

捅破一层窗户纸 找到一把金钥匙 疾病自愈依原理 延年益寿靠自己

人体波动原理

REN TI BO DONG YUAN LI

李士进◎著

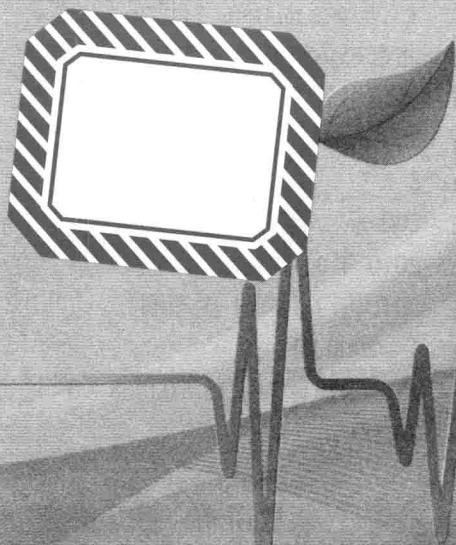


青海人民出版社

人体波动原理

REN TI BO DONG YUAN LI

李士进◎著



青海人民出版社
·西宁·

图书在版编目(CIP)数据

人体波动原理 / 李士进著. — 西宁: 青海人民出版社, 2010. 1

ISBN 978 - 7 - 225 - 03568 - 0

I. 人… II. 李… III. 人体—波动原理 IV. R32

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 000751 号

人体波动原理

李士进 著

出版：青海人民出版社(西宁市同仁路10号)
发行：邮政编码 810001 总编室(0971)6143426
发行部(0971)6143516 6123221
印刷：北京忠信诚胶印厂
经销：新华书店
开本：880 mm × 1230 mm 1/32
印张：8
字数：200 千
版次：2010 年 1 月第 1 版
印次：2010 年 1 月第 1 次印刷
印数：1 - 2000 册
书号：ISBN 978 - 7 - 225 - 03568 - 0
定价：28.00 元

版权所有 翻印必究

(书中如有缺页、错页及倒装请与工厂联系)

内容提要

人的生命是什么？人的生命是一种波动，是一种由人的意识调节和平衡调节相互交替而形成的波动，人的健康与否，是与人体波动振幅的大小有关。如果人不再醒来时，意识调节就停止了，人体波动也就结束了，这时人的生命也就终止了。所以，人体波动是人生命的一种特征和属性。人体波动即有本身的特殊性，又遵守波动的一般规律。

“意——衡波”、“调制波”、“摄入意——衡波”是人体波动的三种形式，它们综合集成为人体自然波动。人体自然波动就是和自然界昼夜变化相谐调的人体波动形式，它由白天觉醒的意识调节半波和晚上睡眠的平衡调节半波所构成。

人体自然波动的振幅较大时，一般为健康波，而在其振幅较小时，一般为疾病波。谐振因子可以使人体自然波动的振幅加大，而疾病作为阻尼因子则会使人体自然波动的振幅减小。

和人体自然波动谐振的因子有半波谐调、全波谐调、代谢谐调和环境谐调，它们综合集成为自然谐调。

依据波动的谐振原理，自然谐调可以和人体自然波动产生谐振，提升人体自然波动的振幅，增强人体的生命活力，最终使人体自然波动转化为健康波。

目 录

引言	1
一、基本概况	1
二、章节结构及特点	5
(一) 关于《人体量子化》的说明	5
(二) 关于《人体波动原理》的说明	7
原理篇	11
一、人体的波实两相性	13
二、人体的波动性	14
(一) 完全意——衡波	17
(二) 0 意识状态	22
(三) 意——衡波的动力	25
(四) 劳动和运动会造成不平衡积累	26
(五) 意——衡波的周期与频率	28
(六) 意——波是一种衰减波	31
三、人体自然波动	33
(一) 意——衡波群组	33

引 言

一、基本概况

怎样为生命加油和实现疾病自我康复？这是一个涉及医学、养生学、遗传学和心理学等多学科研究的问题。对此理论上见仁见智，实践上各行其是。笔者认为，在很大程度上说，疾病治疗靠自愈，延年益寿靠自己，注重生活质量，更要注重生命的质量，应该是当代人面对的首要问题。

众所周知，西医的研究对象是“病”，其治疗目标是“治病”，而对于“病”进行更为深层次的机理研究还未出现较大的突破。目前，西医在疾病的防治方面依然占据着主导地位，因为长期以来人们有一种观念，认为治病靠医生，靠打针、吃药或手术，换言之，靠外力的作用来“治疗”疾病；而现代医药又存在药物的毒副作用、西医的头疼医头脚疼医脚、医疗费用昂贵等弊端。

