**20240601得生活2 – 大千老师带您领略育儿智慧，**

**果秀分享幸福育儿真谛**

主持人：我们开始吧老师。

师：每周末得生活与大家如期相约，美好生活，得明创造，得生活得到好生活了，今天大千老师又如约跟大家相见了。今天咱们得生活的主题是育儿，我大致串了一下，怎么才能过上美好生活？获得我们想要的生活，生活的方方面面，我们都需要打造。比如说我们要如何经营我们的婚姻，我们要如何养育我们的孩子，我们如何去对待亲戚朋友同事，我们周末要过怎么样一种生活，我们如何面对健康，如何面对储蓄啊，如何面对养老，有了病，怎么进行治疗？有了烦恼是如何排遣？我们深陷城市的钢筋水泥森林当中，如何走进户外，接触自然？如何对待我们的粮食？如何去享用我们的一日三餐？包括我们的穿衣打扮我们的旅游，方方面面生活，我们每天如何享受生活，我们的情绪，我们的爱好，我们的读书，我们如何看待传统文化和世界文化，所有的问题都是我们得生活要讲的。凡是能包容到我们生活方方面面的，我们都要去想象，去理解去创造，包括如何面对我们的配偶，如何结交异性朋友，如何从城市走向农村，又从农村走向城市。怎么让我们健康生活开心快乐。我感觉这些东西都需要我们去认真去思考。当遇到了困难挫折迷茫困惑的时候，我们应该秉承一种什么样的态度，以一种什么样的方式是走出泥潭，奔向光明。面对现在整个的大环境经济形势，我们应该如何去规避一些东西，如何去取得一些东西，包括谈论我们的房价，我们的房地产该向何处走啊，我们的民营经济怎么整，包括我们和漂亮国之间对抗，如何看待俄乌冲突等等，我觉得都能引发我们的不停的思考。虽然这些话题很大，但是对于我们的小生活来说也是密切相关的，这些都是我们的得生活，需要解决的。你还不把果秀请出来。

主持人：老师说了这么多项，我都记下来了。下面有请果秀师姐给我们分享一下关于孩子的养育教育方面。

师：关于育儿，咱们从最开始提出了咱们的育儿理念啊，最重要的一条就是，关注孩子一健康二性格三学习，为了避免把孩子的卷废，我们提出了相似性，把健康放在第一位，有好的健康，培养好的性格，在这两个基础上，我们才重视学习。并不是说不重视学习，学习很重要，但不是最重要。人都玩完了，你觉得学习还有什么用呢？今天特逗，今天不是六一儿童节吗，有一对父母带着两个孩子，也不三个孩子，拿着网兜来咱们生态园去捞鱼，已经走进来了，也问了价格，正打算去，突然看到手机，今天还有课外班，扭头就出园了，你说有意思吗？我不知道这个家长是怎么想的，很多人把课外班都上在了室内，我感觉开课外班百分之九十九都是室内的。给他们打造这么一个好的环境，那我就想育儿一定要到户外，一定要让孩子动起来，一定给孩子争取更大的生活空间，不要让孩子在教室里面，在室内过多的坐在椅子上，同时给孩子自由发挥的空间，创造空间，大人只是起到了一个引导作用。那么请咱们的果秀上来说两句。

果秀：老师好，大家好，我是川渝组的果秀。老师说的六一儿童节怎么过，我就想起我们家怎么过的。我觉得很多人都问我，说为什么你们进步那么大，改变那么多，我觉得可能就是我这个人就属于那种，我如果佩服一个人，然后他说的一些话呢，我就会去做。比如说今天我们怎么玩的呢？我们去摘了一下蓝莓，然后大人就在那哈麻将，小孩在那打牌，再带着狗一起耍一耍。其实以前我也不打麻将的，因为身体不好，再加上又学习，没时间哈，那为什么这次哈麻将呢？是因为小刚教练来了一趟成都，然后他就跟我们讲，他说其实健身是融入生活当中的，特别是这种身心的愉悦和释放很重要。我就发现当我们练到一定程度时候，这种身心的愉悦很重要。我们这一次就哈麻将,他们打牌,笑的特别嘎嘎嘎的，我觉得很好。很多人就说，参加得明以后，有时候老师讲课，还有那些大咖教练讲课好像有点散哈，没有那么系统，一二三四怎么做，然后有些人特别较真，你就告诉我嘛，一二三四怎么做，然后怎么做就有什么样的结果就好了。实际上是这样呢，就是叫做有心栽柳柳不活，如果你做什么事情都太刻意了，其实你的心就缩紧了。特别对小孩来说更是这样。很多人就说，来教我们几个动作，是不是这个身体四肢就能展开了，生病就少了。
老是问我们这些问题，我都很难回答。确实是小孩他有小孩的特点，你看我们大人，为什么我们大人有基础班火箭班量子班，小朋友没有呢？那你们想想为什么大千老师不办小朋友的基础班量子班火箭班呢？因为小朋友的特点是不一样的。所以这也是大千老师特别好的一点，也是值得我们学习的。大千老师育儿书，我们家都买全了，以前刚开始进入得明的时候，也不知道怎么养，小孩身体特别差。我以前也分享过小孩，长得又瘦又小又歪，在他们班就属于倒数第三矮的那种。那时候我身体也很差，后来我参加得明以后，我就买了很多老师育儿的书，我就来好生看，还有论坛，也经常翻小孩遇到问题啊。那个时候心没有像现在打开，也没有什么好的方法，因为懂得少，所以大家一定要多学习，你真正遇到了一些问题，你才知道怎么办？那个时候是书到用时真是方恨少，什么都不懂。所以那个时候就经常看论坛，然后经常看老师的书翻来翻去看，搞懂了几点。第一点，小孩到底怎么叫身体差，这一点是很重要的，很多人都不知道什么叫小孩身体差，还自我感觉很良好。有些家长觉得，我们家小孩身体真的还可以啊，很少生病啊，实际上他没有看到的是小孩长得又瘦又小哈，气息很弱，然后也很胆怯，说话声音也小，他没有看到这种生命能量的一个体现。像大千老师说的要绽放生命。其实你们经常会觉得大千老师说的一些词很好听，但是没有去琢磨它的内涵。大千老师为什么说是绽放生命呢？就说明这个生命力才是衡量一个人身体好不好，他的状态的一个体现。有些人你看起来身体很好，肌肉妥妥的，但他没有生命力，他整个人是被压着的，特别的紧，特别累。记得以前一个健身教练，每天跟我五分钟那个健身教练，我不知道你们记得不，那是我小的时候跟的。那个教练全国中央卫视台都是播他的节目，但是他很年轻就得了癌症，很快就退出节目了。我当时就很惊奇，我说天天健身还能得乳腺癌，别健身算了。直到遇到大千老师，遇到得明以后，再来反观这件事情，他们缺少得就是绽放生命力。他每天是在健身，而且他给大家展现的是他很开心，但是她背后的生活，我们不知道，特别是乳腺癌，这种癌症女性很多是情志上很有关系，是他的环境啊，家庭很有关系。大家不要嫌我啰嗦，我说这些实际上是想告诉你育儿也是这样的，家庭环境的氛围的打造也很重要。

