

食物咀嚼的信息觀

陳國鎮

東吳大學物理學系，台北，台灣

口腔的咀嚼常被認為在嚼碎食物，並且與唾液充分混合以便於吞嚥和消化。然而，咀嚼的動作還有另外一項作用——咀嚼時食物會釋放信息波。食物的信息波會被分布在口腔內的經脈和絡脈傳導至全身。由於這些信息波的事先通報，身體就會跟著調整它自己的狀態以決定接受食物與否。當食物經過充分的咀嚼，身體和食物間的阻抗匹配會變得比較理想，吃下肚的食物才有益於身體。這樣的觀點也可以應用來討論其他相關的事件。

關鍵詞：咀嚼、食物信息波、經脈與絡脈、阻抗匹配

一、引言

人類要吃才能活，而咀嚼——切割或壓碎食物成為可以吞嚥的大小——是天生的能力，食物嚼得愈多次，成分就分解得愈細緻，也愈容易被消化。

咀嚼還有其他的功能，根據現代醫學，咀嚼可讓食物在口腔內與唾液混合，轉化成其他形式的生生物質，那就可以營養身體，因此咀嚼的重要性不言可喻。

然而，從近年來營養學的研究發現，某些粗食，特別是富有纖維素的食物，應該被列入每天的飲食當中，以保障消化系統的正常功能。這和上述的咀嚼觀念是否有衝突？假如粗食對飲食如此重要，我們是否無須將食物咀嚼太完全，以保持吃下肚的食物能有某種程度的粗糙度？

比較和研究這些主張之後，我們發現他們只把咀嚼侷限在機械和生化的效應裡，完全忽略了食物在口腔裡會因為咀嚼而釋放信息波的效應。

二、口腔裡經脈與絡脈的分布

傳統中醫學用分布全身的經脈和絡脈（西方人稱為針刺的經絡）¹作為人體的溝通系統，使它成為完整的有機體。這些經脈和絡脈所形成的網路，肉眼是無法看見的，它與解剖可見的分化系統如循環、神經等系統結合起來，共同展現人體精妙的生理活動。

在這些經脈和絡脈的網路裡，更有兩條重要的經脈——督脈，它走在背部的中線，另一條則是任脈，它走在人體前半部的中線。兩經脈相連成環，相遇在口中的上部，這兩條奇經各自與十二陰陽經脈緊密關聯。練氣功的人在練功時，只要透過任督二脈氣機的導引，就能獲得生命功能驚人的提升。他們之所以能如此，即因強化了這兩奇經的氣，輾轉強化了全身的溝通系統。

在陳氏的胚胎發育模型裡，經脈和絡脈所形成的網路具有極為重要的生物學意義^{2,3}。在生物的發育中，它們對於體細胞的統整至關緊要，即使多細胞生物已經發育完成，它們仍然扮演身體所有部位連結成為有機整體的必要角

色。一個生物體所有的細胞、組織、器官和系統，都藉著經脈和絡脈所形成的網路來互相連結整合。

我們的牙齒也是由單一受精卵發展而成的活組織，因此它們也有相互關聯的經脈和絡脈，分別和體內的器官聯繫在一起，例如門齒與腎經及膀胱經相關、犬齒和肝膽經相關等。過去，伏耳醫生及其他臨床醫生，經常拿牙齒和經絡的關係圖表，運用在臨床的疾病診斷上。

換言之，刺激某一牙齒會影響相關的內臟和系統。反之亦然，牙齒的健康狀態也間接反應體內器官或系統的健康情況。一個有經驗的醫生，只要檢視患者的牙齒狀況，即可做出一定程度的診斷。

三、咀嚼時的信息波釋放

當我們咀嚼時，對口中的食物會施加相當大的壓力，這個壓力會使食物的能量狀態大幅攀升，如此增長的能量改變了原本存在食物中的駐波條件，因而能破壞食物結構的穩定性。當食物的結構因壓力而崩塌或斷裂時，它同時釋放出信息波。

有些信息波被能量攜帶而走，有些則否。後者直接自行傳播，無須依附任何已知的介質。這類信息波，我們過去並不認識它。從經驗裡，我相信它們極可能是生成能量的原初素質。

無論食物釋放出來的信息波有多麼複雜，它們都能輕易沿著經絡傳導，由此處傳至彼處。因此咀嚼食物所釋放的信息波，自然能從口腔出發，沿著任督二脈以及牙齒的相關經絡傳遍全身，包括內臟和系統。

四、咀嚼的生物效應

咀嚼食物時，在口腔中釋放的信息波會刺激任督二脈及牙齒相關的經絡，也會影響口中的舌頭及所有的神經。食物的信息波藉它們傳遍全身，引起身心的特定反應，因此讓人決定是否要吞下咀嚼中的食物。

當食物給人的信息波令人覺得美味，消化

系統就跟著分泌合適的消化酵素，此時身體也會準備好接受食物。咀嚼愈多下，食物的狀態愈能與身體相容。易言之，當我們一再咀嚼之後，身體也愈認識食物的性狀。充分咀嚼的食物，會和身體的阻抗匹配得十分理想，以至於吞下肚的食物就有益於健康。這樣的接納反應緩衝時間，對每天的消化很重要。

