

(2004 年 9 月 19 日，中華民國能量醫學會學術會議，台中)

抗衰老研究與高齡化社會的衝突

呂應鐘博士

前言

近年「抗衰老（抗老化，anti-aging）」的研究與話題充斥閱聽媒體與保健市場，讓大眾產生如果他（她）不做些抗衰老措施似乎就是落伍的現代人。而不同立場的人士對老化問題也各自提出不同的看法，有些科學家站在研究人類老化的科學角度，認為老化是一種疾病，他們想盡辦法要找出延緩人類老化的方法，而且認為他們如果辦得到的話，人類就可以活到 120 歲；而嗅覺敏銳的商人看到現代人追尋年輕的心態，紛紛推出抗老化保健食品、化粧品或醫療儀器，搶奪據稱每年上百億的市場；但是有些社會學家卻用截然不同的角度提出老化後的高齡化社會問題與國家財政會面臨困境的嚴重現象。

其實追尋抗老是人類自古以來的最大夢想。在中國，至遲於戰國時期（公元前三至五世紀間）已流傳「不死」的思想，當然即有尋找「不死之藥」及「不死之樹」的記載；秦始皇更是派遣徐福到扶桑國尋找長生的草藥；漢代以下更有術士煉製丹藥，以求「服食求神仙」，然而並沒有辦法藉藥物而長生，反而因金屬攝取過多而中毒早死。在西方則於公元前四世紀已有亞歷山大大帝及十六世紀西班牙詩人教士 Fray Luis Ponce de Leon 先後尋找「青春之泉」（Fountain of Youth）以求不老的故事，他們還供養了鍊金術士製造提煉當時認為是世界上最有效的抗老化物質——黃金，當然結果也都是黃粱一夢。

個人在三年前因罹患鼻腔淋巴腫瘤，即開始認真研究西方最新的「細胞分子營養醫學」（或稱「分子矯正醫學」orthomolecular medicine）理論，並且融入個人多年來的道家養生體驗以及佛學的六根思想，將東方經典精髓結合西方當代醫學做全方位的人體實驗與發揮，不僅證明的確可以運用「正確的」營養醫學方法實現抗癌及抗老化，更能夠藉此方法改善各種醫界棘手的慢性病，不僅讓自己及找我諮詢的數百位癌症病人得以不再復發，更能使全身細胞年輕化，讓同事們驚覺現在的我要比四年前生病之前更年輕更健康。

然而，在人人追求抗衰老的目標同時，台灣人口老化現象已經成為社會學家擔心的趨勢，由於台灣嬰兒出生率下降，老人人口增加，社會人口結構將呈現倒三角形，將會逼使政府在未來必須編列更高的退休預算來支付給為數眾多的老人，此將直接影響教育、文化、建設、醫療等的支出，因此人口老化現象最終可能導致政府財政崩潰，這是台灣社會不可忽視的必然現象。

因此本論文提出醫學界熱衷抗衰老研究的現象將直接與高齡化社會現象產生重大衝突的難題，做拋磚引玉的思維。論文先談高齡化現象，將種種未來必然面臨的問題先予以提出，再論及醫學界的抗衰老研究本身即有內部衝突現象，讓醫學界、社會學界與政府之間能夠深入研究，儘早謀求最佳化的解決方案，使台灣各方面能夠平衡地永續經營，使人人有個安和樂利的家園。

高齡化社會是現代國家必然趨勢

高齡化社會是現代進步國家的必然現象，由於全球經濟發達、醫療科技不斷進步、高度工業化發展、衛生環境的改善以及營養食品的充分供應，世界人口平均年齡大都可以突破七十歲大關，甚至活到八十歲以上的人口也愈來愈多。此種現象不僅是已臻高齡的老年人口最迫切的問題，也是未來會邁向老年期的現時青壯人口必須面臨的未來問題。

不過當前社會的老人問題絕非只是單純的「老年人自身的問題」，它也涵蓋由於人口老化所伴隨產生的其他社會問題，諸如：財政負擔、安養設施、退休金支出、交通優惠負擔、終身教育、社區服務等等，因此人口老化的現象除了個人必定遭遇到的身心靈各方面問題外，也會給社會的成長和發展帶來極為重大的影響。

