

# 法轮功健康功效访谈录



“一个人选择什么样的方法祛病健身，完全取决于他在哪一层次上认识健康和疾病。不同的范畴，对疾病和健康就有不同的理解和认识，从而有不同的对应方法，效果也就截然不同。越微观、越接近根本病因，效果就越好。”

—— 摘 记

法轮功健康功效访谈录

◎ 郑翔

法轮功，又称法轮大法，是一种十分古老的修炼方法。他是 1992 年由来自中国长春的李洪志先生向社会公开传授的。修炼者多称，修炼法轮功使他们参透了人生意义，给他们带来了内心的祥和与宁静，更使他们长年的慢性疾病不治而愈。在短短的几年时间内，法轮功便成为海内外、东西方许多人生活的重心。出于好奇，笔者阅读了明慧网上刊登的一些修炼者的修炼体会，发现法轮功的祛病健身功效十分神奇。健康是人人都关心的问题，我决定采访几位在美国炼法轮功的医生和一位物理学博士，一探究竟。现笔录整理如下，与读者们分享。

※ ※ ※

笔者：杨森博士，您是北京清华大学毕业的，在美国获得物理学博士学位，并在摩托罗拉公司从事研究与开发工作多年。您是怎么开始炼上法轮功的？

杨森博士：我在 1982 年上大学时不幸患上严重的病毒性肝炎，曾住院治疗，并不得已休学一年。自那以后，每次定期复查肝功，我的各项指标从没正常过，我因此精神压力很大。来到美国以后，由于学业更加紧张，我的身体也越来越不支。我曾练过几种气功，都没有有什么明显的效果。1995 年夏天，我有幸从父母

那儿得到一本李洪志老师的《转法轮》。得到书的当天晚上，我就开始读了起来，读完一遍之后，我感到身心受到强烈震撼。

笔者：是什么震撼了你呢？

杨森博士：是修炼的法理。我第一次明白了真正的气功是指导人修炼的。修炼的关键在修心。修心的关键在于去掉各种不好的心态和习惯，以达到一言一行都符合“真、善、忍”这一大自然的本性。我也第一次明白了人得病的根本原因是由于在一个隐藏在很深空间里的能致病的能量场，叫病业。而消除病业的唯一途经就是修炼。

笔者：这对您的身体有什么影响呢？

杨森博士：那一段时间，我还没学炼功，但我很爱读《转法轮》，几乎手不释卷。每读一遍都有新的领悟。读书时，我感到有一股热流在全身流动，非常舒服。有时甚至感到似乎有只大手从我的肝脏里向外抓什么，这说起来让人难以置信。但十天以后，在我的肝区部位皮肤上出现了很多类似出血点一样的东西。几天后又消失了。二十天以后，我开始炼功，身体越来越好，感到身轻如燕，精力充沛。我一直没去查肝功。直到1998年12月公司要求雇员人人体检，我才发现我的包括肝功在内的32项指标全部正常。

※ ※ ※

笔者：李有甫医生，您在中国大陆时曾是武术气

功的教授，对气功作过科学研究，您本人也研习过太极气功，同时又是中医大夫。我知道您几年来修炼法轮功也颇有心得。杨森博士谈到，他在阅读《转法轮》时，身体就开始发生变化。这对我来讲，很难理解，您能否解释一下？

李有甫医生：人的精神和躯体本来就是密不可分的。当杨森博士心灵受到震撼并且不断地从阅读《转法轮》中获得感悟的时候，他的精神世界发生着剧烈的变化，他身体上感受到的热流，类似中医所说的“气血流通”。气血在情绪的影响下能滞也能动，气血的充足和流通是健康必不可少的。至于杨森博士肝脏所发生的现象则是修炼界特有的现象。大家知道，古今中外都有用功能治病的说法，在修炼界如果一个人产生了修炼的强烈愿望，并有功夫高深的师父愿意收其为徒，师父就会应用其功能为弟子清理身体，使其身体健康，不被病魔缠绕，从而能够开始修炼。杨森博士当时感到恍然大悟之后，产生了修炼法轮大法的强烈愿望，那么以后发生的一切也就不足为奇了。师父的层次不同，其功能的表达形式也不同，看来李老师的功能是通过《转法轮》这部著作传递的。

