**20240815得明农业小麦篇**

**雅雅:**老师好，坐霸好。我们现在有足够的小麦可以让大家实现面粉自由，大家还记不记得之前老师为什么拿地先来种小麦，先来满足粮食的需求，因为粮食是刚需，大家主食是必须吃的。咱们《黄帝内经》上讲，五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充，气味和则补之，以补精益气。

这个五谷里面稻、黍、稷、麦、豆，其实麦子是北方人比较常吃的主食，五谷都是植物的种子。谷神就是藏于五谷种子中的可以留种再生的，生生不不息之气。这些种子经过一年努力结出来，是吸收天地精华才孕育而成的，包含着非常充足的精气。

那么我们得明开展的第一步，就是先解决粮食的安全问题。其实说到粮食的安全问题，我们在各大媒体上也了解了特别多了，我就在这儿就不赘述了。但是今天我们请到了咱们的坐看云起师姐，咱们坐霸，她的本职工作就是农业部门的，她对这方面直接面对一切非常了解。所以今天我们来请坐霸来聊一聊现代农业的现状。

**坐看云起:**我简单的就我们目前农业的这个情况，粮食、蔬菜、水果，还有畜牧，他们这些之间多少还是有一些差别的。粮食的特点，它的生长期比较长，它作为主食，相对来说那些所谓现代的一些设施和技术，粮食上应用的还是相对比较少的。

蔬菜也好，水果也好，还有畜牧也好，他们这里边用大棚反季节生产，还有激素、色素，还有各种各样的增什么剂之类的，这种它是在畜牧和园艺产品上用的比较多一些，特别像一些价值比较高的，尤其是反季节的，这方面用的适用量还是比较大的。

相对来说果蔬产品和畜牧，他们的生态落到可行性难度还是很大的，因为它的生长周期短，为了追求它的高效益。比如畜牧这一块，可能大家都知道，过去的猪和鸡，它是一年可能只出一批来的，但是现在的技术，猪一年可能要出好几批，三四个月就出来。鸡也是，不管是它的蛋鸡，还是肉鸡，这些东西都是拼命的不停的透支，缩短它的生长周期提升它的产量，所以它的品质下降的特别明显。

我们粮食的优势，因为它的生长周期比较长，面积比较大，所以它在生长的过程中，设施它基本上是不用的，都是露天生长的。像这些催熟的，缩短它的生长期，像这样在果蔬产品上用的比较多的一些技术在粮食上基本也是很少应用的。所以说我们的粮食比起其他的农作物它的生态性要好一些。

我们现在这个粮食，比如说北方主要的就是小麦。小麦它是应该说我们现在普遍的一种生长模式，第一就是种子上，它要选用一个高产的品种，高产品种它的产量高点，因为粮食的单价还是要低的，国家实行保护价收购。它种子产量一高了，它必然也影响品质的。因为我们知道天地赋予自然万物的能量它是一定的。如果把产量提升了，那么高产的东西在同样的生长周期内，它生产出来的品质和营养肯定是要下降的。所以现在我们农业很大科研的一个方向，就是在高产上做文章，这就导致粮食上也是。

我们过去的育种，通常我们的种子是从收获完的粮食里直接选出一些好的籽粒来当种子的。我们现在供应的，市面上供应的，国家为了提高说是减少病虫害发病率，还有提升它的产量，通常是统一供种，它鼓励各地统一供种，统一供种有种子公司专门生产的种子，那它供应的市场上老百姓要花钱购买，不是自己留种。这种子同时为了防止病虫害，它在种地前要进行种子包衣，这个包衣干啥呢？药剂拌种。这个种子带着药物下地，在生产的过程中一般基本常用的就是农药和化肥，农药。

现在我们的大环境没有农药的话，这个虫害，因为大家都这样用了，就像抗生素一样，导致这个病虫害发病率也是很高的。

还有为了给它提供足够的营养物质。我们现在的农家肥，过去农业生产方面，农家肥，现在使用的也基本是，就是说自己用的粪肥基本是没有了，所以说商品肥化肥用量也居多。

在生长过程中，最后就是在它的一个加工的过程中，我们市面上的通行做法是啥？就是这个面粉啊，在过去我们知道这个面粉是怎么样把它小麦怎样加工成面粉呢？它就是把它脱一下皮，这个麸皮可以做畜牧的饲料，剩下的这些我们所谓的白面、黑面，什么特级粉啥的，它是混在一起的，它叫全麦粉。

