

(2012年12月17日发表于湖北药师佛文化与健康禅学术研讨会，武汉)

现代药师佛：建立东方传统医学特色的身心灵合医新局面

吕应钟

【摘要】近年欧美人民花费在自然医疗的费用已经和常规对抗医疗相当，显示出自然医疗的市场已被接受。然而本论文认为自然医疗本来就是数千年来的东方医学瑰宝，不仅具有无数具体治疗成果，理论架构与治疗实务亦远比西式现代对抗医疗更为完整博大，绝对不是当今西式对抗医疗所能比拟。因此为了在二十一世纪开创新的回归传统自然健康正道，本论文认为必须将东方传统医学(包含中国传统医学、印度阿育吠陀医学、穆斯林医学等)为理论基础，做去芜存菁的整理，再结合现代西方辅助与替代医学项目，融入现代生物物理、量子物理、场导理论与灵性科学，进行理论层次的提升，然后在疗法操作上区分为生物性(分子矫正医学、营养医学、基因营养疗法等)、物理性(脊柱整复、经络按摩、气功疗愈等)、精神性(心理健康、灵性健康、灵性扬升等)三方面，建构出符合现代人健康需求的身心灵合医(Trinity Medicine)新局面，便于现代人实践，也才能与西方对抗医学平起平坐，真正协助人类回归健康大道。

【关键词】整合性自然医学，辅助与替代医学，分子矫正医学，营养医学，基因营养疗法，经络，心理健康，灵性健康

【作者简介】吕应钟，台湾中华自然医学教育学会创会理事长、世界自然医学大学亚洲区教授、美国 Wholeself 自然医学研究院院长、马来西亚整合自然医学研究中心院士。台湾南华大学退休教授。网站 www.wiselife.org.tw，电邮 drlu@wholeself.us

一、何谓健康正道？

联合国世界卫生组织于一九八九年定义“健康”为：“完整的生理，心理和社会的福祉，不只是处在没有疾病的状态。”[1] 世卫组织又对健康写上十条细则，包括(1)充沛的精力，能从容不迫的担负日常生活和繁重的工作而不感到过分紧张和疲劳；(2)处世乐观，态度积极，乐于承担责任，事无大小，不挑剔；(3)善于休息，睡眠良好；(4)应变能力强，适应外界环境中的各种变化；(5)能够抵御一般感冒和传染病；(6)体重适当，身体匀称，站立时头、肩臂位置协调；(7)眼睛明亮，反应敏捷，眼睑不发炎；(8)牙齿清洁，无龋齿，不疼痛，牙颜色正常，无出血现象；(9)头发有光泽，无头屑；(10)肌肉丰满，皮肤有弹性。

由这十细则来看，似乎现代人都无法符合健康标准，先不说前四则心理方面，光是生理方面的后面六则就无法做到了。然我们应该省思，现代医学如此发达、医疗仪器日新月异、药物发明越来越多，却无法使人类健康，问题出在何处？本论文认为十九世纪

西方发展的医疗方式只是设法用有副作用的药物（毒药）来对抗疾病，走向“只看器官不看人”的地步，只会治疗过程中将人体免疫力越治疗越低下，尤其是癌症治疗方法（化学治疗、放射线治疗、手术）没有一样能够让细胞健康，难怪从上个世纪七十年代美国尼克松总统宣布对抗癌症以来，已经消耗数千亿美元以上，却只见癌症病人越来越多，足见现代西式医疗方法是无效的。

本论文认为要让人类健康，必须摒弃现代西式对抗医疗，回归“整合性自然医学”，此为数千年来的东方医学瑰宝，包括中国医学、印度医学、穆斯林医学、西藏医学、蒙古医学等，都是已经拥有数千年临床实践经验的有效医疗，其理论架构远比西方对抗医学更为完整博大，不仅涵盖生物医学、矿物化学、植物药学，也涵括生物能量场、能量医学以及灵性医学，其丰厚的内涵绝对不是当今西式对抗医学所能比拟。

