**20251006读书会—月亮与人之间有什么关系**

整理：紫水晶

**红红：**先让大家看一下果园的月亮，今天特意选在外面，因为今天是中秋节。

有游客进来的话下载我们的app，你就可以参与评论，不下载app只能观看哈。大家可以把直播间分享一下，因为今天会有我们的诊所明星医师-许医师，还有老师来这里讲课，讲关于中秋节月亮与人之间的关系。

提到中秋节，我想问问直播间的用户，你们想到的中秋节有哪些习俗？可以打在评论区。吃月饼，赏月，有一些地方他们会在中秋节来祭月，你们知道祭月吗？就是把月饼、水果摆上，朝月亮的方向祭月，饮桂花酒，拜月光菩萨，会有这么一种说法啊。

大家知道中秋节的由来吗？这是涉及到咱们传统文化方面的一个知识，就是相传的后羿射日，他射日之后得到了仙药，然后他身边有个小人就一直在找这个仙药。但是后羿没回来，嫦娥没有办法，就是抵抗不了小人的逼迫。还有一种说法就是嫦娥私自吞了仙药，之后就飞上了月亮，就有了嫦娥奔月的故事，后羿回来发现嫦娥飞上了月亮，对她非常的思念，就开始祭月，这是神话故事当中的一个中秋节的由来。

我再问问大家关于中秋节，你们知道中秋节的诗句有哪些吗？
“但愿人长久，千里共婵娟”，“海上生明月，天涯共此时”，非常好。

马上时间就到了，我们今天的主题是月亮与人之间的关系。
那么大家想一想，月亮跟人之间，尤其是女性之间会有什么样的联系呢？有知道的吗？太阳属阳，月亮属阴，月亮与人之间有什么关系呢？月经，都属阴，我觉得都挺对的。大家不要着急，今天晚上老师也有火箭般的讲课，在火箭班讲课结束之后，老师就会来直播间，也给大家来分享月亮与人之间的关系。接下来有请许医师跟我连麦，来给大家讲一讲。

**许医师：**主持人好！大家中秋快乐！我是医生，我对月亮其实是没什么研究的，但是我觉得月亮对人的影响，对女性的影响，虽然我不是女性，但是我治过一些病人，我觉得还是可以聊一聊的，等我聊一些之后，老师再过来给大家提纲挈领收束一下。这个时间前，我先给大家发散一下。

首先咱们是中医，在中医的角度，咱们中医的四大经典之一《黄帝内经》里曾提到了这么一句话，“月始升，则血气始精，卫气始行”，意思是月亮开始，上弦月一点点亮的时候，咱们的气血开始充沛起来。卫气就是保卫人体的这一层气血，也开始行动行走了起来，流动起来，就是气血开始起来了。然后说“月郭满，则血气实，肌肉坚”，就是当满月的时候，那一天你是血气方刚，肌肉充隆。等到月郭空，就是当月亮这个黑色的逐渐占据大部分，光亮的一部分被顶走，变成了下弦月的时候，就是“月郭空，则肌肉减，经络虚，卫气去”，这个就不用翻译了，很简单。这个就可以看出，虽然我们讲万物生长靠太阳，说一切都是离不开太阳，但是呢你会发现月亮它似乎还是有一种很隐匿的影响，对人很隐匿，你没有办法直接看到。

现在大家也知道地球、月亮和太阳三个转来转去，会互相影响。为什么说月亮会对人也产生影响呢？现代医学认为最直接观察到月亮对地球的影响是什么呢？是潮汐，就是潮涨潮落。潮汐如果硬研究的话，它还是比较复杂，因为它有地球的位置，还有太阳都有引力互相的。但总来讲就是它和引力之间，会把地上的这些水，可能是地下水抽上来，然后涨潮了。以前我不是特别的关注，也没有意识到潮汐现象。我现在这住海边，偶尔发现每隔个几天就感觉水位涨得很高，然后又过了周期性的时间水位降下去了。

