

静坐使心脏病突发和中风致死率减半

(明慧记者华云编辑) 一项最近的研究显示, 静坐可以使心脏病突发和中风造成的死亡率减半。

美国威斯康星医学院的研究者跟踪201位男女患者, 他们的平均年龄为59岁, 他们患有心血管管变细已逾九年。

这些人被分成两组, 一组进行静坐同时接受正常治疗, 另一组接受饮食和运动方面的指导。

研究者发现, 每天静坐的人与接受传统保健的人相比, 减少了47%的由于心脏病突发和中风造成的死亡风险。对于那些喜欢静坐的人或者非常容易有压力的人, 结果更加明显, 他们的死亡率减少了2/3。

研究者指出, 这些结果和药物治疗一样有效, 甚至比后者更佳。另一位研究者指出, 此前的研究显示静坐会降低高血压、高胆固醇、胰岛素抵抗、生理压力、动脉硬化。这次的研究更显示静坐会减少心脏病突发和中风带来的死亡风险。



图: 法轮功的第五套功法是在打坐中进行

这项研究针对非洲裔族群, 对于其他族群应该有同样的效果。心血管疾病在各种疾病中是造成死亡最多的疾病。该研究结果发表在《内科医学档案》杂志(Archives of Internal Medicine)。

法轮功的第五套功法是在打

坐中进行。很多从前患有心脏病的人通过修炼法轮功都获得健康。但是法轮功并不是一般的静坐或气功锻炼, 其效果更非一般的静坐可以相比。想要更多了解法轮功的朋友可以通读法轮功的《转法轮》等著作。

袁天罡给武则天算命

袁天罡是唐代时的成都人, 对于算命、看相, 很是精通。传说他所预言的事情, 没有不准的。

贞观初年, 唐太宗把他召到京城。他在来京城路上, 经过利州, 当时, 有一位姓武名士攫的刺史(武士攫是武则天的父亲), 就让他给自己的妻子杨氏相面。

袁天罡说:「从夫人的面相上看, 她一定是有儿子的人。」

武士攫于是把自己的儿子叫来, 让袁天罡相面。袁天罡对武元庆、武元爽二人说:「他们

将来都可以做到刺史。但终究的命运, 都不太好。」他看见后来被封为韩国夫人的女孩说:「此女, 将来大富大贵, 但是最后结果, 也不太好。」

另外, 武则天当时穿着小男孩的衣服, 奶娘抱着她, 也来相面。袁天罡见了大吃一惊, 说:「这位小公子, 神采照人, 洪福齐天, 其运命, 妙不可言!」

武士攫请他试着讲一讲, 袁天罡说:「他龙睛幽颈, 富贵之极。」又从侧面看了看说:「如果这位小男孩(其实是个女孩, 就是后来的武则天)是一位小

姐, 将来应该做皇帝。」

贞观末年, 高士廉问袁天罡:「你的财运寿命, 会到达什么地步?」袁天罡很平静自然地说:「我今年四月, 就会死。」

到后来, 袁天罡所预言的事情, 都实现了。从这里可以看出: 人的一生都是神安排好了的, 并且也是不可改变的。所以, 达人知命, 顺其自然, 淡泊名利, 安守本份, 才是明智之举。

(事据唐代刘肃著《大唐新语》)

真正认识中国古代医学

文/李有甫

“在中国古代, 中医大夫基本上都是有特异功能的, 象孙思邈、华佗、李时珍、扁鹊等等这些大医学家, 都是有特异功能的, 在医书上都有记载。可是往往这些精华的东西现在是受到批判的, 中医继承的只不过是那些药方, 或者是经验的摸索吧。中国古代的中医是相当发达的, 发达的程度要超出现在的医学。”(《转法轮》第七讲)

我在少年时代就学中医、气功、武术, 先后获得武术和中医两个硕士学位, 也是这两个学科的教授和一名中医师。我对师父的话深有体会, 但是有些常人却很难相信, 他们认为现代科学的东西和西医学才是可信的。我就根据自己的一段经历, 说说自己对《转法轮》中这些话的体会。