笔者：李医师，您的意思是说，如果当时杨森博士只想治好他的肝炎病而不是想要修炼的话，那么，不治而愈的事情根本就不会发生？

李有甫医师：一点不错。这正是法轮功的独特之处。他不同于一般健身的气功，不是一种治疗疾病的方法，而是教人修炼的方法，所以，他只为真修弟子

“清理身体”，在常人眼里这就是所谓的祛病健身了。不过，师父领进门，修行在个人。以后怎样还在于杨博士自己怎么去修。师父给他祛病是为了让他修炼，一旦他不修了或不按要求去修心性，那么，他得到的也会失去。

笔者：我以为练功就是练动作，通经活血，为何修心如此重要？

李有甫医师：这是由法轮功的根本法理决定的。依照法轮大法的法理，人体是一个小宇宙，有肉体也有精神，而我们赖以生存的大宇宙也有精神和“肉体”。而宇宙的能量(功)是永恒的，人体的能量(气)则是有限的。要想获得宇宙中永恒的能量，人就必须同化宇宙的精神。这个精神就是《转法轮》中详细阐述的“真、善、忍”。从中医的理论讲，人有气就会有病。气会衰，会脱，会逆，会滞，很难侍候。缮食起居，调心静息，运动打坐，针灸推拿，金石草药，都是在侍候这个气。当然，这是一个广义上的气，包括精气、血气、神气、经络之气、脏腑之气、水谷之气、先天之气等等。而宇宙的能量(功)则是健康不朽的，功越多身体越健康，衰老也越慢。所以，功是无比珍贵的。但是，正如李老师在《转法轮》里指出的，“功其实不是炼出来的，他是修出来的。”“你光去炼那些动作，心性提高不上来没有强大的能量加持一切，谈不上修炼，我们也不能把你当作法轮大法的弟子。”所以，修心是最重要的，这也是法轮功与其它气功的根本不同之处。

笔者：既然如此，为什么我们经常看到法轮功学员在户外炼功，好象炼功很重要似的？

李有甫医师：修心是无形的，炼功是有形的；炼功是间歇性的，修心则是无时无刻不断的。法轮功讲净化灵魂，也讲净化身体，所以也要炼功。法轮功的功法很独到。炼功部分旨在使百脉皆通，周天循环，促进能量交换，加快身体的净化。此外，随着修炼的提高，脉络还会不断增宽融合，最终融为一体。在中医来看，疾病的重要病机之一就是脉络不通，气滞血瘀，继而导致诸如痰瘀互结，久瘀生热等等。如果脉络增宽或融为一体这种状况就难以存在，则防病治病于未然。

※ ※ ※

笔者：法轮功里的法轮好象很重要又很抽象。杨博士，您对法轮的体验和理解是甚么？

杨森博士：刚刚修炼时，时常感到在小腹部位有能量旋转的感觉，有时这种感觉在其它身体部位也会出现。法轮不是一个肉眼可以观察到的实体，他是存在于一个非常微观空间里的能量体系，你能感受到他，却看不见他。用物理学的概念讲他存在于一个不同的空间里。知道他抽象就对了，只有对法轮功一无所知，并精神有问题的人才会在自己身上找什么法轮。

笔者：李医生您怎么认识法轮这个概念？

李有甫医师：法轮的确是一个重要的概念，《转法

轮》中有关于法轮的专门论述。大家可能知道，中医的重要理论基础是经络理论，这个经络系统就是我们的感官和仪器探测不到的能量结构体系。针灸就是通过这一摸不着看不见的能量体系的调整而达到治病的作用。中医的脏腑、气血等理论也都以经络体系的存在为基础的。中医中有一个穴位叫丹田，通过修炼，丹田处产生的能量团就是所谓的丹，它存在于人体的小腹部位，却让人看不见摸不着。修炼的人死后烧出的舍利子就与这个丹有关。法轮功中的法轮也是一个能量体系，修炼者可从师父那儿获得（能量是可以传递的），也能自己修出来。法轮功学员多能感受到法轮在体内的旋转。旋转的法轮可以纠正身体不正确的状态。不过说到底，只有修炼法轮功的人才会对法轮有一个准确的体悟。

