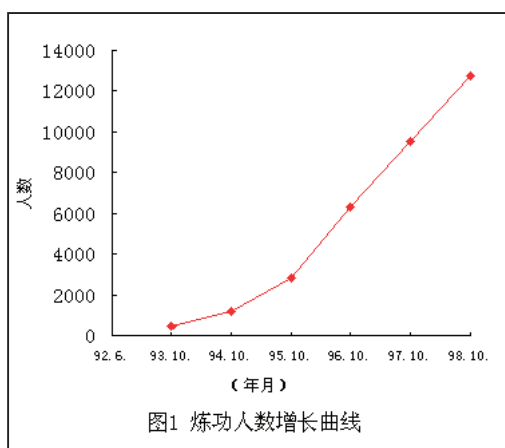


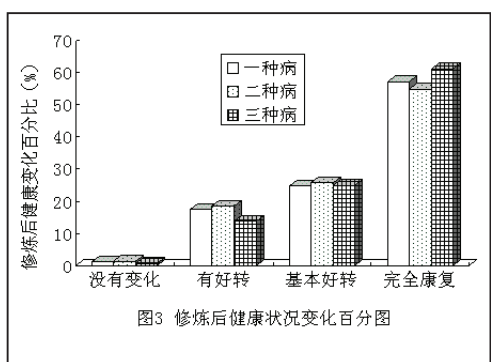
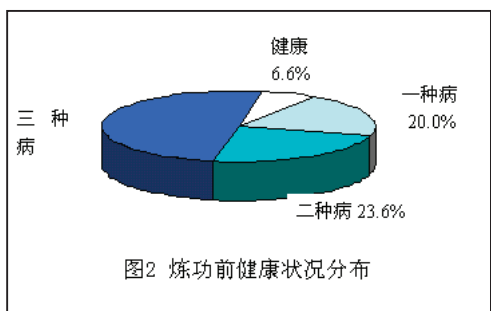
法輪功健身功效北京萬例調查報告

[摘要]:對北京市五個城區部份法輪功修煉群眾進行祛病健身功效統計學調查,有效調查人數12,731例。統計分析結果顯示,法輪功祛病總有效率為99.1%,完全康復58.5%;體質增強80.3%;精神狀況得到改善96.5%。調查說明,法輪功在祛病健身方面功效顯著,是利於人們身心健康的好功法。



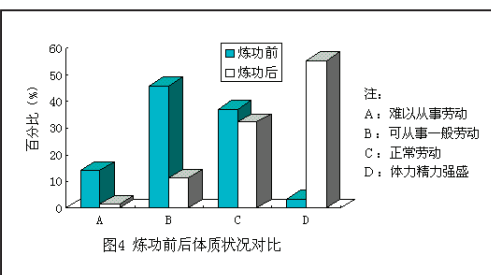
1)。由修煉人數增長曲線可見,學煉法輪功的人數逐年遞增,增長迅猛,幾乎呈直線上升趨勢。

3.4 修煉前後健康狀況比較:調查結果表明,修煉前患一種疾病的有2,547人,佔20%,患二種疾病的3,004人,佔23.6%,患三種以上疾病6,341人,佔49.8%,有病人數合計11,892人,佔總調查人數的93.4%,見圖2。修煉後健康狀況變化見表3,完全康復6,962人,佔58.5%;基本好轉2,956人,佔24.9%,修煉後祛病總有效率為99.1%。將三種不同程度患病者修煉後身體變化狀況,作健康狀況變化百分圖(圖3)。



3.5 醫療費用節省情況:統計結果顯示,被調查人群每年總共可節省醫療費約4,170萬元,平均每人每年節約醫療費約3,270元。

3.6 修煉前後體質狀況比較:表4顯示被調查人群修煉前後體質狀況。經計算,修煉後體質得到增強者9,871人,體質改善率80.3%;其中“體力精力強盛”者從修煉前3.5%增加到修煉後的55.3%。圖4比較了修煉前後被調查人群體質狀態的分布百分比。



