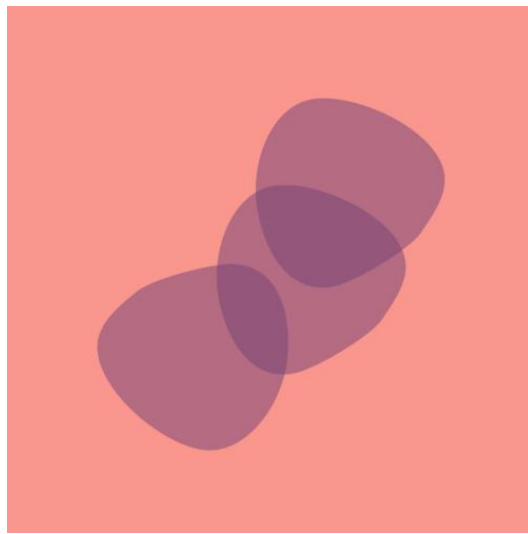


宇宙織錦編按 當恐懼與疫情快速在世界各地蔓延，日常的防疫不僅僅是仰賴一只口罩，新冠病毒「COVID-19」所造成的傳染疫病儼然成為人類發展的試金石，提醒我們注視個人和集體的共同命運，進而思考生命的抉擇，官僚體制的迂腐，科技的致命力量，還有人類未來的可能性等大哉問。人智醫學可以提供什麼觀點幫助我們從不同的視野看見？且看瑞士歌德館醫學部副部長 Dr.Georg Soldner 從身體的異化、人與太陽的關係、人與動物的關係，以及我們能做些什麼？來理解與思考什麼是病毒？它如何攻擊有機體，我們又該如何回應？(Usha)

## 冠狀病毒 Das Coronavirus 人智醫學的觀點



2020年3月12日

撰文 | Georg Soldner | 瑞士歌德館醫學部

中譯 | 韋萱 | 宇宙織錦

圖案構成 | Fabian Roschka

冠狀病毒對於獸醫而言是司空見慣的，但現在 SARS-CoV 2 冠狀病毒已經跨越人獸壁壘進入人體了。什麼是病毒？它如何攻擊有機體，我們又如何回應？

病毒和有機體的物質身密切相關。它們是來自基因型物質，並且能像基因型物質一般影響細胞的新陳代謝並且使它們異化於有機體。如果發生感染，病毒會進入有機體，然後有機體辨識出：某些細胞因病毒而變得疏離，開始做一些不合於整體意義的事。有機體開始轉而對抗這些細胞以便消滅它們。現在爆發的疾病症狀無非是：有機體試圖透過如咳嗽、發燒、分泌粘液，來清除受到感染的細胞從而擺脫入侵的病毒。因此，死于病毒感染的人也可能成為自身防禦的受害者：其防禦的調控，是個體之「自我組織」—人體內自我臨在—的一種表達，

## 身體的異化

現在，如果一個人越是處於身體變得陌生的狀態，他就越容易受到這種病毒性疾病（現稱為 COVID-19）的感染。當然對於骨質流失、肌肉萎縮或是有慢性疾病的老年人而言，情況尤其如此。

在感染冠狀病毒時，80 歲以上的人、第二型糖尿病或心血管疾病患者，其病程可能特別嚴重。當我體內臨在的我越來越少，當我的身體就此意義而言越來越沒有被我完全滲透，那麼感染就更容易在體內擴散，因此後果可能就更嚴重。當然很重要是：如何處理一個現在檢測呈陽性的人。例如患者往往突然被帶離家庭環境，在中國最初和許多其他患者一起在相應搭建的臨時住所接受治療。慣行醫學很可惜無法在這裡提供有幫助的藥物或疫苗。通常會使用藥物退燒。但是在重症狀況下，可以挽救生命的是以氧氣支援，必要時還需一段時間以呼吸器協助呼吸，因此很重要的是：臨床護理可以盡量集中在重症患者身上。

根據我們在此所知的一切：恐懼和退燒是使患者病得更重而不是助其康復的療法。因為有助於人克服疾病的，是所有一切支持他更好地穿透自己的身體、讓身體暖和起來，以使他能更好地安住於體內的措施。就此而言，這種疾病對兒童幾乎毫無危險也就不足為奇了。這種情形適用到 50 歲的人，其病程大多相當於一般流感。咳嗽、流鼻涕和疲倦虛弱是典型的初期症狀。此外可能出現具有危險性的肺炎：這最初主要可透過呼吸頻率較高來識別。

