

# 我為什麼來南華

陳仲謀

自我負笈台中以來，長年在外，台北的家已是行旅中的驛站，有時候還落得無處歇腳；畢業之後當兵，退伍之後回系上助理三個月，然後應試至虎尾執教。誤人子弟一年半後，驚覺自己無論是知識還是技術都將坐吃山空，不進則退，因緣際會地考進了目前的工作崗位，從事訓練推廣工作，一晃廿多年就過去了，也在台南落了地，生了根，建立了自己的家，台北，離我愈來愈遠了。

## 少小離家老大回 鄉音無改鬢毛衰

我知道父親對我的期望，我也曾試著走走看看，卻由聯考決定了我的方向。由你玩四年當中，我學的是農業、機械以及教育；讀書、工作、成家的過程中，另有一番天地，讓我樂不思蜀。我不是讀書的料，家中堆疊的古籍醫書，是我一道難以跨越的障壁；父親讀書的精神毅力，是我一直揮之不去的夢魘。說我有什麼家學淵源，會讓我汗顏；我對中醫的瞭解，源自親身的體驗及父親責備中的漸悟，我對中醫的感覺，可說是又愛又恨，一直到我離開台北，我才知道脫離了中醫的試驗與試煉，也才真正用自己的方式對待自己的身體。

在台南的這些年，雖然組織變遷，人事更迭，工作也都還算順利，身體卻有了狀況；尤其四十歲那一年，好像就那麼一夜之間，不再能跑能跳了。今年，邀父親來台南過節，年夜飯過後，闔家在小樓上陪著父親。往常此時，我正和兒子搶著在虛擬世界中廝殺著。父親兀自看著書，我候著。許是兒子敲動鍵盤的手勢及螢幕閃動的光影吸引了他的注意，良久，他突然冒出一句話來：「這有什麼意思？為什麼不做些有意義的事呢？」那一瞬間，我開始認真思索我的未來——一個我一直不願去面對的禁地。

## 借問路旁名利客 無如此處學長生

在林佳谷教授、陳森和醫師、陳森勝校長等有識之士的共同努力下，南華大學經由教育部核准，正式成立了台灣第一所自然醫學研究所。三月十六日，在南華召開了「自然醫學學術研討會」，旨在該研究所尚未上路之前，廣納學界、醫界及社會各賢達人士的寶貴意見，以利「慎始」。我恭逢其盛，得窺全貌，雖然研討當中不免出現質疑、嘲諷之音，但會中揭櫫自然醫學的崇高理想，指引了我下半生努力的方向。

我得引述與會學者專家的部分言論，那是促使我建構自然醫學的輪廓以及我為什麼會來南華的原因：

☉ 根據世界衛生組織統計數字，人類的疾病 21%需靠藥物治療，63%可以運用自我自然潛能治癒，其餘 16%無法治療！……自然醫學療法因為它的有效性、通體性、簡易性、融洽性、無痛性、安全性以至低消費性，已使很多患者接受，亦使健康保險組織採納，特別對西醫治療無效的病症給以支付。(洪需濃—嘉義市洪婦產科醫院院長、德國國立科隆大學醫學研究所博士)

☉ 在人類的演化下，造成某些官能的退化，漸失去其原始適應自然的能力。今日除了喚

醒或再度激發我們本質、本性外，更要提供乙套「論之有據、言出有物、簡單易行、行（食）之有效」的方法……由於維生藥物與醫療器材的進步，今日社會造就出了許多生不如死的苟延殘喘患者，於是「安寧病房」、「自然死」等拒絕維生器的法案成爲時代訴求。又，癌症方面，手術、化療、放射線療法三部曲，期間所受身心的煎熬，這段偷生的代價甚高。這時忍不住要問，「醫」字爲何物，阻力乎？助力乎？是以「上醫」應該是在一個「無醫」的境界。（林佳谷—台北醫學大學公共衛生學系教授）

### 嫦娥應悔偷靈藥 碧海青天夜夜心

☉ 生老病死乃人類一直無法逾越的規限。不少人士認爲醫學（尤其西方）科技霸權漸已旁落，另有後殖民醫學之成形於亞洲，例如本土傳統文化之玄秘治療，和新紀元的整全健康運動之興起。特別於觀念上，對西醫只將人體看爲零件組合，疾病看爲病菌入侵、機件失靈等。西方醫學的打針吃藥成了人類最習慣的醫療方式，而且還常常只治標不治本，同一病症，不斷復發。這是唯物論西醫的致命傷，也是主流醫學亟待解決的問題。現代人對整個醫療體制及醫學觀念的改變，終於讓我們瞭解，人類原本屬於自然，何苦成爲化學物質的奴隸？……直到一九九〇年代中期，美國參議員湯姆哈金仍曾提到我們沒有花足夠的注意力在自然醫學療法<sup>1</sup>上，而每個人都應該運用態度、知識及預防觀念來爲自己的健康負責，這正是自然醫學療法歷久彌新的真義。（洪霽濃）

