

(2010年10月15日發表於第四屆世界自然醫學學術大會，南京)

論建構新世紀〈身心靈全然健康〉醫療正道

呂應鐘博士教授¹

【摘要】本論文詮釋“靈”為與宇宙信息場與意識場，“心”為生物能量場與念力場，“身”為物質體。所以“心物合一”就是達成肉體和生物能場的合一，“天人合一”就是宇宙信息與肉體合一的最高境界。依據此理念建構的身心靈醫學才是真正的全然醫學，必將成為新世紀醫療正道。

要達到身體健康，必須運用“良水醫學、胺基酸營養、分子矯正醫學”；要達到生物能場健康，必須融合“經絡學說、氣血理論、生物能場”；要聯接宇宙信息而健康，必須融入意識論再加上“生物意識工程”及“宇宙靈性生命”，用容格“有靈魂的心理學”立基來詮釋，加上“量子醫學”印證，方能完全體會靈心身健康的意境。

廿世紀是“生物化學、生物機械”的醫療時代，廿一世紀必然進展為“量子物理、能量場”的醫療時代。健康是“身體”與“心靈”的完整旅程，若凡事心存感恩、正面積極、傾聽心靈的指引，身體自然和諧健康。所以未來的醫療系統必須深思靈心身整合理論，才能夠回歸“上工治未病”的最高醫療境界，才能真正帶給人類“回歸自然，擁抱健康”的正道。

【關鍵字】身心靈，生物能場，宇宙信息，經絡學說，氣血理論，良水醫學，胺基酸，分子矯正醫學，生物意識工程，靈性生命，量子醫學。

一、須先精確定義〈身心靈〉

多年以來〈身心靈〉三個字在台灣相當流行，然而仔細審視使用此名詞的機構，大致分為身體健康及心靈團體兩類，前者仍然只專注於各種單一自然療法，後者只專注於傳達一些外國靈媒的信息。顯示出台灣推動身心靈健康的機構陷於“身體”與“心靈”的兩極化²，並沒有真正做到身心靈整合的境界。

世衛組織的組織法載明“世衛組織的目標是讓人人享受最高而能獲致之健康標準”。組織法對健康的定義是“健康不僅為疾病或羸弱之消除，而係體格、精神與社會

¹ 呂應鐘博士教授，學術研究領域包括生死學、心靈學、宗教宇宙學、宇宙生命學、臨床營養學、分子矯正醫學、量子醫學、身心靈整合醫學等多面向。于2004年創立台灣中華自然醫學教育學會，擔任第一屆理事長。現任：台灣全我身心靈健康中心主持教授、聯合國世界自然醫學大學亞洲校區教授、美國 Wholeself 自然醫學研究院院長、加拿大太e中醫學院主座教授。建構〈智慧人生〉網站 www.wiselife.org.tw。Email: drlu@wholeself.us

² 台灣有很多身心靈健康社團，嚴格視之，有的只推廣自己內行的單一自然療法，沒有涉及心靈層次的健康；有的是在銷售質量未明的營養品。而專門以心靈為號召的社團只開授專講靈媒傳達的信息課程，卻鄙視身體層面的健康。也有若干身心靈健康協會，多年來只做靈媒的工作，無益於身心健康。因此在台灣，表面上看到很多身心靈機構，卻實在看不到真正能夠整合〈身、心、靈〉三方面紮實理論與實證的專家學者及機構團體。

之完全健康狀態”³。此種健康的定義雖然擴及精神心理狀態以及與社會關係層面的和諧狀態，卻仍然只停留在物質科技的理論圈內，還算不得真正的〈身心靈〉。

真正能夠體會〈身、心、靈〉三個層面內涵的人應該也體會出這三個字其實就是道學所言的〈精、氣、神〉，也就是基督教諾智教派（Gnosis，又稱諾斯替教派、靈知教派）或是古希臘用語的〈physical, pneumatic, psychic〉三字。

本論文認為可以換用現代語詞〈生理、心理、天理〉三個層面來詮釋。不過依本論文思想結構之重要性而言，順序應該調整為〈靈、心、身〉，因為身體的健康不只限於物質肉體，負面悲觀壓抑的心理狀態絕對會導致身體發生疾病，而更高層次的靈性更是主導所有人健康的源頭力量。

