

# 抗憂鬱與磁療應用

葉政秀（中華民國能量醫學學會秘書長）

## 一、不同磁場的生理反應

人體和所有生物體都是具電磁性的。人的生命就如同一種電磁性的有機體。中樞神經系統和周邊神經系統都是以在正電極端呈正磁場和在負電極端呈負磁場而形成的直流電路所作用。每個細胞各有正和負磁場，每個細胞內的 DNA 基因密碼物質也有正、負極。磁場主宰細胞功能也是人體生理功能的必要功能之一部分。因此欲瞭解人體的正常生理上和精神上的能量功能就有必要先瞭解生物磁。欲瞭解身心障礙何以會形成，從而懂得如何加以康復，就必須瞭解生物磁。磁能動力學是正常和異常的身心功能的根基。磁療法乃運用兩極磁性分別對生物具有截然不同的反應，而改變刺激的生理反應。

### 不同磁場的生理反應

#### 正磁場

產生壓力  
神經元興奮  
pH 值酸性化

#### 負磁場

抗壓  
神經元平靜  
pH 值鹼性化

電磁學者 Dr. Robert. O. Becker 指出凡受傷患部呈正電磁性，而患部癒合狀態時則呈負電磁性。癒合-修補只能在負磁場存在時才會發生。受傷部位呈正磁性相當於傳遞信號至腦部，由腦部指示發送具癒合-修補的負磁能至患部。磁療法則是提供具癒合-修補的人造磁石的負磁能。

人體唯有在鹼性狀態才能維持最佳生命功能。人的生命端賴鹼性多氧。生物物理學家 Albert Roy Davis 發現負磁場具鹼性-多氧的生理反應；而正磁場則是酸性-缺氧的生理反應。負磁場引發鹼性-多氧，所以負磁場可以緩解症狀。

負極磁場療法的秘訣在於負極磁場會使神經安定、細胞新陳代謝正常化，各種發炎反應都得以酵素催化加以解決。

酸鹼平衡和正、負磁場之間是平行的。酸性體質永遠是正極性的；鹼性體質則是負極性的。曝露於酸性一段時期後就會有各種症狀發生。而這些症狀都可以用人造磁石加以緩解，因為人體對負磁場的生理反應是鹼性多氧。

慢性的壓力，不論其壓力源為何，都會酸性化。酸性與氧分子結合成酸，而引起酸性缺氧。身體受傷或心理創傷引起的慢性壓力都會導致相同的生理結果-酸性缺氧。受傷的肌肉或過於緊繃的肌肉都會酸痛和缺氧。不論是肌肉、筋膜、肌腱或其他內臟，一旦酸性-缺氧，其症狀就是發炎和疼痛。

酸性引起的發炎和疼痛問題使得人體生命能量（ATP）在酸性缺氧狀態下無法製造，因為氧化性磷酸化作用唯有在鹼性多氧狀態下才能產生。不過人體細胞可以藉由轉移酶的催化作用產生發酵性 ATP。而發酵性 ATP 只有在酸性缺氧狀態中發生。這是一種緊急備用能量，並不能延續生命太久。乳酸乃發酵性的副產物，會加重酸化引起的發炎。

## 二、腦過敏

引起症狀的反應乃是因為一再地神經興奮伴隨著刺激反應。過敏是神經興奮伴隨著刺激，減敏則是遇到刺激時神經元在安定和抗壓狀態。以負極磁場處理腦部時可以立即將異常反應加以消除。局部發炎則可以藉由氧化還元素酶將自由基、過氧化物、酒精和醛等還原成水與氧。

精神神經症乃是對於各種情緒刺激引起的異常反應。對於一位腦功能正常、

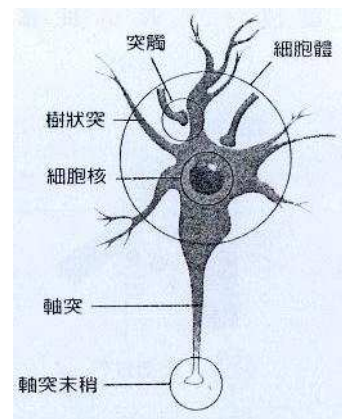
無創傷的人，會引起症狀的這些刺激可能是受到創傷或由於人際關係的焦慮和緊張所引起的。

