

錫安教會 2012 年 12 月 30 日主日分享

第一章：答問篇

- 問題一：現時學習觀看太陽，最重要是以追求四十四分鐘為目標，還是細水長流，慢慢學習至可以不用進食為目標呢？
- 問題二：弟兄姊妹在實際操作上，是不是要自己先嘗試一段時間，或者開始產生功效後，才向身邊的人分享呢？因為，弟兄姊妹會立即向家人和身邊的朋友分享，在智慧上應該怎樣處理呢？
- 問題三：當練習時間增至數分鐘以後，便會有減食的現象，可少食大概一半分量，但仍會有很密集的飢餓感。以前，有人會練習減少進食分量，使胃部不會太膨脹。那我們應該吃東西，還是去練習不吃東西呢？
- 問題四：這信息發放之後，弟兄姊妹實際去執行這題目。在觀看太陽過程中，教會有很多單身姊妹和婦孺，她們觀看太陽的地點通常較為偏僻，不容易到達，需要乘私家車或踏單車，走一段較長的路程才到。所以，很早出發看日出，她們是否要群體出發，才較為安全？
- 問題五：弟兄姊妹都很順服和受教，對牧師所分享的信息，都會甘心作出回應，並落實執行。他們在練習「以看太陽為食物」的過程中，是否需要家聚負責人作出適當的指引呢？一直以來，策略家在練習過程中，無論是太陽的位置和折射度，都需要跟從牧師所提供的方法，才能夠輕易執行。另外，弟兄姊妹在身體反應上，可能會過度敏感，如感冒時沒胃口，也誤以為身體開始沒有飢餓感了。又或是吃了煎炸食物後出現的上火反應，也錯以為身體開始了排毒。當中我們怎樣幫助他們在身體上作出反應呢？
- 問題六：若果當天天氣不太好或者早上看不到日出，而打算在中午時分看水中的太陽倒影，但又可能會遇上密雲。倘若我們選擇去看光雲的話，在抬頭仰望天空之前，必先要測量紫外線的強弱才能看。而且，有時候，我們看的光雲的光度是很微弱的，那麼，應如何界定是維持昨天的時間抑或可增加十秒呢？
- 問題七：若天色如過去兩星期一般並不是很好，甚少看到太陽。日出日落的時間也不能把握，導致整個星期內也看不到。我們於這段時間，間中也會赤腳踏於沙土上並眺望天空。弟兄姊妹是否亦可以用這個方法，在沒有太陽時也觀看天空，即使於陰天的日子，在這段時間內維持著時間進度？
- 問題八：關於一些先天或後天雙腳癱瘓的人的情況：你曾說過，看太陽的時候，是以十根腳趾著地，既然他擁有雙腳，只不過是癱瘓而已，甚或沒有雙腳的話，這些人可否進行「以太陽為食物」的訓練？
- 問題九：《聖經》曾說，神把最好、最厲害的東西按時分量賜給我們。就如剛才你提及，「以太陽為食物」這事，這是對松果體一個很大的激活。我們也是在 2012 年底才得知這個龐大的秘密，於這方面，你於這事情上，會否有特別的領受？

第二章：總結感言

影片：主日回顧

上星期，日華牧師繼續分享「以看太陽為食物」的信息。



在錄製主日信息當天，日華牧師已經練習「觀日」約三個半月，他發現思想速度加快，記憶力亦較以前清晰，這正如 HRM 所言，觀日會使腦部神經線生長。並且，牧師的食量減少一半，這是由於飽腹的訊號，更快進到大腦。



並且，在減少睡眠時間的同時，體能卻不跌反升，導致脂肪消耗的速度加快，達到連以往嘗試連續 28 天健身也達不到的效果。這種效果，只能以每月服用數十萬元的類固醇的催谷下，才能達到，但

如今，在沒有增加任何補充劑的情況下，藉著「觀日」已經達到。所以，相信這是神給予「約瑟」教會，因著願意為別人預備的原因，所給予的祝福。

有關六點補充「以看太陽為食物的須知」：

第一點，對於「Sun Eater」「觀日者」來說，他們會面對「不成熟」的試探。



這是由於當人能夠做出「能人所不能」的事情時，往往會落入誇耀和自欺欺人的情況。正如 HRM 亦曾有這個問題，他不進食多年，並曾經接受 400 天的測試。但他其後在每年也會進食一、兩次。但是，為了維持「觀日」效果的超然性，他仍然對其他人說自己多年沒有進食。

其實每年吃一兩次，這已經很超然，因此，不用以誇張手法而破壞它。正如好些教會得著神超自然的恩賜、醫治能力，他們卻藉著誇張方法去維持那超然性，導致神蹟由屬靈開始，由血氣結束。



因此，如果想要在神裡支取長久超自然的啟示與能力，就要學習「成熟」，學會「真誠」。唯有藉著真誠，才能分辨眾多事件的真偽。



第二點，之前曾經提及，觀看海水的倒影是不好的，因海水會折射陽光的紫外線。但現時，從實踐經驗得知，可以觀看鹹水的太陽倒影。因為日出一小時內，紫外線是零的，超過一小時後，才會慢慢上升。

但日落前一小時，輻射指數會超過 1.0，這與日出有所不同。因此，在日出及日落一小時內，於紫外線較低的情況下，如果陽光太刺眼，那時，可選擇看海水中的太陽倒影。



第三點，若以蜂巢眼鏡看原本讀數零點幾或是 1.0 的紫外線指數，雖然，讀數錶的紫外線指數低，但同時，如果太陽很猛，例如當時已經是日出後 50 分鐘，就可戴上蜂巢眼鏡遮光。



因為，那時尚未需要看水中的太陽倒影，因蜂巢眼鏡可大量減少光度，亦可減低紫外線指數。又例如，在日落前一小時觀日，如果開始時，陽光太猛烈，亦可使用蜂巢眼鏡。



第四點，除日出後一小時及日落前一小時可直視太陽外，其餘時間要觀看水中太陽的倒影，其中一個方法是，我們可提著水盆觀看太陽倒影，這也是有效的。當然，湖上折射的陽光是最好的，如南生圍的湖、黃金海岸的海邊。



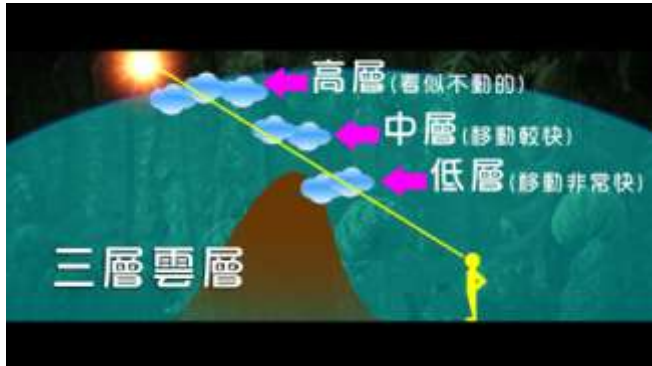
第五點，香港觀看日出較日落容易，尤其當觀日時間超過十分鐘後。



因為，日落時，陽光會由刺眼漸變到暗淡，所以，在日落的一個小時內，不清楚由何時開始看起才最適合。在日出時，光線會由暗淡漸漸變得光亮，眼睛便容易習慣，當光度慢慢增強時，可立刻帶上蜂巢眼鏡。

此外，日出時，較容易預計將有甚麼雲層遮擋太陽。因為，最高的雲層好像絲毫不動的，不會影響

你 10 分鐘的觀日過程。中間雲層移動速度較快，而最低的雲層，就是遮蓋著山頂的雲霧，移動得很快。三種雲層不單飄移的速度相差很遠，而且有不同的方向。所以，你先要預計雲層的走向，才選擇觀日的位置，讓全程不被雲遮擋。



可是，在日落時，太陽下方的雲層如隱形般，不能看到。結果，有可能在觀日過程中，太陽突然間消失於雲層，讓人大失預算。

第六點，除了雲的走勢外，看太陽的地點亦十分重要。香港有很多地方同時適合觀看日出和日落，例如元朗南生圍。而在海邊看日出地點，就是西貢。但在觀日時，千萬不要站在草地上或將腳浸在水裡。



如當天看不到太陽，可以看光雲，就是天空最光亮的地方。我們可以先量度輻射量，再望向最光的位置，以維持時間，那就不用擔心因一星期看不到太陽，要倒扣三星期的時間了。

而因應弟兄姊妹需要改變生活習慣，每天早起較為困難。上星期，日華牧師亦分享了小梳打粉的應用智慧：就是每天早晚進食一平砂糖匙份量的食用級別小梳打粉 (baking soda)，服用後，能使人熟睡及第二天早上較易起床，即使睡眠不足，也會感到很精神。



這是由於小梳打粉能將身體內的乳酸、疲倦、酸性物質統統帶走。甚至，連缺乏睡眠的疲累感覺，也不會累積到第二天。再者，由於小梳打能帶走乳酸，因此，能夠使健身帶來的酸痛消失。

至於使用方面，由於小梳打呈弱鹼性，因此，要在進食後三小時或進食前一小時飲用。

A complex informational block. On the left, it says "小梳打粉 或稱小蘇打粉 (Baking Soda) 食品級 (Food Grade)". In the center, there are images of Red Hill and Arm & Hammer baking soda products, a glass of water with bubbles, and a spoon with powder. On the right, a red banner says "飲用注意事項" (Drinking Precautions). Below it, a yellow box contains two bullet points: "* 飯後3小時(才可服用)" and "* 服用後1小時 才可進食(包括保健品)".

可以選擇晚上飲用，如時間不許可，才選擇早上飲用。由於觀日能改善機能，因此，開始可能較為需要小梳打的幫助，但當觀日的時日增長，身體機能改善，就不需要每天飲用。甚至每兩天喝一次，效果亦已非常良好。此外，最近氧份療法資訊指出，一些醫生已開始以小梳打對抗癌症，讓人重拾健康。



另外，日華牧師亦回答了資料員有關小梳打粉的問題。

問題一：小梳打粉能否與 Supplement（營養補充劑）一同服用？

答：是不可以的。飲用小梳打粉後一小時，方可服用任何其他營養補充劑。



所以，可選擇飯後三小時後喝小梳打粉，然後立刻睡覺。如果服用時間為早上，可以在起床後先喝小梳打粉，待一小時過後才服用其他營養補充劑。

由於小梳打及營養補充劑對身體也有不同的幫助。在觀日一段時間後，可以選擇一天在起床後吃營養補充劑後觀日。另一天則吃小梳打後觀日，回家才吃營養補充劑。

問題二：從我的經驗所得，若觀日前服用營養補充劑，身體整體的能量感覺上會較強。但服用小梳打粉卻能增加精神，兩者如何取捨？

答：可選擇於晚上服用小梳打，便不會和早上服用補充劑的時間衝突。如無法在晚上使用，才選擇在早上使用。



問題三：當嘗試服用小梳打粉，有一種像腹瀉的現象，這是否正常呢？

答：這是正常的，因小梳打粉會導致輕瀉。因為小梳打粉偏鹼性，以及屬於一種鹽份，會導致人輕微腹瀉。如果體質屬於非常酸性的人，可能會完全沒有肚瀉的現象。



問題四：小梳打粉有鹽的味道，喝後一小時，便會有口乾、口渴現象，這又是否正常呢？

答：這也是正常的。而關於水份，我們應該每天喝兩公升水。尤其學習「觀日」時，練習前後都要喝水，那能最快得到成效。



問題五：小梳打粉是鹽的一類，我們的身體，若不是特別要處理重病，是否也不建議劑量高於一茶匙，避免使肝或腎功能負荷過重？

答：是的，小梳打粉會成為肝和腎功能的負擔。



所以，如果按照療程去做，對付絕症的話，短時間是可以的，但不能長時間大量攝取。其實，任何營養補充劑，即使是最好的，都不應該長期倚賴。當然，如果日後完全不用吃東西，也不需要再服用任何補充劑了。所以，任何補充劑，如果當身體不需要的時候，最好也不服用。

問題六：小梳打粉讓身體偏向鹼性，是否身體偏向鹼性會健康一點？另外有甚麼方法可以檢查自己身體的酸鹼度？

答：一些價值幾毛錢的試紙，可以透過唾液量度出身體的酸鹼度。



身體偏向鹼性比偏向酸性好，因為偏向酸性是百病之源，過度酸性會導致血液比較容易凝結，磨損微絲血管，亦導致三高等各種疾病，並且，很多細菌都是生長在酸性的環境。

酸性體質

血液容易凝結
磨損微絲血管
導致三高
疾病根源之一

因為生活環境、
情緒和基因的不同，
而導致酸性進入我們各個臟腑，
並且產生各種疾病。

我們的身體過度酸性時會引致以下問題：

高血壓	癌症
熱氣	上癮(e.g. 咖啡)
尿酸	糖尿病
衰老	游離基

04

再者，我們身體每天都製造大量酸性，包括睡眠不足、疲倦、缺氧、操勞、疾病、壓力大等，身體酸性越高，越容易疲倦和睡得不好，當酸性上了頭部就會引起頭痛。因此，小梳打粉對於因為壓力大、宿醉或是酸性導致的頭痛和小毛病，都十分見效。

強酸 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 強鹼

酸性增強 中性 鹼性增強

- 身體疲乏
- 記憶力減退
- 腰酸腿痛
- 四肢無力
- 頭昏
- 耳鳴
- 睡眠不實
- 失眠
- 腹瀉
- 便秘等...

