**20240910微信视频号师聊孩子打生长激素，近视，ok镜**

整理人：姜茉、默兔、源宝、江南

师：大家好，今天老师第一次试播视频号，主旨是什么呢？主旨是传播中国传统文化，让大家过得越来越健康，越来越快乐，越来越明白道理，这是咱们的宗旨，让大家活得越来越简单。

正好现在直播也这么发达，我有时间也可以出来直播跟大家聊一聊，初心很简单，我感觉就是围绕文化、健康、育儿三个主题，我们都可以开诚布公的聊聊，我把我的一些见解、观点跟大家分享，希望对大家有所注意。

你们可以提问，今天的主题是围绕着一个是近视，一个是生长素。

那么先聊生长素，这个很简单，我曾经在群里跟大家说过，我们是如何对待自然，如何对待小动物，最后你会发现都会反噬到我们人类。比如说膨大剂，生长素，是否首先是给所有的植物和动物去应用？比如说肉鸡、西瓜、土豆、茄子、黄瓜......几乎都是用药的。那么你觉得应用了这些东西对这个农作物，对这些饲养的动物好还是不好?大家说好还是不好?

肯定是不好嘛，这违反自然了。现在所谓的打药，几乎是所有的庄稼都打药，如果不打药，这个庄稼长不了，产量极低，甚至绝收。其实我们目前是被什么喂大的？其实就是被化肥喂大的，被生长素，被各种激素喂大的。

因为人们这个观点已经严重的违反了自然，他希望生产的越来越多，越来越快，越来越大，已经是贪得无厌，违反了自然规律。

我记得袁雷平说他做个梦，他梦到他那个水稻超级大，大的跟树一样，接的穗一个穗儿就能像黄瓜那么大，他希望长个杆儿，甚至不长杆儿，上面结满了都是稻穗，那么你觉得这是不是违反自然规律？

就像现在小孩生长一样，完全不管小孩生长了，就是教育，完全希望孩子脑子变成超级大脑，忘了脑子赖以生长的健康的肉体。他不知道老子讲的一句话，就是“无知以为用，有之以为利。”就是有无相生，就像城市里面都盖上房子，你会发现没有了广场，这广场是什么呢？这个广场就是无，楼房就是有，我们只是注重可见的这个“有”，却忘了这个不可见的“无”，我们要符合自然规律生长。

比如说长果实，百分之八十它长的可能不是果实，只有百分之二十长的是果实。但是这个百分之八十是要支撑这百分之二十，就是二八理论。我们自己认为有用的是百分之二十，我们自己认为无用的是百分之八十，但是你会发现百分之二十必须通过百分之八十来支撑。那么如果你知道了这么一个简单朴素的道理，你就知道了。

你看那个肉鸡了吗？它一个肉鸡是三十到四十天出来。从小鸡破壳三到四十天就长成了，你觉得可怕吗？我们园子里那个鸡需要整整的长半年啊，一下缩短到一个月，太可怕了，他是让鸡昼夜有光照，他可能短短的一个月的生命周期见不到一次太阳，在大棚里日夜打光，它不知道白天黑夜，他就不停的在那儿吃，吃生长素，吃激素，吃化学调料，化学饲料。

那么你会发现这种现象开始应用在我们孩子身上了。你们想想，他认为这个观念正确，从这个食物饲养的鸡鸭禽开始做起，他一定会最终作用在我们孩子身上，作用在我们自己身上。那这个生长素就是在这种观念催生下来的。你看我们孩子，是不是天天见不到太阳了？天天关在学校里，关在托管班里，关在课外机构里。回家就睡觉，现在有时候中午也睡觉，那么我们孩子是不是也是吃了睡，睡了学，再吃再学，完全把孩子关在笼子里，那么你会发现跟饲养肉鸡是完全一样，这个是生长素它催生的相当于一个客观环境。

那么为什么会打生长素？

两个原因：一个是希望孩子长得更高，哎呀，你这孩子骨龄怎么地啊，担心孩子长不高，那怎么办啊？就是打生长素。第二个原因，小孩发育迟缓，被迫打生长素，是这样的吗？

那么第一个原因是不是观念的问题？是不是孩子长得越高越大越好呢？不是这样的，这个应该是很明确的。

你们看了我们园区的鸡就知道了，再看看肉鸡厂的肉鸡，外边肉鸡这么大，我们的鸡就这么大，但是从灵活性、抗病能力，适应环境的能力来看，这肉鸡场的鸡一旦投入到现实环境，客观环境中很快都死掉了。但是我们的鸡，狂风暴雨、酷暑严寒都能存活，而且黄鼠狼抓不到，晚上上树，灵活的在园里面窜来窜去。