※ ※ ※

笔者：我知道纽约有一位美国摇滚乐队的鼓手叫斯特林。他在事业的鼎峰时期染上了吸毒，不仅事业受挫，爱情夭折，还成了医院和戒毒所的常客。并得经常服用抗抑郁药。他称在修炼一个月后就烟酒不沾，更是与毒品绝缘。这已是四年前的事了，他还在电视上为此作证。卢阳医生，作为辛辛纳提大学精神科药物与酒精成瘾专业的教授，您怎么解释修炼戒毒这一现象？

卢阳医师：吸毒是一个严重的健康问题，它与犯



罪、精神抑郁、性病的泛滥都有直接关系。目前对成瘾缺少有效的治疗，唯一有一定效果的疗法为著名的12步疗法。这种疗法要求人们相信超自然的力量，清除自己一切不良的行为和思想，每周多次聚会从而获得一个集体的良好影响。精神空虚、追求感官享受、放纵情欲、逃避责任，这都是吸毒行为的常见原因。法轮功首先教导修炼者人生的意义和目的是通过修炼达到返本归真，使身心都恢复到原始最纯净的状态。法轮功要求修炼者放弃一切心理上、感官上对事物和行为的执著，而吸烟、喝酒、吸毒、赌博等行为正是很大的执著心使然，正是修炼要克服的。当一个人对修炼有了强烈的愿望，对成瘾的本质和危害有了透彻的认识，做起来也就容易多了。正如在开始中提到的师父为修炼者清理身体，炼功学法，都使身心迅速调整到健康状态。我所见到的法轮功学员，不管他们以前有什么样的不良瘾好，在他们修炼后很短的时间内都消失了。

※ ※ ※

笔者：吸烟也是一个很难改的习惯，我自己就面临这个问题。杨景端医生，我看过您在哈佛大学和在 国际抗衰老医学大会上关于法轮功与健康的演讲，您自己是医生，在国内大学做神经内科医生，在美国大学作精神科医生，喜好中医，打过太极，请您谈谈您的戒烟体验好吗？



杨景端医师：在大陆，年轻医生抽烟是普遍现象。我本人抽了十二年的烟，每天一包以上，还有连续吸烟的坏习惯。96年来到美国，一切从头开始，精神压力大，吸烟更多。常常咳嗽胸闷，曾经因担心肺部出了问题而去看医生，拍胸片。我虽然作了十几年医生，对于吸烟对健康的危害还是在美国复习考医生执照时才充分认识的。可是，我一直也没能戒掉这个坏习惯。98年10月，我开始阅读《转法轮》，并照着录像带炼法轮功动作。开始后的第一周我居然忘记了吸烟，到了第二周，想起抽烟就感到恶心。从此，我与烟无缘了。奇怪的是，酒喝到嘴里也不是滋味了。后来明白了，修炼法轮功是烟酒不沾的。只是这一切变化来得太快，太容易了。

笔者：吸烟的危害很大，为什么不将法轮功作为一种戒烟方法而向全社会推广呢？

杨景端医师：吸烟的危害的确很大。美国有约6000万人吸烟，每年死于与吸烟有关的疾病的就有约45万人，即每5个死亡的人中就有一个是因吸烟而死的。据我所知，中国大陆约有三亿烟民，吸烟会导致每年200多万人的死亡，是公共健康的头号杀手。法轮功能使他的修炼者戒烟，就是对人类健康的莫大贡献。我常想，中国政府要是把迫害法轮功的人力财力用在中国人的戒烟运动上才是真正关心人民的健康和国家的利益。

