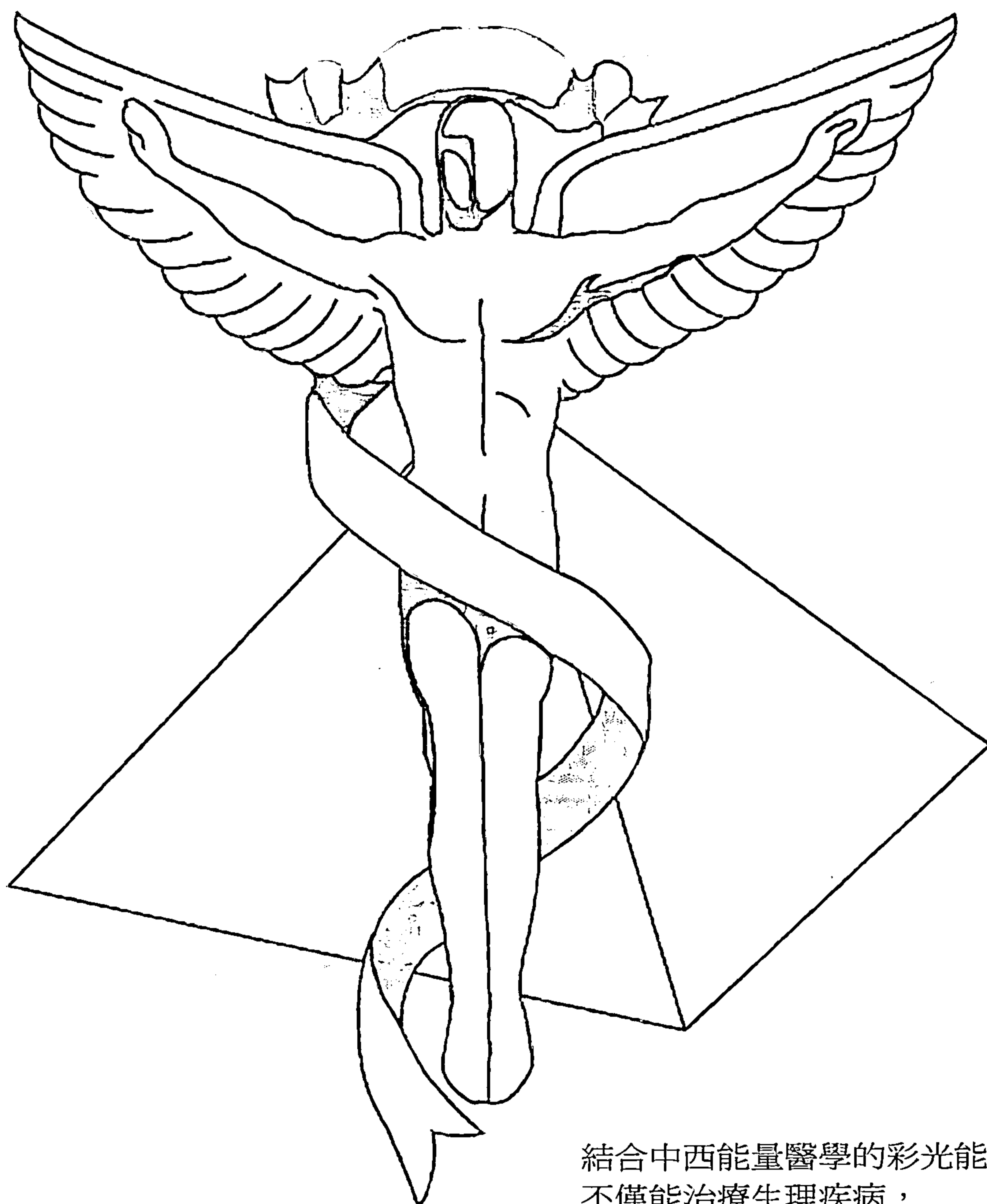


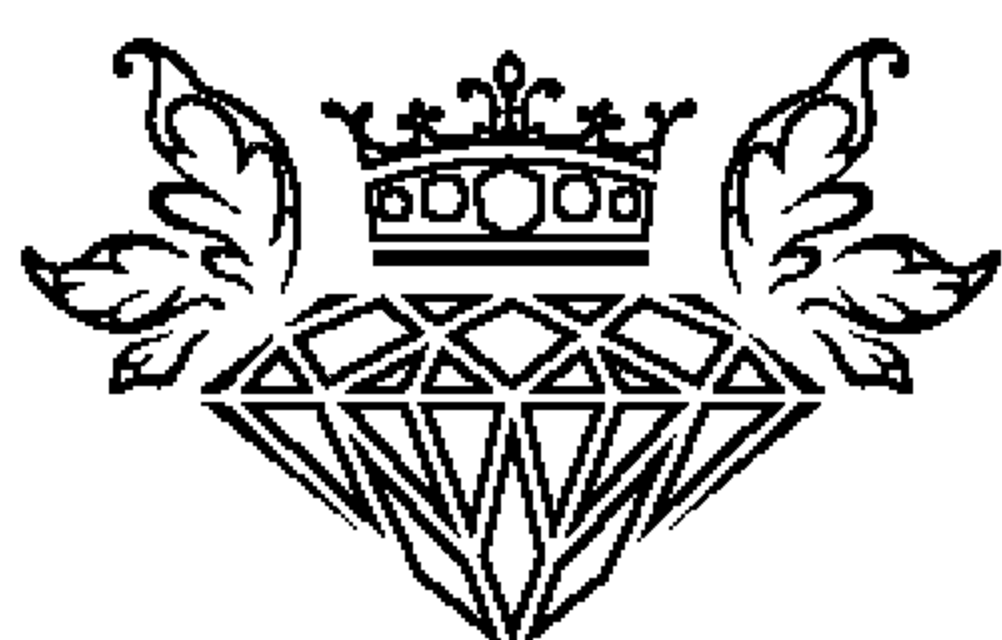
# 彩光能量自然療法

COI CONJUNCTURE

周清隆 醫師 ◎著



結合中西能量醫學的彩光能量自然療法，  
不僅能治療生理疾病，  
還能改善心理層面問題。  
以彩光為藥，以水晶代針，  
操作簡單、方便安全，  
輕鬆就能享有健康生活！