「高齡化社會」的定義源自於德國在俾斯麥執政時，以 65 歲作為退休及發給老人年金的標準做分界定出來的，(楊國德 1996) 因此定義「65 歲以上即為老人」，其中 65 歲至 74 歲可稱為年輕的老年人 (young old)，75 歲至 84 歲稱為中等的老年人 (middle old)，85 歲至 99 歲稱為老的老年人 (old-old)，100 歲以上的稱為最老的老年 (oldest-old)，即所謂人瑞。(黃美涓 <http>) 一百多年來此觀念繼續沿用。其後世界衛生組織依此界定「65 歲以上的老年人口占全部人口比例超過 7% 為高齡化社會或高齡化國家」。高齡化社會的結果，就是老人的醫療、福利、照顧等產生嚴重問題，政府必須儘速擬妥因應對策。

依據內政部統計處 (<http>) 88 年 6 月資料顯示，我國自民國 82 年底年起老人 (65 歲以上人口) 占總人口數的比例已經為 7.10%，也就是說我國從當時就邁入高齡化社會，至 87 年底老人占總人口數的比例更高達 8.26%。隨著這種增加趨勢，依行政院經濟建設委員會預估，到了民國一百年左右，六十五歲以上的人口將佔總人口數逾 10%。到了民國一百四十年，人口老化情況將更嚴重，台灣目前生育率節節下降，可能在西元二〇一〇年，台灣總人口就會開始呈現負成長，未來年輕人的負擔將更重。

行政院內政部也指出，婦女初婚年齡在民國九十二年上升至 27.2 歲，每一婦女平均生育數降為 1.24 人，對經濟方面可能造成的影響包括：未來青壯年人口佔總人口數比例下降，導致勞動力供應失調，有礙國家競爭力提升，人口減少，影響市場消費規模，可能降低工商企業投資意願。再者，勞動人口老化，會造成中高齡人口的就業問題。因此面對人口結構日趨老化的現象，規劃老人福利措施、滿足老人各項福利需求及因應伴隨高齡化社會所衍生之老人問題，實為政府當前重要施政目標之一。

臺北的高齡化問題更是嚴重，依市政府主計處 (<http>) 89 年 6 月 20 日《市政統計週報》第 59 號指出，台北市 88 年底總人口為 264.1 萬人，其中幼年人口僅 52.6 萬人，占總人口 19.93%，為歷年來新低；老年人口則有 24.9 萬人，占總人口 9.44%，創歷史新高，平均每 7.49 位施養人口扶養 1 位 65 歲以上長者，較高雄市及台閩地區之 10.5 位及 8.3 位，愈顯負擔沉重。

高齡化社會所衍生的社會問題

一個國家社會發生人口老化現象，不僅需要解決老年人口的增多所產生的各種老人問題，社會也必須投入更多的醫療照顧成本及老人福利工作。而就社會整體而言，老年人口的增加，相對地會加重社會中有工作能力的生產人口的平均負擔。就此而言，現在的年輕階層，必須對高齡化社會付出更大的關注，不僅要考慮到老人個人的心理、醫療、經濟、休閒等各方面需求的滿足，同時也要注意整體社會結構對日益增多的老人身心各方面的健康和福利的影響。(鄭健雄、張惠真 1993)

日本明海大學 (<http>) 經濟學研究所對高齡化社會問題的研究方向分為三個主要關鍵課題，其中之一就是「高齡化社會與家庭」。由於比台灣早邁向高齡化的日本，伴隨著超高齡化社會的到來，衍伸出來的問題推積如山。例如：如何維持勞動人口的比例、以及實現高品質之福利政策、究竟該有何因應對策才是等，以及要能使婦女活躍於社會舞台之際又能夠兼顧家庭生活、究竟該如何去做才是等問題。

