

最近科學界有一個新學說，叫「平方根定律」(福岡伸一^{ふくおか しんいち})，講到了中國人說的「精氣」這個東西。

平方根定律大約的意思，是說：**生物和非生物之間**，最大的差別，是在於生物體內有一小撮「少數派」原子，是能夠**自由流動游移**的。而這一小撮原子的量，是這個生物所有原子數的開平方根。比如說如果一個病毒^{virus}的總原子數是一億個，那它之中就有一億開平方，也就是一萬個少數派原子是自由的。所以病毒在宿主體內時可以在短時間之內不斷地變種，但是比病毒巨大許多的細菌、原蟲，變種的速度就慢上千百倍。

而總數超過億兆個原子的人體，機體就更加相對穩定，少數派原子的含量比例極低，因此，就科學正確的角度，人類除非是修了道法道術，才能「移精變氣」；不然的話，一般人要像電影《叉叉人》^{X-Man; X戰警}那樣動不動出現變種人，那是很不可能的。

多細胞生物的這個極高的穩定指數，並非沒有意義。它的功能是在於能形成一種巨觀的基因回復力：比如說科學家把老鼠的基因弄出缺損，造出一批先天性糖尿病的老鼠，這些病患鼠所生出的下一代，就都是正常的老鼠了。農業學家用宇宙射線做出的變種葡萄，也是兩代之內就回復成一般葡萄。穩定指數會自動對變異基因作^{程式除錯}debug。

如果是解離掉的人，這些大宇宙的棄嬰，徒有人殼沒有人魂的空殼子，他的體內就不存在「精氣」這個東西了。他的穩定指數高到滿格，身體整個「穩定」極了，只有硬體了，於是西醫就怎麼修都很好修理啦；一切盡在掌控之中，沒有意外狀況。這種人得的病，有時候以「皮膚病」居多，因為他就像個石塊，總會長點青苔什麼的嘛，但這也只是自然現

象，算不上是潛在意識寄的情書。

不過，在中醫而言，這個人就成了怎麼醫都難以對付的超強硬病患。這樣的人，也是中醫**沒法子用陽藥**的對象：「陽中之陽」的附子對他全沒效力；「陽中之陰」的黃耆、龍骨、牡蠣大約只有正常狀況的幾十分之一藥效；「陰中之陽」的人參、地黃、肉桂稍微可以有效；只有「陰中之陰」的黃連、黃蘗、龍膽草，可以比照西藥的抗生素、消炎藥使用，藥效沒差多少。

因為，說到底，「少數派自由原子」的這個「精氣」，是「心中之神」分化出來的現象，心中之神沒了，精氣也就沒了。

而如果一個人，心中之神很充足，那他的諸般疑難雜症，只用真武湯、柴胡龍牡湯稍微調撥一下他的精氣，效果像仙丹一樣。即使小兒稚陽之體不宜用附子，就一個清理少陽膜網的小柴胡、一個修補少陽膜網的即是少陽小建中，也是十樣病能治到九樣。人體能量的磁場干擾 大陸曰瀉

但是這些心中無神的超穩定宇宙棄嬰，你要對他用柴龍牡、真武湯這些仙丹，那藥效真是**垃圾一樣！**

說到這會兒，倒可以岔題說說一味藥：人參。

想到中藥，很多人都會第一想到人參補元氣。可是，張仲景的《傷寒論》並不是這麼用人參的，張仲景治傷寒病，只在人太乾枯的時候用以流感病毒為主它來補充一點津液。《雜病·虛勞篇》也只有薯蕷圓一個方子裡有一點點的人參，其他諸般虛勞，人參一概不用。

像今天我們臺灣有的人，一有什麼流感，就說要喝黃耆泡水補充免

疫力。但治流感的聖經《宋本傷寒論》從第一個字到最後一個字，沒有出現過一次黃耆。我想張仲景還是有他的臨床智慧的；因為今天的科學研究就知道：黃耆的確可以促進腸間的油網增生免疫細胞，但，有許多種病毒，在進攻人體的時候，卻可以拿免疫細胞作為宿主、肥料，而用來壯大它自己的呀！

