**20250611得明夏令营宣讲会-把孩子放出笼子（上段）**

整理人：江南、源宝

主持人：晚上好，今天我们是夏令营的宣讲会，给大家介绍一下我们的夏令营主要有哪些项目以及夏令营可以帮助孩子有哪些收获，这些都会交给我们的春姐和米多姐来给大家讲，讲完之后大千老师也会来补充。

让孩子走出钢筋水泥，在自然里野蛮其体魄，文明其精神，把孩子们放出来，让他们在夏令营脱胎换骨。我们的夏令营有什么样的魔力呢？一会儿我会把舞台交给春姐跟米多姐，让大家听一听我们的夏令营到底有什么样的课程？夏令营可以帮助孩子有哪些收获？让大家好好认识一下我们的夏令营。

我也很期待今年的夏令营的项目，我再给大家重新介绍一下咱们的夏令营今年有两期，第一期的时间是7月7号到7月26号，第二期的时间是7月29号到8月17号。

那么我们今年的主题是什么呢？就是希望孩子能够跳出原来的钢筋水泥，能够走进自然。在这个野蛮的自然当中强健体魄，文明精神，把孩子放出笼子，让他在夏令营脱胎换骨。那夏令营有什么样的魔力呢？请春姐、米多姐来给大家介绍我们的夏令营。

米多：先自我介绍一下，我是米多，也是咱们得明育儿的负责人。今天晚上由我和春春来给大家讲一下咱们得明育儿的理念，以及咱们夏令营的一个整体架构。

首先我整体的介绍一下得明育儿，得明育儿的创始人是咱们人见人爱花见花开的大千老师。因为老师当时接触很多患者都是一些宝妈，所以大千老师一直是非常关注孩子的成长。

我记得是在2020年左右，因为疫情期间，当时很多大人、孩子都窝在家里，大千老师就提出一个口号，搞了一个活动，叫红脸蛋遛娃计划，倡导大家把孩子的脸蛋遛红，让脸蛋红透，红得更持久。

当时搞了这么一个活动，大家都是在线上活动，每个妈妈都在家里带着孩子遛娃。效果就非常的好。所以很多家长们就提出一个建议，希望能够利用孩子的假期，把孩子组织起来，统一的进行一个训练，这样效果会更好。

所以2021年的五一劳动节，咱们就举办了咱们第一届育儿营，一个春令营，虽然为期五天，但是效果也是非常的好。然后一直到今年2025年的夏令营，咱们举办了七届了，今年第七届了。

春春：我儿子是五年级开始参加到现在，现在是初三了，一年没落。

米多：我们是从六年级开始参加，暑假后就是高二了，我们俩的孩子都是从开始到现在一届也没有落的。

春春：临沭有一期春令营，两年夏令营，西安有一届夏令营，廊坊办过一次春令营，两次夏令营，加一次冬令营，这次应该是九届。米多：对，咱们已经举办第九届了，所以在这个过程中我们也形成了自己的一些理念，而且坚定了我们育儿的一些理念。

另外大千老师也提出了一个育儿核心的指导思想，大千老师提出一个口号，就是培养孩子的核心竞争力。我想问一下，大家认为是孩子的身心健康是第一位的？扣1，还是咱们的孩子学习是第一位的？扣2。

春春：应该没有扣2的，都知道身体重要，但是有时候没有方法，知道身体重要，但是在身体没有发生大的问题的时候，就跟人没有失去健康的时候，他不会认为健康多么重要，有空气，你也不觉得空气多么重要是吧？其实是没有感觉的。

米多：六岁的娃也知道健康最重要。因为咱们都知道，你首先要保证基本盘的稳定，健康相当于咱们之前说的1，是咱们幸福人生的一个基本盘，你先保证基本盘重要的，后面才是锦上添花的一些事情，学习、才艺等等。但是为什么现在很多妈妈在养育孩子的过程中走着走着就忘了自己的初心了，把更多的时间用来卷学习，卷才艺，为什么呀？因为社会大环境的影响力实在是太大了，把咱们卷在这个漩涡当中，咱们有的时候就很难分辨，所以走着走着就让孩子走进了一个笼子里边。

所以今年老师提出了一个非常接地气，相当于揭开这个残酷现实的一个口号，叫把孩子从笼子里放出来。大家觉得孩子有哪些笼子？

春春：你们觉得哪些笼子都在无形中框着我们的孩子，可以说一下你们认认识到的，楼房，这是有形的，最有形的一些东西，其实无形的更可怕，防不胜防，写不完的作业，电子游戏。其实大多数人都意识不到有一个非常重要的笼子，尤其现代父母难以跳出的一个笼子，就是孩子来自于父母无限的关爱，你们会觉得这是一个笼子吗？