因此，我们在二十一世纪想要让人类回归健康的境界，必须建构一个以东方传统医疗为理论基础，结合现代西方辅助与替代医学所定的项目，再融入新进的生物物理、量子物理、场导理论与灵性科学，方能建构出现代人健康需求的“身心灵合一”的健康需求，本论文独创称之为“身心灵合医（Trinity Medicine）”，便于现代人实践，也才能与西方对抗医学平起平坐，协助人类回归正确的健康大道。

二、现代对抗医学的困境

现代西式医疗已经成为例行的“检查、抽血、开药、开刀、化学药物治疗、放射线照射”的末端疗。医师每天疲于诊治疾病、开列药方；医院不仅耗费庞大资金购买各种昂贵仪器，用药浪费也已造成医疗界的庞大开支，然而花费如此庞大的西式医疗体系实际上却治不好各种慢性病，使得医师成为中国古籍所说的“下医”的窘境。[2]

以台湾为例说明，台湾的全民健康保险表面上看来非常成功，事实上医疗现况可谓每下愈况，面临极大的困境与危机。在此举最近几种台湾知名杂志制作的封面专题，即可明了实相：

《今周刊》杂志 776 期封面专辑〈消失的医生〉，刊登七篇文章，包括“连台大医院也招不到妇产科医生”、“医疗纠纷不断 台湾医生犯罪率世界第一”、“每周工时 123 小时 看诊医疗质量低落”、“一位实习医生的血泪告白：连续工作 52 小时 坐下休息都没时间”，光是看这些篇名，就令人触目惊心。[3]

《康健》杂志 164 期封面专辑〈台湾医疗大崩盘 病人谁来顾〉，提到：“五大科医师短缺，四成护理师出走”、“全台湾仅剩 800 个医师还在为产妇接生”、“132 乡镇没有小儿科医师”、“急诊医师 44%集中在北部，金马 11 万居民没有急诊医师照护”等现况，但是也问到：“为什么大医院仍然一号难求？急诊挤得像难民营？病人找不到病床？”[4]

《天下》杂志 487 期封面专辑为〈你可以说不的十大医疗〉，提到：“台湾的医疗形成了商品，就像买东西刷条形码一样，当医生拿着扫描仪，为你开出一样样药品、检查、治疗，却可能同时刷掉你的健康与荷包，也浪费健保资源”。又说“台湾人看病多、吃药多、检查多、开刀多，已造成过度医疗的扭曲现象。面对鼓励医生冲量的健保制度、营利导向的医院、有钱一起赚的药商 / 仪器商，你要如何才能聪明自保、减低风险？医

界又要如何改变？” [5]

《新新闻》杂志 1325 期封面专辑〈医生跑 护士逃〉，有五篇文章，分别是：“不甘当血汗护士，陈玉凤号召护理人员站出来”、“前卫生署长杨志良叫医院把获利吐出来”、“急诊医师大撤退，谁来救命？”、“医院评鉴是医护崩盘罪魁祸首？”等，也是相当令人伤心的台湾医疗现况。 [6]

《新新闻》杂志 1311 期封面专辑〈贱药伤身！〉提到：“12 年来，台湾健保局共砍掉 572 亿元的药费，但整体健保药费支出不减反增，还出现药比糖果便宜的不合理怪象！放任药价黑洞吞噬国民健康，图利财团法人医院，更局限本土制药产业发展的方向。” [7]

近年台湾多种知名杂志制作检讨医疗问题的专辑不只这些，但光看以上例举就足够令人体体会到现代西式医疗在台湾已经呈现极大困境，其实早在二〇〇八年十二月 412 期《天下》杂志就以〈自然疗愈〉做过封面专辑，提过二〇〇七年西医领取证照的人数比四年前少掉二成二，然而包括草药、冥想、瑜珈、按摩、脊椎矫正、针灸等都有成长，连台湾主流医学殿堂台大医院，也让出台大医院旧址四 C 二楼给另类医疗，正式成立“辅助与整合医学中心”。

