

信念疗法治愈疾病（一）

2013-3-30



最早的时候，是听到我朋友的朋友的朋友得癌症了；后来，听到我朋友的朋友得癌症了；再后来，看到我的朋友得癌症了；2003年，我亲戚中第一个癌症病人诞生了——我小妹夫患了直肠癌；我父系和母系三代家族中第一个患癌症的竟然是我，那是2005年；但在2010年，我83岁的老母亲也被查出患了癌症。

癌症，离我们不是越来越远，而是越来越近。近到就在我的至亲好友周围，甚至近到就发生在我自己身上。

疾病虽然会威胁我的生命，但也提供了我认识生命的绝佳时机，并让我获得潜入生命核心的机会。

我无数次地思考：生命需要什么？

美国著名心理学家，第三代心理学的开创者亚伯拉罕·马斯洛说，人的生命有五大需要：它包括生理的需要、安全的需要、社交的需要、尊重的需要和自我实现的需要。这就是著名的马斯洛五大需求层次理论。

生物学家说，人的生命需要：阳光、空气和水。

营养学家说，人的生命需要：蛋白质、脂肪、碳水化合物、矿物质和维生素。

养生专家说，人的生命需要：愉快的心境、合理的营养、适当的运动、充足的睡眠。

专家们从不同角度回答我的问题，完全正确。但我更多地是关注得病了，如何根据生命的需要，更快地修复生命、呵护生命、绽放生命。在高于一切的生命原则面前，我梳理了生命需要的三个法：信仰法、减法和加法。

1、生命需要信仰法

对待疾病，对待生命，人们想到的治疗方法一般是手术疗法、药物疗法、食物疗法、经络疗法、营养疗法、运动疗法等。当然，现在心理疗法也开始走入我们的治疗视线了。

心理疗法包含主动式和被动式两种。由专业心理咨询师来疏导患者的是被动式心理疗法；由患者自身激发的是主动式心理疗法。而我讲的“信仰法”是一种主动式心理疗法。因此，她是目前被公认的生命最神奇的力量。

信仰，其原本的含义是指对某人或某种主张、某种主义极度相信和尊敬，并以之作为自己行动的榜样或指南。它强调的是人所持抱的一种极度虔诚的态度或信念，并用之指导自己的实际行为的一种精神境界。与“信仰”联合最为密切的，当属宗教无疑。人们常常把“宗教般的虔诚”看作是干某件事成功的条件之一。

“信仰法”作为一种主动式心理疗法，它包括三个层面：信仰、信念和信心。信仰是最高层面的心理疗法。

有一实例佐证：2007年9月12日，美国《环球时报》刊登了旧金山一个11岁的女孩叫安琪，得了一种神经系统方面的怪病，情况是越来越不好了，医学上判定要终身瘫痪了。于是，她被送进了一家康复医院。为她治疗的那位康复医生非常好，每天早上给她做2个小时的理疗，而且在帮她做理疗的时候就对她说：“安琪，医生给你做完理疗，你回到床上就想：理疗做完以后我就马上会动了，我马上就会站起来了，我马上就会出去跳舞了。”11岁的安琪很听话，她天天做完理疗后就这样想，盼望自己很快就能站起来。

有一天，安琪突然感觉床动了，一会儿发现房子也动了，还发现走廊里面一片嘈杂声，半小时以后，医生进来了，小女孩说：“医生，我会动了，我会动了，真的，床也动了，房子也动了。”

医生非常爱护她的说法，说：“是，你再坚持想下去，你就真的很快会好起来的。”其实刚才是旧金山发生了地震，但是医生不想告诉她灾情，而是告诉她，就是你想了之后你才动起来的。在这种信念的支持下，大概没过几年，这小孩真的能坐起来、能走、能跳了。这是一个非常好的“信念疗法”的案例，也是“大脑决定健康”的有力举证。