我们果园现在准备发售的这种加工方式，它叫全麦粉。全麦粉就是它没有除掉它的胚芽，没有除掉它的麦芯，是除掉麸皮以外，把所有的里边的干物质全部混在一起，磨成一个整体。

这样的面粉有啥特点呢？就是它的麦香味它是浓郁的。我们果园发售的就是这样，我们是看着它加工好的，然后把麸皮去掉以后，就是它的所谓的什么一级粉二级粉精粉之类的，我们没有这样的分类，我们就是把它里边所有的干物质全都冒成一种粉混在一起。这样的面粉香味是很浓郁的，它的营养是全面的，不管是靠外的粗糙一点的，还是靠里的芯的这个比较细腻，比较白的这种，大家是混在一起，这样就达成了一种什么样的产品特性呢？第一是闻起来很香。第二个是颜色，它是自然的颜色，它要比市面上卖的那些所谓的面粉，它要颜色要暗一点，它是黄白色，它不是看起来特别特别白的，白的我们觉得就有点不自然了。说白的吓人，我们知道真正的好馒头，它做出来是啥，就是那种黄白色的，非常自然，你看着很舒服，你就感觉它像一个真正的东西，就像你一个人皮肤白和你化妆化上粉那种白它是不一样的的。

所以我们的面粉，第一它的营养最全面，小麦我大体在网上查了查，现在外边的加工是怎样的，它首先把麦子的胚芽抽取掉，这个胚芽它容易引起麦粉早早的变质。但实际上商家是把这个胚芽抽掉以后，他是卖专门的胚芽粉，可能这个胚芽粉说是里边最核心的东西了，最核心的东西他要卖几十元一斤的，然后再把麦芯中间弄出来，就是咱们说的精粉，这个可能还要贵，大概是十几还是多少钱一斤。再有要次一点，其他的，像最后的我们俗称的黑面，我们这边要是自己去加工，通常第一次出来的是精粉，最白的那个，第二次再磨它两三次出来的就越来越黑了。我们一般的把白面和黑面就分装，这样的话过年蒸馒头，为了好看，他用白一些的第一批次出来的。平常吃的，我们就用黑一点的，这是我们农民自己去磨的时候，可能是这样分的。

但是商品上，市场上你去买的，你到超市去看，他就可能分各种等级。什么麦芯粉、特级粉、精粉，到最后，商家把这些中间的那些抽掉完了以后，最白的抽掉了，最细腻的抽掉了，剩下的就会粗糙一些，为了好卖他怎么办呢？据说他们是要往里边加东西的。比如说为了提升它的白度，他可能要加一些增白剂，国家后来是禁止加的这个。

但是我们觉得面粉如果你买的并不是麦芯粉的话，它的颜色又是比较白，我觉得它里边是肯定要加东西，还有面筋要是差了怎么弄呢？就要加增筋剂，就是各种各样的，我们只有想不到，没有做不到的，你想配置成啥样，有啥样的感觉，他们基本上都能找化工产品给你勾兑出来，这个就造成了我们在市场上买的那些面，它都不香，没有小麦的天然香味。

但是颜色你看起来很白，甚至它还有面筋的口感，但这个面筋的口感，它不是天然的口感，吃了你可能要烧心。实际上麦芯粉你看起来最白最细腻的那些，其实我吃过，我家里有面条，他们面粉厂生产的麦芯粉，我把它煮开了以后，它是很白很细腻的，这个麦芯粉面条，但是我吃起来它没有面粉香味，就是看着好看，但是吃起来它不香，只觉得它比较滑。

后来我分析是咋回事呢？就是这个小麦籽粒，它是应该是越靠中心的部分，它应该是越细腻越白。但是越往外的话，它虽然粗糙要黑一点，但是往往是它的那些维生素啥的，它里边成分最高，但是越靠外层的，它是面香味越浓郁的，你看它是混合起来的，它的面香味很浓郁。

但是你要是闻那个麸皮儿的话，那麸皮的香甜味儿是非常强的，那麸皮一般都做饲料，喂猪也好，喂鸡也好。麸皮是非常容易生虫的的。你要是买麸皮来加。有的时候我自己做面粉的时候，我们加一把麸皮，这样吃着馒头它比较有嚼头，而且特别特别的香。但是后来我发现这麸皮我们留了一点带回家，很快它就生虫了。