可见人们自我寻找辅助疗法是世界趋势。主要原因是病人对现行主流医学的失望，而且越来越多忙碌的现代人体认到：健康要靠自己，要激发自体的疗愈与免疫力量，要养成规律运动的习惯才是正途。 [8] 所以我们看到一九九七年世卫组织称二十一世纪人类会发展四个医学，一是现代西方医学的对抗疗法；二是顺势疗法；三是自然疗法；四是传统疗法。 [9] 后三者正是本论文所言的整合性自然医学的观念与方法。因此现代西式医学若是能够虚心放下身段、澈底改变对抗的观念，转型为〈尊重自然〉与〈回归传统〉的医学，就能从“下医”迈向“上医”的境界。

三、何谓东方传统医学精华

传统中国医疗在台湾并不受政府的重视，执业者也没有时间继续提升自己的学术水平，有的只能守着祖传家业任其慢慢没落，其实传统医学人士要进入新世纪的整合性自然医学领域要比西医更为容易。

本论文认为传统医疗执业者除了朝向医疗技术现代化的方向努力之外，第一步必须进行古老医典的新研究与科际整合，组成团队，将汉医、梵医、藏医、蒙医、回医等浩瀚古籍去芜存菁，落实现代化的诠释与整合，找出既符合现代医学理论又符合“人体宇宙学”的医疗方向，摒除各派门户之见，整合出古典医学现代版，方能方便培育年轻的医疗从业人员，否则浩瀚的古老医学典籍在各门派支撑下，必定慢慢失传，诚为数千年来东方医学智慧的大损失。

3-1. 中医系统方面

传统中国医学将人体视为一个整体以及自然的一部分。要想保持健康，就必须在身体机能内部以及身体和自然界之间维持一种和谐。当这种和谐被打破，人就会生病。这个理论极为正确，却是现代医疗所忽略的。

中医的基本概述是阴阳以及五行学说。这两个概念解释了包括人类在内的宇宙和自

然现象的变化。而中医理论的要素包括气、血、体液、脏腑（内脏）以及经络（用以维持平衡的气血在人体循环所通过的经络系统或主道）。这些理论解释了人体如何维持其活力以及生理的健康状态。以上的中医立论基础必须用加入现代宇宙论、物理学、人体能量场、灵性医疗的角度做新的诠释，方能为现代人所理解与接受。

《黄帝内经》应该是最重要的典籍，从中延伸出来的穴道经络学问更应该是现代能量医学[10] 必须重视的领域，而中医理论里“气”的观念也正是无形生物能场的具体呈现，也是本论文提倡“身心灵合医”所该深入研究并将之科学化的重要主题。除此之外，“道家养生”甚至“佛家养生”也是必须融入的项目，但也必须做现代化的精华整合，而非各派各家各自主张。

3-2. 梵医系统方面

印度阿育吠陀医学（Ayurvedic medicine）是世界上最古老的医疗系统之一，Ayurveda 意思是“生命知识”或“生命科学”，也就是整体性的人体宇宙医学，以达到幸福、健康、预防疾病的平衡为目的，具体做法是清洗会导致疾病的物质身体，重建能量和谐与平衡。

阿育吠陀医学视人的体质（prakriti）和生命力（doshas）有关。认为人与人之间，以及健康与宇宙均有相互关联，亦即宇宙中的一切事物（包括生物和非生物）都是连结在一起的；每个人含有的元素都可以在宇宙中发现；当一个人的心身和谐，并与宇宙的互动是自然和完整的，就是健康；当一个人与宇宙的和谐中断，身体、情感、心灵或三者组合不再协调，就发生疾病。

在自然医学领域里，阿育吠陀占有非常重要的地位，目前也被西方医学界重视，认为在未来有很光明的前景。本论文相信二十一世纪医疗将会整合东方和西方中最好的精华，因此学习阿育吠陀医学可以给予西式医师额外的医疗工具，更能帮助病人改善身体、心智和意识。

3-3. 回医系统方面

回教医学就是穆斯林医学，事实上此为欧洲文艺复兴时期的医学知识，他们正确地诊断糖尿病、痛风、癌症和瘟疫，也懂得解剖学。穆斯林医生也是最早发现传染病的医疗方法，在进行手术时使用麻醉药，用冰块和冷水来止血。