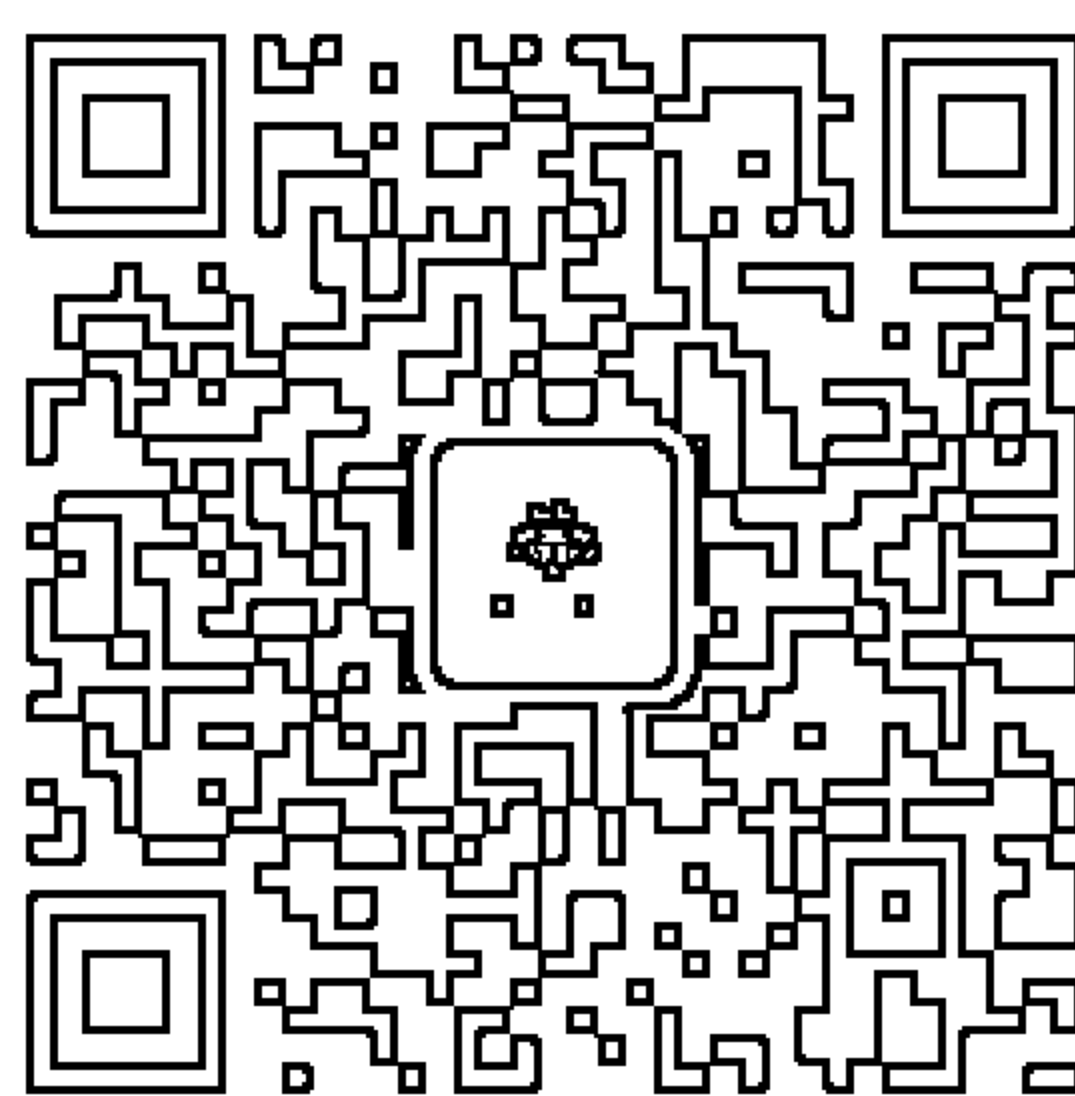
St. Royal College

天使神秘学院

- ※ 专业占卜预测机构
- ※ 神秘学培训机构
- ※ 水晶能量研究中心
- ※ 神秘学资料库
- ※ 官方微信：strcdts
- ※ 微信公众平台：strc2011
- ※ 官方店铺网址：<http://strc.cr.cx>
- ※ 读书交流QQ群：