研究指出一般所謂的老人問題約可歸類為三類：

一、老人的生理層面：

這就是「健康醫療」及「居處安養」問題。由於老人的身體狀況較差，行動穩定性也較差，遠比年輕人容易發生問題，因此老年人口的增加相對的也會使國家的社會福利、健康保險等產生極大的負擔。而且依據研究調查，老人身受病痛的折磨是他們最感痛苦或困擾的事。

研究者李政勳 (<http>) 指出我國已邁入高齡化社會，台北市 65 歲以上人口更居全國之首，估計其中有 2-4% 罹患老年痴呆症 (或稱老年失智症)，其所衍生的精神及行為障礙容易引發衝突紛爭，甚至造成家庭悲劇。然而這些患者只要得到專業治療，就可以獲得良好控制，但問題是家屬很難將患者帶出門或說服患者到醫院求診，因為絕大多數患者自己都沒有病識感，尤其已衍生出被害妄想的患者，家屬若指正他妄想的内容並非事實，而是他思考與記憶退化後現實扭曲的結果，恐怕就要激起老人家強烈的情緒反應，遑論說要帶老人家去看醫生了。

二、老人的心理層面：

老人心情容易低落，有時會覺得子女不在身邊而感到生活無聊寂寞孤單、生活起居乏人照顧，因此必須給予心理調適。甚至有老人認為子女不孝，或是朋友少等，都是日常心理上容易產生的問題。因此政治大學 (<http>) <老人狀況調查> 認為可以倡導「三代同鄰」，建立「社區性老人綜合服務中心」，由於隨著社會結構變遷，老人與子女同住減少。而「三代同鄰」的居住方式，兼具奉養父母及小家庭優點，期望此種居住方式的老人與中老年人各占 6% 與 7%。未來似宜仿新加坡國宅之「一戶組屋」興建方式，讓兩代毗鄰而居，對於無法與子女同鄰老人，則宜採社區化照顧，委由民間設立日託及醫療等服務，俾使老人留在家庭而活動於社區。

另外建議可以豐富老人休閒生活，強化老人心理輔導，因為調查顯示有一半以上老人以看電視為最主要休閒活動，平日生活感覺不快樂者達 14%，以致感到孤寂無聊者相當多，自殺比率也較許多國家略高。政府似宜加強老人的心理諮詢輔導，並透過媒體與村里辦公室，加強文康休閒活動的宣導，鼓勵民間興辦適合老人的各式活動，使老人走

向戶外，充實精神與休閒生活。

三、老人的社會經濟層面：

此即老人的第二次就業問題，以及老人的經濟問題。以目前政府鼓勵終身學習，並開放社區大學設立，推出極多知性、生活性、技能性課程，都是老人可以利用時間前往進行社會層面交流的處所。另外，政治大學（http）認為延長法定退休年齡，鼓勵參與社會服務也是一途。老人就業情形已呈逐年緩增，而中老年人未來進入老年後之就業意願更達 27%；惟目前企業雇用高齡人力意願不高。政府必須擴增老人就業機會，應增加雇用獎勵誘因，開發高齡職類，將勞基法強制退休年齡酌予延長；並強化宣導服務人生觀與社會共同體理念，鼓勵老年投入社會服務行列。

高齡化問題可能拖垮國家財政

1999 年是國際老人年（International Year of Older Persons），主辦單位呼籲社會必須提供適當的環境以重視並具體保障實踐老年人「自立」、「參與」、「照顧」、「自我實現」、「尊嚴」等五項要求。根據老人福利推動聯盟了解，國內老人從職場退休後，除非自己當老闆，否則難以再找到工作，最多擔任大廈管理員，但近幾年各地老人會蓬勃發展，全國已有上千個老人會，由當地老人自組團體相互照顧，亦有不少進入學校、醫院或政府部門當志工。社工人員指出，該會類似老人志工服務老人比例相當高，不少人因退休後生活沒有重心，寧願加入該會去幫助老人，甚至成為終生志工。