但是，法轮功既不是一种治病的方法，也不是一种戒烟的方法，而是一种教人修炼的方法。因此，修

炼可以纠正各种不正常的生理和心理状态，但这并不是修炼的目的，而是修炼的副产品。因此，这样的效果只发生在修炼人的身上。由于修炼不是常规的治疗方法，发生在修炼者身上事情是修炼中的现象。所以，修炼者的戒烟经历大多非常奇特。许多人在读《转法轮》第七讲或看李老师讲法录像第七讲有关修炼者不应再吸烟的章节后就不吸烟了，再吸烟便有不适的反应。这与不修炼的普通人停止抽烟后出现的生理和心理上的不适恰恰相反。最后，也是最重要的一点是，他们明白了生命的珍贵，接受了李老师关于人生命的真正目的是通过修炼达到返本归真，“要想好病，祛难，消业，这些人必需得修炼，返本归真……人要返本归真，这才是做人的真正目的。”这种强大的认知力量使他们产生了动力，改变了他们的心理状态，和行为习惯。因为他们知道，一切不良的行为和习惯都会影响它们的修炼。同时，许多人提到，修炼后的身体对烟酒这两样的东西也变得十分敏感和抵触。总之，如果你修炼法轮功你就一定能戒烟；如果你只想戒烟那就难说了。

※ ※ ※

笔者：胡宗义医生，您本人是病理科医生，又在美国国立卫生研究院从事多年医学研究工作，您自称是顽固的实证科学家，如今您却热心地向大众推介法轮功，这有点令我费解。

胡宗义医师：的确，这连我自己也没有想到。我虽然是医生，也做研究，但也面临和其它所有人一样的健康和疾病的问题。我曾患有慢性头疼症，ADVIL 是我必备之药品。来美国两年后，我得了严重的过敏性鼻炎，给生活工作带来诸多不便。我晚上常因鼻塞难以入睡，白天又疲乏不堪，难以集中注意力。我尝试了各种药物，效果甚微。也有友人向我推荐气功，均被我嗤之以鼻，并说朋友是封建迷信，没有科学头脑。所以，当我最初看李老师《转法轮》或听李老师讲法时，并没抱着治病想法，只是越看越听越觉得有道理。李老师不仅澄清了气功的概念，还讲透了许多人生的道理，传出一个人自我修身养性的方法。我渐渐开始修炼法轮功。两、三个月之后，几乎是在不知不觉中我身体上的病症全部消失了，这对我震动很大。我开始向亲朋好友推荐法轮功。我母亲炼法轮功之后不久，困扰她多年的慢性头疼也不治而愈。

笔者：那么，您的“科学头脑”和“医学知识”对这些超常的东西没有抵触吗？

胡宗义医师：开始时，我也感到困惑和矛盾，一边是我崇尚的医学知识和科学思维方式，另一边是发生在我身上不争的事实。我不得不反复思考。

笔者：结果呢？

胡宗义医师：首先，我想真正的科学是要用已知去探索未知，而不是用已知来否定未知。真正的科学家应该永远尊重客观现象，虚心地去学习和研究，并始终保持一个开放的头脑。

我现在认为，我所学习的现代医学还属于一个还相对比较浅表的特定范畴内的科学，是关于疾病的科学。换句话说，当人病到身体有了形态学和理化特性的改变，也就是说到了可见和可测的程度，我们才认识它们，并在这个认识的基础上对付它们。所以，我们要么发现疾病时已是晚期，如 80%的肿瘤在诊断出来时已经转移；我们要么对疾病发生的深层因素难以洞察，治疗方法局限于缓解和控制症状，如高血压、糖尿病等绝大多数慢性病；我们要么了解致病的因素，但却难以改变它们，如人的不良生活习惯和行为：吸烟，酗酒，吸毒，性乱，不运动，贪食甜腻等等。

然而，人身体是在能量水平出现障碍之后才逐渐表现出形体改变的。我曾就这个问题同杨景端医生进行过较深入的探讨。我们一致认为传统中医就是在一个较深层、较微观的空间里认识疾病和健康。它研究人体内个种能量的变化和相互作用，一切均在“气”的水平上。传统中医学连中药都是以气、味等能量概念来分类的，入的都是不同的经络系统，即能量通道；针灸更是对“气”的直接调理，一些“气”功运动也是通过调理“气”而达到健身的目的。因此，中医手段对保健，防病，养身，治疗功能性障碍效果较好。可以说，传统中医学是一个关于健康的科学。