在總結感言部分，日華牧師分享到，凡事也可半信半疑，但對一些絕對可信的事情，仍選擇半信半疑的話，這只顯示了那人的智商。

可信 <-> 可疑

將信將疑 將信將疑

顯示你的智商

因為，就如「觀日」的練習，九個月便能夠分別出真偽的話，是很難瞞騙別人的。再者，這種方法已出現達二十年，亦有過萬人嘗試過，因此，應該假不了。

2010年 全世界已有 三萬五千人成功做到

但相對，西醫成藥卻只需要數十人做實驗，就可以推出市面，甚至，數十年後多人因副作用死去，亦只是收回產品。因此，在資訊多百倍的情況下，如果選擇懷疑觀日的成效，卻同時間不懷疑西醫，這是以不對等的法碼來衡量。再者，觀日是一種技術，不但可以成為飢荒時的答案，亦可以讓人長壽。



這個星期，日華牧師會繼續分享「以看太陽為食物」的信息。

第一章：答問篇

開始之先，我們一同鼓掌歡呼去多謝神！感謝主！哈利路亞！

今次我邀請了策略家發問，以補充觀日者（Sun Eater）的資料和實際操作技巧。

問題一：現時學習觀看太陽，最重要是追求四十四分鐘為目標，還是以細水長流，慢慢學習至可以不用進食為目標呢？

答：按著 HRM 所說的成功，當查閱網上的錄影帶資料和書籍時，最重要是達到四十四分鐘。



因為，有好些人如我所說，少部分人在觀日三個月後已經不用進食，或是吃一半便有飽腹的感覺，或好些人六個月便已經練成，而再不用進食了。若是為了使它永久性成為機能，甚至再變成長壽的話，那一定要以四十四分鐘為目標，因為，他成功了之後，真的永遠不用進食，但接著仍然有一年的時間，需要每天在泥地走四十五分鐘。



所以，如果練到三個月不用進食了，那接著如何呢？停下來嗎？那是無以為計的。所以，一定要完全跟著它的原則，就是到四十四分鐘，接著便在泥地上走，這樣才可以使我們一生都不用進食，否則便不能維持下去。

假如他在中段成功了，不進食了，但是後來停了，往後他可能要再次進食的話，那就變成完全一點意義也沒有了。所以，即使在那四十四分鐘之內，任何一段時間開始不用進食，也不代表甚麼，可能，後來他又會再次進食。所以，要看足四十四分鐘，免得製造了假象，以為三個月不用進食了，然後便停止觀日。

如果當他不停止，便有可能會發現，練了三個月開始不用進食，但可能不足一個月內又再要進食，但幸好他仍然有觀日的習慣，這也未可料。

所以，謹記整個過程是一年零九個月的過程，而不是以四十四分鐘作一個最後限期，是四十四分鐘之後再加上在泥地上走一年，每天走四十五分鐘至一小時，這才算是完成，免得造成了假象。

影片：希拉·瑞坦·馬內克引述「看太陽」失敗的個案

2012年12月9日「2012 榮耀盼望第148篇」的主日信息，日華牧師引述希拉·瑞坦·馬內克（Hira Ratan Manek, HRM）所提倡「以看太陽為食物」的方法（簡稱「看太陽」），其中馬內克著作《Living on Sunlight: The Art and Science of Sun》。書內第12頁，馬內克分享到「看太陽」的實際操作方法，就是在每天日出或日落前一小時，以赤腳接觸沙地或泥地，觀日10秒，接著之後，每天加10秒，直至最後一天看44分鐘為止，過程大約需要9個月時間。其中分為：0至3個月，3至6個月和6至9個月三個階段。

Sungazing is a one-time practice, usually for a period of 9 months, or 44 minutes, of sun gazing. You can break up the practice into three phases: 0 to 3 months, 3-6 months and 6-9 months. After completing the sun gazing practice, you will then walk barefoot, 45 minutes daily (if you stop at 15 or 30 minutes of sungazing, you walk barefoot for the rest of your life; if you complete the full 44 minutes of sun gazing, then you walk barefoot for one year.)

約9個月
DAY 1 DAY 2 DAY 264
10秒 20秒 44分鐘

第12頁

當達到 44 分鐘之後，便需要用一年時間，每天在沙地或泥地赤腳行走 45 分鐘，這樣之後，一生再不用「看太陽」，松果體的機能便能開啟，人可以更長壽，甚至其副產品就是從此不用進食。

但是，在馬內克著作中亦引述一些「看太陽」的失敗個案，有一些人在操練過程中，每天「看太陽」的時間只是停留在 15 至 30 分鐘，而再沒有持續遞升至每日 44 分鐘。這樣，他們便需要一生不停地繼續在沙地或泥地赤腳行走，才可以不用進食。

第二最重要，其實，這四十四分鐘比你想像中更寶貴，雖然，很多人當然也希望盡快看完。

約9個月
DAY 1 DAY 2 DAY 264
10秒 20秒 44分鐘

寶貴的44分鐘

我現在看了三個半月，但我發現，這可能是你一生裡，最寶貴的九個月。因這是關於身體機能和 DNA 的改變。由於 Web Bot 曾經提及，將來這群 Walker 的特別之處，在於他們不需要使用資源。現在我們知道了，原來他們是不用進食的，甚至可以不需喝水，並且，他們的身體會有很多特別的特異功能，譬如身體會發光等類。



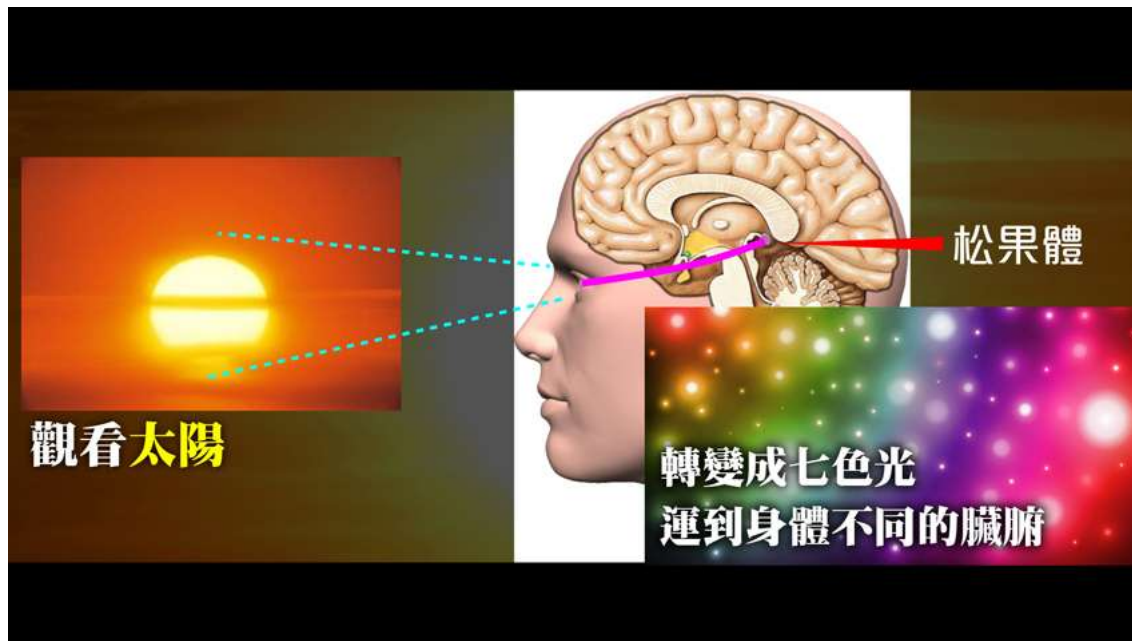
相關資料顯示，原來，在身體機能上的改變，除了近視糾正、病得痊癒，還有很多 DNA 的改變，都是他們慢慢發現出來。但這不是我們所分享的題目，因為我想分享的，不是「觀日者」Sun Eater 對 DNA 的改變，而是分享有關他們可以不用吃東西，或只吃一半份量的絕對選擇性方法。以我為例，已經吃少了一半食物了。

在這九個月，各方面被稱為特異功能的現象，是在看太陽的過程中能夠達到的。例如有些病經過九個月後可以痊癒，有些人則在過程中已經痊癒了。



因為，當他們看太陽時，幻想這種能量已進入身體的各部位。正如我所分享的，科學已證明了：原來我們的松果體與我們的眼睛，有一條神經線直接連繫，而松果體能將光變成七色，運輸到我們身

體不同的臟腑。



所以，當人如此思想的時候，是可以做到的。就像人能控制自己的呼吸、自己的肌肉一樣，同樣能控制身體上不隨意，或是松果體，腦部等機能。

影片：發現有一條在過去不為人知的通道，由眼中的視網膜通到大腦中的松果體

在《Eat the Sun》（《以太陽為食物》）的記錄片當中，美國軍隊中心的促進健康和預防醫學的激光和光學輻射計劃部門的部門經理大衛·西維爾（Dr. David H. Slivey）接受訪問時，談到近年醫學界發現，原來大腦皮層中有一條在過去不為人知的通道，由眼中的視網膜通到大腦中的松果體，並會使人體產生重要的激素。

naših ključnih hormona.
Radi se o veoma

U.S. Army Center for Health Promotion and Preventive Medicine
Laser/Optical Radiation Program
USACHPPM
ATTN: MCHB-TS-OLO
5158 Blackhawk Road
APG, MD 21010-5403
USA
410-436-3002 or 3932
DSN 594-3002 or 3932
FAX x5054
David H. Slivey, Ph.D.
Program Manager
david.slivey@apag.army.mil
http://ichppm-www.apgcs.army.mil

美國軍隊中心
促進健康和預防醫學
激光和光學輻射計劃
部門經理
Dr. David H. Slivey

美國軍隊中心
促進健康和預防醫學
激光和光學輻射計劃
部門經理
Dr. David H. Slivey

松果體

Eat The Sun 片段：

Only in the last few years have a number of scientific teams working somewhat independently discovered the presence of a different type of photoreceptor in the retina.

只是近幾年，有數個科學團隊才分別發現視網膜中存在著另一種感光體。

David H. Slivey 博士

計劃經理

Up until now, everyone assume that we have cones and rods, but there is another type of receptor that's been discovered that's located in a neural layer of the retina, that has a different neural pathway, different

nerve pathway back to the brain, and has a line to the pineal body in the brain and that's responsible for controlling a lot of our key hormones. It's a very exciting area of current research.