緊張-焦慮可能有多重異常反應，像是緊張、焦慮、憂鬱、恐怖、歇斯底里反應、痛苦、不合群、強迫性行為、學習失調等等。緊張和焦慮是一種生理的壓迫反應，因此會在體內引發酸性、缺氧。

### 三、意識無法控制情緒

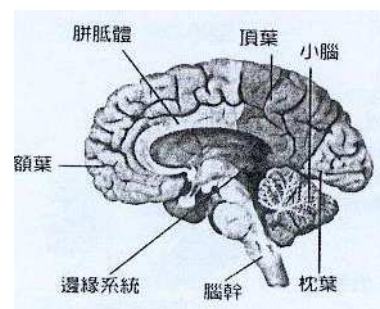
在我們一生中清醒的每一時刻，無論是觸摸、奔跑、攀登或說話，我們都在不斷地運用視覺、聽覺和嗅覺。動物的存在都是隨時隨地在與外部世界不斷進行的一種對話。在這個過程中，大腦至為重要，它處理和協調經由感覺蜂擁而來的訊息，腦的輸出則表現為運動。

真正創造大腦活動的細胞是神經元。神經元可以傳達電流，星狀的神經元往四面八方傳送訊息。每一個神經元可以跟約一萬個鄰居相連接，彼此以分支相連。神經元的分支有兩種：『軸突』將訊息從細胞核往外傳送，而『樹狀突』則用來接受傳入神經元的訊息。每一個軸突和樹狀突交接的地方有一個很小的間隙，叫做『突觸』。為了讓電流通過這個間隙，軸突必須分泌化學物質，叫做『神經傳遞物質』。當神經元準備發射訊息時，神經傳遞物質會釋放到突觸中，ATP 也會一起釋出，而且也可以散播到突觸外。這些化學物質再啟動附近的神經細胞發射訊息，這樣的連環效應就會引發幾百萬個彼此連接的細胞進行同步活動。



神經元和分子間發生的這些活動，建構了我們心智的基礎，而如果能控制這些活動，對生理性的精神治療會很有效。而神經元必須靠微血管供應養分（蛋白質）和氧氣。

情緒是最基本的大腦反應，它是由邊緣系統產生。大腦中沒有專責的『情緒機構』，也沒有那一個系統是專門用來處理這個捉摸不定的功能，不過情緒是有助於生存的機制。對人類來說大部分的情緒反應是無意識產生的，也就是一種動物性本能。情緒是發生在我們身上的事情，而不是我們使它發生的。我們一直想控制情緒，但是其實我們只能安排外界環境來引發某個情緒，而無法直接控制我們的反應。任何人曾經想要假裝某個情緒的人就知道那是沒有用的。人們的意識對情緒的控制是很弱的，而且感覺常常會把理智推開。從邊緣系統引發的神經訊息能量，要比從皮質向下傳遞的流量大，表示腦中的情緒部分對行為的影響要比理性部分大。



邊緣系統乃包括大腦和間腦內的神經核，邊緣系統之神經核乃隨著這些區域間的邊緣線排列著，其功能乃集中於情緒狀態和相關於行為動機，亦提供了大腦皮質之意識和智力功能與腦幹之無意識和自主功能之間的連接。

人們生活在今日工商業發達的社會，面對工作單調、緊張，人際關係淡漠，以及物慾需求，在在給心理增加壓力，加上缺乏運動調適，攝取過多精製及動物性蛋白質的酸性食物，使情緒上長期處於急躁及不安狀態，都是導致自律神經與荷爾蒙失調的原因。

