

田原 著

再现中医「面诊」绝技

田原寻访中医系列

脸上的真相

民间中医「解毒」现代身体

本书以作者寻访民间中医为线索，通过对其面诊绝技的深入挖掘，揭示了民间中医在面诊方面的独特见解和丰富经验。本书不仅是一本关于面诊的专著，更是一本关于民间中医文化的珍贵资料。本书适合中医爱好者、临床医生及从事中医研究的人员阅读。

中国医药科技出版社



「田原寻访中医系列 田原◎著」

脸上的真相

民间中医「解毒」现代身体

中国医药科技出版社

内 容 提 要

中医有四诊：望、闻、问、切。排位第一的“望诊”在现代已日趋式微。作者田原寻访到广东兴宁的民间中医陈胜征，其历经40年再现古中医面诊法，观面即可知病、识毒；“多余便是毒”，脸上异常的颜色、温差、斑疣、血丝、痘疮等，是身体“浊毒”的蛛丝马迹，隐藏着重大疾病的信息！

本书全方位解读脸上的真相，抽丝剥茧解析“浊毒”的来龙去脉，分享养命智慧，并提出富含中华医易内涵的“人体生命方程式”，为人们重新认识自己的身体以及中西医学界对“望诊”的深入认识提供了全新的视角，具有极强的临床指导意义和实用价值。

图书在版编目(CIP)数据

脸上的真相：民间中医“解毒”现代身体 / 田原 著. — 北京：中国医药科技出版社，2012.1

ISBN 978-7-5067-5268-8

I. ①脸… II. ①田… III. ①养生(中医)—普及读物 IV. ①R212.49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第235119号

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲22号

邮编 100082

电话 发行：010-62227427 邮购：010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 710×1020mm¹/₁₆

印张 16³/₄

字数 225千字

版次 2012年1月第1版

印次 2012年1月第1次印刷

印刷 三河市华新科达彩色印务有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-5268-8

定价 35.00元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换



在岭南陈家小院，田原与陈胜征探讨疾病



蘇寒竹雞五翅村已魚田、劉小寒村南餘五

出版说明

广东兴宁中医师陈胜征，在近半个世纪的中医实践中，探索出了独具特色的临床诊疗方法和中医药理论，疗效显著，深得患者口碑。

2010年至今，作者两次奔赴粤东兴宁，对陈胜征其人其事、理论方法、临床疗效以及重点案例，进行了较为全面的采访、考察、印证；对若干重症病人，进行了持续的跟踪了解；并邀请陈氏夫妇到北京做深度访谈，与有关专家进行研讨论证……作者为此做了近百小时的录音、笔记，收集大量资料以做系统研究，初步得出结论，即：陈胜征的疗效是可靠的，其源于古中医思想和长期实践所得出的理论是令人信服的，具有自身特色，堪称一家之言。

“陈氏理论”诚如其人，内容驳杂丰富，见解独到而未必完美。在此有必要说明，作为一名土生土长、未受中医“科班”训练、只靠自己辛勤探索并取得如此成绩者，确属难能可贵；同时，陈氏其人也不可避免地带有个人性情、地域以及时代局限性，个别言论过于主观，某些见解仍需进一步完善；其理论具有参照价值，但是否具有临床普适性等问题，尚待进一步探讨和商榷。

感谢作者，在为期一年多的写作过程中，通过艰辛的努力，去芜存菁，务实求真，付出大量心血之后，为业界写出了这样一部“别开生面”的作品。

本着“百花齐放、百家争鸣”的宗旨，我们决定出版此书。

对于广大中医从业者和爱好者，相信本书会提供出有价值的资讯。

欢迎读者批评。

写在前面的话

望、闻、问、切。

几乎每一个中国人对这四个字都不算陌生，很多人也知道这是中医判断疾病的主要手段。望，就是望诊，位于中医四诊之首。与此相关的一句话就是“望而知之谓之神”。

然时至今日，这种“神医”的眼神已无处找寻，只偶尔出现在“看相算命”的人那里。当代中医队伍中，还有多少人有望而知病的神眼？岁月更迭，“扁鹊的故事”是传说还是遗失？何处考证？中医这个最为招牌、玄之又玄的主角为何隐秘至今？

