

原著

## 從真原醫的身心觀看理想社會

王立文

元智大學通識教學部，桃園，台灣

有一套哲學喜歡用身體當模型，訴說一個國家社會應如何運作。黃俊傑<sup>1</sup>就曾為文說明儒家在中國談政治社會之事常用身體的部位做比喻。想古人對身體的了解遠不如現代人，現代人對細胞、器官以及一些生理系統在概念上比較周全，因此有楊定一提供真原醫<sup>2</sup>的預防醫學之知識背景後，我們其實可以藉用真原醫的身心觀之模式重新思考人類社會如何可以達到理想的境界或者說有什麼原則可以建構理想社會。

楊定一說要身體健康，有外在要注意的地方，亦有須要於內在下功夫之處，筆者將其繪製一座標圖，可以明顯示出一個人身心健康之程度及應改善的方向，當我們對此圖有足夠的了解之後，以類比推理的方式可以進一步了解佛家大乘及新儒家的修行圖，若三圖並呈，配合肯恩·威爾伯<sup>3</sup>之四大象限之概念，不難知道由真原醫的身心觀模式類比推理可以提供建構理想社會的一些基礎思維。

關鍵詞：真原醫、身心觀

### 壹、前言:真原醫的身心觀

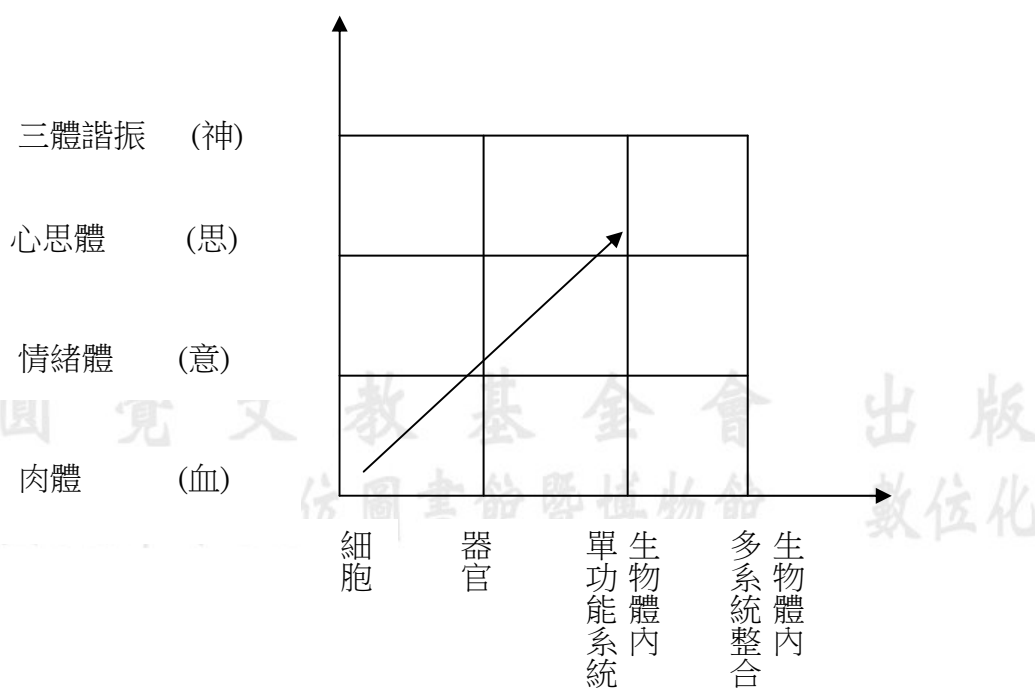
真原醫的意義是真正原來的醫學，它原來的重點是預防，現在的醫學重點是在有病以後治病，楊定一認為身體健康不是只跟肉體有關，和情緒體及心思體都有關係。要健康得從細胞、器官、生物體內單功能系統一直到生物多系統整合協調都正常才成。我把細胞、器官、單功能系統、多功能系統整合當作X軸上的點，至於Y軸則置肉體(血)、情緒體(意)、心思體(思)及三體諧振(神)<sup>4</sup>四項，如此一來X軸及Y軸形成的一個象限中可有一矩形存在，原點可為(細胞、肉體)，對角線的頂點則是(生物體內多功能系統整合，三體諧振)，由原點沿著對角線達到頂點是我們身心健康應走的路線。不要以為情緒沮喪，心思煩亂只是心的問題，它其實會影響器官的運作甚至身體內生理功能系統的正常與否，因此可以說要維持身體健康得有良好的身心觀，此種身心觀的重點因素都呈現在圖一的X軸及Y軸上，一個最高指導原則是從原點往對角線的頂點前行，一直達到三體諧振而且