自律神經緊張、失調主要來自長期的心理壓力，治療之道多以紓解壓力、調

節自律神經機能平衡為對應。

對照交感神經興奮所表現的生理機能幾乎是與正磁能的生物效應相同，也就是興奮與壓力交互作用，而刺激交感神經引起全身資源之總動員乃為應付緊急情況的生理機制，會消耗能量，那麼如果身體長期而不自覺地暴露於會引起正磁場效應的電磁場感應或不得不長期處於緊張的環境下工作，那麼就會引起交感神經興奮而引發疾病；相反地如果懂得負磁能的鎮靜作用所產生的生物效應幾乎是與副交感神經興奮的生理機能是一致的話，那麼以外加的負磁能就可以抑制交感神經及刺激副交感神經而促進身體的營生機能，就可以平衡自律神經並得到負磁能的癒合能力。

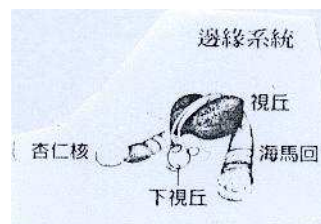
#### 四、憂鬱的改善

長期壓力內外交迫、情緒不良、焦慮、恐懼、緊張、說謊都會使交感神經一直處於亢奮的狀態，而引起自律神經失調的症候群，而憂鬱就是其中之一。憂鬱的主要特性：

1. 失去了快樂、失去了欣賞落日的能力。
2. 極度的悲傷及罪惡感。
3. 心智麻木、思想失調，以負面、扭曲的方式看待這個世界。
4. 失去了性慾。
5. 不容易入眠，一旦醒來再也睡不著而弄得精疲力竭、疲倦無力、懶散、缺少注意力。

因此凡可以改善睡眠的深度與長度，可以使副交感神經興奮，保持日出而作、日入而息的生活自然法則，遠離電磁波，都有助於憂鬱的改善和去除。

杏仁核是產生負面情緒，如憤怒、恐懼和悲哀的地方，所以為了要阻止它掩沒大腦，位於邊緣系統的這個地方就必須安靜，努力做無關情緒性的工作可以抑制杏仁核的發射，這就是為什麼忙碌工作會使人快樂的原因之一。



嗅覺跟其他的感覺不一樣，它是直接送到邊緣系統；這是一條通往大腦情緒中心的快速道路，會引起強烈的關於情緒的回憶。腦造影掃瞄顯示，喜歡的氣味會引發掌管嗅覺區域的活性，尤其是右邊的額葉。不愉快的氣味則引發杏仁核及腦島的活性，因此找出令患者快樂的氣味並遠離會令患者不愉快的氣味也有助於患者的康復。。

兩側的太陽穴正好位於邊緣系之外面，因此任何可以使情緒安寧的事物都有助於情緒障礙之解除。負磁能的鎮靜、抑制作用，如果強度夠足以深入邊緣系統的話就可以緩解各種憂鬱症狀。

憂鬱--太陽穴兩側（放鬆和睡眠） 焦慮--前額及左太陽穴  
強迫性精神官能症--左太陽穴和後腦（頸部髮際）

#### 五、負磁能改善身體三大循環系統

假如大腦的某一區放大來看，可以看到綿密的神經網路。大部分是結構比較簡單的膠質細胞，主要的功能計有：①支撐大腦的架構②將微血管的養分和氧氣輸送給神經元③維持腦中適當的離子平衡④抵抗侵入免疫系統的病原。因此確保血液循環的正常才能建構健康的神經元的活動，維持身心的健全。

在腦的深處是一個由互相連通的腔組成的迷宮，當胎兒在子宮內發育時便已

形成，內含無色的液體，這種看上去非實質性的液體稱為腦脊髓液，它包圍著整個腦以及脊髓（參考右圖箭頭走向的部分）。通過腰椎穿刺從任何脊髓取樣檢查腦脊髓液可以診斷各種神經病學的問題。在正常情況下，腦脊髓液仍然重新被吸收，由腦靜脈、上腔靜脈進入人體血液循環。由於新鮮的體液在不斷地發生（約每分鐘0.2cc），因此它可以不斷地循環。

