**目录**

**[1.物质文明的展开要在精神文明的指导下才行 1](#_Toc32725)**

**[2.从曾国藩的经历来谈，人不要过分压抑自己的人性 3](#_Toc10316)**

**[3.要学着多换，换事、换人、换环境、换方法，越换越好 8](#_Toc24776)**

**20240920读书会-大千老师讲望而知之谓之神，**

**知人之面知其心**

## 1.物质文明的展开要在精神文明的指导下才行

**师：那些物质性的财富，我觉得能满足我们基本需要就可以，能活着就行了，我们应该积极去追求精神财富。钱是要有的，要有必要的钱，但是钱不是我们的追求，无限追求物质享受和金钱，就会把人拖向深渊，人这一辈子主要是灵魂的洗练。**

**因为我们知道人是由肉体和灵魂组成的，有物质文明和精神文明。我觉得我们这个社会现在急缺的是精神文明建设，有人就问了，精神文明文建设能顶几个钱？能解决吃饭问题吗？能解决住房问题吗？能解决医疗问题吗？**

**它虽然不能直接解决，但是没有精神文明，你就变成猪狗了。古代的精神文明建设的东西，叫大学、心学，要学了大学、心学，学了中国的古代哲学，那么用处就太大了。它不是一种技巧，而是对自然的一种认识。这是一种有别于西方哲学的更加高深的学问，叫做格物致知，也叫做逆天，现在又叫穷理尽性，以至于命。那到底有什么用？**

**我跟你们说，咱们得明解决了几个问题。解决了一生如何过的问题，没有彷徨困惑。同时解决了医医疗问题，健康问题，它顶多少钱？少受多少罪？你还需要去医院求助于大夫吗？又送礼，又托关系，还需要吗？战战兢兢排队做手术，排队打点滴，各个城市大医院跑，还需要吗？基本都不需要。你说精神文明不重要，物质文明挣了一百万，挣了二百万，能解决这些问题吗？换肝、换肺、割胆、割扁桃体？这些问题在我们这是不是都解决了。那精神文明重要不重要？**

**第三，育儿问题是不是解决了。还需要鸡娃吗？还为娃的教育焦虑吗？这都不需要了。那剩下的家庭关系，同事相处，如何办事，如何赚钱，这些东西在你有了得明的精神文明之后，是不是都迎刃而解。**

生：不去医院，就是在赚钱。

**师：那赚的不仅是钱，赚的还是命啊。我希望你们都能读一读我的这些书，往精神文明建设走一走。你们记住一点，抓好精神文明建设之后，以精神文明建设为统帅去抓物质文明建设，反了就不对了。**

**你在没有正确的精神文明建设、正确思想的指导下，去抓物质文明，你就变成物质的奴隶了。如果有很好的思想建设，有我们的得明理念，再去抓物质文明，就变成物质文明的领导者了。**

**人毕竟生活在物质世界，我们需要吃喝拉撒，在得明思想的指导下吃喝拉撒，就非常游刃有余。**

## 2.从曾国藩的经历来谈，人不要过分压抑自己的人性

**师：那么今天咱们大千读书会还是这本书《大千杂谈之中医漫谈》，大家可以打开到220页。大凌你过来读一下吧。**

大凌：我来给大家读一下。

##### “从人性探讨曾国藩的皮肤病

曾国藩有皮肤病,非常严重，瘙痒难耐，折磨他一生，就是牛皮癣，银屑病，而且是严重的。曾国藩的问题在于对自己太过束缚，用理性压住了感性，内心的苦闷被压抑了下去。这个压抑下去的情绪发作在身体上，应该就是银屑病（牛皮癣）。其实曾国藩是个怪胎，极端礼教下教育出来的，谨小慎微、如履薄冰，天天战战兢兢，天天脑门子上冒冷汗。偷眼看一下小姑娘，都回来拼命检讨，还有人性吗？本来自己有那个欲望，本来饿的想吃馒头，结果检讨自己，不吃啊，还天天流口水。可以适当的检讨一下，但是没完没了，这不是强迫症吗？有那个时间，吃点喝点，不香吗？”

**师：大家听出啥意思来了吗？曾国藩又叫曾圣人，还叫曾剃头，是两江总督，成立湘军，剿灭太平天国的第一功臣，是近代史上非常著名的一位人物。**

**为什么叫曾圣人，又叫曾剃头？这代表人们对曾国藩的有两种观点。一种是礼教的卫道士，一种是是太平天国的刽子手，杀人不眨眼的魔王。那么近几十年又刮起一股风，崇尚曾国藩，从曾国藩家书开始，中国传统文化的复兴把这个曾剃头抬出来了，认为它是近代圣人，克己复礼的典范。**

**我记得三十年前，曾国藩家书是到处流传，包括现在有很多的论调，也认为他是圣人。那么他到底是杀人不眨眼的魔王，还是礼教的圣人，这一块我们不做定论。曾国藩位及人臣，最后被封侯，而且他解散了湘军，又去做了直隶总督，后来由于天津教场案走下坡路，最后61岁就去世了。**