“大脑决定健康”，这种说法，一般是要经过很长一段时间才能起效果的。如果是在短时间，有没有这么好的效果呢？

那我们再看一个案例：一个旅馆里面，住着两个人，其中一个人有哮喘的病史。一天晚上，那个有病的人突然感到胸闷。他对另一个人说，“老兄啊，你赶快去开窗，我闷死了！”那老兄就摸黑爬起来去开窗，可不知道窗子的插销在哪里，怎么也打不开。床上那个人说，“你快一点快一点，我憋死了！”那人想，救命要紧，先把窗户砸碎，空气进来再说。于是，随手拿起一把椅子，“哐！”玻璃被砸碎了。床上睡的那个人说：“好舒服，好舒服啊，”慢慢地两个人就睡着了。第二天早上起来一看，那窗户仍旧好好的，没砸碎啊。原来昨天摔碎的不是窗子而是穿衣镜啊。

这个例子属于“明示式”的心理作用，虽然比“信念”低一层，但也有恩宠细胞的效果。玻璃被砸碎的听觉、相信空气进来后我就不憋气了的“信念”，使紧张的细胞得到恩宠，人就放松了，症状缓解。

医学知识告诉我们：人的生命，可以分成两个系统：一个是信息系统，它有很强的自我组织能力；一个是意识系统，它又具有非常的自我控制能力。每个人的生命中都具备这两种既相互矛盾又相互帮助的能力。

例如饿了要吃饭。饭吃到胃里，胃中就会自动产生许多消化酶，把吃下去的东西消化成食糜，自动地流到下一站——小肠；而后，营养被小肠吸收；水分带着毒素排入膀胱，作为小便排出；渣滓排到大肠，作为大便排出。这些工作都是信息系统自动完成的，它不受意识系统控制。这就叫做自我组织能力。

而“人逢喜事精神爽”，开心愉快的事情使人顿觉神清气爽，整个身体的五脏六腑都沉浸在“恩宠”状态

中。那你会觉着吃饭味道特好，消化能力也增强了，此时，人的整个信息系统的运作格外顺畅；反之，如果你突然遭受精神打击，寝食不安，消化能力就受挫，而此时，人的整个信息系统的运作就会出乱。可见，人的信息系统在很多时候也是受意识系统影响的。

“信仰法”就是人体意识系统中的一种精神疗法。现代自然医学和传统中医都认为，意识对生命有很强的影响力。

古人说：“恬淡虚无，真气从之，正气内存，病安从来。”就是指人只要思想淡泊，不纠结、不沮丧、就不容易生病。所以，有些病是不能去多想的。这就是我们平时说的“心理作用”。心理作用会有一种指向性。比如，如果你常常想自己会生病，病就有可能被你想来。因为，你的心理上已经指向生病了。

现在有一种奇怪的疾病叫做假性怀孕，就是一个很想生个孩子的女人，有时候会突然停经，肚子也会胀大，但是却经不起检查，因为，肚子里面是空的。女人的月经，虽然是信息系统按照生理周期而自行组织的，但它也会受思想意识的影响，突然遭遇不测，精神遭受打击，就会突然停经，对女人来说是常有的事。

心理学家说，信仰是人类文明中，被疏忽的却是最强大的部分。众所周知，政治信仰、宗教信仰都体现了这种精神力量的强大。如今，对待疾病，我们找到了另一种有效的治疗方法，就是“信仰疗法”。坚定一种信仰，最大的作用就是能激发我们自身蕴藏的生命潜力。我将这一“生命潜力”称之为“神性”。

当人遇到绝境时，需要一种超自然的力量帮助。这种超自然的力量就是神性。

“神性”是人性当中最具建设性最有生命力的力量，每个人身上都有，但我们却浑然不知。

人性有六个面，前三个面是正面，叫：真，善，美；后三个面是反面，叫：假，丑，恶。这六个面构成整个人性，而人性的最深层就是“神性”。她是需要我们在信仰的指导下挖掘出来的。这种最具建设性最有生命力的力量，一旦被激发出来，其坚韧和活力是人在常态下无法想象的。这是一种超然的坚韧和活力，它恩宠细胞的能力超强！

2005年至2008年，我遭遇连环绝症，有腿不能走，有手不能提，身心也一度陷入低谷。可我最后能如此滋润地活着，靠的就是我始终坚信的一种信念——我是在命运的跑道上跨栏杆，咬咬牙，跨过这道坎，跨过去就是艳阳天！

就是这种“信仰疗法”，将自身那股最具建设性最有生命力的力量——“神性”给激发出来了！于是，全身的细胞得到充分的恩宠，感到浑身充满活力，自愈力大大提升，我坚信自己就是赢在这股“神性”上的！