免疫力的強弱，和一個人遭受病毒感染的惡化程度，有時是恰成反比的，比如說 SARS 就是。肝陰虛型肝炎C 型肝炎也是一喝黃耆枸杞茶保肝，就十個人有八個都大惡化的。這個藥物結構是補肝陽的HIV 帶原者，若單用黃耆吊高他的免疫力，病毒量可以高到破百萬的。它有更多的 T 細胞可以吃了所以，治療病毒性疾病，黃耆會是一個**極不能操作**的不確定變因，只好請它在別的舞臺再出場了。而後世方的玉屏風散，則強調須與廣譜抗病毒的「防風」同用。

那麼，黃耆、靈芝、蟲草這些東西是補強免疫力的；那人參呢？

靈芝、蟲草之類的效果，是西醫學所謂的多醣體，這種不能被人體分解吸收的糖類（請注意：不能分解吸收，就不是化學作用），在撞擊到腸壁細胞時，卻可以**物理性**地給予細胞刺激，讓腸膜生成更多的淋巴球（蘆薈的多醣體，則是刺激肝臟排毒）。黃耆在生成淋巴球的效果上，與此類似。

你口含一大片上好蒙古生黃耆，感覺到的藥效是「氣力湧出、贅肉上提」你會知道它的補氣是把元氣托上來；若是腎太虛的人，一用黃耆，氣托上來了，下邊沒氣了，反而要鬧腰痠了。而一小片頂好的人參，含在口中的感覺是「口生津液，疾行不喘」，那你就曉得，同樣是補氣，它和黃耆是不一樣的了。這東西非常難買到

那你說人參是補陽還是補陰？我跟你說：確定不是補陽。因為，如果是一個需要用附子劑來降壓的陽虛水毒型高血壓患者，你給他長期吃人參，他的血壓會高到什麼降壓的中藥西藥都降不下來（補陰中之陽）。這個時候，降壓的附子和升壓的人參對打的話，附子輸。也就是說，人參的藥性，在位階上是高於附子的。附子搞不動它，這都是阿宅界的黑話流星拳對上天舞寶輪，拳拳揮空。

好，那麼，位階高於附子，卻又不能拿來補陽，它的作用點到底在哪裡呢？說不定很多人都吃人參補過身體，但補過之後，是哪裡有什麼機能改善了？恐怕都是有點曖昧不明，甚至是各說各話，沒有統一客觀的答案。

本草學家的結論是：人參，安**心中之神**、補**五臟之精**。

用我剛才的科技名詞兒來說的話，就是：人參，是一味陰中之陽的**瀉藥**，而它唯一不能被其他藥物取代的藥性，就在於它能**破瀉**某一種的**陰實**，那個陰實，叫作「**穩定指數**」！

——人參是一味「硬的壓低穩定指數」的藥。它是以苦味為主的，是瀉藥；甘味為主（比如說黨參）的才是補藥。

《內經》說「兩精相搏謂之神」、「兩神相搏，合而成形，常先身生，是謂精」，又說「五臟藏精」、「滿而不實」，這話乍聽是虛玄了：為什麼滿滿是「精」了，卻不會給它塞住哩？那是因為，精是「固置的身體」這個軀殼之中，因為「心中有神」而產生的一種「身外之身」的現象，也就是「固置的身體」之中同時重疊著的，另一個「**流動的身體**」。「精」是極少數派的自由原子（大部分是以『氫離子』也就是『一顆質子』為

主)，基本上是高速流動、不佔空間的。而五臟，就像是中國的貓熊基地，是少數派原子這種珍稀動物的保護區、放牧場。所以《內經》這話，其實是很平實的，只是兩千多年前的人的語彙，頂多也只能表現到這樣了。

而「兩神相搏」的「精」這個東西，因為《內經》中「兩神相搏」是指稱男女的交合，所以後代的讀者可能會覺得那是指有形的精子、精蟲；不過，我總覺得，以《二申道人版《陰陽·甲丙》黃帝內經》把「精」放在那麼高的位階順位（『化』→『精』→『氣』→『形』→『味』→『陰』）而言，比起有形的精子，說不定它是指「基因改變、進化的可能性」，也就是宇宙的意識（化）在乍看之下是「random隨機」的「或然率」其排列組合的底層，隱隱設定好的一種生物發展的^{Purpose & Aspiration}指向性？

