

《写在脸上的健康》

闲话面相、面诊、养生文化_禅海商道

为了开这个新帖子，与我家老太太斗争了很久。

老太太说你都棺材要盖板的人了，还跑去写东西，莫是嫌弃我又有了新欢吧？

所以这女人啊，不论多大年纪了，她都是要吃醋的！！！哪怕我这两年来从早到晚都没离开过她的视线，她照样能寻思出来无数个“情敌”。

可怜，我这无数个“情人”天天又叨叙着见不到我……

当然，这么“吃醋争风”肯定是有原因的，年轻那时候都在为了生计奔波，没有什么梦想可言，能吃饱饭，不用愁着给孩子交学费就算“成功”家庭了。到了 90 年代的时候，湖南还是比较落后的，仍然有很多家庭开学的时候会拖欠学校的学费，更不要说 80 年代了，而且拖欠学费的学生比例还不小。

在那个时代，大家听到“湖南、四川”就一定会联想到“打工大省”，为什么是打工大省呢，西部山区农业非常落后，田地都是梯田，都是一分两分这样的小块的土地，交通非常落后，有很多乡镇老百姓进一次城路上就要花一天的时间，回来路上又要一天的时间。人与城市之间的流动尚且这么困难，更不要说物资和货物的交换了。

到了中年后期的时候，家里的经济状况稍微好了一些，那时候又每天都要忙着店子，当时我就给她许诺过，等孩子成家立业了，我们什么都不做了，我带你流浪全国去。

流浪全国看着这么简单的梦想，实现起来比实现“共产主义”还要难……好歹今年有部《流浪地球》，老两口一起刷了三遍，全当圆梦了。

我的愿望没完成，四月份的时候那个“流浪的沈先生”却火了。

老太太拿着他视频来刺激我：哎呀呀，这不就是你想要的生活吗，满腹诗书的去流浪。

今年关于“流浪”的词好像都能火，北美那边特朗普总统拼了老命要建墙，挡住流浪汉移民美国；“大英帝国”也在为了是否脱了欧洲去流浪难于取舍；

这个世界到了一个“变”的转折点上，就连首富腾讯家里都裁员了很多高管，更不要说去年年底在美国“浪”过头的刘强东家里，大家对未知充满迷茫之际，一般都会给自己做一个最坏的心里预期。

就像英国要脱欧一样，这个最坏的心里预期就是“大不了去流浪”！

同学们喜欢我，有人喜欢我的唠叨，唠叨一些老生常谈的土道理，都说家有一老如有一宝，老头子这么说了，那我就试试吧，结果“一试就爽，一直试一直爽”。

还有很多同学喜欢我的“乌鸦嘴”，说谁坏谁倒霉，说谁好谁上位，当然这些都不能算预测的，都是“经验主义”。

就拿看相来说，我教了大家，还是很多同学都看不准，原因是经验不够。所以有人批判面相是“经验主义”，我从来不反驳他。

同学们单看面相的某一个部位，本来就只有 6-7 成的准确度，人的脸上有大大小小几十个部位，很多都是关联一起判断的，没有经验的人学看相，往往会一会准，一会不准。

初学面相觉得天下没有看不了的相，学了三年以后，又有一个回头的过程，觉得面相也就这个样子，准确度最高算 50%。

想要像老头子一样，“瞎蒙一个准，瞎蒙个个准”，除了成千上万次的练习，还需要大量的人生阅历，还得天天读书充实自己的小宇宙啊。

絮叨的比较多，再那帮老同学发现我开新帖之前，多码点字把第一页填的丰满一些，给新人一个良好的阅读感。

第一课：面相的得势与不得势

1、写在前面

我在前面那个帖子里讲华为必然超越三星和苹果的时候，那时苹果出了“肾机”事件，事件大家都知道，一个小青年为了买苹果机，卖掉了自己一个肾，我当时那个愤怒啊，真的，真的……

出奇的愤怒和惋惜，所以我用了特别长的一个篇幅讲华为为什么必然会超越三星和苹果，而今天的华为终于“发展成了我们买不起的样子”。

能用如此肯定的语气在几年前写那篇文字，除了一贯自信的乌鸦嘴，当然离不开对运势的胸有成竹，这个运势是怎么判的我们后面会讲，第一课我们先来八卦八卦什么是得势，什么是不得势。

这一课是非常关键的第一课，哪怕你们后面的课不上，第一课学好了都会有受用，因此我呢给这一课准备的篇幅会比较多。

大家都经历过了房地产时代，在北京上海的同学有一套房就是千万富翁，着实令人羡慕。

反之，还有很多同学也抱怨，在七线小城市买了一套房，就淘空了两家父母一辈子的积蓄。

有些炒房客炒一套房可以赚上百万，反过来很多农民辛辛苦苦种的水果卖不出去，智能烂到了地里，这就是得势与不得势的差异。

想要把面相学好，把养生学好，把自己的日子经营好，选择比努力重要，这个大道理所有人都知道，如何选择呢，大部分人都答不上来。

同理，我们年轻的时候，唯一的选择就是去参军，参军之后会有一个铁饭碗等着你；这个是我经历过的，参军之后有的战友素质表现好提了干，就走上了罗马大路；作为普通人中的一员，我端起来了令人羡慕的铁饭碗。

后来呢，不想自己的一生太安稳，一辈子都呆厂子里，我又赶上了下海的船，下海以后呢也算勤奋，比上不足比下有余吧。

前面的三次机遇都被我抓到了，后面的房地产时代就与我彻底没有关系了，到了互联网时代我已经退休了，不过也算过着“沈先生”一般的日子，我是在网海里流浪罢了。

哪些人得了房地产的势，哪些人得了互联网的势？

马云、马化腾这些我也不再论述了，比如说那个方舟子，那时候国内还没有论坛的时候他就在美国创立了第一个华人论坛，虽然得了势，只不过方这个人运气不咋地，和他一起搞论坛的后来都成了美国互联网界的大佬。