著名的医生药剂师伊本西那（Ibn Sina；拉丁文 Avicenna，980-1037）的著作《Al-Qanunfi-Tibb（医典）》，集阿拉伯医学的大成，叙述了 760 种药物和各种影响身体的疾病，直到十九世纪，还被医学界采用。他认为人之所以会生病，是因为体内的四种因素：干、冷、热、湿不调和引起的。也认为天花和麻疹是由肉眼看不到的原体所致。还说致病物质可通过饮水和空气传播。这本书在隋唐时期便被介绍到中国，促进中国医学对伊斯兰医学的认识。因此也必须精研阿拉伯医学大成的《医典》，再用现代理论加以诠释与发扬。

3-4. 藏医系统方面

西藏医学至今也有两千多年历史，《四部医典》是最重要的古籍。比起中医，西藏医学对“天文”“地理”及“时令”之重视及研究可说来得更为深入，藏医讲求的是自然与人体的平衡关系，而其使用的矿物类药材比中医还多，与当今西方医学的诊疗方式

在理论上有着极大的差异。

西藏医学理论最重要的部份就是“三元理论 (triadic theory)”，根据这个理论，西藏医师能够判断患者的身心类型，藉此预防、诊断、治疗疾病。三元理论所根据的哲学观念在于：任何形式的存在都依赖其他的因素，而它必要的元素有三：Chi（与中国所谓的气不同，代表空间元素）、Schara（代表能量元素）、Badahan（代表物质元素）。

近年由于其对于慢性病及文明病的治疗有着优异的疗效，让西藏医学一跃成为世界传统医疗体系研究的热门之一。但是如何整合中西医界，发展出整合且现代的西藏医疗系统，是今日医疗界里提升医疗服务系统的必要条件。[11]

由以上四项主题可知，各民族传统医学都有含有“能量医学”的理论与疗法，因此也必须用现代“能量医学”的理论来研究，以中医的“经络理论”与“气血理论”为基础，融入现代的“生物能场”与“量子医学”[12]学说，再撷取回医、藏医与蒙医的人体能量学说，方能创造出新世纪的医疗正道。

四、现代辅助与替代医学项目

按照美国国家卫生研究院的定义，CAM是 Complementary and Alternative Medicine，亦即“辅助与替代医学”的简称，有人又简单地称之为“另类医学”，然而本人非常不赞同此简称，因为永远将自己视为另类，如何成为主流？

辅助与替代医学是指“一组不同的医疗和卫生保健系统、做法和产品，通常不被认为是常规医学的一部份。常规医学（又称现代西方医学或对抗医学）是由拥有正式学位的医师、骨医和专职医疗人员如物理治疗师、心理咨商师和注册护士共同执行。辅助与替代医学与常规医学之间的界限不是绝对的，具体的辅助与替代医学做法可能随着时间的推移成为被广泛接受的医疗。”[13]

辅助与替代医学中的“辅助医学”是指与西式治疗有相辅相成的成果，如使用针灸是来辅助舒缓疼痛。而“替代医学”是指用来替代常规医学的治疗。“中西医结合”是指结合常规西方医学和已有证据表明安全有效的辅助与替代医学疗法。不管如何，辅助与替代医学都是处于配角的地位。

二〇〇七年美国国民健康访问调查结果显示，大约有 38%的美国成年人使用辅助与替代疗法。而隶属于美国国家卫生研究院的美国“国家辅助与替代医学中心 (National Center for Complementary and Alternative Medicine, NCCAM)”也认为：“许多美国人用辅助和替代医学在追求健康和福祉”。[14] 到了二〇一〇年，美国人使用辅助与替代医学的百分比已超过 50%，显示补充和替代医学已经不容忽视了。

本论文依据美国国家卫生研究院的网站分类，以及其出版的《辅助与替代医学精要》一书[15]，做综合性整理，列出辅助与替代医学的五大类：

1. 天然产品 (natural products): 指的是使用各种草药（也称为植物药 botanicals 或 phytomedicines）、维生素、矿物质、益生菌，和其他天然产品做特殊摄取的疗法。在美国国家卫生研究院的定义里，在柜台销售的一般膳食补充品如满足每天最低要求的多种维生素，或促进骨骼健康的钙营养品，并不被认为是辅助与替代医学产品[16]。

