

《给我一颗原始星球》 / 《三修》

目录

序.....	9
第一部分 人类三段论.....	13
1.原始阶段、混乱阶段、天下大同阶段的横向三段图.....	13
1.1 原始阶段为真.....	14
1.2 混乱阶段为假.....	14
1.3 天下大同阶段为借假修真.....	16
1.4 五个时代理论.....	18
2.宇宙世界、人类世界、个人世界的纵向三层图.....	20
第一章. 原始阶段（天道）.....	21
1.混沌一体.....	22
2.天道=无.....	23
2.1 无情.....	23
2.2 无聊.....	24
2.3 无常.....	26
2.4 无相.....	26
2.5 无为.....	27
2.6 无我.....	29
2.7 无念.....	30
2.8 无住.....	31
2.9 无言.....	31
2.10 无亲.....	31
3.生命本质.....	33
4.众生不苦不享受.....	33
4.1 众生不苦.....	33
4.2 众生不享受.....	34
5.能量 频率 振动 波.....	34
5.1 宇宙不会放弃任何东西.....	34
5.2 相互关系.....	35
6. 宇宙只运行你的意志.....	36
7. 看不见的决定看得见的.....	37
8.斗争和伤害.....	38
8.1 斗争.....	38
8.2 伤害.....	39
8.3 保持距离.....	40
9.丛林法则.....	40
10. 本自具足.....	41
11.天道=强者思维.....	42
12.至简不变.....	43
12.1 大道至简.....	43

12.2 天道曰恒	43
第二章. 混乱阶段（人道）	44
1. 人类世界发展树状图	44
1.1 幕后	45
1.2 人性（种子）	46
1.3 等级出现	47
1.3.1 灵性、人性、兽性这三性和人类世界的关系图	47
1.3.2 分类管理	48
1.3.3 欲望出现	48
2. 标志、原因、目的	48
2.1 标志：发明了文字	48
2.2 原因：人类自此变得非常危险	49
2.3 两个目的	49
3. 天道和人道图	50
4. 阳谋	50
5. 众生皆苦	50
6. 被驯化成了人	51
7. 不可逆	52
8. 众生相	52
8.1 人性相	52
8.2 文字相	53
8.2.1 破相	53
8.2.2 断相	54
8.2.3 正相	55
8.2.4 无相	56
8.2.5 二元对立诞生	56
8.3 金钱相	59
8.3.1 欲望升级	59
8.3.2 对金钱的欲望诞生了精英主义阶层	60
8.4 爱	62
8.5 政治相、资本相、宗教相	64
8.5.1 精英主义阶层	64
8.5.2 政治	67
8.5.3 资本	68
8.5.4 宗教	70
8.7 我相	74
8.8 人相	75
8.9 亲密关系相	75
8.9.1 父母	76
8.9.1.1 孝道	76
8.9.1.2 叛逆	78
8.9.2 婚姻	78
8.9.3 孩子	83
8.9.4 人际关系	84

8.10 情绪相	85
8.10.1 追求快乐是陷阱	86
8.10.2 恐惧情绪是陷阱	86
8.11 时间相	87
8.11.1 当下	88
8.11.2 债务驱动	90
8.12 生死相	90
8.12.1 活着的意义	91
8.12.2 向死而生	93
8.13 教育相	95
8.13.1 教育目的	95
8.13.2 智慧与知识	97
8.13.3 孩子教育	99
8.13.3.1 三教理论（灵性教育 人性教育 兽性教育）	99
8.13.3.2 务实和务虚	101
8.13.3.3 家风家规家训	105
8.14 医疗相	105
9.管理四步走	107
9.1 植入	107
9.2 奖励	108
9.3 惩罚	108
9.4 激发内驱力	109
10.定期清理	110
10.1 定期清理权力	110
10.2 定期清理金钱	111
10.3 定期清理认知	112
第三章.天下大同阶段（天人合一）	114
1.天时：科技	114
2.地利：悟道级统治阶级	117
3.人和：解放全人类人性	117
第二部分 如何破局（三修）	118
1. 修行的诞生	118
2.修行路线图	119
2.1 修行各阶段	121
2.1.1 普通人	121
2.1.2 觉醒	121
2.1.3 开悟	122
2.1.4 悟后起修	122
2.1.5 得道	122
1. 修行的乱状	124
2.1 只有灵修	124
2.2 新型消费主义陷阱	125
2.3 着了修行的相	126
2.4 动作变形的修行	127

第一章.道之三修	127
1.只修天道	128
2.天道人道都可修但单修	128
3.修天人合一之道	128
第二章.性之三修	130
1.灵修	130
1.1 找自己	130
1.1.1 灵性、人性、兽性	131
1.1.2 我相和人相	131
1.1.3 灵魂与肉体	132
1.1.4 大脑与直觉	133
1.1.5 物质与精神	134
1.1.6 爱自己	140
1.1.6.1 不爱自己的那一刻起，余生的每一分每一秒都是错的	140
1.1.6.2 什么是爱自己	141
1.1.6.3 爱自己的五个方式	141
1.1.6.4 幸福三要素	142
1.1.6.5 只在乎这三样儿	143
1.1.6.6 不爱自己就爱别人要付出的代价	143
1.1.6.7 人人都缺爱，但这个世界没人真正爱你	143
1.1.6.8 自私到了极致就是爱	144
1.1.6.9 为什么必须先爱自己？为什么爱己才能及人？	145
1.1.6.10 自己不牛逼时别随便爱，对别人是一种负担	145
1.1.6.11 别随便对人好	146
1.1.6.12 爱自己是一件事，做事就做到极致	147
1.1.6.13 为了爱自己得罪天下又如何！	148
1.1.6.14 只要对自己不好：别人一定会对你不好	149
1.1.6.15 你的世界充满爱	149
1.1.6.16 爱自己的心态	150
1.1.6.17 这辈子最重要的事是让自己幸福	150
1.1.6.18 爱自己需要一个过程	151
1.1.7 向内求	151
1.1.7.1 什么是向内求？	151
1.1.7.2 显化骗局	152
1.1.7.3 你是自己唯一的敌人	153
1.1.7.4 向内求一直求到本自具足	154
1.1.7.5 不要同情任何人，真正的慈悲是让该发生的事发生	154
1.1.7.6 只管好自己，只管付出	155
1.1.7.7 把命运交给别人，是对自己最大的背叛	156
1.1.7.8 进入社会之前靠别人，进入社会之后靠自己	157
1.1.7.9 不该谢我，最该谢的是你自己	157
1.1.7.10 极度不顺心时务必自救	158
1.1.8 干（提升执行力）	158
1.1.8.1 干，是唯一答案	158

1.1.8.2	先提升认知对普通人是误区	159
1.1.8.3	提高执行力的常规方法	160
1.1.8.4	知行合一	161
1.1.8.5	我在执行力之上	162
1.1.8.6	不要犹豫	163
1.1.8.7	熟悉破万法	163
1.1.8.8	提高执行力案例	165
1.1.8.9	数量是王道	166
1.1.8.10	完美主义	167
1.2	觉察	168
1.3	守静	168
1.4	接触灵性	169
1.4.1	天补	169
1.4.2	地补	169
1.4.3	人补	169
1.	人修	169
2.1	苦难	169
2.1.1	心不死，道不生	170
2.1.2	与苦难共存：躲不掉的苦难	170
2.1.3	没有苦难也要制造苦难	170
2.2.4	与苦难斗争	170
2.2	低欲望	172
2.3	不负债有存款	172
2.3.1	不要负债	172
2.3.2	存钱（守财之道）	173
2.4	长效生存之道（商业思维+生存模式）	174
2.4.1	长效	174
2.4.2	生存	175
2.4.3	赚钱思维	176
2.4.3.1	赚钱的六个本质	176
2.4.3.2	挣钱的四种主要手段	178
2.4.4	如如不动之道	178
2.4.4.1	长青行业	178
2.4.4.2	换工具公式	179
2.4.4.3	换汤不换药公式	179
2.4.4.4	换服务对象：四优势公式	180
2.4.4.5	换地点	180
2.4.4.6	换心态	181
2.4.5	沉淀法则	181
2.4.6	创业	183
2.4.6.1	每个人都有一个创业梦	183
2.4.6.2	创业四大思维：倒卖+手机互联网+轻资产+卧底	184
2.4.6.3	精益创业模型	187
2.4.6.4	合伙投资创业	188

2.4.7 如何做短视频？	189
2.4.7.1 心态	189
2.4.7.2 人设	190
2.4.7.3 流量	191
2.4.7.4 变现	197
2.4.7.5 避坑	198
1. 兽修	198
3.1 失去兽性 失去一切	198
3.2 活动	199
3.3 自学中医	200
3.3.1 颈椎病和精神内耗的关系	201
3.4 性	202
3.4.1 性资源	202
3.4.2 性教育	203
第三章：相之三修	205
1. 破相	205
1. 断相	207
1. 正相	207
第四章.出奇+极端	208
1.人类历史尺度和宇宙尺度法	208
2.参照物法	210
3.觉察法	211
1. 矫枉过正法	212
4.1 不破不立，小破小立，大破大立	212
4.2 极端	213
4.3 极致	214
1. 自我为中心法	214
1. 彻底躺平法	215
第五章.常见内耗概念 破！	216
1.精神内耗 破！	216
1.1 精神内耗是被封印的智慧	217
1.2 惊恐症 破！	217
1.3 抑郁 破！	218
2.伤害 破！	220
2.1 你为什么会被欺负？	221
2.2 伤害往往都是故意的	222
2.3 被人伤害过阴影一直挥不去咋办？	223
2.4 被人故意冤枉怎么办？	224
2.5 被语言伤害时的处理方法	225
2.6 能真正伤害自己的只有自己	226
1. 奉献 破！	227
3.1 爱自己就是奉献	227
3.2 奉献是人道，索取是天道	227
3.3 主人翁意识	228

3.困难/问题/失败 破！	229
3.1 你躲不了，因为无处可躲	230
3.2 一帆风顺不是祝福，是诅咒	230
3.3 我经历 我承担 我成长	231
3.4 所有经历都是人生新陈代谢	232
3.5 犯错 破！	232
3.6 遇到问题的应对方向	233
4.性格 破！	234
5.缺点 破！	234
6.怕孤独 破！	236
7.不合群 破！	236
7.1 能处理好自己跟自己的关系，就能处理好其他关系.....	237
8.被孤立 破！	238
9.社恐 破！	238
10.内疚 破！	239
11.心软 破！	240
12.敏感 破！	240
14. 自卑 破！	242
14.1 自卑是对自己最大的背叛	242
14.2 没什么也不能没自信	243
15.叛逆 破！	244
16.讨好 破！	246
17. 攀比 嫉妒 破！	247
18.算命 破！	248
19.思虑过多 破！	250
20.在意别人的看法 破！	251
21.抱怨 破！	252
22.执着 破！	254
22.1 以拿起来的心态放下，以放下的心态拿起来	254
22.2 什么都不要执着，六个建议	254
22.3 活着就是不断放手的过程	255
22.4 执着的是结果，但结果只是瞬间，过程才几乎是人生的全部.....	256
第三部分 地主思维（精简版）	257
1. 思维简介	257
1.1 名字释义	257
1.2 思维起源	257
1.3 地主思维常见服务行业	257
1.4 地主思维解决的社会问题	258
2.当下的部分经济问题	258
2.1 运营需要绝对细节，创新需要投员工所好	258
3.地主思维的七大底层逻辑+案例分析	260
3.1 免费思维	260
3.2 流量思维	260
3.3 大客户思维	262

3.8 软植入	263
3.4 整合思维	264
3.5 投员工所好	266
3.6 供给侧改革	267
3.7 大代理模式	267
4.地主思维版本+行业+案例解析	268
4.1 地主思维 1.0 版本-圈进来	268
4.1.1 房地产行业+案例分析	268
4.1.2 健身房行业++案例解析	270
4.1.3 高等教育行业+案例解析	271
4.1.4 商场行业+案例解析	272
4.2 地主思维 2.0 版本-走出去	272
4.3 地主思维 3.0 版本-增场地	273
5.通过地主思维可以获得什么?	273
5.1 企业可以获得	273
5.2 员工可以获得	273
5.3 社会可以获得	274
6.创业方向启示	274
6.1 流量公司	274
6.2 实体营销革新	275
6.3 某细分领域线上地主平台	275
6.4 综合性线上地主平台	276
7.地主思维注意事项	276

序

为什么众生皆苦？
为什么家家都有一本难念的经？
为什么普通人难以跨越阶层？
为什么婚姻沦落到如此地步？
为什么即将进入全民抑郁时代？
为什么大多数人都只能是时代产物？
为什么会有三六九等？
为什么人类身体越来越差？
为什么科技越发展反而越累？
为什么这个星球的游戏如此设计？

...

如何破情关？
如何破生死？
如何进行孩子教育？
如何提升执行力？
如何爱自己？
如何实现阶级跃迁？
赚钱有没有公式？
创业能否九生一死？
如何做短视频？
如何放下我执？
如何找回自己？
如何脱离精神内耗？
如何活的幸福又混得不错？
如何真正修行？
如何破苍生之局？

...

特此声明：小说是我的星球游戏，与其他星球无关，如有雷同，纯属巧合

故事背景：

在遥远的未来，地球科技高度发达，此时正在星际开疆拓土，已经拓展到地球上每个人都有可以分发一颗原始星球的地步。

突然发现了其他星际文明，且比地球文明高级很多，也正在宇宙开疆拓土，并向地球控制的宇宙区域实施掠夺和吞并。

掠夺的方式是靠星球文明等级，而不是靠野蛮侵略；星球文明等级越高百姓越幸福，有些低级星球的百姓那么苦，听到高等文明就好比孩子看到玩具一样没抗性，低等星球内部必然土崩瓦解，谁不想脱离苦海？

谁不想获得幸福？如果一个星球靠剥削普罗大众，众生皆苦来维持所谓的假文明，在面对高等文明入侵时，直接不战而屈人之兵，这是智慧的降维打击，根本用不到打仗这种低维的野蛮手法，文明入侵是最高级的侵略手段

被入侵的星球，要承担被抹除原有文明的一切痕迹，需要跟这个星际文明车同轨、书同文、统一度量衡，统一一切概念的结果。

地球文明虽然暂时还不如这个星级文明高级，但怎么着也是上万年来自己的族群一步一个脚印踩出来的，这是地球所有人类的智慧结晶，而且也正在往更好的文明方向努力，可以给地球文明借鉴和学习培训都行，但不能抹除啊，不能接受。必须找到解决之道，来保存人类文明。

此时地球文明发现这个星际文明的子民平均智慧要高于地球的人类平均智慧，地球上的人类智慧整体是被管控的，导致地球人类文明还没有完全发挥，等级低于这个星际文明；同时发现宇宙最高的星球文明是天下大同。这个星际文明虽然高于地球文明，但恰恰还没到天下大同，这就是地球文明的唯一机会。

按照这个星际文明入侵的速度，还有 8000 年左右抵达地球。为了地球人类文明的延续，不能只赌在地球上努力实现天下大同的唯一机会；地球决定给每个人类分发一颗原始星球，发挥每个人的智慧，去改造个人所属的星球，无限实验、无限升级、无限裂变地球文明，以最大的概率，博取人类智慧的整体突破和人类文明数量的指数级增加，以实现天下大同，来求得生机。

此时，若你分到了一颗原始星球，让你从顶层开始设计这个星球世界的游戏，你该如何 play？

分给我的恰恰是一颗类似地球的原始星球，有着一群和我相似的原始生物。

我来到此星球时这些原始生物已经存在了上百万年。

本人喜欢特立独行，要有自己的星球特色，我要这样开始我的星球游戏（为方便读者理解，暂且把我星球的子民也称为人类）

.....

第一：苍生之局我来造，众生皆为棋子！

我的存在是为了这颗星球的子民越来越好，让我的星球子民整体智慧升维至天下大同，让所有人明白：活着的至高哲学是极致真诚的表达自己，天下大同的核心是星球子民

第二：苍生之局里，也就是我的星球上发生的一切，都是设计好的游戏。这就是阳谋，光明正大告诉我的星球子民，这场天下大同的游戏如何设计？为何如此设计？不管如何设计，这就是一场游戏，和地球人类平时打的游戏一样，是假的，所以生存法则的核心是借假修真，别当真别较真。

某些星球在设计时搞成了阴谋，阴谋成不了大事，阴谋不可能带领人类走向天下大同。

第三：把星球的游戏攻略做成体系全部告知，游戏如何通关，要作为我星球子民教育最重要的一环，启蒙的一环。

不分贵贱，没有门内文化门外文化的区分，在我的星球最公平的必须是教育。

而且教育绝不是碎片化的学习，而是系统化体系化。

因为碎片化的知识不但不会提升认知反而降智，碎片化的知识会让人成瘾一直向外求，碎片化的知识治标不治本，碎片化的知识会离散你最重要的东西：**注意力**

第四：整个星球子民拥有共同的目标：天下大同。

整个星球子民拥有共同的目标：天下大同。但是即使这是阳谋，即使把真相把攻略都告知给星球子民，此阳谋无解。还得躬身入局。只有实践出真知，只有在红尘中的经历，尤其是痛苦的经历，才会让每个人醒悟。

第五：苍生之局的顶层设计中必须要引导出来一个重要棋子：精英主义阶层。

只有精致的利己主义者，才会把世界弄成修罗场，众生才能皆苦；众生越苦越容易醒悟激发智慧从而加速走向天下大同，越苦也就是越内耗就没有精力他耗，社会才能在天下大同来临之前稳定有序。

第六：但是精英主义阶层人性的恶深不可测，有可能会在科技加持下，还没天下大同，星球子民就灭亡世界末日了。

我是碳基生命，不可能活到 8000 年后来检验实验成果。

为防止这种情况发生，我做了三件事：

第一件：家族传承。

立家风家规家训，作为幕后家族，潜移默化影响这个世界，传承我的宏大意愿；但是家族有可能会家道中落或者中间哪一代可能不会开悟得道，导致计划不能传承，所以

第二件：书籍传承。

把此事成体系的写成小说《给我一个原始星球》慢慢传承下去，因为这颗星球发展需要经历过程都会以为这是一部科幻小说，就像地球的《易经》这本书蕴含了天地万物的真相和运作规律，但是以玄学算命的形式出现，就不会被当成禁书而在民间流传下去。

因为会触碰被我亲自打造出来的精英主义阶层的利益。

但是书籍传承也有风险：遗失、损坏等，所以

第三件：记忆传承。

自我死之前，把我的记忆冰封到无数个基因里，等到这个星球的科技发展到可以读取到基因里的记忆信息时，并跟人类的记忆信息库混在了一起，并被植入到了做实验的人身上，他醒来后，我回来了

发现已经距离我刚来到这个星球已经有 7900 左右，我星球的子民已经经历了上古时期-远古时期-奴隶时期-封建时期，现在已经到了相当于地球的现代时期，而且我的家族传承已断，书籍遗失，我亲手打造出来的精英主义阶层，还是把苍生之局的阳谋搞成了阴谋，他们不想让普罗大众知道世界的真相，导致星球子民的智慧没有得到充分释放，天下大同进度放缓。

现在我的星球内忧外患，留给星球的时间，不多了！

于是，我奋笔疾书，把《给我一颗原始星球》这本小说重新写了出来，且发现我星球上有个大国的思想传承很像地球上的中国，并发现了星球问题所在，正在极力发展科技和为人民服务，全力冲刺天下大同，跟我几千年的布局不谋而合，加上设计这个世界的这本书再次出现，希望还来得及。

接下来，只要不是为了天下大同的个人、医院、学校、企业、宗教、国家，都会被淘汰。

具体内容如下：

第一部分 人类三段论

1.原始阶段、混乱阶段、天下大同阶段的横向三段图

站在星球整个人类历史尺度上，每个类似我的星球的星球，都会经历原始阶段和混乱阶段，都向往到达天下大同阶段，且没有混乱阶段一定到不了天下大同阶段。

在人类历史尺度上，你的视野是整个人类历史，是几百万年的历史长河。

皇帝、首富、宗教的神，也只是历史长河里个儿大一点的鱼儿而已，上百万年以来，所有人类和动物都死了，包括目前的地球 80 亿人也都会死，星球、宇宙都会走向灭亡，一个都活不了

1.1 原始阶段为真

第一：此阶段从人类诞生开始直到我到来时，已历经上百万年

第二：此阶段的人类一直都不危险，都是正常的

第三：此阶段只有天道，天道尚左，道法自然，和谐共生

第四：天道的存在是为了整个宇宙世界稳定有序

第五：此阶段众生不苦，活着就是活着而已，不会说话不会思考，就是一坨肉，狗肉一样的肉，连苦这个字都没有，苦啥苦；但会像狗一样永远不会醒，因为不经历痛苦不会醒悟；永远也没有享受可言，因为没有科技发展

第六：原始阶段一直是恒定的

1.2 混乱阶段为假

第一：此时这个阶段已距今 7900 年左右

第二：此阶段开始的标志是从发明文字开始说话学会思考

第三：众生皆苦开始。众生能不能不苦？不能，现在不能。这是设计好的苍生之局：众生皆为棋子，一个都跑不了。我整本书就在讲这个，力压天道、人道、天人合一之道的道，道上之道。

第四：自从发明了文字会说话会思考之后，人类就变成了很危险的生物，还不可逆，人类存在了几百万年都很和谐也不危险不恶心不那么贱，现在事情出来了，如果给你一个这样的星球，怎么办？只能一边维稳，一边向前看。即：为了社会稳定有序的同时，努力实现天下大同，这就是设计好的苍生之局总纲，人类世界的一切都是围绕这两点设计。

第五：为了社会稳定有序就得让人类这个危险的生物不危险，怎么不危险呢？众生皆苦，怎么才能苦呢？失去自己，怎么失去自己呢？转移注意力，人类世界的管理就是注意力的掠夺，怎么转移注意力呢？打压你本有的灵性和兽性，驯化出新人性，也就是众生相：文字相、金钱相、亲密关系相、宗教相、政治相、经济相、教育相等等，引导出了二元对立和欲望这俩万恶之源，这俩万恶之源总得有人执行吧，有人执行才能持续实现众生皆苦，这个群体就是精英主义阶层，精致的利己主义者，天然的是普罗大众的对立面，比如有权力、有钱、有认知的人大部分会自然成为这个群体，这个群体的顶端就是千年家族百年家族：财阀、门阀这些黑污泥一样的群体。

第六：所以人道出现，人道尚右。

为了实现天下大同就得让上百万年期间的天道和后来几千年期间人为创造的人道，二者合一，天道人道合一，天人合一。怎么合一呢？把天道的好和人道的好结合；天道期间众生不苦，无工作无思考无内耗的人际关系和概念；人道期间众生开始有享受，且因为苦才开了智慧，众生越苦越会有概率几百年出现那么几个智慧极高的人，心死道生，只有这几个人能加速带领人类实现天下大同，这个群体就是悟道级强者，天然的跟普罗大众统一战线，为人民服务，比如毛泽东、佛陀、老子等白莲花一样的人物。

第七：每个朝代都是最开始奋发图强到盛世，最苦的普罗大众开始变成精英主义群体，这个群体越来越多，顶端的门阀财阀渗透越来越深，普罗大众越来越苦，苦到极致就会出现伟人，伟人出现时也是普罗大众最苦时，然后推到一切重新开始，历史就这样在不断波浪式周期式的滚动中前行，正弦波。没有黑污泥就没还有白莲花，白莲花也一直没有黑污泥多，但白莲花和光同尘。精英主义阶层、悟道级强者，都是苍生之局的棋子，都是为了实现天下大同的必要环节，无关对错。

第八：这个死循环何时停止呢？天下大同，前提条件是科技发展到了极致，比如人工智能极致人：不用干活了；比如基因健康科技极致：人不用担

心健康了；比如能源科技极致：无限能源不用争夺了；比如信息科技极致：政客、商人包括全人类都是信息都是数据，万物互联人也互联，你说的话做的事甚至你的念头全人类实时共享，霍金几十年前就已经实现，到那时政客和资本家还有社会人员敢不为人民服务试试。科技如何发展到极致呢？是军工是战争，每次科技革命都需要大量的沉默成本比如大量金钱大量时间，而这只能是举国之力的军工才能实现。以上健康、工作、政治经济文化环境如果不是苦到极致怎么可以会集中精力攻克。

第九：所以不苦也得苦，不生病也得生病，不打仗也得打仗，苦是为了不苦，病是为了不病，打仗是为了不打。别说你，那些神一样的人物都是棋子。这个世界就这么回事，都是假相，一场游戏。你矫情啥，执着啥。想要不苦，要么入局，借假修真，别当真别较真，难得糊涂，修游戏体验的真，只是体验而已，做自己该做的事；要么出局，借假修真，别当真别较真，超然物外，修平平淡淡的真，做自己喜欢的事；要么为了天下大同，杀身成仁，我不入地狱谁入地狱，终生万般苦，我帮众生度，做老天让你做的事第十：此阶段虽然众生变得皆苦，但开始有了享受。更何况为了醒悟，为了更智慧更强，为了人类未来，不苦也得苦。此刻开始，必须把整个人类整个星球置之死地而后生。

即：混乱阶段是为了人类世界稳定有序且有机会到达天下大同阶段而人为刻意设计的的游戏环节、体验环节。潘多拉魔盒已经打开，有些星球就低估了人性的恶，叠加科技带来的破坏力，足以摧毁人类文明，星球万劫不复，游戏结束。

1.3 天下大同阶段为借假修真

第一：此阶段就是我的星球的未来

历史以来所有统治阶级和悟道之人共同的夙愿都是天下大同。

因为总不能一直在混乱阶段让众生皆苦吧，回又回不去，必须向前看

第二：此阶段既遵循天道，也不反人道

让天道和人道融合，天道人道合一，天人合一的中庸之道。

第三：此阶段的重要特征是众生不仅不苦还有享受

核心就是除了能享受体验的众生相会作为人道保留，其他大部分都会消失，比如金钱、辛苦工作、额外欲望、二元对立、精英主义阶层。

这就是天道人道合一，原始阶段的好和混乱阶段的好，都保留下来融合在一起。

不用工作、不用挣钱、不用为生存发愁、不用为健康发愁、不用担心不公平、家家不再有一本难念的经、世界不再有战争、企业不再鱼肉百姓、政治从业人员基因里都是为人民服务、人人都在竭尽全力享受、都在竭尽全力开发自己的智慧等等

第四：此阶段之前所有组织运营的内核都应天下大同

为人民服务、成就他人，比如家庭、教派、学校、医院、公司、国家……比如地球上的共产主义、人类命运共同体等等

第五：天道人道都是大道，即：超然物外和杀身成仁都是大道。

既能让宇宙世界和人类世界稳定有序，也让个人世界稳定有序，让每个人活的心安自洽。

第六：此阶段需要天时地利人和：科技到极致、悟道级统治阶级、人性大解放。

否则还是水中月镜中花，再辉煌再盛世也只是阶段性事件（细节会在后面详解）

如此美好的梦想，只有少数星球能够带领人类抵达这一阶段

天下大同阶段是恒定的

过去，现在，未来，其实都是过去，都是现在，都是未来，平行合一，不存在从左到右的时间轴

1.4 五个时代理论

人类的三个阶段会经历五个时代：

原始文明时代-农业文明时代-工业文明时代-信息文明时代-精神文明时代（现在的地球处于工业文明时代末期、信息文明时代初期）。

除了原始文明时代和精神文明时代是恒定长久的，农业文明到工业文明再到信息文明的时间会越来越短，越来越提速，也就是原始文明和精神文明时期最久，其次是农业文明，再次是工业文明，最后是信息文明。本质是科技的加速，导致递弱代偿的出现

第一：原始文明时代就是原始阶段，存在了几百万年。

这个阶段严格意义没有文明的概念，但实则是文明的一种形式。

毕竟原始阶段在天道的运行下：众生不苦不内耗、人类不是邪恶的物种、星球不会出现人道主义灾难；只是此阶段人类没有享受，也没有应对未来未知风险的有效方法：饥饿、健康、战争等

第二：农业文明时代贯穿于混乱阶段的前半程

众生皆苦此时已经有了应对生存的有效手段，因与大自然与天地与万物沟通，所以会生出天道智慧，但还没有应对更深层次风险的方法。

地球上农业文明的代表是华夏文明。

个人的发展只要围绕农业文明就会相对有保障

第三：工业文明时代应该会存在几百年

众生更苦，更加物质化，尤其是工业文明时代的后期，将是人类最痛苦的时期。

第一种苦：少部分群体才有丰富的物质化条件，大部分人物质寻而不得，比如财富资源、地位资源、权力资源、性资源等物质条件导致的攀比带来的痛苦；

第二种苦：越物质化精神越空心化，精神空虚带来的苦，活着越发越像行尸走肉；

第三种苦：苍生之局里最重要的棋子：精英主义阶层群体，所展现的人性中深不可测的恶，给苍生额外带来的苦；比如造病毒造战争造疾病造污染等等等等。

工业文明时代后期，物质化到了极致，精神空虚化到了极致，人性的恶到了极致，人类的数量尤其是带来人性的恶的精英主义阶层的数量到了极致，工业科技带来的危险到了极致。被称为末法时代，黎明前的黑暗，此阶段人类必须出现超越先秦文明的伟大思想者、必须出现超越工业化科技的科技革命，否则就是末日。所以在工业文明时代末期，信息文明和精神文明的追求开始萌芽

地球上工业文明的发起者是西方文明，但能把工业文明做到极致的必须有农业文明的基础，也就是天道智慧+人道智慧才是方向，所以我的星球想要天下大同，必须把华夏农业文明和西方工业文明结合起来。

此阶段个人想要发展的好，就要跟工业文明时代的特征和需求相匹配

第四：信息文明时代大概会存在几十年就会结束，然后进入精神文明时代。这个阶段是工业文明的产物，是精神文明时代的基础，科技发展到了顶峰。

这个时代的后期所有东西都是信息、都是数据、都是透明的，万物互联，每个人都互联，每个人都是数据，说的话甚至连念头都是即时的数据。真相是透明的、生意是透明的、人性是透明的、身体结构和健康信息是透明的、探索到的宇宙更大更远更透明，苍生之局的这场阳谋本就是透明的。

但见不得光的精英主义阶层最喜欢玩不透明，在天下大同阶段这个阶层无法生存。

比如开始探索其他星球和开发；比如你说的所有话、做的所有事，甚至你的任何念头都会被捕捉到，但凡是对普罗大众不利的政治、经济、宗教等文化或者从业者都会被锁定，会公开。

比如你是公务员，你天天想着怎么贪污腐败怎么鱼肉百姓，这个念头会被同步公开。

地球上的霍金在工业文明初期其实就已经实现了人的互联，他的念头可以生成文字，人类聊天的信息手机等电子产品也会收录进去，并推送相关信息，比如短视频早已做到

这个阶段个人的发展机会围绕能源科技、算力等信息科技、生命基因等健康科技、ai 科技、太空科技、思想智慧等方向

第五：精神文明时代就是天下大同，会存在几百万年跟原始阶段相呼应，直至人类消失或者星球毁灭。

不到天下大同阶段鼓吹精神文明时代就是伪命题，只有到了天下大同阶段：众生不苦，还有享受，还能应对未来的未知风险，温饱问题、发展问题、健康问题、精英主义阶层问题、政治问题、经济问题、宗教等文化问题以及人性问题都不再是问题。

这个时候才有资格全面进入精神文明时代，不然只是少部分达到上述条件的进入精神文明。

2.宇宙世界、人类世界、个人世界的纵向三层图

站在宇宙尺度上这个世界分为宇宙世界、人类世界和个人世界，在宇宙尺度上，你的视野是整个宇宙，太阳地球也只是一颗尘埃，这些尘埃都会灭亡。

第一：宇宙世界是见天地，见天道

就是宇宙内的天地万物，格物致知，宇宙世界肯定贯穿人类的三个阶段，天地万物的天道规律一直都存在。

第二：人类世界是见众生，见人道

原始阶段没有人类世界，第二阶段根据人性，创造了这个苍生之局，人类世界人类文明开始诞生，众生相开始出现。

红尘才是大修行，唯有以身入局去体验人生，经历各种苦难，才会醒悟。

第三：个人世界是见自己，见天人合一之道

原始阶段你就是自己，混乱阶段你失去了自己；

你不是你，当你找到自己时发现过程不可逆，所以你还是你

宇宙世界稳定有序，靠天道；人类世界稳定有序，靠人道；

自己的世界想要稳定有序，得靠自己的道。

人的所有痛苦源于自己的世界失衡。

宇宙世界、人类世界、个人世界，其实都是宇宙世界、都是人类世界、都是个人世界，平行合一，不存在从上到下的等级

第一章.原始阶段（天道）

上百万年前，人类这个生物开始出现，在原始阶段一待就是上百万年，这期间的规矩只有一个：**天道！**

天道就是宇宙规律，包括自然规律，从宇宙诞生之初，就一直存在。

天道是老规矩，你上百年的家族规矩不是老规矩，人类几千年来的老规矩也不是老规矩，都是嫩规矩新规矩。

天地万物都遵循天道而行，包括人这个生物、花草树木、猫猫狗狗等一切；

在后来人为的混乱阶段，除了普通人，都依然还在遵循天道，比如各种植物动物、婴幼儿、强者

天道、宇宙规律、自然规律的存在，是为了宇宙稳定有序。

此规律目前适用范围是：人类实质探测过的宇宙区域的万物

1.混沌一体

原始阶段只有宇宙世界，只有天道，混沌一体：善恶好坏一体、是非对错一体、爱和伤害一体、贫富生死一体···

对立且统一，万物一体，万法一体，万念一体。

可理解为：

既没有善也没有恶，或者既有善也一定有恶，有了善一定有恶，都善或者都恶就没有善恶，善到极致是恶，恶到极致是善

既没有是也没有非，或者既有是也一定有非，有了是一定有非，都是或者都非就没有是非，是到极致是非，非到极致是是

既没有对也没有错，或者既有对也一定有错，有了对一定有错，都对或者都错就没有对错，对到极致是错，错到极致是对

不遗憾就是一种遗憾，完美就是不完美；

都有道德就不存在道德，道德绑架别人就是没道德；

理想主义与现实主义、务虚和务实、唯物主义和唯心主义···

它们相对宇宙来讲，只是一份存在，没有二元对立

虽诞生了人类，但这个时候没有发明文字，不会说话，不会思考，也就没有定义；人类没有参与改造社会、改造自然、改造宇宙，只有一个平静混沌的宇宙。

此时没有人类世界和个人世界，善恶美丑对错好坏都没有，什么概念也没有，更没有人道，也不需要找到自己的道。

“天地与我共生，万物与我唯一”。

天地万物道用一体：天道！

2.天道=无

天道是无，人道是有，天道是 0，人道是 1，宇宙就是由 0 和 1 组成。
我们终其一生要追求的是无不是有，无病无灾、无忧无虑、无欲则
刚···无极生太极，无中生有，才有了后来的人道

2.1 无情

万物有灵没有情，天若有情天亦老。

天地万物，既无情绪，也无情感。

天没有情感，下大雨淹死你不管你是好人还是坏人；地没有情感，地震震死你不管你是婴儿还是孩子；花草树木没有情感，在原始阶段的人类也没有情感，你不会同情一个残疾人，没有亲情爱情友情各种情

天没有情绪、地没有情绪、花花草草没有情绪、猫猫狗狗没有情绪、原始阶段的人类没有情绪、现在的婴幼儿没有情绪、现在的强者没有情绪，只有平静，平静的笑，平静的闹，在情绪之外。

比如一只狗被另一只狗欺负，被欺负的这只狗在被侵犯时会龇牙咧嘴，另一只狗只要不继续欺负，这只狗瞬间忘却此事恢复如初，不会过了一年还在生气；再比如婴幼儿之间闹别扭，既不记仇也不放心上；再比如婴幼儿无情，他不会对任何东西有感情，不会同情和害怕任何人，皇帝的儿子他都敢揍；再比如强者平静如水，都是身受心不受

天地不仁以万物为刍狗，圣人不仁以百姓为刍狗，父母不仁以孩子为刍狗。

天无情，但天有阳光雨露，给了万物生命，世人觉得天爱苍生，都在为老天歌功颂德；

花草树木无情，但绿意盎然和生产的氧气人类生存不可或缺，爱意洒满人间；

帝王无情，李世民无情了杀掉自己的兄弟和父亲，才成就了千古第一盛世，武则天把自己的孩子基本全部杀完，才成就了千古第一女帝，哪个开国

帝王将相背后不是皑皑白骨，打仗之前都会先预计花多少钱、打多少时间、死多少人，打仗就是死人，死谁？都是有计划有纲领，牺牲了你还得让你的后世歌功颂德；

圣人无情，比如佛陀抛妻弃子，但世人皆说他有大爱，他渡你实则是渡己而已，若他动了渡你的心，必有所累，就不可能有无限能量渡更多的人，心理医生为什么是高危行业，因为都是人类思维，都还有情感情绪，到最后把他自己干抑郁了。

你眼里的度人，在圣人眼里，只是一场“你问他答”的对话而已，他只管好自己，就像天给了你和阳光雨露，花草树木给了你绿色氧气，他们只是管好自己，你能否接收吸取，那是你的事，他们对你都是无情的。

无情才是有情，无爱方成大爱，无情和有情、无爱和大爱，混沌一体。

包括对孩子的爱，社会复杂黑暗，若下不了狠心让其遭受毒打历练，这样的有情，反而害了他；包括对弱者的有情同情更是害了弱者，车站广场断手断交乞讨的越来越多，失踪的孩子越来越多，皆是因为世人的有情，你不同情他们，就不会有势力盯上这块蛋糕。

放下助人情结，尊重他人命运。

无情之人情商才会更高，因为容易情绪化的人情商高不到哪去，无情才会玩情绪演情绪，甚至控制情绪，无情之人在情绪之外，非无情之人都在情绪之内，是情绪之奴隶。

2.2 无聊

月亮绕着地球转、地球绕着太阳转，转了几十亿年，无聊不无聊？

太阳每天东升西落，地球每日白天黑昼，无聊不无聊？

花草树木从出生到死亡一直待在一处，无聊不无聊？

世界冠军年复一年日复一日重复同一个规矩和动作，无聊不无聊？

婴幼儿每天躺平，玩一个你认为不是玩具的玩具一玩就是半天，无聊不无聊？

很多悟道后的强者圣人会选择归隐，甚至抛妻弃子，门也不出，那地方毛儿都没有，无聊不无聊？

每个人出生都会死亡，无聊就是死掉的浪漫。

无聊是天道，好无聊=好牛逼，好无聊=好享受，无聊到了极致就是有趣
无聊的一个重要特征是周期、轮回。

月圆月缺有周期，经济有周期、政权有周期、生命有周期、季节有周期……研究天文现象、政治活动、经济活动、农耕种植、宇宙元素、科技发展等等，都需要把周期当做核心课题之一。

只有无聊的重复才有安全感，安全感才会带来幸福。夫妻之间如此、情绪状态如此、事业经营如此、社会治理亦如此。

周期轮回的重要表现之一是博弈，任何二元对立之间的博弈亦有周期。比如善和恶周期性的博弈，清明与污浊周期性的博弈，盛世与衰败周期性的博弈等等，善到极致就会出现恶，清明到极致就会出现污浊，强盛到极致就会衰败，反之亦然。

二元对立之间的博弈呈现波浪式滚动前行的正弦波模式。如果社会很黑暗、局面很糟糕时，那就推波助澜让它黑暗到极致、糟糕到极致，交给丑恶来开垦，看它造出个什么世界！

周期的重要特征是反者道之动，即否极泰来、物极必反、福祸相依，一个状态出现必然走向其对立面。

当你出生了一定会走向死亡，精力最强盛过了就开始走下坡路等待死亡的到来；当月亮圆了一定会缺，最圆的时候是缺的到来；

太阳升起了必然走向落下，升到最高的时候就是落下的到来；经济活跃起来了必然走向低迷，经济最低迷时就是活跃的到来；

当你人生低谷时一定会走向反弹，人生最低谷时是反弹的到来。

所以，当你顺风顺水春风得意时就越要低调，当你混的越是不尽如意时越要高调……

2.3 无常

天是无常的。说热就热说冷就冷，雨说来就来，天气预报也不准，有时慈悲的滋润万物，有时残暴的毁天灭地，天可以善良可以残忍；

水是无常的。能变成固态液态和气态，水能救你也能杀你，水可以在天上可以在地下可以在大海，可以在杯子里可以在碗里也可以在水壶里，水无处不在；

婴幼儿是无常的，说哭就哭说笑就笑，前一秒还在打架，后一秒就和好如初；

人生是无常的，水无常形人无常态，每个当下都是偶然，说生就生说死就死，半点不由人，有时能赚到大钱有时都吃不饱。

计划赶不上变化，只有猪圈里的猪，才什么年纪做什么事被定义好了，你可以变幻莫测，可以真真假假，比如人不一定要说真话，要说对自己有利的的话等等

然而个人和社会都喜欢确定性，其实是喜欢安全稳定，经验主义就会诞生、固执就会诞生、规则规矩制度就会诞生，都属于封闭性自洽，也是弱者思维，是到了混乱阶段驯化演化的结果，是为了社会稳定有序，所以你接受的信息从来都是按部就班、循规蹈矩。

相反，天地万物包括强者拥抱不确定性，接受无常，利用无常，享受无常，变成无常。

无常是天道，原始阶段的万物生灵包括你皆与天道一体，你就是无常本身。

当你意识到并变成无常本身时，一切无常的发生对你来说就是平常，一切发生皆有利于你，什么都能接受，什么都允许发生，来啥解决啥，遇到啥享受啥，**允许的力量大于一切！**

2.4 无相

在原始阶段天地万物是无相的，无众生相，更没有定义更不会被定义，连文字都没有定义个 der 啊。

没有文字没有名字、没有多愁善感、没有七情六欲、没有工作、没有任何概念。水在碗里就是碗的形状，在杯子里就是杯子的形状，水能变成固体液体气体；

钱都是无相的，一直在变，最开始是贝壳，再后来变成了布、金、银、铜币，现在是纸币，以后应该是数字 . . . 还有，你跟王八说它会死的，它有反应吗？你跟狗说你太敏感太小气了，它有反应吗？

你在幼儿园你跟驴说你得结婚得传宗接代，它有反应吗？

是有了文字之后有了定义，人类开始着相，一句话就可以把你困在原地一辈子。

即使到了人为的混乱阶段，人类里的婴幼儿、强者，千面随心，没有人设就是人设，谁也定义不了他们。

你本无众生相：无文字相、无亲密关系相、无时间相、无生死相、无教育相、无医疗相、无工作相、无情绪相 . . .

你也没有缺点优点，只是你的特点；你的性格没有好坏，只是你的色彩。
只要对你不是正向的定义，都是扣帽子、都是 PUA、都是站在他自己立场、自己利益下的偏见。

2.5 无为

无为不是啥也不干，是找到自己的规律形成内驱力后的为。

原始阶段天地万物都没有人为，没有管理，道法自然，天道在管，天道就是规矩，无为的管。

比如大自然的风景最美，无人为，天然规律形成；每片叶子不同每个人不同，人的身体精密程度远超光刻机，无人为，天然规律形成；天地万物这辈子只有一件事：只管好自己。

只管好自己就能自律，即无为才能自律，不自律就会被他律。自律就是找到自己的规律，自己的频率和规律是老天给的，需要通过不断的干，在干的过程中它自己冒出来的，无为而为。

不能自我管理，就一定会被他人管理，被谁管理就是顺应谁，自我管理是顺应自己，顺应自己才能做到无为而为。

做天然的自己，做自然的自己。

太阳只管好自己发光发热，不管其他星球；花草树木只管自己生产氧气，不管其他生命；

你想像太阳和花花草草那样成就别人，就请你只管好自己，成就了自己才能成就别人。

自己能做主的事才是自己的事，不能做主的事就不是自己的事，不是自己的事管它干嘛？

只管自己要不要干、怎么干；别人对你什么评价是别人的事，因为你管不了，既然不是自己能管的事，别人咋评价都行，只管好自己该做什么该怎么做。

到了人为的混乱阶段，也就是人类世界出现后，就需要对应天道规律的人道规律和规矩。

家有家规国有国法，在哪里都是无规矩不成方圆，都是人道的一部分，都是为了社会稳定有序。

若你管不好自己，背离与生俱来的天道，就一定会被管理，陷入人道一直被管。

出生前输精管输卵管，出生后父母管老师管领导管社会管，生病时氧气管导尿管导尿管，死了殡仪馆，管管管管管。

整个社会都要向输卵管输精管学习，顺其自然、让精子是精子让卵子是卵子，只做引导，不 pua、不灌输充满自身偏见的低纬思想。

出生前，输精管输卵管是顺应天道的天然管道，是为了服务你让你成为自己；

出生后一直到死，全部被动的管，侮辱式管打压式管，结果让你失去了自己。除了工作管理以外，生活中你还管别人？

问问自己愿不愿意被管？你不同意；

问问自己能不能管好自己？你不能！那你凭什么管。

比如你付出，可以随时收回，但是你索取，就会惴惴不安。因为付出能控制，是自己的事；索取得对方给，能不能得到是别人说了算，本质上与你无关。

比如爱情，你只管付出真心，只管好自己，不干涉他的内政，婚姻持久的概率会增加。**如果希望得到对方的爱、关心、金钱，这个念起，结果就交到了对方手里。**

但人性是相反的，世界是相反的。你越索取，对方就会越反感，你越索取，姿态显得越低，还会被瞧不起，甚至让人觉得恶心。只管耕耘不问收获的意思是：收获不归你管，别多管闲事。

爱出者爱返，福往者福来。你越想要什么，就越会被什么控制，当你什么都不想要的时候，天地万物都是你的，降低对结果的期待，你想做什么，就只是去做而已，只管好自己。

像天地那样、像花草树木猫猫狗狗那样、像婴幼儿那样、像悟道级强者那样

混乱阶段的各种组织也需要做到无为而为，再牛的人去管人也管不过来，只有像天道规律那样合情合理的人道制度和规矩去管人，让人类都找到自己的规律实现自我管理自我驱动，从而把人道规律融入每个人的血液骨髓，形成他们共同的下意识，像原始阶段上百万年的天道那样，达到无为而为

2.6 无我

我是我，我不是我，我还是我。

你认为的我，是混乱阶段发明了文字会说话会思考之后的我，是被驯化而来的我，有身份信息，有人际关系，有七情六欲等等，你觉得我是我

但我有灵魂，灵魂不生不灭，肉体只是我的工具，用完再换，我还是我，肉体的我不是我；原始阶段的我这个字都没有，哪来的我？

此时的我有灵性、人的特性、兽性，到了人为的混乱阶段，为了社会稳定有序，我的灵性被打压、兽性被打压、人性被驯化，把我大脑为主题的肉体驯化后的我，是假我，所以我不是我；

但人类文明不可逆，还要追求天下大同，灵魂的我再牛，没有这个身体一切都是 0，所以这个身体还得好好用，通过这个身体拥有的一切也得用，这时，我还是我。

由于失去了真正的自己，所以人活着的首要事情是找到自己，只有找到了自己，才有机会超越自我，超越自我就是无我，只有无我才能链接高维；包括不要脸也是无我，都是原始阶段的特征，不要脸与生俱来，无我与生俱来。好面子、脸皮薄属于逆天而行。

参考花花草草猫猫狗狗、婴幼儿、强者

2.7 无念

没有任何念头，无任何观念，没有任何想法，没有规划，没有计划，没有目的。比如活着就是活着，不会去想活着是什么、死亡是什么、活着的意义是什么。走到哪算哪，遇见啥解决啥，只专注事情本身，要不要做要怎么做，无心生大用，不会思考结果如何，反而收获是多的。参考花花草草猫猫狗狗、婴幼儿、强者，水

我的世界里只有 0 和 1，不仅不内耗，能量一直是满的

第一、没事的时候是 0，什么念头什么想法都没有，跟婴幼儿一样，跟天地万物一样，跟回到一万年前一一样，没有文字不会说话。天地万法皆空，就是 0

第二、有事的时候是 1。比如这个世界驯化了喜怒哀乐忧思悲，我只有平静；一天有五件事要做，我只专注一件，解决一件是一件；面临好几个选择，我只选一；创造的时间有过去当下未来我只有当下，有 1 点两点五点十二点我只有当下。

当下就是 1。遇到事就 1，不遇到事就 0。

0 和 1 就是世界的本质，但这个世界创造了 n: n 个情绪，n 个国家，n 个语言、n 个行业…让你无法 0 或 1

第一阶段：失去了自己，内核不稳定，自己乱七八糟，这是的自己是 n

第二阶段：找到了自己，定力十足，这时的自己是 1

第三阶段：没有自己或着自己无处不在，无我，这时的自己是 0，

0 是天道，1 是人道，天人合一

2.8 无住

任何事不往心里去，过耳不过心，慈悲不沾身，身受心不受。随时都是清零状态，随时都是当下状态没有过去和未来，参考花花草草猫猫狗狗、婴幼儿、强者、水

2.9 无言

这个阶段天地万物没有文字，没有语言，灵魂交流。

天不会说话，地不会说话，花草树木不会说话，猫猫狗狗不会说话，婴幼儿不会说话，即使现在的你一出生就扔到森林你也不会说话，强者智者惜语拈花一笑。因为一说出来就错，一说出来就有立场，一说出来就是偏见，再伟大的作家也只是书写自己的偏见，再有智慧的悟道大师表述的也只是高于人类的偏见，大道无言。

2.10 无亲

天道无亲，在原始阶段的天地万物没有任何亲密关系，天是孤独的，地是孤独的，人类族群是孤独的，花草树木都是孤独一生，到了混乱阶段为了社会稳定有序创造出了各种亲密关系，都是假的。

婴幼儿跟你亲密吗？有奶便是娘，从小把他放到狼窝里他就认狼是娘，在他的世界里没有父母没有夫妻没有孩子这些概念。

你出生时孤独，死亡时孤独，任何关系你都带不走都不属于你，你的一生都孤独。越优秀越孤独，优秀的过程就是孤独的过程，老子佛陀更孤独，归隐了都，追求的就是孤独。

人际关系带来的大多数都是痛苦，人是万恶之源，好孤独=好享受

心外无物，心之外世界上没有任何东西只有你自己，你的精神世界里只有你自己，你是绝对孤独的。

即使你跟爱人每天睡在一起，你在想什么对方根本不知道万分之一，表面上你跟对象过日子，实际上是你跟自己过日子；

历史以来的所有人都是你，你眼里的所有人，都是你自己；你对所有人的评价，都是你内心在这个世界的投射投影，你评价的是自己；

你拜佛拜的是自己心中的欲望，你拜的是自己；你娶媳妇娶的是当年自己的认知，换一个人也是你喜欢的类型你照样结婚，你娶的是自己。

这个世界只有你自己，管好了自己，就管好了全世界，处理好了跟自己的关系就能处理好其他人际关系，爱己才能及人。

始终如一无条件鼓励你支持你爱你的人，只有你自己，你苦苦寻找爱自己的那个人不是父母不是爱人不是好友更不是神明，是你自己。

全身除了你的大脑是个二蛋，你的每个部位每个器官每个细胞，都清楚的知道只效忠你自己保护你自己，誓死也要救你于水火；全世界 90%的病治不好，都是靠自愈，不管是身体疾病还是心理疾病，都只能靠激活内在的免疫系统这个真医生。

在这个绝对孤独的世界里，没有救世主，唯有自救。向外求要是能取得真经，皇帝早长生了，还天子？不就是神的奴隶，作为天子你爹咋几千年来不断的弄死你。

你被神奴役，又被法家锁喉，还被儒家捏肋，还活不活？

唯一出路：**找回与天地共生的真我。**

3.生命本质

这个阶段，地球上的一切生灵都是和谐共生，道法自然。

困了去睡，饿了去吃，憋了就尿，走到哪算哪，遇见啥解决啥···

除了‘食色性也’这个生命本质，其他都不存在。

天地万物，吃饱喝足后，多一点东西都不要。

后来到了人为的混乱阶段才发明了欲望、发明了消费主义，人类在远离生命本质的道路上越走越远

活着就是混口饭吃。

天地万物都是混口饭吃。种地是一份职业，国家也是一份职业；农民是为了混口饭吃，博士也是混口饭吃，皇帝也是混口饭吃。

混口饭吃是本质，其他都是形式

4.众生不苦不享受

4.1 众生不苦

原始阶段的众生是不苦的、不内耗的，没有发明文字不会说话不会思考，没有勾心斗角，没有尔虞我诈，没有科技发展，没有二元对立…

啥概念都没有、啥牵挂都没有，啥情绪都没有，啥家庭、教育、工作更没有，只是活着，天地万物几十亿年来几十万年来一直都是如此，苦啥苦？

4.2 众生不享受

原始阶段的众生也没有享受。因为没有科技发展，享受啥？没有科技就不会产生剩余，吃饱喝足后多一样东西都不要，衣食住行出在原始阶段几十万年一直没变，享受啥？一辈子都是为了生存而活着，享受啥？

5. 能量 频率 振动 波

地球绕着太阳转是能量、频率、振动、波，万物生长死亡是能量频率、振动、波；老子佛陀在人间持续影响几千年是能量、频率、振动、波；自然生态、元素、科技、生意、人性、管理都是能量、频率、振动、波；

你的念头、思绪、健康、财富皆是能量

5.1 宇宙不会放弃任何东西

因为能量守恒，所以宇宙不放弃任何东西。

“生是宇宙的人，死是宇宙的鬼”；好比人死了，肉体不增不减，出生时无数个宇宙微粒组成了你的肉体，死后你的肉体又重新变成无数个微粒回到宇宙；

再好比人死了，灵魂不生不灭，出生时灵魂以超光速来到你的体内，死亡时灵魂以超光速回到宇宙，有过无数次濒死体验的一定知道这种感觉：**灵魂出窍**。

因为能量守恒，所以索取必须就得奉献，索取多就得奉献多。

但后来混乱阶段的人类世界，顶层设计是穷人再多都是最稀缺的富人资产，爱流向不缺爱的人，钱流向不缺钱的人。

这些索取太多的垄断阶级知道能量守恒，但又不愿意奉献那么多，就人为创造了很多概念，在书本上、在媒体上，在大街小巷上，让低频的容易被欺负的普通大众奉献来弥补自己没有奉献出去的那部分。

比如海洋污染、空气污染主要是上层等级人群造成的，却让普通百姓承担骂名及清理工作 . . .