老人福利推動聯盟秘書長吳玉琴也認為，（胡健蘭、林倖妃，2004）因為平均壽命延長，老人即使屆齡退休仍可繼續貢獻智慧，而且有些老人連體力都猶如一尾活龍，勞動基準法中有關六十五歲強迫退休的規定應予鬆綁，因為大部分老人若非自己擔任老闆，就會被迫從既有工作崗位退休，但以現今國人平均壽命達七十八歲以上，尚有超過十年的落差，老年人口若能充分利用，尤其是高級人力的運用，應對社會國家有相當大的幫助。但是應採「彈性退休」而不是「訂出上限」，因為大部分老人在六十五歲之時，衡量智慧和體力尚可貢獻社會，何時退休可由老人自己視個人狀況而定，採「開放空間、保持彈性」策略。不過，此舉唯一的隱憂在於台灣已進入高失業率時代，延後退休勢必對既有年輕人的就業市場產生重大衝擊，人力無法快速替代。但是隨著台灣人口結構變遷，當人口老化到達一定程度，社會一定會再將老年人口納入就業市場，問題關鍵在於「施行時間」。

台灣經濟研究院院長吳榮義參加 93 年 8 月 5 日由經建會主辦的「人口老化相關問題研討會」，引用管理大師彼得杜拉克在書中的主張：「只要健康許可，以後大家必須工作到七十五歲左右。」吳榮義表示，遲婚、遲育及少子是造成人口老化的主要部分原因，壽命延長也是主因之一，生育率下降導致學齡人口遞減，將衝擊教育事業發展，勞動力不足及勞動力高齡化將增加社會福利支出。因此他建議放寬退休年齡。（胡健蘭、林倖妃，2004）

陳昱名（2004）指出我國目前並無妥善規劃相關的國民年金相關制度，日漸增多的老年人口卻沒有適切的政策保障其晚年經濟生活，而日漸減少的新生兒出生數更預告了未來台灣依賴人口與生產人口間比例的加速拉大，它所造成的社會結構、家庭文化，乃

至於依賴人口扶養問題，都令人憂心忡忡！因此執政當局應盡速規劃國民年金或老人年金等保障國民老年生活經濟安全之社會福利政策，一來可使未來的銀髮族生活更有保障，二來更能使年輕人負擔減輕，運用社會保險制度的原則分散風險，及早規劃老年生活。如此，年輕族群負擔減輕，而老年生活的老本有政策保障，願意生孩子的人自然也就隨著社會政策與制度的完善而增加，生育率當然也就得以回升。

而以目前台灣的社會結構型態而言，要做到讓老年人充分展現自我，恐怕來日方長，而且執政者也許還沒有意識到高齡化問題的嚴重性，若無法順利解決將來可能會拖跨國家財政，又由於社會大眾對此現象將會產生什麼樣的重大社會問題及財政困窘問題全然未能思考，因此高齡化問題將是台灣面臨的棘手問題。

抗衰老研究本身的迷思

在高齡化社會問題將會嚴重影響我們的生活同時，醫學界及生物界正在努力研究老化的根本原因，每年花在研究老化現象的心血都有大幅成長，而在此同時抗老化產品行業也是每年持續擴張，據估計其營業額已高達每年數十億美元。此種「抗老化」與「高齡化」的衝突問題還沒有人正視之前，抗老化研究本身卻面臨立即的衝突，因為《科學人》雜誌（黃榮棋譯，2004）指出 51 位研究老化現象的國際知名科學家，聯名對大眾提出警告：市面上所有的抗老化產品，目前沒有任何一種證實有效！其中 S. Jay Olshansky、Leonard Hayflicky、Bruce A. Carnes 等三位科學家提出了一項立場聲明：「市面上沒有任何一樣產品（完全沒有！）是經過證實可以延緩、停止或逆轉人類老化，而且有些產品還相當危險。」

科學家指出那些研究酵母菌、圓蟲、果蠅以及小白鼠的生物學者，已經可以操弄這些生物的基因來延長牠們的壽命，但這些基因的改變並沒有影響到公認為族群老化的指標（即青春期後以指數上升的死亡率），也就是說在這些實驗中所看到的壽命延長，並不能完全解釋為對老化過程的人為干預。另一類的研究，或能真正干預老化。研究人員已經知道了幾十年，那就是不管他們研究的是哪一種動物，只要飲食中含有足夠維持日常所需的營養，那麼限制能量的攝取，就可以延長壽命與健康。這些發現意謂著限制人類的卡路里攝取量或許也會有相同的結果。