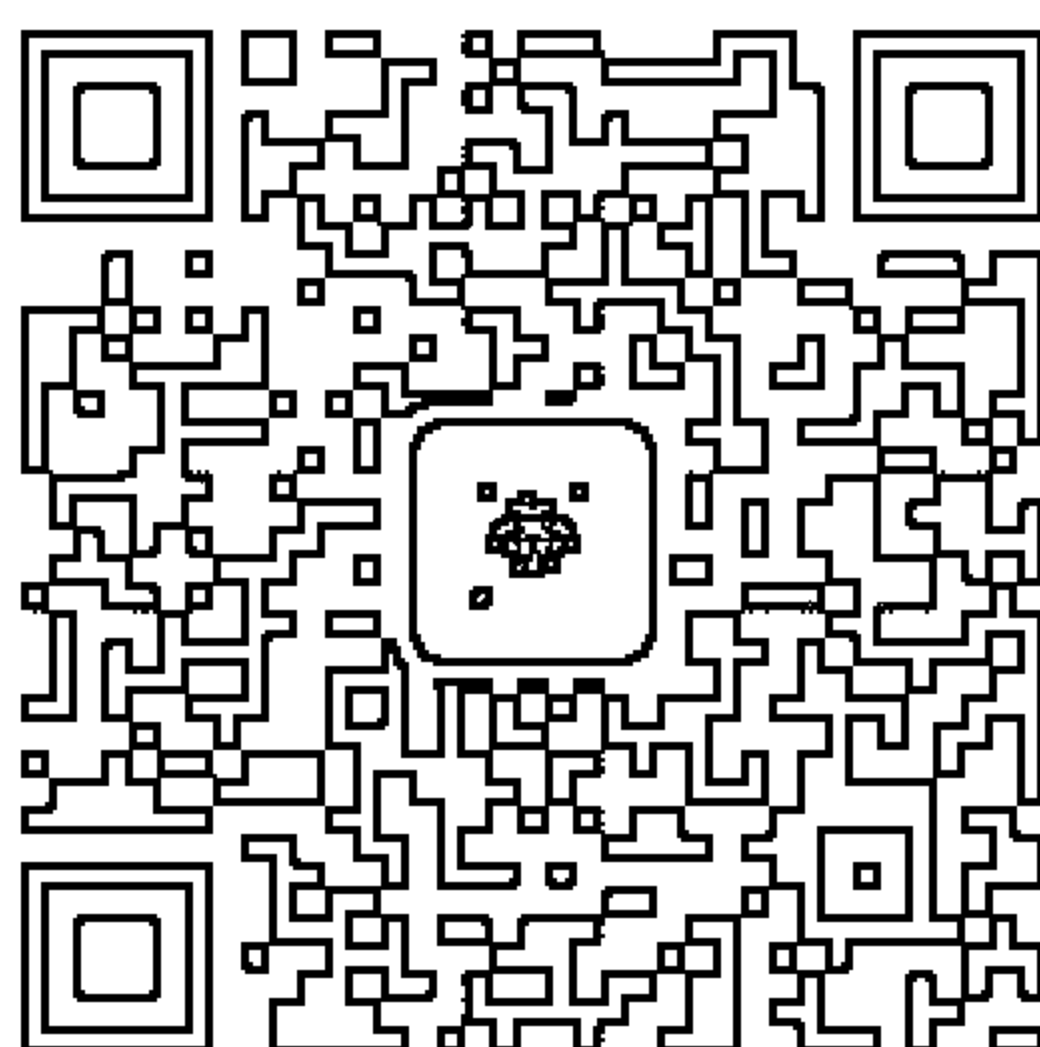
占星塔罗占卜师交流群：814594478（加入密码：PDF）

神秘学其他综合群：659338717（加入密码：PDF）



微信号：strcdts

天使神秘学院



微信公众平台：strc2011

制作说明：

本书由《天使神秘学院》出重金从台湾购入的原版书籍扫描制作完成。为达到最好阅读效果，特地把原版书全部切开后，再经由专业扫描设备高精度扫描完成，并经过一张张的PS后期处理最终成书，其间花费大量的人力、物力以及时间，只为了能给大家提供经济并优质的神秘学学习资料而努力。

本学院强力谴责某些机构和个人，把本学院花心血制作完成的电子书籍，包装后直接放在自家淘宝网上低价倾销的行为，以谋取不劳而获的经济利益。如果长此以往最终将无人愿意再为大家花心思制作电子书，那以后可能大家再无新书可读。

为大家以后能够读到更多的好书，也为了本学院的良性发展。本学院恳请大家尽量做到如下几点：

- 一、尽量在本学院的网站购买电子书籍。
- 二、请勿用技术手段把电子书内的水印及加密去掉。
- 三、在收到电子书后小范围传阅即可，千万不要公开传播，更别挂到淘宝网上低价销售。