## 與太陽的關係

現在從醫學角度來看，這種病毒有特別負面的特性。有機體可能需要很長時間才會「醒來」，並察覺到船上有個陌生人威脅要造成災害。在一個已知病例中，患者在感染後 27 天才發病。然而平均而言這中間的間隔是 5 天；95%的病例在 12.5 天後會發病。因此，受影響的人會被隔離兩個星期之久。此外，這種病毒比普通流感病毒更具傳染性。有流感病毒者平均會傳染給 1.3 人，有冠狀病毒者則傳染給大約 3 人（在高度傳染性疾病如麻疹或百日咳則為 12 至 18 人）。因此它的感染率比流感更高，同時它也更晚才會被看見。這些有利於疫情擴散的特性加總起來，使世界各地的醫師緊張不安。

## 與動物的關係

然而，一個大謎團出現了：這些顯然新型的病毒是從哪裡來的？它們為什麼會出現？有趣的是，許多病毒來自動物界。冠狀病毒大概是來自爪哇蝙蝠。為什麼來自動物界的病毒現在會對人類構成威脅？我們目前給動物帶來難以形容的痛苦：從大規模屠宰直到以實驗室動物做研究都會導致痛苦，而動物世界無助地置身於痛苦中。這種痛苦會導致動物有機體自身的病毒發生變異嗎？我們習慣於只看身體層面，並且大多無視於心魂層面去看待身體層面。對於腸道菌叢、對於不僅包括細菌還包括病毒的微生物群的研究，結果證明恰恰相反。這不僅引發有關病毒起源的微生物學問題，也引發了如何對待動物的道德問題。魯道夫·史代納在 100 多年前就已經指出這些關聯了。今天，我們有責任去深究這些關聯，並且除了自然科學分析外，還要提出更深層次的問題。

## 我們能做些什麼？

現在，在個人行為上有許多措施可以支持有機體去克服疾病。這些措施包括戒酒，適度用糖，透過充足的睡眠、與陽光積極的互動來維持生活節奏。我們的免疫系統經常苦於缺乏陽光，這種匱乏的效應在三月份最為明顯。因此從一整年可看出：在我們這個緯度區域最高的死亡率在 3 月底。這和冬季缺少陽光有關，並提醒我們非常值得做的事：每天並且在冬季盡可能在中午去戶外走走，從而讓自己很基本地和週邊、和宇宙做連結。魯道夫·史代納甚至在維生素 D 被發現之前、在建立人智醫學之時就以結核病為例詳細闡述了這一點。對免疫系統而言，維生素 D 錠劑只能在有限程度上取代陽光的吸收。勢能化的磷和相應勢能化的隕石鐵，在早晨可以作為光的物質支援防禦力量。對於那些年紀較大而且可能有心血管疾病的人，還建議使用人智學治療心血管系統的基礎藥劑、規律的步行和充足的睡眠。睡眠時間少於 6 小時的人更容易受到這種感染。

## 對身邊的人健康的呼吸

如果生病了，目前是在隔離中進行監護，儘管輕微的病例現在也可以居家接受治療。對我來說下述事實似乎很重要：人智醫學擁有數十年的經驗，在治療病毒性及細菌性肺炎時不用抗生素、而使用人智學藥物和外用處置，可以是非常有效的。

醫學部的醫師們已制定了相應的治療方案並且提供給國際醫療同仁。

什麼會削弱肺部？有兩件事：缺乏和地球與太陽的關係，以及社會的緊張局勢。因此建議試著透過平衡社會的壓力，由內而外來保護自己的肺部、這個呼吸器官。我認為那些置身於未解決的社會衝突的人，在這裡面臨更大的風險。醫學促使人們相信：接種疫苗可以保護自己免於各種類型的感染。這是一個錯誤。即使是流感疫苗也只能提供 10%到 30%的保護率；擤鼻涕和咳嗽時仔細洗手和保持衛生也同樣有效—而且沒有疫苗可能的副作用。因此，重要的一步是：擺脫這種對環境和自己身體的、焦慮而防衛性的圖像，並且詢問自己能夠做些什麼來支援身體的活力和完整性。

本文於 2020 年 3 月 12 日完稿。首次發表於《Das Goetheanum》歌德館期刊，2020 年 3 月 13 日。

現在訂閱《Das Goetheanum》歌德館期刊，可享受一個月的免費試閱期。

➔立刻免費試閱 <https://dasgoetheanum.com/abonnieren>

德文原文出處 <https://goetheanum.co/de/nachrichten/das-coronavirus>

中文版來源網址 [bit.ly/2UezPrD](http://bit.ly/2UezPrD)

編按：本文中文版譯自德文，由作者瑞士歌德館醫學部副部長 Georg Soldner 授權發表，宇宙織錦將持續為華語讀者翻譯由 Georg Soldner/ Matthias Girke / Markus Sommer 撰文刊登在《世界人智學 Anthroposophie Weltweit》等媒體有關人智醫學領域新冠病毒(COVID-19)的最新研究。



出處/姓名標示—非商業性—禁止改作" 如欲轉載或引述本文，請全文刊登並註明出處和來源網址