而一個人的少數派的自由原子「精」含量，是和穩定指數成反比例的，穩定指數壓低了，精才生得出來。

那麼，為什麼就人參會喜歡和穩定指數過不去呢？這是什麼情況？我們可以來講講人參這個「怪咖」的本草童話故事：

本草之中，是頗有一些「怪咖」的，比如說天門冬是怪咖，附子是怪咖。別的藥物都是天然、野生的藥效好，只有附子是天然的不能用，只有人工種植的能用；簡直就像是太古超文明古蜀國四萬多年前蠶叢王還是魚鳧王這些外星人開發出來的生化科技產品。

而人參之怪，是在於，別的植物類藥物，都是喜歡長大，愈大的氣愈足：黃耆、甘草、山藥……都是大支的好；別的補藥，比如說千年何首烏，服者成仙的，那是「柳條編的箱子大如栲栳」呀！但人參，卻是相反，小的好。大如蘿蔔的人參，藥效也和蘿蔔差不多了。現在的大肥參是人工種植、

強迫日照、強迫施肥給催逼出來的。天然參是只長在山的陰面、躲著陽光，就只長個三椏五葉，決不長大的：你看同仁堂裡面那些定價特貴的什麼兩百年老山參，簡直是**營養不良等級的瘦弱細小**，買的人，光看它都覺得「我要虛了」。

也就是說，這個植物啊，它是拼了命地往「小」裡長。

而多細胞生物之所以要長得如此之大，目的是要增加總原子量，拉高穩定指數，因為，分化愈複雜的生物，愈是一個基因突變就能叫他「死自己」附贈「絕子絕孫」。

而人參，就是一種「一生嗜好」就在於「壓低穩定指數」的植物。它的花草精靈，就在這盡全力不要長大、壓低了的穩定指數之中，默默地擲著造化的骰子，等足了一千年，它就可以太陰煉形，幻化出有形的精神體「參仙」，像個人類的小嬰兒一樣的東西，脫體而出，在皎潔的月夜下玩耍——這是滿洲人的民間傳說——而這個小精靈，最喜歡交的朋友，果然是長得像哆啦A夢的超愛大熊？是山裡的大熊。因為大熊這個朋友，會保護他的本體不要被人類找到。而遇到參仙的人類，就要假意和他作朋友，陪他玩，然後偷偷地在他腳上繫一根線，等第二天早上，順著線去找到它的本體，趁參仙還在裡面的時候挖出來吃掉！這也是超血腥殘忍黑貓恐怖版本的《鼈龜》故事啦這就是霹靂無敵的仙丹啦。

人參的這個藥性，臨床上要如何使用呢？首先，用人參，是要練童子功的，成年人不必玩。成年人，是不用也罷，因為成年人的「心中之神」十個有九個都已大大受損，穩定指數已太高太硬，人參再多也拽不下來，不必浪費藥性——除非你是那種一想到哪個朋友，就會忽然接到他的電話的那種……還有一點點「通神」的人——但是，在幼兒身上，

倒是可以用（但也要眼神還很**天真憨直**的小孩。如果是已看得出來他在動腦筋、想心計、有話會藏在心裡的小孩，那也不會很有效了）。不過，要弄到有效，也需要 8000 克左右的人參，量很大的。

並且，**一定是用生曬參**，白色的那一種，一般說的粉光參也行；但花旗參、西洋參不能用炮製成紅褐色的那一種！——生瀉熟補，你現在是要破瀉穩定指數，不是補氣。

這種炮透了的紅褐色人參，不能破瀉穩定指數，只能補氣，但它補的氣，真乃氣中之智障、氣中之肥豬、氣中之陰實，就蹲在那兒給你塞住，如果不用五靈脂、柴胡之類的藥去踹它兩下，就哪兒也去不了，不認路、不運行，到最後身體只好一直上火，把它燒完為止。真真是大而無用，白象也。

紅褐色的炮參，厲害的地方，在於：直接用到 40 克以上的大量，它不會塞，能補進去。但，也不是補氣，而是補「**精神**」。補神的話，最好是用紅參；但補精的話，用紅用白都可以。