为什么生虫呢？因为它里边营养丰富，虫子它也知道啥好吃。麸皮是生虫最快的，所以实际上越靠外周的，它面香味越浓郁，虽然它粗糙，但是它的香甜味好，它只是不细腻不白。越往里它越细腻越白，它比较精，对脾胃没有磨合的作用，它比较黏腻，你吃细粮和粗粮的区别，你总是吃细的，你没有东西去磨你这个胃，那么你这个胃自然它就建运了。所以说鸡就要吃沙子，咱们人也一样，咱们人要适当的吃粗的。

那么对应的面粉上我们就是什么呢？就是吃我们的全麦粉，它里边是粗细的，香甜的，白的黑的，它都混在一起，这是一种什么？是一种非常整合的气。所以我们果园做的这种全麦粉，我们买回去以后要单独做一下，你可以和市面上买的馒头，或者你到外边买一点面粉自己加工，加工同样的一样的工序，你来做，你就会发现，从口感上也好，色泽上也好，我们的色泽是自然的，它不白，但是它舒服，口感上，你吃起来你一闻就能闻出来那个香味不一样。

所以我们老师说民以食为天，食以安为先，我们在市面上既然买不着这么好的东西，我们就要自己来做。所以老师说把果园周围的那些麦子我们收起来，按照传统的加工模模式来坐成麦粉卖给我们会员，我觉得这真是我们天大的福气。还有很多东西你不是说你花钱就能买着的，或者说你花钱花的越多，买来越好，实际并不是那么回事。

其实我觉得像商家把面粉分到三六九等，分层次来这样售卖，不仅侵害的是消费者，包括买最贵的胚芽粉这种他的消费，他买这种粉的人，他实际上也是没有什么太大意义的。你就吃了一种单一的成分，你说这种单一的成分是啥呢？我给大家打个比方，比如说我们喝酒，我们喝酒的时候飘飘然微醺的感觉非常好，大家都知道这里边主要的作用是酒精，酒的主要作用通经络，它通经的作用主要是酒精。如果按照商家的逻辑，既然酒精是最好的成分，那你光喝酒精，我就问大家，你这样养生吗？你喝下去把你的胃肠都烧烂了，而且我们喝酒，知道有度数的，它是酒精融化在这个水里边粮食发酵出来，不仅仅是酒精和水，它里边还有很多芳香的物质。我们为什么要喝酿造的酒，酿造的酒它不是工业来勾兑的，它不是生硬的把a和b混在一组成的，我们知道勾兑的酒喝起来特别的冲，喝下去人也不舒服。

我们中医里有句话，叫胃饱则通，胃厚则泻，就是这个东西浓度一旦过高了以后，它对你没有好的滋养作用，相反你承受不住它，它还会对你造成损伤，它会给你造成很大的破坏力，你承受不住它，你还要把它代谢出去，它养不了你。

其实我们的粮食也是一样的。你说胚芽最好，把它抽出来，我吃胚芽粉，你吃起来就知道了不是那么回事儿，就跟你喝纯酒精和你喝那个酿造出来的二三十度的酒，就这个区别，你说哪个好喝。

所以说我们们果园的全麦粉就相当于我们自然酿造的自然的酒，里边有芳香物质，有水，有酒，还有很多复杂的你用仪器化验不出来的东西，这种回合之气你做成，按照这个好的方来把它加工好的面食品，你吃下去，那跟你买的，哪怕你去买最贵的几十元的胚芽粉，你做出来，那绝对是不一样的。对你身体的作用那是天差地别的。

所以我就是从这个角度跟大家说一下，我们果园来做这个全麦粉它的重要意义，就是给我们提供一种纯粹的，自然的，滋养人的，长养人的这种粮食产品，我们人是离不开粮食的，你可以不吃果蔬，可以不吃水果蔬菜，可以不吃肉蛋，但是你不能不吃粮，所以我们果园首先要把粮食放在第一位的，给大家推出了全麦粉，我就先说这些吧，可以让老师或者雅雅师姐，你们再补充一下。

**雅雅:**其实咱们这个面粉是石磨磨的，是咱们于总亲自监督着磨的，包括咱们又加工了点麦仁，主要是为了咱们南方的小伙伴，南方小伙伴不太会吃面，然后加工了点麦仁，可以煮稀饭吃。

**师:我感觉坐霸真是坐霸，我都听得入神了。我感觉坐霸说的这一段，咱们应该做成对外宣传的一个视频，所有的会员全员转发，通过咱们的宣传途径向外转发，讲的太好了啊，有理有据有节，而且是理论高度也在那儿，非常好，得一坐霸足以呀，太厉害了，要不怎么是学霸家庭，她是，孩子也是学霸。**