对比人体来讲，我们虽然站在这里就是有肌肉、骨头、有皮肤，但其实咱们人体的百分之八十都是液体，水液也好，血液也好。你可以想象这种引力，如果把人体比喻成一个小地球的话，它对于你这些体液，这些血液是不是也会有一种微妙的潮汐现象呢？所以说这个也会引起人类有这种生理期变化。这个方面我不是特别懂，我查了一些文献，调查表明在满月的时候，痛风和哮喘的人数会达到顶峰，有很多人会犯病。正常来讲女性的月经是二十八天周期，她和月亮的盈亏变化是正好对得上，所以我们会觉得月亮和女性的月经能对得上。

我又深入了解了一下，我发现好像也不完全是，因为确实很多病人也好，健康的成年女性也好，她好像也不完全月经跟月亮走。后来发现他们做过一些调查，说很多很多年以前，古代也好，或者说在电灯泡、电器时代之前，大家的月经，生理规律其实和月亮是非常接近的，几乎贴近的。而且那个时候他们还有实践表明，在黑夜里人一直长期暴露在月光下的时候，他的生理周期也更加的正常。后来因为我们生活作息、饮食习惯的改变，到了晚上还灯火通明，很多人从那之后，她的月经就和自然没有那么同频率了。

还有一点就是跟地区有关，咱们虽然看到月亮定期的它会亮一点，又暗一点，然后又满了，又没了，但是仔细观察能发现月亮有时候离我们近，有时候离我们远，有时候大，有时候亮，它除了自身的阴阳变换以外，它的远近距离其实也是有影响的。

月球首先它自己会转，地球它自己也转，所以说其实月亮我们看上去好像一个阴晴圆缺是一个变化周期，其实它是有好几个自己的周期的。比方说它自己转，我们先说月球自己大概29天转一圈，我们理解为29天一个循环。但是我们研究它跟我们的关系，第二就是它绕地球转，绕地球转的话有两个周期，一个是有时候在南北回归线之间，南-北-南-北，这又是一个周期，又是二十多天。然后它离地球最近或最远的这种绕大圈儿，肉眼感觉到这个月亮大小，它又有一个周期。所以说这个东西其实影响因素蛮多的，这也就是为什么我们有时候说月亮跟人有关，但好像又没有办法找到直接关系，因为其中的这些原理还是蛮复杂。

还有一些研究他们说在地球的不同地方，比方说在北美洲地区发现很多女性的月经是在满月时候来。但是换个地儿，在欧洲她们可能就是在上弦月的时候来，就是月亮刚刚出现的时候。根据这些大家发现没有，就是月亮它真的对我们有影响。但是由于种种因素，它的影响在离我们渐渐的远去。很多还是因为人的作息，还有灯光导致现在跟月亮之间的联系没有那么紧密了。

月亮属阴，咱们讲阳主阴从，我们所有的这些生理功能其实还是更多的依赖于太阳-阳气，阴气相对于就更隐匿一些。就说我们看病来讲，我们说女人用水做的要柔一点，给大家开点柔的药，但其实在临床上针对女性的情绪问题，月经问题，你一定要上一些有劲儿的活血药，虽然这种活血药也偏向于阴分，但它依旧有动，还有通。

我们知道阳气才是一身之根本，而月亮代表的阴在我们身体中也有对应的含有阴元素的这种身体的气态，它是一种调和跟随，就是不能没有，如果没有了，你整个人太激烈，所以说为什么有的人他性格会急躁。但是如果阴分他太充盈了，就像月亮月圆之夜，有的人他也会血气方刚，他也会着急，容易上头。我发现阳气最足的时候，人一般也不会胡思乱想，大家会想去做事儿。但是阴血充渗的时候人容易躁动，特别是黑夜。老师之前提到的“月满勿补”，就是这时候你就不要再补，你会补过头的。这时候阴血很充沛的。