顺势如顺水行舟，千里江陵一日还，李白写这首诗的那时候还没有发动机，八十年代我逆水行舟从上海坐客轮到武汉再到长沙，已经是柴油机大船了，就这样都跑了十多天。

这就是得势的重要性。

我们的地运受七曜的主要影响，每二十年转一运，上一运是八运艮运，艮卦属土，土里面的硬土山石之土，和坤卦不同，坤卦是生养万物的良田。

房地产对应艮卦，不要说炒房子的，包括采石场开石头的老板都跟着受益了，有一个和我相识的采石场老板，生意好的时候工人都是24小时两班倒。

艮为少男，少男就是小鲜肉了，除了明星里面的小鲜肉，现实生活中很多长相年轻的人都因此受益。

艮为狗，乾为马、坤为牛、艮为狗，这二十年的艮运里，狗是真活出了人魔狗样来了，还有很多狗命比人命贵的新闻，我就不再啰嗦了。

身体上，艮为手，双手得到了释放，大家的手都保养的很好，两手不沾阳春水，你们是不知道你们的双手有多幸福。艮的反卦是兑卦，兑为口，口就倒霉了，呼吸雾霾不说，动不动就吵架、撕逼，一言不合就出大事。

八运艮运这二十年，艮相关的是得势的，兑相关的是失势的。

现在八运艮运走到尾气了，所以大家都迷茫了，都不知道该干什么了，老头子在上个帖子里也告诉大家，冬天来了，都藏好过冬，春天来了我会告诉大家。

还没来了，都别着急，艮运 2023 年才结束，但是也是时候该告诉大家了，因为要早作准备。

这个帖子还是以教学为主，下面我把八卦的图给贴上来。

这一张呢是先天八卦图，先天八卦乾上坤下，从乾卦开始，乾一兑二离三震四，再回到乾卦从右边往下变，巽五坎六艮七坤八。

先天八卦讲的天上的规律，后天八卦讲的是地上的规律。天有五运，地有六气，人有五脏对应天上的五运，人有六腑对应地上的六气。

有很多同学初学中医，觉得伤寒论里的方子很神奇，感冒伤寒一剂药就能见效，再往后学就学不会了，感觉中医也只能治伤寒病，学治疑难杂症太难了。

其实伤寒论是讲六腑的，也就是怎么治六经里头的邪气，疑难杂症都是五脏出了问题，就好比修车的，发动机、离合器出了问题啊，不是你换个机油加个冷却液能解决问题的。

初学医，学的是换机油、换冷却液这些你当然觉得中医简单易懂，再往后等你去治病的时候，碰到疑难病，那都是拆发动机拆离合器的活，你说简单么，当然不简单，非常难的。

八卦怎么才能学好，市面上的书千万种，你却学不会，为什么？

真传一句话，假传万卷书。

我拿八运艮运和大家这么一举例，你立马就明白了是不是。

今天的课就到这里，把先天八卦熟悉一下，乾一兑二离三震四，巽五坎六艮七坤八。不一定要会背，先认识这几个字。

不要我说到艮，你读做肯，那就等两个月再来看这个帖子，等我后面讲地九运的时候有利哪些人，有利哪些行业，你对照着去做准备就好了。

老规矩啊，喜欢这个帖子的，该点赞的点赞，捧钱场的赏朵花就行，多了不要，也没那个必要，就是冲个人气。多的自然有需要的人会来打赏的。

@hitlerwudi 2019-03-28 13:08:14

老爷子，看完后了解了三元九运，二元八运。这个怎么排的

二十年为一运，九运就是九个二十年，加一起是一百八十年，怎么排出来的，要从九星、七

曜开始说。

七曜：太阳、太阴（月）加上水、金、火、木、土这五颗对我们影响最大的行星，加一起组成了七曜。

七曜的运行规律是 60 年一个轮回，太阴和太阳主管阴阳，月亮和太阳的大小差了很多倍，从地球上看却是完美的相同大小，可以有日全食也可以有月全食，所以阴阳是由这两曜主管的。

阴阳是对我们地球以及地球上生存的万物影响最大的两个天体，所以中医里面讲，不懂阴阳，就不懂中医。

《流浪地球》里面把地球吸过去那个大行星叫木星，木星十二年绕太阳一周，木星运行的这十二个不同的方位，构成了十二种力量，分别叫做“子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥”，没错就是十二地支。

我们古人讲不能在“太岁头上动土”，这个岁就是岁星，也就是木星，东汉末年的时候张角说“岁在甲子”，岁在甲子并不仅仅指示的当年是甲子年，而是甲子年的来历。指木星运行到了甲子的位置，所以叫岁在甲子。

十二地支又对应中医里面的六客气，这个后面再讲。

水星是十年一个运行周期，分别是“甲乙丙丁戊己庚辛壬癸”，甲乙为木，丙丁为火，戊己为土……

七曜的整体影响是六十年一个周期，就是大家都知道的六十一个甲子。

北斗七星加上左辅、右弼星，合称北斗九星，北斗九星对地球的影响呢，一个星的影响是二十年的周期，合在一起就是一百八十年。

每二十年的影响力，都有名字来命名，分别叫做：贪狼、巨门、禄存、文曲、廉贞、武曲、破军、左辅、右弼星。

也就是说对地球影响最大的天体，首先是太阳太阴，这两个离我们太近了，太阳的重要性大家都知道，如果没有月亮就没有我们人类，月亮也是一样的，这一点要稍微批评一下《流浪地球》，不能大难临头各自飞。