米多：对，家长的关爱，无限的关爱，无限的担心，无限的期望。一说这个我就觉得心情有点沉重，其实咱们孩子的笼子太多了，那学习的压力是不是笼子？刚才咱们小伙伙说了很多，教室是笼子，楼房是笼子，作业是笼子，电子游戏是笼子，家长的期望是笼子，那么咱们学习的压力，升学的压力，还有学校现在对孩子这种环境近乎变态的压榨，是不是笼子，每个家长望子成龙，望女成凤，这种给孩子投射的压力也是笼子。

所以之前大千老师说过说一个在参天大树下庇护的小树苗能不能长成参天？不可能是不是？因为家长的庇护太多，给孩子保护太多，指导太多，管教太多，所以导致孩子很难成长成自己。

所以咱们今年的口号就是要把孩子从笼子里放出来，那怎么放出来，很简单，就是把孩子投放到大自然环境当中去，让孩子生活在一个集体环境中。哪里有这种好的自然环境，大千老师专门给孩子打造了一个得明果园，得明民宿，春春，你对得明果园更了解，你来给大家介绍一下，得明果园是什么样的一个乐园。

春春：我觉得果园不只是老师给我们得二代为了假期给孩子有一个去处，有一个带大家能够去锻炼起来，或者练起来的一个地方。

还有一个就是我们得明的另一个家觉，我觉得可以这样去理解，大家到那个地方，其实是完全活出了另外一种状态。

咱们果园是一个占地一百亩的果园，非常大，空间也非常大，还有一个非常大的民宿，四排大平房大院，现在基本上所有的城市人都被举到了楼上，很难有这样的平房大院，集体生活，一个房间住十来个人，住多个人，大家在一个屋里，集体生活太可匮乏了。

我觉得现在真正的学在一起，吃在一起，住在一起的这种非常非常难。民宿除了非常的平，并且每一排屋前空间都非常的大。你出了门就感觉心很敞开的一个感觉。

是在廊坊的一个边上，它既挨着城市，又在城市的边上，从民宿你去瞅的时候，其实你是瞅不到高楼的，从果园是可以瞅到它的边上有高楼，但是整体往另外一边隆福寺那边瞅的时候，就是广阔的天地，感觉非常美好。

刚才说怎么跳出笼子，那跳出笼子得跳到哪儿去？目前来说，暑期我感觉最适合孩子真正去打开自己的一个地方，就是咱们的得明民宿和得明果园，有土、有水、有鹅、有鸭、有小猪、有兔兔、有猫猫、狗狗。所有你觉得大自然中应该有的东西在那都有，有各种果树。

米多：对，孩子们都是非常的喜欢。因为咱们现在孩子们，如果让他接触真实的过集体生活，接触真实的一个社会。因为现在很多孩子都是在父母的庇护下，他不了解真实的社会是什么样的，但是集体的生活是可以让他知道的。所以把孩子放到这个环境当中去。孩子们就会慢慢的能把他的天性释放出来，把他的野性释放出来，让他的身心慢慢的活起来，灵活起来，让他的健康起来。

夏令营都是接触大自然接触泥土，所以在这里也就提醒一下小伙伴，如果说你非常在乎环境，要求有塑胶跑道，要求非常现代化，要求非常的整洁，可能我们就需要劝退了。第一是我们给想了解的家长介绍一下；第二是如果说非常在乎的一个环境，觉得现代化更好的话，咱们可能就需要劝退一些小伙伴。

今天晚上是咱们夏令营的一个宣讲会。那么咱们到底怎样让孩子身心更健康，让孩子释放天性，释放野性，现在很多孩子面色都是土黄色的，稍微年纪高一点的孩子，眼睛里已经没有光了。那怎么改变这种环境，咱们夏令营就专门为孩子打造了一套适合他们自己的一些锻炼项目。下面由春春给大家介绍一下夏令营有哪些项目？为什么设置这些项目？

春春：我说一下，咱们除了有这样一个环境之外，因为环境如果努力去找，都能够去找到那么一个环境。但是能够像得明这样子去把整个的项目设计的这么具有得明特色的，我觉得全国不一定能找到第二家，首先说一下得明是依据气学中医，气学文化，它是建立的气血文化以及古中医的这些文化的基础上而来的。