我在思考：每个人都有“神性”之说，是不是与禅宗“人人皆有佛性”的观点异曲同工？

佛学研究颇有造诣的上海作家沈善增先生曾对“人人皆有佛性”作过诠释：“佛性即是生命力”。如果是从这一层面上分析，那就与我说的“神性”是一致的。沈善增先生的话说得更言简意赅。这就是生活的真理、生命的真理，不管我们称谓它什么，其实我们都非常需要它。

由此看来，上帝其实给所有绝境中的生命都留下了最后一道出口，这也是上帝送给人类的最后一件礼物，只是这一张终极底牌，人不走近生命的尽头，往往看不到它。

所以，那些因为患绝症而整日忧心忡忡，活在痛苦绝望中的患者，则失去了一次激发自己“神性”的机会。我真诚地建议，面对大病要做到三点：一、要有一个治疗思路，不要盲从、不要跟风、不要乱方寸，因为思路决定出路。二、要有一个信仰、或一个信念，解决生死问题、解决心态问题，因为心态决定状态。三、要换一个环境、或换一种方法，彻底改变自己的生活模式，因为方法决定成败。坚信自愈力的力量！

很有意思的是世界上有四位赫赫有名的“第一夫人”都患乳腺癌。美国前总统福特的夫人贝蒂和另一位美国前总统里根的夫人南希；中国前国家主席刘少奇的夫人王光美和另一位中国国民党前主席蒋介石的夫人宋美龄。她们四人面对疾病都能泰然处之，居然都长寿。其中数宋美龄最长寿，活了106岁。曾有记者问及宋美龄如何看待自己患了乳腺癌，她说：“上帝让我活着，我不敢轻易去死，上帝让我去死，我决不苟且活着”。这就是信仰加心态，提升了自愈力。

自愈力真的能让世界性极品病——癌症得以康复？是文学语言，还是鼓励语言？怎么能让我们相信，这并不是个别的概率，而是具有普世价值的？有医学上的依据吗？

我终于可以理直气壮地回答以上一系列的问号，因为我有来自美国医学界有力的证据：

2008年3月17日，美国南佛罗里达大学健康科学研究中心的首席科学家威斯里教授向全世界宣布：心脏可以分泌救人最后一命的荷尔蒙，它不仅可以在24小时内杀死95%以上的癌细胞，而且对其他绝症也有极好的治疗效果！并指出，癌症自愈源于心脏。

2003年初，威斯里的好朋友韦德患了严重的冠心病；更为不幸的是，韦德的妻子安妮不久也被确诊为患有晚期乳腺癌，两人都已没有太大的治疗价值。

医生预测韦德和安妮都只有3个月的生命，两人在伤心中列出了死前要做的50件事，准备用三个月的时间去一一完成。2003年4月，当他们的生命进入一个月的倒计时时，他们只剩下最后一个心愿：周游世界。因为此时金钱对他们已没有任何意义，两人将4万英镑慷慨地交给了旅行社，只向旅行社提出了这样一个要求：因为不知道哪一站是人生的终点，旅行社不得限制他们的旅行时间，直到他们中的一个离开人世，旅行合同才自行终止。旅行社通过调查了解得知他们确已时日无多，极可能生命的持续时间不足一月，而4万英镑足以支付两个人以最豪华的标准周游世界一年的费用，于是欣然签下了这样一份特殊的旅行协议。他们选择了5月7日从英国出发，乘坐豪华游轮到世界各地旅行。

这期间，韦德夫妇音讯全无，威斯里悲哀地意识到他们恐怕早已不在人世。然而，2004年11月7日，威斯里突然接到一个从英国打来的越洋电话，竟是韦德的声音。韦德在电话里兴奋地告诉威斯里，他跟安妮刚刚结束环球旅行，如果按照合同两人继续旅行下去，旅行社可能要破产了。因为他跟妻子回到英国后在最权威的伦敦皇家医院检查发现，不仅安妮体内的癌细胞全部消失，就连他的冠心病也处在没有危险的稳定期。威斯里惊讶极了，他决定亲自前往英国，将这件不可思议的事情弄个水落石出。