其次是五颗行星，再其次是永远望着我们的北斗七星（九），因为这九颗星星很神秘，所以产生了很多神话故事，哪怕是现在也有人说掌管我们的“神灵”就住在北斗七星上面，还有说我们是从那边移民来到地球的。

如上文所说，一百八十年一个周期当中，影响最大的是日月，《内经》当中也做了说明“法于阴阳，和于术数”，阴阳就是日月不能颠倒，熬夜是伤身的第一要素。其次啊才是受这个天干地支也就是五曜、九星的影响，这些影响叫术数。

一百八十年分成三元，每三元又分三运，合起来是九运，简称三元九运。

我们现在所处的位置是八运的末期，八运到 2004 年开始 2023 年止，2024 年转入九运，也就是离卦的火运。

九运也有得势也有不得势，见下图：

大家都看到了，八运和九运都是得势的。

我们的国家从 90 年代开始改革开放，刚开始十多年做的都是血汗工厂的事情，当然这些都是积累的过程，到了八运开始走上坡路，一直走到现在这个样子。

九运的离火运也是得势的，所以希望在未来的田野上。

如果九运离运的发展列车也没赶上，只好等下个循环的一运了，前提是年纪够小，到了那个时候还能参与劳动。

去年开始我们在和老美在搞毛衣战，当时我写了段文字，说影响不是很大，老美这么搞只会让他更快速从老大的位置上跌下来，年初的时候我还看了一篇统计文章，说毛衣战之后，中美之间的贸易逆差更大了。

但我一直也在强调，大趋势是在我们这一边的，小趋势不容乐观，因为没有新的发展动力了，原来的房地产和互联网透支了太多的发展动力，所以不停的劝大家少消费、少投资、多学习，等待，在等待中学习是最划算的投资。

讲到这里，聪明的同学都会算九运离火都有哪些行业得势了。

离，丽也；日月丽乎天，百谷草木丽乎土，重明以丽乎正，乃化成天下。柔丽乎中正，故亨，是以畜牝牛吉也。

离为中女，为稚，野鸡、孔雀等有漂亮羽毛的动物，长女承担了大部分家务，幼女太娇惯，中女刚好，年轻貌美、温柔体贴。

文学艺术，美术创作，发明创造，医学进步，农业丰盛，所有这些美好的事物都和离相关，如果你实在看不懂啊，可以学一下饲养孔雀，将来二十年温饱肯定没有问题，当然这不是个笑话，老头子的乌鸦嘴一向很灵，现在还不行，继续藏起来过冬吧。

总之未来是美好的，好到你无法想象，就像现在的 10 后小朋友们的面相一样，个个都长的比爹妈漂亮，他们才是离时代的花朵和主人。

这个是以后讲的话题，有些话也不能说的太早，也不是揣着明白装糊涂，必须缘分到了那个点才行。

就像我们现在的人都说中医不管用，因为阴阳都乱套了，九星七曜当中阴阳最大，永远的老大。

首先，日夜颠倒，熬夜，年轻的时候身体好，男子过了五八，女子过了五七你就知道熬夜有多厉害了。

还有呢，天热吹空调，天冷烧暖气，这也是阴阳颠倒的，除了很冷的地方，比如东北不开暖气没法活，其他地方尽量少开或者不开，这都是颠倒阴阳的做法。

你们过着阴阳颠倒的日子，毁的都是发动机和变速箱这些核心部件，也就是五脏啊，你说发动机毁了做个常规的保养能保养好么？

伤寒论主要讲六经为病，六腑是容器，容器里面流通的是气和血，就像没有机油了或者机油臭了，换个新机油车子又呜呜跑起来了，所以伤寒论里面的方子治六经病见效特别快，比西医快多了。

原理很简单，就是换机油、换汽油、换冷却液这些么，当然见效快了。

@空者空 2019-03-28 13:03:50

和主任有些感应了，中午打坐时候、突然觉得要来天涯看看，果然没有失望！居然新帖就开出来了??

或许就是你们这些家伙把我召回来的，今天不写都不行了

有很多同学或者家里的亲戚，发动机病了，中医西医到处看遍了，就是治不好，按照西医的说法，换个发动机吧，首先要有的换啊，再说换了别人的发动机会有排异反应啊，这可是一道鬼门关。

发动机坏了怎么治啊，吃中药有用么，有点作用，给你把六经里的气血调正了，最终还是要靠自己身体的自愈力来调整五脏。

有人说针灸厉害，是的针灸很厉害，针灸也是通过改善六经当中的气、血来调和阴阳，最终治好病的还是你自己。

不是中医不行了，中医不行只占一方面，现在的病人太复杂了。

上医之道——从心而治，以食为药。

老头子身边很多资源可以去学医，不过我更喜欢做个妇女主任，给大家上上思想课，当然，除了上思想课，这个新帖子会重点讲食物的养生。

白天看帖子养心，回家做几道养生餐，这才是最好的“医馆”。

当然还有一个重点要讲——教子

看我帖子的都是 70、80 后为主的，也有一小部分 60 后和 90 后，私信里面也有两个喊我老弟的，一个老哥在美国帮带孙子的，无聊起来天天看天涯等着我更新，还有一个重孙子都有了的大姐，还是用手机看的贴，您这眼睛真好使。

