là người linh hoạt, có khả năng thực hành.

Những người này rất thích trở thành lãnh đạo quần chúng. Họ sôi nổi, luôn hoàn thành tốt nhiệm vụ của mình. Trên gò Mộc Tinh có thể xuất hiện các đường khác. Đường vân khởi điểm từ

đường Sinh Mệnh kéo dài về gò Mộc Tinh gọi là đường Thượng Thăng. Người có đường này biểu thị mọi việc đều suôn sẻ, tốt đẹp.

### ***c. Gò Thổ Tinh***

Gò Thổ Tinh ở gần phần cuối ngón giữa. Gò này biểu thị tính nhẫn nại hoặc khả năng nghiên cứu. Người có gò Thổ Tinh đầy đặn là người cẩn thận và luôn nỗ lực.

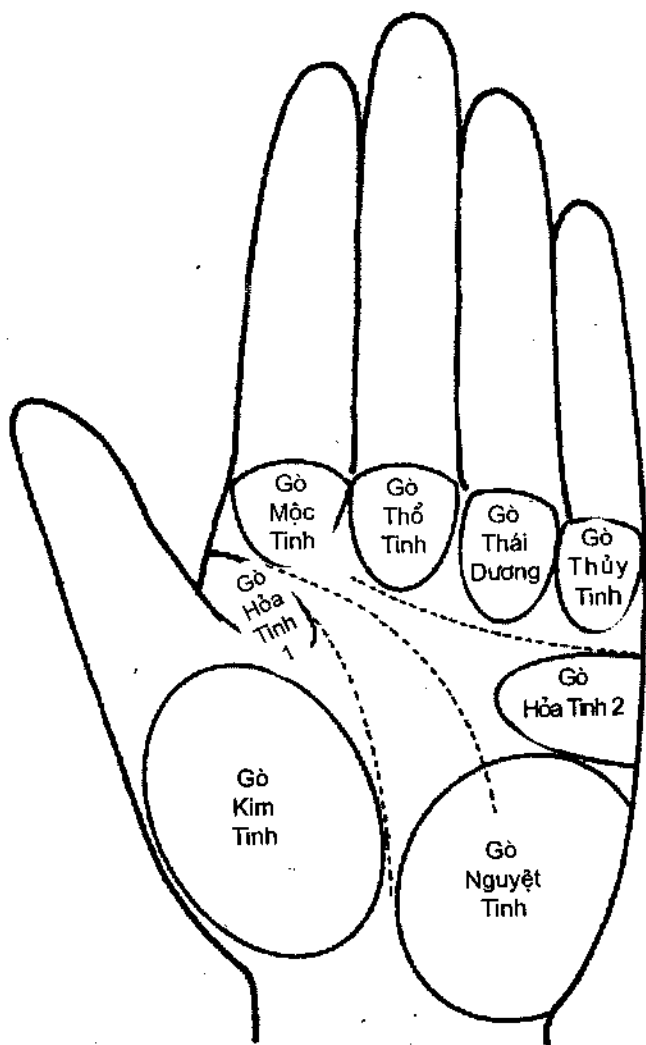
Trong phương diện nghề nghiệp, họ là những người thích hợp làm nhân viên công vụ, kế toán, nhân viên hành chính quản trị. Người có gò Thổ Tinh phát triển dị thường so với các gò khác là người có tính cách lạnh lùng hay ác hiểm và là người kém phát triển (Hình 5)

### ***d. Gò Thái Dương***

Gò Thái Dương là phần nổi lên ở cuối ngón áp út.

Gò Thái Dương liên quan đến các yếu tố: sự thành công, tiếng tăm hoặc tài năng nghệ thuật v.v... Vì thế người có gò Thái Dương đầy đặn nổi bật lên là người luôn hướng về thế giới vinh hoa, ưa nghệ thuật hoặc là người thành công trên một số vũ đài.

Đó là những người vui tươi, rộng rãi, tích cực. Nhìn chung là người có quan niệm về tiền bạc tuyệt vời, có năng lực sáng tạo độc lập (Hình 5).



Hình 5. Các gò trong lòng bàn tay

### ***e. Gò Thủy Tinh***

Gò Thủy Tinh ở phần cuối ngón tay út.

Người có gò Thủy Tinh đầy đặn là những người giàu kiến thức, trí nhớ nhanh nhạy, đối với bất kỳ sự vật nào cũng có thể bình tĩnh phán đoán, do đó rất thích hợp với công tác nghiên cứu. Còn trên thương trường họ luôn phát huy tài năng thiên bẩm.

Về phương diện vật chất, những người này không phải lo thiếu thốn. Đồng thời gò Thủy Tinh đầy đặn có liên quan đến vấn đề sinh lý hoặc tình yêu nam nữ (Hình 5).

### ***g. Gò Nguyệt tinh***

Gò Nguyệt Tinh ở vào vị trí đối diện với gò Kim Tinh, biểu thị cho sức tưởng tượng và sáng tạo, tính cách thần bí.

Người có gò Nguyệt Tinh dày và có tính đàn hồi là những người có quan niệm khá thực tế đối với sự vật. Các tuyển thủ thể thao, những người lao động chân tay, đều là những người có gò Nguyệt Tinh tương đối đầy đặn (Hình 5).

### ***h. Gò Hỏa Tinh thứ nhất (Hỏa Tinh Dương)***

Gò Hỏa Tinh có hai loại: gò Hỏa Tinh thứ nhất là gò dựa vào mặt bên ngón tay cái. Những người có gò Hỏa Tinh thứ nhất dày và lấm thịt, thuộc về mẫu người có tinh lực dồi dào, xử lý sự vật tích cực, có chí tiến thủ, không sợ mọi trở ngại khó



khăn. Nếu người đó là tuyển thủ thể thao sẽ đạt được nhiều thành tích rất tốt, trong sự nghiệp có hàng loạt thành công. Thế nhưng trong tiến công lại thiếu tính nhẫn nại. Đây chính là khuyết điểm của họ (Hình 5).

### ***i. Gò Hỏa Tinh thứ hai (Hỏa Tinh Âm)***

Gò Hỏa Tinh ở mặt bên ngón tay út chính là gò Hỏa Tinh thứ hai. Gò này biểu thị ý nghĩa của sự phản nghịch bị sự ghen ghét trói buộc (Hình 5)

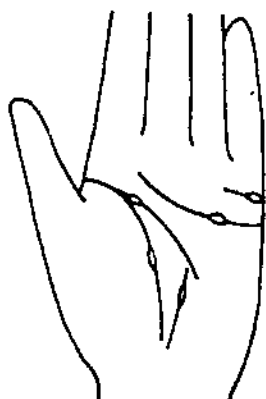
### ***\* Một số đường vân khác***

Trên bàn tay, ngoài các đường vân cơ bản và hiện rõ, còn có rất nhiều các đường vân hiện không theo qui tắc nào. Những đường vân này gọi là đường Bộ Phận. Đường Bộ Phận phản ánh sự thay đổi của tình trạng sức khỏe hay cuộc sống hàng ngày, còn nhạy cảm hơn các đường cơ bản. Các đường vân cơ bản không có sự biến đổi lớn, nhưng các đường Bộ Phận có thể trong một thời gian ngắn lúc ẩn lúc hiện. Đồng thời, căn cứ vào sự xuất hiện của các đường Bộ Phận trên một số đường vân cơ bản có thể thấy sự khác nhau của vận thế. Mỗi đường Bộ Phận đều có tên gọi và ý nghĩa khác nhau.

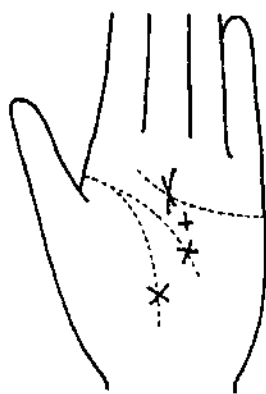
### ***Vân Đảo (Cù lao)***

Đây là những đường vân có hình đảo, dài trên dưới 2-5mm. Đa số Vân Đảo xuất hiện trên đường Sinh Mệnh hoặc đường Công Danh. Có điều là khi

Vân Đảo xuất hiện là ám chỉ vận số đang xuống dốc. Vân Đảo có thể dần dần mất đi nếu có sự thay đổi về tinh thần hoặc vận thế biến đổi. (Hình 6).



Hình 6. Hình Cù Lao



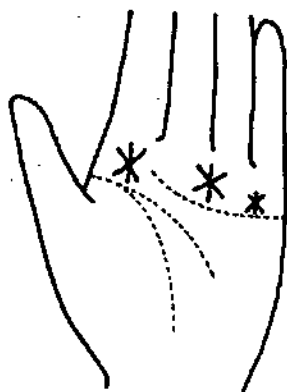
Hình 7. Hình Giao Thoa  
(Chữ thập)

### Hình Giao Thoa (Hình chữ thập +)

Các đường vân nhỏ giao thoa thành hình chữ thập (+) nên gọi là hình Giao Thoa. Hình Giao Thoa có độ dài khoảng chừng 5mm – 1cm, đa số là xuất hiện với hình dạng đan xen nhau trên đường Công Danh. Đường vân Giao Thoa cũng giống như Vân Đảo, đều là đường Bộ Phận không được hay cho lắm. Các đường này biểu thị cá nhân con người sẽ gặp phải sự tranh chấp nào đó hoặc trong khi giải quyết công việc gặp trở ngại khó khăn (Hình 7).

## Hình Sao (\*)

Đường Bộ Phận có hình sao là các đường vân xuất phát từ tâm điểm phát ra 6 đường trở lên. Nếu như trên bàn tay xuất hiện đường vân Hình Sao thì đó là sự biểu thị vận tốt đang thay thế, có phúc tinh chiếu từ trên cao, là đường Bộ Phận rất tốt (Hình 8).



Hình 8 (Hình Sao)

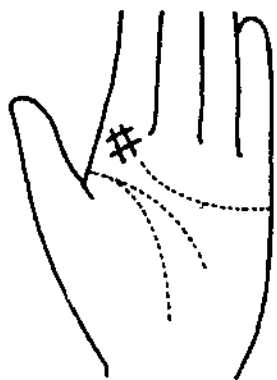
## Hình Tứ Giác (#)

Đây là đường vân có hình tứ giác, giống chữ “#” trong chữ Trung Quốc, có độ dài khoảng 3-5mm. Vị trí dễ xuất hiện nhất của đường này là ở phần cuối ngón trỏ hoặc là trên đường Công Danh. Hình “#” mang hàm nghĩa thế vận đang chuyển biến xấu đi. Nếu như trên đường vân cơ bản xuất hiện

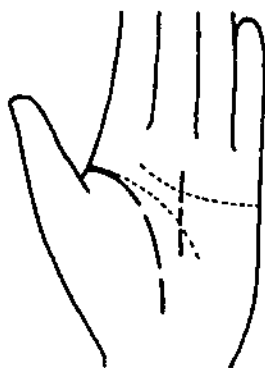
âm thị vận xấu mà trên đường đó lại có cả đường Bộ phận hình “#” thì có thể giảm nhẹ mức độ xấu hoặc là “gặp hung hoá cát” (Hình 9).

### **Đường đứt đoạn**

Trên một đường chỉ tay hiện lên các đường bị đứt đoạn phân liệt gọi là đường Đứt Đoạn (Hình 10). Đường này phần lớn xuất hiện trên đường Sinh Mệnh hoặc đường Công Danh. Đường này xuất hiện có nghĩa là xung quanh cá nhân người đó sẽ nảy sinh sự thay đổi trọng đại nào đó.



Hình 9. Hình Tứ Giác



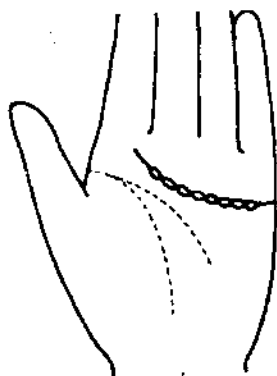
Hình 10. Đường Đứt Đoạn

### **Hình Dây Xích**

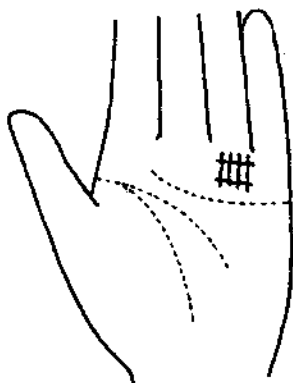
Đây là đường Bộ Phần xấu chuỗi vào nhau theo hình dây xích (Hình 11). Đường Dây Xích thường xuất hiện trên đường Sinh Mệnh hoặc đường

Tình Cảm. Ngoài ra, ở rất nhiều người, đường này xuất hiện ở gần đốt cuối ngón tay cái.

Căn cứ vào vùng xuất hiện của đường vân mà biết được hàm nghĩa khác nhau của nó. Bạn hãy tham khảo phần thuyết minh của các đường cơ bản.



Hình 11. Hình Dây Xích



Hình 12. Hình lưới

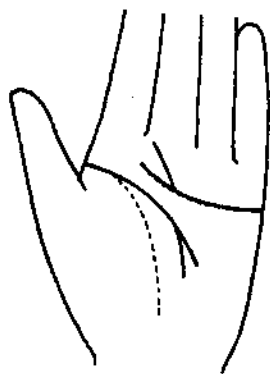
### Hình Lưới

Đây là những đường Bộ Phận xuất hiện dưới dạng hình lưới mắt vuông hoặc hình lưới mắt chữ nhật. Đa số chúng thường xuất hiện gần phần cuối ngón áp út. Người có đường vân hình Lưới trên lòng bàn tay là người có ý tưởng độc đáo, kỳ lạ hơn người bình thường. Họ có thể dựa vào sáng kiến của cá nhân mà kiếm ra tiền mặc dù bản

thân họ không mấy may cảm thấy điều đó. Nhưng trái lại, trong mắt người khác, họ bị xem là “người có hành vi mờ ám”. (Hình 12).

### **Đường Phân Thoa (nhánh rẽ)**

Đó là trường hợp ở đầu mút của đường cơ bản phân thành 2-3 đường nhánh. Các đường Bộ Phận này gọi là đường Phân Thoa. Người có đường này là người có thể tâm giao, tri kỷ. Đường Phân Thoa càng nhỏ thì người đó tâm tư càng tinh tế, chân thành. (Hình 13)

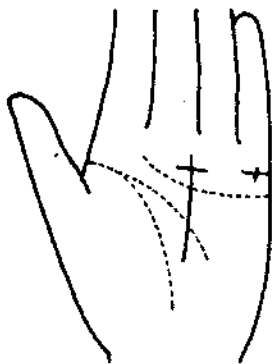


Hình 13. Đường Phân Thoa

### **Đường Kết Thúc (cản trở)**

Đường Bộ Phận xuất hiện cắt ngang đường Sinh Mệnh hoặc đường Công Danh, có độ dài từ 3-5mm (Hình 14). Khi đường Kết Thúc xuất hiện

nói chung có ý nghĩa: công việc trong dự định hay kế hoạch có trở ngại, phát sinh biến hoá.



Hình 14. Đường Kết Thúc

**\* Những điều cần lưu ý khi xem tướng tay**

1. Các đường vân và màu sắc trên bàn tay
2. Các ký hiệu của bàn tay
3. Cảm giác độ dày và màu sắc của các gò
4. Hình dáng chính thể của tay
5. Cỡ to, nhỏ, độ dày bền và màu sắc của bàn tay
6. Hình tay
7. Hình dạng và màu sắc của móng tay
8. Vân tay

Tổng hợp tất cả các dữ kiện trên đây bạn sẽ có những thông tin cần thiết.

## CHƯƠNG III

### BẠN HÃY THỬ ĐOÁN

#### I. ĐƯỜNG SINH MỆNH

Như trên đã nói, từ đường Sinh Mệnh có thể tìm hiểu được thể lực và tính cách của cá nhân, ngoài ra cũng có thể kiểm tra tình trạng sức khỏe.

Bạn hãy kẻ một đường chấm thẳng từ cổ tay đến ngón giữa và hãy quan sát mối quan hệ vị trí giữa đường chấm này với đường Sinh Mệnh.

*1. Đường Sinh Mệnh vòng cung ra ngoài đường chấm: (Hình 15)*

Là người tinh lực dồi dào, dù mệt mỏi rã rời cũng lập tức phục hồi nhanh chóng.

*2. Đường Sinh Mệnh nằm trong đường chấm (Hình 16)*

Là người có tính cách không nhu thuận

*3. Đường Sinh Mệnh ngắn và đứt ở gần đường chấm: (Hình 17)*



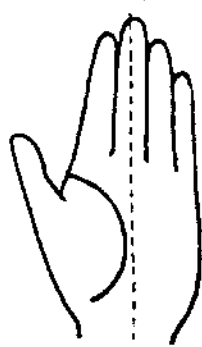
Là người điềm tĩnh và hướng nội, yên vị trong nhà mà không thích giao tiếp, sức khỏe cũng không tốt.

**4. Đường Sinh Mệnh đứt giữa: (Hình 18)**

Là người thiếu nhân nại, dễ nóng, dễ lạnh, khi làm bất cứ một việc gì (nghiên cứu, đọc sách...) thì pháp phởng không yên.



Hình 15



Hình 16



Hình 17



Hình 18

### 5. Có hai đường Sinh Mệnh (Hình 19)

Đây gọi là đường song Sinh Mệnh. Người có tướng tay này, bất kể bề ngoài như thế nào, cũng thuộc loại người sinh lực dồi dào, có sức đề kháng cao với bệnh tật.

### 6. Đường Sinh Mệnh đứt liên tục: (Hình 20)

Là người ôn thuận và nữ tính, phần lớn thể hình đẹp. Rất dễ mệt mỏi, sức khỏe không tốt.



Hình 19



Hình 20

### 7. Đường Sinh Mệnh đứt giữa hoặc lặp lại: (Hình 21)

Khi tình trạng sức khỏe không ổn định hoặc dễ mệt mỏi. Khi đường Sinh Mệnh đột nhiên đứt thì phải cẩn thận lưu ý. Có thể có nguy hiểm tổn thương hoặc bệnh tật.

**8. Cuối đường Sinh Mệnh có vân nhỏ: (Hình 22)**

Khi trên đường Sinh Mệnh có nhiều đường vân nhỏ mà màu sắc của các đường vân nhỏ khác nhau thì phải đặc biệt chú ý tới tình trạng dạ dày và ruột.

Người trên đường Sinh Mệnh có nhiều đường vân này thì hệ thống tiêu hoá kém hoặc sức khoẻ không tốt.



Hình 21



Hình 22

**\* Dựa vào đường Sinh Mệnh để đoán:**

**a. Sức khỏe**

1. Giữa đường Sinh Mệnh trở xuống có đường Vân Đảo (cù lao): (Hình 23)

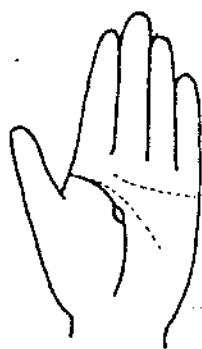
Cuộc sống trước mắt của bạn căng thẳng. Theo tình huống đó có thể mắc các bệnh về dạ dày, ruột.

Nếu khi xuất hiện nhiều đường vân đan chéo rõ là điềm báo bệnh tật có chiều hướng xấu đi.

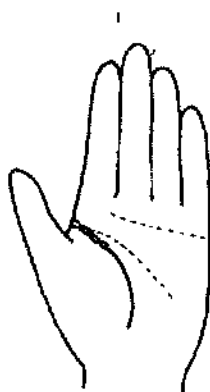
**2. Đầu đường Sinh Mệnh có dạng Dây Xích: (Hình 24)**

Người có tướng tay này vốn chỉ khí quân yếu, dễ bị cảm mạo thương phong. Có lúc do cảm mạo mà sinh ra các bệnh khác.

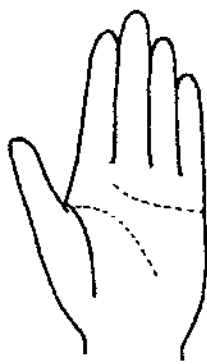
**3. Đường Sinh Mệnh nhỏ và rủ xuống: (Hình 25)**



Hình 23



Hình 24



Hình 25

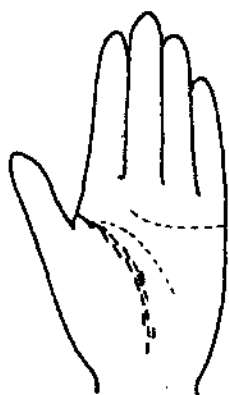
Vốn là người dễ mệt mỏi, có bệnh ở các tuyến nội tiết. Do hoóc-môn tiết ra không tốt làm cho thân thể phát dục muộn, bộ máy sinh dục phần lớn chưa phát triển.

Người có vân tướng tay này dễ mắc các bệnh phụ khoa.

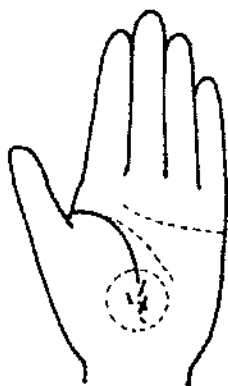
*4. Đường Sinh Mệnh do vân các đường nhỏ hình thành: (Hình 26)*

Đây là tướng tay thường thấy ở người thể lực không tốt, thể chất suy nhược. Do sức khỏe yếu đuối nên dễ mắc các bệnh lây do nhiễm khuẩn.

Về mặt tinh thần cũng mềm yếu.



Hình 26



Hình 27

*5. Phía bên trái và bên phải đường Sinh Mệnh phân thành nhiều nhánh nhỏ: (Hình 27)*

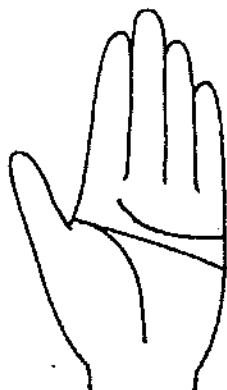
Nếu các nhánh nhỏ này giao nhau là điềm báo bệnh dạ dày, ruột. Đồng thời cuối đường Sinh Mệnh có hình giao nhau hoặc hình Vân Đảo thì có sự nguy hiểm do đau dạ dày.

6. *Ba đường chủ yếu Sinh Mệnh – Trí Tuệ – Tình Cảm rõ, sâu, dài:* (Hình 28)

Là người có sức khỏe cường tráng, có sức đề kháng cao với bệnh tật, hầu như chưa từng mắc bệnh. Là tướng khỏe mạnh trường thọ tới 100 tuổi.

7. *Ba đường Sinh Mệnh – Trí Tuệ – Tình Cảm đứt liên tục:* (Hình 29)

Biểu hiện người sức khỏe yếu đuối. Khi các đường cơ bản rối loạn, đường vân đen hoặc chấm vàng là biểu hiện người bị ngộ độc rượu hoặc thuốc. Cần lưu ý đặc biệt bệnh ở gan.



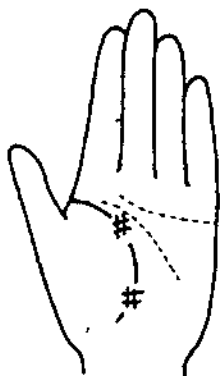
Hình 28



Hình 29

8. Nơi đường Sinh Mệnh đứt giữa hoặc trên đường Sinh Mệnh xuất hiện hình # (Hình 30):

Đường Sinh Mệnh nếu đứt giữa hoặc rối loạn biểu hiện cơ thể có tình trạng bị thương tổn hoặc phẫu thuật. Nhưng nếu xuất hiện vân dạng # thì có thể bệnh trạng sẽ nhẹ nhàng hơn so với tưởng tượng.



Hình 30



Hình 31

## **b. Tình yêu**

1. Trên đường Sinh Mệnh có các vân nhỏ hướng lên: vân này gọi là đường Thượng Thăng (Hình 31).

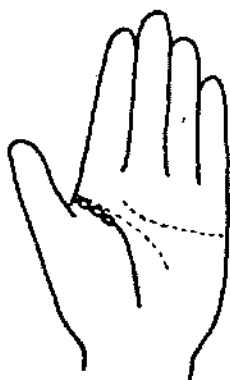
Người có tướng tay này là người thành thực và chăm chỉ, được sự tin yêu của cấp trên, người trên, giáo viên, là người có thể yên tâm kết bạn.

2. Đoạn đầu đường Sinh Mệnh có dạng Dây Xích: (Hình 32)

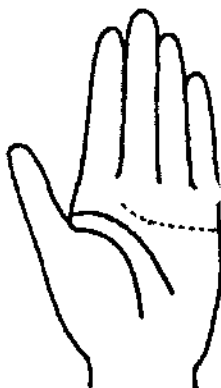
Họ là người vô cùng u ám. Thường biểu hiện tiêu cực, lại khiêm khuyết về sức khỏe. Nếu bạn không kiên nhẫn, e rằng khó kéo dài tình bạn:

3. Đoạn đầu đường Sinh Mệnh không trùng với đường Trí Tuệ: (Hình 33)

Nhiều người có đoạn đầu đường Sinh Mệnh và đường Trí Tuệ không trùng nhau, nhưng ở những đoạn sau gần như song song nhau. Người có tướng tay này tính cách bảo thủ, không chịu khuất phục người khác, có tính độc lập, thịnh vượng, phần lớn phát huy được tài năng trong nhiều lĩnh vực.



Hình 32

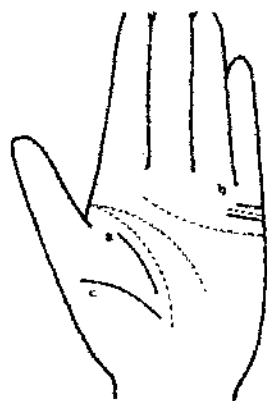


Hình 33

Dựa vào mé trong của đường Sinh Mệnh có thể xác định được người có tình yêu mãnh liệt. Phía



trong đường Sinh Mệnh có đường vân nhỏ, ngắn (a) song hành với đường Sinh Mệnh chính là đường chỉ tính cách lãng mạn, phong tình. (Hình 34). Khi trên hoặc dưới đường Tình Cảm có một đường ngắn (b) biểu hiện tính không chung thủy, thích thay đổi bạn đời. Ngoài hai đường này ra, nếu từ gốc ngón cái hướng xuống đường Sinh Mệnh có một đường vân kéo dài (c) cũng là dấu hiệu tính cách lãng mạn, phong tình, mạnh mẽ.



Hình 34

## II. ĐƯỜNG TRÍ TUỆ

Đường Trí Tuệ là đường vân có thể thấy rõ sức sáng tạo và quan niệm của cá nhân đối với sự vật. Nhưng người ta không căn cứ vào độ dài ngắn của đường Trí Tuệ mà phán đoán sự tốt xấu của trí nhớ.

**\* Dựa vào đường Trí Tuệ đoán:**

### a. Đoán tính cách

Xòe ngón trỏ và ngón giữa ra ta sẽ thấy rõ

đường Trí Tuệ. Hãy dựa vào hướng cong của nó để đoán biết:

1. Đường Trí Tuệ hướng xuống phía phải - dưới, có dạng cong từ từ: (Hình 35)

Đây là tướng tay thường thấy ở những người lãng mạn. Nếu đường Trí Tuệ theo hướng này mà kéo dài đến cổ tay là người tài hoa nghệ thuật, có ý tưởng đặc biệt, sức sáng tạo phong phú.



Hình 35



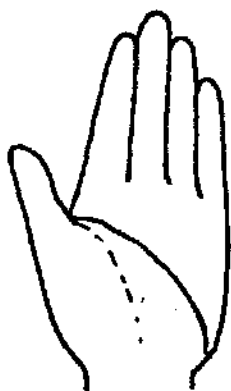
Hình 36

2. Đường Trí Tuệ cong xuống phía dưới dựa vào đường Sinh Mệnh: (Hình 36)

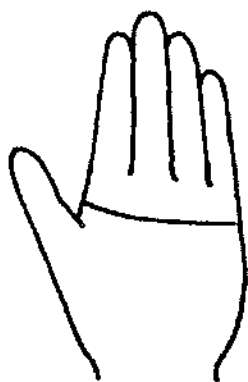
Đây gọi là người “gỗ đá qua kiên”, xử thế cực kỳ thận trọng.

*3. Đường Trí Tuệ kéo dài đến gần bên ngoài bàn tay: (Hình 37)*

Là người trực giác linh cảm, nhạy bén hơn người, nếu làm nhà chiêm tinh có khả năng ghi nhớ những điều thần bí. Có thể thành công trong nhiều lĩnh vực.



*Hình 37*



*Hình 38*

*4. Đường Trí Tuệ không cong mà thẳng ngang:*

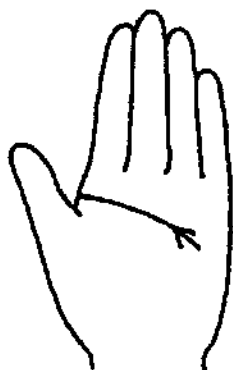
Là người có cách nhìn sự vật rất hiện thực, ghét kẻ lãng phí tiền bạc và thời gian. Xử lý công việc nhanh chóng thoả đáng, nhiều người được sự ngưỡng mộ của nhiều người, thuộc loại làm chuyên môn tốt, được cấp trên tin dùng (Hình 38).

5. Đoạn trước đường Trí Tuệ phân thành ba đường trở lên: (Hình 39)

Là người khả năng thích ứng cao, năng lực mạnh hơn người thường. Những ngôi sao nghệ thuật phần nhiều có tướng tay này.

6. Đường Trí Tuệ chia làm 2-3 đường ở giữa: (Hình 40)

Là người thần kinh nhạy bén, chân tay linh hoạt do vậy phù hợp với nghề tuyển thủ thể thao. Nếu là phụ nữ thì phù hợp làm nghề thủ công và họ sẽ trở thành nghệ nhân, nhạc sĩ. Tướng tay này thường thấy ở các nhà vũ đạo ba lê.



Hình 39



Hình 40

7. Có hai đường Trí Tuệ: (Hình 41)

Là người ưa hoạt động xã hội, có khả năng làm nhiều việc khác nhau một cách vui vẻ, hứng thú.

8. Đường Trí Tuệ kéo dài đến giữa bàn tay: (Hình 42)

Là người thích hợp với mọi hoàn cảnh, dễ dàng sống với mọi loại người. Phụ nữ nếu chịu khó trau dồi học tập sẽ trở thành người lãnh đạo giỏi, phần lớn là người mẹ tốt, vợ hiền.



Hình 41



Hình 42

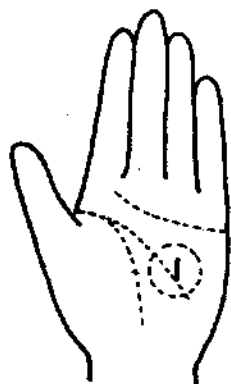
9. Gân đoạn trước đường Trí Tuệ có đường vân hướng lên trên: (Hình 43)

Là tướng tay của người cố gắng, vững vàng tiến thẳng phía trước để đạt được mong muốn của mình, phần đầu không mệt mỏi.

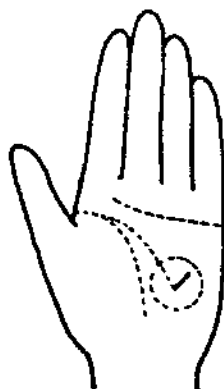
10. Đoạn trước đường Trí Tuệ có vân hướng

*lệch trên:* (Hình 44)

Là người thích hư vinh, ham mê bình phẩm và coi thường người khác, không ngại phê bình với đối phương.



Hình 43



Hình 44

### **b. Đoán sức khỏe**

Cũng có người hoài nghi sao có thể dựa vào đường Trí Tuệ để đoán sức khỏe? Kỳ thực căn cứ vào đường Trí Tuệ cũng có thể kiểm tra được tình trạng sức khỏe cá nhân. Một người có sức khỏe không tốt, xin hãy quan sát kĩ đường Trí Tuệ của mình.

1. Giữa đường Trí Tuệ xuất hiện chữ X: (Hình 45)

Chân và lưng yếu đuối, rất dễ thương tổn hoặc

bệnh tật. Đặc biệt khi tay phải xuất hiện vân này, là điềm báo cần lưu ý bản thân để tránh tổn thương. Dấu X này lúc ẩn lúc hiện hãy quan sát thật kỹ càng.

*2. Giữa đường Trí Tuệ có Vân Đảo (cù lao):*  
(Hình 46)

Đó là điềm báo thương tổn hoặc bệnh tật phần vai trở lên. Có lúc bản thân không tự cảm thấy những bệnh đã đến bả vai hoặc tai, bệnh tật ở hầu họng nặng hơn.



Hình 45



Hình 46

*3. Xuất hiện Vân Đảo ngang đường Trí Tuệ:*  
(Hình 47)

Nếu bạn dùng tai và mắt quá mức thì sẽ dẫn đến trên đường Trí Tuệ xuất hiện Vân Đảo này.

Do sự mệt mỏi của tai và mắt mà sinh ra đau bên đầu hoặc dẫn đến những bệnh tật khác.

**4. Đường Trí Tuệ có dạng Dây Xích: (Hình 48)**

Những người này phần lớn là quá mẫn cảm về thể chất hoặc có các bệnh ở tuyến nội tiết. Người thiếu tính nhẫn nại thường thấy tướng tay này.



Hình 47



Hình 48

**c. Đoán về tình yêu đôi lứa (Hình 49)**

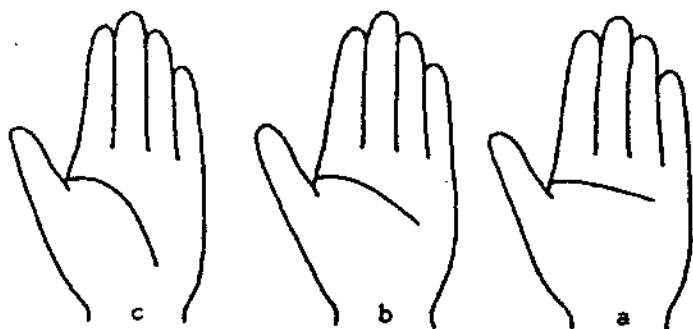
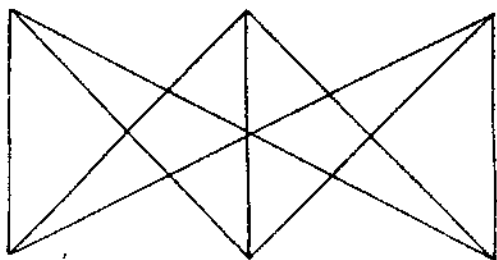
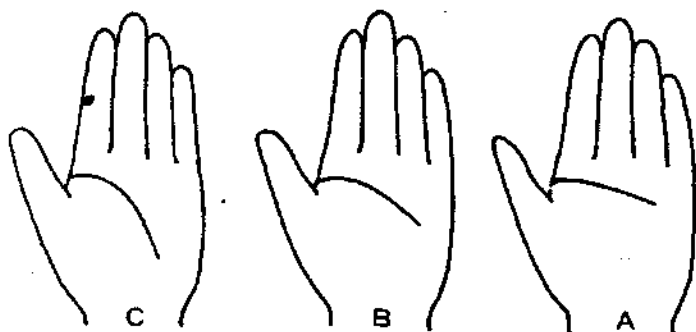
**1. Nam tính A và nữ tính a:**

Hai bên đều là những người tràn đầy nhiệt tình, luôn quan tâm đến nhau nhưng hay cãi vã

**2. Nam tính A và nữ tính b:**

Ngay từ lúc gặp gỡ tình cờ hai bên đã tâm đầu ý hợp và cũng là bạn bè thân mật. Làm bất cứ việc gì đều đồng tâm nhất trí.





Hình 49. Chữ in hoa là nam tính  
Chữ in thường là nữ tính.

### *3. Nam tính A và nữ tính c:*

Hai bên quý nhau, khi xa cũng nhớ nhau. Người như vậy thường biểu hiện thái độ thẳng thắn trực ngôn, nói hết không giữ lại cảm nghĩ của mình. Như vậy sẽ tăng thêm độ thân mật của đôi bên.

### *4. Nam tính B và nữ tính a:*

Đôi bên vui vẻ khi ở bên nhau. Khi chỉ có hai người cảm thấy thoải mái không bị gò bó. Họ thông cảm và bỏ qua những nhược điểm nhỏ của nhau, do vậy nếu họ tiến tới hôn nhân sẽ cảm nhận đầy đủ hạnh phúc.

### *5. Nam tính B và nữ tính b:*

Đôi bên đều có tình cảm tốt với nhau nhưng khi cãi nhau không biết kiềm chế làm hỏng ấn tượng tốt vốn có.

### *6. Nam tính B và nữ tính c:*

Nữ hầu như có khuynh hướng yêu đơn phương. Nam giới cảm thấy nghi hoặc. Nếu nam giới lớn tuổi hơn thì có thể hòa hợp.

### *7. Nam tính C và nữ tính a:*

Phía nữ nắm lấy quyền chủ đạo, tình yêu sẽ thuận buồm xuôi gió. Nhưng lòng tự tôn của người con trai cao, nên phía nữ cần tôn trọng và thừa nhận điều đó.

### *8. Nam tính C và nữ tính b:*

Hai người có quan niệm và tính cách hay trái

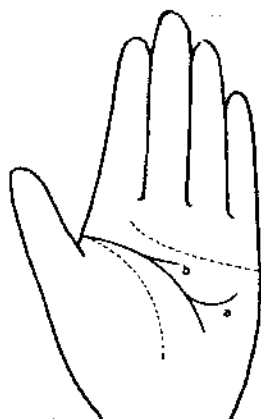
ngược nhau. Cần phải nhẹ nhàng chân thành mới có thể hòa hợp.

### *9. Nam tính C và nữ tính c:*

Tính cách hai bên đều không thuận, chỉ có thể tin tưởng lẫn nhau mà xây dựng tình cảm, tuyệt đối không quanh co nói dối.

#### **d. Về tiền bạc**

Quan sát tỉ mỉ các vân nhỏ từ đường Trí Tuệ phân nhánh ra, có thể hiểu được quan niệm tiền bạc của mỗi cá nhân. Trước tiên, hãy xem đường Trí Tuệ của bàn tay trái – phải có đường vân nhỏ như a, b (Hình 50).



*1. Đường vân a, b xuất hiện ở cả hai tay:*

Hình 50

Có cái nhìn tiền bạc nhạy bén, hiểu được rằng dùng tiền bạc như thế nào, phần nhiều thành công trong thương trường. Có lúc chi li về tiền nong.

*2. Trong tay trái phải có một vân a hoặc b:*

Bên ngoài tỏ ra không để ý đến tiền bạc, hầu như không có sở trường điều tiết tiền tài nhưng

kỳ thực là người tính toán chi li về tiền bạc.

### **3. Hai tay không có đường vân a, b:**

Loại người này không hề quan tâm đến tiền bạc, lười nhác nhưng không phải là người keo kiệt.

## **III. ĐƯỜNG HÔN NHÂN**

Đường Hôn Nhân không hề đại diện cho số lần Hôn Nhân, chỉ là biểu thị quan niệm hôn nhân hoặc độ quan tâm đối với tình dục, người khác giới.

### **\* Dựa vào đường Hôn Nhân đoán:**

#### **a. Quan niệm yêu đương của bạn**

Từ gốc ngón út của bạn có một đường vân ngắn hướng ngang. Có người không có đường vân này, có người lại có rất nhiều.

**1. Đường Hôn Nhân ngắn và nhiều:** (Hình 51) Tình cảm phần lớn đơn phương. Không câu nệ, chỉ cần là bạn thân hoặc quen do bạn bè giới thiệu cũng có thể dành được hôn nhân hạnh phúc.

**2. Đường Hôn Nhân dài:** (Hình 52)

Là người trang nhã, mơ



Hình 51

mộng, có phẩm chất cao. Mặt khác, khi đối mặt với người mà mình yêu lại rụt rè, ít dám bộc lộ tình cảm. Điều quan trọng là họ chân thành thẳng thắn.

3. *Đường Hôn Nhân chia nhánh làm hai:* (Hình 53)

Dễ dàng chịu sự chi phối của tình cảm. Trong tình yêu dễ dàng chủ động mà trở thành mù quáng. Sau đó mới thấy là sai lầm và tình cảm dần phai.



Hình 52



Hình 53

4. *Đường Hôn Nhân uốn khúc:* (Hình 54)

Người thuộc phái hành động, có tính tự chủ cao, không chịu im lặng chờ đợi, có khả năng hôn nhân chớp nhoáng.

**5. Trên đường Hôn Nhân có Vân Đảo: (Hình 55)**

Tình lực dồi dào, tình yêu ồn ào nhưng có khuynh hướng hôn nhân dễ thay đổi. Có thể do một số tranh chấp mà dẫn đến chia tay.



Hình 54

**6. Đường Hôn Nhân uốn khúc xuống: (Hình 56)**

Là người bị cho là ngoan cố và tùy hứng, kỳ thực là người tràn đầy lòng chăm lo cho người yêu, nhược điểm là rất dễ bị quan. Có khi chịu sự hiểu lầm.



Hình 55



Hình 56

*7. Không có đường Hôn Nhân: (Hình 57)*

Cảnh giác với người khác giới rất cao, ít biểu đạt tình cảm với người khác giới nhưng lại có nhiều bạn cùng giới.

*8. Đường Hôn Nhân rõ ràng uốn cong lên trên và trùng với đường Thái Dương (Hình 58).*

Là người may mắn được dựa vào người có quyền thế. Do sự kết hợp của hôn nhân làm cho tài vận của hai người nhanh chóng đi lên, có thể hiểu được đầy đủ tình cảm của đối phương, có được cuộc sống viên mãn.



Hình 57



Hình 58

**b. Hậu kết hôn**

Ngoài tìm hiểu kết hôn, yêu đương ra, đường

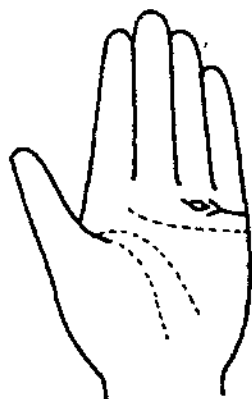
Hôn Nhân còn có thể xem được gia đình và vận thế sau kết hôn.

1. Đoạn đầu đường Hôn Nhân phân hai đường có Vân Đảo: (Hình 59)

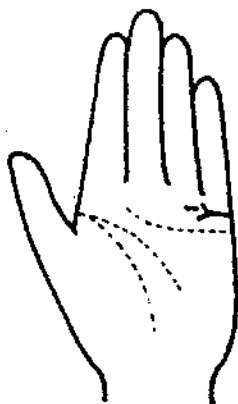
Khả năng ly hôn của bạn rất cao, mà còn có thể tạm thời mất đi tài sản và địa vị.

2. Đoạn đầu đường Hôn Nhân phân hai đường có một đường ngang: (Hình 60)

Đó là điềm báo tuy có nguy cơ rạn vỡ nhưng dù có tranh cãi kịch liệt cũng không thể giải quyết bằng ly hôn, tốt nhất là hai bên có một khoảng thời gian xa nhau để suy ngẫm. Sau một thời gian, họ lại có thể hòa hợp.



Hình 59



Hình 60



3. Đường Hôn Nhân mang màu đỏ, đậm rõ nét (Hình 61)

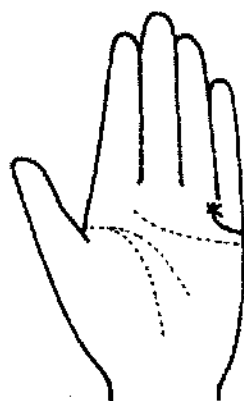
Sau kết hôn không có sự tranh chấp lớn, có cuộc sống ổn định. Có con nối dõi, là gia đình hạnh phúc an khang.

4. Đoạn đầu đường Hôn Nhân uốn cong lên trên xuất hiện vân hình sao: (Hình 62)

Có thể kết hôn với đối tượng lý tưởng, đối phương công tác thuận lợi, vượt trội trong sự nghiệp. Do nỗ lực, có thể trở thành gia đình giàu có, khi trẻ có cuộc sống hạnh phúc vui vẻ, về già có con cháu hiếu thuận, không phiền muộn.



Hình 61



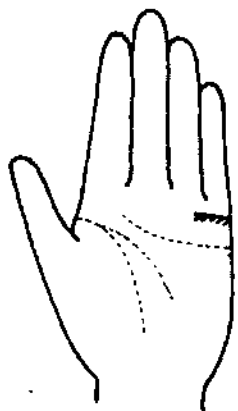
Hình 62

5. Dưới đường Hôn Nhân có nhiều vân nhỏ: (Hình 63)

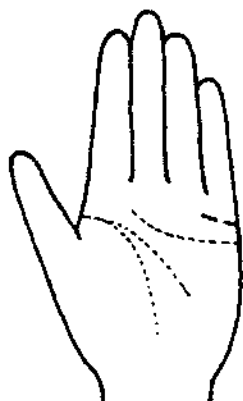
Đó là điềm báo hôn nhân có vấn đề. Phần lớn là người chồng không chung thủy hoặc nghiện rượu, không có nghề nghiệp chính đáng, tình trạng người vợ chịu khổ chiếm đa số. Nếu không cương quyết, cứng rắn tiếp nhận người chồng như vậy thì sau kết hôn luôn cảm thấy thất vọng về cuộc sống hôn nhân của mình.

#### 6. Đường Hôn Nhân bị đứt: (Hình 64)

Đó là điềm báo cuộc sống hôn nhân khó kéo dài. Có khả năng tạm thời ở riêng, nhưng không lâu sau có thể trở lại tốt hơn trước. Theo tình huống này thì không thể chỉ dựa vào đường kết hôn mà đoán được, cần tham khảo thêm đường Sinh Mệnh. Nếu đường Sinh Mệnh ở vào trạng thái tốt thì sự phân ly tạm thời có thể hàn gắn tình cảm vợ chồng.



Hình 63



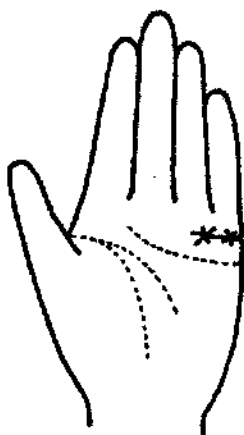
Hình 64

7. Trên đường Hôn Nhân có vân giao nhau: (Hình 65).

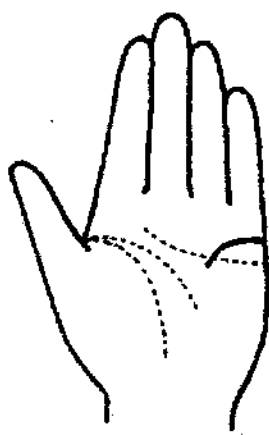
Tuy không nằm ở mức ly hôn, nhưng trong gia đình thường rơi vào hoàn cảnh lục đục. Các thành viên trong gia đình thiếu sự đoàn kết. Người chồng và con cái hay sinh ra tranh cãi.

8. Đường Hôn Nhân uốn cong xuống và giao với đường Tình Cảm: (Hình 66)

Dù tình cảm vợ chồng không tồi, cũng có khả năng do bệnh tật hoặc tai nạn xe cộ mà bị chia ly. Cũng có thể do tình huống phức tạp mà không thể không chia tay. Đường con cái không may mắn.



Hình 65



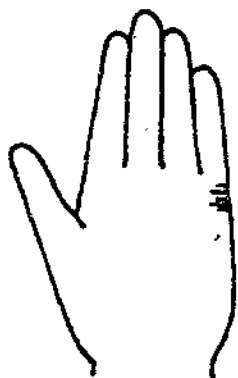
Hình 66

9. Xuất hiện nhiều đường Hôn Nhân: (Hình 67)

Cần đặc biệt lưu ý! Người đó là loại trêu hoa gheo nguyệt, lại thiếu sự thành tâm. Chưa kết hôn thì bắt cả hai tay, kết hôn rồi thì thường ngoại tình.

10. Đường Hôn Nhân có dạng sóng hoặc dây xích: (Hình 68)

Rất hấp dẫn với nữ giới nhưng lại là kẻ yêu nhanh chóng và cũng nhanh chóng chia tay.



Hình 67



Hình 68

11. Đường Hôn Nhân phân làm hai nhánh (Hình 69):

Công tử nhà giàu vô tích sự, không có cách nào giữ được cuộc sống ổn định, luôn tìm cơ hội để trêu hoa gheo nguyệt ở ngoài.



Hình 69

### c. Tuổi kết hôn

Dựa vào vị trí của đường Hôn Nhân có thể biết được tuổi kết hôn của bạn.

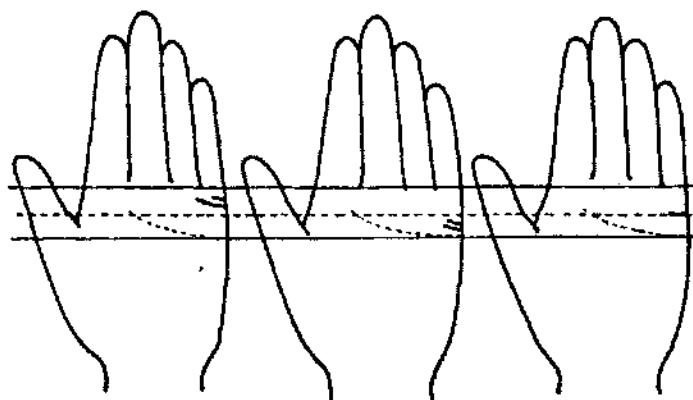
Người có 2-3 đường Hôn Nhân thì dựa vào đường Hôn Nhân rõ nhất trong đó để xem. Người có bàn tay mà độ dài các đường Hôn Nhân chênh lệch không bao nhiêu, độ đậm tương đương, rất có khả năng phải tái hôn.

Nếu muốn biết được tuổi kết hôn bạn hãy chia khoảng cách từ gốc ngón tay út đến đường Tình Cảm làm hai phần và bẻ hai đường thẳng song song nhau. Nếu đường Hôn Nhân ở giữa hai đường song song (Hình 72) thì tuổi kết hôn của bạn là 25 - 26 tuổi. Nếu đường Hôn Nhân lệch

xuống dưới đường trung tâm là người kết hôn sớm trước 21 tuổi (Hình 71). Trên đường trung tâm là người kết hôn muộn (Hình 70).

Nếu trên và dưới đường trung tâm có các đường vân thì dựa vào đường vân rõ và sâu nhất để đoán thời kỳ kết hôn.

Đường vân nhỏ biểu thị có cơ hội kết hôn, còn đường rõ nhất mới là thời cơ kết hôn.



Hình 70

Hình 71

Hình 72

#### IV. ĐƯỜNG TÌNH CẢM

**\* Dựa vào đường tình cảm nhận biết:**

##### a. Tính cách

Đường Tình Cảm là đường từ vị trí gốc ngón út kéo dài đến giữa ngón trỏ và ngón giữa. Có người

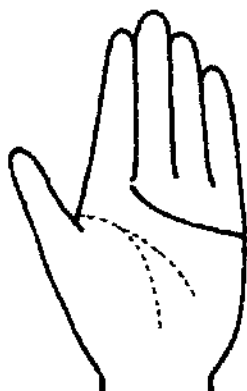
đứt đoạn ở giữa, lại có người chia làm 2-3 đường.

Dựa vào đường Tình Cảm tìm hiểu quan hệ giữa người với người của bạn:

Từ đường Tình Cảm có thể biết được tính cách của bạn và thái độ ăn ở với người khác. Nhận biết tính cách tiềm ẩn của mình mà xây dựng mối quan hệ giữa người với người trong nghề nghiệp và ngoài đời được tốt hơn.

*1. Phần đường Tình Cảm ở giữa ngón trỏ và ngón giữa có độ cong tự nhiên: (Hình 73).*

Là người quan tâm tới người khác, cử chỉ luôn nhã nhặn thân thiết. Ghét sự tranh chấp và đấu đá, trong nghề nghiệp dù có sự việc không vui cũng có thể nhẫn nại chịu đựng nhường nhịn.



