

錫安教會 2020 年 10 月 25 分享

第一章：2012 榮耀盼望 vol. 559 健康信息（5）

第二章：答問篇

問題一：當年，其實我也有報讀這課程，並找了十位弟兄姊妹做實驗，後來，日華牧師你修讀課程時，也找了十位弟兄姊妹協助，而我也其中之一。我便發覺，當時已經十分厲害，因為這十位弟兄姊妹均有不同的身體狀況，合共二十位弟兄姊妹，都在完成實驗後，即洗腸後，所有的慢性病消失了，另全部皮膚也很美，重現很白和很光滑的皮膚。後來也經過很多年，而我也已經進行洗腸數年了，並且很多人也嘗試這方法，大家也發現並沒有甚麼後遺症，連同那二十個人。但是，有些是未曾嘗試的，當中可能是醫療人員，他們認為並非每一個人也適合，因著當中的體質或個別情況。然而，我卻發覺並沒有這種情況，只是，當我向他們查詢，有沒有按足指示及程序去做，即是有沒有吃 Supplement（營養補充劑）、醋、綠粉、蜜糖及纖維粉，當中很多個案，那些表示並不適合他們體質的，是沒有吃足所需的營養補充劑。另外，就是他們說寒氣入骨，而中醫也是會這樣說的。而我發覺這些問題是可以解決的，例如，於日出時候洗腸，便沒有這問題，問題於黃昏時躺在地上，便會容易有寒氣入骨的機會。其實，當我看完太陽後，行沙灘時，這個問題也能解決的。我想請教一下你的意見，這樣是否正確呢？

問題二：牧師，正如你剛才所言，在我們很早年，已經接觸袁大明醫生，他也是香港較早期的自然療法醫生，在處理許多癌症病人時，也會叫病人於其醫務所洗腸。袁大明醫生的這種洗腸方式，跟我們這種較民間式的洗腸，在果效上，或其他地方，有甚麼分別？我們有甚麼需要留意呢？

影片：時事追擊：2020 年 10 月新冠肺炎秋季疫情爆發

踏入 2020 年秋季，新冠肺炎疫情進一步刷新紀錄，將這場疫情推進更嚴峻的階段。

2020 年 10 月 19 日，隨著北半球流感季到來，各國面臨新冠肺炎與流感的雙重挑戰，台灣前疾管局長蘇益仁提醒，疫情走向難以預測，邊境及醫療院所檢驗和診斷流程，都需要調整，必須預備好可以同時檢驗流感及新冠肺炎兩種疫症的快篩試劑。

另外，台灣長庚醫院副院長邱政洵表示，未來，新冠疫情很可能「流感化」，雙疫夾擊下，勢必令感染率大升，呼籲各國備戰「最壞的劇本」。

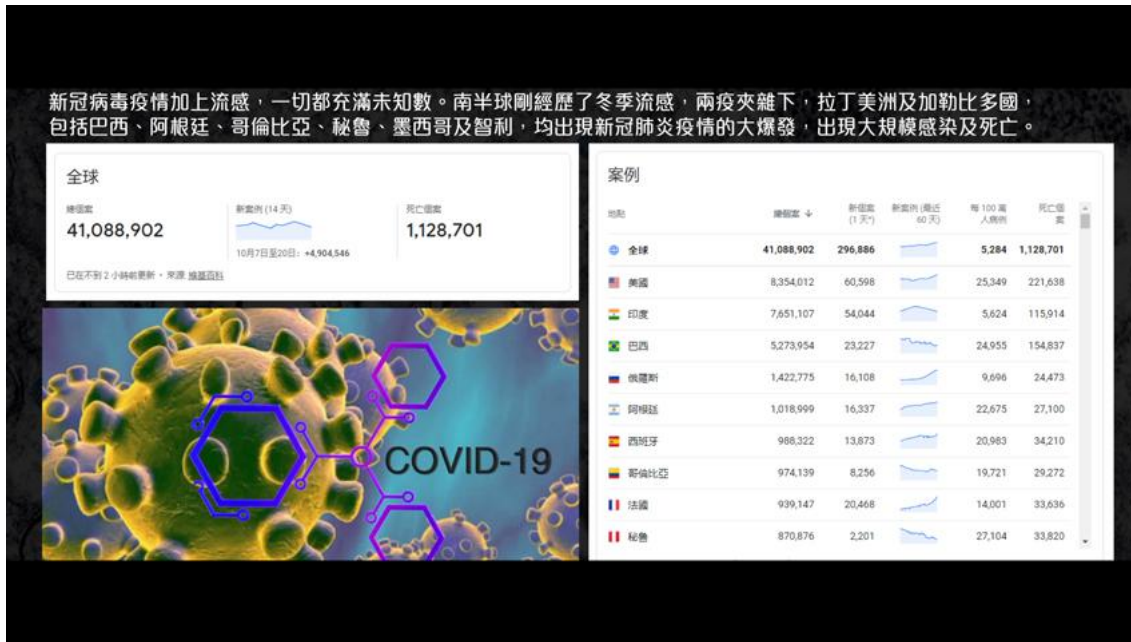
德國馬克斯普朗克學會（Max Planck Institute）

及法國巴斯德研究院（Pasteur Institute）發表研究指，同時感染新冠病毒及流感，會令傳播率增加 2 至 2.5 倍。

所以，若果第四波疫情遇上冬季流感，一旦出現雙重感染，必定會令疫情及病情惡化。新冠病毒疫情加上流感，一切都充滿未知數。

南半球剛經歷了冬季流感，兩疫夾雜下，拉丁美洲及加勒比多國，

包括巴西、阿根廷、哥倫比亞、秘魯、墨西哥及智利，均出現新冠肺炎疫情的大爆發，出現大規模感染及死亡。



多國抗疫專家均警告：北半球可以借鑑南半球剛經歷的冬季流感，預備接下來，當北半球踏入冬季流感時期，迎戰兩疫夾擊的災難性影響。此外，由於新冠肺炎與流感病徵相似，亦有市民憂慮，假如患上流感，可能會出現誤診，被抓去隔離。

無疑，當前疫情發展的情況，完全吻合今年 3 月，日華牧師透過「第三個發展的可能性」信息的預告，今場新冠肺炎疫情的影響，勢必一直延長、沒完沒了。



10月17日，美國洛杉磯縣新冠傳染率（Transmission rate）反彈，再次超過 1.0 的警戒線。洛縣公共衛生局（Los Angeles Department of Public Health）擔心，在放鬆私人聚會管制下，未來數周可能要面對流感和新冠肺炎的雙重疫情。同時，洛杉磯衛生官員，更抨擊多名學者有關群體免疫的說法。

踏入冬季流感時期，全世界因缺乏臭氧、雙氧水及負離子的防疫知識，導致北半球多個國家出現流感疫苗搶購潮。

新聞片段：

新型肺炎疫情仍未完全遏止，又即將迎來流感高峰期，不過在北京，流感疫苗可以說是一針難求，不少醫院和診所的預約都已經爆滿，我們致電幾間自費接種的診所，他們都說第一批疫苗已經缺貨。

「我們沒有貨源了現在，用完了，你要是真的想近期，要求 10 月份這幾天必須打的話，我們是打不了的，因為到 10 月中旬為止，這疫苗都已經預售光了。」

往年流感三價疫苗大約 40 多元，四價則要 130 元，這間診所貴一倍，賣 238 元至 328 元，不過一樣售罄。這間就便宜一點，一支索價 153 元，職員說還有貨，要定時在網上搶購。

「每個周三要搶購，現在還有不到一天，成功會有人聯繫你給你做預約。」

有多點預算的，這間兒童醫院也可接種，但要先付 7,000 元做會員。看數字，當局今年批核的流感疫苗，數量估計將達到 5,000 萬劑，比去年的 3,000 萬劑多，但為何仍然一針難求呢？有市民說擔心今年秋冬季節，流感和新型肺炎疫情會一起爆發。

10月18日，最新一期的《臨床傳染病》（Clinical Infectious Diseases）期刊中，刊登了日本京都府立大學研究團隊的研究結果，他們利用捐出遺體的死者皮膚進行實驗，發現引致新冠肺炎的病毒 SARS-CoV-2，能夠在皮膚表面逗留平均 9 小時，仍保持感染力，是一般流感病毒的 5 倍！

10月18日，最新一期的《臨床傳染病》（Clinical Infectious Diseases）期刊中，刊登了日本京都府立大學研究團隊的研究結果，他們利用捐出遺體的死者皮膚進行實驗，發現引致新冠肺炎的病毒 SARS-CoV-2，能夠在皮膚表面逗留平均9小時，仍保持感染力，是一般流感病毒的5倍！

【新冠肺炎】日本研究：病毒可在皮膚上生存9小時 是流感病毒5倍



日本京都府立大學研究團隊，利用捐出遺體的死者皮膚進行實驗，發現新冠病毒在皮膚表面上逗留平均9小時仍然保持感染能力，相比造成流行性感冒的流感病毒只能在皮膚停留約1.8小時，新冠病毒的生命力十分強勁。

過往已有實驗證明病毒在一般物件表面能長時間停留，新實驗結果證明病毒經手部觸摸物件，再經手部觸摸口鼻傳染的機會十分高，這亦解釋了病毒傳染速度快速，容易擴散的特質。

研究團隊亦發現，只要隨著酒精消毒後，病毒在15秒內就會失去活性，意味日常洗手保持清潔，可以大大降低經手部接觸傳染的風險。

有關研究結果已在最新一期的期刊《臨床傳染病》（Clinical Infectious Diseases）上刊登。

資料圖片

日研究指新冠病毒在皮膚上生存達9小時 壽命比流感病毒長5倍 籲勤消毒

新冠病毒的生命力十分強勁，可以在人類的皮膚上長時間生存，意味著，經接觸傳染的風險十分高，必須勤洗手、保持清潔，以防感染。

印度方面：

10月11日，印度衛生部公佈，新增 74,383 宗確診及 918 人死亡，累計 705 萬宗確診，突破 700 萬關口，當中 10.8 萬人死亡，10月13日，再累計新增至 712 萬例，是全球疫情第二嚴重的國家，病例已逼近美國的逾 794 萬宗。

由於當地人口稠密，難以大幅改善疫情，再加上，有專家指，當地衛生設施、檢測及通報情況惡劣，公佈的死亡數字，可能並不準確。

然而，在嚴峻的疫情下，印度部分醫務人員，卻數個月沒有獲發工資。

亞洲及中國方面：

10月13日，日本仙台市一間夜店，爆發日本東北地區最大規模的集體感染，店內男性從業人員及女性顧客，共 50 人確診。事後，仙台市保健所調查發現，該店並沒有跟足防疫措施。

10月14日，菲律賓新冠肺炎疫情持續，新增 1,910 宗確診、78 人死亡，累計逾 34.6 萬人確診、6,449 人病逝，確診數為東南亞之冠。

據報道，菲律賓目前約有 1.13 億人口，總統杜特爾特指，所有人都應該獲得疫苗，無一例外，

強調政府有足夠資金購買疫苗，只是，仍需要更多劑量，以便讓所有國民強制接種，而貧困人士、警察及軍人，會獲得優先注射。

杜特爾特表示：「我對中國疫苗有信心，很樂意捲起衣袖接種中國疫苗。」雖然，菲律賓已逐步重啟經濟，讓更多企業恢復運作，允許更多人上班，但首都馬尼拉仍維持部分防疫限制。

10月17日，泰國新增10宗確診，其中2人是達府居民，是自9月初以來，再度出現本土感染，其餘8宗，則是境外輸入，主要來自歐美地區。

同日，中國山東青島市爆發本土感染病例，事件引起輿論關注。中國疾病預防控制中心通報，青島疫情的源頭，是工人搬運進口冷凍鱈魚時，於包裝上接觸到活病毒，這是國際上首次，在冷凍食品外包裝上，檢測到活的新冠病毒，並證實市民接觸後可被感染。

10月18日，中國內地公佈新增13宗確診，全部為境外輸入，包括：上海5宗、廣東4宗、陝西2宗、天津和四川各1宗。至今，全國累計85,672宗確診、4,634人病逝。

10月19日，中國再新增13宗確診，其中，廣州市已完成重點區域近15萬人自願病毒核酸檢測。

10月20日，南韓全羅北道高敞郡一名78歲長者，於接種流感疫苗後的翌日，於家中倒斃。據報，死者曾於住處附近的醫院，接種南韓一間藥廠製造的流感疫苗，不過，消息人士透露，死者生前患有多種疾病及服用高血壓藥物，衛生部門正調查事件，暫時未能斷定死因是否與疫苗有關。

此外，稍早前10月14日，仁川一名17歲男子，在一間民營醫療機構免費接種流感疫苗，兩日後，10月16日證實死亡，目前，同樣未能確定死因是否與疫苗有關，仍要等待醫學鑑定結果。

新聞片段：

南韓最近接二連三出現，有民眾在施打流感疫苗後突然身亡，讓人對疫苗的安全性產生質疑。「請大家不用擔憂，他們打的疫苗跟我們不一樣。」

強調南韓用的是當地生產的疫苗，跟我國完全不同。疾管署也同步公佈，近幾年，我國民眾接種公費流感疫苗後出現的不良反應通報，在107年有27件，去年有39件，反觀今年，在打了半數疫苗後，只有26人有過不良反應。

當中 1 人引發急性心肌炎住院一週，還有 5 人屬於比較嚴重的個案，分別是蜂窩性組織炎或搔癢症，其他 17 人則是平常的紅腫抽痛。

「打了 300 多萬劑就這麼一件的話，那會比較偏向是認定說，這是不是可能是一個獨立的一個事件，而不是說是因為這個疫苗所造成。」

「如果是活的病毒感染造成的感染，造成侵害到心臟造成心肌炎是有，可是流感疫苗本身是死的疫苗，事實上引起心肌炎的機率其實是很少。」

無疑，關於接種疫苗，不論是有數十年歷史的流感疫苗，抑或是剛剛面世，最新、未經大量臨床研究的新冠肺炎疫苗，都是由病毒的屍體製造出來，有眾多不明確的潛在風險，這亦是反對接種疫苗人士一直以來的憂慮。

中東方面：

10 月 10 日，伊朗爆發第 3 波新冠肺炎疫情，繼首都德黑蘭，自 7 月強制實施室內公眾場所口罩令，總統魯哈尼再宣佈，德黑蘭室內外的公眾場所均須戴口罩，並由警察和志願者監督，新措施即日生效，違者將被罰款 50 萬里亞爾（約 92 港元）；假如確診患者沒有自我隔離或通知朋友及同僚，亦會被罰款 200 萬里亞爾（約 368 港元），預計措施亦會擴大至其他大城市。

此外，德黑蘭地區的學校、清真寺、商店、餐廳及其他公共機構，自 10 月 3 日起，先是關閉了一周，隨後再延長一周。

10 月 3 日，繼副總統諾巴赫特（Mohammad-Baqer Nobakht）確診後，

10 月 11 日，伊朗原子能組織主席薩利希（Ali Akbar Salehi）亦宣佈染疫，目前兩人情況良好。

截至 10 月 11 日，伊朗衛生部通報，

全國新增 3,822 宗確診、累計超過 50 萬人染疫；
新增 251 人病逝，創疫情爆發以來單日死亡人數新高，
累計死亡人數 28,544 人，是中東地區疫情最嚴重的國家。

歐洲及澳洲方面：

10 月 11 日，歐洲多國本以為熬過了最艱難的時期，可以將新冠病毒拋諸腦後，卻發現疫情再度抬頭，且來勢洶洶、全線告急，新增病例及住院治療的重症病例，均顯著增多。

各國政府不斷尋找最佳的防疫及抗疫措施組合，包括局部隔離封鎖、全民測試、跟蹤患者傳播鏈、經濟補助、公眾資訊溝通等範疇，設法在冬季來臨前，盡可能減少感染病例的數量。

但是，最新一波疫情，與三、四月的第一波疫情卻有所不同。

這一次，通過測試可以清楚看見，較大區域與城鄉之間的區別，流行病越來越被視為一種城市現象。意味著，當各國政府的反應，不再是起初的「全國性大範圍」隔離封鎖的同時，新冠病毒卻變得傳播距離更遠、感染人數更多、影響更大。

調查機構 Elabe 進行了一項民意調查，顯示只有 35% 人信任政府能夠「有效打擊新冠」，約 73% 人表示：「本人對這病毒很擔心。」

數字於一周內增加 4%，全歐洲有近四份三人感到恐懼和絕望，對抗疫失去信心。

新聞片段：

In one of the nations hit hardest by Covid-19 in Europe, people observed social distancing as they waited for their turn to be tested.