法轮功所涉及的则是一个更深层更微观的空间范畴。他所针对的是导致各种能量障碍，继而导致各种疾病的根本原因。按照法轮功的法理，导致疾病的原因在于一个存在于极微观空间中的致病的能量场——病

业，而“德”是与病业相对立的能量场概念。要从根本上祛病，就得清除这个致病的能量场——业力；并培养好的能量场——德。法轮功就是指导人们通过修炼完成这样一个过程。从李有甫医生介绍的法轮功的修炼要求，你不难看出，修炼是对人整个生命的珍惜和看护。所以，从这个角度上讲，我们可以说法轮功是关于生命的科学。

由此可见，每个体系在它本身的范畴之内都是科学的，有道理的。所谓“不同层次有不同层次的法”（李洪志老师语）。一个人选择什么样的方法祛病健身，完全取决于他在哪一层次上认识健康和疾病。不同的范畴，对疾病和健康就有不同的理解和认识，从而有不同的对应方法，效果也就截然不同。越微观、越接近根本病因，效果就越好。这就是我之所以热心于推介法轮功的原因所在。不过，祛病健身只是法轮大法中的一部分，法轮大法本身是一个非常超常和博大精深的系统。

※ ※ ※

笔者：胡医生，看来您真是深思熟虑啊。朱彤医生，您是耶鲁大学培养的内科医生，您曾经告诉我您的一个患有高血压的女病人在药物控制不佳的情况下开始修炼法轮功，现在不仅血压正常，无须用药，还出现一些身体年轻化的现象。是不是各类病人都可以习炼法轮功呢？

朱彤医师：不是。那些患有危重疾病的人和精神病人不适合修炼。前者因其摆脱不掉治病想法，不能专心修炼。后者不能控制自己思想、感情和行为，因而不具备修炼人应该清醒，理智的基本条件。

※ ※ ※

笔者：徐建超医生，您是耶鲁大学培养的肾病专科医生，是耶鲁大学医院的主治医生和助理教授。作为医生，您怎么看待吃药和看病问题呢？

徐建超医师：客观地讲，现代医学发展还是很快的，它在人类与疾病的斗争中作出了巨大贡献。人类也为此做了不懈的努力，付出了很大的代价。但是，现代医学还很年轻，对疾病的认识还很有限，诊断和治疗方法也比较机械和单调，远远不能满足大众的健康需求。拿药物来讲，大多数药物是用来控制或缓解症状的，很少是能根治疾病的。而药物的毒副作用以及有限的疗效使很多病人难以坚持治疗。据统计，在美国，50%的病人都不服从医生的治疗。每年死于药物过敏反应的大约 14 万人；吃药对很多人来讲是不得以而为之。说药物能保障人类健康是对大众的误导。近几年心脑血管疾病和肿瘤的发病和死亡率的下降主要与人们生活习惯的改变有关，如戒烟，锻炼，低脂肪饮食等等。公众应该象法轮功学员那样，对自己的健康负责，防病于未然。

笔者：李有甫医生刚才从修炼角度谈了炼法轮功

对健康的作用。徐医生，您能否从现代医学角度谈谈您对炼法轮功和健康的关系。

徐建超医师：现代医学对健康的认识有了飞跃。2000年美国《现代诊断与治疗》一书明确指出：现代医学模式是生物-心理-社会-心灵模式。在这里，心灵是最关键的。

心灵与宗教不同，它是一个超越文化和宗教的人类共同关心的问题。它是指一个人试图理解和接受其生命背后的意义；与自己和他人的关系；自己在宇宙中的位置；以及宇宙中“更高级生命”的存在。法轮功修炼者相信，人的生命来自于美好圣洁的宇宙空间，是无比珍贵的，由于偏离了宇宙的精神“真善忍”而成为人，有了一个会生老病死的身体和一双看不到宇宙真相的眼睛。法轮功的修炼者将人生的根本目的看作是同化宇宙精神，找回自己纯洁的本性，返本归真。他们珍惜他人有如珍惜自己；他们相信更高级生命的存在并希望通过修炼能重新成为更高级的生命。法轮功修炼者还相信，只有人才能修炼，只有生活在复杂的常人社会里，面对矛盾，压力，诱惑，荣辱，毁誉等磨难来“劳其筋骨，苦其心志”，才修得最快最扎实。