西方有一些传说，月圆之夜会有吸血鬼、狼人这些东西，而且在国外的话会有他们自己的一个传统节日，因为国外很多节日它是和殖民有关的，这个我觉得没有什么意思。但是有一个节日叫万圣节，大家可能听过，他们在国外追溯到两千多年前的土著居民，那个时候他们对自然的观察，他们过万圣节的时候是很阴间的，就是各种人神鬼都要摆出来，在家门口也好，都要摆骷髅，就在土里边摆一个骷髅身的样子。远古的土著人们认为那一天是阴间和阳间的界限变得模糊，鬼神也会来到人间，大家假扮鬼神引出了这种习俗，你会发现阴气很冲盛的时候。阳气冲盛是光明，阴气冲盛他不是说死气沉沉到底，他反而也会有一种暗藏着波涛汹涌的感觉。所以说这个东西它对于人，对我们现代人来讲，它对我们的情绪影响其实还是蛮大的。到了月圆之夜，你这个人可能就没那么想睡觉，没那么困，感觉还有点躁，这是对人的一个影响。女性就更不用说了，我们提到了月经，情绪，这些都是有理论依据，然后也有大家的这种习俗。

**红红：**我突然想到一个点，说为什么让你在中秋月圆之夜吃月饼呢？就是不让你乱来，这一天可能会很冲动，让大家赏月，一家人团圆，我好像模糊听到过这样一种说法，不知道对不对，意思是要避免在这种特殊的日期，让你防止有一些意外的冲动。

**许医师：**我觉得中秋节还是蛮好的一个节日，我不知道是不是现在有些其他国家也会过，日本、韩国我不太清楚，但是我觉得这个非常蕴含了咱们中国人的一个对于天地的了解和认识。以天地万物、太阳月亮运作来规定节气、节日，真的只有中国人做到这么全面，每一个都会有。

**红红：**中国的二十四节气也是跟着天地的规律来走的。为什么有中秋有国庆，有夏暑小满等等这些节气，它都是根据天地的规律来流转的。包括说到中秋节，我今天发现其实美国也有很多人来模仿我们吃月饼，他们把汉堡做成了月饼，我觉得我们这个习俗还是应该要发扬一下的，让更多人来了解我们。

**许医师：**说实话在国外中国的元素太少了，中国的能够在国际上有话语权的东西真不多。我和一个外国人聊，我说我来自中国，他说我知道，我很喜欢拼多多。拼多多在国外开了一个公司，我当时觉得挺尴尬的，因为那个销售平台卖的都是一些很低廉的东西。

咱们说中秋节吃月饼，我确实也不知道是从什么时候开始的，我也没有联想到它和人体健康的关系。总之就是能感觉到节气也好，节日也好，在你还没有想到要过什么节的时候，你从自然万物间你就能看到一些隐隐隐约约的迹象了。可能我每次都不会特别记得什么时候是中秋节，就觉得最近月亮开始变亮变大了，我估计快到了，一查差不多。这一点就能看出我们节日背后的真正的含义，其实不是单纯说为了庆祝什么，而是我们人与自然有个联系，我们与它的紧密联系，所以我们觉得这个时候应该要做些什么。然后来看下个阶段的日子。这是中国的节日和国外节日比最厉害的一点，咱们是有实实在在的背后含义的，是和天地万物之间。不是说一定是我殖民新大陆了，来庆祝这一天，很多国外都是这个样子的，这点我觉得特别好。

咱们中秋节的话，我觉得我目前能想到的就这些，跟人体的联系，大家这一天要稍安勿躁一些，就是要让自己平和一些，吃一点清淡的东西，因为这一天你已经血气很充盛了，就不需要再补了。然后就像老师说的另一句“月满勿补，月缺勿泄”，当月亏之后，你也就不要再给自己泄下了，就不要再过于消耗了。大家看有什么聊的，可以评论区聊一聊。