那么你会发现我们现在的孩子，很多孩子呆呆傻傻，前一段时间在我们那个托管来了个孩子，往那一站像傻子一样，因为他长期生活在一个封闭的环境里面。不是还有一个“厕所文化”吗？就是孩子一天跟小朋友接触的机会越来越少，上课接触不了，下课又不准打闹嬉戏，有的楼道都不让跑，只能坐在教室里面等下一堂课。那么他们唯一的社交就是在厕所，厕所里没有老师，那么这样，你想想是不是跟鸡笼里的肉鸡是一样一样的？

这是第一，就是他们觉得长得又高又大这是好，实际不是这样的，实际很简单，就是他经脉通畅，身体结实，灵活，抗病能力强，思维敏捷，长得适度就好，长得适度就好，不是越高越好啊。

那么第二个就是说小孩儿说发育迟缓，被迫打生长激素。

那么小孩儿为什么会发育迟缓，要解决这个问题啊，那好端端的小孩为什么不长个了呢？爹妈想过吗？这个问题你们想过吗？他们不去解决为什么小孩发育迟缓的问题，他也不知道什么原因，他就觉得缺这个缺那个，那么补充这个补充那个，补充钙铁锌维生素叶酸等等这些，补充完什么东西，同时去打生长激素。

我们的孩子如果说发育健康，是不是他自然就生长起来了？但他发育不健康，是不是停止生长或者生长缓慢呢？是不是这样的一个概念呢？

那我跟大家说，之所以孩子生长缓慢，或者停止生长，大部分原因是由于经脉不通，被压住了，整个的生长循环受到了抑制，生长循环受到了抑制。我们夏令营好多孩子家长都反馈孩子经历了夏令营之后，全都长高了，长壮了，长开了，长得更加结实。那为什么孩子在夏令营期间四十天、二十天，这宝贵的时间又跑又跳，又哭又闹，反而孩子会长高？你们想过这个问题吗？而那些天天关在教室里面的孩子，有的很多发育迟缓，那么这是一个啥问题啊？

这是一个通畅性的问题，由于你把孩子关在一个封闭的环境时间太久了，孩子整个的循环出现了障碍，孩子就会发育迟缓。包括我们家孩子也一样，去年完整的参加夏令营，包括今年也参加了夏令营，孩子一下就长起来了，脚也长起来了，手也长起来了，整个身体也长起来了，就这么简单。整个的循环打开了，金木水火土（五脏）盘活了，金木水火土（五脏）五行盘开了之后，孩子自然就发育起来了。你觉得还需要打生长激素吗？不需要！很简单就不需要了。

那么有人说这个我盘不开，我打生长激素是不是也有好处？我跟你说吧，有非常大的坏处，你们知道为啥吗？我大概说一下，大家一定要听好了啊，这个是知识点，那么你如果说是五行（五脏）盘不开，人生长需要什么啊？需要精气神，需要物质基础，他攒了一定东西之后才能长。像我们的小孩，为什么先长乳牙再长成牙？就是小孩出生他的能量精气不足以长出成牙，所以说分两步走，先长乳牙，长起来之后，等孩子七八岁身体发育起来了，有能量有物质基础了，才开始长成牙。

这个时候小孩长期受到压抑，他心肝脾肺肾盘不活，那么他能够积攒足够的精气去让他长个儿吗？不能吧？特别重要啊，这个时候家长担心了，害怕了，怕孩子长不起来了，怎么办？啪来一下，啪来一下，打催生素，那么这个时候有一个成语叫苗助长，揠苗助长，很简单，拔苗助长了嘛，他还没准备好呢，你就把它催起来了。

这时候他被迫只能用那些不足的精气去长个儿，不足啊，就是肾气不足，用不足的精气去长个儿。那你想想要带来什么灾难性的后果。这代表先天发育不全，材料不全，没准备好就盖大桥了，原先应该需要五十吨砂石水泥去盖，这回你只有三十吨盖这个大桥，桥一旦盖成，是不是隐患就出来了？很简单，隐患就出来了，导致，一，桥容易垮塌变形；二，桥的使用寿命大为减少。

孩子整个的生长期到青春期发育完成，这个时候骨骼定型，结构定型，那么将决定孩子的一生，一生是否健康，是否长寿。很多人都带长寿基因，带的先天包括两个阶段，在你出生前和孩子整个的发育过程当中。

那鸡苗不行，这个鸡长出来，你觉得还好吗？你说很多爹妈是不是傻傻的？还去打催生素，不去调被压住的五脏，让孩子顺利的能够转起来积攒精气，等待生长，却去打催生素，让在你不足以发起冲锋的的时候发起冲锋，原先打仗不都要做有准备之战，不打无准备之战嘛。这可好了，啪一阵下去，冲吧，是不是都成炮灰了？