**我感觉坐霸讲的非常清楚，我简单补充两句，西方的资本主义，他这个科学来自于分析科学，分裂科学，他们讲的科学是分析法。他们老说我们不科学，我们没有哲学，没有心理学，实际他是从分析法，分割法的角度来衡量我们，就什么东西他都要分析分析里面的有效成分是什么？就像刚才坐霸说人喝酒能喝醉有效成分是什么呢？他们分析出酒精了，推导说只喝酒精就可以。**

**包括健美的，健身的，好像他们吃鸡蛋只吃鸡蛋清，不吃鸡蛋黄，他们就分析出来只吃蛋白，不吃蛋黄。那么你骨质疏松，他分析出来你是缺钙，要补钙，这些从天然食物当中不断的提炼分析分割割裂的为元素论的，为元素论的这是西方科学他的方法论。这是有悖于自然有健康的，这个是一个大前提，再加上商家的推波助澜。**

**比如蛋白粉，蛋白粉原先卖的很贵，蛋白粉它这个成分是从哪提炼出来的？从大豆里面，大豆里面提炼出大豆蛋白做成蛋白粉。那么人其实需要的元素是综合多样性的从自然中获取的，他通过分析法觉得人需要蛋白，要补充高蛋白，那么就从大豆中提现出来，那为什么我们不吃直接吃大豆呢？**

**他就是提纯，纯而又纯，一方面大豆卖多少钱，蛋白粉卖多少钱？他提炼出来的价格打着滚的往上翻，接着他提出了大豆蛋白，大豆里又有其他的有效成分又提炼出来，两个都卖给你，不知道翻了多少倍了，最后又提炼出来一个再卖给你，这一斤大豆他分别提炼。比如一斤大豆两块钱，那么他提炼出来之后，能卖你三十，五十，一百，二百，最后你发现实际大豆里面他宣传的所有的你只要吃大豆，他宣传这些成分都在里面，这就是商家玩的这个诡计。**

**钙铁锌硒维生素我都把它提炼出来，然后再都合成都混合在一块儿，黄金搭档，我里面钙铁锌啥都有，然后再卖给你，实际上我们吃的所有东西里面都含有钙铁锌硒维生素，微量元素都有，喝杯水里面有微量元素。**

**面粉这我们一个大前提就两方面，一个西方方法论的分析法、分割法，割裂法导致为元素论，为有效成分论，包括中药也是提炼出有效成分，结果发现提炼出有效成分的，中药叫什么中药粉，提纯的叫什么？这个药店有卖的，中药浓缩剂，一个药，黄芪不是给你黄芪饮片，他把黄芪的有效成分提炼出来卖给你。结果中药大夫全都是抗拒这种东西，除非他唯利是图的，就会发现这个完全跟影片接筑出来的，叫大声健听。**

**面粉也是，刚才坐霸已经说了，麦芯粉都抽离出来了，分别卖不同的价钱，失去了天然的混合劲。你们知道我们人是从自然中出来的，长出来的，还要回归自然，让自然去哺育我们，长养我们才最好。**

**前段电视里面报道单纯用二氧化碳制造出了淀粉，而且又做成了肉，那成分就相当单一了，肉里面的成分很多很多，我们越来越趋向于吃单一的东西获得不了综合性的大自然的营养，这个是一个非常危险的想法。**

**雅雅，今天人少实际跟你有关系，为啥呀？你那个标题起得就不对，不痛不痒，你直接起一个我们的粮食我们做主，大千老师大声疾呼，我们的粮食，我们做主，从小麦开始，你看来人肯定得翻一倍，现在是很唯美，但是不急迫，为什么老师千难万难，要把粮食抓在自己手里，就是我们感觉到这危险在一步步向我们逼近，我们感觉无力追逐，空气、阳光、水、住房、健康等等等等，我们都在失去，都被资本裹挟着。他们喂我们什么，我们吃什么，他们给我们什么，我们用什么，然后他们趴在身上吸血。**

