**20250806读书会-孩子不长个、怎么去伏梁长大个**

整理：紫水晶

**红红：**大家好，我说一下咱们今天的主题是关于什么，相信我们的组长和星光人员最近这两天来找他们的应该也是有这方面的困扰，关于什么呢？今天说到的是很多父母都关心的话题，就是孩子能不能长得高高大大的。关于长个子，很多西医会让你打生长激素，会说营养摄入不够等等各方面的原因推迟了你的生长发育。

在中医上来讲，《难经》这本书当中有一个关于伏梁的词，说到伏梁这个词，你们脑海中会有一个什么样的画面呢？如果是我的话，我就会想伏梁是不是像古时候那个房子中间有一道梁，就横在中间，我会这样去理解。那么伏梁在《难经》当中的记载是什么呢？就是心之积，名曰伏梁，起脐上，大如臂，上至心下，久不愈，令人病烦心。在《难经》当中记载了一段话说到了它的位置，也就是说我们的心下，从起脐上到心下位置，它这个部分会有一个结，结梁子在那结成了疙瘩，结在这个地方就堵住了这一片，这个地方又是我们多血多气的地方，胃。

在开播前，我问凌子姐是不是脾胃不好也会导致不长个子？因为不吸收嘛，那凌子姐就说到一个她脾胃这个地方有结，所以它才会循环不好，不管是直接原因还是间接原因，跟伏梁有很大的关系。你说这个地方结梁子了，结住了，它会导致孩子的生长发育，他长个子不会有一个很大的进展。有一些小孩，比如说我再往前的那一代八零后，他们还比较少见，你去观察一下，那时候那些小孩脸上长青筋的会很少，对吧？现在的孩子脸上，包括鼻梁是不是有很多青筋，这些表现都说明了什么呢？都说明了这个小孩儿有伏梁。除了这个还有一些症状会表明他们会有伏梁，比如说有些小孩他天生就是胎里带的，可能父母有，然后就直接遗传给孩子，他娘胎里带的，或者说他儿童的时候，那个地方会有伏梁，他会有遗传，会有娘胎里带的这种天生的。这种孩子他嗓子眼儿细，表现是什么呢？吃粗的不能吃，吃硬的不能吃，吃下去觉得噎的慌，挑食，不爱吃饭。

我们刚才说到的是有伏梁的表现，一个是有青筋，另一个就是说这个孩子嗓子眼儿细，他吃东西粗的面条就吃不下去了，他吃不下去硬的，觉得要吐，必须得那种细溜溜、特别细的面条他才可以吃得下去。还有一种就是你可以去按一下心口处，他明显会有凹陷，有一些小孩子你不用去按，你就直接看他这个地方，他表现会比较明显一点，他会往里凹陷，然后还会按压痛。等等以上的这些症状都表示他们有伏梁。

刚才我们说到了《难经》上关于伏梁的记载，其实在我们中医观念里面，孩子不长个子的原因，不管是直接原因还是间接原因，都跟伏梁有很大的关系，起脐上至心下这个地方有结，他横在这儿了，我们这个多血多气的地方有结，循环不好，怎么可能让个子长得好呢。

刚才我们说到伏梁是什么以及会有哪些表现，症状，形式，能理解的扣1.我们再具体的往下讲等一等老师。我们说这些都是它的一个表现形式是出自于《难经》的记载。那么在《伤寒论》上又把它叫做什么呢？这个地方叫做结胸，就是胸腔组织结在一块，撕扯扯不开，胸结结这儿，那里面就是西医会讲到什么粘膜，缔结组织等等一些学名，就这些地方成一团团都堵在这块了，这个叫做结胸。在《伤寒杂病论》里面被记载为叫做结胸。结胸的时候他还会有哪些表现形式呢？你有没有发现身边的人只要一吵架，心口一紧，有时候他会有一些表现，就是非常的紧张，紧张的说不出话来，然后还会有心跳加速。

