

# 张悟本、李一倒了 林大师又起来了

## 林海峰号称“中国最好的营养师” 他说吃大米就是吃毒药 7天健康生活训练最低收费1.28万元

“林海峰整体自然疗法害人，他专骗女人的钱！”11月7日，湖南省常德市的李先生致电记者称，妻子丽女士（化名）看了电视上的宣传，10月底到上海林海峰整体自然疗法会所学习了几天，花了一万多元。

### 每天不吃饭，只喝营养汤

据李先生讲述，今年5月，号称是“中国最好的营养师”的林海峰，在湖南某电视台《百科全书》里把大米白面称做“现代中国人饮食中的毒药”，鼓吹“断食疗法”排毒养生，使得很多人特别是爱美女士深信不疑。

李先生的爱人、某设计院36岁的女工程师丽女士就是其中的“崇拜者”之一。看了这期电视节目后，本来比较健康的她为了“更美和更健康”，便学起上海“神医”的方子，从今年5月起，她基本不吃米饭，每天用一二十斤的蔬菜水果榨汁，一个小时喝一次，上一次厕所。

今年10月底，丽女士交了5880元学费，去上海参加了“林海峰整体自然疗法养生班”的培训。

在上海松江新城嘉和广场203室林海峰整体自然疗法会所，满满地坐着五六十名从全国各地赶来的培训班成员。她们和丽女士一样，身体本来都没什么大毛病，但为了排毒和爱美，不惜重金慕名前来。

丽女士回忆，讲座中，学员们都被要求关手机，每天不怎么吃饭，只喝林海峰推荐的营养汤。

有一天，林海峰请来一位老者，说是自己的老师——“中国最有名的风水大师”熊极滋（音）先生，可以破解人的灵魂。于是每位学员都被请到一个密室里，单独由“风水大师”作法治疗。

### 说法

“米饭、面食，是现代中国人饮食中的毒药，把米饭和面食当做主食，是慢性疾病蔓延的一个关键因素。”

“要想排毒，核心就是不吃任何固体食物，每天只喝8杯西芹、胡萝卜、黄瓜等榨成的果蔬汁。连喝5天~7天，一些慢性病就可以治好了；如果能喝10天，连癌症都可以治。”



### 档案

林海峰，整体自然医学疗法创始人、中国长寿专家组营养专家。自然疗法整理成文字先后著有：《整体自然疗法全程讲座》《林海峰营养配方手册》《断食排毒DIY》等，通过这套方法改变了数十万人对疾病的看法以及对健康生活的认知，并将这种思想带到亚洲各国。——摘自林海峰的博客

### 5000元可请大师“驱鬼”

10月26日，课上完了，丽女士从上海回来。前后花了一万多元，提着满满一大皮箱全是英文标志、没厂家、号称是“妇女一号”的营养保健品。

从上海回来后，丽女士像中了邪，整天待在家里不去上班，不吃饭，每天买些蔬菜和水果回来榨汁喝，现在喝得脸一边大一边小都变了形，整晚失眠，老是说身边有鬼，每天都要掉好多头发。

看着爱人双眼发直，李先生心疼不已。“原来健康活泼的一个人，就因为相信林海峰的话，参加了培训班后就成了这样子。”李先生于是致电“林大师”，“大师”说再付5000元就可让他的师父熊极滋给丽女士诊断，并说博客上有账号，可直接汇钱。

### 7天健康游收费上万元

李先生强忍的愤怒终于爆发了，他登录林海峰的博客，指责他“只知道骗女人的钱”，质疑他的“第四维空间”。

记者登录“自然之子——林海峰”的博客看到，招生内容赫然在目，不包食宿学费是5880元，后附多个招生电话和3个银行账号，一些网友的留言都是溢美之词。李先生气愤地说，自己写的指责林海峰的内容已经被屏蔽删除了，取而代之

的是一些说林大师如何如何神的话，一看就是林海峰的“托儿”。

11月7日下午，记者拨通了一个叫程俊的联系电话，咨询《营养学运用指导课程》开班情况。“你想报名吗？那就请你关注老师的博客，我们基本上每个月都会开班，但是要提前报名。”程俊说，林海峰老师现在还在国外出差，至于开班情况，还不能具体确定。

记者登录到林海峰的“中国营养健康网”，发现有各种各样的营养师培训、整体自然疗法师培训、心灵财富之旅等活动，其中，7天的培训收费6880元，还有7天的“九寨沟健康生活训练”，包含健康指导、特制排毒营养配餐等，价格在1.28万元~2.98万元之间。

### “断食疗法”是否有益？

中国中医研究院西苑医院老年医学研究所张国玺教授说，林主张的断食疗法也称“辟谷”，即不吃五谷达到养生目的，这种方法对健康的益处根本没有得到证实，盲目断食反而对身体有害。

北京协和医院肠内肠外营养科副主任医师陈伟也说，“不吃主食，只喝蔬菜汁”不仅起不到排毒作用，还可能造成营养不良并伤害肠胃。

据《都市快报》