同时为答谢广大支持者，学院电子书将做如下调整：

- 一、学院会把一些早已收回制作成本的电子书折价销售。
- 二、最新制作的电子书籍会开放打印功能，大家购买后有条件的可自行打印成书。

天使神秘学院  
2020年1月

目錄

推薦序 （以姓氏筆劃為順序）

一個創新的醫學與一個創意的醫生	高雄榮總 復健部主任	王志龍
彩光治好我的陳年痼疾	生死簿傳人	吳晴月
平衡心靈的全方位療法	佳醫美人診所醫師	李宛樺
重建健康的生活韻律	雲門舞集創辦人	林懷民
能量醫學的拓荒者	杏典牙科醫師	蔡昭儀

作者序

涵蓋身心靈層面的彩光能量療法

前言 彩光對人體的作用／ 016

第一章 彩光能量自然療法的發展

- 一、人類使用彩光的歷史／ 020
- 二、近代對彩色光的科學研究／ 021
- 三、色彩的意義與影響／ 024
- 四、色彩的神奇效應／ 024
- 五、彩光能量療法顏色的選擇／ 026
  - 彩光治療方法顏色選擇通則
  - 七種基本可見光
- 六、彩光照射區穴位索引／ 028

第二章 彩光能量療法理論與應用

- 一、中醫理論／ 034
- 二、經絡～能量運輸系統／ 039
  - 十二經絡
  - 十二經筋
  - 募穴的彩光療法
  - 背俞穴的彩光療法
  - 八總穴歌訣
  - 靈龜八法彩光