为什么现在孩子骨质疏松那么严重，咔嚓折了，啪猝死了，那么多，这毛病，那毛病，一堆一堆的。现在长得高高大大的傻大个儿，你想想这个多少？太多太多了，然后你就看这一个个傻大个儿，长得跟肉鸡太像了，呆滞，迟缓。

而且现在我发现小孩糖尿病问题特别严重了，好些小孩儿就出现了糖尿病问题。小孩的五脏中全出问题，肾的问题，脾的问题，心的问题，肺的问题，肝的问题，是不是全出毛病了啊？

就像一个苹果，你催熟了之后，一个大苹果，它是不是糠啊？现在烂芯儿苹果有多少啊，酸头了，烂心了，没有苹果味了，梨也是都烂芯。催起来的这些东西都烂，你家孩子烂不烂？你想想老师讲的有没有道理？很朴素的道理啊，别人跟你说的天花乱坠一堆啊，那么你再听老师给你讲，分析的有没有道理？

我们的养育方式出了严重的问题啊，我们的观念出了问题了，我们希望它又快又大又好，违反了自然规律，我们的所有农作物都违反自然规律，所以说你吃什么都没有味儿，什么都不能很好的滋养你，就像我们果园那个面粉一样，太好吃了，我们自己种的麦子，自己磨的面，吃出了小时候的味道。很多人说小时候那个土厚，吃啥都香，是那么回事吗？它不是啊，以前东西就是好吃，现在东西就是不好吃。原先西红柿多好吃啊，现在的西红柿还有西红柿味儿吗？黄瓜有黄瓜味吗？茄子有茄子味吗？青椒有青椒味儿吗？都没有了。

那我们的孩子不知道啊，他就吃这个长大的呀，他觉得就应该这个味儿。这也就是说我们的农业出了大问题，农作物，食品安全问题出了大问题，都是我们共同去促成的。

那么同样，我们的养殖业，猪肉、牛肉、羊肉、鸡肉、鸭肉，是不是也出问题？全都是催生素打出来的，那现在我们开始整我们的孩子，也打上了。

包括预制菜的问题，一系列的问题，包括笼养我们的孩子的问题，拼命的是鸡娃，我们的孩子，不仅心理不健康了，他们的身体也不健康，身心一元，身心一体，通过笼养的方式，你觉得我们的孩子还有未来吗？通过打药的孩子还有未来吗？

这非常简单的道理啊，你听进去你很容易就能明白。后果一定会作用在我们的孩子，也会作用在我们身上，包括肯德基，麦当劳，我们天天吃那些鸡，都是啥鸡呀？全是三十天鸡，这些鸡叫啥鸡啊，都是激素鸡，然后我们再吃进去，是不是我们也是变成激素人了啊？不知不觉变成激素人了啊。

我们那吃的麻辣烫，包括所有的火锅底料，全都是激素，包括吃的咸菜，现在买的咸菜，苏丹红那个，里面几乎没有没有添加剂的，我们几乎是被所有的工业化原料和所有的激素，化工产品喂养大的，是吧？大概就是这样。

（那我们现在的普通人能吃什么呢？）

师：能吃什么？我感觉我出去没有什么可以吃的，也就是麻辣烫，这边看看烤鱿鱼，那边看看炸串，也就这个，你说还有什么呢？然后再吃点炒菜，预制菜。所以我们启动果园儿厨房工程，我们要自己去做。你看，现在麦子是我们做的，我们还要自己做油，自己蒸馒头，自己做罐头，做酱油，酿酒，所有东西我们自己来做。这个问题就谈到这儿了。

那怎么做？很简单，如果你孩子正常发育，你不要希望去通过打催生素让他长得更高，没有用，也没有太大的意义。

我记得原先有理论说身高跟寿命成反比，虽然不完全正确，但是代表人长得结实强壮，五脏流通就好，如果你一味的强调高大，那么违反自然规律，违反养育规律，我感觉你会自食其果的，这是第一。对，长得瓷实就好，长得囔空是那就完了，你们记住，孩子这一辈子，这个体质很难调回来啊，就最开始生长的这格局，你很难调回来。

为什么古代建都迁都很难，比如我们建都北京，我们要迁都南京，可能吗？你现在来个雄安都很难很难。一旦定了格局，定型了，很难很难，包括制度，每个朝代定的制度想改制，难上加难，几乎所有改制都失败了，王安石变法，戊戌变法，西宁变法呀，基本都以失败而告终。