現代的科學已經得知，人的腦波呈低頻率波動時，肉體會處於甦生型。科學家發現當人的腦波呈 $\theta$ 型或 $\delta$ 型時體內的水傾向更具活力，血液、淋巴液、賀爾蒙、神經系統因而產生復甦的現象。為什麼呢？

人體的體重約70%是水，其中的2/3存在於細胞液內。每一個水分子就是一個小磁石，且負極的氧原子所具有8個電子的角動能遠大於兩個氫原子分別具有的一個電子的角動能，兩極能量的差異乃為體內的水活力之源。其差異程度愈大，水的活力愈強，其表現就是電流。也就是說每一個水分子就是帶負電位稍強的小電池，因此人體的人體電其實就是由億萬個微弱小電池所串聯及並聯在一起的電路網，人體電的負電位愈高，人就愈健康；相反的當人的負電位逐漸地減弱而不懂得或來不及復原的話，人體電負電位不足或演變成正電位，就是疾病了。

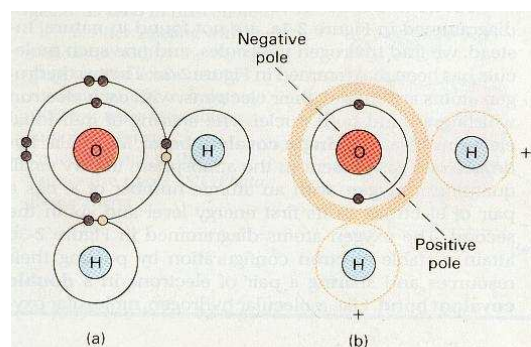
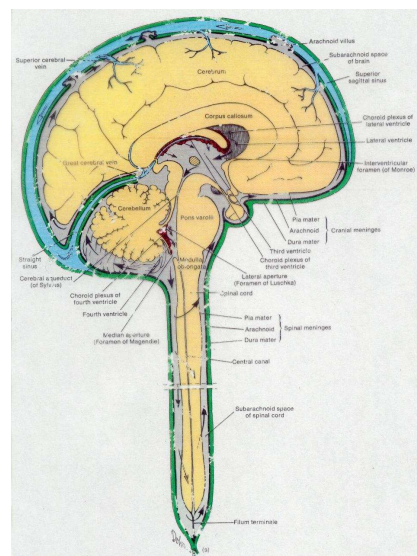
腦的重量約83%是水(含腦脊髓液)，因此腦波頻率高時水分子內氧原子的電子逆時針自旋會受到正磁場效應而慢轉，也就是說其角動能降低，水的活力乃隨之減弱。反之，當腦波頻率低時，水分子內氧原子的電子維持其自然的逆時針自旋，恢復其原來的活力，因此可以說腦波愈低的狀態，體內的水更具活力。這點足以說明禪坐、冥想及熟睡在某種程度內可以使身體復原的道理之所在。

依Dr. Davis的研究結晶，負磁能有使水分子鹼性化的效應，因此，如果以負極磁寶放置於胸口，即右心室(靜脈的終點)，則循環通過負磁能的靜脈血液pH值將逐漸地升高。在由肺動脈進入肺部行氣的交換時，一方面血液的 $\text{CO}_2$ 溶解度降低而在肺部釋出(即呼出的 $\text{CO}_2$ 增加)；另一方面肺靜脈可以和氧的能力提高。久而久之血液的循環恢復正常，血液供氧能力亦隨之正常。

這種物理性的溫和作用恢復血液溶解營養和攜氧能力乃是改善體質的治本方法。一般西醫治標地以可以擴張血管的藥物降低血壓的療法只不過是延長其發作時間。

佩戴於胸口的負極磁寶使血液恢復正常的pH值後，一方面血液溶氧量提高，一方面營養可以充分地溶解於動脈，血液、淋巴液和腦脊髓液(三者都會通過胸口)均整體地正常運作，而需要依賴血液分佈和運送的內分泌和神經系統亦因而獲得改善或恢復正常功能。

