|  |
| --- |
| 樂博士給我們的陳年[酵素](http://www.hbjsjdq.com/)是她自己做的38年食用酵素和她奶奶（姥姥）留給她的50年的[環保酵素](http://www.hbjsjdq.com/)（應該是複制的）。再強調一下，**樂博士不是酵素的發明人，她是發揚了祖先的傳統，我們共同的祖先。**陳年酵素並不稀奇，陳年的茶、醋、泡菜湯都可以治病。有不少病急的朋友想用極品酵素爭取一線希望。極品酵素固然有它的作用，**但如果你真正理解了樂博士的教導，就知道酵素並不是治病的第一要素。****大家都看重有形的物質的東西，殊不知無形的精神層面才是根本。開放快樂的胸懷、融洽的人際關係是健康的首要因素，然後還有健康飲食，如果你忽略這些去尋找一個外在的靈丹妙藥，是捨本逐末。****如果你依然小雞肚腸，依然人際（家庭）關係緊張，依然肥甘厚味，依然種種毒素污染，如果你自己都不想改變，怎麼能指望別人幫你呢？****溫醫師的先生張老師就是現身說法的例子，他在2001年患末期肝癌，在轉變思想觀念後，全家吃素並儘力幫助更困難的人，三個月就痊癒了。而直到2006年他們才知道樂素坤博士，才知道酵素。不要把極品酵素當做救命稻草。酵素不是萬能藥，而是催化劑，只有在你已經努力時，它才能幫你。**博士的酵素原液，只要一滴，就可以稀釋出一噸的酵素水做種子用，可以加入到上百噸的酵素中。雖然樂博士說過一些稀釋勾兌的方法比例，但博士也說，其實她的酵素是可以無限稀釋的，所以每一份酵素水都是無限生髮的種子。有人想要一滴或幾毫升原液，**如果只是自己用，已經很奢侈了。**測試和感受樂博士的極品食用酵素的最簡單方法，就是親口品嚐。當你拿到樂博士的酵素水，給你的人會告訴你應該繼續稀釋的大致倍數。稀釋的倍數不必太精確。品嚐比較酵素水和普通的水，加了酵素的水會變得明顯柔、滑、細，更好喝，隨著放置時間加長，會更明顯，每個人的感覺會不同。即使稀釋到上億倍的酵素水，也能明顯改善水質與口感，但心粗氣浮的人，需要仔細品味才能感受到。**博士說過，最好的酵素是沒有氣味的，聞不出什麼來（博士的極品酵素原液甚至有點臭味）**。已經極度稀釋的極品酵素，看起來跟白水一樣，但只要加一點進入茶、酒、咖啡等任何飲品，就能立即改變口感，更軟、更淳，如果給點時間，效果就更好。所以，**好**[**酵素的作用**](http://www.hbjsjdq.com/)**就是催化劑，跟別的東西結合使用，就能增色，如果只是單獨使用，反而不容易顯示威力。****這裡說的酵素是充分發酵的、能量充足的酵素，不是那些速成的、注重高糖度口感的酵素。高糖度的酵素即使經過很長時間，也很難有這種效果，因為高濃度的糖就是防腐劑，缺少發酵的活力。**還有的酵素號稱使用優選菌種，嚴格消毒，沒有菌種污染，並說民間自製的酵素不能保證菌種純淨，不可食用。樂博士的酵素是完全開放的自然的當地的菌群，我們相信大自然的造化，相信自然的平衡制約，相信自然的繁榮無限，相信靈性是最高的能量。就像人工培育的樹林不能和原始森林比，人工優選的菌種可能在某些方面有優勢，但從整體與長遠看，也有穩定性、平衡性與變異的問題。日本的EM菌就出過嚴重的問題，一度停售，還向樂博士求助過。**分享樂博士的酵素種子，更重要的是分享認識和感受，所以希望拿到酵素種子的朋友，先自己仔細品嚐過，多做些對比實驗，確立信心加深認識，然後再找機會跟人分享。**樂博士一直提倡，**本地人做本地事，當地資源當地用，這才是真正的環保**。博士帶給我們的是生活的理念和方法，這種無形的思想種子比有形的酵素種子更重要。