在歐洲其中一個最受新冠肺炎影響的國家，民眾輪候病毒測試時，保持社交距離。

Cases in Belgium have reached close to 10,000 a day prompting the health minister to warn of an impending tsunami, unless things are brought under control.

比利時的新增個案已增至每日近 1 萬宗，逼使衛生部長警告除非疫情受控，否則將面臨新一波海嘯式疫情。

In an effort to stem the spread of the virus,

為了遏止病毒擴散，

bars and restaurants have been ordered to close and people to limit social contact outside of their households to one person for the next month.

酒吧和餐廳已被下令關閉，此外，除家庭以外的社交接觸人數，將於下月限制至 1 人。

We think it's not the good or the right solution, because now what will happen probably is that a lot of people they will make parties at their home without any restrictions about safety, so that will probably even higher the rates to the future.

我們認為這不是明智或正確的方案，因為很多人可能會改為在家中開派對，而毫無防疫措施，這很可能會導致確診個案上升。

The start of the week also brought strict control back to the Italian city at the heart of the nation's worst Covid-19 outbreak earlier this year.

這週起，米蘭亦重新收緊防疫措施，米蘭早前是意大利境內疫情最嚴重的城市。

Residents in Milan and across the country facing limits on social contacts and hundreds queuing at free testing centers.

米蘭和國內各地居民皆受到社交限制，數以百計的人民在免費病毒測試中心輪候。

People worried not just about their health, but their jobs and the economy.

他們不單憂慮自己的健康，也為工作和經濟感到擔憂。

More than about the virus, now we will have the normal seasonal flu as well.

除了新冠病毒，我們現在更要面臨季節性流感，

I'm much more worried about the economic situation that we're living in now.

我更擔心的是現時的經濟情況，

In France, the police have been enforcing a curfew introduced over the weekend, as the World Health Organization revealed Europe had hit a record number of cases in the last week.

法國警察已於週末起執行宵禁令，因世界衛生組織表示，歐洲於上週的新增病例創下新紀錄。

President Macron's wife Brigitte is self-isolating after contact with someone who tested positive for Covid.

法國總統夫人布里吉特，在接觸了新冠患者後現正自我隔離。

Poland has announced the national stadium in Warsaw will be converted into a vast field hospital.

波蘭宣佈將位於華沙的國家體育場，改建成臨時醫院，

The health minister warning there could be 20,000 cases a day by next week.

衛生部長警告，到下週每天新增病例可能高達 2 萬宗，

Countries and healthcare systems across Europe are struggling to cope and there's no certainty new restrictions will bring Covid-19 under control.

歐洲各國及當地的醫療體系正努力抗疫，但不確定新的防疫措施能否有效控制疫情。

10 月 12 日，世衛舉行新冠肺炎例行發佈會，

指一些研究顯示，多數地區的新冠病毒感染率均低於 10%，

但也有密集傳播區域的感染率，高達 20 至 25%，甚或是更高的數字。

另外，根據一些統計模型，以新冠肺炎的死亡病例數量及預計已感染的人數計算，染疫後的死亡率大概是 0.6%，而且會隨年齡增長而急劇上升。

10 月 13 日，世衛總幹事譚德塞警告各國：

不要為了實現所謂的「群體免疫」，

所以，刻意不為人民採取任何社交隔離的防疫措施，

故意任由新冠病毒傳播，這種想法是不道德的。

譚德塞指，「群體免疫」是一種用於接種疫苗的概念，人群總是誤以為，當疫苗接種率達到某個人口比例後，剩下的人就得到保護，不再害怕這種病毒。

以麻疹為例，有人會以為，當 95%人口接種了疫苗後，剩下的 5%就可以得到保護，或是免受病毒傳播的侵害，但這是錯誤的想法。

不論是政府或人民，允許一種我們並不完全瞭解的危險病毒自由傳播，均是一種不道德的行為，大多數國家，只有不足 10%人口染疫的同時，國內剩下的人，仍有很大機會感染，讓病毒任意傳播，只會令人民承擔不必要的感染、痛苦和死亡風險。譚德塞總結：「有效隔離等防疫措施，才是最重要。」

新聞片段：

譚德塞在會上表示，群體免疫是用於疫苗接種的概念，即疫苗接種比例達到一定預值，可保護人群免受某種病毒侵害。他再次批評和反對，群體免疫應對新冠肺炎的說法。

「群體免疫是為了保護人們免受病毒侵襲，而非讓人們暴露在病毒面前，在公共衛生史上，從未將群體免疫作為應對疫情爆發的策略，更不要說是全球疫情大流行了，這在科學和道德上都有問題。」

譚德塞指出，目前還不夠了解人體對新冠肺炎的免疫力，大多數感染者會在最初幾週內產生免疫反應，但還不知道其強度或持久性如何，以及各人產生的免疫反應有何不同。他呼籲各國，繼續根據國情採取針對性的預防措施。另一方面，針對在疫情大流行期間的選舉活動，世衛組織衛生緊急項目執行主任瑞安表示，各國可進行風險評估，採取適當措施，確保選舉活動安全如期進行，但他並未闡述具體的指導方針。

10月13日，法國累計確診病例突破 75 萬例，總統馬克龍宣佈，巴黎等地將會實施宵禁等，更嚴厲的措施。

法國兩個城市圖盧茲及蒙彼利埃，繼巴黎、馬賽、里昂、里爾等 9 個大城市後，一同被列入疫情「最強警報區」，並實施宵禁，從晚上九時至翌日早上六時，人民不准外出，初次違反者，將被罰款 135 歐元，重犯罰款最高可達 1,500 歐元。

新聞片段：

歐洲的新冠肺炎疫情持續嚴峻下，各國陸續收緊防疫措施。
繼英國的抗疫三級制開始實行後，
法國也宣佈周六起，在巴黎等 9 個城市實施宵禁 4 星期，
不過總統馬克龍強調，無意再一次全國封城。
法國總統馬克龍在愛麗舍宮接受電視專訪時宣佈，
在全國三份之一地區實施宵禁 4 星期，遏止日益嚴峻的新冠疫情。
受影響區域包括首都巴黎及附近區域，
以及里昂、馬賽、里爾、蒙彼利埃等 8 個城市。
宵禁周六正式生效，由晚上 9 時至翌日 6 時，
首次違反宵禁令者將被罰款 135 歐元、即約 1,230 港元，
再犯將被罰款 1,500 歐元、即約 13,667 港元。

馬克龍強調法國的疫情沒有失控，但令人擔憂，現正處於第二波疫情中，
呼籲民眾能像之前嚴格遵守封城措施般遵守宵禁令；
又強調宵禁期間必要的外出仍會被允許，
但必須有一個好理由，例如夜班工作。
他還表示公共交通不會受限，民眾可繼續在境內各區之間穿梭。
目前法國受感染住院的患者已逾 9,100 人，
周三單日新增確診病例近 22,000 宗。

德國全國 16 個州州長則同意進一步收緊防疫措施，希望阻止疫情在國內蔓延。
根據各州周三達成的協議，只要在 7 天內，
每 10 萬人有 35 人確診，較嚴厲措施如針對酒吧的宵禁令，
以及針對私人聚會的限聚令等就會自動生效，之前的確診人數上限是 50 人。
協議也指出如果上述措施未能取得成效，
當局會再進一步收緊防疫措施，希望避免再度封城。
總理默克爾警告，可能會採取更嚴厲措施打擊疫情，呼籲年輕人減少派對活動。
巴伐利亞州州長澤德更形容，德國抗疫最危險的時間就是下午 5 點到午夜。
德國累積超過 33 萬人確診。

英國的默思塞德郡周三開始被列為非常高風險地區，
利物浦不少市民趕在措施生效前外出消遣，迎接未來兩周足不出戶的日子。
不少到酒吧喝酒交談的人，都沒有戴口罩和保持社交距離，
到深夜酒吧開始將吧檯桌椅等收拾。

至於北愛爾蘭就實施全英最嚴厲的抗疫措施，
周三起除了酒吧、餐廳關閉 4 周，學校亦停課兩周，以遏止疫情蔓延。

10月13日，荷蘭研究人員通報，
荷蘭一名89歲女子，於第二次感染新冠肺炎後死亡，
成為全球首宗二次感染後死亡的病例。

研究人員指，該名女子今年較早時，曾被送往醫院，
當時她出現發燒、咳嗽症狀，新冠病毒檢測後呈陽性，證實確診，在醫院觀察了5天，
隨後，新冠肺炎症狀完全消失，確認痊癒康復。

兩個月後，該名女子再度出現發燒、咳嗽及呼吸困難等症狀，
新冠病毒檢測再次呈陽性，證實再度確診，第8天，患者病情惡化，並於兩周後離世。

10月14日，西班牙疫情反覆，新增確診近1.2萬宗，累計突破90萬宗，
是西歐疫情最嚴重的國家，累計死者增至33,413人，全球排第8。
加泰羅尼亞宣佈收緊措施，關閉酒吧和餐廳15天。

10月15日，法國司法部，調查新冠肺炎疫情危機處理不力的投訴，
搜查衛生部長維蘭及衛生部總幹事薩洛蒙的住所及辦公室。
包括「5月新冠肺炎受害人家屬」，透過團體向司法部投訴，指控政府處理衛生危機失當，
以及一個由疫情受害人所組成，約200人的團體，決定控告總理卡斯泰。

同日，法國首都巴黎，有數百名醫護人員上街示威，抗議醫院工作環境惡劣。
衛生及社會行動勞工總聯會表示，自疫情爆發以來，
醫院及其他公共機構，一直在缺乏人手和物資下運作，系統面臨崩潰。

新聞片段：

Now France is in the grip of a second wave of Covid-19 infections.
法國爆發第二波新冠肺炎疫情，

More than 30,000 infections were reported in a span of 24 hours on Thursday.
在星期四24小時內，錄得逾3萬宗新增病例，

President Emmanuel Macron has announced a night-time curfew but the healthcare workers are unhappy with the government response says the pandemic has reared its head again.
總統馬克龍宣佈實行宵禁，但是醫護人員不滿政府的回應，指新冠疫情再次爆發。

How prepared is France in dealing with the rising cases?
法國是否準備好去應對急增個案？

This report tells you more.

請留意以下報道，

This is central Paris.

這裡是巴黎市中心，

Hundreds of doctors, nurses and medical workers belonging to different trade unions marched close to the Eiffel Tower.

數百名來自不同工會的醫生、護士和醫務人員，遊行到埃菲爾鐵塔附近。

They raised slogans denouncing President Emmanuel Macron's response to the rising infections.

他們高舉標語，譴責總統馬克龍對疫情惡化的應對措施，

With over 800,000 cases of infections and 33,000 deaths.

法國目前有 80 多萬宗病例和 3.3 萬宗死亡個案，

France is grappling with the second wave of Covid-19.

正處於第二波新冠疫情，

But the medical staff alleged that France has not added any more emergency beds.

但是醫務人員聲稱法國沒有再新增任何急診床位。

Many of the healthcare workers wore scrubs and surgical masks.

許多醫護人員穿戴手術袍和醫用口罩，

They carried banners which read, "Hire More, Train More".

拿著標語「僱用多些人，訓練多些人」，

Condemning the government's sluggish response.

醫生譴責政府反應遲鈍，

The doctors complained of long and exhausting working hours and inadequate wages for the extra hours of work.

