

善念增进身心健康



大卫·霍金斯

美国著名的精神科医师大卫·霍金斯博士的研究表明：人的身体频率会随着精神的状况而出现高低的起伏。诚实、同情、理解和宽容能增强一个人的意志力，提高身体中粒子的振动频率，进而改善身心健康，而邪念会导致最低频率，则有害健康。

物理学家已经证明，世界上所有的固体都是由旋转的粒子组成的。这些粒子有着不同的振动频率，粒子的振动使我们的世界表现成目前的状况（比如光和声音实质就是粒子震动的波）。而我们的身体也是如此。

大卫·霍金斯博士运用人体运动学的基本原理，历经二十年临床实验，对几千个测试对象进行研究后，发现人类各种不同的精神状态会产生不同的人体频率，这些频率分布在 1-1000 (100,000Hz) 的范围。身体的振动频率如果低于 200 (20,000Hz)，则会削弱身体健康，而从 200 到 1000 的频率则使可增强身体健康。（转下页）

何娅娜被天津戒毒所劫持 女儿失学

【明慧网】（明慧通讯员天津报导）2009 年 3 月 9 日，天津市大港区大法弟子何亚娜到河西区访友时，被不明真相的人恶意举报，遭天津市河西公安分局马场派出所绑架，之后，身心健康的何娅娜被非法关押在天津市强制戒毒所至今。何亚娜的家人无钱交所谓的罚款，结果警察不给何的女儿办户口，造成可怜的孩子不能上学。

5 个月来，何娅娜和她的家人承受了很大的痛苦。她的母亲身患喉癌，手术后不能说话。一想到被迫害的女儿，就非常悲伤，不能自制。何娅娜的公公身体也一直不好，患有哮喘病，时常发作。何娅娜的女儿今年已到了上学的年龄。由于多年的迫害，加上给母亲、公公看病，何娅娜家变卖了房产，一直是租房过日子，时常搬家。耽误了给女儿上户口。按中国现行政策，没有户口是不能享受义务教育的，当地派出所的警察说：要补办户口，先交 1~2 万元的罚款。她家上哪里去弄这笔钱呢？没办法，何娅娜的丈夫只好放弃了让孩子上学的念头。可怜的孩子，每天盼呀盼呀，盼望见到妈妈，盼望能去上学。

由于戒毒所规定：强制戒毒人员每季度需交纳 2000 元的戒毒费，方可给予改善伙食的待遇，否则每顿只给窝头和咸菜吃，很多戒毒人员因此吃不饱致使身体严重营养不良。为了减轻何娅娜在戒毒所的苦难，何娅娜的丈夫在原本很拮据的情况下，再挤出点钱，为她交“戒毒费”。一个身心健康的人被强行关押在戒毒所，并被强迫交“戒毒费”，由此可见中共的邪恶。

生活的重压，使原本健壮的何娅娜的丈夫，显得有些苍老。为了给何娅娜讨还公道，他走访了有关部门，揭露事实真相。他去了天津市河西区马场派出所，找到派出所副教导员佟建华和办案警察吕宁，向对方索要他们指控何娅娜的“证据”，并要求严惩打人的警察，没有结果。他明确的告诉警察：何娅娜是被你们诬陷的，立即释放她。

大港真相

第 25 期

2009 年 8 月 17 日

“法轮功是传统文化的代表”



【明慧网】2009 年 8 月 9 日，法轮功学员又一次应邀参加了久负盛名的英国爱丁堡国际艺术节游行。在五十个游行团体中，法轮功队伍清新祥和，精美的花车十分引人注目。六位法轮功学员身着传统服装，在莲花丛中演示优美祥和的五套功法。

七万多名观众中有很多华人，包括不少来自中国大陆的游客，他们被法轮功游行队伍的气势与祥和所震撼，也了解到法轮大法弘传世界一百一十四国家和地区，让上亿人身心受益的真相。

一名曾姓华人男子表示：出国多年，每年在游行中都看到法轮功队伍，觉得法轮功“已经成为一种代表，中国传统文化的的代表”。

几乎所有苏格兰媒体都用法轮功团体的图片作为游行活动的主题图片，泰晤士报选择法轮功团体的扇子舞表演作为唯一图片进行了封面报导。◇

刘小云遭大港法院非法判刑三年

2009 年 3 月 23 日，天津市大港油田大法弟子刘小云，在家中被大港区港东派出所巡逻队警察绑架并抄家。现被大港法院非法判刑三年。

刘小云修炼法轮功多年，屡遭迫害。2000 年，因进京上访，被非法劳教。2004 年又被绑架，遭非法判刑 3 年半。◇



马场派出所的警察自知理亏，从此不再敢正面回答任何问题。

何娅娜的丈夫又找到强制戒毒所，告诉那里的警察何娅娜没有吸毒，她是被冤枉的。强制戒毒所的领导佯装不知，予以回避。◇

(接上页) 霍金斯博士发现, 当一个人想着下流的邪念时, 就在削弱自己。恶念、冷漠、痛悔、害怕与焦虑、欲望、发火、怨恨、傲慢 (依次是 20—175), 这些全都对人有害。而信任在 250, 是中性的, 对人有益。再往上的频率依次是温和、乐观、宽容、理智和理解、关爱和尊敬、高兴和安详, 平静和喜悦在 600, 开悟(enlightenment)在 700—1000。

