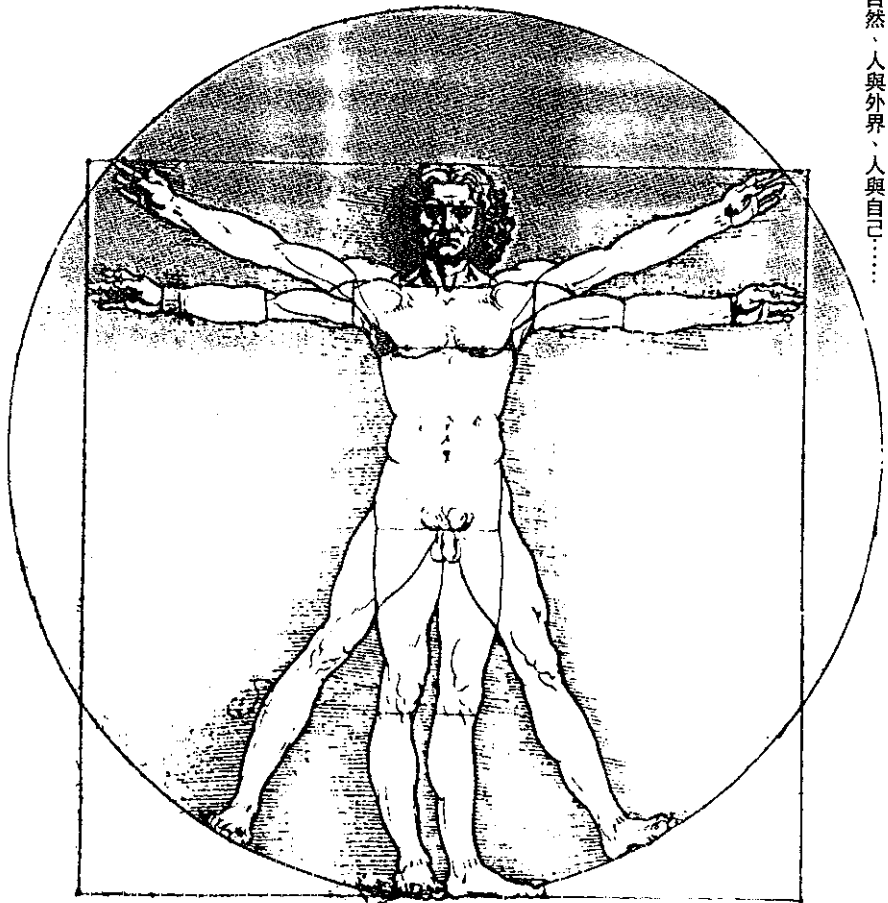


# 自然療法的科學基礎

袁大明

許多人以為自然醫療是一種古代的醫療法，雖然歷史悠久，但缺乏科學的證實。這類講法，在表面看來似乎言之成理。但是內中是大有問題的。雖然，古代流傳下來的醫療方法未有人以現代科學的方法加以證實，尤其是以現代醫科認為最嚴謹的「雙重盲障」的考驗。但這只是指出這種醫療方法未被「雙重盲障」的方法證實。但並不表示這種方法是無效，或者是錯誤的。要知道，這類的科學探索是要花費起碼7000萬美元，去做一次有效的實驗。因此，很少人願意花這筆龐大的研究費用，去對任何藥物作研究，或去推翻某種醫學理論，除非能夠取回利益，賺回研究經費。因此，除了一些財雄勢大的大藥廠，為了製造新的藥物而去爭取專利權之外，其他企業根本不會考慮花錢去證實傳統醫療或某些自然草藥或維他命的效益。結果，自然療法未被科學證實之說，就經常被反對自然醫療的人士引用。話雖如此，自然醫療在近年來已經有很多的研究去證實其效用。尤其在草藥、食物、同類療法、脊神經治療，近年不斷有新的研究陸續加以證實其療效。相信在不久將來，以自然療法無科學根據去排斥自然療法再不能成立。

其實，要證實某種醫療方法是否有效，並非祇得一種「雙重盲障」的方法。自然醫療的整全觀念，認為人之發病起因是多方面的，而治療亦需要顧及整個環境各種因素綜合的影響。科技醫療所採用的「雙重盲障法」是一種還原的科學論。在探討過程中，必須將一切的因素固定後，才能夠集中其中一個因素的探討。這種假設與現實環境大不相同。它只是一種假設局面。現實中的環境各方面是不斷變化，是各方面同時間地變化，而互相



衝激影響而存在。自然醫療是針對病人與其環境整體的關係，與還原論為基礎的對抗式醫療，俗稱「西醫」，是有基本上的分別。只要符合本身的理論基礎，兩者都是屬於科學的、理性的、合邏輯的。但是如果強將自然醫療以對抗醫療的模式去研究，是不合理，亦是矛盾的行為。最終注定失敗。

自然醫療蒐集數千年來各地不同文化背景流傳下來醫療方法。這些往往是從觀察中領悟出來的方法，加上時間的考驗，去蕪存菁。這是人類智慧與經驗的結晶品。祇要是符合自然療法的哲理和原則，都會被採納。其中包括所有醫療共有的學問，例如：身體各組織結構的知識、外界環境對身體的影響、疾病的過程等等。自然醫

療並不盲目反對科技，祇要是合適的，不盲目追求更大更複雜的科技；在符合自然療法的哲理和原則下，都會被採用。現時，自然醫療人員正不斷從新的領域發掘高科技的診斷方法，例如，採用電子物理的工具去探討疾病的先兆。

## 自然醫療的藝術

如何將一種哲理與科學應用於人的治療是自然醫療的藝術。自然療法醫生需要培養出一種能力，幫助病人了解疾病的前因後果。「醫生」原意是「導師」，醫生的工作亦應是教導病人如何作適當的預防疾病措施，所作的選擇會如何影響他們的健康，進而引導病人如何達到健康之最高水平。 ■

人與自然、人與外界、人與自己……