这样的愿望决定了法轮功学员无比珍爱自己 and 一切生命，绝不会以任何形式伤害包括自己在内的任何生命。为了修炼，他们毅然戒掉各种有害心身的行为习惯和嗜好，从而杜绝了70%以上的致病因素。他们在生活中崇尚“真善忍”的原则，待人真诚善良，不



怕吃苦，不怕吃亏，遇到矛盾找自己。因此，那些能给人们带来心理压力和负面情绪的事情反而为修炼者提供了提高心性的机会。精神压力是导致包括猝死在内的多种急慢性疾病的重要因素，修炼使人避免精神压力的困扰，也杜绝了许多疾病的根源。

人们只看到法轮功学员可以不吃药，却往往忽视了他们天天起早贪黑，日复一日年复一年地炼功学法。其实，他们对修炼的投入是普通人难以理解和做到的。显然，法轮功在心灵，社会，心理和生物四个层面为它的修炼者提供了健康指导和方法。

至于人如何对待疾病和健康，是每个人自己要作的选择。不吃药本身并不能给人带来健康，就象吃药并不一定就能治病一样。关键在于你平时如何对待你的生命，身体，和健康。我自己过去患严重哮喘病，修炼法轮功后，就和急诊室无缘了。不是不吃药了，而是不再需要吃药了。因为法轮大法教会了我如何珍惜生命，善待自己的身体和培育健康。胡医生刚才讲的好，人在那一个水平上认识健康和疾病，就会在那一个水平上对待健康和疾病。幸运的是，法轮功给了我一个新的选择的机会。

笔者：美国现在流行所谓的替代和补充医学，是不是和你讲的现代医学的局限性有关？

徐建超医师：正是。现代医学在美国的迅速发展恰恰使美国人更快更早地认识到现代医学在疾病治疗和保健上的局限。他们普遍认识到，现代医学不仅对绝大多数慢性疾病不能有效治疗，而且在保健和疾病

预防上办法也不多。因此，美国公众自觉地在各种非正统医学和医疗中寻找答案，这些疗法种类繁多，如瑜珈，草药，针灸，气功等。哈佛大学的一项调查显示，1998 年美国有约 40%以上的人曾使用非正统医疗手法，自付医药费达 270 亿美元。这使得美国主流医学社会不得不面对现实，虚心学习。美国国立卫生研究院于 1992 年建立了专门的“补充与替代医学研究中心”，经费由刚成立时的 200 万美元增加到 2000 年的 6800 万美元。全美有十几个大学研究中心均在对包括草药、针灸、正骨、瑜珈、气功、祈祷、心灵成长等进行系统研究，并获得了十分积极可观的成果。目前，在西方主要国家都有越来越多的人练习法轮功，也是出于同样的道理。

笔者：中国人由于受传统佛道文化和传统中医的影响，接受法轮功的理念没有什么困难。可是，居然也有很多西方人虔诚地信奉、修炼法轮功。

徐建超医师：法轮功最早在中国传播，李老师是中国人，他用汉语讲法与著书，讲法中涉及到很多中国传统文化概念。不过，我个人认为，中国人并不一定就比西方人更容易接受法轮功。因为，在过去的 50 年里，在中国大陆的普及教育中，传统文化信仰完全被西方马列主义取代；虽然在我们的日常口语中常用“觉悟”、“圆满”、“道德”、“缘份”、“积德”、“行善”等来源于修炼文化的词汇，但我们这几代人对佛道神的概念很陌生，对上述词语的真正涵义不甚理解。我们许多人往往将传统信仰文化等同于封建迷

信。传统中医虽然在中国有实用价值，但一般人对中医理论所知甚少，甚至一些中医学院的毕业生也对中医理论持不解或怀疑态度。而在文化环境自由、不同学说各行其道的美国和其它发达西方国家，人们可以择其所好、任意探索尝试。因而，在世界范围内出现了一批对东方传统文化很有兴趣并颇有研究和了解的西方人，其对修炼等问题的理解绝不在东方人之下。