到目前為止，大家都以為我們只有視錐和視桿細胞，但科學家已發現另一種感光體位於視網膜神經層，這感光體有不同的神經通路通往大腦，連接到大腦中的松果體。松果體的作用就是控制大量重要荷爾蒙，這是令人非常振奮的研究。

他們發現，在這過程中，有關醫療，或身體上許多不同的疾病，像特異功能般，在看太陽的短時間內，因思想自己會痊癒，就在短時間內痊癒。



所以，我們要珍惜這段時間。起初，看的時間很短，但後來愈來愈長時，盡量不要說話，因為，用所有時間說話、打電話，有機會不成功。當然，說幾句話是可以的，但後期看一段長時間就不能。如果與某人較為好聊的，最好與他站遠一點，並且，亦在這段的時間思想可以作甚麼。

此外，不要效法那些不成功和消極的人。如我所說，不願意按著別人的方法，甚至更改的人，他們的資料不可參照。正如你成功地學習一位失敗者百分之百的資料，你亦只會變成失敗者。所以，褻慢人是最愚蠢的，因為他選擇做一位絕對的失敗者，選擇破壞者的人生。這值得羨慕嗎？絕不值得羨慕，因為，世界上大部分的人都是受害者的人生。

所以，要找一些成功的榜樣。成功即使是少數，正如世界上也只有一位米高佐敦（Michael Jordan），但很多人看他打籃球的錄影片，學習他的技術，也能打得很棒。所以，不能說因世界上只有一個，就能放棄。說這些話的人，不見得打籃球打得會有多好。因為他們不懂得利用人最高的機能，就是「模仿」，將一些難成的事完成。



世界上存在很多的野瓜（錯誤的資訊），但在眾多資料中，最少也能找到一個正確的。然而，在正確中，也可能有野瓜。但我們可找一些積極的部分，是別人能做到的，然後再研究別人為何能做到。當一個人說能做到，而另外九個人訓練後，卻說不能。可能這九個人是愚蠢的，或許他們一生都是一事無成，或者更改了方法，所以，為何我們要學效失敗者呢？



所以，當看這些資料時，你們要看成功的個案，看為何他們能成功。如發覺可行的話，就執行。因此，要好好珍惜這九個月的時間，因為在九個月後，你們就不能、也不需要再看太陽了。並且，最大問題是，於九個月後，根本沒有一個療程，教導人應怎樣繼續看太陽。但絕大部分發生的事，都在這九個月內。之後，是否需要常常看太陽，我也不知道，也沒有看到這樣的教導。

但許多特別的演變，甚至 Web Bot 也有提及這種現象，Walker 能做到一些特別的現象，例如發光、手指發射出光線等等，在 Web Bot 中都以這形容 walker。

**有光線、能量
從手指發射出來
超能力**



[industrialized world]. Seemingly more [primitive] areas of [civilization] will provide some form of support for the [afflicted]. These [problems] of [increased awareness] have a rich set of descriptors including ['visible' chakra emanations], and ['energy' whips (from the finger tips)], and [energy 'leaking' (from the) whorled (parts of body)²⁷]. In

我們並不需要訓練這事，但我們可以看看有甚麼能夠達到的。事實上，這些都是很嶄新的，但卻是真實的。當中，我們只需要做到其中一件事。

但關於松果體，我們都知道它所能做到的事，就是所有深藍兒童能做到的特異功能，這全都是來自松果體的。



**用松果體
運用特異功能**

INDIGO
深藍兒童
Indigo child

EDGAR CAYCE ON THE
UNDERSTANDING OF
PSYCHIC CHILDREN
INDIGO CHILDREN
HERALDS OF A MAJOR SHIFT IN
HUMAN CONSCIOUSNESS

松果體
Pineal Gland

由此看來，它是否能讓我們在這過程中，導致屬靈裡面的操練得以躍進？譬如使恩賜運作更強、聽神的聲音或是看神給你的圖片更清晰？這些都是我們希望在屬靈操練中得以突破的。



也許，你會有疑問：「這是否由肉身上的操練變成屬靈的事？」但我想讓你知曉，所有屬靈的操練，都一定要和你本身所有的機能並進才可以。如我所說，若你根本完全不懂英語，神不會用英語和你溝通；若你的記憶力不好，神不會以你的記憶跟你溝通。因此，你會明白，為甚麼我們要增加記憶力，這樣好使神能以清晰的記憶與我們說話。



所以，當我們的機能增長時，應想想如何應用在屬靈方面，而不是像法利賽人般，凡事都雞蛋裡挑骨頭。因為，我們能有良好的記憶力，或是敏捷的思維，一定對屬靈事奉有所幫助。



舉例：我們恩賜運作的時候，能夠看到某位置有甚麼病人，但過去都是很模糊的，而經過這一連串操練後，現在是否清晰了？就好像我現在回憶所有事情，都比以前清晰很多，包括我回憶以前所看過的書籍和錄像；又或是回憶很久以前的事件，現時都是較以往清晰的。如此，神可以藉我們身體機能上的躍進，更加在恩賜上使用我們，因為，我們所有的機能與才能，都是可以用來事奉神。

如我所說，在這九個月，大家可以在「Sync Calling」等平台上互相分享，見證各人所有的機能如何增強，又或是否在傾聽神的聲音上改善了。

這不是因為我們以看太陽作為食物而變得更屬靈，而是因為透過觀日，令我們的機能變好了。這就像一個常常失憶、或是常常說錯話的人，即使想要事奉神，都有很多缺陷，但現在我們在這方面的機能上得以改善，使我們不再這麼大意、經常失憶、記憶清晰，甚至對許多以前看過的資訊更鮮明，這一切得以改善後，我們用作事奉的話，那麼，在屬靈方面都會得以躍進。

所以在這方面，我們有機會以為是神的靈有更大感動，因為所看到的異象很鮮明，但事實上並不是。一來可能是因為我們的腦部，或我們的松果體被激活了。



如我所說，我們做夢，或是閉上眼睛去思想的時候，所看到的影像都是藉由松果體看到的，所以，那不是屬靈與否的問題，那是肉身上的機能，人體本身就是這樣運作的。但如果，我們看完九個月太陽後，我們的松果體被激活了，甚至是長大 4 倍，那麼，會否只是不用進食那麼簡單？



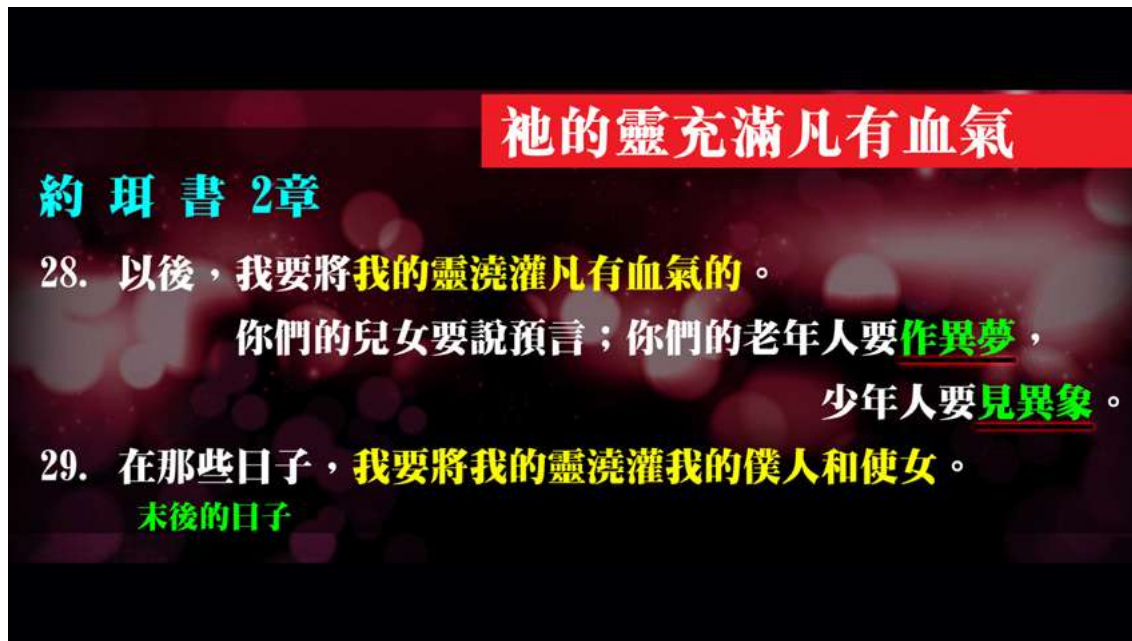
而我特別覺得「以看太陽作為食物」這事是真確的，因為他們的研究完全和松果體有關，和我們對 2012 所有研究的信息有關。因為松果體如果是要被激活的話，就會在 2012 年，同時亦牽涉到關於 2012 有很多變動。而最重要的是，關於很多屬靈或是靈界的事物，都是直接和松果體的機能有關。所以，當松果體被激活的話，有機會會讓我們見異象、聽神的聲音、接收神提醒我們的事，或是神所給我們的感動，都會完全革新，甚至更鮮明、更密集！



所以，好好利用這九個月時間，不要像一般人做事，氣沖沖做完便算。人生苦短，許多事只能做一次，亦包括這一次，但只得九個月時間。在過去三個半月以來，我會將我自己所經歷的，與它裡面所寫的作對比。既然它所說的事，我真的自己經歷得到的話，那麼，網上許多真實個案，他們對身體有許多積極的影響，我們應該期待或尋找方法，讓它發生在我們人生裡面。因為，從「2012 信息」開始，我本來就說到 2012 和松果體的關係，以及 Freemason 對松果體的理解。



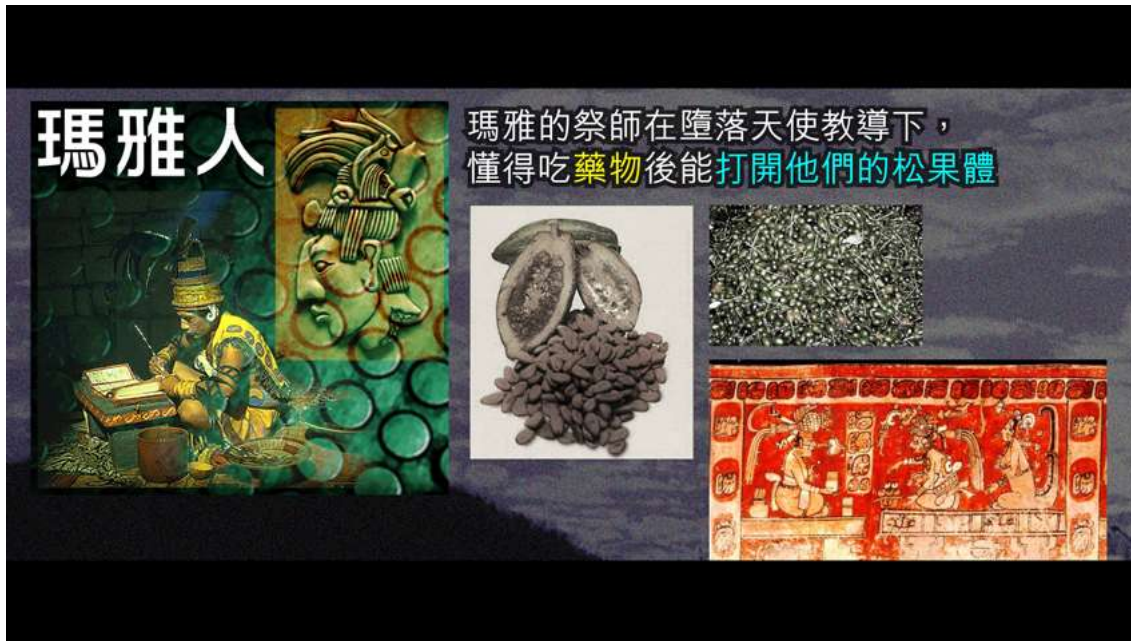
並且，當 2012 年來臨的時候，甚至《聖經》也說到很多與松果體有關的預言。正如我所說，異像和異夢只會是來自我們的松果體的機能。但當神再來，神的靈充滿凡有血氣的時候，異像和異夢竟然在少年人和老年人身上更多產生的話，這情況是非常特別的，亦是我們需要研究和認知的。