2010年10月，岭南民间中医陈胜征出现在我们的视野之中。看过他自己编印的几本临床经验书，其中“死保肺胃，清理膀胱”的理念吸引了我，我们决定赶赴广东兴宁，深入了解、挖掘。陈胜征，现年67岁，和北方人相比，身形显得瘦小，但是极为轻灵。乍一看，更像一个习武之人。眼神谨慎而精明，初次见面，他的目光有些回避，略带一丝羞赧。第二天，我们开始跟诊。从早晨到下午两时左右，求诊的患者络绎不绝……来人自觉地维护就诊秩序，默默地等待，没有大医院的嘈杂。陈胜征被十几、二十几人围着，你只能听到他不断地讲病，一口广东客家话抑扬顿挫，形同唱诵，十分有味道。诊室空间不大，他和诊桌被四周几条木质板凳团团围过来，通常都是坐满了人。诊桌是一张年代久远、已经破旧的学生课桌，他坐在后

面的木头方凳上，腰身挺直，手眼灵光。用来记录患者情况的都是学生的笔记本，一本又一本……

第一次兴宁之行，我们用了十天时间，上午跟诊，下午访谈。三个月后，我和助理再赴兴宁陈胜征的诊所。继续随其出诊，观察病人，深入访谈……

二

望诊，究竟是什么模样？

我们大多数人，从自己所体验过的中医看病经历来讲，极少有印象说，医师会盯着你的脸，细细“望诊”。当代的中医诊疗，保留得更多的是问诊和切诊，“闻”也不太受重视了。有医家刻意来闻你的口气，或者便便的味道？几乎很少、很少。医学的进步，更多地托载于现代医学的化验单和各种超声、射线片子。

何谓“望诊”，已经没有多少人知道了，或者说，不少人把它和“看相”混为一谈，先入为主地当成迷信，给否了。

而“望诊”的学问，从中医说来，究竟是什么？

古人将望诊总结为八大板块：望神、望形态、望头面、望五官、望前后二阴、望皮肤、望经络、望大小便。每一板块，都可以单独成为一门学科，写出一本本厚实的大部头。

古人还根据《灵枢·五色》的描述，制作了一幅幅望诊全息图，包括手诊、耳诊、足诊、腹诊……通过这些微观的角度对身体进行“全息摄影”，进而窥一斑而知全豹，将身体的问题尽收眼底。

另外还有一些经典著作，如《望诊遵经》、《四诊心法要诀》等，将望诊分纲列目，一点点梳理望诊的每个细节……目的还在于强调“望诊”的重要性。

写到这里，我突然想到一个角度，古人在没有现代医学这些检测手段的境地，靠什么了解疾病？为什么中医里面重要的理论“望闻问切”以“望”起首？原因只

有一个，望，能够迅速掌握病情，开展诊疗，不误病情。那一刻，医家的眼睛形同X光机，能够快速捕捉到疾病的信息。

其实生活中，我们或多或少都有自己的体会，或者叫灵感。对自己的身体，或者某件事情，有时会有莫名的感觉，你重视并且相信、培养这些感觉，她就会进一步指导你的生活，甚至指导身体健康。遗憾的是，随着现代科学技术的发展与普及，人们更相信“技术”，而丢弃了自身天然的智慧。矛盾的是：如果在你的身边出现一个善于“观面”之人，而且打着“易学”的旗号，你还会由衷地想听他说点什么。

陈胜征给我们还原了一扇“观脸”、“观舌”之门。他从相理学的视角切入，却没有停留在各种命理说辞上，而是透过相理学的框架和现象揪出本质：脏腑气象。在他的眼里，一张脸，不仅仅是一个人的外在容颜，更是一张GPS地图，一分一厘，严密对应着身体内的五脏六腑。根据脸上的蛛丝马迹，他可以轻易地顺藤摸瓜，找到体内病变所在。他先将脸和舌头“一分为三”或者更多。这“三”是基本，大体意义为“三生万物”：既是脸的上中下三个部分，又是人体的上中下三焦、人生的三个阶段……宇宙的天地人。