<sup>註1</sup>：應爲同類療法(Homeopathy)之誤(莊輝—南華自然醫學研究所長)

☉ 自然的本質是非人爲，醫學則是十足的人爲，所以，自然是自然，醫學是醫學，兩者是不應該混爲一談的。不論自然療法也好，自然醫學也好，它只是目前不得不的稱謂。它的定義充其量只不過是一種「崇尚自然的醫學」或「套用流行的醫學」罷了。如是這樣，最終依然擺脫不了傳統的框架，不是人類內心所渴望的寄託。……自然醫學的內涵，必須包括追尋及依據大自然的護生和優生本質，從事護生、維生、利生、厚生、優生工作的理念，來從事研究，才有前瞻性的價值可言。未來的醫生應該是站在「自然護生學」的立場，從事指導一切護生工作的工作者，徹底擺脫當前所謂的醫療行爲，做爲終極目標。也就是依據道德經「爲無爲」的理念，從事「醫無醫」的工作。（洪博銘—台灣自然療法專家）

☉ 自然療法起於「萬物與自然和諧共存」的概念：有機農業、清新的空氣、潔淨的水質與陽光等自然要素，是健康生活不可或缺的條件。現代醫學偏重於疾病的治癒，自然醫學卻是將眼光置於未病之先，注重天下少醫或無醫，不但是全民之福，更能省去或降低鉅額醫療開支。（陳森和—中醫師）

☉ 科學講「分」、講「微觀」、講「局部」，講「唯物」；中醫講「合」、講「宏觀」、講「整體」，講「唯心」。兩者道不同不相爲謀；但也可以相忍爲國，略異求同。（陳紬藝—中醫師、中華自然療法世界總會總會長、自然療法雜誌發行人）

☉ 世界衛生組織與聯合國兒童文教基金會，於一九七八年在中亞的阿木圖，提出「於二〇〇〇年時人人有健康的權利與機會」的口號，（“Health for all by the year 2000, WHO/UNICEF, Alma Ata, 1978”）；美國爲廿世紀的最後十年並迎接廿一世紀，提出“Healthy People 2000”政策；聯合國環境發展委員會在一九八六年提出「我們的未來—永續發展」（Our Common Future, Sustainability, UNEP, 1986）的口號以保護地球。（林佳谷）

☉ 自然醫學研究所應該朝學術架構之建立、全民預防醫學教育之推廣及古今自然醫學理論之整理等方向去努力，不可走向各種自然療法之實踐層面，也不是各種療法師之培訓單位……自然醫學研究所應以培養非醫師之上醫來貢獻社會，教育大眾正確的預防醫學觀念，使全民健康沒病，因此，林佳谷教授所言融合預防醫學、環境科學及心性學三方面，應是自然醫學最重要的學術基礎……而做爲上醫不是講醫術，而是要有崇高的心性，期勉自然醫學

研究所在成立之初，確立正確方向。(呂應鐘—台灣「幽浮」之父、南華大學通識中心教授)

☉ 自然醫學應該對「未病」與「已病」同時兼顧。「上工治未病」、「醫無醫」，當然是上策，但「已病」怎麼辦？不能任由非自然療法之病上加病。現在全世界大為流行自然療法，目的還是在救濟西方正統醫學之不足，我們正可趁此時機結合我國傳統之自然療法，使之弘揚於全世界，為生民謀幸福。(陳紬藝)

☉ 台北醫學大學醫學研究所下設有人文醫學組，畢業生授與文學碩士(Master of Arts)不是醫學碩士。相對於公共衛生研究所的畢業生取得公衛碩士(M.S. in Public Health)，南華自然醫學研究所的畢業生，應授與自然衛生<sup>2</sup>學碩士(M.S. in Natural Health)，而不是醫學碩士。(林佳谷)

