师：前天讲鼻子没讲完，今天我打算继续来讲，今天讲一下大鼻子和小鼻子。我发现很多人现在审美观点有问题，他喜欢捏鼻子。韩国人好像是鼻子小，欧美人鼻子挺，大鼻子那带的小鼻子好像是小，他都拉起来了，小鼻子鼻孔，它不是圆的，它是长的扁的。现在我们自己也学这东西，鼻子不可能比别人那么，他的鼻子有的都这么高，尤其漫画人，外国人鼻子很大很大。但是我们黄种人，鼻子并不能长这么大。书上讲，鼻子要长成什么样的形状？很简单，鼻子首先一定要大，要高耸一些，要敦厚一些，不能长得太小，太扁太低，导致它无势，没有势。鼻子一定要有势，从哪儿体现出来？两点，一个大鼻子要大，就像一架飞机一样，机体是大鼻子，机翼是小鼻子。也可以比作一个鸟，大鼻子是鸟体，小鼻子是鸟翅，配合相当很好。如果机体过大，翅膀过小，你觉得这飞机能飞起来吗？飞不起来。如果机体过小，翅膀过大，你觉得对鸟和飞机好吗？也不好。所以你们记住，一定是刚刚好，也就是古代相书上说，大鼻子要尽量的饱满圆润高耸，代表这个人有格局能够做事儿，而且大鼻子还代表胃口，大鼻子好就是胃好，还是中土，都是一个东西。它主稳定，主融合，主沟通，主我们有稳定的性格。很多人性格不稳定，尤其现在人，知道咋回事儿？就大鼻子（胃）不行了，它不能稳坐军中去指挥大脑，它就是中枢，它要去指挥别人，它要大要稳。你看一个人是否端庄要看大鼻子。很多人，哪儿长得好，就鼻子长得不好，性格不好，不稳当。你要想让人一个稳呢，就这儿必须稳，这儿稳呢，他整个都稳当。这有势他则有势，鼻子高起则有势。很多人特别气势凌人，一般鼻子他像个啥呀？突出来了，像鹰。鹰鼻，这种人他咄咄逼人，大鹰钩鼻子。如果塌鼻子代表啥？软弱。有些这女孩男孩一塌鼻，他就没有气势了，跟人站在一块儿，他整个气势就矮一截，尤其是塌鼻梁的。处朋友，办事儿啊，凡是鼻子一塌，你就少跟他办事儿，多半不成，他可能是个好人。也就是鼻大，有句话，鼻大无坏人，鼻子很大，尤其你看农村的很多，鼻子大，憨憨，无坏人，但是你说他能办事儿吗？他如果不挺起来，他也办不了事儿，这鼻子太关键了，鼻子好全好，鼻子得势全得势。小鼻子代表啥知道吗？像一个战斗机一样，鸡翅膀，主胆力魄力。其实我不明白，很多女同学，夹鼻子，你开抖音一开，鼻子给你夹了，这什么审美啊？你们记住，小鼻子一定要张，狮鼻。凡是做大事儿的，小鼻子必须张开，一旦它不张了，开始夹鼻子了，一是身体开始出问题了，第二就是事业开始出问题了。事业停止了，它这一夹就像翅膀一收回来，你觉得他还能飞吗？只有振翅翱翔，他才能越飞越高，越飞越远啊。一旦收起来之后，一夹，撑不开了，他是不是就毁了。如果小鼻子缩了，不得志，这就不好，尤其是它这个孔啊要再堵了，胆容易出问题，胆小，整个的事业不能飞翔。小鼻子就是翅膀，一张开就开始开疆破土了。你们去对号去，百不折一。很多人，鼻头和脸部连接的这个区域积攒泥垢，油脂，还有碎皮，老爱去挠，这里还泛红，总能搓出很多油脂来，像嘎嘣，像头油一样，有没有？而且有的这里面还长个小包啥的，这里面都有油脂，越抠越油。这代表啥，胆和胃之间的缝，有积滞，实际就是胆胃不调了。实际世界万物都是一体的。身体的不调跟你的整个做事都是一体的。不好的时候，你愿意做事吗？一弱都弱，你弱了做事儿也弱了，如果你很强壮，说这事做不做，做！当你有开创精神的时候，就是你身体很好的时候，做不做，他说做！