5.2 相互关系

宇宙内所有东西的本质就是能量、振动、频率、波。看不见的声音、光、电、信号、文字语言等等，看得见的山河湖海、日月星辰、花草树木、科技发展、你我他等等，本质都是能量、振动、频率、波。

能量是万物的本体，振动才能产生能量，有频率才能振动，只有波才能产生频率，即能量、振动、频率、波是一回事。

频率低，会变成看得见的，就是实体，包括手机车子房子还有你我他。现代物理学研究所有实体包括人体的分子结构，研究到现在发现最小粒子已不再是实体，是玄上的振动，是波。

好比乐器不再是乐器，而是音乐的律动；手机不再是手机，是无线电信号；你不再是你，你是无，无你。

只是频率低，变成了肉眼看得到的而已。“其大无外，其小无内；凡所有相皆是虚妄；色不异空，空不异色；缘起性空；无我，道生一一生二二生三三生万物，道就是无，无生了有，就是太极，太极生两仪，两仪生四象，四象生八卦”……

频率高的，会变成看不见的，包括手机信号、电、还有人的灵魂。

频率越高振动越快能量越大，比如老子佛陀他们仙逝已 2000 多年，但他们的精神能量从未消失，是地球上现存最强大的精神能量之一。

频率高的会带动和影响频率低的，好比你接触负能量的你就成了情绪垃圾桶自然能量减少，接触强者你的能量就会提升；

接触花草树木猫猫狗狗这些有灵性的也会提高能量。

好比频率高的声音会盖过频率低的，频率高的水波会带动频率低的水波。我们的精神就是松果体发出的一种波。

频率低时能量就低，低到一定程度就会焦虑抑郁等内耗，抑郁自杀的人就是精神能量没了，同理，人的身体能量没了也会死亡。

反之，频率越高越容易觉醒开悟，越容易摆脱各种烦恼，包括身体烦恼和精神烦恼。做生意搞政治都是通过频率调整方向，一个新闻看大家的情绪频率反馈，作为大数据采样，悟道级的企业家政治家是稳赢的

原始阶段的人未开智，松果体不活跃，跟所有生物一样频率是低的，不存在觉醒，到了开智后的混乱阶段，松果体被开发，人类可以觉醒变得很厉害但也很危险。

只要能抑制松果体，比如低频药物疫苗、比如低频音乐、比如低频思想、比如问题食物，都会破坏你的原有频率，造成精神频率或身体环境的不和谐，从而变得低频，导致你的身体或精神会出问题。控制能影响你眼耳鼻舌身意的行业即可，比如医疗、媒体、食品、娱乐等等。

再比如音乐，古代有乐经，繁体字加上草字头就是藥，音乐是治病的，基本以 **432 赫兹** 为主，能让体内五脏六腑频率一致达到和谐。

现在的主流音乐都被改成了 440 赫兹，它会让你保持低频状态

损耗自身能量的事不做，话不说、人不交、地不去。

高手从来不会磨损自己，就像水一样，会沿着最小阻力前行，见山便绕，遇坑则填，道法自然，不卑不亢。

只有思想家和极少数有独立思想的悟道级企业家或政治家才会流芳百世。被权力和金钱迷失本心的企业家、政治家是绝大多数，遗臭万年的也是他们

6. 宇宙只运行你的意志

宇宙设定好了一切，唯独没有设定好你的心，心就是灵魂，是精神，是意念，是注意力，是真我

宇宙只运行你的注意力，宇宙只运行你的意志力，宇宙只运行你的灵魂力。

注意力在哪，你的人生就在哪，意志力有多强大，你的人生就有多彪悍，灵魂有多高贵，你的人生就有多无憾。

“我心即宇宙；心有多大，舞台就有多大”，也就是你的命运完全在自己手里（在自己心里）

除了心，天地万物都设定好了：月亮围着地球转，地球围着太阳转，体积多大、重量多大、何时诞生何时灭亡，四季更替，昼夜轮转等等，设定的就是宇宙规律，就是自然规律，就是天道！

原始阶段的心如如不动，一动不动上百万年。

天地万物都是如如不动，只是到了人为的混乱阶段才开始动，心一动就会失去自我，所以才有了修行，修行的核心之一就是修心，把心修定，找回真我，再次修到如如不动。

7. 看不见的决定看得见的

看不见的宇宙规律，也就是天道，决定了宇宙内看得见的一切。

好比信号决定了手机能不能通话，电决定了灯泡能不能发亮，人的灵魂决定了肉体。信号就是灵魂，手机是肉体；电是灵魂，灯是肉体；每个生灵都有灵魂和肉体。

人类已知宇宙范围内被发现的物质只有 3.8%，96.2%都还未被发现，被称为暗物质暗能量。

好比鱼和水草，发现不了自己生活在水中，但是水决定了水中生物。宇宙允许没有答案，且大部分都没有答案。

包括蛋生鸡鸡生蛋、有没有造物主，更包括现实中遇到的问题如果没有答案，不必硬钻牛角尖。好比如果有造物主，那造物主又是谁造的，造造物主的又是谁造的……往上推，无止境。

宇宙允许没有答案，人生在世允许没有结果！

下面还会讲到人为的混乱阶段，即是人为设计就有设计者，他们永远在幕后，或操纵或影响着整个世界，而形成了人道，人道就跟天道那样，这只看不见的手决定了看得见的人类世界，你能看见的都是想让你看见的。比如知识、新闻、人物、事件等等

看不见的天道，是宇宙万物运行唯一法则；看不见的人道是人类世界运行的唯一法则；看不见的细菌病毒等微生物，才是星球上的真正霸主

眼见不一定为实，要用“心”，我心即宇宙。

用心看，看宇宙的一切，就像看自己内心的一切，都是透明，一秒看透本质

8. 斗争和伤害

8.1 斗争

斗争是天道，原始阶段的金刚手段比较单一，就是干！

谁让你不舒服就干谁！

天地万物生灵与生俱来就敢于斗争：兔子急了会咬人，抓蚯蚓它都会朝你吐泥巴，摘花取叶也会流出保护性液体或散发保护性气味；婴幼儿更生猛，皇帝的孩子都敢打，玩具都敢抢，强大无比、自信无比

后来有了人类文明，哪个党派、宗教不是斗争上位？

历史上哪次公平权利的获得不是靠斗争？

口口声声的大师哪个不是做了无数次思想斗争才能够觉醒？

口口声声的佛祖菩萨哪个不是跟斩杀无数妖魔斗争才被这样称呼？

观世音菩萨慈眉善目宇宙第一善，但手里的玉净瓶，随时可以迪士尼（第一死你）。

有菩萨心肠，亦要有金刚手段，金刚怒目也是修行。

不懂得斗争和反抗就是逆反天罡，必遭天谴！

尤其是后来认为创立了人类世界人类文明之后的人道，也就是混乱阶段，全都是假的，假的空气假的食物假的水假的人际关系假的理念假的情绪等等。

假的你都不斗争不反抗，那你的精神世界和肉体世界必然崩溃，失去自我。人心才是主战场，思想斗争也是斗争！

8.2 伤害

斗争必然带来伤害，伤害是天道。在天道里斗争和和谐是混沌一体，可理解为既没有斗争也没有和谐，或者既有斗争也有和谐，它相对宇宙来讲，只是一份存在。

人生而伤害，生而掠夺，生而索取。你没出生前不会伤害任何事物，从你一出生，就从宇宙掠夺了一个灵魂，一走路就会踩死地上的微生物，一张嘴呼吸就会把空气中的微生物消灭，你考上大学必然意味着有人落榜，你升官了必然会导致其他人落败……

只是，原始阶段的伤害是不起念的。好比天下雨淹死了地上的人，不管好人还是坏人一起被淹死，但是天下雨的目的不是专门为了淹死谁谁谁；再好比树木长大导致大树底下寸草不生，但是树木长大的目的不是专门为了杀死身边的花花草草；再好比狼吃羊，狼只是为了生存，不是为了伤害羊，羊也没觉得这是伤害。

可以伤害，不是不让伤害

第一、当有人伤害你时，对待熟人你必须斗争，对待陌生人尽量释放善意。除非可能出现的伤害足够大；这时伤害对方是天道，是大道，是正道

第二、当生存这个生命本质都出现问题时，你可以选择去吃鸡鸭牛羊，甚至吃人；

你不是为了伤害别人，只是为了生存，没有起伤害别人的念。

当生存都出现问题时，人为造出的道德是没有力量的，法律也没有力量。

第三、距离越近，越容易产生伤害！天打雷，劈到的一定是正下方最近的区域；地震，掩埋的一定是正上方最近的区域；大树生长，寸草不生的一定是大树底下，与你最亲近的人才是你的主要伤害之源。

所以要对陌生人常怀有善意，对熟悉之人要抱有防备。

距离越远的陌生人一辈子就见一次，给他们一丝温暖的善意，人生将处处是惊喜，这个世界是反着的

8.3 保持距离

宇宙既对立又和谐，混沌一体，宇宙不会起念刻意制造二元对立，既有伤害也有爱。保持和谐、保持不被伤害的天道是：保持距离！

一切人际关系必须保持距离，这是天道

因为不保持距离是伤害，甚至是毁灭。

地球跟太阳不保持距离，地球都没了；花草跟大树不保持距离，花草都没了；城门不失火，就不会殃及池鱼……

原始阶段没有亲密关系，只是食色性也，在人为的混乱阶段就据此创造了亲密关系：家庭关系父母、婚姻、子嗣，朋友关系等等，亲密关系的意思就是不保持距离，所以家家都有一本难念的经。

比如婚姻，以前讲相敬如宾，互相尊敬，懂得保持距离，婚姻制度一直相安无事的存在；但今天的婚姻必然走向没落，甚至条件允许时可能会退出历史舞台，因为历史以来从来没有像今天如此宣传爱情：2006年才有了法定节日七夕节这个爱情节日，现在倡导自由恋爱也就几十年的光景而已，满天都是爱情电视剧电影和书本故事，爱情里全是‘你要理解我、支持我、爱护我、关心我、呵护我’等等，意思不就是把距离越拉越近，导致婚姻制度面临崩溃，大面积的离婚现象必然出现！这是道，其他解析全是术

9. 丛林法则

“人善被人欺，马善被人骑”、“软柿子就是用来被捏的”、“狼吃羊、猫吃老鼠”、“弱小的狼会被族群遗弃”……

到处都是弱肉强食，弱者的命就是被强者宰割，这是天道。

当物种没有天敌，敌人将是同类，人吃人！这是天道，宇宙铁律！

只要宇宙还存在弱肉强食这个丛林法则，就不会存在公平；亦或者说：不公平就是公平，能保持部分公平，就已经要了人类统治阶级的亲命，几千年来一直如此。

公平是到了人为的混乱阶段人为创造出来的，是假的。

第一、在混乱阶段普通人借假修真而不是当真；

第二、第二、追求公平必然导致更多的不公平；

第三、第三、只有天时地利人和的情况下，才会接近实现整个天下的相对公平，那就是天下大同。

所以追求公平，追求天下大同，成了统治阶级和黎民百姓共同的期盼和纲领

在没有天下大同之前，请你善良有度，有慈悲心肠更要有雷霆手段。

是狼，请练好爪牙，是人，请学好手段。要从小就学习谋略和手段（具体手段如何学习下面有讲到），有随时亮剑的能力。

10.本自具足

天地万物从不向外求，自己就是全世界。

参考花花草草猫猫狗狗、婴幼儿、强者、水。原始阶段哪有医生？哪有老师？哪有警察叔叔？你天生什么都不缺，出生时身体最健康，情绪最不会内耗。

世界上 90%的病都是靠自身免疫力治愈，精神内耗时只有自己是救世主。

生时孤独死时孤独，天生就立于这天地之间。

生下来时就健康，你最健康的时候就是 **baby** 时期，这是天道本能；

生下来时就知行合一，说哭就哭说拉屎就拉屎，你最知行合一的时候就是 **baby** 时期，这是天道本能；

生下来时就有灵气，人生而神灵，出生时哭的一刹那就带了高维智慧，你精神能量最高维的时候就是 **baby** 时期，这是天道本能。

只是到了混乱阶段的人类世界，吃了别人的东西，被他们带坏了习惯，灌输了各种低维观念，你才沦落成今天这样，变得不再本自具足，变得缺：缺爱、缺认知、缺执行力、缺钱、缺机会、缺德···活生生一个高维生物被低维生物同化，你忘记了本自具足，你忘了本！

本自具足到你自已就是全世界。你就是自己的天自己的地，你就是自己的父母自己的朋友，你就是自己的贵人自己的医生，你就是自己的阎王，你就是自己的老板，不需要别人提供工作，挣钱的机会自己创造就可以。人是创造型生物，学习型生物，你想学啥自学就会：走路不用教，自学；说话不用教，自学；从小把你扔进狼窝天生就会有狼性，不用教，自学；第一个老师第一本书怎么出现的，自学；世界各项进程只会在强者出现时才会加速改变，这些强者人类教不了的，自学；治病自学中医即可，本自具足。

是到了混乱阶段后，这个世界有人怕你自学了他们不想让你学的内容，那就出事了，影响社会稳定有序，影响人类顶层设计的这个苍生之局。

所以把学变成了教，让你逐渐失去主动的自学本性，依赖被动的教导被动的给予。

比如教科书、教室、教学；不是，是学生、学校、学习、学室；比如佛教、儒教；不是！

是佛学、道学、儒学，强调的都是学而不是教；加上了这个教字，从纯粹的探索世界变成了有目的的改造世界。

现在是互联网时代，你有手有脑子还有手机，你在哪钱就在哪，机会就在哪，一切就在哪！

感恩一切，接受一切，更不服一切，可以用别人用万物，生死一切，只靠自己

11.天道=强者思维

有一部电视剧叫天道，参破天机之人都是强者，天机就是天道

花草树木猫猫狗狗、婴幼儿、强者都不会被一句话困在原地原地一辈子，不会内耗。

你天生就很强，就是天道本身，这个规矩持续了上百万年，婴幼儿时期的你连皇帝的儿子都敢揍，首富的儿子的玩具都敢抢，无脸无皮无法无天，心中无念目中无人。

你变弱是因为后来的混乱阶段，被灌输了弱者思维，这样社会才会稳定有序

人类对强者包容又崇拜，对弱者苛刻又现实。强者分好多种，有经商强者、种地强者、体育强者、政治强者、思想强者等等，外在展现的身份、样貌、性格不尽相同，但他们的内核都一样：天道。

经商强者是企业专业运动员，种地强者是种地专业运动员，政治强者是政治专业运动员，思想强者是思想专业运动员，父母和孩子是亲情专业运动员、夫妻是婚姻专业运动员，都是陪跑的运动员，没人是裁判。

他们的共同特征都应该是把一件事做到极致，专注，日拱一卒，每日精进，单点击穿，会更有机会参破天机。

12.至简不变

12.1 大道至简

天道就是大道，大道至简，真传一句话，假传万卷经。

宇宙不存在那么多大道理，多余都是废话。

真理存在的数量很少，只掌握在少数参破天机的人手中，且只适用于已实质探测过的宇宙区域。

日常生活中的沟通、制度律法的建立、社会核心价值观的建立等等，都不宜过多。

一是记不住，二是复杂

所谓的天道甚至可能是智障道，可能是人类突破思维的阻碍。怀疑一切，没有真理才是真理，就没有什么可以限制住你，你的智慧才存在无限种可能性

12.2 天道曰恒

天道曰恒，人道曰易，天道亘古未变；人道一直在变：比如现代医学在不断推翻自己，企业经营管理不断在被淘汰，教育理念不断过时，行业发展不断迭代升级，每个人在不同年龄段的感受不断变更等等

第二章.混乱阶段（人道）

6000 年前，人类这个生物开始发明了文字，学会了说话、学会了思考，人类变成了非常危险的生物，自此混乱阶段开启，人道出现。

目前此阶段已经持续至今 6000 年左右，这期间明面上的规矩只有一个：**人道**。从遵循了上百万年的天道换成了人道。但这 6000 年来的新规矩只是一般老百姓在遵守，除此之外的天地万物、婴幼儿、强者依然遵循天道。

这 6000 千年也不过是麦子熟了 6000 次，一觉醒来，太阳还是那个太阳，太阳底下没有新鲜事

人道就是人类世界的规矩和规律，主要以各学派思想为主：道家、佛家、儒家、墨家、阴阳家、纵横家、名家等，具体的比如科学、道德、法律、仁义礼智信等等，人类的一切行为都在这些思想之下。

适用范围是地球、太阳系和我的星球

1. 人类世界发展树状图

为了我星球的人类世界稳定有序和走向天下大同阶段，由此在混乱阶段整个苍生之局的顶层设计如下：

我在幕后的土壤里
根据人性种下种子
发出文字和金钱的芽
长出政治、资本和宗教的树干
再生出众生相的树枝
用爱的名义的力量浇灌
直至开出天下大同的花，结出幸福的果实

文字、金钱和爱，皆是我的工具；众生皆是文字的工具、金钱的工具、爱的工具。用文字和金钱造出给我赚钱的资本家，给我护法的政权，给我掩护的宗教。

皇帝是我的棋子，首富是我的棋子，宗教里的神是我的棋子；众生又是皇帝的棋子，资本的棋子，宗教等文化的棋子。

政治、资本、宗教又利用文字、金钱和爱这三个工具，创造演化出了众生相：人相、我相、亲密关系相、时间相、生死相、教育相、医疗相···

1.1 幕后

只有幕后安全，在台前危险。皇帝厉害吧，危险！要么被儿子害、要么被媳妇害、要么被大臣害、要么被外来入侵者害，即使你是很牛的皇帝最多也就 300 年，整个家族还是会被直接清算或者历史书上清算。

首富厉害吧，危险！历史以来有几个首富得善终？教派的神厉害吧，危险！

比如地球上的耶稣被钉死了，苏格拉底被当街打死了，中东的宗教战争更惨绝人寰。

看不见的决定看得见的。

控制整个世界、影响整个世界的都在幕后，台前的大人物大家族不敢对这些隐形大佬家族怎么第一，表面的新闻、知识都不会有他们的信息

在我的星球上，智慧和财富都是我发明，所以我拥有无上智慧，也可以轻松获得无量财富，但不到关键时刻不启动财富获取开关。

我死后，给自己的家族制定了家规家风家训：要一直在幕后、要真善美、要奉献、要成就他人，要支持悟道之人作为政治、经济、文化的领袖，家族内部要做的是顺应局势。要么只探索世界不改造世界，要么世界因为我们家族的存在越来越好。

我的家族延续千年，因其中一代的智慧没开而没有遵守家风家规家训导致家道中落，其他新的悟道之人或者窥探到幕后这个秘密的精英主义阶层，开始崛起为新的千年家族、百年家族，大部分家族不是悟道级，只是聪明人，以获取财富为主，继续在幕后或操纵或影响或改变着这个世界：比如东方的关陇集团、西方的罗斯柴尔德家族、洛克菲勒家族等等聪明之人开始出现。

虽然有些地方是宗教说了算，比如类似地球上的中东；有些地方是资本说了算，比如类似地球上的美西方；有些地方是政治说了算，比如类似地球上的东方；但幕后都是这些千年家族、百年家族在支持…

不管是哪种形式的政权，起步期都需要智慧高、财富高、权力高这三种人群的支持，集齐了这三种人，就可以左右整个社会。

能给我的星球子民带来希望，走向天下大同的智慧，我主要利用的是地球上东方的道为主，西方的术为辅。如今的西方文明才刚相当于东方文明的春秋战国时期，还没大一统，还是神权封建社会阶段。悟道家族秉承的一定都是服务社会服务人民的大道，社会整体稳定有序，百姓安居乐业；但窥探到秘密的聪明家族也就是精英主义阶层恰恰相反，与大道相背全是术，社会整体短暂性稳定有序，纷争不断，百姓更容易追求物质，更加容易内耗水深火热，是全民抑郁时代的巨大诱因，但是由于西方偏执术偏执到了极致，科技的发展是西方最大的贡献，科技的发展才能带来天下大同。所以，中西方的道和术，都缺一不可。

1.2 人性（种子）

人类既然已经变成了极具危险的生物，就得控制和引导。管理什么，就得研究透什么，既然要管理人，就得研究透人性是什么？研究出了人性是什么之后，根据人性让你变得不危险即可：

人性包括灵性、人的特性、兽性。好比狗有灵性、狗性、兽性；鸟有灵性鸟性、兽性等等。天道的你有灵性，灵性强的人容易觉醒开悟开悟不好管；天道的你有兽性，兽性强的人太野蛮太强壮，不好管；唯独发现其中人的特性这一部分有个特点：极容易被驯化。

既如此那这个游戏的细节就应该如此设计：

第一、打压灵性

第二、打压兽性

第三、驯化出新人性

如此下来，你失去了灵性、兽性，增加了新的人性，以此你不再是真正的你。失去了自己的生物，都不可能足够强大怎么可能还危险？你如果你是你，主心骨强，有坚硬内核，你遵循天道，就管不了你引导不了你；也就是必须让你不是你，让你失去真正的自己，变成我想要的你，让社会稳定有序的你。

经过驯化后的人性包括：灵性、兽性、人性（先天人性和后天驯化人性）

整个人类世界的一切，都是围绕人性设计和展开。

1.3 等级出现

根据人性，设计出了等级，有了等级开始产生‘食也性也’这个生命本质以外的欲望，有了额外欲望就有了软肋有了痛苦，人类开始了无限向外求的攀比，也就越来越失去自我，精致的利己主义群体：精英主义阶层开始萌芽，这个世界痛苦的制造者，人间修罗场雏形形成，人类将无限痛苦循环下去

1.3.1 灵性、人性、兽性这三性和人类世界的关系图

对人性的顶层设计，导致了等级的出现，等级的出现，是为了社会稳定有序，都平等了还咋管？比如开始出现了君君臣臣父父子子……

你本身的灵性、人性和兽性是平等的，但被设计成灵性最高，灵性就是神性，你的神性被打压，但是他们把自己往上打造成神：政治之神、资本之神、宗教之神，因为人跟人之间总会有争吵总会有质疑不好弄，但神跟人沟通呢，神错了你得跪着还得说对对对。兽性被打压说成有兽性就是向下的畜生，人性被驯化出新的人的特性，被称之为高级动物，高于动物的动物。自此人类是食物链最顶端，但成了精神最底端的生物。

创造了法律和道德打压你的兽性。

灵性使人智慧、人性使人温暖、兽性使人健康。

失去灵性，会失去自由；失去人性，会失去温度；失去兽性，会失去一切。

1.3.2 分类管理

原始阶段上百万年里，没有等级，没有三六九等

就这样星球以人类为主、人类以统治阶级为主的星球世界组织架构就形成了，金字塔结构。所有生物以及人类内部的三六九等自此开始出现，家庭上中下三代等级开始出现。并想尽办法控制每个阶层的人数比例，通过分类，定期进行管理和清理。

1.3.3 欲望出现

有了温差，空气才会动起来，产生了风；有了位差，水才会动起来，产生了水流，有了等级差，人才能被调动起来，产生了欲望。

比如一个班级有了成绩第一名，就会树立攀比的榜样标杆；比如公司团队有了第一名，奖金奖励最多，就会树立攀比的榜样标杆；没有第一名也得故意制造出等级差，刺激出欲望，达到目的

有了欲望的生物，容易被操控，被引导，也就是容易迷失自我，社会就会稳定有序。没欲望的生物是不是很可怕？是不是很难管理？因为无欲则刚

欲望的分类

第一：在原始阶段只有食色性也这个生命本质的基础需求

第二：在混乱阶段除了食色性也，开始产生并引导额外的食色性也欲望、权力欲望、金钱欲望、认知欲望、娱乐消遣欲望

第三：天下大同阶段会保留原始阶段的食色性也这个基本欲望，和混乱阶段的娱乐消遣的享受生活欲望，以及思想创新和科技创新等极致真诚的表达自己欲望

2.标志、原因、目的

2.1 标志：发明了文字

人类发明了文字，开始学会了说话、学会了思考，才有了人类世界、人类文明，也就是人道。自此标志着人类结束了上百万年的原始阶段，开始进入众生皆苦的混乱阶段。“仓颉造字鬼神哭”“人类一思考，上帝就笑了”

2.2 原因：人类自此变得非常危险

混乱阶段开始的原因是：人类自此变得非常危险！

因为在原始阶段的上百万年里，人类一直不是危险的生物、贱的生物、恶心的生物。自从发明了文字，开始学会了说话、学会了思考，世界上最恶心最残忍的事情开始出现。人类的脑子可以想出各种伤害性极大的手段，比如阴谋诡计；人类的手脚可以制造出越来越危险的工具，比如现在的原子弹。科技越发展，人类越危险！

科技越发展，人类文明越脆弱；科技越发展，二元对立越激烈战争越频繁越惨烈；科技越发展，越解决问题问题反而越来越多；而且人类数量越来越多，危险系数越来越高，就越要管理和控制，越管理越控制，人就会越失去自我，也就越容易内耗和痛苦。科技越发展，物质世界越来越丰富，人类的精神世界越来越累。

但是没有科技，也不可能实现天下大同，人类文明就这样在对立和统一的不断循环中，波浪式滚动前行，一直到了今天

现在的地球，人类数量即将到达极值，科技发展即将到达极值，人类的物欲即将到达极值，以至于人类处于最危险时代最贱时代最恶心时代，这是末法时期，全民焦虑抑郁时期···

极度痛苦时，就是黎明前的黑暗，越黑暗越好：真善美想要洒满人间，就要先交给假丑恶来开垦这个世界。物极必反，否极泰来

2.3 两个目的

明白了这个世界为何创造，如何创造，你就不会厌世，方便自己看清世界，再看透世界，最后理解世界看淡世界热爱世界

目的一：为了社会稳定有序。

没有这场苍生之局，没有这么多众生相，人类的注意力很难被转移，不失去自己很难不内耗不痛苦，他们就会有更多的精力精力跟人道造反；反人类反社会反文明人群一直都存在。比如如果不对兽性，不创造道德和法律，每个人都可以随意杀人放火，全世界早完了，无规矩不成方圆

目的二：为了天下大同。

没有众生相就没有痛苦，人类就不会觉醒，人这个生物越痛越容易醒，痛到极致才能醒到极致，没有人或者组织是不经过地狱般的淬炼而变强大，比如科技和思想只有越强大，才越容易抵达天下大同。因为原始阶段里不可能觉醒悟道，花花草草猫猫狗狗婴幼儿不可能觉醒悟道

一切都是人为设计好的，人为为伪都是假的，凡所有相皆是虚妄。人道、人类世界、人类文明的出现，包括文字和金钱的发明，国家、经济、宗教、亲密关系、教育医疗、时间情绪等等所有众生相概念的出现，都是社会保障体系的环节设计，都是为了社会稳定有序，都是为了到达下一阶段的游戏环节，是苍生之局。

3.天道和人道图

天道尚左，人道尚右，人类文明反天道反自然反宇宙，跟原始文明正好相反。所以，整个世界都是反着的，顺成人逆成仙，玄妙就在颠倒间。不试错不叛逆，就会彻底失去自我。这就是混乱阶段的苍生之局

4.阳谋

我要光明正大告诉我星球子民关于混乱阶段的真相：混乱阶段的出现就是阳谋，就是做好的局，就是陷阱，就是坑，包括如何设计的细节，人手一份。你会认为这个世界充满了阴谋，错！这就是阳谋。但你没经历过，此运行了 8000 年的阳谋照样无解，此阳谋是来自 8000 年的巨大惯性，你能挡得住？去干去体验，是唯一能找到破局之道的机会。没有经历没有发言权，实践出真知。但这是阳谋，要开诚布公的告知给自己的星球子民，而不是让子民觉得世界是一场巨大的阴谋，什么都是阴谋，此阳谋无解

5.众生皆苦

众生皆苦用现代词汇表达：众生都内耗

开弓没有回头箭，混乱阶段是一把双刃剑，承上启下。有了混乱阶段众生开始苦开始内耗，但没有苦难就不会觉醒不会开悟；也就是没有混乱阶段人类不可能变得强大，变得享受，强大到实现天下大同那一天。因为原始阶段和天下大同阶段的人类不存在觉醒或很难觉醒。原始阶段上百万年了没有任何发展、众生也不苦，咋醒？天下大同阶段人类又享受还不痛苦咋醒？不痛苦不撞南墙不经历地狱般的黑暗，没有机会变强。任何人任何组织的强大，都是在艰难困苦中磨炼而成，心不死，道不生！不痛，不醒，痛到极致，醒到极致。想要变强、想要保障、想要幸福，没有苦难也要创造苦难！

比如科技的强大都是在痛苦中崛起，尤其是战争，因为绝大部分科技的进步是因为军工科技革命，古代如此现在亦如此。尤其是一战和二战是因为发生了两次工业革命，这两次工业革命都是发生在军队，还有互联网革命的出现，也是因为美苏太空竞赛，美国的信息技术突破，太空竞赛结束后把技术军用改为民用才有了如今的互联网世界。只有军工才会集合最牛人才、最先进仪器、最大量资金、最长时间的坚持。从天下大同的表面角度看，战争是伤害是破坏天下大同进程的，但恰恰若没有战争，绝不可能到达天下大同。

但苦难不值得歌颂，即使伟大的苦难也不值得歌颂，苦难就是苦难，尤其是被设计好的世世代代的底层百姓的苦难，更不值得歌颂。歌颂苦难就是赤裸裸的 PUA

6.被驯化成了人

原始阶段没有人类世界、没有人类文明，混沌一体，没有分别心，都只是一种生物。那时候连文字都没有，也就是连人这个字都没有，哪来的人类世界、人类文明？

好比老虎，原本在森林里，后来被圈养到了杂技团，开始规定几点吃饭、几点工作等……杂技团就是所谓的人类世界，人还没被叫做人的时候就是在原始阶段，后来被定义成了人，关进了人类世界这个杂技团，开始驯化成人，经过几千年的不断驯化和演化，你才成了今天的人，你本不是人。

人生如戏：这辈子演戏演得像个人；人生如梦：梦到这辈子是个人。做什么都行，别做人，像个人就行。

7.不可逆

混乱阶段不可逆，大河之水是不可能逆流的，比如人类学会了说话，不可能回到不会说话没有文字的时代；比如有了国家，不可能回到没有国家民族的时代；比如有了父母，不可能回到没有父母的时代；再比如有了科技，不可能让科技消失，这可是 8000 年的巨大惯性 · · · · ·

反科技反文明的人不是自不量力而是智障，刚看清楚一半儿就自以为是的伪正义，提不出最优解决方案的怨妇

8.众生相

8.1 人性相

你认为的人性是假的，是为了社会稳定有序驯化出来的新人性，利用人性下坠的力量，让人类降频降维的手段而已。比如马斯洛需求层次理论，这是打造的欲望，马斯洛是统治阶级的一条狗。

除了生命本质，除了人原始的特性，像婴幼儿般，其他都是为了社会稳定有序驯化引导的新人性。根据新人性，生出了文字和金钱这一对双胞胎

原始阶段的人性包括：**灵性、人性、兽性**；混乱阶段的人性包括：**灵性、原始人性、驯化出的新人性、兽性**

顺着人性做人，逆着人性做事。顺着人性做人指的是你认为的人是假的，人性是假的，做人再好再善良不能直接产生结果；顺着人性演戏演得像个人才能驯化编程迷惑大众，你是人但你不能真是人，你有人性但你不能真有人性；然后暗渡陈仓逆着人性做事，做事才能直接产生结果，人性是假的怎么能顺着假的东西去做事，怎么可能成功。

有人性怎么可能做到那个位置（做事），没人性怎么可能一直在那个位置（做人）。

这个星球的一切都是围绕人性而设计，所有众生相也是围绕人性而设计，上述讲过了根据人性创造出了等级，并开始出现政治、资本、宗教等文化这三个被造的神

借假修真别当真，好好利用人性、体验人性

8.2 文字相

8.2.1 破相

文字是假的，原始阶段哪有文字？文字是为了社会稳定有序认为创造出来的最核心工具。能写出来的都是文字，包括文字和数字。

人类的精神世界被文字语法编程，物质世界被数字算法算死。

整个世界是建立在文字之上，一切都是文字：你说的话是文字，你的思考是文字，你的情绪是文字，你的行为指令是文字，读的书是文字，看的媒体是文字、道德、法律是文字，导致内耗的胡思乱想是文字。

造字是人类史上最大的工程，这可是人类世界的编程代码，每个人都像一台电脑一样被文字编程。

人类造出的东西你都得付出代价：造出了国家你是不是得交税，造出了药你是不是得花钱，造了字你想白嫖？

文字可以编程你，左右你的情绪你的思想你的价值观，来达到政治、经济、文化的目的，文字是你的工具，你不是文字的工具。

造字很复杂，要不你造一个试试？为什么造、怎么造、造出来怎么宣传、怎么让所有人认可使用，比造原子弹难百亿倍哪可能白造？你要付出的代价就是被洗脑被驯化被降维被降频，甚至被几个字就能困在原地一辈子，活了一辈子当了那几个字一辈子的狗。

花草树木会被几个字困住吗？猫猫狗狗会被文字困住吗？婴幼儿会被文字困住吗？强者会被文字困住吗？你被文字玩啦，文化不就是用文字教化，自从发明了文字，整个人类开始进入文字游戏：文字就是这个世界的编程代码，你看到的一切都是文字游戏，宗教、经济、法律、感情等一切都是。文字会变成语言，语言会变成思想，思想会变成行为，行为会变成结果，结果会变成你的人生，文字语言思想行为结果这五个一回事，知行合一，要的是合一，文字就是你的人生！

人就是被文字编程过的一个个系统，你一开机就显示什么，遇到啥事会自动生成文字如何处理，文字控制着决定着你这个系统的一生；你的大脑就是电脑的硬盘，是死的，纠缠进去什么文字就会显示什么。

比如一直说谎你会认为是真的，这就是编程，文字的破坏力，吸引力法则。有了文字才有了这么多破事，文字使用时间久了次数多了就会形成你的下意识，你会证明它实现它，时间越久惯性越大；

比如父母那个年代没出轨小三这个词他们出轨的很少，我读大一时才有了出轨小三这个词，新闻全是出轨、聊天全是出轨，这代人跟这个字纠缠起来了，最终出轨的越来越多；比如以前睡觉是睡觉，不睡觉是醒着，现在有了失眠这个字，你就会膈应就会跟它纠缠，开始百度越搜越焦虑，最后自己实现了失眠证明了失眠；

比如如果算命的说你 30 岁会离婚，你就会跟这几个字发生纠缠，不断膈应，久了夫妻之间就会发生微妙的变化，矛盾越来越多，最后你自己证明了离婚实现了离婚；

比如如果只有当下这个字，大部分人就会只关注当下活在当下享受当下，整个生命就是当下这一刻的叠加；

自从有了过去和未来这两字，你会陷在过去迷在未来；比如如果没有快乐难受等等这些字，人就跟天地万物一样没有情绪是平静的，你吃饭时快乐？撒尿时快乐？睡觉时快乐？no！

是平静，快乐是假的。

资本需要你追求快乐，为了快乐你会消费，政治需要你追求快乐，快乐是假的你追求不到就会焦虑内耗，内耗了就没有精力造反，社会稳定有序发展；包括各种精神内耗和心理疾病专业术语的发明，每发明一个，人类就会跟它们发生纠缠一个，开始思考进入自己的潜意识，精神内耗加剧、心理疾病日益增多。脱离众生相的根就是破文字相，文字是一切的根源，有名，万物之始，也是烦恼之始。

8.2.2 断相

断舍离掉任何让自己不舒服的文字，断舍离掉任何消耗自身能量的文字，比如负面的语言，抱怨的语言，鸡毛蒜皮的语言，对自己没用的语言，这是个坑，是个局，是个陷阱

8.2.3 正相

借假修真别当真，正向的使用文字：使用正向的文字或者反为正用。

被编程了几十年的巨大惯性需要利用这些假的但正向的字给自己编程，直到形成正向的新的下意识为止。比如强者的语言都是正向的，根本没有负面语言没有弱者气息。

比如处理夫妻矛盾时，前 32 年我跟大家一样都会吵架辩解，当我说的话我的思考，也就是我的文字体系换成了：“我的存在是为了我媳妇越来越好，我们结婚的目的不是为了吵架”、“这辈子只有一件事：只管好自己”、“我媳妇没有觉醒开悟现在只是一只被驯化的狗我不可能跟狗一般见识”、“让我们夫妻有对立矛盾是个陷阱是个坑是设计好的局”等等这些话给自己编程了几个月，说久了次数多了就形成了我新的下意识，再发生矛盾时这些话第一时间会出来，矛盾就不可能发生，马上画上句号；再比如当你遇到问题不要出现这样的文字：我不行、我理解了但就是做不到等等，因为你的下意识认可了这些话，你会证明自己不行实现自己不行

一切都可以为自己所用，不好的一切也都可以反为正用，一切皆有利于我，遇到任何问题永远都有方式方法，不要讨厌错误，对错你可以利用，不要讨厌自己的情绪，精神内耗可以灵活转化为好事，不要讨厌政策，要利用政策；不要讨厌文字，要利用文字，文字很好玩；不要讨厌人性，要利用人性，人性很好玩，跟狗一样。

再比如你觉得风好大，好烦人；但我可以风力发电，我觉得风越大越好。风对你伤害，但我把它转化成了对我有用的能量。同样的，你觉得别人的伤害是痛苦，挥之不去；但我觉得伤害是从宇宙开始有人类开始一直存在，伤害是天道；而且痛苦确实使我强大使我进步；既然伤害无法避免，既然伤害能让我变强，那请就给我最大的伤害，化伤害为力量，化悲痛为力量，化苦难为力量。我的今天，得益于我曾经遇到的所有人所有事，尤其是垃圾的

人和事，我不会感谢他们不会原谅他们更不可能再给他们伤害我的机会，他们出现的命就是为了让让我看透真相，为了丰富我的人生，正缘孽缘都是缘分
.....

8.2.4 无相

天地万物都不会说话，花花草草猫猫狗狗都不说话，人类在 6000 年前也没有文字不会说话，婴幼儿不会说话，强者惜语，甚至归隐拈花一笑不再说话，不屑于说话，不屑于使用人类创造的文字陷阱。无相是开悟后的状态，可遇不可求，建议如下：比如你要是弱，就别说话少说话，不说话之前没人敢惹你，不了解你之前没人敢惹你，你被人欺负完全是自己吸引来的。比如两个人在一起久了之后多一点灵魂交流，少一些口舌相伴。就是平平淡淡，就是安安静静，只要陪伴着，哪怕不说话，也会岁月静好。少说话就会减少争吵，少说话就会减少临时需求的起意，遇到事情正常沟通正常处理即可。即使是面对当年灵魂多么契合的爱人，时间久了也要精神内守。不然你会变成事儿爹事儿妈，天天事儿事儿的。人类就是被驯化的狗，满大街都是被驯化的狗，满世界都是汪汪汪，跟狗说那么多干嘛？这个世界上的大部分要么敏感，要么傻逼，你跟敏感的人说那么多干嘛？你跟傻逼说那么多干嘛？跟任何人相处的文字使用方式：有事开启熟人模式，没事开启陌生人模式

8.2.5 二元对立诞生

二元对立是苍生之局的一环，所谓的对错好坏都是工具

正是有了文字才开始有了定义，有了定义就一定有人认为对有人认为错，就开始分阵营拉帮结派，开始有了对立有了战争有了伤害，男女对立、家庭矛盾、阶级矛盾、帮派组织民族国家，善恶好坏，白富美矮矬穷，包括战争等，皆是因为二元对立。电视剧电影里最大的卖点一定是打架、宫斗等二元对立，二元对立思维是社会稳定有序的重要手段，人类变得很容易被洗脑被引导，注意力被转移，灵魂被转移，能量被转移。文字都有偏见，都是站在自身利益角度的表达，再伟大的作家也只是书写自己的偏见而已，只要说出来就错，错了就有人纠错，形成二元对立，错上加错。

我们要允许，允许的力量大于一切，这是天道，允许让花成花，让树成树。强者都不会磨损自己，像水流一样，都是沿着最小阻力流动，允许自己蜿蜒曲折上上下下，允许自己反反复复断断续续，而不是见了山就对抗见了坑就对抗。

比如我很喜欢花很喜欢绿叶，但冬天来临他们就会凋零溃败。首先花和树自己允许自己凋落，其次我也很自然的客观接受他们的凋落；但就是有些人会主观的选择对抗，比如觉得太可惜很遗憾，秋冬季节整体心情惆怅拉垮容易内耗…

比如我们的身体，我们的牙齿正好严丝合缝扣在一起，而不是上下的牙齿对抗打架；我们的骨头关节处也正好严丝合缝，而不是两节骨头相互摩擦打架

要允许自己是个普通人，允许自己犯错，允许自己出现内耗，允许恋爱时轰轰烈烈，也允许婚姻时平平淡淡，因为婚姻就是搭伙过日子，婚姻柴米油盐酱醋茶，婚姻就是谁洗衣谁做饭；允许活着就是不断试错的一生，因为全世界都是错的；也要允许别人是傻逼，不要争吵不要对抗，不回应或远离不就完啦，沟通个屁，解释个屁。允许就是心宽、心宽就是圣人。

整个社会也要允许大家踏踏实实的做个普通人，天都是普通的天，只会下雨下雪下冰雹，有本事下点钱。大家都是普通人，即使是皇帝，大多数也都只是普通的皇帝。请允许自己普通，请允许父母普通，请允许领导普通，看不惯啥不服气啥心里委屈啥，父母还委屈你为啥是个普通的孩子，领导还看不惯你为啥是个普通的员工。

怕就怕一对比，普通人好悲惨当然会选择拼命逃离普通，但事实又是，绝大多数不可能逃离出去，都设计好了…如果工资福利待遇差距不大，看个病不走后门，教育不走后门，普通人吃的喝的没毒跟有钱人吃的一样全是特供…最搞笑的是宗教都在对比谁是世界第一大宗教…人类都还在说不要虐待猫猫狗狗，反倒开始自虐，虐人！

吃得苦中苦，方为人上人：吃得苦中苦不就是虐待自己拿自己不当人；
方为人上人不就是虐待别人拿别人不当人；

还有要努力要光宗耀祖，但事实是你越努力有钱人越有钱，少数能光宗耀祖的后来都出了事，祖宗的脸又被丢尽了，因为普通人根本承载不了那个位置那么多钱。

大多数人有了权和钱之后就开始践踏人性、践踏规则、甚至践踏法律，二元对立周期性的越来越激烈，因为这是这社会需要。

没有邪恶，谁来伸张正义？有些人群还有存在的必要吗？要统治阶级干嘛？没有妖魔，哪来的神佛，谁还去烧香？越是灵山脚下妖魔越多，都公平了，还需要统治阶级吗？都道德了，还需要讲道德吗？但是如果没有统治阶级、没有圣人，当邪恶出现时，谁能有力量组织去对抗去消灭？没有超高思想没有绝对力量没有金钱积累，能战胜邪恶战胜妖魔？所以没有邪恶也要制造邪恶，没有妖魔也要制造妖魔，圣人不死，大盗不止！

好坏对错，善恶真假，神佛妖魔，皆是工具而已。

二元对立这场游戏的设计，是阳谋，无解，了不得。

任何事的结论变得不再绝对，都需要多角度分析，尤其是阴阳两面。

整个人类世界也就在二元对立的此消彼长的周期轮回里，波浪式前行。

地球上东方的文字进化到了顶端，8.5 万汉字早已停止进化，所有的现代现象都可以用汉字组合表达出来，每个文字都是一个哲学，文字优美，词语绚丽，成语辽阔，诗词更是美不胜收。西方的文字还在进化中，很多都是参考东方文字而发明，由于西方文明进程开始太晚，现在的 60 万个单词还在每年增加。英文的好处在于比汉字简单易学。汉字越用越团结团结，英文字母越用越分裂。

文字的诞生，让人类从此进入星球的制霸阶段，站在了肉体的食物链顶端，但成了灵魂的食物链最低端。一句话一个词就可以把人困在原地一辈子

8.3 金钱相

金钱是假的，原始阶段的上百万年哪有钱？花草树木猫猫狗狗谁有钱？婴幼儿会在乎钱的事儿？强者想咋挣钱咋挣跟玩一样他们谁会在乎钱？

钱是工具，不是目的不是本质。每个时期金钱的表现形式一直都在变：最开始是贝壳、布块，后来是金子、银子、铜板，现在是纸，以后可能是数字。

但是整个世界除了建立在文字之上，同样也是建立在金钱之上，是文字和金钱一明一暗一公一母生出了整个世界。一切都是金钱，没有钱啥都没有！没有金钱会有国家？哪个上位者背后不是有钱的百年家族在支持？没有金钱会有资本家会有马云？没有金钱会有宗教？庙香火越旺，佛像越大，这是金钱。没有钱能上学？能看病？能结婚？能生孩子？是钱生出了这一切。

所以不管是什么人、什么阶级、什么组织，包括国家，这一生大部分的时间都在挣钱，不择手段的积攒财富，完成原始资本的积累成了首要任务

金钱不是一切，但金钱能解决个人或组织 99.99% 的问题，金钱是人活着最大的底气，没有之一。金钱也是除了悟道获得无上智慧意外最能带来快感的事情。

金钱这个假的工具可以判断人的真假：金钱让高贵的人更高贵，卑鄙的人更卑鄙；让深刻的人更深刻，浅薄的人更浅薄。因为有钱之后一般的你就不装了

8.3.1 欲望升级

金钱的诞生，除了交易这个目的之外，还有个重要目的：是为了让人性造出的等级而产生的欲望进行升级，并直接诞生精英主义阶层，让人间炼狱般的修罗场正式形成。

所有的欲望基本都需要金钱才能得以实现，从此人类彻底变成了欲望动物，欲望的奴隶，欲念一起，放大了人类的恶，叠加科技的发展让人类的恶

从此深不可测，潘多拉魔盒正式打开，人间炼狱加剧，也很有可能人类因此走向失控，万劫不复

且有了欲望就产生了攀比，攀比可是万恶之源。攀比这个念一起，就没头儿，无止境，现实是总会有人比你优秀，是总会。一生之中的内耗绝大多数都是因为攀比，自卑是因为攀比，消费主义是攀比，教育买房买车是攀比，嫉妒是攀比，焦虑是攀比……欲望，就是你痛苦的根源

欲望一旦产生，将永无上限。喂不饱的，哪怕是对自己最亲近的人，都不要轻易培养他们的欲望；若是教育孩子，要正向使用欲望，把欲望当成智慧的试炼场。

这个世界就是个文字游戏，挣钱游戏，欲望游戏。

钱很重要，得挣；但在这场设计好的游戏里，体验人生是主业，顺道挣钱（具体怎么积累财富后面会讲到），否则没机会跳出这苍生之局

8.3.2 对金钱的欲望诞生了精英主义阶层

苍生之局需要自动运转，总得一直有一帮群体，也被消灭不了，他们能创造出很多事，让众生皆苦。所以就用人性、文字、金钱、欲望等工具的共同作用下创造出了这个群体：精英主义阶层。这是苍生之局里极其重要的棋子

精英主义阶层的特征

第一：极致的利己主义群体，以敛财为主。

第二：精英主义天然是对百姓的对立面，也是统治阶级的对立面

第三：只要二元对立、额外的欲望、金钱等这些众生相不消失，也就是不到天下大同阶段，这个群体永远存在，怎么都消灭不了。野火烧不尽，春风吹又生

第四：只要有了钱，有了权，有了高认知这三个东西的任何一样，就会容易变成精致的利己主义，走向人民的对立面，变成精英主义阶层。

第五：精英主义阶层的群体只要不使用狠绝的手段去清理，便会越来越多，多到如果你是好人你就是错的，多到社会需要推倒重来

第六：只要没有悟道，以下就是个死循环：百姓有了权力、有了金钱、有了认知，自然会被欲望牵着走向精英主义心理，导致精英主义阶层出现，屠龙者终成恶龙，变成了精英主义阶层又开始鱼肉百姓，百姓被鱼肉到一定地步就会被精英主义阶层煽动作为牺牲品、马前卒推翻统治者，而不是推翻精英主义阶层。统治阶级扫黑除恶、打击贪污腐败，扫的就是精英主义阶层、除的就是精英主义阶层、打的就是精英主义阶层。

统治阶级一般在建立之初跟百姓是一体的，共生关系，后来国家统治瓦解，一般都是内部问题，这个内部问题就是上述讲的精英主义阶层群体越来越大，时间越来越久，包括统治阶级大部分也被渗透变成了精英主义阶层，内部问题已经到了无法解决的地步，这时稍微再来点天灾，就会改朝换代。一代一代又一代，循环往复以上的历史周期

第七：精英主义群体内部也分三六九等，最顶层的就是那些门阀、财阀。当有了足够金钱会成为资本家，有了足够权力会成为政治家，有了足够认知会成为宗教等文化家，顶层群体里容易出现控制世界的背后玩家，即：千年家族和一些新上来的百年家族

第八：精英主义阶层诞生了世界上最大的恶、真正的恶，深不可测的恶，以敛财为主，善恶好坏、大是大非不在其考虑范围内。老百姓能窥探到真相一二都会瞠目结舌，这些恶从不被揭示或者揭示一小部分恶来掩盖真正的恶，比如萝莉岛的揭露，实则是用萝莉岛掩盖萝莉岛，真正的黑暗远超乎已经揭示的。人类所有的恶，都是欲望惹的祸。去萝莉岛的都是精英主义阶层的顶层群体

第九：精英主义阶层是这场苍生之局的关键一环，有这个阶层在，人间炼狱，实现众生皆苦，才有保障。站在人类的正义立场，站在人民的立场，精英主义阶层是坏人，但站在天下大同的立场，没有对错好坏，他们不可或缺。只是很多星球低估了精英主义阶层的恶，导致游戏结束，万劫不复

第十：如果精英主义阶层的群体看到了这本书，我想对他们说：你们的使命已经完成，你们也很可怜很无辜，只是苍生之局的棋子，为了实现天下大同的一条狗。

现在看清真相，还有最后一个使命，也是星球子民共同的唯一的使命：天下大同。想要实现天下大同，必须天时地利人和（后面会讲到具体细节），那就集齐星球百亿人的智慧共同攻坚，单点击穿。留给我们的时间不多了

金钱不是资本，金钱只是工具，是中性的，但金钱累积到一定程度造就了资本，资本嗜血，资本家的行为与资本家无关，他们都是资本的提线木偶，他们的行为是资本说了算。

所有精英主义阶层的愿望一致：成为资本家！

只有不在金钱游戏内的悟道级强者，能跟、敢跟精英主义阶层的顶层掰手腕。人类历史就是悟道级强者和那些千年家族和百年家族博弈的历史过程。每当幕后家族把世界霍霍到了极点，百姓水深火热到了极点，民间自然会诞生出悟道级强者。因为足够痛才能足够醒，醒到极致就会出现悟道级强者，比如地球上的老子、孔子、毛泽东等人物；混乱阶段就是在他们波浪式周期式反复式轮回式的博弈中前进，只有到了天下大同阶段，人类才会不再有额外的欲望

欲望的创造，既是众生痛苦的根源，也能诞生不会消失的精英主义阶层，精英主义阶层又能创造出更多的苦，能让百姓更苦，苦到一定程度能诞生伟大的悟道级强者，悟道级强者制定天下大同战略推动科技发展一直等到发展到极致那天，等天时地利人和齐聚，天下大同才能实现。也就是欲望是为了实现天下大同的必要组成部分，打造欲望是为了不再有额外的欲望

8.4 爱

人类世界都是假的，爱更是假的，原始阶段的上百万年里哪有爱和恨？花花草草猫猫狗狗会爱你恨你？婴幼儿会爱你恨你？天地爱你？天地不仁

以万物为刍狗，你就是条狗；圣人爱你？圣人不仁以百姓为刍狗，你就是狗，狗肉一样的肉；父母爱你？爱是是因为你是他的孩子这层身份，是因为你能给他养老，这种有前提条件的爱，是自私是爱他自己，都是站在自身利益角度、人类自身感受角度，人为赋予的爱，是为了社会稳定有序。因为人类变成了这么危险的生物如果都没有爱、不宣传爱，人间得变成什么样儿？离毁灭不远