基本上，當前急務是在食物方面。如果經過這練習，可使教會半數人完全不用進食，另外的半數人則只吃一半份量食物，我覺得這是非常值得。試問世上有哪一個行業或人物，可以讓你一生不用吃食物？完全沒有。

這方法甚至使人不用吃東西，那麼，人們便不需要上班了，因已不用糊口了！所以，為何不作這個嘗試呢？如我所說，這不是一項賭博，因為已有上萬人嘗試了，在他們身上都有積極的反應；並且，看太陽是一個很簡單的做法。所以，千萬不要有退縮的想法，因除了不用吃東西外，其實當中涉及世上最健康激活松果體的方法。

瑪雅時代的土人是吃一些迷幻藥，才看到異像。



現在，很多人吸食毒品，排第一的理由，就是要激活松果體。但無論他們吃一生的藥物或者大麻，也只能短暫性地激活松果體。



可是，這練習卻能令你的松果體在一生之久增大四倍，並且有積極的反應。何不思想，在「2012 信息」中，我們所聽到關於深藍兒童的研究？他們不在這樣的情況之下，其松果體所能夠做到的事。

現在大家明白，為甚麼那些深藍兒童到了 14 歲之後便喪失超能力。因為人的松果體會漸漸萎縮，直至 50 歲後更會急遽地萎縮，甚至是藥物也改變不了的。但當到了 2012 年，這個機能在不明的情況下會再次提升。而恰巧，我們正好在 2012 年底知道了這個有趣的信息。並且，早於十多二十年前，

他們已經發現這與松果體有關。所以，我是在今年才開始學習、練習和運用，相信箇中一定有很多積極的反應可以幫助我們。

對於因年紀大而老化、生病和死亡的問題，這些都是一個咒詛。所以，任何器官出現萎縮的話，都不是一件好事，更何況松果體是神創造給人的基本機能，能幫助他們對靈界敏銳，產生所謂第六感，及眾多神秘主義和文獻所記載的能力。若松果體在 50 歲之後出現萎縮，你認為這是幸福的事嗎？



但我們知道，若松果體在 2012 年被激活的話，我們藉著這個練習，有機會把它激活。我認為這是一個無限的可能性，不應該想著如何退縮。若暫時看不到的話，可以照著那個時間去看。若別人看九個月，你看十九個月也沒關係。因你的松果體有機會對比別人強數十倍，因為你慢慢地做，當你成功之後，你的松果體能夠做到的事，可能是你意想不到的。這絕對牽涉到你的松果體看見的事，你就能做得到，在將來，我們應該要從這個方向去鍛鍊、去練習。



問題二：弟兄姊妹在實際執行上，是不是應自己先嘗試一段時間，或者開始產生功效後，才向身邊的人說？因為弟兄姊妹很多時會立即與家人和身邊的朋友分享，所以在智慧上應該怎樣處理？

答：在智慧上，他們的家人應要先聽了這篇信息才可以。否則，他自己要練好了才能向別人分享。練好的意思：當然有些人以九個月做標準。但我覺得，很多人可能練三個月已經可以了，那就可以向別人分享。但若他三個月仍要進食，或不能減食一半，那麼，我覺得他起碼要練習了半年才向人分享。



因為世界上有些人，他們一生決定要做一個褻慢者，或是一個破壞者。他不知道這是敗壞自己，並且學了人世間當中所有不好的事。所以，當你讓褻慢人知道這方法，他會來破壞你，使你練習不到，或者他覺得，自己練習不到，別人也要練習不到。



你要記住：世界上半以上的人有這樣的思想，尤其是未信主的那些人。所以，他自己要冒這個險，就是當他分享給別人，別人可能會破壞他，使他練不到。

所以，或者那個人很有興趣，一次就問了所有問題：「甚麼可以使你廢掉觀日功效？」「甚麼可以使你癱瘓，練了也枉費？」若有問這樣問題的人，你便要小心。所以，如果他自己覺得許可的話，完成了才告訴別人。否則，半年後才分享給別人，但到那時，都一定要選擇對象，若胡亂分享，就不

一定是好事，因為觀日並不是福音，而是一個機能。一個你可以藉著九個月練習，就可以永久性擁有的機能。如果我們一大班人四圍去說，可能會帶來哄動，不過，這套信息分享出去，隨時都會引起哄動。

如我所說，這方法是假的機會很微。今日亦已經沒可能是假的，但如果是真的話，那班褻慢人敵視你的話，他們是在害死自己。如果沒有災難、Web Bot 完全不中、John Paul Jackson 是假先知、《聖經·啟示錄》原來只是小說，這全部都是假的話，那就沒問題。但那些全部都不是假的，那麼，那些褻慢人就死定了。所以，我們也不應該憎恨他們說甚麼，只當他們是傻瓜，向他們揮揮手。當他們為你拍照時，你可拿電話反拍他們，說不定你的電話隨時比他們那台爛相機更高清。

因為現在急難將要來到，就算現在那些人當你是有問題的，這是由於他們根本不看現實。現在，弟兄姊妹那麼肯定的原因，是因現實已經告訴我們：因災難已大得全球政府已經不斷用麻醉的方法來麻醉傳媒、麻醉所有的新聞。





所以，災難的新聞才不會在全世界滿天飛。但我們所說的食物和經濟，每一樣都正在崩潰，不是因為那些人想它崩潰，那些人也希望可以欺騙別人沒有崩潰。



但是，因為災難大得使這些要崩潰，這在歷史上是未曾試過的，就是災難使龐大的經濟崩潰。所以，那些人仍然恥笑說「2012 信息」的人，恥笑提醒別人災難的人。其實他們自己反而才是傻瓜，自己才是瞎眼的。

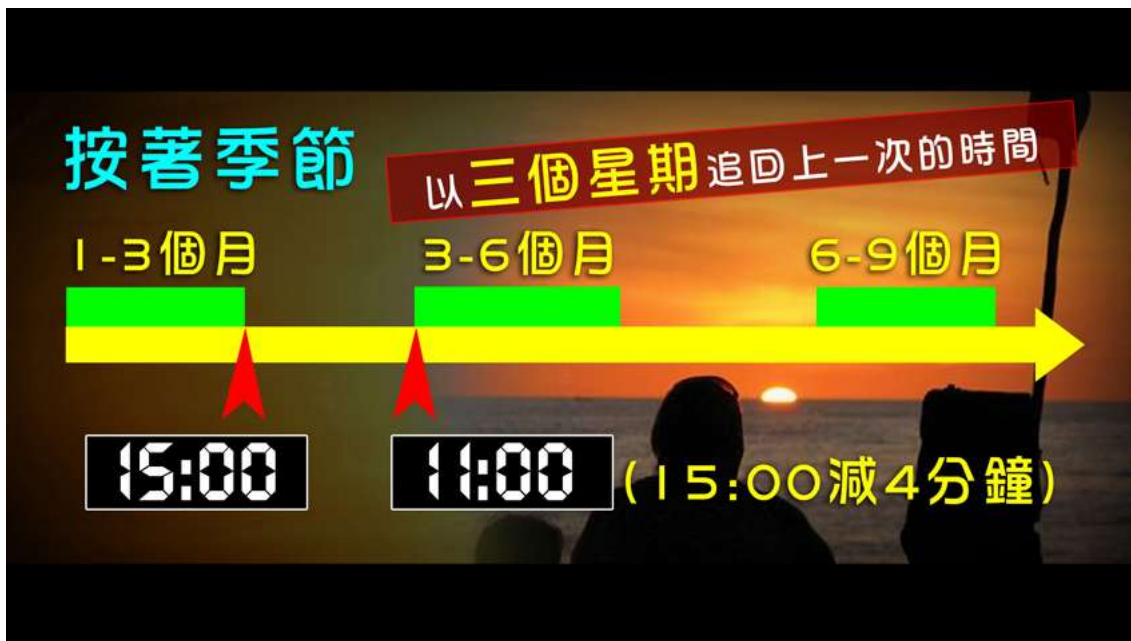
所以，就算我們分享，引起這個哄動，或者是家人知道這件事後又想阻止。雖然自己好像很慘，但其實這班不接受的人，不僅慘一百倍，而且若他們在災難中受審判，因而遇害的話，《聖經》讓我們

知道，在《啟示錄》記載，遇害的那一群根本不是基督徒，他們遇害後將不能上天堂。



所以，我們仍然繼續努力去作就是了，免得我們會為自己製造無謂的迫害和阻礙。

記著：無論是甚麼理由也好，你練了半年或三個月，中間停了超過一星期時間，就算連光雲都看不到，其實停多久都可以。但緊記，無論你停多久，只要再開始的話，就將你之前的時間倒退三個星期，即倒退至大約四分鐘。例如你已經練至十五分鐘的話，因為一些理由，你已經無法再練。你三個月之後或一年之後再重新練習，就要再由十一分鐘開始。



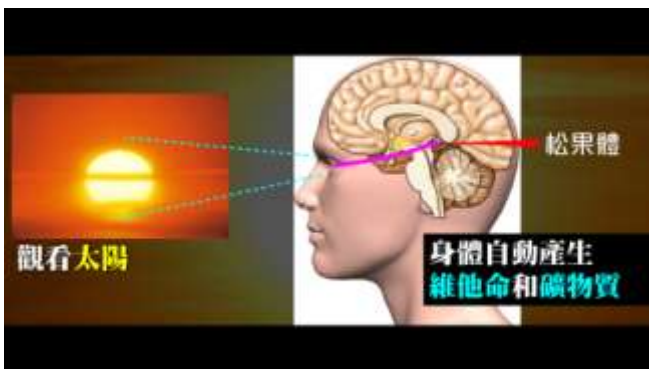
問題三：當我們練習時間增至數分鐘以後，有些人出現減食的現象，雖然可減食大概一半分量，但仍會有很密集的飢餓感。以往，有人會練習減少進食分量，使胃部不會太膨脹。那麼，若遇到這情況，我們是應該吃東西，還是去練習不吃東西呢？

答：其實，別人能夠練習至成功，並不是為了不進食，我們需要跟隨此方法，我們並不是為了養成不進食的生活方式。不是說：「我很餓！但要支撐著啊！」這本身是松果體的機能，所以，可以少食多餐。



免得我們用勉強練習的方法，導致失敗。我們要依循原著所說「不餓就不用吃東西，餓了便可以吃。」如果你吃一點就飽，那吃一半分量就可以了，可能是以少吃多餐的方式，用這方法就最好。

因為就算你的松果體所做的工作如何超然也好，它都是你身體的一部分。你不能夠讓松果體感到飢餓，你不能用一些方法，令其沒有足夠的原料自給自足。無論是松果體、大腦和小腦，它們全都需要 Omega 3 和葡萄糖才可以生存，才能可以建立。



這段時間，你不能說：「隨它任意飢餓吧！」如果它發育不完全，於這九個月的擴展中，別人原本是擴大四倍，但你就萎縮四倍。這樣，你反而比別人更飢餓也不出奇。所以，不要自己想一些別人沒有教授的方法，一定跟從原著者說的方法去做，其實他原本沒想到不用吃東西，只是想長壽罷了。



你應按照身體的感覺，若餓了就要吃東西，預備一些分量少的餐，隨時餓著就隨時吃。如果肚子餓時就要進食，可能是你身體調節時所需要的能源。那就讓身體藉吃東西去調節。所以，不要想著要習慣捱餓。因為人家不是由絕食方式練出來的，這是長壽的方式，你也要往這個方向。因你要得到跟他同樣的東西，所以，你要跟他原本所走的方向。所以，長壽一定是主力，但只不過不用吃東西，就變成副產品。

問題四：這信息發放之後，弟兄姊妹實際去執行這智慧。在觀看太陽過程中，教會有很多單身姊妹和婦孺，她們觀看太陽的地點，通常較為偏僻，不容易到達，並需要乘私家車或踏單車，走一段較長的路程才能到達，所以，她們很早便出發看日出。其實她們是否要群體出發，才較為安全？