老师来了，重点的老师来讲怎么解决孩子们长个儿，有结，给家长们说一说，我之前会觉得父母长得个儿矮，那孩子个矮是正常的。我现在就在想，如果说父母个子矮，是不是有可能让孩子变得高一点。

**师：这个长个的问题，现在我发现孩子普遍长高了，我觉得跟国运有挺大的关系，太平盛世人就高，长得高壮；兵慌马乱的他就缺衣少吃的，又惊恐害怕，长得小；你们这样来理解，从整体来看，各方面都好，他肯定往高了长。欧洲也是这样，欧洲原先也不是这么高，原先可能也很矮，平均身高一米六几，他们经过工业革命，现在体制的文明的迭代，他的个是普遍长高的。**

**如果个体来说，一个家庭好，爸爸妈妈好，爸爸妈妈壮，吃的好，那就长得高。最近二十年还有一个非正常长高，比如说一米七八、一米六，他能长到一米九的样子。按理说长到一米七五到一米八是正常，长到一米八五到一米九叫非正常长高，就跟吃激素有关，主要就是激素吃的太多了，膨大剂嘛。你看整个社会环境，我们的饮食所有东西都变大了。那个鸡本来两三个月就长那么大，催熟是三十天还是二十八天，那都不正常。还有黄瓜茄子土豆，哪有那么大土豆，所有的这些都是膨大剂激素催出来。**

**现在孩子很多病态长大，我看这个有直接的关系，早熟、个儿过高和骨质疏松，孩子免疫力变差，也就是糠芯的一代，像个萝卜一样，里边是糠的空的。骨质疏松，骨骼退化都是导致孩子长高。所以说你们不要想尽一切办法，盲目让孩子长高，生长激素导致他骨骺线提早闭合，骨骺线不闭合，人就一直能生长，他一拔节之后提早闭合，他就不生长了，反而长不高。现在打生长激素一种普遍现象，但是我建议是别打。**

**一般长不高的两个原因，心理焦虑觉得长不高，实际能长，孩子肠胃结住，就是促使他长高的因素被破坏了。孩子长高最重要吃得壮，拉得出，天天有劲儿，有精力，活泼开朗，活蹦乱跳，处在一种少压的一个状态，这样孩子他就能长高。**

**比如说压力，为什么紧张反而孩子长不高呢？你们一定要这样想，你们不要看什么激素，指标，人作为一个生物，作为一个动物有普遍性，所有的生物和动物都有普适性，普遍性，孩子处在舒畅的状态，里面内循环是不是就好，它分泌的生长因子是不是很顺利的能够协调全身，让它长高。那如果说他处于紧张状态，是不是他整个的气血不顺，有淤滞，通道变窄变缩，它释放的生长因子可能就会出现堵塞，所以就不那么顺利的能够让它展开。即便生长因子出来之后他去传达信号，层层传达下去，也不能完全执行，它的整个的循环变差了。**

**就是说好多国家，你看比如说咱们古代政令不出朝，这就是中央发布一个命令，下边不执行，这就是国家衰弱的表现，瘀滞了，就是中央和地方之间不能很好的协调沟通。地方不听中央的，中央也不信任地方，那个乱啊。人也是这样啊，人也是一个国家，有五脏六腑和四肢百脉，大家互相要协调，传达信息要准确顺畅，果断执行。它里边出了问题，比如说胃这地方肠胃结这，这种出了问题就会导致整体运转出现堵塞，尤其是孩子拔节的时候，这孩子拔不起来，胃口不好，心口不开的，这就是孩子不长个的一个原因。**