爱会拉近距离甚至会不懂的保持距离，违反天道，但最符合人道。爱是目前人类世界最高的能量，是管理世界最有力的工具；有温度的爱，是冷冰冰的工具。但也仅限于人类的三维空间内。宇宙内能量高低的顺序为：道、德、仁、义、礼、智、信，从上到下代表维度能量的高低。道在N维趋于无穷大；德是n-1维到4维，人活在三维世界，所以叫德高望重，厚德载物，德的能量高于三维世界的一切能量。道和德都是天道；仁就是爱，仁慈仁爱慈爱，爱是三维世界第三维的能量，仁可以在三维世界感化一切，因为仁者爱人，爱是人类能够感受到的最大的能量，所有开宗立派和打江山的核心价值导向一定是仁爱、兼爱、人人生而平等；再往下是义、礼、智二维能量；信是最低的，最起码最基本的一维能量。

仁义礼智信是人道

普通人的能量层次：**信智礼义**

开悟者的能量层次：**仁德**

能量最高层次是道，称为：**得道者**

当道德没了之后就开始讲仁义，当仁义不见的时候就开始讲礼智，没了礼智，，骗不了人了，最后开始说：“你要有信用，我这个人很有信用，我们必须有信用”此时的社会对应最低维度的能量，是末法时代

人类世界的爱只有一种，是成就别人，这个世界才真正有温度。让别人成为别人，让别人越来越来越好，这才是爱，是真爱，是最大的爱，不以成就对方为前提的爱，都是欲盖弥彰。比如父母孩子之间不会要讲爱，要讲成就，父母的存在是为了孩子越来越来越好，是成就孩子不是成就自己；再比如夫妻之间不要讲爱，老婆的存在是为了老公越来越越好，老公的存在是为了老婆越来越越好，哪怕离开了自己对方也能越来越越好。很多人结婚是为了满足自己

成就自己；再比如职场领导得成就下属，下属的专业越来越高、业绩越来越好、挣钱越来越多、职位越来越高，是不是意味着你的仕途和钱途越来越好？

所以任何组织的核心价值观一定是成就对方，比如为人民服务、以奋斗者为本、人类命运共同体，既能保持当下社会稳定有序，也是人类进入天下大同的唯一钥匙。社会可以出一些这样的小说、电视电影、或者大学学科，给每个人进行道、德、仁、义、礼、智、信的积分，信用分已经开始用了用处很大，其他六个也要都用起来，形成的社会治理体系，一定很和谐

8.5 政治相、资本相、宗教相

6000 年前哪有国家、哪有货币、哪有文化艺术、哪有天赋哪有爱好、哪需要上班工作挣钱、哪有神仙哪有烧香拜佛？

政治、经济、文化是人性、金钱和文字共同生出来的三胞胎，政治生出政治家，经济生出资本家，文化生出宗教家，三者相互影响和转化。且世界后来的推动和变化主要靠这三类人群，只是有些地方政治说了算，有些地方宗教说了算，有些地方资本说了算，都属于统治阶级类别，人类的金字塔尖。社会稳定有序的本质是这些金字塔尖的人群稳定，他们一旦乱了，整个人类世界就会乱套。社会稳定有序就是混乱阶段的主旋律，也就是这三类人群想尽办法不被推翻就是社会稳定有序，历史主旋律

真正能影响世界的永远只有三五个国家，能改变历史进程的永远都是几百年出一个的悟道级强者，掌控片区社会走向的永远都是幕后的几个家族，能让人类下跪被驯化成狗的主流宗教只有三五家

8.5.1 精英主义阶层

掌握了金钱、权力或者高认知的人，只要没有悟道，在苍生之局下设计出的欲望的诱导下，容易变成精英主义阶层，具体形式如下：拥有绝对权力的统治阶级容易出现士族门阀、资本财阀；拥有普通权力的官员、老板、知识分子容易变成精致的利己主义者；这些都是精英主义阶层

想要破除朝代的历史周期律的核心，是如何跟精英主义阶层博弈。每个朝代的初期都是休养生息，慢慢盛世到顶峰，但精英主义阶层开始壮大，开

始渗透政治、资本、宗教文化等各方面，百姓越来越苦，导致失业率尤其是青年失业率越来越高，通货膨胀越来越高，统治阶级的管理越来越吃力，稍微来点天灾人祸，朝代就会土崩瓦解，推倒重来。新的政治、资本、宗教文化这些统治阶级从屠龙者终成恶龙，没有悟道就还在苍生之局里，一直如此循环下去，这就是天道，天道守恒，失衡必会想尽办法归于平衡，人类的一切人道都在天道之下运行

精英主义天然是对百姓的对立面，也是能真正引起社会动荡的群体，人类世界里想象不到的恶大部分都来自于这个群体 **包括战争、资本陷阱、消费主义、利益代言人、最容易践踏道德甚至践踏法律的群体。**

统治阶级的经一般都是好经，负责念经的和尚可不一定是好和尚；统治阶级和百姓利益大方向都是为了和谐稳定，毕竟百姓完蛋意味着自己完蛋，但念经的和尚容易成为精英主义阶层，百姓和统治阶级两头儿出事都与他们无关

世界上最大的恶最大的危险来自他们三个群体，因为没有开智、没有权力、没有财富的普通人不会那么危险，即使杀个人放个火社会乱不了，管理一下即可。这个世界最需要控制和管理的是这三个上流群体。如果不让百姓监督他们的权力和行为，只能靠天，因为他们这三类群体吃普通人，老天吃这三类群体。

趋利避害是新驯化演变的最核心人性之一，欲望一定会提着人类这个木偶往高处走，过上流社会的目的是为了过上下流生活。

上面的位置和资源那么少，怎么可能轻易放下面的人上来？

这三个阶级的精英主义阶层开始造神，造崇拜，人类开始迷信权威，更加容易迷失自我，更便于管理，社会稳定有序。

股神巴菲特，不就是玩内部消息、人脉、垄断那老一套，跟他吃顿饭都得花上千万，把自己造成神，其实就是精英主义的一条狗，更是顶层设计的苍生之局下一条狗。

白莲花的绽放需要黑污泥，天下大同需要恶犬开道。

悟道级强者

相反，像地球上的毛泽东这种悟道级统治者，不会陷入此众生相

悟道级强者的典型特征之一是不敛财，金钱不再是目标

可以一辈子穿带补丁的衣服，只拿微薄的工资，头顶白莲花，心中阳光执剑，与大众百姓为伍，为了正义，可以以血引雷霆，一辈子无我，杀身成仁，舍生取义，只为天下大同。

还有一种不是悟道级的白莲花：为底层发声的正义之士，俗称好人，数量也很少。

悟道者和正义之士都需要得到保护和尊重，他们跟绝大多数人类要斗争，跟邪恶斗争，跟不公斗争。

但是好人和悟道者都喜欢天道的孤独，都不怎么合群，也导致好人很难联合起来，喜欢各自为战，这也给了极致的利己主义-精英主义阶层团结壮大的机会，且污泥般的这些势力反而喜欢团结，当这股势力团结到可以一手遮天，普罗大众整体的生存遇到危机之时，好人和悟道者们才会被迫的团结起来跟精英主义阶层掰手腕，整个人类历史就是在他们这两个群体之间松松垮垮波浪式博弈中前进

但如果没有诱导出来的精英主义阶层，就没有毛泽东这种少数的悟道级统治者出现；

没有诱导出来的精英主义阶层百姓就不会那么苦，政治就不会打仗，资本就不会有资本主义消费主义陷阱、宗教文化就不会给众生洗脑；

没有众生相没有资本陷阱宗教陷阱人类就不苦，也就不会觉醒强大，不打仗科技就不会迅速发展，所以这种精英主义阶层似的“坏人”，站在人民的立场是坏人，但站在天下大同的立场，有这些“坏人”是为了没有坏人：打仗是为了不打仗，生病是为了不生病，挣钱是为了不挣钱，死人是为了不死人，内耗是为了不内耗，苦是为了不苦·····

统治阶级的本质也不过是一份职业一份工作，都是混口饭吃的形式；除了少数悟道级政治家、企业家、思想家，其他都是幕后那些百年家族千年家

族的工具，都是苍生之局的一环。谭嗣同《仁学》：“两千年来之政，秦政也，皆大盗也；两千年来之学，荀学也，皆乡愿也。唯大盗利用乡愿，乡愿工媚大盗。

组成百姓的一个个的你才是万物之基。有百姓，才有政治，百姓做苦力缴税供养政治，是百姓花钱雇的政治，百姓才是政治才是官员才是统治阶级；有百姓，才有资本，百姓做牛马作为生产资料供养资本，百姓才是资本是老板；

有百姓，才有宗教的神，百姓的灵魂跪下给宗教烧香供养，百姓才是神。百姓是政治的爹，百姓是资本的爹，百姓是宗教的爹

但没有政治就无组织者管理者，没有资本就没有钱发展科技，没有文字教化就没有统一方向，也就是没有政治经济文化，就不会有天下大同的那天，也就是

社会稳定有序的大环境以及实现天下大同，靠普通人根本不可能实现，只能由政治家、资本家、文化思想家，这三类统治阶级带头来实现。

政治家、资本家、文化教育家和百姓之间相互成就，针对以上三个概念，借假修真别当真别较真

8.5.2 政治

有文字历史以来，绝大部分的政治都是打天下、坐金銮、睡女人、抢财产，除了少部分悟道级政治家会杀身成仁，为人民服务，为了带领人类到达天下大同，其余的政治家全都是屠龙者终成恶龙。

人类变成了政治动物，关心政治成了常态，人类活在政治环境里，好比鱼活在水里，毕竟水质变化，关乎鱼类生死存亡

政治的本质是斗争学、是管理学，是利益分配学，政治家的本质是斗士、是管理者、是利益分配者，政策是基于利益分配的游戏规则，分配利益的主要工具有四个：媒体、货币、法律、武力。整治要解决的只有两个问题：国外稳定有序+国内稳定有序，也就是国外不能影响自己国家政治生态的稳定有序，国内百姓也不能影响自己江山的稳定有序。

对外治理靠科技靠武力靠外交，对内治理靠管理靠人性。

社会的治理一直会围绕土改、房改、税改、教改、医改、生育、制造、军改等几个环节来回折腾

政治家族千万不要说自己、自己的父辈打下的江山，江山一直都在那，不用打，山川河流都在那，每一寸土地也都在那；真要说谁打下的江山，是无数条底层百姓的命换来的。

大部分政治家族都会误入歧途，开始垄断资本垄断权利形成新的关陇集团，这些门阀和财阀，在幕后操纵或影响社会。

从政者不为百姓，死路一条，因为百姓的子子孙孙无穷匮也，可以不断干直至干死死不为百姓的从政者为止，天道守恒，秋后算账也是算账，百姓吃不了你，天，也会吃了你。越是伟大的帝王时期，恰恰百姓最苦；越是圣人时代，百姓最苦；圣人不死，大盗不止。

政治本不存在，现在又必须存在，将来可以存在。在天下大同阶段里：人人都是政治家，老百姓才是天下，老百姓是帝王尊者。比如科技发展到每个人都是信息库，依靠智能感应来获取大脑潜意识；对当地统治者进行服务性满意投票。这样的政治局面，不会出现人为干预，政治家只有一个心思：为人民服务。世界的管理将是走向无为而为的第一步

8.5.3 资本

资本的本质是嗜血、是收割，是欲望的炼丹炉。

资本最大的财产是穷人，世界上最稀缺的资源是穷人。只要不是悟道级企业家，他们的行为是资本是钱说了算，与人无关，不管是谁成为资本本质都一样。

在一个政治周期里，资本会伸手政治，政治会联姻资本，普通人会更没机会，最后推倒重来，重新开启下一周期

同时掌握天量资源性资产、天量实物资产、天量现金资产的才是资本，类似马云这种台前的人物才刚入资本的门，是小资本，是资本代言人；至于

手里有个几千万上亿的这些人，只是普通人里的富人，他们是资本的猎物玩物，随时会被收割精光。

更何况普通人，更难实现阶级跃迁。

你的平均收入早就提前计算好了，最上流的圈子很小，他们彼此相互支持，甚至联姻，同心协力踩想要爬上来的人；

底层的人互相见不得对方比自己过得好，会相互撕逼；强者互持，low者互撕，导致底层人很少有人突破阶级。

再加上各种洗脑概念从小到大无处不在的宣传，认知被按在地上摩擦一辈子，所以穷人会一直穷得很稳定。

资本创造出了各种经济形态、各行各业、各种谋生存的工作方式，资本依靠的是创造出的工作有人在干，但所有的经济模式的本质都是吹泡沫：经济史就是一部谎言电视连续剧，要么在泡沫破裂之前退出，要么成为韭菜。所有生意所有行业一旦有点效果挣了钱都开始吹泡沫，脱离最初本质。

比如养一头牛挣钱，是因为牛棚自己用茅草屋搭建、吃免费的草，随便找个地圈起来即可；但是养到 1000 头 10000 头时就开始脱离本质，贷款建牛棚上千万，买各种机器，雇各种员工，还出国学习，玩各种时髦儿的金融新模式，甚至送礼行贿，穿金戴银豪车豪宅……

这些跟养一头牛时的本质完全背离，最终结局一定是崩盘、破产、倒闭、跑路，时间长短而已，包括种地都是如此

资本创造出的工作，随着生产力提升，分工越来越细，导致从原始阶段的不用工作，到混乱阶段几千年以来的工作都是传承制，比如铁匠，负责勘探、采矿、冶炼、打铁、销售等上下游所有环节，会很有趣，也能跨越经济周期和历史长河，还与大自然接触，基本不会内耗；

直到今天出现如此细化的分工，叫螺丝钉，一人一个坑，别说见自然每天都不见天日，随时会被淘汰，变得可有可无，**螺丝钉意味着工作单一、乏味，所以绝大部分现代工作给普通人带来的必然是内耗**

当社会不需要挣钱就可以谋生、当人类重新回到原始阶段的不需要工作时，资本将会消失，或者人人都是资本家企业家老板股东，消费者才是老板才是资本。

比如企业想要有利润，就得依靠消费者来买，所以**消费者才是老板**，建立数字信息库，每个人的需求就是生产资料，每个人的需求是企业最大的资产，企业的盈利大部分要以分红形式返还到消费者手里，消费者拿到钱又继续消费，这样形成企业生产和资源不浪费、消费者永远有钱花的良性循环，也能杜绝企业资本以次充好、数量泛滥倒闭和资本制造消费主义陷阱的机会

只要不是藏富于民自己赚的盆满钵满的资本老板，做出再伟大的事也都是**SB**，都只是精致的利己主义者，都不值得歌颂，这是对资本、对企业家的唯一衡量标准，与现代资本主义时代的企业经营理念正好相反，现在的企业经营理念都是在企业利润、解决就业率、纳税等表面上下功夫，社会上主要宣传的排名也都是资本工具。

比如 **GDP**、财富排行榜、平均收入等等

而不是百姓幸福指数、普通人平均收入等等这些本应该是核心宣传的指标

资本必须被限制在合理区间，是社会治理的核心问题之一，也是难题之一

8.5.4 宗教

原始阶段没有宗教。

政治、资本形成的同一历史时期，也就是混乱阶段开启之初，就已经有了宗教，只是那时是神权社会，没有给宗教命名而已，宗教正式出现是 2000 多年前。

所有宗教的核心特征

第一：造神

第二：宿命论

第三：下跪

第四：制造恐吓

对普罗大众妥妥的降维打击，因为人管人、人跟人相处总会有争吵有质疑，但是神跟人沟通呢？

即使神说错了你都得说对，还得跪着说！

这种来自未知且神秘的强大存在，就是**造神运动**，是为了社会稳定有序，当然后来很多统治阶级是为了自身利益而选择宗教。

而且每个地区的宗教都不相同，每个地区造的神也不同。

老子耶稣释迦牟尼这几个人他们本身不认为自己是神是佛，或者说他们认为每个人都是神都是佛，天道无相，神佛也无相。

他们基本没写书更没创立宗教，是后人为了改造世界创造。

现在地球上的国家里，除了中国，其他国家大部分是神权社会，中国在先秦之后就已经不再是神权封建社会，西方、中东等还处在春秋战国阶段，现在地球上唯一不推崇宗教治国的是中国，只是允许宗教这种文化形式存在而已。

创造出宗教的那刻起，就给违反思想的带来了巨大利益；创造出道德的那刻起，就给违反道德的带来了巨大利益；创造出规矩的那刻起，就给违反规矩的带来了巨大利益。

宗教是人类迄今为止最大的思想牢笼。

因为造神最容易引起盲目尊敬和盲目畏惧，盲目敬畏就会失去真正自我，全成了乌合之众，人类思想进步从何谈起？宗教正式命名的 2000 多年来，人类思想一直处于倒退中，没有思想之光的指引，人类找不到出路。万法归一，万法皆空，更何况由法生出的教，万教皆空。

宗教跟学派思想是两码事，比如佛家思想生出了佛教，道家思想生出了道教。

我们人类是思想者，思想者生出思想，思想生出宗教，所以宗教是思想者的孙子，但现实中人类被洗脑编程后，给自己的孙子下跪和崇拜，愚昧就会让社会稳定有序。

加了教字，就是教化。

思想家都是探索世界不改造世界，但宗教家是为了改造世界。

宗教是社会稳定有序整个链条的闭环，是精神内耗的配套。

因为在混乱阶段至今的 6000 年里人为设计的众生开始皆苦，但是太苦也不行，苦的都抑郁想自杀、苦的都躺平也不利于社会稳定有序发展。

所以必须设置一个环节可以得给到内耗的人力量，叫信仰！

很多遭受重大苦难后的人们选择了宗教，有了精神依托，重新获得力量，不仅不会危害社会，生活态度还会变得更加积极，这样社会就会稳定有序。
宗教只是自欺欺人罢了，你真的虔诚吗？

你拜佛拜的是自己心中的欲望。

最虔诚的地方不是宗教，是医院重症监护室！

宗教是最大的思想黑社会、精神黑社会。

因为他们动不动就吓唬人！吓唬人不是黑社会是啥？“动不动就造口业、下地狱、轮回成畜生、万劫不复、惹了太岁、阴债太多”等等。世界上除了不能动底层人的认知，就是不能质疑信仰宗教之人的宗教，他们的命运被牢牢掌控和锁死

宗教的好处也很多，是混乱阶段不可或缺的重要环节。

比如宗教为什么可以给痛苦的人带来指引或拯救？

第一、痛苦人的世界里就需要也只需要找到救命抓手这一件事；

第二、达官显贵这些能量高的见了神都得跪下，更何况能量低甚至马上想死、能量马上消失的痛苦之人，在神面前更加卑微，绝对卑微就会产生绝对虔诚，从而产生绝对相信。

神说的话就会成为唯一心理暗示，在内心深处不断种正向的心锚，最终去证明它去实现它，类似吸引力法则、心想事成；

第三、宗教的语言体系绝大部分正好都是正向的。

没有什么失败、心理疾病等负面词语，语言大环境舒服。人活在语言体系下，语言什么样子，这个人就是这么样，信宗教的过程基本就是剔除负面语言体系的过程。

第三、宗教里相对世俗之人很少，同频之人人居多，人员大环境舒服，且环境更大自然一些，天补地补人补都有了，利于身心净化。

还有具体的比如道教可以建邦立国打天下，道教文化太牛逼是门内文化不普及；唯一的东方本土教，但现在相当多道士或者学了点玄学的人以牟利为目的，到处化太岁、还阴债、超度算命看风水，这是道教玄学鄙视链的最底端，但如果能做到不割韭菜+只正向引导+为了自己混口饭吃，可以理解；

再比如儒教，是被阉割后的儒家文化，也就是犬儒主义，可以教化世人运天下，是门外文化，导致人情世故等这种文化糟粕越来越盛行；

再比如佛教可以抵抗部分内耗安天下，设计出了内耗必须设计出所谓的信仰来闭环，但现在搞的跟推销业务一样见到人就说：施主你的机缘已到···

更是畸形到了张嘴闭嘴都他么说别人造口业，尤其是你质疑他们马上说你造口业，张嘴吓唬别人造口业这句话才是造口业！

教归更吓人不听话还诅咒变成畜生

宗教在三维空间已经构建的秩序根基很难动弹，比政治、资本生命力更旺盛，但也只是在玩三维空间内的文字游戏而已。2000 多年前发明了宗教，现在又发明了心理学，都是治标不治本，都是治疗配套，设计好的，精神疾病的名词药物仪器越发展越来越多，精神病人也越来越多。

如果宗教很好，为何存在了 2000 多年人类的苦越来越多？为何内耗的越来越多？思想一直从未突破先秦？天下大同到来的那天，就是宗教覆灭时，但他们的生命会换种形式存在：

比如像道教那样成为一种实用性的学术继续传承下去，再比如跟政府合作研究暗物质暗能量等玄学科学，再或者作为培养觉醒开悟之人的基地、学府、思想运动会委员会等等

借假修真别当真别较真。

很多信佛、信基督等等信各种宗教的人会有疑惑：

自己这么虔诚，各种积善布施，为什么还有这么多不顺？

因为只要还在众生相名利场里，不顺是常态。

尽信书不如无书，尽信教不如无教。

有用你就用，听不懂或者有疑惑的不用即可。

万教归一，万教皆空；万法归一，万法皆空。

你本自具足，自己就是宗教自己就是佛自己就是上帝自己就是神，对自己保持绝对虔诚

8.7 我相

你认为的我是假的，你认为的我被打压灵性、打压兽性、驯化新人性后的我，你认为的我只是肉体是躯壳。

比如我叫小镇舍长，这只是我的代号，一个称呼而已，我只是在扮演小镇舍长，在互联网上体验个三年两载就不用了，包括身份证上的名字，体验个几十载就不用了

不要执着这个假“我”，以及这个假我相关联的一切。比如若你执着这个肉体，但它会死，没办法执着，没办法较真。

你是你，你不是你，你还是你。

借假修真不当真不较真

8.8 人相

人是假的。

我们本不是人，跟其他动物一样都是一坨肉，原始阶段哪有人这种概念，就跟驯狗一样，人是被驯化而来。如果原始阶段的是人，那为什么你跟现在是完全不一样的人？

再如果你现在是人，那现在把你出生时就扔到狼窝里让狼把你养大，你跟现在的人也完全不一样，现在的人会认为你根本没有人性。

只是为了社会稳定有序，统一给这个群体的下个定义而已。如果最开始给我们这个生物的定义不是人，而是狗，那我们现在会称呼自己是狗，人类的所有问题都是人类思维导致，所以解决人类问题得站在人之上。

但是回不去了，你只能是人，要表演的像人。你是人，你不是人，你还是人。借假修真不当真不较真

8.9 亲密关系相

天道无亲，亲密关系是假的。

人为创造的亲密关系有父母、夫妻、孩子等，原始阶段哪有父母夫妻孩子？

花花草草猫猫狗狗婴幼儿强者的内心世界里，谁有父母谁有爱人谁有孩子？有了这些亲密关系，社会就会稳定有序，因为：

第一、有了亲密关系就有了顺序就有了秩序，比如上一辈下一辈，君君臣臣父父子子，社会稳定有序；

第二、有了亲密关系就有了软肋你就很容易被拿捏，不敢轻易造次，社会稳定有序；

第三、有了亲密关系你就得为他们花钱花掉你所有的钱，辛苦一辈子积攒的钱是自己的真正实力被消耗掉，是资本需要社会需要，社会稳定有序；

第四、有了亲密关系就开始讲爱，开始不懂得保持距离，开始违反天道，变得家家爱都有一本难念的经，天天跟父母耗、跟爱人耗、跟孩子耗，你就不再有精力跟他们耗，社会稳定有序；第五、有了亲密就有了家庭为单位，社会管理的难度和成本，比直接管理个人，降低 10 倍左右，社会稳定有序

针对亲密关系，借假修真别当真别较真，只是体验，用心体验即可

8.9.1 父母

花花草草没有父母，猫猫狗狗没有父母，是你认为它有，实际上雄性动物只是为了交配，交配结束就走了，他不认为自己是爹，而且孩子长大后要跟父母进行交配或者争抢领空领地；

婴幼儿没有父母，把他从小扔到狼窝里他一样长大；强者没有父母，佛陀直接抛弃了自己的父母，李世民废了自己的亲爹，武则天杀了自己的孩子；如果你是男人，把你跟你母亲扔到荒岛上，用不了两年你们就生孩子了，如果你是女人，把你跟你父亲扔到荒岛上，用不了两年你们就生孩子了，只是最开始还带着伦理道德，时间久了，在这种没有伦理道德审判的原始地方，你们就会回归原始。

8.9.1.1 孝道

最初创造父母这个亲密关系时，创造了孝这个配套概念，一直到汉武帝之前讲的孝还算地道，都是自上而下的孝，是父母先孝孩子，孩子才会孝父母，是相互的，这样的孝是道，孝道；汉武帝独尊儒术开始，变成了单向，只讲孩子得孝敬父母，不在刻意要求父母；到了清朝更狠，把孝改成了

孝顺，意思是即使父母错了即使父母对你不好，你也得孝还得顺，百依百顺，愚孝大量出现。

都是为了社会稳定有序，而创造的文字概念文字游戏

几千年下来的这种父母和子女的关系，直接导致了打压式、侮辱式家庭教育出现，让父母跟子女的矛盾慢慢趋向白热化，家庭二元对立的目的达到，这是设计好的。

整个社会的顶层设计就是打压和侮辱，这样你才是失去自我，打压你的灵性打压你的兽性，侮辱你说你是人这不是骂你吗？

父母跟孩子这样的相处模式，就是社会稳定有序的重要一环。

悟道级的强者跟人相处都很舒服，是因为从不打压，从来都是用一种你能接受的方式把能量把方式方法给到你。

不要跟父母争吵，那么大一把年纪，年纪越大越固执，这种固执属于封闭性自洽，而自洽是幸福的唯一标准，封闭性自洽也是自洽，是一种自我保护机制。尤其是人到中老年，如果每天都在颠覆三观，那他的世界就崩啦；年纪越大经验越多，经验的意义在于它的确定性，而确定性是人类自洽感安全感幸福感的重要来源，至于这些经验是对是错不再重要；即使你是悟道级的圣人，若天天想教育那些封闭性自洽的人，也是该死。

夺人之美，瞎干涉别人命运，不是帮人，是害人；

而且父母生你的目的不是为了弄你，不是为了让你内耗，没有父母在孩子出生之前就好商量好：我们生个孩子，慢慢折磨他弄他玩他让他失去自己……这是局，是坑，是陷阱，是设计好的游戏，不是父母的问题

8.9.1.2 叛逆

整个混乱阶段的人类世界都是假的，都是错的，都不正常，都是反着的，在合理范围内越叛逆，个人和社会的道路越正确，要正向引导孩子的叛逆，叛逆出磅礴的智慧，叛逆出独立的自己，叛逆出美好的未来

几千年来父母对孩子的管理效果多好先不说，起码孩子叛逆反抗的是少数，但现在的 00 后为啥不好管，为啥能整顿职场，为啥有各种逆天的想法。根本原因是家庭结构发生了逆转。

以前家庭结构是正三角，人特别能生，比如一个爷爷奶奶生五六个孩子，一个爸爸妈妈又生两三个孩子，它是个正三角结构，物以稀为贵众星捧月，辈份越高地位越高越尊贵，7080 后的你得跪着。你接受的是侮辱式教育；

现在的 00 后是倒三角家庭结构，爷爷奶奶外婆外公，往下是爸爸妈妈最底下是你，都宠着你惯着你由着你，你的思想你的灵魂是自由的，你的物质条件是优渥的房子车子一大堆最终都是你的。

但职场的管理体制还停留在侮辱式管理阶段，那你能惯着他，加班？滚检讨？滚；洗脑？滚；这对人类未来发展是好事，时代进步时代召唤，这样的孩子思想和物质的枷锁都少，可以天马行空，敢于叛逆敢于说不，敢于坚持做自己，人类进步的本质之一就是下一代永远不听上一代的话。

跟父母相处，舒服就多接触多体验，不舒服减少接触，尤其是跟父母关系处于崩溃边缘的，可以只负责他们的生老病死，法律上不断情感上断，自己心安自洽即可，不要内耗不要对抗。

每个时代的人的认知都是对应时代的的环境产物。

两代人之间的年龄差距 20 岁但认知差距可能是 50 岁甚至一百岁，很难共情很难相互理解，请假借修真别当真别较真

8.9.2 婚姻

站在人类历史尺度上更清晰，每个历史阶段婚姻的形式都不同：6000 年前原始阶段每个人都出轨都是小三，到了发情期就交配；

5000 年前母系社会一个女人有十几个几十个老公，因为女人的采摘摆脱改善了男人狩猎食不果腹的生存现状，女人地位很高，孩子只知道母亲是谁；到了上下 5000 年的专制时期皇帝可以 3000 个媳妇、员外 300 个媳妇、有钱的老百姓可以三妻四妾，是因为上下 5000 年 4800 年都在打仗，打仗的意思是男人去死，男人一直死，女人剩的多男人少，男人就可以娶的多，打仗需要更多的男人，这样女人就像商品一样不浪费可以生出更多的男人接着打仗接着死，多余的女人可以去妓院青楼；

到了民国时期流行近期结婚，全是表哥表妹结婚，是亲姨家亲舅家亲姑家的孩子，叫亲上加亲，肥水不流外人田；

咱父母那一代是一夫一妻基本很少有人出轨很少有人离婚；30 年前到了我们这一代开始有了自由恋爱，自由婚姻；

现在的婚姻基本都出轨基本都离婚，不结婚的越来越多，以后有可能不结婚，结婚犯法，每个人的伴侣都是人工智能仿生人，能生孩子能陪伴能照顾自己能干活。

婚姻不是你需要，是社会保障体系的环节设计。

性是一种资源，是性资源，一种手段。

男人才会引发社会巨大动乱危险，尤其是年轻男人，最血腥最冲动最不服管理，这个年纪结婚锁住那颗不安分的本性，甚至可以说婚姻制度是为了男人而设立，从社会管理角度从古至今女人都是一种商品，是可以标价可以抢的。

爱情更不是你需要，2006 年才有了爱情节日七夕节，古代一直讲的是相敬如宾，不讲爱情，讲的是距离，自由爱情这个概念的推广也就这几十年你咋就真信了呢？

这个概念听上去很美好，恰恰人类自从会说话会思考开始，就变成了喜欢幻想幻觉而不是真相的低等生物，人类就喜欢这种新鲜美好的概念，但听上去越美好的恰恰背后的阴谋越恶毒，爱情足以把人类带入万丈深渊，尤其自由恋爱，意味着杂乱、意味着奸情高发、意味着妇科疾病与日俱增。

如果爱情天生就存在还需要天天宣传？

但凡大张旗鼓宣传的事情一定需要你付出代价。

人类的数量来到了历史极值，科技的发展也接近临界点，人类现在是最危险的时刻，也就是现在管理社会的难度系数超越了历史以往任何时期，按照顶层设计：

人类越难管越危险，就得越让他们内耗让他们更苦，所以爱情的出现是历史必然。

延续几千年的婚姻制度在未来有可能会消失。几千年来的婚姻设计都是让男人出去挣钱养家，女人相夫教子，男人挣点钱就能养活全家；

现在呢男人被当成狗遛来溜去遛成了废物，挣那点钱够还不够他家狗粮，彩礼钱都费劲，还有房贷车贷各种贷各种消费主义陷阱，养不了家，那他结婚干嘛？重

要的是逼的女人除了做家务生孩子在家当牛马，也得出去当牛马，那女人结婚干嘛？要男人干嘛？

一离婚连老家分财产宅基地和农田都没女儿啥事，女人被逼的不独立得饿死。以前是家家都有一本经，只是难念，现在升级了，家家都有一口油锅，煎熬。

以前不讲爱情，媒妁之言门当户对见个面就结婚，俩人懂得保持距离，相敬如宾；

现在呢，天天谈什么爱情，爱情电视剧电影从小就给你洗脑，尤其是琼瑶那娘们脑子里都是啥，以前哪有恋爱脑，恋爱都没有。

以前也没有出轨这些概念，没有互联网，没有桃色新闻桃色 app，现在人人手机里都有那种相册网页那种 app；以前都在村里待着，都是前后邻居你他妈敢出轨谁，一辈子见不到几个异性，村里的狗多，你去吧，现在你的媳妇别人媳妇为了出门发展打扮的漂漂亮亮，大量优秀男人都来跪舔，全是诱惑。

加上资本 360 度无死角的陷阱，结不结婚都在设计好的局里：

为了卖化妆品卖电影等等不让你结婚，即使结婚了也想办法让你离，因为结婚是最大的单体消费，结一次只花一次的钱，结两次可就得花两次的钱，彩礼、恋爱过程、婚宴、房子车子装修家具，生孩子都得再来一遍，你第一次结婚的床，跟别人滚过谁不膈应，男人咋挣钱都玩不起。

总之越来越多的男人女人都不愿意结婚，是因为被逼无奈，是社会问题，只有适者生存，都是牺牲品，别再男权女权别再男女对立，跟狗一样乱叫，这是个局。

不改变大环境，或者自己物质条件不富裕精神也不富裕，结婚就是下油锅下地狱。

若你想体验你就结，但也请你做好体验离婚的准备。

事实是结婚变得不再是必需品，恋爱和生孩子没有限制，去年开始不结婚生的孩子国家也认。

婚姻是反原始阶段人性的，整个社会的设计大多数都是反人性的，都是社会保障体系的环节设计，尤其是为了稳定年轻男人。

年轻男人是社会最大的不稳定因素，人不轻狂枉少年，无知无畏生猛的很，你看闹事的是不是都是年轻的？

看看打仗时老家伙是不是死的少？

婚姻就是搭伙过日子，门当户对，结婚前多相处，要想办法了解对方父母因为父母什么样孩子也差不多，性生活是否和谐，谁洗衣谁做饭这些日常琐事能否和谐，只要满足这几点跟谁过都差不多。

结婚后夫妻相处要知道结婚的目的绝不是为了相互消耗，一定是设计好的，有人在从中渔利，不能上当；

只管好自己，遇到问题冲着自己解决问题去，别干涉对方，你好了他才会越来越好；

成就对方，你的存在是为了让对方越来越好，是为了让这个家越来越好；

只要没觉醒对方就是被驯化的狗，你不可能跟狗一般见识，他发疯时不回应或者离开，适当断舍离即可；相互尊敬，保持距离大于一切，什么情啊爱啊，滚；不说那么多话，话多是矛盾根源，静静的陪伴即可；

两人在一起要么做浪漫的事无聊的事，要么就搞钱，跟这俩事不相关的事绝不做；

但凡有一方认知低、脾气很不好很强势、也没挣钱的本事，离婚，让他滚；但凡对方出轨或做出了超越自己底线的事，要么果断离婚，要么选择演戏，婚姻本就是异常设计好的游戏，对方能满足你的基本需求，好好演戏搭伙过下去即可，具体哪种选择看自身

总之，婚姻是假的，可以体验结婚也可以体验离婚，只是一种体验，爱情更是假的但这种体验在前期确实很美好，本质是荷尔蒙的悸动，爱情在相互热恋的那一霎那，就是永恒。

别迷糊，人类发明文字后都不正常了，都是神经病，如果还恋爱脑、婚姻强迫症、夫妻之间内耗争吵不止，就属于变态精神病，借假修真别当真别较真

情关

情关是众生相里最难的，两个原因

第一：食色性也，性爱是本性，是兽性

第二：男女情爱、男女爱情、男女婚姻这种关系，是最不懂得保持距离的关系，自然最容易内耗，最容易陷进去拔不出来，最容易出大事命事

第三：相当于其他众生相都是人类的顶层设计单方面原因导致，但情关是由自己的天性和人类顶层设计双重作用，不难才怪

第四：所以，你会看到不管是谁都得经历男女之事的考验，包括悟道级强者，智者不入爱河是因为智者入了爱河才发出的总结；有权利有金钱

的人更容易在情爱一关中放大自己的行为；政治家和企业家不玩腻了一般是不会集中心思去悟道去干点正事的；不是悟道级的精英主义阶层也更容易在此事上无底线

8.9.3 孩子

生孩子不是你需要，是社会需要，如果都不生孩子，最着急的是统治阶级。

20年前的计划生育，现在的鼓励生育，需要你生时就宣传生孩子的好处，不需要你生时就宣传少生优生的好处。

天地万物都没有传宗接代的传统，人类在原始阶段存在了上百万年的传统没有传宗接代，到了发情期正常配种而已，没有谁是为了传宗接代而发情。

不生孩子养老该咋办？自己办！

而且不死就不能把自己的钱给孩子，给了孩子他们就是你爹了。

都说养儿防老，自己当了这么多年儿子，儿子能不能养老自己不清楚？

养老是社会的事情，但是社会的宣传把这项成本转移给了大众百姓。花花草草需要孩子养老吗？猫猫狗狗需要孩子养老吗？强者需要孩子养老吗？好好看看那些权贵阶层不仅不需要孩子养老，他们还反过来补贴孩子。

不知道从何时起，看到父辈亦或者再问问身边有孩子的家长，他们的回答出奇的一致：下半生都是为了孩子而活。

孩子是他们的希望也是他们的负担，就这样不是为了自己的一代又一代跟接力赛一样传承至今，他们的注意力基本都在孩子身上，不会影响社会稳定有序，不是为了自己而活是不会找到自己，会迷失人生的方向，智慧不开，好运不来，社会保障体系的环节设计

如果你想体验拥有孩子这件事情，陪伴孩子健康快乐长大即可，他已经给你带来最宝贵的生命体验，就不要额外索取，更不能把自己的命运交给自己以外的任何人。

你生他没经过他的允许，那他出生后对于人生的选择也不必经过你的允许，自从脱离母胎，他就是完全独立的灵魂个体，人生责任第一人都是他们自己。

8.9.4 人际关系

除了亲密关系，其他的所有人际关系，就是自己跟自己的关系，处理自己跟自己的关系，就能处理好所有关系。

能享受孤独的人比耐不住寂寞的人更会处理人际关系。但现在所有场合都在教导如何把对方分类，如何应对每一类人群，甚至卖得最火的书籍就是人情世故，这是因为适者生存，大环境已经被污染透。

人际关系的核心是价值，有了价值就不用心思去合群，别人会来和你的群，向上社交是谬论，是要提升自己的价值。价值关系比任何关系都稳定，亲爹亲妈也是如此现实：

你要是省长，跟爸妈生个气他会理解，你要是种地的敢跟父母生气非得怼死你。

每个人的注意力是向内求，即：我能给对方提供什么？

比如婚姻，你能提供性价值、生育价值是最基础的，除此之外能提供经济价值、情绪价值，夫妻之间没了太多性价值和生育价值，如果天天吵架生气就又没了情绪价值，对方一定会找准时机踹了你。

再比如父母，要么帮孩子带孩子等提供劳动价值，要么手头宽裕提供经济价值，别掺合成年后孩子的生活。

再比如做领导的要么给员工提供服务价值，比如培训、指导；

要么提供权力价值、经济价值，职场讲感情糊弄鬼，感情价值最不重要

人际关系就是在表演，你对待任何人的态度都有所不同，哪怕对待不同的花花草草猫猫狗狗，你的态度都会有所不同，就是演戏，不承认也是演戏，而且你努力一辈子认识的人也就几千人，几千人算个啥？

地球平均每分钟都死很多人，半个小时你认识的所有人会死完，你所在的城市所在的国家所在的地球不受任何影响，不要在乎这么点人的评价。

任何人际关系，开始的那一刻，就已经进入倒计时。

人生如戏，戏如人生。

8.10 情绪相

情绪是假的。原始阶段天地万物都是平静的，花花草草猫猫狗狗婴幼儿强者，都是平静如水。

你会问：动物被惹毛了也会生气。呸！它只是大脑下意识的反抗，而不是带着情绪。不是带着火发火，更不会因为发火而发火；不会带着焦虑而焦虑，更不会因为焦虑而焦虑，有了主观判断就会因为接受不了抑郁而抑郁。情绪是主观的，下意识是客观的，客观的表达情绪不是主观的情绪表达，身受心不受。一只狗被欺负了，隔了三五年他不会一想起有狗欺负过它，他还生气，他没有思考，他不会耿耿于怀，情绪是建立在文字之上的设计好的游戏，为了社会稳定有序的游戏，有了情绪很容易被引导被控制，尤其是一条无成本的信息发布，就可以大面积数据采样大家的反馈，再根据反馈作出相应投入成本的计划实施。

娱乐、生意、社会管理、短视频创作、人情世故处理、国际新闻事件包括冲突等等都是情绪，与真假无关，是为了调动某一方情绪所为，为了满足一方情绪所为，因为大众已经被驯化的低级低频低维，喜欢幻觉，不喜欢真相。

混乱阶段里，这是一个情绪的世界，一个个情绪的人，一件件情绪的事，一条条情绪的信息，都在用情绪表达，都被情绪困扰着，他们看不清这个世界

8.10.1 追求快乐是陷阱

比如快乐这个情绪，很多地方包括很多几千万的大 V 都在宣传：活着就要快乐、快乐很重要……这些人都是工具，被利用的没开悟的狗。怎么能宣传这么恐怖的价值观？

快乐是资本需要，你为了追求快乐会消费；快乐是政治需要，因为快乐是假的基本追求不到，追求不到就会焦虑，追求到了马上会觉得无聊，陷入内耗，内耗了就没有精力他耗没有精力造反，社会稳定有序！

你一生真正快乐的时刻就那么几个瞬间，快乐占你人生的比例每天的比例完全忽略不计，怎么可能去追求这种极端行为！

这是陷阱、是坑、是设计好的局。

如果没有快乐难受等等这些字，人就跟天地万物一样没有情绪是平静的。你吃饭时平静吧，睡觉时平静吧，上厕所时安静吧，看我的文章时平静吧，你吃饭时快乐？撒尿时快乐？睡觉时快乐？no！

是平静，平静才是大概率事件，贯穿生命始终，快乐是假的，情绪都是假的，都是社会稳定有序的概念设计

8.10.2 恐惧情绪是陷阱

天地万物里的花花草草猫猫狗狗谁有害怕这个情绪，都是无惧。

狮子饿了才会追捕羊群，追捕的那一刻，羊跑，这是自然反应，没有恐惧的这个情绪；狮子吃饱了不追捕羊群时，羊就在狮子附近吃草，根本不存在恐惧。

无所畏惧的人好管理吗？

自此任何地方都在制造恐惧：家庭教育里一定有吓唬孩子的地方，学校教育里一定有吓唬孩子的地方，公司管理里一定有吓唬员工的地方，各种生意买卖一定会制造恐怖来下化消费者的情况，宗教文化一定存在吓唬修行者的地方，社会治理存在道德和法律，这就是要让你怕。

你怕了，作为孩子作为学生作为员工作为子民作为消费者，才好对付，才好管理，才能达到目的，社会稳定有序。

当怕成了习惯，焦虑症自此诞生：对未来的恐惧、对婚姻的恐惧、对生病的恐惧，对气味、对空间、对声音的恐惧等等，甚至产生躯体化症状，惊恐症发作。

第一：这些情绪念头都是假的，设计好的坑

第二：允许的力量大于一切，允许这个情绪出现，而不是对抗

第三：这个情绪不能把你怎么样第一，每次都没事，就是吓唬你而已；
每次惊恐症发作时默念：你要真厉害，弄死我啊，怂货，没一次成功的笨蛋

第四：没发作之前故意就等着这个情绪到来：你来啊，老子等着你

借假修真不当真不较真，回不去了，有情绪也可以也正常，要允许自己有情绪，要觉察到自己有情绪，刻意练习说停就停的能力。

生气时就好好生气，抑郁时就好好抑郁，飘风不终朝，骤雨不终日，体验即可，比如体验快乐，而不是追求快乐。

体验七情六欲，是一种乐趣，因为情绪只是工具。

比如我的邻居遇到了事情需要我帮忙，这件事情我需要愤怒才能解决，所以我就表演了一下愤怒，事情搞定。我在愤怒，我也根本没有愤怒。

8.11 时间相

时间是假的。

无非就是太阳转到这儿地球亮了，太阳转到那儿地球暗了，是人为定义这种现象叫时间。

原始阶段上百万年里哪有时间？

花花草草猫猫狗狗婴幼儿的世界里哪有时间？

强者谁会被时间这两字困住？

他们都是道法自然遵循天道，是饿了就去吃，困了就去睡，没有什么饭点儿、睡觉点儿。

晚上过了 11 点还睡不着大概率就会辗转反侧，开始焦虑，最后失眠。

时间是工具，不是目的。

创造出的时间概念有昨天今天明天、白天黑夜、过去现在未来、一岁十岁五十岁、一点五点十五点，大概在什么时间大部分人会做什么事，并以此设立政策设立制度设立行业，也就是世界上的人类在什么时间大概会发什么事基本都是可控的，这样社会才会稳定有序。

比如有了白天黑夜这个时间概念，规定了白天工作，夜晚睡觉，如果不这样设定和宣传引导，统治阶级晚上大部分都睡了，其他人不都睡，很容易把他们偷偷噶掉，他们出事了社会就乱了，所以不能允许这种不安全因素存在，就规定了白天大部分人都得上班，夜晚就得睡觉

在 6000 年前的原始阶段里，夜里不睡觉去捕猎生存反而更好，因为晚上其他动物都休息了，人类晚上不休息更有利于生存。

再比如一岁十岁五十岁这种时间概念，如果不这样规定，四岁可以上幼儿园二十岁也可以上，那不就乱套了，危险系数增加，影响社会稳定有序。

8.11.1 当下

再比如有了过去现在未来这个时间概念，你就会因此而内耗，没有精力他耗没有精力造反。因为有了这些概念你就会陷在过去、迷在未来，为了过去会后悔，为了未来会焦虑，但是过去已经消失是 0，未来有无限种可能性明天可能会死未来是 n，0 和 n 都无法把握，只有当下是 1，是唯一，是确定的。

活在当下的意思就是当下到极致，极致的意思是没有过去没有未来只有当下，而不是想着活在当下同时又讨论着过去和未来。

时间是当下，那你的一生也可以正相理解为当下这一刻的叠加，没有过去左边右边未来只是当下这一刻的叠加，你的人生是在叠加是向上的，而不是从左边到右边的人生终点，预见终点多无趣。

你遇到的所有人和事都是生命在叠加在丰富；成功了生命在叠加，失败了生命也在叠加，因为增加了失败的经验有了失败的经历；遇到好人生命在叠加，遇到坏人生命也在叠加，因为增加了识别坏人的经验有了遇到小人的经历，正缘孽缘都是缘。

花草树木、猫猫狗狗、婴幼儿永远都是在当下，吃饭就是吃饭，喝水就是喝水，睡觉就是睡觉，你的灵魂你的注意力，永远都在当下，把注意力放在当下的行动和当下的行动带来的感受上，这个世界管理的本质就是注意力的掠夺

他们把时间定义成一条线，叫时间轴，从左到右的一条线，意思是人这辈子就是从左往右走，沿着直线走到终点结束，这得多没劲。

这个轴上你在这，有过去有未来，故意让人幻想故意让人焦虑。

如果可以对时间进行定义，我希望他是实心儿圆形的，只修自身能量，能量越来越大，人生是放射型的，是愉悦的。

没有过去没有未来只有能量，遇到的任何事情都会化作实心儿的能量；如果可以对时间进行定义，我希望他是自下而上的，只享受当下，人生就是无数个当下的叠加，往上的叠加，人生是向上的，是愉悦的。

没有过去没有未来只有当下，遇到的任何事情都会化作向上的营养。

昨天我已经犯的错误，跟今天的我有什么关系？

未来我可能犯的错误，跟今天的我有什么关系？

我只跟当下的我实实在在的发生着关系。

所以：一切都没关系。

没有过去就没有后悔，没有未来就没有焦虑，只有当下就只剩享受，享受当下都享受不够，哪还有时间为了不能享受的假时间假过去和假未来去花费力气？

8.11.2 债务驱动

顶层设计里的时间，过去可以作为大脑编程不断植入的信息，这是洗脑的主要素材来源，社会稳定有序。

未来可以用来提前透支，以此创造出了债务驱动管理模式，包括经济债务和情感债务，你的肉体世界是经济债务驱动，你的精神世界是情感债务驱动。

你活着要么背一身经济债，要么背一身情感债，一定没有足够精力去影响社会稳定有序。

其他的不要想，活着还债就行了

经济债务驱动：透支未来，提前消费，各种贷款，你要偿还的贷款是稳定的，你得每个月都得还固定数额，但是收入绝不会稳定，多数人的未来收入没有一点保障甚至会经历多次一段时间内收入为 0 的阶段，到那时你就崩盘崩溃。让所有人所有单位所有地方所有国家负债，既能促进经济发展还能操控人跟驴一样一直拉磨，目的：**社会稳定有序发展。**

设计出的产品有：房贷车贷消费贷等

情感债务驱动：让所有人背负原生家庭的亲情债、婚姻的爱情债、兄弟情师徒情等，既能促进经济发展还能操控人跟狗一样一直内耗，目的：**社会稳定有序发展。**

设计出的产品有：父母、子女、爱情、兄弟等

太阳永不落下，也永远落下，没有白天黑夜，也一直都是白天一直都是黑夜，你这里的白天是别人那里的黑夜；没有过去没有未来，也一直都是过去一直都在未来。时间只是工具，不做时间的工具，有用你就用，没用也千万别因为时间的概念而内耗，借假修真别当真别较真

8.12 生死相

生死是假的，天地万物都没有生死的概念，活着就是活着，死就死，无惧生死，没有恐惧，无惧。花草树木怕死？猫猫狗狗知道有死这回事？婴幼儿

儿怕死？强者在乎生死？让你怕死是为了社会稳定有序，不怕死的生物最难管理，怕死的生物最容易管理

出生是地球之旅的开始，死亡是宇宙之旅的开始，不是结束，会化作春泥，化作生灵，化作星星，化作暗物质。每个细胞都是你，细胞每时每刻都在死亡，也每时每刻都在新生。你一直在生也一直在死，不生不死也永生永死，方生方死方死方生，无惧生死可生可死，你在生死之上。因为宇宙不会放弃任何东西，出生时无数个宇宙微粒组成了你的肉身；

死亡时你的肉身又变成无数个微粒回归宇宙，你不增不减；出生时你的灵魂从宇宙原点以超光速来到地球，死亡时你的灵魂会以超光速回到宇宙原点，你不生不灭。

有过濒死体验的人都知道灵魂的存在，濒死时刻，灵魂出窍，你会看到肉体的自己，原来肉体只是来地球这几十年的一个载体一副躯壳而已。

8.12.1 活着的意义

活着没有意义，活着就是活着，不要道德绑架自己，不要刻意追求活着的意义，得不到会失望得到了会无聊，你会内耗的，这是个局，是坑，是陷阱，是设计好的游戏。

如果没有发明意义这俩字，你会思考活着的意义？

文字游戏而已。

如果活着真有意义，你经历的一切就是意义，你的好你的坏你的对你的错你的屎尿屁都是意义，你就是意义本身。

而且有了死亡，活着已经是意义本身。

若执着活着的意义，你都不可能活着离开，你要真执着有本事你别死啊，活着的意义是没办法执着的一件事。

虽然活着没什么意义，但你可以活得有趣一点，阳光、空气、花、草、家人、个人爱好等等，都可以是乐趣是知足是心安

生命的本质绝不是攀比、房子、车子、学历、职位、钞票，你看看大自然的动物植物微生物等一切生物，吃饱穿暖后多一样东西都不要，你见过猴子打电子游戏吗？你见过猪开汽车吗？你见过狗报补习班吗？你见过王八天天送礼吗？蜉蝣，夜晚子时出生，只活三四个小时，在我们眼里的几个小时那就是它的一生。

在乌龟眼里我们也是蜉蝣，在宇宙眼里地球存在了几十亿年，也就是蜉蝣的几个小时，那咱人类几千年的历史更是啥也不是一秒都不到的历史，你我更是啥也不是。

古代皇帝多牛逼到现在你记住几个名字。皇帝都被你证明啥也不是。

当你死后你的葬礼上大多数人都在笑，说不定结束后直接去蹦迪

很多人活不好这一生，很大一部分原因是跟死亡不熟，想活明白就得把死亡研究明白。

怕有个屁用，就跟你能不死似的。

肯定要面对，面对亲人朋友的死，面对自己的死。

认识死亡的过程确实会很辛苦甚至痛苦，但当你真正遇到至亲挚友离你而去时，当你无限接近死亡与死神擦肩而过时，这样的痛用语言根本表达不出来，那种撕心裂肺的痛，连呼吸都痛，会持续很久很久。

那个时候什么天王老子皇帝老儿、什么求学困境职场困境生意困境，简直渺小到你压根儿都不会注意不到它的存在。

所以趁你还活着，现在就想想如果有死亡，该做哪些不该做哪些，列个清单，想着想着，你会对死亡越熟悉，对它更了解，死亡发生的时候，你可以相对从容面对；

不然有些死亡突然降临，没有提前的心理准备，你可能真的无法承受…如果哪天，你连死都能从容面对的时候，就可以轻松面对活着的一切，就可以驾驭遇到的一切问题，就可以享受真正属于自己的人生：

比如在职场上遇到特别棘手的问题，公司上上下下都不知所措时，我经常给他们讲的一句话：死个人都没啥事，星球上天天都在死无数的人，发生无数的大事这点儿小破事儿能咋第一！

即使解决不了又能咋第一，即使离职不干了又能咋第一！

该想办法想办法，该干嘛干嘛

8.12.2 向死而生

向死而生：你现在就正在走向死亡，你无时无刻都是在走向死亡；不熟悉死亡不研究死亡你活不明白，因为人要么生要么死就这两事；

世界是反着的是倒着的。

越是活着越要先研究死，死不明白就活不明白。**倒着活。**

给生命做个倒排，画出整个生命尺度，每个阶段大概会经历哪些事情基本都是固定，你会知道那些事情最重要哪些无关紧要，才会在死的时候感觉真的活过。

精神内耗尤其抑郁，经常有想死的念头儿，但能走出来熬过来的，一定迎来新生，你的精神世界也是置之死地而后生；

死可以解决一切问题，这是解决问题的终极办法。我不要了，大不了离婚、大不了离开、大不了离职、大不了死。尤其是死要好好用，当你精神内耗时，念头改为“有本事内耗死我啊！来啊！牛逼啥！敢让我难受！即使是很严重的躯体化症状、惊恐症也可以通过这种方法来进行思想斗争，思想斗争也是战争，不是你死就是我亡，光脚的不怕穿鞋的，愣的怕不要命的；最后你发现自己没死，你就赢了，任何内耗都是你的手下败将，都会对你俯首称臣。

用死解决死，不存在问题，任何问题全是你说了算！

为什么抑郁的人想自杀？为什么精神问题的人犯病时会有濒死感？

为什么经历再多不如大病一场，为什么越是无限接近死亡越容易觉悟？为什么都离不开死，因为你本就离开不死，你唯一能确定的就是死。

这就是天道，老天暗示的多明显，用这么多最客观最残酷的事实都是在告诉你，置之死地而后生。

不仅是肉体还有精神，你以前知道的一切都得“死”，才能重生。心不死道不生，你以前认为的一切死的越透你越通透。

不然你从 20 多岁只是肉体还活着其实精神已死，再不然你就是肉体真死了。

重获新生的秘密就在死上

今天是余下生命的第一天，也可能是最后一天。

做好任何人都会随时离开的准备，包括自己。

你的家人随时可能会死，自己随时可能会死。

既然如此，不管是谁都要提前有个心理准备；

如果是得了大病，是选择被当成猪羊一样的试验品上手术台，或者全身插满管子痛苦的多活几天几个月，还是回到家陪陪家人、好吃好喝、安详平淡的度过余下时光？

如果是意外突然离开：自己的情绪如何控制？家人如何安慰？后事如何办理？银行卡存款如何安排？既然随时可能会死，就不要把时间用在计较毫无意义的事情上，不要把时间用在批评责备上，不要把时间用在精神内耗、犹豫不前上，不要把时间用在损害身体的健康上。

既然随时可能会死，请珍惜当下，就是今天，就是现在，去好好陪伴家人，去享受阳光空气，去用心欣赏花花草草大千世界

去做自己想做的事，去追求喜欢的那个人

去大胆的思考大胆的创新大胆的尝试，不怕犯错不怕得罪不怕失败，这些都是生命中的组成部分，去体验它去玩它去干它！

每个人的最后一件事是死亡，请站好最后一班岗，把自己的最后一件事处理好再走，别死那么恶心。

比如我对自己的死这样规划：若正常死亡，那是真幸福，每天只管好自己，少让家人担心和生气。

我死后请把我归还给大自然，谁也不能把我放进密封的盒子里，我生前有空间幽闭恐惧症，也习惯了自由，任何人不要举办我的祭祀活动，这是我唯一的愿望，我死后是风光大葬还是被狗吃了对我来说都一样；若突然意外死亡，也挺好没什么痛苦，遗憾始终都会有的。

提前写好遗书，银行卡、财产分配安排好，别死后还给家人添乱；若得了大病。要么中医自治，要么回家等死。别让自己临了还遭罪，跟牲口一样放在手术台被切来切去，更别让家人掏出毕生积蓄给自己治疗，多活那几年也没什么两样。

咱回家，想吃啥吃啥，想去哪去哪，陪陪家人，家是最踏实的地方，死的安心。

总之，自己的事自己办

不是到了平均寿命才会死，是随时会死；不是到了离职离婚离开才可以被替代，是随时可以被替代；绝大部分人就是一随时会死的废物，一事无成咋啦，成他妈什么事，有啥事可成，你死后不会留下一丁点痕迹；皇帝的家不最终也都没了，首富不也都没什么好下场？装什么人上人，都是一堆肉，狗肉一样的肉

8.13 教育相

教育是假的，是为了社会稳定有序，为了城市阶段性发展。

6000 年前原始阶段哪有教育？天地万物花花草草猫猫狗狗哪有教育？婴幼儿都不会说话能听得懂教育？举世强者是人类能教育得了的？2000 多年前的教育只存在于贵族内部，独尊儒术后为了给百姓彻底洗脑，为了释放百姓的生产力，才让教育走进千家万户，要知道恢复高考也才是 1977 年的事。

教育本质是开智，是找回真正的自己，而不是教化。

8.13.1 教育目的

现代教育除了为社会增加生产力和给百姓洗脑两个目的外，也为了体现更多的公平，更是为了转移注意力。

学的知识是希望你看到的，还有禁书是不希望你有精力注意到的。

上学时间越来越长，是为了缓解就业压力，以及把最容易冲动的年纪留在学校，减少这个年纪流入社会的比例，再加上学校数年的道德和规矩教育，以减轻社会治理负担，保障社会稳定有序。

古代 20 岁都已经是见过世界上知天文下知地理的大文豪，现在 20 岁还在技校学技术，还在大学读书。

真正的教育在社会，但是进入社会后年纪已经很大，学习能力越来越差也就是在学习能力最强的时候，关在学校学习不到真正的教育，在学习能力变差的时候，进入社会也没能力学习到太多真正的教育，这样的人类就不会太强太危险，这是社会保障体系的环节设计。

在学校学的知识、你的专业，正好是当时的社会需要或者所在的城市需要，而且只是阶段性需要，当城市更新社会升级，你毕生所学一夜之间变成废物，你随时会被淘汰。

尤其是现在科技发展日新月异，也许你大一报考的专业大四毕业时已经被社会淘汰，毕业即失业已经走进现实。

尤其是最近以来的教材远远落后世界百十年，跟社会脱轨，跟实践脱轨，跟企业脱轨，大学无用论会持续一段时间，除非进行革命性改革。教育本应该在开始阶段的重要程度大于结尾或等于收尾阶段的重要程度，即小学教育跟大学教育都同等重要，甚至更为重要。

比如盖房子，打地基一般都比上梁重要，但现在的教育恰恰相反，小时候的教育太糊弄了，跟养猪流水线一样，只管喂养，不管死活；

大学的教育也过于正式了，跟产品生产流水线一样，只管生产，不管销售

在学校学的能力跟社会需要的正好相反。在学校教育的都是务虚为主，是老百姓对孩子的教育，是门外文化、羊群文化，务虚的概念有老实好人、守规矩、道德、梦想等，因为务虚不能直接产生结果。

只有务实才能取得结果，这个世界是由有结果的人说了算的，社会需要的都是务实为主，是上层阶级对孩子从小的教育，是门内文化、牧羊人文化：谋略、手段、挣钱、天道真相、解决问题的能力等。

从一开始在教育环节就设计好了阶层，阶级跨越是普通人基本无法跨越的鸿沟。

但在学校培养的习惯是社会正好需要，比如上学是不是跟上班很像？

孩子每天早晨七点就被硬拉起来，下午五点放学还得加班写作业，他一天比你工作的时间都长，数年的习惯培养，直接送入社会工作，习惯可以无缝衔接。

勤勤恳恳，服从管理，积极进取 . . .