师：我建议啊，你不用说那么快，咱们俩加上可心相当于锵锵三人行，你说一段停顿一下，然后问问可心是这样吗？大千老师是这样吗？首先咱聊起来，咱不是在做讲座。因为你分享了很多很多遍了，我建议把得生活变成一个大家共同参与的一个节目。首先咱们三个要聊起来。就我接着你的话题啊，我说两句啊。歌手二零二四，你们看了吗？网上疯传，说还需要那英老将守国门，年轻的他都是真唱，没有一个声音洪亮气息饱满的，被两个老外吊打，这个看了吗？俩个老外都玩嗨了，美国吧，还是哪的二流歌手，甚至三流歌手。为什么会出现这种局面呢？我们举国体制干的很多事情都是这种事情，无本之木，无水之鱼，我们忘掉了最关键的东西，就是环境。踢足球，我们没有足球环境，能够踢足球的，就很少的少青队儿，他并没有普及到千万户，也没有普及到每个社区，阿根廷不一样啊，街边足球。我们还在搞啥，搞金元足球和举国体制足球。歌手一样，我们身体都完蛋了，怎么能唱出歌来呢？那些歌手都是在录音棚里长出来的，你真唱都唱不出来，为什么？生命能量不行，我们国人呢把生命能量给丢了，真成了东亚病夫了。我们再带大家找回生命。怎么找回啊，你得重新创造环境嘛。我们家姗姗也一样，你教她健身，哎呀，费力巴力的教她动作，最后她还是不学，但是你给她放到学堂环境，孩子在一起互相比拼，
又跑又跳，互相追逐，这还用什么健身呢？孩子身体自然就好起来了，无心插柳柳成荫。环境好啊，你有心栽花花不活，环境丢了，没错吧果秀。

果秀：没错，我就补充一下嘛，除了像学堂这种好的环境以外，其实家庭的氛围也很重要。你们发现一个很好玩的现象，如果父母身体很差，父母性格不好的，其实小孩是培养不好的，不光是身体问题，还有性格问题，还有将来的问题。所以说父母一定要提高自己，把自己的生命能量绽放了，小朋友才会越来越好。好多人问我小孩应该怎么带呀，其实这个东西就是考验大人的智慧，因为小孩是不一样的，智慧怎么提高呢？你的身体更好了，你的认知开阔了，你多去接触这些东西以后，自然而然很多的办法就如泉涌一样就涌出来了。就比如说我刚才说的打麻将啊，打牌呀，像我们这一次跟着那一家人嘛，他们家就属于小朋友经常笑嘻嘻的,什么时候都是笑笑哈哈的那种，我就很喜欢和他们家一起玩。
我觉得哎呀我说你们家的这个氛围真好。结果他爸爸就告诉我说,他爸爸的父母家就是这样的一个好的氛围，大家都是其乐融融的状态。

师：这家庭氛围气氛太关键，你走到一个家庭，你马上能感觉到一个气，还是不对，健康还是不健康，死板还是欢快，就跟打麻将一样，打麻将有对错吗？很多人家庭受过严格教育的，不准打麻将，这是陋习，耽误时间影响学习，实际打麻将很能刺激的竞技，包括打牌，一甩拍啪三个三，麻将啪糊了，类似于这样的，一下子就激发人的斗志，一下子精神头就调动起来。为什么很多人打麻将有精神，不打麻将没精神，很说明问题。喝酒一样，小酌怡情，不能酗酒，同样麻将一样，你不能成天打，偶尔打一次麻将调剂。我们要重新看待你们原先看不上的，否定的，同时要重新审视你们一直坚持的，一直追求的，哪个对，哪个不对，哪个对你们有益，睁大眼睛。