補神的效果，比如說徐文兵老師的醫案，有病人想不起童年的心理創傷，開重劑量紅參，硬把這個人的心中之神撐大，病人就在作夢時想起很多事情了。

而補精，則是清朝陳士鐸，強調精虧之人，用大劑人參，反而好補。

補氣，用大黨參很好補，靈動而不塞，但黨參不能降穩定指數，是人參是三七的親戚，黨參是桔梗的親戚別一種的植物。

那麼，用人參的方法，就是：你家裡的小朋友，每天給他吃兩到三公克的粉光參粉末（感冒的日子可中斷），天天吃，連吃它八九年，把這 8000 克的量吃夠——這玩意兒你也不能一次吃多的，人會塞到——在這

八九年之中，因為這孩子的穩定指數被拉低了那麼一點點，所以他的基因，就會變成「多了那麼一點」可以改變的機會，而他的身體，並不會馬上就想利用這個機會變成什麼藍頭髮紫眼睛十三尺高的人。他的身體，會利用這個機會去探一探外在大環境中的病原體，尤其是病毒類，比如說流感病毒，他可能微調一下基因，讓自己變成一個這種病毒在細胞膜上找不到嵌合點的人；又或者身體曉得某種病毒要繁殖需要用到某種生物酶，那他就改成讓身體產生另外一種酶來替代這一種病毒可利用的酶，讓病毒無力可借；又或者他家族遺傳是某種易得什麼癌的體質的，他也可以把那個致癌基因敲出個小缺口，弱化它的力量……就這樣一點一點地，身體藉由這一點點的「移精變氣」，好像細菌病毒會對西藥進化出抗藥性的變種一樣，這孩子的身體也可以在這八九年間，「微進化」出相當的抗病體質。

都緣有內功的中國人夫妻，生出黃頭髮小孩的事情倒是有過

而這樣餵參長大的小孩，別家孩子在冬天要多加衣服還重感冒，他在家裡還打個光膀子呵呵笑著……

這就是在歷代本草書中，藥性相當「玄」的人參，比較平實版本的本草童話故事。

人參是「補五臟之精」。關係到「精」這一塊的，還有一味專趕迷途小羊的「澤瀉」，是讓精回到五臟之中去的，用來治夢遺。另外，威靈仙、旋覆花之類的藥物，則是「貫通五臟元真」讓精出來修補身體的。

至於大人防病，就不必用人參啦。大人可以用「天門冬酒」——

天門冬的藥性，也有一部分是作用在「穩定指數」上的。但它不是

像人參那樣一味壓低穩定指數，而是讓穩定指數出現一個可稍高或稍低一點的變動活性。

只是它太寒了，不能長期直接服食，要取汁蒸米拌麴釀成酒，去掉寒性，才能每天喝個 50 克左右而喝不傷。

那，天門冬這味本草怪咖啊，是「你硬我就跟你來硬的，你軟我就跟你來軟的」的植物：

如果生長在南方，空氣跟它說：「現在環境很好，你可以開花結果囉！」它就：「謝謝，好意心領了。」不開花，直接結果。如果長在北方，空氣跟它說：「天好冷，你還是別費力了吧？」它就：「老子偏開花給你看！」硬是要開花結果。它的枝條上的刺是倒刺，順著摸，一點兒事兒沒有；你要拔它，就會被刺傷啦。我和助教用打汁機打天門冬汁釀酒的時候就發現：打汁機的零件，是硬的部分先磨損，軟的部分反而沒事。

而腎結石作痛的患者，他的輸尿管是軟的，結石是硬的。一碗新鮮天門冬汁兌一碗黃酒喝下去，他的輸尿管沒事，結石卻碎了。

所以，這種藥做成的酒，長期服食，人也會可以做到相當程度的「寒暑不侵」，外在環境的變化，人體會生出一股抵禦之力。而在身體之內，它的功能是「否決、清洗掉人體信息場中不需要的信息」，也就是**排除不正之氣**。自體免疫失調病的患者天天喝，雖不能根治（根治要治陰實化熱的那顆心），但他的病也可以不太會發作，日子好過些。而它的這個藥效，有時反而是**拉高穩定指數**，進行「系統除錯」來完成的。

大人玩玩這個可以啦。

不過，一切養生法，皆屬虛幻——能看破這一層，把握住真正能把握的，才真的過得上好日子的。