耳針全息診療

眼全息診療

頭皮針反射區

足底反射區

手掌反射區

神經元理論

井穴大接經法

### 三、能量系統解剖／ 053

經絡穴道

脈輪

氣場

## 第三章 彩光能量療法的診斷與治療參考

### 一、近代生物能量概念／ 056

### 二、氣輪／ 060

### 三、能量場（氣場）／ 062

### 四、齒列療法／ 069

## 第四章 彩光能量治療的種類及案例

### 一、彩光能量療法的種類／ 072

臉上胚胎層線療法

排毒療法

體力的恢復與重建療法

退化性疾病療法

疼痛療法

靈魂與靈性治療

未出生前療法

頭皮針療法

衝突解決療法

### 二、彩光紓壓療法的神奇效果案例／ 075

## 第五章 孕婦和孩童彩光

### 一、孕婦彩光 / 102

孕婦情緒困擾與生理問題

孕婦彩光案例

### 二、孩童彩光治療 / 108

## 第六章 彩光自然療法 DIY

### 一、彩光治療 DIY 基本原則 / 112

### 二、好轉反應平衡法 / 113

頭部平衡區

手部平衡區

耳部平衡區

### 三、上班族、電腦族、學生適合的彩光 DIY / 115

活力線

心靈平衡線

解毒十字

腦部平衡法

頭痛

頸背僵硬疼痛

手肘、手腕痛

腰背酸痛

胸悶

肋間痛

腿部酸痛

膝蓋痛

足跟痛

失眠

眼部相關

增強注意力及記憶力

### 四、內分泌系統困擾適合的彩光 DIY / 122

甲狀腺機能亢進

糖尿病

### 五、消化道系統困擾適合的彩光 DIY / 124

胃酸過多、灼熱、腹脹

食慾不振

胃下垂

胃潰瘍、十二指腸潰瘍

腹瀉

五更瀉

痔瘡

便秘

脂肪肝

## 六、循環系統困擾適合的彩光DIY / 129

高血壓

低血壓

心悸、呼吸急促

## 七、呼吸道系統困擾適合的彩光DIY / 130

風熱

風寒

感冒合併症，嘔吐、腹瀉

感冒合併症，下痢

感冒合併症，鼻塞、久咳不癒

慢性支氣管炎

## 八、婦科困擾適合的彩光DIY / 134

月經失調

經痛

經期提前

孕婦

更年期

## 九、兒童相關困擾適合的彩光DIY / 136

小兒夜尿

小兒驚嚇夜啼

體質虛弱

## 十、活力保健相關困擾適合的彩光DIY / 137

強健體力

長期洗腎

喉區疏導法

耳穴強健法

腦部平衡法

情緒平衡法

## 致謝

僅以此書獻給我摯愛的妻子盧曉蕾醫師。因為她  
全方面無條件的支持與愛心鼓勵，使我得以習得彩光  
針灸技術及理論，並完成此書實現我的夢想。

周清隆





推薦序