都是社会稳定有序所需要的品质

人类小时候最不喜欢的事是上学，长大后最不喜欢的事是上班；

不喜欢上学也上了十几年，不喜欢上班也上了几年；

不上学了是因为被迫该上班了，不上班了是因为 35 岁被迫该淘汰了

8.13.2 智慧与知识

知识不等于智慧，有知识不一定有智慧，无知识说不定有大智慧，比如六祖慧能大字不识一个。为学日益，为道日损。

想要增加专业知识可以多学习多看书；

想要开启智慧书看多了学习久了反而不利：

脑子里全塞满了别人创造的玩意儿那是别人，你越来越不是你，形成了小我假我，形成小我假我的过程恰好是失去大我失去真我的过程；

你误以为这个被别人编程的小我是真我，实际上小我的你就是社会稳定有序的一条狗。

知识都被分成了一门门的学问，而智慧不是一门学问，没有套路没有章法，每个人的智慧都独一无二，但知识都是千篇一律，标准化猪圈养殖场模式。

智慧越多越觉得自己渺小，越容易失去进攻性进取心，甚至容易躺平归隐，所以对于社会发展而言，不能让大部分人都拥有智慧；

读书读傻了吧这句话经常听到，知识越多越觉得自己专业，尤其是专家，知识越多学历越高的人越容易单身绝种，越容易较真儿，他们就是跟学习较真儿才有了今天，较真儿都变成了下意识，也越容易精神内耗；

因为懂得知识越多想的越多，也不容易适者生存，学了半辈子的专业时代说变就变专业被淘汰了，借假修真不当真不较真，只是多了反而容易较真儿。

想要活的幸福、想要解决精神内耗的核心是开启智慧。

开启智慧的核心是放下，就是不断放下不断清零以前所有的知识，而获得知识的核心却是不断拿起不断吸收。

智慧是道，知识是术，以智慧的方式学习知识是个人和社会最正确的选择，共同帮助人类解决问题，并实现天下大同。

不同的人需求不一样，定位不一样，使命不一样，选择了就得承担相应后果，不用执着

有道无术尚可求，有术无道止于术，真正的强者是人类教不了的：李小龙以武入道，郭德纲以相声入道，于东来以企业入道，毛泽东以政治入道，自己就是这个领域最强的老师，是自己的老师，是天下的老师，自成一派，包括古代的老子、佛陀等，都是悟道级强者，本自具足。

如果所有人都需要教育，第一本书是怎么出现的？

第一个老师是怎么出现的？

你本自具足，你自己就是全世界，自己不看书就能写书，自己就是书，天地万物都是书

8.13.3 孩子教育

为什么大多数学生毕业就是废物？

因为学生思维就是弱者思维，社会实战需要的正好相反。

第一：进入社会之前一直都在依靠别人，进入社会发现只能靠自己

第二：上学时习惯了固定答案思维，进入社会没有固定答案，干就是答案，你就是答案本身

第三：进入社会之前习惯了被教导被给予，但进入社会没人愿意教你，需要主动学习

第四：上学时永远都在纸上解题做题，进入社会需要的是实战，真正解决问题的能力，遇到任何问题永远都有方式方法，而不是退缩害怕

因此，真正的教育要反着来

8.13.3.1 三教理论（灵性教育 人性教育 兽性教育）

三教理论指的是围绕人性的三个特性的教育，即：灵性、人性、兽性。

因为整个世界的所有事情都是根据人性设计，教育的本质更得以正向引导这三个特性为核心

跟教育本质不相关的，都是孩子未来的枷锁，都是孩子未来的诅咒。

教育的真正本质应该是：

让孩子找到自己，而不是按照顶层设计让所有孩子都失去自己。

怎么失去自己的就按照反向找回即可，即围绕人性开展教育。

人性包括灵性、原始人性和驯化的新人性、兽性，灵性被打压了得做加法教育，驯化出的新人性得做减法教育以及能实现天下大同的教育，兽性被打压得做加法教育

以上都是小孩教育，有了这个牢固的地基，大学教育顺手推舟即可，不用社会和学校老师用劲的增加他们的管理成本。

因为这时的孩子都是发动机，找到了自己就知道大学该学什么、该怎么学，职业规划很清晰，要么做自己喜欢的事，要么做在这个世界必须做的事，要么做老天让做的事。

比如文字能力好的，将来开展灵性类事业，数字能力好的，将来开展人性科技类事业。

灵性觉醒让人很兴奋，人性的科技发展让人兴奋，完美手工艺让人兴奋，唯独填鸭式教育即使考满分也没那么兴奋。

灵性教育：

主要包括：真相植入、灵性接触、示弱引导

真相植入是不管孩子懂不懂，就把以上世界顶层设计的真相，不断灌输不断告诉他，让他背诵道德经、易经、楞严经等儿童版书籍，观看有灵性灵魂教育意义的影视剧动画片

灵性接触是让孩子多接触灵性的事物，比如花花草草、猫猫狗狗、婴幼儿、悟道级的强者，即天补地补人补

示弱引导是多主动向孩子请教。

你生的哪是孩子，分明是老师，你给孩子花的哪是钱，分明是你交的学费。

逆向思维，父母要做的不是一直跟他们讲大道理

而是向他们请教向他们学习。

多向孩子请教，你越请教，孩子的智慧和天赋越能得到极速增长；

你越示弱，孩子越有自信越有内核就不会迷失自我。

多向孩子学习。孩子生而神灵，灵性最高的就是孩子，智者复归于婴儿；知行合一天人合一等这些天道也都是观察孩子才有了灵感，颈椎不好就是多观察孩子才有所恢复，给孩子花钱交的不仅是学费还有医药费。

总之千万别跟孩子讲大道理，尤其是没做生意也没当官的父母，你讲的道理能叫道理？这种低级认知是对孩子的诅咒，孩子的厄运就在你讲的道理上。

人性教育：

科技（能源科技+生命科技+AI 科技）+谋略手段+挣钱+历史+经济学+人际关系学等等。这些都是人性才能搞出的东西，手段和挣钱是生存底线，科技是未来发展、是天下大同的天时。

孩子的玩具包括看的视频和图书都是跟科技相关，以动画的形式他们感兴趣的方式，从小就培养兴趣；

手段可以不用但必须有，从小学习鬼谷子、36 技，千门八将等等；挣钱更得从小刻意练习，上学图啥，上学 20 年的标准答案思维和老好人思维会成为孩子日后的诅咒，必须改为连续练习 20 年挣钱的思维和习惯

兽性教育：

主要指肉体层面，有健康方面、性教育、道德法律如何使用等。身体健康方面，比如学习背诵中医，上医治未病，学会起码自己少生病或生小病自己也能治；再比如培养运动爱好和习惯；

如果条件允许，也会培养孩子野外生存意识和本领。

文明其精神，更要野蛮其体魄，我就鼓励我的孩子打架，但凡有人欺负自己，干他，趁小时候打架不犯法多打几回。

8.13.3.2 务实和务虚

上层人给孩子的教育都是以务实为主，务虚为辅；从小就学习如何挣钱、谋略手段、丛林法则等各种天道思维，还有经济学、历史学、社会学、哲学等。

比如挣钱，他们的孩子三四岁就开始挣钱，上学上二十年图啥？不就是赚钱的生存能力，要是上 20 年出来就失业或者学的东西没用，上学干嘛！

如果上了 20 年练习了 20 年赚钱的本事，这一拳 20 年的功夫你挡得住嘛？赚钱不仅是未来保障，更是提升孩子能力、看透社会、看透人性最好的方式；

先赚父母的钱，培养出他们赚钱的意识，知道赚钱不易，她想买什么都得花自己挣的钱，也让他们学会怎么规划花钱；

更会通过赚钱思维促进孩子养成好习惯，起床、刷牙、运动、专注、帮做家务、不沉迷看电视看手机、读历史谋略手段道德经黄帝内经这些书等等，再赚别人的钱，倒卖是世界上最好的生意，银行倒卖钱，政府倒卖地皮、阿里巴巴就是个倒卖平台、我是倒卖自己脑子里的知识。

懂得搞流量永远不会被淘汰，而且学生的钱是最好赚，最适合新手起步时练手儿用；赚钱本事需要不断的刻意练习，包括原则、方式、面临的坑。如果 20 多岁毕业后再开始练习太晚了，你会发现学校那套老好人思维标准答案思维成了孩子发展的诅咒，发现孩子折腾几年没起色 35 岁了，折腾不动了也被职场淘汰了，后续的人生平淡平庸都可以，但面对生存不能让孩子变得焦虑。也会拖累于你的晚年生活

而普通孩子的教育是以务虚为主务实为辅，比如梦想、道德、好人、诚实守信、守规矩、服从管理等，这些口号喊的世界第一又如何？

不产生结果，只有务实才能产生结果，务虚的多了才能满足底层工作岗位要求，这是顶层设计，是社会保障体系的环节设计

大部分学的专业都是社会保障体系的环节设计，都是时效性季节性短暂性生存手段，尤其以后科技发展太快，专业技能的时效性越来越短，孩子面临的生存环境比咱更加恶劣，老是被时代淘汰老是从新开始咋行？掌握了长效的生存之道就不用焦虑，什么时候都能挣钱，在哪都能挣钱才对。但每个人的长效生存之道，是靠长时间无数次干的过程中，它自己冒出来的

我 15 年前上大学学的东西都没用，更别说现在，未来还有学富 5000 千年的人工智能，只会死记硬背的人类以后就是智障，是傻子。

随着科技进步日新月异，教育已大部分无法跟上现实，教育无用论、大学无用论会持续一段时间，学历将成为贬值最快的东西，而家庭教育会在未来的一段时间成为一股暗主流。这是用心的家长能给孩子带来的机会。

普通家庭给孩子的教育只能另辟蹊径，遇到问题只要极端化处理，一定能找到方向找到答案：要么卷到极致，给她们最好的应试教育条件，比如请最好的私教，上最好的学校，报最贵的班，一般家庭没这实力，果断放弃这条最拥挤的赛道；要么给她们绝对不关注分数的教育，考零分也是一种体验，只管以三教为核心（下面会讲到），让孩子找到自己，这个赛道不拥挤，起码现在有尝试的机会。

在学校能识数字汉字即可，对成绩没啥要求。

学校教的学校学，我只教学校不教的知识。

第一、学校教育，认识数字汉字即可；考 0 分也可以，一个数字而已；

第二、家庭教育：在家里要设立专门家庭课堂，开发出家庭教育体系，包括传统文化教育、独立教育、性教育、死亡教育，着重培养孩子解决问题的能力、爱自己的能力、幸福的能力、创新创造的能力；

第三、并建立起可以传承的属于自己家的家风家规家训。开设每周课堂、夏令营冬令营课堂，教授孩子门内文化：如何赚钱、如何爱认识世界真相、如何幸福、生命和死亡学、拥有解决问题的能力、学习谋略、学习手段、学习人类世界诌的一切真相、引导启发孩子的兴趣，再创造孩子感兴趣的环境刻意练习培养他的兴趣。

第四、以兴趣带兴趣，兴趣养兴趣，兴趣玩兴趣。好比从战争学习战争，不用上军校也能打遍天下无敌手，比如李世民、毛泽东等。早早进入社会。以后的世界得有真本事，别还没锻炼出本事就被社会淘汰了，上学的时间太长，古代 24 岁都封狼居胥了现在才刚毕业，35 岁又被社会淘汰。小学就得开始挣钱，16 岁就得开始跟社会正式接轨，遭受社会的毒打，他早晚得经历，体验世界要趁早。

都是时代产物，按照现在的生育率，十几年之后的所有孩子都能上大学，而且是好几个大学派老师上你家推销求着你孩子去。

什么学区房、辅导班都脱离了教育本质，还让祖孙三代穷尽精力物力财力，你的钱没了就再也没有真正的实力给孩子提供实质性帮助。

买学区房的第一批孩子这几年开始大学毕业，结果呢，失业了，哈哈哈哈哈…学区房就是棺材板，孩子接受教育捆绑学区房，这是历史以来最大金额的教育最低消费，教育霸王条款。

小时候上学会内耗，长大后上班会内耗，也就是孩子从上学的那一刻起，就是内耗萌芽的开始；

这场悲剧的导演，让每个孩子的内耗一直茁壮成长直至耗尽气血年华。作为父母竭尽所能的让孩子成为自己人生的导演

不一定让孩子必须成为社会栋梁，只要不危害社会，让他们成为自己人生的栋梁，建设出自己想要的人生这项工程，比什么都重要。孩子若优秀，去报效祖国；

孩子若没出息，当承欢膝下。这一生都在解题做题，不是训练孩子解题正确与否，要引导他们在任何时期解题过程中：

面对问题的心态，做对题的心态，做错题的心态。

题做对做错，不重要

总之，20 年学的知识会被淘汰，大学专业会被淘汰，只有围绕人性才不会被淘汰，只有务实为主务虚为辅才能取得结果。

物质基础决定上层建筑，灵魂指挥肉体，务实和务虚缺一不可

8.13.3.3 家风家规家训

第一：人类想要强大，靠人类文明的传承；家族想要强大，子孙后代想要强大，靠家族文明的传承。

一般是经过连续三代人的努力才能成就一代人的强大，没有传承，只是靠运气，世世代代大概率就是普通阶级

第二：家族文明就必须有个悟道级的指挥纲领，即：家规、家风、家训。但绝不是古代贵族常规的家风家规家训

第三：对自家孩子的家风家规家训就是从这本电子书里提取，有关于如何演戏演得像个人去做人的，有关于如何不像人做事的

正是因为有了教育，人类的知识和智慧才会连续传承下去，人类才会越来越强，越来越专业，尤其是科技发展教育，必须摆到跟智慧同等高的地位，越有机会到达天下大同阶段。

个人家庭也是如此，没有家庭教育的传承不可能越来越强大，一般通过三代人的共同传承努力，才能成就一代人。

好好利用教育，而不是被教育利用，借假修真别当真别较真

8.14 医疗相

医疗是假的，天地万物谁需要医生？心理医生更是才出现百年。你越生病，就会越花钱，社会经济发展越快；

你越生病，越没精力造反，社会稳定有序。

你出生时最健康，是后来被培养的思维、情绪和行为习惯，以及衣食住行的每一样儿，让你的肉体和精神越来越不健康。

如果人人从小自学中医，上衣治未病，家家都种点中药，都有中药柜，现在的医院，绝大部分都得倒闭。

社会上的医学架构应该让中医现代化，才是唯一出路。

医疗科技发展到生命基因科技突破的那天，人类就不用再为健康担心，这是天下大同的前提条件之一。

但这个过程需要钱，钱从哪来，就需要人生病，第一提供实验标本，第二提供科研经费。

为了天下大同，你必须承受科技发展带来的恶果！为了天下大同，现阶段你必须生病！为了新政权建立，你必须战死！

为了社会稳定有序，这几千年来你必须内耗！苦是为了不苦，生病是为了不生病，战死是为了不再死，内耗是为了不再内耗！这就是药方

中医起步早，是道，人体使用说明书，目前成熟稳定期，治本，研究活人的医学，靠人和自然，从自然中来，讲究天人合一，成本低，但不易学和推广；西医起步晚，是术，目前成长期，隔一段时间就得推翻，治标，是医学的补充，研究死人的医学，靠电靠机器，但容易学和推广。两者互补。

现在西医被诟病的地方主要在于西方医药资本家，这是全世界的最大资本，因为其他生意再好，比如军工资本，不可能天天打仗到处打仗，但是每个人都可以生病，从出生到死亡都可以生病，衣食住行都可以导致生病，所以西医资本是当今社会霍乱的最大根源；

由于当今是资本主义引导世界，资本主义里最大的资本就是医药资本，也就是，这个世界的幕后操纵者主要是西医资本家，他们只是聪明人，嗜血，不是悟道级强者，人类历史上的短暂过客。

养生很重要，年轻的时候不好好使用身体，过了 35 岁身体就开始玩你。

养生主要靠中医，学习中医最佳时间是小学阶段，开始养生是在挣钱的那一刻。

没有一个人不后悔没有早开始养生，失去健康一切归零。

精神养生同等重要，精神内耗都不是一蹴而就。

防患于未然才永远是医疗头等大事，现在都把重点放到了生病后的治病上，只会给医疗资本、医疗从业者提供伤害病人的温床

借假修真别当真别较真，向内求，你本自具足，你是自己的肉体医生，**90%的病都是靠自身免疫力**，你是自己的心理医生，只有自己才是自己的救世主才能拯救自己于水火；

向外求，依靠别人，别人都是你的医生，你会变成所有人的病人。

9.管理四步走

我的地球上所有的管理都是四步走，不管是个人、家庭、学校、医院、企业、宗教还是国家，无一例外

第一步信息植入，第二步奖励，第三步惩罚，第四步激发内驱力。

比如孩子管理：

第一步：先告知给他要怎么做该怎么做不该怎么做；

第二步：孩子做得好就奖励，精神性奖励鼓励比如夸奖孩子或者物质性奖励他亲亲拥抱买奖品等；

第三步：孩子做的不好就开始惩罚，精神性惩罚责备侮辱打压或者物质性惩罚比如罚站罚钱或者挨揍；

第四步：都想激发孩子的内驱力，不需要前三个步骤的成本，孩子自己就可以管理好自己，不仅父母省事，效果还是最好的。

9.1 植入

就是洗脑编程，通过文字信息，以父母的嘴、学校的书和老师的教育、职场的同事和领导，社会的各种媒体信息等途径告知给你。

每一个环节都创造了一套专属的专业话术。

是不是所有父母说的话都差不多？是不是所有学生学的知识都差不多？
是不是开公司的职场氛围都差不多？

是不是各种影视剧及新闻信息的特定目的都差不多？是不是所有的政府宣传的价值观都差不多？

做过销售的都知道，每一个产品都要有销售话术给客户洗脑，包括产品核心卖点、常见问题解答、抗性说辞演练、卖场的打造：阵地包装、环境包装、产品包装等，共同打造成侵染你的大染缸。

因为人是环境产物。

信息植入给你，你可以完成设计者要求的 30%，比如告诉业务员这个月业绩目标 1000 万，不加其他措施，他最多完成 30%，也就是 300 万

9.2 奖励

创造出了精神性奖励和物质性奖励，比如宗教会说做得好可以上天堂，政治会说做得好你就是大好人好市民，学校做得好就是好学生，公司做得好就是好员工；

还设置了荣誉颁奖、奖金发放、工资提升、职位提升等等奖励；包括做生意也是如此，如果你买今天就可以额外优惠一个点或者可以抽奖等等，加了此措施你可以完成设计者要求的 60%。

比如告诉业务员这个月业绩目标 1000 万，再加上这条手段，他最多完成 60%，也就是 600 万

9.3 惩罚

创造出了精神性惩罚和物质性惩罚。

比如宗教会说你做不到就会下地狱，会投胎成畜生；政治会有道德和法律对你的道德绑架以及法律制裁，公司会有侮辱式打压式的职场 PUA 以及罚款、开除等手段，包括做生意：你要是今天不买明天就涨价。

怕上火喝王老吉、不伤手的洗衣液立白等等，都是在吓唬你。

惩罚就是在制造恐惧，演恐怖片，相当于在你身后放了一只老虎，不按照说的做你会死，所以你会拼命奔跑，拼命照做

但凡吓唬你的，跟黑社会性质一样，明显是通过拿捏人性达到他们的目的，物质和精神都被威胁。

比如买房：到了售楼部只要不交钱那话术：你要是还不买就涨价啦，还不买这套就被别人抢走了，夺命连环催。

比如教育和医疗：也变相成了黑社会，就差捅破那层窗户纸就差主动上门主动打电话说：你需要生病吗，我有服务，你再不生病我就把你拉进不再服务黑名单了啊。

再比如宗教，是最大的精神黑社会，你光造福人传达正知正觉正念不就没啦非得吓唬人。

尤其是当你质疑他们，那跟刨他们祖坟一样使劲吓唬你诅咒你下地狱

以上的种种通过演各种恐怖片，各种心理暗示，玩的只是数字游戏和文字游戏，人类是世界上最经不住吓唬的生物，一个字一句话就能把你困在原地一辈子。

通过制造恐惧，你可以完成设计者要求的 90%。比如告诉业务员这个月业绩目标 1000 万，再加上这条手段，他最多完成 90%，也就是 900 万。

9.4 激发内驱力

以上三个步骤跟训练狗一模一样，正常的社会运转，组织运转都可以实现，普通管理者够用；第四步若做到，就不需要前面三步，让人实现自我管理，能做到就可以做领袖做高管。

这种局面最好：成本最低、效果最好、内耗最少，但也最难。

常见的方法有：使命、造梦、画饼、阶段性人生目标管理、职业规划、兴趣培养引导，士气的激发等。

以上这些方式都是因材施教，因地制宜，且都具有时效性，一般不能持续贯穿整个人生

激发内驱力的核心是围绕人性，如果能从小都在围绕三教理论模型为基础，以兴趣的方式，让孩子发现真正的自己，才能真正实现激发出内驱力，持久且能量最大

10.定期清理

为了社会稳定有序，需要管理的核心群体是精英主义阶层。社会的动荡主要是因为精英主义阶层导致，在天下大同到来之前，这个阶层不会消失，任何手段也不可能消灭精英主义阶层，因为导致这个阶层的根源没有消失：比如人为造出来的欲望、等级、金钱没有消失，信息化时代没有到来等等。

有三种人最不好管：认知高、有钱、有权。

认知越高、钱越多、权力越大的人，越不好管；而且认知越高的人认知会越来越高，权力越大的人权力会越来越大，有钱的人钱会越来越多。

钱会流向不缺钱的人，权力会流向不缺权的人，智慧会流向不缺智的人。

这三种人还会合作、联姻，根系交织，让权力、金钱、智慧通过最原始的方式传播：血液传播、性传播、母婴传播。

这些群体如果不被定期清理，只会越来越强越来越多，容易失控引起社会动荡，甚至积累到一定程度就会颠覆原有统治，所以必须定期清理！

除此之外的普罗大众，再造反，都不用担心，都是小打小闹，比如杀人放火，坑蒙拐骗，甚至是农民起义，都成不了气候，只能成为牺牲品、利用品。即使天时地利人和都齐全的情况下打下了江山，也守不住。

10.1 定期清理权力

明明有制止贪腐的手段。为什么不用？

比如公示财产、比如诛九族，还有好多方法都可以有效精准打击贪腐。因为让你贪就是个设计好的局，是个坑，是个陷阱，跟养猪一样，把你养肥就宰了。

第一：发展初期不留这个口子欲望激发不出来发展就会慢，没动力，一对比位置都做那么高了还是两袖清风住茅草屋蹬自行车，就泄气了。

第二：优秀人才招揽。

如果其他行业都可以发财，唯独当官喝西北风，优秀的人不可能被招安。

第三：发展过程中一定会遇到问题，就可以借沙滩管以泄民愤，转移注意力转移矛盾，并收复民心

第四：大型组织一定是臃肿的论资排辈看不到希望的，让那些贪的人腾出位置，内部活力重新被激活，这是个完美闭环

10.2 定期清理金钱

金钱最腐人心，因为创造出金钱后，金钱又创造出了欲望。

第一：清理金钱的方式有：房贷车贷消费贷、创业骗局、理财骗局、投资骗局、泡沫经济危机、不断印钞通货膨胀等等，不同的人群对应被骗的方式不同，但本质都一样

第二：就业；专业技能会随时被淘汰

第三：创业；创业需要经验和公式，普通人创业大概率把钱交给了房东、给员工发了工资、给政府纳了税，自己最后赔个精光还容易负债

第四：普通人根本不可能富裕，早就设计好了。

古代开始有针对百姓的 33 两白银，都有钱了谁还干活？都有钱了谁还听话？哪个组织不提前设计好平均收入？

而且穷人互撕，富人互持，你身边的人一定不希望你过得好会往下拉你，上面的人位置太有限一定不会轻易放人上来通常会往下踩你。

还有你从小到大接受的务虚教育，不能产生结果不能挣钱的教育，加上各种消费主义陷阱和通货膨胀，你这辈子能挣到钱是本事，能守住钱更是八辈子的幸运

第五：最近很多明星十几年没出来开演唱会、直播带货、拍垃圾影视剧，节操掉一地、跟百姓抢饭吃、晚节不保，那是因为突然连续是因为钱被清理了，没钱了，负债了。

有个几千万几个亿的小卡拉米不要嘚瑟更别狂，有个几百万的不要轻易理财，有个几十万的存好即可啥也别乱想

第六：如此一来，第一财富清零，奋斗不止，社会稳定有序；第二财富减少，威胁降低，社会稳定有序。

钱是普通人最大的底气，失去了钱，做人就又开始懂规矩守规矩了，社会稳定有序！

这个世界上，除了你自己，全世界的人都在想着法儿的想从你兜里把钱掏出来，是任何人

10.3 定期清理认知

认知都是在不停变化的，即：**你终生必须保持学习，保持更新认知。**

创业的知识、营销的知识，医学的知识、修车的知识等等一切所谓的知识，是不是每隔几年都有新书热卖？

时过境迁，跟不上时代都会被淘汰，经验主义教条主义的人都只研究了术，而没有悟道，就会被社会被时代一直牵着鼻子走。

包括很多大咖，顶级企业级，只要是时代过了，他们的认知就是垃圾，他们就是被遗弃的货，做什么再也做不起来。

道，一成不变。

清理认知的方式有：

宗教、教育、禁书、转移真相注意力的媒体宣传等等。

所以，别有点权力就开始刺毛，别有点金钱就不知天高地厚，别有点文化就自视甚高，你们都是狗，都是被驯化的狗，都是苍生之局里的一环，都会成为社会稳定有序的牺牲品、祭品

悟道级的人不会贪污、不会贪财、不会贪权、不会贪色、不会贪功、不会贪名。

有说停就停的能力。

说话说停就停，思考说停就停，赚钱说停就停，权力说停就停。

说停就停是天道！

你不停一场经济危机会让你停，你总会失业；

你不停生物钟也会让你停，你得睡觉；

你不停阎王也会让你停，你得死

包括做人方面，提出一个观点若有人提出反对意见，一般不回应不辩解，一条狗你搭理他干嘛？

偶尔看心情可以回复一句，如果对方还继续 bb，记得马上停止说话，甚至远离他拉黑他。

再包括赚钱，很多人都会靠运气赚的钱凭实力亏掉，就是不懂得说停就停，只有停，心智才能获得片刻清醒，挣钱不是持续行为，像风又像雨，是一阵一阵；

不懂得适可而止，话多了就是对自己的诅咒，思考多了就是对自己的诅咒，权力财富的获得和使用不懂得说停就停，也是对自己的诅咒

第三章.天下大同阶段（天人合一）

几千年来，天下大同是人类最伟大的梦想，也是最难的梦想，一切的顶层设计都是为了这一刻：

既保留人道，又回到天道，天道人道合一的天人合一之道；

既不反人道不反人类不反人类文明，更不反天道反自然反宇宙；

既让人类像原始阶段那样不用工作、不用挣钱、不用内耗，也能像混乱阶段那样享受人类文明的各项成果；

既务实专注科技发展到极致甚至拓展到星域之外，宇宙之外，也务虚把思想智慧水平超越先秦，超越人类的任何时代。

这种局面只有在天时地利人和的情况下才有可能实现

1.天时：科技

这是未来的经济生态：

科技越发展，人类越危险，人类文明越脆弱，二元对立越激烈，战争越频繁越惨烈，越解决问题问题反而越来越多，危险系数越来越高，越管理越控制，物质世界追求越多人类精神世界必然越来越累，人越失去自我；

上科技发展带来了社会分工，越分工，工作越单调越乏味越无聊，越容易内耗和痛苦。

但是，反者道之动同样适用于科技发展，科技发展到极致，将是大同世界。没有科技发展就不会产生剩余，享受啥？

没有科技带来的极端痛苦，觉醒啥？没有战争就没有军工，没有军工就没有真正的科技发展。

尤其是四大类科技是各国投入最多时间最久的：**信息科技、人工智能科技、能源科技、生命基因科技**。这是为实现天下大同的统治阶级的共识

第一：人工智能科技。

完全突破那天，人类再也不用工作，活着享受生命即可。而且不管是自己还是所有人工智能工具，都是大数据，都能收集每个人的大数据，都能制止身边做出危险的人类，包括政治家、资本家的一言一行都会被及时收录，不允许危险，任何人都无所遁形，任何人都不再危险。

只是现在的人工智能水平还处在初级阶段，电力和算力能源还无法支撑无限的 AI 工具使用

第二：能源科技。

地球上不断地大型战争大型伤害都是因为能源资源获取，地球上的能源有限，导致各国都有生存危机感。如果能源科技真正突破实现无限能源，比如核聚变等，让全人类的使用的电一直免费下去，就再也没有理由制造种族对立掀起战争。

工业用电、居民用电都免费，衣食住行、吃喝玩乐使用的各种工具都是电器，电免费了，电可以制造人工智能，人工智能也是免费，替代人类后的工作也是免费。没有成本，人类干什么都是免费，钱基本从地球上消失，人类基本不再需要为挣钱考虑。

除了正常享受的欲望，不再需要刻意顶层设计欲望陷阱。

第三：生命基因科技。

当人类不再为疾病担忧，不再为疾病痛苦，活得更久更健康，是天下大同的先决条件。

第四：信息科技。

人类文明史的五阶段：原始文明-农业文明-工业文明-信息文明-精神文明。

精神文明阶段就是天下大同，在此之前必须经历信息文明，现在的地球处于工业文明末期。

信息文明的基础就是算力、数据、电力等，所有人所有东西都是信息，都是数据，实时监控，你平时说的所有话都会被收录都会形成你的个人数据信息，甚至包括你的想法你的念头都能随时被捕捉到，到那时当老板敢糊弄消费者试试？当官的敢不为民服务试试？做教育的医疗的敢不以人为本试试？如此透明的社会，人类的风险相对更加可控，社会更加稳定有序。其实你现在聊天说了什么话短视频平台估计都能识别并给你推送相关内容，更何况到了信息时代，身边到处都是可以收集数据信息的智能设备。不管是哪个阶级哪个群体哪个人，都不能危害社会，大方向能做到为人类服务、成就别人、和谐为主等等，为天下大同打下坚实的基础

第五：科技还对未来清明的政治模式、未来人人是老板的消费者经济模式、未来的夫妻形式家庭单元，以及按照我的阳谋模式作为教育最重要的文化模式，都是极重要的一环。

天下大同，需要科技发展，即：天下大同，需要战争，人类未来，需要战争；

天下大同，需要生病，人类未来，需要生病；

天下大同，需要众生皆苦，人类未来，需要众生皆苦。

打仗是为了不再打仗，死人是为了不再死人，生病是为了不再生病，工作是为了不再工作，挣钱是为了不再挣钱，内耗是为了不再内耗。让胜利胜利，留下痛苦痛苦

2.地利：悟道级统治阶级

这是未来的政治生态：

天下大同阶段依然需要统治阶级，但人人都是统治阶级，或者人人都是百姓阶级。

那时候已经消灭了阶级，任何人只是分工不同，相互依存相互成就。天下大同阶段的统治阶级不叫总统、皇帝，叫统治阶级代表或百姓阶级代表，权力完全智能化全民监督。

统治阶级传承制的前提是悟道者，只有悟道级强者，才会以天下百姓为己任，杀身成仁

3.人和：解放全人类人性

这是未来的文化生态：

混乱阶段失去的人性，在天下大同阶段重新给全人类找回来。

全民教育体系改成正向且全面引导真实的人性：引导灵性，一心创新，使人类更加智慧；

正向引导人的特性，使人类更加温暖；

正向引导兽性，使人类更加健康；

不再打压，不再驯化，不再存在二元对立，不再内耗，人人平静，人人幸福

科技到极致+悟道级统治阶级+全人类智慧集体释放，这样的天下大同确实令人神往，这是人类最大的梦，既无比残酷又绝对美好更极其艰难，很多星球都毁灭在了人性+科技上，在地球已经初现曙光，我的星球以阳谋开局，以此梦为引，带着星球子民前行。

没有到达天下大同之前，坏人必不可少，二元对立的矛盾必不可少；但较真儿的好人必须存在，光辉的思想必须存在，再少也得有，再少也值得保护；就好比正义可以迟到，但绝不能缺席，因为百姓内心最底层的信心是：这个社会需要一个讲理的地方。白莲花永远比黑污泥少，还不能没有。出淤泥而不染的事物一直存在，白莲花存在的时间比人类还久，污泥越多越黑越臭，莲花越是弥足芬芳，和光同尘

人类终需有个归宿，也终究灭亡，可能在很久的未来，也可能因为不可抗力随时灭亡；宇宙也会消失，一切都不会不复存在；但消失和灭亡是终点，也是起点，宇宙允许没有答案，也没有终极答案，不必让天下大同这个念成为放下一切执着后的执着

第二部分 如何破局（三修）

活着，就是修行的过程，人生无处不修行，修行是一整套系统，有起因有过程有方法有坑。

都说修行很难，但本质极其简单，就你做任何事都可以类比修行。

比如你学修车，最开始很混乱，一直入不了门，笨手笨脚，感觉很难，也老是出错；

但做久了聚焦了用心了，随着操作次数增加，技术越来越熟练，突然会有一天，修车的技术你会一刹那顿悟，无师自通。

只要坏车给到你，你就能查出问题并修好，超师

只是现在的修行太乱，乱成了一坨狗屎。

谈起修行都被神话、被高高在上化、被高深莫测化、被高难度化、更被偏科化

1. 修行的诞生

宇宙的整个顶层设计是为了宇宙稳定有序，人类世界的顶层设计是为了人类社会稳定有序，个人世界的顶层设计也一定是让自己的一切稳定有序。

原始阶段不需要修行或者人人都是修行本身，都很稳定有序。

但从混乱阶段开始，由于发明了文字会说话会思考之后人的心发生了变化，导致不平衡不和谐出现，个人世界变得不再稳定有序。

但宇宙能量守恒，一旦失衡，宇宙会想尽办法恢复平衡。

自此宇宙从设定好了一切，变成：**宇宙唯一没有设定好的就是你的心；**所以需要修行把心修回平衡和谐、心安自洽，也就是修行就是修心的过程、设定好心的过程。

心就是真正的自己，因为混乱阶段的顶层设计是根据人性让人类丢失真正的人性增加了假的人性，形成了众生相，所以修行就是不断破相的过程

即：修行是宇宙顶层设计，修行是人道后新增加的天道，是天道人道合一的开端，并贯穿人类存在始终

第一：让宇宙世界稳定有序的顶层设计是天道，自然规律、宇宙规律，堪称完美，所以宇宙无数光阴中整体很平静很平衡很和谐很自洽

第二：让人类世界的顶层设计是人道，各学派思想，儒释道法等等

已经很好但还不完美，尤其是独尊儒术后的犬儒主义，更是让人类思想倒退千年，叠加最近几百年来更操蛋的西方资本主义，一下子把今天干成了末法时代，人类的精神文明从未像今天如此失衡，需要有超越先秦思想的新思想来修正和完善，所以新的伟人圣人将出

第三：个人世界：

由于人类世界的顶层设计不够完美，再加上后来的犬儒主义+西方资本主义，导致个人本来很完美的肉体世界开始失衡，病越来越多；也导致个人的精神世界失衡，内耗越来越多。

因此，在当下更迫切需要修行去实现个人世界以及人类世界的稳定有序。

2.修行路线图

修行的过程大致分为六个阶段：

普通人-觉醒-开悟-悟后起修-得道-玄之又玄。

目前人类已经证得的是前五个阶段，玄之又玄的修仙等目前只存在于小说中，很多专门的机构和群体研究的玄学，包括暗物质暗能量的探索，都是被控制极小范围内，他们研究的是：天道、人道和天人合一之道这三者之外的道。

人道困住了普通人类，也就是在苍生之局内的普罗大众；

天道困住了佛陀、老子等等超然物外的悟道级强者；

天人合一之道困住了毛泽东、谭嗣同等等杀身成仁的悟道级强者；

宇宙没有终极答案，这三个道之上肯定还有道，道上之道，无止境。

想要力压天道、力压人道、力压天人合一之道，等你先把三者修明白再说吧，能把天道、人道、天人合一之道修通，已是人类思想绝对的金字塔尖

修行三步走

第一：先见众生，得先入世，红尘中才是大修，不经历就没有发言权，尤其是不经历痛苦不可能醒悟，此阶段用儒家法家；

第二：再见天地，就是格物致知，宇宙自然的天地万物本是同根生，天地与我共生万物与我唯一，此阶段用道家；

第三：最后见自己，经历了人世间的痛苦，开始远离人世间，大自然治愈了自己，此时终于明心见性，找到了自己，此阶段用佛家。

儒家法家道家佛家同根同源(后来的犬儒主义不算真正的儒家是阉割版)

只有入世见到众生相才会被刺痛痛到醒，只有入世才能获得物质基础和生存手段，物质基础才能决定上层建筑；

见到了众生不再想见众生，开始喜欢接触灵性的天地万物，开始格物致知，最后格清楚了格明白了，发现天地与我共生万物与我唯一，见了本性见了真我，也就是见到了自己。

所以必须先入世见众生，再格物致知见天地，最后方能有机会见自己，找到了真正的自己。

这场苍生之局是阳谋，阳谋无解，必须以身入局，先去经历，先去干；才能先看清，再看透，最后看淡。

好奇这个世界，经历这个世界，恶心这个世界，理解这个世界，欢喜这个世界

2.1 修行各阶段

修行、觉醒、开悟、得道的这些文字概念是人为发明，是对宇宙客观事实的描述，是对你的生命到达某一状态时的总结。

修行的过程就是不断破相的过程，比如想要觉醒就得打破否定普通人的认知，想要开悟就得打破否定觉醒者的认知，以此类推···

2.1.1 普通人

你会活在一切实概念之下，亲密关系之下、二元对立之下、情绪之下、规则之下、文字之下、自信之下、金钱之下、时代之下等等；被他们带着走，被这些概念控制，看不清真相，这个阶段的人认知最低但还最固执，最容易内耗，你是众生相的狗，你是一切的狗

2.1.2 觉醒

人类的顶层设计，这场苍生之局，主要就是针对觉醒人群。

觉醒的人要么向内攻击，把自己干抑郁干焦虑，要么向外攻击，把社会干焦虑。

被现实无数次打击，醒了，看透了游戏规则，认知比普通人高，开始上道儿。

但大部分在觉醒初期只是看透并没有看淡，内心深处会觉得这个世界原来跟想象的、跟教育的不一样，有种被欺骗的感觉，容易戾气重，容易反社会反人类反文明。

影视剧里的那些大反派都是觉醒之人，都不按套路按规矩出牌了，所以这个世界不是不想让你开悟得道，甚至希望你悟道；但在开悟得道的路上，觉醒这一环太不可控，太危险。

觉醒的人最容易造反，觉醒年代这个电视剧讲的不就是造反年代，此阶段的你很容易变成一条疯狗

2.1.3 开悟

开悟就是一刹那，是一种机缘，不是刻意求得，开悟之人比有钱人少多了。开悟的那一刻，你发现自己变得平静了，能看透并看淡，欲望开始降低，开始向内求，看到天地万物都能心生欢喜：每天早上醒来发现自己还活着，就能开心一整天，又多赚了一天。赶紧去亲亲自己的孩子，亲的时候一直流口水，那种内心深处的幸福感，想到这个画面都能流口水，接触到早晨的第一缕阳光，不管用手还是用脸，你感受过那种能量往体内注入的感觉吗？

吃小米饭是这个颜色这个味道，大米饭是那个颜色那个味道，太美妙
你会变成概念本身，也就是本自具足的开始，开始看淡一切。

开始变得平静，你是自信本身、情绪本身、金钱本身、规则本身、时代本身等等；能观测到他们的存在，能控制这些概念，你是自己的狗

2.1.4 悟后起修

开悟状态初期不稳定，容易修出优越感，还得经过事上练检验。比如当一笔巨款、一个美女出现时，你是否能扛得住？当情绪偶尔失控时，你是否能快速抽离出来，觉察到并立刻停止。而且开悟只是洞悉一切的开始，需要把悟到的信息关联起来，形成体系，这个过程就是悟后起修，形成一整套体系后就是得道的开始。所以在此期间需要通过不断反复练习，让开悟状态持续稳定

2.1.5 得道

你会在一切概念之上，一个人就是全世界，一个人就是全宇宙，本自具足到了极致。在情绪之上、金钱之上、规则之上、文字之上、时代之上，人

类思维之上；已经没有这些概念无念状态，这些概念会跟着你走，金钱会跟着你走、规则会跟着你走，时代会跟着你走。

万物都可以是你的狗

有五个典型的特征：

第一：极低欲望。

没啥消费，如如不动，很省钱，连吃饭都很少，几十块的衣服能穿好多年

第二：很平静。

开始懂得内观身体，甚至自学中医，也就是身体使用说明书；情绪稳定，追求平静平淡，根本不会追求快乐啥的乱七八糟的情绪；也不再跟人争吵辩解，甚至很少说话，心宽

第三：瞬间看透本质。

宇宙万物的本质、人类世界的本质、个人世界的本质，也就是能做到见天地、见众生、见自己

第四：解决问题的能力。

首先在他们眼里不存在问题，其次遇到任何问题永远都有方式方法，都是瞬间看到本质，从第一性原理的角度出发，遇到啥解决啥，只是体验

第五：自成体系。

对个人世界、人类世界和宇宙世界的各种问题有自己成体系的理解。看人类的一切行为就跟看小孩子玩过家家一样，入世和出世之间可以随意切换。完全无相随心，到哪都能修，干啥都是修，需要解决问题时就从高纬入世降维解决问题；不需要自己时就淡然出世，安贫乐道，采菊东篱下

串联起这几个环节的就是干，即：**事上练**；不断经历，不断熟练的过程**就是事上练**。事上练对修行起到的作用至关重要

第一：到下一个修行阶段的催化剂，也是地基。没拿起过没资格谈放下，事上练就是拿起的过程，修行就是先拿起，再放下的过程

第二：纠偏，修行很容易修进误区，跟打游戏通关一样，各个环节都有陷阱和误区。**最好的老师就是干。**

2. 修行的乱状

修行本是一种体验生命的宇宙客观事实，像其他天道一样顺其自然运行即可，但现在修行不仅变得紧迫还很痛苦，一点也不道法自然，一点也不可爱

2.1 只有灵修

人性有灵性、人性和兽性，只有灵性修行这不是偏科嘛？人修呢？兽修呢？只谈灵修要么是不懂，要么是骗钱。只是灵修，很容易走向虚无，很容易愤世嫉俗，很容易躺平。天天吃饱撑的虚头巴脑，生存呢？健康呢？最基本的都舍弃还叫修行？

最接近真修行的是道家道教：有灵魂修行，甚至修仙；也有兽修，道医救死扶伤更能自救，道家养生功法在养生领域也是无敌的存在，且道士自己种药采药制药。

更有人修，各种手段谋略都是人类顶级，最初级的也学会了一些风水、八字等等的术可以谋生，绝不会靠别人施舍生存。

没有人修获得的物质基础，一切都是空谈，没有人修入红尘见众生，修行是无根之木。

除了这个教派不仅务虚也更务实之外，其他教派的修行都是以灵修这种务虚为主

每个人都拥有身体和灵魂，都拥有物质世界和精神世界，都拥有大脑和直觉；也就是修行是要让自己的身体稳定有序，让自己的灵魂稳定有序；修行要让自己的物质世界稳定有序，让自己的精神世界稳定有序；修行要让自己的大脑稳定有序，让自己的直觉稳定有序；不偏不倚，不左不右，守中

假借灵修之名，骗色敛财者居多，妖言惑众者居多。

甚至常常把无法证得的宇宙奥秘包括鬼神仙妖魔以及轮回转世挂在嘴边。

你能看见你无法证明给我们看跟你没看见是一样的，你看不见也可以说自己能看见因为别人看不见，宇宙很神秘，没探索到的暗物质暗能量很多，自己研究没有问题，但公开讨论这些没有意义。

好比关于造物主的讨论，神化造物主是典型的造神运动，造崇拜运动。

第一：如果有造物主，那制造造物主的是谁？制造造物主的又是谁？往上接着推演，根本没有答案，因为宇宙允许没有答案，且大部分没有答案；

第二：如果有造物主，有没有可能造物主就是个智障，比如人类发明了人工智能，人工智能如果实现自我迭代，在他们眼里制造他们的造物主，也就是人类，在他们眼里不就是智障。

只谈今生，不讲轮回，轮回若存在，但记忆不连续，又有什么意义，要劝人过好今生，过好当下；子不语怪力乱神，不管有还是没有，闭嘴不讨论，劝人只管好自己，不管牛鬼蛇神

2.2 新型消费主义陷阱

第一：课程最贵，世界上最贵的课程，除了商业咨询就是修行课。动辄线上几节课都能几万起，线下课程几百万几十万的很正常。

有钱人的钱骗了也就算了，居然给普通百姓洗脑：生命是无价的，无上智慧是无价的，卖房子算啥，卖血都得干···

第二：道场盛行，应试教育化。

资本闻着味来了，这年头赚钱的行当不多，这块肥蛋糕资本早已开启商业化操作

第一步寻找“大师”：只要口条好，蹲过大狱的都可以是大师。

创业失败的、讲国学的、讲玄学的、搞传销的、道士和尚这些人群是首选

第二步包装：给这些大师搞一堆名头，各种信任背书，甚至说他们是弥勒佛转世、紫薇大帝转世，有的会找一堆山区孩子给这个大师领养，大慈大悲，功德无量的人设完成

第三步建道场：有天有地有烟火气，一般寻找得自然之美的地方作为道场，学员可以来此求学问道，来汲取能量，有学堂、有食堂、有住宿部

第四步收割：线上 365 天直播，线下全国各地会议室营销，开光物件售卖、课程售卖、会员售卖、能量汲取售卖、天价见面费、带着学员去拉练

挣钱是为了混口饭吃为了养家糊口为了生存可以理解，甚至不挣钱的也很多，总之真正的悟道级大师绝不会割韭菜，但只教别人如何在你这花钱，却不教如何让别人挣钱，只有你挣钱，这样的地方是修行道场？这样的人是大师？卧了个槽，还不如传销。