當今是個科學發達的時代，因此我們必須將這些古代用語轉換成科學語言，因此〈身心靈〉或〈精氣神〉就必須轉換成〈物質、能量、信息〉三個物理名詞，方能用高等物理、量子論及宇宙論來做新的詮釋。本論文認為“靈”就是〈宇宙信息場、意識場〉，“心”就是〈生物能量場、念力場〉，“身”就是〈物質體〉。

由此可知中國自古講〈心物合一〉就是要達成〈心理和生理層面合一〉，亦即物質肉體和自身生物能場（bio-energy field）能夠合一；講〈天人合一〉就是在講〈天理與生理層面的合一〉，也就是每個人的肉體意識能夠達到與自性（本性、空性、本我、元神）合一的最高境界，這也正是新時代（New Age）運動所言的〈高我與小我〉的合一，或是佛教所言的〈空性與肉身〉的合一。

而依據此理念所建構的身心靈醫學理論與實證，方能稱為真正的全然醫學（Wholeself Medicine），才能帶領人類邁向全然健康（Wholeself Wellness），這才是新世紀醫療應該走的正道。

二、未來的醫療必須邁向整合的境界

現代醫學以屍體解剖為理論基礎，認為人體是由皮膚、肌肉、神經、血管、臟器、骨骼、、、等等所組成，因此認為人體的種種有機體活動都是“生物化學”運作的結果，因此研發化學藥物來治病，並以“生物機械”的角度來矯正身體或做手術，可以說現代西方醫療只停留在“治已病”的生理層面，只關注于物質肉體的層面而已。

數千年來的傳統中醫認為人體是小宇宙，認為人體不只有物質結構的肉體，還有經絡、氣血、氣色等現象，換用現代語言來詮釋，〈血〉就是〈物質〉，〈氣、氣色〉就是〈能量〉，而西醫無法量測的「經絡」就是能量的線性及強弱活動。因此傳統醫學已經包括了〈物質體〉和〈能量場〉的觀念與理論，也就是已經提升到「生物物理」的角度。

近代科學研究已經承認人體存在著生物能場，也認為宇宙間充滿各種波動與信息場。上個世紀偉大的分析心理學家容格（Carl Jung，台灣譯為榮格）提出〈集體無意識（collective unconscious）〉的理論，所有以科學為基礎的現代心理學家，或是哲學家都

³ 見 <http://www.who.int/about/governance/en/index.html>。英文為 The Constitution defines health as a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity。

無法精確詮釋此名詞的真意。⁴

本論文認為“集體無意識”正確中文應譯為“集體未知意識”，是指人類未知層面的存在意識，它就是現代宇宙信息場的存在理論，已經涉及到本論文所言的天理層面，若換用醫學觀念視之，就是數千年來世界各民族傳統的“靈療”，用現代話稱呼就是〈靈性醫學（Spiritual Medicine）〉，也就是古代神醫的境界。

所以未來能夠促進人類真正健康的完整醫學應該包含現代醫學、古典醫學和靈性醫學三者，缺一不可。現就以這三種領域做先導性的觀念建構與說明。

靈->	神->	psychic	->	天理層面	意識、宇宙信息	->	天	->	靈性醫學
心->	氣->	pneumatic	->	心理層面	心念、生物能場	心		->	傳統醫學
身->	精->	physical	->	生理層面	肉體、物質體	物->	人	->	現代醫學
									合 合
									二 二

三、身>精>生理>肉體、物質體>現代醫學>方面：

現代醫療已經成為例行的〈檢查、抽血、開藥、開刀、化學藥物治療、放射線照射〉的末端醫學。醫師每天疲於診治疾病、開列藥方；醫院不僅耗費龐大資金購買各種儀器，用藥浪費也已造成台灣醫療的龐大開支，然而這麼龐大的西方醫療體系實際上卻治不好慢性病，使得醫師成為“下醫”的窘境。

1997年世衛組織稱廿一世紀人類會發展四個醫學，一是現代西方醫學的對抗療法（allopathy）；二是將邪排出的順勢療法（homeopathy）；三是自然療法（naturopathy）；四是傳統療法（traditional therapy）。⁵後三者正是本論文所言的〈生物能場+物質體〉整合的新醫療方法。

由上可見，對抗式的現代醫療仍然會存在一些時日，但是強調回歸自然的其它療法將會比現在更加興起。因此現代醫學若是能夠虛心放下身段、翻轉觀念，轉型為〈尊重自然〉與〈回歸傳統〉的醫學，就能從“下工”邁向“上工”的境界。不過，自然醫學範疇極大，又被簡稱為“另類醫學 CAM, Complement & Alternative Medicine”⁶，科目包括針灸、瑜珈、整骨、氣功、草藥、食療、光療、水療、花精、催眠、芳香療法、音樂療法、排毒療法、酵素療法、胺基酸營養、能量醫學、分子矯正醫學、中醫等等達數十種。