果秀：老师说的特别好。其实这一次成都线下，我见老师在，觉得很开心，学的很多，但是有会员就跟我反映说，哎呀，听了半天感觉好像没有听到什么。实际上我觉得，其实改变一个人，有的时候就一句话或者一个理念，你去细心的体会，然后不断的去执行，其实就能改变你很多。包括大千老师这一次来线下以后，其实他讲了一些理念，还有我们的这种气氛氛围，让大家更加努力学习的这种健身的这种氛围，其实对我们人生是一个很大的转变的，如果大家能把握住机会，能听得懂，能认真落实，就很好。不能像我一样说的太快，要像大千老师这样慢慢慢慢的融入。

师：慢慢慢慢唠嗑的似的，不要像今天你似的哒哒哒哒哒哒哒哒，不停输出，起码你要看着我去说话，我看着你去说。我感觉育儿很多家长他已经麻木和傻了，告诉我一二三怎么做，说难听点儿，他就是个奴隶思维。你要告诉我第一步第二步第三步我去怎么做？为什么要讲我的经历，启发你去如何独立的面对一个环境，如何进去，最后有些人还说啥也没说啥，那我还告诉你啥呀。你已经远远不是一个小学生了，还需要我再告诉你，你的自身能力呢，你的创造力呢，你的感悟力呢，你的领受力呢，全都没了。你告诉我应该怎么做，你告诉我按这个来解决什么问题，后来我没办法，还是推了一下合谷，这总算学了点东西，终身受益的道理不行，这大千老师啥都没讲。无形的才是最关键，真正挣大钱都是挣无形的钱，挣有形的钱都是有数的，能算计出来的钱都是少数的钱，健康也一样，生活一样。你整个的家庭，关系的处理等等，都在无形当中。告诉我怎么做一二三步，你告诉我，是不是很多都是这样啊，然后给他讲了一堆道理，他还说大千老师我吃啥药，搞得我无语。说我跟我爱人矛盾重重，大千老师有没有什么药物可以治疗，有没有爱妻药可以吃？孩子也是，这孩子不行啊，怎么长得这么不壮，蔫了吧唧的，有没有壮药让孩子吃？

果秀：现在家长都追求高效，速度要快，解决问题。其实高效的反而你会发现是最不高效的。而且我还听到有一些家长特别搞笑，他们就喜欢听直播，带货的。就觉得那个讲解是不要钱的，不像我们得明，得明上课要交钱，他们觉得那种免费的好，然后他们就去听那些免费的。听了一个说可以帮助小儿长高的益生菌，就下单买。我就觉得特别是种免费的，不能提高你认知的，后面有多少坑等着你。我在以前身体差的时候，我也听不懂很多大咖给我讲的，还有老师讲的，我那时候也是很急功近利。但是那个时候我就会静下心来对自己说，有些问题是很长久的问题，一两天是不可能解决的，所以还是要好好的脚踏实地的学吧。那个时候看到别人说什么，比如说得明的书嘛，经常看，然后就照着做呗，大看论坛，大家就会分享，他们是怎么遛娃的呀，我再对比一下，我是不是在哪些方面有差距啊，然后我再照着做。其实我一开始的时候还是经历了很长一段自己傻的那种，就是看人家怎么说，我就怎么做的状态啊，因为那个时候整个身体差，思维打不开，自己的自信心也不足嘛，会有那段时间。但是那段时间过了以后，整个人到现在状态好了，格局打开了，然后就不会这么想了，因为学的也多嘛。实际上我觉得父母学习很重要，我就搞不懂，经常有这样的问我说，我们小孩不爱学习，不爱读书怎么办？经常我都觉得很神奇，为什么他会问我这个问题，我就问了他一个问题，你猜我问啥，我问那朋友，我说你爱不爱学习啊，你爱看书不，他笑，他说我最近一直看手机。