先有了對酵素的認識和體驗，再用樂博士的酵素種子，會讓我們更深入理解酵素，有更大的信心和動力。離開了思想種子，酵素種子就貶值了。過度吹捧極品酵素，可能又會讓人封殺這“未知的外來細菌”，嗤笑“迷信的瘋狂”，反感“並不環保的折騰”。我也遇過一些高人，介紹酵素時，幾句話就說透，然後讚歎酵素的神奇，比我講得還透徹。這時，有形的種子已是多餘，洗耳恭聽的片刻，接種與發酵就已完成。**種子是用來放大的。**就像讓一位將軍上陣，不如讓他帶一個大部隊上陣，有了好的將領，部隊的戰鬥力也會增強。溫醫師說過一句話很有道理：博士的極品酵素是純能量的，無形的能量很高，但是缺少有形的物質層面的東西，而我們同樣需要這些，所以極品酵素最好和普通酵素兌起來使用。陳年酵素與普通酵素的比例應該是像金字塔，越是陳年的越少，梯次越多越豐富，整體效果也越好。即使是同樣年齡的酵素，稍加搭配，多種也比單種更好。當然搭配的成分比例要靠自己體察。我去各地交流時，也常帶些別人的好酵素回來。搭配時，如果你要馬上就用就喝，**最好不要用尚未穩定的酵素。一般一年以上的酵素就比較穩定了，基本不會再長白膜，六個月的勉強也可以。未穩定的酵素還可能含有一些正在轉換中的對人不太好的成分。**當然，如果是用作引子來繼續發酵，則任意年齡的酵素都可以。做引子的比例也無所謂，多就多用，少就少用，有點兒就管用。**引子會增強發酵效果，但基本不能縮短髮酵時間，你還是需要耐心。就像有了良師益友，你也還是需要時間來熏習成就。**新鮮的水果蔬菜可以作為酵素勾兌金字塔的最底層。在喝稀釋的酵素水時，按照自己的口味搭配加一些進去，泡一段時間（幾十分鐘到一兩天），就成了鮮美的果汁水。但這個要很快喝掉，否則就開始發酵了，不過別扔，用來做酵素挺好。單純的酵素水放得時間長些會更好，可以事先稀釋好酵素水，等要喝果汁水的時候再把水果（果皮菜葉等，只要還有營養就可以）放進去。很多果皮甚至比果肉還有營養，用這種方法可以物盡其用，不過要注意比例搭配。比如橘子皮和[橙子](https://h5.youzan.com/v2/goods/2fp9u1ia7ve9i)皮放多了就會苦，少一點或者泡好後再沖淡就可以。搭配合適的話，品種越多口感越好，可以多放些自己平時喜歡吃的東西。**酵素水就是優質水，**比普通水更容易溶出食物中的成分，用好了就提前進入水食的時代。茶也可以用酵素水來泡。酵素水煮茶固然好，常溫的酵素水泡出的茶更香，不過泡的時間要長一些。可以一次多泡一些，濃一點，喝的時候再沖淡。我常把大家送我的茶很多種混合起來，泡成很濃的茶水，裝入滴瓶里送人隨身帶，一杯水加一滴就很香了。玩香道的，合香時加一點酵素，原香或做好的香噴點酵素水上去，點香時香就會更淳。寫字畫畫的，墨里加一點酵素水，墨就立即發開，解除了膠的粘性。有了好酵素，就有很多妙用。只要你想得到，就可以試試。............我想要的不是你的錢，而是你的心。我希望把酵素送給最需要的人，而不是最有錢的人，也不是最會說話的人。........。**付出你的心即可，不然你就欠我，欠樂博士。**我兌的綜合酵素，含有我做的酵素（所用材料有買的、撿的、采的、送的，大部分發酵一年以上），樂博士的酵素，別人送的酵素，用酵素水泡的各種茶葉、藥材、甘露丸等等，憑自己的感覺搭配的。使用時稀釋差不多一千倍到一萬倍，也可以先稀釋到一定倍數存放，使用時繼續稀釋。也可以做種子，比例任意。不要只盯著極品酵素，自己去創造更多。用心體會酵素，體會生活，打開心胸，打開無限造化和無盡寶庫的大門。 |