咱们的每一条线，不管是得明中医，还是得明健身，还是得明育儿，所有的抓手都是基于要让孩子身心变得更好，除了让大家身心变得更好，他有一套成系统的方法，大家都知道咱们是有理论的，得明健身有理论，气学中医有理论，所有的点都有强大的理论基础在支撑的。

那么说到了咱们给孩子们编排的这一套真正能为孩子在20天到40天一个时间段内，让孩子的身体上个台阶。是基于咱们所有的这些理论基础下而来的一些内容。

比如刚才米多说到的得明十项，可能有很多内容不止有十项。但是每一项的内容都是基于让孩子的肉身去打开的这样一个过程，肉身的经脉打开的这样一个前提，比如咱们的训练里有针对开跨的，大家学了中医的，学了得明文化的人都知道，胯是人体的一个发动机，你所有的能量来源来自于你的小腹，来自于我们的胯部，底层它是根，是基础，那么胯如果不开，你很难有足够的或者源源不断的能量来供你去用。

所以得明健身讲究开四关，训练四关，活四关，拉四关，那么我们少儿的训练项目也一样如此，我们包含了开胯、开肩的，那么胯说是人体的第一个心脏。那么第二个心脏肯定就是心肺了，心肺区，它是一个源源不断要在全身去不断泵血的一个地方。现在孩子整体这两个点可能都会弱，他没有专门的机会，或者没有这样的环境，让他从小把肩胯给弄开，很难有。

所以咱们设计跑的内容非常多，从日常训练中，早上起来，首先要有早上的一个训练，然后有短跑，有长跑，越野跑，或者在各种崎岖不平的道路上。大家知道之前有自行车像波浪一样的这种赛道，让孩子去跑，所有的目的都是把下面的胯部、腿部练脸活、练壮。还有长跑，基于耐力的，长跑、短跑以及各种的环境，不同的越野的跑，都是基于把孩子的跨部练开。

所有的项目包含了个人的和团队的，刚才说到了集体生活很重要，为什么这有这样一个大院让大家来集体生活，现在孩子最可怜的就是没有伴，让他去体会人和人之间的协作，他怎么去体会，他连个伴都没有，他怎么去体会。

那么在咱们所有的项目，刚才米多也没有说，孩子们来了以后就给分部落了，分宿舍，集体生活的两点，一个就是集体宿舍；第二个点就是集体训练过程的部落，十个人一个部落，十多个人一个部落，一个部落就是一个团队，咱们会有团队赛，整个部落它就牵扯协调，怎么去打赢这一场仗，因为中期、末期都会有比赛，这是很重要的一个点。

日常中我罗列了一下，跑非常多，晨练以及上午的训练都有跑，那么跑有跨步步拉大步跑、高抬跑、侧步跑等等，包括球类的，足球等等，这些都包含在里。

比如说到了开肩，一定要让肩上有担当啊，铁肩担道义，你让孩子有能挑一件事儿，他肩膀上没有力量，他怎么去挑，所以肩部把肩练开，心肺练开。那么孩子他才有往前冲的劲头，他才愿意往前冲，他有心气，肺呀，他才有决策，他才能有积极的，向上的，阳光的这些内容。他有担当，铁肩担道义。所以肩部的训练也是必不可少的。

比如说每天训练中都包含的吊杠，你们在日常中也可以多带孩子去去练吊杠，球类的，篮球、投掷，这个投掷也非常好解淤，咱们那时候在健身训练的时候，老师让大家扔石头，解淤、散淤大招。肩膀上扛包。

米多：夏令营群里发了一个圆圆骑自行车道和长度，高低不平的坡，咱们和塑胶跑道完全不一样的一个理念，让孩子到这种高低不平的地方在跑。

春春：另外一个我说的很重要的，包括日常中读书会也给大家强调的很重要的一个点，力量，现在很多的孩子都像面条，要不然就胖，他也是没有力量的，鲜少有孩子是结实壮的，男孩子腰部没有力量，肩上没有力量，手无缚鸡之力。不是孩子不想有力量，是实在没有机会去让他们拥有力量。所以咱们在整个的得明十项训练过程中，非常注重孩子的力量训练，咱们必不可少的一个项目，就是拔河，既体验你胯部的撑住的力量，同时体验你肩部能够拉动的力量，包括你的握力，它是一个非常综合的力量训练的项目。

还有我刚才说到的扛包，你不扛东西跑，和你真正的扛上一个东西去跑，那感觉是不一样的。咱们整个的训练过程中，力量训练融入在整个训练过程，还有一些投掷，拿轮胎投掷出去。