## 一個創新的醫學與一個創意的醫生

根據美國官方統計，近年來，包括白宮主人在內，至少已有百分之七十的美國公民，尋求另類醫學的診療。由此顯示，所謂「正統醫學」一定有很多的死角與缺陷，無法解釋疾病產生的原因，更無法解決所衍生的病症與後遺症。這不由得激發醫界人士，研發更多探究疾病根源的方法與儀器，而彩光針灸就是其中一項十分創新的診療醫術，因為它實在融合了古今與中西醫學的精髓，並加以發揚光大。

周博士是首屆陽明大學的高材生，渾身是創意，敢於冒險創新，在台北榮總復健醫學部擔任住院醫師時就考上公費留考，負笈美國攻讀基礎醫學。返國後，更是在物理醫學、復健醫學、運動醫學、傳統醫學、藝術醫學等領域發揮所長，造就眾多醫師，也更嘉惠無數病患。周醫師對病患是十分和藹可親的，但對訓練後輩醫師卻是十分嚴格的，正如他治學嚴謹的態度。周教授早期在台北榮總擔任主治醫師時，就顯出優質醫師的風範與權威，令我們後輩醫師敬畏三分，因而有「大師兄」的尊稱。幾年前大師兄到南台灣講授彩光針灸時，造成一股旋風與震撼，如今欣聞大師兄要出書，更令人引頸企盼，期望這本好書帶給醫界人士更多的啟發與新知。

高雄榮總 復健部主任  
王志龍 醫師

## 推薦序

# 彩光治好我的陳年痼疾

周醫師找我寫序，讓我很擔心，因為就像「老姑娘上花轎」——完全沒概念，看那厚厚一疊原稿，一個頭兩個大，不知道怎麼下筆才好。雖然每天塗塗寫寫，但要正經八百的寫一篇序可是第一遭。想了幾天，還是來個懶人法吧！直接了當的就把我個人的經歷記述下來，不就是最真實的序了嗎？

十多年來專業解碼員與報社讀者的來信，我很堅持親自回信，長期固定的姿勢累積了關節骨頭的不適，起初並不以為意，直到92年《自由時報》為我寫了一篇台灣蒐奇的報導時，獲得讀者熱烈迴響，每天伏案拿筆的時間超過12小時。右肩關節的地方痛到穿衣服時得把右手垂到地面才套得進去，恰如台灣俗語「丟丟彈」，痛苦不堪又不想看醫生，時好時壞。到95年初坐公車時因緊急剎車撞到了柱子更加重了痛楚，只好去做復健，櫃檯上放了光園的名片，順手拿了一張放皮包裡，也就忘了。

我一直是個公車族，有時難免懷疑少數司機人員是開運豬貨車改行的，急起步、急剎車，把乘客當豬載，這情況下沒有座位，站著卻無力緊握把手，再度撞擊，下車時腳著地震動的痛感，使我不得不拿出名片來考慮，看到了雲門舞集林懷民先生的經驗談，當下決定去了，雖然完全搞不懂彩光針灸是什麼東東，只要能讓我少痛些，我都願意試試。

我雖然年過一甲子，一生除了牙醫外，可以說是喜歡看醫生的人，生三個孩子也不曾上醫院，連產檢都免了（壞示範），要不是真的痛到牙裂嘴，看醫生？門都沒有！（抱歉啦，我各方的醫生朋友們，這跟私人交情絕對無關！）