师：我跟你说啊，我爱人有一个重大的转变。我爱人是大学的，怎么说也得给孩子送进大学去。条件这么好，怎么说，孩子再不爱学习，再差也得让他读个本科。昨天我爱人，她说我也想开了，干这个得明啊，让她做无余理疗也挺好的。因为咋的，我这些日子给她按开了，给按舒服了，都给按开了。她以为一直我不让孩子学习了，最后她突然来句这话，让我特别惊讶意外。怎么不一味的活，干无余理疗也挺好。取得阶段性胜利了。由着她，把孩子推向千军万马的独木桥，我内心来讲啊，上不上大学都无所谓。你看老师想得开不开。我原来也几乎揪了很多，现在我感觉我是越来越放开了，精神的放开，带来肉体的放开，肉体的放开，同样促进精神的放开。前几年没做咱们学堂和果园的时候，我当时就带孩子，下午带孩子去玩嘛，两个小时，那真是我带着玩啊，给我困的滴里啷当的，孩子还说爸爸，玩抓抓，我还得跑，她追我，我还得跑到滑梯上还得下来，我的妈呀，那孩子的体力你比得了吗？一会儿我抓他，一会儿他抓我，这两个小时啊，光折腾我，那时候我还不睡觉，上午下午还得上班，你们能体会到吗？为什么很多家长把手机一扔给孩子，因为孩子没人跟他玩啊，一下楼满院子没一个孩子，满小区没一个孩子，那怎么办？只能他抓我了，我得带着他玩，所以说我上蹿下跳的，乒乓球台子，我跳上去，他追上去，我跳下来，然后他也跳来再跳回去，我的妈呀，我就像个猴一样，半个小时还可以啊，一玩就得跟他玩俩小时，你想想。孩子一天都不动啊，就那两个小时有时间动啊，我不带用他动，他一会儿又开始刨坑去，他也不知道怎么玩啊，但现在全变了，有了学堂了，有了果园了，你说说孩子还找我吗？他一天到晚他都不找我呀，要钱不找我呀，前段时间好像都不找我。你把娃放在一块儿，这娃还会找你吗？所以环境太重要了，娃娃在一块，他绝对不找你，娃都分散成一个个，娃只面对父母的时候，娃他只能找父母，你父母就最累。所以你生一个孩子你都费劲，为什么现在这生育率这么低呀，主要失去了养娃的环境了。幼儿园做活动，一个孩子一个月就四千，这谁受得了，是工薪阶层能接受得了嘛？俩娃得八千呢，你说还养个屁娃，现在就是便宜的要两三千。

果秀：我们家现在也和师母是英雄所见略同。我开始的时候，叫小朋友去参加夏令营，是为了养身体，到现在为什么还坚持参加夏令营呢？得明里面多浸润，然后对中医啊，对无余啊，对健身啊，这些都有一些了解，将来说不定他从事这些行业也挺好的，我就有这个打算的。

师：这就对了，咱不是中石油的，不是中国移动的，咱不能把孩子送到这些单位，但是咱有得明，得生活得到好生活呀，我们为什么不能让我们的子子孙孙也在得明这个好环境待着呢？

果秀：如果能好一点的，能考中医证啊，能当中医啊，然后针灸啊什么的，我觉得要是能到时候还可以帮我们。

师：咱们三位一体的五位一体的，咱这把这环境都创造好了，咱们的孩子在这里成长学习生活交朋友，结婚找工作生娃，都在一个大家庭这里好不好啊？这个就是咱们为什么要把这个节目改成得生活的原因。咱们现在的意义远不是健身理疗育儿这么简单了，一种崭新的理念诞生了，这就是我们得生活。

果秀：是的，大家一定要把身体练好，真的，我是克服了很多很多困难，把身体现在练到这个地步，我觉得很舒服。然后老师那天说我们得生活就是大家不同的人，一些不同的行业呀职业呀，都可以利用，可以交流交流。那一天我们就和魏哥聊天，他本来就是做茶叶的，所以说他确实是很专家，他就跟我聊，我们俩聊着聊着就特别投缘，我整个对茶叶，还有对喝茶这种状态，这种感觉，又有一个提升。如果是靠我自己去看一些东西啊，看一些视频，看一些书，我是达不到这种状态的。但是和这种高人在一起聊一下，确实受益很多。我们得生活，在得明认识了不同的人，确实很好。

师：对，我们千辛万苦，通过这么多年终于理解了得生活的重要性，理解了我们的理念的稀缺性和先进性，一旦你在得明泡的时间越长，你就会发现外边他们的生活方式等等是不可理喻。虽然我们不去激烈的跟外边产生冲突，但是我们一定要知道是我们的生活的稀缺性，而且我们尽量的能在我们的环境中把握主动权，尽量把握主动权，包括说影响我们的配偶父母孩子，反正这个果秀是做到了是吧？影响了整个一家子。

果秀：是。我以前的状态特别差，那个时候老师说带着娃运动，以前听是难过，现在还是比较开心的，以前我不能抱娃娃，那时候产后风很厉害，本来身体体质再加上工作又特别忙，然后就不能抱娃娃，产后风有很多年，根本不能带小朋友。那时候小朋友喜欢跑步，但是我就没办法带他跑步，我就弱成那个样子，后来加入得明，然后到了基础班，火箭班量子班，这其中是非常辛苦的，但是我整个身体有一个很大的变化，整个状态，对家务，还有对小孩的教育就有很大的提升。我们家小孩他也养好了，我这个是有分享的，大家如果要想看具体的知识点，到时候看我那个分享，还有论坛上面的育儿的书，老师的书。我们小孩通过这种养育以后，身体好了，我们家先生一看就觉得太爽了，不用让他去带着娃去看病啊，也不用天天受折磨。我以前经常哭，我们那个时候就经常抱着娃哭，然后娃动不动，就是要跳楼的。那个时候才小学一年级嘛，学习根本就跟不上，然后很痛苦，他对得明特别认可。