一九九二年底, 我的一个朋友杨某在军中工作, 他的同事陈先生得了一种怪病: 每当重要的场合或享受高级生活时, 就会心区疼, 严重时甚至会晕倒在地。(比如一次总理李某接见时当场心区疼倒地紧急救护送去医院。每当坐豪华车, 或住高级酒店时, 就疼得厉害; 住简陋的房子或乘简陋的车子时就减轻疼痛。陈先生在军中有重要的职务, 所以看病方便, 曾去多个有名的大医院检查, 却查不出任何病症。持续两年多, 曾先后找过国内

著名心脏专家诊断, 却不知是何病因。痛苦不堪, 最后他的朋友杨先生找到我, 想请我给他看看。我从外地赶到京城先到杨家, 准备去看陈的病。此时, 杨先生问我:“你看他身上是怎么回事?”因为杨先生也练过气功, 对一些功能的事也很相信。我当时闭目静视了一下, 无意中看到一只很大的蝎子, 我想就是它了。可我也没有告诉杨先生。只是跟着杨先生到了陈家。初见陈先生, 他人很高也很结实, 就是心区疼得受不了。我当时给他扎了针灸, 穴位是内关和足三里。他静坐睡着了。我静坐时看到那蝎子在他后背爬到颈部, 就用意念去攻心驱它, 然后它飞走了。针过之后, 陈先生感到舒服而痛快, 也不疼了。他说两年来, 第一次感到这么舒服。第二天, 又针了一次, 与他告辞。

在我们离开陈家之后, 杨先生又问我:“你看他身上有没有什么东西?”我率直说道:“有!”他问:“是什么?”我说:“是个蝎子!”“告不告诉他本人呢?”杨又问。我说:“人家是党员又是军队干部, 不要告诉他这些吧。”杨先生承诺。后来我回到招待所准备回外地的家。但是半夜12点, 杨打来电话说, 要我明天别走, 无论如何要跟陈先生再谈一次话。我问为什么。原来, 杨回家后, 陈先生来电话问我有没有讲他身上附有什

么东西。而杨承守诺言, 说:“讲了, 但不能告诉你。”陈一时乱猜, 杨说都不对。最后陈冷静下来慢慢说道:“是个蝎子。”杨先生就问:“你为什么说是蝎子?怎么跟他说得一样呢?”陈先生就讲了他的一段故事: 两年前, 他搬进新居, 第二天早上他太太的腿被蝎子蜇了, 马上送医院后, 他回来翻出了这只蝎子, 就把它放在酒里, 放在火上煮, 又不让它死, 然后喝那酒, 再放酒, 再煮, 有时又放一个空罐头瓶里放火上烤……, 总之他能够想得出来的报复都做了。从那以后, 陈就不知不觉地得了这个病: 心区疼, 就象一把钳子夹住一样。讲完这故事, 杨确信, 我俩讲的是一回事……。

我当时研究人体科学知道这些例子不少, 后来, 读到《转法轮》, “因为人在以前做过坏事而产生的业力才造成有病或者磨难。”而且说“杀生会造成很大的业力。”我想他杀这蝎子, 也就罢了, 如果象对待深恨的仇人那样报复, 也会造下更多的业, 何况他喝那煮死蝎子的酒……。

对于常人来讲: 有病要吃药, 是病毒, 是常人的道理, 等等。可是真正从修炼上查起它的原因, 就是业力, 常人怎么能相信呢?

我通过修炼, 知道了他这是现世现报, 如果是杀害更大的生命, 或杀人, 会造下更大更难以偿还的

崔圆梦中预知救命恩人

文/史然 整理

唐玄宗当朝末年为宰相的崔圆, 年轻时家贫无依, 流落在江、淮一带。想起有个当刑部尚书的表丈人李彦允, 崔圆便从南方到京都长安, 投靠李尚书, 为的是谋个一官半职。不曾想李尚书只让他执教于书院, 整日与弟子们读书论文, 对崔圆十分冷淡。

某夜, 李尚书忽梦见自己披枷戴锁, 随着二、三百个人犯, 被兵士押送进一座大官衙的正堂, 逐个被呼名叫入。只见公案后边, 端坐着一位紫衣高官。定睛一看, 这位高官, 竟是崔圆。李尚书便在堂前石阶下, 哀求饶命。紫衣官人见状笑道:「暂且先把他押起来。」李尚书因此从梦中吓醒, 便把这个恶梦, 讲给自己的夫人听。李夫人听后说:「你应该厚待崔圆, 谁能说那梦不会应验呢? 况且, 做人不能势利眼, 他可能就是你的救命恩人。」