2. 心身医学 (mind-body medicine): 侧重于大脑、心理、身体和行为之间的相互

作用，试图用心灵影响生理功能来促进健康。包括生物反馈、冥想、放松、团体支持、瑜伽、针灸、吐纳、导引、催眠、气功和太极拳等。生物反馈目前已经整合在常规医疗中，用来治疗大小便失禁、吞咽障碍和慢性疼痛，包括头痛。

3. 以身体为基础的手法 (manipulative and body-based practices): 包括“物理治疗”和“整脊手法”的按摩。主要侧重于身体结构和系统，包括骨骼、关节、软组织、循环系统和淋巴系统。常见的治疗方法有二种，一是“脊柱矫正”，二是“按摩治疗”。

4. 能量医学 (Energy Medicine): 可以分为二类，一是西医比较懂的项目，有生物电磁应用，包括脑电图、心电图、透热疗法、激光、射频手术。二是西方医师比较不懂的，像是不同能量场 (energy field) 对健康的影响，如电磁场中的磁疗和光疗，或是被称为“假设能场 (putative energy fields)”的生物场，像是气功、灵气、触疗。这些都涉及生命力。

5. 全医疗系统 (whole medical systems): 存在于不同的文化和传统里，具有完整的理论系统和实践经验，但西方常规医学比较难以理解，例如古代的印度阿育吠陀医学、传统中医，以及近代的顺势疗法和自然疗法。

五、开创整合自然医学新局面

东方传统医疗经过数千年的发展，书籍太多，项目太过浩瀚，导致门派太多，莫衷一是，各成一家，各自标榜，处于一盘散沙的状况，[17] 环视世界各地华人聚居的地方，自然疗法市场都非常混乱，这是面对西方自然医学兴起的最大隐忧。因此为了提倡有数千年历史经验的东方传统自然医疗，必须先有个具有整合能力的单位来担任此重责大任，先做古典医书的精粹选择，去芜存菁地整合，再做系统化的新理论建构，并加以推广，以培育现代药师佛的胸襟，方能和西方自然医学平起平坐。

本论文认为要建构出东方自然医学具体理论与发展方向，首先必须将现行各种疗法做整体筛选，因为“自然疗法”不全然等于“自然医学”，东方自然医学自古以来就是讲究“整体性”而非器官单一性的治疗，现行各种自然疗法都是单一操作手法，都有其局限性，且安全性也受到存疑，少数个人的成功例子不必然表示其普遍适用性。尤其是美国近年提倡“实证医学”，更是严格。因此我们可以拿美国辅助与替代医学的分类为骨架，加以调整，融入东方整体宇宙与人之间关系的思想，拟定出东方整合自然医学的强项，即可做为我们建构东方自然医学现代重点发展方向的参考，做为培育现代整合自然医学人才（现代药师佛）的重点学习科目。

以下就是本论文首度提出身心灵合医 (Trinity Medicine) 理论的架构与内容：

5-1. 基础理论：即辅助与替代医学列出的“全医疗系统”，再加以调整。

- (1) 中国医学——以《黄帝内经》《道家养生》为基础，撷取易学易行的精华，建立现代理论系统。
- (2) 回教医学——以穆斯林《医典》为基础，撷取易学易行的精华，建立现代理论系统。
- (3) 印度医学——以《阿育吠陀》为基础，撷取易学易行的精华，建立现代理论系统。
- (2) 西藏医学——以《四部医典》《佛家养生》为基础，撷取易学易行的精华，建立现代理论系统。

代理论系统。

这一项是最重要的基础理论工作，必须分别集合上述古代医典研究者，做新时代思维的重新整合，任何研修自然医学者必须视此为共同必修课程，以建立个人扎实的东方整合性自然医学学术基础。

