**20241129传统文化-对话大千老师什么是真正的传统文化**

整理：紫水晶

**曹社艳：**亲爱的大千老师，亲爱的得明会员和得明朋友们，大家晚上好！我是今晚的主持人曹社艳，也是我们每周五传统文化栏目的负责人，我今天怀着无比激动的心情开启我们传统文化栏目的第一课—对话大千老师，大千老师说我们的得明文化都是来自于经典传统文化，比如我们会员都知道的《周易》《黄帝内经》《伤寒论》《道德经》……，大千老师还说，没有文化素养和道德情操，人活的就跟猪狗一样。

今天往昔发给我以后，就引发了我强烈的共鸣啊，那不就是我在进得明之前的真实写照吗？我不知道在场的我们会员，还有大家有没有这种感受，我真的是感受很深。所以我们今天不但讲文化，还专讲传统文化。

那么讲到传统文化呢，我刚刚就百度了一下，原来传统文化内容很多呀，琴棋书画、传统文学、节日、中国的戏剧、语言文字、医学药学、宗教、哲学、民间工艺、中华武术……这么多的内容。那么咱们今天特地邀请老师的目的就来了，想问问老师啥才是真正的传统文化以及传统文化对咱们现在普通人的意义在哪里等，带着咱们各种各样的疑问，接下来用热烈的掌声邀请我们得明健身创始人、气学中医文化创始人、无余技法创始人、红脸蛋遛娃发起者、可亲可爱的大千老师闪亮登场，掌声鲜花响起来欢迎老师，然后我就把麦交给老师，我会跟老师互动，以声互动哈。

**师：那咱们这个传统文化的节目就相当于开张了，今天第一天，一周一次，因为咱们提过了得明健身也好，得明健康也好，得明也好，要肩负起推广传统文化的重任，尤其是中国的经典传统文化，也就是真文化，真文化而不是假文化，我们崇尚真善美，唾弃假恶丑，那么什么叫文化？首先，要讲明传统文化说啥叫文化，什么叫文化呀？**

**曹社艳：**还真别说，这一问，还真是问到了，我觉得文化就是让咱们能够好好的活着，或者老师之前有说过让我们活得很好，然后可以传承给我们孩子的，算不算？几千年来，就是大家都一直有遵守这个内容的。  
 **师：你看文，什么叫文，文化？这个老学究一般都爱咬文嚼字对不对？文化文化文是啥意思？苍颉造字鬼神哭，他有文字对不对？你们还听过文质彬彬，然后君子这句话吗？天有天文，地有地理，这个文其实就是印记。**

**你看豹有豹纹、虎有虎纹，纹路，实际说白了就是人呢，我们是智慧生物，那么留下的印记就是我们的所有的思想、想法留下的印记，这都是文，你能理解吗？  
 曹社艳：**老师，您一讲就理解了，智慧生物留下的印记。

**师：意思是这样的，就我们的所想所思所感，对人生宇宙的思考，生活的日常琐事都叫文，能理解吗？**  **曹社艳：**理解，老师一讲就清晰了。

**师：那什么叫“化”呀？什么时候有文化这个词了，我感觉古代没有，我也不知道是民国的时候还是什么时候，清朝的时候啊，有文化呀，实际古人没有文化这个词，就是文，文质彬彬，孔子讲文质彬彬，然后君子，就是什么呢？就是文绉绉的，能说出，能写字，能说出大道理，质就是很多质朴的品质，文质，文在外，质在内。**

**你看现在我们小学的应试教育学的，就说这个文它相当于传授知识，但是他没教质，还有就是说我们现在很多，你也可以说呀，你的质代表我们的内在，你不用说天何言哉地何言哉，天地不言，整个的万物生烟，这个宇宙规律它并不是一定需要文去表达出来，没有文宇宙规律仍然存在，是不是啊？**

**你要有质，首先我们要符合，要有质，同时在这个基础上提炼、升华、总结、传授传播，这就是文。对外文就可以有特点，只要有文有质，文质彬彬，然后君子。就是说孔子希望人类的优秀者变成君子，就是这意思。当然我希望你们都是君子，君子之风啊，你看那很有意思，分君子和小人，君子代表正直的一派，有文化的一派，小人代表没有文化、粗鄙，甚至蛮横的一派，但是小人当中也有好人和坏人。**