---

聯絡人：王立文，元智大學通識教學部，桃園，台灣

Email:melwlw@saturn.yzu.edu.tw

體內多系統協調整合毫無問題。古人對身體有初淺的認識，一些智者就從身體各部位的運作中去類比人類社會的運作機制，這類學問亦頗有可觀。本人以為他們對身體有初淺的認識便能做一些推論，今人對身體若有”真原醫”程度般的認識，或許亦能對人類現代社會的運作有些不錯的推論，健康的身心觀或可一探人類理想社會的原型或此等社會的可行性。本文亦將陳述要建立理想社會時，佛家和儒家之個人於內在和外在所須作的努力，這些努力的模式和上述的真原醫之身心觀座標圖頗有類似之處，換言之，健康的身心觀可給予要建立理想社會的個人一些寶貴的啟示。



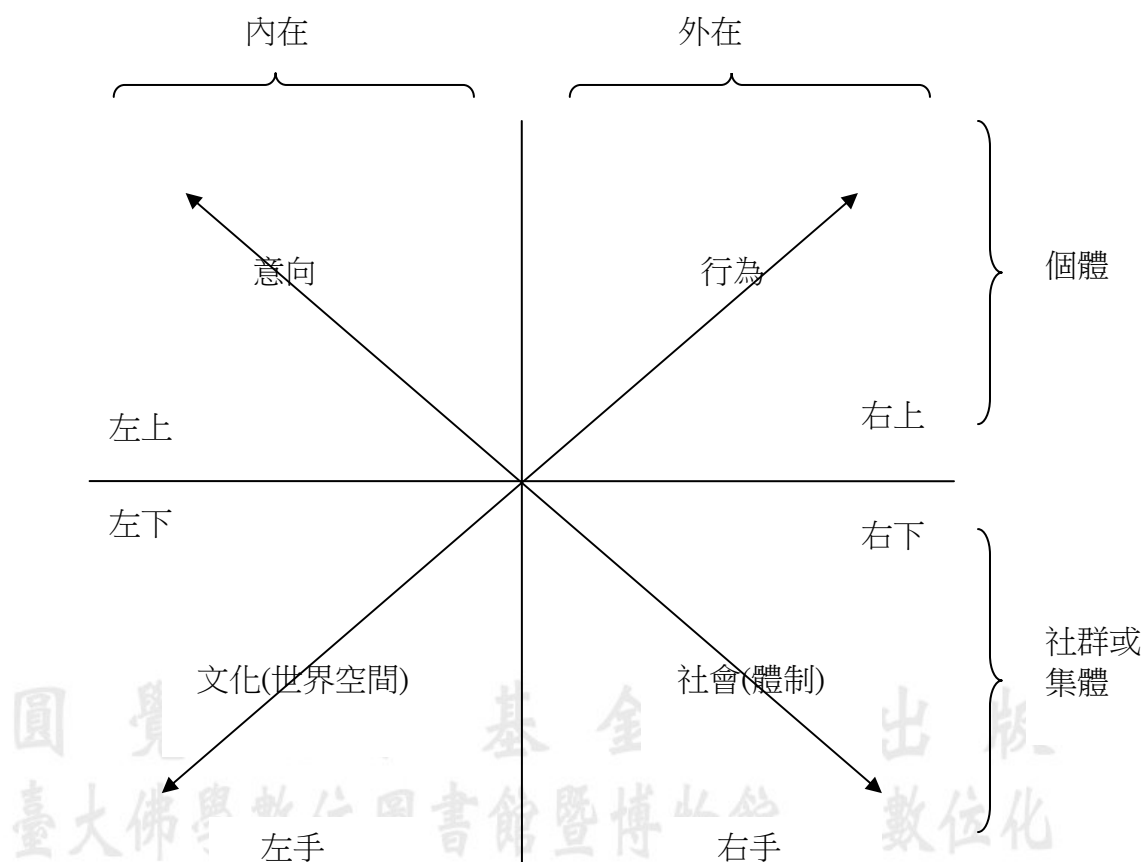
圖一、真原醫的健康身心觀之座標圖示

## 貳、身體(心)觀與肯恩·威爾伯的四大象限

肯恩威伯爾將學問分為四大塊，形成四個象限如圖二，左上象限是有關個人的內在，左下象限有關集體的內在，右上象限有關個人的外在，右下象限有關集體的外在。四象限相關學問設定好之後，現在可以四象限為背景來讀讀圖一所牽涉的學問。圖一的 Y 軸涉及個人的內在，離原點愈遠愈有深度，X 軸則涉及個體的外在，此處的外在並非表示人體之外，而是人體相關客觀可量測之事物皆屬之，由前述可知圖一主要呈現的是和左上及右上象限的學問。