5-2. 操作实务：

(1) **生物性**：即辅助与替代医学的第一项“天然产品”，将传统草药及植物药做科学化萃取，这本来就是数千年来东方医学强项，但必须结合 1968 年诺贝尔化学奖得主莱纳斯包林博士提出的“分子矫正医学（正分子医学）” [18]、“大剂量营养素治疗” [19]、“营养生物疗法”、1989 年美国创新医学基金会主席狄菲立斯医师提出的“营养医学（Nutraceutical）” [20]、“营养治疗（Nutritional Therapy，即必需胺基酸、必需脂肪酸）” [21] 等理论与方法，做有效整合。

(2) **物理性**：即辅助与替代医学的第三项“手法操作”，包括经络调理、整脊、整骨、足疗、按摩、针灸、磁疗、触疗等。很多项目本来就是东方传统的疗法。

以上都只是针对“身体”的部份加以调整，还没有办法做到世卫组织健康的定义：“完整的生理，心理和社会的福祉，不只是处在没有疾病的状态。”因此必须加上“心理健康”与“灵性健康”，这二方面在二十一世纪是相当重要的。

5-3. 最高境界：

(1) **心理健康**：在人格心理学和临床心理学中，美国心理学家杰哈塔（Jahoda, M.）的“心理健康”定义最为著名，他提倡“积极的精神健康（positive mental health）”，包括六个方面：①自我认知的态度。②自我成长、发展和自我实现的能力。③统一、安定的人格。④自我调控能力。⑤对现实的感知能力。⑥积极地改善环境的能力。 [22]

心理健康是指人的“内心世界”与“客观环境”的一种平衡关系，是自我与他人之间的一种良好的人际关系的维持，即不仅能获得确保自我安定感和安心感，还能自我实现，具有为他人的健康贡献、服务的能力。

(2) **灵性健康**：即“心灵疗愈（spiritual healing）”或称“心灵医学”，包括气功、冥想、瑜伽、灵性治疗、灵性扬升与转化等。这些主题是近年西方极多高级知识分子热衷的项目，

从现代科学角度来看，人是理性的动物，认为自己不过是一副血肉之躯，其实以现代量子理论来看，人体却是一连串“智能电磁信号”的组合 [23]，也是“灵性存有（spiritual being）”。近年量子物理学家已经提出“意识是物质的基本特质” [24]。

因此我们深信廿世纪的“生物化学、生物机械”时代必定转向为二十一世纪的“生物物理、生物能量场”的时代，也就是在“量子物理微观”下的生物能量场相互作用的时代，而逐渐进入更高层次的光时代。这个境界的到来，必然兴起“灵性疗愈”与“灵性健康”的风潮，我们由近年西方出版非常多高级专业人士所写的与灵性觉醒、灵性扬升相关的书籍，即可看出端倪。 [25]

六、结论

健康本身是一种“身体”与“心灵”的完整旅程，二者都需要得到适切的滋养，我们于七年前就在台湾提出“对身下营养”及“对心下营养”的观念，除了给予身体能够矫正疾病的正确的、活性的天然营养素之外，若能够凡事心存感恩、正面积极，倾听心灵的指引，思想正面积极，身体自然和谐健康，毫无疾病。若是只着重于物质层面身体的健康，无视于心理、灵性的负面影响，必然无法达成健康的基本要求。

本论文提出全新的身心灵整合自然医学系统思维，是以现代西方人能够接受的辅助暨替代医学（CAM）为骨架构，以东方传统自然医学基础理论为核心思想，以〈身（精）、心（气）、灵（神）〉的传统医学思维为本质，建构出符合现代人所需的身心灵全然健康的学理与疗愈方法，也才能够回归“上医治未病”的最高医疗境界，带给人类“回归自然，拥抱健康”的健康正道。