**当十年前，甚至十五年前，我们开始吃面粉的时候，没有面粉味的时候，二十年前，我感觉就非常危险，跟小时候吃的不是一个味，确实是这么回事。现在咱们这个夏令营果园这次吃的这个面粉，后期就是咱们的面粉，那馒头非常好吃，完全是有麦香味儿的，完全找回了小时候吃馒头的那种味道，就跟坐霸说的，你们买的普通的面粉全都是加了添加剂，不可能那么白，网上我看还有论战，说不可能加，这不可能加为什么没有面味儿了，为什么那么白，是不是？**

**坐看云起:**对，你看颜色看不出来，那你用鼻子闻的，用嘴尝能尝出来，这个东西真假基本用嘴巴一辩就辩出来它是不是真的。

**师:这个增筋面粉，什么叫做增筋面粉呢？就是加上添加剂了，让它增筋了。那个时候老板姓还抢那种面粉呢，那种面粉卖的还贵呢。**

**雅雅:**现在只要你需要的，不管是口感还是啥，都能给你做出来。

**坐看云起:**但是你吃着不舒服，它跟天然不一样。

**师:如果没有面味儿了，他再给你滴一点面粉香精。前两天我在抖音贪便宜，买了果冻，像喜之郎那种大果冻回来吃，第一个我就吐了，九块九六个，看着外观跟喜之郎一模一样，我尝一口就吐了，把所有的全扔了，你知道为啥？**

**坐看云起:**感觉是最准的，你不要看外观，感觉你就能尝出来真假。

**师:尝的第一口全都是添加剂味，第一口浓浓的叫安塞蜜，一点果香都没有，让我一下就扔了。**

**那我们的面粉是不是也这样，很多食物也是这样，罐头是不是也这样？肉是不是也是这样？这个东西慢慢的就会发现全侵蚀你的所有的食物，你要不做出任何反抗，你就被他淹没了啊。你不做出反抗，你就被他淹没。**

**包括这次预制菜一样的，预制菜掌握在商量好手里还好得了吗？他们现在是花言巧语说的千对万对，你们记住一点，千万别上当。**

**雅雅:**但是现在走进校园，走进快餐，你是没办法，现在孩子们你管不了他。

**师:所以说刚才话已经讲了，全员面粉，我就不想多讲？就是那么回事。我想讲的就是我们要粮食自主，我们有一个粮食自主计划，得明有一个粮食自主计划，就从淀粉开始做，麦仁粥我给了一个配方，麦仁、花生、莲子，还有一个赤小豆，这个等咱们把这个配方公布给大家，让大家熬这样的麦仁粥，太好喝了，浓郁的麦仁香味和整体的混合的这个味儿，吃那花生也特别好吃，还有赤小豆，赤小豆利水，赤小豆清心利水，花生补脾，莲子开心，除湿，麦仁补脾、温脾。**

**雅雅:**我看咱们厨师还加了点江米和大米，这个是为了增加口感吗？

**师:估计是照顾到大家的口感，其实没有必要，我感觉没有必要。**

**雅雅:**不加也可以，江米是不是糯米呀？

**师:对，江米就是糯米。**

**我觉得大家应该勇敢的走出这一步。无论是自己有没有这个条件去创造我们粮食自主的环境，还是咱们抱团一起去创造这么一个大，我带领着这个团队是铁了心的要粮食自主。那么咱们今年是拿了二十亩，咱们本身自己有七亩，又拿了二十亩，然后跟村民签订了合作合同，统购统销，收购合同嘛，高于市场价，我感觉农民还是非常欢迎的，他只是前期有个不信任和疑惑。你一旦要带领农民走向一条健康的致富之路，我感觉会有更多的农民跟随我们。我觉得牢牢的把握住农民阶级和工人阶级，就是我们的制胜法宝。**

**你们大多数都是知识分子，知识分子代表先进生产力，代表着有觉悟的阶级，但是他没有行动，他缺乏行动力和基础的创造力，让你挖个沟，咱们能挖吗？我当我看咱们的果园？咱们的民宿大机器一上的时候，从那种无力感变成还是一种工人阶级有力量，那种感觉太好。老师也就不敢而发呀。**

**坐看云起:**我觉得我们这次小麦成功了以后，是不是可以在其他的一些大宗农作物上，老师不是说还要榨油吗？种点花生，我们自己榨点油，其他的像常吃的那些小米、高粱，还有玉米之类的，是不是也可以试着种一点，做一点杂粮粥，我觉得我们都可以这样来考虑，就按照我们的这种模式，按照这个生态化管理，还有一定要吃它的这个整米，照着这个模式来，让大家吃上健康营养的主食和粥，我觉得这是一个非常鼓舞人心的。

