

人體健康的『新常態』

美國自然醫學研究院 研究員 賴正國

經絡檢測可以在短時間內探測體內十二經絡的能量虛實狀況，判斷與經絡相對應的五臟六腑運作機能是否正常；其核心的功能主要有二，即為檢測整體的能量是否充足，以及能量的分佈是否分配均衡，此二者是所有經絡判讀的核心基礎。然而，這二個判斷資料之中所蘊含的意義容易遭到忽略，一般使用者初接觸經絡檢測儀器，很容易被那些高低不等的經絡資料所吸引，於是汲汲營營的去探求每一條經絡的高或低是代表哪一些疾病、然後再研究這 24 條經絡資料各有七種盛衰狀態的排列組合進行綜合判斷，越深入研究就越覺得這些資料所蘊含的資訊實在是高深莫測。科學化的經絡資料是一項新的學科，必須釐清基本的學術理念，後續遇到判讀上的問題才能依據基礎的邏輯概念進一步的深入探討。

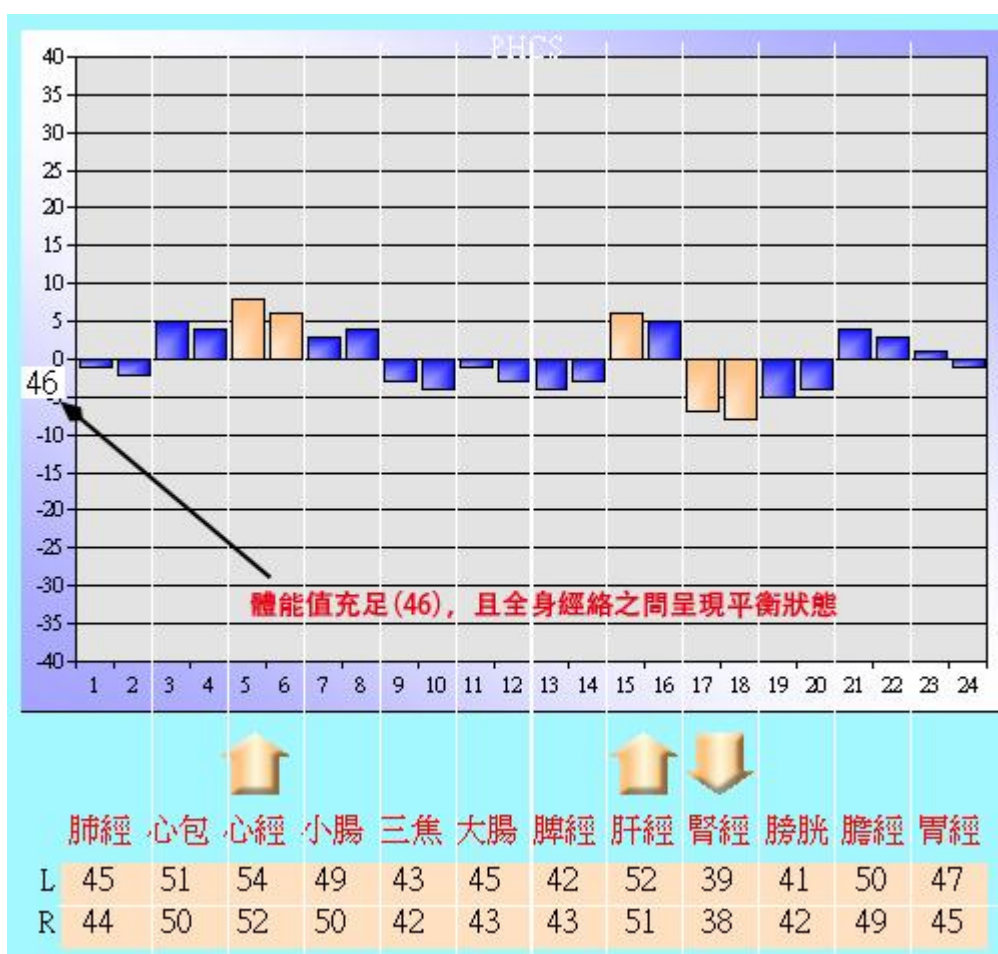
每個生命體都具備基本生存的運作能力，中醫將這種能力稱之為『正氣』，類似現代科學提出的『生命力』觀點，在經絡圖中則以『體能值』的數據代表正氣的強弱。正氣又可分為二大類型，其一為對外來病邪的防禦能力，簡稱為「抵抗力」；另一個則是自我修復與自我療癒的能力，稱之為「自癒力」。