**去世的病因和年龄其实都很重要，都可以去推测他身体的状态，五脏六腑的状态，性格的特点，都可以通过他最后去世的病因和年龄去推断。刚才说了，曾国藩有一个特别典型的特点就是有顽固性的皮肤病，就是银屑病，牛皮癣，而且困扰他一生，应该十多岁，还是二十多岁，这不好说了，就有了。**

**他找过无数名医给他治疗，后来四十多岁吧，遇着了一位大夫给他看，这个大夫说了一段话才给曾国藩有一定的心理安慰，知道他说的什么话吗？他说，“您是巨蟒转世”。银屑就是鳞片，带着鳞片这一种顽疾，正是象征您是巨蟒转世。他不敢说他是真龙转世，因为真龙转世，就是皇帝了，说他是巨蟒转世。蟒是仅次于龙的存在，因为巨蟒最后要渡劫，成功之后可以飞升成真龙。他是巨蟒转世，一下子这个事也流传民间了。他才有了自我慰藉。**

**那么他为什么会得这个病？这个病到底是怎么回事？实际上咱们中医上来讲，它是某条经络或者多条经络堵塞不通憋的，才会以这种瘙痒难耐的形式不停往外发，也可以理解成是肝郁气滞。那么为什么这一辈子他都没有克服这个病。我们现在很多人都是皮肤病，很多人都有，都跟情志抑郁、经络不通畅有直接关系。你们也是一样，内心极度压抑的时候，就会这样。**

**曾国藩以礼教圣人自居，以道德圣人自居。看曾国藩家书里面写的，一定要克己复礼，三省乎己啊，每天谨言慎行，而且每天要打坐四十五分钟，一感觉有点啥即打坐，闭门思过，开始老僧入定，开始琢磨。他有一个习惯，每天要打坐反省自己，三省乎己，不断反省自己，完全按照礼教那套模式去做。**

**他是从秀才到举人，再到进士的吧。这一路上来，刚开始顺风顺水，遇到贵人提携，十年七迁，最后做到现在说的部长的职位。因为学了圣人之言，非礼勿视，非礼勿听，非礼勿言，他就开始拿这个去要求自己，克己复礼，而且又统领湘军，湘军又跟八旗和绿营这些个是正规军要摆正关系，清廷既要利用曾国藩的湘军去镇压太平天国，同时又防着他造反，一家独大。所以镇压太平天国那十年，他顶着巨大的压力，三次投湖要自尽，三次面临生死抉择，失败，要投湖自尽，可见他的精神压力有多大。**

**同时又以圣人自居，导致他的压力、情绪无从释放，舒缓不出来。本身原先就有厥阴肝郁的情况，厥阴肝郁才容易导致全身性的深层次的顽固性的皮肤瘙痒。他瘙痒得太严重，尤其到后半夜，三点以后，不停挠。那时候五心烦热，烦躁不安，他又以圣人要求自己。而且他还有一个习惯，喜欢写日记，不停反省自己做的错事，偷看一眼小姑娘，但是他又想，又不能。喜欢写日记记录自己的言行，尤其是错误。今天又去那一条街了，回来开始去检讨自己，哎呀，不应该呀，啪啪扇自己嘴巴子。完全按照圣人去要求自己。**

**他已经把自己抬举到圣人的位置上了，一夫一妻，没有借口，纳小妾算怎么回事，自己已经变成圣人了。他是特别推崇程朱礼教，程颐和朱熹。那礼教讲什么？克己复礼，存天理，灭人欲。你一点点那个东西都不能有，非礼勿视。他早年去别的官员家，那个歌姬跳舞，他在旁边看，眼睛看直了，一边喝酒拿余光瞟人家歌姬，一边回来写日记，说自己是王八蛋，怎么能干出这种事来。后来他为了避免自己的这个欲望不断滋生，想了很多办法，其中一条是让自己忙起来，让自己非常忙，没有时间去想。但是我估计晚上一睡觉还想，这个东西就像毒蛇一样，它是不可避免的，他没有找到很好的出口。就是这个东西导致他精神处在高度紧张的状态，无从排遣。**

**你读曾国藩写的日记，就知道真假，肯定是真的呀，能假的了吗？老师说的一般都是真的，除非那个资料是假的，我还会做一点点功课的。**

**由于他要不断处理自己与太平天国和清廷的之间关系，导致精神压力极大，无从发泄。他常年在外带兵打仗，身边连个人都没有，他夫人体弱多病，常年在老家，他就孤身一人在外，直到50岁才找了一个借口，纳了个小妾。你们知道找到一个什么借口。理由竟然是晚上瘙痒的时候，她可以帮我挠，这还不是他出的主意，他的手下帮他出的这主意。**