还有一个就是刚才说的很多人包括社会上很多所谓的知识分子，我记得以前有说批判一位老百姓，说卖土鸡蛋要贵一些，土鸡蛋香，然后卖养殖场大批量养殖的那些鸡生的蛋当然要便宜，又有专家们出来说了，哎呀，经过化验说那个土鸡蛋和普通的那种鸡蛋，它们的成分都一样，比例都一样，意思是大家不要盲目的追求土鸡蛋。就是说给大批量商品化的鸡蛋做广告，打消大家的这种顾虑。

但是实际上他们包括一些医生也好，还有周围的很多人也很相信这种说法，成分就一样，它怎么会价格差那么大呢？但你们为什么要花高价去买那些所谓的土鸡蛋呢？实际上我们也知道，你吃土鸡蛋跟那个普通的鸡蛋，你一吃的话，你就尝出来了。普通的鸡蛋它就这样拼命的喂一些饲料，还有晚上不让鸡睡觉，拿灯照着它，拼命的透支它大批量的生产，这个鸡的生命很快就完了，鸡的生命周期特别短，这种鸡蛋你一吃它的腥气特别的大，你吃着难受。

但是你要是买到那种正宗的粮食喂养的鸡蛋，你一吃的话，它很香，你吃起来特别的舒服，这种鸡蛋才真正的养人。所以说不能让专家的这种为成分论把咱们害了，我们一定要防止商家用这个成分论来给我们洗脑。很多商家这样，咱们说的蛋白粉。还有我昨天刚刚知道，我前两天在看老师以前的讲课记录，西药上的退烧药美林，它是麻黄的提取物，这个我刚刚知道，我看17年讲课的时候，咱们飞龙在天师兄讲课的时候他说过，说这个医生用西药美林退烧，美林就是麻黄的提取物，它里边的主要成分可能是麻黄碱。我这才知道，我说怪不得它发汗那么快，他就是把麻黄的成分提出来让你单纯的服用这个所谓有效成分，但是我们都知道，西药的退烧剂、退烧药，你吃了以后，人大量的发，大量的发把人就发虚了。

但是你的毛孔你怎样要开呀？你的毛孔是一点点的让你的正气把它顶开，这样才彻彻底的开，你的邪气才能随着毛孔、随着汗出来，所以我们的中医发汗用麻黄汤，它也是要配上别的药的，他用的是麻黄的原药，在里边煎煮，你喝这个还不能喝的量太，还不能快速的大量的发汗，你说发不出来，我可以缩小发汗间隙，一会儿再喝一点，这样的把它的这个周期延长，把它的强度减弱了，你才能真正的把汗发出来你这个寒气才能解了。

所以你看西医，它的美林，它提取的是中药的有所谓的有效成分，但是它的效果不好，他还把人伤了，因为你拼命的把汗哗一下给他发出来。但是你的正气没跟上，你的毛孔暂时开了一下，但是开了一下汗一出它又闭上了，你又伤了积液了，你的寒气还没有随着出来，这就是所谓的你用这个中西医疗法的这一个最显著的一个区别，就是土鸡蛋和普通鸡蛋对你的口感的区别，不要看它的成分。你说那成分，你吃那个普鸡鸡，它太腥你吃不下去的。

当时有人就跟我这样说了，那个鸡蛋成分都一样，我就跟他们说了，我说你学化学的时候，你不知道吗？金刚石和石墨它的成分都是啥？都是碳，物质碳，那金刚石多硬，你那个石墨是啥？铅笔芯啊，它的成分都是碳，它俩性状怎么差那么大呢？所以其实你用西医的他们的一些观点你来驳他们都很好驳的。

我们一定要树立一个气的观念，千万不要被里边单纯的成分观念，被商家的和西方的这些歪理邪说，用这个把大家带偏了，你要看成分有啥用，要看成分，猪肉，猪活着和死了，那肉的成分也几乎差不多。但是他一个是死，一个是活的，它能一样吗？所以我们在得明的这些学员，一定要有一个清楚的认识，一定要从气的角度来观察所有的万事万象，而不是从性的，尤其是不要从成分的角度来观察，我就说这些吧。