更抱怨工作時間太長而令人疲憊，以及加班工資不足。

10 月 16 日，比利時宣佈，當地實施一系列措施，

包括全國餐廳、酒吧及咖啡館關閉 1 個月，

午夜至凌晨 5 時實施宵禁、晚上 8 時後禁止賣酒等。

同日，全球首次通報新增超過 40 萬宗新症，創下單日最高紀錄。

歐洲情況最嚴峻，過去一周平均每天錄得 14 萬宗新症，即是，全球每 100 宗新症裡，其中 34 宗，就是來自歐洲。

10 月 17 日，梵蒂岡證實，一名與教宗方濟各同住於聖瑪爾大之家（Casa Santa Marta）的住客確診，目前，患者與密切接觸者已暫時離開住處及隔離，而教宗身邊，除了該名住客之外，另有 11 名負責保護教宗的瑞士衛隊成員染疫。



10月17日，梵蒂岡證實，一名與教宗方濟各同住於聖瑪爾大之家（Casa Santa Marta）的住客確診，目前，患者與密切接觸者已暫時離開住處及隔離，而教宗身邊，除了該名住客之外，另有11名負責保護教宗的瑞士衛隊成員染疫。

新冠肺炎：與教宗居同一地點 聖瑪爾大之家住客確診

10月18日(日) 01:51

歐洲多地新冠肺炎疫情反彈，梵蒂岡上週六（17日）證實，一名與教宗方濟各同住聖瑪爾大之家（Casa Santa Marta）的住客確診。該名患者及所有與他接觸人士目前已被隔離，並暫時搬出住處。

除該名住客確診外，負責保護教宗的瑞士衛隊至今亦有11名成員染疫。聖瑪爾大之家主要是接待梵蒂岡的神父、來訪神職人員及世俗人士，方濟各2013年當選教宗後，選擇永久居住在此而非使徒宮，理由是他期望與普通人一起。

至於與梵蒂岡相鄰的意大利，曾屬重災區的倫巴底亦公布新限制措施，包括酒吧於晚上6時後只能提供室內餐飲服務，不允許外賣酒精類飲料，另禁止市民室外飲酒及參與有身體接觸的運動等。

同日，奧地利外長沙倫貝格（Alexander Schallenberg）證實確診，但未有出現病徵，據報，可能是在盧森堡與歐盟多國外長會晤時被感染，一起出席的比利時外長維爾梅斯（Sophie Wilmes）亦出現疑似感染病徵，正自我隔離。

澳洲維多利亞省省長安德魯斯，對有新西蘭旅客違令進入墨爾本感到失望，警告可能會關閉邊境，他聲明：「我明確表示，我不想關閉維省邊境。但如果必須這麼做，我仍是會做的。我們不會拿維省的犧牲去冒險。」

而對於聯邦衛生部長亨特等人施壓，要求維省重開邊境，安德魯斯則揚言，不會就範於政治把戲。

此外，澳洲總理莫里森表示，聯邦政府派出包機到英國、印度和南非，接回因疫情一直受困海外超過半年的 5,000 名國民，並會優先考慮弱勢人士。

不過，每名歸國的國民都需要支付一些費用，從倫敦或印度歸國，機票分別為 2,000 澳元及約 1,000 澳元，

另外還有 2,500 澳元的隔離檢疫費用，兩人或兩人以上的家庭，為 5,000 澳元。

10 月 18 日，德國當地錄得 7,830 宗新症，連續 3 天創新高，總理默克爾發表講話：

「我們正處於大流行中一個十分嚴峻的階段，呼籲民眾盡量留在家中。」

她表示，疫情擴散速度已超越上半年，接下來數天至數周，將決定今年的冬季及聖誕節的形勢將會如何，敦促國民盡量減少與他人會面，取消出行及聚會，盡可能留在家中。

同日，意大利總理孔特宣佈防疫新舉措，包括允許各地城市，自行制定宵禁措施、減少商業店鋪營業時間等。

10 月 19 日，英國威爾士政府宣佈：從 10 月 23 日晚上 6 時至 11 月 9 日期間，威爾士全境將執行全面的疫情管控。

非關鍵崗位的工作人員，需要儘量在家辦公；
非必需品銷售店鋪、餐飲酒吧、娛樂場所、休閒場所、
社區中心、圖書館等公共場所也暫時關閉；
來自不同住址的人禁止在室內及室外聚會。

同日，約翰斯·霍普金斯大學資料顯示，全球累計突破 4,000 萬例確診、111 萬例死亡，法國、德國及意大利等歐洲國家，單日新增確診數量，均創下疫情以來的新高。

英國疫情嚴峻，新增約 1.8 萬人確診、80 人病逝，威爾斯地區宣佈實施為期兩周的封鎖令，民眾除必須工作之外，均必須留家，非必要商店、休閒及餐飲店，須全面暫停營業。宗教場所除葬禮及婚禮外，一律禁止其他宗教儀式。

威爾斯地區大學，將持續提供部分個人及網上課程，若學生選擇留在學校，則建議留在宿舍。據歐洲疾病預防控制中心資料，過去 14 天，比利時每 10 萬人之中，就有逾 700 人確診，感染率為歐洲第二高。

衛生部長弗蘭克·范登布魯克（Frank Vandenbroucke）警告：「目前，極接近疫情『海嘯』的爆發。」大家確實沒有聽錯！比利時衛生部長，將疫情形容為「海嘯」，指疫情將會以海嘯方式，淹沒世界多個國家，因此，比利時宣佈，全國酒吧和餐廳關閉一個月，並實施晚間宵禁。

可見，現時比利時及歐洲多國，於多個城市實施的宵禁，完全應驗「2012 信息」的警告。

美國方面：

10 月 12 日，美國《國會山報》，引述英國權威醫學雜誌《柳葉刀》研究結果，科學家已證實，美國出現了第一宗新冠病毒的二次感染病例，而患者第二次感染的病症，比第一次更嚴重，證實新冠病毒康復者，也不一定有抗體可以避免再度感染。

美國這個病例，是全球第 5 例二次感染，科學家稱，目前這種情況仍屬於罕見。

美國前財長勞倫斯·薩默斯，與哈佛大學經濟學家大衛·卡特勒，在《美國醫學會雜誌》發表聯名文章，指新冠病毒大流行，將會為美國造成驚人的 16 萬億美元經濟損失，相當於全美國年度國內生產總值（GDP）的 90%，並且，是 2008 年金融危機造成大衰退的 4 倍。

這 16 萬億美元，約一半是經濟封鎖造成的國內生產總值損失，另一半，則來自健康損失，包括過早死亡、精神和長期健康損害。

因為，每個死亡病例，都會為社會造成 700 萬美元損失，而康復者的醫療費用，總共需要 2.6 萬億美元的額外成本。此外，疫情對美國民眾的心理健康，亦造成 1.6 萬億美元的損失，令人瞠目結舌的數字，凸顯了新冠病毒的長期影響。

美國華盛頓大學衛生統計評估研究所公佈：最新發佈的預測模型結果顯示，按目前發展趨勢，到了 2021 年 2 月 1 日，美國累計死亡病例可能會高達 40 萬例。

預測顯示，如果放鬆防控措施，美國累計死亡病例將超過 50 萬例；但是，假如 95% 民眾能堅持佩戴口罩，那麼，累計死亡病例可能會降至 31.5 萬例。

據美國《華爾街日報》報道，新冠肺炎動搖了全球最先進資訊科技，矽谷企業員工亦面臨減薪，新的減薪行動，將會出現在世上最賺錢的企業，及高薪的技能員工身上，而幅度，可能會高達 15% 或以上。

早前美國總統特朗普證實確診後不久，他的 14 歲幼子巴倫（Barron Trump）亦確診，美國第一夫人梅拉妮亞指，幸運的是，

雖然自己確診後病情有起伏，但症狀卻相對輕微，身體出現疼痛、咳嗽和頭痛，大部分時間感到極度疲憊，她選擇補充維他命及進食健康食品幫助復原，並感謝白宮醫生康利等醫護人員的照料。並指自己已經有親身抵抗新冠病毒的經驗，想到很多人仍在抗疫中，希望大家能共同克服這項挑戰。

10月15日，過去一周，美國新增確診數量不跌反升，是自8月以來最高，達59,494宗，累計染疫人數超過797萬，50個州份中，有42個州的新症數目增加，有5個州份，更打破疫情以來的最高確診數。

另外，紐約州奧尼昂塔（Oneonta）一間大學有數百名學生確診，校長宣佈辭任。美國疾病控制及預防中心（CDC）主任雷德菲爾德（Robert Redfield），及過敏與感染疾病中心主管福奇警告：家庭聚會是病毒傳染的主要途徑，於未來的感恩節等節日中，假如市民進行大型家庭聚會，可能會令確診數目急升，因此，應該避免這類活動。

根據美國NBC電視統計，過去14天裡，全美38個州、首都華盛頓哥倫比亞特區及關島，新增確診數量均出現增長，可能正迎來第三個疫情的高峰。

美國傳染病醫生陶德·文托（Todd Vento）指：「我們真的很掙扎，美國醫生們正在做著英勇的工作，只是，這場嚴峻的疫情，使他們真的到了無法持續下去的地步。」此外，美國航空母艦羅斯福號，近日亦再有兩名船員確診。

香港方面：10月13日，政府專家顧問、香港大學微生物學系講座教授袁國勇指，市民在日常生活中，應盡量避免使用現金，電子付款是最安全和最清潔的方法，可減低病毒交叉感染的機會。

有外國研究發現，在攝氏20度的環境下，新冠肺炎病毒可以在塑料鈔票，這種較為平滑的物料表面存活長達28天。

10月15日，衛生防護中心傳染病處主任張竹君表示，香港新增12宗確診。有機構定期就市民的個人經濟狀況進行調查，最新一次的結果顯示，73%受訪者對香港未來半年的經濟感到「悲觀」，有54%擔心「難以應付日常的醫療保健開支」。

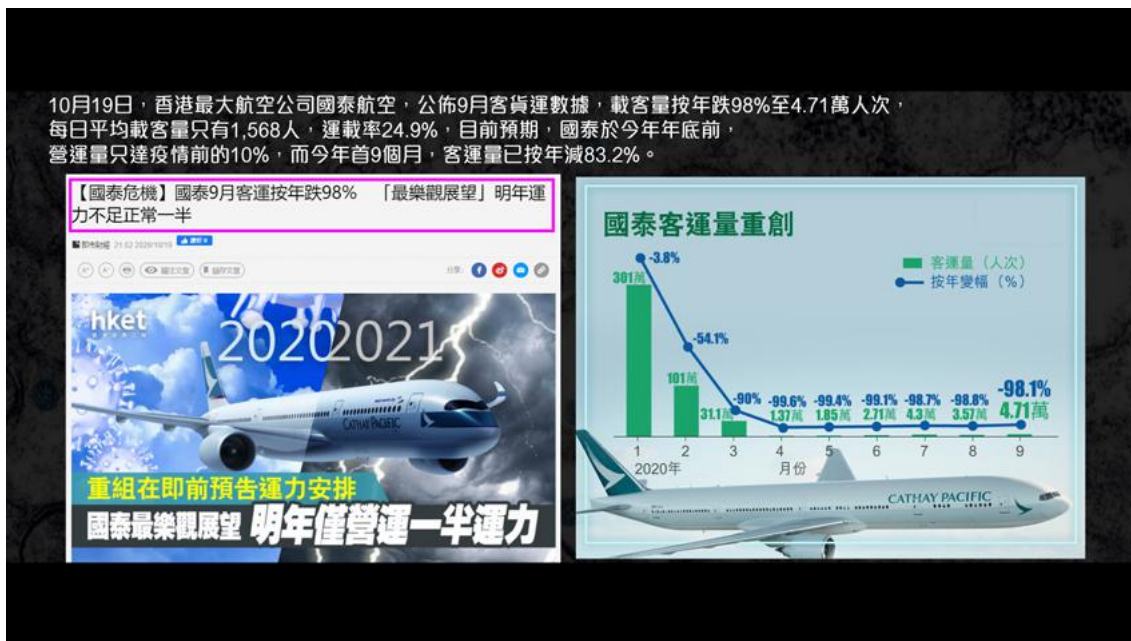
早前，亦有團體透過網上問卷，訪問超過3,800名港人，超過30%受訪者稱壓力指數高，

逾半指自己常處於緊張狀態、無故感到擔憂、忐忑不安及難以放鬆。
 有精神科醫生擔心，未來，本港可能會湧現大量求助個案，
 「精神海嘯」危機越見嚴重，情況令人憂慮。

10月18日，近期香港新冠肺炎疫情反覆，有專家表示疫情或許已進入第四波。

食物及衛生局局長陳肇始表示，
 在10月2日至15日的兩星期裡，共錄得116宗個案，
 其中，54宗本地或與本地個案有關連的，約佔53%，涉及數個群組，
 認為社區仍然存在隱形傳播鏈。
 雖然確診人士不多，但足跡廣泛，涉及不同區域和不同類型的處所。
 加上，最新病毒株具更強的傳播力，
 疫情可能會在極短時間內急劇惡化，有機會令本地提早出現第四波疫情。

10月19日，香港最大航空公司國泰航空，公佈9月客貨運數據，
 載客量按年跌98%至4.71萬人次，每日平均載客量只有1,568人，運載率24.9%，
 目前預期，國泰於今年年底前，營運量只達疫情前的10%，
 而今年首9個月，客運量已按年減83.2%。



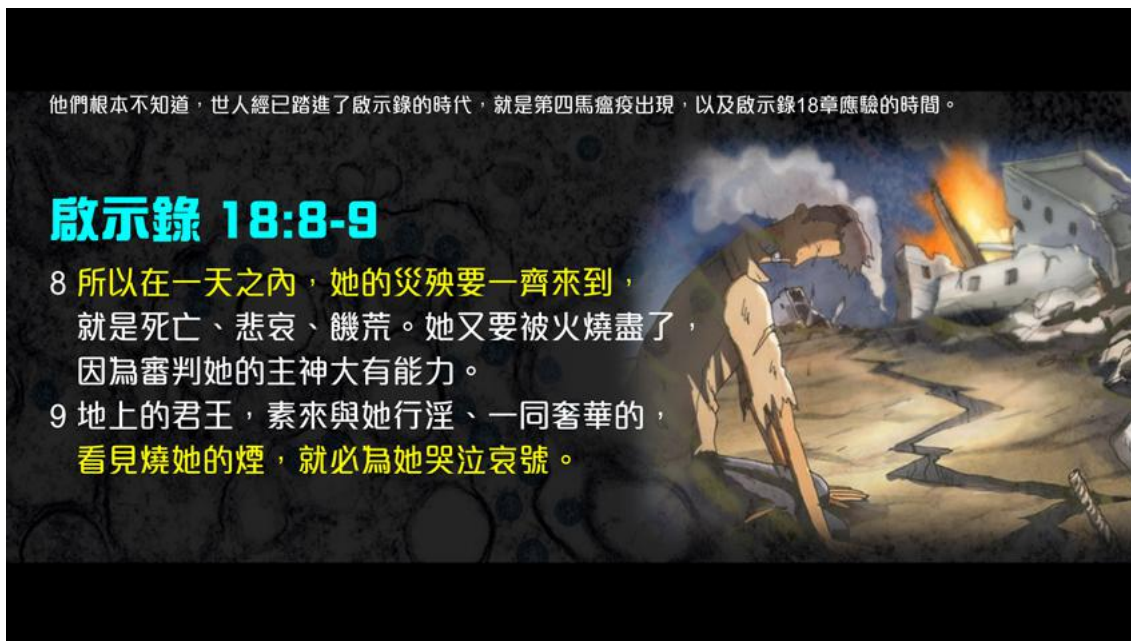
10月21日，國泰航空公佈企業重組方案，旗下有近35年歷史的港龍航空，
 成為疫情下本港航空公司的第一滴血，即日起停止營運，
 削減約8,500個職位，包括約5,300名駐港員工，留下的員工，則被要求更改服務合約。

新聞片段：

國泰航空周三（21日）宣佈，停止營運旗下的國泰港龍航空，以及裁減5,300名本地員工，
 勞工界稱，這次或是香港史上最大規模裁員。

不過，就算可以留下來，待遇也跟之前相差甚遠，國泰表明，明年不會加薪，而今年第 13 個月年終獎金也落空，高級管理層則須減薪至明年底，又將以往的新舊約制取消，統一為單一合約，員工底薪及飛行時薪均「封頂」，減薪幅度最大達 36%。新合約對舊制員工影響最大，因為他們以月薪計算並享有職級津貼。以一個機艙高級事務長為例，在新制下，他們的月薪減少六分之一。員工須於下周三（28 日）前簽署同意書，同意者可獲 3,000 元至 7,000 元不等的過度安排津貼，而不簽署者則視作自行離職。這次國泰裁員會引起骨牌效應，誘使其他大企業跟隨。無疑，這場世紀疫症，確實為全球社會及經濟帶來重大打擊！

然而，來到這裡，大家有否發現，這場疫情發展至今已超過九個多月，但是，當世人和大部分教會，仍然說著「平安」、「平安穩妥」的時候，其實，這些人，甚至是所謂的教會領袖、先知和事奉者，他們根本不知道，世人經已踏進了《啟示錄》的時代，就是第四馬瘟疫出現，以及《啟示錄·18 章》應驗的時間。