听起来很耳熟吧？没错，正是中医骨子里的理念：天人合一整体观。

关注中医、喜爱中医的朋友对中医的语言都不陌生：太极、阴阳、五行、天干地支、五运六气、六淫七情……通过中医接触到更多传统文化后，会意外地发现：研究堪舆术、相学和卜易等学问的人，所用的语言和中医是大同小异的。可以说，它们是同根同缘的文化，它们是古圣先贤用以包抄宇宙真理和生命真谛的中华文明，是多维视角的关照产物。

望诊，既为中医所用，也是相理学中的一枝主干。它们的根是相同的，中医讲“有诸内者必形诸外”，相理学中的“面相”也正是通过观察面部的纹线与气色来知人的吉凶。从情理上来说，我们很愿意相信万事万物之间有着密切的对应和关

联，古人也尽可能详尽地告诉了我们后人，哪些现象和哪些疾病、命运一一对应，但仍有一大难题横亘于“科学性”和“合理性”面前：为什么是这样的对应关系？

陈胜征说，这正是脸上真相的秘密所在：干支基因。

西方人将人体DNA中的基因，认为是决定健康疾病、生老病死的终极原因。

但按照中华传统文化，决定人之命运（包括吉凶祸福与生老病死）的是“八字”，即出生时的“四柱”。在陈胜征看来，这正是人的“基因”：十天干，甲乙丙丁戊己庚辛壬癸，就相当于化学元素周期表的元素，是十大基本粒子；十二地支，子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥，是由天干组合成的十二种“化合物”；人体又由十天干和十二地支通过复杂的变化化合而成，可以分为“四柱”四个维度的组合，即年柱、月柱、日柱、时柱。命运是什么呢？就是人体的生命节律，这种节律会通过你的身心状况表达出来。

所以，陈胜征把表达这种节律的方程式叫做“人体生命方程”，并细细研算出“脸部真相”和“身心状态”的对应关系，拓展、充实了古代望诊体系。

望神、望色、望舌，是陈胜征望诊的三大重点。可是，望完之后，他的一个小细节引起了我们的注意：轻轻地用自己微屈的食指，蜻蜓点水般地触碰病人的额头、脸颊、下巴、鼻子，有时还碰碰眼睛的周围。他说，他的手指就是一个“温度计”，他这轻轻一碰，就知道身体里边脏腑气血是怎样的活动情况：强弱盛衰，正常与反常，都被尽收眼底。

回到我们的生活中，不难回忆，很多医院看到病人的脸上长了痘、斑、鱼卵样的点，或者长了疮，发了毒，就把他推到了皮肤科；患者也是，一想是皮肤出现了问题，就和医生通力合作，想尽一切办法让皮肤再次变得平整、白皙、有光泽……可是他们没想到，这些毒不光是皮肤的问题，体内对应的位置，一定也积攒了同样的浊毒，皮肤只是体内浊毒的一条发泄通道而已，把这条道堵上了，浊毒会伸向身体的其他地方：皮肤病治好了，咳嗽了，咳嗽治好了，长瘤了、生癌了，不孕不育了……

你是否想过，脸上长了多余的、不好看的東西，不仅仅是美观的问题，也不仅仅是皮肤的疾病，它还会改变你的性格，一些原本不该是你命中注定的疾病，正在悄悄地改变着你的健康和命运。

三

这本书里，有太多琐碎的问题，以致我在后期写作的时候无法整理成为以往完整的格局。也是我有意保留了这个面貌。我想，关于身体，关于生命现象，我们的许多困惑超出了教科书的条条框框，让教科书和那些大医家纠结的现象很多，且无从下手，因为无法可依。所以，我有太多的问题。