大部分都是 30-50 岁的人群，自己还能有什么想法呢，好好教育自己的孩子吧，其他的够用就行了，毕竟我们这些人都是建设的一代人，付出的地位没法动摇。

没结婚的抓紧结婚去，重点@一下某位女同学，赶紧生一个离时代的宝宝吧。

得势与不得势，得令与不得令，之重要性就扒到这。

下节课预告：

2、五行人的得势与不得势。

@默默懒人 2019-03-28 12:39:59

老爷子好，请教如何克服懒惰~~~

分型而治，懒虫有很多原因，如果是精虫导致的好治，戒了以后，精力就慢慢恢复起来了；

如果没有方向，这个不好治。

根据我以往的经验和同学们的反馈，老头治懒病治愈率还不错啊，时间到了会再细说这个话题。

第二课：五行人的得势与不得势

五行人，面相学里把人的体型、性情归纳为“木火土金水”五种类象的人，这么归纳往往只适合初学者，对日常生活中的应用帮助不大。

为什么帮助不大，五行人只是一个简单的归纳，往往我们都不是很纯的，比如说纯土的、纯金、纯木……纯的很少，都有点杂。

五行人每一行的基础上又细分了五行，合起来就是二十五行人了，天地之数不离于五，五五二十五，这个数就很全面了，基本上每个人都能对号入座了。

想要对自己的生活、事业、健康有帮助，必须深入了解“阴阳二十五人”，也就是五行人的得势不得势。

得势就是外貌、气色都相合的，这样的人身体健康、积极向上，哪怕原生家庭不好，长大以后都能慢慢走上康庄的大道。

阴阳二十五人是本帖的一个入门知识，我呢就一步一步教大家，同学们先拿自己练手，给自

己判断准了，再拿身边人去验证。

所谓齐家治国，学面相学养生都要先齐家，先帮助自己身边的人，有本领了再去想着帮天下的人。

形与色，先讲体型。

讲体型之前呢，我先讲一下，同学们容易被肥瘦所误导，这是初学者最容易失误的地方。

我找了两张图，大家看一看：

这种异形的肥胖在我们国家还是比较少见的，美国非常多，大街上比比皆是。

比如图一这个，大家看他的骨架很小，全胖在了屁股和肚子上。

初学者一看到胖就说是土行人，这是不准确的，学会看骨架，看骨架肯定不是土行人。像图二中的这个女士，胖的很匀称的，可以称为土行人。

@jonty7526 2019-03-29 10:21:02

老爷子，每个人的八字，有大运、流年，碰到三元九运，权重比例有啥参考法么。

你这个提问相当于研究生课程了，慢慢会讲

@我爱海洋 g 2019-03-29 10:24:19

楼主，我真的太崇拜您了！能看到您的帖子三生有幸啊

还有要表白的么，今天我都收了

先说五行人的基本体态：

木型人：小头、长脸、肩长直背、四肢修长、手足小。

火型人：小头、尖脸、肩背有力、四肢腹部匀称，手足小。

土型人：大头、圆脸、肩背丰满、多肉、腹部四肢匀称、手足小。

金型人：小头、方脸、小肩小腹、手足小，骨骼分明在外。

水型人：大头、脸瘦不平、小肩大腹、手足长，上身长。

有了这个表，同学们先给自己定个位。

先看大小头，自己头大还是头小很容易知道，然后再对照剩下的几个特征。

现在基本上都能分析出来自己的五行属性了，如果还是分不出来，就拿自己的八字去对照，主要对照日干，如果日干还是不准，再综合八字的得令失令来看。

木型人，又分为足少阳人、足厥阴人。

因为五脏六腑当中，肝胆属木，如果大家分不清什么是足少阳和足厥阴没关系的，可以这么记：肝木人和胆木人。

讲到这里，先插一段题外话，我们每个人的基本体质都是完全不同的，打个比方：

一车人出去旅游，突然天气变冷，大家都受了凉，有的人体质好，啥事都没有，还有一半的人就感冒了。

同样的邪气，感冒的症状完全不同，有的人是发烧，有的人流鼻涕，有的人呕吐，有的人拉肚子，有的人头痛……

然后各回各家，各找各妈，喜欢看西医的看西医，喜欢看中医的看中医，喜欢抗一抗的抗过去了。

好了以后这一车人又决定去聚餐，一顿海吃，吃了不健康的食物，吃完又去歌厅吼几嗓子，结果呢，身体好的没事，身体不好的晚上回去以后，该发烧的又发烧了，该呕吐的又呕吐了，该拉肚子的又拉肚子了，该上火的又上了火。

所以学中医难不难啊，没找到窍门真的难，同样的邪气，每个人的体质不同病情完全不一样。

找到窍门就很简单了，怎么简单啊，接着往下学。

为什么讲“望而知之，谓之神”。能够由外而知内，所以叫大神。同学们都是在学大神级的本事，把这本事学好了，你拉一个学中医的研究生来，他会佩服你佩服的五体投地。

木分为肝木和胆木，都是操心的命，所以木型人有成就的占比比较大。

肝木人是阴木，胆木人是阳木，阴木就是乙木，花花草草、藤科的这些都是阴木，阴木阴柔、非常细心、耐性极好，缺点是胆小，格局小了点，胆小但是不怕事，做事非常稳，也有目标。

阴木人得势，身体健康，头脑极其灵光，这样的小孩子稳的很，不用大人操一点心，而且长的都貌美。

阴木人不得势，胆小怕事，畏畏缩缩，总想找人依靠，冬天怕冷，甚至春秋天也怕冷，手脚冰凉，三个地方容易生病，第一是木本弱，木不能生火，阳虚体质，这个阳虚主要指心阳不足，虽然也会引起肾阳不足，同学们别想歪；第二是木本弱，土得不到疏泄了，脾胃不好，木虽然克土啊，克也是一种疏泄作用，容易胃胀、纳差、消化吸收都差，发育不好，身材矮小。