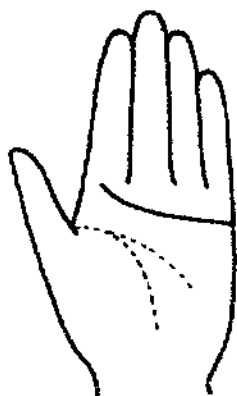
(Hình 73)

*2. Đường Tình Cảm kéo dài đến gốc của ngón trỏ: (Hình 74)*

Là người luôn giữ được bình tĩnh, biết phán đoán sự việc. Do vậy nếu họ trở thành lãnh đạo sẽ phát triển thuận lợi. Những lòng tự tôn tương đối cao, nên cần chọn người biết tôn trọng mình làm bạn.

*3. Cả đường Tình Cảm có dạng đứt, gốc của ngón giữa có nhiều đường vân nhỏ hình bán nguyệt (Hình 75).*

Là người luôn quan tâm đến quan hệ giới tính, thích thay đổi bạn tình, nhiệt tình với mọi việc. Có tính hài hước.



(Hình 74)



Hình 75



4. Trên đường Tình Cảm có nhiều đường vân nhỏ ngược lên: (Hình 76)

Là người có trách nhiệm trong tình cảm và luôn vui vẻ.

5. Đoạn trước đường Tình Cảm có đường vân nhỏ quay xuống (Hình 77).

Là người tận tâm tận lực với đối tượng mình yêu, tính cách tốt, dễ bị lừa gạt hoặc bị cuốn vào vòng tranh chấp.



Hình 76



Hình 77



Hình 78

6. Đoạn trước đường Tình Cảm phân thành ba nhánh: (Hình 78)

Là người luôn thể hiện tình cảm đặc biệt chăm sóc người mà mình yêu quý và lạnh lùng dè dặt với người mình không yêu thích.

7. Đường Tình Cảm phân làm hai ở phần gốc của ngón giữa: (Hình 79)

Nhân phẩm thành thực, không thiên về ngôn từ, cá tính hướng nội, do vậy rất khó kết thân với người khác. Nhưng với người bạn can đảm, thẳng thắn, thì tình bạn giữa họ được duy trì lâu dài.

8. Đường Tình Cảm bị đứt, có nhiều vân nhỏ: (Hình 80)

Tâm tính tốt, vui vẻ nhưng thất thường, dễ cáu giận.



Hình 79



Hình 80

9. Phía dưới đường Tình Cảm xuất hiện nhiều đường vân nhỏ: (Hình 81)

Là loại hời hợt nông nổi, bất kể ai cũng đều thích. Tuy nhiên do khéo che đậy nên ít bị ác cảm.

Sự thực trong cuộc sống lại rất cô đơn.

10. Đường Sinh Mệnh, đường Trí Tuệ, đường Tình Cảm tụ tập ở một chỗ: (Hình 82)

Là người ít biểu hiện nội tâm lạnh lùng nhưng kỳ thực có nhiều ham muốn. Sự mạnh dạn của hành động và sự lạnh lùng bên ngoài làm tăng thêm ma lực thần kỳ của cá nhân.



Hình 81



Hình 82

### **b. Sự bền vững của tình yêu**

Từ tướng tay có thể tìm hiểu sự hòa hợp và bền vững của tình yêu. Xin hãy tham khảo những ý kiến sau (Hình 83). (Chữ in hoa là nam tính, chữ in thường là nữ tính).

#### **1. Nam tính A và nữ tính a:**

Đôi bên đều thích nhau, thường tiến đến quan hệ giới tính vì không kiềm chế được dục vọng quá mãnh liệt.

*2. Nam tính A và nữ tính b:*

Nam giới thuộc loại ham muốn quan hệ giới tính, còn nữ giới lại lãnh đạm, nên không hòa hợp trong giao hợp, nam giới dễ nảy sinh hứng thú ngoại tình.

*3. Nam tính A và nữ tính c:*

Quan hệ tình dục hòa hợp cả về sức khỏe lẫn tình cảm.

*4. Nam tính B và nữ tính a:*

Hòa hợp không đòi hỏi hoặc cầu kỳ trong quan hệ tình ái.

*5. Nam tính B và nữ tính b:*

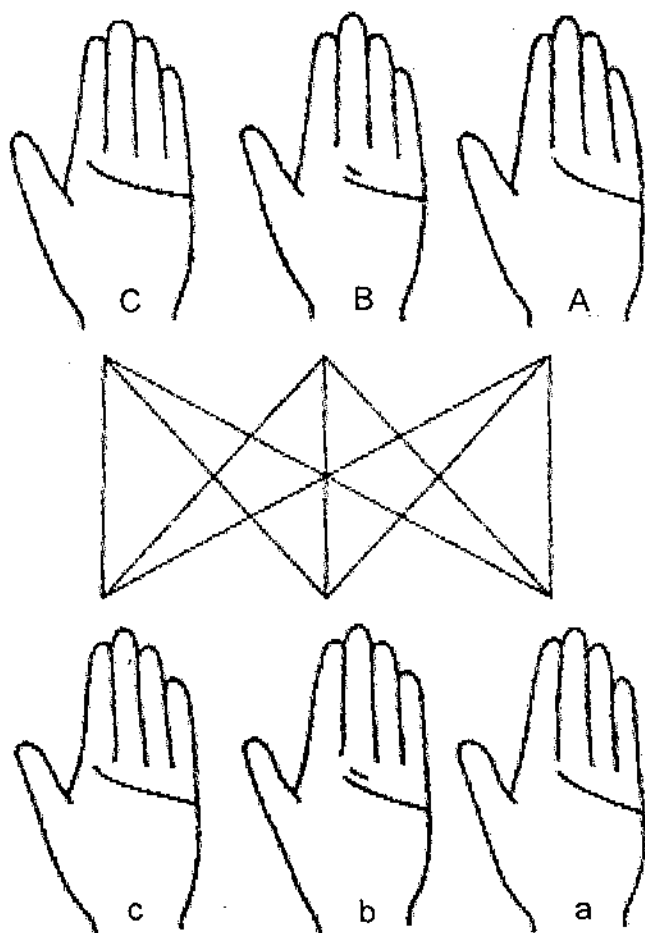
Ít có tình cảm mãnh liệt, bột phát. Phần lớn là con trai mạnh dạn đòi hỏi, còn con gái lại rất khó đáp ứng.

*6. Nam tính B và nữ tính c:*

Nữ giới quá coi trọng sự trong sạch, sợ quan hệ xác thịt. Hai bên khó duy trì quan hệ, vì sinh lý không hề hài hòa.

*7. Nam tính C và nữ tính a:*

Dù mặt sinh lý không được đáp ứng đầy đủ, nhưng tình cảm hai người vẫn gắn bó chặt chẽ.



Hình 83. Chữ in hoa là nam tính

Chữ in thường là nữ tính

### 8. Nam tính C và nữ tính b:

Nhu cầu tình dục của nữ giới tương đối mãnh liệt, nhiệt tình hơn so với nam giới. Do không đáp ứng được đầy đủ thường có biểu hiện nôn nóng.

### 9. Nam tính C và nữ tính c:

Hai người đều hết mình với tình ái. Sự phối hợp tình dục rất tốt, hai bên có mối quan hệ tương đối thoải mái nhẹ nhàng.

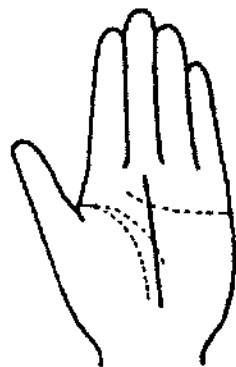
## V. ĐƯỜNG CÔNG DANH

Đường Công Danh chủ yếu biểu thị vận thế xã giao của cá nhân. Trong đường vân chủ yếu của tướng tay, khó nhất là tìm hiểu sự biến đổi. Từ đường Công Danh có thể hiểu được sự thay đổi vận mệnh công việc hoặc tiền bạc.

### \* Dựa vào đường Công Danh tìm hiểu:

#### a. Tính cách

Giữa bàn tay có một đường vân thẳng kéo dài, hình dạng mỗi người khác nhau, phổ biến nhất là kéo dài từ bàn tay hướng vào gốc của ngón giữa.



#### 1. Đường Công Danh kéo dài thẳng: (Hình 84)

Là người rộng rãi, trung

Hình 84

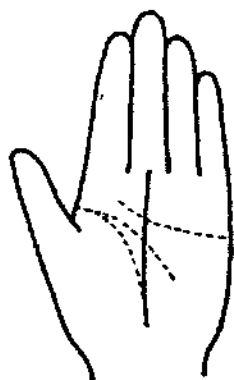
thực, giỏi tính toán cho tương lai. Trong công việc có cá tính, tài năng nên có sự phát triển tốt.

*2. Đường Công Danh và đường Sinh Mệnh trùng nhau: (Hình 85)*

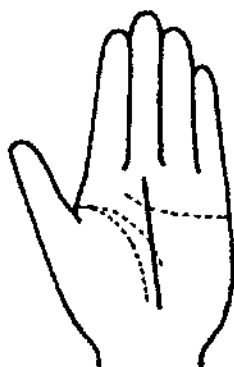
Là người có tính độc lập cao, chín chắn, cố gắng không mệt mỏi, không hề ỷ lại, tự bồi dưỡng năng lực để phát triển.

*3. Đường Công Danh cong: (Hình 86)*

Là người có nhân duyên tốt, được nhiều người hâm mộ. Các diễn viên thường thấy tướng tay này. Tuy nhiên tính cách kiêu ngạo, lối sống buông thả, có sức quyến rũ người khác.



Hình 85



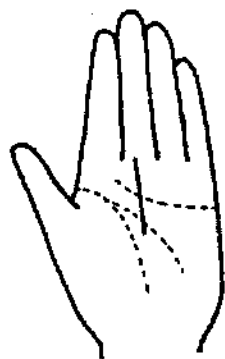
Hình 86

*4. Đường Công Danh chỉ nhìn rõ đoạn trên: (Hình 87)*

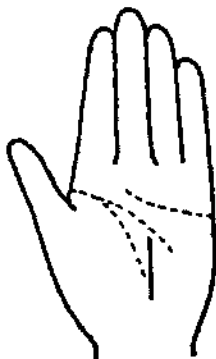
Là loại có tài nhưng thành đạt muộn. Có lòng tự tôn tự tại, không tranh giành, ghen tỵ. Thực lực tài năng mới bắt đầu phát huy từ sau tuổi 30.

5. *Đường Công Danh ngắn, đoạn trước không rõ ràng:* (Hình 88)

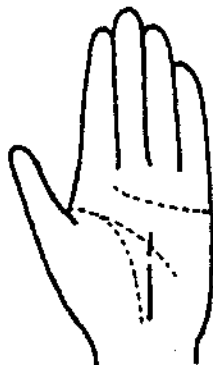
Là người ưa hoạt động, có khả năng thực hành, nhưng luôn luôn chỉ lo lợi ích trước mắt nên làm việc đại khái, không chu đáo dễ dẫn đến thất bại. Trước 30 tuổi dành được thành công trong công việc.



Hình 87



Hình 88



Hình 89

6. *Đường Công Danh bị đứt:* (Hình 89)

Là loại đa tài, đa nghệ, có năng lực xử lý đồng thời nhiều việc, tuy nhiên, cũng là người dễ chán, dễ nản.

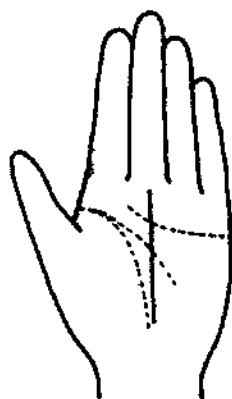


## **b. Cơ hội chuyển nghề**

Đường Công Danh sẽ nói với chúng ta chuyển nghề có thích hợp không và khi nào thì nên chuyển nghề?

### **1. Đường Công Danh thẳng mà không biến đổi: (Hình 90)**

Là người có thể phục vụ lâu dài cùng với sự phát triển nghề nghiệp của mình. Nếu có khát vọng thăng cấp thì tốt nhất không nên chuyển nghề.



Hình 90

### **2. Đường Công Danh đứt ở giữa: (Hình 91)**

Là người có tính cách không ổn định, sẵn sàng thay đổi công việc, thích “đứng núi này trông núi nọ”.



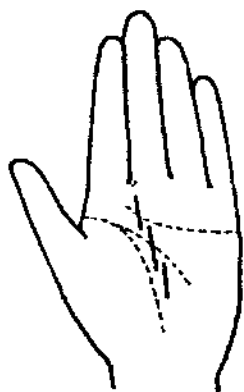
Hình 91

3. *Chỗ đứt của đường Công Danh hướng về ngón cái: (Hình 92)*

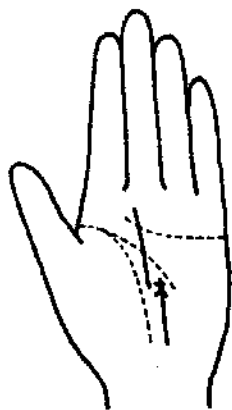
Là người dễ nắm lấy cơ hội chuyển nghề và thường thu được thành công trong cương vị nghề nghiệp mới.

4. *Chỗ đứt đường Công Danh xuất hiện vân hình Sao: (Hình 93)*

Là người thường có điều tiếng phàn nàn của cơ quan, đồng nghiệp, nếu không vừa ý với nghề nghiệp hiện tại thì nên chuyển nghề.



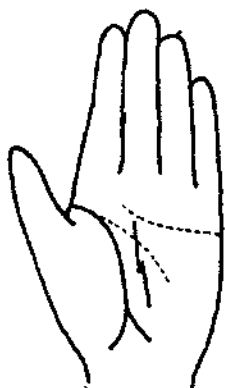
Hình 92



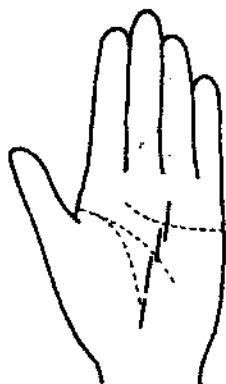
Hình 93

5. Đường Công Danh đứt ở giữa, đường Sinh Mệnh chia làm hai nhánh: (Hình 94)

Là người có duyên hướng ngoại. Hàng ngày nên bồi dưỡng năng lực ngoại ngữ để có thể tận dụng cơ hội làm ăn, hợp tác với nước ngoài.



Hình 94



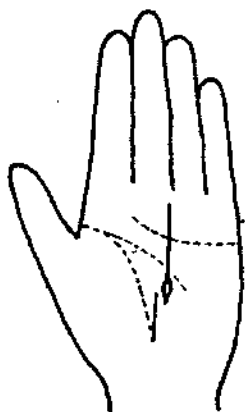
Hình 95

6. Đường Công Danh đứt hướng về bên ngón vô danh: (Hình 95)

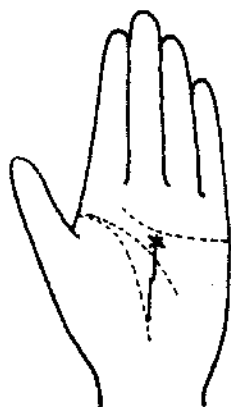
Người có tướng tay này đoạn trước của đường đứt thưa mỏng, càng chuyển nghề, càng thất bại, không nên chuyển nghề nhiều lần

7. Đường Công Danh đứt ở giữa, lại phát triển ra từ Vân Đảo (cù lao): (Hình 96)

Chuyển nghề sẽ vất vả gian nan, nếu là người có cống hiến nhất định với công việc yêu thích thì “đào vô sở vị”, không nên thay đổi.



Hình 96



Hình 97

8. Đoạn trước đường Công Danh bị đứt, xuất hiện vân giao nhau: (Hình 97)

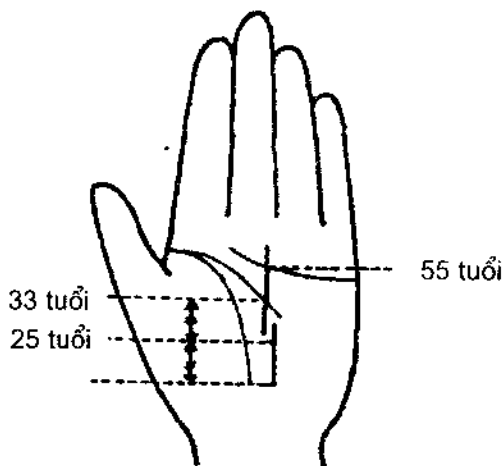
Sau khi chuyển nghề 3-4 năm rất thuận lợi, nhưng sau đó có thể sẽ có những sự kiện bất ngờ. Hãy nhớ kỹ điểm này để tránh bị hẫng hụt.

9. Thời gian chuyển nghề: (Hình 98)

Chỉ cần xem đường Công Danh đứt ở chỗ nào thì có thể đoán được khi nào sẽ chuyển nghề.

Chỗ giao nhau giữa đường Công Danh và đường Tình Cảm là 55 tuổi. Chỗ giao nhau giữa đường Công Danh và Trí Tuệ là 33 tuổi. Từ chỗ này đến thời điểm của đường Công Danh chia làm hai phần bằng nhau, giữa chính là 25 tuổi. Còn lại lại

chia phần, sau đó đối chiếu có thể biết được khoảng bao nhiêu tuổi nên chuyển nghề.

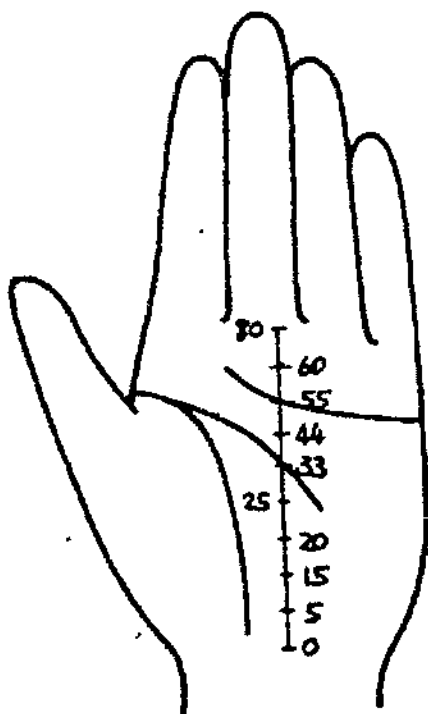


Hình 98

Hình 99 là bảng tuổi tác của đường Công Danh. Cổ tay là 0 tuổi, gốc của ngón tay là 80 tuổi.

Nếu như đường Công Danh của bạn chia làm hai thì đó là dấu hiệu chuyển nghề hoặc chuyển nhà, du học v.v... Tuổi tác của điểm phân nhánh làm hai là độ tuổi bắt đầu thay đổi. (Hình 99).

Người mà đường Công Danh ở giữa lộ ra rõ, thì độ tuổi từ khởi điểm này bắt đầu có vận tốt. Để tránh bỏ lỡ cơ hội tốt này, hãy bắt đầu cố gắng trau dồi thực lực của mình.

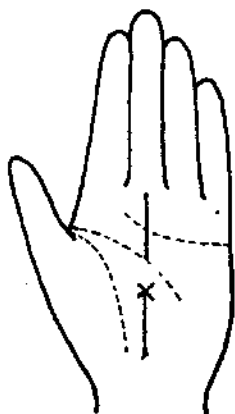


Hình 99

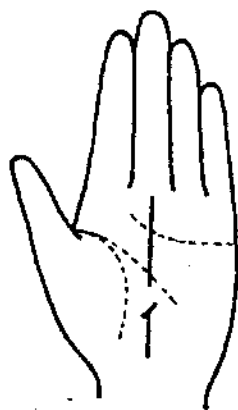
### c. Bị thành kiến, ngược đãi

1. Đường Công Danh bị phân đoạn giao nhau:  
(Hình 100)

Người có tướng tay này có thể phạm phải sai lầm nghiêm trọng, là đối tượng làm người hợp tác không yên tâm.



Hình 100



Hình 101

**2. Đường Công Danh bị đứt trong đường căn trở phân ra phía ngón cái: (Hình 101)**

Là loại người không khoan nhượng với đồng sự hoặc cấp trên, có thể tranh cãi đúng sai mà từ bỏ chức vụ, tuy là người có sáng kiến trong công việc.

## **VI. ĐƯỜNG THÁI DƯƠNG**

**a. Đường biểu thị tài vận hoặc tài năng của cá nhân**

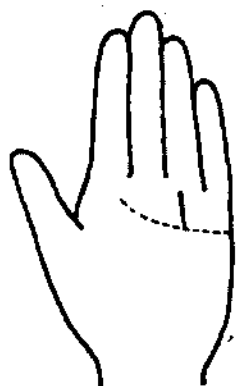
Đường Thái Dương là đường vân chỉ từ gốc của ngón vô danh kéo dài xuống.

**1. Đường Thái Dương kéo dài từ gốc ngón vô danh đến đường Tình Cảm: (Hình 102)**

Là người bền bỉ tích lũy tiền tài, năng nhặt chặt bị.

2. Đường Thái Dương dài qua đường Tình Cảm: (Hình 103)

Tài vận đẹp, sau 30 tuổi có thể phát huy được thực lực cá nhân.



Hình 102



Hình 103

3. Đường Thái Dương vượt quá đường Tình Cảm cong dài đến gò Hoả Tinh thứ hai: (Hình 104)

Là người nắm được tài vận do vận dụng chuyên môn kỹ thuật hoặc tư cách đặc biệt.

4. Đường Thái Dương uốn cong về phía gò Nguyệt Tinh: (Hình 105)

Là người có năng lực chuyên môn, có sức sáng



tạo, tính nghệ thuật. Do đó rất có thể phát triển tài vận tốt.



Hình 104



Hình 105



Hình 106



Hình 107

5. Đường Thái Dương giao với đường Công Danh: (Hình 106)

Có thành công trong hoạt động kinh tế. Sau 30 tuổi, tài vận cực kỳ mở rộng.

6. Có nhiều đường Thái Dương nhưng đứt: (Hình 107)

Là người tiêu sài hoang phí, dù giàu có cũng chỉ trong thời gian ngắn là phát tán hết.

7. Có hai đường Thái Dương song song: (Hình 108)

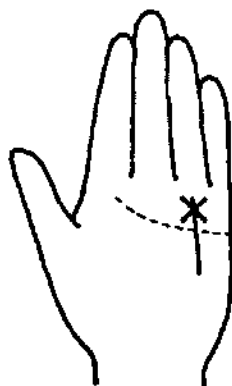
Về kinh tế có lúc gặp khó khăn, thất bại nhưng được người khác trợ giúp vượt qua.



Hình 108

8. Trên đường Thái Dương xuất hiện vân giao nhau: (Hình 109)

Là người không biết cách quản lý tài sản, thường có tình huống mất tiền bạc hoặc vật phẩm giá trị.



Hình 109

### **b. Cho biết vận may**

1. Đường vân nhỏ từ mé ngón út cong dài lên bám vào đường Thái Dương: (Hình 110)

Khi tướng tay xuất hiện đường vân này mà đường Công Danh lại đặc biệt rõ, là lúc vận thế của bạn mạnh nhất lại có quý nhân phù trợ giúp bạn thành công. Có thể tự tin thăng tiến.

2. Đoạn trước đường Thái Dương có vân hình

sao: (Hình 111)

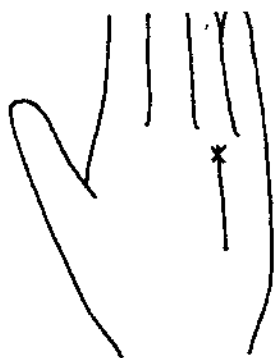
Điểm báo tài năng của bạn sắp bộc lộ. Hãy thể hiện mình. Nửa năm đến hai năm sau là lúc tài hoa của bạn được phát huy.

3. Đường Thái Dương của bạn phân làm ba: (Hình 112)

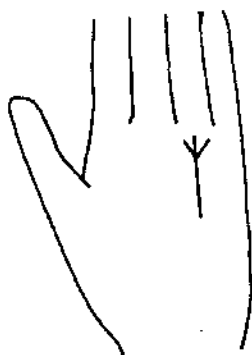
Nhân duyên của bạn rất mãn nguyện, kết quả của sự kiên trì và cố gắng. Công việc cũng được cấp trên đánh giá tốt và hài lòng.



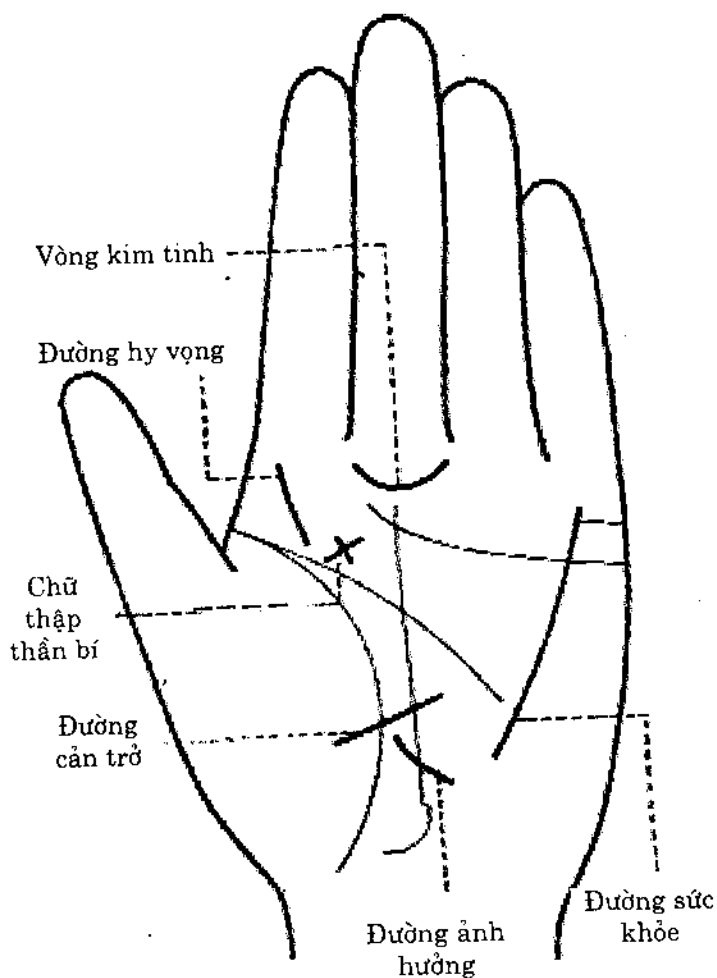
Hình 110



Hình 111



Hình 112



Hình 113

## **\* Những đường vân khác (Hình 113)**

### **1. Đường sức khoẻ**

Là đường vân cong dài từ phần gốc ngón út hướng vào giữa lòng bàn tay. Khi cả đường sức khoẻ bị đứt lộ ra đường vân nhỏ vụn là điềm báo hệ tiêu hoá hoặc hệ hô hấp quá yếu. Cần phải nghỉ ngơi bổ dưỡng nhiều.

### **2. Đường cản trở**

Là đường vân từ mé ngón cái phát triển hướng về đường Công Danh. Khi có đường cản trở là điềm báo có trở ngại trong công việc hoặc cuộc sống hàng ngày.

### **3. Đường ảnh hưởng**

Là đường vân giao nhau lệch hướng về đường Công Danh. Đường ảnh hưởng mà từ gò Nguyệt Tinh kéo dài ra hướng ngón cái là hướng tốt trong các quan hệ.

### **4. Đường hi vọng**

Là đường vân chạy từ gần gốc ngón trỏ hướng vào đường Trí Tuệ và đường Sinh Mệnh. Người có đường vân này có ý thích chơi trội hoặc hướng thượng.

### **5. Vòng Kim Tinh**

Là đường vân nằm ở gần gốc ngón giữa và ngón vô danh có hình bán nguyệt. Người có vòng Kim

Tinh đặc biệt nhạy cảm với cái đẹp, có tính cảm thụ nghệ thuật.

## 6. Chữ thập thần bí

Người có đường vân xuất hiện ở giữa đường Tình Cảm và đường Trí Tuệ, có hình chữ thập là người có khả năng siêu nhiên thần bí. Nhiều người là nhà siêu năng lực nổi tiếng, bàn tay của họ đều có hình chữ thập thần bí này.



## CHƯƠNG IV

### BÀN TAY MÃ SỐ CUỘC ĐỜI

Trên bàn tay, chỉ vân to nhỏ của tay hoặc móng tay cũng là điểm quan trọng trong thuật xem tướng tay.

#### *A. Liên quan đến hình dáng bàn tay*

Hình dạng to nhỏ của bàn tay mỗi người khác nhau. Điều này có thể dẫn đến sự khác biệt trong tính cách mỗi người.

##### *1. Tay to dày:*

Bàn tay dày nhiều thịt, ngón tay thô. Người có bàn tay này phù hợp với công việc cần sử dụng thể lực. Họ là người có sức chịu đựng cao nhưng ít quan hệ với người xung quanh, thiếu quan tâm đến người khác.

##### *2. Tay to hình bẹt tứ giác:*

Bàn tay bằng, có dạng tứ giác, gốc ngón đến



đầu ngón thô, móng tay cũng có hình tứ giác. Người có tướng tay này sống thành thực, chăm chỉ. Bất luận gặp hoàn cảnh nào cũng biết cách xử lý thoả đáng làm cho mọi người vui lòng. Tuy nhiên họ lại là người sống rất nguyên tắc, tính toán chi ly tiền bạc làm cho bạn bè ít gần.

### *3. Tay nhỏ, ngón nhọn mảnh:*

Đây là tay nhỏ yếu mềm, có màu da trắng mà ngón nhọn mảnh. Người có bàn tay này tính cách cực kỳ mẫn cảm, tinh tế, hay mơ mộng, không thực tế. Nhưng ngược lại, linh cảm hoặc trực giác trội hơn người thường. Có tài năng bẩm sinh trong hoạt động nghệ thuật hoặc công việc liên quan tới bói toán.

### *4. Tay dài và mềm:*

Ngón tay dài và mềm là tay của người lãng mạn, tính cách tinh tế, tử mĩ, tình cảm dễ bị tổn thương, đặc biệt trong lĩnh vực luyện ái.

Họ thuộc những người sức khoẻ không ổn định, thể lực yếu, thiếu ý chí kiên cường.

### *5. Tay dài nhỏ, khớp gồ lên:*

Trên tay ít thịt, gầy xương, ngón tay nhỏ dài mà khớp gồ lên. Người tướng tay này điềm tĩnh, suy nghĩ chín chắn sâu sắc, thích nói đạo lý khi tranh luận, không nhượng bộ điều mình cho là đúng, đôi lúc bảo thủ.

## 6. Tay dài hình tròn:

Bàn tay tuy nhỏ dài nhưng toàn thể lại có cảm giác tròn trịa. Người mà ngón tay nhỏ dài, móng tay tròn, cá tính sống rộng rãi, được nhiều người yêu mến.

Thích giao tiếp với bạn bè, nhưng hơi hột, dễ chán.

### B. Liên quan đến độ dài của ngón tay:

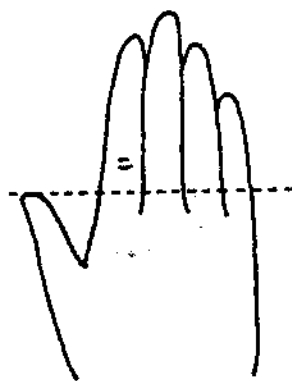
Hình dáng của tay mỗi người một kiểu, độ dài các ngón tay cũng không giống nhau. Từ độ dài ngón tay có thể biết được ưu điểm, nhược điểm của bạn.

#### a. Ngón tay cái

Ngón tay cái biểu thị sức hành động hoặc ý chí của mỗi người.

1. Nằm ở giữa đốt thứ nhất và gốc ngón trỏ: (Hình 114)

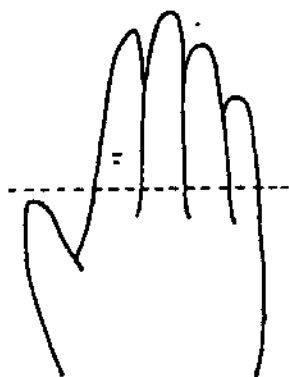
Là người phán đoán sự việc điềm tĩnh và chính xác, có sức hành động, hướng nội tâm, xử sự có chừng mực, có chủ kiến cá nhân.



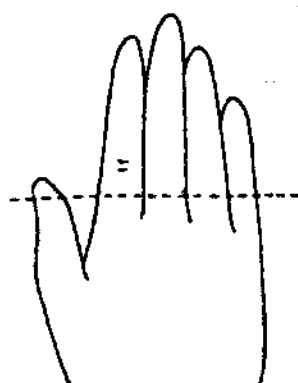
Hình 114

## 2. Ngón cái ngắn: (Hình 115)

Là người giàu cảm hứng nhưng thiếu tính nhẫn nại, không kiên nhẫn, không cố chấp. Có trực giác và mẫn cảm, nắm bắt được cơ hội nhanh hơn người khác.



Hình 115



Hình 116

## 3. Ngón cái dài: (Hình 116)

Là người có lòng tự tôn cao, không dễ bị kích động, có khát vọng chỉ huy lãnh đạo người khác, luôn vững vàng theo đuổi mục tiêu của mình.

### b. Ngón trỏ và ngón vô danh

Độ dài của ngón trỏ tượng trưng cho lòng tự tôn, vinh dự, còn ngón vô danh tượng trưng cho ý thức đẹp.

1. Ngón trỏ và ngón vô danh hầu như dài bằng nhau: (Hình 117)

Là người có quan niệm độc tôn, nhiều dục vọng kín đáo, không bộc lộ nội tâm khiến người xung quanh rất khó hiểu.



Hình 117



Hình 118

2. Ngón trỏ dài hơn ngón vô danh: (Hình 118)

Là người có tính tự chủ, tự tin ở bản thân, không cam chịu thất bại, không đầu hàng khó khăn, chiếm được sự tin tưởng của mọi người.

3. Ngón trỏ ngắn hơn ngón vô danh: (Hình 119)

Đây là loại phổ biến nhất. Là người có lối sống "dĩ hòa vi quý" ít có tranh chấp với người khác, tính thích ứng rất cao, trong bất kỳ hoàn cảnh nào cũng tồn tại được.



Hình 119



Hình 120

#### 4. Ngón vô danh dài trội: (Hình 120)

Phần lớn là người mỹ cảm, yêu nghệ thuật, xử lý sự việc thường theo cảm tính, không có cơ sở lý luận, thiếu kiên định, dễ ngã theo số đông hoặc cấp trên.

#### c. Ngón giữa

##### 1. Người có ngón giữa tương đối dài: (Hình 121)

Khi ngón giữa đặc biệt dài cần xem đặc trưng của nó. Ngón giữa cứng cáp là người chăm chỉ, cẩn thận. Ngón giữa đặc biệt dài là người từ nhỏ đã thể hiện sự chín chắn, chắc chắn.



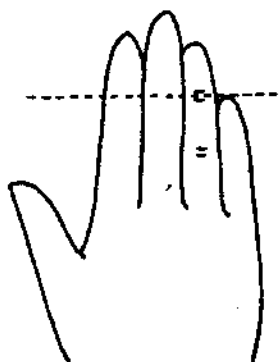
Hình 121

#### d. Ngón tay út

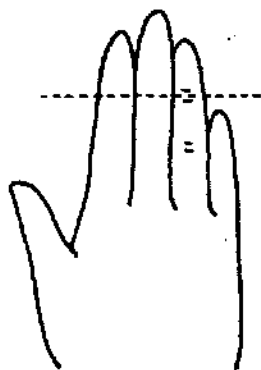
Ngón út biểu thị mức độ quan tâm với tính dục và tính cảm thụ.

1. Vị trí đầu ngón út dài bằng với đốt thứ hai của ngón vô danh: (Hình 122)

Hầu như ngón út của mọi người đều nằm ở vị trí này, nó biểu hiện tính cảm thụ, tình cảm, dục vọng và sự quan tâm với tính dục thường giống mọi người.



Hình 122



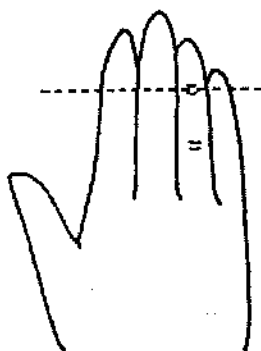
Hình 123

2. Ngón út ngắn: (Hình 123)

Người có ngón út ngắn, mức độ quan tâm tới tính dục rất thấp. Cơ quan sinh dục và hóc môn không tốt, phụ nữ dễ nhiễm bệnh phụ khoa.

3. *Ngón út dài:* (Hình 124)

Người có ngón út đặc biệt dài thể hiện tính cảm thụ phong phú có sức hấp dẫn đặc biệt với người khác giới. Tuy nhiên, do được hâm mộ quá mức cũng dễ nảy sinh những tư tưởng thiếu lành mạnh.



Hình 124

**C. Liên quan đến chỉ vân**

Chỉ vân (vân ngón tay) có thể chia thành 4 loại là: “vân dạng móng thú”, “vân dạng xoáy nước”, “vân dạng cung”, “vân hỗn hợp”. (Hình 125)

**1. Vân dạng móng thú:**

Hình dạng phổ biến nhất trong chỉ vân chính là *dạng móng thú* có sóng nước lưu chuyển. Người có chỉ vân này có tính cách ôn hoà. Năm ngón trong đó đều là vân dạng móng thú thì đối nhân xử thế hài hoà, phong phú nhưng luôn cảm thấy mệt nhọc, do cố gắng để làm hài lòng những người xung quanh.

**2. Vân dạng xoáy nước**

Là chỉ vân có dạng xoáy tròn ốc.

Người mà toàn bộ đầu ngón đều có vân dạng

này là người sùng bái sự vật thần bí, linh cảm cũng rất mạnh.

### 3. Vân dạng cung

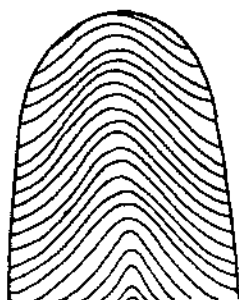
Là chỉ vân có hình dáng núi tương đối hiếm. Người có ngón tay mang chỉ vân này sống nghiêm chỉnh, hăng hái, đáng tin cậy.



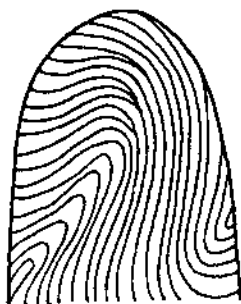
Vân hình móng thú



Vân hình xoáy nước



Vân hình cung



Vân dạng hỗn hợp

Hình 125



#### **4. Vân hỗn hợp** (Do chỉ vân của hai loại tạo thành)

*1. Chỉ có ngón cái là vân dạng móng thú, bốn ngón còn lại vân dạng xoáy nước:*

Là người có thân kinh yếu, thiếu sức chịu đựng. Làm bất cứ việc gì cũng phấp phồng, nóng nảy và thường phạm sai lầm. Tuy nhiên năng lực cá nhân cao hơn người khác.

*2. Chỉ có ngón trỏ là vân dạng móng thú, bốn ngón còn lại là vân dạng xoáy nước.*

Người mang dạng vân này khi yêu thì toàn tâm, toàn ý, rất tôn trọng quý mến với người khác giới.

Vốn là người suy nghĩ miễn cảm, nên cần phân biệt rõ ràng giữa công việc và yêu đương.

*3. Chỉ có ngón giữa là vân dạng móng thú, bốn ngón còn lại là vân dạng xoáy nước:*

Là người thành thực, rất tự tin, sẵn sàng giúp đỡ người khác. Do vậy, dành được sự tin tưởng của người xung quanh. Nhưng phải chú ý để không bị kẻ xấu lợi dụng.

*4. Chỉ có ngón vô danh là vân dạng móng thú, bốn ngón còn lại là vân dạng xoáy nước:*

Là người tính tình hài hoà, xã giao rộng, được sự cảm mến của mọi người.

Có tinh thần thực sự cầu thị nên phát huy được năng lực trong công việc.

5. Ngón út vân dạng móng thú, bốn ngón còn lại là vân dạng xoáy nước:

Là người ghét sự tranh chấp, thích cuộc sống bình ổn, ít ham muốn, biết cách giải quyết những bất đồng giữa các bạn bè, đồng nghiệp. Có năng lực, được cấp trên, bạn bè tin tưởng.

6. Ngón trỏ – giữa – vô danh là vân dạng móng thú, hai ngón còn lại là vân dạng xoáy nước:

Là người có nhân cách, tính cẩn thận, không dễ thoả hiệp, có quyết tâm cao thực hiện những dự tính của mình nên có lúc làm cho mối quan hệ bè bạn xấu đi.

7. Ngón trỏ – giữa – út là vân dạng móng thú, còn lại là vân dạng xoáy nước:

Người có đường vân này, sau tuổi trung niên mới thành đạt trong cuộc sống riêng. Do vậy, lúc trẻ dù gặp hoàn cảnh khó khăn trong công việc cũng như trong yêu đương cũng không được nản lòng.

8. Ngón cái – giữa – út là vân dạng móng thú, còn lại là vân dạng xoáy nước:

Là người có tính tự lập cao, có ý chí và sức chịu đựng kiên cường, không chịu khuất phục trước bất kỳ khó khăn nào. Tính cách không khoan nhượng cũng có thể tạo ra sự đố kỵ ghen ghét.

9. Ngón cái – giữa – vô danh là vân dạng móng thú, còn lại là vân dạng xoáy nước.

Là người cẩn thận, chưa nắm chắc thành công thì không làm, do vậy thường bỏ lỡ cơ hội tốt. Tuy vậy vẫn có cuộc sống vững vàng.

*10. Ngón cái - trở - út là vân dạng móng thú, còn lại là vân xoáy nước.*

Là người rất thích đổi mới, mẫn cảm với thương trường, có óc sáng tạo. Nếu bị kiềm chế dễ sinh chán nản.

*11. Ngón cái - trở - vô danh là vân móng thú, còn lại là vân xoáy nước.*

Là người nhìn sự vật dưới con mắt của cá nhân mình, tự cho mình là trung tâm, thiếu tôn trọng ý kiến người khác nên ít được cảm tình của mọi người.

*12. Ngón trở - vô danh - út là vân móng thú, còn lại là vân xoáy nước.*

Là người có cuộc sống tự lập từ sớm, nhưng ít giao tiếp với người khác, lại không theo đuổi một nghề trong thời gian dài, do vậy cuộc sống không ổn định. Cần ổn định nghề nghiệp, mở rộng quảng giao mới tránh được cuộc sống đi xuống.

*13. Ngón cái - vô danh - út là vân móng thú, còn lại là vân xoáy nước:*

Là người tuân thủ quy tắc, đạo đức trong cuộc sống, đồng thời cũng hay câu nệ, so sánh, suy bì với người khác. Trong yêu đương, một khi thất

tình sẽ để lại vết thương sâu sắc lâu dài ảnh hưởng đến công việc.

*14. Ngón giữa - vô danh - út là vân móng thú còn lại là vân xoáy nước:*

Là người có cảm thụ nghệ thuật và duy mỹ nhưng kém xã giao, thiếu thực tế. Tuy không thích người khác can thiệp vào sự nghiệp của mình nhưng lại thiếu tin tưởng vào khả năng nên ít thành đạt và hay bị cô lập.

*15. Ngón cái - trỏ - giữa là vân móng thú, còn lại là vân xoáy nước:*

Là người suy nghĩ nhạy bén, cá tính rộng rãi, mồm miệng lanh lợi, có duyên, có tính hài hước. Tuy nhiên có biểu thị coi thường người khác và không bình tĩnh, ít nhiều có gặp thất bại.

*16. Chỉ có ngón cái là vân xoáy nước, còn lại là vân móng thú:*

Là người thời trẻ gặp sóng gió, gian khổ rất nhiều nhưng không bi quan. Sự vất vả lúc trẻ liên quan với những thành công cuối đời. Bỏ ra càng nhiều công sức thì dành được càng nhiều địa vị, tài sản, hạnh phúc gia đình.

*17. Chỉ có ngón trỏ là vân xoáy nước, còn lại là vân móng thú:*

Là người ham thích vô độ cuộc sống phồn hoa, xã giao rộng, luôn quan tâm chăm sóc người khác, ít nhiều có khí chất của tuổi già. Do tính

cách như vậy mà được sự quý mến của mọi người.

*18. Chỉ có ngón giữa là vân xoáy nước, còn lại là vân móng thú:*

Là người linh hoạt, làm bất cứ việc gì cũng rất thành công nhưng thường nói thiếu suy nghĩ, đôi lúc ăn nói bừa bãi. Tuy nhiên do có năng lực nên vẫn được tin dùng và có thể nâng cao được địa vị của mình.

*19. Chỉ có ngón út là vân xoáy nước, còn lại là vân móng thú:*

Là người có cá tính rộng rãi, có sức hấp dẫn với bất kể trai hay gái. Biết nắm bắt cơ hội và cố gắng không mệt mỏi. Được sự hỗ trợ của xung quanh, hầu như công việc đều thành công.

*20. Chỉ có ngón út là vân xoáy nước, 4 ngón còn lại là vân móng thú:*

Là người có nhiều tham vọng nhưng không có thực lực để thực hiện. Tuy không sợ thử thách luôn cố gắng vượt qua mọi trở ngại nhưng thường thiếu quyết đoán, chịu sự chi phối của ý kiến người khác, nên ít thành công.

*21. Ngón trỏ - giữa - vô danh là vân xoáy nước, còn lại là vân móng thú:*

Là người chất phác, có tâm địa tốt, nhưng hơi câu nệ, bảo thủ. Tuổi càng cao, càng có tình cảm chân thực nồng hậu, dần dần sẽ được người khác

kính nể.

22. Ngón trỏ - giữa - út là vân xoáy nước, còn lại là vân móng thú:

Là người đôn hậu, mến khách, do vậy có nhiều cảm tình tốt của chung quanh. Người có trực giác tự tin khi giải quyết công việc cuối đời có nhiều thành công hơn ban đầu.

23. Ngón cái - giữa - út là vân xoáy nước, còn lại là vân móng thú:

Là người nóng nảy xử sự thô bạo, tự tiện hành động, coi thường phong thổ, dân tình nên dễ mang phiền muộn vào thân.

24. Ngón cái - giữa - vô danh là vân xoáy nước, còn lại là vân móng thú:

Là người bình tĩnh quyết đoán nhưng thành thực, có năng lực lãnh đạo và đoàn kết mọi người. Có lúc sôi nổi, hào hứng quá mức nên mệt mỏi nhưng không gây ra phiền toái cho người khác.

25. Ngón cái - trỏ - út là vân xoáy nước, còn lại là vân móng thú:

Là người có khát vọng tự do ghét sự ràng buộc, thích làm nghề tự do và cuộc sống ung dung tự tại.

26. Ngón cái - trỏ - vô danh là vân xoáy nước, còn lại là vân móng thú:

Là người đôn hậu, mến khách, do vậy chiếm

được nhiều cảm tình tốt của chung quanh. Là người có trực giác tự tin khi giải quyết công việc. Cuối đời có nhiều thành công hơn ban đầu.

*27. Ngón trỏ - vô danh - út là vân xoáy nước, còn lại là vân móng thú:*

Là người có đầu óc phù hợp với khoa học xã hội hơn khoa học tự nhiên, không thích hợp với làm ăn buôn bán, điều tra thị trường, thường suy nghĩ việc trước mắt, ít thấy được cái lâu dài.

*28. Ngón cái - vô danh - út là vân xoáy nước, còn lại là vân móng thú:*

Là người đối đãi, quan hệ với mọi người chu đáo. Không nhụt chí trước khó khăn mà luôn cố gắng không mệt mỏi trong công việc, do vậy được mọi người tin tưởng. Tuy có lúc tạo thành áp lực ảnh hưởng đến phát huy thực lực.

*29. Ngón giữa - vô danh - út là vân xoáy nước, còn lại là vân móng thú:*

Là người rộng rãi, hoạt bát, có duyên được nhiều người ngưỡng mộ. Nếu không có tham vọng quá mức thì hầu như mọi ước mơ đều trở thành hiện thực. Nhưng nếu thỏa mãn, kiêu ngạo thì sẽ làm vận thế nhanh chóng giảm sút.

*30. Ngón cái - trỏ - giữa là vân xoáy nước, còn lại là vân móng thú:*

Là người có cá tính tương đối cực đoan, có lúc

ong tự tôn cao đến dị thường, có lúc lại mất đi sự  
ự tin mà trở thành bi quan. Thường biểu hiện  
hái độ tiêu cực với bạn khác giới.

### ***D. Móng tay của bạn có vấn đề không?***

Móng tay cũng giống như ngón tay có thể bộc  
ộ tính cách cá nhân.

Xem hình dáng móng tay là phân tích ở trạng  
hái đã cắt ngay ngắn, sau khi cắt có hình tứ giác.

#### ***1. Móng tay hình tứ giác: (Hình 126)***

Là người có sức chịu đựng cao, nhưng cũng có  
phần cố chấp.

Người có dáng móng tay này  
mà màu sắc móng tay lại thẫm  
là người yêu ghét rõ ràng nhưng  
không dễ bụng lâu.

Ngược lại, người móng tay có  
màu trắng là loại hay quấy rầy  
người khác.

Móng tay hình tứ giác mà nhỏ  
là người tâm não hẹp hòi, sống  
tùy hứng, buông thả.



Hình 126

#### ***2. Móng tay hình dùi: (Hình 127)***

Là người có cá tính ôn hoà, đôn hậu. Không  
thích tranh chấp, bất đắc dĩ phải đấu tranh đối



với đôi thủ mạnh, cũng không thể đơn độc tiến hành. Chỉ khi lòng tự tôn bị xúc phạm mới có thể nổi giận. Tuy thể lực không tốt lắm nhưng trí tuệ lại được bù đắp.

3. Móng tay hình chữ nhật: (Hình 128)

Là người chín chắn, thận trọng, chắc chắn, tuân thủ quy tắc, làm việc đầu vào đầy.

Coi trọng cách sống trong sạch, ghét công việc không chính đáng.

4. Móng tay hình đá kim cương: (Hình 129)

Là người tính cách mộc mạc, thành thực, kính cẩn, hiếu lễ lại trang nhã. Nữ giới trở thành mục tiêu theo đuổi của nhiều người. Hiếm khi tức giận, nhưng khi nổi giận sẽ trở thành hysteria (rối loạn nhân cách) làm cho người khác rất ngạc nhiên.

5. Móng tay hình kiếm: (Hình 130)



Hình 127



Hình 128



Hình 129

Người có móng tay này rất cố gắng, nhiệt tình, phần lớn dành được kết quả trong công việc, thành đạt trong cuộc sống, nhưng có lúc lấy ngọn thành gốc, mà phải trả giá đắt hoặc hy sinh vì mục tiêu.



Hình 130



Hình 131

### 6. Móng tay rộng: (Hình 131)

Là người có tính cách rộng rãi, hào phóng, sự ưa thích và hứng thú biểu hiện rất mạnh, có lúc hành động không suy nghĩ gây thua thiệt rất nhanh.

### 7. Móng tay hình búi (Lưng): (Hình 132)

Móng tay hình búi là móng tay có đoạn trước hơi rộng; biểu thị tình thần bị ức chế ở vào trạng thái vô cùng mệt mỏi, phần lớn là do gánh vác công việc quá nặng hoặc cuộc sống quá chật vật, ảnh hưởng xấu tới sức khỏe.



Hình 132

#### 8. Bề mặt móng tay lõm lõm: (Hình 133)

Khi sức khỏe có vấn đề, móng tay sẽ có dạng lõm lõm. Móng tay lõm xuống là dinh dưỡng không đủ. Móng tay mà gồ lên là biểu hiện bệnh tật ở cơ quan hô hấp, phổi hoặc ngực.



