

从水结晶实验谈生病、祛病

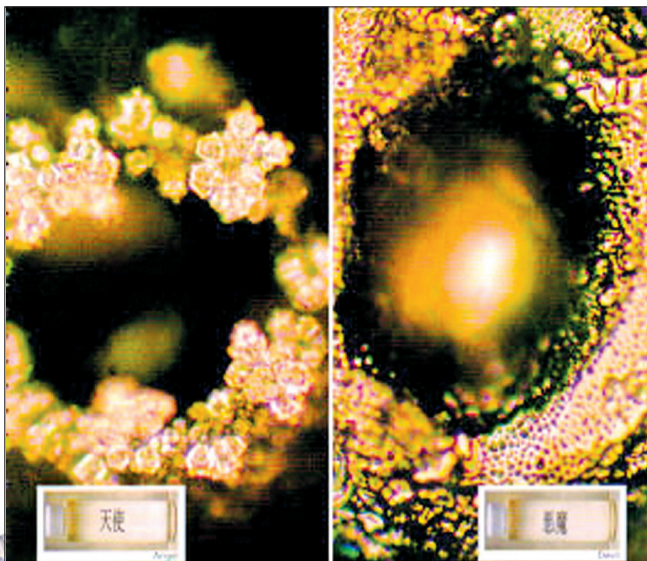
从日本量子物理学家江本胜先生所做的水的结晶实验中，我们可以看到，水是一种讯息载体。它对语言、对音乐、对文字所传达的讯息，都能做出对应的反应而呈现出不同的结晶状态。

善意可令水达至纯净状态，在低温下呈现出漂亮规整的六角形结晶态；受污染的水、或接受了不良讯息的水，在低温下，则呈现出乱糟糟的、散乱的结晶态。

科学家认识到，水是地球上的生命之源。在人体组织成分中，七成以上是水。很明显，一个慈悲、善良的人，他身上的水成分会是纯净的，能给自己生命带来良性的影响，使他更加健康。所以，善良的思想，会在生命的本源上强化自己的生命。

佛家认为，一个人所

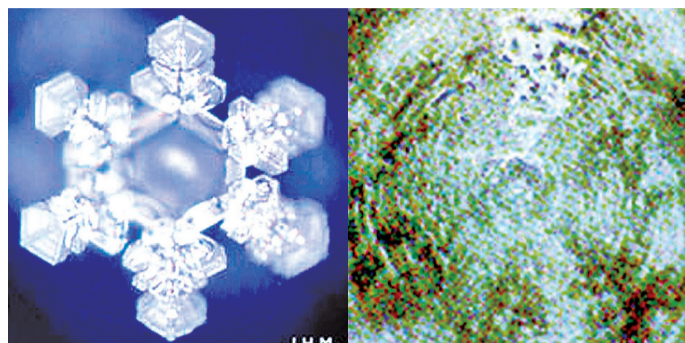
造下的业力和所积的德，是跟随着这个生命走的，跟随着这个生命转生的。试想想，当一个人业力很大的时候，业力这种不良的讯息，会令他身上的水处于不纯净的、污染的状态。那么，这个人在几十年的成长、生活过程中，他身体的一切细胞中的水，大多数都已经是变异的。但人体会不到、觉察不到这一切的不良变化。再加上人的后天观念，比如“人不为己，天诛地灭”等这种没有丝毫善念的人生观，更是进一步强行污染他身体上那七成以上的组织成分。当这两种变异、污染综合起来超越了生命的承受能力的时候，它对生命的破坏作用就显露出来了：表面化了。那就是生病了。它阻碍了人体生命的正常运作，带给人痛苦和折磨。既然水是具有这一种



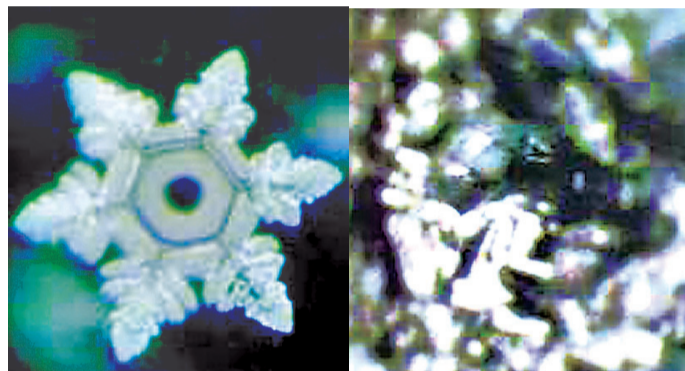
文字“天使”与“恶魔”的水结晶。

讯息载体的特性，而人体的组织结构中，又有七成以上是水成分组成的。也就是说，我们要用后天形成的思想意识、在生命之源的层面上给自己身体一

个良性讯息的影响，把持善念，主动去净化自己身体中70%以上的身体成分，强化自己的生命！这才是积极的养生之道、健康之道。◎（文/魏炼）



音乐“平安夜”（左）与重金属音乐（右）的水结晶。



这两张是在接受500人“爱的信息”前（左）后（右）的水结晶照片。

医山夜话

彩虹升起在雨中

到了极点。

“医生，人能再活一次吗？”