整个人体的后背是足太阳膀胱经，我们人体最大的一个阳经。你想好阳经必须有力，必须张开，现在大多数人腰塌、背溜、肩落，肩膀撑不住，背还往后靠，整个的阳经都是一个软弱无力的状态。所以说必不可少的往上去投掷，通过后背肩力量，把东西扔出去，这也是一个非常好的一个训练，你们日常也可以带孩子去做，这是力量。

我说到的第三点，那么在这三点的基础上，一般会有一个综合性的，既体现了大家肩部的力量，胯部的力量，并且综合耐力的，比如说铁人三项，

扛着包跑，完了后跳跃，完了以后翻越高台，然后跨过壕沟，爬坡溜下来，扛着包再回去，整个这样一个过程对孩子体能的爬升，那简直是无敌的。这个项目是从前年的冬令营做了一次，效果非常好。

当时有一个小孩子我印象特别深，比较瘦，有哮喘，他刚来的时候，他妈不敢让他跑，铁人三项他妈是想都没敢想他能够把这个做下来，她认为孩子跑不下，结果经过前期的训练，到铁人三项的时候，真的是太惊艳了，整个训练过程中，后期我不知道整个问题就解了，他整个人的打开过程非常的好。咱们把这些现有的综合起来的一个结合项目，这是非常出彩的。

米多：发了一个关于中下焦练习的一个小视频，跑、高抬、踢足球。

春春：我给大家再说一下，非常重要的一个项目，在十项里就是经脉拉伸课，这是年年必不可少的。整个的过程中在这样一个开放的环境里，孩子身心处于一个张开的状态的过程中，我们必通过得明健身的经脉拉伸，让孩子的身心进一步打开脉，经脉进一步通顺，经脉变得更加粗壮，整个人像花儿一样往开去长。

整个的训练过程中会不断的加入比赛，有一个中期，还有一个末期的比赛，比赛的目的是什么？就是让孩子具有竞争力，你们会发现只要一比赛，所有的孩子就好比打了鸡血一般，他们的状态完全不用提供任何东西去激发，一下子被点燃，尤其是团队比赛的时候，每一个人都在为团队取得成绩而，那个拼搏的劲每次看视频，以及在比赛现场的时候，我都是激动的心情，真是难以言喻，家长们基本上都是充当啦啦队的角色，太鼓舞人了。从那种状态里我们看到了祖国的未来，真的一点都不夸张，我们看到了希望。

米多：大千老师每次看孩子尽情的玩耍，尽情释放的时候，他就会非常的开心。

春春：十项我基本上给大家都说了，所有的目的就是让孩子从肉体上打开，让他肉体变得强壮，让他整个的经脉打开、顺畅。到时候我们还会继续的去把内容进行升级，我们每年都会对所有的训练项目进行不断的升级。

米多：咱们每年第一阶段是干什么？咱们的锻炼是有顺序的，先开跨再开肩。咱们针对这些问题，再做一些动作的或者一些活动的一个调整，今年一些新的设计已经在开始始酿酿。前段时间老师买了很多古装戏的装备，可能今年也会加入里边，让孩子们在锻炼中有更多的乐趣。

春春：还有得明独有的一个项目就叫狮子吼，他其实是一个张开状态。现在很多弱一点的孩子声音比较小，声音小一个是孩子整个心肺弱，气道细，再一个就是长期环境的压制。我们这个环境基本上不能大声说话，电梯里能大声说话吗？公交车能大声说话吗？地铁能大声说话吗？教室更不让你大声说话，大声喧哗几乎到了一个整个城市都在阻挡的状态，但是没有大声气怎么出来呢？如何让上焦这个气往外冲呢？他有的一些情绪如何发出来呢？他是不是都压进去了，所以老师特意安排的狮子吼，狮子吼基本上都是以传统经典，然后带着给大家大声的放开的，气脉张开的一个状态上，把肩端起，心肺打开这样一种状态上带大家去进行狮子喉。

比如说我们带大家读道德经中医相关的，跟咱们文化相关的一些内容。很多孩子刚开始是喊不出来的，看似大声说话很简单，其实不光是孩子，大人你说大点声，他大不了，他就那么点声。

米多：声音听上去比较大，但那声音是夹着的，气道是不通畅的，

春春：包括很多孩子刚开始会出现嗓子哑的问题，他从来没有这样喊过，他一喊就哑了。包括我最初刚到果园的时候，我也是这样，我哑了有一年多，经过不断的去喊，然后开了，再也不出现说很多话，不断大声说话的情况下会哑了，没有哑了，相当于整个气脉这一块相对来说通开一些，冲开气道，有自信的人声音它是不可能蚊子声的。