那么你孩子建制，一是出生那段时间是建制的时候，第二个就是青春期发育。如果这个两个建制完成了之后，你一辈子这个体质，现在孩子的身体结构，经脉的走向基本就确定了，明白吗？就决定了孩子的一生和孩子的寿命，那么这是第一。

第二，刚才说了，如果你孩子发育迟缓，停止发育，那怎么办？赶紧调五脏，让它顺生，把身体调通，让气机流转起来，它一转起来，就开始攒钱了，就像工厂，工厂转起来，它是不是现金流就走啊，就能不断的有积淀，工人工资就能发呀，这个工厂就能不断的积累啊。如果这工厂老关门，三天两头关门，整个生产受阻，你说这厂是不是得倒闭了？

很多当老板的开公司的知道现金流的重要性和保持企业运转的重要性，不一定是良性运转啊，运转的重要性啊，还有很多店铺，即便没生意，也让它开着，是不是，是这样吗？你们做过生意的呀，不能说，今天没生意，那今天一天干什么呢？那我关门，那结果是愈演愈烈，天天没生意，我说的没错吧，就是运转进去了。

古人说天行健，君子以自强不息，你说太阳它天天要转，那太阳说，不行，今天我休息一天，行不行啊？你们干不干呢？问大家呀，地球说，我停转一天，我处理处理我地球内部的问题，停转了半天，跟人类打声招呼，你觉得行吗？不行吧？

我记得在广州中医药大学讲过一次公开课，有一个学员提了一个问题，我说我们要在动态当中去处理一些事故。比如说交通事故吧，处理一起交通事故，我们要在保持整个交通通畅的前提下去处理它。

那他来一句，哎，这个可以把道路封闭起来之后去处理这个事情，处理完了再放开。

你觉得哪个好啊？

很简单啊。你就会发现很多大动脉啊，大的问题你是停不下来的，你说我们要搞一个大基建，停电半天，你说对民生是不是有很大影响啊？一停全停啊，一停全都失养了。

现在真的，现在他们确实这样干的呀，说哎呀，这个体外循环让你这个心停跳，然后解决心脏问题，有没有啊？有，但是危险太大，自从世界运转就不要让它停，在它运转过程当中调不调，在他运转过程中调不调，要赶紧的调，调开了，要跑开了，运动开了。

这个肝脾，什么是肝脾，这边是肝，中间是脾胃，上边是心，下边是肾，两边是肺，这些东西调开转开了，尤其是肝脾胃调开之后，小孩食量大，经脉一顺，问题马上迎刃而解，孩子蹭蹭蹭蹭就开始发育，表现很简单，脸色变亮了，头发有光彩了，说话爽朗了，反应敏捷了，手脚变得舒展了，能坐住了，写字端正了。

我们家孩子原先就是这样啊，字儿，那你还教他什么书法呀？你不要教他书法，你直接让他整个的顺了，他手上这不有一条条的，这叫经脉，这叫手少阳三焦经，手阳明大肠经，这些东西调顺了，手就顺了，手顺了，写字就顺了，能明白吗？

里边调顺了，胳膊就顺了，胳膊顺了，手就顺了，手顺了，手指就顺了，握笔就顺了，写字就顺了，这叫一顺百顺。你还报什么书法班啊，没必要，调内。那这个问题就讲到这儿吧。

还有提前发育的，这也是问题啊，都是打针打的,吃激素吃的，凡是提前发育都是吃激素吃的，你们看着吃炸鸡吃麦当劳肯德基太多了，天天吃，你想想，你吃的所有的食物中，你吃的大西瓜里边都有膨大剂呀，你是无处可逃啊。

为什么现在大多数孩子都提前发育呢？一点一滴的，天天吃个炸串那个吃个炸鸡，这吃个膨大剂的西瓜，那吃一个膨大剂的土豆。你没发现吗？现在所有的蔬菜水果都在大大大，越来越大。

原来土豆都这么大，现在一个土豆都这么大，原先我记得辣椒青椒就这么小，现在一个大青椒这么大，几乎所有的都大，所以最终就导致你孩子吃进去的，一定会有大量的激素，孩子一定提前发育，也一定影响孩子的未来的格局。

给大家出两个主意吧：，

第一，我不建议大家去超市，你如果在城乡结合部，完全可以到城市附近的农村集贸市场，买老人那些东西，捡那些又小又瘦，长得又难看，表皮粗糙的买，又小又瘦，表皮难看表皮粗糙的去买，买歪瓜裂枣，黄瓜不要买直的，直的都是打药的，要买弯的，弯黄瓜，一头大一头小的，买那种黄瓜，买苹果不要买表面太亮的，太大的，要买抽抽的，小的，表皮有褶的，甚至有虫眼和霉斑的，买这样的苹果，这明白吗？