中医的理论基础是人体的阴阳、表里、虚实、寒暑几个方面的平衡，总体是强调平衡的，但怎样实现平衡？中医的措施是中药、手法（针灸、按摩等），和西医一样，主要也是靠外力的作用治病。当然，早在《黄帝内经》中就提出了“法于阴阳，和于术数，饮食有节，起居有常，不妄作劳”的朴素祛病健身思想，但其对深层次的机理探究

2 人体波动原理

还未见系统阐述。

现代养生主要是营养^①、喝水^②和锻炼，有些专家提出了饭吃八分饱、日喝八杯水、日走八千步等规则。现代养生的目标是健康，但对健康背后的机理是什么？还没有这方面的报道。

古代养生主要是指我国道教、佛教中的内功和修炼方法，这些方法已经触及人体平衡的较深层次，但由于缺少科学依据，气功养生往往被烙上封建迷信的印记。

现代遗传学是从遗传基因角度进行研究，并从基因的角度提出了治愈癌症的新途径^③，采用的措施包括饮食、运动、冥想等，对于这些措施“打开有利基因、关闭有害基因”的更为深层次的原因仍在探讨之中。

总之，西医、中医、现代养生、古代养生、遗传学分别向人们提出了一些理论和方法，但由于方向各异、门类繁多，说法不一，有时各执一词，纷争不断，如有人却提出“中医不是科学”，甚至提出要“消灭中医”的谬言。因此，迫切需要一个较为深层次的原理作为一个统一的平台，在治病健身的原理方面将它们联系起来。

《人体波动原理》一书的主要目的，就是在原理上构筑这样一个平台，实现西医、中医、现代养生、古代养生、现代遗传学的有机统一；在实践上让人们掌握一把通向延年益寿的金钥匙，通过人们自己的正确行为来保持健康、克服疾病。

① 陈昭妃. 我的健康管理书——受用一生的营养免疫学. 北京: 中国出版社, 2004. 5

② [美] F. 巴特曼 (医学博士). 水这样喝可以治病. 于海生译. 长春: 吉林文出版社, 2007

③ 《调整生活方式可助改变基因》(<http://www.sina.com.cn> 2008年06月17日16:12 新民晚报)

人体波动原理的内容主要体现在以下几点：

1. 什么是人体波动？人体波动主要是指人体自然波动。人体自然波动是由意识调节半波和平衡调节半波相互交替所形成的波动。在人体自然波动中，意识调节半波是人们觉醒时的状态，平衡调节半波是人们睡眠或“0 意识状态”时的状态。

如果人不再醒来时，人体自然波动就结束了，这时人的生命也就终止了。所以，人体自然波动和呼吸、心跳一样是人生命的一种特征和属性。

人体自然波动服从波动的一般规律。

2. 人体自然波动和自然谐调：人体波动分为“意——衡波”、“调制波”、“摄入意——衡波”、“人体自然波动”等形式，其中人体自然波动是对意——衡波、调制波、摄入意——衡波的综合集成。

自然谐调包括半波谐调、全波谐调、代谢谐调和环境谐调，是对这些谐调因素的综合集成。自然谐调是人体自然波动的谐调因素。

3. 怎样为生命加油和实现疾病自我康复？在正常的波动范围内，人体自然波动的振幅和人的身体状态相关：振幅较大时身体健康、精力充沛；振幅较小时身体虚弱、精神恍惚。

波动的谐振原理：谐调因素可以和人体自然波动发生谐振，激发人体自然波动的振幅，增强人的生命活力。自然谐调就是和人体自然波动发生谐振的因素。自然谐调可以依据波动的谐振原理激发人体的生命活力，为生命加油。

波动的阻尼原理：阻尼因素会降低人体自然波动的振幅。疾病就是这种阻尼因素。自然谐调是一种谐振因素，它对人体自然波动的贡献是加大振幅，这和阻尼因素对人体自然波动的作用方向是相反的，

所以，自然谐调能促进疾病的自我康复。

4. 疾病：疾病是一种人体内超常不平衡积累。疾病使人体自然波动的振幅降低，和其相对应的人体平衡调节能力也相应降低。而强大的人体平衡调节能力可以克服这种不平衡积累，治愈疾病。自然谐调是强化人体平衡调节能力的有效手段。