讲完阴木，接着讲阳木。

我们今天只讲木型人的得势与不得势，下节课再讲火型人。

给同学留时间自己来对照感悟，如果知道自己是个水型人，那也别着急，先看着别人的。

慢慢来，一个一个来，每个同学都有机会给自己对照一番。

阳木称为胆木，同学们一看就明白了，胆木肯定胆子大么。

和阴木不同，阳木确实没有胆小这样的事情，先说得势的阳木是什么样子的，这个好理解也好区分。

得势之阳木，端正貌直，一表人才，腰杆笔直，所以叫栋梁之才，你见谁家拿弯曲的木头做栋梁的没有。

失势的阳木，用俗话讲，就是长歪了，长怂了的树木，这种人不胆小，但是怕事情，能躲就躲，说到底性格都是五脏六腑气血盛衰的体现，人的性格有天生的，也有后天改变的，都和气血多少有关，具体到某个经络某个脏腑里的气血多少。

所以这个阳木不得势（令），也挺恼火的，胆主决断，肝主谋略啊，为什么诸葛亮、郭嘉、周瑜……这些个大谋士，一个个都是身材修长、外表貌美的美男子啊，因为他们有肝木的气质，或者本来就是肝木型人。

阳木不得势的人，缺主观意识，没有决断能力，所表现出来的性情也是一样的。

那么身体上阳木不得势的人就容易得少阳病，胆足少阳性喜条达而恶抑郁，大家看抑郁症患者，比如张国荣、小崔，都是瘦瘦的那种，而且长的都挺好看的，你很少看到五大三粗的人得抑郁症的。

性喜条达而恶抑郁，胆木人失令，容易口苦、咽干、喜呕、抑郁、发怒，因为这个胆是主降的，除了问题的胆就会气往上跑，胆汁很苦啊，口苦、咽干都是胆气跑错方向的表现，本来该降下的，它却往上跑了。

这样的体质的人生病了，容易忽冷忽热，或者不知冷热，胸胁苦满组吧苦心里也苦。

今天的木型人讲的差不多了，实际上木型人阴阳分五种，我概括成了四种，大家可以自己看《黄帝内经》《阴阳二十五人》自己去再去摸索摸索。

不看也没事的，虽然老头子不是大师，也不是专家叫兽，能把这些知识讲这么地摊的人不多，听老头子讲的东西，一个字“实用”，大家都能学有所用。

最后，刚才有个同学问，八字结合五运六气，结合三元九运、大运流年之间的关联怎么算？

先别急，如果把八字和五运六气也接上来了，那就更好玩了，特别有意思，我们一定要由浅入深，慢慢感受这个深入的过程。

有的同学你心急但不要猴急，刚开始就搞这么深，会把别人吓跑的。

@提莫隆 2019-03-30 21:42:21

可以把主任的文章录音发到喜玛拉雅吗？

授权，授权一切转载，可以不标明出处和作者

第三课：木型人的八字

根据我以往的经验，八字和面相（五行人也算面相）匹配度是非常之高的，比如一个人的八字当中木属性比较旺，八九不离十体型和性情是匹配的。

而如前面一些同学的提问，说我的头不大也不小，手也不大不小，不胖也不瘦，实在无法通过体型特征判断自己是哪一行人，更别说是得势还是失势了，这时候就把自己的八字排出来。

八字排出来以后，我就拿今天为例做个讲解。

己	丁	戊	丁
亥	卯	辰	巳

现在的网络很发达了，随便搜索个八字排盘，注意阴阳历别填错，真太阳时选好地区，点一下就排除出来了。

八字有八个字，分为四列，这四列就像四根柱子称为“四柱”，左边的是己亥，是我们的年柱，几年是己亥年，再往右边是月柱丁卯月，戊辰日，丁巳时。这是八字四柱的意义，很简单，你翻一下老黄历就得出来了。

我们古人的纪年法是根据“九星七曜”影响力六十甲子轮回周期排出来的纪年法，这个第一课我们就讲了，甲乙丙丁……子丑寅卯分别对应的不同的“势力”(影响力)。

传统的八字学是把日柱上的天干算作求测者的五行属性的，比如今天这个八字，日柱是戊辰日，按照传统八字命理，今天出生的这个宝宝是戊土宝宝。

这么算没有问题，但不适合作为高级研究来用，尤其是如果想真正学好的同学，一定要记住，八字每个字都有用，都有影响力。有些同学不记得具体的出生时辰，最好白天和田要搞清楚了，至少这一天是阴时还是阳时出生的要搞清楚。

我们继续看这个八字，上面一行的四个字，日柱的天干简称日干“是个戊土，年干是己土，月和时上是两个丁火。天干当中两个土两个火，这四个字对应：天气。

天气不是天气预报的天气，天有五气地有六气的天气。天气对应的是人的本性使然，比如土

型人天性爱助人，金型人天性爱进攻，这就是天性，同时对应身体上的五脏之气。

(人有五脏天有五气，人有六腑地有六运。这都是天人感应的一面。)

上面这个戊土八字，先天土属性很强的，有生它的火，还有同属性的己土；

跟着再看地支，地支为六气、地气，这个算法比天干难理解的多，因为天干就是五行，简单易懂，而地支六气由十二个字组成的，就像人人都对五脏很了解，经常说我肾不好，我的肺不好，我的肝不好等等，很少有人懂六腑。

实际上地六气的作用力最终还是会影晌到天五气上来，就像一个人六经当中的邪气不除最终会影响到脏腑病一样，我们初学者先不考虑这个作用力是怎么算的，考虑多了这个帖子你就学不下去了。