當前這個時候，根本就不是「平安穩妥」的時間，反之，是神審判世人和巴比倫，應驗《啟示錄》預言的日子。

只可惜！這些所謂的教會領袖、先知和事奉者，卻只顧與巴比倫為友，貪愛錢財、奢華宴樂，完全失卻了作為先知，預先警告世人的職責。

甚而，在這場疫情爆發超過三個月時，這些先知與神的失聯，到一個階段，已經不知道神審判巴比倫的災殃，原來早已來到，

他們卻仍然口稱：「平安、平安。」

又說：「神是會聽他們的禱告，將這場疫情消滅！」



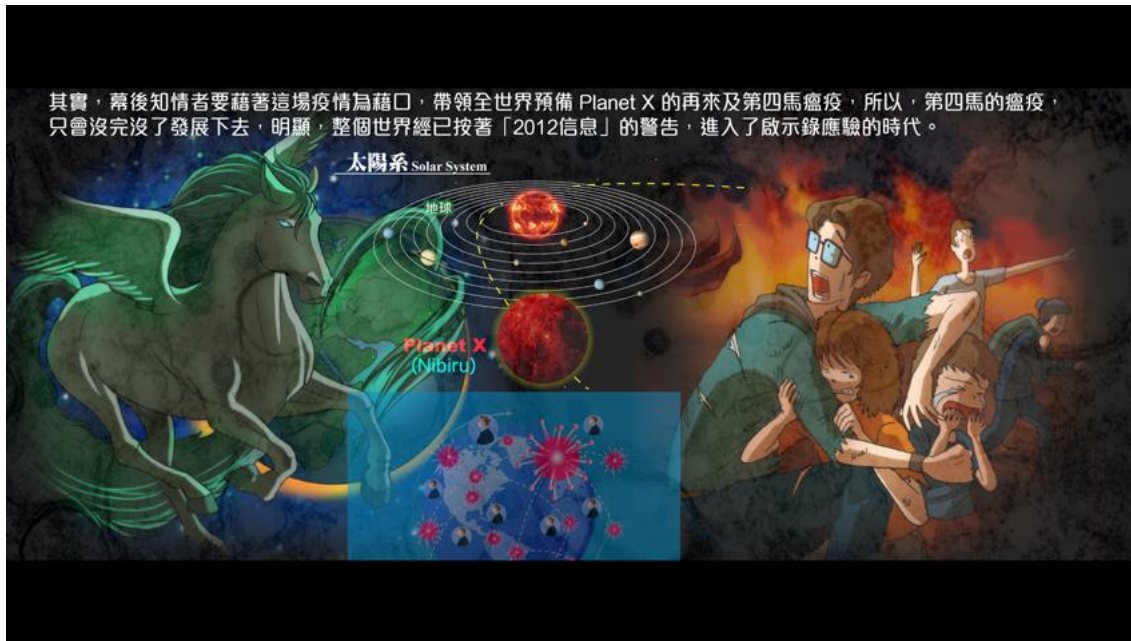
然而，來到今天，這場疫情已經爆發超過九個多月，
疫情卻沒有如他們所說，被神消滅，反而一直無法控制、越來越失控，
世界各地和美國感染人數，不降之餘，還不斷刷新紀錄。

踏入今年秋冬後，這場疫情亦只會更加沒完沒了、無了期延續下去，
接下來，只會有更多人確診、更多人無奈地面對死亡。

非常明顯，神藉著當前不斷破紀錄的疫情，
正是要打這群與神失聯的先知嘴巴，明證他們已經不蒙神的喜悅，
沒有認識及跟隨神給予這世代的信息。

相反，這場疫情剛開始的時候，
日華牧師於今年年頭，2、3月時，早已透過「第三個發展的可能性」信息，
預告這場疫情的發展和走勢，並且會完全應驗過往11年，「2012信息」的警告。

其實，幕後知情者要藉著這場疫情為藉口，帶領全世界預備 Planet X 的再來及第四馬瘟疫。
所以，第四馬的瘟疫，只會沒完沒了發展下去，
明顯，整個世界經已按著「2012信息」的警告，進入了《啟示錄》應驗的時代。



當前，世人必須懂得聆聽神給予這世代的信息 —— 「2012 榮耀盼望」信息，藉此緊緊跟隨神的計劃和旨意。否則，世人只會如這些被神厭棄的先知般，誤以為這個世界，仍繼續有「平安、平安」、繼續有「平安穩妥」，只可惜！神的審判和第四馬的瘟疫，卻已經一齊來到這個世界，叫世人哭泣哀號。

可見，神正正是要在世人面前，明證日華牧師和錫安教會，才是有神認可的代言人，負責為神頒佈「2012 榮耀盼望」信息，成為世人唯一的答案！



影片：主日回顧

上星期，日華牧師分享了有關「咖啡灌腸療程」的信息。

其實，早於 2004 年 9 月，日華牧師修讀自然療法課程時，已經知道咖啡灌腸，是自然療法中的王牌。



然而，當時日華牧師尚未有實行。直到 2009 年 6 月中，才正式開始嘗試。

當日華牧師嘗試後，覺得效果非常好，甚至乎，後悔為何不早點開始嘗試，並教導全職們。因為，當中的效果，實在是非常之好。

於 2009 年，日華牧師開始分享「2012 信息」時，他知道，假如自己沒有開始咖啡灌腸的話，其實，以他身體的衰弱狀況及勞累程度，應該只能多捱一段時間，可能 2011 年就會見主。

正正就是由於咖啡灌腸的功效，讓他可以繼續事奉，並且，至今他仍未找到另一種自然療法，可以取代咖啡灌腸。

今星期，日華牧師將會繼續分享「健康信息」。

日華牧師聲明：

我除了是錫安教會的牧師之外，亦是一位執業的自然療法康健醫師。現在螢幕上顯示的，是由加拿大康健醫生審核委員會頒發給我的執照。這是一個半官方的審核委員會，專門負責管轄安大略省，所有持牌執照康健醫師。

所以，我再重申，我除了是牧師之外，也是一位自然療法康健醫師。接下來，我與大家分享的信息，就是講述健康。



自然療法

健康信息聲明：

以下健康信息內容，只是分享讓人得著健康身體的方法和常識。
並不構成任何診斷、醫療建議。

第一章：2012 榮耀盼望 vol. 559 健康信息 (5)

簡單來說，在過去這麼多年來，
我也接觸很多其他醫療方式，大多數都是非常好的，
但沒有一件事物，是我心知肚明，
就是假如在 2009 年開始分享「2012 信息」後，
如果我不是有洗腸的話，其實我一、兩年內就會見主了，
以我身體的狀況，應該在 2011 年就已經見主了。

因為，當時我的忙碌、身體狀況，虛弱至一個階段，
身體酸性至一個階段，其嚴重程度到達何種級數呢？
就是即使我躺在床上，全身都痛，
包括小腿痛、肩膊痛、頭痛，當然也是常常胃痛，只是躺著也覺得痛。
因為，身體的乳酸實在多得厲害，操勞過度，睡眠不足，身體太多病痛等。

因此，我最初洗腸，每次橫躺著的時候，
「嘩！躺著實在太舒服了！」，簡直是不想爬起來，
皆因，我的體能，是連爬起來也感到吃力，當時的身體狀況真是非常差勁。

或許遲一點，我能找到其他自然療法來取替它。
因為，我一向的作風都是這樣，就是我找到一樣好的東西，

我會使用它，直至有一樣東西能夠代替它，
否則，我會一直沿用，但我仍會一直尋找，
直至找到另一樣比它優勝的東西，我就會替換它。

因為醫學方面，有時候這是用作救命的。
暫時我還沒找到其他方法比洗腸優勝，可以替代洗腸的功效。

影片：2020 年咖啡灌腸的好處

在很多人的概念中，由於咖啡灌腸不屬於一般的西醫概念，如打針吃藥，
並且，需要將咖啡灌入身體裡。

因此，必定下意識就會有疑問，甚至是抗拒。
並且，有些西醫會說，灌腸會令營養流失、電解質不平衡及脫水，
甚至會令腸道穿孔，或是腸臟有菌，增加感染機會。
而中醫，則認為灌腸「破氣」。

然而，自日華牧師於 2014 年錄影這套「健康信息」至今，
經有六年時間，日華牧師分析，經歷 12 年實踐，
到現在，暫時仍未有另一種健康程序，可以取代灌腸。

雖然，每天也要花差不多一小時，
但是，日華牧師仍找不到任何其他方法，可以取代灌腸，省掉這一小時。

事實上，雖然中西醫都對灌腸抱有懷疑態度。
但是，於自然療法中，灌腸的理論及實踐層面，
都已非常成熟，早已考慮及避開西醫所提出的負面立論。



所以，西醫提出的見解，只是基於他們自己所認為，以粗糙方式執行灌腸方案所帶來的傷害。於是，他們對於灌腸的見解，亦是基於自己孤陋寡聞所引發的猜度，從而出現這些無中生有的問題。

再者，我們所熟悉的袁大明醫生，更是早於差不多 30 年前，即 1992 年，已經於香港引入灌腸療法，並開設水療中心。近年，香港亦出現多間提供灌腸服務的水療中心，甚至，成為一種美容療程。



在當時來說，若不是認識了洗腸，我現在一定已經離世了。因為，身體差勁至一個狀況，累積很多毒素和酸性，是沒辦法解決。

當然，我以一個已使用五年半的身份來分享，
而不是完全沒有使用過，便說它不好，或洗腸後會導致很多營養流失等。
我使用了五年半，我是一個有自然療法學位的醫師。

這樣的說話，在 2009 年 6 月還沒有洗腸前，我也說得出口，
現在我卻說不出口，我沒有這麼厚臉皮說出口，因為，不是這樣的！
之前我沒有洗過，我當然亂說也可以，但現在我洗了五年半，我說不出這樣的話。

因為我試過，並且發覺最重要的是，就算吃許多營養補充劑（supplement）或營養，
最主要，九成以上的工作，都是抵消（cancel）身體的酸性，
但單單灌腸，就可以把身體的酸性拿走。

事實上，補充少許營養補充劑的話，我已經使用了五年半，
這是可以補充得到的，是很健康的，而且這麼多年，我的健康是不斷改善。

影片：咖啡灌腸可以清理身體的酸性

咖啡灌腸其中一個重要的好處，就是有效地排出身體的酸性。

要知道，我們所身處的環境，
與幾十年前，甚至過百年、過千年前的世界相比，已經截然不同。
不論是飲用的水源、空氣、土壤，或是食物，相比以前，都已經被大量污染，
這才會有著近年興起，飲用瓶裝水、吃有機食物的倡議。



原因，當所有的污染，落入身體中，就會成為毒素、產生酸性身體。
並且，這些毒素，會不斷成為身體的負累、影響身體的健康。

雖然，身體有著排毒的機制，但假如，每天也活在污染的環境下，其實，各個負責清除毒素的內臟，每天也要疲於奔命，甚至，工作到達飽和點，不能處理。只能放任這些毒素，於身體中累積。

亦因此，假如我們有做運動，甚至健身的習慣，身體就很容易積聚乳酸，並且難以排走。原因，身體的排毒機能，早已經超負荷，沒有餘力處理增加的乳酸。

日華牧師分析，他有灌腸習慣之前，也會嘗試食用不同的營養補充劑 **Supplement**，去中和身體的酸性，期望可以快速清除乳酸，然而，效果並不明顯。

一來，因為年紀的問題，加上工作量大的緣故，導致身體超負荷；二來，吃合成的營養補充劑，本身也會增加身體排毒的負擔。

所以，日華牧師發現，無論選擇哪種消除酸性的補充劑，也不能有效地消除健身後所帶來的乳酸，需要很多天時間，身體才會復原。

然而，當進行了灌腸之後，明顯地，身體會更快速排走毒素及乳酸，健身後，復原的時間更快。

當毒素不再於身體累積、得以清除，縱使生活節奏加快、工作量提升、健身量也增加，也只需要吃普通 **Supplement**，已經可以完全消除乳酸所帶來的各種問題。

現時，日華牧師已實踐了超過十年，然而，到現在，他仍未發現任何一種東西，可以取代灌腸的功效。並且，由於身體能夠更有效地排出各種毒素，所以，不會如其他人般，即使各個內臟超負荷，也無法處理，被迫將毒素遺留在身體裡，繼續對身體作出損害。

亦因此，身體可以更有效地，對付各種外來的病菌和病毒，當身體的防衛力增強，那麼，染病的機會亦會降低，所以，日華牧師發覺，自從養成灌腸習慣之後，身體的一些輕微病痛，如感冒咳嗽、頭暈身熱等情況，亦已完全消失。

所以，弟兄姊妹應有一個概念，如果有人說這個不好、那個不好，謹記，若那人是曾經使用過的，你可以值得聽他的意見，而我是使用過的。

在醫學當中，永遠不要聽一個從沒使用過的人所說的任何意見。
若你發覺兩個都可信，一定要聽可信而又曾使用過的那個；
若兩個都可信，但有一個是未曾使用過的話，就不要聽那個，這是醫學上最基本的常識。

如我所說，在 2009 年 6 月前，我可以說很多理論，說洗腸不好，
「我覺得很煩呀！」，「我覺得這樣不好，可能會流失營養」等。

但問題是，我在 2004 年 9 月的時候，已經知道它是自然療法的王牌，
然而，我沒有想過它如此厲害，我現在只能說得出，我後悔我沒有做。
十年前，若果開始做，我們很多全職也不會離世。

所以，我只能說，若我再早十年知道，我們很多全職，是不需要因爆血管、腦充血、中風，
甚至患癌症（Cancer）而離世，這是我現在能說出的事實。

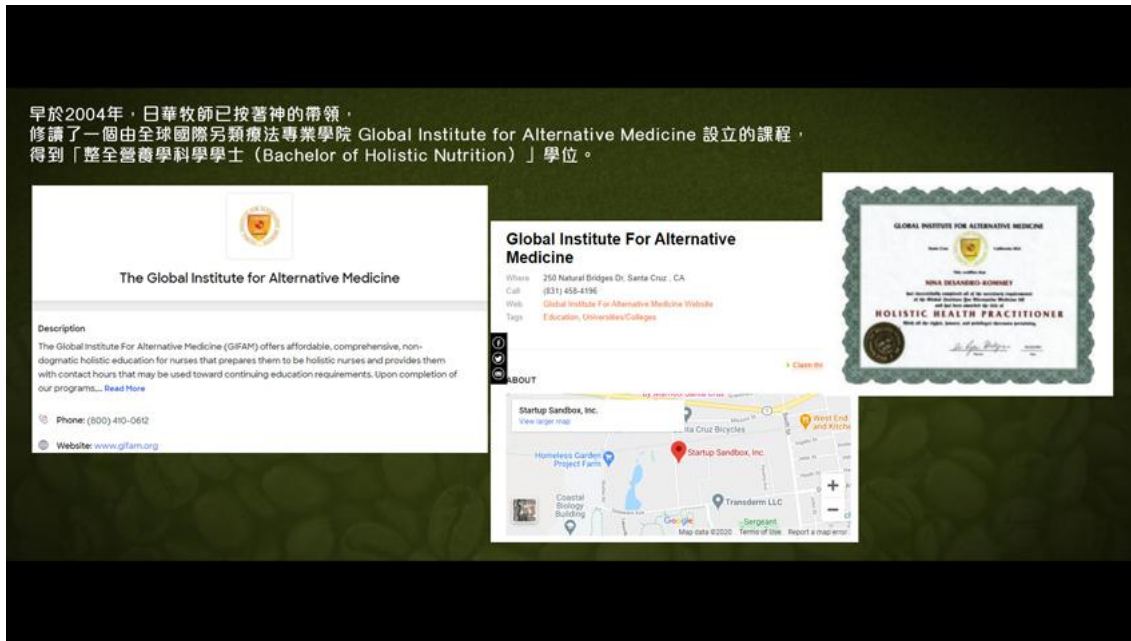
於我使用五年半的情況下，我從來也不斷注意自己的身體狀況，
亦不斷注意身邊所有人的身體狀況。如此，我才能分享給你們。