**君子当中一般把君子都叫做好人，人类当中优秀的叫君子，君子要有文有质，不能说是人面兽心啊，这个不是君子哦，我对你们的要求就是一定要做一个文质彬彬的人，实际文和质是两方面，能理解吗？**

**曹社艳：**理解，一内一外嘛。

**师：大方说阴阳无处不在。老师这么多年，最得益于阴阳文化，阴阳文化就是任何事物的两面性，任何事件都是两方面的，我们所有的思考都是双向思考，脑子也都是双核思考，所有都是阴阳，左手右手，左手外交，右手外交？要做全能。**

**物证篇说过五行全出紫光阴，最基础的是二，如果说想全点就五，说再全点就八，八卦。也就是说传统文化都来源于最朴素的，也就是最根本的、最基础的阴阳文化，传统文化来自于八卦，所有都是阴阳之为道。**

**继之者善成之者性也，百姓日用而不知，故君子之道鲜矣，啥意思啊？说白了就是百姓日用而不知，百姓天天用阴阳，但是他却不知道。故君子之道鲜矣，所以说君子之道能把这个问题阐释出来，这样的人少之又少。老师就是给你们阐释这个道理的，让你们知道知其然又知其所以然，老百姓都是知其然不知其所以然。浑然不知啊，鱼在水中而不知水，人在道中而不知道，讲个道，讲个信，讲个命……，都是在阐释宇宙的总规律。**

**古人是发现了通过阴阳、通过五行，通过八卦，通过精气学说、元气学说这些构成了我们中国传统文化的特质，这本质就是这些。你无论是艺术还是刚才你说的那些个，中国的科技，中国的历史、人文，包括日常生活呀，这个宗教、民俗，所有的都是根植于刚才我说的阴阳五行八卦。河图洛书，经济学说、元气学说、天人合一全都是正文。**

**前一段时间给你们讲过，左丞相大右丞相大呀，文官站左边站右边？如果你有一些基本的阴阳五行的常识，你马上就能回答出来了。比如说左文右武，左主升右主煞，升煞观念；阴阳嘛，阳在左阴在右，阳主升阴主煞。那你说文官站左边站右边啊？**

**曹社艳：**站左边。

**师：肯定站左嘛，武将主征伐主煞，他一定站右边，他不可能去站左边，明白这意思吧？所有这些东西都是通过阴阳五行推出来的，所有的典章制度，风俗人情全都是典章制度推出来的。春节为什么是正月，为什么正月作为一年的起始？当然之前拿子月当过，拿丑月当过，拿寅月当过，就是子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥，十二地支，子，万物之始生也。夏商周，夏朝建寅，商朝建丑，周朝建子，代代相嬗去推这个，三阳开泰，三阳，人生于寅，这个听过吗？人生于寅，天开于子，地辟于丑，人见于寅，天开地辟，所以说把寅最后定为一年的起始，正月初一啊。**

**曹社艳：**哦，没听过，好尴尬。

**师：你肯定没听过呀，所有东西，我跟你说啊，你们学的都是枝枝蔓蔓，支离破碎的，最终的所有文化都归于刚才我说的这个。建极绥猷**，**就那个皇宫里面是什么殿来着，那大牌匾上。极，见极，立极，皇帝要立极嘛，阴阳那个就叫水火相射，水火立极，金木相并，这不就五行文化吗？尤其是皇家更加注重。**

**中国所有的经典文化都来源于阴阳五行八卦，来源于经济学说、元气学说和天人相应学说，甚至鬼神学说和祭祀学说这些东西都是最重要的。而我们现在很多人搞不清楚，甚至避而不谈，把它当成迷信，我觉得大冤枉。**  
  **曹社艳：**嗯，真的是大冤枉，这些都是真的，像楚莲姐说是文化的精髓。

**师：这些好东西，核心东西，精髓东西，他没人教，他也不敢教教，他也不能教，他也不会教。所以说告诉你们都是那些七七八八的、零七碎敲的东西有啥用啊？你最后发现你一头雾水，一脸懵。中国传统文化啥东西，整来整去不明白，我就直截了当、直抒胸臆，就告诉你们中国传统文化就是刚才我说的。**