**如果是再说伏梁，伏梁是什么呢？就是《难经》上叫五疾，心下疾就是伏梁。什么叫伏啊？很多人写错了，是单立人，是隐伏的伏，隐藏着一个梁子，硬的一个圆柱体卡在这儿，它导致你上下气机不顺，你说心周围卡那个梁子能好得了吗？堵住了。你整个的肺门、心门，心的主动脉，升主动脉，降主动脉，肺主动脉都在那个地方，那个地方要是卡着个梁子，整个的大循环大通道都堵了，所以小孩要去伏梁，通过我接触那么多小孩发现凡是长得不好的，长不起来的，胃口不好的，都多多少少有伏梁，胃口以上心口以下那个地方有伏梁，按着会疼，会板一样，他紧张，拒按，甚至怕痒。孩子不爱说话，或者说话不顺，不主动，有孤独症，不开朗自闭都有可能是这儿有伏梁。还有自闭症儿研所，现在自闭症特小孩特别多，很多我看他们都是那有个伏梁顶在那，压在那，心主神明，你压住神明了，你想想他是不是就压住性格？心开窍于舌，舌能言，心被压住了是不是就不能言了。**

**中国古代《黄帝内经》讲的就特别的有道理，你不明白的问题就到《黄帝内经》去找，到《伤害论》，到古圣贤那儿去找，一找一个准。**

**心开窍于舌，舌本僵则心为之病，当你说话不利索的时候，因为上岁数或者是你就舌头不利索打卷，小心得个心脑血管疾病。你发现说话说不利索或者重言，含糊不清，你一定小心心脑血管疾病。**

**他们把五疾打公屏上了，肝之疾曰肥气，脾之疾曰否气，肺之疾曰碧溪，肾之疾曰奔豚。我简单给你讲一下，这个按理说都不应该跟你们讲，这是我们中医班的课程。肝容易囊肿，淤大变大，肝胀了，有点肥了，肝一变大，它的生机就出不来了，所以叫肥气；脾经要运转，运出去，不能拥着在那，脾塞不通就坏了，叫否气。肺曰碧溪，就喘气，呼呼带喘气下不去，所以它叫碧溪，就是肺结节，肺癌，就是呼吸困难。脾色不同，老打嗝叫否气，否气泰来的否，脾色上下，他在中间叫斡旋，上下不能斡旋了，叫脾色。为什么要奔豚呢？奔豚是个病，奔是奔跑，奔出，来回跑，豚是小猪豚，他这个下边堵了之后，你们记住这是奔豚病，《伤害论》里面讲的，就是下腔股动脉到两股到小腹之后分成股动脉左边1条右边1条，就是这个积压住了股动脉，下腔动脉压住之后导致血液下不去，逆流往回走，一直向上冲心，气从少腑上冲心，这是《伤害论》里面讲的，气从少腑上冲心，一下子你感觉被淹没一样，头一定是晕。人就呆了，像一个小猪从下面奔涌而上，叫奔豚。还有一个叫欲作奔豚，就是要发作没发作，这时候会叫脐下悸动，会有肚脐下边砰砰跳，很多人都有，腹主动脉在那吭吭吭跳，现在三四十岁的人都有了。有的人他能听到自己心脏跳，这是心脏堵了，心脏蹦蹦蹦跳，甚至耳朵嘣嘣蹦也跳，他能听到。他肚脐下面能感觉到砰砰砰，往手一摸，那边砰砰砰跳，那就是奔豚的前兆，他不一定爆发奔豚，但是他一定下边小腹堵了。**

**人有九堵，九个地方容易堵。五脏是五疾，是五个地方堵，实际按区域划分上中下三焦，上焦心肺，中焦胃脘，下焦小腹，每一区就三焦，每一焦又分三个部分，总共是三焦九区，三焦九区都容易堵，得一些常见的疾病。**

**红红：**刚才老师说的那个能听到心脏跳，我觉得这个非常普遍，年轻人好多都有。

**师：听到心脏跳两个原因，心脏周围堵塞，它传导的声音你就听到了，按理说这个声音你是听不到的，他直接就划走了，人身体通透之后，他声音传导也是通透的。你在听到身体的异常响动就耳鸣，脑鸣，动脉跳，心脏跳，包括手指跳，眼皮跳动，反正身上哪跳，乱跳乱颤，发出不通的声音你能听到，这都是异常现象，都要很紧张了，肯定是健康出问题了。很多都傻子了，他不知道健康出问题了，他还按自己那个不健康的轨迹在走。**

