**20241020大千老师讲眼睛问题**

整理人：源宝

**今天讲眼睛。我发现现在我们的健康每况愈下，越来越差，你们年轻人比我的素质差太远，我的素质比我父辈的人又差太远，跟古人比，那差的就不是一点半点。**

**随着我们脱离自然，脱离生产劳动，脱离了重体力劳动，又脱离了轻体力劳动，尤其脱离了上肢劳动和下肢劳动，那我们有汽车，有电动、自行车，有电梯，我们就不愿走一步了。**

**你到市里去饭店吃饭，我觉得大部分车都想开到饭店门口，然后下来就进饭店，导致那地方非常拥挤，为了找停车位不愿意走路，为了找停车位费老劲，其实你离那个地方三十米五十米停车是非常方便的，但是你却会发现没人愿意，恨不得那车鼻子顶到饭店门口。**

**旁边的小铺五十米远，恨不得自己也是开车过去。任何事物都是用尽废退，你不用，人体就不断地发信号，它没用，那么就萎缩。**

**我看到有一个科幻文章，就说人最后萎缩成什么呢？萎缩成一个软体动物趴在那儿啊，只有一个大脑在这享受，随着我们人类加速进入元宇宙，这是必然趋势啊，我们的肉体将严重萎缩，可能你所有的走路，这那都不行，最后你就像一个瘫软的八带鱼，放在一个器皿里，然后按动各种按钮，它带你到任何地方，我们就是这个趋势啊。**