那是不是跟事儿挂钩了？这些东西都是全息的。当你很郁闷的时候，别人说这个单子签不签呢，你说算了，就没有开疆扩土，那你的事儿是不是就开始萎缩呀？那么我们要想事儿好，首先要什么好？要身体好。有能量，店里家里都管。哎呀，我也太累了，天天就我一个人忙活呀，真烦呐，关了吧。当你跟不上的时候，是不是要关？心力跟不上，脑子跟不上，身体跟不上，店就关了，没毛病吧。你一切的事儿都是你的生命力的蔓延和体现。那么你们应该怎么办？要想事儿好，先要身体好。很简单的道理。咱们得名健身就是搞啥呢？就是让你身心同建，让你都好，这个是基础。在这个基础上，我们啥都有。真是没有身体啥都没有啊，这个不是一句空话，而是实实在在落实到方方面面，包括你们家孩子，抑郁了，天天就玩手机，哪出问题了？身体心理都出问题了，换个环境，给孩子一条出路，孩子又活蹦乱跳了。我们太多这样的孩子了。我们整了几次，两个夏令营，一个春令营，一个冬令营，今天再整一次冬令营，就是通过我们的一套这体系，让孩子好起来。咱们再说鼻子大小，还有人说大鼻子有黑，有小鼻子上有的。哪有问题？胆的问题。大鼻子长，就是中间胃有问题。那怎么办？老祖宗说的非常清楚，一定要调内。脸面是外，面上的工程，面上工程要想好，是不是要调内，内调通了，是不是面上也好了？根好了，枝叶是不是也好了？这叫什么呢？培元固本，厚积薄发，重视根本。有句话说的好，“问渠何得清如水，唯有活水源头来”。源头要不断的活水来，不断的滋润你，你不怕弱，就怕不来水，一口气儿不来，那么就回去了，两口气不来呢，坏了，就这个道理。我们答下疑。

听众：说下塌鼻子。

师：塌鼻子太普遍了。塌鼻子一是基因带的，这没办法，但是可以改变。因为基因一代一代的通过改良也会变好，不仅是杂交会好，就是你自己都能让你鼻子挺起来。挺鼻子的方法，说简单也简单，说难也难。说简单就是道理知道了，你就知道怎么去做。难，贵在坚持和相信。隆鼻挺简单，花钱就行，但是那个东西是你自己的吗？假的呀，它归你指挥吗？不归。你看看迈克尔杰克逊，他那可是隆的，能看出来吗？到晚年身体衰败之后，你看那个鼻子假成啥样了，都烂了。还得自己的才好，怎么才能自己的，你们最终重视啥呀？我们古代，所有的健康来源于这个俩字儿，真气。有真气你就活力满满，没真气你就蔫头耷脑，如果再少就不行了，就玩儿完了。其实我们找来找去，不是找的肌肉，很多人练肌肉，哇好有力，然后就开始累，太多了吧。尤其搞健美比赛的，他开始控制饮食，追求低体脂率，这个东西太要命了，他不要肥的，一点都不要。低体脂率导致很多人他上台之前是强撑着，下台就晕倒。健美的目的是带来健康，结果都不追求健康，再打药，我就不说了，那些东西打完了之后，人象气球一样充大，大肌肉块，都像肉鸡里的大鸡腿一样，给心脏带来极大的负担。好像世界巨星吧，今年又死了一个。他们完全走向了健康的反面。那我们追求那个吗？不能追求。我们追求什么呢？就追求真气。怎么追求，咱们有系统的办法帮大家解决。你们就从咱们的跟操开始，慢慢的学，慢漫的体会，了解我们的传统文化，了解我们对身体的认识，你就长出了第三只眼，看世界就不一样。一旦你感觉不一样，你就脱离了低级趣味和庸俗人群，你就找到了人生的意义。人生意界是什么呢？很简单，外在是非常精彩，再一个，有活力的归升，内在追求我们自身的升华。人是需要不断的去升华的，今天就讲到这儿吧。