5. 波动的0点最大原理：

在弹簧振动中，0点最大是指“在势能0点动能最大、在动能0点势能最大”；

在电磁波中，“在磁场为0时电场最大，在电场为0时磁场最大”；

在人体自然波动中，“在意识调节0点平衡调节作用最大，在平衡调节0点意识调节最大”。其中“0意识状态平衡调节作用最大”是自然谐调所依据的一条基本原理。

人体波动原理的意义有以下几点：

一是揭示了人体中天生就有的人体平衡调节能力是治愈疾病根本力量，提出了通过自然谐调提升人体平衡调节力的途径。它将彻底改变人们靠“打针吃药治病”的传统观念，代之以“强化人体平衡调节能力（内因）为主、医药（外因）为辅”的新方法、新观念，基本上可以实现“不用医药、不用花钱、疾病自愈、益寿延年”。

二是确立了养生的核心是“提升人体平衡调节能力”的理念，在此基础上可以把门类众多的现代养生及古代养生统一起来。特别是揭示了古代养生中道家和佛家功法的科学内涵，道家的“虚、无、静”与佛家的“空”都是一种“0意识状态”，而在“0意识状态”下人体平衡调节能力最大。

三是指出了人体平衡调节能力和遗传基因的关系：人体平衡调节能力的提升可以“打开有益基因”和“关闭有害基因”。

总之，提升人体平衡调节能力是治病和养生的根本，自然谐调是提升人体平衡调节能力的有效途径，而自然谐调又是人的一种正确行为。用这一原理来观察人们的各种行为和生活方式，就会看到许多疾病都是由于人们自己的不良习惯引起的，克服疾病、强身健体的首选不是花费高昂的医疗费用去住院和打针吃药，而是纠正自己的糊涂认识，改正自己的不良行为，形成科学健康的生活方式。

通读本书你就会发现，正确行为是打开“保持健康、治愈疾病”的金钥匙，同时还会了解到自然谐调的诸多方法，达到“在不花钱或少花钱”的基础上远离疾病、强身健体目的。

二、章节结构及特点

本书有两部分，一部分是由原来笔者在网易个人主页上的网站转化而来的《人体量子化》，另一部分就是刚刚完成的《人体波动原理》。这两部分论述的是一个主题。

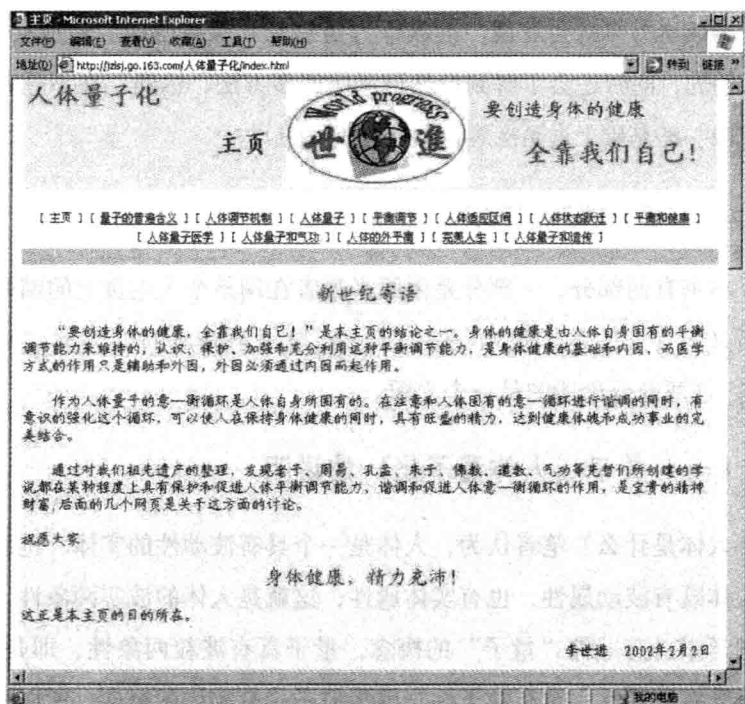
（一）关于《人体量子化》的说明

人体是什么？笔者认为，人体是一个具有波动性的实体，也就是说人体既有波动属性，也有实体属性，这就是人体的波实两象性。在物理学中，有一种“量子”的概念，量子具有波粒两象性，即是说，量子既有波动性，也有粒子性。因为粒子具有实体的概念，所以，量子的属性也可表述为波实两象性。将人体的波实两象性与量子的波实两象性进行类比，就容易发现它们之间的共同性，《人体量子化》就

是将量子的这种波实两象性来喻示人体的波实两象性。《人体量子化》是从人体的波动性和实体性这两个方面来进行阐述的。

《人体量子化》初稿完成于1997年10月,1998年10月完成了二稿。1999年购置了计算机,并学会了网页及网站制作,2000年在网路上申请了一个免费个人主页。网址: <http://go.163.com/~jzlsj>