不過單就現代患憂鬱的人不少這件事而言，患憂鬱症者個體之內在出問題(左上象限)是無庸置疑的，當個體內在出問題，個體的外在也跟著會異常，睡不著、坐立難安甚至跳樓(右上象限)，個人有病要去哪醫去哪拿藥，於是有醫院、

藥房等機構出現(右下象限)，若是社會上患憂鬱症的人數有增無減，可能是社會中的文化出了問題(左下象限)。



圖二、肯恩·威爾伯的四大象限  
(圖取自萬法簡史，廖世德譯)

因此一個人身心不健康實質上卻可能牽扯四大象限，圖一的器官、功能系統的運作用科學儀器是可測量的，算是個體以外在表現，這些精密儀器由醫療相關機構提供，這些機構在社會結構中位居何位，是右下象限的問題。有些公司的文化不良，氣氛緊張，胃疾、血尿者過多，這就和左下象限有關了。由上述可知，即便是真原醫像是只談個體的內在、外在，但個體難免受集體影響，在現代社會中個體的身體健康，絕非只是左上、右上象限的事，仍須左下、右下象限有相當的發展與適當的配合。

黃俊傑著有東亞儒學:經典與詮釋的辯證中之第六章所談的是東亞儒家思想傳統中的四種身體，十分有啟發性，如果將其和肯恩威爾伯所著萬法簡史中之四象限的說法合觀，理路會更清楚。黃俊傑提出“身體”的四種類型分別是(1)作為政治權力展現場域的身體，(2)作為社會規範展現場域的身體，(3)作為精神修養

展現場域，(4)作為隱喻的身體。本人發現一巧合現象即是第一種身體是右下象限對右上象限的影響，第二種身體是左下象限對右上象限的影響，第三種身體是左上象限對右上象限的影響，第四種身體則是反過來以右上象限給予右下(或左下)象限一些啟示，茲分別說明於后：