Hình 133

#### 9. Trên móng tay có các đường vân thẳng:

Nếu khi các đường vân hướng thẳng đậm và rõ ràng thì cần đặc biệt chú ý. Đó là dấu hiệu của bệnh đái đường hoặc điểm báo bệnh đang phát triển (Hình 134)

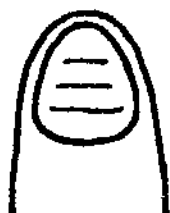


Hình 134

10. Móng tay có đường vân ngang: (Hình 135)

Khi trên móng tay có các đường vân dạng kênh rạch nằm ngang là biểu hiện bị thương tổn hoặc sau khi phẫu thuật, sức khỏe còn chưa hoàn toàn hồi phục, không nên làm quá sức.

Ngoài ra, trên móng tay sẽ có lúc có đốm màu trắng, là biểu hiện bị kích thích bởi trạng thái vui mừng hoặc sợ hãi.



Hình 135



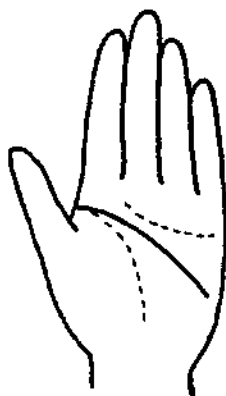
## CHƯƠNG V

### CÁCH ĐOÁN KHÁC VẬN HÔN NHÂN VÀ VẬN NGHỀ NGHIỆP

#### *A. Phán đoán hôn nhân và nghề nghiệp*

*1. Đường Trí Tuệ có đường cong và kéo dài đến  
gò Nguyệt Tinh: (Hình 136)*

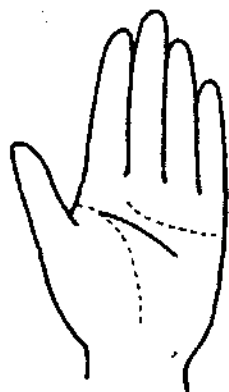
Là người khát vọng tình yêu lãng mạn, hay mơ  
mộng và lý tưởng hóa tình yêu.



Hình 136

2. *Đường Trí Tuệ kéo dài đến ngón tay trở:*  
(Hình 137)

Là người dù trong công việc hay trong cuộc sống, tình yêu đều mong muốn trạng thái ổn định. Nam nữ thuộc tướng tay này thì có thể kiến lập một gia đình bình ổn và yên ả.



Hình 137



Hình 138

3. *Đường Trí Tuệ cực ngắn:* (Hình 138)

Đường Trí Tuệ chỉ đến vị trí dưới ngón giữa. Người tướng tay này nặng về lý trí trong nghề nghiệp, phụ nữ thường đặt công việc lên trước hôn nhân, do vậy mà kết hôn muộn. Nếu kết hôn rồi thì chưa mong muốn có con cái luôn hy vọng có một cuộc sống giàu sang.

Người tướng tay này cũng có khả năng rơi vào đồng tính luyến ái.

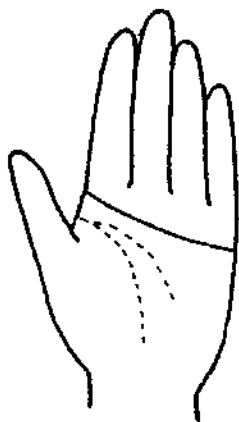
4. Đường Tình Cảm là một đường thẳng: (Hình 139)

Trên bàn tay, đường Tình Cảm là một đoạn trực tuyến ngang là tướng tay tương đối lạ. Có tướng tay này mà gò Hoả Tinh gồ lên là người tràn đầy sức hấp dẫn đối với người khác.

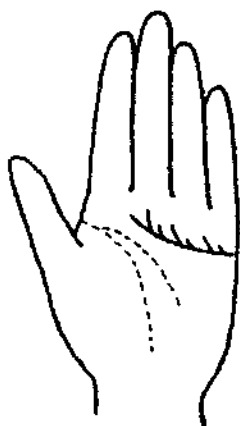
5. Đường Tình Cảm phân thành vô số đường vân hướng lên trên (Hình 140)

Tướng tay này có vận tình yêu rất tốt, thích lãng mạn. Con trai phần lớn là người có tình yêu thuần khiết lại giàu cá tính, con gái tính cách rộng rãi có từ tâm.

Cả hai đều được nhiều người yêu thích nên nhân duyên rất tốt đẹp.



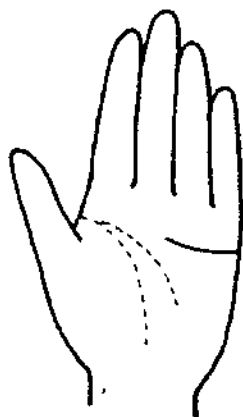
Hình 139



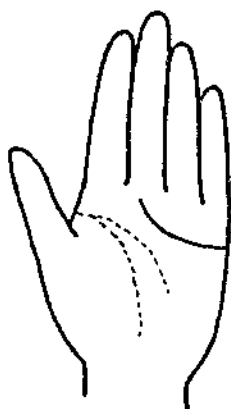
Hình 140

## 6. Đường Tình Cảm cực ngắn: (Hình 141)

Người mà đường Tình Cảm chỉ kéo dài đến gần ngón giữa, làm bất cứ việc gì cũng đều nửa chừng không say mê, kể cả phương diện tính dục. Tính cách loại này không thích hợp với hôn nhân.



Hình 141



Hình 142

## 7. Đường Tình Cảm uốn cong vào ngón giữa: (Hình 142)

Người loại này luôn luôn lấy mình làm trung tâm, thích được tâng bốc. Trong tình yêu, tự cho mình là người cao quý, không để ý đến tình cảm của đối phương. Lại là người có máu ghen đáng ngại. Trong tình yêu hay hôn nhân đều không duy trì được lâu dài.



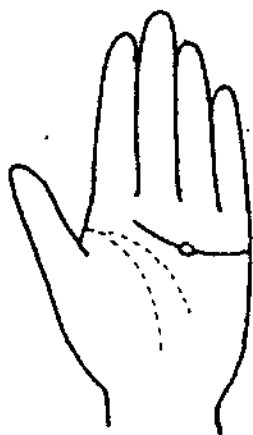
8. Trên đường Tình Cảm có Vân Đảo (cù lao):  
(Hình 143)

Người có tướng tay này gặp trắc trở trong tình yêu, do không phù hợp hoặc sự phản đối của người xung quanh.

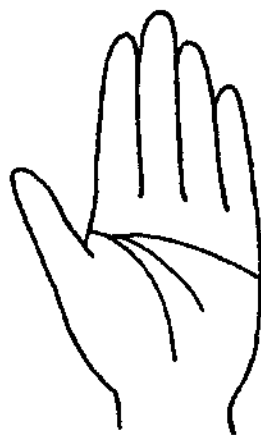
Vân Đảo xuất hiện rồi mất dần, do vậy trong thời gian xuất hiện Vân Đảo không dễ cập đến tình yêu sẽ tránh được thương tổn.

9. Đường Tình Cảm – Trí Tuệ và Sinh Mệnh xuất phát cùng một điểm: (Hình 144)

Rất ít người có tướng tay này. Người có tướng tay này rất kỳ dị. Trong tình ái thường biểu hiện rất cuồng si một cách bệnh hoạn.



Hình 143



Hình 144

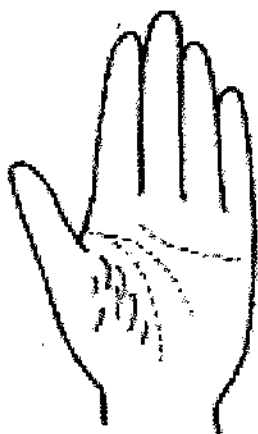
10. Trên gò Kim Tinh có nhiều đường vân:  
(Hình 145)

Đây là tướng tay của các công tử, tiểu thư con nhà giàu.

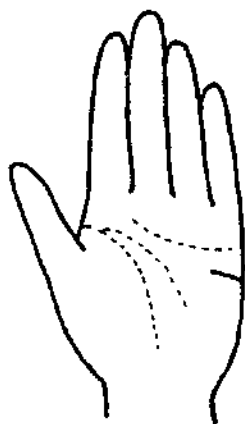
Trong tình yêu họ không nghiêm túc, không hề có mục đích tiến tới hôn nhân mà chỉ lợi dụng để mua vui, cần tránh xa.

11. Trên đường Hoả Tinh thứ hai có đường ngang: (Hình 146)

Đường ngang này gọi là đường phản kháng. Người có đường vân này tuy tính tình không tồi nhưng do yêu thích sáng tạo cái mới nên trong tình yêu thường phát triển theo hướng phản bội, “có mới nới cũ”.



Hình 145

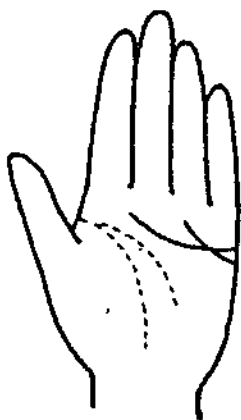


Hình 146

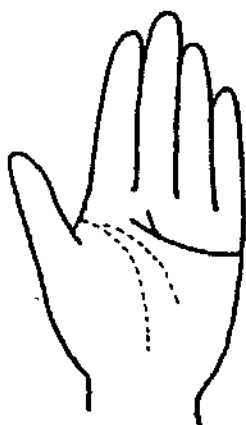
12. Trên gò Hoả Tinh thứ hai có đường vân hướng lên: (Hình 147)

Là người yêu thích tự do, ưa hành động, tinh lực dồi dào.

Trong tình yêu thì hết mình, gặp phải bất cứ trở ngại nào cũng sẵn sàng đương đầu, không chịu thúc thủ, cuối cùng trở thành người chiến thắng trong tình yêu.



Hình 147



Hình 148

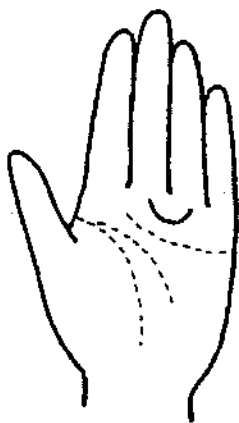
13. Đầu trước đường Tình Cảm phân làm hai: (Hình 148)

Bất kể trai hay gái đều là người có sức hấp dẫn. Tuy có nhiều cơ hội tình yêu, nhưng lại không thấy thú vị, say mê, do vậy kết hôn thường tương đối muộn.

Con gái tướng tay này có biểu hiện trung tính, không ít người có quan hệ đồng tính luyến ái.

**14. Có vòng Kim Tinh lớn:**  
(Hình 149)

Người mà trên bàn tay có vòng Kim Tinh bán nguyệt lớn và rõ là có mỹ cảm và năng khiếu nghệ thuật. Trong tình yêu thường rất chủ động và mãnh liệt nên hay bị tiếng tăm xấu xa. Hay ngoại tình, thích cướp đoạt tình nhân của người khác, thường gây đau khổ cho những người nhẹ dạ cả tin.



Hình 149

**15. Đường Trí Tuệ và đường Sinh Mệnh phân ly, đường Tình Cảm đứt liên tục:**  
(Hình 150)

Nữ giới thường là người có khuôn mặt xinh đẹp, dáng hình yếu điệu, là mục tiêu theo đuổi của con trai, nhưng tính cách lại nôn nóng và tùy hứng.

Nếu con trai có tướng tay này, sau tuổi trung niên có khả năng biến thái tính dục.

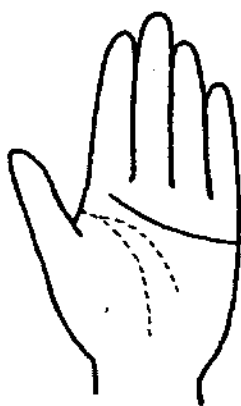


Hình 150

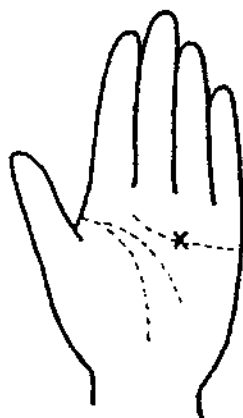
*16. Đường Tình Cảm kéo dài đến gốc ngón trỏ:*  
(Hình 151)

Là người nhút nhát rất khó bộc lộ tình cảm chân thành của mình cho đối phương hiểu. Hơn nữa, bề ngoài nhìn như lạnh nhạt lãnh đạm nên luôn luôn bị đối phương hiểu lầm.

Dành được thành công trong công việc hơn hẳn trong tình yêu.



Hình 151



Hình 152

*17. Trên đường Tình Cảm có vân giao nhau:*  
(Hình 152)

Vân giao nhau là ám thị quan hệ của hai người đã bắt đầu rạn nứt. Những cuộc tranh cãi thường xuyên xảy ra làm cho khoảng cách giữa hai người ngày càng lớn, dẫn đến kết cục phải chia tay.

18. *Đường Trí Tuệ và đường Sinh Mệnh phân ly, đường Tình Cảm có vân hướng xuống:* (Hình 153)

Vốn là người có cá tính rộng rãi, có xã giao rộng. Trong tình yêu thì chân thành đúng mực nên rất được bạn khác giới quan tâm.

Dù ít chủ động biểu thị tình yêu, nhưng vẫn được đối tượng thông cảm. Kết bạn với những người cùng sở thích như vậy sẽ làm cho nhân duyên tốt đẹp.



Hình 153

### ***B. Tìm hiểu sự thích hợp với nghề nghiệp***

Dựa vào đường vân tướng tay có thể hiểu được khả năng của mình có thích ứng với một nghề

ng nghiệp nào đó hay không.

1. *Lệch khỏi vị trí của đường Sinh Mệnh xuất hiện đường Trí Tuệ ngắn và đi xuống:* (Hình 154)

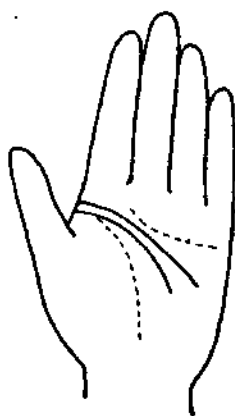
Là người có đầu óc minh mẫn, ưa hành động và có lòng tự tôn cao. Con gái phần nhiều có năng lực làm việc không kém nam giới. Họ đều có thể tự lập cơ nghiệp, khai sáng sự nghiệp,

2. *Có hai đường Trí Tuệ:* (Hình 155)

Người có hai đường Trí Tuệ, bẩm sinh thường đa tài đa nghệ, làm bất cứ nghề nào đều thích hợp. Nhưng con gái thích hợp nhất là công việc thư ký, có tri thức, tận tụy, cẩn thận.



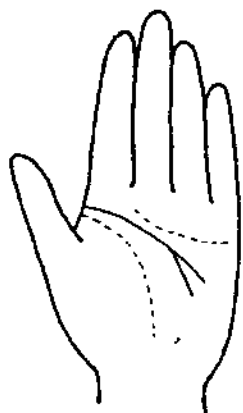
Hình 154



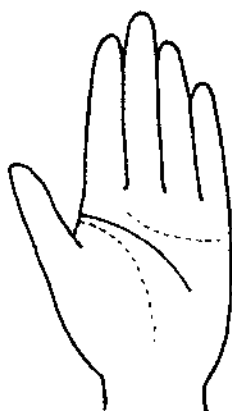
Hình 155

### 3. Đường Trí Tuệ phân làm hai: (Hình 156)

Người mà đầu trước đường Trí Tuệ phân làm hai hướng về gò Nguyệt Tinh thì vừa có tài năng nghệ thuật lại có thể làm tốt nghề phụ có liên quan đến nghệ thuật như kinh doanh nghệ thuật v.v...



Hình 156



Hình 157

### 4. Vị trí đường Trí Tuệ lệch khỏi đường Sinh

*Mệnh kéo dài đến giữa bàn tay:* (Hình 157)

Là người có ý chí kiên cường quyết theo đuổi đến cùng sự nghiệp, có ứng xử và tính xã giao rộng. Con gái phù hợp với nghề nghiệp có liên quan tới thẩm mỹ, con trai hoạt động công thương nghiệp cũng phát triển tốt.

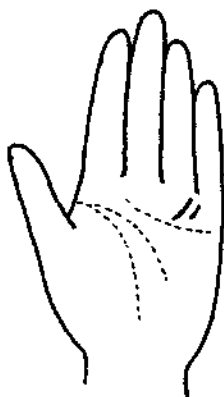


5. Gốc của ngón út và ngón vô danh có hai đường vân thẳng hướng: (Hình 158)

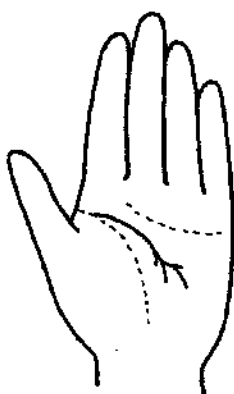
Là người có thiên chức chăm lo sức khỏe cho người khác. Bất kể là bác sỹ ngoại khoa, phụ khoa hoặc thú y đều có thể thành công. Nếu không làm các công việc liên quan tới y được như châm cứu, mát-xa cũng tốt.

6. Trước đường Trí Tuệ phân làm ba đường trở lên: (Hình 159)

Là người có cá tính rộng rãi, đa tài, đa nghệ việc gì cũng có thể làm tốt. Rất thích phục vụ người khác hoặc được chú ý của mọi người trong tình yêu cũng như công việc, thích sự yên ổn.



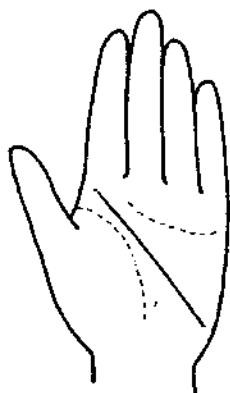
Hình 158



Hình 159

**7. Đường Trí Tuệ kéo dài từ gò Mộc Tinh xuống gò Nguyệt Tinh: (Hình 160)**

Là người có khả năng xuất sắc, siêu việt, có trách nhiệm và năng lực lãnh đạo người khác. Công việc thích hợp nhất là làm chủ các mỹ viện hoặc cửa hàng thời trang thì phát huy được đầy đủ thực lực.



Hình 160



Hình 161

**8. Đường Trí Tuệ đầu có nhánh rẽ ra từ nhánh đường Sinh Mệnh: (Hình 161)**

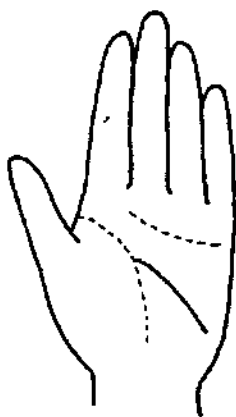
Là người có tính sáng tạo, linh hoạt. Nếu là con trai thích hợp nhất làm nhà thiết kế hoặc hoạt động nghệ thuật. Con gái thì là nhà thơ hoặc nhà văn. Biết nắm lấy những cơ hội lớn sẽ thành công.

9. Đường Trí Tuệ từ đường Sinh Mệnh rẽ ra: (Hình 162)

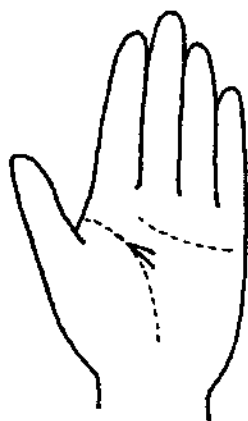
Là người có khả năng về mặt văn học, thích hợp với công việc biên tập, viết sách, làm thơ. Nếu phục vụ trong các công ty cũng có thể phát triển tốt.

10. Đường Trí Tuệ ngăn thò ra từ nhánh đường Sinh Mệnh: (Hình 163)

Là người có khả năng quan sát nhạy bén, có sức thuyết phục trong nghề nghiệp, giải quyết công việc khéo léo. Tác phong bình dị, có tinh thần kiên định, rất thích hợp công việc như giáo viên, nhà lý luận, nghiên cứu.



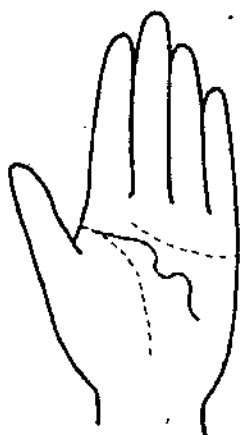
Hình 162



Hình 163

11. Đường Trí Tuệ có dạng sóng: (Hình 164)

Là người có thân thể tráng kiện, tinh lực lại dồi dào. Rất thích hoạt động thân thể, trai gái đều rất phù hợp với hoạt động thể dục thể thao. Cũng có nhiều người có tư chất âm nhạc, làm nhà soạn nhạc hoặc ca sĩ cũng có thể thành công.



Hình 164



Hình 165

### **C. Thử vận may thắng - bại**

Gần đây, có nhiều người càng ngày càng thấy thích thú với chuyện thử vận may như chơi xổ số, chơi đề v.v... Hãy thử xem!

1. Khởi điểm của đường Sinh Mệnh và đường Trí Tuệ khác nhau, đường Tình Cảm và đường Trí Tuệ là hai đường song song thẳng tắp: (Hình 165)

Vận thế của người này rất cao, quyết định

thành bại nhanh chóng, thường dành được thắng lớn trong các trò chơi đỏ đen, may rủi. Nhưng loại tướng tay này vô cùng ít.

2. Đường Sinh Mệnh có đường cong biên độ lớn kéo dài đến cổ tay, đường Trí Tuệ xuất phát từ cùng một điểm có một đường thẳng kéo dài đến rìa bàn tay: (Hình 166)

Người tướng tay này rất ít, chính vì vậy, vận thắng bại ít người nhìn thấy.

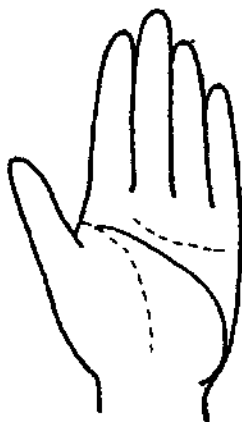
Bất kể là đánh bạc hoặc đầu tư cổ phiếu thường dựa vào trực giác nhạy bén, phán đoán chính xác mà trúng được giải lớn.



Hình 166

3. Đường Trí Tuệ có biên độ cong lớn kéo dài thẳng xuống cổ tay: (Hình 167)

Người có đường Trí Tuệ kéo dài biểu thị trực giác nhạy bén, thường có linh cảm nhanh, biểu thị về vận số cực đẹp. Mua vé số hoặc tham dự trò chơi có thưởng thường trúng những kết quả cao.



Hình 167



Hình 168

**4. Đường Sinh Mệnh - Trí Tuệ và Tình Cảm cùng xuất phát từ một điểm thẳng tắp xuyên qua bàn tay: (Hình 168)**

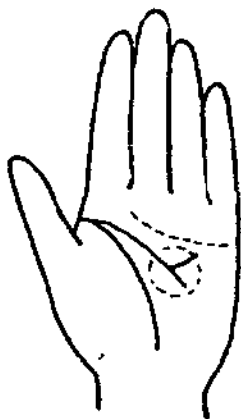
Coi trọng thống kê, tư liệu thu thập, phân tích để quyết thắng bại trong cá cược.

Cách này cũng phù hợp với tính cách của họ: lý tính hơn cảm tính.

**5. Đường Sinh Mệnh - Trí Tuệ - Tình Cảm xuất phát từ một điểm, mà đường phân nhánh của**

*đường Trí Tuệ kéo dài đến đường Tình Cảm:*  
(Hình 169)

Là người không hề tin vào vận thế, chỉ tin vào kinh nghiệm bản thân, theo chủ nghĩa hợp lý, suy xét kiểu lý luận, tỉ lệ thành công thấp.



Hình 169



Hình 170

*6. Hai đường Trí Tuệ phân ra từ khởi điểm của đường Sinh Mệnh, đường Tình Cảm đứt ở giữa:*

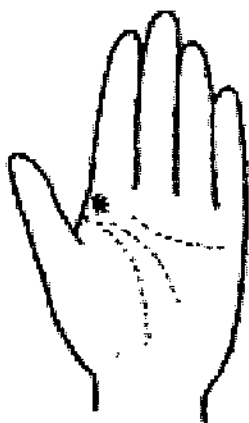
Tướng tay biểu thị vận thăng bại mạnh mẽ nhiều khi vận may làm người khác kinh ngạc.

Trong xã giao, thương lượng, đàm phán biết sử dụng linh hoạt kỹ xảo đàm phán, thường giành được thắng lợi trước đối phương (Hình 170).

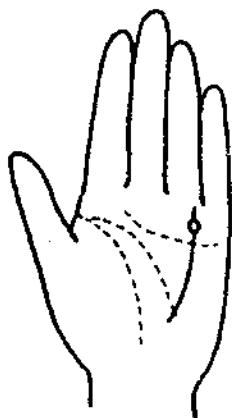
7. Dưới ngón trỏ có vân sao: (Hình 171)

Là người thường gặp may, có dịp thi thố tài năng nhất định có kết quả tốt, khả năng trúng cử trong thi tuyển tương đối cao.

Vân sao nếu nằm ở ngón vô danh cũng là tín hiệu vận số chuyển biến thuận lợi.



Hình 171



Hình 172

8. Trên đường Thái Dương có Vân Đảo (cù lao):  
(Hình 172)

Người có tướng tay này nhân hạ. Trong nghề nghiệp hoặc vấn đề có liên quan đến tiền bạc dễ gặp cạm bẫy không ngờ được, có khi bị khánh kiệt gia sản hoặc rơi vào hoàn cảnh khốn đốn, nợ nần.

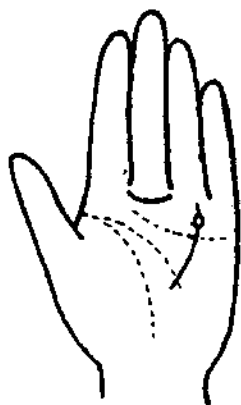


9. Trên đường Thái Dương có Vân Đảo, dưới ngón giữa xuất hiện vòng Thổ Tinh: (Hình 173)

Đường Thái Dương có Vân Đảo thì không có lợi, lại thêm vòng Thổ Tinh dưới ngón giữa vận thế càng tồi tệ.

Khi xuất hiện vân này thường do đánh bạc mà mắc lừa hoặc cuốn vào vòng tranh chấp phạm tội, làm liên lụy đến cả người thân.

Trước khi Vân Đảo và vòng Thổ Tinh mất đi, thì tốt nhất không nên đánh bạc.



Hình 173



Hình 174

10. Đường Trí Tuệ lệch khỏi khởi điểm từ đường Sinh Mệnh, có đường cong biên độ lớn bắt nguồn từ gần gốc ngón cái: (Hình 174)

Là người nặng mê tín khi quyết định sự việc quan trọng, hoặc tham gia đánh bạc, cá cược, luôn luôn tin vào bùa chú hay bói toán.

*11. Đường Trí Tuệ có hai đường xuất phát từ điểm ban đầu khác nhau: (Hình 175)*

Một đường là đường ngắn cùng điểm ban đầu với đường Sinh Mệnh, còn đường khác là đường dài được kéo dài ra từ gần gốc ngón trỏ. Người có hai đường Trí Tuệ này, trong cuộc đời có nhiều cơ hội lớn, mỗi lần đều có thể giành được tài sản và danh dự.

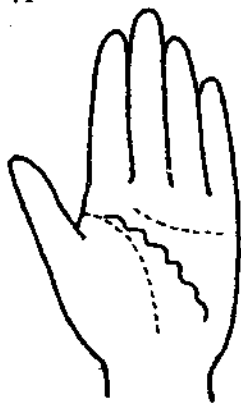
Tuy vận thăng bại trong quan hệ buôn bán cực mạnh, nhưng chơi cờ bạc thì không có lợi, tốt nhất là không nên đánh bạc để tránh khuynh gia bại sản.



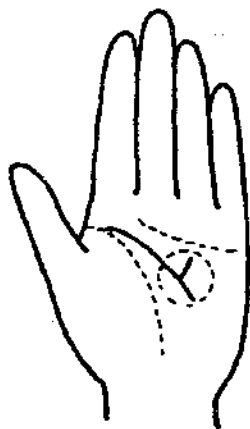
Hình 175

12. Đường Trí Tuệ cong dài có hình con rắn:  
(Hình 176)

Là người trực giác không nhạy bén, không có sở trường phán đoán phân tích tình huống. Do vậy, bất kể là hoạt động buôn bán hay đánh bạc đều có thể bị thất bại. Nên tích cực lao động tạo ra sản nghiệp thì mới bền!.



Hình 176



Hình 177

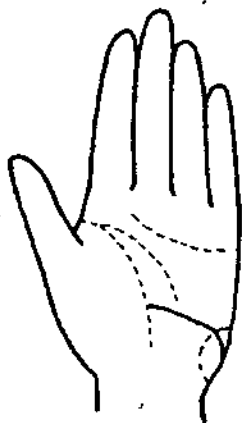
13. Đầu trước đường Trí Tuệ phân làm hai, một đường trong đó uốn cong lên trên: (Hình 177)

Tài vận đều nằm trong tay chính tướng tay này. Bẩm sinh có bản năng kiếm tiền, buôn bán thì hưng thịnh, làm công nhân thì có thành tích tốt.

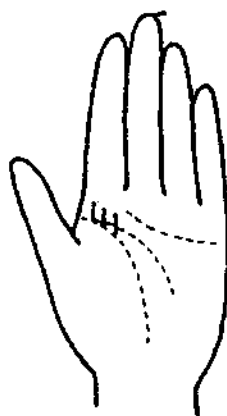
Dù mang thu nhập bỏ vào canh bạc cũng có thể thu được lợi.

**14. Giữa đường Sinh Mệnh phân ra đường vân cong dài đến gò Nguyệt Tinh: (Hình 178)**

Là người thiếu bản lĩnh, với bất kỳ công việc nào cũng chóng chán, lại ít trau dồi kiến thức nên đường công danh lợi lộc đều kém.



Hình 178



Hình 179

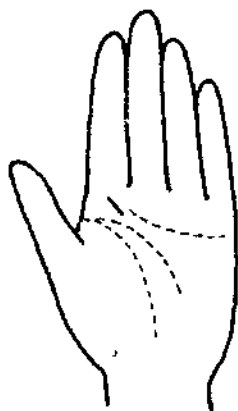
**15. Gần điểm ban đầu của đường Sinh Mệnh có ba đường ngắn độ dài như nhau thò ra theo hướng ngón trỏ: (Hình 179)**

Người tướng tay này tâm tính thì nông nổi, bất định, ham mê cờ bạc, không biết tính toán, vừa lãng phí thời gian vừa hao tiền, tốn của.

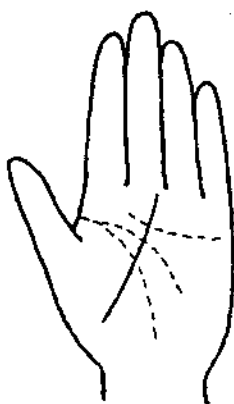
**16. Trên gò Mộc Tinh dưới ngón trỏ có một đường ngắn uốn cong không hề liên quan với**

*đường vân khác: (Hình 180)*

Tướng tay này là dấu hiệu đến một tuổi tác nào đó, vận thế sẽ chuyển biến tốt, bất kể là hoạt động buôn bán hoặc chơi cờ bạc. Thời kỳ trẻ gặp phải những điều bất như ý cũng không nên nản lòng. Sau trung niên, vận thế sẽ mở ra.



Hình 180



Hình 181

*17. Đường Công Danh từ vị trí ngón giữa lệch về ngón vô danh kéo thẳng đến gò Kim Tinh: (Hình 181)*

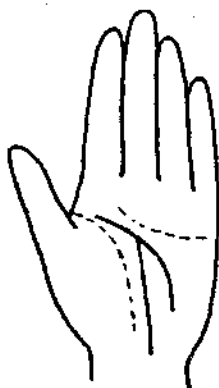
Vận thế hơi đặc biệt, chỉ hợp tác làm ăn với bạn khác giới mới đạt được kết quả viên mãn.

*18. Đầu dưới của đường Sinh Mệnh trùng với đường Công Danh uốn cong hình cung đến ngón giữa: (Hình 182)*

Người tương tay này, rất đam mê cờ bạc, hầu như phần lớn thời gian chỉ đi tìm cách làm giàu bằng cờ bạc. Là người có trực giác tốt, thường phát huy được sở trường trong buôn bán và cờ bạc.



Hình 182



Hình 183

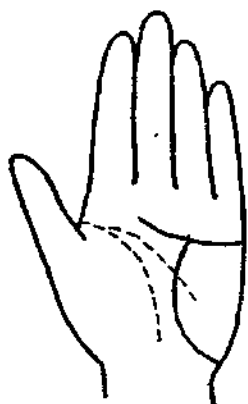
**19. Đường Công Danh bị đường Trí Tuệ cong xuống che lấp:** (Hình 183)

Là người rất cả tin ở vận may và khả năng chơi bạc. Làm bất cứ việc gì đều thiếu sự nhìn xa, thường khinh suất, do vậy thất bại liên tục, lãng phí rất nhiều tiền bạc.

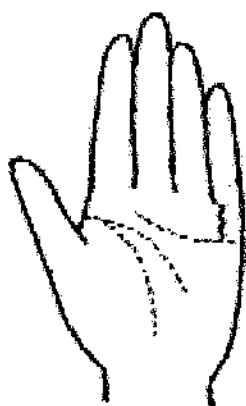
**20. Đường Công Danh từ gò Nguyệt Tinh uốn cong bị đường Tình Cảm chặn lại:** (Hình 184)

Là người tình cảm yếu đuối, tâm địa lương thiện, hay lo xa, có lòng thương người, sẵn sàng

giúp đỡ mọi người lúc gặp khó khăn dù cuộc sống không hề nhẹ nhàng, vui vẻ. Có nhiều bạn bè ca ngợi nhân phẩm của bạn.



Hình 184



Hình 185

21. *Gò Thủy Tinh có một đường vân uốn lượn ngắn:* (Hình 185)

Biểu thị vận may đang đi xuống. Trong thời kỳ này, những sự việc trọng đại hoặc đánh bạc hầu như đều thất bại.

#### ***D. Biết được người bạn chân chính***

##### **a. Quan sát trọng điểm - Đường Tình Cảm:**

Từ quan sát tướng tay của bạn bè, có thể tìm được người tri kỷ.

Dựa vào nhánh của đường Tình Cảm phân ra,

chúng ta hãy đoán tình cảm thực sự của người bạn.

*1. Nhánh thò ra ở mé dưới của đường Tình Cảm:* (Hình 186)

Là người bạn có tâm địa tốt, sẵn lòng giúp bạn khi gặp hoàn cảnh khó khăn. Sống chân thành song dễ chịu sự chi phối của ý kiến người khác.



Hình 186



Hình 187

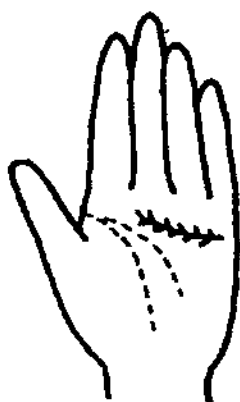
*2. Nhánh thò ra ở mé trên của đường Tình Cảm:* (Hình 187)

Là người vị kỷ, không coi trọng tình cảm bạn bè. Nếu bạn muốn nuôi dưỡng tình bạn với người này, phần lớn rơi vào sự thất vọng.

*3. Nhánh thò ra từ mé trên và dưới đường Tình Cảm:* (Hình 188)



Người này thuộc loại tính toán chi ly, chơi với bạn chỉ vụ lợi. Dù bạn luôn thể hiện tình cảm sâu nặng, nhưng khi bạn lâm vào hoàn cảnh khó khăn, người đó sẽ quên ngay bạn.



Hình 188



Hình 189

#### 4. Đầu trước đường Tình Cảm phân làm ba: (Hình 189)

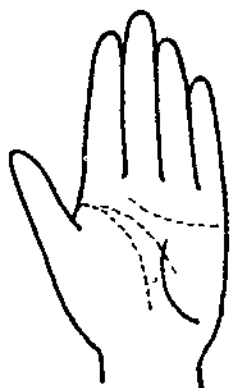
Là người sống rất tình cảm, hết lòng vì bạn, luôn chăm sóc tận tình, chu đáo với bạn bè khi có khó khăn. Có người bạn như vậy là tài sản giàu có nhất trong đời. Bạn nên cố gắng để xứng đáng với tình bạn như thế.

#### **b. Quan sát trọng điểm - Đường Công Danh:**

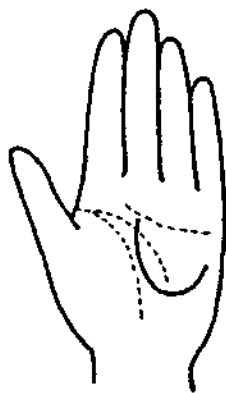
Dựa vào hướng uốn lượn của đường Công Danh để đoán quan hệ qua lại của tình bạn.

*1. Đường Công Danh uốn lượn lên từ gò Nguyệt Tinh: (Hình 190)*

Người có tướng tay này là nhân vật tiêu biểu được mọi người nể trọng. Tuy có thực lực nhưng hay khinh suất trong công việc nên ít được cấp trên trọng thị.



Hình 190



Hình 191

*2. Đường Công Danh uốn lượn về ngón út: (Hình 191)*

Do có cá tính và sức hấp dẫn người khác, người này thường được sự ủng hộ của bạn bè nhưng cũng là người hay tự mãn, nên bị người khác hiểu lầm hoặc thiếu thiện cảm cũng không ít.

### 3. Đường Công Danh thẳng tắp: (Hình 192)

Đây là tướng tay thường thấy ở nhiều người có quan hệ tình bạn bình thường. Là con gái thì thường coi trọng tình bạn với người khác giới hơn đồng giới.



Hình 192



Hình 193

### 4. Đường Công Danh trùng với đường Sinh Mệnh: (Hình 193)

Là người thiên về lối sống về nội tâm, khó hoà mình với người khác, giao tiếp với bạn bè, trong nghề nghiệp thường cố chấp nên dễ bị hiểu lầm và cô lập với chung quanh.

### E. Xem đặc trưng của tay suy đoán nghề nghiệp

Bất kể làm nghề gì cũng đều phải thao tác

bằng tay, do đó xem đặc trưng bàn tay có thể suy đoán được nghề nghiệp.

*1. Ngón tay cái có vết chai: (Hình 194)*

Tuyển thủ bóng ném thường có đặc điểm này, khi ném bóng luôn luôn tập trung sức ở ngón cái, thậm chí có người, móng tay cái bị rách vỡ.



Hình 194



Hình 195

*2. Góc ngón trỏ và ngón cái sinh ra vết chai: (Hình 195)*

Đây là tướng tay của thợ nề hoặc người phục vụ ở tiệm giặt là.

*3. Ngón giữa có vết chai: (Hình 196)*

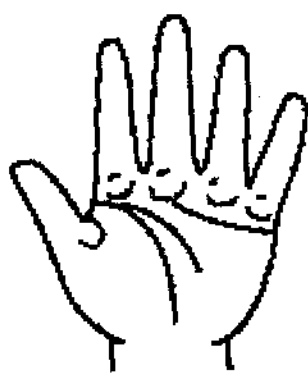
Người làm việc văn phòng thường thấy đặc trưng này. Những nhà viết kịch, nhà viết văn, nhà báo lại càng thể hiện rõ vì bộ phận tiếp xúc

với bút của ngón giữa sẽ phát triển vết chai.

Nhưng gần đây ngày càng nhiều tác giả không có vết chai bút là do kết quả của việc sử dụng máy vi tính.



Hình 196



Hình 197

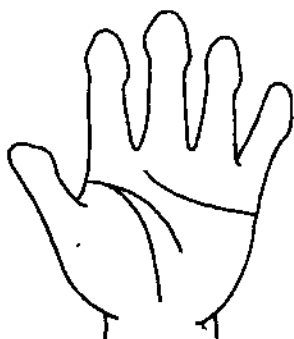
#### 4. Góc ngón tay đều có vết chai: (Hình 197)

Là người phải nắm chặt công cụ khi làm việc, những tuyến thủ bóng chày hoặc thợ xây dựng, nông dân đều có đặc trưng này.

#### 5. Ngón tay to và đầu trên mềm dẻo: (Hình 198)

Khi dùng đầu ngón tay để bấm và lặp lại nhiều lần động tác này, ngón tay sẽ có biến đổi như vậy.

Những nhân viên kỹ thuật chỉnh hình, sửa sang sắc đẹp, bấm cột sống, bấm huyết, mát xa... đều xuất hiện đặc trưng này.



Hình 198

#### 6. Người có ngón út biến dạng: (Hình 199)

Trong công việc ít sử dụng ngón út. Dạng này rất ít, thường thấy ở thợ cắt tóc, tỉa cây, làm đẹp bằng thao tác kéo.

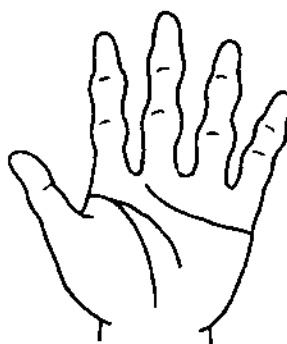


Hình 199

**7. Bàn tay to, dài, khớp ngón gồ lên: (Hình 200)**

Những người chơi nhạc cụ, tay phần lớn là to, có lẽ là do kết quả của sự luyện tập hàng ngày, các đầu ngón đều mảnh gầy.

Người chơi nhạc cụ dây, đầu ngón tay bấm dây sẽ bết.



Hình 200



Hình 201

**8. Ngón tay thô ngắn, tay dày: (Hình 201)**

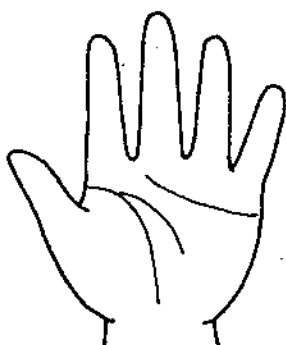
Tướng tay này thường thấy ở người lao động thường xuyên phải dùng sức lực trong công việc làm cho da tay trở thành dày, móng tay của không ít người bị vỡ đứt, khuyết hoặc biến dạng.

**9. Bàn tay biến màu trắng, đường vân trên tay mỏng và nhạt: (Hình 202)**

Người làm công việc thường xuyên tiếp xúc với

nước như thợ giặt, người bán hàng ăn uống, thợ nhuộm... thường thấy hình tay này vì thường ngâm tay trong nước, tay biến thành màu trắng, da tay trắng.

Ngoài ra, người móng tay biến dạng có thể là nhân viên dược phẩm, công nhân viên nhà máy hoá học.



Hình 202

### ***F. Căn cứ sự thay đổi của tướng tay***

#### **Căn cứ tướng tay thứ nhất:**

Đứa trẻ mới sinh ra, lớn lên đi học tiểu học, đến khoảng 20 tuổi rồi dần trưởng thành, tướng tay ở mỗi thời kỳ hoàn toàn khác nhau.

Đường vân ban đầu nhạt mỏng trở thành rõ ràng hoặc ngắn thành dài, đứt quãng thành liền nhau.

Tướng tay phần lớn chịu sự chi phối của trạng thái tinh thần và hoàn cảnh cụ thể của từng người.

Chính do tướng tay luôn thay đổi, nên không phải bi quan khi tướng tay hiện tại không tốt. Chỉ cần tập quán sinh hoạt thay đổi, hoặc tiếp tục cố gắng hoặc trưởng thành mặt tinh thần tức là có thể làm cho tướng tay có thay đổi mà làm cho vận thế chuyển biến tốt.



Do vậy tướng tay không chỉ xem một lần mà quyết định toàn cục, phải luôn luôn kiểm tra sự thay đổi, sau đó kiểm chứng từng thời kỳ của mình.

## ***H. Cách làm tướng tay hung vận chuyển biến tốt.***

### **Căn cứ tướng tay thứ hai:**

Nếu như tướng tay của bạn có hung vận, chỗ vội nản lòng, vì tướng tay luôn luôn thay đổi linh hoạt.

Những người muốn thay đổi vận thế có thể sớm đưa ra cách làm cho vận thế đi lên. Đương nhiên, ngoài việc phải tôn trọng tuân tự dưới đây, còn phải cố gắng tạo ra cuộc sống tích cực, tiến về trước.

#### ***1. Lợi dụng ngón trỏ nâng cao vận thế:***

Thay đổi sinh hoạt, ăn uống thích hợp, có thể làm tướng tay chuyển biến tốt. Học giả Fianghu Nhật Bản đã nói: “Vận nãi thực” (Vận chính là ăn).

Vậy, nên thay đổi sinh hoạt ăn uống như thế nào? Trước hết cần kiểm tra vận thế đường vân nào trong tướng tay của mình không tốt. Sau đó xem đường vân này có liên quan với đầu ngón tay nào. Chỉ cần mở đầu ngón tay ra thì có thể thấy rõ các đường vân từng đầu ngón kéo theo không hề giống nhau.

Muốn làm cho đường vân quan hệ chặt chẽ giữa ngón cái và ngón trỏ tốt lên, rõ ràng có thể thấy nên ăn thịt, sữa đặc, bơ... Nếu muốn làm cho

đường vân ngón út, ngón vô danh quan hệ chặt chẽ nâng cao vận thể, phải ra sức ăn cá biển hoặc cá nhỏ.

## *2. Lợi dụng vận động ngón để nâng cao vận thể:*

Các đường vân trên tay có quan hệ mật thiết với vận động bàn tay hoặc ngón tay.

Khi lay động ngón cái sẽ kéo theo đường Sinh Mệnh, khi lay động ngón trỏ thì động đến đường Trí Tuệ, lay động ngón út và ngón vô danh sẽ làm cho đường Tình Cảm hiện ra như thật, còn như lay động mé trong ngón cái và ngón út sẽ làm cho đường Công Danh hiện rõ. Do vậy mượn vận động tay và ngón tay rõ ràng tạo ra vận thể chuyển biến tốt. Hai động tác giới thiệu dưới đây rất có hiệu quả với việc cải thiện tướng tay của mình.

+ Nắm ngón tay trái - phải dựa sát vào nhau làm một, sau đó, tay trái - phải chèn ép lẫn nhau.

+ Dùng một tay nắm chặt cổ tay kia, sau đó dùng sức kéo ra theo hướng đầu ngón của tay bị nắm. Hàng ngày làm đi làm lại nhiều lần.

## *3. Lợi dụng hiệu quả của kính (gương), nâng cao vận thể:*

Đường vân trên bàn tay, dựa vào phương thức sống và sự thay đổi tâm thái cá nhân mà có thể thay đổi lớn. Nếu bạn gặp phải những sự việc

không vui, trạng thái tinh thần phấp phồng, nóng nảy hoặc buồn bã, trên tay sẽ xuất hiện nhiều đường vân nhỏ. Phần lớn tạo ra những ảnh hưởng xấu trong vận thế.

Tâm trạng thoải mái, sẵn sàng đối mặt với mọi thứ với thái độ tích cực, cách nghĩ yên vui chính là con đường ngắn nhất làm cho tướng tay trở thành tốt đẹp.

Trong cách không chế trạng thái tâm thần bất ổn thì lợi dụng hiệu quả qua gương rất có hiệu quả. Hàng sáng, đứng trước gương với tâm trạng bình tĩnh, quan sát mình trong gương, rồi lại mở miệng mỉm cười. Đây là một cách âm thị, thực hiện kiên trì có thể làm cho nỗi lòng trở lại thanh thản, đồng thời vận thế cũng sẽ đi lên.

## ***I. Tướng tay của luyện ái***

### **Căn cứ tướng tay thứ ba:**

#### ***1. Bên cạnh đường Hôn Nhân xuất hiện hồng tinh (ngôi sao đỏ)***

Trên hoặc dưới đường Hôn Nhân có xuất hiện một hồng tinh nho nhỏ là biểu thị sẽ có bạn tình trong thời gian gần.

#### ***2. Đường nhân duyên đẹp và rõ (đường Công Danh uốn cong ra từ gò Nguyệt Tinh) hoặc trên đường Trí Tuệ xuất hiện đường hy vọng***

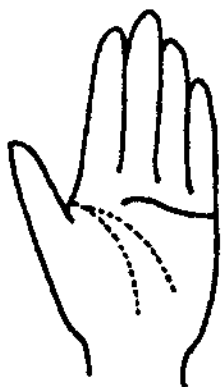
Người có đường vân này, không lâu sẽ gặp gỡ

tình cờ với bạn tình, hoặc được bạn bè nhiệt tình giới thiệu. Người mong muốn có bạn trai, nếu nói với bạn tâm sự của mình thì cơ hội sẽ tăng gấp bội.

### ***K. Tướng tay của người mắc bệnh tương tư***

***1. Đường Tình Cảm xuất hiện ở vị trí cao hơn bình thường mà đầu sau rủ xuống: (Hình 203)***

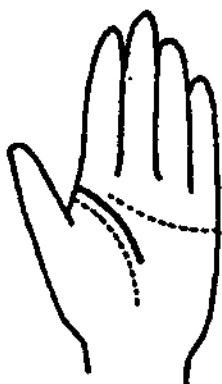
Đây là biểu thị trốn tránh tình yêu, nhút nhát không tự nhiên, thoải mái, tiếp cận đối tượng để lại ấn tượng thiếu cởi mở, rất khó tiếp tục giao lưu qua lại giữa đôi bên. Nếu lấy thái độ chân thành để theo đuổi người muốn kết bạn sẽ có tin tốt lành ngoài ý muốn.



Hình 203

***2. Đường Trí Tuệ cực ngắn, song song với đường Sinh Mệnh và rủ xuống: (Hình 204)***

Người có tướng tay này không có tài chinh phục bạn tình, vừa rụt rè, vừa chậm chạp lại e sợ bị người khác nhanh chân đến trước. Nên cầu viện sự giúp đỡ của bạn bè.



Hình 204



Hình 205

### 3. Trên bàn tay có nhiều đường vân: (Hình 205)

Là người trong tình yêu gặp nhiều trở ngại. Cần có lòng tự tin hơn với mình, nên tránh tự ti cho mình không bằng người, không dám tiếp cận bạn khác giới. Nên kiên trì theo đuổi mục tiêu, duyên tự nhiên sẽ đến, người mà bạn thích cũng nhất định sẽ chú ý bạn.

***L. Người mong muốn phát triển tài năng nghệ thuật***

## **Căn cứ tướng tay thứ tư:**

Những người có ước mơ trở thành ca sỹ, diễn viên điện ảnh, dựa vào tướng tay, có thể biết được bạn có vận nhân duyên với loại hình nghệ thuật này không? Vận nhân duyên là dựa vào đường Công Danh xuất phát từ gò Nguyệt Tinh trên bàn tay (đường nhân duyên) để quan sát. Người có đường nhân duyên rõ và cong có thể đạt được ước mơ.

## ***M. Cơ hội được xuất ngoại***

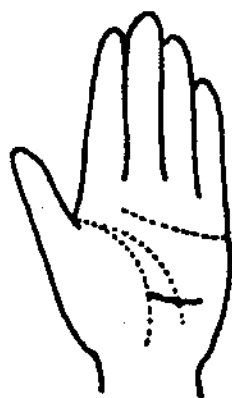
### **Căn cứ tướng tay thứ năm:**

Người có dự định đi xuất ngoại (du lịch hoặc du học) mà cảm thấy bất an, có thể xem tướng tay của mình.

Đường xuất ngoại là đường vân được phân ra từ đường Sinh Mệnh.

*1. Tướng tay nhất định có thể hưởng thụ du lịch vui vẻ: (Hình 206)*

Người mà đường lữ hành thò ra lại dài từ chỗ phân nhánh rõ của đường Sinh Mệnh là biểu thị không chỉ có xuất ngoại vui vẻ mà còn thu được kinh nghiệm tốt đẹp có lợi cho tương lai.



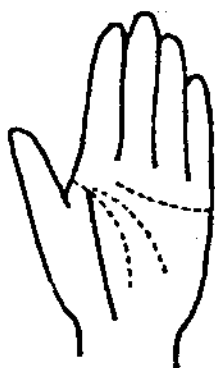
Hình 206

2. *Đi du lịch có thể gặp gỡ quý nhân:* (Hình 207)

Trên gò Nguyệt Tinh có đường lữ hành (du lịch) biến dạng thì rất may mắn. Người tướng tay này nên đi du lịch trong nước hay nước ngoài thì ở nơi du ngoạn có thể gặp gỡ tình cờ với người bạn quý, làm thay đổi vận mệnh sau này.