如果將『正氣』的概念以財富的多寡做為比喻，最高的財富設定為 100 萬元，最低的財富設定為 0 元，則最佳的財富配置大約落在 40~60 萬元之間；財富過高並不恰當，容易疏於保養與防範而飛來橫禍或遭致突發性的災難，《易經》的「亢龍有悔」，老子的「物極必反」，孔子的「過猶不及」等成語，都是形容類似的狀況；在人體健康上則容易造成過敏、猝死或生理機能急速衰退。反過來說，如果因為某些因素而導致財富逐漸減少到剩下 20 萬元，這時候雖然仍可勉強存活，但是生活的水準勢必無法與擁有 50 萬元的人相比，一旦遭遇突發事件需要用錢的時候恐怕就無法承擔而需要依靠外援；這種情況在健康上來說就是需要住院，依靠外來的藥物或手術等治療手段了。

體能值過高或過低這兩者都不恰當，維持均衡的中庸之道才是人體最佳的狀態，也是中醫思維的精髓。

正氣的強弱可直接影響到人體的健康，這種與生俱來的珍貴能力則循行於經絡系統中。經絡系統是人體中最完整的循環系統，為組織液、血液、以及淋巴液等三大循環系統的總合，這個完整的循環系統除了供應人體細胞所必須的養分、氧氣、水份之外，也一併將細胞運作後所產生的垃圾帶走。

除此之外，所有外來的病菌與邪氣也在經絡系統這個地方搏鬥，透過經絡系統的循環能力供應源源不絕的生力軍，以提升戰鬥能力對抗外來的入侵者，這就是人體的「抵抗力」。抵抗力越強者，即可在病邪入侵體內臟腑之前，就在經絡系統中被消滅。在正氣足夠強盛且沒有受到病邪侵擾之時，人體感覺精力充沛，隨時充滿著活力，這時候看到的經絡圖是體能值在正常範圍(40~60 之間，以 50 為最佳)，而所有的經絡也處在平衡的狀態，如圖一所示。