你看真正在社会上混得好的，并且有自信心满满的人，他嗓音很不一样的。所以说这个过程也是给孩子建立自信的一个过程。同时让孩子在日常在家里或在学校里头积压已久的一些负面的情绪，让他通过狮子吼、大声朗读、大声去喊出来的过程，让他们释放这些负面的情绪。帮助孩子把卷曲的一个状态让他张开，狮子吼是得明独有的一个内容非常重要的内容。米多你说一下部落活动。

米多：狮子吼实际上也是经脉健身的一种，得明经脉健身这个理念指导下的一种，让孩子经脉打开。我说一下部落活动，部落活动是大千老师想让孩子更真实的了解社会，让孩子更充分的有社会实践活动而举行的一个活动，每个部落老师都起了一个非常有文化气息的一个名字，分四个部落：青龙、白虎、朱雀、玄武，一个部落他们会做一些平时在家庭，在学校所接触不到的事情。

例如我们果园有很多经营的小项目，他们会有套圈，会卖一些饮料，另外孩子们会做煎蛋，做爆米花。例如今年老师提出来，因为在廊坊有自己的诊所，可以让孩子们分部落去去诊所抓药认药，这个在家庭当中是绝对接触不到的，在抓药、认药的过程中，他可能也会听大夫在讲一些基本常见病的一些介绍呀，一些诊治等等。烧烤，孩子们可以去做一个小小的服务员，这些都是对孩子一个锻炼。

另外部落活动的时候，我们是真金白银的给孩子去经营，每个部落每天挣多少钱，除去本钱后，利润是进入他们的腰包，他们就会是一种实战，挣了多少钱，最后比较有钱的部落，他们还会买一些小礼物给自己的成员，这个都是非常好的一个活动。

春春：其实我觉得部落活动，一个就是米多刚说到的让孩子真切的去融入社会，现在孩子其实被保护的太好了，接触社会太晚了，等到他真正的去接触社会的时候，可能会碰到很多的问题。在前期他是没有机会去了解的，孩子到了初中左右，他了解社会是非常有必要的一个内容，了解社会，接触社会。

那么咱们刚才说到了，首先我们是从肉体上打开孩子。那么接下来部落活动，我觉得非常重要的一个点，它是一个一阴一阳，比如说咱们把强壮体魄作为阳，那么这时候阴，他真正的去实践、实操发动他的脑子、小脑瓜，那么我们相当于是既要有强壮的体魄，也要有聪

慧的脑子，所以说咱们的部落不至于让孩子成天一整天都在训练，这样的过程就相当于白天黑夜都是白天了，他没有让孩子去做完的一个过程，让孩子激发自我的一个过程。这个就是体现在老师的阴阳文化里。所以说部落活动就相当于是我们的阴，是让孩子的脑力去激发的一个过程。

咱们有个百亩的果园，外头也有很多资源，会把这些资源充分的给了孩子，让孩子有一片自己的领地。老师说过三权，三权中有一个非常重要的权就是领地权。那么我们每一个部落都会给大家一块领地，这个领地上所有产的都归你们。你们可以拿着你的资源跟别的部落交换，到外部人员去销售出去等等。比如我们有动物区，果蔬区。

米多：孩子们可以去卖李子啊，去撸猫、撸兔，他们赚的钱都是自己的。

春春：包括烧烤区，前台区，所有的这些区域里能经营的活动都归孩子们管，收入也归他们，咱有虚拟货币，有积分，都会转换成积分，都可以当钱去用，最后结营的时候会让大家潇洒一把。

今年因为咱们有诊所了，并且既然我们是基于中医在做这个事情，很重要的一个点，从小要给孩子们种下传统文化的种子，种下中医的种子，我们首先会带孩子们在园区去找草药。

其实很多小时候的草我都知道，但是没有跟老师上中医课之前，我只知道它是个草，我并不知道它是什么中药，有一个叫生地黄，非常好的一个药，以前我不知道它是生地黄，后来上了课以后，我知道这个就是生地黄。

那么我们就要带着孩子去园区，他们能看见的地方，因为现在草全长起来了，带孩子去找草药，利用DeepSeek和豆包去找，这个是什么草药，它在图片长什么样？它在现实中长什么样。

所有能真正进入脑子的东西，就现实中去看到摸到，真正的植入眼睛里，而且是现实，我的感觉里非常重要的一点啊，这是一个，就是带大家认药，采药，了解药性。

还有很重要的很多药物可能不一定果园有，那怎么办呢？带孩子去诊所，诊所药多，去抓药，认药，给大家讲解重要的一些跟我们生活息息相关的一些药物，药性，麻黄是干什么的，桂枝长什么样，什么样的桂枝叫好桂枝，这是咱们今年可能部落活动会增加的一个点。