Hình 207



Hình 208

3. *Đi du lịch nước ngoài ngấm báo của sự may mắn:* (Hình 208)

Đường lữ hành biến hình bắt đầu từ cổ tay đến gò Mộc Tinh. Đó là tin lành với những người có kế hoạch đi du lịch nước ngoài thời gian ngắn hoặc du lịch dài ngày, kết hợp với nghiên cứu hoặc kinh doanh. Sau chuyến đi, khi về nước đều có thể ứng nghiệm và có thành quả trong công việc.

**4. Ở nơi du lịch có thể gặp nguy hiểm: (Hình 209)**

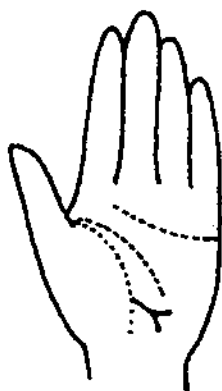
Nếu đầu trước của đường lữ hành chia làm hai phải đặc biệt chú ý!

Đây là ngầm báo ở nơi du lịch, rủi ro có thể xảy ra ngoài ý muốn hoặc gặp nguy hiểm rất cao.

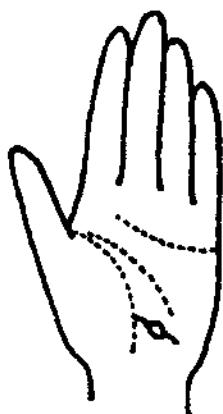
Khi ra khỏi nhà đi du lịch, trước hết phải xác định: an toàn là trên hết, không theo đuổi hoặc bị kích thích quá mức ở nơi tham quan, đặc biệt là ở nước ngoài.

**5. Dự cảm ở nơi du lịch có thể có tranh cãi: (Hình 210)**

Người mà giữa đường lữ hành có Vân Đảo cũng phải chú ý: có thể bị mất của ở nơi du ngoạn, lạc đường vì ngôn ngữ bất đồng, đề phòng sự tranh cãi nhỏ có thể gây phiền muộn.



Hình 209



Hình 210



***M. Vòng Kim Tinh nổi lên trên bàn tay -  
lắm bạn tình.***

**Căn cứ tướng tay thứ sáu:**

Vòng Kim Tinh là đường vân bán nguyệt từ giữa ngón trỏ và ngón giữa hướng về ngón vô danh và ngón út (tiếng Anh được gọi là “The Girdle of Venus” - Vòng đai vệ nữ, Vệ nữ là nữ thần trong thần thoại La mã đại diện cho tình yêu và cái đẹp.

Người mà tướng tay có vòng Kim Tinh là biểu thị “mọi cảm giác cực kỳ nhạy bén”, là người có tính háo sắc. (Hình 211)

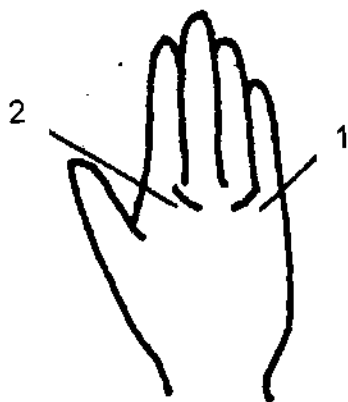


Hình 211

Khi vòng Kim Tinh sâu và rõ lại không có vết rạn là tướng tay biểu thị giàu tính cảm thụ nghệ thuật và có óc thẩm mỹ, các diễn viên, nghệ sĩ thường có tướng tay này.

Có người, đường vân này quá dài hoặc đứt rạn, thậm chí có hai hoặc ba tầng, đó là ngầm báo biến thái của cảm giác. Đường vân này thường xuất hiện trên tay người thêm rượu, đường dễ trúng độc do ăn phải thuốc mê hoặc chất kích thích.

Từ một góc độ khác mà nhìn, người có đường vân này thường có năng lực tính dục quá mạnh, mà nhu cầu tình dục không đáp ứng đủ.



Hình 212

Đường vân (1) biểu thị biết kiềm chế tình cảm trước sự quan tâm của bạn khác giới.

Đường (2) là người tàng ẩn tố chất chơi bời quá giới hạn đến thân bại danh liệt. (Hình 212)

### ***N. Tướng tay của Hit-le***

**Căn cứ tướng tay thứ bảy:**

**Đặc trưng của tướng tay này:**

1. Đường Trí Tuệ thẳng tắp - Ý chí kiên cường

2. Đường Công Danh cũng thẳng - Thành công
3. Có một đường nghệ thuật - Có quan tâm với nghệ thuật
4. Đường Trí Tuệ thẳng - Ngoan cố
5. Đường Trí Tuệ liên với đường Sinh Mệnh - Hành động thận trọng
6. Phần nổi liền ngắn - Tính quyết đoán cao.
7. Đường Tình Cảm thẳng - Lạnh lùng (Hình 213).

Thời trẻ Hitle yêu thích hội hoạ, cuối đời còn trù tính thiết kế xây một đô thị ở gần quê hương.

Nhưng đặc điểm ý chí kiên cường, lạnh lùng và tàn bạo. Từ phương thức tác chiến đến quyết định tàn sát 600.000 người Do Thái trong trại tập trung đã thể hiện rõ đặc tính này.



Hình 213

Trên bàn tay này không hề có đường Hôn Nhân - Tình Yêu nên thái độ của Hitle với phụ nữ vô cùng lạnh lùng.

Những người con gái mà Hitle chiếm đoạt đều phải chịu hậu quả thảm thương.

## ***O. Từ khớp ngón tay hiểu được cái gì:***

### **Căn cứ tướng tay thứ tám:**

Khớp tay là đặc trưng nổi bật của người thuộc trường phái ưa triết lý. Phần gồ lên khớp gần móng tay biểu thị sự biết kiểm chế. Đối với nghệ thuật, học vấn, tôn giáo, không hề tin một cách mơ hồ. Thường xuyên theo đuổi lý tưởng nhưng hành động không mấy đạt kết quả.

Khớp chính giữa biểu thị mặt vật chất. Người mà tay có đàn hồi và mềm mại, là người bất kể việc gì dễ thích là làm ngay.

Người mà hai khớp gồ lên trên đầu ngón tay, tính cách cực kỳ cẩn thận, thích mọi vật ngay ngắn có trật tự, có khuynh hướng theo đuổi khoa học. Người mà khớp giữa phát triển, biểu thị sự quan tâm đặc biệt đến lợi ích vật chất.

Người mà không nhìn thấy khớp tay ngón tay nhẵn bóng, luôn luôn chịu sự chi phối trực giác kiểu mộng tưởng hoặc cảm tính.

Người mà ngón tay nhẵn bóng là người phẩm hạnh đoan chính, thiện ác phân minh. Nhưng lại là người rất khó đàm luận.

Khớp trên mu bàn tay phát triển gọi là “khớp gia sự”, thường thấy ở các bà lẩm điều. Khớp gầy là sùng tín cuồng nhiệt. Khớp gần móng ngón trở gồ lên rõ là tôn giáo.

*Q. Bắt tay, hiểu được nhân phẩm của đối phương*

**Căn cứ thứ chín:**

①



②



③



Hình 214

Gặp nhau, bắt tay nhau là động tác tự nhiên. Từ cái bắt tay có thể nhanh chóng suy đoán cá tính của đối tượng.

1. Người dùng ngón cái nắm chặt tay đối tượng là người có cá tính rộng rãi, rất thích vui vẻ với người khác.

2. Ngón cái lệch về tay đối tượng là người tiết kiệm, rất coi trọng về kinh tế.

3. Chỉ dùng đầu ngón tay cái ấn vào tay đối phương là người có sở trường giao tiếp.

4. Người dùng sức bắt tay rất nồng nhiệt, đó là biểu thị mong muốn gây ảnh hưởng với đối tượng. (Hình 214)

5. Tình cảm hai bên không sâu, lại bắt chặt và lắc lắc là có hành vi lừa dối.

6. Khi nói chuyện mà nắm chặt tay đối tượng biểu thị không hề nhượng bộ chủ kiến của mình.

7. Người bắt tay chậm và hồ hững là người có ý chí kiên định, cảnh giác cao, ít bộc lộ ý tưởng thật của mình.

8. Người khi bắt tay không có sức thì ý chí yếu đuối, dễ bị ảnh hưởng bởi ý định của người khác.

Người bắt tay mà nhẹ nhàng mềm mại là người lãng phí, yêu thích phù hoa.

9. Người bắt tay có sức đàn hồi và lực bắt tay

vừa phải là người suy sâu, nghĩ kỹ. Phần lớn có địa vị vượt trội trong xã hội.

10. Người mà động tác đưa tay ra chậm chạp là người không thích quan hệ với người khác.

11. Người dùng hai tay bắt là người trọng tình cảm, nhưng luôn luôn cho mình là trung tâm.

12. Người mà tay rất lạnh, là sức khoẻ không tốt, tính cách lạnh lùng, không có sở trường giao tiếp.

13. Người bắt tay mà cho người ta cảm xúc mát mẻ là người cá tính ôn hoà.

14. Người tay ấm nóng có hai loại: Hơi ấm là loại theo đuổi sự vui vẻ. Quá nóng là tính cách quá cuồng nhiệt. Tuy là người nhiệt tình nhưng có nhược điểm hành sự lỗ mãng, cục cằn.

### ***P. Vân tay hình chữ M nói gì?***

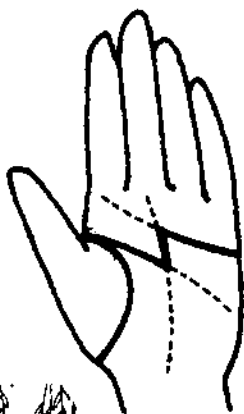
#### **Căn cứ thứ 10:**

Người có các đường vân trên tay có hình chữ M, dễ thành công trong công việc. Đường này gọi là đường vận may M (Hình 215).

Vì 4 đường cơ bản - đường Công Danh, Tình Cảm, Trí Tuệ, Sinh Mệnh trong bàn tay khắc rõ thành chữ M. Người có tướng tay này, bất kể là trí tuệ, tình cảm hay sức khoẻ đều phát triển cân bằng.

Đồng thời, người có đường vân tay hình chữ M vào khoảng 30-50 tuổi, mọi công việc đều thành công, nổi trội trong xã hội.

Tuy nhiên có chữ M không phải do bốn đường cơ bản tạo thành thì không có ý nghĩa như trên



Hình 215





## **PHẦN II**

# **Y HỌC VÀ BÀN TAY**

### **CHƯƠNG I**

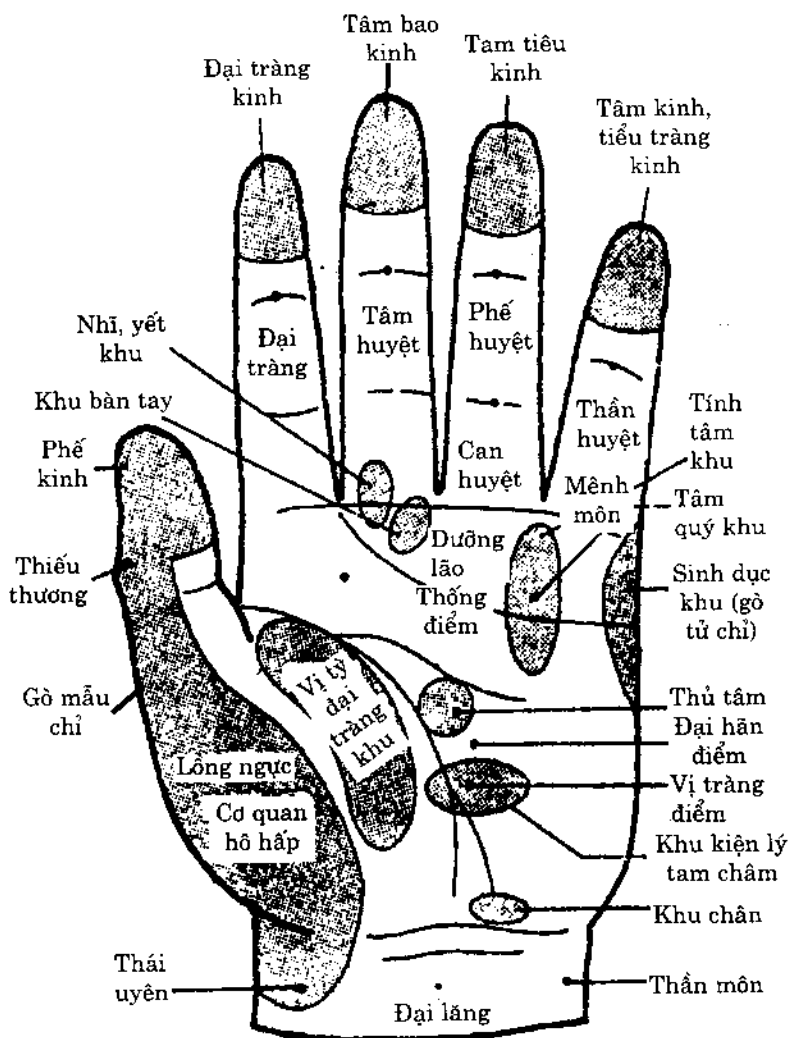
#### **I. BÀN TAY VÀ CƠ THỂ NGƯỜI**

##### **1. Bàn tay - Cửa sổ quan sát nội tạng**

Hàng ngày con người bận mải lao động, do công việc nhiều, tâm tư căng thẳng nên suy giảm, bị bệnh mà hoàn toàn không biết. Đến khi bệnh xấu đi, mới hơi có cảm giác, sau đó vội vàng đi khám bệnh.

Thực tế bất kể loại bệnh nào, ít nhiều cũng có liên quan đến nội tạng. Đặc biệt là nội tạng khi có vấn đề đều có những tín hiệu nguy hiểm. Cơ thể người chính là cơ cấu truyền đạt các tín hiệu này.

Bàn tay có thể phản ánh tín hiệu xuất phát từ nội tạng, giúp người ta đề phòng khi sự việc chưa xảy ra. Mọi người đều biết bàn tay (bao gồm cả mu bàn tay) có 6 kinh lạc vận hành, mà 6 kinh lạc này có liên quan mật thiết với cơ quan nội tạng,



Hình 216

sẽ có các đường liên quan phản ánh. Nói ngược lại, quan sát những thay đổi trên bàn tay, có thể biết rõ hiện trạng của nội tạng và chức năng hoạt động của nó.

Phần này có 40 mục, bao gồm các loại thay đổi từ bàn tay đến ngón tay, móng tay, đồng thời giới thiệu sự biến đổi trên bàn tay như thế nào để phán đoán trạng thái nội tạng và cách đề phòng bệnh tật.

Đầu tiên xin giải thích một số từ ngữ đặc biệt:

- “Gò mẫu chỉ” là toàn bộ phần gồ lên từ đầu dưới ngón cái đến giữa cổ tay.

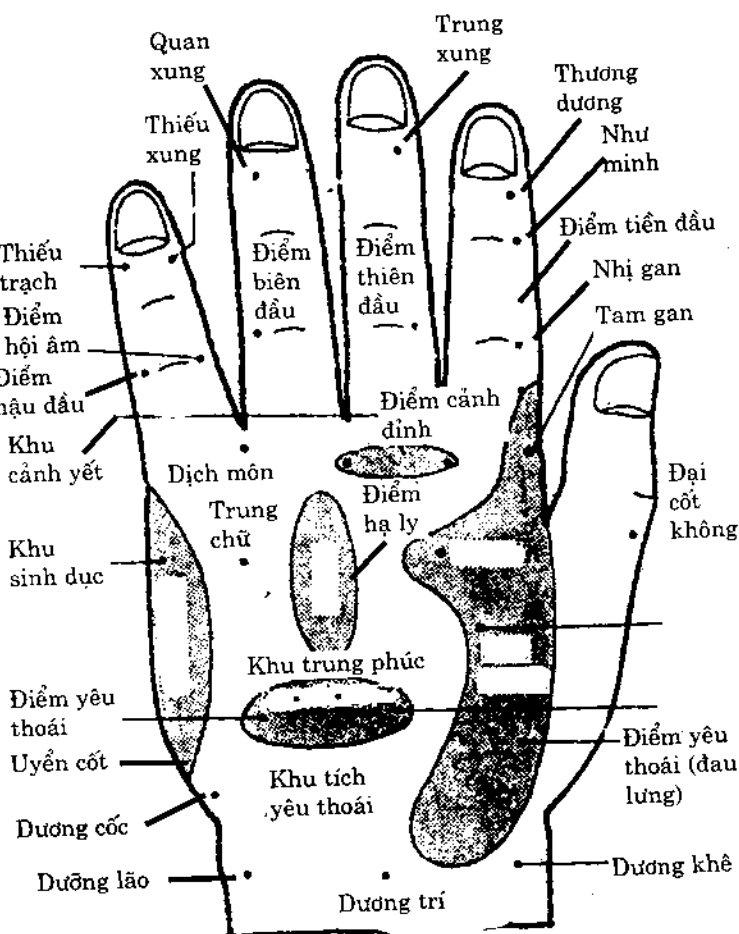
- “Gò tử chỉ” là phần gồ lên ở đầu dưới ngón út.

- “Ứ huyết” là chỉ thay đổi của bàn tay, cũng chính là trạng thái tích huyết khiến da biến thành màu tím.

## **2. Bớt bàn tay - Tiếng kêu cứu của tuần hoàn huyết dịch**

Quan sát bàn tay của vận động viên thể thao, khí sắc, tính đàn hồi của bàn tay mỗi người đều rất tốt, rất đều đặn. Đó là vì họ đều dùng hai tay để tham gia các mục thi đấu.

Vận động cơ thể, đẩy mạnh tuần hoàn huyết dịch toàn thân, làm cho cơ năng nội tạng thịnh vượng hơn nữa sẽ bảo đảm một thân thể khỏe mạnh. Thân thể khỏe mạnh của các vận động viên thể

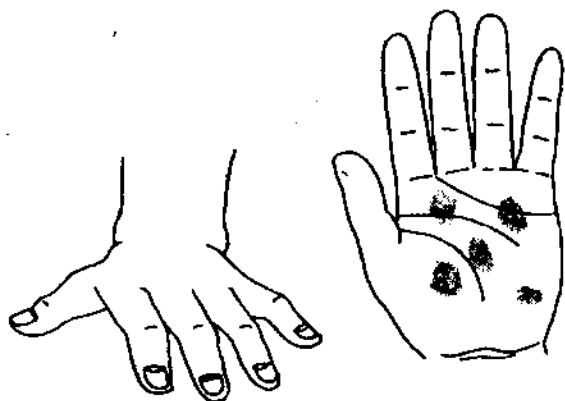


Hình 217

thao hoàn toàn biểu lộ trên bàn tay. Dựa vào vận động tay và vận động chân cũng chính là cách làm cho người có sức khoẻ mạnh mẽ.

Một người hoàn toàn không hoạt động hoặc hoạt động chưa đủ, bàn tay sẽ có dạng như thế nào? Đơn giản mà nói, bàn tay của họ nhất định có đầy các điểm bớt, có chỗ hồng hào, có chỗ trắng nhợt. Từ bàn tay này có thể thấy tuần hoàn huyết dịch nội tạng không tốt, có tuần hoàn huyết dịch nội tạng tạm được, lưu thông huyết dịch không đủ.

Rõ ràng là nội tạng đã đến thời kỳ mà tuần hoàn huyết dịch gặp trở ngại. Nếu không chữa trị kịp thời, cơ năng nội tạng bỗng chốc tổn thương, tất như lửa cháy lan tràn. Vậy phải làm thế nào? Đơn giản là chỉ cần bàn tay chịu khó hoạt động thì



Hình 218

không có vấn đề gì. Bạn hãy “phục địa đình thân” (úp bàn tay xuống đất dầy). (Hình 218). “Phục địa đình thân” phải đồng thời chú ý cả bàn tay, vừa hỗ trợ cho cải thiện hoạt động vừa đẩy mạnh tuần hoàn huyết dịch, đây là cách kích thích phù hợp nhất. Nếu bàn tay của bạn có điểm bết, không phải do dự, lập tức làm ngay “phục địa đình thân”.

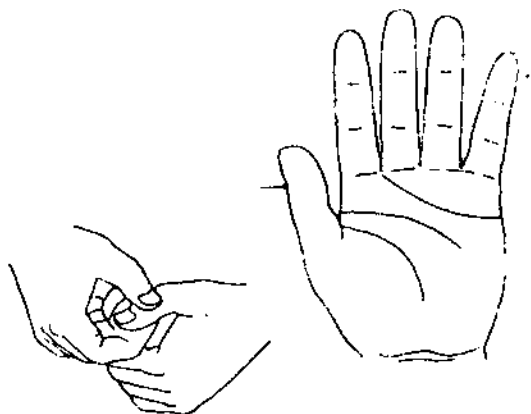
### **3. Gốc ngón cái trở nên nhỏ - hô hấp và vị tràng có vấn đề**

Người sức khoẻ bình thường, da thịt bàn tay dày, khi nắm ngón mở ra các đầu ngón tay đều thô to.

Gò mấu chỉ có liên quan mật thiết với các cơ quan như tạng tụy, đại tràng, dạ dày và cơ quan hô hấp. Người mà Gò mấu chỉ da thịt dầy đà, tuần hoàn huyết dịch nhất định rất tốt, phổi hoạt động mạnh, vị tràng càng khỏe hơn.

Nếu Gò mấu chỉ yếu gây hoặc có hiện tượng ứ huyết màu tím, người này nhất định có bệnh ở vị tràng hoặc hô hấp. Dù trước mắt chưa thấy khác thường, nhưng Gò mấu chỉ gây dần đi, màu sắc chuyển thành đen, nhất định cơ năng khí quanh vị tràng, hô hấp đang dần suy thoái. Nếu bàn tay thay đổi mà không chú ý, đến khi triệu chứng loét dạ dày phát tác sẽ rất khó chữa trị. Do vậy phải đề phòng khi sự việc chưa xảy ra. Cách làm cho Gò mấu chỉ khôi phục bình thường tốt nhất là kích thích Thiếu thương huyết nằm ở mé ngoài

móng tay cái (Hình 219). Thiếu thương là huyết trung tâm của kinh phế vận hành từ ngón cái. Bấm vào chỗ này có thể trực tiếp kích thích phần phổi, làm cho cơ quan hô hấp đã suy thoái hoặc huyết dịch của tạng vị tràng lưu thông. Do vậy, các cơ năng khí quản có bình thường không, tuần hoàn mạch máu tốt không, chỉ cần quan sát phần gò lên - Gò mấu chỉ thì thấy ngay.



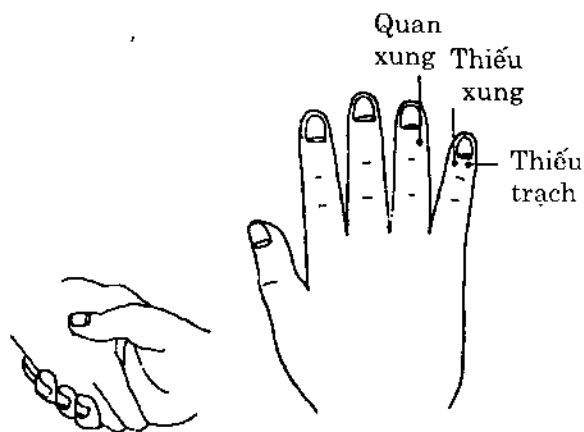
Hình 219

#### 4. Gò ngón út trở nên nhỏ - tình lực suy giảm

Gò ngón út có liên quan đến các cơ quan như tạng tim, tiểu tràng, tử cung, tinh hoàn, tạng, thận thậm chí cả bàng quang. Do vậy người có gò ngón út gò lên, huyết sắc thông nhuận, biểu thị

các cơ quan nội tạng nói trên rất phát triển. Ngoài có thân thể khoẻ mạnh ra, khả năng tình dục cũng rất cao.

Ngược lại, Gò ngón út nhỏ, gầy hoặc có màu tím ứ huyết biểu thị cơ năng nội tạng trì độn, tình lực không tốt. Để ngăn chặn cơ năng nội tạng tiếp tục suy yếu, dẫn đến bách bệnh phát sinh, cần làm cho huyết dịch của Gò ngón út lưu thông với các cơ năng nội tạng hữu quan, cách tốt nhất là bấm vào huyết Quan xung ở dưới móng tay ngón vô danh và huyết Thiếu trạch, Thiếu xung ở dưới móng ngón tay út (Hình 220). Liên tục ấn nhẹ những huyết này sẽ tự nhiên đẩy mạnh tuần hoàn máu nội tạng, cách kích thích tốt nhất là



Hình 220



kích thích trực tiếp Gò ngón út. Khi nắm tay chỉ cần dùng lực nắm tay theo hướng gò tay, kích thích thường xuyên các bộ vị bàn tay, cơ năng nội tạng sẽ khỏe, tinh lực sẽ dồi dào.

### **5. Khu Kiện lý tam châm - Kiểm tra cơ năng nội tạng**

Những biến đổi khác thường của nội tạng thể hiện rất rõ trên bàn tay.

Đầu tiên quan sát khu Kiện lý tam châm trên bàn tay. Khu này nằm lệch dưới giữa bàn tay, nó phản ánh mức độ sức khỏe các cơ quan nội tạng. Đặc biệt là những khác thường của tạng tim, gan,



Hình 221

tạng phế, tụy, vị, đại tràng, tiểu tràng. Khi các cơ quan nói trên khác thường, dù bản thân không hề biết cũng có thể từ sự thay đổi của khu Kiện lý tam châm mà biết được.

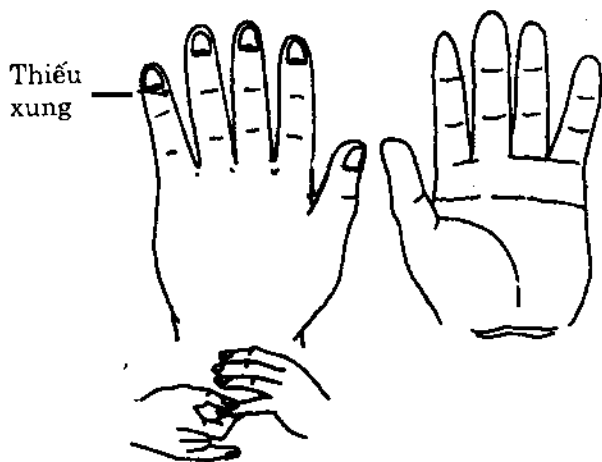
Bàn tay người khoẻ mạnh, dù có nắm mạnh cũng hồi phục lại ngay, vì bàn tay bình thường luôn có tính đàn hồi. Còn khu Kiện lý tam châm của người ốm, ấn tay một cái, da thịt lõm xuống, rất lâu sau vẫn chưa trở về trạng thái bình thường. Cách trị liệu tốt nhất là luôn luôn mát xa khu Kiện lý tam châm khi phát hiện có thay đổi (Hình 221). Khi sắc màu trở lại, biểu thị nội tạng có khuynh hướng bình thường.

## **6. Chai tay - Tín hiệu của cơ năng nội tạng không tốt**

Chai tay thường xuất hiện ở nơi thường xuyên cọ xát. Phần lớn chai ở ngón cái, ngón giữa gọi là chai bút do cầm bút nhiều. Người chơi đàn ghi ta thì ở trên năm đầu ngón tay. Xem ra, có chai tay là một hiện tượng tự nhiên. Nhưng chai lại là những thịt thừa trên da có khả năng liên quan đến suy thoái nội tạng.

Ví dụ: Vận động viên bóng chày hàng ngày tập ném hàng trăm lần, do vậy ngón trở và ngón giữa tất có chai cứng. Nhưng điều làm cho người ta kinh ngạc là ngay cả ngón út của anh ta cũng có chai như vậy. Đó là hiện tượng sau khi luyện tập

có cảm giác mệt mỏi không chịu được, là triệu chứng suy thoái ở cơ năng tạng tim. Tâm kinh vận hành ở ngón út, cơ năng tạng tim suy thoái, da trên ngón út sẽ trở nên cứng, mà gián tiếp kích thích tới tạng tim. Để làm cho nội tạng hồi phục lại bình thường phải thường xuyên kích thích huyết Tâm kinh lạc (Hình 222).



Hình 222

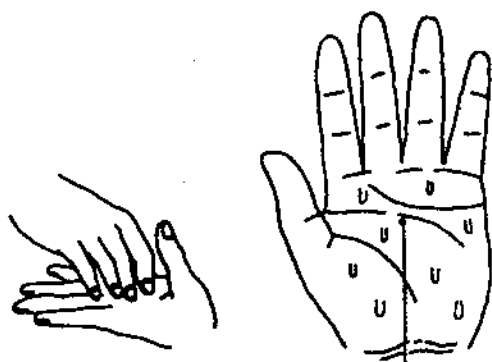
## 7. Lòng bàn tay đổ mồ hôi – Dễ bị loét da dày

Rất nhiều người khi bắt tay thường thấy lòng bàn tay đổ mồ hôi. Bàn tay dễ đổ mồ hôi là triệu chứng bị áp lực tinh thần quá lớn. Nếu bàn tay thường xuyên đổ mồ hôi là biểu thị tâm tình căng

thẳng, nóng, chịu áp lực lớn...

Do vậy, người lòng bàn tay dễ đổ mồ hôi nên chú ý: áp lực tâm tư lớn hay nhỏ cũng có ảnh hưởng rất lớn đối với cơ năng nội tạng.

Cách ngăn ngừa bàn tay đổ mồ hôi tốt nhất là kích thích điểm Đa hãn, điểm nằm chính giữa bàn tay (Hình 223).



Điểm Đa hãn

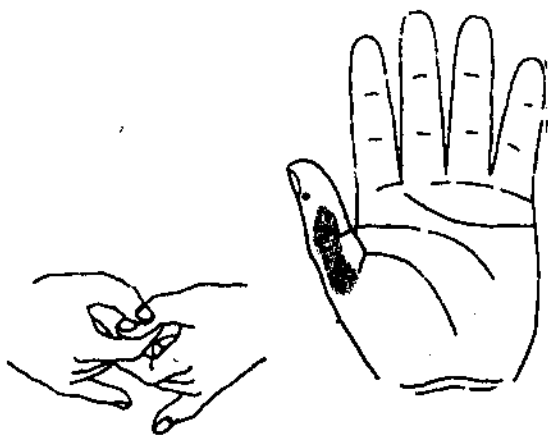
Hình 223

Tay nắm chặt tự nhiên, khoảng mà ngón vô danh ấn vào lòng bàn tay là vị trí của điểm Đa hãn. Mát xa cẩn thận không ngừng điểm này có thể làm giảm hiện tượng ra mồ hôi, loại trừ những tâm tư căng thẳng.

Để tránh căng thẳng quá mức, luôn giữ hai bàn tay khô ráo.

## 8. Da ngón cái – Cơ quan hô hấp bị cản trở

Vị trí ngoài của ngón tay cái trở nên cứng, thịt khu này mềm nhẽo xuống, khô nứt hoặc màu tím là triệu chứng suy thoái của cơ quan hô hấp. Cách đẩy mạnh cơ năng hô hấp có hiệu quả nhất là kích thích huyết Thiếu thương nằm ở dưới ngón cái (Hình 224). Huyết Thiếu thương là nơi xuất phát của phế kinh, thường xuyên bấm có thể lưu thông tuần hoàn máu của cơ quan hô hấp, đề phòng bệnh tật. Khi phổi có triệu chứng khác thường, ấn vào huyết Thiếu thương sẽ có cảm giác đau, đồng thời cũng biểu thị cơ năng hô hấp có trở ngại.



Hình 224

## 9. Ngón trở - Liên quan đến cơ năng vị trạng

Có người bưng nước uống rất kỳ quặc. Người bình thường bê nước thì dùng ngón cái và ngón trở, anh ta lại dùng ngón cái và ngón giữa.

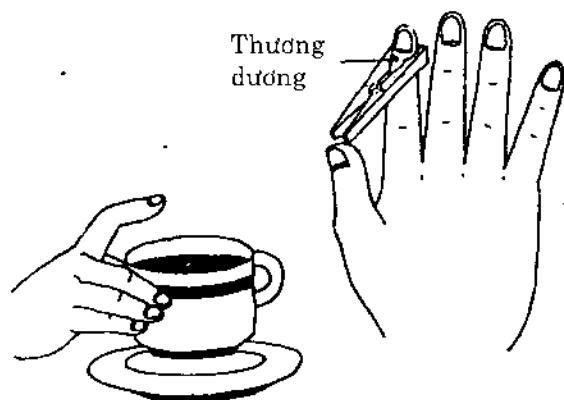
Hỏi nguyên nhân thì được trả lời: “Không sao, chẳng qua là gần đây, ngón trở thường cảm thấy đau nên mới cầm như vậy”. Quan sát ngón trở của anh ta không những mềm nhão mà còn ứ huyết màu tím. “Đây chính là triệu chứng vị tràng suy yếu”.

Khi ngón trở có triệu chứng đau, cứng chai, mềm nhão, ứ huyết tức là biểu thị cơ năng tiêu hóa như dạ dày đại tràng đang có triệu chứng đau yếu. Vận hành ở ngón trở có liên quan mật thiết với đại tràng, khi bộ máy tiêu hoá khác thường, ngón tay trở cũng có phản ứng.

Thực hiện theo cách dưới đây để hồi phục bộ máy tiêu hoá.

Đẩy mạnh cơ năng bộ máy tiêu hoá tốt nhất là kích thích huyết Thương dương nằm ở dưới móng ngón trở (Hình 225). Huyết Thương dương là huyết gốc của đại tràng kinh, người mà đại tràng có bệnh, ấn chỗ này sẽ cảm giác đau. Do vậy nên không ngừng bấm đến khi không còn thấy đau nữa thì thôi. Khi ngón trở không thấy đau, sưng tấy nữa hoặc ứ huyết mất đi, biểu thị cơ năng đại

tràng đã trở lại bình thường. Có thể dùng kẹp quần áo cũng thu được kết quả như ý.



Hình 225

## 10. Ngón vô danh – Tiêu chí của cơ năng gan mật

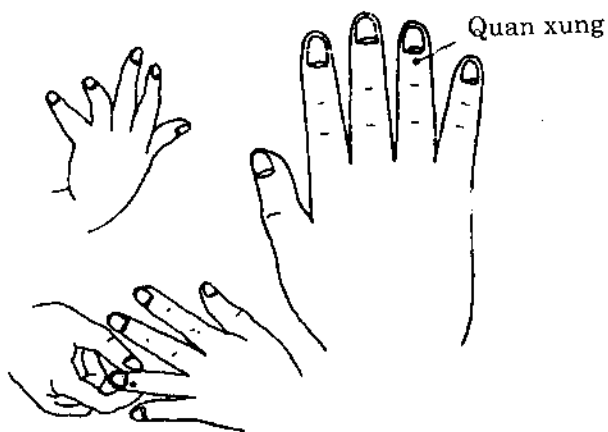
Có hai chị em gái, chị chơi đàn pianô, em chơi violông. Sức ăn của hai chị em gái này đến cả con trai cũng phải thèm tuy họ đều là những cô gái nhỏ gầy. Quan sát hai bàn tay của họ, người ta đã tìm ra nguyên nhân.

Đặc trưng của hai bàn tay là ngón vô danh đặc biệt phát triển. Bình thường, trong năm ngón tay ngón vô danh phản ứng chậm nhất. Có thể khi kéo violông, chơi pianô, năm ngón tay cùng sử dụng do vậy mà ngón vô danh cũng hoạt động

như những ngón khác.

Ngón vô danh có liên quan chặt chẽ đến cơ quan nội tạng như túi mật, tạng gan. Mà nội tạng gan mật đều giữ nhiệm vụ quan trọng là giải độc toàn cơ thể. Tuần hoàn huyết dịch gan mật thông thuận, cơ năng tự nhiên nâng cao, bất kể ăn cái gì cũng tiêu hoá được.

Do vậy, khi ngón vô danh cử động không nhanh nhậy, gầy nhỏ, khí huyết không đủ phải chú ý đến vấn đề gan mật. Lúc đó hãy bấm huyết Quan xung ở dưới móng ngón vô danh (Hình 226). Nếu cảm giác đau, nhất thiết phải bấm lại nhiều lần. Đến khi không còn thấy đau nữa tức là tuần hoàn máu của cơ năng gan mật đã hồi phục trở lại.



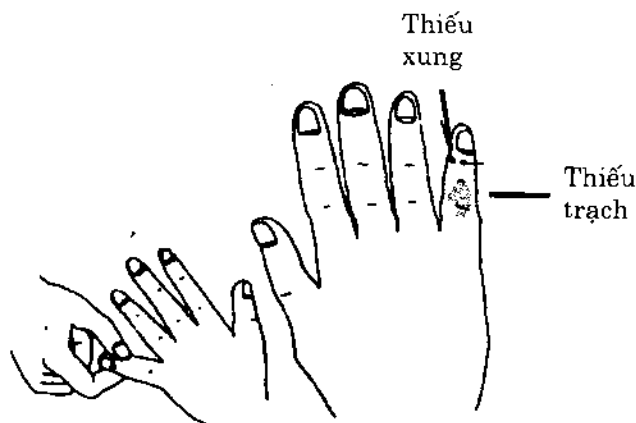
Hình 226



## 11. Có thể thấy rõ bàng quang và tạng tim

Trên ngón út có ứ huyết rõ là điềm báo bài tiết gặp trở ngại. Ngón út có quan hệ mật thiết với tạng thận, tinh hoàn, tử cung, tạng tim. Khi những nội tạng này có khác thường, ngón út sẽ có điểm báo khác thường tương ứng.

Nếu ngón út ứ huyết hoặc trở nên cứng là biểu thị những cơ quan nội tạng nói trên phát tín hiệu cảnh báo, cần phải lập tức trị liệu ngay, làm cho nó trở lại bình thường.



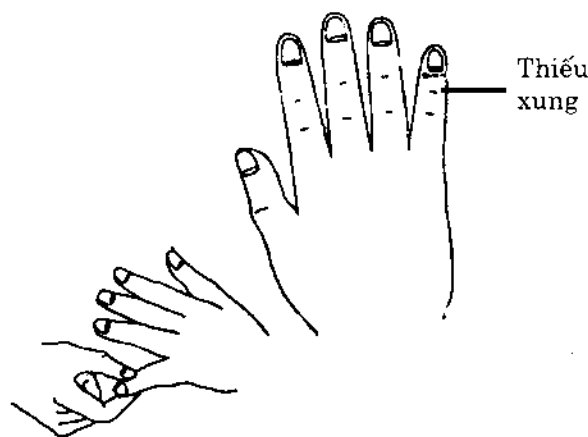
Hình 227

Cách tốt nhất là bấm vào huyết Thiếu xung và huyết Thiếu trạch nằm ở dưới móng ngón út (Hình 227). Thiếu xung và Thiếu trạch là huyết

gốc của tâm kinh và tiểu tràng kinh, có hiệu quả rất lớn đối với việc lưu thông tạng tim hoặc tuần hoàn máu của bộ máy tiết niệu và thúc đẩy các cơ năng nội tạng.

Bấm những nơi này liên tục, đến khi những thay đổi trên ngón út mất đi tức là biểu hiện cơ năng nội tạng đã hồi phục bình thường. (Hình 227)

## 12. Ngón tay út có màu tím – Tiểu tràng có trục trặc



Hình 228

Người dễ đi tiêu chảy đều là do tuần hoàn máu của tiểu tràng hấp thụ tiêu hoá không tốt. Tình trạng cơ năng tiểu tràng không tốt thì dốt một của ngón út có ứ huyết màu tím đục. Nếu ứ huyết mất đi thì tiểu tràng đã hồi phục bình thường. Dù

trên ngón út không có ứ huyết, nhưng khi bấm vào huyết Thiếu xung nằm ở dưới móng ngón út, có cảm giác đau cũng là triệu chứng cơ năng tiểu tràng suy yếu. Khi đó, nên mát xa đầy đủ ngón út, đặc biệt là chỗ huyết Thiếu xung (Hình 228). Cứ mát xa liên tục như vậy đến khi ứ huyết mất đi hoặc không còn cảm giác đau nữa thì tuần hoàn máu của tiểu tràng đã hồi phục trở lại, cơ năng hấp thụ tiêu hoá tự nhiên bình thường lại không đi tiêu chảy, sức khỏe cũng dễ chịu.

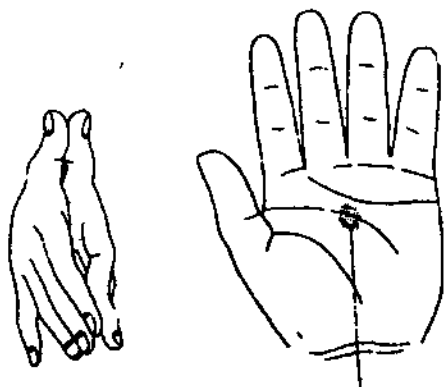
### **13. Da giữa ngón trở và giữa - Nhắc nhở của sự cố về thần kinh nội tạng**

Có người nói: “Gần đây cảm thấy đau đầu nhức óc, thân thể không hề có gì khó chịu nhưng trí nhớ và sức phán đoán suy giảm trầm trọng. Phải chăng liên quan đến tuổi tác?”.

Những người cao tuổi đều có các triệu chứng như phản ứng chậm chạp, trí nhớ suy yếu, mất ngủ..., tất cả đều qui tội cho tuổi tác. Kỳ thực, những triệu chứng này phần lớn là do căng thẳng thần kinh. Quan sát từ bàn tay, rất dễ phán đoán ra. Kinh lạc có liên quan chặt chẽ với triệu chứng suy nhược thần kinh hoặc bệnh thần kinh là Tâm bao kinh. Tâm bao kinh không những hỗ trợ cho hoạt động của cơ năng tạng tim, đồng thời cũng chi phối não bộ và phần ruột. Những nội tạng này nếu suy yếu thì xuất hiện các triệu chứng trên.

Muốn kiểm tra hoạt động của Tâm bao kinh có bình thường không cách tốt nhất là bấm vào da giữa ngón vô danh và ngón giữa vì kinh lạc của Tâm bao kinh vận hành ở đây. Do vậy, khi chỗ này trở nên cứng, thô, thì có thể phán đoán rằng Tâm bao kinh đang rơi vào trạng thái nguy hiểm.

Muốn làm mạnh mẽ Tâm bao kinh, phòng tránh các triệu chứng như suy giảm trí nhớ, đầu óc chậm chạp do căng thẳng áp lực tạo nên, cách có hiệu quả nhất là bấm vào Tâm bao khu ở giữa lòng bàn tay (Hình 229). Hai tay kích thích lẫn nhau, mát xa mạnh hai tay càng kích thích Tâm bao khu bên trái và bên phải. Động tác này có thể làm nhẹ nhõm đầu óc, nên làm vào buổi sớm là tốt nhất.



Khu kiện lý tam châm

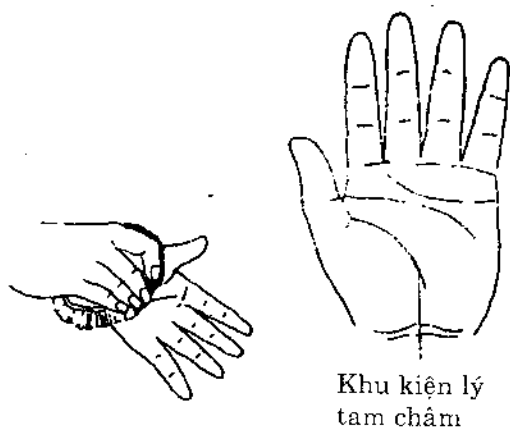
Hình 229

#### **14. Da giữa ngón giữa và ngón vô danh – Phán định sự khác thường ở tạng gan**

Một đồ vật có bàn tay vừa thô, vừa to, nhưng trên bàn tay của anh ta lại phát hiện thấy một điểm bớt. Điểm bớt này nằm chính giữa ngón vô danh và ngón giữa, màu đen như mực đặc, hơi chai cứng. Những triệu chứng này chính là dấu hiệu khác thường của tạng gan. Ngón tay giữa có quan hệ rất mật thiết với cơ năng tạng gan. Do vậy, tạng gan có thay đổi gì thì phần da ở ngón giữa và ngón vô danh sẽ phát ra tín hiệu nguy hiểm.

Khi mảng da nói trên có hiện tượng thô, cứng là biểu thị tuần hoàn máu ở tạng gan không tốt. Nếu không thối, cứ để mặc nó xấu đi, cuối cùng sẽ trở thành xơ gan. Đặc biệt là da giữa ngón trở và ngón vô danh như với đồ vật vừa nói ở trên, cuối cùng quả nhiên bị chướng gan, thể lực giảm mạnh, không lâu nữa thân dưới hầu như tê liệt.

Muốn làm cho tạng gan hồi phục bình thường, cách có hiệu quả nhất là thường xuyên kích thích “kiện lý tam châm khu” nằm dưới bàn tay (Hình 230). Kích thích khu này không chỉ có lợi cho tạng gan mà cũng có hiệu quả với bệnh tật của các cơ quan dạ dày, ruột, tạng tim. Thường xuyên xoa bóp có thể thúc đẩy tuần hoàn máu của các cơ quan nói trên và hoạt hoá cơ năng nội tạng. Nếu bạn lo lắng tạng gan của mình không tốt, có thể hãy thử làm xem.



Hình 230

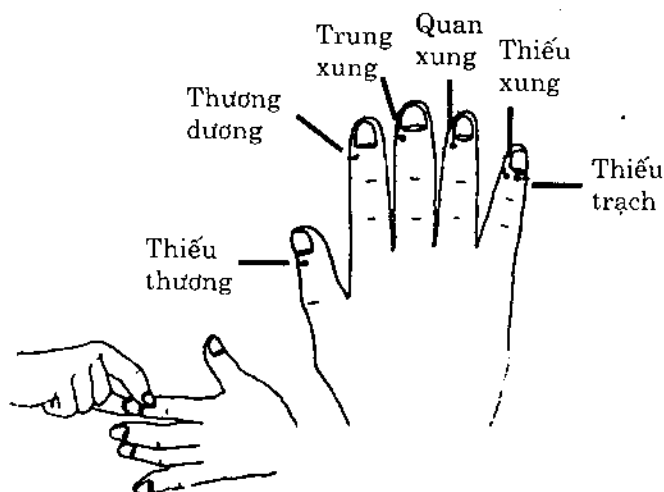
### 15. Bấm vào đầu ngón tay – cách tự kiểm tra nội tạng

Khi chúng ta dùng sức ấn vào ngón tay, có thể từ đó phán đoán ra bộ máy hô hấp có khỏe mạnh không. Cách này vừa đơn giản lại có hiệu quả.

Đầu tiên xòe năm ngón tay ra, ấn lần lượt vào đầu mỗi ngón nếu hơi đỏ là biểu thị sức khỏe tốt, tuần hoàn máu lưu thông, và cơ năng nội tạng bình thường. Nhưng có một đầu ngón không thể trở lại hơi hồng, biểu thị tuần hoàn máu ngón này không tốt, nội tạng hữu quan với nó e có tổn thương. Ngón cái tương quan với phần ngực, bộ máy hô hấp, ngón trỏ tương quan với phần dạ

dày, ruột, ngón giữa tương quan với tạng gan...

Muốn làm cho cơ năng nội tạng bình thường, cách làm cho đầu ngón tay lập tức trở lại hồng nhuận, tốt nhất là ấn vào các huyết Đầu dưỡng kinh (trung tâm) Hình 231.



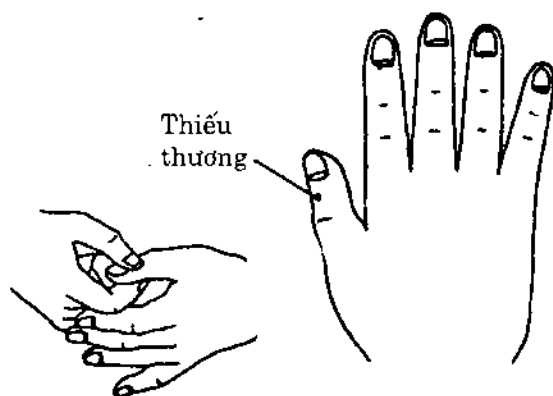
Hình 231

Như là huyết Thiếu thương nằm ở ngón cái... nếu thường xuyên ấn vào các huyết đạo này, có thể lưu thông tuần hoàn máu, tăng cường cơ năng hô hấp.

Trong cuộc sống hàng ngày, tận dụng thời gian nghỉ rỗi để ấn các huyết có thể phòng trừ được các

biểu hiện khác thường của các cơ năng nội tạng, lại duy trì được thân thể khoẻ mạnh.

## 16. Móng bán nguyệt ngón cái – Màu phấn hồng



Hình 232

Móng tay cũng giống như đầu ngón tay, bàn tay, có thể dựa vào thay đổi của nó mà phán đoán cơ năng nội tạng. Từ sự thay đổi hình dáng và màu sắc của móng tay ta cũng phán đoán được cơ năng nội tạng suy nhược hoặc có thay đổi gì không, do vậy hình thành thói quen thường xuyên quan sát móng tay cũng là yêu cầu duy trì thân thể khoẻ mạnh. Móng bán nguyệt của ngón cái có màu phấn hồng là cơ năng tạng tuy không tốt. Tạng tuy còn gọi là tạng tì, xuất phát điểm ở



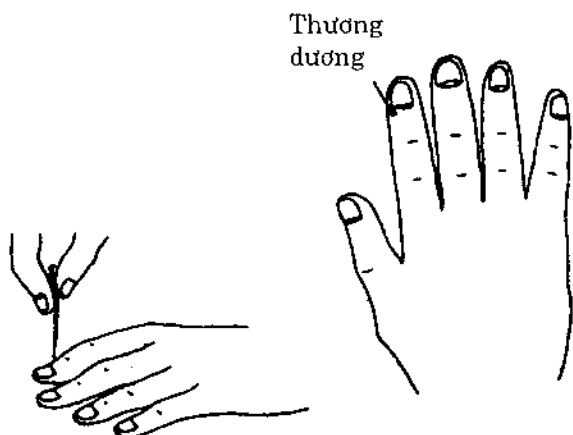
kinh lạc là ở chi ngón, do vậy ngón cái cũng có quan hệ đối ứng mật thiết. Do cơ năng tạng tụy suy giảm, thân thể dễ cảm thấy mệt mỏi, nghiêm trọng hơn, có thể dẫn đến bệnh đái đường. Móng bán nguyệt có màu phấn hồng là cảnh báo trước cho bản thân những tín hiệu nguy hiểm. Muốn nâng cao cơ năng tạng tụy, cách tốt nhất là kích thích huyết Thiếu thương nằm ở dưới móng ngón cái (Hình 232). Tốt nhất là xoa bóp luôn cả đốt thứ nhất ngón cái, thúc đẩy lưu thông máu, phục hồi cơ năng tạng tụy.

### **17. Móng bán nguyệt ngón trở – Màu phấn hồng tức có dị thường**

Ngón trở có quan hệ mật thiết với vị, đại tràng. Khi cơ năng nội tạng nói trên hoạt động không bình thường, móng bán nguyệt của ngón trở sẽ biến sắc, thông thường là từ màu trắng chuyển sang màu phấn hồng. Khi móng bán nguyệt của ngón trở có màu phấn hồng là biểu thị tuần hoàn máu của vị, đại tràng không tốt, sự thèm ăn tự nhiên suy giảm.

Ngoài ra, phế kinh vận hành ở ngón cái, khi móng bán nguyệt của ngón cái có màu phấn hồng biểu thị bộ máy hô hấp bị tổn thương, thông thường là triệu chứng cảm mạo. Cảm mạo sẽ biến đổi làm cho cơ năng bộ máy vị, đại tràng bị trì hoãn, do vậy móng bán nguyệt trên ngón cái và ngón trở đồng thời sẽ xuất hiện màu phấn hồng.

