

生命延长就这么简单

有医学者认为，在受精卵形成的瞬间，人的寿命长短，就明白的写在基因中了。

人过三十，日过午，人的生命由此开始衰老。对于人体细胞衰老的原因，有学者提出了“程序假说”和“错误积累假说”。

“程序假说”认为，人类细胞分裂50—60次后便会停止分裂。不再分裂的机体组织，就开始衰老，机能低下。而控制细胞分裂次数的，是位于染色体两端的端粒，它随着细胞分裂而变短，当缩短到一定长度，分裂就停止，生命就到头了。

“错误积累假说”认为，细胞分裂时，DNA被复制，由于X射线、紫外线、活性氧、有害物质的损害，DNA会发生异常变化，于是DNA在复制过程中就会产生错误。随着错误的积累，生成了异常蛋白质，细胞机能变得低下，于是细胞便不能继续分裂，呈现出了衰老迹象。

有科学者设想，如果能使端粒

酶“时序倒转”，细胞就可能长生。但这一设想还需要多少代的艰苦努力才能实现，不得而知。

然而有趣的是，现代科学还在苦苦探索的时候，中国古人早在几千年前，就知道怎样使生命长生的方法了。在《黄帝内经》“上古天真论篇第一”中，黄帝谈到了真人、至人、圣人、贤人。贤人是层次最低的，但也能合同于道，可益寿而有极时。现代医学发现，人的细胞寿命为2.4年，细胞可分裂50—60次。这样算来，人寿命的极限应当是120岁至170岁。而黄帝所说的，贤人可达到寿命的极时，不只是170岁吧？

或许《黄帝内经》所说的不足以使相信现代科学的人信服。然而，前不久，一些现代科学研究者，在研究法轮功修炼者的嗜中性白细胞的基因表达状况时发现，修炼人的白胞存活率是一般人的5—10倍。可达到寿命延长。法轮功修炼者，比同龄人都显得年轻，年

龄越长者越明显。

现代医学还认为，每个人的细胞里面都有垃圾，垃圾有两部分来源，一部分是外来的，如放射性物质等，这和“错误积累假说”很相似；另一部分是精神、思想上的，如精神压力大，发脾气，想坏事，导致体内产生不好因素，会使人体细胞不纯净，就象污染的水，对生命有影响。但实验发现，法轮功修炼者身体内的垃圾特别少，甚至没有，这说明法轮功的修炼可使身心纯净，透明。

不只是法轮功的修炼，眼下正在世界巡回的神韵的演出，体现了中国神传文化的纯正、全真、全善、全美，凡是看过的人，都会有一种无法形容的美好的感受，这种感受恰恰是生命得到净化，得到新生力量的体现。

如果担心“程序假说”，就修炼法轮大法；若担心“错误积累假说”，请看神韵演出。有一天，你会说，生命延长就这么简单！◎（宋晨光）

我和妻子开了一家公司，聘用了几位员工。其中一位在前不久结婚了，结婚前她提出了辞职，并委婉的向我们表

示，他们两口子打算自己投资也开一家经营相同产品的公司。由于他们结婚后新家就在附近，又是楼层的一层，所以这个新家就是他们将来的公司了。

他们结婚时我和妻子也随了礼钱并前去表示祝贺。他们的公司开业后不可避免的对我们的公司产生了一定的竞争效应。我的妹妹心里就开始不平衡了，经常向顾客抱怨：“我哥和我嫂子以前对她那么好，她还抢我们家生意，真是气死我了。”

妻子对妹妹说：“我们还想去她那里看看她呢，看看他们的公司搞的怎么样了，是否需要我们帮点啥？”

“还去看他们？你们有毛病吧？”，妹妹更不平了。

“做人就要心胸宽一点啊，人家开公司就开嘛，大家还都是朋友！”妻子温和的说道。

“你们学法轮大法的可真是的，朋友、朋友，谁都是你们的朋友！”妹妹很不以以为然的样子。

妻子笑笑，她知道，妹妹虽然在抱怨，但心里却是非常赞同和佩服我们对别人的宽容心态。◎（李子剑）

宽容

宽恕别人才是最明智的

当别人对你不好时，你是一笑了之，还是要找机会算帐呢？哈佛大学的最近一项研究对此进行了探讨。研究发现，报复别人对自己不利、对集体也没有好处。换句话说，宽恕别人才是最明智的。

Martin Nowak 是这项研究的负责人，研究成果发表在2008年3月20日的《自然》杂志上。试验中探索了个人利益与集体利益的关系，以及对人与人之间合作的影响。文章中说，当人要损失自己的一些利益来惩罚或报复别人时，他们的这种做法，对自己也是有伤害的。

David Rand 是文章的作者之一。他表示，当一个人报复别人时，这种负面的连锁反应会继续下去，从而对大家都有伤害。事实上，一个成功者是不会这样对待人的。

Nowak介绍说，这一发现告诉我们，成功者是那些不将矛盾激化的人；相反，那些报复别人者却于己于己都没有好处。

在我们的传统文化中，宽容

是一种美德。不管是东方的梁武帝，还是西方的林肯，无不以诚待人，不计个人恩怨才能从善如流，广纳贤士。

从另外一个角度来看，上天给了我们每个人机会，就看我们如何走这条路。当我们以恶的方式来对待他人时，无疑为这个社会注入了负面的因素；如果人人都这样做，以怨报怨，这样下去最终后果将会怎样呢？反之，倘能一笑了之或不放在心上，别人会佩服你的度量，甚至会被感化，这样的话，社会是不是会越来越美好呢？