**我曾经遇到一个人，五十来岁中指指尖跳，他是练武的，练八级的，他跟我说，你看我这出功能了，以为是练的，没一个月去世了，突发心脏病，你看这不就是中指吗，心脏啊，当时我摸他脉的时候，我就跟他说你心脏有问题，他也知道他心脏有问题。心脏叫做结带脉跳几下一停，跳几下一停，而且还乱，他不懂说心律不齐，这个地方应该是堵了，心区堵了之后，反映在手厥阴心包经上。我觉得是就应该引起相当的重视。**

**红红：**因为之前年轻人会出现身上的血管跳动，心脏跳动，然后有的还会出现眼皮跳走，经常跳，然后他们去医院检查，医生说你这是因为抑郁焦虑，这是你的躯体症状。

**师：他解释不了这个现象，西医就像一个又哭又闹的三岁小孩，让他主掌了行医的权利，四个字来形容“狗屁不是”。你看倪萍采访那个医生，那医生不会说假话吧，几乎西医什么病都不治，他只能消除一些症状，缓解一些症状，让他解决这个问题，他连这个病因是什么他都不知道，怎么解决这个问题？你那彩电给他，你说你给我修修，哎呀，病因不明这彩电咋给你修，我给你瞎拧固拧固吧，就这么回事了。只不过现在他嘴大，咱嘴小，他属于强权，他占统治地位，那我们就受了，没别的办法。**

**就像元朝统治我们的时候，那你有啥办法呀？那时候咱们汉人叫南人，你知道吗？都不是汉人，北方的汉人叫汉人，南方的那时候不是南宋灭亡吗，南方的汉人叫南人，居于最末一个，就当跟狗一样使唤。你说哪有什么真理呀，哪有什么辩论，都不存在，存在的只是强权。这医学强权，我们被又哭又闹的三岁小孩强权了。你们要有不同意见，咱就来辩。**

**红红：**我觉得刚才老师讲的解决了我很多的内心疑惑，之前是解决不了的。老师，您看到有一个新闻，就是赵露思是一个明星，他之前是因为他突然就瘫痪了，不能走路了，然后也不能说话了，说失语症了，然后公司没有带他去看病，你猜公司带他干啥？驱魔，前两天报出来。但实际上他应该是长期的压力导致的他身体的不调，他的经纪公司不带他看病，带他驱魔，我觉得听起来有点荒唐。

**师：我看了那个，闹得沸沸扬扬。前段时间报道的外国有个社区给一个妇女驱魔，通过高温去把这个魔给驱出来，然后搁到蒸锅上去蒸，蒸二十分钟，那爹妈都在那就觉得不行，赶紧掀锅吧，两三分钟一直不让，最后给蒸熟了。邪知邪见历来都有，无论文明发展到什么程度，邪知邪见一直存在，因为魔佛他是阴阳，光明与黑暗，正义与邪恶，它都是一对阴阳，愚昧与文明都是一对阴阳，你永远不可能消除愚昧。**

**就这样说，咱们讲的头头是道了，如果让更高级的去看待咱们，咱们也是邪知邪见，他说你也就是个高中生，对大学生来说，你也就是高中生。咱们看西医，他是一个小学生，那中医是不是最高学位的，也不是。**

红红：今天开播之前，康康上次参加咱们夏令营，然后我今天看他小时候的照片，我感觉他的变化还是挺大的，他小时候是那么一个状态，他现在个子也长起来了，他整个的状态也不一样。我觉得就是像回到老师说的那个，你身上出现的某一个症状，一定是你内心的不调，然后他又通过咱们得明健身，通过这个养育的方式，个子也长了，整个状态也跟之前完全不一样。