11月9日，威斯里经过近10个小时的空中飞行，终于在当天晚上11时抵达了伦敦。韦德和安妮早已等候在机场，看到两人容光焕发、精神矍铄的样子，威斯里几乎不敢相信自己的眼睛。这对早已在心理上经历过“生死别离”的老友久久拥抱在一起，为命运的悲悲喜喜感叹不已。

当天晚上，威斯里详细询问了韦德夫妇旅行过程中的身体情况。韦德直言，两人当时只贪恋旅途中的美景，根本没空想自己的身体状况。两人在北冰洋的冰川，极地不落的太阳中尽情体验生命的美好和世界的奇妙，只想让这一刻长久再长久，不知不觉就活过了医生预言的最后期限，后来在夏威夷的海滩边度假时，他们都感觉自己身体的种种不适似乎都不见了，而且精力越来越充沛，此后两人干脆不把自己当病人了，他们只把自己当成是世界上最幸运最划算的游客，因为一年后他们在旅行中产生的费用，已远远超过了出发前交的4万英镑，而只要他们不提出终止旅行，旅行社就不得不继续为他们按最高规格提供环球服务。

一直到11月7日，已绕地球一周，重新回到英国伦敦的韦德夫妇才主动提出了终止合约。旅行社这才如释重负。而这时，距离他们出发前的2003年5月，时间已过去了整整一年半。

回到家乡的韦德夫妇迫不及待去伦敦皇家医院做全面身体检查，随后，他们被告知发生了奇迹：两人竟双双摆脱了绝症的威胁！他们当天晚上就将这个天大的好消息告诉了所有的亲人，包括老朋友威斯里。

听到这里，威斯里心里已经非常有数了，发生在老朋友身上的，正是人类一直没从“发生学”上揭开谜底的“自愈”奇迹！正是这次旅行前所未有的合同方式带来的“超值享受感”，正是夫妻二人在这次对壮丽大

自然的美好体验中渴望生命长久再长久的意念，让他们的身体细胞结构产生了奇妙的变化，成功击退了医学手段无法解决的病魔！

从11月10日起，英国各大报纸都以“夫妻创奇迹，环游世界癌症自愈”为题对发生在韦德夫妇身上的事极尽报道，还被世界各大报纸转载。威斯里也选择了“旅行疗养”，亲自体验韦德夫妇体验过的那种大自然的壮丽奇观。在那种被大自然的壮美震撼的忘我体验中，威斯里真切体验到了心情的愉悦对身体产生的正面调节和影响。为期一个月的北欧之旅结束时，威斯里的抑郁症也得到彻底缓解，身心的一切不适都自行消退。他立刻投入到了紧张的课题设计过程中，这一次，他准备将人的情绪是如何对疾病产生作用这一课题列为自己的研究目标，也就是他要揭开人体疾病自愈之谜。他要搞清楚，绝症自愈究竟只是个案和特例，还是只要在条件满足时，就一定能成立的普适原理。

在此之前，人们只知道身患绝症之后应积极采取各种康复措施调动和增强机体免疫力，树立战胜疾病的信心，保持乐观的情绪，这样可以促使体内分泌更多的有益于健康的激素、酶类和乙酰胆碱，使免疫系统和各器官功能调节到最佳状态，从而战胜疾病。但究竟是哪一种物质，运用什么原理，通过什么渠道杀死癌细胞的，人类并不清楚。

对心脏功能的研究一直是威斯里的工作重点，他此前获得的所有荣誉都与这一项研究相关，这一次他更是将研究的对象锁定为心脏。因为心脏在他心目中是那么神秘，自古以来人们就在使用诸如“心病”、“心情”、“心绪”、“心爱”之类的词汇，他坚信心脏的功能决不仅仅只是输送血液的生物机器。果然，他拥有自己的实验室后相继发现了三种由心脏分泌的荷尔蒙。此前，他以为其中两种荷尔蒙只会对肾的活动产生影响，另外一种则只能够促使血管扩张。但现在，他认为这几种荷尔蒙对人体产生的影响远远不止这些，说不定癌症的自愈之谜就可以从中找到答案。