**红红：**刚才隗辛说他家小孩现在还不睡觉，平时都睡了，小孩躁动比较明显。

**许医师：**小猫、小狗、小动物都能感觉到，我觉得比成人更通透一些。

**红红：**一会儿老师火箭班结束之后，我就会去老师那边了，因为那天老师在直播间预告，想跟大来分享一下传统节日的知识。

大家有没有看过一本书讲过关于月亮的，我记得老师之前的讲课资料讲到过。有人说《经络揭秘》，是老师挺深奥的一本书，在这里面有一个目录讲的是三个月相和十二经脉的关系，第47页，给你们看张上弦月、下弦月、满月的一个卦象图。这边是跟卦象相对的。今天刚好是中秋节，我们就可以把月亮跟卦象跟传统文化，还有包括许医师刚才讲的它的一个周期，我们都可以跟大家来普及一下。

老师来了，老师跟我连个麦。

**师：刚才许大夫讲的啥呀？**

**红红：**许大夫讲的是为什么叫月满勿补，月亏勿泄，说了月亮的一个状态，一个周期，他提到了月亮与女性之间，月信之间的关系。其他的没有讲。

**师：中国自古是双历，它不只是阴历，就是阴阳历并用，二十四节气就是阳历，咱们既注重初一、十五，同时也注重二十四节气。比如说六月二十一号，始终就是六月二十一号或者二十二号就是夏至，这不是跟公历完全吻合吗？所以中国是双历运行，它既重视阳历，也重视阴历。阳历是根据太阳来的，阴历是根据月亮来。太阳转，就相当于地球围绕太阳转一圈产生的气场磁场，波动扰动，我们古人密切关注了，就是春夏秋冬，他非常重视二十四节气。那同时他也看到了月亮转一圈，月亮围绕地球转一圈，对地球气场的扰动，也是周期率波动的，然后就把太阳的公转影响阳气，月亮围绕地球的公转影响阴气。无论是历法、天文、历算、风水，包括算命，都特别重视太阳和月亮，还有五大行星，特别关键，尤其古代祭祀打仗，跟那个都是密切相关。**

**无论是太阳还是月亮、五大行星，后边有一个天空的大背景，这就是二八星宿，就天盘，天盘转，日盘转，月盘转，三盘都转，你看比如说二八星宿就是子丑寅卯，子，午，卯，酉，给天空画区，十二地支，画完之后，“子”上是女虚危，“丑”上是斗牛，这啥意思啊？在子盘（子上这天盘），子宫上，子丑寅卯辰巳十二宫的子宫上就有女宿、虚宿和危宿三个星宿，天气好的时候，我可以带你们去看天上的星星，一个一个我就给你指出来，哪个是女哪个是虚，哪个是危，就和西方的星座一样，中国不叫星座，叫星宿。**

**我原先讲过，我们地球人有的是来自于某些星宿的，比如申宿座，卯宿座，织女座等等等等，很早古人就知道我们很多人来自于很多地方，其中有一个叫星宿，星宿人他就来自于很多遥远的星座，坐飞船坐啥的他就过来了，那这个人有什么特征啊？有他们本星宿特征，这个咱们今天不讲，这都研究的不能再研究了。你看女虚危，斗牛，寅卯辰巳每一个他都有，整个是二十八个星宿分布到子丑寅卯辰巳十二地支十二宫里面，这不是分好了嘛，咱就不说这个。**

**咱说子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥，太阳它走到丑宫，走到寅宫，走到卯工，走到辰宫，它是退着走的，太阳退着走。天行机，这个这你们现在先不需要考虑，特别烧脑，月亮也走这，五大行星金木水火土也走，他们叫做啥呀？叫缠，他缠在某宫，就是他记在某宫，他就把这个宫给激发，他的背景给激发，掩盖或者激发。子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥就相当于十二个战场。太阳月亮和五大行星就相当于勇士，他们在哪个战场待着，他是主，他就能激发那个地方的气场。**