霍金斯博士遇到过的最高最快频率是 700, 出现在他研究特瑞莎修女(获 1997 年诺贝尔和平奖)的时候。当特瑞莎修女走进屋子里的一瞬间, 在场所有人的心中都充满了幸福, 她的出现使人们几乎想不起任何杂念和怨恨。1000 被

霍金斯博士称为是神的意志或精神, 这是绝对力量的频率, 甚或更高。

霍金斯博士的研究成果和古老修炼界的认识不谋而合。修炼界认为提高人的心性(道德水准)是修炼的根本, 在低层次可以达到祛病健身, 而高层修炼的最终目标要达到“天人合一”, 使自己的能量、智慧和宇宙完全贯通, 也就是佛家所说的“开慧开悟”。◇



不送礼物反升官



明代, 杨溥任内阁大学士时, 很注重选拔德才兼备的优秀人才。他的儿子从石首(今湖北石首县)来京, 他便利利用这个机会, 询问官场的情况。他的儿子洋洋得意的详细说明了自己所过州县时, 当地官吏迎送和赠送礼物的殷勤状况。其中唯有时任江陵县知县的范理, 没送礼物。

杨溥听在心里, 暗中称异。当时便训斥了儿子不应受礼。随后便向有关方面, 去了解范理的表现。发现范理确实贤明, 便立即推荐他当了德安(今湖北随州市)知府, 而此时, 范理才任江陵县知县八个月。

那时给杨溥的儿子送礼的官员们, 都来向他打听: “你的父亲, 为什么没有提拔我们? 却给刚上任的范理升官?” 杨溥的儿子沮丧的回答说: “就是因为范理没送礼, 所以才升了官。我因为受礼, 还挨了骂呢!” 送礼的那些官员, 都十分愕然。◇

【明慧网】从小父母就对我寄予很大的希望, 我也是个听话的孩子, 从没违背过父母的意愿, 学钢琴、学英语、学绘画, 父母让做什么就做什么, 而且努力做好。

但是随着年龄的增长, 我渐渐发现, 人的愿望和能力之间是有一定差距的。特别是中考的失败, 在我心底蒙上了厚厚的阴影。

三年前, 我上的是本市最好的中学, 成绩虽不能说是名列前茅, 但是考重点应该是没问题的。但中考成绩出来后, 给了我重重的一棒, 我以两分之差和重点高中失之交臂。父母没有埋怨, 还领着我旅游了一大圈, 但我能感受到他们的失望。后来爸爸托人花钱还是把我送进了这所高中。我从心底暗下决心, 一定要为父母争气!

接下来的三年高中生活, 我几乎是没有自我, 什么叫刻苦, 我想我是深刻理解了。然而努力和结果不成正比, 我一直成绩平平。我从心底感到深深的悲哀, 父母为了陪我, 很少十二点之前睡觉, 可怜天下父母心!

高考前几天, 我心里乱极了。爸爸妈妈说: “不要有压力。我们能正常发挥, 考二表一就足够了。”但我知道, 二表一那也得是我发挥好了才能达到的, 但是我能发挥正常吗?

那天忽然接到了小姑的一条信息: “晓静(化名), 姑姑一直觉得对不起你, 你中考的时候就应该对你说的。把你的团和队退了吧, 那是生命得救的希望, 会给你带来福份的。还有, 考试遇到困难的时候, 记得

我的高考奇遇



念‘法轮大法好’, 一定会有奇迹出现。切记!”

我没有回信, 但我心底似乎觉得这是我唯一的希望。其实小姑以前和我说过, 告诉我中共迫害死八千万中国人, 很邪恶, 退出党团队是为了废除把生命献给它的毒誓, 这样才能有美好未来。但是我一直半信半疑, 觉得离我太远, 我还只是个小孩子, 就没有深入去想。

一进考场, 我就开始默念“法轮大法好”, 心里很沉静, 感觉思路特畅通, 平时数学是我的弱项, 但这次竟然做的很

顺利, 印象最深的是一道十二分的数学题, 应该是拔高题, 开始一点思路都没有, 我就默念“法轮大法好”, 真是奇了, 马上思路就出来了。

开始估分的时候, 老师们都很惊讶, 反复的估, 我知道他们不相信我能考的如此好, 而且最不能让她们置信的是, 我平时的弱项科目都超常发挥, 数学竟近 130 分, 很多尖子生才考了刚过百分。分数发表时我的实际分数和估分只差一分, 而且超过重点线三十多分。看着父母欣慰的笑容, 我在心底深深感谢法轮大法, 感谢大法师父! 是法轮大法圆了我的重点大学梦。

后来的报志愿也非常顺利, 如果稍偏一点, 我就会以一分之差再和重点大学失之交臂。退一步海阔天空, 这是小姑经常说的话, 我们当时就退了一步, 结果我如愿的考上了理想的大学!

在这里, 我真诚地希望那些对法轮大法还有怀疑的人们, 千万别错过这美好的选择! ◇