最后我说一个点，咱们会带孩子走出果园，比如去年是野河游泳独有的吧。水、土，孩子们完全抵挡不了这种诱惑的，那到水里之前不打算下的都扑腾扑腾，那水温刚好被太阳晒得热乎乎的，温温的，热热的。

米多：有很多女生，她们很爱干净的，说不下去，只看看的，结果到那里就忍不住下水了。

春春：包括带孩子们去徒步到一个远一点，陌生的地方，大家去玩，环境再好也需要换，有新鲜感。这也是我们部落活动的内容。

米多：今年还有一个更大胆的设想，但是还没有定下来，先和大家透露一下，到时候再和各位家长们商量，老师非常想带着孩子们到海边去玩一玩。

老师又到南戴河海边了，老师今年是第二次去了，他非常想带着咱们的孩子去。

**师：南戴河是南边，属于昌黎，他又开发了黄金海岸。**

**原先咱们口号叫点亮孩子，铸就未来，然后临时改成了“把孩子从笼子里放出来”，刚才你们也说了，我感觉我们的孩子太苦了，无论是在学校在家里或者自我封闭，我感觉孩子太苦，我感觉全世界的孩子都这样，除了战乱的或者是吃不上饭的地方，我感觉我们的孩子确实太难了，说难听点，就像坐监牢狱一样，从小学一年级一直做到高中毕业，甚至大学。**

**所以咱们坚定的办了九届了夏令营，为啥一定要做夏令营，我们想尽办法让孩子从这个笼子里能出来，能享受阳光自然，真正在土地上奔跑，能够吹吹海风。**

**我们国内孩子的自杀率特别高，我查过相关资料，好像占整体的自杀比，三分之一都是孩子，都是青年人，这不可想象，这事儿不可想象，你们可以搜，我特别惊讶这个，年轻人青少年自杀的特别多，我们作为家长是孩子第一监护人，我感觉难辞其咎，你无论以任何借口，高考也好，社会现实也好，你望子成龙也好，你让孩子活得不幸福。我觉得就是父母的问题。**

**我看了这么多孩子，咱们办了这么多夏令营，我觉得咱们的孩子都是好孩子，不好的是家长，你也别说学校了，学校我们控制不了，但是说你对孩子是可以控制的，你可以改变。**

**我看抖音一个专家说呀，你一定要跟学校唱反调。你知道啥意思了吗？不要成为学校的帮凶，你们是孩子的第一避风港，如果你也跟学校一起逼孩子，孩子有没有活路？**

**妈妈说，那孩子成绩不好，妈妈到学校给孩子两耳光，孩子顺栏杆就跳下去了，好像一年之后，那个妈妈也自杀了。**

米多：老师立马戳到这个社会的痛处了，感觉心情立马沉重起来了。

**师：对呀，我觉得你们一定要站在学校的反面，成为孩子的避风港，不要再逼孩子，提供一个极其放松的，能够让孩子从笼子里跳出来的地方。**

**很多外边办的夏令营，我感觉特别不满，你们知道为啥吗？不是带孩子放松，要么高大上，就走马观花这儿看，那儿看看，拉着孩子牵着孩子象拖死狗一样这看看那看看，给妈妈爸爸一个交代，而不是给孩子一个交代，就说白了就打卡。**

**军训那个夏令营啊，还要孩子去站军姿，服从口令。我感觉这对孩子都是残害，你们真正的倾听过孩子的声音没有？没有，孩子喜欢什么，不喜欢什么，你们知道不知道？我觉得80%的家长都不知道，只是你以为的，你觉得对孩子好，孩子不一定认同，然后你就责怪孩子。**

米多：我觉得老师一说就直击痛处，刀刀见血，真的就是社会的一个现实。为什么提出把孩子从笼子里放出来？因为我这边是刚刚监考完高考，我感觉那些高中生真的是太苦了，眼里有光，心中有爱，这真是一个非常奢侈的想法，身上有汗更不太现实。

**师：我跟你们说几点，咱们的夏令营跟外边截然不同，而且你们很多人第一次接触咱们夏令营，你会水土不服，老师带着大家有一套教育孩子理念，你看我家孩子变化多大呀，变化非常大，那有人说那你之前怎么整的呀？之前我管不了，都是她妈带，都是学校带，差不多把孩子带废了，我通过斗争，掌握了孩子的主导权，这孩子才好起来，完全发生天翻地覆的变化。**