<sup>註2</sup>：林教授謂「捍衛生命」之意

自然醫學研究所草創伊始，百廢待舉，身為第一屆的研究生難免無所適從，但是基於我對自然醫學的認識及憧憬，自然對此研究所建立了個人的一些期望。我不是醫生，也無緣成為一個醫生；但是作為一個生理行將步入下坡的人體而言，如何苟延殘喘，推己及人，倒是責無旁貸，捨我其誰。因此，我希望藉由自然醫學研究所規劃的課程，在短短兩三年內，能讓我學習到：

## 壹、瞭解醫學

醫學知識·浩如瀚海，無論中醫西醫，沒有個五年七載是無法出師的，自然醫學研究所雖不在培育醫師，研究生仍應該具備一些基本的醫學常識，包括：

一、傳統醫學理論—這是與自然醫學最有相關的基礎知識，諸如中醫四大醫典、中藥本草、針灸配穴、食療養生等，如何能在短短三學分的時間內一窺傳統醫學之全貌，對指導老師及無中醫背景的學生而言，無疑是一大挑戰。

二、現代醫學理論—想要發揚傳統，必先趕上時代，還要放眼世界；光是涉獵生理學、病理學、藥理學、精神心裡學等等現代醫學的基本知識，就已令人無所適從，遑論細究內、外、婦、兒各科，因此，我也只能量力而為，盡其在我。

## 泥上偶然留鴻爪 鴻飛那復計東西

三、自然醫學理論—讓人以自然產生抗病能力，幫助人體各器官恢復原有健康本能。陳紬藝總會長即明白指出：一九七九年，世界衛生組織呼籲，廿一世紀全球人類必將發展四個醫學：

- (一)異類療法(Allopathy) (即我們所說的西醫)—以反治反。例如「發燒退燒，發炎消炎」之類，一名「對抗療法」或「逆勢療法」。
- (二)同類療法(Homeopathy) —以同治同。例如「用引起發燒的藥治發燒，引起發炎的藥治發炎」，一名「順勢療法」。
- (三)自然療法(Naturopathy)—其特點為：
  - 1.重視自然療能，認為真正治病的是自然，不是醫生。
  - 2.重視疾病的統一性—萬病一因。
  - 3.認為疾病是朋友不是敵人。
  - 4.以食療為第一，輔以其他如運動、按摩、空氣、日光、心理、情緒、環境等。
  - 5.不吃藥，一名「不藥療法」。
  - 6.吃天然食品。
  - 7.保護自然生態。

- 8.推行有機農業。
- 9.主張王道治法。
- 10.提倡人人醫學、家庭醫學以及預防醫學。

#### (四)傳統醫學(Traditional Medicine)

也就是說，中醫是包含了上述的「同類療法」、「自然療法」、「傳統醫學」，我稱之為廣義的「自然療法」。

四、自然醫學方法—中國心靈科技研究學會認為，自然醫學療法就是利用合乎人體自然可接受的信號刺激，即利用冷、熱、壓力、電等，來激發人體與生俱來的生物能，讓身體發揮正常的生理功能；以其相互配合，達到調理身體各器官，增強人體對傳染病的抵抗力，強化免疫機能，以盡強身癒病之功效。

林佳谷教授指出：「自然療法可以有千百萬種，今日常用的療法有：生機飲食療法，水療法（溫泉、藥浴），蒸療法（藥蒸、水蒸），敷療法（鹽敷、臍敷、藥敷、背敷等），針療法，灸療法，藥療法（植物、動物、礦物），音樂療法，情志療法，氣功療法，行功療法，按摩、指壓、推拿療法，枕療法（睡眠療法），動物療法，藥膳療法，靜坐療法，日光療法，砂療法，芳香療法，心理療法，環境療法（如森林浴），氣候療法，薰療法，瑜珈療法，斷食療法等……」

辜公亮基金會和信治癌中心醫院亦曾在報導中指出：能改進或保護身體健康的任何行為模式皆可稱為自然療法。大致可分為：(一)宗教療法：信仰可得痊癒、算命、卜卦。(二)精神療法：靜思、冥想。(三)生理療法：巨量維他命（成藥、祖傳秘方、特異功能、健康食品種種）。

當然，除此之外尚有打坐、運動治療（如太極拳、八段錦、十巧手等）、水晶療法、生物電氣療法、藥草、掌療按摩、園藝治療、順勢療法、蜂針療法、靈體治療、點穴、能量治療、民俗療法、整脊療法、舞蹈治療等等。「救人的方法愈多愈好」，面對這些林林總總的護生、維生、利生、厚生、優生療法，也許只要習得個中二三，便足以防微杜漸，濟世救人。