先教大家一个简单粗暴的办法，大家能给自己简单算一下自己是得势还是失势的。

见下表：

寅、卯木
巳、午火
申、酉金
亥、子水
辰、戌、丑、未土。

对照这个表我们再重新看一下刚才的八字，把地支五行换算进去：

土	火	土	火
水	木	土	火

结果算出来了，三个土、三个火、一水、一木，没有金（实际上有金的，可以忽略不计）。

三个火能生土，克土的木只有一个，这个八字土性非常强。同理，如果有的八字生的月令也不好，八字当中生扶的属性又少，这样的八字就是不得势。

有这样一个八字：

木	木	土	水
火	木	木	土

这个八字日干是个土，其他七个字当中木属性非常强，而木克土同学们都知道，这个八字命主的身材很瘦，一点土行人的模样都没有，完全像个木型人了。

这样的情况我见得非常多，大家如果实在无法通过体型来判断自己属于哪五行人的时候，就可以把八字排出来，就这样么简单的算就可以了，对于新手来说准确度非常高。

有些同学看完会说，主任，那么日干作为一个人五行属性是不是错误的了，不能说错误的，日干得令其表现出来的属性就明显，日干不得令八字当中多的一个五行属性表现最明显。

打个简单的比方，大家心目中东北人都能喝酒，一个南方人本来是不会喝酒的，去了东北发展三年以后，变的非常能喝酒了。还有一些上海人跑湖南以后变的非常能吃辣的，也是这个道理，自己意志不坚定的时候就被环境感染了。

今天的课有八字基础的学起来非常容易，没八字基础的稍微拿纸和笔画一下，很快就能搞清楚了。

第一步：找个软件排自己的八字

例：

己	丁	戊	丁
亥	卯	辰	巳

第二步：根据公式换算成五行

甲、乙木；丙、丁火；戊、己土；庚、辛金；壬、癸水。
寅、卯木；巳、午火；申、酉金；亥、子水；辰、戌、丑、未土。

第三步：换算出来的结果写下来

土	火	土	火
水	木	土	火

三土、三火、一水、一木、零金。

想要练就火眼金睛的本领，一眼就能分辨出这个人是土人还是木人，是阳土还是阴土，是得势还是不得势，都是要通过大量实践来反复考证的。

周易和中医是相通的，相通以后最终是用来服务人的，用来服务生活和学习的。前面讲木型人的时候，后面两个同学跟着提问，阴木人不得势怎么破？

大家往往都关心不得势的时候怎么破，实际上得势的孩子更让人为之操心，总之都操心。

不得势的自我要求不高，有点进步自己开心家长也开心；最可惜的很多得势的孩子，小时候样样表现都优异，青春期以后完蛋了，最终被家长给养废了，因为家长的格局毁孩子的数不胜数。

“因材施教”，大才大用，小才小用，用到适当的位置上了这样的人生都不会迷茫，都能拥抱智慧。

今天课到这里，下次课讲木型人的具体对策，现在进入八卦时间。

同学们聊了艮时代的互联网，互联网的最大属性是交流，大家最熟知的腾讯靠 qq 起家，阿里巴巴也是交流属性人和货物之间的交流，网络和物流支撑起来的淘宝，还有百度也一样，有人搜索有人做资料库是知识和信息的交换。

这个属性很明显是水属性的，互联网起源与七运，成熟于八运，七运是兑卦属金，金能生水，八运艮卦属土，土能克水。这样大家就一目了然了，腾讯的 qq 在兑运时期是不赚钱的，阿里也一样到处找投资没人要，马化腾遇到困难的时候想一百万就把 qq 卖掉，结果找不到买主。

到了艮时代，土克水，克者为财，腾讯和阿里、百度都成了赚钱利器，一个游戏皮肤一天赚的钱超过很多上市公司年利润。

房地产在艮时代蓬勃发展，但是很多中小开发商都跑路了，钱去了哪里呢，看看中国的高速公路和高铁的发展大家就明白了，这个话题点到为止，王健林作为曾经的地产首富，究竟是首富还是首负大家心里都明白。

再过四年开始的离时代，火属性的行业会得到快速发展，比如科技制造行业，这些行业会发展，真正赚钱，带来大量利润要到水时代了。

上个时代的艮属性的房地产，只是发展，钱却没看到，都强国用了，对于老百姓来说我站的角度不同，房地产红火的时候买到就是赚到，互联网红火的时候从业者都是高收入人群……

火能生土，除了高科技制造，装备行业，离时代的农业也是会蓬勃发展的，这当中还包含了正治正确性，包含了粮食安全和东西部发展不均衡的问题。

离时代火能克金，克者为财，除了参与与离相关的工作和建设能够带来不错的劳动收益，如果是投资推荐金属性的投资。

这意味着什么呢，科创版，懂了吧。

科创版布局的是智能制造 2025，是第三代核心领头人的正治正确，它是将来第一金融属性。

改革开放发展从血汗工厂起家，靠中国人的勤奋发展成了第一制造大国，艮时代的房地产为基础建设筹集了大量资金，起源于兑时代发展于艮时代的互联网，我们发达的道路网和互联网造就了中国效率。

而将来除了智能制造、农业现代化的实现，登顶全球还要有金融的改造，这个美国人叫做金融霸权，我们讲王道不讲霸道，一带一路也是送发展。

错别字比较多，不然通不过，大家心里明白就好了。

@玉印 96 2019-04-02 08:46:13

主任，我是在上大学读大三时候就开始和您帖子学习传统文化，感悟颇深。到现在已经毕业出来工作一年多了，我也是您的忠实粉丝。时间过得飞快，首先祝福主任您老人家身体健康，其次希望主任的帖子越写越地毯，让更多的人爱上传统文化！在配上本人自拍图一张。