當以正極磁場置於右手掌，並以另一負極磁場置於左手掌，則正極磁力產生的推力有助於靜脈流入右心室；負極磁力產生的拉力則有助於動脈從左心室的流出。此種簡易而溫和的充電方式不需任何運轉成本，即可改善一般與心臟有關的



疾病。對於一般行氣的交換或進行冥想、禪坐等之入定亦甚有助益。

以超強負磁能置於頸後上方髮際處，不但同時維持頸動脈的鹼性化和供氧能力，而且其鎮靜作用分別對腦中樞神經和副交感神經之調節非常有益。對於現代科技生活和工作壓力引起的交感神經過度興奮所衍生的各種慢性病、精神官能症以及一般因腦內異常放電(正離子增加)的現象引起的各種不舒服症狀可以預防或加以改善。同時負磁能的鎮靜作用可以降低腦波，供氧能力提高則可以維持大腦清醒、注意力集中和反應敏捷。

## 六、磁療法：

人體具有能夠對正磁場主宰的生理反應和負磁場主宰的生理反應加以恆定的功能。而此種恆定之所以起作用並非兩種磁場是正好等值的。**人體內負磁場必須大於正磁場才算正常。**備有較高的負磁場才能使人體有能力控制任何潛在的過度正磁場所引起的刺激反應。中樞神經的神經元體具正磁性；而延伸至周邊的神經元軸突則帶負磁性。

負磁場具抗壓，使神經安靜。以負極磁場置放於腦部和脊椎會使神經安定，有助於自發性放鬆和睡眠。如強度夠的話還有麻醉的效果。許多的精神異常，像是幻覺、妄想和憂鬱都可以用負極磁場加以控制。任何原因，像腦部創傷、病毒感染、異常食物反應、異常環境性的化學反應、免疫反應或抑制性的非意識敵意、憤怒、焦慮和相關的肢體語言，所引起的神經興奮以負極磁場加以抑制都有效。

精神病權威 Dr. William Philpott 證實了 Dr. Davis 的負磁能效應以人造磁石的負磁能即有 Dr. Becker 的負電磁能的癒合力，甚至於較之更為優異。

負磁能保固身體的 pH 值在正常功能的弱鹼性狀態，因此可以避免和改善所有因酸性體質引起的精神上和生理上的各種症狀。

一般醫學，特別是精神病學，以化學藥物的處方控制病情的同時，不妨考慮配合採用負磁能。

1. 每日醒來尚躺在床上時，以超強正極置於胸腺10分鐘（有感冒、支氣管、喉嚨發炎時不要放）。
  2. 每日早上至少做一次下列經絡治療，每次20分鐘。  
左手掌放負極、右手掌放正極；左腳心放正極、右腳心放負極
  3. 平日佩戴治療磁石負極於胸口，並放置於頸後方髮際處（如無衣領可供放置時，以手帕當圍巾放置）。
  4. 多喝負極溶氧水（勿喝咖啡、茶及其他刺激性飲料）。
  5. 每日至少放置兩次，每次30分鐘，以負極置於頭部兩側太陽穴。
  6. 睡前以負極分別置於肝、脾、及兩處腎臟各30分鐘。
  7. 睡前以超強負極置於頭頂處至少10分鐘。
  8. 有空左手掌放負極，右手掌放正極，可以多做，每次10分鐘。
  9. 夜間11~3時一定要入睡，睡時可以將超強負極朝上地置於枕頭下方（兩片間隔約8公分）。有必要時則置磁環於枕頭上以負極對準頭頂。但要注意磁環不會翻動。
- \*早上要定時做運動（至少40分鐘）  
徹底執行日出而作、日入而息，尤其是深夜酣睡。（補充地球負電位）

日出而作、日入而息的規律性生活為最重要。運動是抵禦憂鬱的有利武器，適度的活動、健走、舞蹈和各種可以培養患者興趣以恢復自信事物的都對患者有益。