### 唯將遲暮供多病 未有涓埃答聖朝

#### 貳、瞭解研究工具及方法

既然要作研究，少不得要利用各種研究的工具及方法，諸如：

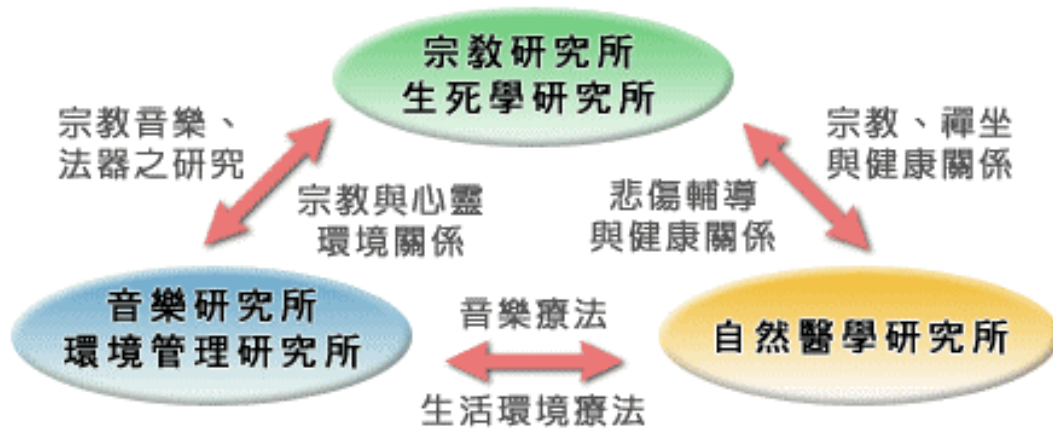
一、試驗設計與分析—包括：營養分析、有機食物分析、水質及土壤分析、環保及空氣品質的分析等等。

二、資料處理與統計—資料如何擷取、如何判讀及如何運用，如何統計、分析，如何撰寫論文等等。

只是，我給自己找了個難題，妄想用這些科學方法來驗證老祖宗的智慧，小者如「陰陽、表裏、寒熱、虛實」的八綱辨證，大者如：「夫守一者，可以渡世，可以消災，可以事君，可以不死，可以理家，可以事神明，可以不窮困，可以理病，可以長生，可以久視。元氣之首，萬物樞機。天不守一失其清，地不守一失其寧，日不守一失其明，月不守一失其精，星不守一失其行，山不守一失其不免崩，水不守一塵土生，神不守一不生成，人不守一不活生。一之為本，萬事皆行，子知一萬事畢矣。」【太平經佚文·聖君秘旨】

#### 參、瞭解自然

這裡所謂的自然，概指醫學以外的人文、環境範疇，南華人文學院原本就設有哲學、生死學、環境與藝術、宗教學等研究所，如今再加上自然醫學研究所，整合後剛好可以建構出完美的人生架構，如圖所示：



林佳谷教授認為：從「環境科學」中，可以了解生態觀（包括物質、能量、時間、空間及生物多樣性）與天人合一的自然法則，期使永續發展，並提升形而上的哲學觀。在「自我→人本→眾生」的境界提升下，莊子的「齊物觀」與「養生主」得以實現。……南華大學，更有其儒、釋、道兼修的意義與方便性，是以，《心經》、《金剛經》、《維摩詰經》等佛經，《道德經》、《南華經》、《清靜經》等的老莊思想，四書五經的孔孟儒家思想，與中國文化源頭的《易經》等，不能不學，如此可收「性命雙修基中本」的成果。

人，不是只要活著，而是要活得快樂舒坦，死，也應該死得安詳而有尊嚴。在各種醫療方法都無法解除人體病痛的時候，宗教或許成為最後的寄託場所，「自然」也是眾生幻滅的最終歸宿。如何為眾生尋求解脫，南華校訓或許可以指引我們一個方向：

### 行大學之道 開智慧之門 為中流砥柱 以化成人文

身也有涯，學海無涯，多年工作的經驗要求自己除了要講求效率、效果、效益外，方向尤其重要，自然療法雜誌的宗旨：「依據國父遺教，提倡醫道革命，復興中華文化，促進世界大同。宣揚中國的和全世界各國的自然療法醫學，建立人人醫學、家庭醫學以及預防醫學。」其中的「人人醫學」、「家庭醫學」、「預防醫學」，就成了我的最終目標及方向。