3.7 修煉前後精神狀況比較:調查結果表明,修煉前精神負擔重和較重者佔52.4%(見表5)。修煉後12,287人精神得到改善,佔總人數的96.5%;其中達到“樂觀豁達”程度的有7,202人,佔56.6%;“有較大改善”3,447人,佔27.0%;“有一定改善”1,638人,佔12.8%(表6)。

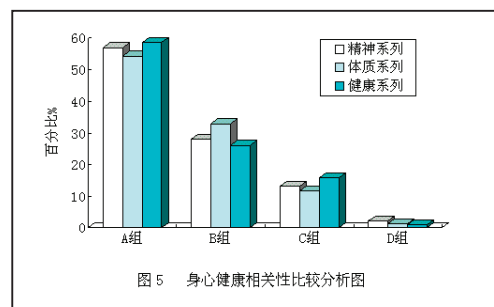
3.8 健康無病者修煉前後體質與精神變化比較:839位修煉前健

康無病者佔總數的6.6%,對這部份人體質和精神狀況的分析結果如下:

體質狀況變化:經計算,839人中,修煉後486人體質狀況增強,佔57.9%。

精神狀況比較:839人中,修煉後精神狀況有改善者742人,佔88.4%(見表7、表8)。

3.9 身、心健康相關性分析
將精神、體質、健康三方面在修煉後的變化情況進行橫向比較(圖5),做身、心健康相關性分析。圖5中精神、體質、健康三系列與修煉後身心變化各項程度指標的分類對應關係見表9。由圖5可見,疾病的康復、體質的增強和精神狀況的改善相互成正比例關係。



4. 討論

(1) 祛病健身,真正使人達到健康的標準

本次調查有效參加人數為12,731人。調查結果表明,93.4%的人在修煉前身體處於有病狀態;49.8%的人患有三種以上的疾病。通過學煉法輪功,修煉者身體得到不同程度改善,總有效率達到99.1%,其中完全康復達58.5%。對比修煉前後體質狀況改變,80.3%的人修煉後體質得到增強;其中“體力精力強盛”者從修煉前的3.5%增加到修煉後的55.3%。這說明法輪功在祛病健身方面有顯著功效。現代醫學對健康的概念包含兩個方面,一是有一個健康的機體,二是有一個健康的心理。本次調查結果表明,學煉法輪功後12,287人精神狀況得到改善,佔總人數的96.5%。

隨著社會的發展,人們物質生活水平得到提高,對強身保健提出了更高的要求,我國一直在提倡全民健身運動。調查結果表明,學煉法輪功的人數逐年遞增,而且增長迅猛,幾乎呈直線上升趨勢。法輪功擁有如此眾多的修煉者,能被這麼多的群眾認識和接受,這也說明法輪功在祛病健身上確有實效。

(2) 節省醫療費用和醫療資源
本次調查結果顯示法輪功修煉者每年每人平均可為國家節省醫療費約3,270元,為國家節省了大量的醫療費用和醫療資源,給社會、家庭減輕了負擔,效益明顯。這說明法輪功是利國利民的好功法。

(3) 修煉者精神狀態改善是真正達到祛病的重要因素

調查結果表明,有83.6%修煉法輪功的人精神狀態明顯改善。通過對修煉前後身體狀況、體質狀況以及精神狀況進行橫向分析

表1, 各年齡段修煉人數

年齡段(歲)	0~10	11~20	21~30	31~40	41~50	51~60	60歲以上	合計
人數	44	176	608	1,071	2,241	3,498	5,093	12,731
%	0.3%	1.4%	4.8%	8.4%	17.6%	27.5%	40.0%	100%

表2, 修煉時間及修煉人數分布

修煉時間(年)	<0.5	0.5-1	1-2	2-3	3-4	4-5	>5	合計
人數	1,527	1,656	3,236	3,467	1,618	741	486	12,731
百分比	12%	13%	25.4%	27.2%	12.7%	5.8%	3.8%	100%