現在的西醫無法再來學習這些自然醫療的方法，而且坊間已經有很多傳統醫學界人士在執行這些療法，因此，不妨尋找接近現代醫學研究的課題來進行專業擴充。本論文認為〈良水醫學⁷、胺基酸營養、分子矯正醫學〉前二者是六大營養素中最基本的兩種。

⁴ 見 http://www.carl-jung.net/collective_unconscious.html，這是一個榮格資源的網站。

⁵ 見 <http://www.who.int/whr/1997/en/index.html>，The world health report 1997 - conquering suffering, enriching humanity。

⁶ Complement & Alternative Medicine 在台灣通常被簡譯為“另類醫學”，這種譯法不甚正確，因為把自己擺在另類的位置，永遠無法成為正統。其實正確的中文應該稱為“輔助與替代醫學”或簡稱為“輔替醫學”，甚至“輔助醫學”都要比“另類醫學”用語好。

⁷ 水六大營養素之中最基礎也最重要的營養素，每日能夠喝進天然無污染的水是現代人最重要的課題，然而土地污染、環境污染導至水質污染，成為人類生存面臨的大難關。因此，本論文認為如何指導現代人喝得好水，如何正確使用淨水設備，也是自然醫學不可忽略的主題。可惜，政府仍然未有前瞻意識，任

這些項目都具備分子、細胞、基因、生物、化學、物理、營養等醫學院教授的科目，而且科學研究文獻極多，如果能夠再將古老的植物與礦物等草藥傳統煎煮方法提升為生利技術層次萃取有效成分，向現代的〈醫學營養〉⁸理論靠攏，發展自然醫學的人士以及西醫們若是能夠深入研究並臨床運用，必然可以從現代醫學的困境中走出來，成就造福人類健康的新醫療境界。

四、心>氣>物質+生物能場>傳統醫學>方面：

傳統中國醫療在台灣並不受政府的重視，執業者也沒有時間繼續提升自己的學術水平，有的只能守著祖傳家業任其慢慢沒落，其實傳統醫學人士要進入新世紀的自然醫學領域要比西醫更為容易。

本論文認為傳統醫療執業者除了朝向醫療技術現代化的方向努力之外，更重要的是進行古老醫典的新研究與科際整合，組成團隊，將漢醫、藏醫、蒙醫、回醫、梵醫以及古老西方醫典等浩瀚書籍去蕪存菁，落實現代化的詮釋與整合，找出既符合現代醫學理論又符合人體宇宙學的醫療方向，摒除門戶之見，整合出古典醫學現代版，方能造福人類，否則古老的醫學典籍在未受重視下，必定慢慢失傳，誠為數千年來醫學智慧的大損失。

傳統中醫的《黃帝內經》應該是最重要的典籍，從中延伸出來的穴道經絡學問更應該是現代能量醫學（energy medicine）⁹必須重視的領域，而中醫理論裡“氣”的觀念也正是無形生物能場的具體呈現，所以這些領域正是本論文提倡身心靈全然醫學所該深入研究並將之科學化的重要主題。

西藏醫學至今已有兩千多年歷史，《四部醫典》是最重要的古籍。比起中醫，西藏醫學對天文地理及時令之重視及研究可說來得更深入，講求的就是自然與人體的平衡關係，而且使用礦物類藥材比中醫還多，與當今西方醫學的診療方式在理論上有極大的差異。然而近年由於其對於慢性病及文明病的治療有著優異的療效，讓藏醫學一躍成為世界傳統醫療體系研究的熱門之一。但是如何整合中西醫界，發展出整合的醫療系統，是今日醫療界裡提升醫療服務系統的必要條件。¹⁰