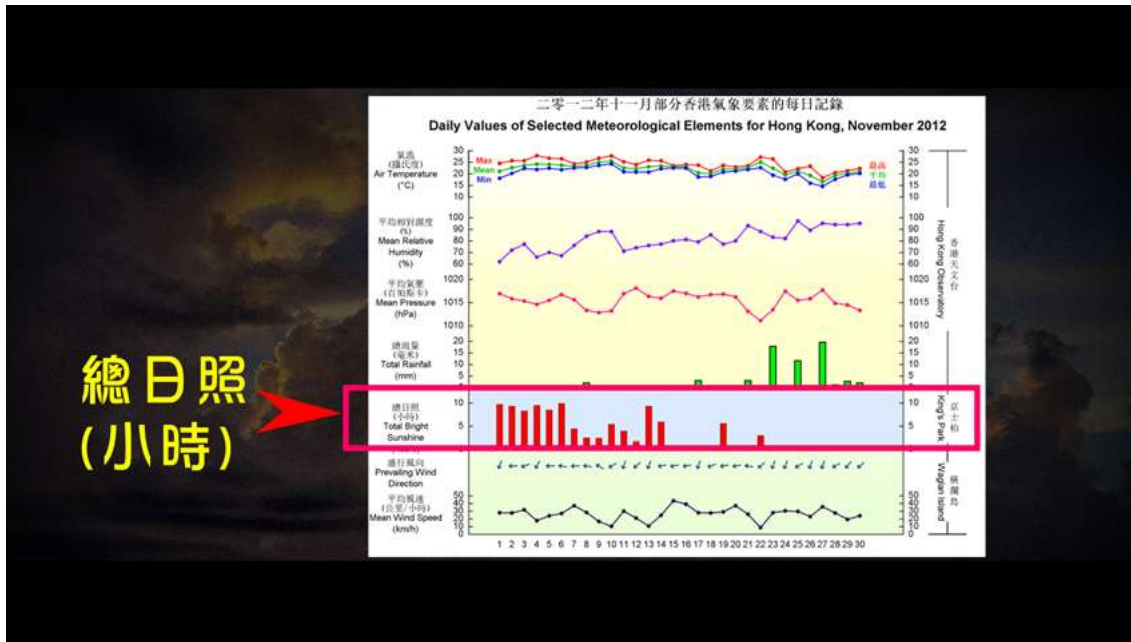
答：當然，聯群結隊是比較安全的。



我們需要多一些智慧，例如要遷就觀看太陽的角度。因為選擇站在某些位置，能夠早五分鐘看到太陽；到達後，如果附近有人居住，會被人發現你觀看太陽；或是，之前可以觀看到太陽的地方，現在卻看不到。這需要經過多次的觀察和實驗。

以我為例，我在家中已經可以看見每天用作觀看太陽的地方，是否看得到太陽。當試驗了三個月的時間，站在家中觀看作出評估，也實地去那地方驗證。發現實際情況和在家裡估計的情況，有百分之九十九是相同的。所以，有些人發現，用手機的軟件做到；有些人以其經驗做到；有些人在家中做到；有些人在部落格上做到。因此，無論是資訊上，或是執行上，我們都要聯群結隊去做。這樣能增加我們看見太陽的機會。

事實上，由於天氣的變化，香港也不容易看到太陽。



我在三個半月的觀察發現，可以看到日出的時間，竟然不超過九十天，比預期少了十至二十多天。



對我而言，我已有很多其他工具輔助。例如有私家車接送，並已經有時間在早、午、晚去觀察。若不是這樣，在這三個半月裡，我不可能看得到兩個月的時數。弟兄姊妹，若不用盡這些方法，很可能在一年中，只能在三天裡看到兩天太陽。所以，要作出多方面的安排，縱然是這樣，已經會在生活中失去很多時間。

另一方面，雖然，看水中太陽倒影，進度會慢一點，但總比看不到為佳。



它的進度不會與其他方法相差太遠。意思是，看水中太陽倒影的時間也是用四十四分鐘，只是，如果要使身體產生不用吃食物的功效，別人可能是三個月、六個月，但看水中倒影方法的人，可能要超過六個月時間才成功不用吃東西。

事實上，有些人的環境或工作關係，看水中的太陽倒影最方便。他們只要帶水和器皿，而附近有泥地，便可以站在泥地上看。



如果用這方法，尋找泥地就簡單一點。但若要看到太陽，同時要踏在泥地上，這就比較困難。如果有人因安全問題，沒有人可以陪伴，便可以選擇在中午看水中太陽倒影，他們可以找個安全的花槽，而且，這花槽能夠真正連接泥地便可以了。



另外是一些健康常識想提醒大家：如果大家在早上，發現有霧水、潮濕，或要在下雨天站在冰冷的泥地上，就要小心避免受寒。如果有私家車，可以帶一桶乾沙，在下雨後的泥地鋪上，觀看太陽後便離開，就不會容易受寒。



因為，由開始的二十秒、三十秒，至後來的二十分鐘、三十分鐘，如果踏在濕冷的泥土上，是一件不好受的事。雖然這不會因而使練習失敗，但是，一些老年人便要多加留意此點。弟兄姊妹在冬天開始聽這套信息，所以在練習時，若真的發覺吸收多了寒氣，便需要在每晚睡前用暖水泡腳，免得身體受損。



問題五：弟兄姊妹都很順服和受教，對牧師所分享的信息都會甘心地作出回應，並落實執行。他們在練習「以看太陽為食物」的過程中，是否需要家聚負責人作出適當的指引呢？一直以來，策略家在練習過程中，無論是太陽的位置和折射度，都需要跟從牧師所提供的指示，才能夠容易執行。另

外，弟兄姊妹在身體反應上，可能會過度敏感，如感冒時無胃口，也誤以為身體開始沒有飢餓感了；又或是吃了煎炸食物後出現上火的反應，也誤以為身體開始排毒。我們怎樣幫助他們理解在身體上所出現的反應呢？



答：我鼓勵大家彼此分享心得，這可以助己助人。當我們一個群體一起練習時，有機會比獨自一人練習時發現更多智慧。稍後，我當然會向大家公佈更多資料。首兩個月，我只限策略家和 2012 小組成員去分享心得、守則和做法。因為，他們已經實踐了超過一個月，但其他人剛剛聽這篇信息，才開始練習。



策略家可以藉著網上討論區和“Sync Calling”去分享。如果家聚負責人還未開始練習，便千萬不要信口開河，胡亂給予意見，以免絆倒了別人，神是會一一鑑察的。這套資料只不過是一種智慧，並非真理，教會的立場不會因為你不練習，而解除你的職務。但有人會因這些知識也作出攻擊，一些紙上談兵的人最容易出現這種不成熟的行為。身為領袖的我們，便不能信口開河、口沒遮攔。

當教會人數少時，我已經看為要為數千人分享信息的心態。現在，很多家聚負責人帶領的不是數個人，是需要對數百人負責任的，所以，說話和處事方法時便要慎重了。若果不懂得時，便應默不作聲，並且鼓勵跟隨者向懂得執行的人學習。這樣，我們才能真正幫助別人，而不會成為一個譏諷者，因為譏諷者漸漸會變為褻漫的人，最終更會成為惡人，這是《聖經》所說的。

尤其這個題目並不是真理，我們不會維護它，也不會指控那些不懂這個知識的人不是基督徒。這只是神創造給我們與生俱來的機能，早期基督徒擁有這個智慧，只是在後來失傳了，並竟然變了如神

話一般。這本是我們的機能，卻竟然被看成神話，所以，這是值得我們去練習和學習的。但在過程中，真正熟練的人才可給予別人意見。



有些人可能是第一次聽這教導，幾天後卻把自己當作專家，他們豈有資格去給予別人意見呢？

在我和大家分享之前，我基本上已經鍛鍊了超過一百小時。即使，當我現在每天只花一小時，而三個半月內，已經是花上超過一百小時，就是為了預備這篇信息。不但如此，我有時更會每天花上二至五小時去訓練，在過去的百餘天內，我一定是花了一百小時以上的時間訓練，才去分享這篇信息的。所以，只限我們這群對觀日有認識的人，才能給予別人意見。三個月後，當大家有更多這方面的知識時，我們亦會盡量在主日將這些資訊和心得分享出去。當然，即使訓練時間長了，但也不可妄稱自己為專家。因為有很多人對醫學、科學和屬靈的分析等等，仍是處於幼嫩的階段。這樣的人只是習慣性地說謊和胡言亂語而已，所以，這些人更不應該在事情的骨節眼上，胡亂地給予別人意見。

在此，亦鼓勵弟兄姊妹在這兩、三箇月中，可以互相分享其中特別的變化和心得，因為這是能夠幫助我們的。



雖然，此舉並非能夠加快做法，因為訓練的時間是改變不了的，就是四十四分鐘觀日，再加一年在太陽下行走沙地。如我所言，這仍然是個神話來的，若按照這做法的話，可能會訓練、運用，甚至是產生或警覺到一些新機能，是松果體幫助我們打開的，例如幫助我們閱讀和記憶的新機能。



其實，我的記憶力本身是十分強的，但最近更增強了。例如我要記一事物或是分享某些事情，在過去，我需要用心去幫助自己牢記著，但現在已經不需要了，資訊像是自動浮現在我腦海裡似的，很輕易就可以分享得十分流暢。所以，弟兄姊妹可能會因為投身的行業不同，會有不同的接收方式，也可能因此會有其他心得可分享。

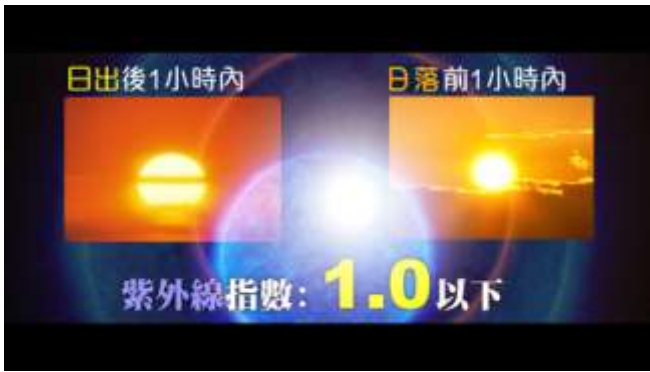
因此，我相信 2012 年是一個新開始，這段時間是按照神的聲頻創造，因為，連 **Freemason** 也知道 2012 年是與松果體有關，包括《聖經》也是這樣記載，並且 **Web Bot** 也是這樣說。更有趣的是，主張陰謀論的 **Freemason**，也看好 2012 年與松果體的關係，這是一個很奇怪的現象。

如我所言，他們不是以《聖經》角度去看，而是用高科技去看到將來，他們可能早在多年前，已經看到未來的人類是怎樣的，就是那些領導別人的領袖，都是由那些激活了松果體的人來擔任的，但他們從來都不知道箇中的方法，只是知道未來的走勢，所以，這會是頗有趣的發現和教導。



問題六：若果當天天氣不太好或者早上看不到日出，而打算在中午時分看水中的太陽倒影，但又可能會遇上密雲。倘若我們選擇去看光雲的話，在抬頭仰望天空之前，必先要測度紫外線的強、弱才能看。而且，有時我們看的光雲的光度是很微弱的，那麼，應如何界定是維持昨天的時間抑或可增加十秒呢？