2005年3月，威斯里和他的同事将从人体心脏分泌物中提取的四种荷尔蒙全部注入到实验室培养的人体胰腺癌细胞中，发现癌细胞的增长速度明显减慢。他们又将这四种荷尔蒙分别作用于胰腺癌细胞，发现单独使用效果更好，其中一种名叫缩氨酸荷尔蒙——也叫血管舒张因子的心脏分泌物可以在24小时内杀死95%的胰腺癌细胞！最难能可贵的是，那仅剩的5%的癌细胞，其DNA的合成速度似乎也由此受到影响，它们将不会再扩散出新的癌细胞。这就意味着，心脏分泌的荷尔蒙能起到彻底控制人体癌细胞的作用！

在此后长达10个月的时间里，威斯里的实验小组几乎对所有恶性肿瘤细胞，包括前列腺肿瘤、卵巢肿瘤和大肠肿瘤等都进行了反复的荷尔蒙灭癌细胞实验，最后他们得出了如下结论：心脏分泌的荷尔蒙通过直接杀死癌细胞和抑止癌细胞DNA合成以及癌细胞的生长来发挥效力，而非加速癌细胞的自我解构。并且这四种缩氨酸荷尔蒙还有助于降低人体血压并提高排泄人体内过量的水和盐分的能力。这意味着它们不仅对治疗癌症有效，对缓解冠心病的症状和肾衰竭都有疗效。这就是为什么安妮体内的癌细胞莫名消失，韦德严重的冠心病也能得到有效控制的根本原因。

这个研究结果是如此令人惊讶和振奋，2006年6月20日在费城召开的美国内分泌学会的年度会议上，威斯里的这项全新发现成了最引人瞩目的议题。但是他的研究任务还远未结束，这四种荷尔蒙如用于临床，对人体有无副作用，心脏在什么情况下，才会分泌这种神奇物质，这是威斯里需要进一步研究的课题。

此后，威斯里的实验室立即着手在动物身上做活体实验。在老鼠体内的实验结果显示，借助荷尔蒙疗法他们在短时间内治愈了66%-80%的人工胰腺癌和乳腺癌患病老鼠。同时，即使是在肿瘤没有完全消失的情况下，老鼠体内的肿瘤也会大大缩小而且不会发生任何转移。其中影响血管扩张的那种荷尔蒙抗癌效果最强。尚未发现心脏分泌的这种荷尔蒙对老鼠有任何毒副作用。

威斯里还挑选了100个自愿者，分别对他们处于各种情绪状态下的心脏荷尔蒙分泌情况进行了跟踪采集，发现人的情绪越高昂，心情越愉悦，人的心脏分泌的荷尔蒙就越充沛。反之，人处在痛苦、担忧、抑郁等消极状态时，心脏几乎完全停止分泌这种激素物质。由此，千百年来困扰人类的绝症自愈“底牌”被彻底揭开了，只有在身患重病时保持心情愉悦，积极求生的患者，心脏才有可能分泌救命的荷尔蒙，当这种荷尔蒙达到一定量的时候，才能杀灭体内的癌细胞或抑制它们的生长，从而达到不治自愈的生命奇迹。

我之所以将这一病例的前因和后果长篇累牍地展现，因为她不是虚拟的文学语言，也不是泛泛的鼓励语言，而是掷地有声的医学语言。医学语言是科学语言、医学语言是逻辑语言。对此，我们完全没有理由质疑。由此，也让埋在我心中的一个问号有解了：为什么我在治愈自己乳腺癌的同时，我的心脏顽疾也能得以改善？

人说，大脑有两个区域：美好区域和丑恶区域。而大脑美好区域和丑恶区域的信息储存量之比，决定着一个人的幸福指数。脑子里好的东西储存多了，这个人便美好，至少心态如此。同理，坏的东西储存多了，焦虑生狠且生病。

当然，人的储存能力取决于这个人“美好”的认知能力。为什么有的人会“身在福中不知福”？就是因为他不具备认知“美好”的能力；而有的人虽经历种种苦难，但他却能储存比一般人多得多的美好信念。因为他有信仰、他有信念、他有信心。一个人的信仰、信念、信心是美好区域恒久与否的重要选项。所以，用信仰法来不断建立和扩大我们脑海中的美好区域，就能恩宠细胞，改善细胞，提升我们身体的免疫力。

我们健康的细胞需要信仰，身体的免疫力也需要信仰，人的生命更需要信仰。信仰疗法是治愈疾病的第一大法。

（未完待续）

（文章来源：百度百科）