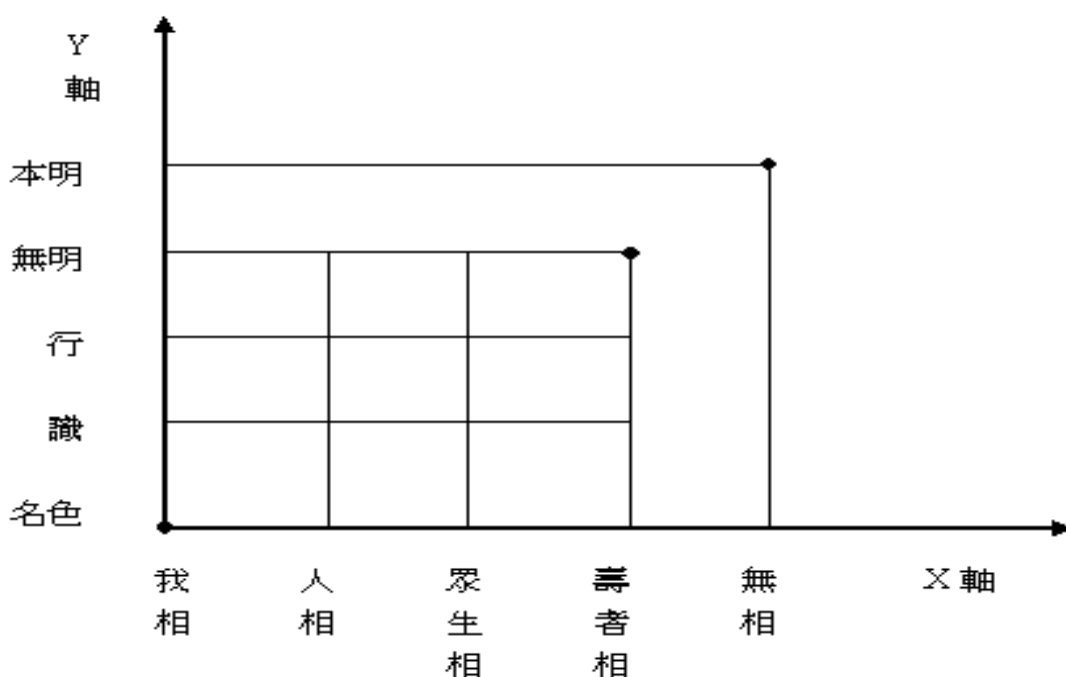
黃文中有敘述「君之體等於國之體，…，國君的身體可以代表國家，…傳說中『湯以身禱於桑林』為民祈福，…。湯的頭髮、手以及身體都成為國家的表徵，在這個意義上，湯的身體是『政治的身體』，也等同於國家的身體。…，個人的身體被視為政治機構，…」如果我們把政治機構理解為右下象限的事物，從上述內涵，不難了解引文充分表現了右下象限對右上象限(個體外在)的影響力。其次我們看「這種類型的身體觀，潛藏著一種未經明言的假設：身體和器官，都不只是僅具有生理功能的臟器而已，而是具有思考能力而可以進行價值判斷的道德的載體。…身體可以經由思考作用而吸納社會的價值與規範，使身體成為社會價值的具體化。…孔子日常生活中舉手投足都被社會禮儀或政治地位的價值位階所深深滲透，因而身體的展演完全合乎社會價值的規範，…，這種被社會規範所浸潤的身體，就不再是純粹生理的身體，而能散發出價值意識或道德的光輝，使身體成為道德意識的具體表徵。」左下象限就是集體的內在(如社會文化、規範)，它對身體的影響也是非常大的，由前述可知。再看「王陽明在大學問中說：何謂身，心之形體運用之謂也，何謂心，身之靈明主宰之謂也。…我們不妨說：所謂身就是心之形體化，而所謂心，就是身體的精神化。…就衍生出兩個命題：第一是心對身體具有優先性…」，這段話不外說明個人的內在對外在的影響，也就是左上象限對右上象限的影響，再其次看「古籍中較罕見的有以下兩種政治意涵，第一是以心隱喻國君，以耳目口鼻及四肢隱喻臣下…，第二種政治意涵則是從身體內各部分器官之互相依存，論述君臣關係之相對性。」這是用右上象限之事物類比推理至右下象限之事物，算是提供一種啟發性思考。