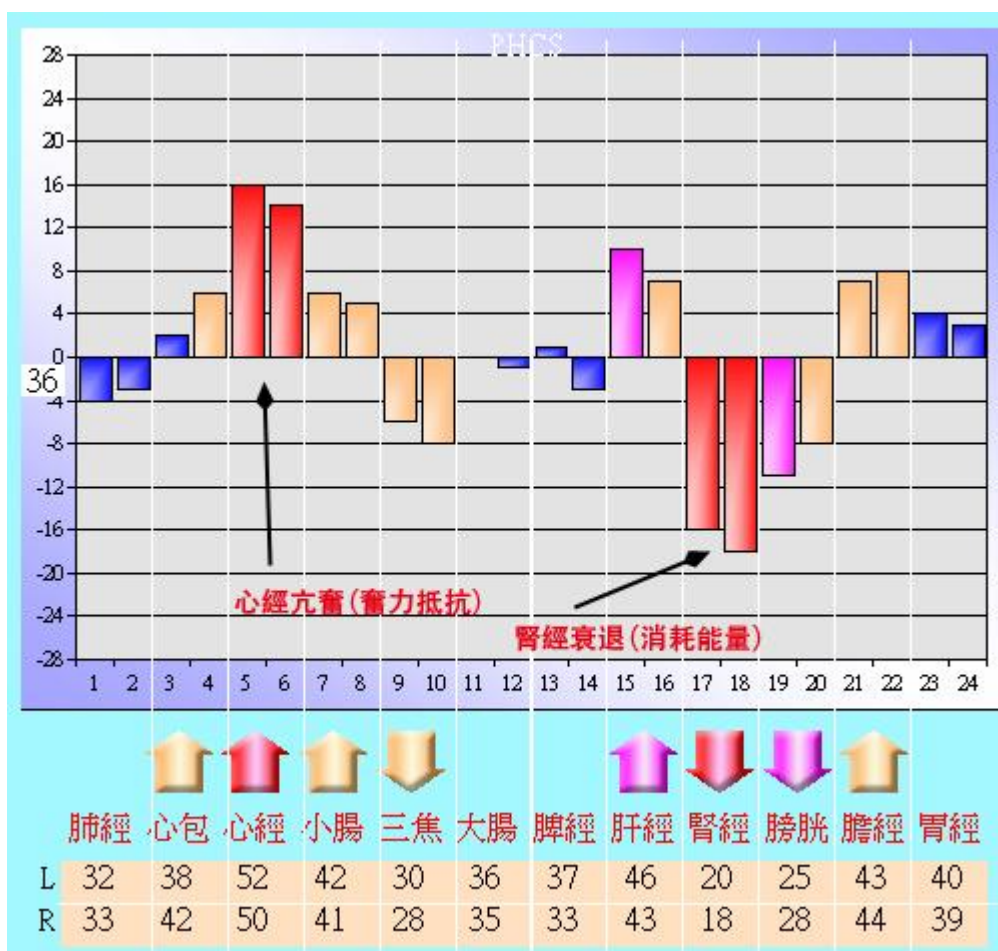


圖一：正常情況下的經絡分佈圖

然而，並非每一個人的抵抗力都是相等的，即使是同一個人，也會在不同時空下而有抵抗力的盛衰之別。人體會因為飲食不當、作息不調、環境污染、身心疲勞、久病纏身等不良因素，導致抵抗力的下降，如果剛好在這個時機點遭遇到強大病邪的侵擾，就很容易棄守防線而被病邪入侵至臟腑，進而發病。此時經絡圖將會呈現體能值下降，且個別經絡則出現高高低低的不均衡狀態。

於此正邪相爭之際，可判斷身體是受到哪一種邪氣的侵擾，如果是心經過于亢，則代表受到熱(火)邪的侵擾，這是因為心經與小腸經的本氣為火，此二條經絡之中儲存著火的正氣，所以熱(火)邪來犯