……

“我如果再有一个机会重新与斯蒂夫生活，我一定不会象过去一样了，我会珍惜他的……”。

先生的好处和优点，在他离开后不断地出现在她脑海中。

“我好后悔啊！”她泪流满面，泣不成声。

她说到平时自己的苛刻、挑剔、碎嘴，一切必须按照自己的意愿行事，动不动就发火，一有事就怪别人……。

如今，斯蒂夫不告而辞了，永远的去，连朋友之间都会顺嘴而出的“谢谢”二个字，她从来没有对他说过。现在，当她真的想说时，他永远也听不到了。丹娜后悔的无法形容。

自从先生去世后，丹娜先是患了忧郁症，后来又得了红斑狼疮。红斑狼疮是一种自身免疫系统的疾病，其致病的根本原因是自身心理不健康。伤心、悔恨、自责，使病业一快快地压进身体，丹娜愈来愈迷茫、恐惧，又不知道有什么办

法可以解除痛苦。她四处求医，可是病日益加重。

中医是目前能解除她痛苦的暂时的方法。束手无策的情况下，她决定来看中医。

治疗过程中，我问她：“经历了这么多磨难之后，你学到了什么？”

出乎我意料的是，她的回答是：“我认识了自己。”

“噢？”

“我一生中从不想改变自己，只想改变别人。我发现自己最看不惯别人的地方，恰恰也是自己的最短处。我说他懒，其实我也懒；说他贪心，我又何尝不是呢？回想我们争吵得不可开交时，我看到自己的缺点、性格中的恶的不善良的东西，它们全部都暴露无遗。在发怒时，我一点也管不住自己。我为了自己的畅快，淋漓尽致地数说别人。斯蒂夫因为说不过我，就憋在心里……。他先走了，他是想留下我改掉这些毛病，下世如果还可以转生时，做一个乾乾淨净的好人。”丹娜平静地诉说着。

我对她谈到了修炼。当我说到真善忍时，只见她两眼发光，那如饥似渴的神情似乎是想多听一些这个她从来也不知道的道理。

从善恶有报，因果轮回中，我告诉她生病的原因。一瞬间，她似乎突然明白了什么道理，一下子从椅子上站起来，“啊，我懂得了！”

“什么？”

“一颗平和宽容的心。”

彩虹从心中升起……。◎（文/玉琳）

人的情绪对健康的影响

2004年9月27日《新闻周刊》的一篇文章中提到，忧郁、孤独、和愤怒都对人的健康有影响。新的科学发现证实了这一点。

中国有句俗语，说人着急一件事情时会“愁白了头”。科学家们想做试验来验证忧郁对健康的影响。在1991年到1993年间，芬兰的经济大萧条，失业率高达17%；而那些依然就业的人工作压力也加重了。于是芬兰职业健康研究所（Finnish Institute of Occupational Health）的Jussi Vahtera等科学家进行了7年研究。他们在四个城市中做了调查，从市长、教师、护士，到看门人。他们的研究成果显示：那些在裁员最多的部门工作的员工因心血管疾病（包括心肌梗塞和中风）造成的死亡率是对照组员工死亡率的二倍。这一发现于2008年2月份发表在《英国医学杂志》（British Medical Journal）上。

可见，一个人的情绪真的会影响其身体健康。比如，当人害怕时，会心跳加速；而当人发怒时，会血压升高。事实上，在三十年前，科学家们就已经发现好斗、充满敌意让人患心脏病的机会大增。

报导中说，如果说充满敌意对一个人不好的话，心灰意冷和绝望也对人健康不利。研究发现，不合群、忧郁、婚姻不幸等都不利于心脏健康。统计发现，心脏手术后忧郁的病人死亡率是不忧郁病人死亡率的二倍。不仅如此，在心脏病幸存者中，独居

者死亡率也是不独居者的二倍。

在医学权威杂志《柳叶刀》（Lancet）在同年发表的一项研究报告中，科研人员调查了来自52个国家的11,000多名心脏病患者。与13,000名健康人的对照小组比较，这些患者在病发前的一年中经受过严重的刺激，包括工作上、家庭中、财政上、以及忧郁等。Salim Yusuf是加拿大麦克马司特大学（McMaster University）的研究人员，也是这项课题的负责人之一。他说，紧张对人们健康造成的影响比我们先前认识的要大得多。

报导中说，在心脏疾病的每一阶段，身心健康之间的相互关系都能体现出来。尤其在心脏病后期，则更为明显。美国斯坦福大学的研究人员Robert Sapolsky指出，在一些战争中，因恐惧而带来的心脏病对老年人造成的死亡要比杀伤性武器造成的死亡还要多。

美国犹他大学的研究人员Timothy Smith发现，在没有心脏病史的家庭中，夫妻间因金钱、子女、妯娌、及家庭琐事而引起的争端会让人更易患动脉硬化（atherosclerosis）。而且，关系紧张的程度越大，则患病率越高。

研究发现，打坐、与人交流，或保持心情愉快都有助于减轻心脏病。而心脏病是造成死亡最多的疾病之一，所以这也就变得很重要。报导中说，即使每天打坐10分钟，都会有很大帮助。

◎（文/周正）