犹记得陈胜征家里的小小后院，花草和蔬菜静静地生长，蓝天悠悠，猫儿也懒懒地趴在脚下。不说话的时候，午后的小院很静，只听得见陈胜征在小黑板上沙沙的写字声，也许这是他几十年来最期待的时光，所以他正装，表情凝重。太阳暖暖地洒在我的身上，关于生命的话题却仿佛缠绕在我的心头，越解越宽松。这一次寻访，陈胜征传递出来的信息让我看到读解疾病与健康的更多可能。

在他那个几乎呈开放式的家庭诊室背后，后排的一间房子里，近十平方米的空间几乎摆满了他三十年来看病的诊治记录和所开方剂、照片。就是说，几十年来，他阅人几十万，面诊几十万，触诊几十万，思考了几十万人的身体现象和生命隐密。

杨澜说：一问一世界。因此她走进了太多光彩照人的世界，那些绕满光环的人生骄子，哪怕一句话，一个动作都充满智慧与启迪。我觉得自己在追问常识，那些我和大家早就应该知道和掌握的身体、生命常识，只不过，这常识从没有人以这样的方式讲给我们。

这本书，你可以把它当成中医科普来读，也可以理解为中医文化书籍，也可以看作是生命的哲学启蒙，也许她还应该表达得更加完美，也许她还带着乡野的草

莽……这本书的许多理论也许还比较发散，还有待现代科学的检验，但希望它能给你带来一个切入生活、生命，观察我们处所自然的新视角。

读完这本书，就等于系统地学习了民间中医陈胜征的古中医智慧。希望这本书能成为你的“镜子”和“尺子”，通过它，能够为你度量出一个关于生命健康的新天地，并感受到中医文化迷人的无限光辉。



2011年10月18日

陈胜征主要观点

脸上部位的反常，对应内部的脏腑生化有了反常

脸上的疣、痣、疮、疔，对应身体内有了浊毒瘀聚

癌症并非命中注定，而且具有先兆性

额头、鼻子与口唇，不仅与体内脏腑对应，还透露人的性格

“扶正拔毒”的疫苗才是有益于健康的好疫苗

脸上局部发凉，对应体内脏腑生化能力低弱

伏湿蕴火与浊毒瘀聚，是杀死当代人的真凶

被动发热咳嗽，大法是清理、疏化、排解

.....

Contents 目录

· 脸上的真相 ·

[第一章]

你看、你看我们的脸 / 001

◎ 体验·望而知病现场 / 003

1. “以貌取人”是中医的大智慧 / 007
2. 你我脸上分布的“上、中、下” / 010
3. 好山好水一张脸 / 012
4. 眉毛是肝肾的守门员 / 015
5. 眼睛是身体的日月 / 017
6. 上眼胞和下眼胞，肿胀有浊毒 / 024

◎ 案例现场分析·莫把假性高血压当了真 / 027

027 _ 首诊

027 _ 侦破此案

029 _ 高血压究竟是怎么回事

031 _ 本案例方药

032 _ 谁得的是真正的高血压

7. 肿胀的是眼袋还是“卧蚕” / 034

8. 谁能抹去你额上的纹 / 039

9. 鼻子反映你的脾胃和肠道 / 041

043 _ 山根黄，体内有湿痛

045 _ 鼻头赤晦，脾脏大肠有瘀毒

049 _ 小儿鼻翼煽动，正气在排解多余营养

054 _ 女人鼻子和手掌显示的幸福指数

059 _ 治鼻炎，自制保和丸、川贝散、化湿丸

- 10. 耳垂能告诉我们是否肾虚 / 061
- 11. 阳气在颧骨上升落 / 063
 - 066 _ 女人两颧红赤，饮食定要清淡
 - 068 _ 肠子里也会刮大风
- 12. 下停为何爆发“小火山” / 069
- 13. 舌头变红、变淡、变胖、变瘦的秘密 / 072
 - 076 _ 胖舌头，瘦舌头
 - 077 _ 红舌用赤芍、白舌白芍治
 - 078 _ 舌头的色彩地图
 - 080 _ 舌淡无光又下垂，是低血压
 - 081 _ 体内气乱，舌头哆嗦
- 14. 红唇上演脾胃故事 / 084
 - 084 _ 嘴唇偏红，脾火过旺
- ◎ 案例现场分析·切不可误将鼻炎作外感 / 085
 - 087 _ 嘴唇粉嫩的孩子更健康
 - 088 _ 中年女人，留心嘴唇的变化
 - 090 _ 嘴唇为何上下运动
- 15. 老年斑是可以排掉的瘀毒 / 091
- 16. 痣和瘰子不能一烧了之 / 092