**师:说的太好，我这个关于为成分论，这个完全的是持批判态度。我再举个例子，你说爱因斯坦的他这个肉体成分和村边的二傻子的肉体成分有什么区别？解剖啥都一样啊，你能说爱因斯坦就是村边的二傻子。**

**我就跟你说，如果是纯从物质角度来讲，一个是成分和成分的排列顺序，排列方式和他们中间的运动状态，共同决定了他整个的物质状态。排列顺序，排列状态和运动状态共同决定了，只从物质角度来讲，他整个的物质状态，就物质性质。石墨和金刚石成分都是碳，但是他排列顺序，排列结构是不一样。**

**我再说一下，我们从全麦面粉开始做，我感觉现在又发现了一条好路子，咱们果园产的大量的苹果、李子、桃，当地人是不认的，二三线城市他是不认可的，你这个苹果长得又小，又有虫眼儿，外观也不好，也不是红彤彤的，那你说这苹果怎么卖得价，我跟你说就扔了都没人捡。**

**就和刚才你说那个鸡蛋一样说，我从现在开始建议大家，你们不要在网上再买土鸡蛋了，都是假的，也不要到集贸市场买土鸡蛋了，也都是假的，你很难买到真的土鸡蛋的。只有你农村有亲戚他给你留的那个是真，其他的不说完全，98%都是假，都是饲料喂出来的，因为他们不可能大量，一旦大量，他们不可能喂别的，只能喂饲料，因为整个农村已经不让散养鸡了，怎么可能有散养鸡呢？你在农村走走，除了很偏远的地方。**

**雅雅:**有一部分，就是果树林里边儿会有一些，但是他那个鸡量大之后，他也不敢保证全用粮食来喂，他喂不起。

**师:只要他能天天出来卖土鸡蛋的，一定是有一定产量的，有一定产量的一定是喂饲料的，一定是圈起来的，因为如果你不圈起来，他下蛋都下的不知道哪儿去了。我们果园就是，有这么多鸡下，产量很低，为啥呀？因为很多鸡它瞎下蛋，它不像鹅都是在这下，这鸡太逗了，满园子下蛋，你说你怎么可能找到那么多蛋，很多蛋原先我们都被狗吃了，黄鼠狼吃了，兔子都吃鸡蛋，我们就捡了一堆蛋壳出来，或者一下子，哎呀，二十多个蛋在这儿呢，那鸡真是瞎下蛋，鸡不会在一块下蛋，给它做的下蛋屋了，你们记住啊，如果是封闭的一个环境，它能到那下，如果敞开的环境，那鸡跑的不知道到哪去了，我们丢了很多鸡，都从园飞出去了。**

**这鸡跟鹅可不一样，鹅是有组织，有纪律性的，排城很能走路的，啥时候出去，啥时候回来，都有头鹅带着，这鸡可不是。所以我告诉你们，你们买土鸡蛋比较小。我们公鸡有，母鸡有，天天的都是一只两只公鸡带着几只母鸡到处瞎溜达，都是一小撮一小撮的到处瞎溜达，都有自己的领地，天天放飞自我，趾高气扬的。**

**坐看云起:**这鸡过得比我们普通人都舒服啊。

**师:就是这么回事。这果子有问题，不打农药，应该是开春打了一遍药，应该是打了一遍药，但是没有施化肥，打了一遍，如果我不打药是颗粒无收，现在我们要跟啥做斗争，虫害、喜鹊和病虫害做斗争了，很多果子都被钻了出来，被喜鹊奔了，我们必须抢在果实完全熟前把这个果实救过来。现在我们就开始组织孩子去开始摘一些果子，这青苹果，半熟不熟的青苹果，不是很青，应该已经开始糖化的那种苹果。**

**老师突发奇想做罐头，这是最简单有效的办法。我们已经买了大量的玻璃瓶，把苹果切放进去之后加冰糖水，然后上锅蒸，蒸完拧盖，可以让这个罐头长久保存，同时为了吸取，我们特别有意思，我提议罐头不削皮，甚至不去核，啥意思？**

**坐看云起:**保留它完整的气态，还有全面的营养。

**师:一个苹果很多的药成分你知道在哪？在皮上。**

**坐看云起:**我记得多年前，好像听过一个说法，他们药厂去投标，说那是板蓝根，医院要采购招标，说谁出的价格低用谁的，有一家就出的价格特别低，然后一化验，他那个成分确实是板蓝根的成分，然后他家就中标了。但是他那个药吃起来没啥效果，最后一打听是啥呢？好像就是用苹果皮做的，可能里边它有类似板蓝根的成分，他用苹果皮做，他并不是用板蓝根来制作的这个药，导致他化验的时候成分确实显示板蓝根但是他没有板蓝根的药效，所以说这也是这个为成分论就容易造成的。