Cách tốt nhất làm cho cơ năng vị và đại tràng bình thường là kích thích huyết Thương dương, huyết nằm ở dưới móng ngón trỏ, nhân thể xoa bóp luôn cả đốt thứ nhất ngón trỏ sẽ càng có hiệu quả (Hình 233). Thương dương huyết là nơi xuất phát của kinh đại tràng, dùng tăm hoặc kẹp kích thích có thể lưu thông tiêu hoá, làm tăng sự thèm ăn.



Hình 233

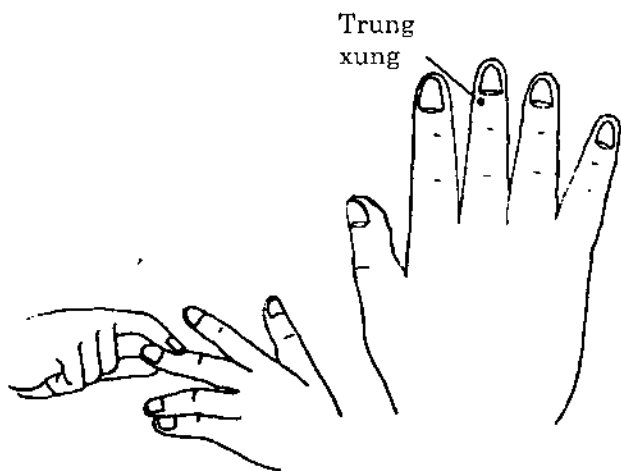
### 18. Móng bán nguyệt ngón giữa – Từ màu sắc xem nội tạng

Khi trạng thái tinh thần không ổn định hoặc quá mệt mỏi, căng thẳng thì sẽ hay nằm mơ.

Người thường nằm mơ nhất định sẽ cảm thấy đau đầu, dòng suy nghĩ không rõ ràng, lúc đó bạn

hãy xem móng tay bán nguyệt ở ngón giữa vì ngón giữa có Tâm bao kinh liên quan sâu sắc với “tâm bệnh”. Do vậy khi tinh thần suy nhược thì sẽ có thay đổi. Nếu móng bán nguyệt có màu phấn hồng chính là chứng cứ của thần kinh căng thẳng.

Bấm vào huyết Trung xung nằm ở dưới móng bán nguyệt ngón giữa, lại mát xa toàn bộ ngón tay này. Kích thích hai nơi này có thể loại trừ được căng thẳng thần kinh. (Hình 234)

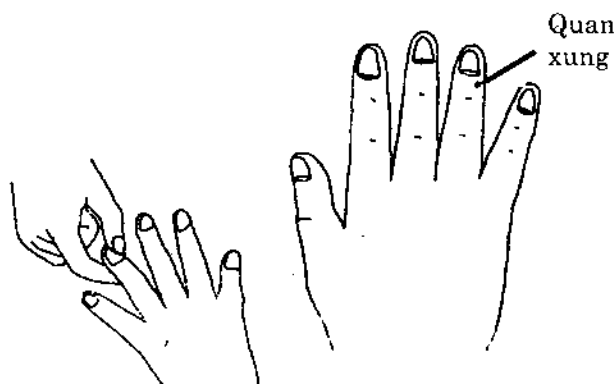


Hình 234

Tâm tư căng thẳng quá mức sẽ dẫn đến tuần hoàn máu ở não bộ không tốt và làm cho cơ năng nội tạng gan suy thoái, không chịu được rượu. Cách tốt nhất để cơ năng tạng gan phục hồi là kích

thích huyết Trung xung và đốt thứ nhất ngón giữa. Khi kích thích có thể dùng ngón tay vận Trung xung và nhẹ nhàng xoa bóp, nếu hàng ngày duy trì nhất định giảm số lần nằm mơ.

### 19. Móng bán nguyệt ngón vô danh – Cân bằng cơ năng sinh lý



Hình 235

Móng bán nguyệt ngón vô danh có màu phấn hồng biểu thị Tam tiêu kinh vận hành ở ngón vô danh có sự khác thường. Tam tiêu kinh là kinh lạc liên kết cơ thể, liên quan chặt chẽ với cơ năng sinh lý của con người. Tam tiêu kinh khác thường biểu thị cơ thể mất cân bằng, có thể do quá hàn hoặc quá nhiệt mà dẫn đến tuần hoàn máu không

tốt, là điềm báo thể năng tổn thất, suy sụp.

Muốn làm cho Tam tiêu kinh hồi phục bình thường, thể năng cân bằng, cách có hiệu quả nhất là kích thích huyết Quan xung nằm ở dưới móng ngón vô danh và xoa bóp toàn bộ đốt thứ nhất của ngón vô danh (Hình 235). Huyết Quan xung là huyết gốc của Tam tiêu kinh, thường xuyên bấm có thể làm hoạt bát cơ năng nội tạng. Ngoài ra, khi đi máy bay, người thấy khó thở là biểu thị năng lượng thích ứng với sự thay đổi khí áp yếu, cũng chính là biểu hiện Tam tiêu kinh suy nhược. Những người này có thể kích thích huyết Quan xung và đốt thứ nhất của ngón vô danh.

## **20. Móng bán nguyệt ngón út – Chú ý tạng tim dị thường**

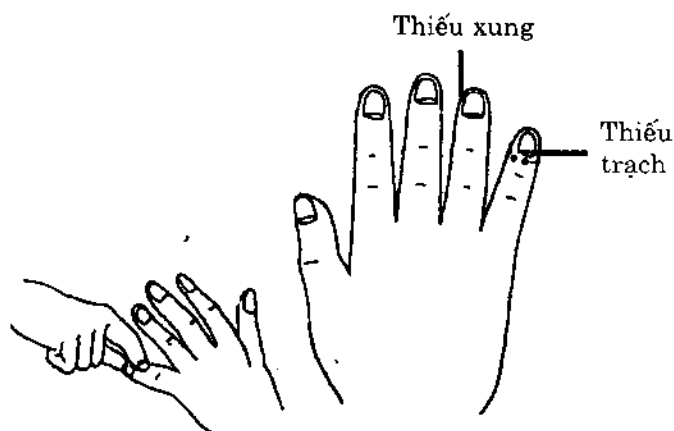
Móng tay có thể phản ánh rõ ràng triệu chứng tuần hoàn máu tạng tim không tốt, so sánh với bốn ngón khác, móng bán nguyệt của ngón út có thể hồng hơn. Phần lớn những người mắc bệnh tạng tim ở giai đoạn đầu đều không biết, đến khi bệnh tình xấu đi, thậm chí khi bệnh tình nguy kịch mới bỗng nhiên phát hiện ra, do vậy thường đột tử.

Cho nên quan sát hoạt động của tạng tim là một việc rất quan trọng, mà cách kiểm tra tốt nhất là quan sát móng ngón út.

Ngón út có một Tâm kinh có quan hệ chặt chẽ

với tạng tim; khi cơ năng tạng tim dị thường thì ở bộ phận này sẽ có phản ứng.

Móng bán nguyệt ngón út nếu từ màu trắng chuyển sang màu hồng biểu thị Tâm kinh lưu thông không thuận, cơ năng tạng tim không tốt. Cách có hiệu quả nhất là kích thích huyết Thiếu xung và huyết Thiếu trạch. Kích thích hai huyết đạo quan trọng này có thể lưu thông tuần hoàn huyết dịch tạng tim, hoạt bát cơ năng tâm tạng. (Hình 236)

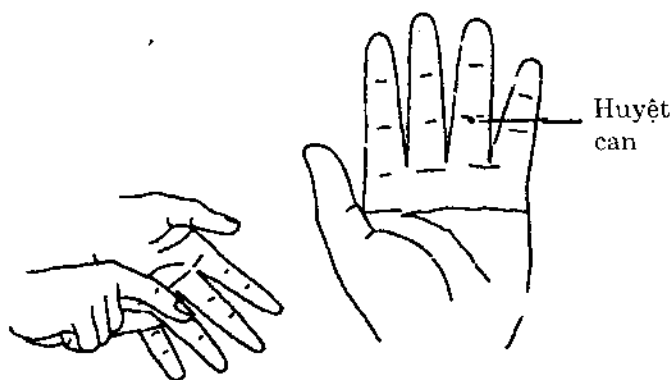


Hình 236

## 21. Móng tay khảm vào thịt - cấp cứu nhanh tạng gan

Hiện nay người ta ăn quá nhiều thức ăn động vật, từ đó mà phá vỡ trạng thái kiềm yếu, đồng thời cũng phá vỡ tạng gan vốn có tác dụng giải độc, làm cho các cơ năng nội tạng suy thoái, do vậy mà người rất dễ cảm thấy mệt mỏi.

Phản ứng rõ ràng của việc cơ năng tạng gan suy yếu chính là móng tay lõm sâu vào phần thịt của đầu móng. Người có triệu chứng này nên hạn chế ăn thức ăn động vật, tăng cường thức ăn thực vật, rau xanh. Nếu muốn hồi phục chức năng gan, cách tốt nhất là kích thích huyết Can nằm chính giữa đốt thứ hai của ngón vô danh. Xoa bóp hàng ngày có thể hoạt bát cơ năng tạng gan, móng tay cũng trở lại hình thái tự nhiên. Chỉ cần lưu tâm những thay đổi của móng là được. (Hình 237)



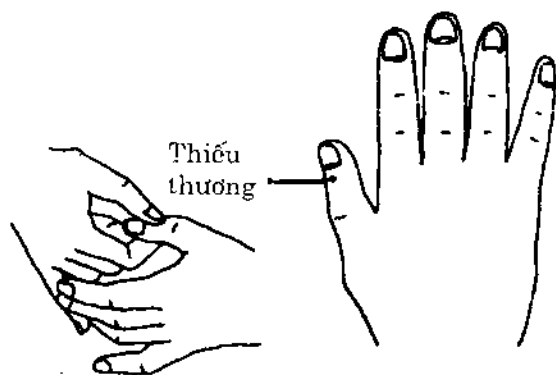
Hình 237

## 22. Móng tay có vân ngang - vị tràng có bệnh

Móng tay cứ 6 tháng thay mới một lần, trong thời gian này nếu bị mắc bệnh ở hệ thống tiêu hoá móng tay sẽ có các vân ngang. Đó là điểm báo trước 3 tháng mắc các bệnh ở vị tràng. Hiện tượng này không chỉ ở ngón cái, mà 4 ngón khác cũng vậy.

Người chưa mắc bệnh vị tràng bao giờ, móng tay lại có vân ngang, ngầm báo có thể có trở ngại vị tràng phát sinh, cần sớm trị liệu.

Cách phòng ngừa tốt nhất là kích thích huyết trung tâm của móng tay xuất hiện vân ngang. Ví dụ như xuất hiện trên ngón cái thì kích thích huyết Thiếu thương. Chỉ cần lưu tâm chú ý thì có thể phòng tránh trước các tổn thương ở hệ thống tiêu hoá. (Hình 238)



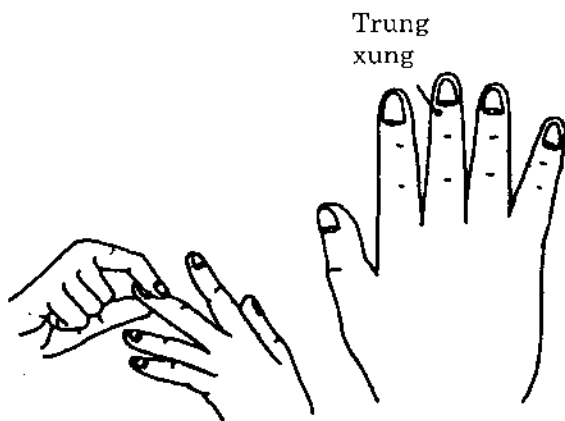
Hình 238



### 23. Móng có vân nhân dọc – Trao đổi chất không tốt

Những vân nhân dọc trên móng tay chỉ là hiện tượng lão hoá, ai cũng có thể có, do đó không cần lo lắng nhiều. Nhưng nếu là rãnh vân trên da trong móng tay thì phải chú ý.

Da trong móng tay còn gọi là “chỉ giáp sàng” khi phần này xuất hiện vân dọc là điềm báo cơ năng gan thận suy yếu.



Hình 239

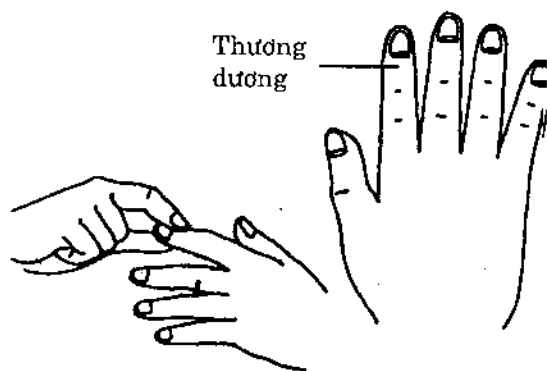
Nội tạng như gan, thận có tác dụng giải độc bài tiết phế thải trong người. Khi cơ năng gan thận không nhanh nhạy, chất cặn bã trong cơ thể không sao bài tiết ra ngoài được, tức là trao đổi

chất không tốt. Nguyên nhân là cơ năng của gan thận không hài hoà nhịp nhàng, có lúc dẫn đến hiện tượng phù thũng.

Cách trị liệu tốt nhất là bấm vào huyết gốc của nó (Trung xung huyết) (Hình 239).

## 24. Móng tay có điểm bớt – Cảnh báo tuần hoàn máu não bộ

Khi trên móng tay xuất hiện điểm bớt màu hồng hoặc màu đen, là điểm báo tuần hoàn máu của não bộ có trở ngại. Nếu điểm bớt trên ngón tay rõ, biểu thị tuần hoàn máu khác thường, gây trở ngại cho não bộ. Cho nên, trên móng tay có điểm bớt, rất có khả năng tuần hoàn máu của não bộ không thông thuận.



Hình 240

Cách tốt nhất là kích thích huyết gốc dưới móng chỗ có điểm bết. Ví dụ xuất hiện điểm bết ở chỗ ngón trỏ thì phải bấm vào huyết Thương dương nằm ở dưới móng ngón trỏ (Hình 240). Như vậy có thể lưu thông tuần hoàn máu của não bộ. Nếu tay phải xuất hiện điểm bết biểu thị não trái có vấn đề, ngược lại thì não phải sẽ có trở ngại.

Các cô gái thích sơn móng tay, để kiểm tra nội tạng và não bộ của mình có biểu hiện gì không, nên định kỳ tẩy đi và quan sát kỹ lưỡng để bảo vệ sức khỏe của bản thân.



## CHƯƠNG II

### NHÌN TAY BIẾT BỆNH

**Người lớn cảm cúm – Gò chỉ mấu có màu tím**

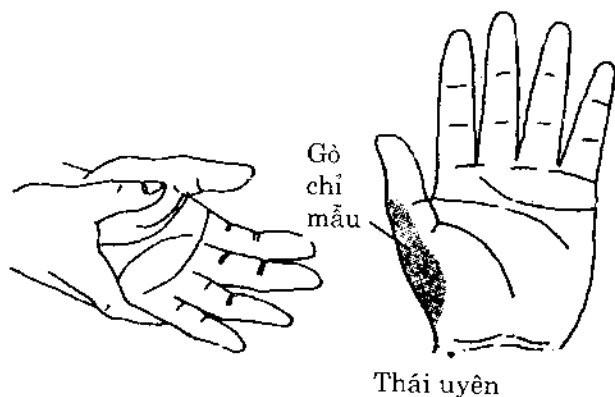
Người khoẻ mạnh đều có một đặc điểm lớn nhất là tuần hoàn máu ở bàn tay của họ lưu thông, bàn tay rắn chắc. Đặc biệt là Gò chỉ mấu biểu hiện huyết khí hồng chú, có hiện tượng hơi lồi. Ngược lại, người dễ bị cảm, thể chất suy yếu, Gò chỉ mấu gầy, bẹt và không có sắc huyết.

Gò chỉ mấu nằm ở phân lồi lên từ đầu giữa ngón cái đến giữa cổ tay, có phế kinh vận hành. Do có quan hệ chặt chẽ với hệ thống hô hấp nên được gọi là “khu cơ quan hô hấp và khoang ngực”.

Gò chỉ mấu lồi lên biểu thị hệ thống hô hấp bình thường. Ngược lại, biến sắc hoặc gầy bẹt biểu thị cơ năng hô hấp khác thường.

Một sinh khí bùng bùng là người rất khoẻ mạnh, nếu Gò chỉ mấu gầy, có màu tím có thể là

triệu chứng cảm cúm giai đoạn đầu. Do vậy bảo đảm cho khu cơ quan hô hấp thúc đẩy đại dịch lưu thông là việc cần thiết. Cách kích thích tốt nhất là bấm vào Gò chỉ mẫu ở cả hai tay, khi bấm phải có cảm giác hơi đau mới được (Hình 241). Sau khi bấm một lúc thì có trạng thái hồng nhuận, mà còn có thể phục hồi nguyên trạng. Nếu là cảm nhẹ dựa vào cách này có thể chữa khỏi.



Hình 241

Đồng thời kích thích huyết Thái nguyên trên phế kinh trong cổ tay cũng có thể thu được những hiệu quả đặc biệt. Kích thích huyết Thái nguyên có thể phòng tránh được hắt hơi, ho, chảy nước mũi...

**Trẻ con bị cảm cúm - Có tín hiệu ở ngón trỏ**

Kinh lạc ở con người khoảng 7 tuổi mới hình thành hoàn toàn. Vậy khi trẻ con mà kinh lạc còn chưa hình thành thì làm sao có thể phán đoán có bị cảm hay không?

Như trên đã nói nếu người lớn bị cảm thì kích thích phế kinh, vận hành ở cổ tay và ngón tay cái thì có thể chữa khỏi, nếu là trẻ con mà kinh lạc chưa hình thành, sức đề kháng còn yếu, điều quan trọng cần phòng tránh, đơn giản như sau:

Yếu lĩnh kiểm tra trẻ nhỏ có bị cảm hay không đều ở trên ngón trỏ. Ngón trỏ chia làm 3 đốt, thấp nhất là đốt gốc, còn gọi là Phong quan, đốt 2 là Khí quan và đốt thứ nhất gọi là Mệnh quan.

Do vậy có thể quan sát được huyết dịch cơ thể của trẻ con để phán đoán tình trạng sức khỏe. Triệu chứng bị cảm nặng nhất của trẻ con là ở giữa đốt và gốc đốt thứ 2 phần mé trong, gần ngón cái có màu tím, dựa vào sự nặng nhẹ của triệu chứng, phần thay đổi màu sắc và cũng theo đó mà dịch lên, tức giữa Phong quan, Khí quan và Mệnh quan có hiện tượng màu tím. Nếu Mệnh quan có màu tím biểu thị đúng bị cảm.

Cách đề phòng trẻ con bị cảm sốt tốt nhất là: Bấm vào huyết Thương dương nằm dưới móng ngón trỏ (Hình 242). Trẻ con ở thời kỳ đầu bị cảm khi bấm vào huyết này có cảm giác đau, do vậy duy trì bấm đến khi hết cảm giác đau, đồng thời ứ

huyết cũng mất đi tức là biểu thị cảm cúm đã được chữa khỏi. Do trẻ con không có các triệu chứng rõ nên dùng cách này để phòng tránh là tiện lợi nhất. Ngoài ra có sự thay đổi màu kiểu ứ huyết, con trai dễ phát ở tay trái, con gái dễ phát ở tay phải.



Hình 242

### Tiện bí – Góc ngón trở đau mạnh

Ba nguyên tắc để cơ thể khoẻ mạnh là: ăn khoẻ, ngủ tốt và tiện thông (thông đại tiểu tiện). Ba điều kiện này là những nhân tố duy trì thân thể khoẻ mạnh không thể thiếu được. Trong đó tiện thông là quan trọng nhất. Tiện bí (bí tiểu, đại tiện) là do cơ năng hấp thụ thức ăn, nước, trong ruột mất tác dụng, lâu dần các chất cặn bã tích ở ruột và làm cho các độc tố thấm vào máu do vậy luôn luôn tạo nên các trở ngại cho cơ quan nội tạng.

Khi xoè 5 ngón tay ra có thể quan sát được triệu chứng của tiện bí, nếu không thể nhẹ nhàng xoè ra, ngón trở gần phần gốc mé trong ngón giữa có cảm giác đau tê, đây chính là biểu thị đại tiện bất thuận. Phần đau tê này còn gọi là **Đệ nhị gian**.

Chỉ cần xoa bóp cẩn thận đệ nhị gian kiên trì lâu dài thì có thể đẩy mạnh bài tiết (Hình 243).



Hình 243

Khi xoa bóp **Đệ nhị gian** ở tay trái có cảm giác đau biểu thị ăn quá nhiều thức ăn động vật. Nếu đau ở tay phải biểu thị ăn thức ăn thực vật hoặc rượu bia quá nhiều. Thay đổi tập quán ăn uống là cách làm thông minh nhất.

**Viêm ruột thừa - Chỗ giao nhau ngón giữa và ngón trỏ bị chai cứng**

Viêm ruột thừa bỗng chốc phát sinh chỉ có

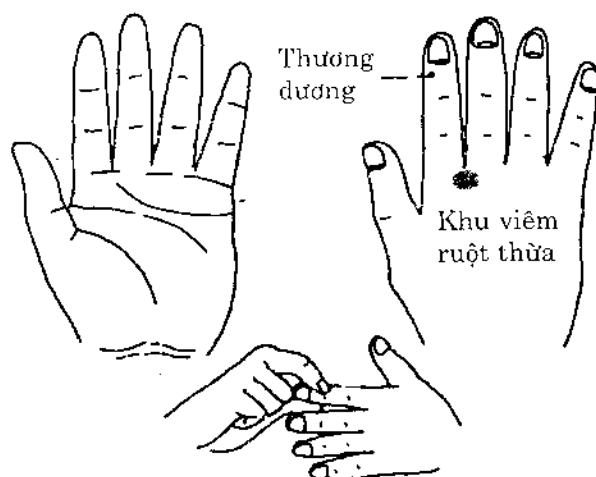


phẫu thuật không còn cách nào khác. Nhưng dù là phẫu thuật rất đơn giản, thì tâm lý chung người ta đều ngại. Do vậy để tránh dẫn đến viêm ruột thừa, cần phải biết khi triệu chứng còn rất nhẹ và tiến thêm một bước khống chế nó. Ruột thừa là phần lồi lên ở giữa đại tràng và tiểu tràng, nếu phần lồi lên này vận hành không thông suốt, vật tiêu hoá như thức ăn rơi vào rồi lấp kín không lâu trở lên mố, thối rữa đó chính là nguyên nhân ban đầu của viêm ruột thừa.

Có thể biết được triệu chứng ban đầu của viêm ruột thừa từ bàn tay, tức là phần giao nhau giữa ngón trỏ và ngón giữa. Phần này nếu có hiện tượng trở nên cứng, ngón trỏ tất nhiên không thể thoải mái được, nếu không chữa trị sớm sẽ nhanh chóng chuyển thành viêm ruột thừa.

Bước thứ nhất chữa trị là xoa bóp toàn bộ ngón trỏ, tiếp theo là xoa bóp huyết Thương dương nằm dưới móng ngón trỏ (Hình 244). Đến khi ngón trỏ giống như 4 ngón khác có thể hoạt động thoải mái, mảng chai cứng trên da cũng mất đi là biểu thị đã khống chế được sự lan phát của viêm ruột thừa. Dù đã bị viêm ruột thừa rồi cũng có thể dùng cách trị liệu này để áp dụng trong lúc khẩn cấp và rất có hiệu quả trong việc làm dịu cơn đau.

Nói chung đã bị viêm ruột thừa, đều là khi đau kịch liệt mới cảm giác thấy. Nếu phòng tránh được trước khi sự việc xảy ra có thể tránh khỏi vào viện.



Hình 244

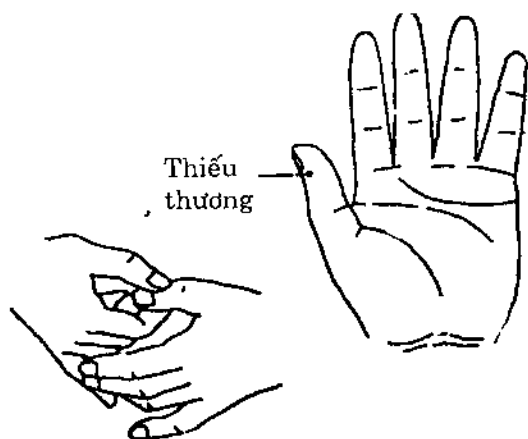
## Bệnh phổi - Đường Sinh Mệnh đứt quãng

Đường Sinh Mệnh, Trí Tuệ, Tình Cảm đều lấy Kinh lạc làm chủ, do vậy có thể dựa vào đó để kiểm tra cơ năng nội tạng.

Đường Sinh Mệnh và đường Tình Cảm đều có quan hệ mật thiết với đường Kinh lạc. Ví dụ, đường Sinh Mệnh là một rãnh sâu cắt dọc từ ngón cái đến giữa ngón trở mà phế kinh phần lớn là từ đây vận hành qua. Có thể thấy, đường Sinh Mệnh có quan hệ rất sâu sắc với cơ quan hô hấp như phổi. Nếu kinh lạc này bị đứt hoặc biến màu biểu

thị tuần hoàn hô hấp không lưu thông, có khả năng những cơ quan này gặp phải trở ngại.

Để tránh đường Sinh Mệnh có trạng thái đứt quãng, phòng tránh cơ quan hô hấp bị trở ngại, cách tốt nhất là thường xuyên bấm vào huyết Thiếu thương nằm dưới móng ngón cái, xoa bóp cẩn thận cả đốt thứ nhất ngón cái có thể thu được hiệu quả mong muốn (Hình 245). Thiếu thương huyết là huyết trung tâm của phế kinh, chỉ cần tăng cường kích thích, tự nhiên lưu thông tuần hoàn phế kinh, tiến tới hoạt bát cơ năng của bộ máy hô hấp.



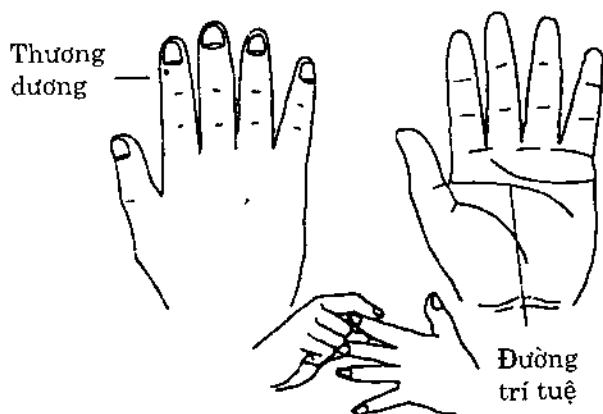
Hình 245

**Bệnh tràng vị - Đường Trí Tuệ mờ nhạt**

Đường Trí Tuệ mờ nhạt, lại có hiện tượng đứt

quăng là tín hiệu nguy hiểm như dạ dày hoặc ruột tiêu hoá khác thường.

Đường Trí Tuệ nằm ở dưới gốc ngón trỏ có đường đối giác cắt ngang lòng bàn tay. Kinh lạc vận hành ở đường này là Trạng kinh, cũng chính là nói đường Trí Tuệ có liên quan mật thiết với hệ thống tiêu hoá như dạ dày, ruột. Khi tiết dịch của dạ dày và ruột không thuận lợi, huyết sắc tự nhiên xấu đi. Những người có triệu chứng như trên rất dễ mắc bệnh ở đường tiêu hoá.



Hình 246

Khi đường Trí Tuệ khác thường cần phải chú ý bệnh tật ở vị tràng phát sinh, cách tốt nhất là bấm hai bên của huyết Thương dương nằm dưới móng ngón trỏ và xoa bóp cả đốt thứ nhất của

ngón trỏ (Hình 246). Cứ kích thích như vậy nhiều lần có thể tự nhiên làm cho tuần hoàn máu trong cơ thể được lưu thông cơ năng cơ quan dạ dày, ruột hoạt bát làm cho người mắc bệnh nhẹ nhanh chóng khỏi.

### **Nội tạng dị thường – Chú ý đường Tình Cảm**

Đường Tình Cảm xuất phát từ gân ngón út. Ngón út và bộ vị tương quan với đường Tình Cảm.

Kinh lạc vận hành ở ngón út có Tâm kinh và Tiểu tràng kinh, có mối quan hệ mật thiết với đường Tình Cảm. Do vậy khi đường Tình Cảm khác thường thì những Kinh lạc nói trên sẽ liên đới phát sinh khác nhau.

Người mắc huyết áp cao nghiêm trọng thì đường Tình Cảm không những huyết sắc tối tệ mà còn có trạng thái đứt quãng liên tục. Huyết áp cao là một loại bệnh tạng tim, tương quan với Tâm kinh, do đó có thể thấy kinh lạc của ngón út và đường Tình Cảm rất chặt chẽ không thể chia cắt được.

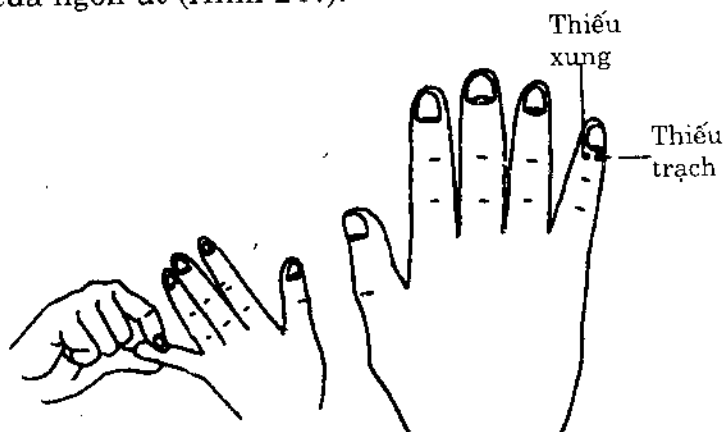
Ngoài ra đường Tình Cảm xuất hiện sự khác thường sẽ dẫn đến tuần hoàn cơ quan nội tạng như tiểu tràng, dạ dày, bàng quan... không tốt, cũng chính là tuần hoàn máu gặp trở ngại. Do vậy khi huyết sắc của đường Tình Cảm khác với đường Trí Tuệ và đường Sinh Mệnh hoặc có hiện tượng đứt quãng liên tục thì dù có hay không có

triệu chứng cũng đều nên lập tức áp dụng các biện pháp chữa trị.

*Phương pháp trị liệu cụ thể là:*

Khi bạn phát hiện có sự khác thường phải xoa bóp ngay lập tức để bảo đảm sức khỏe cho thân thể.

Đầu tiên bấm vào huyết Thiếu xung hoặc huyết Thiếu trạch nằm hai mé phía dưới móng ngón út. Tiếp tục xoa bóp toàn bộ đốt thứ nhất của ngón út (Hình 247).



Hình 247

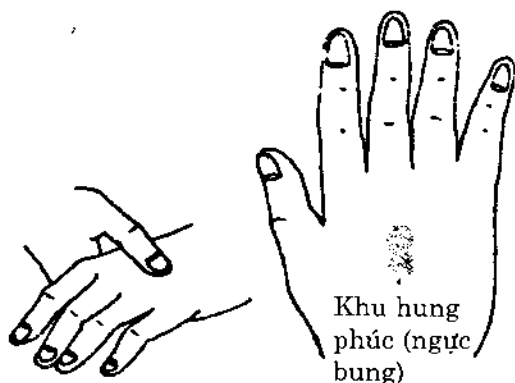
Nếu hai huyết Thiếu xung và Thiếu trạch có cảm giác đau, biểu thị máu nội tạng tuần hoàn không tốt. Khi đó cần phải bấm mạnh đến khi không còn cảm giác đau nữa thì thôi.

## Loét dạ dày - Lật mu bàn tay để chẩn đoán

Triệu chứng loét dạ dày đầu tiên sẽ phản ứng ở “Hưng phúc khu”. Có lúc có màu tím ứ huyết, có lúc thì có vết chai cứng, khi bấm vào sẽ có cảm giác đau dữ dội.

Khi Hưng phúc khu xuất hiện những triệu chứng như trên biểu thị người đó sẽ bị loét dạ dày, cần phải nhanh chóng chế áp để không chế bệnh tật.

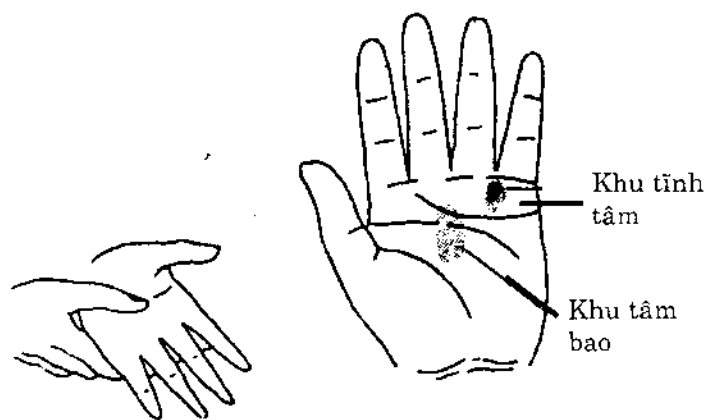
Thông thường là kích thích ở khu vực này và xoa bóp kỹ lưỡng, cẩn thận, tử mĩ tự nhiên có thể loại bỏ được vết chai hoặc ứ huyết trên Hưng phúc khu. Hơn nữa có thể làm dày thành dạ dày, tránh được loét dạ dày (Hình 248).



Hình 248

## Bệnh tạng tim – Chỉ áp lòng bàn tay để phán đoán

Chính giữa lòng bàn tay gọi là “Thủ tâm” còn gọi là “Tâm bao khu”. Khu vực này kết nối trực tiếp với Tâm bao kinh xuất phát từ ngón giữa. Tâm bao kinh là Kinh lạc hỗ trợ cho hoạt động ở tạng tim. Do vậy tương thông với Tâm bao khu mới có thể làm cho tim đập, là một trong những Kinh lạc phát huy mạnh nhất. Nếu khi thân kinh tương đối căng thẳng, bấm vào lòng bàn tay thì có thể giải tỏa dần.



Hình 249

Nếu ấn vào Tâm bao khu có cảm giác đau hoặc có các hiện tượng quá nóng, quá lạnh, quá mềm, quá cứng trên da cần phải chú ý tạng tim đã có sự



dị thường cần phải nhanh chóng xoa bóp Tâm bao khu, tăng thêm kích thích của hai tay xoa vào nhau, chẳng bao lâu thì có thể hồi phục bình thường trở lại.

Ngoài ra còn có một khu vực liên quan đến tạng tim là “Tĩnh tâm khu”, nó nằm ở phần gốc ngón giữa, ngón út và ngón vô danh. Tĩnh tâm khu này kết hợp với Tâm kinh vận hành ở ngón út, đồng thời khống chế cơ năng tạng tim. Cách kiểm tra phát hiện thay đổi, chữa trị nó cũng giống như Tâm bao khu (Hình 249).

### **Đau chi dưới và thần kinh lưng – Bấm mu biết ngay**

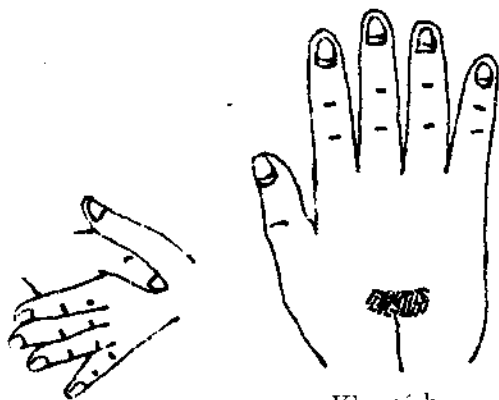
Thần kinh từ phần eo đến chân là hiện tượng lão hoá cột sống hoặc tuỷ sống, đó là bệnh thường gặp sau tuổi trung niên. Người trẻ có thể có, nhưng đó là bệnh do một nhọc tạm thời, hoặc do hàn phong, ẩm thấp dẫn đến.

Khi bệnh lan tràn, chỉ cần động một chút, thì từ phần bụng, mông đến đùi sau đều có cảm giác thần kinh đau nhức.

Mà kiểm tra triệu chứng đau thần kinh và bộ vị thì nằm ở khu cột sống, eo và đùi (tích - yêu - quái khu).

Quan sát khu vực này, nếu có ứ huyết hoặc hơi đau biểu thị có thể dẫn đến đau thần kinh từ

phần chân đến phần eo; lúc này nên kích thích  
khu tích - yêu - quái (Hình 250).



Khu tích -  
yêu - quái

Hình 250

Cách kích thích tốt nhất là dùng tăm hoặc đầu  
que hương buộc thành bó để kích thích; sử dụng  
gió ẩm của máy sấy cũng có kết quả. Khi khu vực  
này không còn thấy đau nữa, hiện tượng đau thần  
kinh cũng không còn.

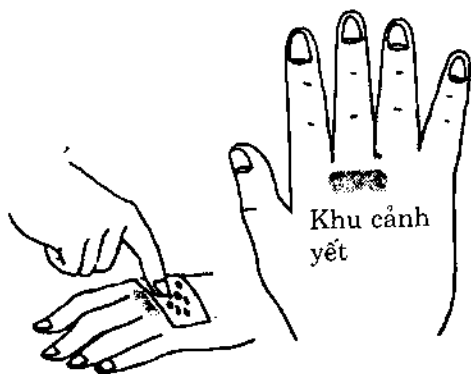
### **Viêm phần hầu họng - Quan sát gốc ngón giữa mu tay**

Muốn biết được hầu họng có viêm hay không,  
có thể quan sát “cảnh - yết khu” (khu động mạch  
cảnh - yết hầu) nằm ở gốc ngón giữa trên mu tay.  
Nếu có dạng màu tím ứ huyết hoặc có cảm giác

đau, biểu thị hầu họng bị viêm. Khi đó kích thích khu vực này liên tục, đến khi cảm giác đau mất đi thì thôi. Khi cảm giác đau mất đi thì cảm giác đau ở hầu họng đã khỏi.

Nguyên nhân dẫn đến đau họng có nhiều như uống rượu, hút thuốc lá, nhân tố khí hậu, hoặc viêm tuyến Amidan do cảm cúm dẫn đến... Kích thích Cảnh - yết khu có thể phát huy hiệu quả giống nhau.

Cũng có thể dùng nhiều hạt gạo để lên khu này và dùng băng keo dán lại phòng chữa bệnh viêm họng cũng có hiệu quả (Hình 251).



Hình 251

Ngoài ra, khu cảnh - yết cũng có hiệu quả đặc biệt đối với đau tê vai, cổ do ngủ không cẩn thận tạo ra. Khi có các hiện tượng trên thì lấy ít hạt

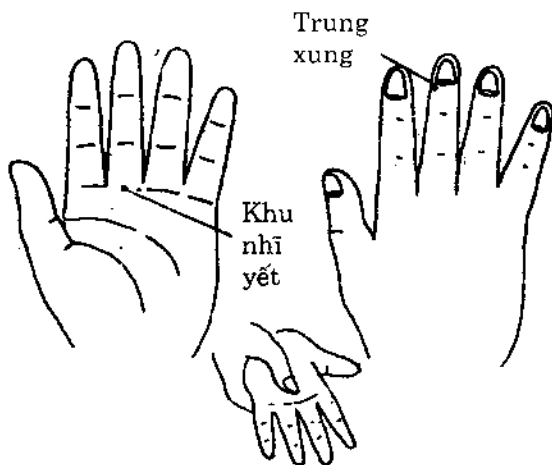
gạo không ngừng kích thích vào nơi này, bệnh được loại bỏ rất nhanh.

### **Viêm tai giữa – Tín hiệu màu tím ở gốc ngón giữa**

Trên bàn tay ở gốc ngón giữa có một mảng ứ huyết màu tím, khu vực này gọi là “Nhĩ yết khu”.

“Nhĩ yết khu” đương nhiên có quan hệ mật thiết với tai. Vết ứ huyết màu tím nếu quá đậm, biểu thị bệnh tình đã ở mức độ cảm nặng. Do vậy xoa bóp “Nhĩ - yết khu” có vết ứ huyết thì rất đau.

Dựa vào kết quả này có thể chẩn đoán bị viêm tai giữa.



Hình 252

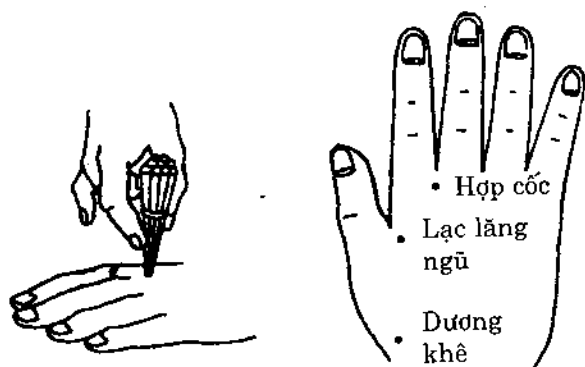
Trước tiên, ấn vào Nhĩ - yết khu hoặc dùng đầu que hương để kích thích 7-10 lần, tiếp theo bấm vào huyết Trung xung nằm dưới móng ngón giữa (Hình 252). Cứ làm như vậy nhiều lần sau 2-3 ngày vết ứ huyết tự nhiên biến mất, viêm tai giữa sẽ khỏi.

### **Huyết áp cao – Tự xem Dương khô huyết bàn tay**

Dương khô huyết ở trên mu tay, cũng gọi là “huyết áp phản ứng khu” có thể phản ánh triệu chứng ban đầu huyết áp cao, là một huyết đạo rất quan trọng. Khi ấn vào huyết Dương khô, nếu có cảm giác đau mạnh, huyết áp nhất định ở khoảng 160-180.

Cách trị liệu là kích thích huyết Dương khô, hơn nữa chỉ có kích thích mạnh mới có thể đạt được hiệu quả trị liệu (Hình 253). Đó là vì các chất cặn bã tích trong huyết quản tạo ra sự cản trở cho máu. Do vậy mát xa đơn thuần không thể có được hiệu quả tốt nhất, mà dùng 10 cái tăm bó thành bó kích thích mới được.

Trên “huyết áp phản ứng khu”, ngoài huyết Dương khô ra, nếu huyết áp 180-200 thì kích thích huyết Hợp cốc, nếu vượt quá 300 thì kích thích huyết Lạc lãng ngũ, có thể kích thích lần lượt 2 huyết đồng thời. (Hình 253)



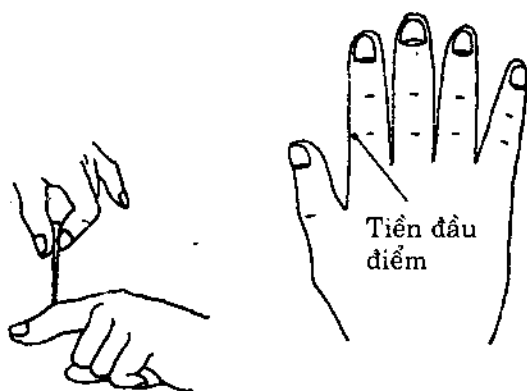
Hình 253

## Viêm dạ dày – Khớp ngón trở hơi đau

Trên đốt thứ 2 của ngón trở gần mu bàn tay có một huyết đạo gọi là “tiên đầu điểm”, điểm này là điểm đối ứng của bệnh viêm dạ dày. Khi 4 xung quanh huyết đạo có vết ứ huyết màu tím hoặc có cảm giác đau, biểu thị có triệu chứng viêm dạ dày.

Nguyên nhân dẫn đến viêm dạ dày có nhiều, thường biểu hiện ở sự thay đổi của “tiên đầu điểm”. Nếu có triệu chứng biến sắc, đau phát sinh thì phải tăng cường kích thích (Hình 254). Cách kích thích có thể dùng tăm kích thích, hoặc hương nguyên đầu để cứu chữa.

Xoay vận cũng có thể đạt được hiệu quả tương tự.



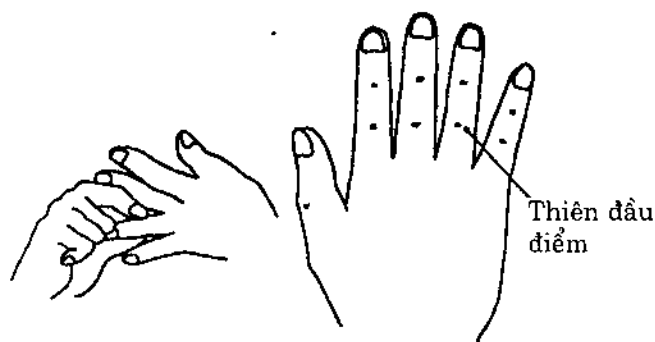
Hình 254

### Gan mật kết thạch - Nghiệm chứng qua ngón vô danh

Đau đầu và thiên đầu thống ở phụ nữ, thực tế là vì Tam tiêu kinh mất đi sự cân bằng. Tam tiêu kinh là Kinh lạc xuất phát từ đầu ngón vô danh, có mối quan hệ không thể tách rời với nguồn năng lượng sống của cơ thể, cũng chính là cơ năng sinh lý. Khi Tam tiêu kinh khác thường, phụ nữ thường thấy các triệu chứng như đau nửa đầu, vai tê, ngực đau quặn. Khi đó nên chú ý hiện tượng gan mật có dị thường đau hay không.

Từ “Thiên đầu điểm”, chúng ta có thể biết trước triệu chứng nói trên. Thiên đầu điểm nằm trên đốt thứ hai của mé mu bàn tay ngón vô danh, khi Tam tiêu kinh khác thường, da xung quanh trở

nên cứng, có hiện tượng ứ huyết màu tím, khi bấm vào sẽ có cảm giác đau. Lúc này nên xoa bóp Thiên đầu điểm để lưu thông nội tiết (Hình 255). Khi Thiên đầu điểm do kích thích mà không đau nữa, biểu thị Tam tiêu kinh đã phục hồi tác dụng bình thường.



Hình 255

### **Bệnh ở mật – Nghiệm chứng qua ngón vô danh**

Đảm kinh là Kinh lạc có tác dụng khống chế túi mật, cơ thể, vai, đầu. Mật lại liên quan với tạng gan gọi là: “can đảm biểu lý”. Mật là cơ quan hỗ trợ có tác dụng giải độc. Do vậy khi có biểu hiện khác thường, phần mật hoặc da sẽ có cảm giác bần, toàn thân không có tinh thần, thể nội mất thăng bằng.

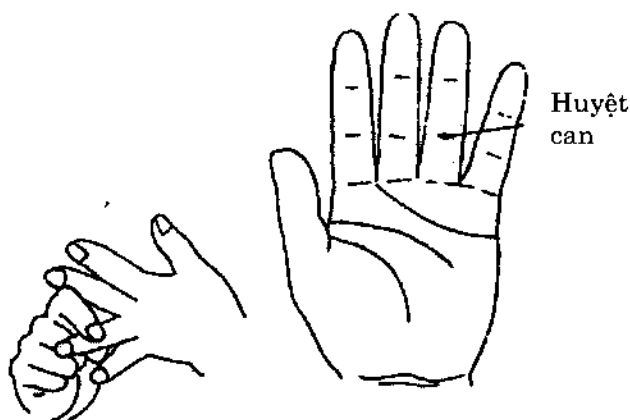
Mật, danh từ y học gọi là Đảm nang, phản ánh hiện tượng chủ yếu trên ngón vô danh. Can huyết



nằm trong đốt thứ 2 của ngón vô danh.

Khi Can huyết có hiện tượng ứ huyết màu tím hoặc có cảm giác đau, biểu thị có bệnh tật ở túi mật. Lúc này, không ngừng bấm vào Can huyết hoặc dùng hương nguyên đầu để châm (Hình 256). Sau khi di trạng mất đi, biểu thị bệnh đã được khống chế.

Ngoài ra, kích thích Can huyết không chỉ có hiệu quả chữa trị bệnh ở túi mật mà cũng rất có hiệu quả với chữa trị đau tê như đau cổ, thiên đầu thống, đau đầu, đau ngực.



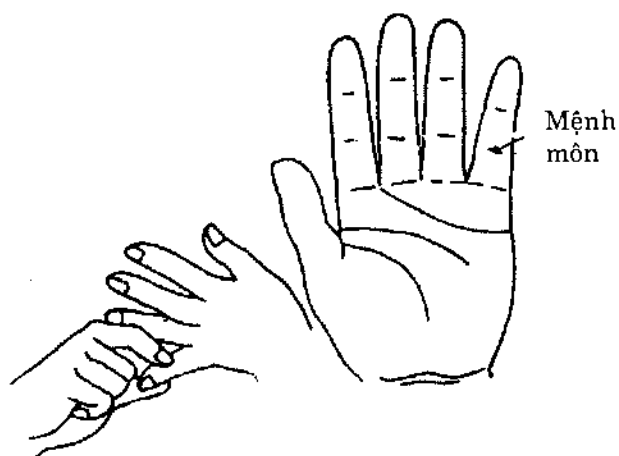
Hình 256

**Bộ máy sinh dục khác thường – ngón út phản ứng nhạy cảm**

Bệnh tật ở bộ máy sinh dục, giai đoạn đầu

không có triệu chứng rõ ràng. Đặc biệt là phái nữ, thường chỉ đến mức độ đau không chịu nổi mới vào viện. Xin giới thiệu cách kiểm tra sự thay đổi khác thường của bộ máy sinh dục và cách phòng tránh.

Nếu muốn biết cơ quan sinh dục có thay đổi khác thường không, chỉ cần bấm vào đốt thứ hai của ngón út là lập tức biết ngay. Khi ấn vào không thấy đau, biểu thị bình thường, nếu thấy đau thì phải lưu ý.



Hình 257

Trên đốt thứ 2 thấy một huyết vị gọi là Mệnh Môn. Mệnh Môn là phản ứng điểm của cơ quan tử cung, tinh hoàn, bàng quang. Khi cơ quan này khác thường thì sẽ có phản ứng nhạy cảm xuất hiện.

Do vậy, khi Mệnh Môn thấy đau, biểu thị bộ máy sinh dục gặp trở ngại. Lúc này có thể dùng kẹp kích thích hoặc hương yên đầu để châm, nhưng bấm huyết đạt hiệu quả thực tế hơn (Hình 257)

Khi cảm giác đau ở Mệnh Môn mất đi, biểu thị khí quan gặp trở ngại đã được loại bỏ.

Ngoài việc Mệnh Môn có liên quan với sinh dục thì nó còn có hiệu quả lớn với việc chữa trị trẻ nhỏ đái dầm. Tốt nhất là hình thành thói quen xoa bóp toàn bộ ngón út mỗi ngày.



### CHƯƠNG III

## THUẬT KÍCH THÍCH BÀN TAY

### A. Kích thích bàn tay trị bách bệnh

*Chương này đưa ra 40 loại bệnh dễ mắc, đồng thời đưa ra cách trị liệu thực tế đơn giản là kích thích bàn tay có thể phòng tránh và chữa được bệnh tật.*

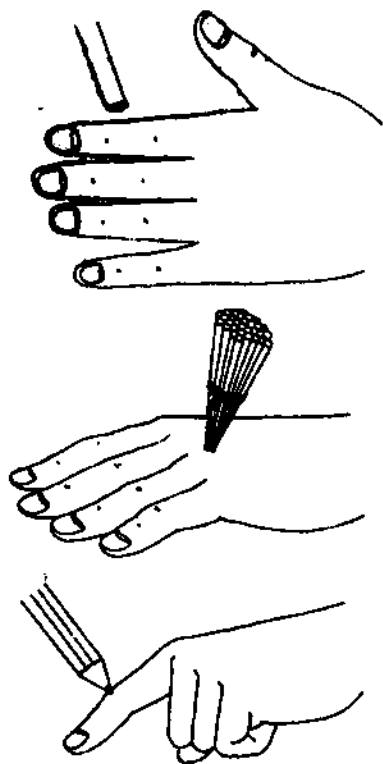
Kích thích có thể do cường độ mạnh - yếu khác nhau mà đạt hiệu quả khác nhau. Kích thích được chia làm ba mức cường - nhược - hoãn, sau đây sẽ giới thiệu cụ thể:

1. *Cường kích thích*: thời gian kích thích ngắn, kích thích mạnh, có cảm giác đau tức, như dùng đầu ngón tay kích thích hoặc dùng miếng vê vắn.