劉廣定（2004）指出 2001 年九月美國主計部公布了向參議院「老化特別委員會（Special Committee on Aging）」所提「老年人健康產品」的報告（原題為 Health Products for Seniors. "Anti-Aging" products Pose Potential for Physical and Economic Harm）。同年由美、日、英、法和多明尼加等五國組成的國際長壽中心（International Longevity Center）也發表了由十二位美國醫學及生命科學專家學者合撰《抗老化醫藥存在嗎？（Is There An "Anti-aging" Medicine？）》報告，指出不但現無「抗老化藥物」，而市面上的這類產品還對人體及經濟均可能造成損傷。以褪黑激素（melatonin）為例，這是一種衍生物，此物原由牛的松果腺中分離而得，也有一定的藥理作用。但據宣傳，它有「促進睡眠、減輕時差症、減緩老化、增進性激素分泌、抗氧化、改善耳鳴、抑制乳癌細胞生長」等效果，實際不然，卻有「不育、體溫過低、視覺傷害、降低男人性慾、引起高血壓、糖尿病和癌症」等反效果，並有「禁忌徵候」（Contraindications）如：會加深憂鬱症，對心臟病

患者有危險性，而免疫系統有疾病（如嚴重敏感者、風溼性關節炎患者、淋巴癌患者），嚴重失智者及服用類固醇藥者均不可用。能藉像這樣的「丹藥」或「青春之泉」來「抗衰老」嗎？

劉廣定認為專家學者願投入時間、精力和金錢來繼續追求老化之防止。有下面兩個問題必須思考：

（一）防止老化，是防止外觀老化、體能老化、行為老化、還是防止心智老化？這彼此之間是不同的，甚至可能是有些矛盾的。例如外觀老化的人可能心智尚未老化。大凡年齡雖長但心智不老化的人常會不斷學習，充實自己，而在某些方面繼續成長。累積多年學識經驗後，其舉止必較穩重而不同於年輕人，可以說是「行為老化」嗎？

（二）「喚回青春」或求「青春永駐」之目的何在？當今已呈擁擠的世界上，糧食問題、污染問題、居住環境問題，在在皆與人口問題密切相關；人的壽命不斷延長，社會的負擔也愈沈重。實際上，控制人口成長很難做到，據報載大陸的一胎化政策已漸鬆動，可見一斑。我們人類極不可能回歸原始生物本能，完成傳衍後代就甘心步向死亡。若一個社會耄耋之年的長者充斥，如何永續發展下去？

1987年聯合國給「永續發展」的定義是：「能滿足當代所需但不損及後代滿足其所需之發展」。若是「當代人」的壽命持續延長，則與「後代人」的區界已混沌不明，企圖「喚回青春」的人實際上乃占用，甚至掠奪「正值青春」者的種種資源。豈不是把世界推向毀滅嗎？

這是值得我們深思的重要問題，孔子早就說過「老而不死是為賊」正點出核心的老人社會問題，如果抗衰老研究的目標只是「延長壽命」的話，並沒有任何實質意義，因此進行抗衰老研究的學者不能只從「科學的技術」角度進行個人的興趣研究，一則避免商人藉由無效的抗衰老產品略奪大眾資金，二則研究者必須要有社會責任意識，如此才能免於造成未來社會重大問題。

健康的長壽解決高齡化社會問題

抗衰老研究的熱潮與抗衰老商品的熱賣正是當今社會的風潮，而抗衰老研究本身又產生學界正反兩面的看法，再加上抗衰老後加重原本就邁向高齡化國家的財政與社會負擔，因此我們的關注重點不應該只限於抗衰老研究是否能夠成真，更應該思考「延長健康的壽命」要比「延長不健康的壽命」重要，因為健康的老人才會帶給社會祥和，若是社會上充滿不健康的老人，徒增加國家負擔，並非年輕人之福。