**你一定给孩子时间，孩子自己就能长成，向爹妈完全想象不到的好方面走，老师通过这么多年夏令营，咱们这么多会员的孩子，都发生翻天覆地的变化，老师的孩子也发生翻天覆地的变化，这个具体原理是什么，咱慢慢聊，你们也不可能初期就能完全理解，但是你要相信老师，我也是把孩子投到了这里面，包括夏令营。**

米多：老师第一时间抢了两个名额，一期和二期全都抢到。

**师：我看你们带孩子的方式，尤其很多家长带着孩子来到夏令营，我就看那些爹妈，我觉得你们都不合格，特别不合格，可以说你们就把孩子害了。**

**举一个简单的例子，你唯恐孩子从你的视线中消失，天天盯着孩子，孩子有一点委屈，受一点伤你就歇斯底里了，你就责怪夏令营，责怪我们的教练，甚至把孩子搂在怀里，跟世界为敌。**

**说的有点夸张了，你们真的就是，女子本弱为母则强，但是很多时候你们做过了，你们有把孩子抱在怀里与世界为敌的勇气，但是你们没有把孩子培养成才的智慧。**

**孩子现在被你们呵护备至，你们就害了孩子，孩子长大之后必然要脱离父母，奔向社会，你们给孩子奔向社会的准备了吗？绝大多数都没有，就像前几年那个弑母案，看了吧？判死刑了吧？你们就应该去反思。**

**你看那个小动物，孩子稍微长大，爹妈就不管他，而你们却紧紧的抓住了孩子。包括这次来夏令营，我都不建议你们爹妈过度的去接触孩子。有一个家长昨天说，他说哎呀，我什么都不怕，就怕孩子从高处坠下来。我觉得都太可笑了。**

**还有被猫挠了之后简直就疯了，一定要打疫苗。还有孩子被欺负，稍微被欺负，那妈妈就歇斯底里了，就疯了一样嗷嗷喊叫，你们觉得对吗？你最后整来整去就变成弑母案。擦破皮儿也心疼，崴了脚也心疼，那爹妈简直疯了一样，觉得天大的事情。**

**你的孩子长不了，长不起来呀，这孩子不自信，孩子不幸福，我跟你说，都是你的问题，都是父母的问题，尤其是母亲。**

**咱们夏令营的特色，得明十项，狮子吼和部落经营都说了，那就不重复，反正我就是责怪你们，老师确实责怪你们，你们不会养。**

（问：要带作业吗？）

米多：看孩子自律能力，在这种环境下要不要做，我觉得最好是集中回家做，夏令营期间可以不带，孩子想带，可以。

（问：住宿问题）

**师：家长可以住附近酒店，十分钟车程。孩子单独住。孩子如果太小的，可以跟你一起住酒店，原则上不让家长在果园民宿住。如果说太小的或者有特殊情况的，你可以晚上让孩子不住民宿，直接跟你一起住酒店。**

（问：孩子们单独住，晚上不知道盖被子。）

**师：这你不用担心，每一个宿舍都有一个宿管员。眼不见心不烦，妈妈离开之后你的孩子就不担心了，最怕就是妈妈让孩子在自己的眼皮底下，这爹妈太辛苦，。**

（问：走路十分钟，还是车程十分钟）

答：车程十分钟。

米多：去年有一个妈妈，她一百块钱二十天租了一个小电瓶车，我觉得还挺方便的。

**师：嗯，这附近宾馆有的是，好的不好的都有。从八十块钱到二百多都有，五六十的都行。你们家长可以来民宿，但不要住在民宿，也可以去果园儿，但是不建议过多的参与。**

米多：不要围观，可以去果园自己溜一溜，咱们家长可以跟着一起锻炼，就是做自己，不要以孩子为中心。

（问：租电瓶车方便吗？）

**师：可以租电瓶车。那有共享单车，你天天骑共享单车就行了，十五分钟差不多就骑过来了，你整一个包月卡，花不了几个钱，共享单车、电动单车都行。**

（问：几个孩子一个房间？）

**师：十个孩子一个大空间，没有上下铺，都是单床，空间足够大，你放心吧，不像有的挤挤巴巴的一个十平米的小屋，咱们房间都很宽敞的。**

（问：找不到共享单车。）

**师：今年廊坊全开放了，前两年是管制，没有共享单车，现在都是共享单车。你放心吧，现在都有。**

米多：咱们家长可以在民宿吃饭，住宿不建议。因为晚上给孩子一个空间，但是如果说吃饭不方便，可以在民宿这边吃饭，到时候交一天五十块钱的伙食费就可以。夏令营伙食费是每天五十块钱的。