時即由這兩條經絡挺身對抗；這種以火的正氣來對抗火邪，如同防禦的擋火牆對抗侵略的火焰，是屬於正面阻擋敵人的《防禦軍》。

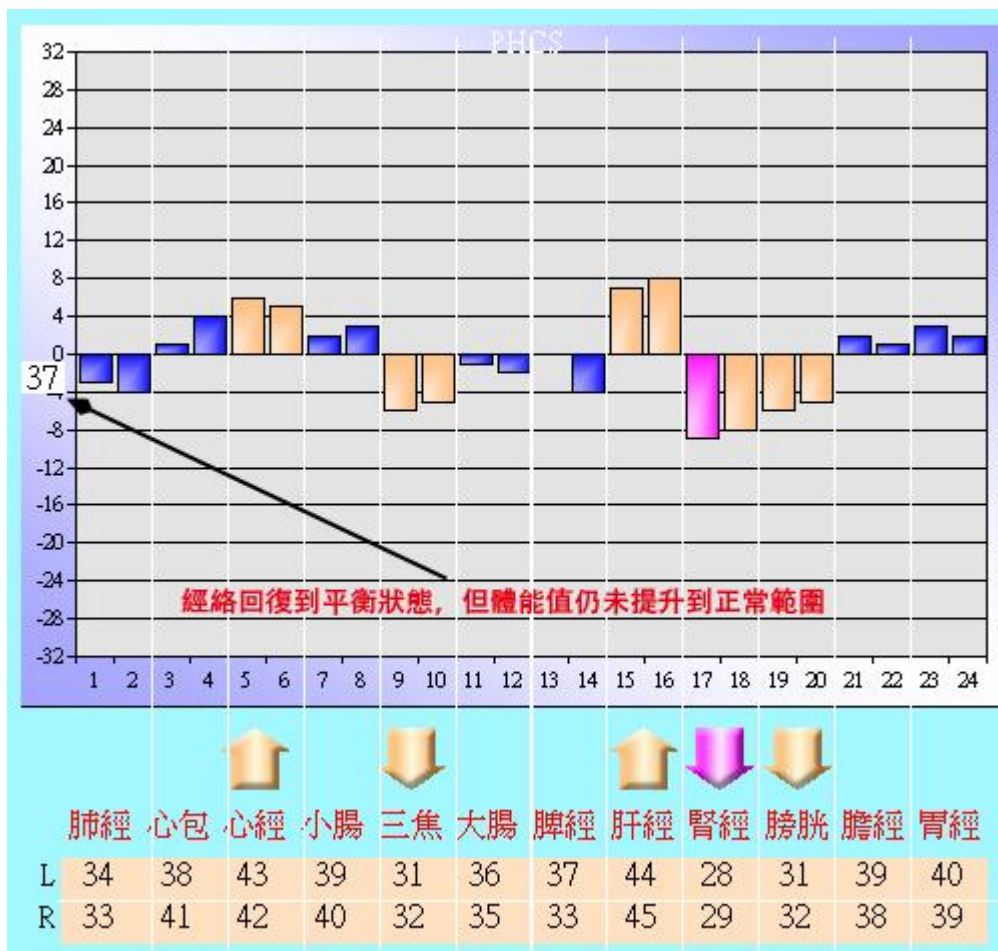
如果光是憑藉著火的正氣尚不足以抵禦火邪，則必須要調用寒(水)的正氣來幫忙滅火，此時可以觀察到儲存寒(水)正氣的腎經或膀胱經，其數值明顯下降，這種用相對能量來降低對手侵略能力的模式則屬於《反抗軍》；就如同侵犯的火勢太過於強大，防禦用的擋火牆無法獨立抵擋大火，必須再加上水的降溫作用，結合兩者的力量共同抵擋與撲滅來犯的大火，如圖二。關於六氣與六邪之間的互補關係，可參閱拙著：『經絡檢測指導書』中的『人體氣機循環系統』章節中的敘述。