**你看子丑寅角亢，就是大角顶着，有个星座叫角宿一，亢是亢奋，如果五大行星来到了角亢寅这儿，他就把这个爆发力给激发出来了。比如说女虚危它主虚弱，主陷下、凹陷和空虚。那如果五大行星刻到女虚危，那就主这个星本身就陷在这了，拔不出来，它就是根据这个星星的特点，它就有什么气场。除了五大行星，日月，还有叫做客星，什么叫客星啊？来做客的，不是常在，来这做客。比如说扫帚星，还有包括彗星，白虎彗星，彗星大扫帚的尾巴过来了，这是客星。还有超新星爆炸，超新星，突然一客星非常亮，这带芒角，他说带芒，带角，亮的不得了，如果说带芒带角客星客在十二宫某一个宫，他直接就把这个宫的星宿之气给激发出来了，主客互相影响，这就是咱们的古天文学。**

**这个说来就多了，我大概跟你们说就是地球作为一个主体，他外面包绕的都是星体，这个星体都会在地球上有个投射，他都会在你的身体里面有一个部分。比如说我们的经络穴位，它都会激发你的身体，刺激你身体的真气精气，外在的它可以刺激一个个人，也可以刺激一个团队，还可以刺激一个国家。同时它也刺激一个地球，他就是全息理论，所有的万有都是拿线穿起来。这个东西把我们的命运跟整个星空的命运紧紧的联系在一起，这就是古代的占星术。**

**古代帝王为什么那么注重占星术？他能预测一个国家的走向，这个都是超时空的，他直接就能预测很长很长的时间，古代是天人合居的，天人杂居的。天上的战争一定表现在人间，人有可能是天神的代理，代理战争，就那个特洛伊木马，希腊古罗马神话传说里面都有，修西斯啊，这个那个的，上边下来是要让人直接打，上边再打，它都是互相映射的。这是古人讲的天人感应，在天成相，在地成形。天上有的地上能表现出来，地上有的天上也能反映出来。**

**很多事情你本身就是控制不了的，你觉得你能控制你自己吗？你本身就控制不了你自己，你能控制自己的情绪吗？控制自己不想或者想吗？古人练纯想法就让你打坐，纯想一个东西，你能想得住吗？你定一分钟都定不了，你说你能控制了你自己？你脑子里的一堆虫子，你只是这些虫子的代理人，你控制不了虫子，虫子就能控制你。你也不能做到不想，比如说今天出了一个事儿，你说你不想，能不想吗？不能，其实每个人都是不自由的，都是在业力的推动下不自由的去办很多事情，你就是很多人的代理人，你也是虫子的代理。**

**那我们能做的是什么？把你做的越来越正，越来越好，让更多好的虫子主宰，坏的虫子排除，然后更高级的一些精神力量去影响你做这个事情。修炼就是这么回事，你不可能空空无有，只能让更好的代替更差的。像一个国家一样，让良臣、武将，忠臣他们去把持朝政，让好的东西进来，去小人远拧人，那古代不一直干这个事儿，接近贤臣。你们身体也一样，你们身体就是一个国家，就是一个朝代，你想那些龌龊事儿，都是身体里的奸臣在发挥作用。首先你要接触正能量，比如说接触老师，老师给你输出正思想，你要接触到了，然后慢慢的一层的排，你就把垃圾东西排掉了。**

**你们在外边能听到这些话吗？那肯定听不到。有一个大过滤器理论，就是高维的都给过滤掉了，不让人类听到，不让你升维。你始终是在三维世界和物质世界，就是欲望的世界，虫子的世界里，你们就呆住了，他不让你们去挣扎出来。**

**你会发现凡是在外边，你根本就说不了，一说就打压掉了，这是共业导致的。所以说咱们的APP能说，我能给你们说些东西，外边根本说不了。**

**关于月亮的，月亮是阴气的代表，也是血的代表，女性的代表。所以说女性跟这个月亮的关系更加密切，月满的时候女性更容易暴躁，坏人更容易暴躁，所以说有做统计说月圆的时候杀人案件会多。月亮一圆了之后，整个的人身的气血就涌动了，有的说很多很多人晚上老想坏事儿，他觉得趁着夜色，或者晚上躺床上磨刀，要第二天把老公宰了，第二天早上又给老公做饭，是不是？想起白天那事把你气要死，非得找他算账，翻来覆去，那玩意白天为什么不想，晚上怎么那么沉，狠心就生出来了。阴气的力量，阴气又代表阴邪，阴气有正有邪。然后到了晚上人更容易办坏事，摸黑，黑漆漆的更容易办坏事。**