本論文主張必須將各民族傳統醫學向〈能量醫學〉理論靠攏，以中醫的“經絡理

令廠商隨意亂賣各種不合學理的水機，甚至在日本必須由醫師開處方的電解水機，台灣的廠商卻在賣場隨意販售，也許和近年台灣洗腎人口增加也有關係。

⁸ 醫學營養譯自 Nutraceutical 一詞，為美國創新醫學基金會（FIM）主席德費利斯(Stephen DeFelice, MD) 博士於 1968 年所創，取自“營養 nutrition”和“藥品 pharmaceutical”的字首與字尾組成，指從食物或食物的一部分萃取物質，能提供醫療和保健益處，包括疾病的預防和治療。加拿大衛生部定義為：一種從食物中提煉或純化出的產品，通常以藥物形式出售，被證實具有生理效益或對慢性病有預防功能。台灣將此字譯為“營養醫學”，若以原意翻譯應譯為“營養藥物”或“營養藥學”，但容易引起誤會，故本論文認為中譯為“醫學營養”似乎可行，但仍希望大家共同思考，取一個更合適的中文譯名。見 http://www.ana-jana.org/nut_info_details.cfm?NutInfoID=4。

⁹ 見 <http://nccam.nih.gov/health/whatiscam/>。依據美國輔助與替代醫學委員會(NCCAM)的定義，能量醫學包括“生物場治療”(Biofield therapies)和“生物電磁基礎治療”(Bioelectromagnetic-based therapies)，其中“氣”的運用屬於此領域。

¹⁰ 台灣蒙藏委員會為增進人民瞭解西藏醫學近年來的臨床經驗與實務發展，特於 2004 年 10 月 16、17 日在台北舉辦“西藏醫學國際研討會”，並針對西藏醫學於癌症、憂鬱症、婦女病的醫療效果，漢藏醫學與現代醫學之交流整合、西藏醫學與文化等主題進行研討。

論”與“氣血理論”為基礎，融入現代發展的“生物能場”與“量子醫學”¹¹學說，再擷取藏醫與蒙醫的人體能量學說，才成為新世紀醫療正道的隊伍，透過新理論與新科技再度將古典醫學發揚光大。

五、靈>神>意識、宇宙信息>靈性醫學>方面：

現代精神醫學慣常用物質、生化、神經傳導的角度來解釋精神異常現象，並使用鎮靜藥物讓病患腦部變為遲鈍，但此種醫療方法卻看不到精神病患被治好的實例，會有此種後果完全導因於西方醫學對於精神異常的認知偏差所致。台灣著名治療精神病患的高雄凱旋醫院郭壽宏院長認為：“根據最近醫學的研究：精神異常者大都屬於一種病症，就是通常所稱的精神疾病。我們可以藉著研究精神疾病的各種症狀來瞭解精神異常者的各種生理、心理的特質。”¹²此種將精神疾病視為生理問題來治療，當然無法治癒。

廿世紀偉大的心理學家容格就是一位具有個人靈性體悟的精神科醫師，他提出〈集體未知意識〉的理論，事實上沒有多少學者懂其意涵，所以其數十冊經典作品讓現代心理學家無法理解。本論文認為必須具備現代宇宙信息場及意識場的認知，加上承認屬靈的意識，將〈集體未知意識〉詮釋為〈靈界〉¹³，用靈魂存在的觀點來閱讀其所有心理學作品，方能一目瞭然而恍然大悟。

可惜立基於屍體解剖的現代醫學一向否認靈魂的實存，導致許多源自靈性意識的疾病無法治療，再加上目前的科學儀器無法偵測靈魂的存在，便視流傳數千年各民族的神秘醫療為迷信。本論文認為必須承認人體是由“物質肉體”及“精神靈體”所構成，方能建構出完整而正確的醫學，方能有效矯正各種疾病。因此〈靈性研究 (psychic research)〉也應該是現代醫師必須學習的課題。

目前的生物醫學認為人有五官五識，即眼視覺、耳聽覺、鼻嗅覺、舌味覺、身觸覺，認為第六感意識是腦部神經的生化活動現象，完全用現代物質科學的生物學、化學及生理學理論來解釋腦部活動¹⁴，本論文認為立論基礎全然錯誤。事實上，意識又可分為“意識、潛意識、深層意識、無意識”等層次，甚至佛經早就道出還有“末那識”和“阿賴耶識”，這些深層的意識境界是現代醫學完全未知的，但絕不能因現代醫學未知就否認

¹¹ 俄羅斯量子醫學學會理事長格來博夫希涅爾博士說，量子醫學是建立在利用電磁輻射與人、動物和植物世界相互作用基礎上的一個全新的、有效的、快速發展的科學方向。它是透過測度人體不同物質的震動頻率，加以量化並作出分析，再以正確的量子震動頻率為身體作出調節及平衡，令人回復健康的狀態。量子醫學也透過測度不同天然營養品的震動頻率，為患者提供最適當的健康調理。在預防醫學上有著重大突破及貢獻。隨著人們對量子醫學的逐漸認識，量子醫學診斷、治療和保健等量子醫學方向將成為 21 世紀醫學發展的重要領域。