人人醫學—魏凌雲教授早在民國七十年，以「開創中醫工程」為題演講時便指出：「現代醫學是『化學醫學』，主要是靠藥物治療。將來『物理醫學』發達，人人可以自己應用物理診斷與物理治療，在美國、加拿大，患者如有手痛、肩痛、腰痛，大都自己購置儀器治療，預見『人人醫學』將代之而興起。」晚近各式電子醫療器材琳琅滿目，各顯神通，即可略知一二。而自然醫學更希望能激發人體與生俱來的生物能，讓身體發揮正常的生理功能，以却病強身，遠離醫藥，自己做自己的醫生。

家庭醫學—陳紬藝教授在「自然療法與國民健康」一書中指出：依據中醫之傳統，任何疾病，「居家治療」即可應付，根本無住院之必要。尤其是家人乃最佳之護理，親情為最好之藥物，任何護士，無法取代。而醫院呢？據最近之報導，其「院內感染」之情形，十分驚人。醫院反而成為「細菌培養之溫床」，護理人員與醫師，也很容易成為『疾病最嚴重的傳播者』。……醫院中除了衛生問題外，諸如管理問題、飲食問題，任何一種疏忽，都對患者造成不利。而其中最為不人道的，就是兒童住院禁止親人陪伴，住院分娩把嬰兒與母親分開甚至錯抱嬰兒等，迫使西方國家的母親們起而組織「全國醫院留醫兒童福利協會」，和今後西方國家的趨勢，將大大流行「在家生產」。……就是死，我們也要死在家裏—「壽終正寢」，如果

能「兒孫繞室」，更是死得幸福。……美國醫學會作過調查，幾乎有百分之九十五的醫生說應讓病人「莊嚴的死亡」、「平靜地死亡」、或「自然地死亡」。……而現代醫療却把垂死病人送進加護病房，其情形又是如何的呢？請看孟德森<sup>3</sup>的描述：「如果不幸，你的生命終點將要來臨之際，醫生無疑會將你放置在一個每天需要花費五百美金，而且設有最新電氣道具的床上，直到行將就木之時，便有一羣你不認識的陌生人在聽你最後的呻吟。因為這些陌生人乃是被雇來分離你和家人的，所以，你將不會有任何機會作最後一次的對親屬發。生命結束的聲音，只是心電描記器發出的電哨聲。而來探望的親戚，他們只能照付帳單上所列的價款而已。」這真是成了「飲恨而終」，試問人生如此，又有何價值之可言？！

註3：「醫學叛徒自述」作者

林佳谷教亦指出：時下的醫學教育，醫院有其附設醫院；自然醫學的附設實驗室應是一處農場或是一處自然村。德國有諺語：「農夫與醫生不分軒輊。多建一處休閒農莊，可以少蓋一座醫院，至少蓋一座監獄。」推廣自然醫學則希望能達到「醫院無病房」的境界。

預防醫學—民國七十三年台大醫學院院長楊思標曾在民生報「醫師的話聽一半就可以了！」一文中指出：「醫療是生物學、醫學、社會學、生理學的總結合，不是純粹的科學，沒有百分之百的。」尤其現代醫學隨科學之進步，常常發生今是而昨非的情事，有時一半也不能相信，所以醫師的話，能聽一半也就不錯了。可是病人往往病急亂投醫，也往往淪為醫師的試驗品而不自知，所謂「一將功成萬骨枯」，那些名醫藥師在享受濟世救人的榮耀光環之餘，可曾午夜夢迴自愧於失手的冤魂？

我們只有一個地球，只有一個你，也只有一個我，却都活在聲、光、電、化、空氣污染的環境中，吃著精製、基改、人造的垃圾食品，「人」愈來愈不「自然」了。一個用了三、五十年的軀殼，難免需要修修補補的，機械界有句名言：「保養重於修理，修理重於購置。」我們無法再買一個你，也無法再製一個我，「預防重於治療」是我們明哲保身的最後一道防線。

唐朝名醫孫思邈「上醫醫國、中醫醫人、下醫醫病」，「上醫醫未病、中醫醫欲病、下醫醫已病」的觀念，不但是今日公共衛生學與預防醫學的源起，更是自然醫學所擅長的領域，因此，衷心期望自然醫學研究所能為國人開創「醫國醫未病」的遠景。

東門酌酒飲我曹 心輕萬事皆鴻毛

洛陽親友如相問 一片冰心在玉壺