其实，一个人生命中最珍贵的善念和美德，是不会因为别人对你怎样而改变的；而恰恰从自己如何对待这一切中，能体现出一个人真实的境界与层次，天地可鉴。所以一个人生命的最终归宿，是取决于自己，而非他人。

有人说“真善忍”中的真和善容易理解，可为什么要忍呢？从这儿或许也能得到一些启发。◎（周正）

湘西神话

湘西怀化地区一欧老太太今年已九十七岁高龄，有一女儿在修炼法轮功。老太太诚信法轮大法好，常念“法轮大法好”、“真善忍好”或“李洪志师父好”。早晚都要念上半个小时。大约在十年前欧老太太曾跌了一个跟头，造成右腿僵直的后遗症，念“法轮大法好”后，她三次在梦中梦见有人扯她的右腿，当时很痛。但每扯一次都好一些。被扯了三次后右腿基本恢复正常。现在欧老太太眼不花，耳不聋，头脑清楚，生活完全自理。

前不久她与人谈起一件她亲身经历的奇事。她说：“今年九月下旬的一天，我到卫生间去解手，突然摔倒在地，不省人事。后来我看到有四个人抬着我进了一个大殿，殿中央坐着一个穿古代官服的人，那人见了是我后，对那几个抬我的人说“你们把她抬进来干什么？她可是个大善人，是李洪

志的人，我们不收，赶快把她送回去。”后来我就醒，见我躺在床上，家人在我周围。我明白了，刚才我是到阎王殿上转了一圈，抬我的四个人是小鬼，穿古代官服的人是阎王。是李洪志师父和大法救了我的命。于是我赶紧念“法轮大法好”、“李洪志师父好”。并让炼法轮功的女儿过来陪我，没两天我就恢复正常了。”

欧老太太除平日念大法好外，还帮大法弟子救人，她经常向左右邻居讲法轮功的真相，给他们真相小册子看，并叮嘱一定要看护资料。在与亲人团聚时，常劝还没三退的亲戚晚辈赶快退党保平安。并叫他（她）们记住大法好。欧老太太还经常看到自己的一面墙壁上全是金光闪闪的大字，可惜自己没文化，不认得。

有人说，欧老太太是诚信法轮大法好，益寿延年得福报啊！◎（伊名）

人生感悟

老子在《道德经》第79章中说：“天道无亲，常与善人”。其实中国传统文化中的道教、佛教和儒教虽然起源不同，但是却有一个共同之处，那就是“劝善”。在个人的修行上，主张独善其身、善心常在；与人交往时，讲究与人为善、乐善好施；在待人处事方面，强调心存善意、善待他人。心怀善念，不仅是一种善良，也是一种智慧，任何时候与人为善的选择都是最明智的选择，因为“人有善愿，天必佑之”，人有恶念，则恶报必至。

“人有善愿，天必佑之”一语出自于《增广贤文》。意思是说，一个人如果时时刻刻心怀善念，就必然能得到上天的护佑。随着人类道德水准的普遍下滑，现实社会中许多人已经无法理解这句话的涵义，他们有时甚至认为善良的人很傻、很笨。其实善良是人性中最崇高的美德，与人为善才能广集众德，大德之士命系于天，在危难之际总是有神灵护佑，一丝善念就能使人因祸得福，遇难呈祥。古今中外都有许多这样得例子，冥冥之

人有善愿 天必佑之

中，自有神灵掌管着人世间的祸福，天惩邪恶之徒，天佑善良之人。

中国的古书中有许多善有善报的例子。现实社会中则有许多人把人世间的祸福看作是偶然发生的，其实世间的万事万物都不可能逃脱因果报应的天理。

在近代法国就曾经发生过这样一件事情：第二次世界大战中的某一天，欧洲盟军最高统帅艾森豪威尔在法国的某地乘车返回总部，准备去参加紧急军事会议。那一天大雪纷飞，天气寒冷，他的汽车也开得很慢。忽然他看到路边坐着一对法国老夫妇，在那里冻得发抖。

他立即停车，并命令身旁的翻译官下车去询问详情。一位参谋急忙提醒他说：“我们必须按时赶到总部开会，没有时间处理这种事情，还是交给当地的警方处理吧。”可是艾森豪威尔却坚持说：“如果等到警方赶来，这对老夫妇可能早就冻死了！”经过询问他们才知道这对老夫妇是去巴黎投奔儿子，但是汽车却在途中抛锚了。这里前不着村后不着店，因此他们不知如何是好。

艾森豪威尔听后立即请他们上车，并且特地把老夫妇送到巴黎。然后才赶回总部开会。艾森豪威尔根本没有想过他的善行会得到好报，然而他的善良却得到了意想不到的回报。

原来，那天德国纳粹的阻击兵早已预先埋伏在他们的必经之路上，只等他的车一到就会立刻实施暗杀行动。如果不是为帮助那对老夫妇而改变了行车路线，他恐怕无法躲过这场劫难。假如艾森豪威尔遭到伏击而身亡，那整个第二次世界大战的历史很可能因此而改写了。

真诚善良的心，犹如真金一样闪光，又像甘露一样纯洁、晶莹。善良的心胸是博大、宽宏的，能包容宇宙万物，造福于人类苍生。行善而不求回报的人经常能够得到意料之外的回馈，这是因果循环的自然规律，也是天佑善良人的必然结果。在神的眼目中，善良的人才是最高尚的人、最值得珍惜的人。善良的人有时会被恶人所欺，但天理必佑之。一心向善，则神灵必定相助，善愿定能如愿。◎（贯明）