师：这是天翻地覆的变化，原先要跳楼的，要钻桌子。我真不知道这样的。

果秀：我们家其实经历还是蛮不一样的。其实我觉得在得明里面，这种进步真的是很难得的。有一个很好的方向，你去做了以后坚持，你会发现真的特别好。当时我分享里面就包括了几点嘛。第一点呢就是小孩的的身体很重要。小孩开始他的身体状况很差，这是第一步就是突破自己的认知。现在很多人动不动，把小孩就送到西医院去了，要么就是去外面找一些中医看，又看不好，所以这个认知一定要突破，一定要对得明中医要认可，气学中医确实很厉害。包括气学。
中医这一块呢，其实我也写过一个分享，外面的医生治病，我总结了三条，不知道大千老师觉得对不对。第一个层次是最低的层次，就是西医啊，或者是类似西医的中医。他的想法就是把症状消除掉，不管你后面身体是怎么样。比如说小孩咳嗽，不咳了就对了，从来不管小孩吃了药以后脸色就变差了，肠胃又差了。这一次不咳，但下一次咳嗽很快又来了。第二种中医，这一块好一点，中医他会给你综合调一下，但是他还是主要针对于症状，为什么呢？因为现在的人很着急，你要是让他吃中药，你看我在大千老师，还有得明中医正好给我们家小孩治咳嗽，一次就给我开二十副药。开始的时候，我还觉得我天，开个三四副三四天就好了嘛，吃二十天开玩笑。但那个时候我是相信，反正都治过那么多地方了，那么多医生呢，我就相信他，我就来治，然后我还不断的看论坛哈，大家分享嘛，打消质疑。结果发现和外面不一样，外面的三天四天确实好的，但是确实根还在。第三层的中医就是我们得明的气学中医。气学中医它其实讲究三大点，基本上在中医班中讲的，我觉得是特别特别好。我每次都把这个拿来告诉自己啊，告诉朋友啊，就是为什么我们这个中医很不一样，为什么一定要坚持下去。第一点，你一定要气血能量的补充，这是第一点。第二点，要保持经络通畅，药里面是配了的，还有整个生活环境。第三点就是排邪，病邪要翻出来，像我们家小孩咳嗽的时候，咳的特别大声，就是越咳越凶，那个时候是把他的那个房间门关了，再把我的房间门关了，我才能睡觉，不然我就是睡不着，我就会觉得好担心哦，怎么办哦，怎么还在咳。但是果然就是像老师说的一样，当他病邪排到一定程度的时候，他突然间就不咳了，而且他一旦不咳了，他会很长很长一段时间就不咳，就是不咳，而且感觉他的肠胃还好一点，我感觉是因为他咳嗽过程当中嘛，震荡了一下，他心下痞和胃的地方，把它震荡出来了以后，通开了一点点经络，所以他肠胃还好一点，整个人气色呀好一些。我经常很惋惜，都进了得明，但是你对小孩的治病，不用我们得明中气学中医的方法，老是去外面这瞅瞅那瞅瞅，耽误了小孩。记得大千老师说过一句话，他说你们的小孩一定要在青春期之前，最晚就在青春期，一定要有一个很大很大的转变才行，否则错过了这个机会就难得了。

主持人：我回来之后，我们家小姑娘发烧了三十九度三，然后我就赶紧用咱们的感冒方用上之后一天，然后现在就完全好了，也没咳嗽，也没有流鼻涕。所以我就在想，要是没有老师的话，我不知道要在医院，又在那整夜整夜的睡不着。

师：路走错了的话，所有东西都白忙都徒劳。

主持人：我建议大家把老师的育儿书，好几本的一个系列家都买回来看一看，那上面讲的非常非常全。

师：我感觉咱们育儿应该整理成一个专著，分门别类起上一些非常醒目的小标题和口号标语，让大家知道，能够操作，知道方向在哪。关于感冒发烧这个事儿很简单的一个事情，我不知道为什么现在搞成这样。刚才果秀说了，西医啊，就外边治疗啊，还有他说的分那三个层次，基本这个不管是中医西，我感觉他这几条是对抗治疗，你热了，他就是用冷嘛，冷了就用热了，包括有病菌就杀灭，消毒，都是对抗治疗，这对抗治疗我感觉太低级了。西方人喜欢诉讼，喜欢诉讼也是对抗，也是对抗思维的一种表现，他不知道调和，和解。你看现在这中国顶起来了，你说这咋整啊？我感觉很快就爆发三战了，都有可能啊。
那不是逼着大俄用核武器嘛，明目张胆的给运送核武器，欧洲人自己操纵这个武器，现在到这一步了，你说把大哥最后逼到绝路上，他怎么办啊？只能使用战时核武器，这是对抗性思维啊。这个是我们自古诸子百家以来的，都是不主张的。兵者诡道也。对抗的基础上产生了抑制，你刚生长起了，他抑制你，杀灭消灭你，阻断截断你，拮抗跟你抗衡，麻痹让你失去知觉，到最后摘除。最终的目的就是消灭你，你发现了吗？只是大的消灭和小的消灭，程度不一样而已。精神病怎么办呢？犯狂躁症了，给你打一针，电影里面经常演的嘣一下，给打一针，这是什么玩意，抑制和麻痹。我说的没错吧，他没有想到你为什么会这样，实际你把这根儿刨了，根儿解决了，调化开了，他就不了，都很简单。三叉神经痛，给阻断切了，腹部根治术也是，那个老疼怎么办，把血管给掐住，让血过不去，那就坏死，他就不疼了。他老搞这一套，就包括这有个瘊子，拿液氮一点，低温一烫，死了掉了，但里边根子问题还在不在，他还是在的呀。不是一般的低级，是太低级。这个东西已经是大行其道了，几乎所有的，除了少数，我们得明外，基本都是这套思路。包括你们养孩子育儿，是不是也是对抗思维，你想想，孩子必须听我的，孩子懂什么呢？必须听大人的，这是不是都是对抗思维呀。