於這段時間，我已有八年的健身經驗，
亦有這麼多年研究自然療法，甚至由十多年前，已分享雙氧水信息。
以暫時來說，我還沒找到一事物能取替洗腸，
還沒有一樣隻手的醫學是比洗腸優勝 —— 我尚未找到。

我認為它之所以成為自然療法課程的王牌，確有其道理，它真是非常奏效！
這數年間，我後悔很多次。

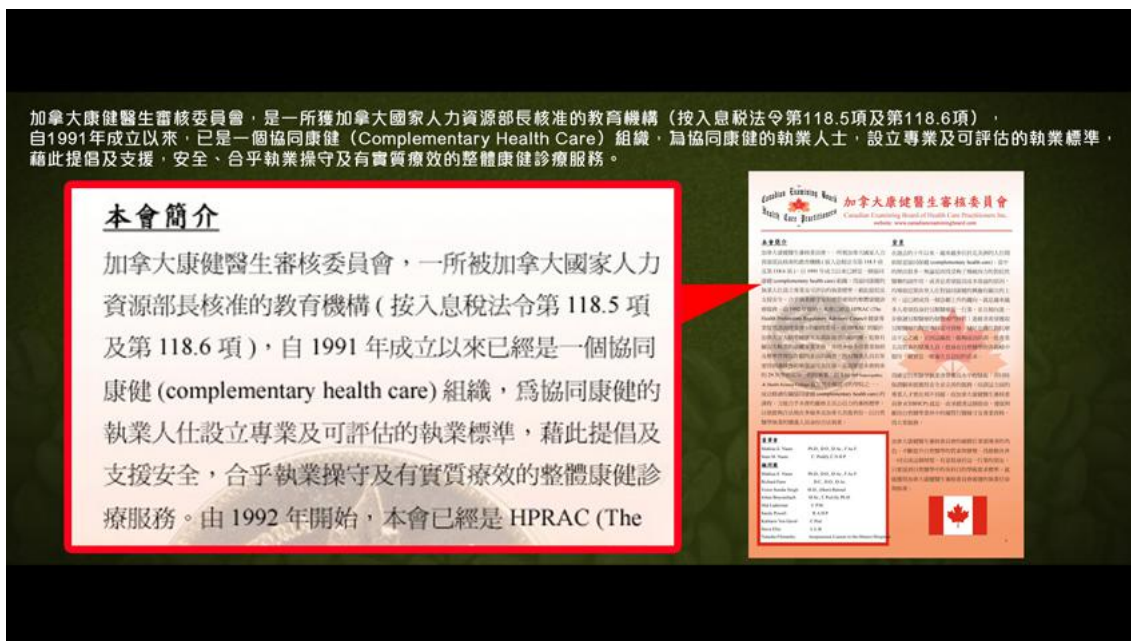
影片：營養學位的王牌 —— 咖啡灌腸

早於 2004 年，日華牧師已按著神的帶領，
修讀了一個由全球國際另類療法專業學院（Global Institute for Alternative Medicine, GIFAM）設立的
課程，得到「整全營養學科學士（Bachelor of Holistic Nutrition）」學位。



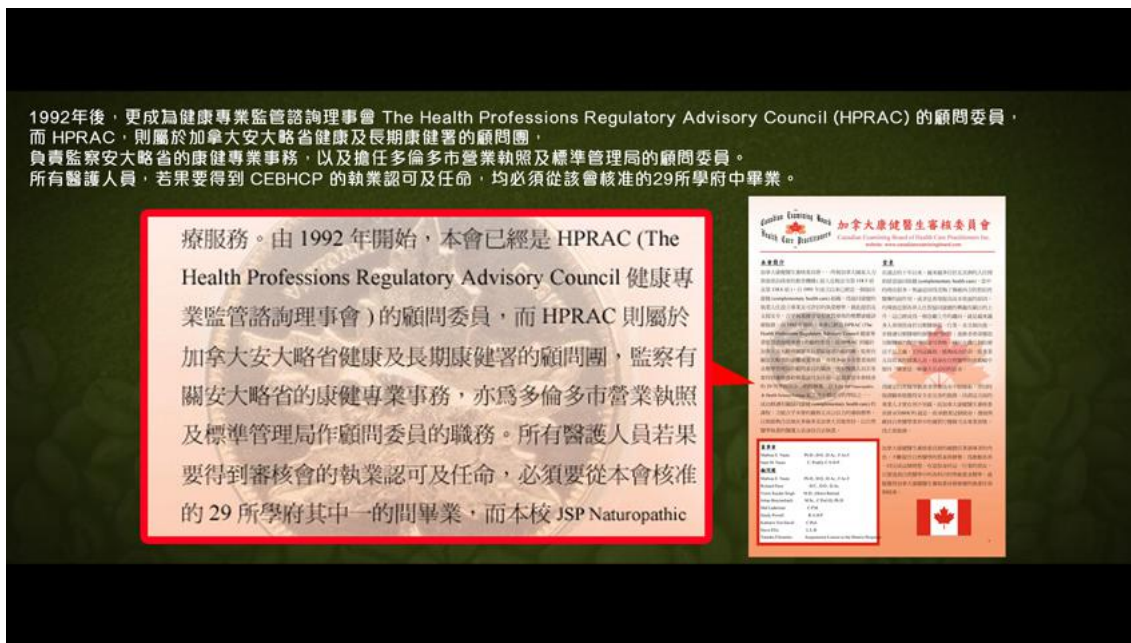
隨後，日華牧師於自然醫學和中醫醫學等課程中進深，於 2005 年 3 月，獲得加拿大康健醫生審核委員會 Canadian Examining Board of Health Care Practitioners (CEBHCP) 頒發的「加拿大註冊康健醫師」Registered Natural Health Practitioner (R.N.H.P.) 執照。

加拿大康健醫生審核委員會，是一所獲加拿大國家人力資源部長核准的教育機構（按入息稅法令第 118.5 項及第 118.6 項），自 1991 年成立以來，已是一個協同康健（Complementary Health Care）組織，為協同康健的執業人士，設立專業及可評估的執業標準，藉此提倡及支援，安全、合乎執業操守及有實質療效的整體康健診療服務。



1992 年後，更成為健康專業監管諮詢理事會 The Health Professions Regulatory Advisory Council (HPRAC) 的顧問委員，而 HPRAC 則屬於加拿大安大略省健康及長期康健署的顧問團，

負責監察安大略省的康健專業事務，以及擔任多倫多市營業執照及標準管理局的顧問委員。



所有醫護人員，若果要得到 CEBHCP 的執業認可及任命，均必須從該會核准的學府及專業自然醫學教育機構中畢業。

日華牧師在自然醫學裡的眾多療法中，認知其中一個主要的保健王牌，就是咖啡灌腸 (Coffee Enema)，在日華牧師考獲的「整全營養學科學學士」課程中，更需要邀請 10 人參與咖啡灌腸的臨床實驗，採訪他們的身體變化，成為最後的畢業論文之一。

可見，在自然醫學裡，咖啡灌腸正是其中一個主要的保健王牌，能夠有效地，大幅度改善身體的狀況！

而咖啡灌腸療程的果效眾多，包括：

- 一、咖啡因促進穀胱甘肽酶的分泌，穀胱甘肽酶為肝臟解毒和消除自由基最重要的酵素；
- 二、咖啡所含的咖啡因及茶鹼，能擴張腸壁的血管並緩和腸炎；
- 三、咖啡灌腸所注入的咖啡，能清潔肛門附近左側的大腸，而此處，正是大腸最容易藏污納垢、宿便最多及惡菌繁殖力最強的地方；
- 四、口服的咖啡會刺激胃壁，其殺菌成份，會對大腸上部的益菌不利，相反咖啡灌腸卻能避免此問題；
- 五、咖啡灌腸能夠處理肝臟每日排出的毒素，對維護肝臟的健康有很大助益！

所以，那些若未曾洗腸的人，然後就批評它不好，你們倒不如嘗試再說，先試一年再說，不要犯下與我相同的錯誤。

感謝主！還好當時於 2009 年 9 月前，我沒有說過這些批評洗腸不好的話。否則，我相信就會如中國人所言，是「折福」的，真是會「折福」！你將一件如此美好的事物，在你未曾嘗試的情況下，然後指它不好。皆因，它實在太好了！明白嗎？

就如你們未認識主耶穌前，也說祂是騙子，
「我認識祂，祂現在 23 歲，我知道祂就讀哪一所大學。」
不行的，你豈能如此誇大其辭！

要是你說主耶穌不好，至少你也要先認識祂、認識基督教，才能夠說這種話。你認識了才說，可以的，如你能說得出，但如果你真的認識，其實，你根本說不出來。

正如你未認識主耶穌、未認識如此美好的事物，就不要胡亂憑直覺猜測，那可是非常嚴重！若真是如你所說般不好，固然可以。

但我自己的親身經歷，並身邊很多人也有洗腸，於我認識的人之中，更有不少於五十人洗腸，他們絕非如很多人般，沒有洗過便批評不好。

那麼，它會否有些許弊處呢？
有！譬如它不方便、需要花費購買咖啡洗腸，諸如此類，即它有很多瑣碎的細節是不好，問題是其好處至少已大於其弊處。我仍然是那一句，假如我早十年認識洗腸，我們很多全職現在仍能在這裡，聽我分享這篇信息。

那有沒有其他方法能取替它，做到相同的效果呢？
如果有，我今天就已經分享給你，然而，暫時我仍未找到一個方法，能取替它做這件事。

它不一定是最好，或你知道的可以是更好，但問題是，如果你知道的是更好，你也要肯定（make sure）你像我一樣，已經洗過腸後，然後覺得這方法比你知道的還要好，或你的方法比洗腸更好，才這樣說。而不是你未曾做過，又覺得你的較為優勝。

那麼，你說吃「土的糖」或喝咖啡比洗腸更好也可，隨你怎麼說——你都沒有試過。
我知道你試過喝咖啡，但你試過洗腸再評論吧！

這是我希望給你們的一個概念。

於 1996 年的「雙氧水事件」發生後，我認識了袁大明醫生，即 18 年前，我第一次見袁大明醫生的時候，他已經鼓吹洗腸，當時我也有反感，但我不會說其沒有果效。我亦曾反感地詢問：「每個人來你也鼓吹洗腸，是否真的那麼好？」所以，我明白有些人會有如此看法，我那時也是不懂得的想法。



然而，當我認識和嘗試後，我完全想像不到，世上有一件如此好的事物。多年來，我的健康不斷改善，其實，不僅是健康的改善，甚至是儀容、皮膚也得到改善。於這個改善過程裡，絕對佔據過半功勞的，必定是洗腸，這是密不可分的。

因為，於我身體嚴重衰老及患有疾病的狀況下，假若沒有洗腸，也許我早已離世，或在三、四年前經已離世。當時，我的身體比沒有患癌症及其他疾病的全職還要差勁。

多年後，我以過來人的身份，與大家分享這一點。全部我所分享的，都是嘗試過、使用過，我亦對比過其他方法，所以便跟大家分享這個概念。

故此，早於 2010 年 2 月 9 日至 13 日，我們全教會家聚播放洗腸的信息。但該信息分享，已是 2010 年的事情，來到現在分享，經已是 2014 年底，所以，我能更加認識清楚其好處及重要性。

我絕對明白，為何自然療法如此強調這東西，

完全以我的主觀來說，我覺得我選讀的課程裡，整個課程佔了九成最大威力的，就是洗腸。

我修讀過很多關於營養學、脊醫等課程資料，
但對於我的用處而言，整個課程佔了九成最有用的，就是它。
我只恨當時修讀課程完畢，沒有立即履行，而在後期才履行。
因為，我執行任何事之前，必定要經過妥善編排，要是能永久做下去，我才會執行。
所以，我一直在編排，就編了這麼多年。

如果我於早期認識袁大明醫生時，便執行這療法的話，
我相信真是能救人救己、幫助很多人。

影片：咖啡灌腸療程補充

上星期，即 2020 年 10 月 18 日首播的「2012 信息」之「咖啡灌腸療程」中，
日華牧師已經為大家詳細分享到，如何正確地進行咖啡灌腸療程，
令身體得到療程所帶來的莫大裨益。

信息中，日華牧師亦多次鄭重提醒弟兄姊妹，
務必要百分之一百，完全採用療程的指示去完成整個療程，
才能真正得到當中的好處，並排除所有可能對身體造成損害的可能性。

這裡，並不是指咖啡灌腸療程，是一件危險的事，
就如駕駛汽車、使用智能手機或是使用電力，
其實，只要正確使用，都必定十分安全，不會有任何問題。
相反，如果有人大意地錯誤使用，就有可能帶來嚴重傷害，甚至是死亡。

同樣，咖啡灌腸療程本身，其實是十分安全和容易操作，
只要我們依照療程的做法進行，就不會有任何大問題。

由於，每一個人的身體、年齡、環境及性別都不同，
所以，你進行咖啡灌腸療程時，總會遇到一些小問題，
不過，這些小問題，必定可以輕易解決。

因為，錫安教會早已有一群全職和領袖，累積了多年咖啡灌腸的經驗，
只要你們遇到問題時，懂得請教領袖，那麼，一切問題，都必定能夠迎刃而解。

此外，由今星期開始，主日信息亦會不定期推出一些精華短片（VO），
為大家補充咖啡灌腸療程的資料，以及解答一些常見問題。

首先，上星期主日信息提到，咖啡灌腸療程，最短是七日，最長則是十四日，其實，療程時間，是可以有智慧地加長或減短。

例如：陳林希珠所寫的書籍《恢復您的青春與健康》提到，

最短可以只做三日，最長則可以做二十一日。

但是，如果你是第一次進行療程，我們絕對建議各位肢體，療程不要短過七日！

例如：陳林希珠所寫的書籍《恢復您的青春與健康》提到，最短可以只做三日，最長則可以做二十一日。但是，如果你是第一次進行療程，我們絕對建議各位肢體，療程不要短過七日！