**曹社艳：**要重新跟老师学习传统文化了。

**师：老师用了八年的时间践行传统文化当中的健身部分，重塑肉身嘛，就是重塑健康人生，通过八年的实践出来，完全正确。那么接下来我要重新去讲授传统文化，那些书籍《道德经》讲过，《周易》讲过，《黄帝内经》讲过，《伤寒论》讲过，《四书五经》有些没讲，《庄子》讲过一点点，《黄庭内九经》都讲过乌针篇是吧？我打算接下来几年一我是重新回顾，第二我想把这些比较典型的中国经典文化的书籍重新给大家讲一遍，以我的学识和这个认知视角，包括《佛经》《心经》《金刚经》这些经我想讲一讲，我想《佛经》以学术方式来进行讲解，包括道学的一些书籍，不仅局限医术。包括《论语》，我也想讲讲论语，我感觉原先那个讲论语的，包括于丹，我感觉他只能算是一个文艺工作者。**  **曹社艳：**那老师又要忙成啥样了，我们又要期待老师开文化课。重点是老师什么时候开课？  
 **师：特别是咱们这几年，我们的主要的重心就放在文化建设上。**

**曹社艳：**老师，对咱们普通人来说学这个传统文化有啥意义呢？

**师：这个问题问的很好，为什么要学传统文化，对大家有什么好处？其实每个人都是自私的嘛，老师本人也一样，都是自私的，什么叫自私？就是站在自己的角度考虑问题，有趋利避害之心，这些都叫自私。如果从佛家来讲都从自身角度考虑问题，趋利避害。**

**对于我们普通人学习传统文化有什么好处？我感觉好处太多，首先你作为一个中国人来说，你是不是应该学一些传统文化，你看一个老外来说，你看他阴阳五行这东西他能说一堆，你一句话说不上来，到你家指指点点，这个是什么，这个是什么，你却茫然无知，原先被自己唾弃和自己瞧不起的东西，老外拿出来像个宝，是不是啊？针灸、中医、中国国学文化、周易，你看西方人学的多好，二进制，人家过来都拿诺尔诺贝尔了，这些东西你还说这么好吗？**

**曹社艳：**这是我们现中国的一大悲哀之一，我们自己人不学，外国人真的是趋之若鹜的来学，这是真的。

**师：你别到时侯还得外国人教你啊，中国人教不了，你花高价让外国人教。那个普拉提筋膜理论，你看筋膜理论，十二筋膜，就是偷袭咱们的十二经络呀，他抄袭呀，偷过去了，稍微变一变，然后再传再输送回来，然后再高价去教你。你说这可恶不可恶？  
 曹社艳：**可恶可悲，我们中国那个药不也是被日本人拿去了。  
 **师：是啊，廉价出口中国的稀有药材啊，最好的药材都给日本了。然后日本做成这个汉方，然后再卖回来，有的中国人大包小包跑到日本去买，作为中国人你应该学习中国传统文化，传统文化里面大量的人生哲理和这经典故事、经典历史事件。如果这些东西能拍成电影，尤其是这个春秋战国里面的故事太多太多了，说你们耳熟能详的金戈刺秦王、围魏救赵、秦晋之好、三家分晋，太多太多的历史典故了。**

**每一个历史典故都吊打西方的那些历史事件，都能拍一场可歌可泣的电影电视剧。你们不知道你们的孩子更不知道，你觉得你学习传统化是不是应该了解中国的传统历史？你连祖宗是干啥的都不知道，你觉得合理吗？你祖宗取得多大成绩你都不知道，你觉得合理吗？**

**曹社艳：**那肯定是相当不合理。

**师：到时候你肯定认贼作父去了，对不对？这个西方一宣传，那这个西方的文明真好，啥都好啊，亚里士多德也好啊，德谟克利特也好，毕加索也好，啥啥啥都好。人家说你这个中国没有心理学，你就说确实没有，人家说你这个没有医学，你说对，那中医是医学吗？不是。**

