

方兴未艾的自然疗法(二)

文/方洪

在美国，药源性疾病已成为主要疾病之一，是列在心脏病、癌症、肺病、中风之后的第五大疾病。哈佛学者研究表明，每年因为治疗错误而死亡的人数，达到15.7万，“比起因车祸、纵火、他杀加起来死亡的总数还多。”

*胡萝卜与胡萝卜素是两码事

“事实提醒我们，当维生素用作药物时，它们是有特殊危险的‘烈性炸药’”。

在化学药物里，还有一种应用得更广泛，被人们看作“营养药”的东西，这就是各种维生素。按说它应该安全了吧，其实也不对，弄不好维生素也出事。我们先从富含维生素的胡萝卜说起。

胡萝卜有着很高的营养价值，人称“小人参”，胡萝卜汁能治很多慢性病，比如糖尿病、哮喘、中风……，尤其是对癌症患者，这种看着不起眼的蔬菜，却曾经挽救了不少晚期肿瘤患者的生命，最典型的如英国一个叫科德西的人，他患了晚期膀胱癌，用了最好的药全没有效果。著名的专家格尔森博士当时给他开的处方是：每天喝13茶杯胡萝卜汁和苹果汁，连喝2年。从此以后，科德西就天天喝青绿色的蔬果汁，身体逐渐好了起来。2年之后，他的膀胱癌完全治愈了。为此，他一连用坏了50个榨汁机。前苏联有一位女性肺癌患者，手术时发现已广泛转移，手术意义不大，医生把刀口缝合起来，认为活不了几天。可是她坚持喝胡萝卜汁后，肺癌治愈了，她的治疗经过是：“每天喝6茶杯胡萝卜汁，喝1个月后食欲增加了，精神也好起来了”。

也许你会觉得这只是个别病例，不具有普遍性。错了，前苏联一家医院对300名肺癌病人做了大样本观察，每人每天喝2杯胡萝卜汁，结果3个月后，大部分病人都有不同程度地好转。专家们分析，如果多喝几杯的话，效果会更好。格尔森博士肯定地说“临床证实，饮蔬菜汁对肺癌、肠癌、胰腺癌和血癌均有疗效”，“很多40年前接受这种疗法的癌症患者，现在都正常活着。”这就是胡萝卜的威力，或者说自然



疗法的威力。

胡萝卜素是胡萝卜的主要成分，单从命名就可以看出这一点。胡萝卜能治病主要是胡萝卜素在发挥作用，那么如果每天吃些胡萝卜素片，就无需再吃胡萝卜或青菜——一片药就够了，那多简单。

于是，人们就开始合成胡萝卜素。但是，当你服用胡萝卜素时，问题就起了变化——它已经变成了一种化学药品，尽管维生素在人们心目中是一种很安全的“太平药”，很多西方人象一日三餐那样服用维生素，但是当你吃胡萝卜素时却没有喝胡萝卜汁那样的效果。非但没有，简直还有毒副作用。美国国家癌症研究所和芬兰国家公共卫生研究所在1985-1993年间开展的一项研究，对2.9万名吸烟者进行了调查。研究发现，每天服用20毫克胡萝卜素的吸烟者患癌的危险增加了重6%。这一结果令研究人员震惊不已。研究的目的是想证明服用胡萝卜素能大幅度减少患癌比率，现在结果却恰恰相反。

那么再试验一次，接着又对1.8万人进行观察，结果发现，服用大剂量胡萝卜素使吸烟者的患癌率增加了28%，比上一次观察结果又多了12个百分点。

是否仅仅胡萝卜素对人体造成伤害呢？不是，加拿大最新研究显示，乳腺癌患者在治疗期间

服用大量维生素，主要是维生素C、胡萝卜素、尼克酸B3，5年生存率比不服用这类保健品者降低10%。可以说，维生素在“帮倒忙。”该报道接着指出：“多年以前科学家就知道维生素C能够加剧某些关节炎。研究报告显示，每天服用500毫克的维生素C就会制造出导致癌症的自由基”。美国对573名健康人进行观察，每天服用0.5克维生素C，颈部大动脉变厚、硬化的机率比不服用者多了1.5倍。长期以来，维生素E也一直被奉为抗癌、抗衰老的营养物质。但是，芬兰学者最近却发现，每天服用50毫克维生素E的吸烟者患脑溢血的危险性增加了50%，你还敢用吗？