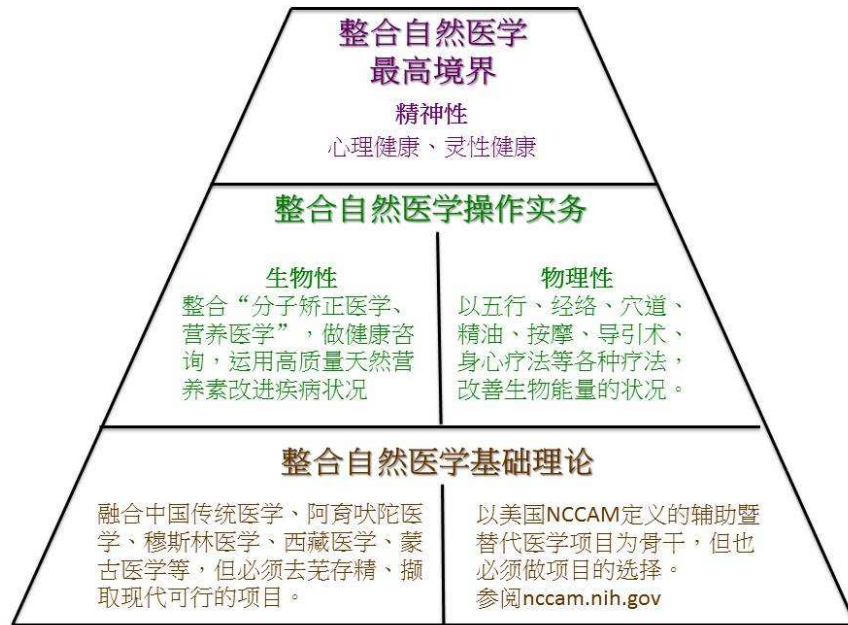
本论文认为〈身、心、灵三字可以换用现代语词〈生理、心理、天理〉三个层面来诠释。不过依重要性而言顺序应该调整为〈灵、心、身〉，因为身体的健康不只限于物质肉体，负面悲观压抑的心理状态绝对会导致身体发生疾病，而更高层次的灵性更是主导所有人健康的源头力量。当今是个科学发达的时代，因此我们必须将这些古代用语转换成科学语言，因此〈身心灵〉或〈精气神〉就必须转换成〈物质、能量、信息〉三个物理名词，方能用高等物理、量子论及宇宙论来做新的诠释。因此我们认为“灵”就是“宇宙信息场、意识场”，“心”就是“生物能量场、念力场”，“身”就是“物质体”。

所以未来能够促进人类真正健康的完整医学应该包含现代医学、古典医学和灵性医学三者，缺一不可。现就以这三种领域做先导性的观念架构如下：

灵-> 神-> 天理层面-> 意识、宇宙信息	->	天	->	灵性医学
心-> 气-> 心理层面-> 心念、生物能场	->	心	->	传统医学
身-> 精-> 生理层面-> 肉体、物质体	->	物 人	->	现代医学
		合 合		
		一 一		

由此可知中国自古讲“心物合一”就是要达成“心理和生理层面合一”，亦即物质肉体 and 自身生物能场（bio-energy field）能够合一；讲“天人合一”就是在讲“天理与生理层面的合一”，也就是每个人的肉体意识能够达到与自性（本性、空性、本我、元神）合一的最高境界，这也正是新时代思想所言的〈高我与小我〉的合一，或是佛教所言的〈空性与肉身〉的合一。