买老农的东西，他就这一堆，没有一车一车的，一车一车的都是贩子，这一堆一堆的，有可能是农民自己家种的。但是你也逃不过，农民现在都打药，但是要好一些，要好一些，包括柴鸡也一样，柴鸡蛋一样，几乎你们买到的柴鸡蛋都不是柴鸡蛋。

我记得有一种西红柿叫普罗旺斯，那普罗旺斯比普通的西红柿要好吃很多，但是它也是人造出来的。

那真正的我们果园旁边那个老农不要了的那个西红柿，是不打药的，那也不是普罗旺斯，那个就吃出了小时候西红柿那个味儿，包括咱们的苹果，我们有一个果园啊，里面有三十亩果树，去年前年基本都是颗粒无收，因为不打农药不施化肥。

化肥嘛，不是被虫子吃了，就病虫害拿了或者被喜鹊吃了。苹果一个月长得就这么小，但特别瓷实，口感特别好。它不是用来咔哧咔哧吃的，是切成薄片，慢慢品味的，每一薄片都充满了滋味，这才是自然生长的果子，给拿一个，你们看一下。

现在国外已经认识到除草剂的巨大的危害，对土壤的危害，对水质的危害，美国已经不用除草剂了，他们用什么呢？他用火来喷，用激光来打。喷火的一条，然后用拖拉机开着，就像播种一样，把所有的土壤烧一遍。我们现还在大量的用除草剂，而且禁止用火。咱们祖祖辈辈辈都是焚烧秸秆，但现在就由于某种原因不让用，你觉得有意思吗？古代强调净化环境，两大招，一个火一个水。

道家讲“以火净之以水净之。”一切病虫害，一切瘟疫，一切东西都是以火净之以水净止。其实土地上焚烧秸秆是特别有利于防治病虫害的，但现在不是了，禁止用火。但是你们看美国，咔的一溜呼，全部土地火烧一遍。现在德国和西欧那边又整的激光AI什么打草，用激光头AI识别哪个是草，哪个是苗，啪啪啪就拿激光全打掉了，现在好像我们也要引进和学习了。农村果园几乎没有不打除草剂的，农村连山地一片枯黄。除草剂打多了之后，最终还是流失到土壤里，污染水源或污染土壤，种上庄稼之后，最终还是会反噬给我们。

这个问题就聊到这儿，下一个话题是什么呢？近视。

来跟大千老师活动一下，老师醉心于得明健身这种健身方式，老师太喜欢了，以通畅经络为主，安全有效，老少咸宜，身心同健的最佳捷径。咱们十八期九月十五号，这周日开班。我记得十多年前我背驼背，驼得我都支不起来。我有意识的靠在椅子上，我想把这个驼子给它掰正，我说哎我怎么不会动了呢？怎么脊柱不会动了呢？当时我第一次意识到我后边驼的这个地方支不起来，坚持了很长时间，慢慢的发现自己后边能掰动。

你们试试，你们能掰动吗？年轻人应该行，上岁数的我感觉都够呛。这么多扣一的都是李鬼呀，我估计百分之五十人都动不了，动不了，问题就大了，动不了，你这儿就一点点慢慢的就锈死了，像笼子一样，卡死了之后，一压迫住心肺功能就出问题，活力就不行了，感染力，感性，灵感，幸福感这东西慢慢就没了。身心一元身心不二，我们常说人的心理活动情绪跟肉体是息息相关，人肉体结构和灵活性是息息相关的。现在动不了还是一整块，慢慢的你们都是变成一整块。包括两胁，你摸摸疼不疼，抓一抓，反正老师是不疼，使多大劲都不疼。你抓着这疼不疼，足少阳胆经不通就疼，疼就影响什么呢？影响情志，影响你的免疫力，影响你的创造力，你的意志力，你的再生能力等等等等，一系列的东西都影响。这个一疼，会出现头晕口苦，也不爱吃东西，肚胀，胁痛。

《道德经》上讲的很清楚，“人之生也柔弱”，软软的一团肉。小孩软软的，一团一团，肉了吧唧，摔了，没事，啪，三米下来没事，我们呢？硬邦邦的，啪一钻下来就完了。“其死也坚强”，也就是说人的整个的生命力，跟你的柔软程度是息息相关的，越柔软越好，一摸，哪儿都不是硬邦邦的，都很柔和柔软。草木之生也柔脆,其死也枯槁，草，风一吹，左摇右摆，但是当它已经枯槁的时候，是不是直挺挺的。

