

藥膳食療之研究與探討~花波療法~

許心華、胡敏、盧柏樺、林麗貞、謝天渝*

國際東方營養藥膳學會

美國自然醫學研究院花精研究中心

高雄醫學大學

台北醫學大學

論文摘要

根據本草備要，花露療法是中國老祖宗的遺產，花波療法是花露療法的延伸，可以改善生物體的情緒而令其獲得身心靈健康。巴曲醫師的療癒哲學是藉由花朵的波動頻率調節生物體的波動頻率而達到平衡情緒的效果。

WHO 宣佈，2020 年憂鬱症與癌症將並列疾病排行榜首位，因此預防醫學專家與各專科醫師將負起時代的使命，除了研發沒有副作用的藥物和針劑之外，更須研發自然療癒的方法，重視藥膳食療，降低憂鬱症與癌症的人口比例。因此筆者在此發表花波療法的科學理論基礎、個案研究之外，更以國際文獻來印證推廣巴曲花波的重要性。同

時筆者在此提供今後花波療法研究的三個重要課題，期待未來能與有緣的學者專家共同從事花波療法的研究與推廣，造福人群。

（感恩蔡秋田、張耿雄、鄭蘭文的協助，致力推廣花波療法）

關鍵詞: 巴曲花波療法、療癒哲學、水的記憶

Research and Discussion of Medicine Diet therapy ~ Flower Essence Therapy ~

Dr.HSIN-HUA HSU 、 HU MIN 、 LU,BO-HUA 、 TSAI,CHIU-TIEN 、 CHANG,
KENG-HSIUNG 、 CHENG, LAN-WEN 、 LAM,LAI-CHING 、 Dr. TIEN-YU SHIEH

International Association on Oriental Nutrition and Food Medicine
Research Center for Flower Remedies in AANM
Kaohsiung Medical University
Taipei Medical University

ABSTRACT

According to Essentials of Materia Medica, the floral water therapy is the legacy of the Chinese ancestors. The Flower Essence Therapy is the extension of the floral water therapy, which can improve the emotion of the living beings and make them healthy. Dr. Bach's healing philosophy is to use flower' s frequency to adjusting the frequency of the living beings to balance emotion.

WHO announced depression and cancer will become the number one killer disease in 2020, therefore preventive medicine experts and specialists should take on the mission to cure the disease. In addition to developing drugs and injections without side effects, it is necessary to develop natural healing methods, and promote nature food dieting to reduce the population of depression and cancer. Therefore, the author provides the scientific and theoretical theory of Flower Essence Therapy and publishes international paper to emphasize the importance of promoting Bach Flower Essence Therapy. At the same time, the author provides three important topics related to the research of Flower Essence Therapy in the future. The author look forward to work with scholars and experts who are interested in the research and promotion of flower wave therapy in the future to benefit the entire human beings.

Key Word: Bach Flower Therapy 、 Philosophy of Healing 、 The Memory of Water

壹、前言

根據本草備要，花露療法是中國老祖宗的遺產，中國很早就發現花露水具有醫療保健的功效。所謂花波療法(Flower Essence therapy) 是歐洲的傳統療法，也是中國花露療法的延伸，主要功能是改善生物的情緒體。花波是學術名稱，來自花朵的波動頻率，一般稱為花精療法。在歐洲，花精也稱為花藥(Flower Remedy)，藉由花朵的波動頻率調節生物體的波動頻率而達到平衡情緒的效果。英國等歐洲國家早已將花波療法列入同類療法藥典。二十多年來海峽兩岸三地中西醫學名醫以及自然醫學專家均在各自然醫學學術研討會上也大力倡導花波療法。每當筆者在國際醫學學術研討會中發表花波療法的成功個案研究，頗受名醫學者專家的支持與鼓勵，銘感在心。由於一般人習慣使用花精(翻譯名詞)，因此常常與精油混淆，造成推廣上的困難，精油是花朵的身體，而花波是花朵的能量·花朵的信息，兩者屬於不同的學術領域。花波就是養心藥膳，在歐洲·澳洲到處都買得到，就像海峽兩岸三地到處都可以買到中草藥材一樣，花波養心，中草藥材養身，均是藥膳，早日正式列入藥膳營養學的範疇，方為筆者用心撰寫此篇論文的真諦，亦是全球中西醫師、牙醫師、自然療法醫師以及重視養生專家的期待。

貳、科學理論基礎的探討

花波療法是根據水的記憶與物理波動頻率的科學理論基礎，絕對不是心理作用。從臨床實例更可發現服用花波之後，不僅可以改善情緒，甚至連人格特質、價值觀、人生方向等均有所改變。

太空科學雜誌報導，維持身心健康必須觀察人體三大系統：

1. 生理系統（分子轉移，如食物、藥物）
2. 能量系統（電磁傳導，如針灸、運動）
3. 信息系統（量子共振，如自然、花波）。

花波療法(花精療法)屬於量子共振的領域，能夠協助情緒困擾的朋友翻轉生命，飛越苦海。國際有許許多多的花波相關文獻，研究顯示：急救花精應用於過動兒的行為矯正有良好的效果，改善疼痛、壓力，確實有顯著的效果。

