

# 實驗表明：打坐不是體操 敬神才是關鍵



法輪功學員在打坐

近年來打坐(Meditation)在西方社會越來越時興。而相關研

究也表明打坐對於放鬆身心確實有莫大的好處。最近研究人員們還發現，打坐對人的作用有其精神基礎，而不僅僅只是一種坐在那裏不動的特殊體操。

2005年9月2日的《新科學家》雜誌報導了一個相關研究：參加研究的志願者(學生)被分成三組，其中一組被要求在打坐時思想集中在「神是博愛」，「神是和平」這樣的精神概念上；第二組學生思想集中在「我很幸福」，「我很高興」這樣的世俗概念上；第三組學生僅僅是普通的放鬆。

志願者們被要求每天習練20分鐘，持續兩週。在每星期的開始和結束時，研究人員對他們進行情緒心理測試：以及疼痛的耐力測試——受試者將手放在攝氏2度的冷水中，覺得太冷時便拿出來。

結果發現參與第一組帶有精神因素打坐的學生在焦慮程度上明顯比其他兩組學生低，而他們對冷水的耐受時間是其他人的兩倍。

主持這項研究的俄亥俄保凌格林州立大學的博士沃其赫爾茨(Amy Wachholtz)認為，帶有精

神內涵的打坐比純世俗的打坐放鬆對人的效果要明顯的多。「精神打坐中可能有某種獨特的內在因素，而這是純世俗的打坐放鬆所做不到的。」她說。

另外研究還顯示，打坐的效果同志願者的宗教背景沒有關係，而真正造成差別的是內心所關注的事情。

這項研究對於越來越多的打坐愛好者來說無疑是一個啓示。許多人把打坐看作是單純的體操，還有人相信正面積極的心理狀態是關鍵(從根本上這是不信神的現代科學的理解方式)。然而諸

如「我很幸福」，「我很高興」這樣的世俗正面心理狀態卻達不到那麼明顯的效果；而只有充滿對神的感激敬仰的思想才能有更大的效果，這究竟是為什麼呢？另外，這項研究在對志願者分組時考慮了宗教背景的影響，可以說結果同每個人的宗教等背景無關。這就使得參試者對慈悲和諧的神的敬仰超越了狹隘的宗教限制，至少從結果看，真正起作用的並非宗教本身，而是在更大包容意義上的對神的敬仰。



## 輪迴漫談：古羅馬時代造業 今生仍在償還

患有殘疾和不治之癥，是人生的一大不幸。當看見別人健康、充滿活力，而自己卻被病痛折磨得痛不欲生時，人們往往會抱怨上蒼對自己為什麼如此不公？為什麼不幸偏偏發生在自己的身上？原因很多，其中因果報應是非常主要的一項。

吉娜·瑟敏納拉博士在她的《生命多世》一書中，記載了美國近代最著名的預言家愛德加·凱西通過對患者前世的「解讀」進行診治的案例。愛德加·凱西具有在催眠狀態下，於數千里之外給病人進行「遙診」的特異功能。

凱西一生受到過許多懷疑和非議。哈佛大學曾派慕斯特博格醫生調查凱西，結果親眼所見的事實使這位醫生深信不疑。凱西在弗吉尼亞海灘期間，有不少來訪者前來打假，其中有一個叫托馬斯·薩格魯的人，經過仔細查證他不僅相信了凱西的能力，而且還專門為此寫了一本書《有一條河》。凱西篤信宗教，為人誠樸，從未

利用自己的能力求名求利。在他離開人世後的半個世紀中，有很多關於他的書籍出版。

凱西一生留下近一萬五千條解讀被存檔，其中很多涉及被解讀者的往世。吉娜·瑟敏納拉博士的《生命多世》一書對這些前世解讀進行了詳盡深入的整理和分析。在這些解讀案例中有多個今世傷殘案例可追溯到古羅馬時代，這些案例的主人翁在那個時代都直接或間接地參與了對基督徒的迫害。

其中一位是45歲的婦女。在她36歲時因患脊髓灰質炎而癱瘓，以至不能行走，只能靠輪椅代步。在她嚐試了各種治療方法後，找到凱西做前世解讀，解讀後得知，她今生癱瘓的起因是因為她在古羅馬時期造的孽。公元37-68年，羅馬暴君尼祿瘋狂迫害基督徒時，她是王室成員。她當時在競技場中對那些被傷殘者不但沒有一絲憐惜心，反而大聲嘲笑。嘲笑的代價

就是今世的癱瘓。

另一個案例的主人翁是一個女孩子，她的前世曾經是尼祿王朝時的一名貴族，常以在競技場中觀看迫害基督徒為樂，特別是在觀看一個女孩子的身體被獅子撕爛時竟然大笑。這個以殉道者的痛苦為樂的貴族，今世得以髒關節結核的病痛來償還她的罪業。