最后将本论文的旨意及架构以简单的图形表达如下，就教于各界医疗先进。



【参考文献】

- [1] 见 http://www.who.int/topics/mental_health/en
- [2] 唐代药王孙思邈把医生分为三种，即“上医、中医和下医”，他的代表作《千金要方》中指出：“上医医未病，中医医欲病，下医医已病”。
- [3] 见 http://www.businessstoday.com.tw/BusinessToday/Magazine_detail.aspx?type=paper&id=34
- [4] 见 <http://www.cwbook.com.tw/product/ProductAction.shtml?prodId=0000008526>
- [5] 见 <http://www.cwbook.com.tw/product/ProductAction.shtml?prodId=5927>
- [6] 见 <http://www.new7.com.tw/coverStory/NumList.aspx?NUM=1325>
- [7] 见 <http://www.new7.com.tw/coverStory/CoverView.aspx?NUM=1311&i=TXT201204181453564I9>
- [8] 见 <http://www.cwbook.com.tw/product/ProductAction.shtml?prodId=2586>
- [9] 见 <http://www.who.int/whr/1997/en/index.html>, The world health report 1997 - conquering suffering, enriching humanity。
- [10] 见 <http://nccam.nih.gov/health/whatisccam/>。依据美国辅助与替代医学委员会(NCCAM)的定义，能量医学包括“生物场治疗(Biofield therapies)”和“生物电磁基础治疗(Bioelectromagnetic-based therapies)”，其中“气”的运用属于此领域。
- [11] 台湾蒙藏委员会为增进人民了解西藏医学近年来的临床经验与实务发展，特于2004年10月16、17日在台北举办“西藏医学国际研讨会”，并针对西藏医学于癌症、忧郁症、妇女病的医疗效果，汉藏医学与现代医学之交流整合、西藏医学与文化等主题进行研讨。
- [12] 俄罗斯量子医学学会理事长格来博夫希涅尔博士说，“量子医学是建立在利用电磁辐射与人、动物和植物世界相互作用基础上的一个全新的、有效的、快速发展的科学方向。它是透过测度人体不同物质的震动频率，加以量化并作出分析，再以正确的量子震动频率为身体作出调节及平衡，令人回复健康的状态。”量子医学也透过测度不同天然营养品的震动频率，为患者提供最适当的健康调理。在预防医学上有着重大突破及贡献。随着人们对量子医学的逐渐认识，量子医学诊断、治疗和保健

等量子医学方向将成为二十一世纪医学发展的重要领域。

[13] 见 <http://nccam.nih.gov/health/whatisacam>

[14] 见 NCCAM 网页 <http://nccam.nih.gov/health/whatisacam/>

[15] 见 Wayne B. Jonas (美国 NIH 替代医学办公室主任) 与 Jeffrey S. Levin (国际次能量暨能量医学学会理事长) 主编的《Essentials of Complementary and Alternative Medicine》一书。

[16] 见 nccam.nih.gov/health/whatisacam#definingcam 网页, 特别提到 Some uses of dietary supplements—e.g., taking a multivitamin to meet minimum daily nutritional requirements or taking calcium to promote bone health—are not thought of as CAM.

[17] <对本会未来发展的期许: 建构台湾自然医学教育范型>, 吕应钟在台湾中华自然医学教育学会理事会上的发言。

[18] 见 <http://www.orthomed.org/>

[19] 见美国 Berkeley 大学网站研究

http://www.berkeley.edu/news/media/releases/2002/04/04_vitam1.html

[20] 见美国国家 Nutraceutical 中心网站 http://www.clemson.edu/NNC/what_are_nutra.html

[21] 分别见《医学百科》必需脂肪酸相关词条

http://www.wiki8.com/bixuzhifangsuan_106075/Similar.html, 及必需氨基酸相关词条

http://www.wiki8.com/bixuanjisuan_105155/Similar.html

[22] 见 Positive Mental Health 基金会网站 <http://positivementalhealthfoundation.com/>

[23] 《解读地球生命密码》, 芭芭拉马西尼克(Barbara Marciniak), 台湾世茂出版社。

[24] “量子力学”, 维基百科, <http://zh.wikipedia.org/wiki/量子力学>

[25] 台湾近年翻译出版西方有关灵性方面的书籍极多, 作者大多具有高学历, 如《灵性觉醒: 使生命发光的乔舒亚与马利亚灵讯》作者帕梅拉·克里柏 (Pamela Kribbe)博士;《生命之花的灵性法则》作者德隆瓦洛·默基瑟德(Drunvalo Melchizedek)毕业于加州大学柏克莱分校;《灵性治疗的艺术: 连结疗愈的能量成为治疗者》作者凯思·雪伍(Keith Sherwood)是一位享誉国际的治疗师及老师;《点燃疗愈之火: 灵性治疗, 最深的灵魂探索》作者凯若琳·密思博士 (Caroline Myss, Ph.D.);《改变大脑的灵性力量: 神经学者的科学实证大发现》作者安德鲁·纽博格(Andrew Newberg)医学博士、马克·罗勃·瓦德门(Mark Robert Waldman)宾州大学灵性与心智中心副研究员;《解读黄金球的灵性能量》作者克劳斯·海涅曼(Klaus Heinemann)实验物理博士等。