3-21日

陳林博士的體內排毒與恢復活力程序，已被此項程序中受惠。痊愈见证包括高血压、便秘、偏头痛、疲倦、性无能、肠易激综合症、失调、经痛、经期不正常、停经问题、体皮肤病及其他敏感症。几乎每位曾进行程序年轻。

持续时间：

- 陈林博士的体内排毒程序通常需要七天时间，以获得更明显效果。
- 您能选择持续十至二十一天。
- 您也能选择三至五天的程序。虽然更长的排毒时间，效果会更好。
- 你也能选择三天程序，几星期后在持续另三天。这是一个有伸缩性的程序，可随个人愿意选择。

絕對建議：不要短過7日

因為，很多人第一次進行療程時，極可能要到第三天，才開始出現排毒現象。更有些人，在首三天的療程中，根本未能開始排出體內的宿便，直至第四天，才能順利排出部份宿便。



所以，建議第一次進行療程時，最好先嘗試七至十四日，最好則是十四日，但也不需要超過十四日。

因為，一般人經過十四日的療程後，基本上都已經能夠將體內的宿便全部排出體外，甚至，能夠排出部分膽石，暢通膽囊和膽管。

當你的身體，在完成第一次療程後得到重大改善，並且適應後，下一次再安排灌腸療程時，就可以計劃超過十四日，甚至是最長的二十一日，但留意，這並不是必須的。

第二，有些人開始療程後，可能會對「淨化飲品」的「洋車前子殼纖維粉」反胃，甚至在飲用後出現嘔吐，假如你有這個問題，其實可以選用圖中「橙味的洋車前子殼纖維粉」。



香港一般大型連鎖藥品店、屈臣氏、萬寧或網店，如 iHerb 及 HKTV Mall 均有發售，味道會較容易入口。不過，產品始終加入了香味劑，並不是最好的選擇。

但是，在沒有選擇的情況下，也總好過因為無法飲用原味的洋車前子殼纖維粉，而放棄咖啡灌腸療程。

第三，進行療程時，大家應確保衛生，例如：處理療程的一切飲食，或是煲咖啡和進行灌腸前，務必清潔雙手，這亦是現代人應有的衛生常識。



此外，當每天兩次完成灌腸後，亦務必清潔座廁並加以消毒，不要讓細菌和毒素污染洗手間，危害你自己及家人的健康。



假如，你在進行咖啡灌腸期間，因為種種原因而要中止療程，例如對咖啡敏感等，請不要立即進入平常的飲食習慣！最有智慧、且必須的做法，是正確地進行四天以上的補食程序後，才慢慢回到正常的飲食習慣。

假如，你在進行咖啡灌腸期間，因為種種原因而要中止療程，例如對咖啡敏感等，請不要立即進入平常的飲食習慣！最有智慧、且必須的做法，是正確地進行四天以上的補食程序後，才慢慢回到正常的飲食習慣。

中止療程

The diagram illustrates a 7-day coffee enema protocol. Days 1 and 2 are shown with icons of the digestive system. A red stop sign is placed over Day 3, indicating where to stop the protocol. A red arrow points from this stop sign to a bar chart representing a 4-day re-feeding program. The bars in the chart are labeled 1, 2, 3, and 4, with the text '四天以上的補食程序' (4-day or longer re-feeding program) below them.

因為，當你開始療程後，身體就開啟了排毒程序，以及從你的飲食中，攝取重建身體細胞的營養。

假如，你在這時中止了療程，並立即進食三白，或是其他有大量化學品的食物和飲品，那麼，你的身體，有機會比療程前的狀況更差，絕對是得不償失！

第四，當你在療程期間，在食物中加入鉀鹽的話，務必謹記，鉀鹽是不可以加熱，必須等待蔬菜放涼後，才可以加入鉀鹽作調味！

第四，當你在療程期間，在食物中加入鉀鹽的話，務必謹記，鉀鹽是不可以加熱，必須等待蔬菜放涼後，才可以加入鉀鹽作調味！

The image shows two containers of 'nature's gift K-SALT'. One is an open jar showing the white powder, and the other is a closed jar. To the right is an illustration of a cooking pot on a stove with a red prohibition sign (a circle with a diagonal slash) over it, indicating that the product should not be heated.

另外，有腎病或腎功能障礙的人士，切忌使用鉀鹽，因為，有可能會導致高鉀血症！

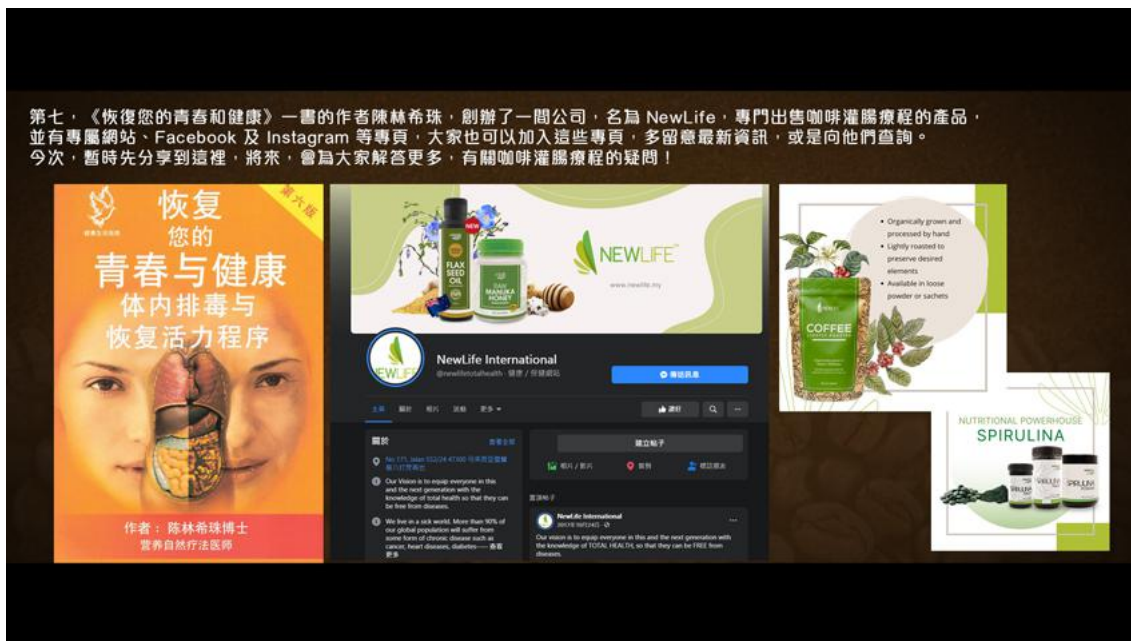
第五，假如你曾經進行腸道大手術的話，就要避免進行灌腸療程。

如果只是一些小手術，如割盲腸或是微創手術等，也務必等傷口完全康復，並相隔至少一年後，才開始進行療程。

第六，當你在洗手間進行咖啡灌腸程序時，務必要先將瑜伽墊放在地上，才可以躺下，以免身體著涼。

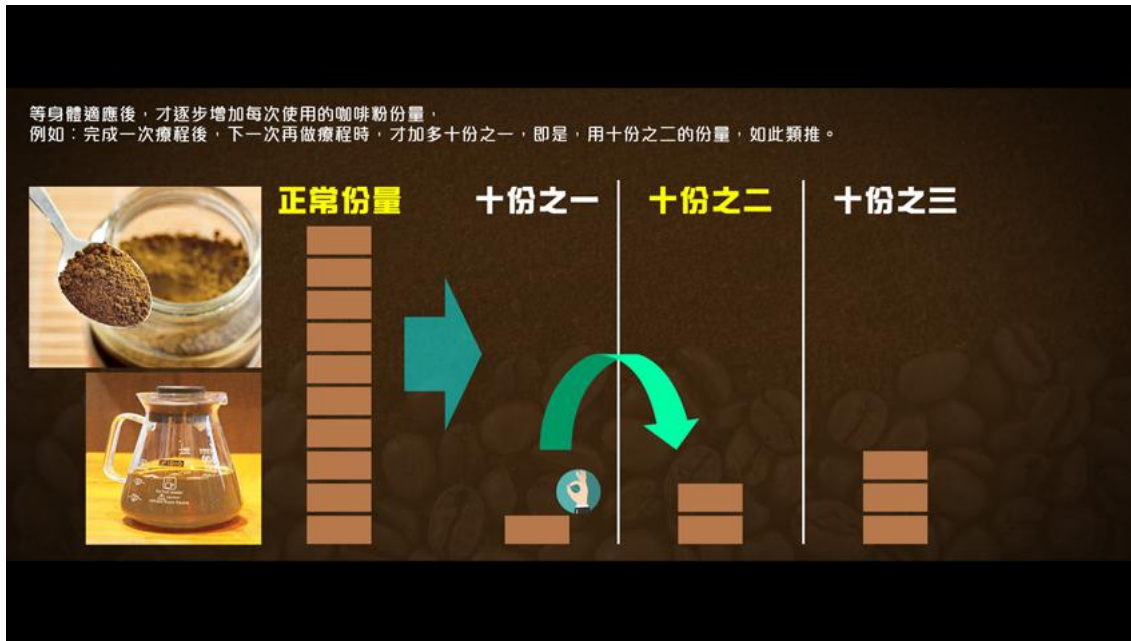
假如天氣寒冷，尤其低過十五度，請按情況使用浴室可用的暖風機，或是安裝現今流行的「浴室寶」，即浴室專用暖風機，保持浴室溫暖，以免身體著涼。

第七，《恢復您的青春與健康》一書的作者陳林希珠，創辦了一間公司，名為 NewLife，專門出售咖啡灌腸療程的產品，並有專屬網站、Facebook 及 Instagram 等專頁，大家也可以加入這些專頁，多留意最新資訊，或是向他們查詢。



第八，如果你的身體，對咖啡有過敏反應，例如：灌腸後出現心跳加速、心悸或頭暈等情況，那麼，你可以先減少療程提及的咖啡粉份量，只用十份之一的份量來煲每一次灌腸用的咖啡。

等身體適應後，才逐步增加每次使用的咖啡粉份量，例如：完成一次療程後，下一次再做療程時，才加多十份之一，即是，用十份之二的份量，如此類推。



同時，一邊增加也要一邊留意自己的身體反應，
 如果將咖啡粉的份量增加後，又再出現心跳加速和心悸等情況，
 那麼，下一次灌腸時，亦要回復之前的份量，
 再過一段時間，待身體適應後才再次增加，這才是有智慧的做法。

今次，暫時先分享到這裡，
 將來，會為大家解答更多，有關咖啡灌腸療程的疑問！

第二章：答問篇

問題一：

當年，其實我也有報讀這課程，並找了十位弟兄姊妹做實驗，
 後來，日華牧師你修讀課程時，也找了十位弟兄姊妹協助，而我也是其中之一。
 我便發覺，當時已經十分厲害，因為這十位弟兄姊妹均有不同的身體狀況，
 合共二十位弟兄姊妹，都在完成實驗後，即洗腸後，所有的慢性病消失了，
 另全部皮膚也很美，重現很白和很光滑的皮膚。

後來也經過很多年，而我也已經進行洗腸數年了，
 並且很多人也嘗試這方法，大家也發現並沒有甚麼後遺症，連同那二十個人。
 但是，有些是未曾嘗試的，當中可能是醫療人員，他們認為並非每一個人也適合，
 因著當中的體質或個別情況，然而，我卻發覺並沒有這種情況，
 只是，當我向他們查詢，有沒有按足指示及程序去做，
 即是有沒有吃 Supplement（營養補充劑）、醋、綠粉、蜜糖及纖維粉。



當中很多個案，那些表示並不適合他們體質的，是沒有跟足所需的營養補充劑。另外，就是他們說寒氣入骨，而中醫也是會這樣說的。而我發覺這些問題是可以解決的，例如，於日出時候洗腸，便沒有這問題，問題於黃昏時躺在地上，便會容易有寒氣入骨的機會。



其實，當我看完太陽後，行沙灘時，這個問題也能解決的。

我想請教一下你的意見，這樣是否正確呢？

答：是的！如我剛才曾提及，它可能真的有不好的地方，但對我來說，寒氣入骨總比躺在棺材好，對不？我寧可留著自己的性命，能躺在自己的床。

當中或許真的有壞處，但是我現在談及的是能救命，所以，很多未試過的人便會有這問題。另外一樣，你說得對的，就是有些人，即使他嘗試一些很好的東西，他總是要改它，其實這是一種驕傲。

在我很年幼的時候，我開始學很多事情，為何我能精通每件事情？因為，並不是在乎現在你懂不懂那樣東西，將來你能否把它變通，是在乎於你第一次有沒有按足別人指示。

許多人喜歡於第一次接觸這事物時，便改了它，其實這是一種驕傲！



當然，有些驕傲是合理的，但有一些驕傲是完全低能的驕傲。就如，洗腸療程是半世紀或以上的智慧，你卻於聽第一次，便能改善別人？！若是這樣的話，你也不用依靠這套療程。



我卻看見，好些人如你所說的人，沒有按足指示，卻胡亂的批評別人，這絕對是驕傲加上無知，他於自己的無知上驕傲。那些人根本不值得去聽。

弟兄姊妹，好些年來，我教你們的資料，例如我分享雙氧水時，縱使政府挑戰我們，你在現場聽，也會發現他們的無知。他們並不知道自己在說甚麼，因為，我們所分享的，是非常詳細及仔細，我們是按足資料來分享。然而，這才是學術的精神。

可是，我卻發覺是很少人擁有這種精神，很多人喜歡在未學成時，已去胡亂地更改，然後分享出來。全因他們喜歡這種優越感，喜歡這種裝聰明的感覺，這可是香港人的通病。

所以，我強調，很多我現在分享給你們的事情，如果有人批評，你大可問他，可曾有做過？若是沒有的，就不要聽他說的。

例如，說這並不適合一些體質，那麼有哪些體質並不適合？可先問清楚。他可能回答：「我不知道的，但是應該有些體質是不適合。」這樣說，可有甚麼用處嗎？他既不是醫師，難道他說了，我就要聽你的話嗎？若你硬要我聽你所說的去做，若然我死了，是否我的性命由你來賠償？

這些人就是這樣，既從沒有做過，又不打算負責任，但卻想負責去分享，可是他並沒有為他所說的話負責任。

問題是，任何事情不論是對人好或不好，我也會先自己嘗試過。若是對人不好的，我便會真正知道並不是謠傳，若那是對人好的東西，我也會以斷年計去試，並會用很多事情去挑戰它。

是的，我也知道很多人談及當中的不方便、壞處或是怎樣不好，我也會同樣挑戰每一樣我教你們的東西，但是我並不會花時間大篇幅的分享。

如我早年信基督教時，也會用到道教的概念去挑戰基督教，考慮道教是否比基督教更真實，對不？我並不需要把當時的懷疑，完全地分享給你們，但是，有些人自己不會，卻總是喜歡把那些懷疑分享給人。反之，當我學會後，我並不會把那些懷疑說給你們聽，我為何要說給你聽呢？對你並沒有任何益處，對不？