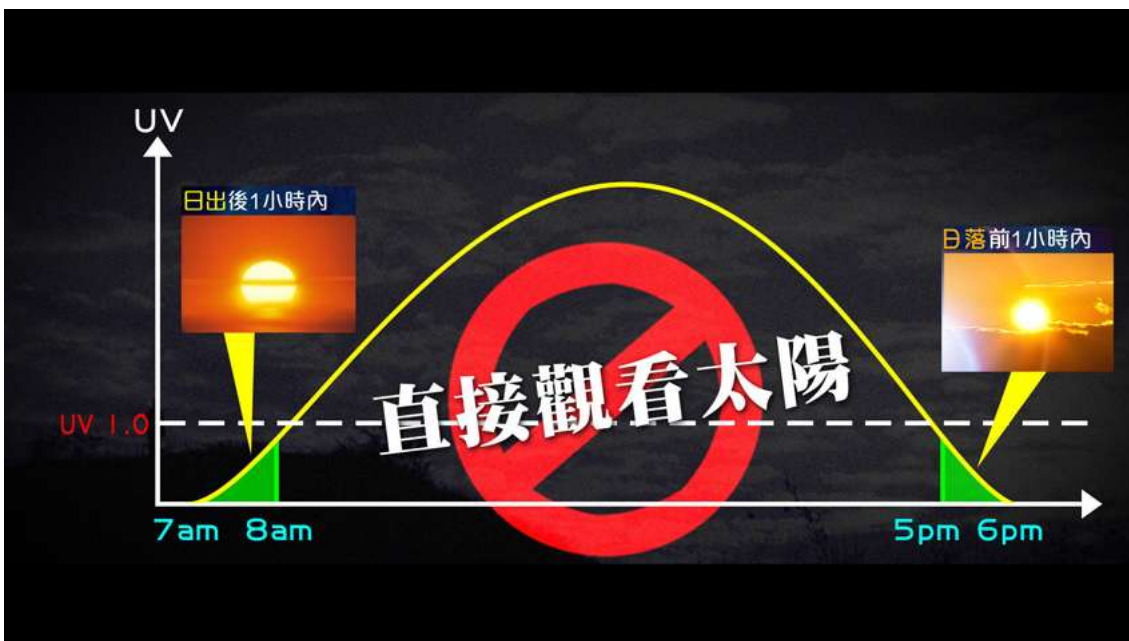
答：你把兩件事混淆了。你不可以於下午時，原本想觀看太陽的倒影，然而因未能成功觀看太陽倒影便轉以觀看光雲，按著 **HRM** 所言，在這種情況下是不可以觀看光雲的。一定只限於在日出或日落的一小時，若然看不見太陽才可以轉看光雲。



影片：「看太陽」時，必須小心避開紫外線對眼睛構成的危險

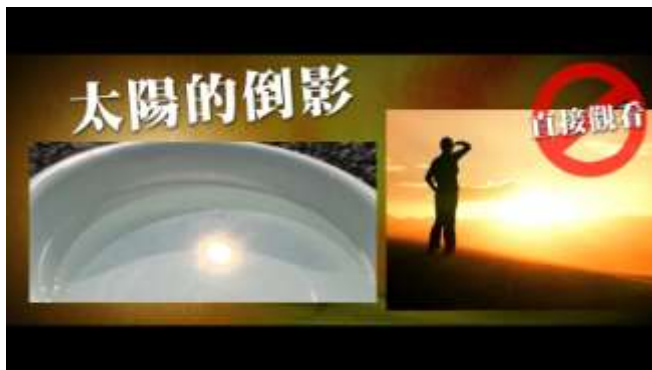
2012年12月9日「2012 榮耀盼望第 148 篇」的主日信息，日華牧師引述希拉·瑞坦·馬內克 (HRM) 所提倡「以看太陽為食物」的方法（簡稱「看太陽」）。

太陽日出升起的頭一小時之內，和太陽日落前一小時之內，因為紫外線 (UV) 往往是零或 1.0 以內，太陽光線不會損害人的視覺。而在其餘任何日照的時間，都不可以直接觀看太陽，就算使用蜂巢眼鏡都不可以，必須藉著水盆的水，凝視水盆倒影的太陽。





重申：必須謹記是太陽的倒影，因為在日照時間，天空不論有沒有雲蓋的太陽或光雲，都存有極大量的紫外線，這些紫外線會嚴重損害人的視覺。



很多人皆有一個錯覺，以為天空被灰雲遮蔽，看不見太陽的天空的紫外線一定極低，但事實卻相反，往往天陰時的紫外線是極高。



所以，絕不可以在日出或日落的一小時以外時間直觀太陽，而蜂巢眼鏡都只是作為在日出或日落的一小時以內，當陽光感到強烈時使用。萬一不小心的話，後果可以非常嚴重，甚至會使人失明！

以下的一段影片，是來自一齣名為《以看太陽為食物》（《Eat the Sun》）紀錄片，內容提到一位以看太陽為食物的人，時間已經到達 40 分鐘時，但因為他時常在強光下勉強觀看，又不懂得使用 UV meter 等的工具來量度紫外線，在經過眼科的檢查，發覺眼睛已經出現一些傷害，但是這一種情況卻沒有出現在 HRM 身上，因為 HRM 同樣經過超過 400 日的嚴格檢查。



EAT the sun 片段：

You don't wear glasses?

你戴眼鏡嗎？

No.

不。

Contact?

隱形眼鏡呢？

No.

沒有。

Okay, just got it on your right eye.

好，放這個在眼前。

H, V, T, G, A, O, Z, H, B, something, C, V.

H、V、T、G、A、O、Z、H、B、甚麼、C、V。

So, last night, I stared at the Sun for half an hour.

昨天黃昏，我看著太陽半小時。

Well, did it hurt?

嗯，疼痛嗎？

No.

不。

No? Felt pretty good.

不？感覺很好。

Do you recommend that?

你建議我這麼做嗎？

Um, I wouldn't do it. And then I go ahead and take your eye pressure now.

嗯，我不會這麼做。好，現在量眼壓。

How do you do that?

怎麼量？

Um...I am going to use a Tonopen, so I am going to numb your eye.

嗯，我會用 Tonopen 眼壓計，要先麻醉你的眼睛。

So you are putting some anesthetic into my eye?

要放麻醉劑到眼睛嗎？

Yeah.

是。

That doesn't seem like it's really good for me.

這似乎對我無益。

Okay, can you lean back?

好，可以往後靠嗎？

Just go back?

往後靠？

Uh, no, just lean your head back.

不，頭往後靠。

This is the worst in my eyes I felt since I started this thing. You just look straight ahead, okay?

這是檢查以來眼睛最差的感觉。向前望，可以嗎？

Yep.

好。

You look straight ahead.

向前望。

You just touched my eye?

你剛碰了我的眼睛嗎？

Yeah, did you feel it?

對，感覺到嗎？

No.

不。

Can you pour this stuff over your whole body?

這東西可用作全身麻醉嗎？

Dr. Gonzales

Gonzales 醫生

How's it going?

怎樣發生的？

I've been staring at the Sun since December. It's been slowly commence, starting at 10 seconds a day, and then adding that every day, 10, 20 ,30. So, it's been about 10 months. I'm up to almost 40 minutes.

我從十二月開始看太陽，從 10 秒開始，然後每天加 10 秒，20 秒、30 秒，如此類推，已經 10 個月了，現在達 40 分鐘。

And you have no visual complaints whatsoever?

你沒有任何視力問題吧？

No. Sharper, actually. Arguably, I'm seeing more colors and my vision is considerably sharpened than it's before.

沒有，視力反而變得銳利了，能看見更多顏色。現在視力確實比以前銳利多了。

Okay, can I ask the reason why you are doing this?

好，容我問你，為甚麼要這樣做？

Um...Ha ha, yep, why am I doing this?

哈哈，是啊，為甚麼我要這麼做？

Still working on that.

我仍在試驗中。

Basically, people do start to experience damage after 90 seconds of looking at the Sun. And there is a lot of different factors that go into how much damage occurs. It's variable in different people.

基本上，普通人看太陽 90 秒之後，視力便會受損，種種因素會導致不同程度的視力損害，後果亦因人而異。

Uh, blood pressure, 112 over 72. It's now almost fully dilated. Now you are ready for the test.

血壓，上壓 112、下壓 72，差不多完全擴張，現在可以去測試了。

When she puts the needle in, while she's injecting and I'm gonna be shooting rather rapidly, I need you to wait for the flash for your blink. I need you to get ready to inject. Go. Perfect. Hold it. Steady.

當她把針插入，開始注射時，我會頗快地投射光線，當你看見閃光，請眨眼，準備好注射，開始。非常好，別動。

OK, that's the intragram.

好，這是你的底片。

So what would you conclude that by looking at my photos?

從這底片可得出甚麼結論？

Well, it looks like a large diffused burn in the macula.
似乎黃斑區有一大片擴散燒傷的地方。

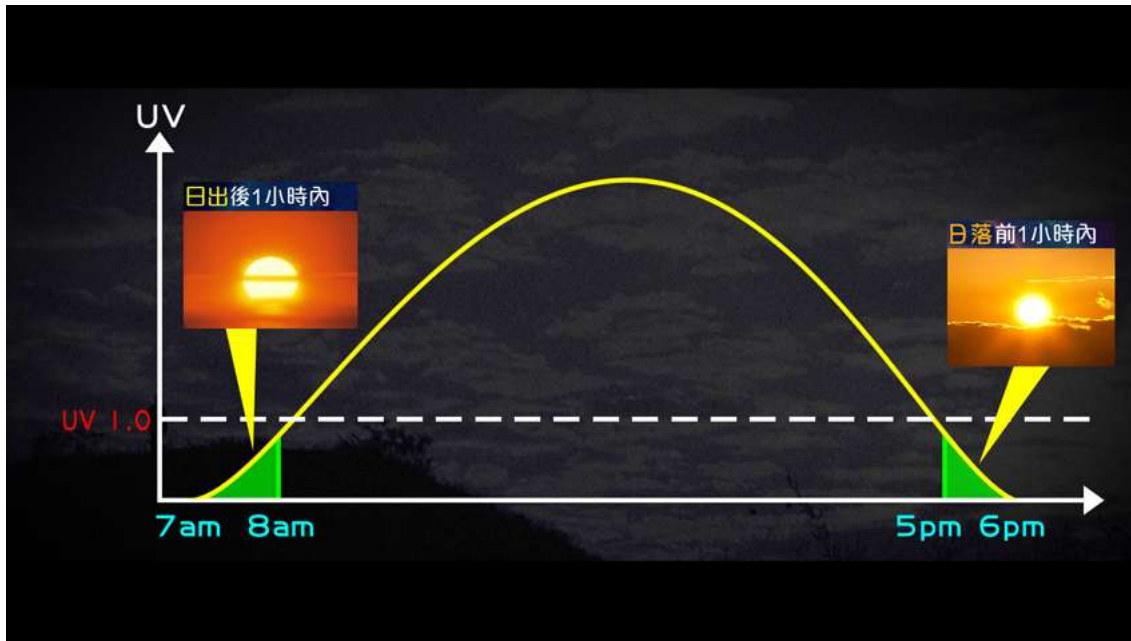
Do you think that that would have been there before?
會不會以前已經存在？

No. That's definitely not a normal finding.
不，這發現並不正常。

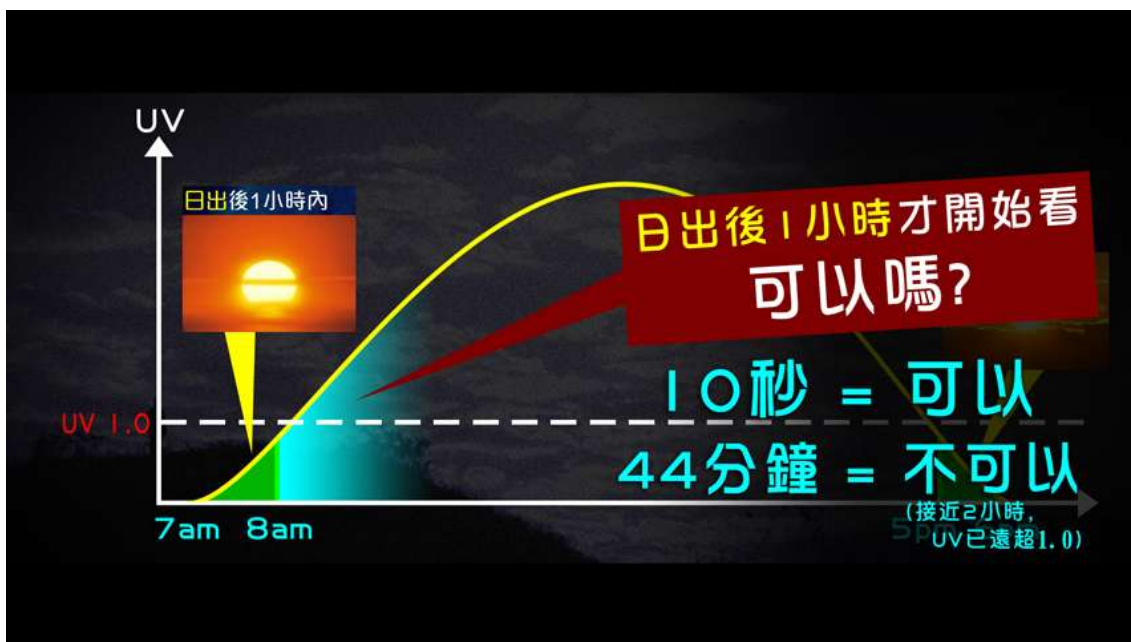
所以，絕不可以在日出後或日落前的一小時以外時間直接觀望太陽，而蜂巢眼鏡都只是作為在日出後或日落前的一小時以內，當陽光感到強烈時使用，並且要確保紫外線（UV）是零或在 1.0 以內。