果秀：现在还有很多的，出于商业目的，还是其他的各种目的，传递焦虑的情绪，小学幼儿园很重要，怎么怎么重要。反正是每个年龄都很重要，制造焦虑。

师：前两天新闻，有个大桥老有自杀的，跳桥罚款五千。

主持人：我只知道我们的学校现在全部都装上了防护网，从二楼开始，然后每一层教学楼都装上了防护网。

师：你说人家都不想活了，你最后还得罚人五千。他不想根本问题，为什么下饺子的往下跳啊，他不想这个，还想堵拦抓，就要挂网子，各种预警，还整这玩意儿呢，太搞笑了。

果秀：其实现在小朋友们是也很可怜的，小的时候嘛，又没有童年的快乐，没有一种温馨和爱的感觉，陪伴他。人家说好的，好的童年可以治愈一生，不好的童年呢，要用一生去治愈。那么小的就背负那么多作业啊，还有压力啊，然后搞的那些小孩觉得童年很悲惨啊。

师：很多爹妈说，你现在不好好学习，未来哪有一个美好的未来呀，你牺牲童年快乐和美好去换所谓未来的幸福美好，你觉得可能吗？人生最美好的时候，就是童年，童年都不美好了，你觉得你这一生能美好嘛。现在我们拼命挣钱吧，这万一到老了得癌症，然后结果到老他真的癌症，他庆幸当时挣了些钱。

果秀：很多家长认知也蛮低的，被这种宣传带着走，就觉得好像小孩小学的时候，成绩好，就一直成绩好。实际上我们通过大数据来看一些问题的话，其实不是这样的。小孩他在初中和高中才是爆发期，他整个学习，因为他的思维长成需要时间的，有的家长就等不及开发了。其实上不符合自然的规律。

师：网上不说了嘛，中国孩子啊不是输在起跑线，是累死累倒在起跑线上。

果秀：有一些博主还是比较英明，比较明智的，就在劝大家，要一个开心快乐的童年，还有爱的环境嘛。这样的声音确实太少了。主要挣钱卖课卖东西。大家如果认知不提高，很容易就陷入那个思维。我插入一个我的经历，很多人说你为什么那么喜欢学习啊，学中医啊学无余啊，什么都在学，身体那么差，还要这么学，那个时候我身体差，学习还是很困难的。是因为我当时的经历，我那时候为什么会得那么严重的产后风，因为我要生娃娃的时候，身体还是可以的，医生也说我身体可以。突然进来了一群外国医生，然后就跟我讲怎么怎么好，让我无痛分娩，给我打过多的麻药，生不出来，最后紧急开刀，一系列的操作以后，我就瘫倒了。那个时候我就开始反思，这种专家意见，我们要慎重再慎重。但你什么时候能够对专家的意见能够慎重呢？你有你的认知，你自己很清楚了解这个事实的真相，背后是什么，你才能够做出正确的判断。否则在某个时候，你很可能就被人家带起就跑了。

主持人：我以前就是那种医生说啥崇拜的很呀，赶紧听，现在可不这样了。

师：这医生啊，他已经成为跨国医药企业的帮凶，几乎都是这样。包括给我们盖的很多戏院啊，柳叶刀那几个核心刊物，这些东西都被绑架了。

果秀：中国的西医就更惨了，中国西医被资本的架空是很厉害的。我曾经跟一个比较高的人，我们就聊过这个，中国西医和外国的西医还不一样，外国西医还比中国要好得多，能治就是能治，不能治，就是不能治，绝对不会给你过度用药。可能因为它的保障医疗保险报销这些体系来保障，最后呈现这样的结果。

师：我们跟西方学习，好的坏的都学习到了，而且夹杂了我们的习气和物质追求。物质的追求贪婪，这些东西这都来了。

主持人：为了多拿点提成，治不好，也要给你治一治。

师：我们好多身边都是这样，随大流的，中国西医比西方还西方。你想啊，它一旦商业化之后，我觉得特别讨厌啥呀，讨厌药品名，药品名又叫通用名，阿莫西林它就叫阿莫西林，你哪个厂家生产都叫阿莫西林，但是他还有一个商品名，这个可不得了啊，比如毓婷，避孕药，它就是个品牌呀，现在很多药品，包括白加黑，感冒的各种药，这都是品牌呀，这可不得了了。有着品牌运作这个机制，你想想还得了啊，他们完全是从利益的角度来推广他们的药品，加了品牌之后，你发现了吗？他们一定会希望这个病越来越多，要不怎么赚钱啊，希望病越来越多，希望病越来越不能好，希望病终身携带。你看看现在是不是。