[第二章]

来自身体温度的新启示 / 095

- 17. 一触即知的神奇诊法 / 097
- 18. 身体温差背后的秘密 / 098
- ◎ 陈胜征新见解·经络现象：人体通讯联络系 / 101
- 19. 你有没有“被发烧” / 102
- 20. 伏在皮肤下的一团火 / 105
- 21. 被动发热，千万不可主动发汗 / 109
- 22. 化解伏湿蕴火之方 / 111

[第三章]

通缉现代疾病的元凶 / 113

- 23. “快速”挤兑出来的生命焦虑 / 115
- 24. 你懂得自己的生命方程吗 / 116
- 25. 肺肠，健康第一防线 / 117
- 26. 死保肺胃，清理膀胱和大肠 / 120
- 27. “月亮弯”多说明正气足 / 122
- 28. 被疫苗压抑的胎毒、麻毒和痘毒 / 126
- 29. 消炎药把毒往脑袋和肾里赶 / 127
- 30. 小儿发痘疮是身体在排毒 / 128
- 31. 能“发”毒的疫苗才是好疫苗 / 129
- 32. 女人：体内干净脸才干净 / 132
 - ◎ 案例现场分析·女人的痛谁能懂 / 133
 - 133_ 痰、鼻涕和异常的白带都是体内的浊毒
 - 134_ 牙齿发黑，肾有瘀毒
 - 135_ 女人病背后的男人病
 - 136_ 性解放带给女人的伤害
 - 138_ 女人必备三大药
 - 140_ 进补的前提是不断地排毒
- 33. 绝经，悄悄关上排毒的门 / 141
 - ◎ 案例现场分析·红斑狼疮爱追聪明女孩 / 143
 - ◎ 案例现场分析·月经被“暂停”的女人 / 145
 - 148_ 那些皮肤长癣长疮的人儿
 - 149_ 肺癌之前的信号：咳嗽、皮肤病
- 34. 过剩的营养就是浊毒 / 151
- 35. 身体里的“蜘蛛”和“蜈蚣” / 155
- 36. 痰湿体质——慢性病的摇篮 / 157
 - 157_ 没长犬齿就少吃肉
 - 159_ 大黄泡酒治疗酒精肝

- 37. 调“脏”一定先调“腑” / 161
- 38. 被抗生素喂大的结石 / 162
- 39. 关节疼是脏腑瘀阻了 / 165
- 40. 吃蔬果吃出不孕不育 / 167
- ◎ 案例现场分析·她为啥不能吃狗肉 / 168

[第四章]

便得好身体才好 / 175

- 41. 小孩病是大小便出了毛病 / 178
- 42. 人人向往的“长寿便” / 180
- 43. 吃二排一，健康标准 / 184
- 44. 放屁也是在排毒 / 185
- 45. 吃米面才能助“性” / 186
- 46. 送你独家通便秘方 / 189
- 47. 干了这杯大黄排毒酒 / 190
- 48. 化腐朽为神奇的草药 / 193
 - 194_ 大黄 + 败酱草治疗急性阑尾炎
 - 196_ 韭菜籽壮肾阳，黑豆滋补肾阴
 - 197_ 认识草药才会理解生命
- 49. 家：屋顶（宀）下要养一只猪（豕） / 199
- 50. 揉腹比敲胆经好 / 201

[第五章]

人体生命方程式 / 205

- 51. 天赋来自天干地支 / 207
- 52. 捕知生命和疾病的讯息 / 214
- 53. 生命方程是生命的 GPS 系统 / 215