**教大家几个关于月亮的知识，咱们今天八月十五，这个知识你必须掌握啊，古人管初一叫什么？初一叫朔，这个我们一定要知道，朔代表初一，三十叫晦，就没了，月亮没了，三十月亮看不到了，初一就出来了，十五叫望，十四叫啥呀？十五之前叫月肌望，月快望了，十五之后那几天，十六十七叫月既望，已经过了，叫月既望。中医里面月既望，马匹亡嘛。中间初七叫啥呀？初七和十七类似的前后叫玄，上弦，下弦。给你们普及传统文化知识是老师的责任。**

**还有俩词儿，“哉生明，哉生魄”，哉生明是月亮开始明，开始出月牙了。月亮满月之后开始被吃叫哉生魄。魄指暗面，明指明面，比如说哉生明，哉生魄，老有学问了，我跟你说，你就会到某些名山大川看到很多碑林，还有牌坊上，全都是古代经典的一些名言警句，你看这是月亮，这是上弦月还是下弦月？下弦月。你看这是昏见，古人叫昏见晨见，什么叫昏见晨见？就是说太阳落山了，看到了月亮，下弦月挂在天边，挂在西边，这不是太阳吗？太阳从这儿沉下去之后，太阳的光亮照射到了这个地，这叫哉生明。到了十五以后，叫晨见，早晨见，我们会看到上弦月。那么这个时候太阳从这边升起，从东方升起，它的光照到了月亮的这一面，这就变成了上弦月这叫哉生魄，明白了吗？**

**朔晦望弦是月亮的四状态，哉生明，哉生魄，月亮的暗面是破，明面是明，理解了吗？稍微给你们普及一下。**

**时间差不多了，我再讲五分钟，九点结束，听不懂是吧？
你听不懂就正常了，首先传统文化你们一定要去学，就像记英语单词一样，记到一定数量之后，你就是融会贯通了。月亮的意义非常重大，你们可以买本《经络揭秘》，那本书我详细的讲解了月亮和经络命名之间的关系，月亮的循行走向，月亮的循环一个接一个，手太阴肺经下接手阳明大肠经等等的，十二经络相接，他们的奥秘在哪儿？就在月相上，就在刚才讲的月相上。厥阴，太阴，少阴，阳明，太阳，少阳，他们的命名也是跟月相直接相关。**

**月亮里面不仅有嫦娥姐姐，还有里面的大的奥秘，就是阴阳消长，一些重要的阴阳的学问都在月亮，八卦啥的都是阴阳，如果说你学周易、学大象、学纳甲，都需要去了解月相的奥秘。**

**红红：**我看到今天在直播间里有很多是游客来的，你之后要看老师这个课，听老师的课可以下载我们得明健身APP。今天关于月相的知识，在老师的一本书叫《经络揭秘》，这本书你们可以去买来看看。

**师：想了解身体的奥秘一定要看《经络揭秘》，一个《经络揭秘》，一个是《中医漫谈》，看不懂也要看啊。**

**红红：**《中医漫谈》就算你是一个中医小白，你也看得懂，《中医漫谈》是你需要了解基础的，《经络揭秘》去了解人体的分布，刚才老师讲的厥阴、阳明这些经脉跟我们身体的关系，还有月相，总之有很多，您可以看一下那个目录，然后自行购买。这个是我们内部的资料，你可以找引你进来的星光人员，或者组长。

我们今天的课讲到这儿就结束了，今天中秋节老师讲了两场课了，非常感谢老师，让我们一起祝老师中秋快乐，老师辛苦了！