

## 一尘中有尘数刹——刹有难思佛《华严经》

大象 ▾ 退出  分栏模式

[搜索](#) | [标签](#) | [我的](#) ▾ | [控制面板](#) ▾ | [邀请注册](#) | [道具](#) | [统计](#) ▾ | [系统设置](#) | [帮助](#)

[【电子禅国际\\_论坛首页】](#) » [大象电子禅原创集锦 Elephant's Paper](#) » 2 [【电子禅堂】](#) » [【电子禅堂】人为什么要睡觉？](#)

« [上一主题](#) | [下一主题](#) »

[➔ 回复](#)

[+ 新帖 ▾](#)

[【电子禅堂】人为什么要睡觉？](#)

[管理选项 ▾](#)

本主题由 [大象](#) 于 2018-6-15 11:14 加入精华

▶ [【大象】](#) 发表于 2018-6-14 08:09 [只看该作者](#)

[小](#) [中](#) [大](#) 1#

### 【电子禅堂】人为什么要睡觉？



人为什么要睡觉呢？为什么睡着了好像“我”消失了一样，也没有时间概念？为什么不睡觉对健康影响很大？年轻人睡好更容易长高？睡着与醒来究竟如何切换的？梦境是神奇的还是无意义的？

要回答这些问题并不容易，在此不妨换个角度看看。根据表现看，睡着与醒来，似乎是人体进入了两个不同的操作系统。最大的区别是，醒着时“知道我叫啥名字”，而睡着后就“不知道我是谁”了。因此，我们不妨根据这个区别把人体

划分为两套系统：一套系统是先天形成的，从娘胎内细胞开始分裂以来就一直管理身体的，我们暂且叫它：“植物我”。另外一套系统，是后天形成的，从婴儿时期慢慢学习才建立起来的系统，我们暂且叫它：“意识我”。

这样的划分也说得通：生物界分为动物界、植物界、微生物界三种。根据高级系统兼容低级系统的原则，我们人体系统能兼容植物乃至微生物系统也并无不妥。人体不但有动物和植物的属性，还共生共存着大量微生物。有科学研究说人体肠道细菌甚至可以决定人的性格爱好。因此说人体有个“植物我”并不丢人。

“植物我”主要管理内部事务，五脏六腑谁需要营养，心跳呼吸血流蠕动，需要吸收啥分泌啥的，“植物我”全权负责。全身总长度达10万公里的毛细血管，千百亿细胞的营养配送和废料处理，就是非常大的一件事情，而这样繁重的工作，“意识我”几乎不知晓。植物我并无“我”的概念，它就像树木，也无需理会“时间”，只有给它营养，“植物人”就会活着。因此“植物我”虽然不能主动获得营养，却能够吸收并运用营养，就像植物能长出花果一样。

而“意识我”则不同，它更擅长处理外界信息。“意识我”知道自己是某某名，是男是女，长相如何，家住哪里，有多少亲友，有多少钱，另外它还配置了眼耳鼻舌身等各种探测器来探测外界，危险安全，香臭美丑，它都能识别，更强大的是它还能思考推理演绎。它动员全身肌肉用各种方法把营养送进肚子，没有它的辨别与摄取，身体就无法获取营养。当然，“意识我”学到多少知识获得了什么学位社会地位多高，对“植物我”来说毫无意义。“意识我”在两三岁时候才能正式形成，睡觉时或者昏迷时它应该是不上班的。

这样看来，“意识我”主要为我们人体获取营养，而“植物我”负责吸收运用营养，各司其职，互相协调。“意识我”并不擅长管理内部事务，银行密码它都经常忘记，如果让它管理心跳和呼吸，很可能一忙就忘记了，那就大件事了。所以无论“意识我”影响与否，“植物我”都一直在后台工作，只是如果它做主导工作效率会更高一些。





因此人为啥要睡觉，原因可能是这样的：“意识我”善于获得营养而不善于吸收

营养，需要把管理主导权交出来给“植物我”，“植物我”才能更有效率供应什么营养到什么器官。如果晚上不睡觉，不让“植物我”主导，就不能很好吸收营养长高长大，还会因为各器官功能失调衍生出各种疾病。而做梦时“意识我”并不在主导地位，因此并不清醒，也无经验及逻辑可言，这时直觉起主导地位。因此梦境可能是神奇的，也可能是毫无意义的。

这样的观点可能值得商榷，但是人体如此神奇，大家每天都在使用自己的身体，自古到今却很少有人讲清楚人本身。科技发达到现代，很大事情往往还是解释不了。无论无何，愿大家无论是睡是醒，都能自在安乐。（大象 20180615 dianzichan.com）

SIGNATURE:










【赞佛偈】（大象，2004.5.3）  
智慧福德最尊胜，事理无碍超时空。  
因果缘起不二法，慈悲恒演菩提行。  
我今礼赞诸佛圣，愿脱轮回断死生。  
同证如来光明性，广度迷途化有情。

AD 主页  论坛  最新  赞赏  编辑 引用 评分 回复 删除 屏蔽帖子 TOP

<< 上一主题 | 下一主题 >>

 回复  新帖

### 最新文章

-  摩诃般若波罗蜜多心经（注解）
-   【电子禅堂】人为什么要睡觉？
-  天堂里的幸福生活
-  德薄而位尊，知小而谋大，力小而任重，鲜不及矣。
-   【电子禅堂】大象自诫歌
-   乡村应酬五项原则

电子禅  Google

全球搜索  本站搜索

主页  论坛  最新  赞赏 

Copyright © 2001~2017 法律顾问：陕西普和律师事务所 薛永谦律师  
中华人文学会有限公司【电子禅工作室】地址：华藏世界海-娑婆世界-中国香港  
[关于我们](#) | [网站地图](#) | [免责条款](#) | [联系我们](#)  
电子禅国际 DIANZICHAN.COM