**你觉得你还配当个中国人吗？奥特曼好，那孙悟空不比奥特曼强太多了吗？集佛道儒于一家，深刻产生人生哲理的，又体现了孙悟空的自我叛逆精神，这不是太好了吗？那怎么天天就奥特曼了，和熊出没差不多，仅次于熊出没。**  **曹社艳：**老师，我记得我们80后就是真的对西方那种特别的崇拜。现在反应过来，就是好像有那种被西方文化侵蚀的感觉。那个时候我是很崇拜西方的，真的，到了现在四十岁，我要不进得明，我到现在对传统文化是真的没有任何的了解，也没有渠道。

**师：你不知道古人他达到的思想境界多高，他创造的文明有多灿烂。有人说不行，活三十岁就死了，人的寿命很短，这不胡说八道了吗？这一个什么论证？你随便一点，没有见过中国的偏远山区哪个活三四十岁平均就死了？我觉得他们那个就是没有经过任何传统文化熏陶的，他真的就把西方吹的神乎其神，把咱们说的一无是处。你觉得你作为一个黄皮肤的中国人，应该吗？你们孩子应该不应该啊？**

**曹社艳：**他应该要继承我们的，像那个泡妞不说嘛，为啥咱们就抛弃了自己的文化，是不是有历史原因？  
  **师：嗯，你看胖妞说目前只有中国人不断的唾弃自己的东西，其他国家都很认可，你想想。咱们作为唯一一个没有中断文明的这个文明古国呀，太值得去学习和歌颂了。文明什么最重要？不是一闪而过最重要，能一直留存太关键了。智慧是一层层积累。虽然我们近一千年是落后了，落后在哪？落后的两方面，第一，我们自己的文明一代不如一代，糟粕越来越多，精华越来越少，自己不行了。第二，全世界的文明走向野蛮和物质，是精神文明加速堕落，搞物质文明，不断的物化，就人的物化，就是旗帜精神，西方的旗帜精神和我们的旗帜精神，贵族精神和社会文化，已经是越来越差，这就相当于一个轮回，才导致我们让西方这个物质的东西尬了。所以说你们一定要学些传统文化，学学我们老祖宗在干什么，说啥想啥。往回头学学我们的历史，这个太关键了。**

**我感觉最后我比较来比较去，因为西方哲学史和西方文化我也看，我也了解，包括西方的逻辑学、数学、哲学这方面我都涉猎了，看不下去，就包括前些日子，还买了一个维特克斯坦的那书，没法看，你知道吗？他们是从一个逻辑推到另一个逻辑，从一个假定推出另一个假定，这本身就是巨大的问题。他们是一吹二、二吹三、三吹四这种推断，每一个推断都站不住脚，然后他们蠢呢，每一个推断都站不住脚，他们是在沙漠中都要见东西啊。这个你可能不理解啊，我以后给你们讲的精气文化和神气文化就知道了，所有的世界都是全息的，一动百动。**

**《周易》里面讲的周流六虚，变动不居，不可为典要，唯变所适。周流六虚，变动不居就没有定义，任何事物都不可定义。西方那个哲学他就不停的定义，从欧几里得开始就不断的定义，这定义就是错，你一下子把住定，对吗？很简单啊，两点之间，这叫做线段，你只要不都相交的叫平行线，这都是错误的，只要空间一扭曲，这些东西全部都算数，空间只要一扭曲，这所有东西全部算数，你得重新定义。**

**俄国有一个数学家，他就反推，他就做了一个定义，就是两条能够相交的直线叫平行线，他从这儿开始往下推，又推出一个世界来，这说明什么呢？道可道非常道，名非名非常名，就任何事物都不可定义，不可琢磨，不可追溯，这是中国老祖宗的智慧，你说牛不牛？**

**西方人这个脑子他怎么理解，他无法理解，无我相、人相、受者相、无众生相，你怎么理解啊？这西方那个脑袋，它只在定义，再定义上，层次太低了，你知道吗？所以说你们一定要学中国的传统文化，不是因为他们是我们的，我们就一定要学。而是他太好了，这对于我们增长智慧，看透很多的这个世界，包括说我们的自然世界和社会世界，我感觉有大用处，就无用之用，能理解吗？  
 老子讲了说三十辐共一毂，当其无，有车之用，凿户牖以为室，当其无，有室之用，什么意思啊？这个东西不能马上变成馒头，但是它可以指导，如果你搞经济，它可以指导你挣很多很多钱，他不可能变成这个具体的知识，但是他可以让你去理解这个世界，让你获得更多的知识。它不能让你一下子增长很多肌肉，但是它可以让你身体非常健康。以文化为根是要寻根溯源，中国传统文化悠久留长，只不过他近一千年糟粕比较多，你们一定要去伪存真，睁大眼睛，知道哪个是该学，哪些不该学。老师今天教你们这些，差不多了。**