¹² 見 <http://disable.yam.org.tw/understand/introduce/psychi.htm>，高雄市立凱旋醫院院長郭壽宏，〈精神異常者的生理心理特質〉，

¹³ 見呂應鐘著《超心理生死學》，台灣上宜出版社，2003。以海洋來比喻，意識如同露出海面的島嶼，潛意識如同海浪拍打的岸邊，無意識如同海面下的島嶼部份，集體未知意識就是連接各島嶼的海底，這個部份最大，所以人類的意識認知範圍非常狹小。

¹⁴ 台灣中央大學認知神經科學研究所在〈淺談認知神經科學〉一文中表示：認知神經科學奠基者之一的葛詹尼加(Michael Gazzaniga)更宣稱二十一世紀為腦研究世紀(the century of the brain)，這些宣言象徵著人類開始有能力以新的生物科技研究人類神經元的分子生物活動、神經元細胞間的整合、腦可塑性以及腦和行為之間的關係。認知神經科學承繼了過去認知心理學的知識、概念以及研究方法，運用新發展的腦造影技術，探討相關認知行為運作的生理基礎。<http://www.ncu.edu.tw/~ncu5200/c.php>。

其存在，所以〈意識論〉的研究也是現代西方醫學必修的功課。

本論文認為身心靈全然醫學必須融入佛經的“末那識”和“阿賴耶識”，據本人研究心得，“末那識”就是個人未知意識，“阿賴耶識”就是集體未知意識的境界。必須再加上〈生物意識工程（Bio-Conscious Engineering）〉及〈宇宙靈性生命（Cosmic Psychic Life）〉兩大新論題¹⁵，方能夠整合物質、血、氣、能量、意識、宇宙信息各層面的理論與學說，並用“有靈魂的心理學”內涵來理解榮格的著作，就能夠完全體會〈天人合一〉的境界。

六、結論

人類是理性的動物，從現代科學角度來看，我們認為自己不過是一副血肉之軀而已，其實，以現代量子力學角度來看，人體卻是一連串智慧電磁信號的組合，也是靈性的存有。

量子力學科學家正在提出〈意識〉是物質的基本特質，廿世紀的“生物化學、生物機械”時代必定轉向為廿一世紀的“生物物理”時代，也就是生物能量場相互作用的時代，而逐漸進入光的時代。

人體需要的營養素不只是來自食物中的基本營養素（macro-nutrients）和微量營養素（micro-nutrients），還有來自食物本身無形的能量場（energy field）。有形的營養素滋補我們的物質身體，微妙的食物能量則是充實人體的生物能場，因此我們不但要注意有形的營養成份，更要重視其中的生物能場無形的影響。

市面上充斥著琳瑯滿目的營養保健食品，雖然也標示內含物的營養成分，但是否具有無形的生物能量的“全食物 whole food”條件，關係著我們的健康，其中最大的關鍵是這種營養保健食品是否具備了“分子振動頻率（活性）”，這才是最重要的“產品意識”，方能影響身體的生物能場，產生最大的健康效果。所以有形與無形的營養之間還有微妙的能量互相連結，就像每一個生命體都有其生物能場一樣。因此，whole food 不只提供營養，也提供能量。

健康本身是一種“身體”與“心靈”的完整旅程，二者都需要得到適切的滋養，若能夠凡事心存感恩、正面積極，傾聽心靈的指引，思想正面積極，身體自然和諧健康，毫無疾病。若是只著重於物質層面身體的健康，無視於心理、靈性的負面影響，必然無法達成健康的基本要求。所以未來的醫療系統必須深思〈靈心身〉整合理論，並實際運用靈心身全然健康的學理與方法，才能夠回歸“上工治未病”的最高醫療境界，才能真正帶給人類“回歸自然，擁抱健康”的正道。

¹⁵ 台灣全我身心靈健康中心多年來提倡“生物意識工程”與“宇宙靈性生命”兩大理論架構，並融合“分子矯正醫學”(Orthomolecular Medicine 是由獲得諾貝爾化學獎與和平獎的包林博士於 1968 年提出的) 三方面成為身心靈全然健康的理論主軸，已在台灣建立獨特性的地位。見：www.wiselife.org.tw。