美國西南聖保羅大學與其姊妹校中國南京中醫藥大學，在威廉校長帶領之下，經西醫、中醫學博士以及專業教授學者群多年的研究以及普林大學附設普林頓醫學中心的臨床實驗，證實花波療法影響人體交感神經、副交感神經的平衡，中醫稱陰陽調和。自律神經健康，人體的十二系統全部都會健康運作，睡眠充足、排泄正常、血液循環順暢、沒有壓力、沒有憂鬱、沒有情緒緊張。

筆者三十多年來前後在台灣高雄醫學大學與美國自然醫學研究院從事花波療法與行為科學研究，製作問卷統計分析與個案追蹤研究

之結果發現：花波應用在日常生活上，可以改善人際關係、親子關係、夫妻關係，應用在臨床上可以改善現代人的失眠、壓力、憂鬱、自閉、過動等問題。筆者於 2010 年收集許許多多的成功個案，結合 Dr.Bach 的 38 種花波以及急救花波，出版”天天好心情-巴曲花精情緒密碼”，竟然躍居新書暢銷排行榜，可見現代人對情緒障礙的自我療癒之渴望”。

情緒在人體的健康扮演重要的角色，西元 1930 年來自英國的愛德華巴曲醫師（Dr.Edward Bach)就已發明運用花波能量來解除人們因恐懼，焦慮，嫉妒，冷漠，憎恨，自大和急性子等及各種負面情緒引起的身體不適症狀。

身體健康與否不只在於有沒有症狀表現，真正的健康應該是注重身心靈的平衡協調。透過花波頻率調整情緒並舒緩壓力，協助你接納自己的情緒，平衡你的磁場，在各種壓力不斷累積的現代生活中不啻為心情的解藥！

單方花波及複合花波使用方法

(一) 水杯內注入 350 CC 常溫純淨水，再滴入個人專用單方花波各 2 滴，或者複合花波 4 滴，慢慢啜飲即可。

(二) 每日早中晚餐前及睡前滴入單方 2 滴或複方 4 滴，直接滴入舌

下或滴入溫水中，必要時可增加次數。

根據英國巴曲醫師的醫學研究指出，絕大部分的生理問題幾乎來自於情緒反應，除了選擇適合的醫療技術外，也要盡力消除自己人格·情緒的錯誤，因為身心靈的健康終究來自我們內心的平衡。

同類療法之父-德國哈尼曼即深刻領悟到人類在草藥界及自然領域中尋求自然解藥的需求，天然草本原本就是上天安排來紓解疾病的良方，能改善人類身心靈狀況。由此可見，來自天然草本的中國藥膳食療在維持全民健康上扮演著非常重要的角色。

叁、結論

1、全球有關花波療法的文獻，絕大多數是設計問卷量表透過統計分析研究或個案追蹤研究，研究成果稍嫌不足，今後最重要的課題是進入細胞實驗、動物實驗，甚至人體實驗。有鑒於此，筆者未來將與國際知名生物化學博士共同主持臨床細胞實驗，從生化學的角度觀察花波與細胞共振時所呈現的種種現象，為花波療法研究開創一個新的里程碑。

2、中國地大物博百花齊放，結合醫學研究所與物理研究所，透過生物物理科學研究方法共同研發中國花精。但在這之前鼓勵學者專家用心研究目前既有巴曲單方花波，再調配成現代人的需求而研發複合花波，造福人群。

3、WHO 公佈，現代人因受生活壓力與環境毒素的影響，2020 年憂鬱症與癌症將並列於疾病排行榜之首。於是筆者懷著滿滿的愛成立天華醫療團隊，主持”名醫到我家”節目，應用巴曲醫師的 38 種單方花波而研發身心系列 · 人格系列·脈輪系列等數十種複合花波，同時結合中醫智能科技保健儀器研發獨家專屬人體氣場軟件，建立花波心理諮詢資料庫，配合中國藥膳食療資料庫，藉由全方位的身心諮詢分析工具，強化預防醫學與促進全民健康。

參考文獻

1. Bach, E. (1931). *Heal thyself: an explanation of the real cause and cure of disease*. Saffron Walden, CW: Daniel.
2. Bshe, E. (1936). *The twelve healers and other remedies*. Saffron Walden, CW: Daniel.
3. Howard, J. (1990). *The Bach Flower Remedies: step by step*. Essex, UK: C.W. Danie Company Ltd.
4. Ludwig, W. (1998). *The memory of water*. In Advanced Medical Systems GmbH. Retrieved November 14, 2008, from <http://www.magnetotherapy.de>
5. Balinski, A. A. (1998). Use of Western Australian flower essences in the management of pain and stress in the hospital setting. *Complement The Nuts Midwifery*. 4:111-117.
6. Halberstein, R. A., Sirkin, A. and Ojeda-vaz, M. M. (2010). When less is better : a comparison of Bach flower remedies & homeopathy. *Ann Epidemiol*.
7. 許心華, 《憂鬱症的花精療法》
www.ganoderma.org/digest/lingzhi-1/nature01/3-1.pdf
8. 許心華 (2010) 天天好心情-巴曲花精情緒密碼 博思智庫出版
(2018 世界中醫藥學會聯合會藥膳專業委員會論文 397-398 頁)