還有一名是電影製片人，17歲時得了脊髓灰質炎，腳有輕度的癱瘓。在對他的前世解讀中也涉及到羅馬時期對基督教的鎮壓事件。他當時是一名士兵，被送去鎮壓沒有做任何抵抗的基督徒們。他造了業不是因為作為軍人服從命令，而是由於譏笑那些堅持自己信仰的人們。今世的傷殘是要讓他從內心覺醒。

最後一位是一個男孩，16歲時因車禍脊柱被撞傷，自第五節脊椎骨以下完全喪失了知覺，不能動，只能依靠輪椅。7年半後，他23歲時，他母親請凱西為他做生命

解讀，追述了他的前兩世的轉世情況。其中一世，他是基督教早期時的羅馬士兵，是個自負的人，對迫害基督徒持幸災樂禍的態度，並直接參與迫害基督徒。因此，今生的他就得忍受痛苦的煎熬。

對以上例子的生命解讀為這些飽受痛苦的人找到了緻病的根源——是因為他們曾經嘲笑、迫害那些堅持正信的人們。衝時，生命解讀也顯示在表面的緻病原因之後，似有更深層的、不為人知的緣由，冥冥之中有股無形的力量在操縱著人的命運。這也證實中國千年古訓：「積善有善報，作惡有惡報」，不是一句虛言。前兩例中的主人翁雖未直接參與迫害，但善惡不分，他們在今生就要為前世的無知、無情的行為付出痛苦的代價。那麼那些直接參與迫害的人，尤其是第四例，在青春年少時就嚐到那生不如死的痛楚。因果輪迴，報應不爽，要免報應，須把因果牢記在心中。

文/子君

## 神奇瘋婆婆的故事

在河北省保定地區流傳著一個神奇「瘋婆婆」的故事。

其實是真人真事，現在很多七、八十歲的老人親眼見過她。她是保定地區高陽縣人，死在保定市清苑縣國公營村。現在保定東郊國公營村還有給她修的廟宇，每年農曆三月三的廟會是因她而起的。廟會很大，她的廟香火很盛，三月三廟會那天，不僅保定的人，許多天津、北京，甚至上海的人不遠千里都來給她燒香。

在上個世紀三四十年代保定地區許多地方都曾見過一個「瘋老婆兒」，背著一個小包袱，裡面裝著香火，手裡舞著一根棍子，邊走邊唱「順口溜」。她獨自一人，常常借住在農家或廟堂裡。人們給她飯吃，得先給一支香(指敬神用的香)，否則不吃。遇到廟堂，她就先把裡邊打掃乾淨，然後燒香拜神佛。她和當地「嘛嘛」(指用民間小道治病的人)時有來往。她唱的「順口溜」挺古怪，當時的人理解不了，就說她「瘋」，叫她「瘋老婆兒」。隨著歲月的流逝，年代的推移，人們逐漸發現，她唱的「順口溜」都應驗了，沒有一句是虛的。

我的父親今年七十五歲，很小的時候也親眼見過她，她在我們村還住過一段時間。當時有幾個很壞的少年常欺侮她，當她在廟裡燒香拜神時，在背後用土坯頭偷偷的拍她，有時把她拍的半天才能起來。她就說，誰拍我來著？遲早得把你槍崩了。後來確實都應驗了，那幾個少年不是被日本人給用槍打死了，就是在文革中亂槍打死了。