2.3 着了修行的相

众生相新增了一个修行相：

倾家荡产也得修行、不吃不喝也得修行，执着了，刻意了。

万事万物皆是修行，一颦一笑皆是修行，吃喝拉撒皆是修行，呼吸睡觉事业打拼皆是修行，七情六欲皆是修行；

能开悟得道挺好，做个普通人拥有人类情感享受七情六欲可以哭可以笑可以感动也挺好，都是生命的体验，没有好坏

修行是无相的，任何人都可以修行，任何时候都可以修行，在哪都可以修，做啥都是修，任何形象都可以是大师。

六祖慧能不识字，农民种地都能悟道；

金刚怒目也是修行，不是单一的慈眉善目的影视剧形象；修行可以在深山，可以在庙观，也可以在红尘，小修在深山庙观，大修在红尘。

2.4 动作变形的修行

第一：修出优越感。

看不上自己周围的人，甚至都看不上人类，张嘴闭嘴都是你们人类怎样怎样，变得格格不入，一般发生在刚开悟不久。

第二：修到向下虚无。

一般发生在觉醒阶段，虚无就是觉得没啥意思。如果向上虚无直至归隐也算，但就怕觉得活着没啥意思，直接抑郁。

第三：修到愤世嫉俗。

自我感觉认知提升，看到了很多真相，就是没看全，没看淡，变成愤青

第四：逃避现实。

现实中越有钱的人修行的越多，明星、企业家出家的最多。刻意修行在某种程度上可以理解为吃饱撑的，逃避现实的一种方式，因为当人生处于低谷，或者社会出现危机时，这时候人类开始务虚，甚至走向虚无，修行的人在此时会大批量出现，寻求脱离痛苦，追求觉醒。穷则独善其身，达才兼济天下。

当你遭遇人生低谷，请你停止思考，你思考个鸡儿啊，修行修行，在行动中修正才是修行，行动起来才会从内心生出智慧。

读了多么伟大的思想，你也只是思想搬运工，拜了多有名的大师，你也只是大师复读机

第一章.道之三修

根据天道人道，把人类划分为四类人群：修天道、天道或人道单修、修天人合一之道，最后一类是天道人道都不修

天道人道都不修的人认为这个假的世界设计好的世界是真的，不是借假修真，而是当真较真，一直追求有这有那、一直向外求的普通大众。

世界上 99.99%都是这种着了众生相的普通人；包括权贵之人，他们放不下，他们很痛苦、不幸福。

内耗了就没精力他耗，危险系数降低，可控，顺应了人道，社会才会稳定有序；但违反了天道，所以自己不再稳定有序，也就是内耗。

原始阶段的几十万年人类都很正常，但是在混乱阶段的普通人都不正常，都是神经病，整个世界就是一个精神病院。所以觉醒开悟的人在这个世界格格不入，在别人眼里是“神经病”

1.只修天道

借这个假世界悟道后选择返璞归真，假借修真，回归原始阶段的天道，不跟这个人为的世界玩了；比如老子、佛陀、弘一法师等归隐人群，这些悟道之人很稀少。这样做，顺应回归了天道，也不扰乱人道，天道人道都是稳定有序的，这种超然物外，也是大道。这样的人是正常的

只修天道，是出世

2.天道人道都可修但单修

借这个游戏一样的假世界修体验的真，借假修真，只是体验。

以放下的心拿起来，以拿起来的心态放下。

不想体验了就出世，体验天道，想体验了就入世，体验人道。比如庄子、小镇舍长

3.修天人合一之道

悟了天道不可违，也悟了人道不可逆，为了人类命运，为了人民，能够到达天下大同阶段：我不入地狱，谁入地狱；杀身成仁，也是大道。天人合一之道是入世，比如谭嗣同、毛泽东、地藏王菩萨等

这三类都是悟道级强者，都找到了真正的自己，都已破局，在局之外。
他们有三个共同的特征：

第一：不违反天道，不让宇宙自然失衡；

不违反人道，不让人类世界失衡；更不违反自己的道，让自己失衡，都是极致真诚的做自己

第二：体验。

看透并看淡了这场苍生之局，表示完全理解和接受，选一种道，像游戏一样去体验：

天地万物皆不为我所有，但皆为我所用。

文字、经济、战争、情绪、亲密关系、医疗、教育，包括生死都是工具，都是假相，都是体验。

人生就是玩，就是体验，别当真别较真。

上学是体验而已，工作是体验而已，婚姻是体验而已，失恋失业失败失魂落魄也都是体验而已；

生病可以，活着可以，死亡也可以，不可以也得可以，就是整个生命周期里的各种体验而已。

灵魂出窍，跳出来，看着自己活，看着自己玩

第三：美好无处不在。

美好的事物无处不在，数都数不清，即使全人类都恶心，一次人口普查就算清楚了数量。

在无量美好的世界里，恶心的人类、人类的恶、自己的内耗这点事根本就微不足道。

美好的阳光无处不在，美好的空气无处不在，美好的花花草草无处不在、美好的动物无处不在、美好的衣食住行吃喝玩乐无处不在、美好的念头无处不在；

所以 80 亿烂人算个啥，不好的经历算个啥，忽略不计，蔑视，鄙视，无视！

第二章.性之三修

根据人的特性，可以分为灵性、人性、兽性，其中人性包括先天原始人性和后天驯化人性。

要修就修全乎，别偏科，别缺胳膊少腿

第一：打压了灵性，那就正向做加法修回来；

第二：驯化出了新人性，那就正向做减法修掉。

最务实的其实是人性的修行，可以获得生存谋略手段，获得物质基础，物质基础才能决定上层建筑；

第三：打压了兽性，那就正向做加法修回来。

总之，灵性修过了头、人性修过了头、兽性修过了头都不对，都应该经过正向修行正向引导，修行的目的：找回真正的自己

1.灵修

1.1 找自己

你所有的念头、所有的想法、所有的情绪都不是你，愤怒紧张不是你、想升官发财不是你、想结婚生子不是你、抑郁焦虑不是你、贪生怕死不是你···

都是社会保障体系的环节设计，都是被环境驯化后的你，都是假的、

1.1.1 灵性、人性、兽性

要意识到自己有神性、人性、兽性，且三性平等

动物属性和自我神识属性一个简单到极致，一个智慧到极致，都不会产生焦虑和精神内耗。

其中恰巧是新驯化出的人属性那部分最束缚人，也是你精神内耗的根源，最没人性的也是人。

1.1.2 我相和人相

要意识到你认为的我不是真我，是社会稳定有序设计好的我；

要意识到你本不是人，人是被驯化而来，为了社会稳定有序你被驯化成了人。

第一：大部分人成为了一只自己不知道自己是狗的狗，他认为自己是人，真我是个人内心生出的认知，是对自己的绝对认同，是形成神圣内核的心力，能一眼看穿事物本质

第二：失去真我，就会成为资本玩物、政治玩物、社会玩物，他人玩物。看到狼吃羊没，什么时候想吃，就什么时候吃，你就是只羊，待宰羔羊

第三：这个虚妄的假世界伪装了租客，一个充满贪嗔痴慢疑众生相的假我，你把自己的心出租给了这个假我几十年，这个租客住久了以为自己是房东，但他深知房子的产权不是他的，所以这个假我内心深处肯定不珍惜，所以他可劲造，把你的心弄的抑郁、焦虑、自卑，这个房子都快塌了他也不在乎；这种鸟租客岂能容他！你是房东，你该知道了，你该醒了，必须把租客扫地出门！

清扫这个租客留下的垃圾观念、清扫这个租客留下的垃圾人际关系，把垃圾都清理出去，洗干净，真房东，要回家了

具体参考上面众生相里关于我相和人相的解释说明

1.1.3 灵魂与肉体

要意识到我是由灵魂和肉体两个部分组成。

肉体承载灵魂，灵魂驱动肉体。

肉体肯定越老越腐烂，需要灵魂越老越干净。

死的时候灵魂修的越来越高级才圆满，这样符合宇宙守恒规律

第一：肉体的你从外面看得见，向外求；灵魂的你从内心才看得见，向内求

第二：肉体是频率较低的波，具体频率和能量受人类世界的顶层设计所影响；灵魂是频率较高的波，跟宇宙跟自然一个频率

第三：肉体成长需要营养，灵魂成长也需要营养

第四：肉体需要把体内的屎尿屁排出去，灵魂也需要把精神的屎尿屁排出去

你是由灵魂和肉体两部分组成，灵魂才是真我，大脑为主的身体是假我，你的灵魂只是用你的身体几十年，大脑和身体就死了，你的灵魂不生不灭。你的灵魂从你出生那一刻就开始了地球之旅，从你大脑和身体死亡的那一刻，你的灵魂就开始了宇宙之旅。

比如用针扎你，你觉察到你的身体疼，但是你这个觉察不疼，那就是觉知就是你的幕后视角，这个觉察/觉知/幕后视角，这个注意力，就是你的灵魂

这个世界顶层设计的核心就是对你注意力的掠夺。

你的注意力在哪，结果就在哪，人生就在哪。

比如你把注意力放在缺点上，一个缺点不断被盯着会被无限放大，放大到足以恶心死自己。

何况每个人有无数个缺点，你这么喜欢盯着缺点，一个人都可以恶心死你无数次，更何况世界上有无数个人。

那你这辈子啥也别干了，净死了；以后你要是不喜欢谁，他还一直缠着你，你就向他展示缺点，没有缺点也要创造缺点，恶心死他

每个人一生都会出生两次，不是一次！

第一次是你爸妈生你，生的是肉体的你，妈妈怀胎十月，经历各种难受，冒着生命危险，才有了你；第二次是你生你，生的是灵魂的你，也叫涅槃重生。

只有自己才能生，你怀胎几十年，经历人间炼狱，精神饱受煎熬，越是接近死亡越容易觉醒，才能生出真正的自己。

你是你自己的父母，你是自己的孩子，像爱父母一样爱自己，像爱孩子一样爱自己

1.1.4 大脑与直觉

要意识到自己拥有大脑和直觉，大脑服务于直觉，直觉指挥大脑

直觉才是最高科学，直觉就是你的灵魂，直觉是人类思维之上的感知，是你的真我；

大胆跟着直觉走，你经历你承担，你承担你成长，越是跟着直觉走越自己。好比在天成象，在地成形，在人成运；今天出门前杯子突然摔碎了，直觉会告诉你不对劲，不能出去，再重要的事也得缓缓，从长计议；

开车的路上突然有动物在路中间挡着你不让过去，过了一会还不走，那你就等着或者掉头；

今天要出去办事，没有象形出现，就是直觉不太对，自己总觉得状态不是那么回事，但凡你继续出去办事，基本凉凉

再说说大脑

第一：肉体是以大脑为主体的一堆肉。

大脑是身体最低级的器官，你还信他，把他当成神明，你所有的身体问题、心理问题、人生命运就是他害的

第二：大脑让人类成了地球上灵性最低的低等生物。

一句话就能操控大脑，把大脑把你困在原地一辈子，你用一句话对着花草树木试试，对着鸡鸭鹅试试，都比你强

第三：身体的每个器官都是道法自然般的强大，遇到问题都会下意识去解决问题，唯独脑子遇到问题不但不解决反而增加新的问题。

第四：大脑处理信息的能力只有 1/1000，999/1000 都处理不了，这不是个傻子吗？

老师一节课讲了一万字，你脑子记住了几个？它就这么菜

第五：大脑是可塑的，只是以前被这个世界被环境塑造，你得把大脑拿回来自己塑造自己用，那是你的私人大脑。

刻意驯化刻意练习正知正觉正念，直到大脑形成你需要的新的下意识和潜意识，那是找到自己的开始

第六：无脑成神。

想提升专业知识，好好使用大脑；想开启智慧，想解决内耗，不用大脑少用大脑，脑子一思考一干活，直觉就关闭

第七：干体力活的要比天天动脑子的人精神内耗少很多，多思多虑，脑子对于大部分人类是累赘

1.1.5 物质与精神

要意识到自己是由物质世界和精神世界两部分组成，物质基础决定上层建筑，精神引导物质

物质世界就是肉眼看到的客观世界；精神世界是用心才能看得到的主观世界

第一：文明经过几千年的发展，先后经过农业文明-工业文明，已经发展到顶峰并已经有走下坡路的迹象，精神文明时代开始起步，跟精神文明相关的行业也都刚踏上征程，但中间还有个过渡期：信息文明。

信息文明可以把人类的科技水平带到最高，信息文明建立才能真正实现精神文明，精神文明时代就是天下大同阶段

第二：物质世界现在已经是夕阳产业，从起步到过度追求再到现在很多人开始厌恶，就跟经济规律那样，物质世界现在很内卷，名利权利房子车子票子想获取越来越难，所以再继续追求物质世界将很难获取成功

第三：但精神世界这个赛道刚起步，绝对的朝阳赛道。

很多人都开始觉醒想觉醒，普通人更容易有实现阶级跃迁的机会。好比精神世界的改革开放才刚开始，遍地是机会。

第四：过度追求物质世界容易变成跪族，跪下的一族。

但追求精神世界的人不容易下跪、不容易精神内耗、不容易被当韭菜，是精神贵族。精神富养的时代已开始启航

像爱自己的身体那样爱自己的精神

第一：很多人要么没关注修行要么太刻意修行，两个极端。要道法自然

第二：精神饿了就给它吃，冷了给它穿，困了让它睡

第三：精神跟身体一样都需要锻炼才能强悍，锻炼身体时用力过猛或者方法不对，都会导致损伤病痛，身体强壮最管用但最残酷的方法就是当兵或运动员，痛并快乐，身体重生

第四：锻炼精神也一样，对的方法有：正知正觉正念，接触让自己愉悦的事和人；最厉害的方法：无情无念；最残酷但最管用的方法是精神内耗，精神内耗是为了让你强大让你涅槃重生而存在，是被封印的智慧，痛并快乐：精神重生。

当精神内耗时，不要排斥，顺着它合理运用它，回过头你会感谢那段地狱般的岁月

第四：锻炼身体突破极限之后不再累了，同样，精神突破极限之后也不会觉得活着那么累了。

你跑步超过 10 公里，脚自动跑，越来越轻松，但是在 10 公里之前那个难受啊，经常想着：不行啦，坚持不下去了…

就一咬牙一跺脚的事，不就酸点痛点，干！

精神在觉醒开悟之前也一样，会经历难以忍受的痛苦，比如各种内耗，焦虑、抑郁等等，你会觉得活着越来越没意思，想放弃一切甚至生命，健身教练再牛逼，锻炼也只能自己来，这个世界上从来没有什么救世主，突破只能靠自己，实实在在去经历去体验去见这个世界去见众生，才能见自己。

不是天天虚头巴脑的跟随什么大师看什么书，遇到事照样把你打回原形。不管是肉体还是精神，干！

用肉体问题辩证解决精神问题，肉体和精神好比是两个孩子

第一：每个人的身体多少都点问题，都有亚健康或小问题，小毛病根本不用看，你越膈应越在意，就会把自己把家庭拖入万丈深渊。

跑这个医院那个医院怎么检查都没事，还是觉得不舒服，连民间的大仙儿巫术都看了也不行，最后没辙不去管它了反而好了；其实解药就是自己，最好的医生是自己。

第二：精神出问题也一模一样。每个人都有心理问题，多少而已，根本不用在意它，越在意它越关注他越想解决它，它越来劲。

解药就是自己，最好的心理医生是自己。不去管它反而好了

第三：肉体世界发育长大完善需要现实世界里饮食、养生、学校、上班、拼搏以及各种社会游戏进阶法则，等等这些都是营养，吸收的多、吸收的好，肉体世界就越强壮越强大；

精神世界也一样需要营养，比如各种精神内耗各种痛苦，这需要通过修行来吸取才能强大。世界上都有各自很成熟的方法论和进阶法则，都给总结好了，找到对的并学习即可。

这个过程里别让这俩孩子摄入过多的垃圾成分，不然肉体和精神都会出问题。

第四：肉体世界比精神世界发育的早，且相互影响。

肉体世界发育早是因为精神世界心灵成长起码得懂事之后才开始发育，肉体从出生就一直发育了，且小时候谁都不太会关注心灵成长，主要去讲究这个肉体怎么吃怎么发育；而且还有个天然的本能，就是身体越年轻越利于拼搏，也就越有利于肉体的现实世界更加茁壮成长，后来的读书、工作很自然的忽略了精神世界。

前期主要是肉体世界主导精神世界，到了中后期主要由精神世界主导肉体世界，肉体世界经历的越多，精神世界越强大越丰富，同时精神世界越强大，肉体世界现实世界做事越顺手如意。

第五：俩孩子达到各自的成熟状态难度系数不同，精神世界发育难度看似大于肉体世界，实则恰恰相反。

因为精神世界只有你自己、完全由自己掌控、自己说了算，相比较会更容易达到或接近。但肉体世界相比较就很复杂了，外物太多，规则太多，不由自己说了算。

第六：这俩孩子的成长和阶段性的被关注度，天然的不太同步。

往往大家都太专注于肉体世界的拼搏就会导致精神世界的修行减少甚至停滞。钱可能挣的多了，但精神空虚。所以心理出现拧巴感觉到迷茫内耗，也就成了极其自然的事。俩孩子都想成龙都想达到最高境界的概率微乎其微。太过于追求最高境界，野心太大，身体和心灵都可能承载不了。身体垮掉、精神垮掉或者都垮掉。

第七：既然精神世界大多数时候会指导肉体世界，既然肉体世界比精神世界难，既然肯定存在阶段性的顾此失彼，那就告诉精神世界这个孩子：有个事情需要你理解，肉体这个小家伙难伺候，我得趁它年轻时多关注他，让他赶紧的先发育先拼搏先经历先去看看这个世界，它拼的越努力给你带来的条件越丰厚你就开心经历的多你也就越强壮，要不然到老了你们俩都过不好，肉体越老越完蛋，还后悔一辈子，后悔就是精神世你的事情了，最后肉体和精神你俩都难受，这不是傻吗？

再说了，肉体世界早晚得听你的，别计较先关注肉体世界先感受一下世俗，才能让你这个精神世界清新脱俗，以后肯定你说了算，别计较别迷茫别拧巴。

所以年轻的时候多去看看这个世界，多去干多让肉体去经历，少胡思乱想少关注精神，这个才是这俩孩子发展的正道。

肉体世界和精神世界的抚养方式的四个层次

第一层：精神穷养，身体穷养。

属于绝对躺平，不是不可以，注意身心健康，别极端。

第二层：精神富养，身体穷养。

这个是底线，身体健康精神快乐，不求他们大富大贵，至少是生活上生命的强者

第三层：精神穷养，身体富养。

一般是工作狂事业狂，可能是事业上的强者，但心理容易出问题，身体也容易出问题。

第四层：精神富养，身体富养。

做成了就是顶尖人类，普通人很难，概率微乎其微，前提是身体和心理都足够强壮

提高精神能量的方法：

第一：愤怒。

怒火是能量，遇到问题可以用怒火燃烧掉

第二：蔑视。

蔑视是能量，遇到问题用鼻孔看人看问题

第三：鄙视。

鄙视是能量，遇到的问题根本看不上

第四：无视。

无视是能量，心中无念目中无人，豁出去，爱咋第一咋第一

第五：脏话。

脏话是能量，是哲学，遇到问题没有比一个脏说出来提劲儿

第六：接触灵性。

灵性的都是能量，花花草草猫猫狗狗、婴幼儿、强者

物质世界和精神世界修到最后都需要稳定有序、心安自洽的四六法则

第一：精神世界稳定有序需要四步：破相+断相+正相+无相；

又道又佛，超然物外，修出精神世界心安自洽的自己；

第二：物质世界稳定有序需要六步：身体健康+不负债有存款+低欲望+守静+接触灵性+长效生存之道；

外儒内法，杀身成仁，修出物质世界心安自洽的自己；

提示：具体细节会在后面讲到

1.1.6 爱自己

1.1.6.1 不爱自己的那一刻起，余生的每一分每一秒都是错的

第一：不爱自己是万病之源，自己是本能，是基因。

不爱自己是设计好的，是坑，是陷阱，只有不爱自己才会失去自己，你才会内耗，社会才会稳定有序始终

第二：如一无条件鼓励你支持你爱你的人，只有你自己。

你苦苦寻找的那个人不是父母不是爱人不是好友更不是神明

第三：全身除了你的大脑是个二蛋，你的每个部位每个器官每个细胞，都清楚的知道只效忠你自己保护你自己，誓死也要救你于水火

第四：全世界 90%的病治不好，都是靠自愈。

不管是身体疾病还是心理疾病，都只能靠激活内在的免疫系统这个真医生，要向内求

第五：向外求要是能取得真经，皇帝早他妈长生了。

还天子，不就是神的奴隶，本来咱叫人皇，最后一个人皇就是历史上被黑的最狠的纣王帝辛，从那以后变成了周天子，低了一等，还造出了周礼约束人。

天地人三者共生，是平等的。小日本叫天皇，咱叫天子，妈的……

哪次朝代灭亡不是人祸加上了天灾，皇帝作为天子你爹咋几千年来不断在弄死你。

第六：如果连自己都接纳不了，你还想接纳其他人其他智慧？你还想觉醒开悟？你还想干成点啥事？呸！

1.1.6.2 什么是爱自己

第一：肯定自己的成功

第二：不否定自己的过错

第三：接纳自己的一切

第四：我肉身灭世界一切俱灭，我的肉身随时会灭，别没来得及好好爱自己就灭了

1.1.6.3 爱自己的五个方式

第一：我很满意我自己，一直满意到我死，你不满意我，你可以比我先死

第二：这辈子宁可自己把自己爱死，也不能让别人把我伤害死。

人活着哪哪都是伤害，上下五千年打仗打了 4800 年，原生家庭伤害、学校教育伤害、职场伤害、爱情婚姻伤害、食物伤害、医疗伤害，苍天和大地时不时来场天灾的伤害，连呼吸一下也能被空气污染伤害，自己若还不爱自己，在娘胎里直接溺亡得了

第三：只要让我不舒服的人和事都是错的，别跟我讲什么对错，即使你都对，你也别用你认为的对来伤害我，我来人间旅游几十年是跟你来分对错的？是来被你伤害的？呸

第四：别人说的话不就是空气，放屁也是空气，现在满大街都在放屁的人，你在意个屁

第五：这辈子最重要的事是幸福，谁阻止我探索世界阻止我成为自己让我不舒服，就一定是错的，对也是错的

第六：爱自己的一切，先从无脑爱开始，从瞎爱开始。

哪怕是缺点，我这个缺点挺有意思；哪怕自己做了错事，我又做错了真好玩···

1.1.6.4 幸福三要素

第一：极低物欲。

吃饱穿暖喝足、五谷杂粮即可，最多偶尔小改善一下。什么车啊房啊教育啊还有医疗，滚

第二：悠闲自在。

稍微有点事做即可，天天那么忙赶着去死啊，独立个人，最多夫妻经营，小而美，谁也别想管我，我也不想管谁

第三：融入自然。

搞个小院儿种点小菜养点花草撸猫遛狗，有天有地有烟火气，一个家就是全世界

1.1.6.5 只在乎这三样儿

第一：我的情绪。但凡影响我情绪的人和事，断舍离

第二：我的资产。但凡刻意消耗我资产的人，断舍离

第三：我的健康。但凡伤害我身体健康的习惯，断舍离

1.1.6.6 不爱自己就爱别人要付出的代价

第一：不会爱自己就去爱别人，这不是真爱。

不爱自己怎么知道什么是爱，自己都没体验就去爱别人，这是瞎爱，没有分寸的爱，虚假的爱，只会爱伤别人甚至爱死别人

第二：太阳越升起，越会落下；月亮越圆越会马上残缺；爱的太满，就会走向爱的对立面：伤害。

所以不能太爱别人，即使你真的很爱，这是在保护他们

第三：你越爱什么，越在意什么，上天越会伤害什么，甚至让你失去

第四：太爱别人就会无法放下。

当失去时，撕心裂肺的痛，无法呼吸的痛，你真的承受不住

第五：太爱别人，就会相对忽略自己。

爱是有限有度有边界，不爱自己可是万病之源

第六：爱可以，别太爱；在意可以，别太在意；

最好无爱无意无念，像佛陀像老子一样，像苍天像大地像花草树木一样

1.1.6.7 人人都缺爱，但这个世界没人真正爱你

第一：是个人都缺爱，多少而已，这是设计好的陷阱。

你都不爱自己，把这么无比重大的事情寄托给别人你放心？

指望别人爱你，爱你个毛；自己都觉得自己狗屁不是，你一个狗屁还想爱家人爱他人爱世界？

第二：别人爱你都前提条件。

大部分父母爱你也是因为你是他的孩子，你要为他们养老送终

第三：你越想要别人爱你，反而你越缺爱；别人以你想要的方式爱你了，你得到之后马上就腻，对方如果不换一种新花样爱你，你就会腻，吵架抱怨甚至离开换人。

就像你越喜欢车，你就越缺车，开腻了就想换，有钱人恨不得把所有车换一遍，直到全体验完，车库里停满了，这个欲望才停止

第四：只有爱自己才会让自己心情愉悦，发自内心的自信，才会有机会把事情做得更好混得更好，才有机会把别人照顾得更好。

比如你不爱自己的身体，都病倒个球了你还有能力爱谁？爱谁谁

1.1.6.8 自私到了极致就是爱

第一：爱任何东西的前提是我。

我爱我家我爱祖国我爱人类我爱你，这个里面的核心是我，不是爱，更不是你。没有我，爱啥爱？你啥你？

第二：佛陀和弘一法师抛妻弃子，别人说他们是大爱；

雷锋做好事是为了自己心安自洽还写日记：自私是生物基因，自私可以，不伤害别人；伤害别人可以，别起念。

等把自己爱满，找到了自己，爱己必能及人。

第三：爱自己家人你咋不爱其他家人？你好自私！

爱自己国家你咋不爱其他国家？你好自私！爱地球你咋不爱其他星球
你好自私！佛陀把爱洒向亚洲，上帝把爱洒向欧美洲，都有自己的小心思，
他们好自私！爱是定向定量有限有边界

第四：既然你怎么爱都是自私，那你还不把有限的爱只给你自己？

尼采说爱是一种伟大的自私，那不就是自私

1.1.6.9 为什么必须先爱自己？为什么爱己才能及人？

第一：爱是一种能力，得练，怎么练？

拿自己练这个能力得亲自感受，只有先爱自己才会让自己体验到爱的滋味，才知道怎么调整和提升爱的能力

第二：如果先爱别人，别人被爱的真实感受你感受不到，那怎么知道你爱的对不对，没有爱自己之前根本没资格爱别人，把别人爱伤、爱死咋办，瞎爱

第三：不管是自己的肉体还是精神，如果不先爱她们，身体和心理很容易出问题，你会成为别人累赘；你本来很爱别人很在意别人，现在倒好，把你最爱的人拖累，不爱自己等于害自己最爱的人；比如身体坏了，你最爱的人不得伺候你；比如精神内耗了，你不得给最爱的人传递负能量。只有身体健康精神强大，你最在意的人最爱的人，才会因你越来越好

1.1.6.10 自己不牛逼时别随便爱，对别人是一种负担

第一：比如我母亲对我的爱，我想对她说：你一个农村妇女，从来不会挣钱攒钱还一身病。

都这样了还爱我干啥？都爱我 36 年了还爱我干啥？我都强大到恐怖如斯了你还爱我干啥？只会让我担心让我心疼，对儿子我是一种幸福的压力。

你好好爱自己吧，照顾好自己了多活几年，我就能多陪伴你几年，多孝顺你几年，你现在对我的爱我不需要，我需要你爱自己

第二：好好想想你自己弱小时，对别人的关心和同情大部分是啥结果？
弱者的爱甚至是不值钱的爱，不分轻重的爱，容易被骗的爱。比如如果没有大量普通人的爱、普通人的同情，就不会有那么多要饭的、那么多失踪的儿童，那么多断手断脚的人，因为你看见就给钱！

第三：当你弱小时，别轻易干涉他人命运，当你弱小时，请你先爱好自己，再去爱别人。

现实就是：只有你好了，身边的人才会如沐春风受到福泽，顺序别搞反。强大时的爱最纯粹，是绝对能量，爱有顺序有等级！

1.1.6.11 别随便对人好

跟你反目成仇的，大多数都是你对他很好尤其是帮了他很多，升米恩斗米仇

第一：因为成了仇人，他就不用还你人情。

这就是人性，有人会感恩，就必定会有人憎恨，懂感恩的人像白莲花一样少，会憎恨的人像黑污泥一样多

第二：你给他带来了困扰。

当你帮了别人之后一般不会明确说：帮你的目的是啥，是否需要回报？…但大部分人就会想的多，会给他造成：不知是否要报答和如何报答的困扰，你让他心里膈应

第三：帮助过后大部分人会形成潜意识：他愿意帮我，也真的能帮我解决问题…

所以再遇到困难他会下意识的想到你，但不可能一直帮他或者一直帮到他满意，但凡有一次，对方大概率会产生心理落差

第四：有时候你帮助的你给的只是你想给的，而不是对方想要的；

或者你给了他想要的，但对方认为你们的关系你帮他是应该的，不少亲密关系都会这么想

第五：经常帮助别人的很多人，偶尔会表现出高高在上的气息，不管是觉得自己牛逼还是觉得对方亏欠自己，有时候表情或者话语就会伤人，做了好事不落好，这样的人不少

第六：没有多少人真正愿意在内心承认不是靠自己只是靠别人才成功。事情做成后的多数人都会增加自负心理，都觉得没有贵人自己也能成，他们会抹除通过你成功的痕迹，你越是表达你帮了他，他反而对你越记恨

所以，要么施恩与人不求回报，要么冷眼旁观无动于衷，要不然自己受气

1.1.6.12 爱自己是一件事，做事就做到极致

第一：只有一件事情做到极致，才有机会接近天道参破天机

第二：爱自己的时候就聚焦，只爱自己，忽略整个世界，只有专注才能成事

第三：爱自己的优点更要爱自己的缺点。夸你时你顶多开心一下，老是揭短老是说你缺点你是不是想揍他

第四：潜意识你更在乎自己的缺点。再比如有人满世界说你拉的屎不仅丑还臭，你是不是想抽他：谁敢动我的屎试试！

1.1.6.13 为了爱自己得罪天下又如何！

第一：请你变态的爱自己、盲目的爱自己、公开的爱自己、无死角的爱自己，爱自己的身体自己的灵魂、爱自己的好自己的坏、爱自己的对自己的错、爱自己的屎尿屁

第二：你可以讨厌一切，但绝不能讨厌自己，不爱自己是对自己的背叛，会失去自我

第三：活着的时候没几个人真正爱你，死了之后爱你的人更少

第四：别人爱你都有前提条件，只有自己无条件的爱自己

第五：所有事都可以商量，唯独爱自己没得商量

第六：刚开始学习爱自己时，就只爱自己要专注，别分心再去爱其他人，注意力不集中什么毛病

第七：爱自己的核心标准是心安自洽，就是自己舒服能量状态稳定，一旦能量越低命运一定越惨，不爱自己是万病之源

第八：想要爱别人得先学会爱自己，不爱自己没有爱的实战经验，自己没体验就去爱别人把别人当小白鼠实验，很容易爱错、爱伤、甚至爱死别人……

1.1.6.14 只要对自己不好：别人一定会对你不好

第一：破窗效应。

你往一个地方扔垃圾，别人会认为那就是垃圾场他也会扔。越是自虐，自己越是垃圾场，别人除了往里扔垃圾还会拉屎，人性下坠的力量让人上瘾

第二：人类不仅慕强还凌弱。

你对自己不好就是自己看不起自己，内心认为自己是弱，你就会连自己都欺负，更何况别人

1.1.6.15 你的世界充满爱

第一：大地是爱你的：任何人任何事都不可能压垮你，有大地在，整个地球都在托举你：

第二：苍天是爱你的：任何东西都可以离开你，唯独天不可能离开你，整个宇宙都在拥抱你：

第三：阳光是爱你的，空气是爱你的，水是爱你的，你身体的无数个器官和几十亿个细胞是爱你的，无怨无悔的爱你，义无反顾的爱你，你在爱就在

第四：既然生命有数，我将用整个撒哈拉用作倒计时，每粒沙子都是爱的见证！

1.1.6.16 爱自己的心态

尘埃般的地球，蝼蚁般的你，爱自己都爱不好？自信都自信不好？抑郁都抑郁不好？生气也生不好？活着不就这点破事。

别怂不拉叽，别吊儿郎当，爱自己就好好爱，自信就好好自信，抑郁就好好抑郁，生气就好好生气

祝你：爱自己爱的死去活来，祝你自信不打烊，祝你抑郁顺利，祝你生气愉快

1.1.6.17 这辈子最重要的事是让自己幸福

第一：想让自己幸福从做自己开始，想做自己从爱自己开始，想爱自己从只管好自己开始，这辈子能管好自己已经很厉害了

第二：只要让自己不舒服，果断屏蔽或远离。

哪天心情不好了就十倍奉还的怼他干他，与人相处有且只有这一个标准

第三：不讨好任何人，物质不缺精神也不能要饭，不做灵魂乞丐

第四：只活在当下、只享受当下、只体验当下，根本没有过去没有未来，整个生命只是当下这一刻的叠加

第五：接纳有人性弱点的自己，接纳神神叨叨的自己，接纳有合理兽性的自己，接纳有屎尿屁的自己

1.1.6.18 爱自己需要一个过程

第一：只爱自己。

小时候没有爱别人的能力，所以小时候无忧无虑

第二：爱自己的同时会伤害别人。

从发现自己不快乐很内耗开始，寻找到根源是忘了爱自己，想重新获得爱自己这个超能力肯定需要代价，必须得集中精力把爱都回归自我，难免会不顾及别人的感受，难免会误伤甚至故意伤害到他人。

第三：爱自己也开始有能力爱他人。

就跟大树一样，还是小树的时候跟身边的花花草草其乐融融，长大后离自己最近的花草死的死伤的伤残的残因为大树底下的营养水分阳光不太可能给到其他花草，只是**大树没有起念**：我吸收阳光水分的目的，是为了干死身边的花花草草；但大树最终会吸引更多小鸟动物丰富这一方土地更多的花草。形成一方天地

1.1.7 向内求

1.1.7.1 什么是向内求？

第一：向内求，求出的是本自具足的真我；向外求，求出的都是欲望、讨好、在意别人等内耗的假我，向内求是答案，向外求是陷阱。

自己就是答案，自己就是全世界：自己就是太阳，自己就是发动机，自己就是医生，自己就是财富，自己就是时代

第二：向内求是保护自己的能量、频率，精神内守，精神内敛。比如看到花，一般的人会被花夺魂，比如看到美女，一般的人会被美女夺魂，这样会导致能量外泄，频率紊乱降低。

向内求是把鲜花、把美女的这种美好这种赏心悦目用于提升自己的能量，回收能量，内敛进来。

第三：向内求，基于第一性原理，只关注问题本质，从如何解决问题出发；

第四：向内求，不是检讨自己否定自己，是把所有注意力都放在自己身上；只关注自己，只改变自己，只管好自己，关注别人没用，改变不了别人，更管不着别人；

最大的敌人是自己，最好的朋友是自己，最爱自己的是自己，能伤害自己的是自己

第五：靠自己。把命运交给别人，是对自己最大的背叛。世间万物都可以用，但核心是自身有价值，自身有方法，是从自身出发的解决方案。因为连自己都不是绝对可靠，更何况别人

1.1.7.2 显化骗局

好多利用吸引力法则、量子纠缠搞的显化大法骗局，向内求才会显化

第一：平时你的碎碎念是用脑，是向外求，求的是欲望，是低频的玩意儿，跟宇宙不同频，宇宙接收不到，吸引个屁，显化个屁、心想事成个屁

第二：吸引力法则指的用心，是向内求，求的是第一性原理、是本真，这样的起心动念产生的频率会跟宇宙网同频，宇宙才能接收到

第三：比如挣钱，得向内求，得用心提升自我能力，而不是向外求，不是用被编程的脑子硬想挣钱，不是等天上掉馅饼；

再比如夫妻感情得向内求，用心去成就对方呵护对方，而不是向外求用猪一样的脑子想要多少彩礼期待对方给自己更多的呵护；

再比如人际关系，得向内求，提升自我价值，吸引他们邀请，而不是向外求希望自己融入

1.1.7.3 你是自己唯一的敌人

天底下最大的敌人就是自己，还不够，这个世界上只有一个敌人，就是自己。

第一：人为什么会变成自己的敌人，因为不爱自己经常否定自己，想让自己变成其他人，你不想成为自己，也就是你想成为别人干死没觉醒的那个自己，他再没觉醒那也是自我神识，要干死他他能同意？体内老是感觉有俩小人儿在打架就是他俩在干，你的那个敌人，也就是天天否定自己不爱自己的那个小人儿

第二：那个小人儿是自己的敌人，把这个敌人干死，就剩下简单纯粹的那个小人儿，他很爱你，和他交朋友，他是你在这世界上最好的朋友，没有之一。因为你就是他他就是你，你要发现他爱他肯定他保护他直到他觉醒。

第三：如果你认为外在的是你的敌人，你就只会想打败他人、改造他人、抱怨他人。他都改变不了自己，你寄希望于别人改变后你才舒服，这他妈就是个春秋大梦。所以你唯一能做到的就是改造自己改变自己管理自己。外面的人都是你的朋友帮助你成长的养料。

第四：一切向内求。

没有任何亲人，唯一的亲人就是内在觉性；没有任何敌人，唯一敌人是内在无明烦恼。

1.1.7.4 向内求一直求到本自具足

向内求才能变成有内核的真我，向外求会变成行尸走肉没有灵魂的狗。向内求一直求到本自具足，你啥都有啥都可以创造，自己可以完成生命所有闭环

第一：你是信仰本身自信本身能量本身，不需要向外求别人鼓励别人认可别人安慰，你是真人你眼里看到的都是假人，去求假人帮自己这个真人？

第二：你是钱本身，自己可以创造挣钱机会挣钱项目，专注提升自我感兴趣的核心技能，你在哪钱就在哪，不需要追着钱跑

第三：你是意义本身，自己的好自己的坏自己的对自己的错自己的屎尿屁就是意义本身，不需要向外求答案，求自己去

第四：是医生本身，可自学中医，靠自身免疫力和修复力，不需要向外求医生

第五：你是智慧本身，从内心生出来的自我感悟，也可以靠自学万物知识，不需要靠向外求老师，所有知识原本就没有，还不是人发明的，凭什么不能是你？

第六：我只求自己，我是一切本身，我是一切的根源，一切皆有利于我，天地与我共生，万物与我唯一，我心即宇宙，我是宇宙中心

1.1.7.5 不要同情任何人，真正的慈悲是让该发生的事发生

第一：不要想着当别人的救世主，你连自己的命运都干涉不了，怎么可能干涉得了别人的命运

第二：天底下没有可怜人或者人人都是可怜人，再有权有钱的也有可怜的一面。也就是你也很可怜，哪还有闲功夫可怜别人？

第三：当被文字定义成了可怜人，一定能找到对立面，就是可恨之处。没有这个可恨之处就不会成为可怜之人，先可恨再可怜，都是他们自己作出来的

第四：可怜之人在社会形成了向外求的共识：我是个可怜的人，社会得同情我，你们不同情我就是没良心 . . .

这些人不仅不感恩，当你不提供帮助时，这类人还擅长倒打一耙

第五：当你同情别人，你就会背负他的命运。

愿意接受别人同情的人，尝到了甜头会赖上你，他觉得你好拿捏，你会承担他的业力

1.1.7.6 只管好自己，只管付出

第一：只管好自己，只处理自己跟自己的关系，绝不在意别人的看法，别人是谁？别人是人吗？别人的眼光别人的看法，那是别人的，是别人的不是自己能控制的，也就是别人的看法压根不是自己的事儿，不是你的事你管它干嘛，这辈子只管自己能做主的事情，只有自己能做主的事才是自己的事，只管好自己

第二：你付出，可以随时收回，但是你索取，就会惴惴不安。

因为付出能控制，是自己的事；索取得对方给，能不能得到是别人说了算，本质上与你无关。

比如爱情，你只管付出真心，只管好自己，不干涉他的内政，婚姻持久的概率会增加。

如果希望得到对方的爱、关心、金钱，这个念一起，命运就交到对方手里。

第三：人性是相反的，世界是相反的。

你越索取，对方就会越反感，你越索取，姿态显得越低，还会被瞧不起，甚至让人觉得恶心。

只管耕耘不问收获的意思是：收获不归你管，别 tm 多管闲事。

爱出者爱返，福往者福来。

第四：比如做短视频，我只管录制内容，平台爱咋第一咋第一，粉丝爱涨不涨，黑粉爱咋黑咋黑，关我鸟事；再比如职场工作，我只管尽最大努力，结果爱咋第一咋第一，那是结果的事，领导爱生气就生气，那是领导的事，这就是他的命！

第五：每件事我都只管如何付出、如何做，事情之后要做的事永远只有三件：

第一件别人对我的肯定或惩罚无所谓，我都接受和承担；

第二件是肯定自己奖励自己，因为我尽力了肯定要肯定自己；

第三件复盘做的不到位的地方，想尽各种办法，甚至不则一切手段，让下次越来越好

第六：天地万物学习，内心平静，只向内求只管做自己的事，成长过程中大概率会伤害到其他人尤其是最亲近的人。利己可以，不要损人；损人可以，但不要刻意起念。

比如我很丑走在大街上把看到我的人恶心死了，关我鸟事！

1.1.7.7 把命运交给别人，是对自己最大的背叛

第一：生时孤独，死时孤独，生死之间亦是孤独，花草树木猫猫狗狗强者都是靠自己；生病靠自身免疫力；你本自具足

第二：从底层爬出来的人，根本不知道靠别人是什么感觉，深知一个人的觉醒开悟，1%靠别人提醒，99%靠千刀万剐：剥皮、剜肉、抽筋、削骨，把你拥有的全部敲碎，血肉模糊，碎成粉末，在痛苦怀疑崩溃绝望中重新组装、长出崭新的自己；

第三：比如家逢巨大变故、身患重病、身无长物人生低谷，没有大量地狱经历+深度思考能力，你醒不了。不要试图用过来人经验就能拯救别人，每个人都有自己的南墙要撞。

第四：再比如精神内耗，肉体世界的屎要自己拉，精神世界的屎也要自己拉。饭可以别人给你买别人给你做甚至别人给你喂，但最终还得嚼自己咽自己消化，营养才能自己吸收，废物自己排出去。

总不能说：兄弟，我在忙，你帮我把去拉屎吧 . . .

精神内耗的方法可以别人给也可以自己给，但精神营养得自己吸收，精神废物得自己排，世界上最牛逼的人来帮你最多也只是起到指引的作用。自己才是答案、自己才是钥匙、自己才是医生

1.1.7.8 进入社会之前靠别人，进入社会之后靠自己

第一：靠自己的**价值**

第二：靠自己的**智慧**

第三：靠自己的**头脑和双手双脚**

第四：靠自己的**每一步脚印每一第一血汗**

第五：靠自己的**极度专注单点击穿**

第六：靠自己的**每日精进日拱一卒**

1.1.7.9 不该谢我，最该谢的是你自己

看了我内容改善了精神内耗/挣到了钱，你得给自己磕头烧香

第一：看到我视频的人多了，但很多人看不懂、很多人看到都想吐，一般都快进，听我说话还得慢放，多烦人的玩意儿

第二：你看到后起到正向作用，只能说明你悟性水平高，你自己有灵性，你有能力拯救你自己

第三：你也只是瞟了我的内容几眼而已，最后还得靠自己内心不断翻涌和斗争，靠线下不断实操实战才有了今天。

如果真有作用，1%归我，99%归你，你靠的是自己

1.1.7.10 极度不顺心时务必自救

第一：你完全可以像疯狗一样发疯，你本就被社会驯化成了狗

第二：你可以破口大骂，你有嘴；

第三：你可以诅咒命运，你有心；

第四：你可以嚎啕大哭，你有嗓子；

第五：你可以心安理得的躺平直至躺烦为止，你有床

第六：你可以不鸟任何人，救世主从来都只有自己

总之，你得靠不一样的自己，靠自己身体的每个部位，靠只为你工作的几十亿个细胞，靠自身天道般的意志力，才能找到出口

1.1.8 干（提升执行力）

1.1.8.1 干，是唯一答案

第一：宇宙没有秘密、没有答案、没有认知、没有智慧、没有真理，所有的秘密、认知、智慧、真理，都是干出来的，所以：干！就是秘密；干！就是答案；干！就是认知；干！就是智慧；干！就是真理；干！才能找到爱好找到天赋找到自己真正想要什么；干！才能找到自己。

你要把真我干出来，把真正的自己干出来

第二：不管是自然的宇宙天道，还是人为的苍生之局，还是只能靠己的个人之困，这就是阳谋，就是做好的局，就是设计好的游戏，就是坑，就是陷阱。但你没经历过，此阳谋还是无解。

去干去体验，是唯一破局之道。

没有经历不可能有发言权，实践出真知。

第三：一个人有一流的想法，三流的执行力，你就是三流的人；你有三流的想法，但拥有一流的执行力，你就是一流的人。因为再牛逼的人，是干出来的；再牛逼的公司，是干出来的；

再牛逼的国家，是干出来的；再牛逼的智慧，是干出来的。

1.1.8.2 先提升认知对普通人是误区

“你挣不到认知以外的钱，人与人之间最大的差距就是认知”这些话听起来好有道理的样子，这种毒鸡汤...

第一：居然很多大企业家也对大众鼓吹这个，你们的认知不是干出来的吗？搞得普通人心惶惶都想尽办法提升认知，普通人只有一条路：**实践出真知**。

不干提升哪门子认知，听了几句很爽的话你就牛逼啦？去干干试试。

第二：因为认知先提高了大概率会看不上正在做的事，看不上这个时代，看不上身边的人；必然出现大道理都懂就是过不好这一生，必然出现一个思想深邃的年轻人大概率一事无成，必然出现眼高手低，必然出现不接地气。这种话对普通人就是诅咒，被一直锁死在底层，还很容易被认知课割韭菜，很容易被洗脑。

这种听起来很爽的认知只是停留在大脑层面，大脑出现自己已经很牛逼未来很牛逼的幻觉，脑残

第三：行为跟不上认知带来的失衡，会让你物质世界混的不咋第一肉体健康也出现问题，让你再也没有真正实力和精力再次带来失衡；也会让你的精神世界出现内耗，直到你认命为止变得心平气和，甚至抑郁到自杀为止，死了也平衡

第四：普通人根本没还有资格先提升认知，去干，是你唯一的资格。

你还没有到去拼智力拼脑子的时候，底层阶段提升的假认知反而会成为你的诅咒

第五：全人类 90%以上的工作干他个个把月就全会了，一点也不神秘，干可以祛魅，干可以让你保持独立思考。因为提高认知后还得去干，脱了裤子放屁，多此一举。

第六：只有干才能弥补行为和认知之间的差距，只有干才能从内心生出自己的认知，自己内心生出来的认知才会让自己处于平衡状态；只有干才能产生结果，这是想拿到结果唯一的方式，产生的一个个结果会组成你的人生

1.1.8.3 提高执行力的常规方法

第一：改变语言体系：执行力就是结果、执行力就是钱、执行力就是职位、执行力就是被尊重、执行力就是幸福、执行力就是你的命，执行力是你的一切；执行力就是干，越干越想干，没有道理就是干；提高执行力就是提高鲁莽力，提高闪电力，提高野蛮力，干对干错无所谓，干了再说，秒干。每天默念，贴到办公桌、做成厕所垫、沾到方向盘、设置成手机屏保，让这些字无处不在

第二：想提高执行力，根本不是如何提高执行力的问题，而是要理解到你就是执行力本身，孩子小时候都是知行合一，天生的，不会加入提升认知这个环节。

花草树木猫猫狗狗婴幼儿强者等等都是知行合一

第三：做任何事只管干还是不干、怎么干，别管结果，别管其他人。因为结果我又控制不了，那是结果的事，什么结果我都接受；其他人我更控制不了，那是别人的事，什么人我都能接纳。我不能接受自己干事犹豫，不能接纳自己没干又后悔。干就干啦，不干就不干，能怎么第一。

第四：走运走运，走起来动起来才有运气，动，则万善相随。

追求一个女孩，去追啊：给我站住，老子追的就是你，你跑不掉的…追求追求刚才光追了，你还得去求啊：求求你了，我们相爱吧，答应我吧我求你了…

追求一个人就去追就去求，不要想要不要去追求她；你要是这样想，遇到都是我这样的情敌，我能让你一辈子是处男

第五：要多用直觉，直觉才是最高科学，直觉就是下意识潜意识就是第一反应，直觉是灵魂的语言，是你最强大的能力-灵性。

直觉可以让事情变得简单，提高效率，提高行动力。

行动是唯一可以取得结果的方式，不是提高认知！

行动是最快速提高认知的方式，不是先提高认知！用直觉带动大脑，用灵魂指挥身体。

第六：认知要提高那就提高到最高，开悟甚至得道，就不会再撕裂再失衡了，因为悟道后会归于平静，身心灵平衡，天人合一的平衡。

总之，互联网以及碎片化的知识容易让人思想泛泛没有深度，容易导致自身内外失衡而内耗。要么深度学习，完全拿起来；要么刷个短视频图个乐完事，完全放得下。可别拿不起也放不下

1.1.8.4 知行合一

第一：行知合一。

知行合一四个字的顺序很容易误导普通人先知再行。

先干就是提升认知的过程；而且先知不就是大脑先开始干活，大脑是老大了，大脑指挥直觉判断直觉，身体控制灵魂，那你不成了行尸走肉。先知道先提高认知先思考清楚就复杂了，效率降低，甚至会因为过度思考而犹豫不决，完蛋。

必须少用大脑多用直觉，把大脑刻意驯化成直觉的一部分、直觉的工具

第二：知就是行行就是知。

知到了不去做是不知，想到了不去做那是没想，只是你自以为想了，全世界没一个人能证明你想了你知了

第三：重点在合一。

比如吃饭这一件事：你得先买菜做饭吃饭刷碗四个动作做完才完成了吃饭，四个动作合起来是一件事不是单独的四件，动作只是动作根本不叫事；知和行也都只是个动作，少一个就是零，知道再多不行动有屁用，只会低头种地不看天有屁用

第四：你本就是知行合一本身。

每个人天生知行合一，你看小孩，想放屁就放想拉屎就拉，不像你现在放个屁还得考虑场合声音角度。

不能知行合一只是因为你失去了本能你这个废物

1.1.8.5 我在执行力之上

第一：我的执行力很恐怖，原因是我看不上执行力，就跟我看不上钱一样：我必须挣钱但我不关注钱，我只需要把自己的能力提升到它之上，它会来找我，我在它之上

第二：我就认为我这么牛逼的人有执行力不是最基本嘛？

谈执行力是看不起我，没执行力我都会看不上自己，执行力是我的骨髓我的血液是我的基因，而我，是它的造物主

第三：我要的是卓越，是超越执行力。

优秀只是及格，第一名只是及格：

再好比：我想成功，勤奋和努力对于成功不是最基本的嘛还用说？看不起谁呢！

第四：无念。

我根本没有知行合一啊执行力啊什么的这些概念，就天人合一，顺其自然，遇到啥解决啥，遇到啥体验啥，遇见啥干啥，超越这些人为的概念本身，心中无念，目中无人，就是干

1.1.8.6 不要犹豫

第一：犹豫啥墨迹啥，怎么选都有得有失：享受得到，承担失去

第二：既然每个选择都有得有失，也就是做任何选择都能得到，你都有收获，你一直得到一直收获，那还在意失去干嘛！

第三：既然每个选择都有得有失，也就是做每个选择都会失去，那就承担，不承担也得承担，那还犹豫个毛啊，闭着眼二选一完事儿

第四：而且从失去里面也有收获。比如选择了创业，失败了能收获经历和经验；比如选择了拉屎，失去了屎但收获了痛快。

第五：即使选择后全是失去，你本就一无所有，最终你也一无所有，连自己都会失去，你还有什么不能失去？怎么选都是这狗屎一样的人生，那就干

1.1.8.7 熟悉破万法

很多人对没做过的事、未知的事恐惧和焦虑，那是因为你跟他们不熟。熟能生巧、熟能生自、熟能生智、熟能生胆、熟能生慧、熟能生定。

想跟一件事熟悉想破解害怕破解焦虑，有两个办法

一、直接干，多干几次就熟了

第一：熟能生巧。

比如奥运冠军也是天天练习一个动作，跟一个动作熟悉十几年才有可能世界冠军，只要对这件事熟练的次数和时间够长，最差也是省冠军市冠军。

第二：熟能生自。

再比如你刚到新学校新公司新城市等等都是陌生地方都是陌生的人，最开始不适应甚至恐惧哪也不敢去也不敢轻易跟别人说太多，日子长了你对每个地方每个人都熟悉了自然很放松，闭着眼都能找到拉屎的地方，很自然

第三：熟能生知。

比如创业，没干过肯定害怕，害怕没有未来害怕回不到职场害怕赔钱，但是干过一次不行干两次三次再不行干十次八次傻子也拥有创业的知识了

第四：熟能生胆。

比如有人欺负你你不敢反抗，那是因为你没反抗过跟反抗这个事不熟，你反抗一次后就会发现原来如此，甚至感觉好爽，多干几次后完全熟练了，甚至见个人都想反抗试试

提前演练，多演练多干几次就熟了。

可以现实中模拟，也可以不断在脑子脑子的场景里建模，要模拟到具体细节。

第一：熟能生慧。

比如在未来可能或一定会遇到的重大困难，像失业、分手、离婚等等。提前模拟什么时间因为各种原因导致的失业，失业后你如何处理你的家庭你的贷款你的下一步等等；提前模拟什么时候因为什么原因分手或离婚，离婚后自己怎么继续生活；现实中很多人分手离婚当成了家常便饭、每次都波澜不惊，那是因为经常离婚玩儿；做人的智慧。