如你所說，於洗腸中的確會有很多瑣碎的不方便，我覺得根本不值得分享，因為這只是很瑣碎的不好事情，因為這是能救命，我所提及的是能夠不用死並能延年益壽。



那我又何用說這些旁枝，既懷疑又不信的東西呢？

你要記著，有些人是自己從沒有試過，卻只會批評，這才可怕！
 這些人並沒有一顆醫人的心，卻只想你稱讚他聰明，
 那麼，你還打算把你的身體健康交給這些人手上嗎？那麼你就要小心了！

所以，關於洗腸療程，不論是我看到的資料或網上，也有人是這樣批評。
 感謝主，我身邊也有些人洗腸後，身體真的出現了問題，
 就如你所說，我會向他查詢他的情況，是怎樣做？
 就如你所說，他根本並沒有按足指引。

謹記！我現在談及的洗腸，並不是你創作出來的洗腸，
 我是談及按足別人洗腸療程的做法，這樣才稱得上是洗腸，
 你所說的，可能是奪命，或許可能是灌大腸或別的事情。

我現在說的洗腸，是說這洗腸療程的步驟、療法，
 當你按足指示時，是會得著當中的益處。



就如你進食 supplement (營養補充劑)，並不是你個人的吃法，因為有些人會說，他是連玻璃瓶一起吃的，那麼，隨得你胡說，你當然可以狡辯是不好。

但我現在說進食 supplement 的方法，是按足醫生指示去進食，按著營養師指定的方法去吃。並不是你那種驕傲，任意地去修改，然後卻說別人沒有果效，這種驕傲是變態。

你既沒有試過，當你做的時候也沒有按著別人的指示，那你可有批評別人的資格？對不？你必須要按足別人指示去做才行。

就如有一些人，從沒有接觸基督教，也不照足聖經的原則去認識神，然後卻說這個神是假的。你試想一下，你還會相信他嗎？相信他的人也是傻的。他所說的完全是驕傲得簡直是變態，對不？

當學習一樣知識，是別人已累積了多年的智慧時，我縱使覺得它是錯，也不會亂說。

在我初開始洗腸時，我並不看好它，鼓勵我洗腸的恩人是我的太太，她比我更早開始洗腸，當她洗腸後，我是感到有少許反感及麻煩，「你這麼麻煩，我又那麼麻煩。」
「大家會一起爭用洗手間……」有著無數的理由。



因為，當你向來沒有做時，你便需要編時間去執行，對不？
 但是，我太太很努力的說服我，於是我便開始洗腸，
 當洗腸後，真的意想不到是那麼的好。

可是，最起碼當我反感時，
 我並不會尋找理由，到處跟別人說這是有問題的，因為我並沒有做過。
 當我做過後，真是會感到無比的後悔。



因為，那時的我，並不是還未開始健身，那時，我已經開始健身。
 並且，長期也會看骨醫或中醫，各種保健方法我也有嘗試。
 但是，也沒有辦法把我百分之九十的慢性病和疾病解決，
 這可是很瘋狂，可以相差那麼多，

昔日，花了大量的金錢和時間，也未能改變，為何我不一早就開始洗腸呢？
如我所說的，這是我一個親身經歷。
但我是完全照足療程，非常小心地做。

我也預備了，若是我完全照足療程做，卻沒有功效，
那我也有資格，告訴大家自身經歷：
「我已完全照足療程做，卻沒有功效，可能這不適合我的身體。」
我起碼有資格述說自身經歷。

因為，我沒有資格批評一項從未嘗試、未做過的事情，甚至憑空捏造。
不可以的。但我完全照足療程做的時候，效果真的意想不到！

為甚麼有這樣大的分別？
原因是，你讀學位的時候，找了十人實行；
我讀學位的時候，也找了十人實行。

你找的那十人，我也看了他們的見證。
那一次，我找了十個人洗腸，其中一位是政叔叔。
但是，他們身體的改善沒有我那麼劇烈！
因為他們沒有我病得那麼厲害！

他們表達身體有改善，我也覺得，那很厲害、很好，
甚麼病也有所改善，那就行了！

我知道，當時，我以為自己會在半年後，因過勞而離世。
以這樣辛勞、做這麼多事情的狀況下。

但是我想，不如分享完「2012 信息」，或者等主再來吧！
我想著，半年後便會離世了。

經過這麼多年後，客觀來說，
以當時的情況，兩年後我也會離世，因為身體受不了。
實在太多毛病、累積的勞損、慢性病亦發展得越來越嚴重，
我自己非常清楚，已經到達非常嚴重的階段！
然而，三十天的療程，好像令我脫胎換骨一樣！

所以你找的十人，與我找的十人，實驗結果相差太遠了！
原來有這麼重病的，因為他們，當時還年輕和健康，
但我已經是重病的狀態，非常辛苦和勞累。

甚至，洗腸令我熬夜也能堅持，因睡眠不足引致的酸性體質，身體許多病、皮膚病等都能夠被解決。
 所以，這我是第一手經歷。之後再看見許多弟兄姊妹進行療程。當你照足做，到達一個程度，原來，它還有些再加上的做法，那同樣會產生非常驚人的改善！

我是以當事人的身分。
 我也明白，你不懂得那事物，你會反感，但我起碼不會教人。如果我不懂得，我會直言：「我不懂得，沒有做過。」

當時，我也知道，網上許多人提出這些問題。
 當我真正實行後，我完全站在那些人的對立面，因為那些人根本沒有做過，也沒有照足實行。
 但我照足做，無論結果是好是壞，我也能夠和別人分享。

但是，原來果效好得難以想像！
 只要你完全按照指引進行療程。
 我進行了兩次療程，才開始每日洗腸，治好了當時身體許多的慢性病，直至現時，改善也能長久維持（keep）著。



影片：超過半個世紀的咖啡灌腸療法（不用修改療程的做法）

日華牧師分享咖啡灌腸療程時，提到這種自然療法中最王道的排毒療程，至少也早已存在了超過 80 年時間，假如是計算民間使用的歷史，就更肯定是超過一百年。



所以，日華牧師於這兩篇信息詳細介紹的咖啡灌腸療程中，無論是咖啡種類、煲咖啡的方式、療程的長度、營養補充劑的種類，以至每日所吃的餐單，其實都是前人和專家，以超過半世紀時間研究和總結的成果，一般人根本不可能憑自己修改療程，所謂得到更好療效。因為，即使是一位醫生，也必須先有多年的研究及親身驗證，否則，也沒有資格對此作出任何修改。

因為，現時這療程的一切步驟和細節，早已經過百萬人親身實踐，是千錘百煉後所得，一個已簡化和優化的最終成品，同時，這療程的全面性，亦已接近能完全照顧我們身體的所有狀況。所以，一般人根本沒有能力再為此作出任何修改。

然而，即使這療程已簡化得無可再簡化，也並不複雜，世上卻仍有很多人，因貪方便、自以為是或無心裝載，因此沒有仔細學習當中的每一個步驟和細節，甚至，自作聰明地改變當中的程序和做法。

可能，這些人一生中，都從未嘗試過專心及專業地做一件事，因此，他們同樣以輕率的態度來對待灌腸療程。最終，不單無法達到療程排毒和改善身體的效果，甚至，還相反為自己帶來不可逆轉的嚴重負面影響。

始終，這種家中進行的咖啡灌腸療程，全部都是由自己親自操作，並不如醫院裡，有醫生和護士嚴格控制你，管控你每一個動作、每一個步驟，以至你能吃的一切藥物和食物。

所以，假如你真的希望進行咖啡灌腸療程，
那麼，你必須先端正自己，以一個最基本，就是認真的學習態度，做足一百分！

事實上，很多平庸的人，甚至是壞學生，他們常常都有一個極錯誤的心態，
就是自己尚未學好，已經先批評和修改師長所教授的知識和道理，
永遠自以為是地，認為自己是所有規則和課程的例外者，
結果，終其一生，卻是過得一塌糊塗、一事無成、害人害己！

以往，日華牧師教導教會一些肢體，進行咖啡灌腸療程時，
曾有一些人希望節省金錢，因而沒有完全依照療程指示，食用足夠的營養補充劑，
甚至，有些人更在完全不服用這些營養補充劑下，就所謂進行療程，
單單只執行當中的一天兩次灌腸，以為不會有問題。

然而，這些人卻要為此付上代價，承擔嚴重的後遺症，
不單令體重大幅下降、身體急劇變差，
甚至，多年後也無法回復正常體重，身體永久性變得十分虛寒！

正因為這些人自以為是地，認為自己比教導咖啡灌腸的專家更聰明，
甚至，認為自己比日華牧師更聰明，覺得日華牧師耳提面命地提醒的療程細節，只是多此一舉，
卻沒有想到，自己只是剛剛從日華牧師口中，聽了咖啡灌腸的教導，
聽了不足數小時，竟立即將自己比作專家。

這現象，就如中國民初時期，一位著名學者胡適先生筆下的「差不多先生」，
他早在一百年前，已看見中國人這一陋習，因為懶惰和不想負責任，因而凡事馬虎苟且、敷衍了事。
因為懶惰和不想負責任，因而凡事馬虎苟且、敷衍了事。



然而，「差不多先生」的心態，
在一百年後的今天，仍是深深扎根在普遍華人的文化裡。

甚至，現代教育制度，亦令大部分人有一個極嚴重的錯覺，
以為凡事都不需要絕對正確，得到 5、60 分，已經等同「合格」，別人亦能夠接受這成績，
假如得到 90 分，更是不得了的出類拔萃。

然而，現實社會卻不是如此，只有 100 分地，做足上司所指示的工作，才是真正的合格。
你能夠想像，一位會計文員，每次算數時，正確率都只有 60%嗎？
甚或一位飛機師，他安全降落的機率，有可能只得 60%嗎？

可見，在現實社會裡，要求自己任何事都要 100%正確，
也僅僅是一個最低要求而已，我們不要再自己欺騙自己了！



再試舉一例，如果你一生中，
每一件事都十分馬虎，每件事都只能得到十分一的功效。
那麼，當你進行這一套咖啡灌腸療程時，其實，你亦只能得到十分一的果效。

然而，問題是，這失去的 90%療效，不僅僅是單純的折扣，
更嚴重的是，會反過來，對你的身體，造成 90%的傷害和危險。

所以，我們再次強調，日華牧師所教的咖啡灌腸療程，
是專家們已經用了超過半個世紀的時間，花盡心血和心思去研究出來的成果，
絕對值得我們，以百分之一百的準確度去完成！

又例如：療程指明灌腸時，是必須「右側臥」，

但還是有些人因為大意，也沒有不斷重溫療程的內容，導致整個療程也是「左側臥」，完全浪費了灌腸的療效。

如果我們真的能夠完全依照療程的做法，其實，我們是必定可以得到當中所提及的果效，因為，日華牧師已經有超過十年進行咖啡灌腸療程的經驗，並且，他身邊亦有超過一百位弟兄姊妹，同樣進行過咖啡灌腸療程，並成為每日的習慣。

日華牧師見證，所有完全依照療程指示去執行的人，全部無一例外，身體都得到大幅改善，擁有比常人健康的身體。

即使是一些身患重病的人，也能夠在療程幫助下，大幅度延長他們的壽命，同時，也能夠令他們的身體，維持在一定的健康水平，自如地應付日常生活及工作，如常地起居飲食。

所以，日華牧師鄭重地提醒弟兄姊妹，假如你真的希望進行咖啡灌腸療程，那麼，你事前必須先完成三件事。

一，將上星期的主日信息「健康信息之咖啡灌腸」，及精華短片（VO）「如何正確地進行咖啡灌腸療程」，重溫三次，用筆記將重點記下來。

一，將上星期的主日信息「健康信息之咖啡灌腸」，及精華短片（vo）「如何正確地進行咖啡灌腸療程」，重溫三次，用筆記將重點記下來。

1 如何正確地進行咖啡灌腸療程

重溫三次

因為，療程中很多程序，不單不容許有絲毫錯誤，甚至，極可能是你在未來一、二十年裡，每天都要重複一次的保健操作，所以，絕對值得大家多花兩、三小時去重溫這一套信息，

二、將療程書《恢復您的青春與健康》看兩次。



三、訂齊療程所需的一切用品。



當你做齊上述三件事，才可以真正開始療程，
確保你能夠百份百按照療程的指示執行，得到百份之百的果效，令你的身體恢復青春和健康。

假如你已經完全按照療程執行，仍然遇到一些超出預期的問題，
那麼，你可以詢問有多年咖啡灌腸經驗的家主、家母或跟進員，
他們必定可以為你提供幫助，因為，這療法存在已經至少 80 年時間，
證明只要完全依照療程進行，是絕對不存在安全的疑慮。

舉一個很簡單的例子，我們常常在新聞看見，

有人走路時，因為太沉迷看手機，沒有留意路面情況，因而大意走出馬路，被車撞死，或是失足掉進水池，被水溺死。



但是，你能夠因此而說，任何人用手機都有危險嗎？絕對不可能，這些人發生意外，只因為他們在簡單的事情上，不願改掉自己的壞習慣，所以，才會簡單如使用電話，都會因為不正確的使用而招致自身死亡。

不僅是行人，也有些司機在駕駛時，因為分心使用電話發短信等，導致出車禍，整車人都死掉，可是，你能夠歸咎於手機是一種致命的危險發明嗎？

這只是因為有人在使用手機時，加添了自己的壞習慣，才導致他不但無法得到一成好處，還反得了九成的危害。

所以，發明咖啡灌腸的人，其實早已考慮了灌腸的整個過程、時間表，以至所須的份量、材料和器具，甚至是每一個人不同的身體狀況，都已經考慮到。因此，這些都是不可以更改的。

而且，現今所播放，由日華牧師分享的咖啡灌腸療程信息，其實，日華牧師於分享的時候，已經深入認識和了解整個療程，並且實行了最少四年才分享出來。

但有些人，就連花少許時間，看清楚時間表、步驟和用品列表也不願意。其實，我們學習及明白咖啡灌腸療程所需的時間，對比日華牧師所要做的和曾經付出的，僅僅只有千份之一而已。

因為，日華牧師不但曾深入研究咖啡灌腸療程的題目，
同時，他還為錫安教會所有弟兄姊妹，研究上百種，能夠改善我們身體健康的做法。

即使這上百項研究中，有 99%都是不可行，
但是，日華牧師仍需要在每個項目中，盡心研究，
之後，他才能夠發現它們是不可行。

日華牧師正是經過眾多研究，
最後，才找出這 1%可行的，向我們推介這個咖啡灌腸療程。
現在，我們只是要跟著做，所花費的心機和努力，根本不及牧師的千份之一。

假如，在這種情況下，仍有人如此糟蹋、胡亂地輕率執行，
那麼，這種人又怎能期望自己的人生，會有任何成功呢？

日華牧師在分享咖啡灌腸之前，早已花時間親身研究過眾多項目，
如上述所說，當中有 99%都是沒有用的，
原因，可能是不能普及、不可行，甚或是果效微乎其微。

現在，日華牧師將他的研究成果、將最好的經驗，直接分享給我們，
我們只需持著最基本的認真態度，付出不及日華牧師千份之一的努力，
就已經可以得到現時世上最能夠改善身體健康的療程。