（老师的摩托车飞身特技什么意思啊？）

老师可厉害了，几次化险为夷啊，想听吗？自从老师知道了，放松大法，也叫放松法呀，在任何动态的前提下，外在环境和自身不断变化的过程当中，保持动中松才是真松，静中松是假松。你让我打坐能放松，你也不能真正放松，一遇事就紧张，放松不了。在危机的时候能放松吗？你也放松啊，紧张到要死，我记得我好几次骑赛车，在公路上骑的飞快，突然公路上出现一个小石子，我骑着赛车啪一下撞上那怎么办啊？人仰马翻，赛车呜嘎就出去了，人嗖就开始悬空坠落了。那么这时候我说，哎放松，必须放松，然后就地一滚，躺在马路中间的旁边，幸亏后边没车，当你不能控制局面的时候，又想手撑又想站立，这些东西都毫无用处的时候，你无能为力的时候，你能做的事情就保持放松，让自己像一个棉花一样，把所有的力卸掉，啪叽拍在地上，能滚就滚，滚不了，不要使劲手撑，一撑骨折了，有太多的孩子骨折。其实用放松法，就是转移疗法，怎么摔倒，要放松去摔倒，放松摔倒是受伤害最小的。因为你一放松，啪第一把力在这儿，然后第二把力在这儿，第三把力在这儿，阶段性的承住了这些压力。如果说我把所有的力搁这，不去卸力，咔，腕子折了，咔，肘折了，再咔咔。好几次啊，就是骑车啪一摔，啪一撑，一旦失去平衡，你没法去再保持平衡了，那你就享受摔倒的过程，反而没事，这个小孩是一样的。《庄子》里面讲了一个醉酒的人，烂醉如泥，从车上掉下来，摔不死，他道理是一样。如果他保持清醒，特意保持平衡和用手去撑，多半出问题。也就是我经常说的，抓不住就放手。抓不住你老公，就放手吧，你硬要抓住，就出事了。当妈的抓孩子学习，孩子学习赶不上，放手，

不然孩子学习也没会，孩子身体也坏了，或者说尽管也会了，最后跟妈解仇了。就你管不了的，先放，这叫什么呢？欲先取之，必先予之。取和予，你想要他东西，你先给他东西，你想打压他，你先表扬他。你想抛弃他，先给他搂出来，这就是中国的大智慧，欲让人灭亡，先让他疯狂。欲擒故纵，是欲去还来，欲盖弥彰，还有此地无银三百两，是不是越描越黑？你办了一件丑事，其实你闷着藏着别吭声子，你自证清白越描越黑，过一段时间，这事就过去了。调整啊，是不是要学大智慧？中国的脑子是阴阳的脑子，是会转弯的，是会左右想的。外国不是，外国毛熊，就不是，老喜欢扔炸弹。

接下来讲近视，今天简单讲一下，近视很简单，你们记住，凡是五官的问题，大多数都不在五官本身，中医上讲叫内联脏腑，都跟五脏六腑有关，跟下边有关。因为人体是一个整体，它上边和下边靠什么连接，靠经络连接。就像有根绳，从这儿扥着到这儿，那么这儿出了问题。

一蹬这根绳是不是也出问题啊？那么它会拉扯到你这个球吗？

（会）

中医认为这个球两边、上边、下边、后边都有绳拉着，这个绳就是经络，都有绳（经络）拉着，你看这一个眼球，这边一个，上面一个，下边一个，里边一个，内侧一个。这个绳是啥绳？足少阳胆绳，上边足太阳膀胱绳，下边足阳明胃绳，里面足厥阴肝绳，还有一个手少阳心绳，这些绳去拉这个球，这绳会直接像木偶一样撑线一样去拉动这个眼球转动。

那么我们孩子很多为什么近视，两个大原因，一个是它里边不调了，这个绳（经络）不调了，不平均了，按理说这绳是这样的，他这样，或者这样啊，或者这样，或者这样，那就导致这个球是不是也受影响，拉动那个球。

比如斜视，他这两边那个绳这样，那眼球是不是就斜了？现在很，孩子斜视，一个眼睛，两个眼睛都斜着，上面老斜，这个不调，而且现在绝大多数近视都带散光，都没有绝对的直线近视，什么叫散光，聚焦不集中了，他扁的，发扁，不规则就聚焦，那说明什么呢？说明你这个眼球它是受到压迫之后，这眼球它不是那种生理性的圆了，它不是生理性的圆，而是被受到压迫之后是不规则的圆。那么导致近视加散光。

翻白眼儿，后边的这个绳足太阳膀胱经叫带眼反折，带眼一拉，眼球就上去了，就这样了。还有往下一拉，往下去了，往两边一拉，斜了。

多数眼睛的问题都是绳（经络）的问题，都是下边五行不调，拉动绳不调，使眼睛不调，出现了压力异常引起眼球变形。

大家记住两点：第一五官的问题都是由于下边的问题引起的，它中间是靠绳（经络）连接。第二是眼睛至少有五六条绳（经络）连着眼睛，下边对应的五行，五行出了问题，拉动绳（经络）导致眼球出问题。