相反的，食物給人的信息波讓人覺得怪怪的或噁心時，就應該也會立刻將口中的食物吐掉。由信息波所引發的預告，實際上能保護身體免於毒性物質的傷害。假如我們沒有在口中充分咀嚼食物，或者不注意味覺就囫圇吞棗，那麼每當我們吞下一口的食物，消化系統必然會被狠狠地驚嚇一次。每餐一再如此進食就會傷害自己的身體。一旦造成傷害，生命的活力就會減退，最終也會縮短我們的壽命。因此每餐飯，充分咀嚼和注意食物的味道，對於健康的維護極為重要。

五、討 論

由於上述的咀嚼信息觀，我們應該恪守一個法則，在吞嚥食物之前，應該讓它提供身體充足而正確的食物信息波，為了身體，特別是為了消化系統，可以不受我們粗心大意的吞食而感到劇烈的震撼。

充分的信息波可以得自充分的咀嚼，然而正確的信息波又如何獲取呢？因為近代的烹調常在欺騙身體，用佐料、醬油等東西改造了食物的原味。這樣的烹調法，實際上對身體是有害的。過度烹調，過度使用佐料、醬油或添加物，會破壞食物所攜帶的自然信息，讓我們的身體和真實的自然失去聯繫。

反過來說，如果能吃到食物的原味，我們就能接收到食物的天然信息，這有助於我們更了解自己所居住的星球。不幸的是，我們大都吃得很偏差，因此不了解地球的真實本性與容量，進而肆意傷害它。吃出食物的原味是可以培養的習慣，只要我們有心學習適應自然。

中醫的水煎藥經常是味道很苦的液體，以致患者難以下嚥。但是不加甜料或糖衣的藥汁，所釋放的信息波才能展露真實的藥性。身體的任督二脈、牙齒相關的經絡、口中的舌

頭及所有神經，可以接收到真實且充足的信息波，進而提醒身體準備妥當以接受藥物。中藥煎劑正確的服用法是先小啜一口，在口中停留數秒鐘，讓藥汁的苦味傳遍全身。這樣做能讓身體有充裕的時間反應過來，而得以正確的態度接受藥物。唯其能如此，身體可以接收到真實的自然信息，才不是欺騙之舉。患者能喝下苦味至極的藥汁，因為他們渴求恢復健康。這樣堅決的心意加上身體啟動正確的服藥預備動作，以及藥物本身的療效，會共同強化彼此的作用力，以協助患者重拾健康。

現代的施藥方式，經常採用包覆法將藥物包裹起來，以避免令人嫌惡的苦味和消化系統可能受到的傷害。包覆的藥片確實能讓患者適於吞嚥，問題是包在藥片裡面的藥物對身體常具有毒性，包覆膜常被用來欺騙自己的口感。當包覆膜在胃裡溶解時，藥物瞬間接觸到胃壁，胃卻完全沒有準備好接受它。因此這樣的藥物治療法，會強迫身體突然接納藥物，而沒有從容的緩衝時間以循序反應。在藥物也逐漸溶解時，不僅消化系統被貿然、無預警的侵入藥物震撼，甚至連全身都被一起撼動。由於身體還沒有準備好去應付藥物，它的療效也就會打些折扣。假如患者長期如此服藥治病，他的消化系統以及其他內臟系統，都可能被嚴重攪亂。

無論食物或藥物——任何要吃進身體內的東西，應該先在口中暫留片刻的時間，以備釋放出來的信息波能傳遍給身體，讓身體自己決定取捨。這樣做的目的在降低食物和人體之間阻抗的差異，也是健康的飲食法。

參考文獻

1. Zhang Enqin, Xu Guoqian, Xu Xiangcai, Wang Zhikui : “Basic theory of traditional chinese medicine (I)” , ISBN7-81010-089-0/R.88, copyright 1990. The book is part of a series titled “A Practical English-Chinese Library of Traditional Chinese Medicine” , published by Publishing House of Shanghai University of Traditional Chinese Medicine.
2. KG Chen: “The science of acupuncture-theory and practice: II. Electrical properties of

meridians, with an overview of the electrodermal screening test” , IEEE Engineering in Medicine and Biology Magazine. 15 (3): 58-63 (1996).

3. KG Chen: “The electric properties of the human meridian system and its physiological significance” , The annual meeting of the international institute for advanced studies in systems research and cybernetics, Baden-Baden in Germany, Aug, (1996).

The Information Aspect of Mouth Chewing

Kuo-Gen Chen

Department of Physics, Soochow University

Taipei, Taiwan

Mouth chewing is usually thought to break food into pieces and mix them with the saliva thoroughly for easier swallowing and digestion. However, there is an additional effect -- information waves release during chewing. Food information waves are conducted by the channels and collaterals distributed in the mouth to the entire body. Because of the prior notification of these information waves, the body will adjust its state accordingly to accept the food or not. When food is chewed thoroughly, the impedance matching between body and food will become so ideal, the food eaten will be beneficial to the body. Such aspect is also extended to discuss a few relevant events.

Keywords: chew; food information waves; channels and collaterals; impedance matching

圓覺教育基金會出版
臺大佛學數位圖書館暨博物館 數位化