假如，我們連這千份一也不願意做，
那麼，即使將來自己的身體出現嚴重的後遺症，也不可以怪責別人沒有幫助自己。

尤其，日華牧師現時所介紹的咖啡灌腸療程，
當中無論步驟、份量、時間表和細節，都是非常講究，
特別是第一次進行的話，就更加不可以出錯。

當完成了第一個療程後，我們才可以安全地，
進入往後的日常灌腸階段，於每天早上進行簡單的灌腸。
試想，假如我們進行第一次療程時，
已經沒有百份百依照日華牧師所教的方法去做，
出現了錯誤，隨後，再於每天的灌腸中，不斷出現相同的錯誤。

那麼，我們在這種錯誤中，如何持續十年呢？
我們的健康，又能夠支持到十年嗎？
我們又會否因為錯誤的方法，導致自己長期營養不良呢？

因為，牧師不可能親自督促我們，確保我們每一個，都正確地進行咖啡灌腸療程，所以，大家必須為自己和別人負責任，以這種嚴謹認真的態度去執行，尤其是關於身體健康的事情，更不可以馬虎和輕率。

相信，當大家真的能夠依照日華牧師所教導的療程執行，一百份之一百地完成，完全準確無誤，那麼，這個療程必定可以幫助你大幅度改善身體狀況，令你最少回復十年的青春和活力！

問題二：牧師，正如你剛才所言，在我們很早年，已經接觸袁大明醫生，他也是香港較早期的自然療法醫生，在處理許多癌症病人時，也會叫病人於其醫務所洗腸。袁大明醫生的這種洗腸方式，跟我們這種較民間式的洗腸，在果效上，或其他地方，有甚麼分別？我們有甚麼需要留意呢？

答：我自己並未試過袁大明這種洗腸方式。
但我認識人，好些身邊的全職也曾去過那裡洗腸，有些是教會出資，讓他們嘗試後再回來告訴我。基本上，兩者的功效似乎是一樣的。
但如果我們完全照足療程做，似乎療程更勝一籌。



因為，在我正式洗腸之前，
「2012 信息」前的一段時間，經常也會去「放飛機」。
有全職提及那裡的洗腸，我便派他們去試一試，回來再告訴我。
他們身體本來有疾病，但改善卻不是太戲劇性。

所以當時，我也只是放在心內，單單覺得，也可以，是有改善，是好的，舒服的。
有數名全職也是由教會出資，讓他們在試過後告訴我。

因為去別人那裡洗腸，我覺得非常尷尬！
 我作為牧師，便先派幾名「爛頭卒」嘗試一下。
 聽回來又不覺得太吸引，當然改善是有。
 但我沒想過，當我按完全照足方法，進行療程，竟然可以達到這種改善！

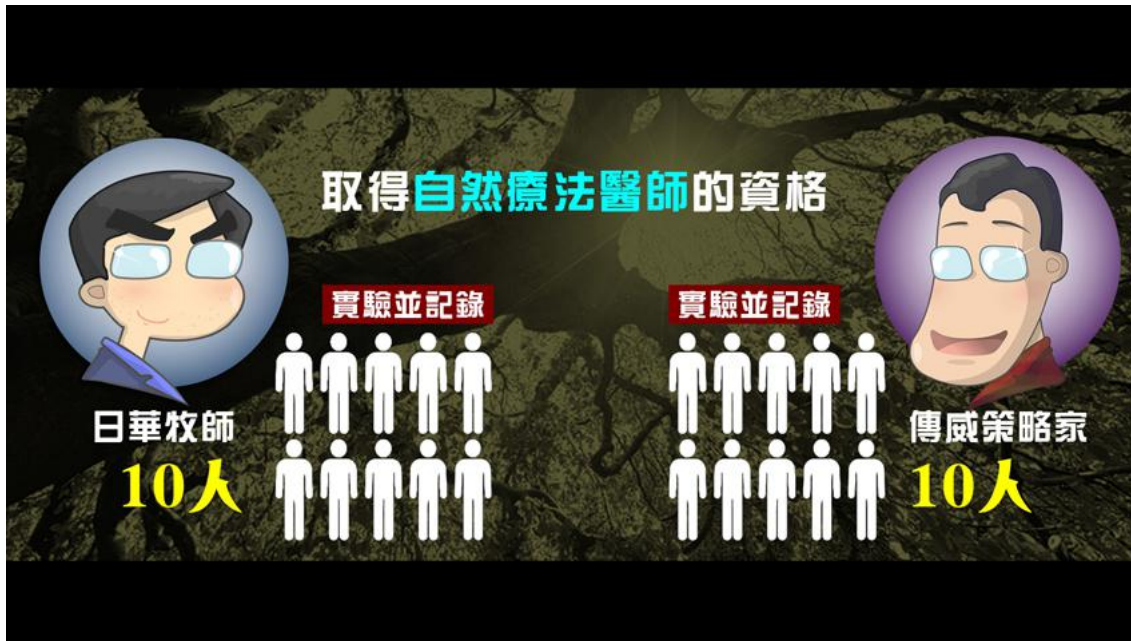
如果當初我知道是這樣好，我真希望能早十年告訴他人，可以救更多人！



所以，我未試過，我知道那種方式是有效的，
 但是，他那種始終較貴，數百元一次，而車程也遠；
 如果自己在家進行洗腸，一起床，四十五分鐘內，甚麼也完成了。
 你去那裡洗腸，乘車也四十五分鐘了，回程和在那裡洗腸，亦是時間。

所以，比較民間的這種洗腸方式，在你長期、每天實行的情況下，這是非常好的做法！
 因為，在聽了我們派去的全職說法後，我並未發覺有甚麼特別大的分別。

因為，我派他們去之前，已經讀畢自然療法學位。
 這種民間式洗腸的做法，有二十位全職也已經實行過。
 我們也訪問了這些全職，成為我們最後的畢業功課。



所以，實行這兩種方式的人，我也訪問了。
 訪問了我們派去袁大明那裡試的，也訪問了我們之中，實行民間式洗腸療程的。

我雖未親身經歷過，但以他們所給予的資料，已經是第一手的，對不？
 按他們所痊癒的情況，兩者也不會相差很遠。
 但這種民間自行灌腸的方法，就容易很多，便宜很多。

因為，洗腸是長年累月，我這五年半以來，也是每天洗腸。
 每星期健身那天，更是洗腸兩次，這簡直就是經驗之談。
 因為一天洗腸一次和兩次，身體的狀況，恢復的分別，那星期能夠進行的事奉多寡，
 我這樣小心計算的人，非常清楚！
 所以，在健身那天，我會進行兩次洗腸。

兩者對比下，這種民間洗腸方式，更適合一些希望省錢、方便；
 能夠每天進行，甚至一天進行兩次，這種生活方式的人。
 在這方面，我認為民間式洗腸更有優勢。

但以兩者能夠治癒疾病的情況，按我們全職回來回覆我的答案，兩者的效果也很類近。

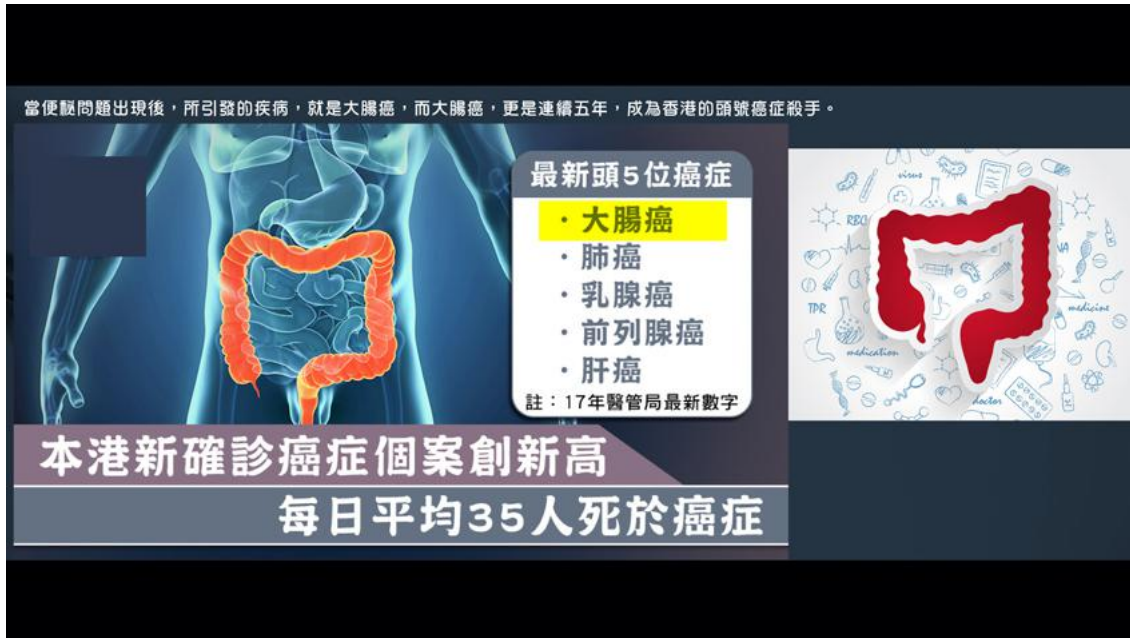
影片：民間式咖啡灌腸的優勢與長期好處（對比袁大明醫生的洗腸服務）

於咖啡灌腸療程的總結中，日華牧師分析，
 當計算所涉及的金錢、時間及果效時，咖啡灌腸，的確是自然療法的王牌，價廉物美。

大家可以想想，灌腸本身，其實，已經可以解決很多身體日常難以處理的問題。

例如：現代人因為飲食習慣、坐姿及少做運動等原因，導致容易出現便秘。

當便秘問題出現後，所引發的疾病，就是大腸癌，而大腸癌，更是連續五年，成為香港的頭號癌症殺手。



原因，當有了便秘問題，再加上香港污染嚴重，以及香港人吃街外食物比率高，導致身體的排毒系統，常常處於超負荷狀態。

正因為身體沒有辦法有效地排清身體毒素，結果，只能讓毒素不斷累積。而大腸，自然亦成為接觸最多毒素、毒素最長期累積的地方。所以，為何大腸癌會成為香港癌症頭號殺手，是最多人患上的癌症。因為，這是正常生物及物理現象所導致的必然結果。

而咖啡灌腸，正正就是以一種物理方式，將大腸癌的隱患，消滅於無形。所以，單單只是面對大腸癌的風險，我們的身體，也需要一個正常的運化系統，將食物運輸及轉化成能量後，再將毒物排出身體。而咖啡灌腸，正正就可以處理這個問題。因為，有便秘問題的人，隨時於廁所裡花上半小時，也未必能夠離開。

但是，當他有了灌腸的習慣後，就能夠輕易地，完全解決這個問題。並且，咖啡灌腸，亦可以將酸性身體所產生的百病機率，降低一半。因為，無論是風濕、尿酸，或是疲勞而產生的乳酸，都會於身體中，產生各種各樣的問題。但當酸性能有效排出後，這些問題，亦會立時得到解決。

雖然，坊間亦有中和身體酸性的藥物和補充劑。然而，這卻不會是長遠的答案。

正如之前曾經提及，不論是西藥或中藥，本身，亦會有後遺症，甚至補充劑也好，本身，已經會成為身體的負擔，於中和酸性的同時，積聚了其他的毒素，產生其他後遺症。因此，不能長遠解決問題。

所以，另一個咖啡灌腸的好處，除了能夠有效清除身體毒素，免除大腸癌之外，另一方面，就是副作用低。

對比剛才提及的中西醫藥，甚至是補充劑，咖啡灌腸可說是沒有任何副作用。

很多自然療法醫生，都已經有二、三十年的灌腸習慣。他們作為醫師，常常都會檢查自己的身體狀況，也常常為病人檢查。所以，當他們也有著二、三十年的灌腸習慣，就足證當中的安全性，與及可以持久地不斷執行。

事實上，日華牧師長期進行咖啡灌腸，至今已超過 12 年時間，他也發覺，可以持續不斷地做，讓自己的身體不斷改善，並且，不會累積很多毒素，不需要再吃任何消除酸性的藥物，因為，身體已經可以有效地將乳酸，以及運動和工作所帶來的疲累排走。

其實，當人的年紀越大，就越需要長期執行咖啡灌腸。原因，當人的年紀越大，身體消除毒素的機能，甚至血液循環，也會相對減弱，令排毒機能下降。

所以，我們可以看見，當身體不能有效排毒的時候，就只能任由毒素累積，藏於脂肪，成為脂肪肝及肚臍，或是藏於皮膚裡，變成老人斑。

因為，年紀大所出現的各種身體問題，並不單純是因為機能衰退，亦包括 DNA、生活環境污染，及所吃的食物等等，因著毒素累積，而產生很多千奇百怪的病。

而咖啡灌腸，就是一個正途及有效的方法，將體內的毒素排走。並且，於時間上、金錢上，亦是最經濟實惠。所以，才成為了自然療法的王牌。

至於，在家灌腸及於水療中心灌腸的分別。以長遠計，必然是家中灌腸更好，不單省錢，還能夠省時。原因，假如，灌腸的時間，大約是 45 分鐘。那麼，到水療中心，單計來回的交通時間，可能已經是一、兩小時，

不單要支付灌腸的費用，還有交通費。
 當以年計，日日去做的話，費用更是等於整份人工的價錢。
 假如是咖啡灌腸療程期間，需要一天灌腸兩次的話，去水療中心，就要花更多時間。

所以，既然家中灌腸，與水療中心灌腸的功效，也差別不大，
 那麼，最好當然是自己可以學到，於家中自行處理。

然而，假如要自行學習，並且於學懂後，隨時要持續執行十年之久的話，
 前提，必然是努力地，好好學習整個療程的每個程序、明白每個原理。

然而，假如要自行學習，並且於學懂後，隨時要持續執行十年之久的話，前提，必然是努力地，好好學習整個療程的每個程序、明白每個原理。

時間	行程
早上 7:00	淨化飲品 細胞建設飲品 益生菌
早上 7:30	咖啡灌腸
早上 8:00	早餐
早上 8:30	保健飲品
早上 10:00	淨化飲品 細胞建設飲品
早上 11:30	保健飲品
中午 12:00	午餐
下午 1:00	淨化飲品 細胞建設飲品
下午 2:30	保健飲品
下午 4:00	淨化飲品 細胞建設飲品
下午 5:30	保健飲品
下午 6:00	咖啡灌腸
下午 7:00	淨化飲品 細胞建設飲品
下午 7:30	晚餐
下午 9:30	休息

**咖啡灌腸療程
每日行程表**

因為，既然這是用在自己身上，讓自己得著健康身體的療程。
 那麼，假如步驟錯誤的話，最終，亦是自己的身體受害，並且，是以年計的受害。
 所以，大家開始嘗試之前，必定要先理解清楚整個療程的每一個步驟。

最後，我想每一人也宣告三次：
 「我都要有自律的心，去實踐健康信息了」!

Amen ! Amen ! Amen !

最後，我們學到任何東西，也一同鼓掌歡呼多謝神！

— 完 —