人们不禁要问，吃胡萝卜能治病，吃胡萝卜素就出事，这到底因为什么呢？那就是，身体只适于接受天然存在的维生素。

商业销售(化学合成者)的维生素与大自然提供的天然食物不同，也就是说，胡萝卜素与天然食物胡萝卜有着本质的不同，世界卫生组织发表公告明确指出，任何化学合成的胡萝卜素都没有众所期待的那种防癌效果，而且，胡萝卜素可能会把更天然、更有益的维生素“挤出去”，从而干扰了身体的吸收机制。

说到底，这是两种疗法——自然疗法和化学药物的区别，吃胡萝卜，喝胡萝卜汁是自然疗法，安全而无毒副作用，当然也有效；吃胡萝卜素则是化学疗法，即或是维生素这样的“太平药”也存在严重问题。北京医科大学专家指出：“事实提醒我们，当维生素用作药物时，它们是有特殊危险的‘烈性炸药’”，此语令人振聋发聩。维生素尚且如此，那么其他化学药物，特别是用于癌症的化疗药物呢？

当我们吃“完整”的橘子时，你是用天然的；但如果你吃的是从橘子里提炼出来的维生素，那它就成了化学药品了，已经脱离了天然的范畴。

中草药属于大自然的花草树木范畴，学者们主张将其改名为“天然药物”，为的是更能体现它的属天然生长，没有经过化学加工，基本没有毒副作用，至少与西药相比如此。(待续)

老子与道德经

文/萧玉

老子是春秋时代楚国苦县曲仁里的人，姓李，名重耳，字伯阳。传说他的母亲有一次看见空中大流星飞过后就怀了身孕。老子生于开天辟地之前，是天的精灵神魄，由于是上界的神灵之气出现在李家，所以老子生下后姓了凡人的李氏。老子的母亲怀了他七十二岁才剖开左腋生下了他，一出生就是白发苍苍。也有记载老子的母亲碰巧是在李树下生了老子，老子一出生就能说话，指着李树说：“就用它作我的姓吧。”

老子在上三皇时是玄中法师，下三皇时是金阙帝君，伏羲氏时是郁华子，神农氏时是九灵老子，祝融时是广寿子，黄帝时是广成子，颛顼时是赤精子，帝尧时是禄图子，尧时是务成子，舜时是尹寿子，夏禹时是真行子，殷商时是锡则子，周文王时是守藏史。在越国是范蠡，在齐国是鸱夷子，在吴国就是陶朱公。

孔子曾经这样评价过老子：“我如果遇见有人的思路像飞鸟一样放达时，我可以用我似弓箭般准确锐利的论点射住他制服他。如果对方的思想似麋鹿一样奔驰无羁，我可以用猎犬来追逐它，一定能使他被我的论点所制服。如果对方的思想象鱼一样遨游在理论的深渊中，我可以用钓钩来捕捉他。然而如果对方的思想象龙一样，乘云驾雾，遨游于太虚幻境，无影无形捉摸不定，我就没法追逐和捕捉他了。我见到老子，觉得他的思想境界就象遨游在太虚中的龙，使我千张嘴说不出话，舌头伸出来也缩不回去，弄得我心神不定，不知道他到底是人还是神啊。”