「健康」兩字人人會寫，可是什麼才是真正的健康？似乎人云亦云，營養學家有他們的說法，中醫有中醫的說法，反正大家也說不出個「標準答案」。按照《中國大百科全書》對健康的定義，健康是指「人體的一種狀態，在這種狀態下人體查不出任何疾病，其各種生物參數都穩定地處在正常變異範圍以內，對外部環境（自然的和社會的）日常範圍內的變化有良好的適應能力。」世界衛生組織（WHO）的章程序言中認為：「健康是體格上、精神上、社會上的完全安逸狀態，而不只是沒有疾病或不衰弱。」

因此嚴格來說，「健康」是個模糊的概念。以我個人數年來體驗所得，健康應該包括：身體健康、心理健康、靈性健康、環境健康四領域。然而一般人及醫學界只將健康

限定在「身體健康」的層次，忽略了「環境健康」，科技產品造成生態污染，人類又大肆破壞環境，使得環境生病了而影響到人類身體的生病。因此可以說任何疾病應該是環境惡化引起的，所以我們不僅要改善身體、心理與靈性的健康，更要改善自然環境的健康。因此我提出一個進步的觀念，就是用「身體對環境的適應度」來定義健康，回歸天人合一的古老理念。(呂應鐘，2003)

抗衰老研究必須以「健康的衰老」為重點，如何做到正確的抗衰老？如何不被眾多的抗衰老產品迷惑？這也是個人數年來研究營養醫學的重點之一，結論是要健康必須讓「細胞健康」，細胞是構成我們身體的基本單元，它們可說是製造生命的工廠，運作正常就讓我們呈現活力的健康及幸福。不過，現代人工作壓力大，此種壓力因素(stressor)會干擾細胞生理功能的順暢運作，造成細胞壓力(cellular stress)，這些壓力因子包括環境污染、營養不足、自由基未消除、消化吸收能力低下、失衡的飲食習慣等等。當細胞壓力增加時，細胞運作的效率會降低，此時由細胞所構成的組織、器官及腺體的運作也會隨之變差。因此身體就不再像以往一樣良好地工作，我們的身體會不斷地迅速耗損，就造成老化現象。因此，要抗衰老的祕訣其實很簡單，就在於「保持細胞健康」而已。

「細胞健康」的概念與一般的健康概念非常類似，但更較為精確。其中不但包括了供給最均衡而有效的營養素如維生素、礦物質、抗氧化劑、脂肪、蛋白質及碳水化合物，同時也包括了獲得足夠的氧氣(另一種營養素)，幫助身體獲得更佳的營養來供給細胞，以及辨識並控制可能影響細胞順暢運作的壓力因子。所有這些均是可防止因營養素缺乏而造成提早老化的抗老方法，它們將有助於細胞健康。當然，若細胞維持健康，那麼由這些細胞構成的組織也會同樣地健康；而由這些組織構成的器官及腺體也將維持健康；最後，當然由器官及腺體組成的身體便會將此健康狀態反映出來，讓我們活得更好更久，甚至於人活到 100 歲仍然能保持身體健康、髮不斑白、齒不動搖、目明耳聰而且思緒銳利，有足夠活力發揮智慧繼續貢獻國家社會。如此方能解決棘手的高齡化問題。

另思：

人類到底可以活幾歲？不少科學家認為人類的終極壽命應該可以活到 120 上下，這是依據動物成長期與生命期的比例 1:5 來計算的。不過，《聖經創世紀》裡的記載似乎也透露一個讓我們思考的訊息：

(5:3-32) 亞當活到一百三十歲，生了一個兒子，形像樣式和自己相似，就給他起名叫塞特。亞當生塞特之後，又在世八百年，並且生兒養女。亞當共活了 930 歲就死了。

