**20241014大千老师讲小儿肠胃调理**

问：老师，我儿子脾胃虚弱，经常感冒咳嗽，有鼻炎。

**师：这个是后天之本，一定要拉开，它是个布袋，布袋一定要撑开才能容，很多节食的，尤其是女明星，最后都得了厌食，就是因为它长期节食导致它的布袋越来越缩，缩没了，叫做萎缩。**

**刚才跟大家说了，咱们的知识理论是越用越有，人在某种程度上，人需要吞进能量，消耗能量，排泄废物。那么它整个有个叫做消化管道，叫做消化管，一定要特别通畅，越粗越好，越宽越好。你看很多小孩特别壮大，他吃东西好像喉咙有个小丑一样，一抓就吃进去了，你看长得壮的都是吃饭快，而不是慢。那壮的狗猫嘎嘎两口没了，像猪八戒吃人参果一样，嘎嘎两下啥味没尝到，吃下去，说明什么呢？我们在育儿讲过，要大块快吃，囫囵吞枣大块快吃，什么叫大块？不要细嚼慢咽，不要嚼的很碎再往下咽，这个很多可能违反了很多人的常识认知的。问题是细嚼慢咽你们肠胃好了吗？**

生：不好。

**师：越细嚼慢咽的肠胃越差，为什么呢？是不是病了？病孩、弱孩他才吃了吐，吐了吃，细嚼慢咽，半天咽不下去了。实际真正的生命能力强和你们要想生命能力强的，一定要大块快吃，囫囵吞枣拿来就往下咽。生命力强不强，就看你的嘴壮不壮，大块快吃，囫囵吞枣，往下一咽，练你咽喉的扩张能力，拿起来就咽，食管是不是也宽了？**

**我们一定要扩张食管、咽喉也是，嘴也是，所有都是要让我们的整个的消化上下中一定要宽阔，顺利。日本整大胃王比赛，你会发现最后取胜的不是个大胖子，是一个很瘦的女的，然后一拍X光，他整个肚子里面内脏都挤一边去了，整个全都是吃的。胃这么大，它一下能变成这么大，我们一定要去撑开它，是不是颠覆你们认知了？**

生：这几个一直在说，第一次听老师说，第一次说这样的理念。

**师：你要像老师这么有经验，这么博学多才，一定好好听听，像小手一样抓吃最好，你看那军营，身体都好，他们就是规定时间吃饭，哪有细嚼慢咽在那吃，反而是那些富贵家的小姐千金，林黛玉那样半天吃不了多少东西，不吃了，那代表弱和病态，一定要大块快吃。这个布袋一撑开，他就壮了。缩着就弱，撑开就壮，是不是挑战你们认知了？而且越大块它里面越产生摩擦，有利于它里面蠕动。**

**你看鸡得吃点沙子，在鸡食里和点沙子，我们人一样，有一味药叫做鸡内金，为什么它可以能够消呢？它不就是当沙子的作用，磨成面水送服。为什么我们要吃膳食纤维、粗纤维？不就是加速它动吗？我们吃的东西要大块快吃，囫囵吞枣，我跟你说，你能吞进去一只鸡去，这胃都给你干，囫囵吞啊！你看那个秃鹫，这么长的羊骨头，一下就下去了，它不带嚼，他没法嚼。**

**今天就给你们普及这么一个知识，你们就记住大块快吃，要把胃撑开，撑大、撑壮，今天就到这儿吧。**