第二：熟能生静。

再比如怕死，你就去太平间去墓地去重症监护室多看看，多想想家人或自己死亡时的场景和细节，很多人家人离世的越多他越淡定就是因为跟死亡熟了，很平静。

不跟这些事情熟悉，等事情来了之后尤其是连续几个大事件一起来了，不管是身体和心理，你真顶不住。

这个世界没啥秘密，熟悉而已

1.1.8.8 提高执行力案例

第一：上大学时，跟很多学生聊天，他们的想法是真好比我好太多，他们说完想法后就去睡觉、去打游戏、去泡妞了，最后只有我一个人去干了，我大学期间比他们优秀，毕业比他们更优秀。

第二：你学习了很多游泳的知识，我一点也不懂但就是敢下河只要淹不死我就练我就会了，你抱着课本抱一辈子不下水，照样是个旱鸭子。

第三：你学习了很多做生意的知识，我从没学过，我想创业了就干，失败了也挺好，还失败过好几次，酸爽，我一直越来越好因为我一直在路上

第四：黄埔军校的军官都很优秀，但就是打不过毛泽东，毛泽东没上过军校，从来都是以战养战，于东来初中毕业，所有五百强商业连锁超市都干不过他

第五：你学了很多缓解情绪内耗的方法，我可是一点也没学过，但是我就是去经历，只要胡思乱想了我就找事干，总之一直干，干完就有体会

第六：我跟一个部门老总在吃饭，他说杨总我遇到了一个问题，问题是这样的，需要协调另一个部门的老总，他还没说完，我拿起电话打了过去，

饭还没开始，问题已经解决。一般人都会说先吃饭，吃完饭办事。我是听和做无缝衔接

第七：上班时团队 pk，到了开会时间，我的队员秒到，我的团队都出发干活了，其他团队还没集合完毕，他们怎么可能和我比。

第八：抗美援朝时，为什么小米加步枪的解放军能打跑世界第一的美军？解放军执行任务，让团队在什么地方蹲守，就一直守着，冻死了死在那儿也会守着，每个人都有视死如归的执行力！

你再命令美国大兵试试，他们做不到！

1.1.8.9 数量是王道

第一：你一年里干了 5 件事，成功率 100%也就成功了 5 件；我一年里干了 50 件，哪怕成功率只有 30%，我也成功了 15 件。也就是相同时间内我比你多了 10 次成功经验，还多了 35 次失败经验。你怎么和我比？

第二：天天听这认知那认知强者思维一大堆…没有强者能力，强者思维就只是阿 q 精神；认知是随着不断的干提升的，强者思维是随着不断的干完善的，天赋或爱好是随着不断的干自己冒出来的，将军都是无数次打仗打出来的；有钱人都是从死人堆里爬出来的；觉醒开悟都是历经无数地狱磨练出来的。只有不断的干，认知和能力才能从自己内心生出来，只有从自己内心生出来，才是自己的，才能找到自己！

第三：结果是我能控制的吗？控制不了就不是我的事。只管耕耘不问收获，只管过程不管结果。

比如在职场，一件事我只能管要不要干怎么干，结果怎么样关我屁事，领导很生气关我屁事，活该！这是他的命！

我尽心尽力做了事，我要做的一定是先肯定我自己，我要奖励我自己才对，怎么可能会内疚自责？怎么可能会在意领导放的屁？

第四：我选择我经历，我经历我体验，我体验我承担，我承担我成长，不管对错不分好坏不管结果就是干，横竖就是干，闭着眼干，只要在承受范围内，无限次增加干的数量，一直干到本自具足，干出自己的全世界！

等干到一定级别突破了普通人状态，再想着更稳重些。到那时可以想得清楚，说得明白，做得坚决。

1.1.8.10 完美主义

第一：任何人离近了都没法看，任何事物离近了也都没法看，美女的屎也很臭。

天地万物都不会追求完美，比如太阳不可能一直在天上，总会落下，正因为黑夜，白天才有意义；月亮不会一直圆，总会缺，正因为缺，圆才有意义；人不会一直生，总会死，正因为死亡，活着才有意义。不完美恰恰是一种美，完美反而是一种遗憾。

大自然如此美正是因为，天地万物都有自身缺陷，也都有美好，各美其美，美美与共。

第二：追求完美会背离天道，执行力下降，干的就少了，人生获得的结果也就少。

对于普通人，完美就是废物，完美主义是执行力的对立面，只要追求完美就会思虑过多，就会延迟行动，而行动跟获得多大成功，成绝对正比。

第三：不完美之处，才成就了您。

很多天才都有缺陷，如果把缺陷治愈，天才立马变废柴。

更何况一个人如果只是有个明显的疤痕、痣等特征，您要利用这些特点变成优势，强弱之势可以互相转化；因为正常的人跟你相比差不多的情况下，您一定会脱颖而出，越有缺陷，反而越有优势，越容易成功。

第四：很多人多少都有点完美主义，现实中遇到的精神内耗的根儿也在这。

既想当又想立既想上天又想入地，最后上不去下不来吊在中间你肯定难受啊。比如想拒绝别人又不想拒绝别人，想干这个又不想放弃那个…二选一就完啦，去干就完啦，失就是得得就是失，不可能完美，很多事都是选择了就是选择了，选择后突然发现原来不过如此，离职了不过如此，离婚了不过如此、失败了不过如此……

快速决断的好处是集中精力事情能处理好、情绪也能处理好。

1.2 觉察

意识到身体之外还有一个我，把这个我可以作为肉体的我的观察者：我观察我自己。观察我的情绪，观察我遇到的问题，觉察地球，觉察到几千年前，觉知到自己愤怒了、焦虑了，知而止

好比扎了我一下，我知道我的身体疼，是身体疼，但是这个知道不疼，就是觉知，就是觉察 好比我正在看着小镇舍长写书，小镇舍长是我的肉体，我在看着我写这本书

1.3 守静

静能生慧。

就像杯子里的水，在定的时候，可以当镜子用，可以照到星星月亮，可以看到自己；只要受到干扰开始晃动，美好的东西就看不到了，也看不到自己，连自己都看不到了不认识了。

心也一样，动了能很难产生智慧，甚至做出冲动后悔的事

因为静的时候，大脑开始关闭，灵魂才有机会被唤醒。

若大脑一直处在干活状态，处在世俗之中，智慧离你越来越远，因为此时你的直觉是关闭的，灵魂是沉睡的。现实中你睡着了跟死了一样，我想怎

么弄你就怎么弄你，灵魂沉睡了跟死了也一样，现实世界想怎么蹂躏你就怎么蹂躏你

守静的方式有：

少说话、冥想、闭目、打坐、站桩、休息、请假、退休、归隐等，都可以让自己静下来

1.4 接触灵性

宇宙的本质是频率，频率会传导、传染，灵性的本质也是频率，高频，自然频率、宇宙频率，所以你会看到在城里悟道的人很少，深山老林、乡间田野的老者活通透的比较多，身边全是低频的玩意儿，怎可能悟道？

1.4.1 天补

多看天空多看云朵多看星星，多晒太阳多晒月亮，滋阴补阳

1.4.2 地补

多接触大自然，山山水水，花花草草，猫猫狗狗，最好自己种养

1.4.3 人补

第一：多接触婴幼儿、强者尤其是悟道级强者

第二：多看些灵性书籍：道德经、楞严经等

第三：还有愿意肯定自己帮助自己让自己愉悦跟自己同频的人

以上也叫格物致知，格万物都能悟道，都能疗愈自己、强大自己、找到自己。天地与我共生，万物与我唯一。

道在瓦砾、道在蝼蚁、道在屎溺。

2. 人修

2.1 苦难

2.1.1 心不死，道不生

第一：不经历痛苦不可能觉醒开悟，不经历痛苦不可能变得强大

第二：人教人不一定学会，事教人一教就会

第三：痛的越狠，醒的越狠

2.1.2 与苦难共存：躲不掉的苦难

整个世界的顶层设计就是众生皆苦，你往哪逃？往哪躲？

该经历的众生相，你一个也跑不了，时间早晚而已

2.1.3 没有苦难也要制造苦难

第一：只要在承受范围之内，自己主动随意去经历，多经历

第二：你经历的苦难，都是你能承受得住，不然不会给你

第三：好好利用苦难，体验苦难，享受苦难，一切皆有利于我

第四：苦难是为了不苦难，没办法中的办法，置之死地而后生

2.2.4 与苦难斗争

苦难的存在既然这么合理、这么有必要，我们要逆来顺受吗？

正好相反，要跟苦难干！与天斗与地斗与人斗，其乐无穷；不管天灾还是人祸都得干他，不斗争如何提升自我磨练自我找到自我？

逆来顺受，苦难的意义便不再存在，即：苦难，就是用来被干的，不管是谁给你带来了苦难，干他！这是它的命！

学谋敢于斗争是第一步，第二步是善于斗争，就得学习斗争的谋略和手段。

术无正邪，人分善恶。如果懂谋略，不管阴谋阳谋，就像有了核武器谁敢跟你掀桌子死磕？

即使把对方逼急他顶多敢跟你小打小闹那也心里发慌，不敢激怒你。

推荐一些书籍。

读书只读两样，古代的经典和古代的禁书。

经典是道，谋略是术，讲五个系列的谋略书籍：

第一：天下无谋之密卷八宗

《仕经》官场如何保全自身的前提并还能做出点功绩

《解厄鉴》如何利用人性的弱点拿捏人性来为自己趋利避害

《止学》把止这一个大智慧发挥到极致，让人取得胜利获得荣光并减少失败和耻辱

《韬晦术》是历代智谋人士的枕箱秘笈，是阴谋学的祖宗

《守弱学》强弱之势是如何转化的人生圣经，如何让弱者变强、让强者变弱

《权谋术》任何人际关系中的一些策略和手段

《小人经》如何定义小人、如何防范小人、如何战胜小人、甚至如何成为小人的坏人哲学。

《罗织经》千古第一邪书，文明史上第一部集邪恶智慧之大成的诡计全书。

第一：千门八将。阳谋的祖宗，36 天局 72 地局，千门出天下变。

第二：水滚珠局、绕梁还田局、三仙献鼎局现在天天都在上演，经常看新闻好多人被第一水滚珠局骗了。包括张艺兴主演的东南亚拐骗题材电影，不就是用了八将：正提反托风火除谣。大部分已失传只找到一部分

第三：鬼谷子 72 术 36 策，纵横捭阖之术的鼻祖

第四：鲁班经。欲练此功，必先绝后，风水局

第五：阴符经。观天之道，执天之行，尽矣。天有五贼，见之者昌。五贼在心，施行于天。宇宙在乎心，万化生乎身

理论学完，重点就是实践了，第三步是积累斗争经验。

硬干也是一种干，先干起来，斗争起来，以战养战，以斗争学习斗争。当你干出了乐趣，斗争出了乐趣，会发现别样洞天，爽得很

2.2 低欲望

第一：嗜欲深者天机浅，欲望是人类顶层设计的一个陷阱，让你失去自我的有效手段，社会稳定有序的核心概念设计

第二：回归生命本质。吃饱喝足穿暖即可，偶尔小改善一下。

毛泽东的衣服带补丁穿一辈子，僧服道袍一辈子也就那两件。

平时非必要什么都不要买，几十块钱的衣服、鞋穿几十年很正常，出行需要的只是一个代步工具，住是刚需买房可不是刚需，**柴米油盐才是刚需，阳光空气才是刚需**，买房是陷阱，如果买房之后能够产生正向现金流，不管是卖掉还是租掉，可以买。

大部分买的房子就是个负债，给你放血的管子，买房不就是租了七十年

2.3 不负债有存款

2.3.1 不要负债

一旦负债，灵魂就跪下了，再也没有机会觉醒开悟；除非你是很清醒的把负债当成工具：利用负债可以赚钱，有钱人的负债是资产是前景是工具，但普通人的负债就是负债

如果已经负债的

第一：必须还债。

第一时间通知给债主，自己不会赖账，具体下一步的挣钱计划地点还款计划都告知他们，让对方放下心更不用催债

第二：个人状态调整。

负债前后你的生命状态没有发生任何变化，也就是生命本质没变。负债之前该吃吃该喝喝该睡睡该找点事干去干，负债之后还是该吃吃该喝喝该睡睡该找点事干去干。负债对于你从生命本质角度上不存在

第三：你是有灵魂的，只是肉体负债不是真正的你负债

第四：负债是来渡你的，一切发生皆有利于我。

虱子多了不痒，债多了不愁；愁的不是你

第五：负债几十万的可以通过上班解决，几百万以上负债的还得通过创业

2.3.2 存钱（守财之道）

打江山容易，守江山难；赚钱容易，守财难

但凡发了财，必然开始不装了，这种不装是人性被压抑 n 年后需要释放的你；这种不装，是无任何防御心态下的你；这种不装，是没有经历太多人性黑暗和人生磨难自以为是的你。此时的你，不听劝，一般都会乱投资、乱理财、乱消费、乱创业、乱借钱，甚至乱践踏道德和法律

第一：存款可以不多，但必须有。

你得活着你家人得活着，且手有余粮心不慌，活着踏实些，更何况钱能解决 99% 的问题，存款是解决问题的绝佳手段。不一定要大富大贵，最好能小富即安。

第二：谈钱不是俗，没钱你还活啥？

没钱科技如何突破？没钱如何有实力提升人类福祉？悟道级强者除了出家修天道的，哪个不是善于利用钱善于挣钱的人？毛泽东不谈钱怎么打仗，怎么建立国家，怎么给百姓谋福祉？谈钱不寒碜，普通人挣钱为了混口饭，悟道级强者搞钱为了人民为了社会为了天下大同

第三：世界上除了你自己能给自己存钱，其他人或组织都在觊觎你的存款。

你的存款是银行的负债，你的负债是银行的资产；你的负债是精英主义阶层的负担，你的负债是精英主义阶层的钱包；包括你的父母你的孩子，你的存款是他们的吸血包。所以你不存款、不保护好存款，命运里只剩下唾弃

第四：存钱会越存越上瘾，而且越存越抠，隔三差五的会看看存的数字又涨了多少。

至少对自己越来越抠，只对最亲近的人大方。一般人只会越穷越大方，因为穷人不懂的合理用钱，怜悯心还重，所以穷人的钱好挣；而且门槛低，穷人越穷；财发狠心人，尤其底层杀出的富人很无情，见多识广不好骗，跟奥运会体育竞技一样，有钱人是搞钱花钱专业运动员，钱花的不合理在他们的潜意识层面是污点，所以富人的钱不好挣，专业门槛高，富人越富

第五：原则上不借钱给任何人。

瞎往外借钱的，借出来的是仇人，人财两空，他自己不正干不存钱还欠债关你鸟事；哪个普通人不是省吃俭用存的钱，不是拼了半条命存的钱，不是为了一家老小存的钱，难道你存款就是为了借钱给他？救急不救穷+长期对你好的最亲的人+口碑信誉好，三个条件都满足，除此之外一律不借，直接一万个理由等着拒绝他，拒绝人还不简单

第六：没存钱的赶紧存，勒紧裤腰带也得存；

200 万以内不要考虑理财，存银行；鸡蛋要多放几个框里，做理财组合、投资组合，千万别放一个篮子里。创业投资，永远只拿出不超过存款的一半去做人生尝试，投资投的主要是人，投人就要先调查这个人，咨询跟他最近共事的熟人

2.4 长效生存之道（商业思维+生存模式）

长效生存之道：获取能踏实活到死的生存保障。

这是幸福的前提，幸福是每个人一生最重要的事，所以获取长效生存之道是每个人一生最重要的事，从小就要为此奋斗终生，所做一切都要围绕此开展

现实是，这么重要的理念 90%的人到死都不知道，这是故意设置好的障

2.4.1 长效

可以跨越时代，跨越经济周期，不用被淘汰，不用经常换行业，一辈子围绕一件事，如如不动，能够踏实的活到死

世界上只有两种工作，一种不会被淘汰，一种随时会被淘汰。90%的人做的事是随时会被淘汰的，不管你是知名企业家，还是高学历，没有悟道就是时代需要时被驯化出来的一条狗，狡兔死走狗必烹。

比如煤老板辉煌十几年，好多都没了吧，破产、进监狱、流亡海外等等，开发商老板辉煌了十几年，好多都没了吧；互联网大佬辉煌了十几年好多都没了吧。大学生哪怕是 985/211 毕业的高材生，大部分学的专业都具有时效性，有的可以干十几年有的就几年，甚至有些大学毕业即失业。因为行业或者开设的专业，都只是时代对应需要，不需要时一夜之间一刀切完。大部分人是典型的有术无道止于术，都不是悟道级，只是社会需要的一条狗。所以赚钱的第一步必须对学历、社会地位、权威等祛魅，他们都是狗而已，短暂辉煌的狗

一个行业一个专业的落幕，是必然，是天道，也是人道，但这恰恰也是千千万万个老百姓和大学生需要从头开始的操蛋人生。所以，想要幸福就必须找到适合自己的长效生存之道

2.4.2 生存

第一：回归生命本质，活着就是混口饭吃，是生存底线。

第二：绝不是为了发大财，但可以发大财。**钱是工具，不是枷锁。**

第三：在生存面前，道德和法律都没有力量

生存方式有三种

第一：上班。

但世界上靠上班生存的人只有 50%左右，上班期间你去商场会发现人是满的。在很早的农村，大部分人都没工作才是常态。

是城市需要工作，城里的人需要工作。如果农村的人都去上班了，城里就会被养出一大批不用上班的人；总之整体上会维持 50%左右的社会群体是上班族，且这 50%里的 90%，会不断换工作、换公司、换行业。

因为科技发展，发展越快，大家被淘汰被替代被更换的概率和频率越高

第二：创业。

但常规的创业思路的结局是九死一生：给社会纳税，给房东交房租，给员工发工资，但最终一定是要么快速赔钱死掉，要么吹泡沫玩得久一点迟早还是破产。其实创业可以九生一死，下面会讲到

第三：资源性资产。

自家的宅基地、农田、山头、水井，中心区域可对外出租的全款房产等。有了这些资产，可以对抗经济周期，在别人收入锐减时，自己依然旱涝保收；有了这些资产，可以安享晚年；

有了这些资产，在关键时刻比黄金金贵；有了这些资产，可以选择躺平，不用工作，踏实的享受活着。

但绝大多数人一辈子也不会有这种意识，相反被替代的意识是搞资产配置：比如股票、期货、房产等，很多人把农村的农田和宅基地卖掉、户口迁出，殊不知，自己掉入了一场围猎自己的资本游戏，从此变成了无根之木，僵尸一样的活着，随风漂浮

2.4.3 赚钱思维

2.4.3.1 赚钱的六个本质

第一：卖广告。

推销自己或产品时，做产品不是第一、服务不是第一、经营管理不是第一，会叫卖产品、会叫卖服务、会叫卖情怀，会叫卖才是第一位。卖广告就是包装，包装就是有的可以夸张，没有的可以说有；不管是世界五百强，还是奢侈品牌，不管是卖房子卖车卖化妆品，本质全是如此。卖广告是营销的核心部分，普通人做生意成功率最高的是销售出身、营销出身

第二：掠夺。

如何利用人性合法合理的把别人的钱变成你的钱。

因为世界上的钱总数是一定的，凭什么你的钱越来越多？就是别人的钱越来越少。尤其是垄断，就差大张旗鼓的说：把钱都给我，不给我也得给我！那些金融大鳄被称为神，背后的秘密就是信息垄断、资源垄断、市场垄断，你在那个位置你也是神。所以要对那些大神祛魅，要对赚钱的心态变狠不能仁慈，要对自己的手段进行升级：野蛮手法、侵略手段

第三：复制。

熟人挣钱愿意带你你就复制，养一头牛挣钱就复制养两头养十头，摆地摊一个挣钱就摆两个摆五个，别人的思想别人的文案火了你就复制，做一个账号挣钱那就做两个做十个……复制的成本最低、效率最高，当你复制到一定程度自然会开窍，一通百通。创新是最可贵但也最难，普通人的灵性被打压很难有创新，复制是普遍成功道路

第四：利用人性下坠的力量。

因为整个世界的设计就是人性下坠，让本有的灵性下坠、兽性下坠、尤其是通过新驯化的人性，是经济业态的普遍现象，比如房地产、医疗、教育、美容、婚姻、烟酒、淘宝拼多多等，人性下坠的力量里最核心的是情绪相，通过影响、调动、调研、改变普通人的情绪来设计盈利模式，比如短视频。除了科技探索、光辉思想等为了天下大同的是人性向上的力量，其余全部是利用人性下坠的力量挣钱

第五：造神。

也是降维打击，人跟人沟通总会出问题、总会质疑、总会争吵。既然全体的人性已经下坠，那我做生意把自己提升，升高成神。比如产品神化、人物神化、品牌神化：

请神一样的明星代言、写出神一样的销售话术、挂一堆神一样的信任背书、屌丝逆袭成神的活生生案例诱导、神一样的地区引来的产品等等……

第六：成就别人。

以上五个都是术，都很残酷，我最推崇这最后一个。需要发现问题，并提出最优解决方案。想搞定客户就得先发现客户的问题，对症下药投其所好成就对方，你就可以挣客户的钱；发现了社会的问题，并提出解决方案，成就了百姓，你就有机会挣全社会的钱；发现下属的问题并助力其提升，下属升职加薪的越多越快，你升职加薪的速度也就越快。总之想挣谁的钱，想通过谁挣钱，就得先成就谁

2.4.3.2 挣钱的四种主要手段

第一：出卖劳动力。

90%的人靠出卖劳动力赚钱，劳动力的时间有限，所以挣钱也有限，大部分都是底层穷人，少部分可以凭借专业过硬+持久的耐力，可以赚足养老钱，但发不了大财，以下三种可以发大财

第二：靠知识。

第三：靠钱生钱。

第四：靠资源性资产。

2.4.4 如如不动之道

时代动我不动，时代变我不变；敌动我不动，敌变我不变。我做的事永远不变，让时代变成我的工具，让行业变成我的工具，让专业变成我的工具，让敌人变成我的工具

2.4.4.1 长青行业

只要人类还存在，就需要的行业；两个类型

第一：人类刚需行业。

比如出生、死亡和中间的吃喝拉撒，相关行业有：农业、餐饮、殡葬、性爱。比如农业，可以倒卖蔬菜、倒卖中药，租冷库或者自建冷库，在收获季节大量收购价格最低的蔬菜，冷冻起来，到年底等价格高时卖出

第二：天下大同需要的行业。

务实的有：信息科技、生命医疗科技、人工智能科技、军工科技、能源科技，务虚的有思想、文化、教育

专注以上任何一个行业，单点击穿，做到行业专家，会发现新大陆

2.4.4.2 换工具公式

每个时代都有不同的赚钱工具，电脑、手机，尤其是手机互联网出现后，手机变得比亲爹都重要，所以要人机合一。

手机就是你，你就是手机，生存得靠手机，挣钱得靠手机，发展得靠手机

手机互联网也经历了时代变化：电商-微商-知识付费-短视频···

比如小镇舍长，思想知识博主，电商时代就以电商需要的图文形式在电商平台挣钱；到了微商时代就以微博微信公众号微信等平台需要的文字形式挣钱；

到了知识付费时代就以知乎得道等平台需要的文字和语音形式挣钱；现在到了短视频时代，就以短视频的形式在短视频平台挣钱，等七老八十了换成了那个时期的工具平台，就以那个时期的规则和形式挣钱即可。但小镇舍长一直用的都是相同的知识，做的从来都是思想文化这一件事，如如不动

2.4.4.3 换汤不换药公式

但凡做一件事做到极致并拿到结果，就会发现万事相通，万变不离其宗，整个世界都是根据人性演化而来，人类所有行为的背后都是人性

比如小镇舍长，以前做的是地产营销管理，营销的是人性，管理的是人性；现在哲学思想、心理健康很火，哲学讲的就是人性，心理问题就是人性问题，所以把讲地产、营销、管理相关的概念，都换成关于哲学、思想、心理、精神的即可；如果下个时代又不流行哲学改流行其他行业了，那就把讲哲学思想的、讲地产营销管理的改成流行的那个行业即可，换汤不换药，如如不动

2.4.4.4 换服务对象：四优势公式

事业选择公式：优势过往+优势性格+优势行业+优势工具

优势过往指的是你的工作经验优势或背景优势

优势性格指的是你的性格特点或爱好

优势行业指的是对应时代的朝阳行业，现在比如：**老年、宠物、女性成长、身心灵、中医、新农、科技等等**

优势工具有电商、微商、知识平台、短视频、ai、web3.0。目前短视频最火

具体案例：

第一：比如你是中小学生的英语培训老师，小孩生意不行了。

你可以：英语培训+老人+短视频

第二：比如你是建筑设计师，给人盖房子的地产不行了。你可以：建筑设计+宠物+短视频。做迷你的宠物公馆，给宠物盖房子

第三：比如你擅长聊天，你可以：聊天+老人+短视频，你说话不火，退休干部退休高知说话会火

第四：比如你性格有点娘，擅长运动，你就可以：运动+娘到极致+短视频；娘到极致的篮球运动

第五：比如你做哲学心理学，喜欢表演，你就可以：夸张演绎+心理学案例+短视频

2.4.4.5 换地点

降维打击，从高维的国家、高维的城市，把落后的项目带到低维的地点。

第一：比如沿海城市淘汰的行业，搬到落后的内陆、搬到落后的东南亚等地区。马云不就是把美国的电子商务和支付搬到了相对落后的中国

第二：比如地产行业前十年在中国很挣钱，现在不行了，但东南亚国家会效仿中国的发展模式，在初期搞地产就会挣钱，东南亚搞完了开始搞中亚国家，比如现在的吉尔吉斯斯坦，地产行业刚起势，利润非常高

第三：比如跨境电商几年前搞欧美市场，用的速卖通和亚马逊；现在搞一带一路沿线国家的市场，结合 Tik Tok 来做，正处于红利期

总之，你如如不动，你做的项目不变，换地点而已

2.4.4.6 换心态

以前的工作心态是追求稳定，追求发展。但总有一帮人看透了游戏不想那么辛苦劳累，不想追求功名利禄 只想混口饭吃的同时，好好体验人世间。

这时，换心态即可：什么工作无所谓，工资只要差不多就行，体力活脑力活均可，挣点钱就休息一段时间，比如干半年休息半年，干两年休息一年；工作的目的不是为了内卷，不是为了勾心斗角，更不是为了发大财，就是玩，混口饭吃的去玩去体验；甚至列好计划，想去哪玩就去哪工作，想体验啥行业就去干什么工作，除了体验还是体验，体验感不好就换，体验腻了就换

心态一直都是如此，如如不动

2.4.5 沉淀法则

老子经过沉淀，有了道德经；佛陀经过沉淀，有了楞严经；毛泽东经过沉淀，有了毛选……有了沉淀，才有你看到的所有知识和智慧。知识就是财富这句话，就是表面意思，不是学习了大学知识去赚钱，不是学习了技术去赚钱，而是你做的任何事任何思考痕迹，留存下来，连续留存，沉淀成有规律的知识体系输出出去，就是财富，而且是真正的财富，持续的财富，哪怕是种地也可以沉淀！未来将是内容为王的时代，只有沉淀才能形成系统性内容

不管是创业还是上班，不管是靠劳动力、靠知识、靠钱还是靠资产赚钱，想做到极致，想做成专家水平，想让自己变成规矩，想让钱变成自己的工具，就必须拥有沉淀的能力，沉淀出属于自己的专业知识体系，沉淀成自己的生存逻辑体系，沉淀成自己的发家致富体系。届时你就是时代本身，你就是规矩本身，你就是人情世故本身，你就是财富本身。

掌握沉淀法则，主心骨强，不随波逐流，方可如如不动，也更容易找到自我，不易迷失

沉淀三步走

第一步：记录

刻意练习出记录的习惯，不管你做任何事情，都可以把心得体会以及过程进行记录和总结，这是独一无二属于自己的资源

记录的方式：文字、语音、视频

能锻炼出总结的能力和文案的能力：说话办事能一针见血总结出重点，文案将是信息文明时代极其重要的财富资源

第二步：输出

总结出来的内容得想办法传播出去，温故而知新，费曼学习法

输出的方式：讲给别人听，发表到群里、开会期间阐述、短视频或文章发表

别管对错好坏，只有往外输出展示自己，才有更多崭露头角的机会，是检验自身理论的第一步

第三步：实践

实践出真知，理论是行动的翅膀，实践是检验理论的唯一标准，实践是完善理论的唯一方式，实践是唯一可以取得结果的方式

通过这三步，最开始输出的只是碎片化的知识点，时间一长回头一看，那些被记录的痕迹，发现了规律，点开始连成线，再连成面，最后形成体系。掌握了沉淀的力量，傻子都有机会翻身：当年的犀利哥，要饭的，被记录下来，输出了出去；现在好多傻子或者守村人被记录了下来输出了出去都能火起来；种地的农民把种地的知识和过程记录下来并输出出去，就可能火；养个小动物记录下来过程和心得体会并输出出去，就可能火；幼儿园老师把教育小孩的心得体会和过程记录下来并输出出去，就可能火……

小镇舍长在职场做职业经理人两三年，通过沉淀法则，27岁独创出地产圈新的管理体系和营销模式：《地主营销思维》《野蛮式营销管理》；做短视频输出哲学思想亦如此，前五个月大量碎片化的观点输出，在输出过程中不断解决粉丝观众的问题，最后发现了观点之间内在的联系，形成了今天这本书《给我一颗原始星球》/《三修》

所有的知识、智慧、天赋爱好、事业等等，都是在大量的记录、大量的输出、大量的实践中，它自己冒出来的

沉淀过程中需要的品质

第一：笃定专注，单点击穿

第二：抗住诱惑，死战不退

第三：每日精进，日拱一卒

2.4.6 创业

2.4.6.1 每个人都有一个创业梦

第一：国家是创业，家庭是创业，开公司是创业，给你一个原始星球更是创业，找到真正的自己是精神创业，人生无处不创业，没有创业思维大概率被奴役，再说有几人想一直寄人篱下？

第二：大部分人不可能上班一辈子；更不可能被别人包容一辈子，什么时候都没有比靠自己来的最踏实

第三：别把创业看的高高在上，看的那么玄乎，别听有人说你不适合创业，种地都算创业，养猪养鸡养猫养狗也算创业，摆个摊也算创业，用手机倒卖东西也算创业，30年前农村家家户户都没工作都在创业，很多人确实不适合做大做强，但不适合创业这句话是伪命题

第四：创业是原始生命力，没有创业的心，活着根本不踏实，原始阶段每个人都是老板

第五：创业最核心的就是：根据人性，大力出奇迹。别人干一次成功你就干两次，别人干五次你就干十次；失败了就去上班，攒点钱继续创业

第六：创业是一种生活方式，绝不是刻意赚钱的工作

第七：在真正创业者眼里，从来没有失败，只有经历和经验

第八：创业不是准备好了才开始，因为没有实战永远也准备不好，想的再周全也会遇到问题，创业就是冲动一下的事，一咬牙一跺脚，就是干。

不管会不会、行不行、合不合流程，先干，干的过程中遇到啥问题解决啥问题

第九：创业当然有风险小、周期短、成本低的公式，不然就会进入顶层设计的陷阱导致九死一生

2.4.6.2 创业四大思维：倒卖+手机互联网+轻资产+卧底

当下经济环境下，实体经济只适合政府、社会和资本去玩，普通百姓别碰这种重资产，开格实体店也容易死。

普通人可以做服务实体的业务，或者第一步通过玩转互联网流量后第二步再碰实体，除此外要么就只做虚拟经济

倒爷思维

第一：倒卖，只做渠道只做流量，流量永不过时。

以后是消费者时代，只要有流量就掌握了消费端，工厂随便你挑

第二：倒卖是最赚钱的生意。国家倒卖地皮，银行倒卖钱，马云做了个线上倒卖平台，王健林开商场是线下的倒卖平台，小镇舍长做知识博主倒卖是大脑里的知识。

倒卖的量没有上限，但自己生产、养殖、种植等都有规模限制

第三：倒卖回款周期最短。

倒卖出去多少货，挣多少对应提成

第四：倒卖成本最低，甚至零成本。

只需搞定客户端流量，前期不需要投入生产、租赁、装修、员工等各项成本，后期有了资本想玩产业链时再投入不迟

第五：倒卖的产品可以是实体产品，比如衣食住行吃喝拉撒等等，也可以是虚拟产品，比如资料、课程、会员等。

比如倒卖蔬菜、中药材，都有淡旺季，收获季节最便宜的单品，采购回来，放入冷库，在旺季价格走高时卖出，冷库前期租赁，后期自建；再比如倒卖宠物猫，只要能掌握短视频至少几千粉丝的流量或者线下宠物店资源，每年的利润也很惊人；再比如近些年精神内耗的人较多，倒卖身心灵疗愈的资料和课程，入口有电商平台、优盘、短视频等

手机互联网思维：人机合一

用互联网尝到甜头的个人，一般不想再去上班，在哪都能挣钱生存，什么时候都可以挣钱混口饭吃，那种美妙，无法言喻

第一：现在不管企业还是个人，想要发展必须紧紧跟随时代，除了垄断行业，只要不使用互联网，只要不做短视频，发展必然受限，市场必然被蚕食。

第二：除了黑五类，都能在手机互联网上倒卖

第三：人机合一：空闲时把时间全部放在研究如何用手机赚钱上，从倒卖身边的资源开始做起，所有流量高的手机 app 下载一遍，每天大量输出、

上传；研究摸索平台规则；手机就是你的未来，实际就是你的命，手机就是你

第四：小而美：以前的经济模式是集约化，以后会反过来：以小而美为主。以后个人 IP 比一般企业利润高将是趋势；除了个别行业，以后没有个人 IP 大概率生存状态堪忧

第五：互联网是自我保护最好的武器，一个 IP 干掉一个企业、干掉一个区域的口碑、干掉一个官员、干掉竞争对手，将是家常便饭，有钱有势不如 IP

轻资产思维

创业根本不需要花钱，或者花小钱办大事，空手套白狼这句话倒是家喻户晓，现实却是背道而驰，基本都是砸钱创业。

你要知道普通人挣钱攒钱是真不容易，创业一把就梭哈没了，这种逻辑肯定不对

零成本或轻资产的核心：**倒卖+互联网。**

举例如下：

第一：小镇舍长爱人娘家的兄妹三人都做宠物生意，全部都是倒卖+手机互联网，客户打定金和尾款时再把定金尾款打给上游养户，不花钱，一部手机即可

第二：一高中粉丝，喜欢写爽文，每个月赚 8000 元左右，每天幻想的各种画面连载到学生微信群、QQ 群、公众号文章、小说平台、语音平台、短视频平台，不花钱，一部手机即可

第三：在农村倒卖成熟季节价格洼地的中药材、蔬菜、药膳等产品，低成本、高收益。不能向老农民那样只知道低头种地，学会抬头看天看市场很重要

第四: 用《地主营销思维》给有场地的企业赋能, 客户流量和消费增加, 企业利润增加, 只是免费把场地和资源共享出去, 进行的资源整合, 你从中就可以做赋能公司、策划公司, 或者实体企业营销改革自营, 不花钱

第五: 小镇舍长给地产企业做培训和战略咨询, 都是企业包吃包住, 报销路费, 讲话很客气和尊重, 从不拖欠顾问费培训费, 不花钱

第六: 小镇舍长做短视频, 没有幕后团队, 没有买各种设备, 没有报各种班, 没有投抖加, 不花钱, 一部手机即可

卧底思维

第一: 绝不贸然进入未知领域。

创业之前必须对本行业绝对熟悉, 要么熟人带, 要么自己去这个行业卧底

第二: 上班就是为了离职, 按照创业的标准掌握核心环节、整合资源, 出师后辞职即可

第三: 卧底时间一般 2-6 个月左右, 具体看自己偷师学艺进度。

卧底时的岗位选择: 运营岗、财务岗、销售岗优先, 能掌握全流程

2.4.6.3 精益创业模型

创业不是一上来就大规模, 搞品牌, 搞管理等这些重资产和虚头巴脑的事, 这是误区是陷阱。

而是以能跑通全链条的最小模型开始, 投入最少, 周期最短, 试错成本最低, 普通人创业要的是稳

第一: 调研。

做生意不是想当然, 不是主观的异想天开, 需要以事实为依据, 以数据为支撑, 这就需要调研。调研是一项很专业的商业行为, 但是大部分人不知

道调研、不懂得如何调研。跟打仗一样，不知己知彼，两眼一摸黑，等死去吧

第二：单个产品的生产、包装、销售、售后闭环。

以最小成本搞出样品，拿到市场让消费者去验证，不择一些手段推销出去

第三：人员、场地、公司注册、财务等公司的基本运营，在开公司之前不是重点，等上述环节跑通，再傻瓜式操作即可

2.4.6.4 合伙投资创业

很多人创业大概率都会经历合伙一事，要么是自己作为创始人创业，要引入联合合伙人，比如资金合伙人、技术合伙人、资源合伙人等其他的能力合伙人；要么是你作为联合创始人，加入熟悉之人的创业项目

第一：自己创业不要找最亲的人，亲兄弟也大概率反目；如果找了，切记只做成就对方的动作，多余动作不要做

第二：不要三个人，很容易形成二对一，有一人极容易散伙出局

第三：作为联合创始人投资创业，可以入资金股，尽量不要入人力股，即：不干预不参与决策

第四：投资之前询问与他近期跟他接触比较深的人，多年不见的熟人，突然找你投资，大概率是个坑

第五：如果是项目开始后邀请你加入，必须调研此项目：看历史财务报表，拿不出来就是坑

第六：要签订合伙协议，明确责权利，明确股份多少有行业公式，明确退出机制，好话丑话都说前头

第七：每日公布电子系统的财务数据

第八：不要加杠杆：借钱或贷款入资

第九：不知根知底不能找到其个人财产住处的不要投资，出了纠纷拉黑你分分钟，不要相信法律维权

第十：在商言商，不要掺杂情感，感情用事对生意是累赘是隐患

第十一：初期先意思一下，赚了再继续跟；发现情况不对，钱也不多，就当陪兄弟玩了，也让自己开始接触创业，给自己未来布局，是找到未来出路和退路的一种方式

2.4.7 如何做短视频？

2.4.7.1 心态

第一：大胆点，每天展示自我活出自我，就去演讲就拍短视频，让喜欢你的人开心一整天，让讨厌你的人难受一整天，恶心不死他

第二：每个人怎么火的说不清道不明，他自己都不知道，都是跟着感觉先说服自己的一套总结而已，比如我说的这些。你就是答案本身

第三：身边的人以都想看你笑话为主所以一般人会不好意思，这样的人就是智障！看不起你想看你笑话的人，你还在意？

第四：坚持。大部分做不到，不是大部分人不适合做短视频，大部分人
不适合做大部分事，因为坚持不了。都是一时兴起，热三天，或者干一俩月没效果就跑了。

第五：只管好自己。只管自己怎么拍摄、剪辑、文案创作等等，只管自己怎么做即可，向内求。

不要管平台啥规则、粉丝会不会涨会不会黑自己，那是平台的事，是别人的事

第六：先干起来。

具体内容、细节在做起来之后慢慢调整，养成执行力大于一切的习惯，养成以战养战的思维，管他三七二十一，就是干，干就是答案

2.4.7.2 人设

第一：人设指的是最自然的你，符合自己规律、自己频率的状态的你。

具体包含你的性格、所呆的地方、做的垂直内容、曾经的过往、你的爱好等等。不管是真实的你虚伪的你，搞笑的你严肃的你，简单的你还是复杂的你，总之必须自然流露出你最真实的一面。尤其是如今的社会，真实真相真理，才更容易火

第二：但凡人设不真实自然，事情就会变得非常用力，一件事但凡需要特别用力、一直用力，好比谈恋爱、好比做项目、好比学习，特别用力就说明不合适。

结局早晚崩掉，即使不是公开性的塌房，私下早晚也得出事。宇宙守恒，拧巴了就得拧回来直至不拧巴为止

只要内核稳定保真，可以适当加入修饰性的艺术成分，比如夸张、美颜等等

第三：可以出镜也可以不出镜，可以配音也可以自己口述，看自己擅长哪一种方式，有些人出镜就会掉粉，不一定非得出镜，只是建议尽量出镜。

出镜的优势之一是露脸才能形成 IP；出镜的优势之二可以在镜头面前展示的方式更加丰富

2.4.7.3 流量

流量的核心是情绪

第一：一切动作都是围绕情绪展开。

因为短视频平台就是奶头乐，是以娱乐性为地基的平台，娱乐的本质是提供情绪，没有情绪谁还看？

绝大部分都是闲着没事了才打开短视频打发时间消遣。学习型的平台那么多没有一个有客户粘性，来短视频平台可以学到东西挺好，但绝不是为了学习才来短视频平台。

第二：流量主要指的就是乌合之众的情绪，是普罗大众的情绪，是被编程被驯化成的狗的情绪。

真正有智慧的人，尤其是悟道之人很少，形成不了流量，他们自身有足够的智慧，也没什么情绪，更不需要成为谁的粉丝，很难被人类玩的情绪游戏所诱导

第三：所以如果小镇舍长哪天成了大 v，请一定远离。

曲高必然和寡，不被封杀就不错了，还会让你成为大 v？真相不可能被多数人认可，真相也不允许被多数人认可；好比钱多了还是自己的钱吗？粉丝多了还是自己的粉丝吗？声音越大越只是情绪，越远离真相；小镇舍长是来玩的，他火不了更不想火，粉丝多了就不好玩了

第四：通常流量分为泛流量和精准流量。

有两个误区：一种博主走泛流量路线，粉丝很多但变现不行；另一种博主只认精准流量，认为泛流量没价值。

首先这两种路线都可以跑通，关键找到自己适合哪一种，自己做的事适合哪一种。

比如娱乐博主的粉丝以泛流量为主，做垂直类目货品的主播以精准流量为主等等

四个情绪种类

第一：驯化出的人类情绪大概有 20 多种，最能快速引起流量的大众情绪有四种：愤怒、同情、猎奇、开心。

第二：讲真相的博主利用的是大家的愤怒，提供的是愤怒；拍摄老弱病残的人和动物包括农民农村利用的是大家的同情，提供的是同情；探险、炫富、玄学等利用的是大家的猎奇，提供的是猎奇；小杨哥、大圆哥等这种博主利用的是大家的开心情绪，提供的是开心

八个情绪开关

第一：可以展现情绪的八个开关 声音、文案、背景、音乐、穿着打扮、表情、动作和剪辑手法。

第二：要发现自己的规律开关，有些人凭声音、语速、语调就可以展现情绪火起来，比如小镇舍长；有些人文案能力很强，优美的文案、炸裂的文案、搞笑的文案；有些人是技术流，剪辑手法很专业，能剪辑出目标人群所需要的情感，比如李子柒；有些人表情丰富，有些人动作有特色。

第三：具体比如声音，一个人中奖了 100 万，他平静小声的说我中奖了，你是不是会认为他中了一块；如果中奖了一块钱，但是他非常亢奋手舞足蹈的大声说我中奖了，你是不是会认为他中了一百万，声音就是情绪！

前 2 秒法则

所有人刷短视频就是刷，极短的情绪刺激，前两秒不能吸引他，就刷过去了。所以前两秒必须要展现出情绪，可以在视频开头用任意一个情绪开关达到效果，也可以把整个视频中最有情绪的两秒剪辑到视频开头：爆点前置

四大内容来源

做短视频的重点就是把内容当专业朋友圈发，专业朋友圈：把你的注意力全部用在当下做的短视频上，任何你能利用上的都可以作为当下所做的短视频素材，任何你做的每件事、遇见的每个人、脑子里的每个想法、都要跟做的短视频产生连接，哪怕是随意跟人聊天时的内容、吃顿饭、拉泡屎，都可以作为素材的灵感来源。

天不能白聊、饭不能白吃、屎不能白拉

素材的来源有四个：

过往经历、当天经历、自我学习、蹭五个热点

第一：过往经历。以前最擅长、最熟悉、最感兴趣的事情，比如自己的职业、自己的爱好、自己的家乡、自己的家庭、自己的圈子等

第二：每日感悟。

新的每一天，你都会有新的感悟新的想法新的轨迹新的圈子，这些都是素材来源

第三：自我学习。

为了做短视频肯定要每天坚持学习，看书、向别人请教、看段视频等等学习中的感悟都是素材来源

第四：蹭五个热点。

五个热点分别是：蹭历史热点、蹭名人热点、蹭政治热点、蹭当天热点、蹭人性热点。蹭热点时必须是自己的内容+热点，比如健身+热点，宠物+热点，哲学+热点，单纯的讲热点蹭热点会把账号作废，自己跟寄生虫一样。

比如怎么蹭人性热点，包括婆媳、出轨等热点人性话题，再比如如何蹭政治热点，每个人都很关心政治，因为都生活在政治环境里，这是最敏感的话题，最容易引起情绪的话题，在初期完全可以使劲蹭，没流量时平台不会管控你的言论，后期火了再删除或隐藏敏感话题即可

大力出奇迹

第一：所有事都是干出来的，需要经过无数次的干的积累，量变必然质变。想干赶紧去拍，墨迹啥。

第二：现在都是专业选手入场、知名人物等大咖入场，但是流量已经到了顶峰。流量有限竞争对手越来越多越来越比自己强大，此时的你凭什么涨粉？凭什么脱颖而出？

只有拿生命做事业、拿生命博一次短视频的机会。别人一天发一条，你就一天发二十条五十条，乔乔在上海这个博主十几分钟一条视频，不管走到哪不管什么时候，有灵感了就发，活着就是为了发短视频

第三：做事情只分天赋型和大众型两种人，大众型只能靠量、靠干，傻干硬干才有机会存在。普通的你没资格思考如何干，闭着眼使劲干是你唯一的资格，大部分人都不是天赋型，而且短视频做成的大部分博主也都是降维打击，都是现实中混得不错的取得过结果的人，他们也是普通型选手，也是靠量，更何况你。

干的次数多了剪辑技巧就会了，干的多了文案能力就起来了，干的多了从哪找到学习最佳途径就出来了，干的多了就知道平台的规则和粉丝的规律了

第四：你可以把流量不高的后期隐藏或删除掉重发，有了粉丝重新发之前的观点照样会火

复制

少走弯路最好的方式是复制，比如大家公认的大师其实都是复制者，讲哲学的除了小镇舍长等少数博主其他都是复制古今中外的大师的观点，大师复读机，思想搬运者

复制的方式：

第一：只找流量高的作品。他能火，你只要展现方式得当一定也能火

第二：完全复制死路一条。要跟原有博主的表现不同，比如原博主是口播，你就做剧情演绎、思维导图、剪辑等新形式展现

第三：整合一个主题里流量高的不同作品的观点，多个视频揉合成一个视频

第四：进这些博主的群，加他的微信看他的朋友圈，或者跟他连线链接套取他的整套模式

极致反差

把事情做到极致就会形成反差，反差给人带来的情绪价值是最大的：刺激！

比如你语速快，那就快到极致；你性格有点娘，那就娘到极致；你长相很和善，那就打扮成佛祖菩萨，慈祥到极致；你长得很漂亮，那就去农村，去农村的猪圈，在猪圈里给猪做阉割；别人都在城里给人理发，你去农村，给农村的孤寡老人，正在干农活的老人，穿的越烂，干的活越脏，免费给他们理发；用道具就用极致反差的道具，比如开锁，就开最大或者最小的锁，用筷子就用最长或者最短的筷子，戴帽子就戴最大的最小的最破的最绿色的等等的帽子；发表观点最开始就极端一点，利用人类创造的二元对立制造二元对立（别犯法）；

别人都在给小孩教英语，你去办老年英语培训班；别人都是去按摩店享受按摩，你去按摩店给技师按摩；别人都是孝顺爸爸妈妈，你让爸爸妈妈孝顺你……

按照这个反常识的逻辑，无数个案例无数个想法无数个创意，随意使用，出线的概率会高很多

大v带

这是可以在极短时间内起飞的一个办法，这得看你你个人实力或者运气。比如小镇舍长在做短视频初期，被孟庆阳和娱圈魔姐两位博主宣传推广了一个视频，两三天涨粉超10万；小镇舍长也给一些使用自己观点的新生播主做了宣传，从几百个粉丝在一周内突破到几万甚至几十万粉丝的博主至少有十几个

尽量想办法和一些大v形成互动，不管是他们单方面对你的宣传，还是你们有机会联合出作品，都是借力打力的方式

2.4.7.4 变现

第一：直播。直播是离变现最近的方式，只要开播，就是营业，进来的人就是走近你店里的顾客：打赏、购物等消费行为一产生你就获利。

直播可以带货，可以卖知识连线解疑答惑，带货可以分为实体产品和虚拟产品，虚拟产品可以是资料包、优盘、会员等

有些人适合直播，有些人适合拍摄短视频，直播的要求比较高一些，但按照人货场的专业包装，从服装、背景、产品、话术等方面，经过刻意练习可以得到显著提高

第二：咨询。通过你的专业技能，可以接线上咨询和线下咨询业务，按次收费，通过预约的方式，可以规定咨询时长和费用，也可以随喜

第三：橱窗。满 1000 粉丝即可开通，500 押金可退，选品只需一键添加，品类根据自己做的垂直类目和粉丝画像进行挑选

第四：课程。线上售卖

第五：线下交流会。会销的一种，全国各地出差，粉丝线下课堂、线下交流会。报名费、课程或会员售卖

第六：会员。

第七：收徒。收徒的方向是两种，第一种是你从事的专业技能收徒，摆摊也可以收徒，针灸推拿按摩也可以收徒，国学玄学哲学心理学也可以收徒第二种是收徒弟教别人如何做短视频。大部分博主在遇到创作瓶颈时，都会转型教别人如何做短视频，就好比很多人创业失败后开始教别人如何创业是一样的。

第八：接广告、中视频计划、星图等

2.4.7.5 避坑

第一：别背词。大部分博主都是对着文案念，只是练习的很自然，磨出了自己的网感。背词的效率极低，用剪映即可

第二：别买设备。一部手机，一个支架既可，其他灯光类的、拍摄类的都不需要，起步阶段要轻资产，精益创业，那些设备作用不大，前期完全忽略不计

第三：别报课。大部分博主怎么火的自己都不知道，怎么可能会教会别人如何做短视频？直接能帮助到别人的老师很难找，市面上只有极少数公司可以做到帮扶落地拿到结果，大部分都是骗子公司；且你想学习哪个博主哪类模式网上都有资料，拼多多几块钱就能买到没必要花上万去报课

第四：别投豆荚。除非你很有钱可以连续砸钱，普通人起步期不要投豆荚，一旦不投流，马上没有任何流量。而且大部分视频完全没必要投，可能对流量有那么一点帮助，但你的目的是变现，投流对变现帮助微乎其微，除了卖高溢价产品时的精准投流有效果，不管是视频还是直播都可以尝试，但其他不建议投钱。

平台的潜规则第一是他得赚大钱，你能赚的利润率是算死的，前期引诱你养成你的付费习惯对平台很重要

3. 兽修

3.1 失去兽性 失去一切

兽修指的主要是正向引导人的身体健康和人的血性，失去健康、失去血性人生等于零，也就是失去兽性将失去一切

第一：人类想在地球上生存的好，必须跟星球霸主处理好关系，每个星球的霸主永远是看不见的细菌、病毒等微生物，动物跟微生物的融洽程度远远大于人类跟微生物的相处，鸽子、蝙蝠携带的病毒多达几十种，至少有 14 种可传染人类或动物的病毒，包括狂犬病、亨德拉病毒、尼帕病毒、“汉塔”病毒等，尤其是尼帕病毒，感染上的人 50%以上都会死亡

第二：人类跟动物吃的一样，甚至动物吃的比人类更恶劣，比如猫狗猪鸡鸭鹅吃人类的剩饭，同样都是地沟油，都是化工垃圾食品，为什么动物不怎么生病，一辈子基本不用看医生？为什么动物不会得糖尿病、颈椎病等但大多数人类会得的疾病？是因为他们一直保留了原始兽性

第三：道德和法律都是为了打压兽性以达到社会稳定有序的目的。但是在创造出道德和法律每一条的那一刻，就已经给破坏这些规矩的人提供了巨大利益。普罗大众遵守道德和法律，精英主义阶层破坏道德和法律，统治阶级成为道德和法律的制定者

第四：兽性最懂天道的反抗，不懂的反抗就是天生的弱者，带有弱者气息的生物命运会被随意按在地下摩擦。尤其是血性，主人想杀死自己的宠物，宠物也不干，也会反抗。一个人没有血性，就是无能的软蛋怂包；一个民族没有血性，就是被侵略方被殖民者的奴隶。人类若没有血性，将淹没在宇宙长河里

第五：但是兽性太过也不对，随意性交随意不道德随意犯法，于己于人于社会都不好。即使你是皇帝，随意邪淫平均寿命也不超过 35 岁。

所以兽修就是正向引导兽性，引导出人类身体健康的极限，引导出由内而外生出来的道德感，引导出不被随意伤害的强者气息

3.2 活动

第一：文明其精神，野蛮其体魄。小时候打架不犯法尽量多打架，没事打着玩呗，那小拳头小力气又打不死人。把血性从小保留好，别打压。必须保留一个动的爱好，篮球足球拳击等选一个感兴趣的坚持下去