主持人：终生服药呀，那些慢性病被他们弄的，一辈子也治疗，这样的话，他们才有利可图呀。

师：他才能附在你身上吸血啊，发现了吗？就这么回事。高血压糖尿病，你们做了支架的，是不是终身服药啊，几乎能让你终身服药的，都让你终身服药了，你发现了吗？这不是一个惊天的内幕吗？这不是一个巨大的谎言吗？所有的抖音快手，所有的公媒也不让你发声，就我这样的发声早卡掉了。

主持人：关键那些病人说让他停或者减药呀，他不听呀，他已经被洗脑，被医生洗脑，搞的无可救药了。

师：从文化和认知方面全部可以给你洗脑啊。只要控制所有媒体平台，不准有任何媒音发出来。

主持人：好像少服用一点就不行了，都要死了，就不敢尝试。非得按照医生的那个量来服用，或者是注射。

果秀：所以我们自己的认知是非常重要的，在我们年轻的时候多学一些有用的，而且是确实是可行的有效的方法，我们才不会被其他的东西所左右。小孩教育也是这样的，现在的大量的宣传公司，让大家很焦虑，还有这种外面的辅导班的这种宣传公司，确实很多。像我们学校老师特别好，我当时就误会了。我觉得我们学校是卷中卷，瑞士卷儿了，结果我们读了这几年小学发现其实学校对家长没有什么的，而且老师也跟我们说过，他说其实小孩成绩怎么样，很多时候不是学校对家长怎么样，而是家长自己受不了。其实老师还是比较能够看淡这些。因为老师还是教了很多年，很有经验，他就知道小孩他有些发展的过程的，他在发育过程还是有很多可变的。最重要是把他的行为习惯啊，性格养好嘛，身体养好，我们老师就经常跟我们说小孩儿要多睡觉，要多运动。但是很多家长就不听啊，他总是觉得好像老师说的和外面的那种大量的宣传不太一样，就觉得老师说的不行，然后一定要自己给小孩加量。所以很可笑。

师：一旦观念家长的观念异化之后，老师他为了撇清责任，他没办法，也只能加入。学校老师家长最终共同促成了孩子现在卷成这样，没有一个敢于出来反抗了。

果秀：反抗的声音很少，他们都不听，大家都觉得和大牛不一样，然后就不听了。

师：包括去年，我再说一遍，咱们夏令营刚开始一期的时候，让孩子有个熟悉的过程，放了几天，这家长就跳脚了，老师顶住压力扳回来了，如果老师当然妥协了呢，赶紧加课，快点加课，你如果顺从了家长的意见，那是不是另一番景象啊？你知道老师都顶住啥压力，我都没跟你们说过了，允许孩子出现意外啊，就包括咱们来果园廊坊玩的，允许孩子出现意外，如果不允许孩子出现意外的话，那所有的吊杠，那些东西我就全撤了。你想想，万一孩子爬摔下来就骨折了，怎么办？就这么一个问题，那是不是把所有的引起骨折的隐患全部消除呢？这都要不了，大滑梯都扔，万一孩子从大滑梯上折下来怎么办？虽然是有保护，但是孩子淘逃起来，那没边儿了。就像前两天看报道，一个学龄前儿童，妈妈带着偷摸的进入小学，那小学门卫没在，进去之后来到小足球场地，两个小熊孩子就晃悠那个足球门，最后生把那个足球门给晃倒了一下，砸到了一个孩子，据说是重伤。实际我感觉要中医，要大千老师来调，几副药的事，都要去医院，这治来治去治来治去，重度残疾了，然后这个家长就告了这个学校，要求赔偿二百七十万，你说有学校责任吗？不能说完全没有，但是你偷摸你溜进去，又不是这学校的学生，然后又去不断的晃悠，最后砸到。你知道最后赔了多少吗？赔了七十万，赔了百分之四十。你说有意思吗？那你说我整得明生态园，有没有这风险呢？太有了，这风险。老师扛着巨大的雷去做这件事情，你们体会不到吧。也就是说整个的社会大环境啊，已经不允许我们去粗放式的去养育孩子了，发现了没有？把孩子百分之百保护好，也就是孩子丧失了百分之百的生机了。天天跑那么多车，每年要死五万人交通事故啊，为什么不把汽车给停了呢？每年死于交通事故的多少人呢？大家为什么视而不见呢？也就是说，孩子在户外活动过程当中啊，必然有千分之几，甚至万分之几的孩子的损伤率，跌下来骨折了，甚至摔死了，都有。小孩摔死的也不少啊，但是损失了万分之零点几这样的孩子，其他所有孩子都成长起来了。我说的没毛病吧，集体利益大于个体利益，但是为了保证每一个个体利益绝对的安全，最后整个整体的集体利益完蛋，你说老师顶着多大压力啊，我在想啊，这即便有意外，接着还得干，甚至赔几十万块钱，接着还干，老师就有这种精神。我不知道你们有没有这种精神呢？然后老师就倒头就睡了，就能睡着觉，不怕。