第二个原因就是孩子过度用眼，导致孩子眼睛过于疲劳和气血不能很好的上注眼球，过于疲劳眼睛肯定出问题。预览过渡和五脏六腹不调，五脏和六腑不调和过度用眼导致孩子过早近视、散光、斜视、翻眼和往下看。

那么解决这个问题很简单，那怎么解决很简单。如果说第一种情况如过度用眼，那么解决办法很简单，减少用眼，这是唯一的办法，你说不行啊，这个千万不能减，这孩子不能输在起跑线上。那就像一个人累了，你不让他休息一样，那怎么办呢？给他喝咖啡，给他喝兴奋剂，给他喝大补的。你说什么东西能代替睡眠，几乎没有东西能代替睡眠，人必须要睡。

那同样的，天真烂漫的孩子，你给他压了那么多功课，上那么多学，看那么小的字，你觉得孩子眼睛能好吗？然后再整个OK镜，OK镜的本质就是什么呢？他认为眼球压凸出来了，产生了近视，凸透镜嘛，眼球凸出来，那么用OK镜把这个凸出的眼球压回去，OK镜就是把眼球压回去。本身这里面有强大压力把眼球压出来，你外边再来力量，把眼球压进去，你觉得这个眼球能好吗？孩子家里待不了，刚出来，又被爷爷、姥姥一脚给踹进去，家里爸爸、妈妈压，出来之后爷爷、姥姥压，家上老师压，你想这是OK镜吗？

当时压一下，感觉有效，孩子乖了一下，但随后呢？孩子的内压会越来越大，那眼睛嘭，虽然有点夸张，但是就这个意思，最后眼球就强直了，它不动了，它没有伸缩的弹性，有可能还会变成花眼了。

那么这个时候应该怎么解决，很简单，给孩子解压，什么压迫了你把这个问题解决了，是不是就不压迫眼球了。

五脏六腑不调现在孩子太多了，饮食问题、情绪问题、理解能力问题、生长问题，所有都来源于五脏六腑不调，五脏六腑不调得调，重视根本，调好了这个绳（经络）就顺了，顺了，他是绕眼睛的，绕眼睛的就不压迫眼球了，那眼球不压迫了，他慢慢

自我调整，他是不是就恢复正常了。

咱们这儿有很多身体调好之后，眼睛明亮了。这个近视摘了的，这个能看清东西就太多了，我就是其中一个，老师就是其中一个。

我记得十多岁的时候上初二，我就特别羡慕很多人戴眼镜，戴眼镜太好了，我什么时候近视，赶紧的使劲看书让自己近视戴眼镜，你说幼稚不幼稚啊？

（你还实现了，我都没实现，一点也没戴上。）

到了初三，我如愿以偿戴上眼镜，哎呀，我可美呀，但我那度数不高，一百五十度，赶紧的催我爸给我把镜子配上了，一个一百度，一个一百五十度。这眼镜戴着，我有一个优点，我老丢三落四，眼镜一戴上，一发子就找着了。这么多年摘摘戴戴，后来干脆就不戴。你看现在我从来不戴眼镜，但是看任何东西不受影响，我现在度数应该在二三百度。

这个戴眼镜是很简单，建议是不戴，除非你度数很高，要用眼的时候，你戴一下，其他时候都不戴，就像小学生一样，看黑板的时候戴一下，不看就摘下来。为什么不建议大家戴眼镜？因为这个解决不了根本问题，还会迷惑你，你眼睛会认为，哎，挺清楚啊，他就不会调节了。

你老给一个孩子钱，这孩子还需要去赚钱吗？就像腿不利索，你给他一个拐，他觉得哎呀，这个拐挺好啊，这个轮椅挺好啊，你觉得他还会去自我恢复吗？

就因为模糊，就是轻度模糊，它会不断的刺激你的大脑告诉你模糊，这大脑就会想办法去调节眼球，让能看清楚，人的自我调节能力是极其强大的，自我恢复和自我调节能力。你一定要相信这人有这个能力，他老模糊，他就会自我调节。

你们会发现，比如三四百多的，突然一摘眼镜啥也看不着了，但是你坚持住，坚持半个小时，你会发现清楚一些，坚持几天你会发现更清楚一些，虽然不能清楚到底，但绝对比你突然摘下眼镜的时候要清楚。戴眼镜就让你剥夺了你去自我恢复的这个机会。你老给败家子钱，他就不去赚钱去了，特别简单的道理。所以说我不建议你们老去戴眼镜，除非迫不得已。现在我开车，夜路我都不戴眼镜了，原来跑夜路的时候，戴一下眼镜，看一看，现在也不需要，你就旁边备个眼镜，看个小字看不着的时候戴一下，然后马上摘掉，这人有强大的适应能力。