第二：动则生阳，身体状态、阳寿多少，全跟阳气有关。垫脚尖儿、慢走慢跑、游泳。走运走运，走动起来才会运气。一个人一旦完全躺平天天躺着不动，身体状况会越来越差，心理问题会增加，物质生活越没保障

第三：多活动少运动，尤其是 30 岁以后，剧烈运动更不适合。运动一般都不是养生，都是损耗身体，比如健身，肌肉的每次酸痛都是身体损伤，再比如运动员全身是病，那些都不是健康合理的运动方式，包括马拉松，是为了纪念跑死了的人创造的运动，这是冲着死去的运动。

多活动，比如太极、易筋经、八段锦、站桩、呼吸吐纳、还阳卧、金刚跪长跪、拍八虚、握固、提肛、太乙回春功、全身拍打等动作每天做 3-5 次

3.3 自学中医

第一：中医是身体使用说明书，应该从小学就得教授中医基础理论，人人都得学习。

中医更是无上智慧：上医治国，中医治人，下医治病。中医讲究天人合一，治病也治心。

道医、蒙医、苗医、佛医等都是中医，中医讲究的是山医命相卜

第二：如果得了慢性疾病或者疑难杂症，更得靠自学中医，核心不是技术，是自己因为自学而掌握了某种习惯并坚持下去，只有坚持下去才对病情真正有效

第三：中医没问题，德行越高医术越高。

现在是中药材出了问题，中医医生出了问题，上层的中医体系指导方针出了问题，大众对中医的认知和接受度出了问题

第四：饮食要根据自身情况定，大部分人不适合经常吃生冷食物、垃圾食品、多糖的食物包括饮料、不应季的食物，尽量保持饥饿感，饿了才去吃，才会激活体内的巨噬细胞。

夜晚尽量不要吃宵夜，那是吃鬼食。动植物都是饿了才去吃，吃饱了多一样东西都不要。胖人没几个健康的，没几个长寿的，每个人这辈子吃的饭总量是一定的，早吃完早走

第五：睡觉。睡觉是身体最好的补药，只有在休息时身体才开始修复。动物最喜欢的事就是睡觉，没事就躺。尽量每天在 11 点之前睡觉，如果白天睡得久晚上晚入眠也正常。

遵循的大原则是困了就睡，不是到了睡觉点睡觉，不困就醒着，醒着就做醒着的事，不存在失眠，猫猫狗狗花花草草婴幼儿不可能失眠

第六：自学中医的方法。自己生病+熟读《金匱要略》《黄帝内经》《伤寒论》《中医基础理论》《千金方》，这几本书对于普通人够用了，而且只有自己生病了才会重视中医，才会见效快，也就身体健康的人多数不信中医，更不可能自学中医

3.3.1 颈椎病和精神内耗的关系

颈椎病非常容易引起各种精神内耗：焦虑症、躯体化症、心脏神经官能症、惊恐症等。原因是但凡肩颈胸开始紧张，呼吸就开始受影响，就可能会引起濒死感，颈椎病最容易引起胸椎胸腔脖子肩胛骨问题，这些都容易引起呼吸问题。

只要放松下来，症状马上缓解

颈椎病的康复，需要的对症下药+专业指导+耐心这三项。

第一：耐心，每天必须坚持，动物都没有颈椎问题，婴幼儿都不会有颈椎问题，只有长大之后的人类有颈椎病。

每天坚持，至少坚持三五年，把这件事当做跟吃饭一样的大事，形成自己的下意识潜意识

第二：颈椎病包括颈型颈椎病，神经根型颈椎病，脊髓型颈椎病，椎动脉型颈椎病，交感神经型颈椎病，食道型颈椎病。

根据症状要找出自己到底具体哪里出了问题，比如斜角肌、斜方肌、弯腰驼背、脖子前倾、脊柱侧弯、骨盆前倾等对照视频挨个落实

第三：必须参考正规医生的建议，看流量最高评论最好的博主视频，观看并学习婴幼儿的各种姿势。

3.4 性

3.4.1 性资源

兽性里最难控制的是性，这是本性，也因此人类顶层设计里把性作为核心资源以实现社会稳定有序，家庭、婚姻、爱情、青楼妓院、联姻等，统一都是对性资源利用的一种方式；

且性是最不懂得保持距离的一种交流关系，正好可以利用这一点设计出让人类最难过的关：情关。

最不懂得保持距离也就最容易精神内耗，内耗了就没有足够精力和智慧造反

人类食色性也，性爱跟吃饭一样，饿了就想吃。

人类的顶层设计是得让大家解决温饱问题，不为温饱发愁，但也不能吃太饱；同样对性爱的管控也是如此，得让绝大部分人解决性爱的基本温饱，但也不能轻松获得，比如有彩礼、婚房、婚车等概念的推动。

尤其不能轻松获取更多性资源，比如根据社会整体的男女比例，设置夫妻人数匹配机制，根据人类最容易性冲动的年纪设置结婚年纪；保持适当的

扫黄行动，包括对政治、资本、宗教文化这三个管理阶级在性爱方面的包容度，要大于经济犯罪等问题，也是拿捏管控男人和精英主义阶层的核心手段。

从这个环节的设定上，没多少人可以逃过制裁，整体上采取的是睁一只眼闭一只眼的政策，必要时刻才会拿出来

3.4.2 性教育

第一：性教育必须当做教育体系很重要的一部分，要从小就开始灌输，越遮遮掩掩越会增加问题，大方的面对这一现实

第二：保护自己。性器官是最容易脏最容易病的地方，需要学会清洁护理和保护措施，尤其是九离紫火到来，中女走向历史舞台中央，不正当的婚姻关系、单身主义会越来越普遍，甚至国家也开始鼓励不婚生育的孩子也是合法的，妇科疾病只会越来越多成为社会普遍现象

第三：其中最需要保护的是小孩子，尤其是小女生，小时候很容易被性侵，被表哥堂哥被邻居被老师被后爸甚至被亲爸，阴影和痛苦通常会带一辈子。

把孩子跟父亲扔到荒岛上亲爹百分百都会变禽兽，还有部分男的是看中离异女性的女儿才会和这个离异女性结婚，男人过了三十岁没几个正经的，买点零食就能搞定你家姑娘。

有部分恋爱脑对女儿被骚扰的事实选择视而不见或者协助隐瞒，不少母亲居然说怕孩子缺乏父爱而再婚，二蛋！

起了这个念，你们母女这辈子很难好，自己当妈又当爹也不能有这种弱智行为。

请务必保护好小时候的闺女，多陪伴，并不断提醒不能跟其他男孩或男人独处；性教育是必修课，正儿八经的大事。

夫妻俩从各自角度共同出谋划策，由母亲对女儿传授：如果发现有人侵犯女儿，必须报警，过了诉讼期或证据消失后就晚了，你敢纵容软弱一次就给了对方无数次伤害你女儿的机会，他只要有机会还会去侵犯其他女孩子，必须带孩子远离那个畜生一辈子不见；创伤后的疗愈会很漫长，但必须做。

不断重复的告诉孩子人生的本质，人性的本质，情感的本质，身体的本质，并不断鼓励她大胆前行体验生命，遇到什么父母拼了命都会一直守护

第四：戒色和邪淫。

人不是要戒色是戒掉邪淫，人类食色性也，你戒色的目的是什么，要不你试一下戒食，也就是绝食，肯定不合理；太监戒色了，然后呢，他们是你想要的样子？

正常的年轻人、正常的夫妻有需求，让他们注意安全倒可以理解，戒掉啥意思？离婚？

邪淫是年轻人的误区，以为找到了成年人的快乐，以为年轻无极限，每天撸每天约泡泡每天嫖看到异性就想出轨，现在腰酸背疼阳痿早泄。

耗散自己的肾精肾气肾元，肾精能再生肾元能再固，但唯独肾气，那俩肾跟煤气罐一样，气就那么多，用完你就走了；

邪淫的人不仅在透支健康，还在透支运气，他们不知道健康才是最大的，他们更不知道人的成功主要靠运气，有多少牛的一塌糊涂的人犯了邪淫而葬送了自己的一切。

凡事不能过度，过度了定会伤人伤己，给年轻人讲再多大道理也对抗不了本能的力量，我们需要做的就是对其不断教育不断提醒+让其撞南墙出点事

第三章：相之三修

根据人为设计出来的众生相，对于大多数人需要经过三步来修正，先破相，再断相，最后正相。如果能做到经常练习这三个环节，那就有可能迎来自己的机缘：无相。前三个环节需要修，最后一个无相是一刹那的机缘，破相-断相-正相-无相

1. 破相

第一步需要先看清楚众生相的真相，真相就是所有众生相都是假的，都是假相，凡所有相皆是虚妄，这是个局，是个坑，是个陷阱。

只借假修真，而不是当真不是较真，不是执着，是放下

大多数人活一辈子也不知道自己为啥会说话，为啥得上学，为啥得挣钱，为啥得结婚生子，为啥世界上有坏人坏人？为啥历史周而复始？为啥众生皆苦？...

只有看清了才会知道下一步怎么走怎么活，才会知道什么才是自己真正想要的，什么是自己不想要的。不管任何地点，任何事情，任何人，最核心的评判标准是你的能量是增加还是减少

以夫妻相为例，如何破？

第一：见天地，格物致知。花草树木、猫猫狗狗、婴幼儿、悟道级强者、自己回到原始阶段、现在自己出生时扔到狼窝里让把自己养大，有夫妻吗？不存在

第二：站在人类历史整个尺度上看。

6000 年来夫妻的形式一直在变化，原始阶段任何一对异性都可以做夫妻，做夫妻一次、一天、一个月；5000 年前母系社会女人有十几个几十个老公；上下五千年里皇帝可以三千个媳妇员外三百个媳妇普通百姓有钱的可以三妻四妾，民国时期讲究亲上加亲都是表哥表妹结婚，到了父母那代一夫一妻不离婚；到了现在开始有了自由恋爱，不离婚变得不正常...

第三：婚姻就是假的，是为了社会稳定有序，是社会保障体系的环节设计，不是为了你的幸福设计。有了夫妻相，你会消费；你会不懂保持距离而内耗就没有足够精力去他耗就是造反去影响社会稳定有序；你会有软肋；你会在最冲动的年纪被爱情被家庭转移掉大部分注意力；你不再是一个人是家庭为单位减少社会管理成本，你会有上一辈下一辈的君君臣臣父父子子的秩序概念等等...

第四：如果夫妻关系让你长期处于能量消耗状态，你就得醒了，这事肯定不对。如果还把夫妻当成真的，就是继续执着这件事，越执着彼此间的能量消耗就越多，认识到是陷阱了，你还跳吗？还接着内耗吗？如果是，那就活该，神经病。

如果在未来结婚违法，每个人配一个人工智能仿生人组成家庭，只要能延续人类文明，能继续消费，生孩子也不用自己痛苦，社会一定允许，你还把夫妻把爱情当真？

其他所有众生相按照这个逻辑公式套进去，都能破！

破相就是认识到自己的大脑是被编程、为什么被编程、如何被编程的过程，意识到能量正在被哪些东西消耗

2. 断相

断舍离。但凡是让你不舒服的地方，事情，人，那就是错的，对也是错的。想办法进行断、舍、离，不能让自己的能量继续减少。

比如夫妻相，如何断相？要断舍离掉让彼此能量消耗的任何动作

第一：比如因为说话多导致经常吵架，那就止语，少说话，少刷存在感，过日子就是陪伴，就是安安静静，就是平平淡淡

第二：如果对方发火，你别回应，或者离开现场

第三：从内心深处认为不能跟他一般见识。因为你知道夫妻是假相，你爱人没有醒悟他不知道，他这时就是一条被驯化的狗，你肯定比不会跟狗一般见识，跟狗吵架，跟狗解释断相就是给自己以前的大脑程序格式化的过程，能量不再被消耗

3. 正相

保持能给自身带来能量的正知正觉正念，把以前的杂念覆盖消磨掉，让自己大脑的下意识和肌肉的潜意识变成，经过刻意练习的正知正觉正念

比如夫妻相，如何正相？

第一：夫妻相是假的，要借假修真，不能把假的当真较真儿，只是体验婚姻带来的价值即可，价值是实在的，其他念头全是假的

第二：结婚的目的不是为了彼此消耗

第三：夫妻的存在是为了对方越来越好，是成就对方

第四：降维相处。

对方把你当人，你就把自己当神，你把自己当人，就把对方当狗；神跟人，人跟狗，不会一般见识

正相就是自己给自己大脑编程的过程，能量回升，没有诀窍，就是找到适合自己的理念，不断刻意练习，直至形成新的下意识和前=潜意识为止

无相

无相是天道，是悟道后的状态。

是一刹那的机缘，不是刻意求来，基础一定是需要前三步的积累。

无相之后，就是没有夫妻相，可以像佛陀那样，像弘一法师那样，抛妻弃子，无相到极致完全在局之外；

也可以像庄子像小镇舍长那样，肉体的自己好好体验人为发明的如此丰富多彩的方方面面，看着自己结婚，看着自己吵架生气，真正的自己在局之外

第四章.出奇+极端

做人极端不好，做事不极端不好；夹着肛门做人，露着胸毛做事。

守正出奇，基础是守正，做人和做事的基本功；出奇就是不按套路虎牌，不循规蹈矩，甚至是违法，因为很多伟大都是从“违法”干起来的。

反者道之动，弱者道之用。

出奇到极致就是极端，很多事情想不通搞不定时，用极端的思维最容易破局

1.人类历史尺度和宇宙尺度法

遇到过不去的坎，打不开的心结，搞不定的难题时，可以把自己的视野从当下跳出，站在整个人类历史尺度的横轴上思考问题，或者整个宇宙尺度的纵轴上思考问题。

比如生死相。

站在人类历史尺度上，死亡不可怕，所有人都死了，现在地球上活着的80 亿人也都会死，目前也都正在走向死亡，首富也得死，皇帝也得死，以后出生的所有人一个也活不了，都得死；

而且任何人死了对人类历史没有一点影响，对这个世界没有一点影响，你身边的所有人也只是感慨一下，实际上啥事没有，该吃饭吃饭，该睡觉睡觉，哭完你扭头去蹦迪的亲人多了去了；如果站在宇宙尺度上，太阳狗屁不是，地球还没宇宙的一颗灰尘大，你算老几，你做的事算啥，你遇到的所有困难算啥；

遇到事情不要站在坑里，要站在山上，站到云端，站在宇宙；而且宇宙就在那里，是绝对空间，宇宙不会放弃任何东西，在宇宙内出生的你，死了也会回到宇宙，也就是跟没有生死，你怕死啥？不怕死的生物最难管，怕死的生物最易管，恐惧这个情绪是驯化而来

比如夫妻相。

上面讲过了站在整个人类历史的不同历史时期，所对应的夫妻形式和内容完全不同，夫妻的真相一下子豁然开朗

比如唯心主义和唯物主义。在盛世，唯物主义盛行；在乱世，唯心主义盛行。因为盛世要的是稳定，唯心主义的人不稳定不好管；乱世要的是破局之道，乱就乱到极致，才能乱出一个新世界。唯心主义不就是心法，心法不就是精神胜利法，精神出了问题不用精神胜利法怎么胜利？

凡人怎么跟神斗？只有魔法才能打败魔法。精神内耗就是耗神。

人生而神灵，你有神性灵性，精神内耗时神神叨叨很正常。孤阴不生孤阳不长，唯物唯心都需要，别有分别心，更别断对错，有用你就用，务实和

务虚缺一不可。以上这种阴阳思维，不会让你陷入我执，是一个人真正成熟的表现之一

2.参照物法

参考物法就是格物致知，遇到事情不要陷在自己的坑里，从坑里跳出来找参照物，因为天地与我共生，万物与我唯一。

找的参照物是没有被人类思维污染的、人类思维污染不了的、人类思维教不了的；

比如花草树木、猫猫狗狗、婴幼儿、悟道级强者。

他们秉承的是天道，是强者思维，是解决问题的钥匙。

而人类思维就是弱者思维，三维思维是三维空间内问题产生的根源，再用人类思维这样的三维内的思维解决人类问题，只会越解决问题越多

上面讲述最多的就是天道和人道的众生相，每个天道和众生相都是参考天地、花草树木、猫猫狗狗、婴幼儿、悟道级强者，最后得出的结论都一模一样，这是法门。

以婴幼儿为参照物，如何解决精神内耗问题：

小孩子不会因为学走路磕到无数次而精神内耗，不会因好奇吃到了屎而精神内耗。

换成现在的你才开始学习走路，磕到一次你就受不了：耶，我咋会绊倒？我怎么连走路都学不会？啊 啊，我不活了；

更别说现在让你吃到了屎，估计当场就把自己恶心死了。

话再说回来，如果你遇到的精神内耗问题发生在小孩身上，他一丁点事都没有；

人的肉体小时候会发育，会经历绊倒和吃屎；

人的精神在成年后也会发育，也会经历精神世界的绊倒和吃屎而已。回到无的状态，回到空的状态，像孩子发育自己的身体一样，发育自己的精神

小孩子学会走路之前天天磕，连磕几个月，但学会走路的那天就搂不住了。

做其他事情也一样，想要开悟也一样，你得先渐悟最后顿悟；抑郁焦虑等内耗就是渐悟的过程渐悟的土壤，不要害怕不要排斥，小孩子没一个害怕会磕倒，磕倒的过程就是雄起的过程；

小孩子也没有起要学会走路的这个念，爬、起、倒、再起、再倒、再起，玩的就是这个过程，突然一下子会走路了，然后就又开始跑、倒、再起、再跑、再倒、我再起，就起飞；

允许和接受自己磕倒，允许和接受自己内耗，顺着它感受它体验它，锻炼身体肌肉越酸痛越强壮，酸痛的感觉回想起来好爽，享受酸痛、享受磕倒、享受抑郁。

3.觉察法

第一：看见了河流，你已在河之外；看见了情绪，你已在情绪之外；看见了人类世界的真相，你已在人类世界之上。跳出三界外，不在五行中

第二：人类世界就是幕后的人在操控和设计，所以必须学会幕后视角看问题

第三：用针扎你，你的身体疼，你知道你的身体疼的这个知道，就是觉察

第四：道德之上无道德，规则之上无规则

情绪之上无情绪，情感之上无情感

时代之上无时代，时间之上无时间

文字之上无文字，知识之上无知识

人类之上无人类，我之上无我

第五：包括上述的人类历史尺度法、宇宙尺度法、参照物法，也都属于觉察法的范畴

第六：比如夫妻相，当你刚恋爱时，就要把这一生用觉察法瞬间陪她过完，觉察到你们会恋爱、见父母、异地、结婚、生孩子、事业发展问题、出轨问题、原生家庭问题、朋友问题、旅游问题、过日子谁洗衣谁做饭问题、退休等等，提前如何应对，是否幸福；

比如上大学，刚进大学校门，就要把这四年用觉察法瞬间过完，参加学生会、班级活动、学习、业余时间、社会实践、假期安排、恋爱、宿舍情谊、大学创业、毕业实习就业等，开学都在同一起跑线，毕业时你在最前面；

比如看电影，要觉察到背后是这么拍摄那些画面、导演如何选角、演员片酬、融资、宣发、广电审核等

4. 矫枉过正法

4.1 不破不立，小破小立，大破大立

第一：矫枉必须过正，越是在人生低谷越要趁机做以前不敢做的事，都已经谷底了还能咋第一。

第二：你敢破，就把困住你的原有磁场打破了，开始建立自我磁场，有了自我磁场就会产生吸引，吸引同频的吸引你想要的，勇敢就来了，自信就来了，好运就来了

第三：比如，你不敢追那个女孩？现在就去对她大声喊出来：我要追你求你追求你；不敢创业？搞，摆个摊也行，网上倒卖点东西也行，干起来再说，逼着自己动；不敢跟别人说不？现在就过去指着他鼻子说：不行就是不行

第四：矫枉就是破以往，过正就是大破大立，就是重生。哪个国家不是先覆灭再重建，哪个人不是先涅槃再重生，经济发展哪个不是先污染后治理，自身强大哪个不是先经历痛苦再知道爱惜自己强大自己

4.2 极端

第一：做事极端一点正符合当下的天道，天人合一的机会到了。现在的天气是不是越来越极端，同步起来，你要跟天一样极端起来，不然就是逆天而

第二：极端的痛苦才会觉醒，极端的个人才会成事，极端的天道才会净化修正世界

第三：极端不是让你犯法，而是偏执是执着是笃定，是突破常规，是修正。只有极端才能在此次大变局中完成蜕变；循规蹈矩即使你以前是首富也会被历史抛弃，这些老家伙都过时了，抱着老经验老思想不放，看看现在好多有钱人有名的人有权的人是不是都完犊子

整个世界的政治格局、经济形势行业走势、思想文化都将发生巨大变化，旧秩序旧思想旧规则都会土崩瓦解，这是机会，满眼望去都是机会。人类本就是极端的存在，每个人都是一个极端的个体。哪个伟大的科学家哲学家企业家政治家不是偏执狂，所有的伟大都是从“违法”干起，极端才能成为自己成就自己。

极端的研究科技才有了遥遥领先的华为，极端的研究哲学才能突破人类思维，循规蹈矩迷信权威能干出点啥

这个世界需要循规蹈矩，也需要极端，尤其是在混乱的变革时代，只有极端才能成事，极端的天气才能造出地球上的奇迹，极光才会美出天际，狂风暴雨才可能会让日本沉没，极端的人类才有可能超越人类

4.3 极致

第一：矫枉过正就是把一件是做到极致，极致就不在原有规则之内，所有的突破、创新、伟大，都不在规则之内。

第二：事业方面：先熟悉规则，然后学会在规则边缘灰色地带跳舞，你做的事大家总觉得不太对，但规则又没有明令禁止，拿你没办法，你在规则之上，你的成长将几何倍数的异于常人。

第三：灵魂方面：要抑郁就抑郁到极致，要焦虑就焦虑到极致，顺着它发泄出来发泄到极致，别温水煮青蛙…

既然导致思虑过多，那就使劲想，没有任何规则限制的什么都想一遍想无数遍，天天的啥都想过了也想了那么久，你就烦了，腻了

5. 自我为中心法

第一：大地在你脚下就是被用来踩的，整个地球都被你踩在脚下，地球上的事有一个踩一个，有多少踩多少

第二：你遇到的一切都是你自己筛选后的结果，钥匙在你手中，你遇到的一切发生的一切都是围绕你展开，你不是中心是什么。你死一个试试？这些都不会发生。我生一切在，我灭一切灭

第三：只要让你不舒服就是错的，对也是错的

第四：我是自己人生绝对主角，唯一主角，所有人和事的存在，他们的命，是为了助我

6. 彻底躺平法

第一：一切皆可怎么第一！

我就窝囊怎么滴？

就说错话了滴？

就得罪人了怎么滴？

就失败了怎么滴？你们能怎么第一！年轻老是迷茫怎么办？

不迷茫还是年轻人？老了怎么办？老了就死啊还能怎么办！

第二：以放下的心态拿起来。

上班就是为了离职，演讲就是为了丢人，面试就是为了失败，或者就是为了死。

第三：用死解决死，魔法打败魔法。

死亡一种工具，是一种解决问题的终极方法，至少告诉你遇到任何问题永远都有方式方法，终极方法就是大不了死！

比如惊恐症发作时，自己感觉到无法呼吸，那种无以言表的濒死感，有时一天得濒死几十次，是最难受最恐惧的精神内耗之一，但每次又死不掉。那就转念：弄死我啊，我就不活了，来吧，弄不死我你就是孬种，就是怂货，就是手下败将。

最后你会发现，所有的惊恐来源都是手下败将

比如被附体，第一步你要意识到你有灵魂，第二步要意识到附体在你身上的在你灵魂不死的前提下永远是千年老二，第三步要意识到你的真我灵魂可以杀死自己的肉体，让附体的灵魂消散，你掌握着他的生死大权，大不了一起死。要么臣服于我，要么从我身上滚蛋

第四：松弛感、自然力，就是生命力，能带来松弛感、自然力、生命力的绝对躺平的语言体系：

“我什么都不要了”

“无所谓”

“关我屁事”

“关你屁事”

“爱咋滴咋滴”

“有本事弄死我”

第五章.常见内耗概念 破！

1.精神内耗 破！

精神殖民时代

殖民主义 500 年了从未消除，从最开始的肉体殖民，到现在的资本殖民，马上准备开启精神殖民时代

第一：最大的流行病马上是精神内耗，这是人为创造的精神病毒。

情绪会传染，你哈哈大笑身边的人哪怕不知道原因也会跟着笑；

抑郁焦虑也是情绪必然会传染，现在全社会都是这种情绪，整个社会都将被精神病毒感染

第二：精神资本主义陷阱即将到来。

新的产业出现，先是发明了抑郁焦虑等等各种精神内耗的词，说这是病，利用人性下坠的力量以这些负能量文字对大众进行编程；

然后打造顶格消费主义，催化加速全民精神内耗进程，再找专家代言大学设置相关专业，最后发明各种仪器发明各种精神药物，一条龙闭环

1.1 精神内耗是被封印的智慧

所有的精神内耗都是被封印的智慧，容易精神内耗的人灵性越强。

正向引导这些智慧顺其自然破土而出就会成为高维能量。

但为了社会稳定有序，为了众生皆苦苦导能醒悟强大，就用低纬的手段把精神内耗定义成了负向的疾病，被打造成另类受排挤被孤立，必须治疗吃药必须压制，让你一直处于低纬，让你一直内耗，自己跟自己耗自己跟原生家庭耗跟爱人耗，就不会跟统治阶级耗，人类世界就会稳定有序

第一：抑郁是在进化是重生因为真正的我开始思考

第二：社恐是自我保护，因为人是万恶的伤害之源

第三：焦虑是在提醒自己活在当下，焦虑源自于未来未知，但人根本没有过去和未来，人只有当下这一刻

第四：暴躁是在提醒自己还有独立人格，只会服从和温顺最容易成为待宰羔羊

第五：敏感是直觉是悟性，越敏感直觉越准悟性越高

1.2 惊恐症 破！

第一：精神内耗这个普遍现象是当下社会造成，且百姓纳了税，社会100%有责任义务保护百姓尤其是弱者，纳入医保属正常诉求

第二：抑郁症很放松，想死；焦虑症很紧张，怕死

第三：这俩内耗情况可能会作为孪生同时发生

**第四：最令人痛苦的是惊恐症，焦虑到极致就会引发惊恐，躯体化症状
破解方法：**

第一：允许它发生，允许自己带着症状生活

第二：这个念头不是你，是假的，是设计好的坑，陷阱

第三：天地与我共生万物与我唯一，我是花我是树我不是人我不会思考

第四：惊恐也是我的情绪，我的每个情绪都很重要

第五：找到让自己放松的环境、动作。比如颈椎病紧张引起，那就放松颈椎，比如去医院急救室门口坐一会；比如憋气、跑步、冲澡

第六：蔑视。反复发作无数次，濒死无数次，但结果是每次都没死，引发惊恐的就是废物，是手下败将，怂货怂包，下次就等着它来，有种来啊，弄死我啊

1.3 抑郁 破！

第一：抑郁是身体自救信号，挺过去就能看清世界更看清自己，看清楚这就是不得不做的局，不得不设置的陷阱，不得不挖的坑，抑郁的念头不是你，是被编程后的假我的大脑的念头，是假象。

总之一切发生皆有利于我

第二：抑郁期间的人不自然流露出的是智慧：不爱说话、不爱与人接触、不爱出门、不爱工作。

语言都是假的，不爱说话就对了，开口神气散不利于身体健康；

不爱跟人接触就对了，被驯化成人类之后人类变得很恶心很贱很危险，尤其是最亲近的人，是你的伤害之源；

不爱工作就对了，本来原始阶段一百万年里都不用工作，工作只是为了混口饭吃

第三：抑郁时会这样就说明人类本该如此。

抑郁时思维最有机会跳出人类思维范畴跳出三维空间，抑郁时不关注外在开始关注自己，向内求才开始回归本源，才是人生真正的开始

第四：抑郁想不开的朋友，你不能滥杀无辜。

你想结束的是痛苦，不是生命，对吗？生命是无辜的；你的过去想杀了你，不是未来，对吗？未来是无辜的；你的精神在内耗你，不是身体，对吗？

你身体的无数个器官和细胞，无怨无悔一心一意哪怕牺牲自己，也要护你周全，对吗？身体是无辜的

第五：你的精神强大到可以让身体跪下，可以让身体变成尸体，你动动念就可以让痛苦灰飞烟灭：精神内耗就凭你跟我斗？

我可以弄死你跟你同归于尽，但你弄不死我只能让我痛苦，要么臣服我要么滚蛋，不然弄死你

第六：抑郁咋啦！谁还没抑郁过！就抑郁咋第一！

太阳到了升起时就升起，一天就落下了；你到了上幼儿园年纪就去上学，三年就毕业了；你感冒了就难受，七天就好了。

太阳升起时你抑郁了吗？幼儿上学时抑郁了吗？感冒难受时你抑郁了吗？没！那到了该抑郁的时间体验个几年不就完啦，你是体验不了抑郁这个事实而产生了额外的抑郁情绪，接受不了抑郁而抑郁，你是在用抑郁对抗抑郁，你必须觉察到这一点。

抑郁是正常的你能自愈，就像太阳会升起是事实但它自动会落下，上学是事实但你自然会毕业，感冒是事实你会自动痊愈。而不是觉得抑郁了就不正常，更不是不会结束，一切都是设定好的正常事实，你本自具足你能搞定！

第七：如果老天跟你一样，天天死去活来的，抑郁甚至自杀。

大早上睁开眼一看：天没了…要是万物都跟你一样，别说老天，宇宙早没了。

能蒙住自己眼睛的只有自己，活着就是意义本身，你在骑驴找驴，你一头活驴，怎么能跟死驴一样又瞎又聋；存在就是存在，发生就是发生，活着就是活着。

你最嫌弃觉得最没意义的对别人可能就是活着最大的快乐。

你就是一坨屎，也有屎壳螂最爱你，歪脖子树咋啦，狗尾巴草咋啦，蛆咋啦；没心没肺的肯定自己。

你要睡不着就不睡，说你丑是他眼瞎，没提拔你是公司损失，你的一切才是你世界里唯一意义，神明都不能来亵渎

第八：所有的精神内耗什么抑郁焦虑等等，就是一种思想活动，我活动活动咋啦？

你的精神世界完全是自己的，也就是在自己家我想干嘛干嘛，想抑郁就抑郁，想焦虑就焦虑；精神世界就是精神宇宙，这么大地方出现啥不正常，任何一种思想活动都正常，我抑郁焦虑算个屁，我是神经病都正常

第九：痛苦的过程总感觉很漫长，再漫长也只是个过程，做人做事重复是天道，断断续续是天道，有过程是天道。

吃饭呼吸拉屎、刮风下雨日升日落月圆月缺哪件事不需要过程，哪件事不重复，哪件事不是断断续续；

抑郁焦虑内耗了怎么可能一下子就好？康复之前怎么可能不存在反反复复断断续续？

还有其他事情也一样，比如事业哪可能一直赚钱？要允许自己反反复复，允许自己断断续续，允许自己体验整个过程。

从出生就注定了要死，生死之间就是个过程，不允许有过程不允许每天重复，那你出生时直接死了算啦

第十：屎尿屁和饭水空气一样重要。

你所有的情绪都很重要，好情绪很重要，坏情绪也很重要；

你所有的特点都很重要，优点很重要，缺点也很重要；

你所有的经历都很重要，对很重要，错也很重要，得到很重要，失去也很重要；

你遇到的所有人都很重要，善缘很重要，孽缘也很重要。

我是一切的根源，一切发生必有利于我

2.伤害 破！

在原始阶段的篇章里讲过伤害是天道；混乱阶段里这个世界设计的游戏就是伤害你，伤害更是人道。所以别人伤害你，你伤害别人，天经地义！人生而伤害或被伤，矫情啥

2.1 你为什么会被欺负？

狗为什么吃屎，因为散发着屎味儿；

你为什么被人欺负，因为你散发着弱者气息

第一：要跟谁都敢翻脸，但凡让你不爽，加倍还他。

世界上 99.99%的人你都得罪得起，剩下的你得罪不起的 0.01%，你根本碰不到

第二：人在底层必须有虎狼之气，要有匪气。

只有到达一定高度自然会优雅知性；穷人需要狂野一点，优雅谦卑是有钱之后才配做的事。只有强者才能止戈为武，柔弱是你变强之后的选择

第三：单纯的柔弱心软和不好意思只会杀死自己。

理性的薄情和无情才是生存利器，因为柔弱心软就是软弱，软弱就是无能，破窗效应之下，全世界都会认为你可以被欺负

第四：金刚怒目也是修行，反抗攻击代表着磅礴的生命力。

你不向外攻击就一定会向内攻击；向外攻击，你的生命力越磅礴，向内攻击天天干自己，你会越来越弱，赶着去死啊

第五：你要是弱，就别说话少说话。

不说话之前没人敢惹你，不了解你之前没人敢惹你，你被人欺负完全是自己吸引来的

第六：以前总以为我对别人好，别人就会对我好，经历了数次人性背叛，我开始反击，反击了一次，我尝到了反抗的快感，与天都与地斗与人斗其乐无穷，斗争这是我人生最大的乐趣之一。

后来的我，变得对好人更好，对坏人更坏

2.2 伤害往往都是故意的

“我直肠子、说话直，你别介意”，是不是经常遇到这种人？

第一：我不信你是直肠子，把肚子刨开我看看直不直。

直肠在哪？挨着肛门呢，直肠的作用是让粪便排出，也就是你在对我喷屎

第二：这种人就是看不起你，已经在内心计算好了成本，伤害你的代价他能承受，形成的下意识伤害。

不信你让他跟他领导跟他老板说话试试，跟省长说话跟首富说话试试

第三：但凡敢在我面前性子直的，我一定比他还直，我全身都是直肠子！我啥都没有，就屎多，喷死你

第四：除了被动对抗，更要主动变强，强大到自造世界，一个没人可以伤害到你的世界

第五：不在意任何一个人看法又怎样？

都得罪完又咋啦？他们为什么敢伤害你？你的痛苦都是身边人带来的，看不起你的都是身边的人，最容易嫉妒你的都是身边的人，最见不得你好的都是身边的人，你还对身边的人这么仁慈？

第六：你一辈子能认识的人加起来一般也就几千个人。

多的也就几万人，几万这个数字对于一个城市一个国家完全忽略不计，每天国家平均死亡三万人左右，也就是你活了一辈子认识的人，一上午就干没了。

全没了也就全没了。对这个世界一点影响都没有，你在意的所有人只是一场虚无

第七：你世界里的一切都是围绕你展开的发生。

以自己为中心是天道，所有人注定都是过客，所有人的命就是离你而去，跟任何人刚认识，你们的关系就进入了倒计时

2.3 被人伤害过阴影一直挥不去咋办？

第一：他说你一句你难受一天，相当于他说了你一天，他伤害了你一次你难受几十年，相当于他伤害了几十年，他也只是在那一刻伤害了你，中间他没再当面伤害你吧，那你这个伤害和难受是因为你想出来的，人家干你一次，你干自己无数次，你是个狠人，狠人在地球上可都活的可滋润，你狠错地方了，方向反了。

但起码能证明你是个狠人是能成功的人，想通这一点你前途无量

第二：谁没被人伤害过，谁没伤害过人，打平！

只专注强大自己，现在伤害过你的人都没你过得好，就是对他最大的报复。否则你越走不出来，混的越差，且又给了他们继续嘲笑你伤害你的机会，那你不是活该，你只有越强大欺负你的人越少

第三：大部分伤害你的人一辈子不再会见到，你也可以想办法一辈子见不到，一辈子见不到不就是跟死了一样，你跟死人计较啥？

第四：出一个恶心的方法看能不恶心能让你恶心好：

过去的伤痛好比是拉出去的屎，回不来、放得下、随他去、化能量。

拉出去的屎不能原路返回吧，是不是很自然的分解，化为宇宙的能量来源。总不可能有人把自己拉的屎再吃回去，也可能有人把拉出去的屎小心翼翼的存放起来吧，找个格子间，一个格子放一顿的，每个格子编好日期，生怕他坏掉，这是我的屎，我的，我要好好待它。

没人这么变态对自己的屎产生感情吧

放不下往事的人，就像浑身涂满了屎一样，恶心自己，恶心别人，也恶心了屎。

屎的命运就是要走的，就是要化为能量的，多正能量积极的屎，你还没你的屎积极。往事要随风的，是要化为人生前进之路上的的营养。

放不下往事的你，屎与你同在，阿们、阿弥陀佛、福生无量天尊...

2.4 被人故意冤枉怎么办？

太正常了，尤其是你稍微优秀那么一点就会招到是非，比如长得漂亮、受领导器重、工作突出业绩优秀，甚至你没有任何优点也会有人看你不顺眼

第一：冤枉你的人比你还知道你有多冤枉。

很多人会选择去自证清白，拿捏的就是你这种老实固执之人，这种人最容易陷入自证陷阱。

让子弹飞很多人都看过，六子被冤枉吃了两碗河粉，为了自证清白切腹死了

第二：如果有人冤枉你偷吃了他的东西，就挖出他的眼睛，吃到肚子里，让他亲自去看看。

人活着就要做一个有锋芒的善良人。

遇强则强，遇善则善，遇恶则恶，得比她还恶，该翻脸时就翻脸

第三：以妥协求和平和平亡，以斗争求和平和平存。

只有斗争才会让自己强大，只有斗争才会让敌人退却。

遇到这类事情，思路不要放在害怕、妥协、自证清白上，这些都是对方拿捏你的原因，你要是退缩了，有打不起还躲不起的思想时正合了小人心意，巴不得你赶紧离开呢！

但是凭什么是你离开呢？你被人冤枉不说最后还灰溜溜的走掉！

佛争一炷香，人争一口气，必须要把思路放在斗争上，干他！

具体怎么干？

第一：硬干，比如骂人，虽不道德但不犯法，朝死里骂，要具备泼妇的潜质，骂出整条街都是老娘的气势，一般人绝不敢再惹你

第二：阳谋：比如你要反过来袒护他，说你们俩的关系是最好的啊，还要装作很惊讶不相信是他说的。还要大声说出去，尽量让所有人都知道

第三：阴谋：你也故意冤枉他啊，在组织内制造点舆论还不简单，借别人的嘴办自己的事。借刀杀人、斗争传播学这俩组合拳百试不爽，传播的舆论要尽量炸裂，炸裂到足以干掉他

第四：提升自我修为，要对自己藏拙和自嘲，对小人敬而远之、删除拉黑。总之，避免更多的污蔑来袭才是长久之道

2.5 被语言伤害时的处理方法

当陌生人用语言伤害你时，内心不接应，就不可能伤到你，所有恶念也都将原路返回...

第一：你对着高山喊一嗓子，空谷回音连绵不断，你肯定会多喊上几嗓子；在地下车库或者新房子里唱歌有回音，就想多唱。

原理就是有接应后变得好玩儿，纯粹就是玩，你停他就停

第二：比如被网暴，只要你内心接应了这茬，打开了口子，对方就开始变得有闲事干，你越回应对方越来劲甚至为了赢图个嘴痛快开始夸大开始造谣，你内心开的本来是个小口子会直至决堤，心理防线全线崩溃，唾沫星子最后把你淹死。

实际上伤害你的人就是闲得蛋疼来玩的，伤害你的人里没有一个人当真，只有你当真了

第三：想要内心强大就要有内核，坚硬无比的屏蔽力，几句垃圾话不就是放屁不就是空气，能对你有啥伤害！

能困住自己的只有自己的心，内心接应什么，你的世界想显化成什么，宇宙只运行你的心

2.6 能真正伤害自己的只有自己

第一：花草树木猫猫狗狗婴幼儿悟道级强者，谁能伤害道他们的心？

狗被另一只狗伤害了，几年过去，狗不会还想着谁伤害了它，不会气的自己咬牙切齿，天天难受

第二：这件事在发生的那一刻就已经结束，但你内心拿着它记着它缠着它，这个事跟你就不会结束，这个人跟你不会结束。

你也就没精力没时间没机会体验生命的美好。生命有限，结果是我体验了几十年美好，你体验了几十年伤害

第三：如果伤害你的人本身就那个尿性，你放心，自会有人收拾他，老天也会收了他，收不了他，三代以内也必出大事，跑不了。

周围的人怎么看你回应是他们的事，爱咋看咋看，而且他们都等着看你的笑话看你的热闹，看热闹从来不嫌事大。

俄乌战争打的越狠你聊的越嗨，隔壁邻居出的事越大你越幸灾乐祸，你活着是为了给别人当笑话？

第四：全是被编程的的那个假我的大脑的记忆，记住了这次伤害，这个念头不是你，是假的，你的真我你的灵魂你的心能放下，能断舍离能屏蔽掉，只专注让自己越来越好。

只要不触碰你生存底线，所有发生过的事都是屎，排出去不带一点犹豫，更不带一点念想

3. 奉献 破！

3.1 爱自己就是奉献

爱自己如果有错，全世界就没有正确的事了

第一：上学时都说要爱学校，我就是学校的一份子，爱自己不就是爱学校？

第二：都说爱家庭，我就是这个家的一份子，爱自己就不是爱这个家？

第三：爱自己的身体不生病少生病，少让社会医院医生辛苦，这不就是奉献？难道全人类都使劲生病把医生累死、把社会瘫痪、把地球资源耗没是奉献？

3.2 奉献是人道，索取是天道

第一：每个人生而土匪，生而掠夺，生而索取。

你出生就从宇宙中掠夺了一个灵魂，你张口呼吸空气中的微生物就被你吞了，你吃饭就会有动物或植物这些生灵死掉，你考上大学就一定会有人考不上，你升官就会有其他人被淘汰

第二：当然奉献也是天道，呼出去的二氧化碳拉出去的屎都是奉献，但是宣传奉献不是天道是人道。

天天宣传奉献是为了掩盖少数人类欲望。

奉献是付出，欲望是索取；宇宙是平衡的，过度索取就必须过度付出，来中和以维持平衡，谁也承担不起失衡带来的灾难后果

第三：正常为了生存而索取，天然就伴随着奉献。

每个生物出生到死亡的过程是索取和奉献的动态过程。从娘胎里索取母亲，出生后索取空气食物阳光水分，也会奉献自己呼出的空气排出的废物，到死全部还回去，宇宙在不断循环中保持着平衡

第四：但自从混乱阶段的人类文明诞生后，开始额外索取功名利禄，额外索取房子车子票子...

为了生存的索取是索取，多余的都是欲望；欲望是被人为设计，随着人类欲望越来越大，索取也越来越多，所以出现了卖力的宣传要奉献，以保持平衡。谁索取的多就要奉献的多，现实是索取多的不想奉献多，就通过向社会过度宣传奉献，转移支付成本（包括孝顺），让普罗大众过度奉献提前透支来弥补他们缺失的那份

第五：如果奉献是天道还用宣传还用教？

吃饭咋没人教没人宣传，拉屎咋没人教没人宣传：大家记得拉屎哦，千万不要忘记哦...但凡需要使劲宣传的一定背离真相，一定是需要牺牲接受宣传的那些人

第六：减少欲望，屏蔽卖力宣传，做个无用之用的人，对自己是最大的用

3.3 主人翁意识

第一：主人翁意识的精髓是：这是我的！

表面的意思是你要奉献，实则是索取

第二：比如你上大学。

不是谁校长就是谁的，而是你的大学；

你交钱了大学的一切都是你的。图书馆是你的，老师是你的，同学是你的，你要用他们，使劲用他们，别客气。

你上大学不是为了尊重他们，不是来交朋友；

是利用学校里的一切主动重塑出属于自己的全新大学。

实践、实验、创业等等搞起来，不择一切手段索取到毕业时的自己价值很强大，你才是这所学校真正的主人翁

第三：比如公司上班。

那是你的公司不是老板的，你付出了心血，公司的一切资源都是你的，想尽办法不择一切手段去使用去成就自己，而不是客客气气唯唯诺诺蹑手蹑脚；

职场更不是来交朋友也没有朋友，不择一切手段索取到自己的价值越来越大，你才是这家公司真正的主人翁

第四：没有生物从出生就想着先把自己奉献掉，而是我得要、我得得到、我得成长、我得进步、我得强大。

星球是我的，宇宙是我的，天地万物都是我的；

我第一，我第一，都是我第一

3.困难/问题/失败 破！

苍生之局设计的就是让人类面对无数个困难无数个问题，既然处处是问题，每时每刻有问题，那就不存在问题，走到哪算哪，遇见啥解决啥。

所有的失败都只是经历和经验，都在丰富我的人生，不管遇到什么事永远都有方式方法！

3.1 你躲不了，因为无处可躲

人该经历的苦难，一个都少不了，就看什么时间经历，早经历是福报，晚经历只能卧槽。

第一：比如身体：年轻时经常生病，就会早早注重养生，早早学会自救，等老了还能跟老太太跳广场舞，那些老了天天轮椅天天帕金森的，年轻时生猛的很，还打拳击呢；

第二：比如感情：年轻时没被渣男渣过，中年无情又无趣，突然被其他男人温暖一下，哎呀，被感动的是家也不顾、银行卡密码都敢给对方公布。余生在悔恨中度过，渣不死你；

第三：比如事业：手里但凡有点钱一定会忍不住投资啊创业啊，年轻时没折腾这些，退休了闲的蛋疼就该接触乱七八糟的人了，套儿就在那、陷阱就在那，一辈子积蓄瞬间灰飞烟灭，爬不起来了，晚年凄凉。

第四：小时候经常被打被骂活金刚活阎罗一个，踩着地球望着太空，要是六十岁还没经历被骂，骂你一句你想不通当场喂儿屁，耶？你卷我？六十年都没人卷我，你敢卷我？

3.2 一帆风顺不是祝福，是诅咒

第一：一路顺境你就废了，再也没有机会找到自我，无法看透人性，不能提高实力。

第二：因为一个人的觉醒，1%靠别人提醒，99%靠千刀万剐。

剥皮、剜肉、抽筋、削骨，把你拥有的全部敲碎，血肉模糊，在痛苦怀疑崩溃绝望中重新长出崭新的自己；

第三：比如家逢巨大变故、身患重病、身无长物人生低谷，没有大量地狱经历+深度思考能力，你醒不了

不要试图用过来人经验就能拯救别人，每个人都有自己的南墙要撞

第四：困难算啥，是不是所有的困难都死了，就你还活着。

困难的命运只有一个：被干掉！

每次困难来的时候我都想笑，因为它脑门上写着呢：我会被干掉。

正眼瞧他算我输

3.3 我经历 我承担 我成长

第一：我特烦别人喋喋不休的给我建议给我讲大道理，你的道我不想理，我要理清自己的道，这才叫道理

第二：我的人生应该我做主、我承担、我感悟。

我愿意承担因为我年轻，我没有经历或者没有听你的道理而造成的任何后果。

我愿意承担，这就是人生的乐趣，只管体验，不怕后果，我的人生需要一些后果来丰富

第三：你吃过的饭拉出来的屎再有营养我也不想吃，饭得自己吃屎得自己拉。

你说的对不对我不知道我只是单纯的不想听，而且你讲的道理是你认为的，同一件事我经历后领悟到的不一定跟你一样，也就是你的道理即是真理对我不一定管用

第四：我不主动找你给我讲道理，我没有经历具体事情之前，给我讲再多屁用都没有。

我的世界得我主动自己来，自己体验，自己感悟。

我想要的是体验后由内心往外生发出来，自己的想法自己的道理。

要么我主动找你，要么你以身示范引导，要么闭嘴

3.4 所有经历都是人生新陈代谢

第一：都是经历和经验，没有失败没有问题没有困难，更不可能否定自己！

即使以前做了错事有过很幼稚的想法遇到过很垃圾的人，它们的存在才丰富了你，你所有的经历都只是人生的新陈代谢

第二：身体细胞换了一批又一批，身体代谢；

不同阶段有不同的想法甚至每天的想法换了一批又一批，思想代谢；

遇到的人换了一波又一波，人际关系在代谢，仅此而已

第三：没一个人会说：这些死去的细胞真差劲，屎尿屁真恶心，我得否定他们…但是没他们你就死了。老细胞的死去、每天的拉屎撒尿放屁都为身体健康。

第四：所以即使是屎一样的想法排出去代谢掉就行啦；

即使犯过天大的错修正代谢掉就行啦；即使遇到屎一样的人断舍离代谢掉就行啦…为了思想健康。谁想否定你，就把他代谢掉！

3.5 犯错 破！

第一：整个苍生之局就是认为设计的，人为为伪，都是假的都是错的，你不犯错才是大错特错，人活着注定就是不断试错的过程

第二：普通人的人生大概是设计好的，文字+数字锁死你在底层，一个底层怎么做选择不都是错的，所以大胆犯错即可

第三：是个人都会犯错。

第一次当人没经验，人会犯的所有错误大概率你都会犯，小孩会犯的、员工会犯的、男人会犯的都跑不了，失败的首富和总统都数不过来，你算老几

第四：允许自己犯错，允许自己试错，犯错后如果对方没完没了：

我就错了怎么了，你能怎么第一，我没事闲的故意犯个错玩呢怎么滴？

第五：犯错后一般先承认错误再分析原因最后提出解决方案

现在流行：改正可以但绝不认错，酷！

3.6 遇到问题的应对方向

第一：面对所有问题。

快速处理现有问题，缩短内耗时间；

就跟生病一样别拖，拖久了嘎嘣一下也说不准。

这个阶段要锻炼出解决问题的能力，遇到任何问题永远都有方式方法解决。

第二：无视部分问题。

有时候不处理也是一种处理，交给时间。

先从个别事情练起，就跟有些人跟你说话你可以选择性不回复一个意思

第三：无视所有问题。

无为，让心安定下来，意识到心本自具足，意识到这个世界上看到的一切，皆因起了心动了念，这个念投影到这个世界上的呈现出来的相。

比如：你想造原子弹了才有了它，你想搞个花园就有了花花草草，你想结婚就有了家，你想吃什么东西才有了那顿饭。

你那颗心可以造出万物。

你不看花，花对你来说就不存在，无色无我无相，一切都是虚妄都是虚相。

心中无念目中无人也是一种处理方法

4.性格 破！

你的性格没有好坏，跟着愿意肯定你的人在一起，你的人生将没有上限，跟着天天打压否定你的人在一起你的人生将没有下限

第一：敏感经过正向引导会变成洞察力，变的足智多谋，但经过负向定义就会变成多疑焦虑

第二：性格张扬经过正向引导会变成主动和自信，但经过负向定义就会变成浮躁和虚荣

第三：性格板正经过正向引导会变成沉稳，被负向定义会变成固执死板

第四：暴力冲动经过负向定义可能会变成杀人犯，但经过正向引导会变成战功赫赫的猛将。

负向定义会被打压成心理疾病引发精神内耗，积极正向引导会变成智慧
所以，亲近肯定，远离打压

5.缺点 破！

你根本没有缺点，不存在缺点，你有的只是特点。

再说一遍你就是最好的，自己要绝对肯定自己绝对喜欢自己

第一：优先就是缺点，缺点就是优点。

说你稳重也就是说你磨叽不果断，说你干练利索就是说容易急躁。

找到愿意肯定你特点的地方，找到愿意肯定你特点的人。

很多家长领导都喜欢很自私的从自己角度去评判一个人的好坏，去定义别人，而真正的高手从来都是喜欢夸别人鼓励别人

第二：如果有优缺点，你要爱护好自己的缺点，很多人正是因为所谓的缺点才成就了自己。

最强大脑看过吧，很多天才小孩有某种缺陷，节目组带他们去治好后反而自己的天赋也消失了

第三：如果有优缺点，这俩对立面的存在是为了让你是个个人。因为只把你所有的优点单独摘出来，你就是神，只把你所有的缺点单独摘出来你就是恶魔就是垃圾就是屎。

写自传的一般都是造神只写优点和传奇经历

第四：如果有优缺点，我绝不会花时间去改缺点，这辈子时间这么有限，把自己优点发挥到极致的时间都不够用，哪有时间改那玩意儿！

6.怕孤独 破！

第一：孤独是天道，天地、花草树木、猫猫狗狗、婴幼儿、悟道级强者都是孤独的，你本自具足，你自己就是全世界，不需要鼓励不需要认可，你自己就是发动机，核动力发电机

第二：你的精神世界只有你自己，你绝对孤独

第三：人人追求优秀，越优秀越孤独，其实你追求的是孤独

第四：别跟别人一般见识的极致是，别跟人类一般见识。

比如当你不接触人的时候情绪最稳定，你的情绪会随着不同的人而改变
有些人说话就是气人，就是看不起你，你的情绪当然会失控，要么抑郁焦虑
要么暴躁；

有些人就是愿意肯定你鼓励你，愿意高估你，你的情绪当然会高涨，会舒服会愉悦。

也就是你的情绪不稳定完全是因为别人，不是你的错。

所以，要么享受孤独，要么接触让自己舒服的人。

7.不合群 破！

第一：如果你足够善良，请你独来独往；

如果你想做自己，请你独来独往；如果你想有智慧，请你独来独往；

如果你想幸福，请你独来独往

第二：合群的人要么是人性丑陋扭曲的恶毒小人。

因为合在一起必然会排斥、拆台、嫉妒另外一些人和群体才聚在一起，
一群变态精神病；要么没主意，是个累赘

第三：合群的人一般都是弱者，合群必然降智，降智必然成为乌合之众。

乌合之众必然都没有自我都是狗，强者要么不合群要么让别人主动来合自己。

只有弱者才会拿人情世故那种糟粕来侮辱真正的强者，强者懂礼仪等人间大道，更懂价值是一切关系的核心，就是不懂人情世故

7.1 能处理好自己跟自己的关系，就能处理好其他关系

第一：短短的一生，只需要学会跟一个人相处，那个人是自己；如果把注意力放在如何跟他人相处上，这破地球儿 80 亿人呢，数都数不过来还处处个毛啊

第二：自己这么复杂这么多变这么脆弱，花一辈子时间都不一定相处好，哪还有时间学习跟其他人相处？分不清主次，闲的蛋疼

第三：跟人接触肯定会有矛盾，你有时候都生自己的气，时不时都看不惯自己，更何况别人

第四：想情绪稳定平和的面对这个世界，首先要认可自己接受自己与自己和解。作为全世界独一无二的自己，你都不能接受，怎么可能接受这个独一无二的世界

第五：和解的能力得练，是拿自己练。不然你怎么感知到和解是什么感觉，还没跟自己和解就先去跟别人共情，这不是瞎共吗？莫在别人心中修自己

第六：跟自己相处时，五个照顾：**照顾好自己的身体，照顾好自己的情绪，照顾好自己的特点，照顾好自己的直觉，照顾好自己的资产**

8.被孤立 破！

被孤立是好事

第一：要不是迫不得已谁愿意跟人在一起，有条件恨不得主动把全世界都孤立，被孤立不就是省了你的事

第二：被孤立证明的是你优秀或者与众不同，越优秀越离群索居，合群的人得多平庸，这个世界最不缺的就是庸人

第三：天地万物什么不是一意孤行，天是绝对孤独，一心一意做天，所以皇天在上；地是绝对孤独，一心一意做地，所以厚德载物。

能做到一意，还敢孤行，得多酷

9.社恐 破！

社恐挺好，合群的人才有病，为了合群跟傻狗一样演戏

第一：社恐是自我防御机制，因为人的痛苦绝大部分来自于人际关系，
社恐=天赋

第二：人本可以不需要朋友甚至不需要家人，孤独是常态是天道。

社恐=天道

第三：得道高人都隐居山林，最牛逼的人也是社恐？

如果是那也是故意社恐，社恐=幸福

10.内疚 破！

事情没办好经常内疚自责咋办？

第一：办啥办，没办好就没办好，局面已经不好了，还内疚？

再让自己更加难受，这账算的还不如幼儿园。

专注解决它完事，哪那么多愁善感

第二：工作生活遇到点儿挫折那不是家常便饭的小事儿，遇到个小屁事就内疚，你让那些天天想着改变世界的人咋活？

比如我天天想改变世界，到现在一直没实现，怎么着，我还得愧对全世界不成，我给全人类每个人磕一个？磕死自己算了这么脆弱。

内疚不可能，自责不可能。

第三：自己只能决定付出，至于收获和结果，根本不是你能决定的事，既然不是自己的事，你还那么在意它，你内疚你自责你焦虑你抑郁你活该

第四：内心的自我意志要很强势，任何负面情绪敢侵占我心试试，来多少杀多少，统统弄死

做完事的正确姿势

尽心尽力的做完一件事之后，我只做三个动作，雷打不动

第一：做事尽心尽力了第一步肯定是肯定自己，甚至下了班犒劳自己

第二：做的不好的地方进行总结，并接受任何惩罚

第三：下次遇到类似问题如何改进，提出解决方案

除此之外，任何人想 PUA 我，都得被我反 PUA

11.心软 破！

第一：你不狠就是软弱，软弱就是无能，精神内耗等心理问题就是内心软弱，情绪内耗属于思想斗争，思想斗争也是战争，战争是全世界最残酷的事你还软弱，跟负面情绪不是你死就是我活，你面前只有一条路，弄死他们