就像那年咱们的毒奶粉里边加三聚氰胺，他不是说奶粉要化验蛋白质含量吗？他就化验氮，某种元素的氮，结果三聚氰胺里边它就有这个氮，所以他就往这里边掺三聚氰胺，最后造成了毒奶粉事件。

咱们这个苹果皮它里边有特殊的物质，把特殊的物质必须跟苹果回原一体的做成一个整体。这样你吃到的才是一个完整的，完整的一个东西，很全面的一个东西。

**师:我记得我们吃苹果都不削皮，就像吃葡萄一样，怎么葡萄要吐葡萄皮，我觉得奇怪。**

**雅雅:**现在打药，大家好像都是担心打药打蜡。

**师:我记得原先吃的葡萄连籽儿都不吐，吃葡萄不吐葡皮，苹果也不削皮，不知道后来怎么都削皮了。**

**坐看云起:**我有时候也削皮，就是觉得那个皮硬，我觉得还是你的脾胃弱了，你吃那个硬东西，你就不爱往下咽，然后就把皮削掉，吃果肉，觉得这样脆，它可能有一部分是这个原因吧。

**师:咱们打药，不是苹果出来时候打药，是苹果叶子那个阶段打了一次，不然的话叶子全都没了，那就不结果。**

**雅雅:**我记得打的是那叫什么流，严格意义上来讲就不算是药，就挺低毒的。

**师:石硫合剂，石灰和硫磺混合的石硫合剂。**

**坐看云起:**那个是比较安全的，它不是那种很毒的那种。

**师:苹果售卖的时候咱们再说，还有很多话要说，包括苹果罐头根本就不能吃了，除非配料表就应该是水果，水糖，完了，这样的我感觉还可以，其他的都不要。**

**雅雅:**罐头厂做罐头，它也是用青果，像桃子什么的，它都不会等到特别成熟的时候再做。因为一是保持形比较立正，而且运输它也好运输，它确实就是用即将成熟的青桃子做的。因为我们这罐头厂特别多，其实咱们苹果现在的这个程度做罐头那个是刚好。

还有一个关于麦仁的，老师说过炒过的麦仁效果更好一点，好在哪儿？怎么个炒法？老师能讲一讲吗？

**师:关于教麦仁，咱们还得实验实验，如果说麦仁炒了之后，是有消失化气的作用。**

**雅雅:**如果果园炒着不方便，大家买回来自己炒一炒也行，教大家方法，麦仁现在是能够购买的，跟面粉是一个链接，现在已经上架了，大家可以去下单了。

**坐看云起:**老师，我问一下，中药里边浮小麦好像是比较比的麦子，一捞麦子的时候，它浮在上面，它的这个功效是啥呀？

**师:浮小麦有烧汗的作用，安全烧汗。**

**雅雅:**必须得是浮小麦，小麦会行吗？

**师:你现在拿浮小麦收的话，你能收得住吗？**

**坐看云起:**我也不知道收不住，现在人的汗都是虚汗。

**师:对，它收不住。**

**坐看云起:**因为以前不是有张名方嘛，我在初中还是高中紧张的时候睡不着觉到医院，他就让我用了这个方子。甘草那个，他说你回家抓一把小麦放两个枣，然后从他那拿药应该就是甘草回来一煮，确实催眠的作用比较明显。所以我一直好奇浮小麦是干啥的，不过我们用的是普通的小麦。

**雅雅:**小麦咋吃？

**坐看云起:**老师不是脱皮了以后当麦仁可以熬粥，小麦还没有收获的时候，比较青的时候，可以把小麦粒完整的搓下来，直接煮着吃又香又甜，就跟咱煮那个不熟的玉米一样，煮那个嫩玉米一样。不过那个阶段很短，所以最后就是完全成熟了，把它磨成面粉，来加工面食，主要就是这么几个做法吧。

**雅雅:**那今天咱们就到这块，等到苹果的时候咱们再开，谢谢老师，谢谢坐霸，大家晚安。