

《病中人・入口》20 水，才是代謝的主角

對應播客：《病中人・入口》20 水，才是代謝的主角（6 分 11 秒）

輯四「日常的修行」第 5 集

素材：十之一 6.4 水的代謝（p.194-197）+《原態5 水能顯性》

本集為學習整理，非醫療建議。

亮點・一句話

排序不力只稀釋，夾帶方為代謝功。

水才是代謝的主角——但讓水有力的，是你的那一念。

開場・十個專家十個答不出

「多喝水，代謝身體的垃圾」——可是水到底怎麼代謝？「水占人體 70% 的質量，人類卻對它不求甚解，這實在令人匪夷所思。」（p.194）

一、代謝力，由「排序力」決定

「水在身體表現代謝力的高低，可以由『水分子的排序力』來決定。」（p.194）

原理：《瑜伽師地論》【同性不相離】——性質相同的事物會聚在一起（物以類聚）。

排序力越強、夾帶力越強；沒排序力就只剩稀釋。（p.195）

好水會「包覆」垃圾帶走，壞水只是「沖淡」——這是天大的差別。

二、看結晶，就知道水好不好

水分子排序力可經由結凍觀察：排序力高的水分子走在一起，從結晶中就見到【絮狀結晶】。（p.195）

原書圖 77：代謝力很強的好水 vs 代謝力不好的水。

三、「一天要喝多少水？」是鸚鵡專家

「所有世俗專家說一天要喝多少水，這是『鸚鵡專家』……若喝的是熟水，根本不需要太多。」（p.195）

重點不是你喝幾 cc，而是這水進不進得了細胞。同樣 1000cc，生水、低活性的水喝再多也進不去。

四、打開氫氧鍵：不是 600°C，是「念力」

加熱到約 600°C 才能裂解 $H-O$ ——那是「用撞的把門撞開」。（p.196）

「要把 H 和 O 分開，最省力的方法是念力——改變與重組這個物質世界，最容易的方法是念力。」（p.196）

念力 = 心念的波動 = 【生物共振波】。心念單純、波形一致就放大能量：兩波各 1 公尺疊加 > 2 公尺；十個波 = 1.2 的十次方 = 6.2。（p.197）

所以「心存善念是最好的藥」不是安慰話，是水的物理。

今天就能做的一件事

喝煮開 3～5 分鐘的溫熱水，渴了才喝、小口慢飲；別被「一天八杯水」綁架——聽身體的訊號。喝水的時候，帶著一個善念。

一句話帶走

「排序不力只稀釋，夾帶方為代謝功；六百高溫非上策，一念清明鍵自通。」
讓水有力的，是你的那一念。

本集腦圖