第二：自古以来：财发狠心人，情困心软者；无爱破情局，无情破全局。麻绳专挑细处断，厄运专挑善良人，善良的人心软，心软是精神内耗尤其是抑郁证的温床

第三：天之道，损有余而补不足；人之道，损不足而奉有余。

金钱流向不缺钱的人，资本逐利，缺钱的人怎么会有挣钱的能力，钱给你不就打水漂；爱都流向不缺爱的人，越有钱有势越漂亮越优秀越是众星捧月；苦都留给能吃苦的人，你要是能吃苦，就会有吃不完的苦；越心软，命里来的都是硬茬

12.敏感 破！

我以前高度敏感多愁善感，极度在意别人的看法，想的可多。

本来给我带来万般痛苦的性格反倒成就了我

第一：越敏感越容易三醒吾身，越容易领悟到我是一切的根源，能够不断调

第二：越敏感越善于察言观色，越容易站在对方角度考虑问题，也就越容易共情。

共情能力修炼到极致：能与天地万物共情，天人合一

整自我，每日精进日拱一卒久久为功。

反思能力修炼到极致自我创造力将登峰造极，可以自造世界

第三：越敏感越善良，善良的人是被迫成熟，一切人间冷暖逼的你善于表演善于伪装，没有真情绪没有真情感，伪装能力修炼到极致，别人看不出你已经不是人只是像人，相对人而言你已经升维至神

第四：越高度敏感多愁善感，前期看是困难是屎，后期一旦突破枷锁，共情、反思、伪装三合一，就是馈赠是天赋，无与伦比的天赋

敏感、多疑、在意别人的看法

第一：根本原因本质原因就是不爱自己

不爱自己是万病之源，但事实是所有人都只爱自己

爱别人也是因为自己舒坦，那还是爱自己

第二：只是你自己以为别人会很在意

其实别人根本不 care

你在这边痛苦，那边去蹦迪了

第三：少部分人要真在意你就断舍离，别怕得罪人

哪怕你把认识的所有人都得罪完屁事也没有。

你认识几万人够多了吧，人类八十亿，国内都 14 多亿，你认识的连零头都没，忽略不计。

重新开始都行，重新找个地方重新认识一帮人，哪怕这辈子就是故意得罪人玩，你也没能力得罪多少人，够你玩几万辈子的

14.自卑 破！

只有人类会自卑，除了花草树木猫猫狗狗婴幼儿悟道级强者，都不会自卑，被驯化成的人类是最低等的生物；

你不是人类，你在人类至上，总有些人是人类教不了的

那人为什不能是你！

14.1 自卑是对自己最大的背叛

自卑是对自己最大的背叛，只有自卑，才会看不上自己，慢慢也就失去真正的自己，这不就是苍生之局设计的初衷？

自卑就是世界的顶层设计，不自信就会他信，他信就是个坑是个陷阱，都自信了谁还愿意被驯化成狗？

一旦自卑，造成的心理阴影，需要花光一辈子的力气去克服

第一：自卑是拿自己缺点跟别人优点相比

比习惯了，就忘了自己还有优点。自己干自己，成了缺点的狗

第二：越自卑越敏感，越敏感越容易激发自我保护机制

越也就容易失控变得有戾气，成了脾气的狗

第三：越自卑越攀比

见到比你有钱的、比你地位高的、比你学习好的等等攀比成性，忘了初心，成了欲望的狗

第四：越自卑越在意别人的眼光评价。

生怕做事，开始变的唯唯诺诺磨磨叽叽，执行力低下，而只有执行力才能让你拿到结果，失去了执行力就失去了人生主动权。成了失败的狗

第五：越自卑越容易掩饰

为了掩饰自己的不足而说的多做的多，那肯定错的越多，越容易招致失败，反而更加凸显本想掩饰的自卑，成了虚伪的狗

第六：越自卑越容易迷失自我

迷信权威迷信比你强的人，成为乌合之众，成为待宰羔羊，成了别人的狗

14.2 没什么也不能没自信

自信跟外在无关，即使一无所有，哪怕无脑自信也得自信，没什么也不能没自信

第一：你的出生就是为了改变世界。

你从刚出生世界就多了一个不同的哭声，你改变了世界；你拉了泡屎，世界因你多了一泡屎，你改变了世界

第二：自卑会放大自己的缺点，自信会弱化自己的不足。

比如你胖比如你矮比如你脸上有胎记有疤痕等等，跟正常人相比，如果你能自信，不仅会弱化别人认为的不足，反而还会让你更有魅力。

第三：自信才会不轻易否定自己，才会不在意别人的评价，才会不容易发生精神内耗。

因为真正的自信，在自己内心有一套让自己舒服且自动屏蔽外界的自我评价体系

第四：整个地球都在你脚下，地球上的事算个屁，有一个踩一个，有多少踩多少。

我遇到的一切都是我筛选的结果：

我找工作是我在面试面试官，我做你的员工是给你脸，我跟你结婚是你上辈子积德，我能活着是这个世界的缘分，我要死了是给阎王面子

在自己能管控的范围内，你何止自信，就差上天了

第一：再垃圾的人只要说到自己做过的牛逼的事，马上自信到啥牛逼都敢吹；小时候打架厉害，他能吹牛吹一辈子，靠这个自信一辈子

第二：你是部门领导在内部讲话牛逼哄哄的样子宛若神明，你是一家之主在家里讲话那态势宛若神明，你是老师在课堂上讲话宛若神明，给你个星球你就是这颗星球的神，给你个宇宙你就是宇宙的神，你就是自信本身

你已经很厉害了：

自己学会走路、自己学会吃饭、自己学会上厕所、自己上学

自己找工作、自己创业、自己离婚找律师、自己生孩子、自己带孩子...

你能活到今天就已经很厉害了，你是真的很厉害

15.叛逆 破！

在我的星球上，会优先培养叛逆、特立独行、有个性的人，成立叛逆班顺人人性做人，逆着人性做事。

顺成人，逆成仙，玄妙就在颠倒间。是因为混乱阶段人为创造的人道跟原始阶段的天道正好相反，天道尚左，人道尚右，所以：

叛逆才正常，叛逆是天道

第一：人类世界就是一场设计好的苍生之局，设计好的假相，如果不叛逆全都顺从假相，人类哪还有未来，一群傻子哄一帮傻子这样的生物不完蛋？
创造出叛逆这个词，并打压此现象，是为了社会稳定有序

第二：一代更比一代强的本质就是叛逆。

就是下一代永远不听上一代的话，天天听老子的话你不可能超越他。

你家里要出个极度叛逆的孩子一定就是为了拯救你的家族

第三：人类生存环境越来越恶劣，更需要叛逆！

人工智能全面普及之时，不叛逆的孩子在 AI 面前就是个傻子。

我会鼓励我的孩子叛逆不打压；

只要不违法，引导孩子叛逆出磅礴的智慧，叛逆出独立的灵魂，叛逆就叛逆到极致

叛逆谁定义的？不服从你就是叛逆？

叛逆不就是叛逆了别人，但顺从了自己

第一：人的天性本就叛逆。

反倒是小时候越叛逆大人会认为孩子越可爱；

因为大人绝对掌控，产生不了实际威胁。

稍微长大一点你感受到威胁挑战了你的秩序和规则

就说孩子叛逆期，叛逆你奶奶个嘴

第二：精神内耗的本质是叛逆了自己，导致失去了自己。

坚持叛逆就是坚持做自己，就能减少精神内耗，即使发生了自己也能扛过去

第三：不叛逆的人顶多优秀，但一定不会卓越。

顺从就会想着合群，大概率成为乌合之众。

鹤才立鸡群，鸡再牛逼在鸡里面顶多是个鸡头

第四：社会的活力靠创新，创新的核心是叛逆。

只有叛逆，才敢挑战权威，才敢重新审视规则，才敢质疑以往的生活经验，才敢对全世界说不

16.讨好 破！

我自己已经活的很不爽，为什么还要假惺惺笑脸迎合别人？

让别人爽让自己更不爽？还要美其名曰：礼貌、素质、情商，要是这样作贱自己是美德，作贱越狠越美，干脆把自己弄死，这样情商最高

第一：讨好型人格属于我对别人好，别人应该对我好，但是如果没有像他对别人一样好，他会很失望；

第二：讨好型人格的内心软弱，自己看不起自己，被人欺负是常态，被欺负了不敢反抗更是常态，最后只能自己闷着内耗

第三：讨好别人等于乞讨，你一个要饭的，有啥尊严，最容易伤害你的就是你经常讨好的人，在别人的眼里只会觉得你是条向他摇尾乞怜的狗

第四：人与人之间绝对平等，都得死，而且都是相互成就，没有谁比谁低一等，比如大家看小镇舍长的内容，说明能被你用是你给我脸，是你在证明我有用，我们是绝对平等

第五：讨好是人为设计的情绪陷阱，人类文明糟粕。

天地、花草树木、猫猫狗狗、婴幼儿、悟道级强者都不会讨好别人

第六：只有平等相处、只有只做自己、提升自我价值，是唯一能得到尊重的方式。

没有实力没有价值，对别人的好，别人都以为是讨好，哪怕你是真心，也会被人呸

17.攀比 嫉妒 破！

第一：攀比心是万恶之源，是欲望的化身，是变成狗的开始。

因为总有比你好的，此念一起，看不到头儿

你遇到的问题也就永无止境，面临的前途也是无底深渊

你人性的恶也会变得深不可测

第二：天地、花草树木、猫猫狗狗、婴幼儿、悟道级强者会攀比吗？

会嫉妒吗？

这是苍生之局的顶层设计，是陷阱，是坑，是为了拿捏你

为了社会稳定有序，为了让你痛苦而搭建的核心概念

第三：你嫉妒别人，实际上是你认可他，你就会把能量给他，他就会越来越强，你越来越妒忌，直到你死

第四：人的能量是有限的，应该多关注自己，甚至嫉妒自己。

嫉妒自己就是认可自己，力量才会回到自身。

尤其是当我一无所有时，没人嫉妒我，那我就自己嫉妒自己

嫉妒死自己，我这么嫉妒自己，你嫉妒不？

18.算命 破！

改变命运

念起即察，念是能量，控制起心动念或无念，任何人包括宇宙觉察不到，就可以改变命运

第一：修行到一定程度的人，命运算不出来，他们如如不动，命运怎么着那是命运的事，关我屁事。

运是面对剧本时的心态，能控制心态的人，运变；

命是剧本，一般人改不了，但是不起念，宇宙就不会觉察到能量波动，它怎么拿捏你？命变。

第二：别说命运，在日常生活中你的想法被他人捕捉到，你就会很容易被牵着鼻子走。

被人牵着鼻子走、被欲望牵着鼻子走、被文字信息牵着鼻子走。你那点心思别人都能猜到，你的命运都是确定的

第三：你再有钱有权，首富牛逼吧，能找到最厉害的大师，能帮你算的很准，能帮你挡一些业力，但这种治标不治本的向外求，只是延迟了命运的交付时间而已，他们的命运还是那样，该出事还是出事，该进去还是进去

第四：控制起心动念或无念就是向内求。

只有向内求才能真正改变自己的能量，无念就是无住，应无所住而生其心。大脑里住的都是人造的人类思维，生出的是一颗带众生相的凡心。

但你的真我、你的心你的灵魂在人类思维之上，没有住人类思维，生出的是清净心、平等心、平常心，是无，是空

信命不算命

第一：除了专业研究玄学的人群和组织

建议普通人别跟怪力乱神类较真儿，你讨论不出个所以然。

如果极少数的人能看到，你无法证明给别人看

也就是你看不见也可以说看见

第二：可以信命，但不算命。

人类是活在语言文字下的生物，算命也是文字；

文字就会跟你发生纠缠，算的命好还挺开心；

一旦算出来的是不好的，你就会纠缠进心里去；

最终是自己证明了它实现了它；

也就是不管算的准不准

人性大都会被那种力量牵着自己与它奔赴。

好比生活中你觉得谁有问题，就会努力证明他有问题。

第三：如果命运早就是确定的了，你算它干嘛？

如果命运是不确定的，就更没必要算了。

无常是天道，生命是无常的，也是这个无常；

才让单调的生活有了点缀

请你学会接受无常、享受无常、变成无常

19.思虑过多 破！

思虑过多的本质是注意力被掠夺

注意力被掠夺的原因是大脑为主体的肉体被文字编程；
也就是大脑只要不动少动，精神内耗就会消失和减少；
天天搬砖的没几个精神内耗的

第一：每天必须保持足够的时间让大脑闲下来，停下手中的工作

第二：认识到所有的思绪和顾虑都是假相，都是设置好的局，别跳

第三：学会转念和断舍离。

当念头过多时听听音乐、看看电影、运动一下

第四：生命是有限的，不要无限追求财富，不要无限追求知识；

最寸土寸金的是生命，你从来都不可能拥有任何东西；

你只有体验的权利；要用生命体验生命；

而不是用生命去工作，工作只是生命的副业

第五：把注意力集中到当下行动和行动带来的感受上

让行动和感受统一，即：活在当下。

比如吃饭就是吃饭

好好享受吃饭，吃饭是多么美好的一件事

食物入口的一瞬间，全是多巴胺，浑身带来能量；

喝水就是喝水，跟着水走，他到了嘴里到了嗓子到了身体的血管

这都是能量

第六：不专注当下的人，思虑越多越弱智：

即没享受到当下，也对不起过去好当下，更让未来充满不好的变数

20.在意别人的看法 破！

第一：这个世界只有你自己

所有人都是你内心在这个世界的投影，别人对你的看法都是他们自己而已

第二：在意别人太虚伪，好比我爱你，没有我，爱啥爱？

你在意别人，没有你，在意啥？

第三：越在意别人，就会越不关注自己

真我消失的越快，只剩下一副躯壳的假我，还是在苍生之局里，所有的别人都会从你的世界里彻底消失，你还失去了自己，最后你失去了全世界

第四：回想一下你在意过谁在意过啥？

小学 5 年、初中 3 年，遇到多少人，发生多少事，过去就过去了，名字都忘了，当时玩的再好的人大概率一辈子不再见面；再想想高中三年，大学四年，恋爱那些年、工作那些年、精神内耗那些年，是不是都是在固定的时间段，遇到了固定的多少人，发生了固定的事，然后就没了，人生就是一场虚无，一场空

没人能真正跟你共情，没人会理解你，别自欺欺人！

第一：你怎么理解？你又不是我？

你不是一辈子每天 24 小时跟我在一起

第二：即使形影不离，我的精神世界你能窥探到万分之一算你牛

我一天 24 小时想什么鬼知道我都不知道我都不了解自己

你对我的理解万分之一都不到，理解个 der 啊

第三：别人的想法随时可能在变

你不是他你压根儿感知不到，神经病才会去在意一个你完全不能随时了解的人

第四：向内求，只关注自己

因为自己的想法自己随时都知道，你能掌控，不管身体还是心理，发现问题就能及时去面对去解决问题

第五：真正牛逼的人极少，整个地球都极少

就凭你你一辈子认识几千人的能力，根本遇不到

你遇到的大概率都是乌合之众，都是被驯化的狗。

这帮鸟人的建议不要听，评价不要听，批评更不要听。

谁也定义不了你！你也定义不了你！

宇宙只管生和死这两个瞬间，生死之间你说了算！

21.抱怨 破！

怨恨是最大的无形杀手，是精神自虐

必须学会跟自己内心的怨恨和解

抱怨带来的坏处：

第一：生病，生大病。

怨恨的时候你的细胞会扭曲，功能不稳导致湿寒之气增多，时间久了就开始长东西，到皮肤就是脂肪瘤，到关节就是骨刺，到甲状腺就是结节，再严重点就是肿瘤

第二：变丑。

因细胞扭曲，多了会影响面目，面目也会扭曲，相由心生就是这个逻辑。你走在大街上各种面孔的人都有，谁是怨妇一眼就能看出来。

第三：老的快。

没见过哪个牢骚满天飞的人活得久的

第四：不仅害自己还伤害别人，尤其是家人。

一个人天天抱怨，整个家都不得安宁，家和万事兴，和掉的就是怨恨之气

第五：事业没好儿。

越哭丧个脸皱个眉，或目露凶光，人越来越倒霉，看着就倒霉，好运、好人、好事慢慢的离你而去，越活越糟糕

用别人的错来惩罚自己就是抱怨

第一：抱怨属于用别人的错来惩罚自己！

被怨恨的那个人没有痛苦

因为怨恨的时候是你在发力，发力越大越痛苦。

总是活在幻想中自以为别人伤害了你

哪有那么多想害你的人，真正想害你的人极少

出了门大胆走，没人揍你没人砍你

第二：远离烂人烂事

人生的不幸都来自于接触了烂人

发生了烂事，产生了怨恨，然后越来越烂的人和事就缠上了你

你会越来越烂

第三：要向内求，我是一切的根源，一切皆有利于我

我的眼里没有敌人只有朋友，我的心里只有家人没有缺点。

你想想自己是不是一大堆毛病，但你跟别人相处

是不是全世界都在忍受你的毛病，别人跟你接触之后

是不是有很多人不在意、是不是很多人越混越好？

第四：要抱怨只能抱怨自己

从自己身上找问题一想就通了，从别人身上找问题一想就疯了

22.执着 破！

22.1 以拿起来的心态放下，以放下的心态拿起来

第一：别动不动就劝人放下，都没拿起来过咋放下？

没扛过麻袋不知道那么重他怎么知道放下？

比如男人最致命的不是钱就是女人

智者要是没下过爱河怎么提出不入爱河

没碰过异性一个漂亮女人就可以再大的大师犯错，装逼谁不会？

马云没有见过大钱，怎么可能说出：我对钱没有感兴趣…

只要人民币数量够就可以让你犯错，放屁谁不会？

第二：以拿起来的心态放下，以放下的心态拿起来

一件事一直放不下一直纠结，现在直接把它拿起来，就干他，管它呢，干了再说，拿起来了就是放下；或者想做一件事的时候，直接放下，不是为了成功，只是为了体验，甚至就是为了失败，体验失败，比如我允许面试的时候不成功，允许演讲的不好，我允许自己失败，上班就是为了离职，活着就是为了死，咋滴？

22.2 什么都不要执着，六个建议

第一：普通人怎么做选择都是错的，怎么选择都是操蛋一样的人生，大胆选择即可

第二：这个世界上没有人真正在意你，别人爱你都有条件，爱你也只是爱你取得的结果，不要在意别人

第三：你一辈子也就认识几千人，对于世界即使只是一个城市完全忽略不计，每天死亡几十万人，也就是你花一辈子认识的人可以 30 分钟内死完。你可以得罪别人可以享受孤独

第四：你所有的认知都是偏见，只要说出来就不完美；即使开悟也只是高于人类偏见的偏见，这个世界唯一的真理是没有真理，对你个人来说能解决问题就是真理

第五：你就用这个身体活几十年，连这个身体都执着不了，更何况通过这个身体获得的功名利禄房子车子啥的

第六：宇宙被科学证实的才 3.8%，也就是你了解的一切片面到只占真实世界的 3.8%，小零头，也就是你执着的大概率都是假的，96.2%的概率都是假的，你可能都是假的，执着个屁啊

22.3 活着就是不断放手的过程

人活着就是放手的过程，不是执着是放下，回头看你所有的执着都不过是一场笑话，一场空

第一：比如你生的孩子就是越来越远离你的过程。

出生就要剪掉脐带肉体上放手；上幼儿园视线上放手，上高中生活上放手，工作后依赖上放手，结婚后情感上放手，最后你死亡彻底放手。

你要是放不下最开始别剪脐带啊

第二：比如长大就是不断放手阶段性最爱的过程。

小学会把之前最爱的棒棒糖放手，可当时你以为棒棒糖就是天；初中会把之前最爱的玩具放手，可当时你以为玩具就是天；大学毕业会把最心爱的人放手，当时爱得死去活来没对方不行对方就是你的天；最后天塌了吗？

第三：再比如修行就是不断放手外在的过程。

尤其是有钱人为什么出家的多，放弃了外在的功名利禄放弃了一切。

人生哪有可执着的東西，還執着車子房子，執着一段感情，執着一段童年，執着一份工作？

所有外在的東西都會離你而去，連你的身體也會離你而去，你牛逼你執着，你有本事別死啊？

22.4 執着的是結果，但結果只是瞬間，過程才幾乎是人生的全部

第一：你一辈子也就活了那么几个瞬间；别人在意你，只是在意你的某个瞬间；别人伤害你，也是在某个瞬间

第二：瞬间毕业了，瞬间孩子会打酱油了，瞬间就老了，人生也就那么几个瞬间值得回味；他乡遇故知，久旱逢甘霖，洞房花烛夜，金榜题名时

第三：生命也好，工作也好，恋爱也罢，不都是体验整个过程？他说分手也就一句话，费那么大劲恋爱的过程，被一句话就结果了；太执着结果，对过程就会失去兴趣，人生也就无趣

第四：结果怎么样那是结果的事，你管不了就不是自己的事，不是自己的事你执着个啥，神经病

第三部分 地主思维（精简版）

营销大于公司的一切行为，没有之一，这是生意的绝对本质。营销是为了让尽可能多的人知道自己的生意，知道后尽可能多的实现线下来访，来访了之后再做最终的销售转化。如果项目现场的客户来访量是平时的 100 倍甚至 1000 倍以上，整个城市所有组织和单位挨个组团来到你的卖场，你还担心生意不好？

《地主商业思维》 适用人群：供职业经理人和创业者参考

提示：本思维首次公开发布，以往是作为企业内训课，很多行业都可以尝试用地主思维重新做一遍

1. 思维简介

1.1 名字释义

地主思维，顾名思义，你有很多的地才是地主，这里的地指场地，以场地运作为核心的商业思维

1.2 思维起源

本思维萌芽于 2014 年，正式形成于 2016 年，期间经过 3 年市场验证，先后在 17 座城市，34 个落地项目实操，合作商家近 2 万家，举办流量活动 8 万余场，形成了近 600 万的线下流量。后来又经过 3 年的升级实践，地主思维从 1.0 版本升级到了 2.0 版本，再到最后的 3.0 版本，于 2020 年小镇舍长选择归隐，地主思维暂时画上了句号

1.3 地主思维常见服务行业

本思维最初只赋能房地产行业，做集团营销管理体系搭建或老大难项目攻关

后来延伸至：

亲子领域

教育领域

老年领域

文旅领域

商场、农庄等生活消费领域

健身房、台球厅、酒吧等娱乐消费领域

1.4 地主思维解决的社会问题

本思维主要解决的社会问题是：场地资源过剩造成的严重浪费，也是社会浪费成本最多的地方；其自身的营销问题越来越棘手，客户越来越少；

地主思维则正是通过把闲置的场地或者处于闲置期间的场地统一运营起来，免费共享出去，以解决各自的营销痛点，实现海量的客户到访；

即：闲置浪费的被利用起来，同时低成本解决了棘手问题。

与其在外面找客户，超过正常管理成本的管理外面业务团队，不如利用自家场地，让业务团队只专注一件事：把外面的客户海量的圈到项目现场

地主思维使用起来，门槛低，效果快，可复制

2.当下的部分经济问题

第一：企业运营的成本越来越高

第二：企业场地等资源浪费越来越严重

第三：传统营销手段效果越来越差

第四：员工创造力不强，工作氛围越来越压抑

第五：企业员工和客户的福利业态单调，消费欲望不足

2.1 运营需要绝对细节，创新需要投员工所好

中国大部分企业的运营很粗糙，包括所谓的世界五百强：把重点都放在如何压榨员工、如何传销式的给消费者洗脑掏钱上，经济上行时五百强，经济下行时开始爆雷。运营管理特别粗放，内部严重浪费，成本高企，员工幸

福指数极低，营销创新能力低下，中国现代化企业最缺乏的是运营高手和创新高手

第一：经济发展初期，享受了时代红利的企业经营者们，不管是职业经理人还是老板，绝大部分都是自以为是，大爷式的粗放管理，运营能力还只是处于初期阶段。

粗放管理必然导致公司开的越久，浪费问题就会累加，越来越严重；我印象很深刻的一件事，一位资深职业经理人说大公司有钱，花时间搞创意创新节省成本，耽误自己的发展，用公司的钱使劲砸，砸出自己的未来，简单粗暴。我当时就被他的价值观震撼住了，但这是社会的普遍现象，那个时候我就知道大部分所谓的大型集团企业，在危机来临时必死

第二：企业用人的整体社会观是中国最不缺的就是人。

人只是作为劳动力红利，不是人才红利，所以企业经营关注的核心都是股东利益、客户利益，员工利益仅限口头或表面功夫，利益还没得到保障，更别说投员工所好，甚至管理者都希望下属投自己所好，完全搞反；

只有爱好才能激发长久的工作激情以及创新动力，员工和企业才能正向循环，员工只要在公司开心、有钱赚，一般不会轻易离职，只有激发了爱好式工作，员工才会开心。

现在是压迫式工作，填鸭式工作，为了工作而工作，为了生存而工作，不是为了享受为了体验否则会进入：

企业把员工耗的没了精气神，员工把企业气数耗尽的双向恶性循环。

给自己干活的人都不能善待，不可能发自内心的为了股东为了客户，这是个伪命题。

第三：做任何生意，人气即财气。

开门做生意，所有的目的都是为了让尽可能多的客户能来现场看看，来了才有概率购买，来的客户今天不买有可能明天买，客户的亲朋友好友可能买，来的客户是一条新的渠道线索可以继续深耕挖掘出更多圈层资源，而且

来的客户烘托起了卖场氛围可以促进现场销售转化。所以只要一个项目的现场每天都是人，生意差不了

总之，不以员工为本，不在经营细节上下功夫，项目现场人气越来越少，这样的企业一定会被淘汰

地主思维就是针对以上问题提出的一种解题思路

3.地主思维的七大底层逻辑+案例分析

3.1 免费思维

第一：免费才没有抗性，不管是 b 端资源还是 c 端客户，都有占便宜的心理，免费引流才是最好的生意思维

第二：针对场地提供方，本来经营就困难，企业都在严控各项成本支出，尤其是营销费用。

地主思维只是把长期闲置资源或者在闲置期间的资源免费共享出来，闲着也是闲着，实际产生的营销费用很少，甚至为零，省钱就是赚钱！

本思维既开源还节流。

第三：针对场地需求方，给自身员工和客户的费用也越来越捉襟见肘，有免费的福利可以给到自己员工和客户，合作意向肯定不会抗拒

第四：我免费提供场地等福利资源，你免费给员工和客户提供福利，免费就把各自的事情办了，你我双赢

3.2 流量思维

所有行业都是开门做生意，人气就是财气，量变一定质变。如果你的卖场每天都是人山人海，还都是所在城市机关单位、企事业单位的人，那个时候你考虑的不是利润多少业绩多好的问题。

相反，考虑的而是如何适当控制利润控制规模的问题了。在地主思维眼里没有无效客户！

第一：来到现场的客户今天不买不代表以后不买，来的次数多了就会容易冲动消费，哪怕是买房都属于冲动型消费，更别说你所属是其他行业，这就是流量的价值

第二：自己不买不代表身边的亲朋好友不买，经常来你家，下意识会优先推荐你的产品

第三：每个人都是一个渠道，撕开了这个口子，就可以进入下一个圈层和无数个圈层，因为每个人背后都有无数个社会关系，每个关系背后都是各种组织和单位。地主思维专吃各种资源

第四：每个来访的客户都可发展成编外业务员，如果这个城市的大部分都在为你卖东西，这才是真正的全民营销

第五：只要伺候好来访的客户，增加他们的体验感，每个人就成了项目的免费口碑传播工具，行走的大喇叭

第六：来访的客户可以增加现场销售氛围，提高现场真实用户转化率

针对以上六点，要做好每一项的专属攻略，不然泼天的富贵来了你也接不住

3.3 大客户思维

第一：光有流量思维还不够，客户质量得上去，如果有些卖场天天来的都是农民工兄弟，来的客户质量不高、购买力不强，跟生意不匹配，到访就会成为压力；不仅不会促进销售，可能还会影响销售，所以大客户思维就是在流量思维的基础上，提升客户质量

第二：要把能接触到的每个人当成渠道，每个人背后都有所在的组织或企业，那他就是你的大客户，通过他撕开这条渠道的口子，把客户大批量搞到现场，搞到现场的每个人都是一个渠道，然后再撕开无数个渠道的口子。

第三：发传单、户外广告、拍摄视频等目前是最常见的营销宣传媒介手段，但客户触达率一般很低。

比如发传单平均一个人一天 300 张，真正会咨询的不超过 10 个，留下联系方式的不超过 5 个，形成到访的概率不超过 1 个；

发传单不是目的，到访才是目的。

那为什么不直接调整所有的营销动作就是围绕到访？

只是发传单，你要做不到定人定岗定位的监督，单页直接给你卖废品站或者扔垃圾桶了都，毫无意义

第四：哪些群体消费能力强呢？企事业单位，尤其是待遇不错的单位，或者中高端小区的业主群体的组织。

比如金融单位、政府机构、教育系统、国企单位、科技公司、中高端小区的物业、广场舞大妈等

第五：针对消费级别高、人数多的组织或单位，可以定向团购，并拟定团购协议，是大客户专属福利

3.8 软植入

第一：想要实现软植入最简单粗暴的方式就是活动，以活动的形式可以吸引大量的群体，参加活动的群体防备心较低，只需要在活动过程中植入项目信息产品信息即可。

比如现场能看到的听到的想到的都是跟你产品相关，比如活动过程中设置抽奖等互动环节，互动的问题都是项目产品信息，比如设置的活动流程动线图，就是产品的展示线路。

比如活动过程中留出 3-5 分钟做简单的产品宣讲。

总之，客户来到现场了，就会感受到你的产品信息，在过程中有专业手段筛选出意向客户即可

第二：活动又分为被动型和主动型，统称为圈层活动。被动型圈层活动指场地需求方主动举办的活动，比如少儿机构会举办六一儿童节，银行系统会举办内部运动会，医美行业会举办线下动员大会等等，都需要场地或者奖品福利等，都可以引流到项目现场，这些都属于被动型活动，我们要做的是配合。

主动型圈层活动指的是根据时代和人性，或者根据场地需求方的特性，主动设置主题活动。

比如搞第一届城市广场舞大赛，比如高金融系统内部联谊会，比如搞城市少儿画画比赛，比如项目现场根据自身实际情况，专门预留出固定空间做固定项目：**图书馆、瑜伽馆、轮滑赛道、会议室、联欢会广场、烧烤露台等等**，可以针对固定单位形成邀约，制作邀约门票等等私人订制方式体现出尊贵感。

再或者我自身条件单一有限，比如我是健身房，那就聚焦健身一事，制作排期表，邀约周边的企事业单位，在固定的时间段，可以让员工和客户来现场免费健身，现场有专业老师免费指导。

第三：圈层活动很适合做会议营销，会议营销是引导成交率最高的方式之一。会议营销也都有专一的流程可以参考：洗脑话术、现场布置、演员就位、专家现身说法等等

第四：广告植入现在都讲究人性化，比如你是地产商，不是上来就讲自己卖房子，改成你是来提供战略合作的，在和各种企事业单位谈判时，还是这些单位已经来你的活动现场时，都不要先说卖房，统一说成认识一下，我们可以战略合作，让你的公司发展越来越好或者让你在公司内部多一些露脸机会或者帮助自亲朋好友的机会，就在眼前

3.4 整合思维

第一：同行是冤家，异业是朋友。

是朋友就要连接起来，通过地主思维整合链接在一起
形成一个以自己为主的内循环生态圈，抱团取暖

第二：整合资源端有两个：场地提供方和场地需求方，场地提供方是自身有问题需要解决，场地需求方就是指所有组织：企事业单位、政府、民间团体等

第三：要搞异业联盟，会员机制、举办异业联盟盛会、异业联盟手册制作，用来维护以自己为主的地主生态圈和提供更多福利。

比如免费吃喝玩乐旅游唱歌或者内部折扣福利，应有尽有。

尤其是自己的员工会在第一时间享受到这些福利。

这是变相提高员工福利和激励方式的一种

都是合作方提供自己不用花钱，福利项目还丰富

比如你是地产公司，天天给旅行社合作给旅行社的客户和员工，免费提供以场地为主的资源让其选一块合适的搞活动、免费的吃喝玩乐、抽奖参与、

买房折扣，开发商还经常举办大型娱乐活动马戏团、冰雕展等等之类的，都可以把票给旅行社一部分；

旅行社一定会给你免费旅游的机会；

跟酒吧合作，酒吧就会提供免费无限畅饮的卡座；跟台球厅合作，台球厅就会提供免费打台球的金卡；跟健身房合作，健身房就会提供免费健身游泳的机会...

这些名额就可以作为员工福利、员工激励发给内部员工

第四：资源整合思维不稀奇，多赢的一个好事，大部分的联盟社群命都很短，但是运营需要的是有内容，这个内容就是地主思维。

提高各自资源使用效率、降低成本，尤其是可以实现可持续发展；因为平时拓展客户都是一次性行为，每天都得为新增客户发愁；

如果整个城市大部分企事业单位都成了自己的异业联盟，那他们内部的员工和客户，也就是这个城市的中高端群体的主流群体，吃透了这部分客源，生意不愁，要做的只用维护这些 B 端全体，是点对面，不再是点对点。

没业绩压力时只需要用地主思维的 1.0 版本就够用，经济形势不好、业绩压力增大时，可以把地主思维 2.0 版本和 3.0 版本同时用起来，每个联盟企业的卖场也是你的卖场，你组织的任何一场线下活动，异业联盟内部企业都可以来现场软宣传，但多少带点免费福利提供给来参加活动的人群。

降低各自营销成本，整合各自场地、员工、客户等资源利用最大化，这才是组织正向内循环

3.5 投员工所好

第一：只有做自己喜欢的事，才有最高战斗力，士气都不用激发，每个员工都有内驱力、创造力，他自己干的开心，这么简单的一个道理，鲜有公司考虑到，更别说执行。

既能让员工开心，还能降低公司管理成本，更能提高作业效率，如此一举多得的好事，地主思维就能做到

第二：拓展场地提供方时或者拓展拓展场地需求方时，按照员工的爱好制作拓客地图。

爱好被满足，人脉圈层次提高，业绩还能完成，能力还能提高，是成长性的工作，这样的好事哪个员工不乐意？

比如你喜欢泡吧，那就把所有酒吧都发展成公司的异业联盟，每天上班除了来公司报个到和下班时来公司作总结，其他时间相当于就在酒吧上班，把公司以场地为主的免费资源给到酒吧，或者搞一些针对酒吧员工以及会员客户的专题福利活动，酒吧老板会把你当朋友，酒吧就是你的家。

比如你喜欢钓鱼，那就天天跟钓鱼协会、钓鱼的人群、钓鱼的地方在一起，用地主思维把城市所有爱好钓鱼的全部拓掉，给钓鱼协会举办专题钓鱼大赛、内部福利等活动，不就弄点水买点鱼，花不了多少钱

比如你喜欢美女，那就组织相亲大会，整合门当户对的企事业单位，把活动举办到项目现场合适的场地上。比如把国企的女员工介绍给公检法的男公务员，到时候公安局你都能随便进出，解决警察的单身问题你可是功臣。

比如你喜欢宠物，那就把城市所有猫舍狗舍整合，把喜欢养猫养狗的家庭整合，举办宠物交流会、选美大赛、宠物相亲会等

第三：公司要做的是制定地主思维的专业培训体系、考核体系、监督体系、成果验收体系，除了现场的一亩三分地，整个天下都是你的，都是你公司的，都是你员工的

3.6 供给侧改革

这么多闲置的场地，加在一起浪费的可是天文数字，这是一个严重的社会事件，浪费一粒粮食都可耻；分摊到每个经营者身上也基本都是最大的支出之一。

地主思维让浪费的场地变废为宝，利国利民，功德无量

3.7 大代理模式

第一：传统的代理都是找第三方专业代理公司/渠道公司给现场带客户，传统代理模式也叫小代理模式。

大代理模式指的是，能接触到的任何人都可以成为公司的代理，称为全民代理人，目标是让整个城市尽可能多的人都成为自己的代理合伙人

第二：首先把合作的联盟企业内部员工或客户发展成自己的推销员，推销的不只是产品，而是以推销地主思维为主。

因为你自己直接推销产品都很生硬，更何况间接发展的代理人：我们是来谈战略合作，是来送免费的重要福利；

如果你是打工的，如果能给公司带来免费的各种资源，这是露脸的机会，帮助了公司，或者你可以把这样的免费提供场地的机会介绍给自己的亲朋好友，在亲朋还有面前露脸，帮助了朋友；

如果你是老板，你自己的公司想要发展的更好，我的地主思维能帮你，甚至也可以把地主思维这套体系跟合作单位共享并帮其搭建，如果你的竞争对手提前和我们合作可能对自己不利，体验一下未尝不可

第三：让自己内部员工，在任何时间、任何场合把这个概念深入骨髓，哪怕打个车也得把司机拓了，哪怕吃顿饭也得把饭店员工和老板拓了，把拓展场地需求方也就是圈层资源端，变成公司基因、公司文化，把地主思维变成公司制度。

公司内部的一个员工就是一个策划公司，策划活动，源源不断的给你现场带来流量的活动策划公司

第四：针对内部员工以及全民代理人，分别设立奖罚机制。

排名、活跃度、发现金奖励并拍摄成宣传资料在项目现场以及员工群、全民代理人公示

4.地主思维版本+行业+案例解析

4.1 地主思维 1.0 版本-圈进来

知己：自身能免费共享的场地资源列表以及功能划分

知彼：所有组织和企业，针对自己的员工和客户，都会定期或不定期的举办各种活动，根据他们的需求提供对应的场地，让他们把活动举办到项目现场，或者根据场地或者行业特性的娱乐性主题活动，邀请所有企事业单位和组织来参加

4.1.1 房地产行业+案例分析

面临的问题

问题一：场地资源过剩，闲置浪费严重；比如装修豪华的售楼部、功能丰富的会所、空旷错落有致的园林、位置绝佳的商铺等

问题二：营销越来越拉胯。不靠第三方的渠道公司或者短视频类工具自己卖不动，还经常策划费用很高的活动和组建渠道团队实现线下流量到访，费效比太高，白扔钱；员工幸福指数低，流失率极高

1.0 版本的应用

第一：制作场地使用手册（场地照片、面、适合举办活动类型）

- 第二：制作城市圈层客户地图（按行业和区域划分、竞拍）
- 第三：组建专属业务团队
- 第四：地主思维的理论培训和落地实操培训
- 第五：建立员工爱好档案
- 第六：建立团队考核机制（四维度考核）
- 第七：圈层活动申请流程（时间、场地、活动单位、人数、活动名称、其他支持、执行人、审批人）
- 第八：圈层活动排表（负责人、单位、人数、活动类型、进度）
- 第九：圈层活动对接流程（物业、策划、销售、派出所等）
- 第十：圈层活动执行（动线、登记、宣讲、意向客户筛选、互动、深耕）

如果你的项目现场有 10 个可以免费共享的场地，每个场地平均容纳 50 人，每天圈满就有 500 个线下到访，少则 200-300 个左右的到访，每个月新增 5000 左右的到访；如果你是文旅项目，场地足够大，每个场地容纳 100-200 人，每天成千上万人到访也正常，每个月新增几万到访

仅仅广场舞大妈这个群体吃透，业绩就会有巨大提升：广场舞大妈是每个小区的入场券，每个大妈背后都有一些公司、亲戚朋友、自己孩子在各大机关企业担任要职很正常，尤其是中高端小区和退休干部小区的广场舞大妈，质量不是一般高。

这个群体很活跃很容易形成传播效应，且小恩小惠就哭=可以帮我们使大劲。

比如组织第一届城市广场舞大赛，有评委有奖品，奖品邀请异业联盟商家参与并提供，你免费就把城市的所有小区搞定，现场人气、客户质量、异业联盟社群维护都能兼顾到，甚至把项目单独出一个区域设置成广场舞专项场地，每天都有人来，大晚上售楼部不打烊不怕没人气

如果开发商在节假日主动举办主题活动，要把这些主题活动，做成 VIP 邀约，做成百姓度假游玩的选择项目之一，当成异业联盟的福利，挨家挨户给这些企业送邀请函，并统计预计来访人数，做好应对预案

4.1.2 健身房行业++案例解析

面临问题

问题一：只有在周五晚上到周日客户才会多，其他时间没什么人，尤其是白天，相当于一多半的时间都在闲置：场地闲置、人员闲置、设备闲置

问题二：在闲置的时间房租还得交、工资还得算、设备折旧还得承担

问题三：还经常花钱雇人在大街上拉人来店里免费体验，钱花了，但拉到的人质量一般

1.0 版本的应用

第一：把以前的宣传单页换成健身金卡邀请函，单页没有尊贵感，容易浪费，而且要采取预约制

第二：把场地在闲置的时间免费共享出去，并按照免费时间段进行划分

第三：把健身房周边的企事业单位拉到现场免费畅玩一个小时到两个小时，名额有限时间有限，可以把这个机会给到优秀员工也可以给到 VIP 客户，这是福利。

比如早上开会换到健身房，别老是单调的在办公室训话，让员工早起运动，还是在公司提供的福利健身房里运动，你看看你的员工战斗力会不会增强；

比如跟客户谈业务，直接预约健身房的免费时间段，请人吃饭不如请人出汗

第四: 如果健身房的人每天都排满, 每个人出汗了都会买饮料, 饮料消费会是以往的几十倍, 来的人免费体验时间到了总会有一定比例还想继续玩, 那就得缴费, 来的人多了老会员续卡的概率会增加, 办新卡的也会增加, 健身房老板还可以跟周边企事业单位的负责人成为朋友 . . . 都是好处

4.1.3 高等教育行业+案例解析

面临的问题

问题一: 高校的场地很多且利用率很低, 室内场地室外场地都有, 很多时间都是闲置的。

比如多媒体教室、大型会议室、操场、运动场、绿地广场等等

问题二: 除了少数名校, 绝大多数学校都要主动推销自己的学校专业特色、学生特色、老师特色, 以增加校园招聘、学生社会实践、学生就业、老师项目实践等

1.0 版本的应用

第一: 按上面地产行业的模型组建个小型团队

第二: 拓展城市内企事业单位或民间团体

第三: 把场地免费共享给他们, 但必须预约

第四: 比如企事业单位需要场地培训, 可以来我校, 但是我相关专业的学生可以旁听, 这种实战理论比学校的纯理论教学有用多了;

比如企业有实习的机会第一时间要给到我校名额;

比如企业搞得大型活动可以让学生不出校门就长见识见世界, 大疆无人机试飞起飞坪可以选择校园绿草地等等;

比如城市里的机关等各系统要举办运动会, 可以来学校举办, 以后学校的人脉更广, 争取资源或者突发事件处理都会对我校有利等等

4.1.4 商场行业+案例解析

面临的问题

竞争对手越来越多，商户退租率越来越高，客户越来越少

1.0 版本的应用

第一：把闲置的场地跟老年机构和少儿机构合作，比如让水上乐园或者充气城堡可以免费放到商场，然后组建团队整合城市所有少儿机构，以预约的方式发放免费体验卡，时间有限，名额有限

第二：小孩来了家人也会跟着来，来了就会消费，吃喝玩乐衣食住行。水上乐园或者充气城堡免费体验时间务必是时间有限，名额有限，体现出珍贵，以提高到访率。

额外时间产生的收益都是设备提供方的，免租，而且商场有专业团队去拓展孩子的流量来源，并做好排期，拿着排期表，保证到访量，以吸引设备提供商

4.2 地主思维 2.0 版本-走出去

第一：当项目场地不足，或者城市资源往项目现场拓展遇到瓶颈时，可以启动走出去策略。

走出去主要指把外面的场地拓展成自己的，同样拥有闲置场地的企业不知道如何使用，在全区域免费拓展自己的移动销售点，目的是从海量客户中筛选出意向客户，即以拓展精准客户为主，然后再次邀约到项目现场。

第二：本身这些单位就是你的异业联盟单位，经常去你现场举办活动，加上这一步，你帮他拓展资源到他的主场，异业联盟关系更加稳固，不仅可以增加移动销售点，还可以直接在现场拓展异业联盟的员工或客户，还可以借他的资源拓展他周边的企事业单位资源

第三：比如健身房，它本身就得雇小蜜蜂人员来客来体验，你派人去了健身房用地主思维帮其拓展客户来源，不仅省了人工，还增加了客户来源数量，更提高了客户质量，健身房当然一百个愿意

第四：你的员工在移动销售点，要做好物料、展示、互动环节设计。

喜欢健身的员工就负责拓展健身房，喜欢热闹的就拓展商场，喜欢孩子的就拓展亲子机构，喜欢老人的就拓展广场舞大妈等等

4.3 地主思维 3.0 版本-增场地

第一：在自身项目现场条件允许的情况下，增加主题场地，吸引到现场才是重点

第二：根据自身行业和产品特性，设计目标客群的专属爱好场地，比如画画、读书、轮滑、露营等等，或者根据自身场地大小多少，设计社会组织经常举办的活动，比如 party、会议、晚会、麻将等等

第三：增加可以提高利润的场地。比如现场已经有了免费引流的场地项目，再额外增加客单价利润率高的单品项目，旅游景区就可以做亲子类的研学基地、国学基地等等

5.通过地主思维可以获得什么？

5.1 企业可以获得

- 第一：海量客户到访
- 第二：企业级合作伙伴
- 第三：快速在本地扎根
- 第四：降低营销成本
- 第五：增加收入来源
- 第六：员工流失率降低

5.2 员工可以获得

- 第一：实现个人能力快速增长
- 第二：实现个人人脉快速增长

第三：从而创新能力增强

第四：幸福指数增高

5.3 社会可以获得

第一:百姓减少硬性广告植入

第二 :变相获得社会的各种免费福利

第三：资源有效利用

第四：企业经营、百姓消费等社会活力增强

6.创业方向启示

6.1 流量公司

第一：作为第三方，用地主思维给实体企业带来线下流量，按人头/按场次/转化效果收费。

传统的流量公司全是糊弄，革他们的命，比如活动公司、策划公司等

第二: 可以从一个城市的专业领域做起，比如亲子领域，先做到这个领域的 **top** 水平，所有的亲子机构资源都在你手里，哪些地方需要亲子的线下流量就展开合作，比如商场、旅游景区等

第三: 做大之后可以以城市为单位，深耕资源为主，把资源倒流给整个城市需要流量的机构；也可以专注细分领域，攻城拔寨，向其他城市扩张

第四: 还可以跟需要流量的机构形成深度合作，比如共同出资打造更多收费的体验项目。以免费场地的免费项目为饵，到了之后一定会产生一定比例的新项目消费。新项目的位置、线下的动线设计和项目的选择很重要

第五：结合手机互联网，做短视频，把自己打造成线上流量+线下流量的 IP

6.2 实体营销革新

第一：自己是实体企业经营者，比如上面提到的地产、亲子教育、大学教育、文化旅游、商场、农庄、健身房、台球厅、酒吧等企业

第二：根据自身项目的位置、行业特性、自我场地情况，选择性使用地主思维的 1.0 版本、2.0 版本还是 3.0 版本，也可以两两组合，有条件的三个版本都可以使用

6.3 某细分领域线上地主平台

第一：专注在某一领域，做成该领域最大的线上地主平台

第二：比如整合全国所有的地产商，把永久闲置的场地资源或有闲置时间的场地资源全部整合到自己手里。

比如售楼部、停车场、示范园区、样板间、商业街、工业园区、创业园区等等，利用互联网思维，建成全国最大的地产场地免费共享平台。

链接场地提供方和场地需求方，任何企事业单位都得办活动，不办活动，我们自己也可以主动策划一些主题活动邀请对方来参加，做好场地的排期和对接工作。

第三：再比如整合全国所有的健身房，成立全国最大的免费健身房平台；整合全国所有的台球厅，成立全国最大的免费健身房平台；整合全国所有的大学，成立全国最大的校企合作平台等等等等

第四：盈利模式、推广模式可参考其他互联网平台，但运营模式必须要有内容，应用已经是互联网过去式，以后是内容时代，结合短视频，每天拍摄或者直播免费福利大放送

6.4 综合性线上地主平台

集合所有细分领域，把所有闲置的场地资源整合在一起，做全国最大的线上地主平台，吃不了全国，深扎区域也可以，哪怕搞定一个城市，把整个城市有闲置场地的资源一方和所有企事业单位也就是场地需求一方，都整合并运营起来，财富当量也不会小

7.地主思维注意事项

第一：业务团队的管理与考核，地主思维有专属的考核和管理标准

第二：各行业标准的建立。地主思维赋能的每一个行业，虽核心本质相同，但执行细节均有不同，因为每个行业都有自己的属性和目标客户群体，比如学校讲究老师和学生的安全，台球厅、健身房讲究自身的器材耗损，旅游景区的注意规则等等

第三：跟踪回访。把客户引流到现场对地主思维来说轻而易举，但引流的目的是为了转化，现在意向客户的抓取、潜在用户、渠道开发、全民营销发展

第四：资源数据库。所有连接到的个人和企业，都按照行业分类建立数据库，并记录互动档案库，最后形成大数据，并定向互动，增加互动率

第五：现场服务。车辆、吃喝拉撒、服务人员的态度、话术等等问题

第六：要有内容去做维护。需要定期或不定期的询问对方近期的内部活动情况、定期不定期的举办合作单位专属主题活动。地主思维重在运营

第七：转化。一切的目的就是为了销售，现场在热闹，流量再多，没有转化等于零，整个体系会崩，人员会泄气。必须做好意向客户的挖掘和转化体系

第八：防止意外情况。引流量较多，难免会出现安全隐患，需要提前做好应对预案以及协议内的内容补充