**师：明天会针对得明十项，住宿，狮子吼，部落经营再进行细致答疑，然后孩子会有什么变化，会有什么翻病，在果园的注意事项，孩子打架斗殴，擦伤碰伤，被猫狗挠咬，明天统一的答疑。**

**被小动物抓伤挠伤是不可避免的，我可跟你们说清楚，有的打了疫苗，有的没有打疫苗，比如说兔子怎么打疫苗？没法打，如果兔子蹬你一下，划你一下，你也打疫苗，你愿意打就打，反正咱们给孩子上了保险。**

米多：只要你提供保险公司需要的那些证明，这边就有报销。

**师：但是我感觉你们不要过度紧张，咱们这边的孩子，包括我被狗咬一口，被猫挠一下，被兔子蹬一下，这是很正常的事情。这个有啥，这个狂犬病我感觉是过度了，你们要是实在不放心，你们就打去，我被猫挠过多少次，我现在也没有发什么病呀，我喝水也不这样，这个概率比你上街被撞着的概率低太多，难道你怕被车撞，你都不出门了吗？被大孩子欺负，女孩子被男孩子欺负很正常，欺负欺负就成为好朋友了，知道吗？**

米多：说一个得明特有的吵架方式，如果两个孩子吵架，我们不会说，别吵了，别吵了，哥哥让弟弟。咱们会给孩子说，你吵出来，你喊出来，你释放出来，咱们会这样哈，大家要知道，

**师：如果说还不行的话，块儿头差不多年龄的就让他摔一跤。**

**我们会用这种方式决出胜负来，不会让孩子让一让忍一忍，不会这样啊。**

**反正最后一句话说，我很自信负责的跟大家说，这个孩子能参加一次得明的夏令营，不管是20还是两期40天的，都是童年稀有难得的对孩子的身体的改变，改善和性格的养成有至关重要的作用。**

**这话就说到这儿，外边什么感统训练这一堆东西，我跟你说，low爆了。你把孩子释放出来，放在自然的环境，放在孩子的群体，然后再辅以咱们专业的得明十项的训练，你家孩子一下就长起来，长得宽宽大大，整个的面相都会发生改变，男的长得帅女的长得靓，整个的身形都调顺了，性格变好，变得自信，阳光，变得顺溜。**

**外边的吹的那些东西，我跟你说，在得明这东西有必要吹吗？本身就是这么回事儿，你就参加一次得明夏令营就知道了。**

**咱们晨曦就感慨，通过咱们小鸡的笼养和放养，就看出了巨大的变化，就在这个养娃上，你把孩子从笼子里放出来，孩子一下就长起来。咱们放在笼子里头的小鸡长得就慢，放出来长得就快，一下子窜起来，而且死亡率极低，你放在笼子里啊，它经常死给你看。**

**但是你一放出来，那鸡啊都活蹦乱跳，什么心理疏导，什么抗抑郁治疗，感统训练，我跟你们说，都没必要，什么心理疏导？你孩子需要心理疏导？你放到自然环境中，马上心理就正常，就这么简单，还有反射整合，这些名词都跟西方人学的。我跟你说，老祖宗的东西都是好的，你这数典忘祖啊。晨曦上来说两句吧！**

晨曦：我可能是个特例吧，我觉得我能量太低了，我带不动娃，所以就放在果园里面快一年了，确实孩子变化特别大。我自己本来也不太理解得明的理念，在这边待了很长时间，到现在我觉得才是感受越来越深，因为老师也不会讲太多太深奥的东西给你听，但是你如果说在这个环境里面慢慢去感受的话，你就会知道这里其实他的这个理念是很深刻的。

之前我们刚来到果园的时候，他全身都很累，腿发软，我们民宿走果园大概也就十几分钟的样子，他走到果园就直接累的完全不想动了。当时还是为了来上夏令营的，后来我知道夏令营有体育比赛，我特别担心，每天都找教练去诉说我的担心。我说我们孩子连走路都觉得累，还要让他跑吗？可是20天的夏令营到了后期的时候，我真的很惊讶，800米的长跑，我们孩子真的坚持下来了，全程坚持下来了。

20天之后，他的整个情况发生了很大的变化，比如他的胃口好多了，以前完全没有胃口，身体也比以前有劲多了，回家以后，我们家里老人也发现了他的改变。所以夏令营结束以后，到了九月份，我就又让他来这边学堂。

主持人：这个变化很大的，谢谢晨曦的分享。好，拜拜。