从此以后, 李家对崔圆格外优待, 把崔圆单独安置到另一院住, 又破例请他同自家人在中堂共餐。

几个月后, 崔圆准备辞行, 回江南求职。李尚书偕夫人, 设盛宴为崔圆饯行, 李的儿女均在座作陪。宴罢, 崔圆拜谢说:「连月蒙表丈人如此盛情款待, 不知如何报效才好。晚生自觉厚待过分, 只不知是何缘故, 恳请大人明示!」

李尚书笑而不答。李夫人说:「您是咱家嫡亲的表侄, 跟亲生子女一样, 怎么优待也不为过。再说什么恩慈, 就太见外了!」李尚书起身暂离席, 李夫人趁便说道:「你表丈曾做过一个奇梦, 贤侄不久即飞黄腾达。

有朝一日, 你表丈蒙难, 能搭救的, 只有贤侄一人, 那时您肯高抬贵手吗?」崔圆惊疑地说:「这怎么可能呢?」

李尚书回席, 又重述了一遍那夜的奇梦, 崔圆只是惊讶得说不出话来。李尚书又说:「江淮路远, 不是仕途上讲的捷径所在。我和杨国忠司空(官职名)很熟, 就把您介绍给他。」当时杨国忠是宰相兼西川节度使, 崔圆前去拜见, 很受杨的欢迎, 于是杨奏请提拔崔圆为节度巡官, 总管留守事宜。崔圆离京入川赴任之际, 李尚书赠以金帛, 厚礼相送。崔圆入川不足一年, 正遇安禄山反叛, 唐玄宗逃入川境, 杨国忠在马嵬坡被处死后, 崔便成了西川节度使, 旬日之间, 荣登宰相之位。

不久, 唐军收复长安, 安禄山所封的各色伪官, 中书令陈希烈等, 均被处决。李彦允也名列伪官, 都在惩办之列。当时崔圆升任中书令。负责具体地审问判决罪臣事务。因而把这二、三百罪臣伪官, 尽数派军队押解到大堂, 逐一点名判决。轮到李彦允时, 他高呼:「相公, 您还记得那年对您说的梦吗?」崔圆点头, 便判: 暂且收监。

过后, 崔圆表奏朝廷, 请求以自己的官位, 来换赎表丈李彦允之死罪。唐肃宗答应免李彦允的死罪, 改判充军发配岭南, 就这样, 救了李彦允一命。

事后, 李家有人议论讲:「李夫人当年说: 做人不能势利眼, 他可能是你的救命恩人: 正是这句话, 使李彦允得救了。其实李夫人的那句话, 对谁都是一种启示!」

(事据明代《永乐大典》卷一三一四〇)



业力。常人不知道在迷中业滚业或死后偿还地承受着, 或现世现报或来世再报。

还有中医的把脉是怎么发展来的呢? 我的体会是: 在以前我发现病人哪个部位有病, 我摸那部位时手也疼, 所以知道那是病灶, 而且和炼功的朋友交流也学会了遥诊, 我又发现用手指放在病人的寸、关、尺三部, 哪个脏腑有病, 我的哪个手指就疼或刺, 或不适, 如果按左寸、关、尺为心、肝、肾; 右寸、尺为肺、脾、命就和现在中医诊脉一样。慢慢再仔细研究, 如果没炼功的人就可以用脉的不同搏动现象总结出沉、浮、弦、滑、迟、数、濡、弱、涩等多种不同脉象来

诊断病人的疾病。所以脉象也是从小功能发展而来的。

我发现, 如果有功能的人, 对于不同的植物、草药也有不同的感应, 会知道草药的药性(寒、热、凉、温、平等)、味(苦、辣、酸、甜、咸…)及它的归经(十四经脉等)。

所以从中国古代的中医来看, 人们保持着先天的本能, 不受现代变异思想的影响, 就能够真正回到古代中医的水平。人有病和业力有关, 中医的医术和人的先天的本能有关, 这是从宇宙的特性“真、善、忍”这个法理上看, 也就是中医的奥妙就在于此。