2. *Nhược kích thích*: thời gian kích thích lâu hơn mà điểm quan trọng là khi kích thích thấy lúc có lúc không thì dừng lại, như dùng đầu ngón tay kích thích hoặc dùng miếng ấn nhẹ liên tục.

3. *Hoãn kích thích*: thời gian giãn cách giữa kích thích mạnh, nhanh và kích thích tương đối

dài, thời gian kích thích lâu. Điều quan trọng là không được nôn nóng, mà phải kiên trì thực hiện liên tục.



Hình 258

Công cụ mà ba cách kích thích trên sử dụng,

ngoài ngón tay ra còn có thể dùng tăm, kẹp, đầu que hương, tùy theo từng trường hợp cụ thể để vận dụng (Hình 258).

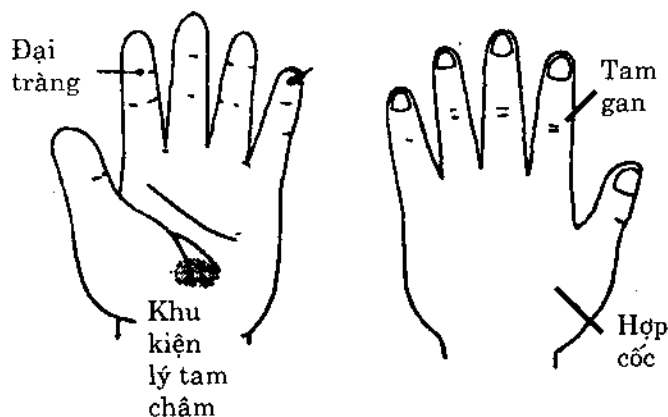
Phương pháp này đơn giản nhưng hiệu quả rõ nét. Do vậy, khi chúng ta phát hiện một triệu chứng nào đó, lập tức kích thích bàn tay, chỉ cần phương pháp đúng sẽ có được hiệu quả như mong muốn.

## 1. Dạ dày yếu

Dạ dày yếu là tên gọi chung triệu chứng mà dạ dày, ruột tiêu hoá không tốt dẫn đến, như sa dạ dày, viêm dạ dày thần kinh, viêm dạ dày, co giật dạ dày, loét dạ dày hành tá tràng...

Muốn cải thiện dạ dày yếu, có thể bám vào “Kiện lý tam châm khu” nằm hơi lệch dưới lòng bàn tay (Hình 259). “Kiện lý tam châm khu” là khu vực đặc hiệu thúc đẩy sự hoạt bát vị - tràng và các cơ năng nội tạng, chỉ cần kích thích thường xuyên thì có thể nâng cao sức hấp thụ tiêu hoá của vị tràng, thúc đẩy cơ năng nội tạng, làm cho bữa ăn hàng ngày ngon miệng hơn. Cách kích thích là *Hoãn kích thích*, phải bám từ từ thường xuyên trong một thời gian lâu.

Kích thích “Kiện lý tam châm khu” có hiệu quả trị liệu đặc biệt với việc cải thiện dạ dày yếu, nhưng lại kích thích thêm các huyết như Hợp cốc, Tam gian ở mu tay, Đại tràng ở trong tay có thể đạt được hiệu quả tốt hơn (Hình 259).



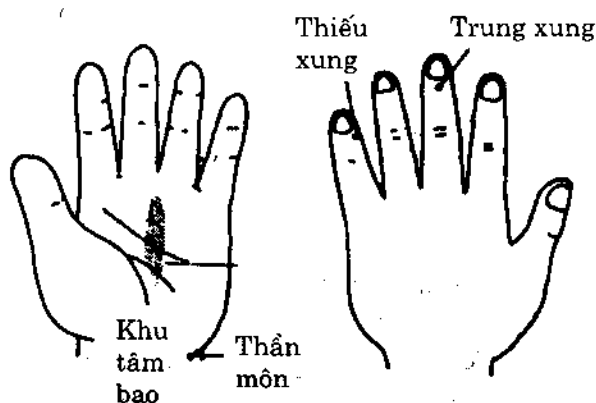
Hình 259

## 2. Run sợ - Thở dốc

Khi không làm gì vận động mạnh lại cảm thấy tim đập nhanh, nội tâm bất an, lại có lúc dần dần mạch đập nhanh gấp, tim đau quặn như bị người vận, thậm chí phát rét đổ mồ hôi, thở gấp, hô hấp nhanh. Đó là triệu chứng của run sợ, thở gấp ở tâm thần phát ra. Người bị nhẹ thì có cảm giác bồn chồn, bất an kéo dài. Nguyên nhân run sợ, thở dốc phần lớn thuộc triệu chứng thần kinh.

Trong phương pháp chữa trị run sợ, thở dốc có tính thần kinh, lấy kích thích huyết điểm của Tâm bao kinh, Tâm kinh liên quan với tim là những khu vực hiệu quả nhất. Ấn nhẹ lâu dài vào

huyết Tâm bao kinh nằm giữa bàn tay không những loại bỏ được bất an nóng nảy, bồn chồn lại còn làm giảm được run sợ và thổ độc. Điều cần chú ý là cần phải kiên trì thực hiện phương pháp *Hoãn kích thích*, nhất thiết không được thực hiện *Cường kích thích*, nếu không thì tăng thêm sự bất an và bồn chồn trong tim. Ngoài “Tâm bao khu” ra, kích thích các huyết như Thần môn của cổ tay, huyết Thiếu xung ở ngón út, Trung xung ở ngón giữa, cũng rất có hiệu quả với việc trấn tĩnh run sợ và thổ độc (Hình 260).



Hình 260

### 3. Bệnh chán ăn

Trên thực tế, có người cứ nói đến ăn thì thấy khổ sở, đó chính là bệnh chán ăn.

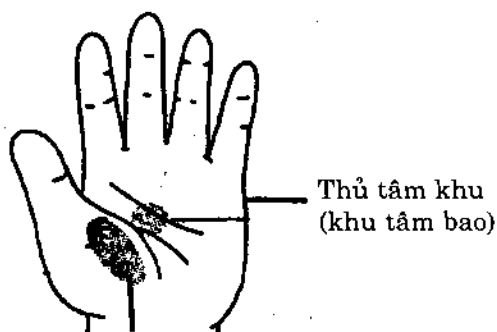


Nguyên nhân của bệnh này có hai: một là năng lực hấp thụ của tràng vị suy yếu; hai là một mối thần kinh do căng thẳng kéo dài

Điều quan trọng nhất là phải loại bỏ nguyên nhân làm cho căng thẳng, thêm vào đó là xoa bóp bàn tay thì có thể thu được hiệu quả tốt.

Giữa bàn tay có một “Thủ tâm khu” có quan hệ chặt chẽ với nhịp đập của tim. Nếu xoa bóp nhịp nhàng ở khu này có thể loại bỏ được cảm giác chèn ép ở tạng tim, giải phóng tinh thần. Biểu hiện bó buộc một lúc nào đó mất đi, sự thèm ăn tự nhiên tăng lên.

Ngoài ra, nếu bệnh chán ăn do cơ năng tiêu hoá vị - tràng không tốt dẫn đến, cách có hiệu quả



Khu tỷ vị - đại tràng

Hình 261

nhất là kích thích “vị - tỳ - đại tràng khu” nằm chính dưới ngón trỏ (Hình 261), do vậy dùng *Nhược kích thích* có thể hoạt bát cơ năng của bộ máy tiêu hoá, thúc đẩy sự thèm ăn.

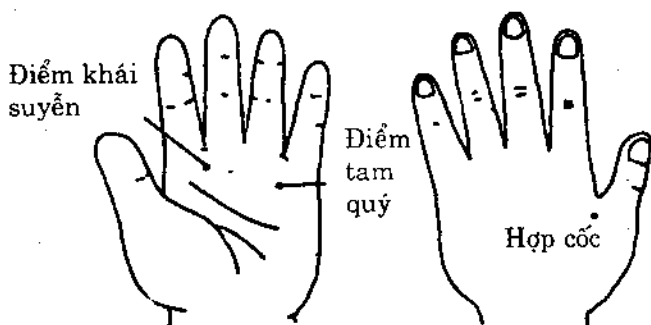
#### 4. Tê vai

Nguyên nhân làm tê vai có nhiều, như cổ tay, phần vai vận động quá mức hoặc tâm tư căng thẳng. Nếu khi tê vai không rõ nguyên nhân kéo dài, nên đi kiểm tra toàn bộ cơ thể.

Bộ vị loại trừ tê vai có hiệu quả nhất chính là huyết Hợp cốc nằm giữa gốc ngón trỏ và ngón cái (Hình 262). Chỉ cần kích thích huyết hợp cốc, nói chung tê vai lập tức tiêu tan, phải dùng *Cường kích thích* vận xoắn mạnh.

Nếu là tê vai mãn, lấy đầu hương để châm chữa thì có thể đạt được hiệu quả tốt nhất.

Huyết Hợp cốc có hiệu quả thần kỳ đối với chữa trị cứng đờ phần vai do vận động quá mức. Nếu là tê vai do bệnh nội tạng còn có thể kích thích vào huyết đạo khác. Như tê vai do thở dốc, tạng tim suy nhược dẫn đến, thì kích thích vào Khái sườn điểm nằm ở giữa ngón giữa và ngón trỏ. Nếu tê vai do bộ máy sinh dục khác thường thì kích thích vào Tâm quý điểm nằm giữa gốc ngón út và ngón vô danh. Thường dùng đầu hương để châm chữa, thực hiện *Cường kích thích*, không chỉ loại bỏ được tê vai mà còn làm cho tinh thần sảng khoái.



Hình 262

## 5. Hung muộn (Chứng phiền muộn)

Người bị bệnh này, trước khi ăn sáng 1-2 tiếng, thực quản thấy có cảm giác đau rất, mà khi nấc, còn thổ ra dịch vị.

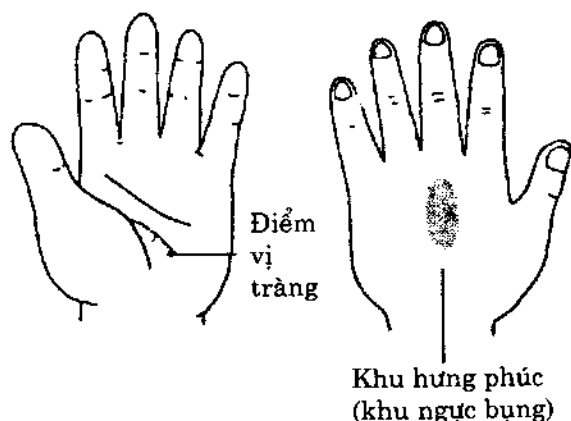
Nguyên nhân phần lớn là axít dạ dày tiết ra nhiều, do ăn nhiều đồ quá ngọt, uống rượu... kích thích niêm mạc dạ dày, tiết ra axít dạ dày càng nhiều, dẫn đến buồn bực khoang ngực.

Xoa bóp sức khỏe ở bàn tay ngăn chặn hung muộn, đó chính là kích thích vào vị tràng điểm nằm hơi lệch dưới chính giữa bàn tay và “Hưng phúc khu” giữa mu tay (Hình 263).

Vị tràng điểm là huyết vị quan hệ với cơ năng vị tràng. Dùng các vật nhọn như tăm, hoặc kẹp để

kích thích có thể ức chế cơ năng dạ dày, giảm axit mật tiết ra; mà “khu hưng phúc” thì có quan hệ với Tâm bao kinh, Đởm kinh, Tam tiêu kinh, dùng kích thích có thể lưu thông ba kinh lạc này phát huy công hiệu ngưỡng chế cơ năng dạ dày của nó.

Cần chú ý là nhất định phải tiến hành *Cường kích thích*, nếu ngược lại chỉ là xoa bóp nhẹ sẽ tăng thêm axit dạ dày tiết ra.



Hình 263

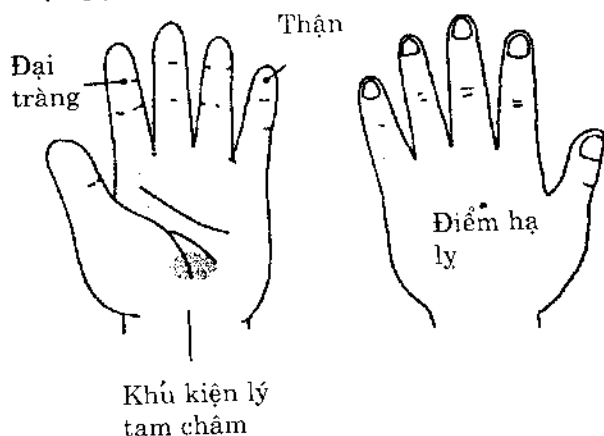
## 6. Tiêu chảy

Loại trừ tận gốc hoặc ngừng ngay tức khắc đi tiêu chảy, tốt nhất là xoa bóp sức khoẻ ở bàn tay, sẽ phát huy hiệu quả thần kỳ.

Đi tiêu chảy nói chung là do hấp thụ tiêu hoá

của dạ dày không tốt, hoặc thức ăn ôi thiu dẫn đến. Do vậy, phương pháp cần bản phòng chữa đi tiêu chảy là tăng cường sức hấp thụ tiêu hoá của dạ dày.

Cách có hiệu quả nhất là bấm vào “Hưng phúc khu” trên mu bàn tay, vì chính giữa có một huyết vị được gọi là “Hạ lý điểm” (Hình 264).



Hình 264

Điểm hạ lý này là điểm đặc hiệu, khi bạn thấy muốn đi ngoài, dùng tay bấm chặt huyết này ngay và xoa bóp liên tục, bảo đảm chế ngự được ngay. Nếu là đi tiêu chảy nghiêm trọng do say rượu dẫn đến thì dùng cách này cũng có hiệu quả.

Nơi này, còn có huyết vị có tác dụng trị liệu hiệu quả tương đồng là Đại tràng huyết nằm trên

tốt thứ nhất ngón trỏ và Thận huyết trên đốt thứ nhất ngón út (Hình 264).

Đại tràng huyết ở trên kinh lạc của tràng kinh, có quan hệ chặt chẽ với cơ năng đại tràng. Thận huyết nằm trên kinh lạc của Tiểu tràng kinh, có thể thúc đẩy tuần hoàn máu của tiểu tràng, hoạt bát cơ năng của nó. Cách kích thích là dùng ngón tay để kích thích, cũng có thể dùng đầu chân hương để châm chữa. “Kiện lý tam châm khu” nằm trong bàn tay, cũng rất có hiệu quả chữa trị đi chảy. Thường xuyên xoa bóp khu vực này có thể thúc đẩy nhu động của đại tràng, nâng cao sức hấp thụ.

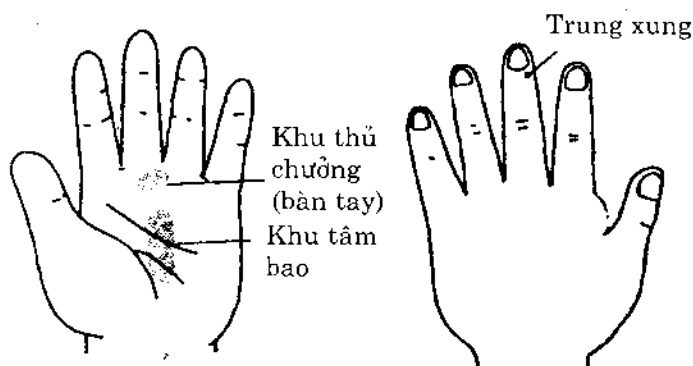
## 7. Mất ngủ

Nghề nghiệp đặc thù của những người làm việc đêm ngày ngủ hoặc môi trường ngày đêm hỗn độn, môi trường đi ngược lại tự nhiên đó thường dẫn đến mắc bệnh mất ngủ, phải dựa vào thuốc ngủ mới ngủ được

Qui luật hoạt động thần kinh của con người là ngày làm đêm nghỉ, ban ngày thần kinh giao cảm kéo theo các cơ quan nội tạng như vị - tràng hoạt động, đêm đến thì thần kinh phó giao cảm khống chế cơ thể, nhằm tích lũy nguồn năng lượng cho cơ thể.

Do vậy, mất ngủ thực tế là một loại bệnh do thần kinh giao cảm và phó giao cảm hỗn độn lẫn

nhau. Thân kinh suy nhược cũng là một nguyên nhân lớn làm mất ngủ. Cách chữa trị là, trên kinh lạc của Tâm bao kinh dọc dưới ngón giữa, trong đó bao gồm “Tâm bao khu” và “Thủ chưởng khu”, kích thích cả hai nơi này, dùng tay xoa bóp nhẹ nhàng huyết Trung xung nằm dưới móng ngón giữa cũng rất công hiệu. (Hình 265)

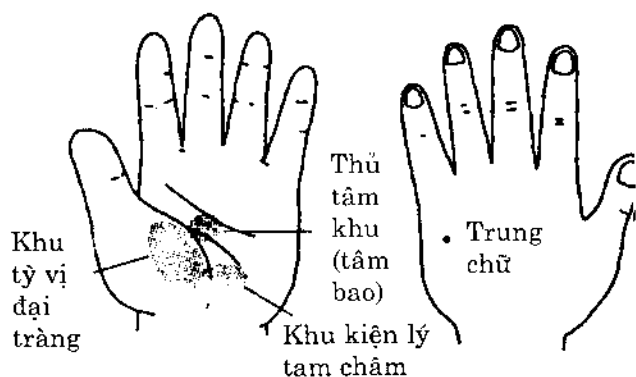


Hình 265

## 8. Thân thể mệt mỏi, uể oải

Khi đổ mồ hôi, toàn thân mệt mỏi, cách có hiệu quả nhất là dùng đầu chân hương châm cứu vào Trung chũ huyết trên mu bàn tay (Hình 266). Trước khi ngủ, kích thích từ từ 7-8 lần, thời gian giãn cách mỗi lần như nhau, mới có thể loại bỏ được hiện tượng đổ mồ hôi, làm cho bạn có giấc ngủ ngon.

Sự mệt mỏi, uể oải do tâm thân mệt dẫn đến cũng thường thấy. Tinh thần suy nhược của loại bệnh này một mặt phản ánh ở “tâm” một mặt phản ánh ở “thận”. Do vậy khi kích thích bàn tay phải mát xa nhiều lần thẳng vào dưới 3 khu đó là “Thủ tâm” trợ giúp cho hoà hoãn thần kinh, “vị - tý - đại tràng khu” hoạt bát cơ năng nội tạng và “kiện lý tam châm khu” (Hình 266).



Hình 266

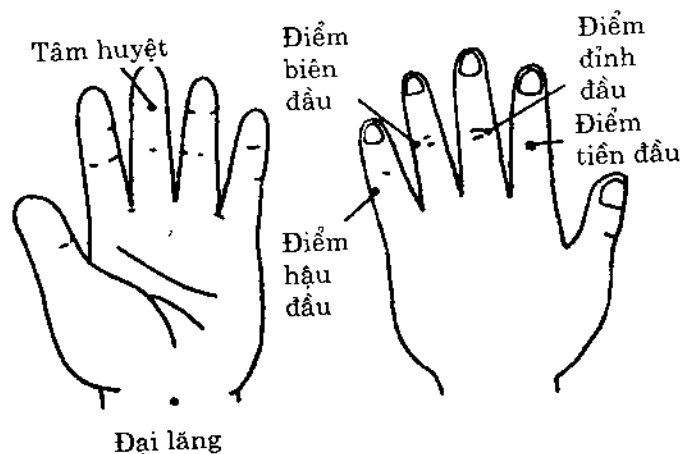
## 9. Đau đầu

Bộ vị để chữa trị là “Tâm huyết” nằm trên đốt thứ hai ngón giữa và “Đại lã huyết” ở giữa lần chỉ cổ tay trong tay, hai huyết đạo này đều nằm trên Tâm bao kinh. Do đau đầu và cơ giật huyết quản có quan hệ trực tiếp với nhau, nên khi cơ năng tạng tim chi phối huyết quản khác thường thì sẽ biểu hiện ra ngay. Do vậy kích thích huyết



đạo trên Tâm bao kinh có quan hệ mật thiết với tạng tim, không những phục hồi cơ năng tạng tim mà có thể ức chế đau đầu.

Tâm huyết và Đại lãg huyết rất có hiệu quả với các loại đau đầu, khi kích thích có thể dùng kim, tăm hoặc kẹp (Hình 267). Cách kích thích là dùng các vật nhọn nói trên tiến hành kích thích, sau khi kích thích nhiều lần thì ức chế được đau đầu, phục hồi đầu não sáng suốt.



Hình 267

Khi đau toàn đầu thì kích thích Tiên đầu điểm; đau giữa đầu thì kích thích đỉnh đầu điểm; đau đầu sau thì kích thích Hậu đầu điểm; đau hai bên đầu thì kích thích Biên đầu điểm; nếu đau đầu do

ăn uống quá độ hoặc say rượu thì kích thích Tiền đầu điểm (Hình 267). Chỉ cần dựa vào phương pháp nói trên và kích thích vào huyết đạo nói trên thì có thể loại bỏ được đau đầu. Nếu không có hiệu quả có thể là não bộ có tổn thương khác. Lúc này nên đi viện để kiểm tra.

## 10. Lo nghĩ bất an

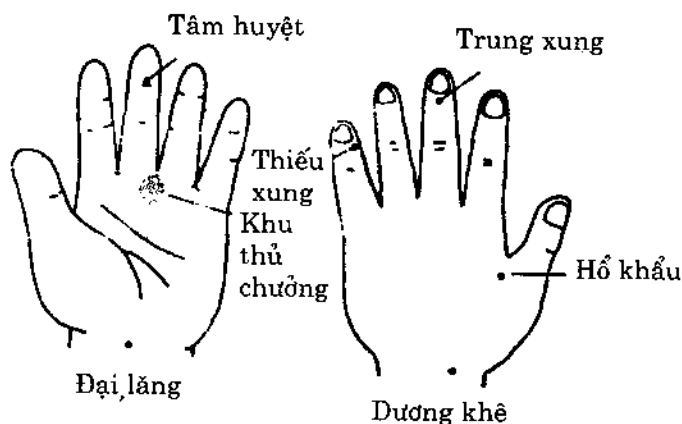
Lo nghĩ bất an là trạng thái căng thẳng thần kinh do nhu cầu không được đáp ứng tạo thành. Lâu dài không những làm cho thần kinh suy sụp còn có thể dẫn đến các bệnh như cao huyết áp, loét dạ dày, bệnh tạng tim... Do vậy để tránh lo nghĩ quá mức, luôn luôn duy trì tâm trạng khoan khoái vui vẻ.

Nơi trị liệu hiệu quả nhất đó chính là Trung xung huyết nằm dưới móng ngón giữa và Thiếu xung huyết nằm dưới móng ngón út, hai huyết này nằm ở Tâm bao kinh, Tâm kinh, chúng là hai kinh lạc khống chế cơ năng tạng tim. Do đó, chỉ cần thường xuyên kích thích vào hai huyết này, tự nhiên loại bỏ được phiền muộn, lo nghĩ, phục hồi sức khỏe.

Cách kích thích là dùng ngón tay liên tục ấn vào hai bên huyết vị. Nếu hai tay trái phải đều cảm thấy đau thì phải kích thích tay nào đau hơn trước.

Muốn loại bỏ bất ổn, ngoài kích thích huyết

Trung xung và Thiếu xung ra, còn có thể kích thích vào “Thủ chưởng khu”, Tâm huyết, Đại lũng huyết, Hổ khẩu huyết, hoặc Dương khô huyết (Hình 268). Hổ khẩu huyết là huyết đặc hiệu chữa trị bệnh đau đầu, do vậy khi kích thích vào các huyết khác, đồng thời có thể kích thích vào các huyết này.



Hình 268

## 11. Huyết áp thấp

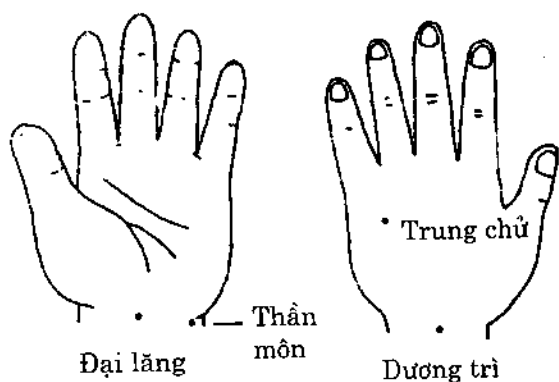
Người huyết áp thấp, nói chung, huyết quản đều có nhược điểm quá yếu. Do vậy rất khó co lại như cũ, máu lưu thông cũng rất chậm, nên máu rất khó thấm đến các mao mạch dẫn đến triệu chứng lạnh chân tay.

Ngoài lạnh chân tay ra, còn gây ra ảnh hưởng

đến các cơ quan nội tạng và não bộ. Chức năng của tâm não là vận chuyển máu có ôxy đến các nội tạng dạ dày, ruột, thận... Do vậy, cảm giác mệt mỏi do huyết áp thấp dẫn đến là biểu hiện điển hình.

Tình trạng não bộ cũng vậy, người bị huyết áp thấp, khi đứng dậy đột ngột có cảm giác hoa mắt, đó là triệu chứng của não bộ thiếu ôxy.

Từ những vấn đề trên mà nhìn, có thể thấy người huyết áp thấp, việc khẩn cấp trước mắt là thúc đẩy tuần hoàn máu, mà chịu trách nhiệm quan trọng nhất của tuần hoàn máu là tạng tim. Do đó, khi kích thích bàn tay, nên lấy ba huyết dưới đây làm trung tâm. Tức huyết vị của Tâm kinh, Tâm bao kinh có quan hệ chặt chẽ với tạng tim, và Tam tiêu kinh liên kết với Tâm bao kinh.



Hình 269

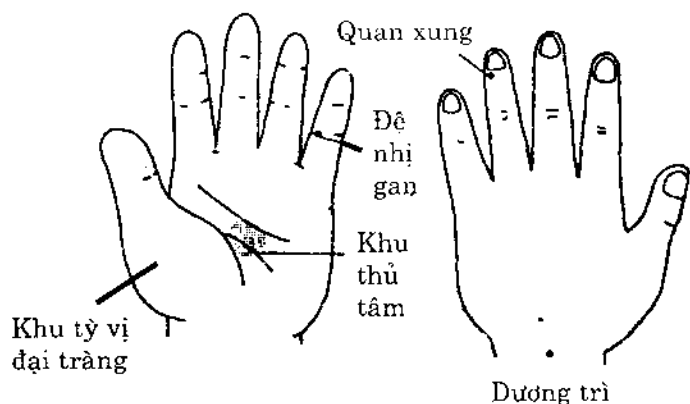
Nói cụ thể chính là huyết Thần môn, Đại lãng môn trên cổ tay trong, Dương trì huyết trên cổ tay của mu bàn tay và Trung chủ huyết nằm dưới chỗ giao nhau lưng ngón út và ngón vô danh (Hình 269).

## 12. Phát rét (Ốn lạnh)

Theo tư liệu thống kê thấy có 54% phụ nữ có hiện tượng phát lạnh ở lưng và tay, nhất là thời gian chuyển mùa từ thu sang đông. Tỷ lệ chứng bệnh này như vậy là rất lớn. Trên cổ tay phần mu, theo thẳng ngón vô danh xuống, có một huyết, gọi là huyết Dương trì, là huyết vị quan trọng chi phối tuần hoàn máu toàn cơ thể và tiết hoóc-môn. Do vậy chỉ cần kích thích huyết này có thể nhanh chóng lưu thông tuần hoàn máu, cân bằng hoóc-môn tiết ra, làm dịu cơ thể, tiến tới loại trừ chứng phát rét.

Kích thích huyết Dương trì, tốt nhất là “*hoãn kích thích*” thời gian dài và dần dần, bất kể ở đâu, lúc nào cũng đều tự tiến hành được, lấy ngón giữa tay nọ bấm vào huyết Dương trì của tay kia. Cứ như vậy làm cho sức mạnh từ ngón giữa truyền đến trong Dương trì huyết.

Ngoài cách ấn huyết Dương trì ra, loại bỏ chứng phát rét, còn có Quan xung huyết và Mệnh môn huyết cùng với “*Tâm thủ*”, phối hợp kích thích đồng thời cùng tăng thêm hiệu quả (Hình 270).



Hình 270

### 13. Thanh xuân đậu (mụn trứng cá)

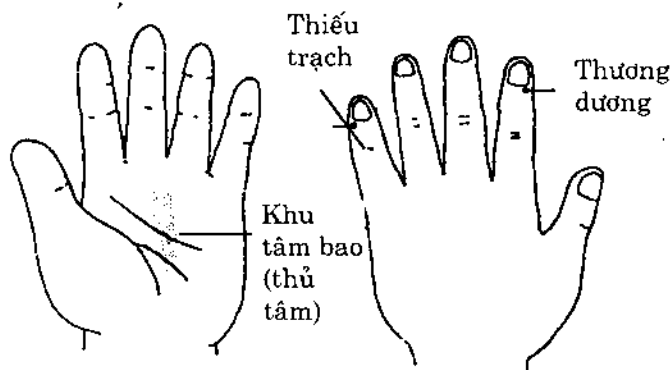
Trứng cá là vật thừa nổi trên da, nguyên nhân chủ yếu là ở tập quán ăn uống không tốt, còn tạo ra sự phiền mụn và bí đại, tiểu tiện. Do vậy muốn loại bỏ trứng cá phải kích thích cơ quan tiêu hoá như phần ruột, làm cho chất khí thải trong cơ thể ra hết ngoài. Cách kích thích có hiệu quả nhất là dùng kẹp kích thích huyết Hợp cốc. Hàng ngày dùng các vật nhọn kích thích huyết này ức chế sản sinh khí thải trong người, đạt được mục đích trị liệu mụn trứng cá, đồng thời ngăn ngừa được bí đại, tiểu tiện.

Ngoài ra, kích thích huyết Thần môn, Đê nhị gan hoặc Vị - tý - đại tràng khu cũng có hiệu quả tương tự (Hình 270).

## 14. Mắt bị mệt mỏi

Nhắc đến mắt bị mệt mỏi, đầu tiên người ta liên tưởng đến đã sử dụng mắt quá mức. Nhưng sử dụng mắt quá mức, chỉ cần ngủ một lúc là lập tức trở lại bình thường. Nhưng có người không dùng mắt quá mức, lại thường cảm thấy mắt đau cộm, thậm chí có cảm giác bị đè nén.

Có bốn kinh lạc quán xuyên mắt là Đại tràng kinh, Tiểu tràng kinh, Vị kinh và Tâm bao kinh. Do vậy có thể thấy mắt rất dễ bị ảnh hưởng của vị - tràng hoặc thần kinh. Do đó, những triệu chứng trên có khả năng là nội tạng dị thường do mệt mỏi thần kinh dẫn đến. Mắt mệt mỏi do thần kinh suy nhược dẫn đến, rõ ràng có quan hệ với kinh lạc, cách chữa trị nó đương nhiên không thể tách rời kinh lạc.



Hình 271

Dùng phương pháp *Cường kích thích* lấy đầu ngón kẹp kích thích vào “Tâm bao khu” trong lòng bàn tay, Thương dương huyết khởi điểm của Đại tràng kinh nằm dưới móng ngón trỏ và Thiếu trạch huyết khởi điểm của Tiểu tràng kinh nằm dưới móng ngón út sẽ thúc đẩy nhu động của vị tràng. (Hình 271)

## 15. Đau răng

Dựa vào chỗ đau khác nhau mà chia răng đau thành mấy loại.

Đầu tiên là nói đến sâu răng phổ biến, còn gọi là viêm tuỷ răng là trạng thái viêm thần kinh do men răng bị vi khuẩn xâm thực dẫn đến. Khi viêm tuỷ răng phát tác, cách chữa tốt nhất là kích thích Thận huyết nằm trên đốt thứ nhất ngón út mặt trong tay (Hình 272). Dùng tăm kích thích vào Thận huyết có thể làm giảm cảm giác đau.

Thứ nữa là đau niêm mạc răng. Nếu là đau niêm mạc răng, cách hiệu quả nhất là kích thích vào huyết Hợp cốc. Ngoài ra, kích thích vào “Xỉ thống điểm” cũng rất có hiệu quả, Xỉ thống điểm nằm ở giao nhau giữa ngón vô danh và ngón giữa, tức chính trên đường Tình Cầm.

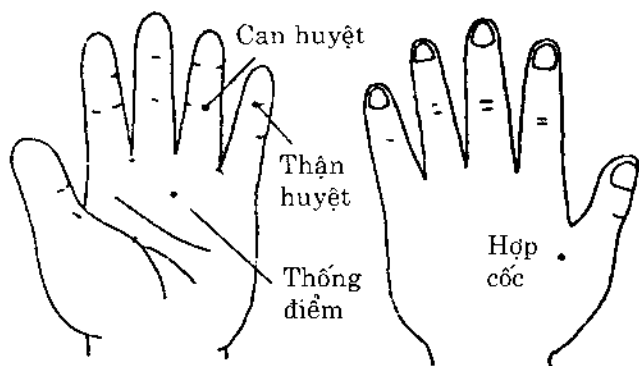
Kích thích hai huyết nói trên rất có hiệu quả chữa trị viêm tuỷ răng.

Còn một điểm đau nữa, đó là đau mặt răng. Khi động đến, răng khó cắn kín gió lạnh, nháy



mắt cũng cảm thấy đau. Nhưng dùng cách xoa bóp bàn tay rất có hiệu quả trị liệu, tức là *Cường kích thích* Can huyết nằm ở đốt thứ hai ngón vô danh trong mặt tay.

Trung y học coi mắt cân bằng tạng thận là một trong những nguyên nhân đau răng. Do vậy, kích thích Thận huyết liên quan chặt chẽ với tạng thận cũng có hiệu quả lớn. Người bị chảy mủ cũng có thể kích thích thận huyết để trị liệu.

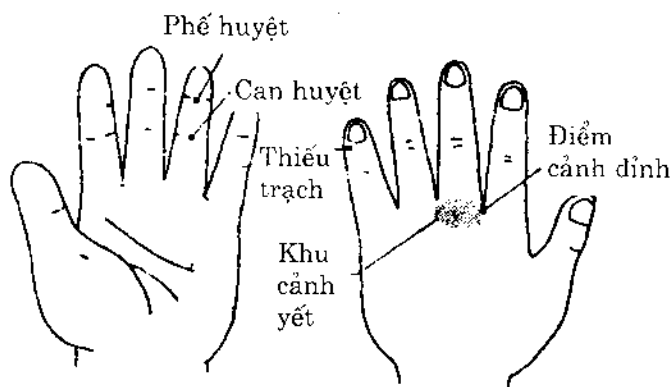


Hình 272

## 16. Lạc chẩm (Vẹo cổ)

Khi ngủ trong tư thế không tự nhiên, dẫn đến vẹo cổ, có lúc cũng có thể do gió lạnh quá kích thích tạo nên. Nếu để lâu dài, cơ thịt sẽ trở lên cứng đờ, không thể hoạt động như cũ. Do vậy, khi gặp trường hợp này nên sớm chữa trị.

Cách có hiệu quả nhất là kích thích Thiếu trạch huyết nằm dưới móng ngón út và Cảnh đỉnh nằm trong “khu cảnh - yết” dưới gốc ngón giữa phần mu bàn tay (Hình 273). Vì Tiểu tràng kinh vận hành từ cổ đến vai, cho nên kích thích Thiếu trạch huyết có thể làm dịu cơ thịt phần cổ bị căng ra khác thường. Ngoài ra, khu cảnh - yết cũng có hiệu quả chữa trị với các loại đau tê phần cổ.



Hình 273

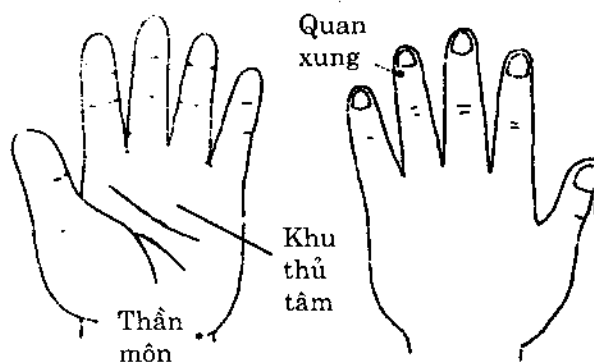
Cách kích thích tốt nhất là dùng các vật như kẹp, tăm, đầu hương... tiến hành *Cường kích thích*, nếu là khu cảnh - yết có thể dùng băng dán các hạt gạo để kích thích. Khi triệu chứng còn nhẹ có thể kích thích Phế huyết và Can huyết trên Tam tiêu kinh, chỉ cần dùng các vật nhọn như

kẹp để kích thích hoặc đầu châm hương để châm 3-7 lần, đau tê phần cổ có thể bị tiêu trừ.

Kích thích khu cảnh yết còn có thể phòng tránh viêm hầu họng, khi bạn gặp tình huống này, phải kích thích ngay để phòng chống bệnh tật lan phát.

## 17. Say xe

Cách phòng chống say xe là không ngừng kích thích Thần môn huyết nằm trên cổ tay mé ngón út, Quan xung huyết dưới móng ngón vô danh và Thủ tâm giữa bàn tay (Hình 274).



Hình 274

Say xe là do ba cơ quan lớn vị tràng - tai trong và tạng tim đồng thời cũng có những thay đổi dẫn đến. Cũng chính là phần dạ dày có cảm giác buồn

nôn, thần kinh tiền đình của tai trong mất cân bằng và thần kinh quá mẫn cảm với di tàu xe.

Do vậy để tránh các hiện tượng trên phải kích thích đầy đủ các huyết vị tương quan với ba cơ quan nói trên tức là Thần môn, huyết tiêu biểu của Tâm kinh; Quan xung huyết của tam tiêu kinh, tai trong và Thủ tâm trên Tâm bao kinh.

Cách kích thích là *Hoãn kích thích*. Dùng băng dán hai tay, trong để vài hạt gạo, khi trên xe thì kích thích từ từ Thần môn và Quan xung huyết để phòng say xe.

## 18. Tóc trắng

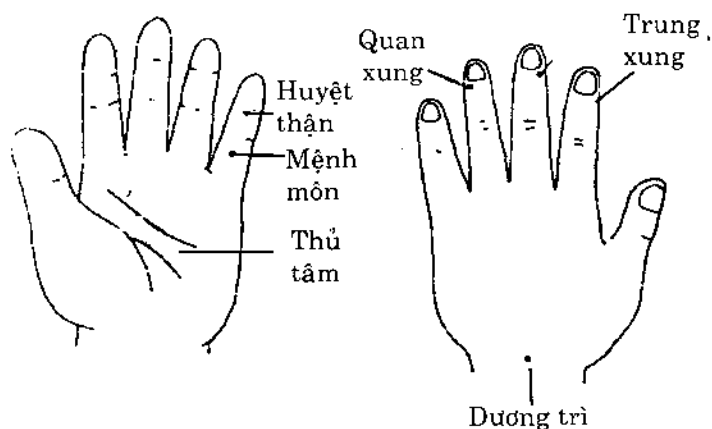
Người có tuổi, tóc bạc dần dần, lẫn lộn đan xen với tóc đen rồi bạc trắng là sự tự nhiên.

Nguyên nhân chủ yếu của tóc bạc là thận suy thoái. Lúc trẻ, cơ năng thận khoẻ tóc đen mượt lại đàn hồi; khi già, cơ năng thận yếu, tóc bạc tự nhiên cùng mọc, lại có hiện tượng rụng tóc. Do vậy để tránh tóc bạc xuất hiện, phục hồi sức sống của tóc đen, đầu tiên phải làm hoạt bát chức năng thận. Trên bàn tay có quan hệ mật thiết với thận là Thận huyết nằm ở đốt thứ nhất ngón út, hai huyết đạo này lần lượt biểu thị thận trái - phải có quan hệ chặt chẽ với tóc. Kiên trì không ngừng kích thích hai huyết này tự có thể nâng cao chức năng thận, phục hồi sức sống của tóc (Hình 275).

Ngoài ra kích thích Thủ tâm nằm giữa bàn

tay, Trung xung huyết nằm dưới móng ngón giữa, Quan xung huyết nằm dưới móng ngón vô danh và Dương trì huyết nằm giữa cổ tay trên bàn tay mu cũng rất hiệu quả phòng chống tóc bạc (Hình 275). Phối hợp kích thích Thận huyết, Mệnh môn huyết càng nâng cao được hiệu quả. Nhưng phải chú ý cách kích thích, nếu quá mạnh sẽ thúc đẩy tóc bạc nhanh hơn.

Do vậy phương pháp cụ thể là bấm nhẹ nhàng mỗi ngày làm khoảng 50 phút là được, lâu dần sẽ làm tóc đen mượt, tóc bạc biến mất.



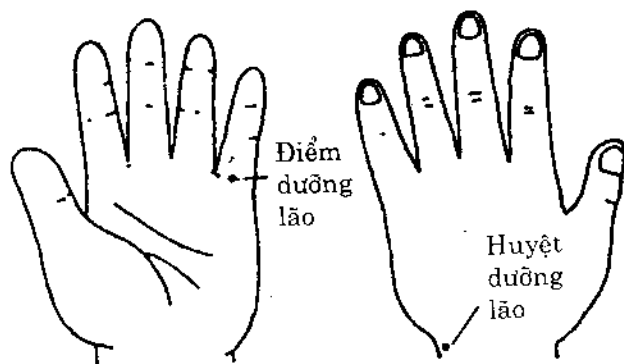
Hình 275

## 19. Lão thị (mắt kém)

Người cao tuổi thường bắt đầu lão hóa từ chân và mắt. Trong các bệnh của người già, phòng tránh mắt suy yếu là vấn đề quan trọng đầu tiên.

ý thực chỉ cần làm các kích thích thích hợp không những có thể phòng chống lão thị, đồng thời cũng có thể làm chậm đục thủy tinh thể tuổi già (sau tuổi 50).

Cách cụ thể là kích thích Dưỡng lão huyết nằm trên cổ tay phía ngón út phần mu. Dưỡng lão huyết này rất có hiệu quả với mắt bị lão hoá và mắt mỏi mệt do tuổi tác dẫn đến. Dưỡng lão huyết cũng rất có hiệu quả với triệu chứng do mắt xung huyết, mắt mỏi mệt nói chung. Nhưng đặc điểm của Dưỡng lão huyết lại là người tuổi càng cao, hiệu quả chữa trị càng lớn. (Hình 276)



Hình 276

Cùng với Dưỡng lão huyết còn có Dưỡng lão điểm có hiệu quả như nhau, nằm ở mé gốc ngón út, với người dưới 40 tuổi rất hiệu quả, tác dụng của

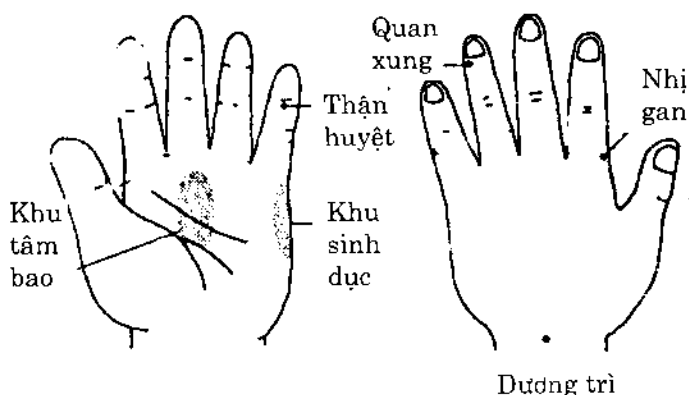
nó tương đồng với Dưỡng lão huyết. Kích thích Dưỡng lão huyết, Dưỡng lão điểm, có thể làm ở nhà, sớm tối mỗi ngày, mỗi lần khoảng 10-20 lần, dài nhất là 3 tháng cảm giác đau của huyết vị sẽ mất đi, bệnh mắt cũng dần dần mất đi. Nếu ở chỗ bấm, dùng thêm kẹp, đầu chân hương để châm, hoặc cây ngải hơ đốt, hiệu quả càng tốt (Hình 276).

Kích thích Dưỡng lão huyết và Dưỡng lão điểm có thể phục hồi hai mắt rõ ràng.

## **20. Trở ngại của canh niên kỳ (kinh nguyệt)**

Khi phụ nữ trung niên gặp phải trở ngại của canh niên kỳ thường phải chịu đủ loại triệu chứng đau đớn.

Sự trở ngại của canh niên kỳ là do thần kinh thực vật và hoóc môn cơ thể dẫn đến. Do vậy kích thích huyết vị có liên quan tới hoóc môn tiết ra; huyết đạo liên quan với chức năng bộ máy sinh dục và ổn định huyết đạo của thần kinh là quan trọng nhất. Muốn giảm nhẹ triệu chứng trở ngại của canh niên kỳ thì phải kích thích Thận huyết trên Gò ngón út, phối hợp đồng thời xoa bóp “sinh dục khu” nằm ở mặt mé tay ngón út, phối hợp đồng thời “Tâm bao khu” ở giữa bàn tay. Nếu kích thích các huyết Quan xung, Nhị gian, Dương trì trên mu tay cũng có thể giảm nhẹ được triệu chứng (Hình 277).



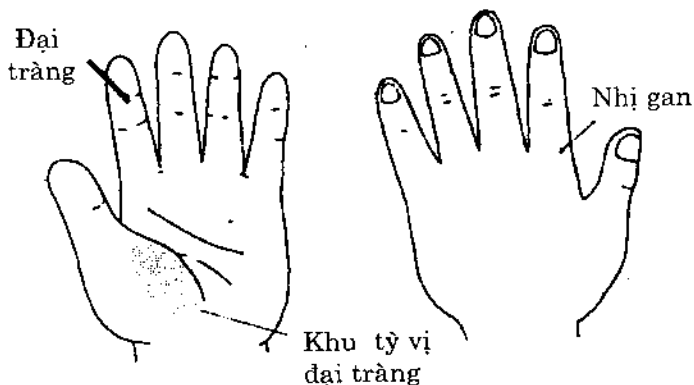
Hình 277

## 21. Chương bụng

Chương bụng còn gọi là “tiêu hoá không tốt”. Cách có hiệu quả là kích thích ba khu Tỳ - vị - đại tràng khu Nhị gan và Đại tràng (Hình 278).

Huyết Đại tràng nằm trên đốt thứ nhất ngón trở mặt trong tay; huyết Nhị gan nằm ở gốc ngón trở phần mu, hai huyết này đều ở trên kinh đại tràng. Tỳ - vị - đại tràng khu như tên gọi của nó, có quan hệ mật thiết với vị - tràng. Khi kích thích không được quá mạnh, dùng lưng bán nguyệt của cái kẹp để kích thích thì có thể tiêu trừ được chương bụng.





Hình 278

## 22. Bệnh mề đay

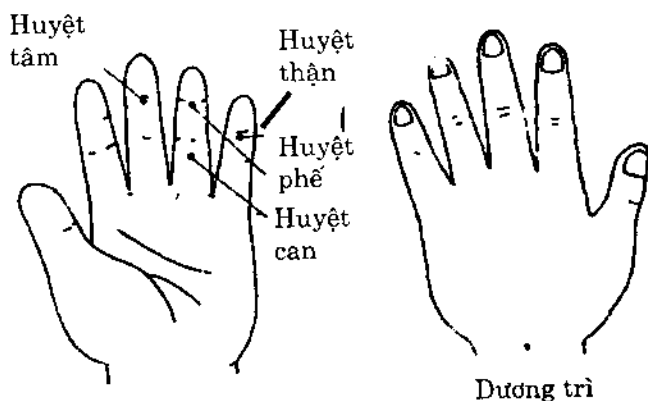
Nguyên nhân trực tiếp của bệnh mề đay vẫn chưa tìm ra nhưng lại làm cho người bị bệnh thể trạng giảm nhanh, thần kinh suy nhược. Khi chúng ta ăn thức ăn, qua sự hấp thụ tiến hoá của vị - tràng lại chuyển đến tạng gan. Tạng gan có tác dụng giải độc, có thể phân giải các chất không tốt. Các chất sau khi phân giải lại chuyển đến tạng thận, các chất thải cuối cùng lại hình thành nước tiểu và phân bài tiết ra ngoài cơ thể.

Nhưng vì nhân tố nào đó chưa rõ làm cho chức năng gan thận suy yếu, trong quá trình liên tiếp không phát huy được tác dụng giải độc, bài tiết dịch và cặn bã bỏ đi ra ngoài cơ thể được. Tuyến

mồ hôi cũng không có tác dụng, loại bệnh này gọi là mẩn mề đay.

Chữa trị mẩn mề đay có hiệu quả nhất là kích thích Can huyết, Thận huyết, Phế huyết có liên quan mật thiết với chức năng gan thận và Tâm huyết, Dương trì liên kết với thần kinh điều hòa cơ năng (Hình 279).

Chữa trị mẩn mề đay, đầu tiên phải thúc đẩy sự bài tiết. Do vậy, khi *Cường kích thích* huyết vị liên quan tới gan, thận ít nhiều có máu ngấm ra.



Hình 279

### 23. Bệnh trĩ

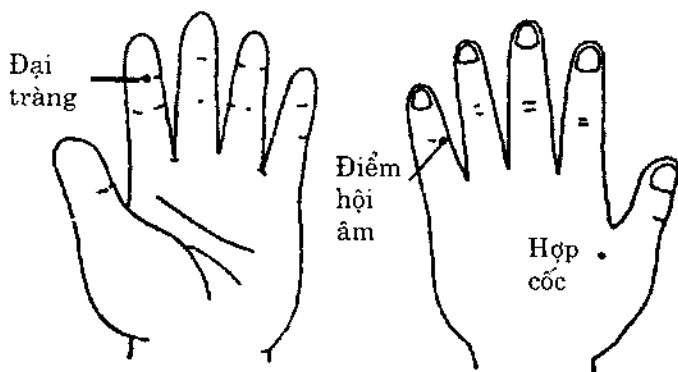
Tục ngữ nói: “Thập nam cửu trĩ” (10 người có đến 9 người mắc bệnh trĩ) có thể thấy người mắc bệnh trĩ rất nhiều. Nguyên nhân là do thói quen

ăn uống, sinh hoạt, nhưng nguyên nhân chính đến nay vẫn chưa tìm ra.

Cách trị liệu có hiệu quả là kích thích Hội âm điểm, điểm nằm trên đốt thứ hai ngón út phần mu. Huyết đạo này có hiệu quả rất lớn với bệnh trĩ. Cách kích thích thì dùng đầu hương để châm chữa.

Trĩ phổ thông thì dùng đầu hương châm cứu 7-10 lần thì có thể khỏi, nếu cơ vòng hậu môn thắt chặt, tạo thành tĩnh mạch xuất huyết thì tăng thêm 20-30 lần. Cứ kích thích Hội âm điểm nhiều lần như vậy có thể nhanh chóng cường chế hậu môn xuất huyết.

Ngoài Hội âm điểm ra, kích thích huyết Hợp cốc, huyết Đại tràng nằm trên đốt thứ nhất ngón trở mặt trong cũng có thể chữa trị bệnh trĩ (Hình 280).