真原醫的作者明瞭要讓許多人身心健康，集體內在象限有努力的空間，在社會上強調預防勝於治療及養生的觀念，這些若成為社會文化的一部份，加上有配套的社會機構(集體外在)，如長庚生物科技公司(不是醫院)，加慈悲助人之愛心於個體之內在及適當的運動於個體的外在，四象限都有努力的空間才能使民眾活得健康幸福。如果將個體的身體健康(暫視為右上象限為主)隱喻社會文化適宜，社會機構正常，這是運用黃俊傑所謂的第四種身體；將生物科技公司提供的訊息做權威指導個體外在活動，這相當第一種身體(右下影響右上)；將預防、養生當作一種文化、規範影響個體外在，這相當於第二種身體(左下影響右上)；將慈悲、愛人做個人內在功夫影響個人外在表現，這相當於第三種身體，由上述可知右上象限看來獨立於其他象限，但各象限事實上仍會互相影響。個人要活得健

康表面上看只要個體內在、外在狀況良好即得，事實上集體的內在、外在對個體影響之大絕不可忽視。

### 參、佛家<sup>5</sup>與新儒家<sup>6</sup>(陽明學派)之個人修行座標圖與四大象限

梁乃崇在探究真心一書中，說明攝心內證為找到自性的修行方法，就是倒溯十二因緣，如果單看心靈世界，就是由「名色」回溯至「識」再回溯至「行」再至「無明」，而後突破無明達到本明。這套修行方式，佛教的小乘是很拿手的，不少人閉關獨修，獲得一些進展。當看大乘佛教相關的經典如金剛經，經文中常有要修行者離四相，否則算不得菩薩，梁乃崇<sup>7</sup>亦曾為文表示四相是我相、人相、眾生相、壽者相是有層次的。換言之，在法性上面的修為，我相是最差的，其次是人相，再次是眾生相，壽者相是好過前三者的。梁乃崇將自性的開展（由名色至無明）置於 Y 軸，將法性的開展（由我相至壽者相）置於 X 軸，修行者的成績自然就落在這直角座標成為其中的一點（見圖三）。當畫出這座標時，其實已做了一個假設，即是從名色至無明，修行程度是由低變高而且是連續性的，另外從我相至壽者相程度亦是由易變難而且亦是連續性的。