第一个发照片的发个福利

五行人的基本体态：

木型人：小头、长脸、肩长直背、四肢修长、手足小。

火型人：小头、尖脸、肩背有力、四肢腹部匀称，手足小。

土型人：大头、圆脸、肩背丰满、多肉、腹部四肢匀称、手足小。

金型人：小头、方脸、小肩小腹、手足小，骨骼分明在外。

水型人：大头、脸瘦不平、小肩大腹、手足长，上身长。

首先我们黄种人的头型是比较大的，这是因为脑容量的原因，尤其是一些土型人和水型人，头肩的比例说夸张一点，头占了肩宽的一半。

这位同学大概占了三分之一，标准的小头，我们很多同学搞不清楚自己头大头小，现在有了对比就更清楚了。

这位同学脸是明显的长脸，也就是标准的木型人。

当然我们看不到他的四肢和手脚，同样可以推测到，四肢修长、手脚略小，几率非常高的。

难得第一个模特还是个木型人，下面接着细分他是阳木还是阴木。

同样是小头长脸、四肢肩背修长，阴木人长相多秀气、精巧，阳木人相对长相多高大一些、厚实一些。这位同学是阴木还是阳木呢，区分度不够明显，我们先判断是得势还是不得势，回过头来再断阴阳。

是否得势需要用到面相上之前讲过的知识了，都是老头学了都有基础，我就不再累述，他的毛发浓密，尤其是眉毛，毛发为血之余又是肾气所主，毛发较好的人一般都是得势的，这一点一般的老人会看，毛发稀疏的孩子老人们都知道不好养。

再看眉形，眉毛上挑的，代表性情也是积极向上的，两眼清澈，头脑清晰。

通过这两点大体可以判断是得势的木。第一课讲过，阴木得势的特性是“柔而坚毅”，阳木得势的特性是“直而向上”，木曰曲直，曲是阴木直是阳木。

望而之知谓之神，要做到一眼就要看出来他的身体状况和情志，没有面相基础是做不成上医的，如何判断他是柔而曲还是直而上，其实很简单。

眉心宽、嘴巴大，老同学都知道，眉心表心胸，嘴巴主度量，所以答案就出来了。

这是一位得势的甲木，有上进心有担当的一个同学，虽然刚毕业一年，很快就能得到领导赏识，升值快的很。

再来看身体，阳木得势，肝升胆降，肝胆问题不大，但是木克土，木旺则土弱，脾胃虚弱，下眼睑看脾，嘴巴看胃，这位同学颚骨和下眼睑都可以看出来，脾胃较弱。

脾胃弱如何养生，那又是一个细活了，今天有模特，先讲模特。

中医望闻问切，望排在第一位的，少阳人有少阳人的病，厥阴人有厥阴人的病，同病而异方，如果不会望人不识人，同病同方基本可以判断为庸医了。

比如上次的非典，刚开始不准中医介入，西医救下来的普遍都留下了后遗症，骨关节坏死、肺部综合症、抑郁症这些，具体的大家百度就知。

中医介入以后，也是分人而治，而不是分症状而治，表现症状都差不多的，这一点大家要注意。

不过老头子不医病，只医心，讲病尽量少讲或者不讲，写写帖子给大家调一下情志，讲讲养生和美食，不亦乐乎。

现在很多绝症都年轻化了，癌症、白血病这些，都年轻化了，很多一发现又是晚期，西医放弃了，再想着喝中药，中医现在本来就弱啊，到这个时候了中医也帮不了你们。

提前养生的重要性，我就讲这么多。

第一位模特同学反馈了，他现在已经是投资单位工程主管负责人了，我刚才忘记说，他的家境一般，能够毕业一年就担当重任，这和他的钻研精神、担当精神分不开的。

所以五行人不论哪一行，只要得势，哪怕现在建筑行业大形势不好，就业环境差，一样可以有自己的立足之地。

得势的看这个帖子锦上添花，不得势的人怎么办？尤其是子女教育问题，得势的孩子怎么给他谋发展，不得势的孩子怎么教育。

不要着急，下回分解吧。

@u_111181312 2019-04-03 08:03:27

跟随老爷子追到新帖，看了好几年了，这次学习五行分类，有点迷糊，感觉我的外貌特征（像土？）和八字（葵水）表现的不一样，好复杂啊-----

木型人：小头、长脸、肩长直背、四肢修长、手足小。

火型人：小头、尖脸、肩背有力、四肢腹部匀称，手足小。

土型人：大头、圆脸、肩背丰满、多肉、腹部四肢匀称、手足小。

金型人：小头、方脸、小肩小腹、手足小，骨骼分明在外。

水型人：大头、脸瘦不平、小肩大腹、手足长，上身长。

有女同学做模特，正好和昨天的那位帅哥做个对比教学，昨天说我们黄种人（中日朝）尤其是中国人，头肩比例是非常大的，我们经常看新闻，很多领导人还有科学家头身比例都是达到二分之一的。

大家可以搜索一下两院院士的照片，大头的比例占到了七八成的样子。为什么土型人和水型人占比多一些呢，尤其是土型人，都有极强的献身精神，土型人往往都不怎么注重财富，中国有13多亿的人口，顶级聪明的人口无数，能够不为外界所动安心做研究的人，往往都有很高的精神追求，这方面土型人天生有优势。

这位女同学的头肩比例是在二分之一左右的，那么排除了金、木、火，剩下土和水，大家根据表格来继续分析。

明显的圆脸是不是，四肢手指不算长，胖的比较匀称，也算好看，这明显的是土型人。

土型人对应的是脾和胃，为什么土型人都多肉，这与消化系统还有湿气重有关，土最怕湿，土型人生病多发生在肠胃系统，生病很多时候都是五脏六腑的一个排邪反应，便秘、泄下等。