**前两天我们去外头景区玩，就看着二十来岁的孩子，男孩那肩膀削薄，脸型长得不再宽阔和厚重，变得非常削薄，肩膀也是那样，为什么呢？**

**太缺乏锻炼了。你看我们的学校，为了孩子的绝对安全，双杠有吗？单杠有吗？都没有了，即便有，也不让孩子玩，操场上就成了摆设，跑操也没有了，就做个操站个军姿，军训都有孩子晕倒，甚至出现严重的死亡现象。**

**说明啥呀？如果个别现象还好说，如果成批的出现，那一定是环境出问题了。一个鱼塘中，那鱼扑啦扑啦都飘上来了，那什么问题啊？水的问题呀。**

**那么同样，我们的眼睛开始出问题，三四十岁就开始花，很多人近视，而所有的近视同时又散光，又近视又散光，几乎没有绝对的近视，近视都是散光。那为什么？实际就是眼球不规律，变形了。**

**怎么造成的？两个原因，耗的太多，天天看的都是蝇头小字，像苍蝇头一样小的字，实际我们应该看大字，至少是小手指指肚这么大的字儿，起码大一些。**

**但是现在我们看的字儿都很小很小，包括印刷体的给你发个广告，为了美观，那字儿都特别小，我不知道为什么把字儿印的让人们看不到，看不清楚，密密麻麻。**

**孩子学习更是那样了，不断的看，耗眼太多，导致眼睛疲劳，大人一样啊，拿着手机天天看，你觉得你们的眼睛能好吗？**

**《道德经》上说甚爱必大废，多藏必厚亡。你越喜欢你越费钱费精力费时间，多藏必厚亡，你藏的越多失去的越多，最后这些东西一定会失去掉，生命都会失去，何况你藏了的一些东西。**

（老师喝奇猛饮料）

**师：还有人说这玩意儿，我植入广告，你说这个我就搞不清楚了啊，难道我不能喝点水吗？啥意思，不能有包装？**

**我们自己生产的啊，我们所有人都喝这个呀，为了我们和孩子的健康啊，这零添加呀，没有任何添加剂啊，纯草本啊，我喝这个咋的了？我还不能自己有个工厂去生产这玩意？好东西就不能推了吗？**

**真好。自从整了这个，我们家孩子，我们这边的所有的孩子都喝这了，你说外边那毒饮料能天天喝吗？配料表一堆全都是工业添加剂，很多孩子一直在喝这毒饮料，这还看不出来吗？**

**你看看配料表就知道了。我们这零添加，我也读读配料表，白砂糖、橘皮、生姜汁儿、肉桂、茯苓、杏仁、山楂，别的没了，不添加任何防腐剂，我还不天天喝它？反而还喝那毒饮料？**

**好，咱们接着说，用眼太耗了，我们孩子，你平时没事让他眺望远方，但是你会发现孩子无法眺望远方啊，因为前面就是高楼，前面就是楼道，前面就是黑板，你让他怎么去眺望远方？**

**你们都知道孩子用眼卫生，去看看远方对缓解疲劳帮助非常大呀，你上哪儿看去啊？你看不了了，找一个开阔地方都没有啊，你说我们的孩子，包括我们自己可怜不可怜呢？**

**为什么那么多人一到放假疯了似的往大西北跑啊，都堵在路上了，那儿开阔，看到草原看到沙漠，看到高山，那种开阔感是我们在城市里无法体会的，那你为什么会愉悦啊，这种愉悦就带来了身体健康，任何正向的愉悦一定会有帮助你的。**

**没错吧，不可能看到高山大河，你吓得发抖，自闭起来吧？**

**没有啊，都是太舒服了，为什么那么多人要有钱人要跳伞去，天津有一个一千多块钱带你圆跳伞梦，那专业人员抱着你，你在前边，他在后边，一下子下去，滑翔伞。**

**为啥呀？这是感觉一种自由的感觉嘛，我们所有的人天生爱自由啊，什么最自由，鸟，自由地在天空飞翔啊，那么我们就是希望成为鸟儿一样，就是那么多跳伞运动会为什么那么成瘾呢？他就享受自由自在的那种感觉。**

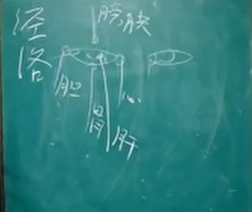
**包括有一个老外无伞跳伞，真是无伞跳伞啊，他跳下去之后，下边兜个网，长一百米宽一百米的一个网，在万米高空下来之后，你找那个，那就是一个都找不到那个点儿，那就是生死一搏啊，他跳，有五个带伞的人在转着保护他，然后到达一定高度，当他能看到那网，他觉得没问题OK的时候，这五个人打个手势一撤，这时候他就孤勇者了，就像那小导弹一样，精确制导一样，那么高的高空，要扎到一个一百乘一百的那小网，你想想，就是一个很小很小的点儿，那激动人心的最后啊，这像导弹一样，无伞跳伞啊，那就是自由落体状态，不断的加速度啊，那就啪扎到网上，成功了。你想他为啥呀？自由，就是应该有向往啊，向往自由。**

**还有那个蹦极，很多人张开奔跑着一下就下去了，为什么呢？向死而生，给自己一次解脱的机会，重新揭开新篇章，跟过去的男朋友拜拜，好多都是这样啊，他郁闷了，他怎么怎么的，他要重新开始新生活呀，那是分界线呢，他一头扎下去，没见着孟婆，但是他完成了他自身的心理超越，他重活一次啊，好多都是这样。**

**包括大西北走一圈，跟过去拜拜呀，就是人对自由的向往，他是本能，天性。**

**我们的孩子为什么从小学甚至从幼儿园眼睛开始近视，跟用眼过度，没有自由的去环顾我们的世界有很大关系，这是第一。**

**还有没看那么多书，他也近视，为啥呀？就是身体里面经络不调，影响了眼睛。画图画，这是大眼睛，大眼睛跟经络，眼睛问题跟经络有很大关系啊。我告诉大家，下边一条胃经，上边一条膀胱经，内侧一条心经，外边一条胆经，内里还有一条肝经，他们都勾着眼睛。**

****

**师：主要这五个捣蛋鬼呀，跟眼睛密切相关，它们都从五个方位拽着眼睛，有一个出问题都会影响眼睛，进而影响眼球，影响视力，吊吊眼儿，眼上翻就是膀胱经拽的，眼睛下翻就是胃经拽的，内斜就是心经拽的，外斜就是胆经拽的，斗鸡眼也是心经拽的，咱们的《黄帝内经》上说的很清楚。**