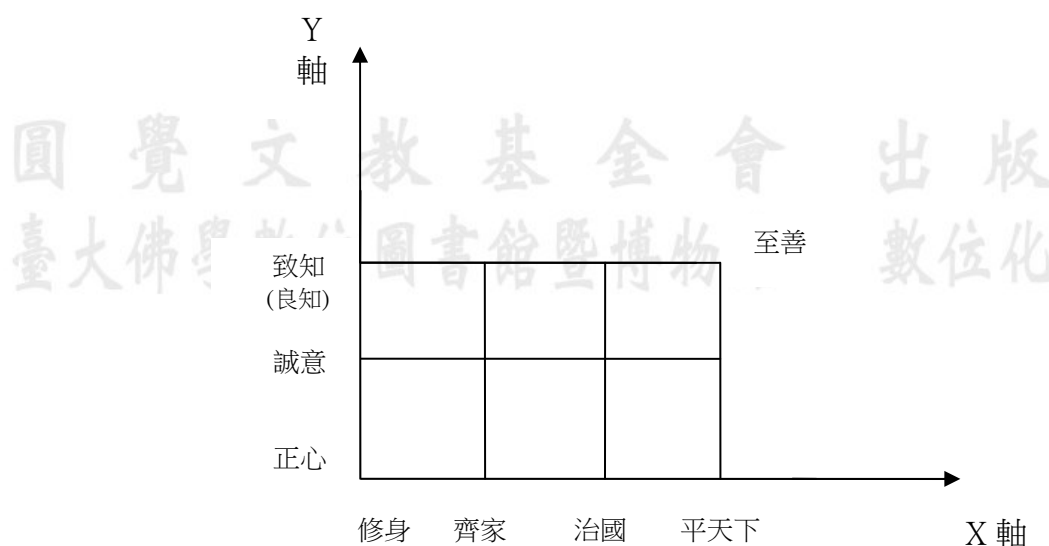


圖三、佛家之個人修行座標圖

另，傳習錄<sup>8</sup>一書記載了明代心學大師王陽明的言行。王陽明尊孔孟習佛老，初看十分駁雜，似儒似釋又似道，陽明先生悟道之後，強調致良知，並十分推崇“大學”一書。大學有言：“古之欲明明德於天下者，先治其國，欲治其國者，先齊其家，欲齊其家者，先修其身，欲修其身者，先正其心，欲正其心者，先誠

其意，欲誠其意者，先致其知；致知在格物。物格而後知至，知至而後意誠，意誠而後心正，心正而後身修，身修而後家齊，家齊而後國治，國治而後天下平。”

如果將大學的修身、齊家、治國、平天下與佛經的四相我相、人相、眾生相、壽者相做對應，不難發現其間的相似性，修身與我相、齊家與人相、治國與眾生相、平天下與壽者相的範疇有著驚人的雷同。梁乃崇對四相的意義有很深入的說明，依其意義推展不難瞭解修好我相則身修，修好人相則家齊，修好眾生相則國治，修好壽者相則天下平。至於正心、誠意、致知則類似攝心內証的部份，如果我們約略地將正心涵蓋”識與名色”範疇，誠意涵蓋”無明與行”範疇，那麼致知(致良知)便相當於達到本明了。說到致知在格物，我們可以把格物的物當作”相”，就不難理解陽明心學的精要。原來用梁氏修行座標圖(圖三)不但可以為學佛者做指引，只要稍稍將 X 軸(法性)、Y 軸(自性)上的指標略做修改，一樣可以用來理解王陽明的心學，而以此圖(圖四)詮釋陽明心學可以條理分明，不再有駁雜難解之感。



圖四、新儒家(陽明學派)之個人修行圖

由前述可知圖三的 Y 軸亦是涉及個體的內在歸左上象限，X 軸之我相、人相、眾生相、壽者相，則和右上、右下象限都有關係，尤其眾生相若以團體相詮釋更是如此，當一個人要適應團體生活，團體的文化亦不可不知，這時就會牽涉到左下象限，所以表面上圖三本身似乎只占一象限(原座標圖)，但其實是四象限才能真正表達清楚，圖四亦雷同於圖三，Y 軸是談個體的內在歸左上象限，X 軸之修身、齊家、治國、平天下，這”身”、”家”、”國”、”天下”皆是客觀可觀察的，因此屬右上及右下象限，但談及治國、平天下，自然會涉及集體的文化層面，故而左下象限亦不可避免。其實要談身心和修行最好是擺在四象限中

讀，否則總是有失之過簡，言有未盡之憾。圖三、圖四的 X 軸，如我相、人相、眾生相、壽者相及修身、齊家、治國、平天下，表面看只在一軸線上，實質上都和三大象限有關。

個人修行要活得幸福表面上看只要個體內在、外在狀況良好即得，事實上集體的內在、外在對個體影響之大絕不可忽視，這就是為什麼歷史上聖人少，理想社會一直難以實現，因為只有少數個體即使在集體內在、外在差勁時還能順利發展，大多數人在社會文化、政治不良時皆受不良影響，理想社會要建立，必須內聖外王的菁英人數得有一定比例(足夠多)，這時配套的集體內在、外在條件亦要適當充足，才有可能。