※ ※ ※

笔者：我相信练功能健身强体，并对某些慢性疾病有效，但让我不解的是有些癌症病人在炼法轮功后不久也痊愈了，如台北的一位工程师林国荣先生曾患有前列腺癌，瑞典的塞维克女士曾患肺癌，加拿大的康妮女士曾患乳腺癌等。我想象不出炼功、修真善忍如何能治愈癌症。封莉莉教授，您是贝勒大学医学院内科教授，是分子生物学和免疫学方面的专家，您是否能就这个问题谈谈您的看法？

封莉莉教授：从法轮功的法理上认识，癌症的本质还是业力，并不比其它疾病更特殊。上面各位医生谈的都适用于回答您的问题。

多数人都把“真、善、忍”看成是精神范畴的。然而，最近越来越多的学者和研究人员在一些非常专业性的杂志上发表文章，探讨精神与身体的不可分割性以及人的精神状态对身体健康和疾病预后的直接影响。

法轮功的法理对我理解繁杂的生物系统有很大帮助，我也喜欢用生物学的例子来表达“真善忍”的原则。比如讲，作为生命的基本单元的蛋白质是由20种氨基酸构成。这20种氨基酸又是由64个密码子编码的。而每个密码子是由三个核苷酸组成的三联体。显然，有些氨基酸是被多个密码子编码的。三联体中的第三个核苷酸是唯一最可变的，但通常无论变成四种核苷酸中的任何一个核苷酸，被编码的氨基酸都不改变。这体现了高度的容忍性。三联体中的第一个核苷酸相对来说是不可变的，改变就意味着改变氨基酸，它体现的是真实性。第二个核苷酸在三联体中虽然相对也是不可变的，但起着一个承前继后的联系作用，因此它具有善的特点。简单地说，生命的密码子编码氨基酸的过程就体现出真善忍特性。没有真善忍，生命似乎便无从开始。

笔者：这个提法很新颖。

封莉莉教授：其实，人体免疫系统处于最佳状态时表现的也是真善忍。比如讲，免疫系统的各种细胞和分子的真实存在，表现的是真；一个简单的免疫反应会牵涉到所有免疫细胞几百种乃至上千种分子，这些分子之间及分子与细胞之间进行正常的功能性对话和联系体现的是善；免疫系统在消除异己和排除入侵的微生物时，还要有对自身的分子，细胞和组织的容忍性，保障机体不会出现自我残杀（自身免疫病），充份体现了忍。可见，免疫系统的特点几乎全部可以涵盖在“真、善、忍”这三个字里。缺少了“真”，就

会出现各种免疫系统的基因病和细胞缺陷或缺失；没有了“善”，细胞和分子之间的对话和合作就会出现障碍；而如若免疫系统失去了“忍”，机体就会出现各种自身免疫性疾病，甚至会导致怀孕的母体排斥自己的胎儿。

生命的真善忍特性解释了为什么很多不治之症的自愈常常会发生在生活乐观的人群。精神上的乐观豁达可以使生命系统达到最佳自我调控，从而使机体回到最佳状态。法轮大法修炼者主动积极地同化真善忍的过程，就会对神经、内分泌、免疫系统、细胞以及基因调控产生正面的影响。也许，当人在心灵、社会、心理水平上做到真善忍，其生物水平的真善忍也就会充份展现出来。生命本来就应该是健康的。

笔者：听说您和您的助手在作一些有关法轮功的研究？

封莉莉教授：是的。法轮功的第二套功法一抱轮是一个与众不同的高位站桩功，其中有三个动作都是围绕着头部进行的。颅内有个最重要的器官——松果体，被17世纪的哲学家，数学家，和现代科学的奠基人笛卡特（1596—1650）称为“灵魂的坐椅”，是天目的基础，同时又是体内产生 Melatonin 的唯一器官。Melatonin 的受体遍布全身，对人体的各个系统及其抗衰老都至关重要。我已有初步数据表明，许多法轮功修炼者的 Melatonin 的水平是升高的，这或许可以解释部份法轮功的健身功效。而我们对精神与内分泌、精神与细胞和精神与基因调控等研究也