《道德经》背后的故事

老子将要出关西去，打算登昆仑山。守关的关令尹喜通过占卜预知会有神人从这里经过，就命人清扫了四十里道路迎接，果然是老子来了。老子出行以来，在中原一带都没有传授过什么，他知道尹喜命中注定该得道，就在那里停留下来。有一个叫徐甲的人，从少年时受雇于老子做仆人，老子每天应付给他一百钱，一共欠了他七百二十万钱的工钱。徐甲见老子出关远行，想尽快讨回自己的工钱又怕不可能，就求人写了状子告到尹喜那里。替徐甲写状子的人并不知道徐甲已跟随老子二百多年了，只知道他如果索回老子所欠的工钱就会



成为富翁，就答应把女儿嫁给徐甲。徐甲见那女子很美，更加高兴，就把告老子的状子递交给尹喜。

尹喜看了状子大吃一惊，就去告诉了老子。老子对徐甲说：“你早就该死了。我当初因为官小家穷，连个替我打杂的人都没有，就雇了你，同时也就把‘太玄清生符’给了你，所以你才能一直活到今天。你为什么非要告我呢？我当初曾答应你，如果你将来进入了‘安息国’，那时我会用黄金计算你的工钱全数还给你。你怎么竟这样急得等不了呢？”说罢就让徐甲面向地下张开嘴，只见那‘太玄真符’立刻被吐了出来，符上的朱砂字迹还像刚写时一样，而徐甲则顿时变成了一具枯骨了。

尹喜知道老子是神人，就跪下磕头为徐甲求情，并自愿替老子还欠债。老子就把那太玄真符又扔给徐甲，徐甲立刻复活了。尹喜就给了徐甲二百万钱打发他去了。尹喜向老子恭敬地执弟子之礼，老子就把长生之道的秘方授给了尹喜。尹喜又向老子请求更进一步的教导训诫，老子就口述了五千字，尹喜回去后记了下来，这就是老子著名的经典《道德经》。

尹喜按照老子的教导去修行，果然也成了仙。

其实，老子以及他所留下的《道德经》，都是要传给人们道与修炼的文化，道之所以玄妙，是因为其在自然的角上诠释了返本归真的真实存在，告诉人们，滚滚红尘中，名、利、情皆是过眼烟云，如昙花一现，只有在自然中悉心领悟道的真谛，才是生命最具价值的事。

星系团神秘流向宇宙边沿

文/莫心海

据新科学家网站2009年11月16日报导，天文学家在分析超过一千个星系团束后得出结论，这些星系团正以非常快的速度朝一个方向运动。

去年，戈达太空飞行中心的萨莎·卡什林斯基和他的同事发现了大约800个星系团一个非同寻常的运动模式。他们用威尔金森微波各向异性探测器(WMAP)研究星系团在“大爆炸”余晖中的运动。余晖中的光子在向地球运动时和星系团中的电子相碰撞，这种碰撞会使余晖的温度发生细微的改变。

研究组结合了WMAP和X射线观测结果，发现这些星系团正以每秒1000公里的速度冲向宇宙的一个特定部分。

最新的研究揭示在地球周围



30亿光年的1400个星系团都参与了这种运动。

天文学家不清楚造成这种流动的原因，他们把它成为暗流(dark flow)。北卡大学、教堂山分校的劳拉梅尔西尼-霍顿认为

这是存在邻近宇宙(即我们所生活的宇宙之外的宇宙)的标志。不同的宇宙可以相距遥远，可以通过神秘的量子纠缠(quantum entanglement)发生相互作用。

诗词二首

红尘他乡

唐九儿

挑灯埋清夜月华润笔床
帘外萧萧雨更添思绪长
梧桐凋早叶蛙声唱晚凉
闲云去意裁几片束行装
红尘羁枕梦世人误断肠
名利情中走累心费思量
叛道又离经他乡作故乡
劝君早知悟俗念贪欲放
莫受妖邪惑寰宇神主掌
三退除恶根缘解登度航

卜算子·惜缘

文/春来

千载入轮回，
几世因缘孽。
梦里依稀旧恨生，
多少红尘泪。

万古降佛恩，
还我弥天罪。
精进实修大法成，
切莫机缘度。