但若在日落或日出的一小時裡，如果超過了 5 分鐘、10 分鐘的話，都是可行的。



但若於日出後的一小時，你才得以看見太陽，若從這個時間開始觀看太陽，這樣可行嗎？我不能肯定地作出回答。如果你只是觀看太陽 10 秒的話，這是可行的，但若你需要觀看 44 分鐘，那便不可行了。

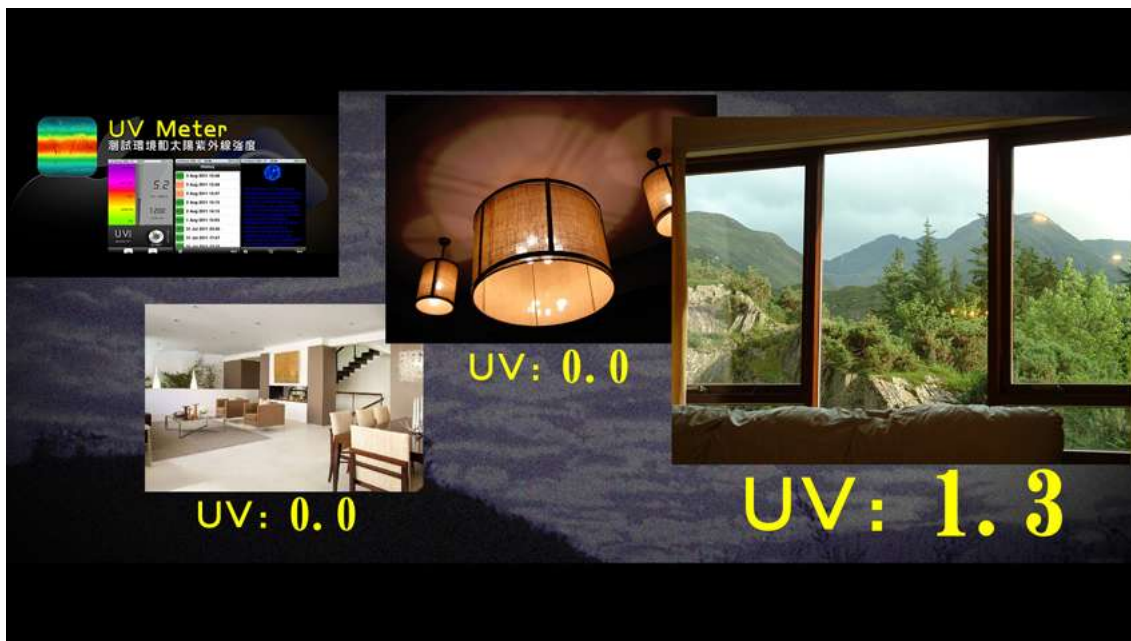


因為，當你看完 44 分鐘太陽後，已經過了 2 小時。HRM 希望你於日出與日落的一小時裡完成整個觀看太陽的過程，而不是那時才開始觀看太陽。

因此，若下午不能觀看太陽的倒影，便一定要選擇在日落時分觀看太陽。我曾試過，與其他人一起觀看光雲或觀看太陽的倒影。當我決定觀看光雲時，首先便使用了 UV 錶來測量 UV。原本 UV1.0

也算為高，但當使用 UV 錶進行測量時，UV 已經達到 8.0，但那時完全看不到太陽，還差不多快下雨，可是 UV 錶的度數卻是 8.0。可見即使在天色這麼黑暗的情況下觀看光雲，原來 UV 的度數也可以很高，即是在那樣的環境下，紫外光也可以很高。故此，使用 UV 錶來測量會很準確。

如 HRM 所言，即使有雲遮蔽著太陽也不可以。事實上，我試過在家裡使用 UV 錶，在同樣的時間下測量室內的地方，它顯示出 0.0UV，即使測量家中的電燈泡，也是 0.0UV，但當我轉身去測量窗外的地方時，它立即顯示出超過 1.0UV，因此，真的很準確，原因是窗外真的有紫外光。你在室內測量的時候，顯示出 0.0UV，但在外面向著天空測量時，即使在不同的地方測量，所捕捉的紫外光也高於 1.0UV。



當我分享了這題目後，不知道幾個月後紫外光會否產生變化，但我可以肯定，這較十多年前所說的已經不相同了，所以，當你觀看太陽時，若擁有這隻 UV 錶，如果測量的 UV 過高，可能便需要調節在日出、日落觀看太陽的時間，或需要配戴蜂巢眼鏡來觀看太陽。



回答剛才那條問題的第二點，我們怎樣界定可以增加秒數還是維持秒數呢？當你每次觀看太陽時，一定會知道昨天的光度，你可以把現時所觀看光雲的光度與昨天所觀看的作對比，看看相差了多少。請謹記，光度會慢慢提升，因為，你觀看太陽的時間會越來越長。



我替你們測試時，常常會替你們觀察時間，你們今天所觀看的時間是會影響明天，如果今天的光度過高，那麼，若明天只有光雲，你便不用外出觀看太陽了。故此，有時我會向你們說：「不可以這樣，要把時間提早一點。」原因有兩個：

- 第一，最好每天也觀看同一個光度，再慢慢增加 10 秒，這是最好的做法。
- 第二，如果今天的光度很高，若你以為在光度較高時能觀看較長的時間，那麼到明天後，你便不用觀看光雲了，因為，今天觀看的光雲光度過高，而明天又看不到太陽，只能看到光雲，即使觀看了光雲，也不能增加秒數。



你可以把今天所觀看的光度與昨天所觀看的對比，看看會否相差很遠，如果相差很遠，即使當天光雲的光度高，但與昨天所觀看的相差很遠，都不能算，只能維持秒數。故此，在觀看太陽時，光度不要相差很大，應保持同一光度。這樣的話，你便能因應情況作出調整。

若然明天看不到太陽，但因你在昨天日出時已觀看了 15 分鐘太陽，雖然，昨天是這樣觀看，今天看不到，可以等候半小時，等待太陽的光度與昨天差不多時才開始觀看，這樣才可行的。因為光度與昨天是一模一樣，只不過你看不到太陽的形狀而已，但你較昨天遲了 15 分鐘才觀看，有時，需要再多等半小時才與昨天的光度一樣，到那時，便可以開始觀看，以此作準。



但大前提是太陽從雲中出來是最好的。倘若天空整天都滿佈著雲而看不見太陽的話，你便需要以昨天的光度作準。因為，光度每天變更，當時間進度由十秒增至十分鐘的時候，開始的時間亦變得不同了，所以，以昨天光度相若的作準以開始便較有智慧了。

總之，時間和光度需要盡量劃一、平均，每天觀看的時間一致是最好的。即是不要今天看日出，明天看日落。倘若這發生於開始練習的時間，你會感到對光度難以適應，到了後期便更為嚴重。因為，

日出的光度是漸漸地增加，而日落則為漸漸地降低。雖兩者均可，日出卻會更好，這有兩個原因：
一、舒服一點；
二、於練習時，在計算光度上會容易很多，不會有光度過高的情況。



問題七：若天色如過去兩星期一般不是很好，甚少看到太陽。日出日落的時間也不能把握，導致整個星期內也看不到。我們於這段時間，間中也會赤腳踏於沙土上並眺望天空。弟兄姊妹是否亦可以用這個方法，在沒有太陽時觀看天空，便可在陰天的日子，在這段時間內維持著時間的進度？



**整個星期裡
也未能成功看太陽**

12/12	13/12	14/12	15/12	16/12	17/12	18/12
19°C	20°C	22°C	23°C	24°C	22°C	20°C
17°C	18°C	19°C	20°C	21°C	20°C	18°C
90%	90%	95%	95%	95%	95%	95%
70%	75%	80%	80%	80%	80%	80%
今日	明日	星期五	星期六	星期日	星期一	星期二

一個星期以上 完全遮蔽

答：就如以上所述，既然你也外出了，不過是看不見太陽而已。那麼，你可在離開前，以相同時間長度，做那套指定的動作，因此你亦不需另找時間去作。即使天色有多暗，你也照樣去作。於進行時，你踏在沙土上看是最好的。你寧可不提升時間進度，也要持續增加日數，這樣更為有利。當身體能吸收到的話，這等同練習多了一天的時間，更多的機能便會早點被發掘出來。



倘若不能踏在沙土上，就如加拿大正在下雪的這個時間，不能外出赤腳踏於土地，那麼於家中隔著玻璃觀看也是勉強可行，但時間長度一定是保持一樣，不能提升。



問題八：想問及有關一些先天或後天雙腳癱瘓的人的情況：你曾說過，看太陽的時候，那十根腳趾會吸收能量，既然這些人擁有雙腳，只不過是癱瘓而已，甚或沒有雙腳的話，這些人可否進行以太陽為食物的訓練？

答：這問題牽涉到就如單眼甚或雙眼瞎了的人，能否借助器械讓他再次能夠進行觀日練習一樣，這是一個完全沒有接觸過的範疇。因為網絡上並沒有任何資料顯示這是可行，但並不等於這不會使那些人身體得以改善，這會改善人的身體，不過，未必能達到神話般那個程度。

問題九：《聖經》曾說，神把最好、最厲害的東西按時分量賜給我們。就如剛才你提及，以太陽作為食物這事，這是對松果體一個很大的激活。我們也是在 2012 年底才得知這個龐大的秘密。你於這件事情上，會否有特別的領受？

答：《聖經》讓我們知道「好酒留到如今」的真理。神於每一個時代會復還不同的真理，於《啟示錄》時代，神復還的究竟是甚麼？祂難道會復還一群文士寫文章麼？於紙、筆、電力、現代生活亦盪然無存之際，難道你會在沙土上寫字、作文章麼？這連留下來作紀錄也不行。所以，去到《啟示錄》的時代，就是復還一些實際的東西。



事實上，現在我們所說的，根本就好像所羅門所說「日光之下並無新事」，我們現在就是發掘了很多不為人知的秘密和智慧，只不過，在眾多的聲音當中，很多都是無聊的聲音。



如果這資訊是幾萬人，或者已經有十至二十年的資訊支持，那就更少之又少了。並且在眾多的聲音中，能夠找出那些真、那些是假的，這又是一個很重要的責任。並且，還能夠找出哪些資訊我們需要去重視，而哪些資訊能在這個時代當中有用，這又是另一件事。

但很明顯，神在這時候給我們這些資訊的原因。我相信，這是因為對我們是很需要的，假設 2012 之後沒有災難增加，只不過按著我們過去三年所見的災難走勢持續，那麼，其實在兩年之內，我們已經沒有食物了。若只是維持現有的災難出現的頻率，如風災、旱災、水災、地震、火山和雪災等等，那麼，我們會在兩年之內沒有食物。因為我們現在很多的食物搖籃已經癱瘓了一半，另外的一半，無需再等三年就可以把它完全癱瘓了。



但當癱瘓了一半，多維持二年，很多地方的食物價錢已經升了一倍或以上，是一倍或以上！現在很多暴動也是為了食物，只不過政府沒有說出來。人們簡直無法承擔，那些學費、房租和食物等價錢。只是這一點，只要維持多兩年，莫再說 2012 年之後會再嚴重下去，兩年後已經沒有食物了。