## 肆、結論

本人揉和楊定一之真原醫、黃俊傑之東亞儒家的身體觀及肯恩·威爾伯的四大象限說於一文，不揣淺陋，勉力為之，想為開展理想社會之建構略盡棉薄之力。

人類理想社會由個體的身體健康做模型來比擬，不像表面上那麼單純，攤開在肯恩·威爾伯的四大象限中，才不會將一些要項有所忽視。理想社會固然建立在健全的個人，個體要有健康的身心觀，能內修，亦能為社會服務，讓視野及心量擴大，才能做到內聖外王，看來好像左上、右上兩象限就足夠，其實不然，理想社會的結構是什麼樣子，這樣社會的文化是否適當，對個體的修鍊都有極密切的關係。理想社會不是一兩個修好的個體可以撐得起來的，一定要有足夠的比例的菁英份子朝內聖外王去認真修鍊，另外，適當的社會的結構、體制及文化與之搭配，一個理想社會的形成才有可能。換言之，理想社會是建構在四象限的均衡適宜的發展情況，若是只有某些象限的異常發展又擠壓到另外的象限使其萎縮，理想社會絕對建立不起來。

真原醫本是以個體的內在、外在為重，保持身心健康，但楊定一為了要多人健康，在集體的外在(長庚生技公司建立)和集體的內在(在社會上鼓吹預防及養生的文化)下了不少功夫。以類比推理：一個理想社會的建立，必須要有足夠多的個體的內、外在得要優良之外，社會本身的內在文化充沛適當且與該內在配套的”集體外在”亦要適時出現才成。本文的圖一、三及四表面講求的是個體的問題，實質上個體在開展其 X 軸上的項目時，必然牽扯到其個體身處之集體，該集體的外在結構和內在文化規範皆會對個體大有影響。歷史上只有少數個體在不完善的集體中亦能發展至極致。大部分個體即使有心，在集體的內在、外在因緣不具足時，也就無力做什麼正向發展，理想社會對於他們亦就遙不可及了。

## 參考文獻

1. 黃俊傑。《東亞儒學：經典與詮釋的辯證》。台北：台大出版中心，2007

2. 楊定一。真原醫：21 世紀最完整的預防醫學。台北：天下雜誌，2012
3. 肯恩·威爾伯著，廖世德譯。萬法簡史。台北：心靈工坊，2005
4. 吳怡。生命的哲學。台北：三民書局，2004
5. 王立文。對有相修行成績單構建之思索。佛學與科學。2006；1：18-24
6. 王立文。圖釋陽明心學。佛學與科學。2009；2：51-56
7. 梁乃崇。金剛經現代直解。台北：圓覺文教基金會，2009
8. 王陽明著，李生龍注譯。新譯傳習錄(二版)。台北：三民書局，2009

圓覺文教基金會 出版  
臺大佛學數位圖書館暨博物館 數位化



## **On Ideal Society from the Body-Mind Concept of Priomoridia Medicine**

Lin-Wen Wang,  
College of General Studies, Yuan Ze University, Chung-Li, Taiwan

There is a kind of philosophy preferring to use body as a model to illustrate how a country and society operates. Prof. Chun-Chieh Huang had a similar explication in his article that the Confucianists often had the matters of political society compared to the parts of body. Ancient people are supposed to have a far less understanding on body than the modern people, who relatively have a complete knowledge of physical system like cells, organs and others. Therefore, having the background knowledge of the preventive medicine based on Ding-I Yang's priomoridia medicine can help us rethink how human society can reach an ideal status or how to build the ideal society with the body-mind concept of priomoridia medicine.

For a health body, Ding-I Yang said, one needs to note the parts of interior and exterior. Accordingly to it, the author draws a coordinate to indicate the extent of a health body and mind as well as the direction of improvement. After having an enough comprehension of it, we can go further for the cultivation chart of Mahayana Buddhism and the Confucianism by analogy. With these three charts working in accordance with the concept of four quadrants by Ken Wilber, it is not difficult to learn the ideas that the model of the body-mind concept of priomoridia medicine can offer an analogy to the construction of an ideal society.

**Keywords: Priomoridia medicine, Body-mind concept**