**他已经是圣人了，他一定要把自己端到圣人的位置上，他的一言一行都得按照圣人的标准去做。你不这样做，后边的人指指点点，他也被朝廷立为了一个榜样。就是因为礼教。为什么我跟你们说学传统文化，学到后来说都变成了框，都变成了捆住自己的枷锁。唐朝以前是很好的，我们要学传统文化，一定要学汉唐时候的，汉唐还是非常奔放的。越往后来，从宋明礼教，宋朝，程朱礼学，这块开始，这个经就念歪了，后来越念越歪，这个东西就成了儒教了。宋朝以后，就变成了儒教了，就成为束缚人的枷锁。一直到现在。你们现在学的很多东西还是继承了程朱礼学那套的，所以跟说学传统文化的，一定要小心。**

**其实这个曾很可怜，他没有办法，他生活在那个环境，只能这样去做，他的功劳就是剿灭了太平天国，帮助清朝又苟延残喘了50来年，不然太平天国搅得翻天覆地，估计清早就没了。但是他做了牺牲品，天津教案没几年，他就一命呜呼了。知道什么病死的吗？中风，突然倒地，手脚麻木，不省人事，牙关紧闭，突然就不行了，终年61岁。他是不是立了个牌坊，相当于古代的贞洁牌坊。贞洁牌坊往那一立，这女的就不能找男的了，一辈子不能找，你说这不是有毛病吗？**

**周易里面说的很清楚，有男女才有夫妇啊，有夫妇才有什么呢？夫妇之道，天地人伦，这个东西不可须臾废。**

**汉朝，唐朝，男女之事还是比较放得开的，后来无论是对儒生的要求，还是对妇女要求，都是愈演愈烈。那你们想想曾国藩的一生，是不是压抑的一生。包括后来胡林翼劝说他造反，那时候太平天国已经被剿灭得差不多了。那时候他是最强盛的时候，很多他的部下想让他拥兵在南面称帝称王。那时候他只要挥军北上，清廷有可能就覆灭了。但是他没敢。他想没想这事儿，我估计是想了，因为当时还说了，这还有淮军的李鸿章和左宗棠，不一定说要去配合，但也不掣肘。那么这个事情相当于他去殉道，殉儒学的礼教，他们讲忠君，当忠臣，不能当二贰臣。什么是贰臣？就是叛徒，不能当贰臣，要忠君爱国。**

**其实有一些历史学家也说，错过了一次改革的机会，其实对于**

**他们来说，我们已经看的很清楚了，无论是他，还是太平天国，都无法挽救中国衰落的这一根本的局面。没有先进的思想做指导，太平天国一样，曾一样，清也一样，都没有先进的理念输入进来指导我们变得强大。还好有我们建立了新中国，输入了舶来品——马恩，他们的东西帮我们摆脱这一千多年的礼教。**

## 3.要学着多换，换事、换人、换环境、换方法，越换越好

**师：你们觉得，用我们那些东西要能够重新振兴起来？振兴不起来。现在我们是国富民强了，要恢复传统了，要建立文化自信了，但必须从这种礼教中挣脱出来，获得新生。有句话叫不破不立，什么叫开天辟地？不打破旧秩序，新秩序无法建设。**

**那么对应在我们的身体上是不是也是这样。为什么老师要创立得明健身？为什么说一些惊世骇俗的话，你们牢牢被原先的有害的思想和认识局限了自己、捆住了自己，叫做作茧自缚，不打破自己的茧，自己无法获得新生。只有大变才能得到大的改善，小变小的改善，不变没有改善。这个变是方方面面的，思想上的变化，行动上的变化，处理问题上的变化，环境上的变化，方方面面都得变。**

**古人说得很清楚，穷则变，变则通，通则久。当你遇到了不顺、过不去的时候，还直着那样走吗？比如一个棍子，一扇不大的门，拿着棍子横着过不去，竖着也过不去，斜着还过不去，就不知道怎么办了，变成直着朝前，不就过去了吗？这样的问题比比皆是。**

**那为什么我们很多人会走到自杀的边缘，夫妻两个双双自杀、互砍。现代诗人顾城，他最后就是把他老婆砍死了，然后他自杀了。刚开始他跟老婆特别恩爱，后来由于不断产生矛盾。他们其实早就应该分了，分了那个事情就完了。他爱人要离开他，他又舍不得，觉得没他爱人活不了。但他同时有一个第三者，顾城对他爱人极其依恋，后来没办法了，就玉石俱焚了。**

**那么这个事情现在太多太多了，孩子的问题，教育的问题。孩子学习不好，非得要好，那怎么办呀？那就走极端。**

**其实我们现在面临的大的问题，不是吃饭穿衣的问题，实际上大家都解决了吃饭穿衣的问题。那为什么还出现这么多困境，是思想的问题。我经常说一句话，人都是蠢死。不知道变通，穷则变，变则通，通则久，此处不留爷，自有留爷处。你这单位干得不好，换呗**

**，换一换就适应了，多换，换事、换人、换环境、换方法，越换越好。**