同样受了寒邪或者吃了坏东西，有的土型人拉个肚子就好了，不同体质排邪的通道是不一样的。

@ty_地山谦 920 2019-04-02 13:00:47

做模特，求分析。

木型人：小头、长脸、肩长直背、四肢修长、手足小。

火型人：小头、尖脸、肩背有力、四肢腹部匀称，手足小。

土型人：大头、圆脸、肩背丰满、多肉、腹部四肢匀称、手足小。

金型人：小头、方脸、小肩小腹、手足小，骨骼分明在外。

水型人：大头、脸瘦不平、小肩大腹、手足长，上身长。

这位小同学的头肩比例在三分之一左右，到底是小头方脸还是长脸、尖脸呢？

看大头照，下巴的位置比较尖，属于长脸和尖脸，排除掉了方脸。

尖脸是火型人，长脸是木型人，木型人多内秀，火型人多外扬，木型人肩背修长，火型人肩背有力，说的更地摊一点，木型人细胳膊细腿肩背也弱，火型人细胳膊细腿肩膀强。

这么一说大家就懂了，这位模特是个火型人。

再来看面相能否对照的上，大家看眼睛的特征非常明显，恩，是个三角眼，三角眼代表有城府，显然这也不是木型人该有的气质，再来看眉毛，眉毛整体形势是八字眉，但是眉型又像刀剑，性格张扬中又带自卑，虚实又不矛盾，就像西方星座学里面的双子座一样。

感谢模特们的支持，但是上了不一定都能看，模特多了帖子容易火，帖子火了老头子又会变得一团糟，一天有两个模特就够了，大家别发太多。

本来想讲木型人的发展建议的，家中有事，明天见了。

清明节祭祖，心静清明，烧黄纸，那种大额冥币使不得，路远不能回的在家里点香上祭祀，呼唤祖先来用。

@爱德陈 2019-04-07 09:44:45

主任呀，离时代的火对应的是南方吧，将来南北差距是不是会越来越大？

会越来越大，我在上一个帖子里讲，中国的发展方位图都是遵循的由中到北，再到东，再到南，最后到西，这么循环着的。

年轻人选择发展城市，首选一带一路辐射内的城市，比如东部起点的：上海、杭州、苏州，海上起点的深圳、厦门这些，如果不喜欢单大城市，可以选这几个城市周边以发展科技为主的小城镇去发展。

其次是西安、成都这样的西部门户城市，目前成都的发展是优于西安的，西安本身的发展潜力远远超过成都，只是市场经济时代，北方文化根骨里的阻力比较大，西安也是值得考虑的。

西部比中部和南部更宜居，随着经济发展，后一代人对精神和环境的追求会超过对财富的追求，所以西部没有什么不好的。

近日温差大，湿气也重，食欲弱，可用点陈皮水，食物新鲜山药合小米粥，湿气重的加茯苓。

小朋友容易发烧和咳嗽，中土虚，肺金就虚，出汗了及时给吸干，上学的小朋友给带上干毛巾或者多带点干纸，提醒他们背上有汗及时擦，不怕出汗，就怕出汗之后带着汗跑风口跑阴凉处去。

春天了，可以养阳，晒太阳出汗可以祛湿，但是湿重体制不改，汗后又会狂渴，几瓶水下肚，全白劳了。

很多人减肥，减的都是水，五脏不强，减肥无用。

胖肚子胖腰的多是中土虚弱，胖屁股胖大腿的多是熬夜久坐、劳动太少气虚为主，健康的身体是不会肥胖的。

健康的人吃的过多也不会肥胖，长期暴饮暴食、熬夜、纵欲，肝胆脾胃都给先搞坏了，脂肪是用来保护脏腑的，除了保护外力撞击，更多的是保护寒热邪气，瘦人怕冷、胖人怕热，五脏健康的人不怕冷也不怕热。

所以万般减肥，都不如强壮自己的五脏六腑。

有那种贵州陈年的红酸汤确实开胃，食欲不好的可以照着做一些，网上买的不知道加没加防腐剂，还有豆豉也是健中土的上品，也是自己做的最好。

家里长期吃蔬菜的，尤其是很多人担心缺少维生素，喜欢做一桌子菜吃，残留农药激素不说，菜价这么高，需求大是一方面，为了保鲜保卖相，各种防腐剂你想象不到的。

少炒几个菜尤其是荤菜，现在的饲养办法里面充斥着“高科技”，危害大家都知道，自己做点豆豉下饭吃，多吃五谷杂粮做主食。

首推不去麦麸的全麦粉，其次是东北的大米，黑豆、红豆、绿豆、豌豆、白豆、小米、黑米、荞麦这些杂粮打成粉掺到面粉里做馒头和包子，红薯、玉米可以煮着吃也可以煮饭时放电饭锅里。

少吃肉少吃菜，饭量自然就起来了，肉和菜吃的太多的人，饭都吃不多，主次顺序都颠倒了，还总是说自己胃口不好，脾胃都被自己搞坏的。

健康生活需要精神上的支持，你整日想到的都是财和色，想吃的就是大鱼大肉，大甜大咸重味，反过来重味又促使你去想钱财女色。

打破恶性循环，两方面要一起抓，做事业有清静心、平常心有正念，吃饭五谷杂粮胃口好，只抓一方面是抓不到的，另一方面又给掰歪了。

正常的男女都能被同性恋给掰歪了，更不要说食物和美色的诱惑了，气虚者饿、精虚者淫，精越虚越淫，越淫精越虚。

希望大家都是正循环，不是恶循环。