塞特活到一百零五歲，生了以挪士。塞特生以挪士之後，又活了八百零七年，並且生兒養女。塞特共活了 912 歲就死了。

以挪士活到九十歲，生了該南。以挪士生該南之後，又活了八百一十五年，並且生兒養女。以挪士共活了 905 歲就死了。

該南活到七十歲，生了瑪勒列。該南生瑪勒列之後，又活了八百四十年，並且生兒養女。該南共活了 911 歲就死了。

瑪勒列活到六十五歲，生了雅列。瑪勒列生雅列之後，又活了八百三十年，並且生兒養女。瑪勒列共活了 895 歲就死了。

雅列活到一百六十二歲，生了以諾。雅列生以諾之後，又活了八百年，並且生兒養女。雅列共活了 962 歲就死了。

以諾活到六十五歲，生了瑪土撒拉。以諾生瑪土撒拉之後，與神同行三百年，並且生兒養女。以諾共活了三百六十五歲。以諾與神同行，神將他取去，他就不在世了。

瑪土撒拉活到一百八十七歲，生了拉麥。瑪土撒拉生拉麥之後，又活了七百八十二年，並且生兒養女。瑪土撒拉共活了 969 歲就死了。

拉麥活到一百八十二歲，生了一個兒子，給他起名叫挪亞，說：這個兒子必為我們的操作和手中的勞苦安慰我們；這操作勞苦是因為耶和華咒詛地。拉麥生挪亞之後，又活了五百九十五年，並且生兒養女。拉麥共活了 777 歲就死了。

挪亞五百歲生了閃、含、雅弗。(9:28-29) 洪水以後，挪亞又活了三百五十年。挪亞共活了 950 歲就死了。

由以上可以知曉上帝造人之後的人類壽命大都在 900 歲以上，記載中最長壽的是 969 歲，或許當時人類最長壽命是「千歲」。但是在創世紀 6 章 3 節裡記載：

耶和華說：「人既屬乎血氣，我的靈就不永遠住在他裡面；然而他的日子還可到一百二十年。」

此後人類壽命就只能活到 120 歲，此數字和當今科學家所估計的相同，其中是否有人類尚未知曉的「大自然秘密」？而且，由經文上可知，當「我的靈」住在人體裡面時人類可以活到九百多歲，不住在人類裡面時壽命便縮短為 120 歲，那麼決定人類壽命長短的「我的靈」是什麼？也許神學家也無法解釋吧！

若是以現代生物科技發展而言，人類目前已經能夠進行「人體複製(clone)」的技術，未來若是也可以用「細胞晶片」植入人體，藉以消除疾病、延長壽命，則「細胞晶片」不就成為上帝口中「我的靈」了？人類就扮演上帝的角色，既然這樣的一天能夠到來，那麼「上帝 (eloha)」到底是誰？來自哪裡？我在此順便拋出這個超越科學與宗教思維、可能改變人類文明的前瞻話題，供大家茶餘飯後研究研究。

參考文獻

- 1.內政部統計處 (http), <http://www.moi.gov.tw/W3/stat/topic/topic122.html>
- 2.日本明海大學 (http), http://www.meikai.ac.jp/top_contents/taiwanese/5/1-3-2.html
- 3.台北市主計處 (http),
- 4.呂應鐘 (2001), 現代生死學, 台北: 新文京圖書出版。
- 5.呂應鐘 (2003), 六根療法---陪我抗腫瘤, 台北: 自然風文化出版。
- 6.李政勳 (http), <http://chienhua.com.tw/examinfo/dailynews/9002/news90021212.htm>

- 7.胡健蘭、林倖妃(2004),老問題可能拖跨國家財政,中國時報〈焦點新聞〉,2004.8.6。
- 8.黃美涓(http),〈請不要在我年老時拋棄我〉,長庚復健分院及養生文化村簡介,
<http://www.cgmh.com.tw/new1/new9005-103.htm>
- 9.黃榮棋譯(2004),抗衰老保養品全都無效?,科學人雜誌 2004.8。
- 10.楊國德(1996),〈成教小詞典:高齡化社會〉,《終身學習報》第二期,1996.7。
- 11.陳昱名(2004),人口問題需要長遠眼光,中國時報〈論壇〉,93.7.29。
- 12.鄭健雄、張惠真(1993),〈台灣鄉村老人面臨的問題及因應對策〉,《台中區農業專訊》第 2,3 期,1993.4-5。
- 13.劉廣定(2004),喚回青春之我聞我思,《科學月刊》248 期。