現在一提起「瘋老婆兒」，很多都明白了，原來她不是真「瘋」，是修煉的人，是神在指使她告訴人們什麼，在「度化」著這一方水土的善良的人們。

她唱的「順口溜」，在群眾中廣為流傳，由於沒有文字記載，很難收集完全和準確了，現將收集到的一些整理如下：「花錢沒有眼兒，抽煙沒有桿兒，穿鞋沒有

臉兒」

註：過去花帶眼的銅錢，用煙鍋抽碎煙葉，穿家做的鞋；現在用紙幣，抽煙卷，穿奇形怪狀的鞋。

「樓上樓下，燈頭朝下」

註：過去住平房、點油燈，現在許多人住樓房，用電燈。

「蓋屋不用柁，媳婦使著婆，蓋房不用梁，媳婦當親娘」，「千年的古道走成河，千年的媳婦熬成婆」

註：過去兒媳婦比婆婆在家地位低，現在反過來了。

「拿著兒女當親娘」

註：過去各家孩子多不太看重，現在計劃生育每家一個孩子，對孩子溺愛。

「劊(qiao)騾子劊馬，還要劊人」

註：指中共的計劃生育。劊：指養殖中對動物進行手術，使之沒有生育能力。

「屍骨成山，血流成河」，「敲了又敲，淘了又淘」。

「粗蘿篩細蘿揮，剩下的是活神仙，好人在樹尖也死不了，壞人鑽老鼠窟窿也跑不了」。「粗蘿篩了細蘿揮，十人就有九人死，剩下一人當神仙」……

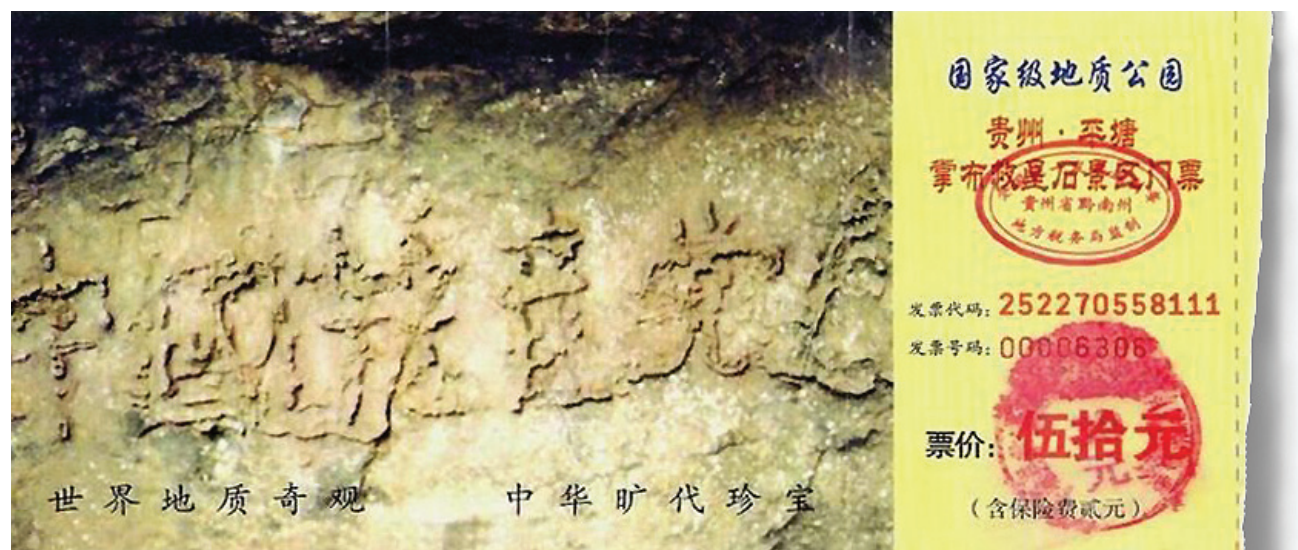
前邊幾句是預言過去幾十年的事，都應驗了。最後三四句顯然是在告示善良的人們，人類將面臨巨大的淘汰，也可以說是「大劫難」吧。其中最後兩句和韓國著名預言《格庵遺錄》中說，「十戶難剩一」與中國明朝劉伯溫的《太白山碑文》中的「貧者一萬剩一千，富者一萬剩二三」，驚人的一致。

更令人驚奇的是，在河北保定市順平縣魚鄉寨子村，現在也有這麼一個人，四十多的男子，也是「瘋瘋癲癲」的，也是光唱「順口溜」，每次唱的一段時間後也都應驗了。他說他要是不去唱，他就會

難受，而且這兩年早上四點就起來唱，很是著急似的。象八九年「六四」，二零零三年的「非典」等發生前都唱過，「非典」前兩個月，他唱，「集上沒人，廟上沒人，學校關門」，「非典」來了人們才明白。而且也唱了關於「大劫難」的事：「先叫惡人得點甜，再把惡人全收完」，「十村剩一村，十人剩一人」等等。

那麼，他們所說的這「大劫難」，究竟什麼時候出現呢？明代劉伯溫的《太白山碑文》中有「難過豬鼠年」之說。古老的瑪雅預言說，一九九二年到二零一二年是宇宙的更新期。

在貴州平塘縣掌布風景區有一塊二億七千萬年前形成的大石，這塊石頭從高崖上墜地後，一分為二。二零零二年六月被當地村民發現石頭斷裂面上有字，可以清晰的辨認出藏有六個大字「中國共產黨亡」，國內多家媒體包括新華社、中央台等，都有過報導和專題。當然，它們都不敢報最後一個「亡」字。平塘縣邀請多批地質學家、古生物專家對「亡共石」鑑定。專家結論是，這些字都是由天然形成的，這種偶然形成從概率來講是「不可能



「亡共石」上「中國共產黨亡」六個字清晰可見。圖為貴州平塘縣掌布風景區門票。