Hình 280

## 24. Đau tê khớp

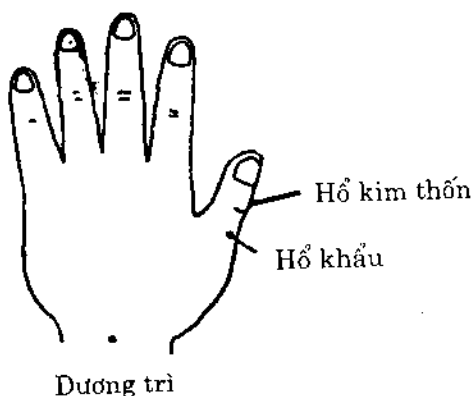
Buổi sớm khi thức dậy, bỗng thấy khớp chân tay tê mõi, không thể hoạt động tự do. Khi giao mùa, thời tiết thay đổi, thân thể sẽ có đau tê mẩn cảm, đó chính là triệu chứng thời kỳ đầu của bệnh tê mõi khớp.

Tê mõi khớp, đầu tiên bắt đầu từ khớp nhỏ như ngón tay, lâu dần mới lan phát đến khớp lớn, tiếp theo cảm thấy khớp cứng đờ, chân tay như không phải của mình. Triệu chứng mẩn tính này rất khó chữa trị tận gốc.

Người bị tê mõi khớp, phần lớn là những người trung niên trở lên. Đặc trưng chung là máu toàn thân không thông thuận, hoóc môn tiết ra mất cân bằng. Do vậy, luôn luôn dẫn đến cơ quan tuần hoàn như tim - gan - thận bị trở ngại.

Muốn phòng tránh bệnh tê thấp, tiến tới chữa khỏi, phải làm thông huyết mạch trước tiên, làm cho hoóc-môn phục hồi cân bằng. Do đó có thể kích thích các huyết trung tâm trên 5 đầu ngón tay. Xoa bóp cẩn thận đầu ngón tay có thể lưu thông tuần hoàn máu các nội tạng hữu quan thuận lợi chảy đến các khớp và thấm sâu vào đầu mút.

Ngoài ra, kích thích Hổ khẩu, Dương trì huyết trên mu tay cũng có thể hạn chế tê mõi khớp (Hình 281). Chỉ cần hàng ngày kiên trì kích thích hai huyết đạo này, tê mõi sẽ dần dần giảm nhẹ, làm cho tinh thần của bạn phấn chấn.



Hình 281

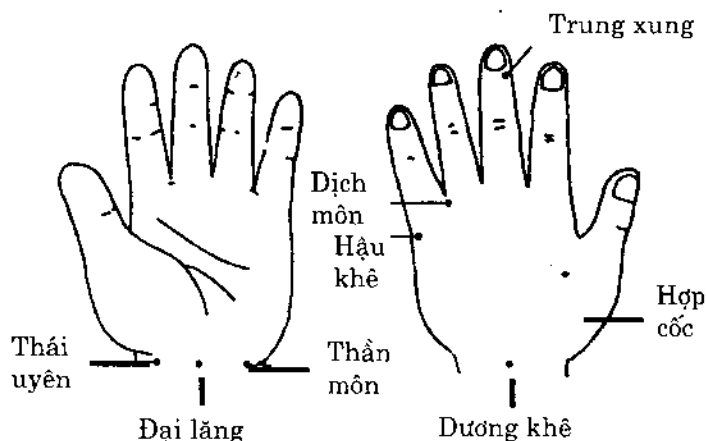
## 25. Viêm khớp vai

Chính là co cứng khớp, phần nhiều là triệu chứng mà những người sau 50 tuổi thường mắc phải. Dương nhiên người trẻ 20-30 tuổi cũng có thể mắc bệnh.

Huyệt đạo có hiệu quả chữa trị bệnh này, có tám huyệt. Tại sao lại cần nhiều huyệt đạo đến như vậy? Điều đó liên quan đến “Chẩn đoán kinh lạc”. Để có thể biết chính xác bộ vị khác thường của vai, sớm chữa khỏi, tất phải ứng dụng nhiều điểm, huyệt như vậy. Huyệt Thái nguyên nằm trên phế kinh mé cổ tay mặt trong; huyệt Hợp cốc nằm ở mé mu tay; huyệt Dương khê nằm trên Đại tràng kinh của mu tay; huyệt Thần môn nằm trên Tâm kinh mé cổ tay mặt trong; huyệt Dịch

môn nằm trên Tam tiêu kinh chỗ giao nhau ngón út và ngón vô danh phần mu; Đại lăng huyết nằm trên cổ tay mặt trong; Trung xung huyết nằm trên Tâm bao kinh dưới móng ngón giữa; Hậu khê huyết nằm trên Tiểu tràng kinh của đầu cuối ngón út phần mu tay. Nếu phần vai không thể giơ cao, khó xoay tròn, hãy giơ bàn tay ra, kích thích các huyết đạo nói trên (Hình 282).

Huyết đạo của các điểm chữa trị nguyên là không thể cảm thấy đau, nếu dùng đầu hương châm chữa hoặc dùng tăm kích thích, có cảm giác đau thì có thể bắt đầu trị liệu, day bấm cho đến khi hết đau là khỏi.



Hình 282

## 26. Đau lưng

Đau lưng nói chung thuộc chứng đau thần kinh toạ, bất kể nắn bóp, đắp như thế nào, đau vẫn như cũ, không hề giảm, có thể gọi là chứng bệnh khó trị.

Trung y có thể điều chỉnh nguồn năng lượng lưu động trong cơ thể cân bằng, nâng cao khả năng tự khôi của bản thân cơ thể, trị tận gốc từ bên trong.

Có thể thấy, thông huyết trị liệu đau lưng có cái độc đáo của nó, chỉ dùng kích thích bằng tay đơn giản, ai cũng có thể tự làm.

Nơi trung tâm để chữa trị đau lưng là ở “túc thoái - yếu - thoái khu” (khu đốt sống - lưng - đùi)



Điểm thoái  
yếu (lưng yếu)



Khu túc thoái  
(chân yếu)

Hình 283

trên mu bàn tay. Khu này có hai huyết đạo nằm ngang, gọi là “chung yếu thoái điểm”. Yếu thoái điểm thứ nhất nằm ở mé dưới ngón trở phần mu bàn tay rất có hiệu quả trị đau lưng nói chung như đau thần kinh tọa. Yếu thoái điểm khác nằm ở mé ngón vô danh có đặc hiệu trị đau lưng thương trọ (Hình 283).

Cách kích thích tốt nhất là nhẹ nhàng chậm chạp. Nếu dùng tay để bấm, sau 1 lúc bấm sau nhẹ nhàng thì nghỉ một lúc, lại tiếp tục tiến hành. Thời gian giãn cách giữa hai lần bấm không thể quá ngắn.

Sau đây giới thiệu huyết đạo trị đau thần kinh tọa. Có hiệu quả nhất là kích thích Tọa cốt điểm (điểm thần kinh tọa), nó nằm ở gần chỗ giao nhau giữa ngón út và ngón vô danh phần mu bàn tay (yếu thoái điểm). Người đau thần kinh tọa có thể dùng tăm hoặc kẹp để kích thích thêm.

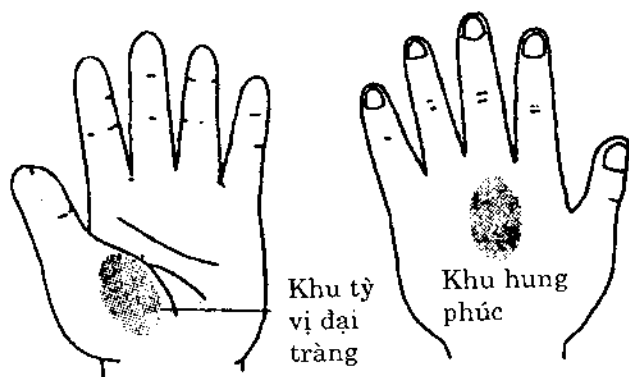
Ở phía dưới bàn tay, gần cổ tay có một “túc thoái khu” (khu chân yếu) chuyên trị đau lưng. Kích thích huyết vị nói trên sẽ thu được hiệu quả mỹ mãn. Cả đau lưng cấp tính, đau lưng mãn tính.

## **27. Béo phì**

Bệnh béo phì không chỉ đè nén các cơ quan nội tạng, sinh ra nhiều bệnh, mà còn tăng thêm phần gánh nặng cho phần lưng và đầu gối, làm cho thể lực suy yếu.



Do vậy, người vượt quá thể trọng tiêu chuẩn, cần phải giảm béo. Cách hiệu quả nhất là kích thích “Vị - tỳ - đại tràng khu” nằm chính giữa phía dưới ngón trở phần trong lòng bàn tay (Hình 284). Cách kích thích phải dùng phương pháp *Cường kích thích*, dùng sức vắn, hoặc vật nhọn như tăm kích thích đến khi thấy đau thì dừng. Kích thích như vậy có thể làm dịu nhu động của vị - tràng, đạt được hiệu quả tự nhiên làm giảm sự thèm ăn.



Hình 284

Kích thích giảm béo còn có một khu vực khác, tức là “Hưng phúc khu” nằm giữa mu tay. *Cường kích thích* nơi này có thể khống chế hoóc-môn tiết ra, cải thiện thể chất quá béo.

Kích thích Tỳ - vị - đại tràng khu và Hưng phúc khu đều có thể phát huy hiệu quả giảm béo.

Nhưng nếu kích thích quá mức lại sẽ tạo thành dinh dưỡng không tốt sẽ làm giảm so với thể trọng tiêu chuẩn.

Lấy chiều cao 100 x 0,9 được bao nhiêu thì trừ tiếp đi 2-3 kg nữa là thể trọng tiêu chuẩn khi tiến hành xoa bóp bàn tay để tự mình điều tiết cho phù hợp.

## 28. Chứng tích mủ

Đối với sức khỏe, ảnh hưởng của bệnh béo phì đối với bệnh tật khác chiếm phần lớn. Ví dụ như chứng tích mủ là một dẫn chứng rõ nhất.

Người mắc chứng tích mủ thường là người quá béo. Người béo thích ăn và ăn nhiều nên chức năng hấp thụ tiêu hoá phải tiến hành liên tục không dừng, nội tạng phải chịu một gánh quá nặng.

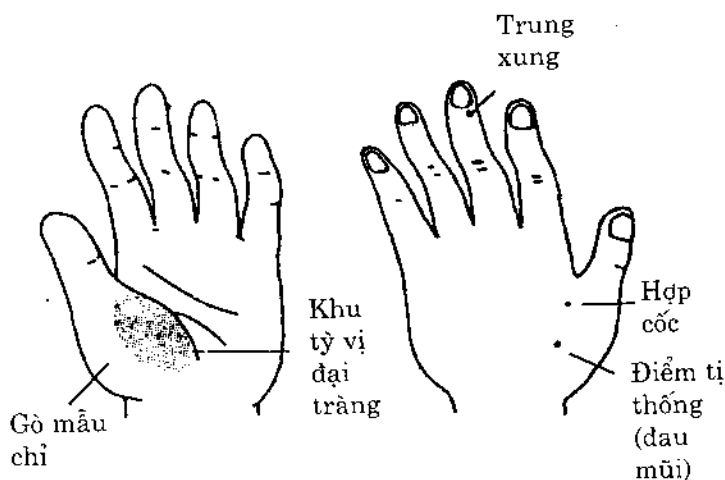
Chứng tích mủ là do niêm mạc khoang mũi ở phần trong xoang mũi, thường sinh ra rất nhiều nước mũi. Nguồn gốc từ sự mất cân bằng tạng tụy.

Bệnh béo phì có quan hệ chặt chẽ với chứng tích mủ, nhưng ít người chú ý.

Chữa trị chứng tích mủ, trọng điểm là ở tạng tụy - vị - tràng. Do chức năng hấp thụ tiêu hoá quá nhanh nhạy, sự thèm ăn tăng mạnh, làm thể trọng tăng nhanh. Do vậy khi chữa trị cần phải dùng phương pháp *Cường kích thích* "vị - tỳ - đại tràng khu" trên Gò mẫu chỉ phía dưới lòng bàn

tay (Hình 285). Cũng có thể dùng các vật nhọn khác để kích thích, như bó mười mấy cái tăm thành bó... hàng ngày kích thích nhiều lần, tự nhiên sẽ giảm sự thèm ăn, giảm nhẹ gánh nặng không cần thiết cho nội tạng.

Tiếp theo là kích thích huyết đạo liên quan tới xoang mũi, như huyết Hợp cốc, Trung xung, Ty thống điểm... (Hình 285). Cách kích thích giống như ty - vị - đại tràng khu, tức là dùng phương pháp *Cường kích thích*. Vì khi huyết đạo liên quan với xoang mũi bị *Cường kích thích*, mủ đặc tích ở trong xoang mũi sẽ tiết ra ngoài. Khi đã ức chế được sự thèm ăn, xoang mũi sẽ sạch sẽ chứng tích mủ cũng sẽ biến mất.



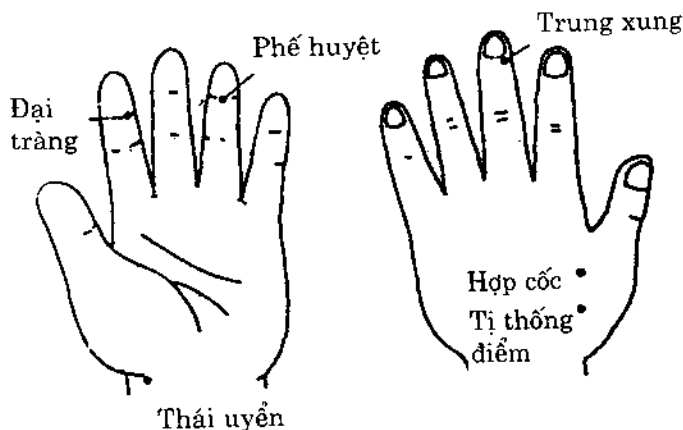
Hình 285

## 29. Viêm mũi mãn tính

Cách trị viêm mũi mãn tính có nhiều, nhưng hiệu quả nhất là kích thích vào huyết Hợp cốc (Hình 286). Vì huyết Hợp cốc nằm trên kinh lạc của Đại tràng kinh, mà Đại tràng kinh lại có quan hệ mật thiết với hệ thống hô hấp và khoang mũi.

Cách kích thích huyết Hợp cốc là dùng phương pháp *Cường kích thích*, dùng đầu hương châm chữa 10-20 lần. Nếu 1 lần không thể trị tận gốc hiện tượng hắt hơi, chảy nước mũi thì phải kích thích đến khi khỏi hoàn toàn mới thôi.

Có hiệu quả đặc biệt giống như huyết Hợp cốc là Đại tràng huyết trên kinh đại tràng nằm ở đốt thứ nhất ngón trỏ (Hình 286).



Hình 286

Ngoài ra, nếu dùng đầu hương châm vào Trung xung huyết liên quan tới bệnh xoang mũi nằm trên ngón giữa, Phế huyết nằm trên đốt thứ nhất ngón vô danh, Thái uyên huyết nằm trên cổ tay phía trong, Ty thống điểm nằm ở gần cổ tay và huyết Hợp cốc trên mu tay, có thể lập tức làm dịu hiện tượng hắt hơi, chảy nước mũi.

### **30. Đau dạ dày**

Trong các triệu chứng do các nội tạng dẫn đến thì bệnh đau dạ dày và co giật dạ dày là thường gặp nhất. Người bệnh thường đau quặn ở phần dạ dày, có lúc dẫn đến cơn choáng sốc. Co giật dạ dày phần lớn là do thức ăn quá nguội, ôi thiu hoặc khó tiêu hoá dẫn đến. Ngoài ra cũng do tinh thần lo nghĩ mà dẫn đến, gọi là co giật dạ dày tính thần kinh, phần lớn phát tác khi bụng đói.

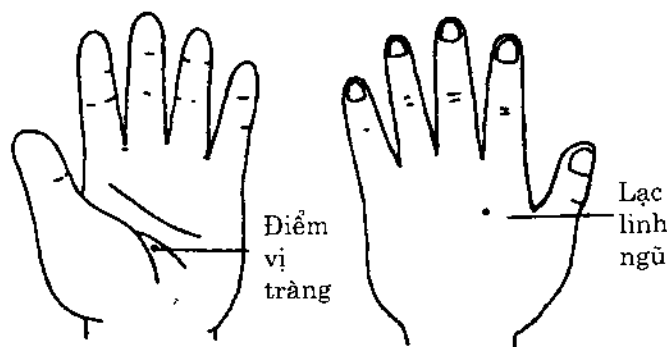
Khi bệnh đau dạ dày đột nhiên phát tác, cách chữa trị hiệu quả nhất, nhanh nhất là kích thích vào các huyết đạo.

Đau dạ dày và co giật dạ dày phần nhiều đến rất đột ngột và mãnh liệt. Do vậy, phải ghi nhớ vị trí các huyết đạo nội tạng tương ứng để khi đau phát tác có thể lập tức chế ngự.

Đau dạ dày ở phụ nữ cũng thường mắc, có thể kích thích Vị tràng điểm (Hình 287). Vì Vị tràng điểm có liên quan mật thiết với bộ máy tiêu hoá như dạ dày, ruột, cho nên chỉ cần dùng các vật

nhon, dùng phương pháp *Cường kích thích* thì có thể kích thích não, ức chế chức năng phần vị-tràng, giảm cảm giác đau. *Cường kích thích* liên tục làm cho huyết đạo bị kích thích cảm thấy đau mới dừng.

Ngoài ra huyết Lạc linh ngũ nằm hơi dưới gốc ngón cái phần mu cũng có hiệu quả tương đương như Vị tràng điểm.



Hình 287

### 31. Loét dạ dày

Loét dạ dày là một loại bệnh điển hình của dạ dày.

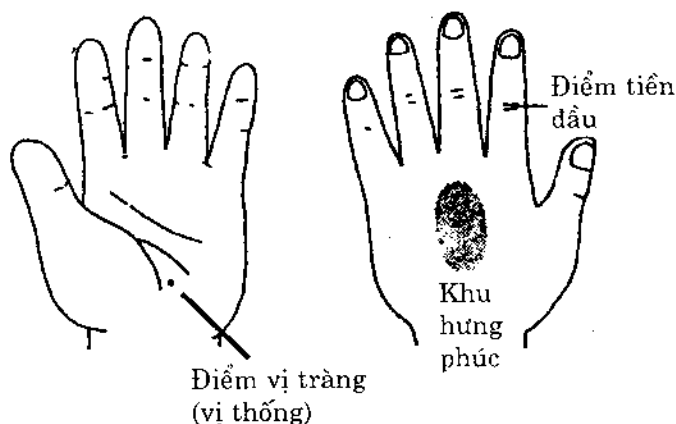
Nếu không chữa trị kịp thời, dạ dày mất đi sự khống chế, tiến tới cự tuyệt hấp thụ thức ăn. Do vậy trước khi bệnh loét dạ dày phát tác, nên điều trị ngay.

Cách chữa hiệu quả nhất bệnh loét dạ dày giai

đoạn đầu chính là kích thích Vị tràng điểm nằm hơi dưới giữa lòng bàn tay (Hình 288). Dùng tăm kẹp, đầu hương để tiến hành *Cường kích thích*. Loét dạ dày là do axít dạ dày tiết ra quá nhiều dẫn đến, do vậy điều kiện tiên quyết phòng tránh loét dạ dày chính là khống chế chức năng dạ dày.

Dùng các vật nhọn như tăm, kẹp kích thích nhiều lần, hoặc dùng đầu hương châm chữa nhiều lần, tất có khả năng làm giảm dịch vị tiết ra.

Ngoài ra, kích thích “Hưng phúc khu” ở giữa mu tay và Tiên đầu điểm nằm trên đốt thứ hai ngón trỏ phần trên mu bàn tay cũng có thể chữa loét dạ dày (Hình 288). Phối hợp kích thích Vị tràng điểm, hiệu quả sẽ càng cao.



Hình 288

## 32. Chóng mắt

Chóng mắt là một chứng bệnh do cơ thể mất đi sự cân bằng. Nguyên nhân là do thiếu máu, trở ngại của canh niên kỳ (kinh nguyệt), say sòng, chướng ngại của dạ dày, ruột... không thể biết trước, thường đột nhiên phát tác.

Cách tốt nhất chữa chóng mắt, chính là kích thích Quan xung huyết nằm dưới móng vô danh (Hình 289). Quan xung huyết là huyết gốc của Tam tiêu kinh. Chi nhánh của kinh quan này lại liên kết với tai. Do vậy chóng mắt là do cơ thể mất cân bằng tạo nên, cũng chính là thần kinh tiền đình của tai trong, mất đi sự khống chế. Do đó chỉ cần kiên trì kích thích Quan xung huyết của Tam tiêu kinh thì có thể cải thiện sự khác thường của thần kinh tiền đình, sẽ giảm chóng mắt.

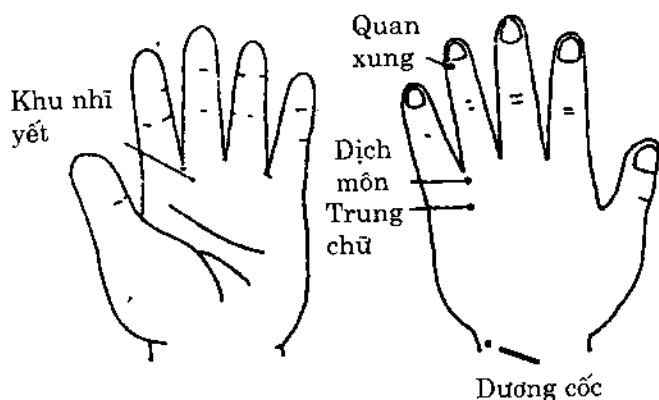
Vì chóng mắt và tai quan hệ nhân quả với nhau, nên kích thích “nhĩ - yết khu” có quan hệ chặt chẽ với tai thì rất có hiệu quả (Hình 289).

Nhĩ - yết khu nằm ở dưới gốc ngón giữa, dùng phương pháp *Hoãn kích thích* thời gian dài mới có thể phục hồi chức năng bình thường của thần kinh tiền đình.

Ngoài ra, bộ vị chữa trị chóng mắt còn có Dịch môn huyết, Trung chủ huyết nằm ở gốc ngón út, và Dương cốc huyết nằm trên cổ tay mé ngón út (Hình 289).



Đối với chữa trị chóng mặt, kích thích Quan xung huyết rất có hiệu quả, đối với phòng tránh cũng có thể phát huy công hiệu. Có một phương pháp cổ truyền để phòng tránh say sóng là chuẩn bị một đồng tiền, dùng băng dán dán nó lên đầu ngón út, thực hiện *Hoãn kích thích* đối với nhĩ - yết khu, rất có hiệu quả phòng say sóng.



Hình 289

### 33. ù tai

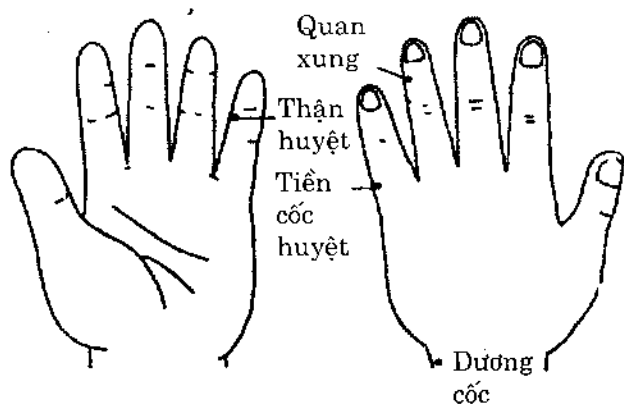
Nguyên nhân dẫn đến ù tai thông thường có hai: một là thận suy nhược, hai là nguyên nhân tinh thần.

Tai sở dĩ nghe được âm thanh bên ngoài chủ yếu là do màng nhĩ sau khi bị rung lên sẽ truyền tín hiệu đến não. Việc truyền tín hiệu thì dựa vào

chức năng mà tạng thận quản lý, do vậy chức năng tạng thận một khi suy nhược thì tai sẽ có bệnh. Sự thay đổi này gọi chung là ù tai.

Mặt khác ù tai tinh thần là do thần kinh căng thẳng đến cực điểm tạo nên.

Muốn tiêu trừ bệnh ù tai, cách tốt nhất là kích thích bốn huyết là: Thận, Tiên cốt, Dương cốt và Quan xung (Hình 290). Tiên cốt huyết nằm trên Tiểu tràng kinh; Quan xung huyết nằm trên kinh lạc của Tam tiêu kinh. Lần lượt lấy ngón vô danh và ngón út trong bàn tay làm điểm gốc, vận hành đến tai trong, mà Tam tiêu kinh liên quan đến Tâm bao kinh, do vậy bốn huyết nói trên rất có hiệu quả đối với việc chữa trị bệnh ù tai.

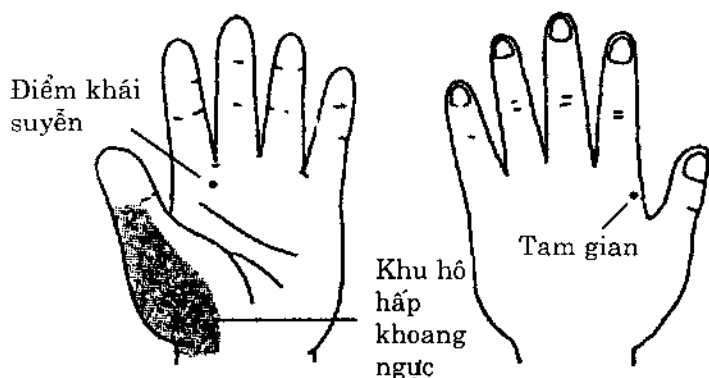


Hình 290

Chữa ù tai, Trung y bắt tay vào làm từ kinh lạc và huyết đạo, thực hành tương đối dễ dàng lại đạt được mục đích trị liệu.

### 34. Thở dốc

Trên bàn tay có rất nhiều huyết đạo có hiệu quả thần kỳ đối với chữa trị bệnh thở dốc. Sau đây sẽ giới thiệu ba bộ vị có hiệu quả nhất (Hình 291).



Hình 291

1. *Khải suyễn điểm* nằm ở chỗ giao nhau của ngón giữa và ngón trỏ trong bàn tay. Khải suyễn điểm là huyết đặc hiệu phòng tránh ho thở mạnh. Khi phát tác hãy kích thích vào huyết này.

Cách kích thích, nếu ở nhà có thể dùng đầu hương để châm chữa, khi có cảm giác nóng rất lập tức rời ra, cách một lúc sau lại tiếp tục chữa trị kéo

dài khoảng 3-5 phút thì có thể ức chế phát tác.

2. *Tam gian huyết* là huyết chuyên ức chế ho dữ dội khi thở dốc phát tác dẫn đến. Cách kích thích giống như Khái suyễn điểm, sử dụng đầu hương để châm chữa.

3. *Khu cơ quan hô hấp - khoang ngực*: Cách kích thích là nhẹ nhàng xoa bóp toàn bộ khu vực này. Bình thường không ngừng xoa bóp có thể tăng cường chức năng của bộ máy hô hấp, thu được hiệu quả dự phòng.

### 35. Da thịt lão hoá

Có hai nguyên nhân dẫn đến da thịt lão hóa: một là hoóc môn thận mất cân bằng; hai là tuần hoàn máu của phần đầu mút da thịt bị cản trở. Do vậy phòng chống da thịt lão hoá phải bắt đầu từ sự bồi trơn hai bộ phận này.

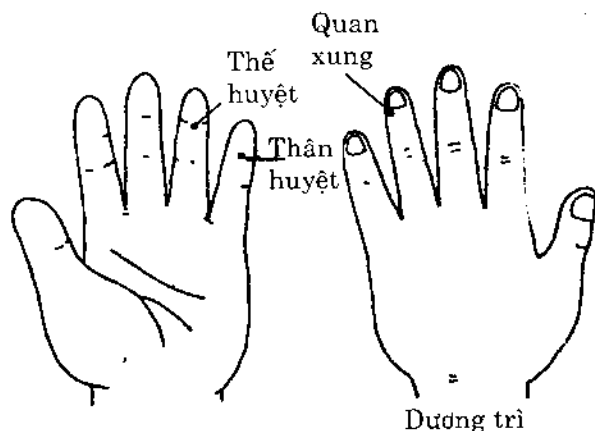
Đầu tiên chữa trị phần hoóc môn, chính là kích thích Thận huyết nằm trên đốt thứ nhất ngón út (Hình 292). Cách kích thích có hiệu quả nhất là dùng đầu hương để cứu chữa. Khi có cảm giác nóng rát thì bỏ ra, sau đó lại tiếp tục tiến hành, lặp lại khoảng 10-25 lần.

Thứ nữa là thúc đẩy tuần hoàn máu. Có ba huyết vị có liên quan với trao đổi chất của da, đều nằm trên kinh lạc của Tam tiêu kinh.

Đầu tiên là huyết Dương trì nằm trên cổ tay

phần mu, có thể thúc đẩy tuần hoàn máu ở đầu mút. Thứ nữa là Phế huyết nằm trên đốt thứ nhất ngón vô danh, có tác dụng trực tiếp với da.

Cuối cùng là Quan xung huyết nằm dưới móng ngón vô danh, có thể bôi trơn da (Hình 292). Cách kích thích giống như ở Thận huyết, tức dùng đầu hương để châm chữa.



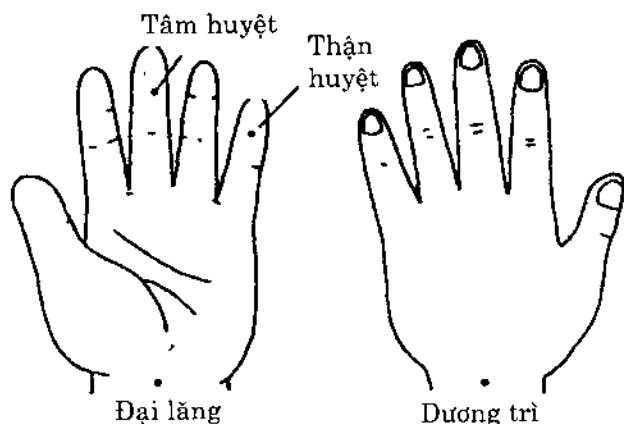
Hình 292

### 36. Tóc bị xơ, khô, gãy, rụng

Nguyên nhân làm cho tóc bị thương tổn đa phần là do tâm tư dẫn đến. Áp lực tinh thần quá nặng thì hoóc môn mất cân bằng, dinh dưỡng của tóc cung cấp không đủ, tóc bắt đầu khô cứng, tiến thêm một bước là gãy và rụng. Ngoài ra, chức năng nội tạng suy yếu cũng sẽ làm tổn thương

tóc. Vì chức năng nội tạng giảm thấp thì máu trong cơ thể không đủ, không thể cung cấp dinh dưỡng đầy đủ đến phần đầu mút của tóc được.

Cho nên, để phòng chữa tóc xơ, khô, gãy, rụng, đầu tiên phải điều chỉnh hoocmôn tiết ra, phục hồi cân bằng trong cơ thể.



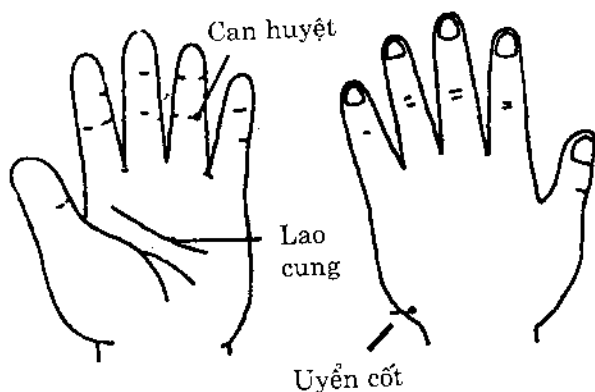
Hình 293

Cách có hiệu quả nhất là kích thích Thận huyết nằm trên đốt thứ nhất ngón út và Dương trì huyết nằm trên cổ tay (Hình 293). Hàng ngày duy trì bấm vào hai huyết đạo này thì có thể điều chỉnh hoocmôn tiết ra, từ đó mà tóc mọc ra khoẻ mạnh và đen bóng. Ngoài ra Tâm huyết trên ngón giữa, Đại lăng huyết ở chính giữa cổ tay cũng có hiệu quả mỹ mãn đối với

điều chỉnh hoocmôn tiết ra, phối hợp cùng kích thích với Thận huyết, Dương trì huyết, hiệu quả càng rõ nét (Hình 293). Có thể dùng máy sấy tóc để kích thích, sau ba tháng có thể phục hồi tóc khỏe mạnh.

### 37. Cận thị

Cận thị có tính di truyền đương nhiên không có cách chữa trị tận gốc. Cận thị giả là do các nhân tố như đọc sách, làm việc, sử dụng mắt quá mức tạo thành. Cận thị nhẹ ở giai đoạn đầu mà được chữa trị nhất định sẽ bỏ được đeo kính. Trên bàn tay có ba huyết vị có thể chữa trị cận thị giả (Hình 294).



Hình 294

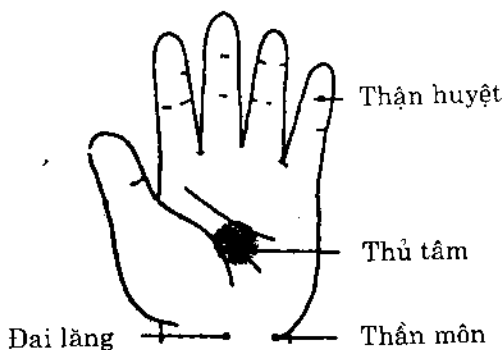
Có hiệu quả nhất là Lao cung huyết nằm trong “Tâm bao khu” gần giữa lòng bàn tay. Nếu là dùng mắt quá mức tạo thành thị lực suy giảm, chỉ

cần mát xa nhẹ nhàng những huyết này thì dần dần có thể phục hồi thị lực.

Ngoài ra Uyển cốt huyết nằm gần cổ tay mé ngón út cũng có thể chữa cận thị giả.

Thứ nữa, can kinh mất sự cân bằng cũng có thể dẫn đến các bệnh về mắt. Phối hợp hai huyết Lao cung và Uyển cốt, đồng thời kích thích Can huyết nằm trên đốt thứ hai ngón vô danh mặt trong, hiệu quả trị liệu cũng rất rõ.

### 38. Thiếu máu



Hình 295

Người mắc chứng thiếu máu, chức năng ruột phần lớn có trở ngại. Đó cũng chính là khả năng hấp thụ tiêu hoá kém hơn người khác, dẫn đến chất dinh dưỡng trong máu không đủ, đa phần bài tiết ra ngoài. Lâu dần thì máu từ lúc đầu



không đủ trở thành tuần hoàn máu gặp trở ngại.

Ngoài toàn bộ các huyết trung tâm dưới móng tay ra, chỉ cần xoa bóp nhẹ nhàng các huyết Thần môn, Đại lăng là nằm ở cổ tay, Thận huyết nằm trên đốt thứ nhất ngón út và Thủ tâm giữa bàn tay, có thể lưu thông tuần hoàn máu, tăng thêm khả năng hấp thụ tiêu hoá của ruột, đạt được mục đích chữa trị thiếu máu (Hình 295).

### 39. Nắc cụt

Tổ chức cơ thể con người rất chặt chẽ, nếu vật chất có hại xâm nhập vào cơ thể, hoặc chất cặn bã giữ lại trong cơ thể, đều sẽ dần dần bài tiết ra ngoài. Giữ vai trò bài tiết quan trọng nhất là đại tiểu tiện. Ngoài lỗ bài tiết ra, còn có các đường khác, như tác dụng nắc cụt là ví dụ rõ nhất.

Nắc cụt là do cặn bã lưu lại trong vị tràng không thể bài tiết ra ngoài được. Nếu có thể phát huy chức năng của vị tràng, thúc đẩy khả năng hấp thụ tiêu hoá, lưu thông bài tiết thì nắc cụt có thể chữa khỏi.

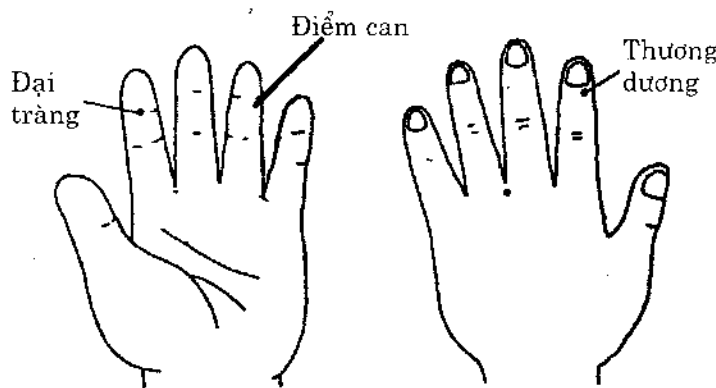
Cách tốt nhất ức chế nắc cụt là kích thích ngón trở vì ngón trở có một đường kinh lạc của đại tràng kinh, khống chế chức năng đại tràng.

Ngoài ra Thương dương huyết liên quan với chức năng của dạ dày cũng vận hành ở ngón trở, cho nên chỉ cần tăng cường kích thích thì có thể

tăng cường khả năng hấp thụ tiêu hoá của vị tràng, đẩy mạnh tác dụng bài tiết.

Huyệt đạo kích thích là các huyệt Thương dương nằm trên Đại tràng kinh dưới móng ngón trỏ và Đại tràng trên đốt thứ nhất mặt trong của một kinh lạc (Hình 296). Khi ăn uống quá lượng mà có hiện tượng nấc cụt, nên nhẹ nhàng bấm sâu hai huyệt này. Khi bấm vào có cảm giác đau, bấm đến khi mất đau, nấc cụt tự nhiên sẽ mất.

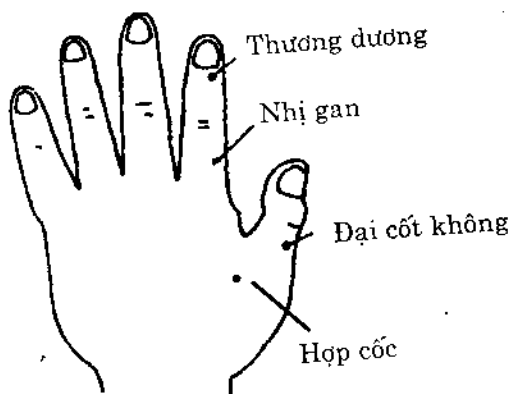
Ngoài hai huyệt Thương dương và Đại tràng ra, Can điểm nằm gần đốt thứ hai ngón vô danh cũng rất có hiệu quả (Hình 296). Can điểm có thể thúc đẩy vai trò giải độc của tạng gan. Cách kích thích cũng giống như trước, ấn nhẹ nhàng sâu dài là được.



Hình 296

#### 40. Tật ở mắt

Kích thích huyết Đại cốt không có thể dễ dàng lấy các tạp vật trong mắt ra. Ngoài bụi và các vật khác được lấy ra, cũng rất có hiệu quả đối với viêm đau do bị các vật cứng bắn trúng vào mắt (Hình 297).



Hình 297

Ngoài ra cũng có thể chữa khỏi viêm tuyến mí mắt. Viêm tuyến mí mắt do chất cặn bã trong cơ thể bài tiết không tốt dẫn đến, cũng là biểu hiện của chức năng ruột suy yếu. Cách chữa viêm tuyến mí mắt có hiệu quả nhất là toàn bộ huyết ở trên kinh lạc đại tràng kinh. Thương dương huyết

nơi xuất phát của Đại tràng kinh, nằm dưới móng ngón trỏ, lại Nhị gian huyết ở dưới Thương dương huyết, và huyết Hợp cốc. Ba huyết trên có đặc hiệu với chữa trị viêm tuyến mí mắt (Hình 297).

Cách kích thích với bệnh mắt nhất định phải dùng *Cường kích thích*. Đặc biệt là khi chữa viêm tuyến mí mắt, tốt nhất là dùng đầu hương để châm chữa hoặc dùng tăm bó thành bó thực hiện phương pháp *Cường kích thích*.



## CHƯƠNG IV

### THUẬT XOA BÓP BÀN TAY

#### A. Cách xoa bóp bàn tay loại trừ đau:

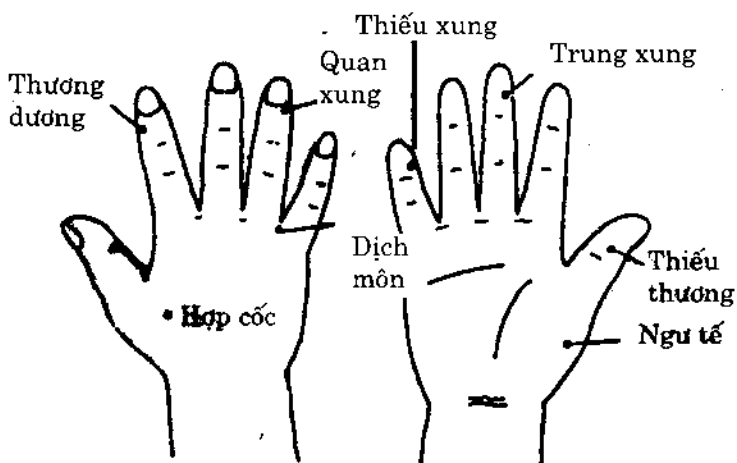
##### *1. Xoa bóp bàn tay ngăn chặn đau:*

Tay là Bộ Phận vừa linh hoạt lại nhạy cảm của cơ thể con người.

Khi cơ thể khó chịu, chà xát, xoa bóp vào huyết Hợp cốc trên mu tay, mỗi lần đều đều có thể cảm thấy thần thanh, khí sảng, tinh thần làm việc hăng hái hẳn lên. Khi viết chếp làm việc quá sức, tay thấy đau tê mỗi mết, ai cũng đều có thể tự nhiên chà xát các bộ vị cổ tay, ngón tay, nếu tập trung sức tăng cường xoa bóp hoặc chà xát thì đau tê, mết mỗi có thể tiêu trừ một cách nhanh chóng do chất cặn bã bị đình trệ trong cơ thể được bài trừ, máu được lưu thông tuần hoàn, lại phục hồi sức sống.

Trên tay mỗi người đều có mấy mươi “huyệt vị” cũng chính là “kích thích điểm” thường gọi (Hình 298).

Bị đau răng lẽ ra bộ vị cần gây tê là răng, nhưng lại châm ở các huyết vị trên mu bàn tay, cổ tay và mặt, kết quả làm cho cảm giác đau ở răng biến mất. Đó chính là bí ẩn của huyết vị.



Hình 298

## 2. Xoa bóp bàn tay thúc đẩy bài tiết.

Cảm giác đau là tín hiệu phát ra từ phần bị đau của cơ thể người, qua các sợi thần kinh truyền đến đại não, thế là “biết” đau. Tuy nói huyết Hợp cốc là huyết đạo giải trừ đau của các phần như mặt, răng, đầu nhưng không thể vì vậy mà nhận định huyết Hợp cốc có liên quan với tổ chức thần kinh của đầu. Kích thích huyết Hợp cốc làm đại não sinh ra một loại vật chất

EntelufeiyinB (endomorphin) và vật chất này có tác dụng gây tê.

Khi đại não tiết ra “EntelufeiyinB” (endomorphin), trong sợi thần kinh, đường dây thần kinh truyền đến tín hiệu đau sẽ ức chế tế bào thần kinh truyền tín hiệu đau. Do vậy chúng ta có thể tưởng tượng, mượn kích thích huyết đạo có thể ngăn cản thần kinh truyền tín hiệu đau về đại não.

Còn như kích thích huyết đạo cuối cùng thông qua từ con đường nào truyền đến đại não luôn luôn là một câu đố. Chúng ta còn phải tiếp tục suy nghĩ, ngoài “EntelufeiyinB” (endomorphin) ra, phải chăng còn có chất khác tiết ra. Ngoài ra chúng ta cũng không thể biết, trong huyết đạo, có thể loại trừ đau, lưu thông tuần hoàn máu và tổ chức hiệu quả khác cuối cùng là cái gì?

Giới y học Nhật Bản cho rằng trong thần kinh và cơ thịt hoặc có đường giống như “kinh lạc, tiếp nhận kích thích”, “đau và huyết đạo”, “trị liệu và huyết đạo”. Trong đó có những nghiên cứu đã có kết quả, nhưng có những nghiên cứu không có tác dụng mấy với bệnh tật. Đây là câu đố đòi hỏi phải có lời giải đáp.

Kích thích huyết đạo không những có hiệu quả chữa trị đối với huyết đạo được bấm, mang quan hệ giữa đại não và tay mà nói, do hoạt động của tay nhiều lần, từ đó có thể kích thích các cơ và bộ

vị khác, do vậy “xoà bóp sức khoẻ cho bàn tay” rất có lợi.

Kích thích huyết đạo đúng có nhiều chỗ tốt, cho nên nếu chúng ta thường xuyên xoa xát, kích thích hai tay vào nhau cũng là một cách bảo vệ sức khoẻ rất tốt.

### **B. Huyết Hợp cốc – Huyết vị vạn năng của tay**

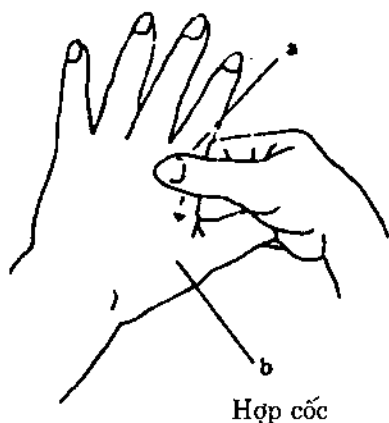
Trong huyết đạo của tay, phải tính tới huyết Hợp cốc.

Giống như huyết đạo trong cơ thể con người có nhiều đường không nhìn thấy, như huyết quản lấy tim làm trung tâm bao quanh mật thiết toàn thân. Trong châm cứu học, mỗi quan hệ liên kết này được gọi là “kinh lạc”.

Huyết Hợp cốc liên kết với các huyết đạo trên mu bàn tay, sau khi đi sâu vào cơ thể, có các kinh mạch trực tiếp truyền đến phần mặt, cũng có kinh mạch từ lưng thông lên đầu, ngoài ra còn có kinh mạch đi xuống đến dạ dày. Tóm lại, sau khi kích thích huyết Hợp cốc, qua những kinh mạch nói trên có thể trị đau đầu, đau răng, đau dạ dày.

Vị trí của huyết Hợp cốc nằm ở phần cuối nơi mà ngón cái và ngón trỏ mở ra tạo thành chữ V, nhưng các chuyên gia lại cho rằng không hạn định ở chỗ nào (Hình 299).





Hình 299

Vị trí huyết đạo mỗi người khác nhau, thậm chí cùng một người cũng có thể mỗi lúc lại khác nhau. Do đó hãy tuân theo phương pháp chính xác, tìm ra “Áp thống điểm” - điểm đau nhất.

Từ khớp gốc ngón trỏ bắt đầu, dùng ngón tay ấn thử từ điểm mẫu chỉ, nếu thấy đau đầu chỉ cần hơi ấn trúng huyết Hợp cốc thì thấy đau hơn, điểm đó chính là huyết đạo của Áp thống điểm thường gọi.

Sau khi tìm ra vị trí chính xác, còn phải kích thích cho có hiệu quả.

Cách chữa trị này thường được gọi là “chỉ áp”.

Cách có hiệu quả nhất là châm cứu, nhưng nói

chung khó thực hiện tại nhà, do vậy chúng tôi nghĩ đến phương pháp có hiệu quả hơn là sử dụng “phương pháp chữa trị bằng mát xa đầu ngón tay” gấp ngón tay lại, dùng đầu ngón hoặc ngón tay ấn mạnh. Làm sao cho mặt tiếp xúc với huyết đạo càng nhỏ thì áp lực chịu càng lớn, hiệu quả càng tốt. Dựa vào nguyên nhân nói trên các bước của cách bấm chữa trị, đầu tiên là xác định đúng vị trí, thứ nữa là thực hiện bấm đủ mạnh là có hiệu quả.

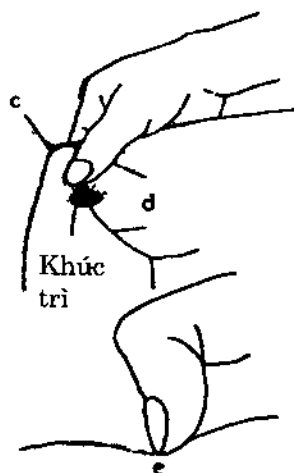
Thời gian và số lần bấm huyết đạo, khoảng 3-5 giây, sau đó nghỉ 2 giây, làm đi làm lại từ 3-5 lần.

Kích thích huyết đạo không phải là thời gian bấm vào huyết đạo càng dài hiệu quả càng tốt, mà phải là kích thích ngắt quãng theo qui luật mới có thể thu được hiệu quả lớn nhất.

Gần đây, có một phương pháp châm cứu điện tử tương đối đơn giản, tức là có thể thực hiện ở nhà. Nhưng một chỗ không thể châm cứu một lần, thành phải châm cứu 3-5 lần mới có hiệu quả.

Khi đau đầu, ngoài chỉ áp huyết Hợp cốc ra, đồng thời bấm vào huyết Khúc trì của chi trên, hiệu quả càng tốt.

Huyết Khúc trì có liên quan với kinh lạc của huyết Hợp cốc, do vậy cũng có hiệu quả đối với đau - mặt - vị tràng. Gấp cánh tay lại, có thể thấy xương lồi lên như hình vẽ biểu thị, dùng ngón cái bắt đầu bấm vào trong từ xương gồ, bấm đến chỗ đau rút chính là Khúc trì huyết (Hình 300).



Hình 300

Huyệt Hợp cốc ngoài tác dụng trị đau đầu ra, còn có rất nhiều hiệu dụng. Ví dụ đối với các bệnh thuộc vị tràng như ỉa chảy, tiện bí, chán ăn... cũng hữu hiệu. Do thói quen sinh hoạt không đúng mức, phần dạ dày thường tích đồ ăn dẫn đến người mắc đau dạ dày, chướng bụng rất nhiều. Khi đi tàu xe nên hình thành thói quen bấm huyệt Hợp cốc. Ngoài ra, đối với các hiện tượng đau phần mặt như hầu, họng, răng cũng có kết quả.

Khi đau đầu, ngoài bấm huyệt đạo ở tay ra, đồng thời bấm vào các huyệt như Thiên trụ huyệt ở chỗ lõm ở cổ (trên cổ) Bách hội huyệt, huyệt trên

đỉnh đầu (Đầu đỉnh huyết) hiệu quả càng tốt.

### **C. Huyết áp cao – Xoa bóp có hiệu quả nhất**

#### *1. Triệu chứng huyết áp cao nhìn từ mu tay.*

Hiện nay, người mắc huyết áp cao rất nhiều, thậm chí người bị huyết áp cao có tới 90% chẩn đoán là huyết áp cao bẩm sinh, nguyên nhân bệnh không rõ. Trước khi bệnh phát tác có triệu chứng như đau đầu, tê mỏi cánh tay, ù tai... nhưng những cái đó không phải là triệu chứng đặc hữu của cao huyết áp. Trước khi bệnh phát, có rất nhiều người bệnh không hề có triệu chứng.

Không ít người khi kiểm tra sức khỏe mới phát hiện ra huyết áp cao, Có rất nhiều người do không chú ý làm cho huyết áp cao xấu đi.

Bộ vị có thể biểu hiện rõ triệu chứng huyết áp cao là tay.

Mọi người đều biết, khi chúng ta nắm cổ tay có thể thấy nhịp đập của mạch. Ngoài ra, ở cổ sau tai cũng có thể thấy được nhịp đập của mạch. Tùy theo sự co bóp của tạng tim, động mạch vận hành toàn thân mà làm cho mạch đập, đó là hiện tượng rất tự nhiên.

Nhưng mạch đập cũng có thể dự báo tín hiệu dị thường của sức khỏe.

Tùy theo huyết áp lên cao mà nhịp đập của

mạch cũng khác nhau, khi huyết áp cao 160-180 mm Hg, Dương khô huyết của cổ tay sẽ trở thành 180-200mm Hg. Lạc linh ngũ trong xương giữa mu tay, trên ngón trỏ cũng có thể thấy nhịp đập rất mạnh.