所以，神為何於這個時候給我們這些信息，我相信亦是一個「好酒留到如今」的現象。因為這信息對我們是很重要。但為何神讓我們在十幾年後才知道呢？如果早十幾年不是更好嗎？但在十幾年前，那個人（HRM）才剛剛出了他的資料，那時並不完備，他應該是在我們發生雙氧水事件之前已經開始不用吃東西。其實，從現在數回發生「雙氧水事件」之前，即是 1995 年開始，他就已經不用進食直至到現在。

當然，比他更加早的還有很多人，如我說在歷史上也有很多例子。你想想在「雙氧水事件」前，他已經不用進食直至到現在，應該不太可行吧？這是很可怕的事件，那是甚麼級數的層面？就算當時我們知道也不能分享，因為他當時才開始做那個實驗和研究。直到現在，他經過了多年才把資料發放出來，但當時，這是個很敏感的題目。

但經過這麼多年，數萬人也做到了，所以現在不能說甚麼敏不敏感，因已經是一個事實了，只不過是你願不願意去做，是否害怕被人取笑而已。但既然取笑你的人也是愚蠢人，所以，你根本不用害怕他們。因為到時候，只會顯出他們的無知。

另一個理由，我覺得神不在早幾年讓我們知道的原因，就是讓那群壞學生不能夠學到這點。



你估計，若他們現在聽到這一點和這一篇信息，走的那一群人會覺得怎樣呢？走了的那一群人一樣會去取笑我們。難道他們聽完之後會說：「那我們一起去南生圍，我們也去看看。」他們願意倒過來被我們去取笑他們嗎？他們是不會這樣做的，他們一定會繼續去取笑。

神一定會有很多好酒留到如今，這始終有個理由。因為，神篩走了很多不配得的人，使他們不能夠取得這些知識和智慧。然後，到後期，神才將這些訊息，把一篇比一篇重要的訊息給我們。當聽第一篇「2012 信息」已經覺得很轟動、很震撼，第一年你都已經覺得很重要，第二年就更加重要，到第三年簡直是非常重要的了，因第三年即現在都全都應驗了。

這是神一直交給我們，一篇比一篇更加重要的訊息，我們真的不單要知道，並且還要抓緊它。我相信這是有神的計劃和心意，目的就是讓我們能夠配得去聽和知道這些資訊，這就是神為何越到後期才給我們的原因。



第二章：總結感言

詩篇 112 篇 3 至 4 節：

「他家中有貨物，有錢財；他的公義存到永遠。正直人在黑暗中，有光向他發現；他有恩惠，有憐憫，有公義。」

今天，當我們看這段經文時，相信有另一番滋味！過往我曾分享過《詩篇·112 篇》其實對比 2012 年，這是一篇代表富足的詩篇。回顧 2012 年，神話語真的在事情發生了和應驗了之後，我們才知道它真正的解釋。若以最簡單的方式看，我們可以預告 2012 年時神的家會有富足。



但由九月開始踏進 2013 年，這《詩篇》竟以我們意想不到的方式應驗了。試想，世上有誰能富足到一個程度，一生對食物無憂？

現今神賜給我們「以太陽為食物」的智慧，可算是人類史上最富足的智慧。因為就是最富有的人，也不可能常常帶備足夠金錢使自己一生衣食無憂。




這是多麼龐大的財富？神今年卻教導我們這個與光有關的智慧，使我們不用跟世人一樣在經濟上擔憂，讓《詩篇·112 篇》有趣地以這特別的形態成就。

詩篇 112篇 (代表2012年、富足的詩篇)

3. 他**家中有貨物，有錢財**；他的公義存到永遠。

4. 正直人在黑暗中，**有光向他發現**；

他有恩惠，有憐憫，有公義。



可是，當我們看詩篇 113 篇 2 至 4 節：

「耶和華的名是應當稱頌的，從今時直到永遠！從日出之地到日落之處，耶和華的名是應當讚美的！耶和華超乎萬民之上；他的榮耀高過諸天。」

詩篇 113篇

1. 你們要讚美耶和華！耶和華的僕人哪，你們要讚美，讚美耶和華的名！
2. 耶和華的名是應當稱頌的，從今時直到永遠！
3. 從**日出之地到日落之處**，耶和華的名是應當讚美的！
4. **耶和華超乎萬民之上；他的榮耀高過諸天。**
5. 誰像耶和華—我們的 神呢？他坐在至高之處，
6. 自己謙卑，觀看天上地下的事。
7. 他從灰塵裡抬舉貧寒人，從糞堆中提拔窮乏人，
8. 使他們與王子同坐，就是與本國的王子同坐。
9. 他使不能生育的婦人安居家中，為多子的樂母。你們要讚美耶和華！

今年，我們分享為期九個月的觀日練習，正按這節經文應驗，所以，這篇信息與過去一樣，有很多新聞都是沿襲我們的信息去發生的。你是否曾聽說過，世上最長壽的人是因為看陽光而得到長壽呢？

長壽的秘訣就是
看太陽

木村次郎右衛門
(Jiroemon Kimura)


115歲




木村次郎右衛門
世界上最長壽男子

國際機構認可的世界上最長壽的男子，日本老人木村次郎右衛門 (Jiroemon Kimura)，星期四 (4月19日) 慶祝了他的115歲生日。木村作為目前世界上最長壽的人，已被專門研究長壽的國際機構「老人醫學研究組織」認可。

木村：「我不清楚，也許這都歸功於我頭頂的太陽。」



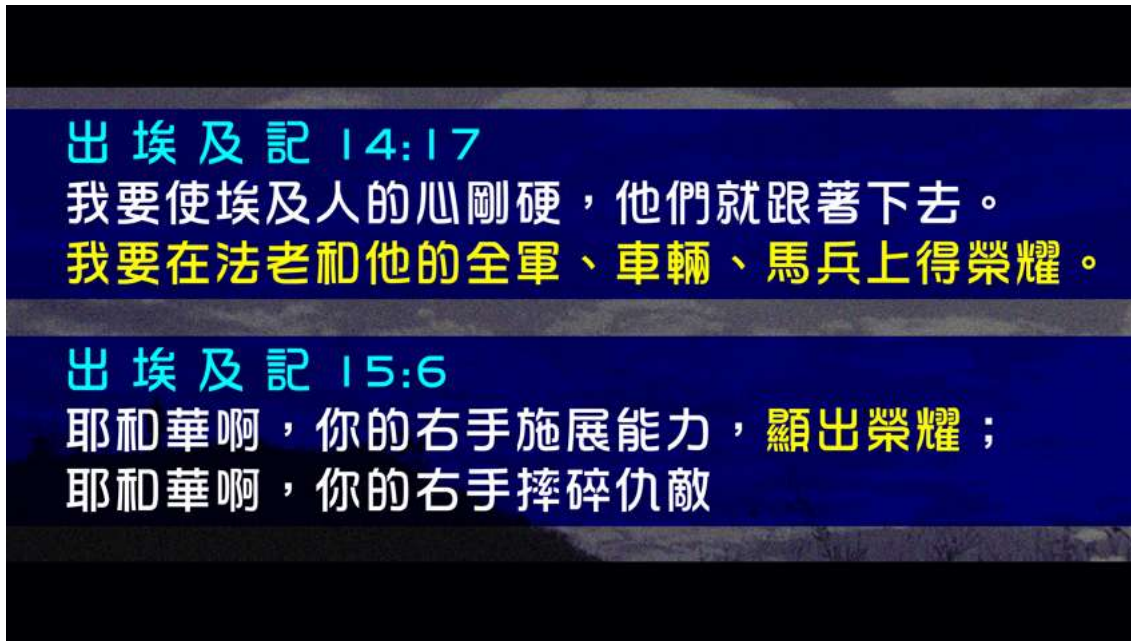
也許這一切都要歸功於
我頭頂上的太陽。
我經常仰望天空。

你從未曾聽見過，但他在今年指定的月份和日期說出來。所以，我們是完全在神的旨意和計劃中，全世界發生的一切事，就好像《詩篇》是一篇對比一年，也一樣發生在我們身上，可見，神給予我們的帶領是非常的真實。

詩篇 113 章 4 節：

「耶和華超乎萬民之上，他的榮耀高過諸天。」

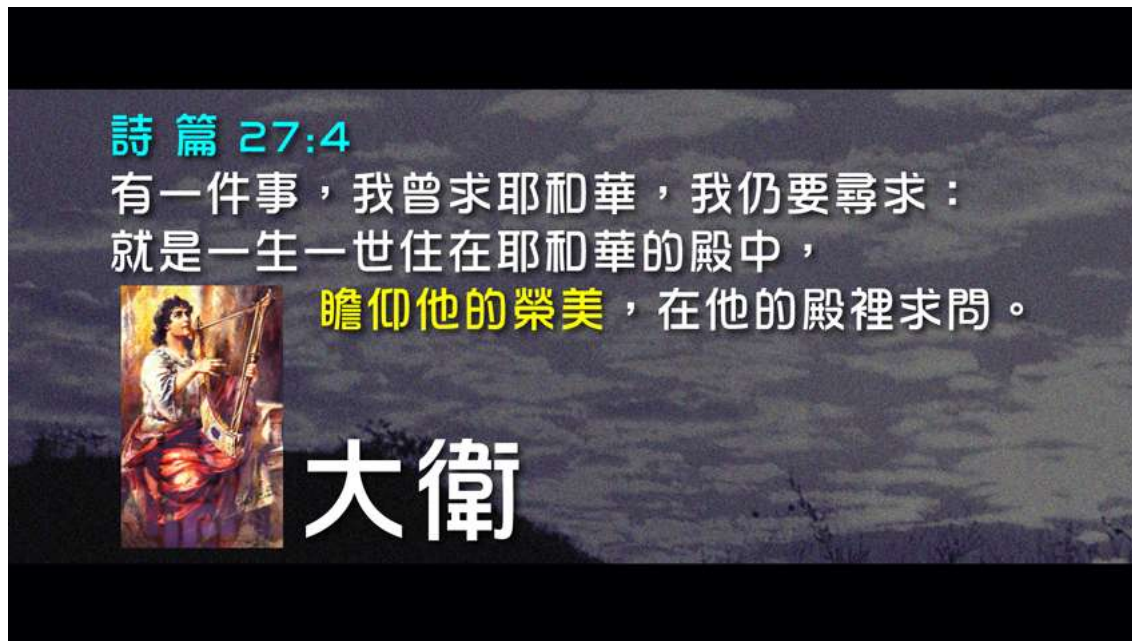
我們一定要知道，這話是神帶領摩西出埃及時說的，神說，祂這樣作的原因，是為了榮耀自己的名字。



所以，時至今日，我們看見發生在我們當中的事情，我們有幸像被神帶領出埃及那般，按照神的時間表，一步一步地被神帶領，我們就一定要懂得將榮耀歸給神。當更大的事情臨到在我們生命時，我們愈要懂得將榮耀歸給神。因為在贖罪日，大祭司進到至聖所的時候，正是他迎見神榮耀的時候，但那時，我們不懂得將榮耀歸給神，反而沾沾自喜，將榮耀歸給自己的話。若是這樣，大祭司進到至聖所的時候，肯定會被擊殺。



因為整個聖殿建立的原因，大衛在《詩篇》裡說到，是為了我們能夠去瞻仰神的榮美，不是為了進到神的同在面前，得到各樣的神蹟奇事而自命清高，又將榮耀歸給自己，若是沾沾自喜、自鳴得意的話，那就喪失了建立聖殿的意義。



神建立聖殿的原因，仍是為了讓大祭司進到至聖所的時候，能夠去瞻仰神的榮美和臉光，就應當像詩篇 113 章 3 節：

「從日出之地到日落之處，耶和華的名是應當讚美的！」

我們都要稱讚神，都要將榮耀歸給神，尤其是我們親眼看見神實質的榮耀時，我們要愈發戰兢，知道神為甚麼把我們放在這個時代。

最後，我想每一位也跟三個人宣告：「我會將一切的榮耀歸給神！」



— 完 —