圖二：遭受邪氣侵擾的經絡狀況

有些人的抵抗力實在太過虛弱，而邪氣則十分強盛，防禦與撲滅的力量也是兵敗如山倒，則病邪不僅會長驅直入傷害臟腑，還有可能會直接危及性命，即為急性的病症，此時體能值會降得很低、且經絡仍然還是嚴重的不平衡狀態。

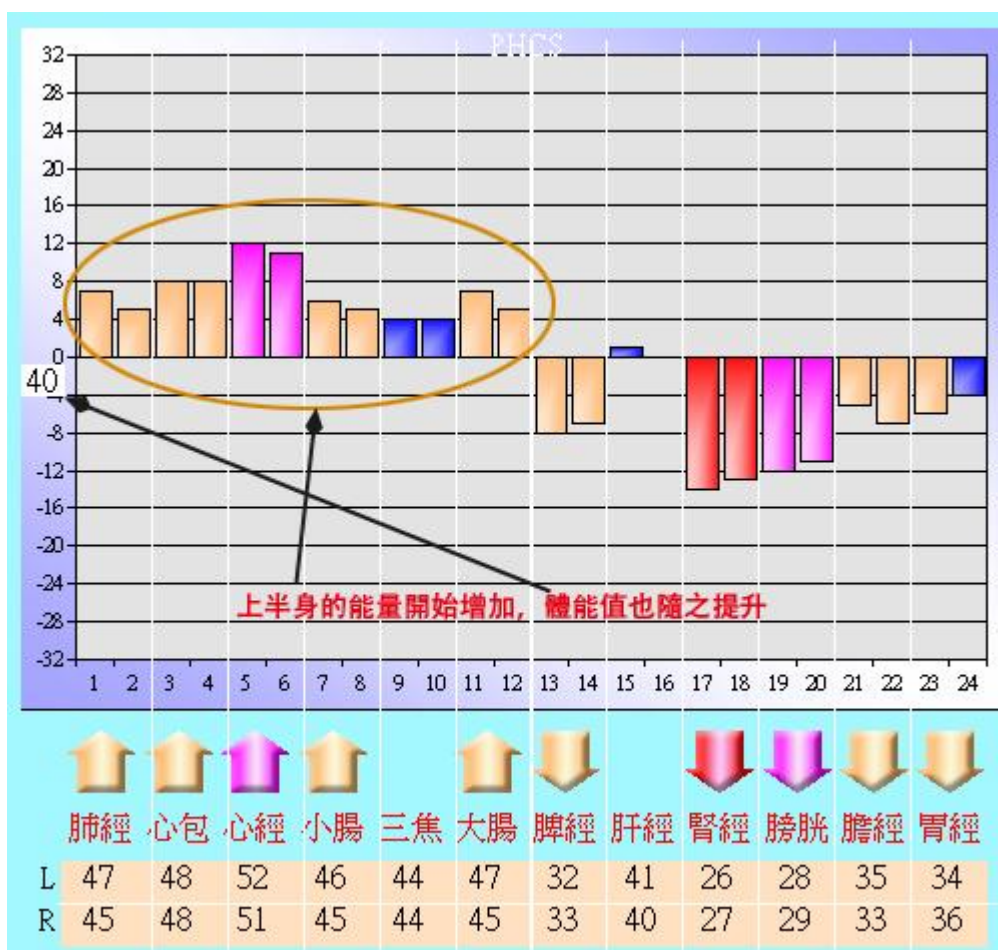
然而，如果在攻守雙方激戰的過程中，來犯病邪的病勢也跟著正氣一起衰退，侵略的攻勢最終還是被虛弱的抵抗力給勉強抵擋住了，這時候人體在感覺上似乎已經恢復正常，但實際上卻已經傷害到臟腑的機能，這時候的體能值會比患病前來得低，經絡則是恢復平衡的狀態。如圖三。