**当你掌握了经络的时候，眼睛的问题就全部清楚了。为什么有那么多眼睛的问题啊？就是因为不同的经络不调引起的各种问题，你所有的困惑通过这个图，你一下子就茅塞顿开，甚至醍醐灌顶。**

**当那五条经络都互相挤压你的，有时候五个一起挤，导致你眼睛压力过大，凸出来了，很像一个家庭一样，你作为家里的顶梁柱，老婆也欺负你，孩子也挤兑你，公婆父母都挤兑你，废物挣不着钱，今天挣不着钱，别回来。**

**你想想，很多男士开车开到地库，抽根烟歇一会儿，迟迟不愿意上楼，为什么，上面滴里嘟噜有一堆人需要你去抚养，照顾，他们也会责怪你，女人一样。**

**所以说就给你挤出家庭了，为什么男的容易出轨啊，家里得不到爱呀，压力太大呀，他本能的要找轻松，要放松啊，我说没错吧。**

**同样，眼睛也就凸出来了嘛。那凸出来之后你再戴OK镜，给小孩儿戴眼镜，眼镜是干啥的呀？给你压回去，一脚给你踢回去，一怼，门吧唧一关，一晚上。**

**你说这个男人，他还有活路吗？就像《唐伯虎点秋香》里边，周星驰，哎呀，你看我大老婆二老婆三老婆四老婆，这一看，生无可恋，绝望，然后刚想出去透透气儿又OK嘎唧挤回去了，你觉得眼睛好得了吗？当时可能听话了一下，哎，好像是好点了，实际已经是到达了爆发的边缘。**

**那么它凸出来之后，你再啪拿刀给它削一块，激光打眼，本来挤出来了，啪伸出一脚咔嚓给砍了，就激光手术，那玩意儿现在还推吗？还敢推吗？还有吗？二十年了，二十年怎么样啊？打完之后马上你这就出问题了，怕光，干涩，怕风，容易破碎，能干这种事儿吗？这是人干出来的吗？**

**但现实就这样干的啊，我有一个高中同学他就做了，后来变成祥林嫂了，天天叨咕，完了，做坏了，眼睛废了。多少年才走出走出来阴影了啊，这是人干的事儿吗？不是人干的事儿。**

**应该怎么做啊？很简单，松绑呗，给这个大男子松绑吧，都不要欺负他了，都给他适当的自由空间，你们该回哪儿回哪儿，你们有问题调你们，你们好了，和颜悦色的对你们家老公，你老公自然回归，喜欢在家里呆着，老婆，赶紧给我打洗脚水，然后端上了；把电视给我开开，孩子；爸妈把水果上上。你说他像个大爷似的，他还出去吗？**

**所以要把你们都调好了，气都调顺了，你就不欺负你家老公了，该跳舞跳舞，该玩的玩去，大家都好，就是刚才那五条经络都好了，你也就好了。**

**人是个整体啊，要整体来调，而不是哪有问题去整哪，不是消除表面的东西，没用。眼球凸出来，咔嚓砍掉，挤进去，能行吗？**

**大禹治水在于疏导，不在于堵塞。这几千年来我们古人总结的经验教训，任何事物都是这样啊，不要顶住，社会学人际关系学讲究啥，要善于化解矛盾，而不是激化矛盾，也不是产生矛盾，顶住不动，你会发现你们整个的人生几件大事，就是你的窝囊，都是顶在那儿，其实没有什么大事儿。**

**拌个嘴扑一刀捅进去了，为什么？就是话赶话，顶在那儿了，叫做应激处事，都是应激啊。**

**你过五分钟，我教过大家，起矛盾的时候，先数五十个数，数完五十个数，你这矛盾就没了，是不是啊？**

**我跳楼，跑过去就要跳，你数五十个数，数完之后你就不跳了，大多数都是这样，是吧？一，二，我骂他，三四，我还骂他，五六，还没数完五十个数，对方走了，你也没法骂了。**

**都是应激产生的，年轻人太冲动了。其实你想开了这事儿，云淡风轻，你就这样想，过五十年、六十年他就没了，啥问题都解决了，我把身体锻炼的结结实实的，我熬死他，对不对？**

**最终你会发现都是寿命大战，香港的赌王何鸿燊咋样啊，活到九十多，不也驾鹤西游了吗？谁最后不都驾鹤西游啊，你想明白这个，就是你受的奇耻大辱也好，其他也好，你会发现再过七八十年，他们都没了，谁也不知道这事儿了，是这样的吗？**

**你往开了想，往长远想，往大了想，什么事情都是云淡风轻。人得病，关键在于不够放松，放松下来经脉一开，开怀大笑，相逢一笑泯恩仇，咱们大陆和台湾，不也一样的事情吗？**

**今天咱们的课就到这儿，明天讲长大个儿。**