**师：康康给我感觉最大的变化就是他越来越顺，原先大哭小叫，要死要活的，他那个暴脾气，他哪来的暴脾气？压在心底的暴脾气，他随着一年一年参加得明夏令营，他不断的去释放，他经脉变得越来越顺。**

**你看一个人无故发脾气，包括小孩一样，他一定是里面的经脉不顺不调达，他想挣脱出来，挣不出就以变态的方式，不正常的方式表现出来。包括我们家珊珊也一样，原先也爱嗷嗷叫，现在不叫了。如果说是按西方那套理论，他就压抑，开始吃镇静剂，打镇静针，不让孩子或者病人他发泄，那不坏了吗？把孩子都打傻了。有一个北京过来的，他就是一不吃那个就开始暴躁了，爹妈害怕就赶紧给他吃，实际他不应该吃，就让他暴躁，暴躁暴着让他发。就像这个带气的饮料，啪一下拧开噗噗喷，喷喷喷就不喷了，你一看它喷，赶紧又给它盖上了，你们也一样啊，每个人他心里都有压抑的东西，你要把压抑的东西倒出来，越倒你里面的压力越小，经脉越顺；都倒出来之后，没有压力，内外压平等，内外压差不多了，你说还有吗？没有。**

**洪水决堤之后倾泻而下，等那洪水蔓延开来了，他跟河里的洪水齐平了，你会发现汪洋一片，没有发的了。这个道理非常简单，当你有压力，当你无故发火，小孩大人无故发火，你再想想你是不是压力过大了，你不要想尽一切办法把压力挡住了。最好的办法就是通过活动和喊叫和做事儿，把你的意志力通过肉体释放。内心压力都是想不开，我怎么挣钱这么少，我天天想我怎么挣钱这么少，我怎么这么穷，我怎么就这么丑，你怎么老说我，从来不表扬我，就这个东西都是你自己。确实是世界万法唯心所见，都是你自己心里过不去。那你又不可能是天天清灯古佛在那念《金刚经》，这也不现实。最好办法就是通过肉体上释放你的心理压力，释放完再回头看也就那回事吧。**

**你看那个日本变态，他现在有一个服务让女服务员抽男顾客大嘴巴，那抽的可爽了。这种痛感就带来了压力的释放，同时让自己能够接受。你要说让一个丑八怪抽他，他肯定不干，他看着人家长得那么漂亮，让人家啪啪抽他，心里得到安慰。这个东西虽然是变态，但是他确实是压力释放的一种方式。包括那个被打，给多少钱打，还有一种打人，给你钱啪啪给你来一顿，这也解压，被动式解压和主动式解压，你选择哪种？被动是花钱来打，是不是就感觉你还挺正常；那要打不出去了，那只能让对方打回来，压抑太狠了，打不了别人了，就是你卷的已经很厉害了，你已经没有能力去打了，**

**那干脆就让别人抽你，抽开了之后，你就愿意打别人了。觉得有意思吗？很多小姑娘小伙子他自残他都是一种压力的释放，他抽自己大嘴巴，他不打别人，打自己，都是一种内卷，他已经不敢打别人了，或者他也无力打别人，但是他打自己。**

**红红：**老师这儿有个最大的不同，就是要做自己，不会把他压进去。我们不宣传那一套说你要仁义礼智来裹住自己，要让自己释放出来，把情绪释放出来才能做自己。

咱们这儿有个辅导员，他那天问说怎么让他能够走出来，他想要做自己。

**师：做自己很简单的，做得明健身先拉开，然后练狮子吼喊出来，慢慢你就能好很多，尤其是压的狠的，刚开始练得明健身和狮子吼效果特别明显。原先我就爱吼，我咋吼啊，你看城市里面咋吼啊，就在马路上骑车，一边骑一边吼，谁听见他也过去了。你要在家吼，小区吼，马上有人找你。你说你能到哪儿吼，单位吼？你疯子，商场吼也不行，你看也没地儿吼，我唯一能去的地方，在北京的时候就在北三环骑车，一边骑一边吼，大吼，老爽了。最好的方式就是上山上吼，记得在北京爬山，爬海坨山，爬灵山的时候在上面吼，我记得那时候风雪交加在山上，背一个大包，一群人，漫天飞雪在那嗷嗷的吼，后来我也不知道咋回事，反正就定期在三环上一边唱着一边啊啊啊啊就这样的吼，有时候回家骑车我吼了。还讲回孩子吧，看还有多少时间。**