果秀：还是跟老师身体有关，身体练开了很多。

师：不是身体，是想明白了这个道理，万分之几的损失率，这是很正常的。像飞机一样，全世界这个飞机飞来飞去的，它有一个万分之几的坠机率，只要控制在这个以内就行，你要保证百分之百的没有坠机率，那所有飞机都别飞了。就像咱们学校一样的，一个孩子跑跳心脏猝死了，然后就全都停了，你说对吗？那以后孩子永远都跑不了了。一年，一个学校，有意外，嘣吧的没几个，是很正常的，没几个才保证这个学校能够茁壮成长。我就这样说，就像咱们的高出生率，高死亡率一样，剩下的孩子才高质量的成长。动物界都是啊，小崽儿弱的病的残的，都得要夭折掉，你不夭折掉，能行吗？这就是大自然的规律，要都养大了，那下代基因不是越来越差吗？

果秀：我觉得老师有这个魄力和格局，所以老师在一些分享上面就会讲啊，鼓励小孩去爬树啊，去爬高啊。那个时候我是没有这种格局的，但是我就是比较老实听话，我觉得这样挺好，我就去做，我们小孩就去爬树啊，鼓励他去爬高的，并且爬攀岩都去做。现在我回忆起来，就想到我们有一些家长，小孩稍微坐高一点，哎呀，下来下来好危险。一会儿小孩稍微干点什么事儿，这也不让干，那也不让干。最后小孩培养出来非常胆小，怕事儿，说话声音又小，身体又柔弱弱弱的。他还反过来问，能吃什么样，能让他茁壮一点，能吃点什么药，能让他胆子大点儿啊？我就想问他，我说这个不是你造成的吗？

师：那可不，百分之百是他造成的。我记得小时候，两个孩子架起来，骑到上面，玩过吧，四只手骑过吧，还有小孩猫腰，跳马，都玩过吧，然后碰拐这些东西。对于现在的小孩损伤很大，骨折很常见。但是原先咱们的孩子没有什么骨折，都玩过，太好玩了。现在可完了，就玩不了。

果秀：我感觉如果家长他比较放松一点，身体再好一点，他养娃就是比较松弛，松弛感强，然后也鼓励小孩去做这些，也勇于放手嘛。但特别纠结的那些人，如果再没有经过得明的这种学习，或者是经过得明学习也不相信的那种，他就会对小孩束手束脚的，这也管，那也管，最后还养不好，总是养不好。

师：原先小孩儿，男孩子玩跳房子，女孩玩跳皮筋儿，天天动，你说哪还有骨折呀，你玩个碰拐啥的，对抗性的啥问题，现在可完蛋，啥都没有了，就是手机。

果秀：手机是大家觉得最安全的。但是这个最安全的实际上的后患很大，后面的影响，对他的小孩终身的影响非常非常大，还有对身体。我进了得明以后，才知道身姿身形要正很重要。然后我就观察我们同事，我们同事有一个男生，然后长得特别帅，二十六岁嘛，然后也很高，爱打篮球，其实是非常好的身体，结果你猜他怎么了？他就是这几年玩手机，又喜欢瘫坐在沙发上玩手机，我感觉他现在瘫的已经是骨盆脊椎都变形了。然后我就问他，我说有没有什么不舒服，他说有啊，他都变形了，他说我知道啊，我说你撑起来嘛，他说哎呀，就习惯了，然后又躺起了。所以你看手机对人的影响啊太大了，还有沙发，像老师就说沙发不好嘛，我们家的沙发改良了很大，就是听老师的话。

师：今天给体育生，他在咱这儿代课，小孙儿，体育特长生，他老腰疼，一看后背，你猜咋的，胸椎侧弯和腰椎侧弯。现在小孩，由于身形不正，导致脊柱侧弯和高低肩长短腿的太多。我们的孩子现在失去了茁壮成长的环境了，导致这样。为什么老师一定要遛娃，红脸蛋，一定要走路上下学，一定要参加得明的夏令营，就是要重新让孩子拾回咱们童年有的快乐时光，强壮体魄，让孩子在街边，吸溜大鼻涕的，身体很壮，常年不得病的那种状态。十五年前，我去广州爬白云山，我不可理解，为什么很多人爬一下就喘的不得了，不可理解。因为我从小就爬山，我爬山还是可以，我就发现环境太影响一个人。就理解不了他走两下，怎么喘成那样了，根本上不了山啊，心脏突突了，眼睛发白了，嘴唇发紫了，你知道吗？就爬了一个小山，你们能理解吗？现在孩子太多的这样了，走两步就累得不得了。要么这小瘦子贼瘦，要么这小胖子贼胖。

果秀：我们小孩也是，出去约人玩爬山，根本约不到，要不就是小孩儿爬不动，要不就是家长爬不动，反正就是各种的，身体不好导致的。我们一到暑假了，就赶紧送到乡里。你就是觉得这边没人一起玩啊，没办法呀，赶紧送过去吧，不然就毁了。

师：所以老师给大家创造了果园，给大家创造了遛娃计划，希望大家能够认真去执行，有机会抓住机会，没机会创造机会，也一定要通过咱们的办法，把孩子养的结实强壮，正能量满满，到那个时候你的学习根本就不用发愁了。美好生活得明创造，得生活得到好生活。大家提提意见，下周讲啥呀？就是刚才我说的那东西都可以讲。如果说你们不提，咱们下周就讲讲产后吧，好久没有讲产后了啊。

果秀：还可以讲讲产前，我发觉现在的女孩儿怀孕困难真的是一个大问题了。

师：咱们下周讲讲产后，然后再讲一堂饮食课，得生活得到好饮食。