

文／林佳谷 台北醫學大學公共衛生系

葯乎？藥乎？

少要(藥)是葯， 「戒、定、慧」三要學是真葯學



攝於日本九州福岡國際機場 2005.07.01

原本快「樂」的心情，在「吵」雜的環境下，非常惱人，於是樂上加個草字頭，有「藥」字之出現，並云：「藥就是毒」。最早，藥字似應與噪音有關。今人每談及藥字，總以非常心態來恭維自然界的草木，其牽強的解釋是：原本不舒服的身體，在吃過了草根樹皮或葉子後，身體為之輕鬆，帶來快樂。

樂字有三種讀法，「一么、」、「力亡、」、「ㄣせ、」，各有其意：

樂（ㄣせ、），與「悅」音似，代表樂音，音樂；也是一種姓氏，如樂毅（戰國時代人物，于284 B.C.率燕等5國聯軍陷齊都臨淄，與春秋時代之管仲齊名）。

樂（力亡、），快樂之意，身心快樂是健康的無上法門。

樂（一么、），與「要」音似，喜好之意，也代表欲求。

今若有1人，名為「樂樂樂」，該如何稱喚其名？也許「ㄣせ、一么、力亡、」會是一個較合理的命名。因為ㄣせ、是姓氏，一么、代表意願的取決，力亡、是有顆快樂的心，過快樂的生活。

樂自有其象形之本意：象大鼓（「白」）小鼓（左右邊的兩個「么」）懸在木架之形，即「樂」。顯然它具有音樂、快樂的意義。不過似也可解釋做徜徉於山林林「木」之間，抬頭仰望藍天「白」雲，「兩耳」聆聽蟲鳴鳥啼與微風吹過樹梢的天籟之音，藉著音響的效果帶來身心的愉悅。

在遠古時代，噪音代表即將到來的災難，比如，山川巨變、洪水猛獸來襲前之預警，由於噪音所帶來的腎上腺素（adrenaline）的分泌增加，這是今日「fight or flight（打或逃）」理論的基礎。

其生理效應，包括：瞳孔放大、心跳加速、血壓上升、腸道蠕動緩慢等交感神經抬頭、副交感神經被壓抑的不利健康情況。

有感於此，既然噪音是一種吵鬧，而「吵」與「草」音同，原本快「樂」的心情，在「吵」雜的環境下，非常惱人，於是樂上加個草字頭，有「藥」字之出現，並云：「藥就是毒」。最早，藥字似應與噪音有關。

今人每談及藥字，總以非常心態來恭維自然界的草木，於是就有「藥者，吃草為樂力亡、」等難以理解的詞句出現，其牽強的解釋是：原本不舒服的身體，在吃過了草根樹皮或葉子後，身體為之輕鬆，帶來快樂。

「葯」是藥之俗體字，出自《宋·集韻》（ref.《新辭典》，三民書局，1989）它不是大陸簡體字下的產物。平日由於它的字型簡化，少被用在正式場合，更少被認真思考過。在日文漢字方面，只是從樂字的略簡化而有「樂」（たのしい）與「藥」（くすり）的用字，並沒有葯字的獨到思維。葯，音一么、與「要」字同音；文前提過的樂一么、，有喜好、欲求的意思；但葯字雖是藥的俗體字，但有制約、少用、不用的匡正意義。它有《老子·清靜經》中所強調「欲求、妄想的降低」或「少要、不要」等葯字上那層用艸要簡約、制約的反面省思。

人原本是可以「不病、不醫、不藥」的，只因名、利、權的要求太多以致不能清靜，而不能達到「清靜而長壽」的境界，也是身心病痛的原因。「假藥醫真病，真病無藥醫」，世間原本無所謂藥的東西，也許從大自然的天籟之音去尋求快樂，才是

人間的妙藥。

這時讓人聯想起董尼才梯(意·Gaetano Donizetti, 1797-1848)的歌劇「愛情妙藥」或「愛之甘露」(L'Elisir D'Amore, 1832)與它的主題曲「一滴美妙的情淚」(「Una furtiva lagrima」),如泣如訴,充滿真情。獲得芳心的結局,是借助於一劑「愛情的妙藥」?還是一筆意外承襲的遺產?再加上這一曲感人肺腑的情歌。劇情令人發笑,也認知安慰劑的效用(placebo effect),與音樂的甘露效應(註)。