**红红：**我们可以再讲个十几分钟，就是孩子长个子会有一些什么具体的方法吗？大家想听吗？

**师：长个子在抖音小红书都讲去伏梁，就是咱们健身的方式拉嘛，咱们讲离心式拉伸，就是针对伏梁，叫心结，叫结胸，结在这个地方了。你说这样这样这样这样这样这样去拽，但是你这样拽，你拽不到这个地方，知道为啥吗？你这个地方被压住了，肩膀被压住了，胸腔板结了，你胸腔外边套一个铁桶，你拉的动吗？那里边就拉不动，第一步要解决肩膀的问题，你得传导进去，力也得传导进去，透进去。你看很多人他就这样（伸胳膊），他动不到。实际上你看这肩膀是能动的，肩膀动还不算数，肩膀还能拉着胸腔动，你如果胸腔套个铁桶，你胸腔动不了，你看最简单的这个（扩胸），很多人做不了，你看他（红红）动不了。实际上我们这个胸腔，你看我怎么动都行，就是这个意思。**

**小孩都是灵活的，但是随着我们年岁增长，我们都板住了，先板住哪儿啊？就是胸板住了，胸板住累积到肩板住，肩胯都板住，胸腹后背全都板住之后，我们就是一个装在铁桶里的，只有四肢伸出铁桶，啊啊啊啊啊啊像鸭子一样走。咱们夏令营口号是“把孩子放出笼子”，把我们从铁桶都放出来你得挣扎，挣扎才能放出来。**

**五脏六腑能运动吗？五脏六腑运动不了，一定通过四肢跳动，肩胯带动胸腹和颈胸腰椎去动。你看很多人腰椎这个地方他都不会动，实际你看这是胸椎在动，腰椎我们都会动，但是很少很少人会动胸椎。因为就刚才说的胸椎不是后面在动，是前面，你整个手掌贴到我胸椎上去，这是胸椎带着胸腔在动。你就发现你都活了以后啥舞都会跳。你变的通透的时候，你的感性认识就来了，男人偏于理性，女人偏于感性。但是男人你要想变出感性来，你必须把身体整得特别活。什么是感性，知道什么是感性吗？好香啊，就是心活，这世界好美啊，我想唱首歌啊，我想读首诗啊，这个音乐太美妙了，这就是感性。你身体越通透，你的感性就来，就是说你艺术细胞越好，你们家孩子想走艺术路线的话，一定要让孩子变得通透通达。**

**很多小孩他天生的通透，但是他弱，就是说你既要强壮又要通透，这个是我们要追求的。有人说为什么通了还弱呢？你知道为啥吗？他通他只是通着表层或者通的上层，心通了他就感性，那可能腹有结，胃有结，那他身体又变差。**

**最后给家长关于孩子不长个焦虑的这个问题，我提几点建议，这孩子有的长得晚，有的长的这个早，这不一定。如果你家孩子看着比较健康，健康的标准是什么呢？五个原则，能吃，能拉，能睡，性格稳定，吃喝拉撒睡，差不多是这个意思。你孩子不长个你就等，你不要做任何，无为而治，你什么也不用做。如果你的孩子吃喝拉撒睡出问题了，性格出了问题，那么你就要调这个，就是他能带来孩子长高，同时也能带来孩子全面变好。你不要只关心孩子长个这个问题，长个是你整体向好带出来的。就像一个企业好了，是不是企业的方方面都好了，不可能一个企业好了，他们就一点好，别的都不好，那他不是一个好企业。我们一个人也一样，就是说他精神面貌，各方面性格，精力，体力，包括他的圈层都整体变好。你接触的人都变好了，那些个损友，损友三损，益友三益，损友都离你远去了。**