## 2. Chỉ thống giáng áp.

Trên mu tay có ba huyết đạo phản ứng huyết áp, bạn hãy xác nhận vị trí của chúng một chút.

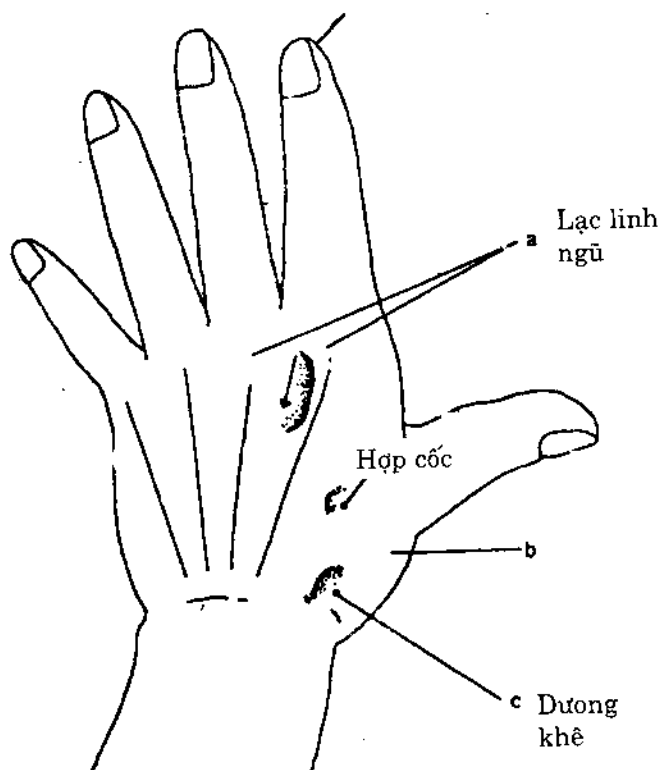
Cách xác định Dương khô huyết là xoè 5 đầu ngón tay ra, mu hướng lên, trên mu phía dưới ngón cái sẽ có chỗ lõm xuống, nơi gần cổ tay nhất có một Áp thống điểm, đó chính là Dương khô huyết.

Vị trí của Lạc linh ngũ đại khái tại một Áp thống điểm đẩy lùi xuống dưới gốc ngón của ngón trỏ và ngón giữa (Hình 301).

Sau khi tìm thấy Áp thống điểm, dùng bụng ngón tay ấn nhẹ nhàng nơi này, chú ý nhịp đập của mạch. Nhịp đập vừa mạnh vừa gấp thì phải tới bệnh viện để kiểm tra tạng tim một chút.

Người cao huyết áp sau khi kiểm tra khu phản ứng huyết áp, phát hiện mạch đập trên Hợp cốc rất rõ.

Nguyên nhân châm cứu huyết Hợp cốc là huyết này có phản ứng rất mạnh, là nguyên nhân gây bệnh. Do vậy, nếu có phản ứng là Dương khô huyết hoặc là Kinh ngũ huyết, thì bộ vị châm cứu được thay đổi.



Hình 301

Ngoài ra, mu bàn tay bình thường cũng chịu nhiều kích thích, cho nên khi chữa trị phải tăng lực nhẹ nhàng. Lấy 10 cái tăm bó lại thành bó, dùng đầu nhọn đâm nhẹ vào mu tay đến khi phát đỏ thì dừng, ngày hai lần.

Lúc này, ngoài kích thích huyết đạo tương ứng ra, huyết Hợp cốc này có tác dụng ổn định tinh thần mà tỷ lệ bệnh trong những người mắc huyết áp cao do căng thẳng thần kinh dẫn đến tương đối nhiều.

Đồng thời với việc kích thích huyết đạo, hàng ngày cũng phải hình thành thói quen đo huyết áp, hiểu rõ trị số huyết áp bình thường là một việc rất quan trọng.

#### **D. Cách xoa bóp bàn tay của bệnh tiểu đường**

*1. Chỉ dùng “Cao li thủ chỉ châm” ở huyết đạo phần tay.*

Gần đây, liệu pháp “Cao Li thủ chỉ châm” mà Triều Tiên sử dụng rất thu hút được sự chú ý, sau đây sẽ nói qua cách trị liệu này.

Huyết đạo ở khắp toàn thân, do vậy trị liệu toàn thân luôn là phương pháp truyền thống, mà “Cao Li thủ chỉ châm” chỉ lấy huyết đạo phần tay thì có thể chữa trị chứng bệnh toàn thân, phần tay bố trí các huyết đạo tương thông với toàn thân.

Dưới đây, chúng tôi sẽ sơ lược một chút mối quan hệ giữa tay và toàn thân: ngón giữa tương đương đầu và cổ; ngón vô danh, ngón trỏ tương đương hai cánh tay; ngón cái, ngón út tương đương hai chân; còn lại tương đương toàn thân. Do vậy,

nếu đau đầu thì chà iết hai đầu ngón giữa sẽ khỏi.

## *2. Kích thích 5 huyết đạo trên bàn tay.*

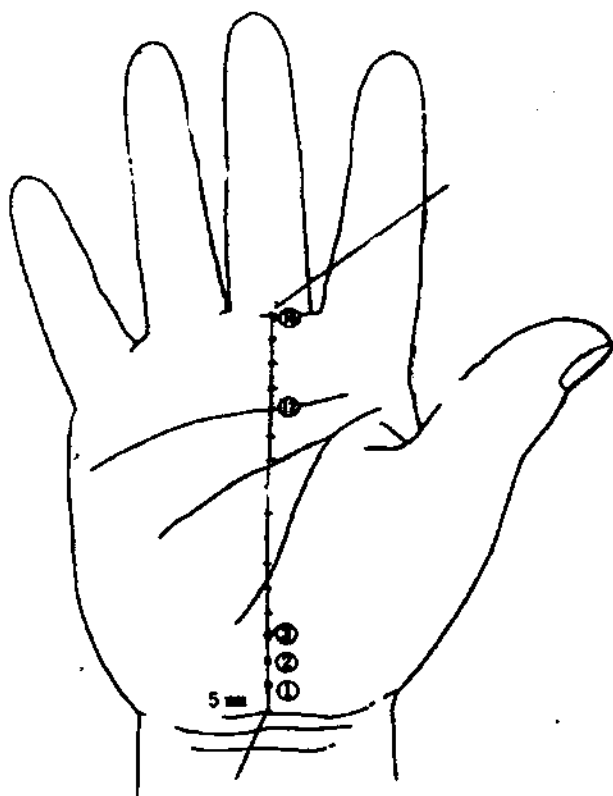
Phương pháp ở đây là kích thích 5 huyết đạo của “Cao Li thủ chỉ châm”. Theo hình 302, tìm ra vị trí huyết đạo, tốt nhất là dùng bút đánh dấu để tránh quên. Đầu tiên tìm ra trung điểm của nếp gấp ngang ở phần gốc ngón giữa và trung điểm nếp gấp ngang thứ nhất chỗ giao nhau ở cổ tay với bàn tay, dùng bút nối thành một đường. Bắt đầu từ điểm nếp gấp ngang trên cổ tay, lấy khoảng 5mm là một gián cách, chia thành 16 phần bằng nhau, chấm của mỗi phần, tương ứng cho huyết đạo nối với toàn thân. (Hình 302)

Huyết đạo trị tiểu đường là 1, 2, 3, 12 và 16. Triều tiên gọi huyết đạo 1 là “hạ âm”, 2 là “niệu đạo”, 3 là “bàng quang”, 12 là “vị trung”, 16 là “tâm cách”. Huyết đạo của bàn tay liên quan với các bộ vị của toàn thân, do vậy kích thích những huyết đạo này thì chữa trị được sự khó chịu của nội tạng.

Phương pháp kích thích có hiệu quả nhất là châm. Nhưng nếu ở nhà tự chữa trị, dùng châm chữa tương đối an toàn. Phạm vi huyết đạo rất nhỏ, sợ dĩ phải dùng hương dây hoặc mũi ngải, loại này nhỏ mà có sức lửa tập trung, kích thích huyết đạo tương đối có hiệu quả. Lấy hương dây đã chuẩn bị sẵn dòn gắn vào huyết đạo, khi thấy nóng rất thì



hơi rời ra một chút, lặp lại khoảng 5-7 lần. Tuy nhiên không nhanh như chữa trị đau đầu, tê mỏi bả vai, nhưng hàng ngày sớm tối mỗi buổi một lần rất có tác dụng trợ giúp đôi với bệnh tình.



Hình 302

Thời gian nào thực hiện châm chữa bằng hương dây tương đối tốt? Nên gắng thực hiện vào một giờ nhất định, tránh trước khi tắm. Vì vào tắm làm nhiệt độ cơ thể lên cao, sẽ hạ thấp hiệu quả châm chữa của kích thích bằng sức nóng.

Chỉ dựa vào huyết đạo chữa trị thì không thể trị tận gốc bệnh tiểu đường, mà còn phải phối hợp chữa trị bằng ăn uống, hiệu quả mới có thể tốt được.

### **E. Thuật chữa trị ngũ thập kiên (đau quanh khớp vai)**

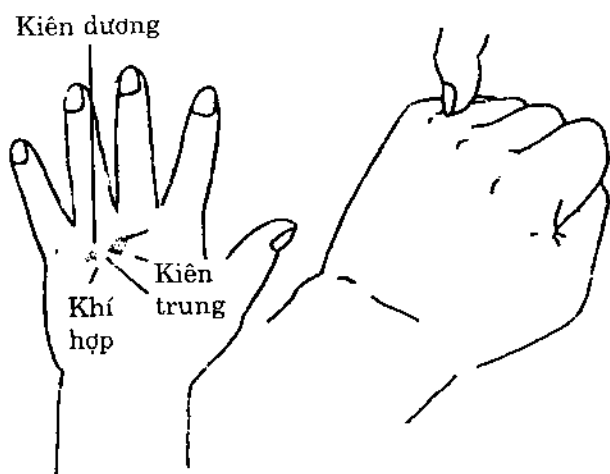
Người đến bệnh viện chữa trị hầu như là mắc bệnh ngũ thập kiên (người trung niên dễ mắc đau xung quanh vai). Có người vì xương vai đau tê, đến tay cũng không thể giơ lên được, có lúc thậm chí đau không thể ngủ được.

Chỉ cần hiểu bí ẩn của huyết đạo, như ca bệnh “ngũ thập kiên” thì có thể chữa trị nhẹ nhàng và dễ dàng tránh được bệnh tình nghiêm trọng.

Vị trí chữa trị ngũ thập kiên là huyết đạo gốc của đốt gốc ngón vô danh. Liệu pháp “Cao Li thủ chỉ châm” của Triều Tiên phát hiện, phần tay có các huyết đạo liên hệ mạch lạc toàn thân, do đó chỉ cần kích thích huyết đạo ở tay thì có thể chữa khỏi sự khó chịu của thân thể. Ví dụ như ngũ thập kiên dùng liệu pháp “Cao Li thủ chỉ châm”, không cần tiếp xúc bả vai vẫn có thể giải trừ đau tê.

Huyệt đạo tương thông với cánh tay ở trên ngón vô danh, mà vị trí viêm khớp lại đúng ở phần gốc của cánh tay, lấy huyệt đạo ngón tay mà nói thì cũng có phần gốc của ngón vô danh. Hình 303 biểu thị, lấy Kiên trung huyệt làm trung tâm trực tiếp nối liền với Kiên dương huyệt, Khí hợp huyệt, Kiên dịch huyệt, Kiên trí huyệt. Hãy đối chiếu biểu thị của hình vẽ, dùng đầu ngón trỏ chạm chạm từng tý một gần ở khớp ngón vô danh, nếu có cảm giác đau rút chính là huyệt đạo sở tại (a thị huyệt). (Hình 303)

Sau khi tìm thấy vị trí thì dùng bút đánh dấu. Cách kích thích tương đối phù hợp là dùng cứu



Hình 303

trị. Một lượt chữa trị khoảng 10 lần, mỗi ngày khoảng 2-3 lượt, tốt nhất là thực hiện trước lúc ngủ, thức dậy và giữa trưa. Hai ngày đầu mới bắt đầu chữa trị, tốt nhất không tắm.

Sau mỗi lần chữa trị xong, tốt nhất là giờ cánh tay lên, hoạt động khớp vai một chút, sau đó theo đó mà tăng dần số lần hoạt động, đương nhiên cũng không thể quá lượng. Hoạt động khớp vai có thể nâng cao hiệu quả chữa trị của huyết đạo.

Tóm lại, khi bạn thấy khớp vai không có sức, nên hoạt động một chút khớp vai để phòng bả vai lão hoá.

## **G. Thuật xoa bóp ổn định huyết áp**

*1. Kích thích huyết đạo điều chỉnh thần kinh thực vật.*

Khi tuần hoàn máu hoàn toàn tốt, tạng tim như một trạm bơm khoẻ, có sức dồn máu ra, máu bị áp lực này sẽ dồn ra động mạch thì tuần hoàn thích đáng đến các góc ngách toàn thân. Tác dụng co giãn của huyết quản tốt và vận hành theo qui luật, được gọi là tổ chức thần kinh vận động của huyết quản, đồng thời còn kiêm sức đàn hồi của huyết quản.

Con người từ ban đầu đã sống cuộc sống ngày làm đêm nghỉ, căn bản không phải dùng thuốc hạ huyết áp, chỉ là thỉnh thoảng dựa vào liệu pháp đơn giản như ăn uống, châm cứu thì có thể bảo trì

chỉ số huyết áp bình thường. Kết cấu xã hội hiện nay đã thay đổi, áp lực cuộc sống buộc ta phải thức đêm, bồn ba, thậm chí thời gian ăn cơm cũng bất định, muốn phục hồi lại cuộc sống theo qui luật như trước cũng không hề dễ dàng.

Qui luật của con người là khi trời sáng, thần kinh giao cảm của thần kinh thực vật trong cơ thể bắt đầu hoạt động, tác dụng của nội tạng như tạng tim bắt đầu hoạt bát, nhanh nhạy hơn. Đến khi đêm tối, thần kinh phó giao cảm mới bắt đầu vận động để tiêu trừ mệt mỏi của một ngày, mọi cơ quan trong cơ thể bắt đầu ở vào trạng thái nghỉ ngơi. Hoạt động trong một trường thái qui luật tự nhiên là khởi nguyên của bệnh vị - tràng, bệnh tim cũng từ đó mà ra. Khi thân thể cần nghỉ ngơi lại không được nghỉ ngơi, hệ thống thần kinh thực vật có thể xấu đi, do đó mà sản sinh ra các triệu chứng ở trên.

## *2. Kích thích huyết đạo để thúc đẩy tuần hoàn máu.*

Người xưa có thể dựa vào châm cứu để chữa bệnh, nhưng hiện nay người ta vận dụng kết hợp cả Tây y nhưng châm cứu vẫn là biện pháp lý tưởng nhất.

Hiện nay, thuốc hạ áp được dùng rộng rãi, nhưng không phải là ức chế sự tuần hoàn của máu mà là dẫn nở huyết quản toàn thân để giảm

nhẹ gánh nặng cho tim. Liệu pháp châm cứu là trực tiếp kích thích thần kinh giao cảm tương quan với vận động của huyết quản để giành được công hiệu huyết áp.

Kết hợp sử dụng cả hai phương pháp có thể đạt được hiệu quả tốt đẹp. Bất kể huyết áp cao hay huyết áp thấp, điều đặc biệt là vấn đề tuần hoàn máu phải thông suốt đến các mao mạch.

Đau đầu, hoa mắt, nặng đầu, tê mỏi bả vai, tim đập nhanh và loạn, lạnh chân tay, mất ngủ, tiện bí... đều là triệu chứng do tuần hoàn của máu đến mao mạch không tốt. Huyết áp cao là vì huyết quản co lại, làm áp lực tuần hoàn máu quá lớn làm cho tuần hoàn huyết quản đến mao mạch không thông thuận. Còn huyết áp thấp lại là vì áp lực tuần hoàn máu hơi yếu làm cho huyết dịch tại mao mạch không có sức để tiếp tục tuần hoàn.

Tuy không chỉ là nơi giải toả các mao mạch đầu mút cũng có đầy các huyết đạo quan trọng để an định huyết áp. Ví dụ như các huyết đạo Thiếu thương, Thương dương, Trung xung, Thiếu trạch... trên năm đầu ngón tay, chỉ cần kích thích những nơi này tức có thể mở rộng được huyết quản, đạt được hiệu quả lưu thông máu (Hình 304).

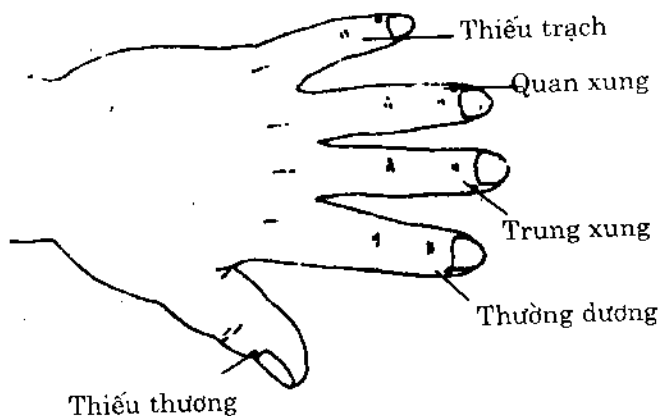
Dù xác định chính xác huyết đạo đầu ngón tay là không dễ nhận biết, nhưng chỉ cần chà xát bấm đầy đủ các nơi đầu ngón, cũng có thể đạt được hiệu quả tốt. Đồng thời, thường xuyên vận tròn cổ

tay cũng có thể thúc đẩy tuần hoàn máu.

Ngoài ra, những lúc rỗi rãi xoa sát hai tay vào nhau, đúng là trăm lợi và vô hại.

Nếu có thể, trước khi tắm đầu tiên hãy xoa bóp chà sát đầy đủ bộ vị từ đầu ngón chân đến mắt cá chân và làm các kích thích phù hợp, đó chính là chăm sóc máy huyết quản đầu mút xa tim nhất và cải thiện được tình hình sức khỏe toàn thân.

Ngoài ra, Dẫn trung huyết của khoang ngực cũng là huyết đạo quan trọng để ổn định huyết áp. Khi chờ xe hoặc rỗi rãi có thể dùng đầu ngón tay ấn mạnh vào nơi này.



Hình 304

## H. Liệu pháp xoa bóp của bệnh vị - tràng

### 1. Tín hiệu trên bàn tay.

Khi bàn tay được chà xát xong sẽ có cảm giác dễ chịu thì phải chú ý vị - tràng có khoẻ mạnh không.

Phần gồ lên dưới ngón tay cái, trong châm cứu học gọi là “Gò mẫu chỉ”, mé nửa ngoài là khu phản ứng cơ quan hô hấp, mé nửa trong là khu phản ứng tỳ - vị - đại tràng. (Hình 305)

Tuy không có bất kỳ triệu chứng vị - tràng khó chịu nào, nhưng khi Gò mẫu chỉ lại lộ rõ màu tím, cơ thịt phình to đột nhiên lõm xuống và có cảm giác đau, tất phải chú ý có mắc bệnh vị - tràng không.

Sau khi chà xát hai tay vào nhau nếu thấy dễ chịu, đó chính là biểu thị nơi này là “Kiện lý tam châm khu”, nó phản ánh tình trạng vị - tràng, nó còn là “gương phản ứng mức độ sức khoẻ của nội tạng”, hầu như đều liên quan mật thiết với các cơ quan nội tạng. Vị trí của nó ở hơi xuống dưới chính giữa hai bàn tay (Hình 305).

Bây giờ hãy mở bàn tay ra, dùng đầu ngón nắn bóp đầu Gò mẫu chỉ và Kiện lý tam châm khu, nếu thấy dễ chịu xin hãy làm ngay trị liệu đặc hiệu của vị - tràng.

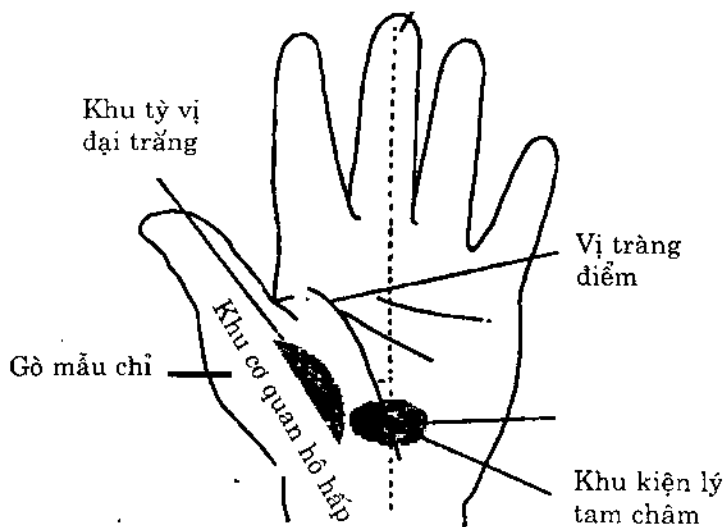
### 2. Bệnh tình khác nhau, kích thích khác nhau.

Tuy thông thường gọi là bệnh vị - tràng, thực



tế bao gồm các bệnh như dạ dày yếu, viêm dạ dày, loét dạ dày, tiền bí, đi tiêu chảy... Đối với những bệnh này, huyết hữu hiệu chính là “vị tràng điểm” (Hình 305), nó là điểm đại biểu của Kiện lý tam châm khu. Vị trí của nó ở gần chỗ giao nhau đường giữa ngón giữa kéo dài và đường Sinh Mệnh. Khi vị tràng khó chịu, dùng đầu ngón tay ấn vào nơi này có thể loại bỏ đau.

Người mà vị tràng suy nhược, chỉ cần lấy vị tràng điểm làm trung tâm, dùng đầu ngón tay ấn vào Kiện lý tam châm khu, thì sẽ cải thiện được tình hình. Vì chức năng vị - tràng tốt thì có thể



Hình 305

liên đối phục hồi chức năng nội tạng, sự thèm ăn có thể mạnh mẽ.

Khi bạo ăn, bạo uống hoặc thức ăn lạnh dẫn đến bệnh dạ dày, thì phải kích thích đúng mức vị tràng điểm. Dùng ngón cái liên tục mà ấn vào vị - tràng điểm, đến khi đau dạ dày dịu dần xuống.

Nếu là dạ dày co giắt đau nghiêm trọng, chỉ dựa vào bấm không thể làm dịu đau dạ dày, lúc này thử dùng một bó tăm đâm kích mạnh vị tràng điểm. Vì đối với kích thích, bàn tay nguyên là vùng da mềm, do vậy rất dễ bị thương tổn. Tác động quá mức, bàn tay bị thương tổn, thì bệnh tật rất khó chữa khỏi.

Sau khi tăng cường kích thích vị tràng điểm, tức đã làm cho đau quận có thể dịu xuống.

Đối với loét dạ dày giai đoạn đầu, bấm vào huyết đạo cũng có hiệu quả tương tự, nhưng nếu loét dạ dày nghiêm trọng một chút thì tương đối khó chữa.

Nguyên nhân của loét dạ dày là axit dạ dày tiết ra quá nhiều, không chỉ để tiêu hoá thức ăn, thậm chí ngay cả thành dạ dày cũng bị ăn mòn, dẫn đến loét thành dạ dày. Nếu dùng dầu hương hoặc tăm để kích thích vị - tràng điểm, có thể ức chế axit dạ dày tiết ra quá mức, để phòng loét dạ dày xấu đi.

Như trên đã nói, vị - tràng điểm là huyết đạo đặc hiệu chữa trị bệnh loét dạ dày, do vậy nếu đã

thấy dạ dày, ruột khó chịu thì nên chữa trị sớm. Ngoài ra, nhất thiết không được coi nhẹ tập quán truyền thống ăn ba bữa một ngày.

## **I. Thuật trị liệu cơ quan hô hấp**

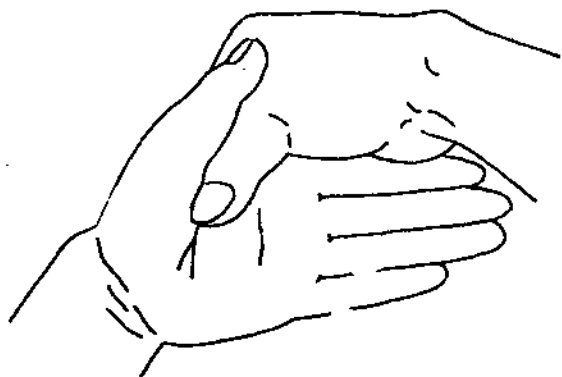
Huyệt đạo là thứ vừa thần bí lại vừa lý thú. Từ góc độ y học hiện đại mà nói, nó là Bộ Phận dễ thông điện, so với nơi khác, nhiệt độ bề mặt của nó hơi cao. Tại sao huyệt đạo lại có thần hiệu đối với chữa trị bệnh tật như vậy? Tại sao nó lại mẫn cảm hơn những bộ vị khác? Đến nay vẫn chưa ai mở được ra điều bí ẩn này.

Kinh lạc liên hệ huyệt đạo toàn thân, có thể cho con người cái cơ năng của sự sống. Trung y gọi là “khí” (sinh khí). Cái thứ phi vật chất này, khi con người còn sống, không những không thể nhận ra được, sau khi con người chết đi lại càng mất đi không hình ảnh, chẳng tung tích. Con người hiện đại chỉ có thể dựa vào kinh nghiệm và trí tuệ của người xưa về kinh lạc huyệt vị, dùng cách xoa bóp, cứu trị, châm trị... để chữa bệnh dưỡng sinh.

## **K. Kinh lạc của sự thần bí**

Huyệt đạo phần tay có quan hệ mật thiết với bộ máy hô hấp và hầu họng, từ Thiếu thương huyệt của ngón cái qua Ngũ tế huyệt của bàn tay lại lên đến Khổng tẩu huyệt phía trên cổ tay. (Hình 306)

Các đường kinh mạch này thông qua hầu họng



Hình 306

trong cơ thể sau đó đến dạ dày, ruột.

Ví dụ: Cảm cúm là bệnh tật thuộc về bộ máy hô hấp, khi mắc, cảm cúm thường thấy các triệu chứng như: đau họng, tịt mũi, chảy nước mũi, ngoài ra cũng thường thấy đi kèm với triệu chứng ỉa chảy.

Cảm cúm đồng thời với đi tiêu, Trung y học giải thích đây là triệu chứng của kinh lạc thần bí nào đó liên đới kích thích và cùng xảy ra.

Bộ máy hô hấp không bình thường cũng có thể ảnh hưởng đến chức năng bình thường của đại tràng, do vậy xuất hiện triệu chứng tiêu chảy là một điều hoàn toàn hợp với lý luận. Trong lý luận, Trung y, vì rút cảm cúm từ Phong môn huyết trên lưng xâm nhập lên cơ thể, sau đó tập trung ở

Phong trì huyết ở sau đầu, lại thông qua Phong phủ huyết, Não không huyết từ đó mà dẫn đến các triệu chứng đau đầu, tê mỗi khớp chân tay. Loại cảm cúm này vì rút tập trung ở bộ vị là Khổng tối huyết. Do vậy kích thích huyết này có thể giảm nhẹ triệu chứng đau họng, ho.

Cách tìm Khổng tối huyết là gấp cổ tay và khuỷu tay, lấy đường nhân của cổ tay và khuỷu tay làm chuẩn, lấy đoạn cánh tay chia làm ba phần bằng nhau, Khổng tối huyết ở trên điểm 1/3 gần khuỷu tay.

Khi dùng sức gấp cổ tay lại sẽ xuất hiện hai cái gân nổi lên, giữa nó có chỗ lõm xuống. Dùng tay bấm vào bên ngoài gân nổi lên cạnh ngón cái, tiện thể xoa bóp luôn cánh tay, thì có thể tìm thấy Ấp thông điểm Khổng tối huyết ở trên một phần ba vị trí nói trên.

Dùng sức ngón tay bấm vào huyết này sau đó giữ nguyên tư thế xoay tròn, thì có thể đạt được hiệu quả kích thích.

Khoảng 3-5 giây, nghỉ 2-3 giây, sau đó lại tiếp tục. Cứ làm như vậy mỗi ngón tay trái khoảng 5 lần.

Ngoài Khổng tối huyết ra, huyết Hợp cốc cũng rất hữu hiệu trị đau họng.

Khi cảm cúm và có hiện tượng sốt, dùng ngón tay ấn vào đầu ngón cũng có hiệu quả giải nhiệt. Phương thức như sau: Dùng hai ngón cái và ngón

trở ấn vào hai bên móng của ngón trỏ và ngón giữa, khi đó sẽ có cảm giác đau dữ dội. Do vậy có thể làm cho thần kinh giao cảm bị kích thích, tiền tới co dẫn huyết quản, lúc này lưu lượng tuần hoàn huyết dịch tự nhiên sẽ giảm theo, nhiệt độ cơ thể cũng theo đó mà giảm đi.

Phương pháp này rất hữu hiệu đối với cảm cúm phát sốt ở mức độ nhẹ, nhưng nếu khi sốt cao 39 độ trở lên nhất thiết phải tìm bác sỹ để chữa trị.

Nói chung chữa trị cảm cúm chỉ hạn chế trong 3 ngày, cơ thể con người có lúc có thể dựa vào sức đề kháng mà khỏi tự nhiên làm cho sức khoẻ trở lại như cũ. Trên thực tế liệu pháp huyết đạo hoặc được đạo chỉ là vận động giúp đỡ khỏi tự nhiên, hiệu quả vẫn có hạn.

## **L. Đau răng, cách trị đau hữu hiệu**

### ***1. Huyết Hợp cốc có thể trị các bệnh răng.***

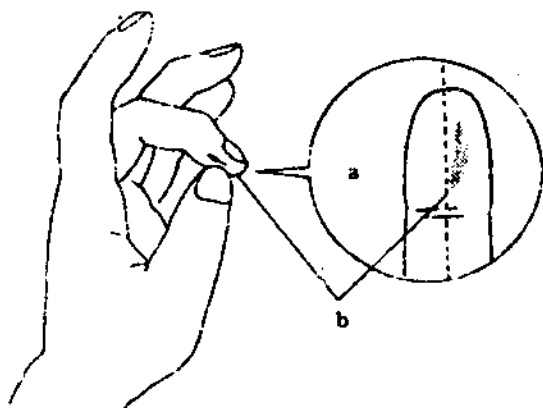
Đầu tiên hãy ghi nhớ vị trí đúng của huyết Hợp cốc. Khi đau đầu, họng, răng thì có thể biết ngay được phạm vi cần sử dụng.

Dùng ngón tay cái ấn vào huyết Hợp cốc trên bàn tay, hoặc trước khi đi bệnh viện đầu tiên hãy dùng hương dây để cứu trị hoặc dùng tăm kích thích huyết Hợp cốc hiệu quả sẽ càng tốt.

Đó là dùng kích thích nâng cao cảm giác đau, và mượn kích thích quá mức đó để triệt tiêu cảm

giác đau. Cuối cùng đạt được hiệu quả không đau. Chỗ tốt đẹp nhất của huyết Hợp cốc, thực tại được mọi người sử dụng triệt để.

2. *Kích thích ngón giữa có thể chữa đau răng và đau tê bả vai.*



Hình 307

Khi trạng thái đau răng nghiêm trọng, còn có một phương pháp giản tiện là kích thích ngón giữa. Bộ vị ngón giữa, trong “Cao Li thủ chỉ châm học” của Triều Tiên, tương đương với huyết đạo phân đầu, mà bụng ngón tay của khớp cuối chính là tương ứng phần mặt.

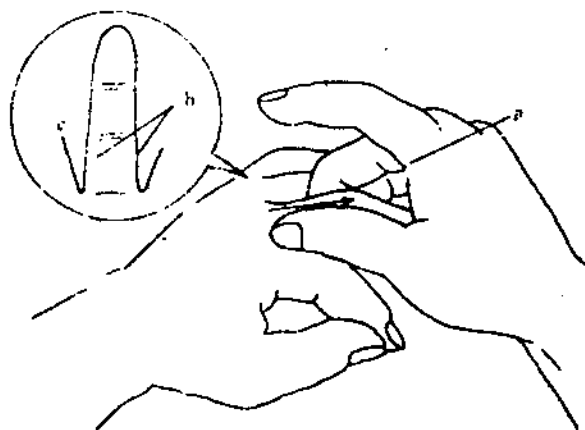
Do vậy khi đau răng, bụng ngón tay đốt cuối ngón giữa mé bị đau tương đương với phần răng. Vì bộ vị này tương đối nhỏ, cho nên phải trực tiếp

cong ngón giữa lại, dùng ngón tay cái ấn vào bụng ngón giữa thì có thể tìm thấy huyết đạo. Để thuận lợi cho việc tìm kiếm huyết đạo, có thể mang ngón giữa đối phân từ trong phân biệt từ phía trái hoặc phía phải mà bắt đầu thứ tự bấm xuống. Nếu khi bấm trúng huyết đạo, sẽ có cảm giác đau rút nhẹ (Hình 307). Dùng hương dây cứu trị hoặc dùng tăm kích thích Áp thống điểm. Làm đi làm lại khoảng 5-6 lần. Ngoài ra, lại có thể kích thích huyết Hợp cốc nhất định có thể làm cho đau dịu dần tức khắc, dù không thể trị đau hoàn toàn, chỉ ít cũng không làm cho đau lại. (Hình 307)

Ngoài ra, tình hình do đau răng mà dẫn đến đau tê bả vai cũng rất nhiều. Tuy nhiên chưa có sâu răng mà lại đau răng hoặc khi răng hoạt động mà không thể nhai được thức ăn. Kích thích huyết đạo và ngón giữa, tuy rất có hiệu quả, nhưng nếu lại phối hợp với phương pháp chữa trị loại bỏ đau tê bả vai sẽ càng có hiệu quả. Máu chốt vấn đề ở chỗ khớp gốc của ngón giữa đến phần khớp giữa.

Trong “Cao Li thủ chỉ châm” hai đầu của đốt gốc ngón giữa đến đốt giữa tương đương với phần bả vai, như hình 308 biểu thị, dùng ngón cái và ngón trỏ của tay kia ấn vào nơi này, chỗ bị đau nén chính là huyết đạo. Tiếp tục dùng đầu ngón bấm vào hoặc dùng hương dây để chữa trị làm đi làm lại khoảng 5-6 lần thì được. Phương pháp này có hiệu quả đặc biệt đối với đau tê bả vai nói chung. (Hình 308)





Hình 308

## M. Khắc phục chứng lạnh chân tay

### 1. Nguyên nhân của sợ lạnh.

Chứng sợ lạnh (chứng lạnh chân tay) tuy là bệnh của phụ nữ, nhưng cũng có nhiều nam giới bị chứng bệnh này.

Dùng hai tay chà xát vào nhau ở trên mu tay, kích thích Dương trì huyết có thể đạt được hiệu quả làm ấm thân (Hình 309).

Dương trì huyết tại sao lại có thể trừ được lạnh chân tay. Đầu tiên hãy nói đến nguyên lý của kinh lạc.

Chúng ta có thể tưởng tượng kinh lạc là một

mạng lưới bố trí khắp toàn thân, cũng giống như thần kinh và huyết quản, các cơ quan nội tạng dựa vào “Khí” (năng lượng) để hoạt động. Do vậy khi “Khí” bị tắc nghẽn cản trở cơ quan nội tạng được kinh lạc chi phối lập tức sẽ tê liệt. Tình hình này giống như huyết quản tắc nghẽn, đại não - tim mất cân bằng, sự khác nhau chỉ là kinh lạc không thể dùng máy móc hoặc mắt để quan sát được.

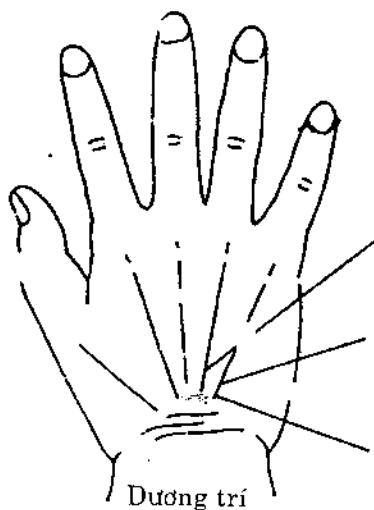
Huyết đạo tương đương với Trung kế điểm (trạm trung chuyển) của kinh lạc nói trên, cũng là nơi dễ dàng đình trệ “khí” nhất. Do vậy nếu kích thích huyết đạo có thể làm cho khí lưu thông nhằm cải thiện chức năng các cơ quan nội tạng trên kinh lạc.

Dương Trì huyết là huyết đạo chủ yếu của Tam tiêu kinh, Tam tiêu kinh truyền hệ thống phát nhiệt của ba tổ chức thượng tiêu, trung tiêu, hạ tiêu lên cơ quan cấp trên. Thượng tiêu chi phối tạng tâm, ngăn chặn tạng tâm phát triển quá mức và chức năng hô hấp của phổi, trung tiêu chi phối cơ quan tiêu hoá, hạ tiêu chi phối cơ quan tiết niệu.

Vì sao sau khi vận động và ăn cơm nhiệt độ cơ thể lại lên cao? Đó là vì chức năng của thượng tiêu và hạ tiêu. Sau khi đi tiểu tại sao lại hơi runng mình? Là vì hạ tiêu phóng nhiệt lượng.

Người mắc chứng sợ lạnh, chính vì trong hệ

thống phát nhiệt có một cơ quan nội tạng có vấn đề mới làm cho nhiệt độ cơ thể mất cân bằng.



Hình 309

## 2. *Huyết vị làm cho nhiệt độ cơ thể lên cao:*

Khi Tam tiêu kinh mất sự cân bằng huyết đạo có thể phát huy được sức mạnh thần kỳ là Dương trì huyết. Tên gọi của Dương trì huyết nghĩa là tích trữ sức nóng của mặt trời. Kích thích huyết này có thể phục hồi chức năng của Tam tiêu kinh, truyền nhiệt đến toàn thân. Ngoài ra nó cũng liên hệ với các huyết đạo cơ quan nội tạng quan trọng trong kinh lạc.

Sự kỳ diệu của huyết đạo là ở chỗ chỉ cần kích thích một huyết đạo thì có thể truyền những kích thích này đến cơ quan nội tạng có ở trên kinh lạc.

Dương trì huyết không những có thể chữa trị chứng sợ lạnh, còn có thể điều hòa chức năng bình thường của cơ quan nội tạng. Do vậy rất hữu ích đối với các bệnh như cảm cúm, thổ độc, bệnh vị - tràng chức năng thận mất cân bằng, đúng là “huyết đạo vạn năng”, được mọi người chú ý ghi nhớ.

Vị trí của Dương trì huyết ở chính bộ vị tập hợp của xương giữa mu tay. Cách tìm là mu tay vênh lên trên, trong nếp nhăn xuất hiện ở cổ tay, chính giữa nếp nhăn gần mu tay nhất có một áp thống điểm, đó chính là Dương trì huyết (Hình 309).

Cách kích thích rất đơn giản, chỉ cần lấy huyết này làm trung tâm phối hợp với yếu lĩnh xoa bóp, chà xát hai tay vào nhau là được. Đồng thời với việc chà xát sinh nhiệt ở mu tay, Dương trì huyết cũng do được kích thích đầy đủ mà đạt được hiệu quả làm ấm toàn thân.

Lợi dụng cách kích thích Dương trì huyết thì có thể hoàn toàn tiêu trừ chứng sợ lạnh.

## **N. Cách trị liệu xoa bóp tạng tim**

Bệnh tạng tim là một loại bệnh không thể coi thường, khi tình huống hơi có xấu đi phải lập tức

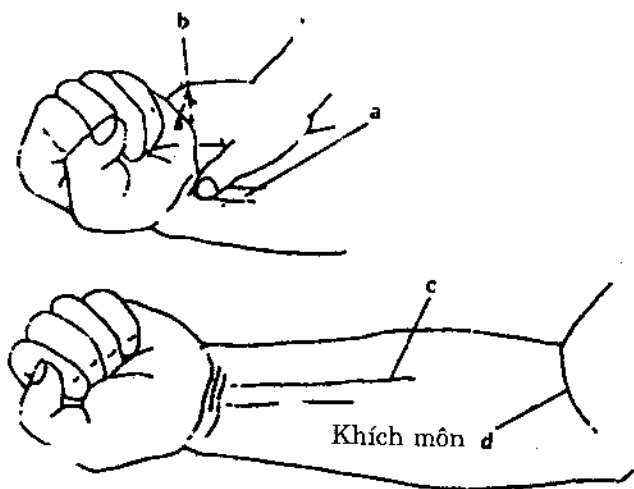
đến viện để kiểm tra và điều trị. Nhưng nếu triệu chứng nhẹ thì có thể áp dụng phương pháp chữa trị huyết vị.

Nhịp đập của tim không theo quy luật không bình thường do lao động quá mức, mất ngủ, thần kinh căng thẳng, rượu thuốc quá nhiều, cũng có người gọi là “tâm tạng không chuyển”.

Ngoài ra còn có “tim đập thành thịch”, “đột nhiên vùng tim thấy đau nhói”, “ấn vào khoang ngực thì thấy đau...”...

Nguyên nhân dẫn đến tim đập mạnh và loạn nhịp có rất nhiều, có căng thẳng thần kinh dẫn đến, cũng do xơ cứng động mạch vành, khi khám bệnh nếu không nói rõ triệu chứng thì rất có thể bị đoán nhầm là không có gì quan trọng cả. Đối với bệnh hệ thống tuần hoàn liên quan với huyết quản tạng tim chỉ cần kích thích Khích môn huyết ở mé trong cánh tay thì có thể đạt được hiệu quả kỳ lạ.

Cách tìm Khích môn huyết như hình 310 biểu thị gấp cổ tay và khuỷu tay lại, trong cánh tay xuất hiện những đường lồi lõm không bằng. Từ khu lõm xuống giữa cổ tay bắt đầu dùng ngón tay ấn men theo khuỷu tay, vị trí trung tâm có thể cảm thấy một Áp thống điểm. Dùng ngón tay bấm mạnh nơi này, đồng thời cổ tay xoay tròn vào trong sẽ có hiệu quả rất tốt. (Hình 310)



Hình 310

Khi bạn thấy chức năng tim không bình thường thì ấn huyết này 3-5 giây, nghỉ 1-2 giây, kích thích 3-5 lần thì có thể ổn định được triệu chứng và loại bỏ được cảm giác khó chịu.

Khích môn huyết có khả năng điều tiết tuần hoàn máu không tốt, do vậy đối với triệu chứng mất cân bằng ở tạng tim, có hiệu quả không thể ngờ được. Không chỉ tạng tim mà đối với sự khai thông tuần hoàn mạch máu do các nguyên nhân khác dẫn đến cũng rất hữu hiệu.

Ví dụ: Khi tranh cãi với người khác thường đỏ mặt gân cổ, hoặc có những sự việc không vui lộ

khí nổi lên ùng ùng, sẽ cảm thấy máu xung, đại não do vậy vận chuyển lượng lớn huyết dịch, Khích môn huyết có thể điều tiết hiện tượng này.

Sau khi huyết dịch trong não bộ được cân bằng, hiện tượng đỏ mặt gân cổ sẽ mất đi, cảm giác lộ khí bùng bùng cũng ổn định trở lại, vì Khích môn huyết đúng là có hiệu quả ức chế lộ khí. Ngoài ra còn có một nguyên nhân làm cho tim đập nhanh và loạn, chính là tố chất thần kinh. Người có tố chất thần kinh thường mẫn cảm quá mức với mạch đập của mình mà dẫn đến tim đập nhanh và loạn nhịp.

Tạng tim, huyết quản chịu sự khống chế của thần kinh thực vật khi thần kinh căng thẳng, hệ thống thần kinh thực vật cũng căng thẳng lên mà tăng thêm nhịp đập của tim và co bóp huyết quản, dẫn đến có triệu chứng khác thường về tim. Triệu chứng bệnh này thường được mệnh danh là: “chứng mất cân bằng thần kinh thực vật”. Do vậy không cần quá lo lắng sợ hãi, một khi gặp tình huống này hãy dùng phương pháp kích thích Khích môn huyết để ức chế triệu chứng.

## **O. Bệnh trĩ làm não ruột người ta**

### *1. Nguyên nhân sự xấu đi của trĩ:*

Có người cho rằng, ngồi làm việc lâu, thói quen ăn uống không tốt là nguyên nhân chính mắc bệnh trĩ, nhưng sự tình lại không rõ. Nói chung có thể giải thích là vì bệnh ẩn do phản ứng sinh lý

hậu môn ứ huyết dẫn đến. Thông thường để ngăn cản huyết dịch chảy ngược trở lại, trong tĩnh mạch đều có các van, duy chỉ có tĩnh mạch của hậu môn không có van này do vậy có những lúc máu chảy ngược lại tích tụ ở hậu môn, tùy theo sự co giãn ở búi trĩ mà có hiện tượng chảy máu. Bất kể là trĩ hạch hoặc trĩ rách, nguyên nhân như trên đã nói, chỉ là triệu chứng hơi có sự khác nhau.

Đối với người bị bệnh trĩ mà nói mùa khó qua nhất là mùa đông. Đặc biệt là khi có yến tiệc phải ngồi lâu trên ghế, thì dễ dẫn đến ứ huyết hậu môn, lại thêm vào đó rượu nhiều, huyết mạch nở rộng thì bệnh trĩ càng xấu đi.

Dùng phương pháp chữa trị kích thích huyết đạo sẽ làm cho bạn dễ chịu nhiều, dù uống rượu 2-3 ngày liên tục cũng không thể dẫn đến bệnh trĩ xuất huyết.

## *2. Cách chữa trị bằng hương đầu (cứu bằng điều ngủ).*

Huyết đạo máu chốt của chữa trị là Hội âm huyết trên đốt giữa của ngón út, giống như tên của nó, nó tương đương vị trí của hội âm, ngoài đối với bệnh trĩ ra, đau phần hạ bộ do “phì đại tuyến tiền liệt” cũng có hiệu quả. Nhưng có hiệu quả đặc biệt đối với trĩ xuất huyết.

Cách tìm Hội âm huyết: Đầu tiên cong ngón út lại thành hình móc câu, sau đó theo sơ đồ hình



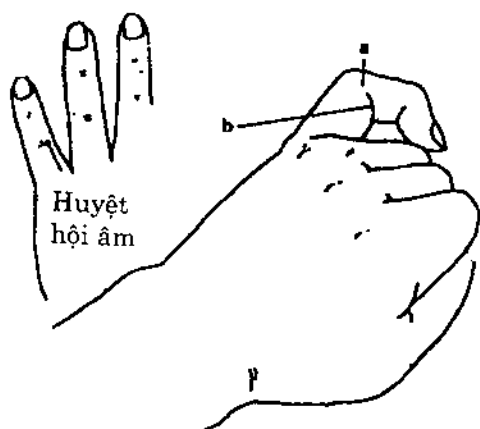
311. Dùng móng tay bấm vào mé trong khớp giữa ngón út (mé cạnh ngón vô danh), nếu ấn thấy điểm đau, đó chính là hội âm huyết bạn hãy tìm thử cả hai tay xem, chỗ đau chính là huyết đạo. (Hình 311)

Cách kích thích là dùng đầu hương để châm trị hoặc đầu ngón tay để ấn chà sát cũng được. Khi châm trị bằng đầu hương, dí đầu hương vào gần huyết đạo, khi có cảm giác nóng rát thì tạm cách ra một vài giây, làm khoảng 20-30 lần là được.

Phương pháp này có số lần nhiều hơn so với chữa trị tại huyết đạo khác, là để tăng cường cơ vòng của hậu môn, nhằm loại bỏ tĩnh mạch ứ huyết.

Hương yên cứu trị (chữa bằng hương) mỗi ngày một lần là được, không hạn định thời gian ngắn dài. Ngoài ra phối hợp bấm bằng ngón tay hiệu quả càng tốt. Có thể tận dụng thời gian nhàn rỗi của công việc hoặc khi chờ tàu xe để thực hiện, ngoài ra lúc ăn liên hoan cũng có thể dùng cách xoa bóp này.

Phương pháp này có thể cải thiện tình hình đau trĩ hoặc trĩ xuất huyết, nếu vô hiệu thì phải xem bệnh tình có vượt quá phạm vi chữa trị huyết đạo hay không, lúc này tốt nhất là đến bệnh viện để chữa trị triệt để mới được.



Hình 311



## MỤC LỤC

|                                                         | Trang |
|---------------------------------------------------------|-------|
| <i>Phần I: Xem tay biết bạn</i>                         | 7     |
| <i>Chương I: Bàn tay - Bộ não thứ hai của con người</i> | 7     |
| <i>Chương II: Bàn tay biết nói</i>                      | 13    |
| I. Dùng tay trái hay tay phải                           | 13    |
| II. Ý nghĩa của các đường cơ bản trong lòng bàn tay     | 14    |
| III. Nhận thức về các gò vốn có                         | 18    |
| <i>Chương III: Bạn hãy thử đoán</i>                     | 29    |
| I. Đường sinh mệnh                                      | 29    |
| II. Đường trí tuệ                                       | 38    |
| III. Đường hôn nhân                                     | 49    |
| IV. Đường tình cảm                                      | 59    |
| V. Đường công danh                                      | 67    |
| VI. Đường thái dương                                    | 76    |
| <i>Chương IV: Bàn tay mã số cuộc đời</i>                | 85    |
| <i>Chương V: Hồn nhân và nghề nghiệp</i>                | 106   |
| <i>Phần II: Y học và bàn tay</i>                        | 158   |
| <i>Chương I: Bàn tay và cơ thể người</i>                | 158   |
| <i>Chương II: Nhìn tay biết bệnh</i>                    | 193   |
| <i>Chương III: Thuật kích thích bàn tay</i>             | 217   |
| <i>Chương IV: Thuật xoa bóp bàn tay</i>                 | 274   |

NHÀ XUẤT BẢN VĂN HÓA - THÔNG TIN  
43 Lò Đúc - Hà Nội

---

## BÀN TAY MÃ SỐ CUỘC ĐỜI

*Biên dịch:* HIỀN CHI MAI  
*Hiệu đính:* NGUYỄN KHẮC MINH

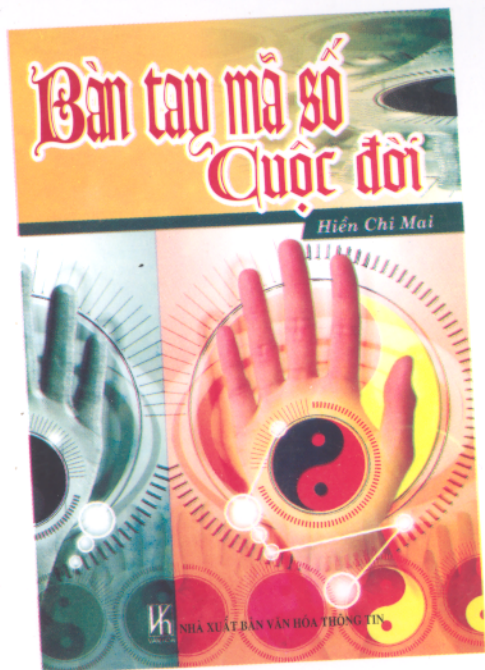
*Chịu trách nhiệm xuất bản:*  
VŨ AN CHƯƠNG

*Chịu trách nhiệm bản thảo:*  
PHẠM NGỌC LUẬT

*Biên tập:* BÍCH HẰNG  
*Trình bày:* LINH CHI  
*Vẽ bìa:*  
*Sửa bản in:* MAI THANH

---

In 1000<sup>c</sup>, khổ 13 x 19<sup>cm</sup>. Tại 34A Nguyễn Khoái - XN in 1  
Giấy chấp nhận KHXB số: 1486/ XB - QLXB/ 61 VHTT c  
ngày 12/ 11/ 2003. In xong và nộp lưu chiểu quý I/ 2004



0703 215

GIÁ : 30.000Đ