都在进行之中。

最后，我想指出，我们刚才的认识只是我们个人对法轮功的体悟，不代表法轮大法。对法轮大法有兴趣并想真正了解法轮功的应该阅读李洪志先生的著作。

笔者：谢谢各位。我一定拜读李先生的原著。

## 附 1. 国内调查表明法轮功有祛病健身的奇效

1998 年，在北京、武汉、大连及广东省分别由当地医学界组织进行了对当地法轮功修炼人群的五次较大规模的医学调查，被调查者近三万五千人，其中 50 岁以上的占 62.1%，修炼前患一种以上疾病的占 90% 以上，且疾病种类分布很广，包括过敏、癌症、心血管和肺病、伤残、内分泌疾病、肝脏和消化疾病、偏头痛、肌肉和骨骼疾病、泌尿系统疾病和其它疾病等，尤以消化系统疾病、骨关节性疾病和心血管系统疾病为最多。

调查结果显示，修炼法轮功的祛病健身总有效率高达 98% 以上，其中痊愈及基本康复率在 70% 以上，被调查者的心理状况和精神状况也得到极大改善，他们所节约的医药费（平均每人每年 2600 元）为国家和集体创造了可观的经济效益。

曾参与广东省法轮功学员健康调查的第一军医大学病理教研室教授胡明钦撰文总结如下：

第一，绝大部份学员在修炼后身心健康状况迅速得到了改变，其速度和效果令人惊奇。有的在听完李老师讲课或在家看书三五天内就出现了症状消失、全身一身轻的感觉，大部份在数月或一到两年之内能达到疾病症状完全消失或好转。

第二，许多学员在炼功前是有名的“药罐子”或医院常客，炼功期间他们竟然能做到不需继续吃药和打针，而疾病不会加重与复发，反而身体状况越来越好，这其中既有正在进行化疗的肿瘤患者，也有被医生告知不能停药治疗的糖尿病患者。这些现象若站在现代医学的角度上看是完全是超常的。

第三，在修炼前患病的学员中，有一些是患有医学上认为的顽症、绝症或疑难病，他们有的被医院判了“死刑”，有的被权威专家下了无法治愈的定论。可是通过修炼法轮大法，他们却奇迹般地得到了康复，经医院复查，癌细胞消失，绝症杂症消失，恢复了健康。

第四，在法轮大法修炼者中不但病症消失，而且身体普遍出现向年轻方向退的现象。老年修炼者出现皱纹减少，头发变黑，脸色红润，皮肤光滑等“返老还童”之状。特别难以解释的是，许多老年妇女还会重来例假，其中连 88 岁高龄的老年妇人也出现了重来例假现象，向年青方向返退。

还有一点很重要的现象是通过修炼，学员普遍地戒掉了不良嗜好，武汉报告显示 99.5%的学员戒掉了吸烟、饮酒和赌博。这样的情况也是现代医学难以想



象的，目前现代医学对成瘾问题基本上是没有有效的办法。

综合上述结果，可以看出法轮功的修炼为学员在生理、心理、家庭、社会及精神各层面带来了极其显著的正面影响。

## 附 2. 台湾法轮功修炼者身心健康调查报告近期间世

据台大经济系助理教授胡玉蕙博士 2002 年 12 月 28 日发表的一项调查报告显示：法轮功学员修炼后，一年只用一张健保卡者达百分之七十二，几乎是修炼前的一半。

报告指出，法轮功对于戒除不良生活习惯有显著的效果。81%的戒烟率、77%的戒酒率、85%的戒赌率，还有 85%完全戒除吃槟榔的习惯，这些数据证实了修炼法轮功对于社会风气的确有正面且显著的效益。

这项研究也说明了，法轮功对心理情绪的帮助很大：对自己健康状况满意程度，从修炼前的 24%大幅上升到 78%；对自己日常活动能力的满意度，从修炼前的 36%上升到 81%。此外有 33%在修炼前有紧张、忧郁等倾向，修炼后只剩下不到 3%的人有此感受。

# 一帆风顺



诚心相赠      请您珍惜