**益友是哪三益？当然是能跟你真心交朋友，能帮助你，能够理解你的知己，有知有量，有多得。为啥很多人说一看你的朋友就知道你是啥人，你的一个圈层都是这样子的。因为你这个人，跟你交往就形成了一个共同的能量场，这个能量场好，你也好，你的朋友也好，所以说老师教的都是你们这些好人，对吧？就是这么回事吗？你看咱直播间有一个调皮捣蛋的吗？没有，调皮捣蛋他也留不住，就说你们能听，你们也是好的，如果你们调皮捣蛋，你也早就走了。能量场一致，他同频，不然的话，你为什么可以在这听？你不是说过来浪费时间的，你一定是求得多学知识，跟老师互动来了。**

**红红：**老师，我之前不太理解什么是胜人者有力，自胜者强，就是道德经上的。我最近观察一下几个孩子和洪正源，我发现就是他自己有那个好的地方，然后别人才会愿意帮助他，就像是你自己好了之后，周围的都好一样。他家孩子特别有责任感，然后干的事情最多，然后我就自然而然的，我就觉得这个孩子我就愿意帮助他。

**师：这跟家庭熏陶和基因都有很大的关系。所以说我们一定要认识到我们所有人都是在一张网上，大家是同呼吸共命运的。并不是说你独立出来你就把钱挣了。其实真正会赚钱的，他都会去分利，你只有分利了才能多赚，得道多助，失道寡助，这个道是什么呢？就是为人处事之道，是公平之道，就是天道，你把这个做到了，你自然得道多助，谁都过来帮助。如果你只想着挣钱自己花，谁也不给，那你肯定不行。黑道那些大佬他们也懂得这个，那些小弟怎么维护的呀？也是冲锋在前呀。差不多了吧，大家看一下还有啥问题，回答两个问题。**

曾水秀：魔鬼小辣椒说的四十五天长六厘米怎么调的？

**师：生长发育它有报复性发育，比如说这一年你由于某种原因压住了没长，一旦释放开了，他像弹簧一样报复性的。原先一年应该长六厘米，它两个月可以长六厘米，但这个是短暂的。他完了之后就又恢复正常了。就这两年都没长，如果你搞对了，他能报复性生长。**

**凌子：**夏令营很多家长就会分享他们家孩子回去之后突然就长高了。

**师：把结打开了，把结打开之后，里面那个生长因子，压抑的生长因子集体释放出来了。一定要把伏梁去掉，生长因子就能完全释放出来。**

**红红：**我觉得每天这些孩子们训练这些项目，就是不断在开结的一个过程。

**师：我说说夏令营吧，我发现网上那些夏令营以军训夏令营为主，知道为啥吗？看到军人体质强壮，就希望他家孩子也能这样强壮，他这个是顺应时代的一个需要。还有就是军事夏令营操作简单，占用场地小，相对安全系数高，训练孩子的服从性和纪律性，也是爹妈和学校乐见其成的。实际是不利于孩子的生长发育，我就把这话说到这。天性没有释放出来，你要把孩子变成一个猴子，先变成一个猴子，先有兽性，再谈人性，让他活起来，先让他没规矩，再让他有规矩。你上来就抹杀了他的没规矩，只有有规矩，这孩子就变成死目了。我那个关于养儿的基本原则，先身体，二性格，三学习，头两个都是释放他的兽性，就是作为动物性，释放他的动物性。第三个才调教，让他知书达理，懂得人情事故，没有前两个做保障，后边一个就不行了。**

**想让孩子变得端庄，先让孩子变成猴子，然后再端庄。想让孩子静，先让孩子动，动多了就安静了。日本有一个练舞的网红，从小三岁开始练舞，他到十二岁还是六岁的个，这就是人为的过，要充分发挥孩子天性，先长五脏六腑，再长四肢血脉，搞错了就完了。还有就是先长五脏六腑，再长脑子，你要反过来也完了。你不断的用脑，在五脏六腑没有充盈的前提下，你过度的消耗他大脑，这孩子就废了。所以不科学的早教就特别害人，大背多少首唐诗，数学能怎么地呀，过度开发孩子用脑，导致五脏六腑枯竭不畅，那么最后那个瓜也长不大，就到这儿吧。**