**曹社艳：**老师顺便用几分钟提一下去伪存真呗，哪些好，哪些能学哪些不能学。

**师：跟老师学行，去伪存真我说过很多次了，崖山之后无中国嘛，从那个时候中国的传统文化开始衰落。就是崖山的陆秀夫背着这个小皇帝昺跳海，十万军民一块跳海。那个时候中国遭受了巨大的打击。  
后来宋清实行的这个奴性文化，导致我们的文化遭到前所未有的摧折，  
后来主要是奴性文化的灌输和这个内敛文化的兴起，奴性为什么会有内敛文化，他不让你张扬向外，他打压你，把我们汉人，这汉人代表就相当于中土的这个继承中国传统文化的主要的群体嘛，他给你打压的，让你变得更弱，积弱积贫，他不会让你变得强壮的，他不会教你有血性的东西，他不教你这个抗争的文化，他一定教你内敛的文化，让你听话好使，让你四肢变得更加弱，让你思想更加板结，让你更加顺从。你想是不是，你们现在是不是都刻在骨头里了这些东西？**

**曹社艳：**您一语点醒啊，真的就是现在的现实。

**师：对呀，你看你现在一见到大官，是不是想跪呀，我没说错吧，我估计你们都会很快就跪下。刻在基因里的，你爸妈就这样教你，听领导的话。现在好像90后10后逆天了，开始是吧？**

**曹社艳：**对对对，零零后整顿职场现在流行的一句话。

**师：那时候女人要裹小脚，三从四德，束缚了男人，又束缚了女人。你想想是不是啊，通过束缚女人束缚男人，包括现在彩礼制度，为什么他通过让你娶个老婆，要花几十万，其实这是给男人设置的，买房子给谁设置难题呀？买钻戒给谁设置难题呀？男人，你会发现，他一定会把男人打压下去，像听女人的话，你说有意思吗？因为自古以来男人不服管，不好管，对不对啊。这个元朝，成吉思汗，像欧洲党，就是屠城啊，这个包括中国一样，西夏也是啊，到哪儿就屠哪儿，屠哪儿就杀光男人，然后撸走女人，女人给他们生孩子，男人全部杀光，就是干这个。你说男人可怜不可怜？所以说他一定就是说统治阶级啊，元清他一定是要把男人踩在脚下，惧怕他们造反，惧怕唤醒他们的野性。所以说灌输的所有的文化就是孔子那一套儒教，都是变了，都是为统治阶级服务的，就这一句话。**

**该删的删，该减的减，该变的变，包括这个守节文化，女人要守贞洁，男人要忠君等等一系列的，叫三从四德也行，叫君君臣臣父父子子也行，对不对啊？在这上产生的是文人文化，文人文化产生了文人艺术，清朝文人文化、文人艺术唐伯虎，还有文正明，还有郑板桥，这个滞留了他们的文化，这都是文人文化，文人文化以小文化情节和这个身体素质差为主要载体呀，你看有五大三粗的吗？文人艺术，蒲松龄那也不是五大三粗啊。**

**文弱书生的文化，你觉得这种文化能开疆破土吗？能是一种绽放刚猛的文化吗？你看原先那个辛弃疾，王羲之，王献之，王尊，王导，那些人那一个个可厉害了，不是宰相就是将军，能文能武。有真正强壮的体魄，开阔的胸襟，你才能创造出真正的中国，继承中国的灿烂的刚猛文化。就晋汉，叫汉唐风骨，那个时候叫高猛之风，铁马冰河入梦来才是那样，那后来没有了。**