圖三：動態平衡機制啟動，調整人體能量分佈，建立新的平衡，為低水準的新常態

人體會因應個體狀況和環境因素，自行啟動自我調適與應變機制以取得動態的平衡，這個「動態平衡」的衡量基準就是經絡檢測當時的體能值。當人體由於年齡較長、或長期受到疾病的侵擾，防禦機制一次又一次的敗退，體能值就會越來越低。這時候動態平衡機制為了讓生命能夠在儘量正常的情況下存活下去，會將經絡調節成低度水準的狀態；在這種「底氣不足」的狀況下，即使經絡是平衡的，也不代表沒有疾病，我將這種現象稱之為：『人體健康的新常態』。除了動態平衡機制以外，如果患者長期依賴藥物來維持正常的生活，也會形成另一種人體健康的新常態，在經絡圖上也同樣會呈現低度的水平。

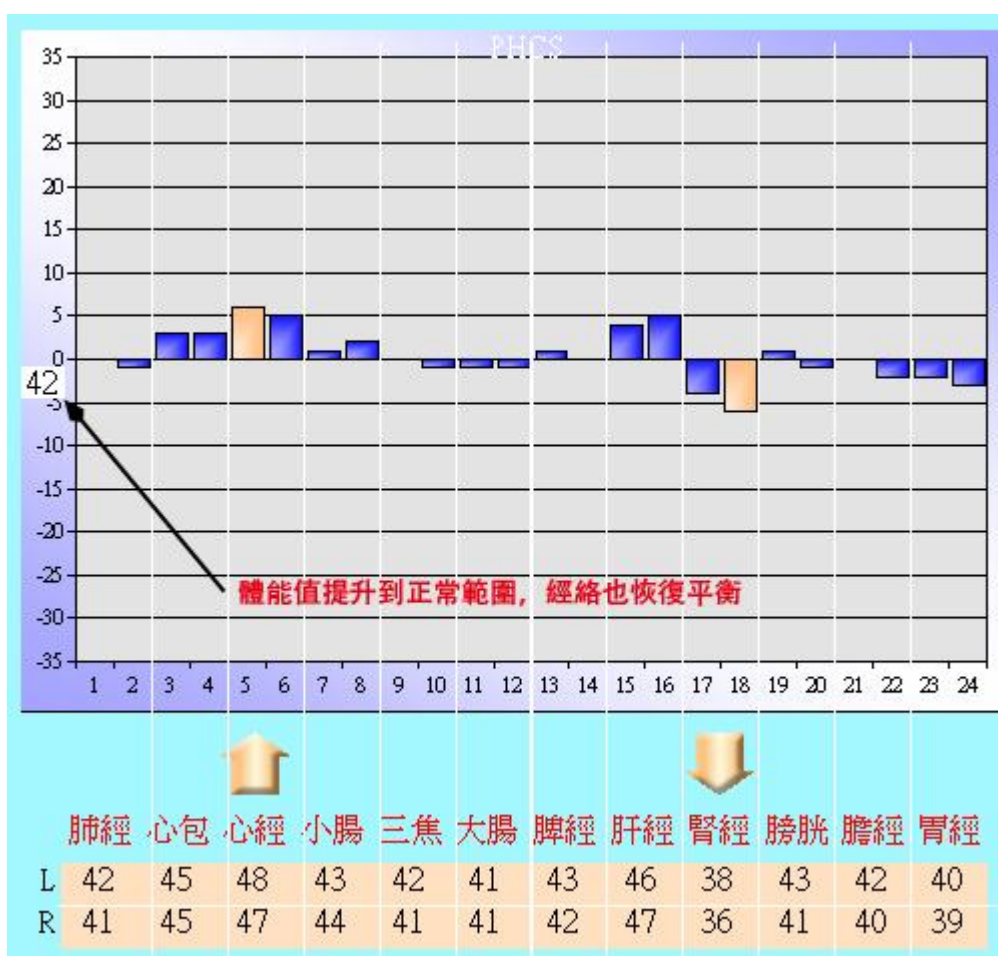
在低度水平的新常態的模式下，患者不一定會感到不適，一旦在這種模式下突然接受了某些療程，或生活飲食、作息、環境等因素改善了，人體就會啟動另一種正氣，即『自癒力』。自癒機制一旦啟動，則原來虛弱但沒有病痛感的狀況，或多或少會產生異樣的感覺，少部分人覺得舒適，但大部分的人卻會感到不適，此時經絡圖將呈現混亂狀態，這就是所謂的暈眩反應，也就是俗稱的『好轉反應』。在此階段亦可觀察是哪些經絡率先獲得自癒力的支援，如圖四。這種情況最常發生在長期壓力疲勞、睡眠不足的人，一旦放鬆下來舒舒服服的睡上一覺，醒來後就覺得頭痛、四肢酸痛、渾身上下不自在，還以為是睡得太多而導致生病，其實是自癒機制啟動的現象，這種現象同時也是對人體發出一個需要調養身體的警告。



圖四：自癒能力啟動，逐步拉升部分經絡，此時能量分佈開始混亂

在中醫的觀念裡，疾病怎麼來，就該怎麼走，在好轉的過程當中難免要重新經歷原來惡化時的過程，然而很多民眾因為好轉反應帶來的不適而感到恐懼，因而放棄了進行中有效的療程，使得身體回到原來未調理時的狀態，實在相當可惜。當然，不是每個療程所產生的不適感都是好轉反應，也或許是副作用或反效果，因此透過【經絡道】的輔助判斷是相當重要的關鍵環節。經絡道運用最準確且最穩定的專利電磁感應技術，以非侵入的方式將中醫的概念以客觀性的資料呈現，使得傳統醫學得以具備全球通用的生理標準，其預防的價值與意義遠超過昂貴的影像醫學儀器。

自癒機制啟動而產生的好轉反應通常不會維持太長的時間，通常在一至七天左右。一旦經歷了這個過程，體能值將有所提升，經絡也會從好轉反應時的混亂狀態逐漸恢復平衡，這也是動態平衡機制所調整的新常態，如圖五。



圖五：動態平衡機制再次啟動，將能量平均分配，調整成健康的新常態

單憑一次檢測的經絡圖，並不能夠借著混亂或平衡來完整的判斷是否健康，混亂狀態通常是人體正在變化的時候，或許是變好，也或許是變差，必須要觀察體能值的變化趨勢呈現上升還是下降，另外女性的生理期、更年期、以及小孩的青春期也會呈現相對混亂的狀態。而平衡狀態也能不代表完全健康，如果是低水準的平衡，則表示身體有些疾病纏身，但被動態平衡機制或藥物調整為能夠正常生活的新常態。

這種新常態對生命而言是一種相當重要的能力，與機器設備比較之下，零件壞了就是壞了，並不會自我修復，也不會自動調用其他零件的功能來協助這個壞掉的零件，因此即使是一個小零件故障，整台機器就不能運作了。但生命不但可以在最大限度內自動修復這個零件，更可調用其他器官臟腑的資源來協助人體繼續運作，這功能的確是造物者賜給人體最大的恩惠。