

gustav / December 03, 2008 08:03AM

[試圖定義健康](#)

現代歐美觀點：

人包含生理、心理與精神三個部份，有人認為三者關聯為有機的，有人認為是機械的。
生理Physiology指在時間空間內，受時間空間限制的肉體特質，
心理Psychology指在時間內，心智活動及其功能的主體經驗特質，
精神有歧異，有人歸作宗教性的靈魂soul，具有不滅性、整全性以及不具時間空間特性，柏拉圖為此觀之代表。
有人歸作Psychiatry，有意偏向生理，認為精神體是生、心活動的（預設的）基底substratum，比如消化（之為功能）是消化系統（之為物理基底）的靈魂，比如意識（之為功能）是神經系統（之為物理基底）的靈魂，而人（之為功能）是人體（之為物理基底）的靈魂，亞里斯多德為此觀之代表。

遠古中國觀點：

人包含魂、魄、身，三者關聯是有機的。
身指氣在凝聚後而成的肉體，
魄指氣的力道，關係於人的心理感受、活動，
當人亡滅後，屬土的身歸為塵土，而魄也隨身滅而滅，
魂則在身與魄滅後長存，若人生前替天行道（好生之德），則羽化升天與天帝（蒂、如花之蒂，為造化的終極起源）同在並關心著在陽世的眾人，若沒有替天行道，則長存於陰間，並與陽間的後代緊密關聯著並透過卜筮、膜拜等等儀式溝通。而天、陽間、陰間是機體地同在的。

何謂健康？

身、心、靈（身、魄、魂）之間平衡無礙，則為健康。
易經言：「天行健，君子以自強不息。」如同宇宙運行，依照一終極目的生生不息地繁衍、化育萬物並維持一和諧的規律，人應當自強地（主動自發地、增強主體性地）依照人之存在價值與目的不懈地平衡身心靈進而（集體地）調節萬物。天人合一，健康的真正意義。