**任何一个民族兴起和这个王朝的强盛，都是要开疆破土，向外走，而不是往回走，说内敛文化都叫气沉丹田，打坐、内敛，这都叫内敛文化，懂吧？你们不知不觉学的太极拳都是内敛文化，太极拳以脉打怪，讲究画圈，讲气沉丹田，人不动我不动，这些东西都是毒害你们的，能理解吗？我这一翻一句，你们就知道了，敌不动，我不动，这叫啥呀？被动挨打呀，敌不动我不动是不是被动挨打呀？**

**你说这个动物界哪有这个猎豹狮子老虎说羊不动我不动？没有吧，自然界绝对没有，都是守势，那不就完蛋了。宋朝跟袁征说你不动我不动，坐势这个蒙古发展起来了，还以手快打手快，我以四两拔千斤都是放屁，那在什么情况下四两拔千斤呢？万里无一。**

**你看看巴勒斯坦加沙，让以色列揍的，他能四两拔千斤吗？都完蛋了，是不是啊？咱们这个解放战争还讲四两拔千斤？四野全都靠人堆呀，百万大军下来了，那能四两拔千斤？林彪还讲敌不动我不动，可能吗？**

**就我们还在推太极文化，为什么很多人你练练练，没效果呀，它本身就不对，你能练出效果来？他比不动强，他还动一动。为什么我要大力推咱们得明健身？得明健身符合绽放文化，符合通顺文化，符合天人合一文化，这个回答可以吗？**

**曹社艳：**符合自然规律，太可以了，时间过得好快，已经五十分了，严重超时，大家都听得很嗨，我看到也没有人走。咱们差不多就到这里吧，老师你知道吗？我看着时间流逝，我还是依然没有打断老师，我也想听。

**师：意犹未尽下集接着请老师，我就跟你说，老师有孤勇者的感觉，特别孤单。那些文化学者，我只能哎呀一句，你看中医圈，我远离中医圈，因为那些人太低级了，传统文化圈我也远离了，我也感觉太低级了，就他们信奉那些大师，回头说吧，回头慢慢说。**

**曹社艳：**只能唉声叹气，跟他们不同路，道不同不相为谋，所以说我们走我们得明自己的路，走我们得明的阳光大道，今天差不多了，我就一分钟总结一下，我看到大家的问题，好激动啊。

**师：对啊，明天得生活我还在啊。明天讲健身避坑篇，主要讲一下斩妖除魔翻病篇，不经过你死我活的斗争你就好不了，我就直接说这一句话。必须斗争，以斗争则和平存，老毛说啊，与天斗其乐无穷，与地斗其乐无穷，与人斗其乐无穷。**

**曹社艳：**哇，太好了，一定要斗争，不能否决，放弃幻想，准备战斗。

**师：这个斗争并不是打打杀杀啊，而是战胜自己，勇敢面对，创造世界。**

**曹社艳：**创造自己强大的内心，还有健康的体魄，必经之路。

**师：有机会读读说说《毛选》，比较敏感。**

**曹社艳：**很多人现在也在读毛选。这是咱们传统文化栏目第一节课，相当精彩啊！老师也休息一下，明天得生活还得继续呢，我就一分钟稍微总结一下，然后还有一个互动，好不好？  
 我提前为我们下一节课做准备，下周五我们现在是有两个方向，一个想讲老师的道德经，另外一个就是想要去诵读古诗文化。我们想把这个权利交给在坐的各位，大家如果想要读老师道德经的就扣1，我们带着大家读老师的道德经，这个文化需要人传承。如果想读宋词文化的，诵读的就扣2，我们将把这个权利交给大家，我们后台小伙伴统计一下。

老师，大家都想听你讲道德经，还有1、2的都ok。

咱今天老师给我们已经讲了，答疑什么是真正的传统文化，叫阴阳五行八卦和河图洛书等等，还有我们的一些元气学说。其实我觉得这条路也是异常的艰难。我觉得我们现在已经在路上，就不怕，前途就一片光明。老师今天辛苦了，也非常精彩。感谢老师，我们期待老师下一次再来做客我们传统化栏目，大家说好不好？

好，大家都不想走了。感谢老师，特别感谢老师，感谢大家的陪伴。下周五再见，明天得生活不见不散，依然可以见到我们的大千老师，拜拜，晚安。