《人体量子化》2000年5月18日上传成功。后来,网易免费个人主页更改域名,将原来的域名更改成: <http://jzlsj.go.163.com/人体量子化/index.html> 下面是当时的网页快照:



2002年8月15日,网易免费个人主页空间停用,后来又选择升级到收费的网易x空间,网站地址: <http://zhdjj.diy.163.com/人体量子化>

化/index.html, 后又改为: <http://zhdjj.nease.net/人体量子化/index.html>

网站受到了网友和媒体的关注, 先后被十几个搜索引擎收录, 只2006年(1-6月份)访问量就达到18000多。2006年7月, 网易的收费个人主页空间全部停止。网站停止后, 许多网友来邮件要求重新发表, 因此, 两年多来也一直在寻找一个发表的机会, 现在, 借本书出版之际, 将当时的《人体量子化》网站整体转化, 除格式由网页改变成文档以外, 没有做任何修改或变动, 基本上保持了原貌。

(二) 关于《人体波动原理》的说明

《人体波动原理》是《人体量子化》中关于人体波动部分的进一步细化、系统和应用。它简化了《人体量子化》中对人体的实体性方面的论述, 突出了关于人体波动性的研究, 并在原来的基础上对人体的波动性进行了更为深入的探讨。在《人体波动原理》中还提出了一些新的概念和探讨了一些新的机制。

《人体波动原理》对人体波动性的重点探讨来源于人们对健康和疾病自我康复的强烈需求。随着老龄化社会的日益逼近, 疾病已成为社会化的一大顽症, 昂贵的医疗费用、频发的医疗事故、医药的副作用等等都对人的健康和生存提出了挑战, 人们迫切需要一种不花钱、无副作用的疾病康复方法, 也迫切的需要一种保持人体身心健康的锻炼方法。《人体波动原理》通过对人体波动原理的探讨, 提出了人体自然波动原理和自然谐调的概念, 说明了自然谐调是将各种和人体自然波动相谐调的因子集成到一起而编制的一套可执行程序, 这套程序可以完全溶入到人们的日常生活中, 最终使人们形成一种良好的生活

8 人体波动原理

习惯，用这种良好习惯来和人体自然波动发生谐振，达到激发生命、治愈疾病和强身健体之目的。实践《人体波动原理》既可以用于疾病的自我康复，也可用于日常保健。

从本书的结构上说，《人体波动原理》和《人体量子化》各自成体系，独立成章，既可以分开阅读，也可以合起来阅读。

从内容上来说，《人体波动原理》和《人体量子化》是同一主题，所以，在章节结构方面也大致相似，但各有侧重。另外，《人体波动原理》和《人体量子化》都有自己的特色章节，例如，“自然谐调”、“自然谐调和人体自然波动”只在《人体波动原理》中存在，“人体适应区间”、“人体状态跃迁”则只在《人体量子化》中存在。只有将《人体波动原理》和《人体量子化》合起来阅读，才能对人体的波动性和实体性有一个较为全面的了解。

需要说明的是，在章节排序方面两者各不相同，例如，《人体波动原理》中第八节“人体是一主动系统”和《人体量子化》中第十节“人体的外平衡”、第十一节“完美人生”相对应。为了使读者阅读方便，更为了使读者对某个问题有一个较为全面理解，在阅读《人体波动原理》的相关内容时，可以通过链接来找到《人体量子化》中的相应章节。所谓链接，就是在《人体波动原理》一个章节的末尾，标记出和这个章节内容相应的《人体量子化》中的章节名称和页码。

《人体波动原理》是对《人体量子化》的进一步研究，对某些概念的定义也更加清晰和确切，因此，在《人体量子化》和《人体波动原理》中存在同一概念不同名称的现象，例如，《人体量子化》中的“意——衡循环”在《人体波动原理》中被称之为“人体自然波

动”；《人体量子化》中的“人体量子医学”在《人体波动原理》中被称之为“波动医学”……。为了避免混乱，在《人体波动原理》中加了词注，所谓词注，是在同义不同名的词第一次出现时，加一个词注，说明它在《人体量子化》中的名称。

之所以没有对《人体量子化》进行根本的改造，出于为了保存《人体量子化》原貌的考虑——因为《人体量子化》网站已在网络上挂了6年之久，流量较大，熟悉的人较多，这样做可以使老读者通过原来了解的《人体量子化》快速的切入到《人体波动原理》。

李士进

2008年12月11日

原理篇

YUAN LI PIAN