「藥就是毒」是藥學導論的警世名言;而瑞士毒物學家Paracelsus的拉丁文名言: Sola dosis facit venenum. (英譯: Only dose makes toxicity.) 「劑量決定毒性」,是葯字最好的註腳。在新世紀藥學教育的發展方向,「臨床藥學」(clinical pharmacy)似乎是個主流,於是有延長修業成六年的議案。因考慮另有它就意願的學生,擬以「六-四」並行制來規劃。顯然,在六年制的教育下,多用藥多調劑藥方必將是新制下藥師的使命。

有感於此,建議pharmacy教育,請先由正名開始,以「葯學」代替「藥學」,或可導正時下不健全的觀念。佛陀被譽為「大醫王」,以「戒、定、慧」三要學來破除人類最大積弊的三毒「貪、瞋、痴」。新世紀pharmacy教育的「要學」課程,應是從葯字上的制約意義去探討「不病、不醫、不葯」、少欲、不要、不藥的心性道理,才會是人時下醫藥學與自然健康養生學的比較

時下醫藥學	自然健康養生學
病→醫→藥	不病→不醫→不藥
一針、二灸、三用藥 對抗式療法	不藥,平時規律生活 保健,葯食同源 哲學養命,自然養生
醫→醫 病菌論 (germ theory)	醪體有別於酒的意義 強調音響能量的意義
藥字(中)、藥字(日)、 pharmacy (英) 藥就是毒, 一種毒性變識之學	葯字 少藥、不藥等制約意義
外求,借助他力以應對 上醫、中醫、下醫 上藥、中藥、下藥	內省、少欲、少要 的修持 「戒、定、慧」三要學 是真葯學
醫藥是用來對抗病症、 緩和病情所帶來的痛苦	快樂是身心健康的 無上法門 愉悅的聲音是快樂 的泉源 身體的排毒與免疫力 才是真健康

類更大的福祉。

註:「愛情妙藥」劇情說明:

窮青年農夫Nemorino愛上富家女Adina, 女方不搭理,他以積蓄向江湖郎中買了一劑「愛情妙藥」,借藥壯膽,在對方面前獻殷勤,但不管用,女方不但不領情還嫌煩,更當下決定下嫁一軍曹。江湖郎中要他再試一劑,但農夫身無分文。這時傳來農夫伯父過世消息,他意外承襲了一大筆財產,一夕之間全村姑娘都愛上了他,女主角也抱憾傷心。於是Nemorino擁抱Adina唱了這一曲「一滴美妙的情淚」,終贏得芳心,以喜劇收場。

具強化免疫力的生機食品

文/陳潤卿 美華防癌協會營養顧問

研究癌症及治癌方法已經30多年的董大成教授,原本也是想用人工合成的藥物來治癌、抗癌。但是後來在研究中,發現天然食品中含有抗癌的成分,於是科學實驗來研究是哪些天然食品的何種成分具抗癌的作用。

這些研究的成果,實在令人興奮!因為醫學研究的原則本意,就是希望幫助人如何從日常生活中,能夠作好保健身體的工作,以預防生病,達到預防勝於治療的目的。

由於癌症治療仍為不易,方法仍為不足,所以具有防癌、抗癌之生機食品之研究便顯得很有意義,值得認知。

從董教授最近幾年退而不休的研究中,讀其研究報告,我看到這些抗癌生機食品所具有的特色如下:

1. 這些生機食品材料都是來自台灣本土之作物。以產價普及化之素材作為研發之原料。
2. 這些材料原本未被重視,因為一般人不知其成分之生理作用,但是經過生化研究證明,它們在體內是一種生物反應調節劑(BRM)的角色,的確具有強化免疫力之作用。
3. 這些產品都是經過實驗後,以生化科技加工製成,保有生理活性價值,且便於服食之液體或錠劑或膠囊食品,類似維生素之意義,或許可稱之抗癌維生素。