

## 憂鬱症的花精療法 許心華博士

從很多花精治療師及花精愛用者都深深感受到花精具有醫學與物理學的理論基礎，對情緒與壓力的紓解確有所改善，但對於身體疾病的消除或改善雖有實例印證，至今仍然找不到著力點。筆者三十多年來鑽研心理學、精神醫學與巴曲花精療法，發現巴曲醫師的療癒哲學與精神醫學理論是不謀而合的。比方說精神醫學上的**身體症狀疾患(Somatoform Disorder)**是因生活壓力與心理困擾壓抑至潛意識中再藉由轉換之防衛機轉將心理壓力轉為身體症狀，常見的有體化症、慮病症、轉化症及身體症狀的疼痛。主要因素乃是巴曲醫師在研發花精的過程中致力研究人格理論與情緒特質。

當個人遭遇各種生活壓力時，為了解決情緒的衝突與消除焦慮，不知不覺中會應用心理防衛機轉(Mental Defense Mechanism)維持自己內心之平衡。現代人因生活壓力與心理防衛機轉作用衝突而引發許許多多現代文明病、心身症以及精神疾病，其中壓力過大、失眠及憂鬱症是當今社會最熱門的話題。巴曲花精療法如剝洋蔥一般能由外而內，由淺而深分段開立不同配方的花精，解決現代人身心靈問題。

### 憂鬱症與花精

巴曲花精於日常生活中可用於自癒癒人，對現代文明病——**憂鬱症**的效果非常好。**憂鬱症**是屬於情感型障礙疾病，也是一種現代文明病，依各國研究統計結果憂鬱症佔**5%~10%**，失眠佔**18%~35%**。憂鬱症必須以精神科醫師根據DSM或ICD診斷為基準，一般的情緒低落或沮喪絕望並不能自我診斷為憂鬱症。所謂憂鬱症是持續**至少二週出現五項以上憂鬱的病徵或至少持續二年無一次憂鬱病徵消失超過兩個月**，憂鬱症的病因乃是前額葉和邊緣系統化學平衡出問題而導致神經傳導不良。除了精神壓力或精神創傷之外，內分泌、腦瘤、甲狀腺...等等生理因素亦會引起憂鬱症。目前精神科治療方法大多採用抗鬱劑以平衡血清素、正腎上腺素、多巴胺之濃度使情緒調控作用正常而達到抗鬱效果。

重度憂鬱症則先用**電氣痙攣法**，以微電流快速達到腦部平衡，因為抗鬱劑須**2~3週**才見效。除此之外，日常生活當中不要熬夜，適度照射陽光、常常大笑、補充魚油、靜心修行、改變居家環境、服用花精...等等，均可預防或改善憂鬱症。

就以台灣股王**白文正**總裁而言，平日服用**龍膽、芥子花、荊豆、龍芽草**等花精必可改善憂鬱症善良的他碰上出庭、供養、買學位...等等一連串事件的打擊，當時如能立刻服用**野燕麥、胡桃、龍膽、野生酸蘋果**，就不會走上絕路。又當他由台灣搭飛機到澎湖之前立刻服用**急救花精與野生酸蘋果**，縱使走向海邊中途必會轉變心意，在沙灘上散散步、吹吹海風、揮一揮衣袖，就瀟瀟灑灑

地搭飛機回台灣了。

針對憂鬱症，依個人的特質開立不同的花精配方。

梁山伯：**龍膽、甜粟、聖星百合、橄欖**

祝英台：**龍膽、甜粟、聖星百合、野玫瑰**

台灣老歌“心酸酸”的女主角是位典型的失眠、憂鬱症患者，**龍膽、忍冬、聖星百合**是她的最佳配方。

由此可見，如果精神科醫師與心理治療師除了應用現有的藥物治療、心理治療、電器痙攣療法、藝術治療……等等之外，尚可應用花精療法，嘉惠精神科病患，這將是現代精神醫學的新突破。

## 實例

### 女性 43 歲

她是憂鬱症患者，多次割腕自殺，雙手佈滿新痕舊疤。這次因為愛上一個不該愛的男人，當從 11 樓的露台往下跳的剎那間想起自己心愛的孩子，及時抓住露台的柱子，但因支撐力不足，猶如蜘蛛人一樣順著牆壁往下滑，幸而掉到 3F 陽台的厚軟墊，可真是福大命大，被送到急診室觀察，幸而因只因雙手沿著牆壁滑下而擦傷、瘀青、左腳扭傷，馬上被轉到普通病房，首先開立**急救花精**，3 天之後再開立**龍膽、芥子花、聖星百合**，二星期之後，竟然快快樂樂地出院。

大約過了一個多月，她打電話告訴我得了乳癌，每天因擔心害怕自己活不久而睡不著，於是為其開立**枸橼酸醬**。說也奇怪，動不動就割腕自殺的人竟然因得乳癌而開始珍惜生命。二個月之後，精神科醫師診斷結果證明憂鬱症已經**完全痊癒**，今後只要專心抗癌就行了。由於她擔心因乳癌而失去生命時，高齡母親和孩子該怎麼辦，這時，**紅粟**最適合她，服用**三個月**左右竟然成為開朗活潑的抗癌鐵娘子。

### 先生 48 歲 太太 46 歲

先生是位政治人物，喜歡說服別人，與人爭辯，帶頭抗議。由於長期**偏頭痛**，必需依賴止痛藥。

太太是位國小老師，每天早上精神好，**黃昏就渾身無力，莫名的沮喪、眼乾舌燥**，有自殺的念頭，老公事業不順，孩子考不上大學都是自己的錯。

先生開立**馬鞭草**，太太開立**芥子花、松樹、龍膽、紅粟、胡桃**，一個月之後先生的偏頭痛消失了，不再開立花精。二個月之後，太太的更年期憂鬱症改善了，繼續服用二個月，精神充沛、熱愛生命，肯定自己是個賢妻良母，身體不適的症狀也消失了。

## 女性 38 歲

她是一位高爾夫女教練，3年多前曾經飽受精神崩潰之苦。至今雖未再復發，但因內心充滿自卑，一直無法恢復自信心。對任何事情都以口頭禪「隨緣」當藉口，消極認命的生活態度過一天算一天，也常常在深夜嘆氣「上天對我太不公平啦！」她認為老天沒有給她女性該有的嬌柔美貌，又讓她先後得了焦慮症、憂鬱症。至今仍然小姑獨處，有時真不知活在這世間有何意義，曾經動起自殺念頭。

本中心開立**龍膽、落葉松、野玫瑰、柳樹**為其長期服用花精。半年後她來信說：「巴曲花精簡直是快樂花水嘛！能讓我蛻變成樂觀進取的女性，內心充滿自信，不久將與我的真命天子共同步上結婚紅毯」。

## 結論

巴曲醫師的療癒哲學強化人人必需修正日常生活中的不良習慣，並從精神與心理層面去改善，如此才能消除身體疾病根源，恢復健康與喜悅，同時強調以愛、和平、喜悅的心做該做的事，身體自然就能康復。