表3, 修煉後健康狀況

	完全康復	基本好轉	有好轉	沒有變化	合計	有效總數
人數	6,962	2,956	1,867	107	11,892	11,785
百分比	58.5%	24.9%	15.7%	0.9%	100%	99.1%

表4, 修煉前後體質狀況

	難以從事勞動	可從事一般勞動	正常勞動	體力精力強盛	合計
修煉前人數	1,788	5,799	4,700	444	12,731
百分比	14.4%	45.5%	36.6%	3.5%	100%
修煉後人數	171	1,442	4,085	7,033	12,731
百分比	1.3%	11.3%	32.1%	55.3%	100%

表5, 修煉前精神狀況

	精神負擔重	精神負擔較重	一般	樂觀豁達	合計
人數	3,075	3,598	5,311	747	12,731
百分比	24.1%	28.3%	41.7%	5.9%	100%

表6, 修煉後精神狀況

	沒有變化	有一定改善	有較大改善	樂觀豁達	合計
人數	444	1,638	3,447	7,202	12,731
百分比	3.6%	12.8%	27.0%	56.6%	100%

表7, 健康無病者修煉前精神狀況

	精神負擔重	精神負擔較重	一般	樂觀豁達	合計
人數	72	87	523	157	839
百分比	8.5%	9.5%	62.3%	19.7%	100%

表8, 健康無病者修煉後精神狀況

	沒有變化	有一定改善	有較大改善	樂觀豁達	合計
人數	97	126	167	449	839
百分比	11.6%	15.0%	19.9%	53.5%	100%

表9, 精神、體質及健康系列與變化指標分類對應關係

	A組	B組	C組	D組
精神系列	樂觀豁達	有較大改善	有一定改善	沒變化
體質系列	體力精力強盛	正常勞動	可從事一般勞動	難以從事勞動
健康系列	完全康復	基本好轉	有所好轉	沒變化

比較,結果顯示疾病的康復、體質的增強與精神狀況的改善之間存在著密切的聯繫。現代醫學模式認為,人的疾病是由社會因素、環境因素及生物因素三方面造成的;這三方面因素在很大程度上是通過精神作用對身體造成影響的,從而導致疾病和不健康狀態。由此可見,精神因素在人的健康方面起著至關重要的作用。法輪功修煉的一個突出的特點是要求修煉者把提高思想境界放在首位。首先從提高人的思想、道德情操上真正改善人的精神狀態,從而帶動外在身體達到理想的健康狀態。修心加上煉功,這對修煉者身心健康的改善和增強是顯而易見的。

通過學煉法輪功,修煉者普

遍確立良好的生活態度,提高個人的道德修養,使社會人際關係、公共道德觀念得到改善,這些都積極地促進了社會精神文明建設。人類精神文明的進步,必將創造良好的社會穩定環境,造就美好的心靈,使人們的身心達到真正的健康。人們心性的提高,必將帶來整體的昇華。

另外需要特別提到的是,從這次調查的數據可以看到,法輪功修煉者中有相當一部份人在學煉法輪功之前身體是完全健康的,他們學功的目的完全是出於對祖國傳統文化的熱愛,並為法輪功深奧的功理所吸引。

參加人員:(姓名職務 工作單位 職稱 等略去 *明慧編輯部注)

花鳥工筆畫

遼寧大法弟子被非法關押獄中時所畫(右圖)



詩歌：浩歌震穹蒼

文/劉小宇

紛紛世間事 滾滾東流水
瞬息是千年 人生幾十回
生生皆是戲 戲戲皆是淚
戲中誰是我 戲散我是誰
輾轉看今生 天下盡渾渾
修煉心酸事 風雲又一程
法徒不言苦 方里隨師証
浩歌震穹蒼 坦蕩天地行