那么戴眼镜度数不增长，这是一个谎言，不戴眼镜度数才会不长，戴眼镜度数会进一步长。

因为假象挺清楚啊，本身是眼睛已经出现问题了，已经缺气、缺血了，已经开始嗷嗷叫了，这眼睛一戴他又好了，他又是去看书，去工作了，是不是恶性循环。

那你会发现这几年那度数一直在增长啊，并没有因为你戴着眼镜度数就不长，你会发现一年得长个一百度。

这现实的例子，只要戴着眼镜，你看着吧，度数蹭蹭蹭蹭往上长，说戴上眼镜让小孩眼睛健康，那不可能的事，戴上了，只能加速度数上涨，只有真正摘掉眼镜你的度数才会缓慢增长，或者停止增长，或者是要变好。

楚莲说了自从摘眼镜后视力减了一百，就是这样的，很简然的道理，

你通过重新健身，通过无余理疗，把我们的五脏六腑盘顺，绳（经络）的不调解开，他眼睛没有压力了，没有负担了，他就会自我调节，自我恢复，来源于压力。

为什么高中生，妈妈啪给个大嘴巴子，孩子转身跳楼了，妈妈过一段时间也跳楼了，

为什么孩子的抗压能力那么差？很简单，他一直没有释放的条件，他没有任何运动，没有任何疏解，层层压力，只要一天压压压压，压倒骆驼最后一根稻草，就是把孩子关在笼子里，天天压压压压，孩子就压完蛋了，压心理失衡了，经脉绳子卡住了，五脏六腑不调了，心理不健康了，他就爆发了。

要提前去释放，不断的解压去释放，那孩子才能慢慢的恢复正常，说教式的都没用。你说，孩子跟你谈谈，你有什么压，怎么解放？这个东西我感觉杯水车薪，不能说完全没用，花几百块钱搞一个心理疏导，你不如让孩子跑跑、跳跳、踢踢球，现在孩子没有排解的方式，你动起来才能把这个压力，身体里的才能释放出来。嗷嗷叫叫，疯子似的跑一跑，释放，放肆的踢地球，蹦蹦跳跳，出去玩几天，这压力的都释放。你靠心理疏导，来孩子我跟你谈谈，一点用都没。

刚才有一个人说这个眼睛一个好，一个不好，一个视力四百，一个二百。很少有人两都一样的，知道为什么吗？人是左右系统的，一般人都是不平衡的。你别说视力，你眼睛是不是慢慢的随着年龄增大，一个大一个小，随着年龄的增长，你会发现人的眼睛一个大一个小，被压住这一侧小，被胀大了一侧大。你的鼻子也是，你看看鼻子直的有几个，你会发现鼻子也是歪的，或者往这边歪，或者往这边歪。嘴巴也一样，嘴巴也斜，嘴巴一个上翘，一个下拉。耳朵也一高一低，眼睛上也是一高一低，眉毛一高一低，牙齿长得也不齐，一个耳聋一个不聋，还有咀嚼，老用一边咀嚼。鼻子一个鼻眼通气，一个不通气。这个要善于观察你的身体，善于观察你身体状态和心理变化，这二者是密切相关的，你的身体状况跟你的整个工作、事业、爱情、感情也是息息相关的。这叫什么学问？叫大学，又叫心学，又叫生命科学。

那么咱们今天就差不多了吧，你们想让老师跟你们聊什么？

关于健康传统文化和育儿都可以聊，只要大家想听的，我能够聊的，平台规定的、认可的我都可以给大家聊。眼花的问题，可以明天继续聊聊眼睛眼花的问题，还有眼球，通过眼球、眼白和眼神去看你的健康状况，很简单的道理，稍微一教你们就会，一会就能用，明天继续聊聊这个球。

原先主要是我事务性太多，建了一个生态园，又建了一个民宿，这几年光瞎折腾了，这回跟你们聊一聊，重归文化，重归教育，其实早就应该开直播跟你们聊一聊，讲讲文化也行，讲讲中国传统文化跟西方文化的对比，传统文化在现实生活当中的意义，还有没有意义？他怎么知道我们的现在的繁复的现代生活呀，如何给大家解压？如何让大家身心同健，变得更加积极乐观，更加健康开朗、开放，我感觉都可以讲一讲。那咱们今天就到这儿了，明天两点啊，拜拜。