第一次，周醫師拿著克里安相機拍出的片子，解說了半天，結果有聽沒有懂，心裡想著：「哎呀！只要讓我漸少痛感就可以了，哪來那麼多話，專業的東西反正也不想搞懂它！」我這個人就是怕麻煩，越簡單越好，包括人生。兩個小時後我是笑著離開周醫師的光園的，走出電梯時想，剛剛進來前，走路每踏一步的震動都痛到難以忍受，尤其是公車輾過坑洞時，我心裡還懷疑著，已經不痛了，這是真的嗎？既沒打針，更沒吃藥。

陳年痼疾要根治不容易，每星期到光園報到一次，沒想到兩個月下來竟然完全痊癒了，當我在握筆寫字時，筆就是筆，不再像鋤頭般沉重。

感謝周醫師、盧醫師夫婦和光園治療師們視病如親的服務態度，有你們真好、有彩光真好。

生死簿傳人

吳晴月

## 推薦序

# 平衡心靈的全方位療法

從小開朗樂觀的我，從不曾認為自己會有消極的一面，雖然在求學、求職的過程中也曾遇到許多困難和挫折，但也都能坦然且積極去面對、去克服。因此在多年前，第一次在周博士那裡接觸到「彩光針灸」這種新興療法時，從不曾認為自己也會有需要的一天。

自從告別了快樂的單身生活，加入職業婦女的行列後，心境上有很大的轉變，隨著婚姻伴隨而來的父母及子女的家庭壓力，加上工作壓力，長期的身心俱疲，令我的好脾氣也變得容易生氣，從前的樂觀也變成負面想法，甚至偶爾還有茫然無措的感覺，整個世界似乎變成「黑白」，而身體上也常有腰酸背痛、容易感冒（以前我可是在大家流行感冒時，唯一健康的人）的小毛病，但一年一度的健康檢查，卻仍是正常，此時，只有自己才知道身心確實已有些問題出現。

托周博士的福，自己也接受了「克里安攝影」檢查，透過照片的表現，才赫然發現身體已出現許多的毒素及內分泌失調的警訊。回想起這些年自己總是把家庭及工作擺在前面，卻忽略了自己的身體狀況，現在該是正視問題的時候。於是便決定抽空開始「彩光療程」。在過程中我得到前所未有的平靜及放鬆，也不再胡思亂想，感覺身心的情緒壓力得到釋放，除了晚上睡眠品質提升，白天整個人也精神起來，感覺世界又變成彩色，未來是有希望的。

這種「彩光針灸」在傳統的西醫並無提及，但它是結合中醫針灸及西方的自然療法所成；剛開始，就自己的醫學認知，我相信針灸及穴道理論，但對「光療」一無所知；經過親身體驗，才知道這種治療不僅不痛還十分舒適、放鬆，最重要的是它真的對我有幫助。

其實現代的職業婦女，都身兼數職，得扮演許多不同的角色，好媽媽、好太太、好媳婦及好員工（或好老闆）責任重大。這些壓力在無形中慢慢累積在身體裡，逐漸醞釀，逐漸擴大，若不適時釋放，將來會像火山爆發一般，不可收拾。而「彩光針灸」提供了這個抒發身心情緒壓力的管道，平衡身心靈的全方位療法，相信會為生活緊張、繁忙的現代女帶來更加幸福、健康、快樂的生活。

佳醫美人診所

李宛樺 醫師

推薦序

## 重建健康的生活韻律

家父往生後，我焦躁亢進，有一段時間失眠得很厲害。周大夫的彩光治療一次就有效。五次療程就讓我重建了健康的生活韻律。

彩光針灸不會痛，也不必吃藥，往往沒做幾分鐘，我已經放鬆地睡著了。現在我只要覺得疲倦緊張，就彩光去！

雲門舞集創辦人

林懷民

推薦序

## 能量醫學的拓荒者

時光飛逝認識周清隆醫師已經超過十個年頭了，我稱周醫師為「大師兄」，不僅僅因為他是同校的學長，也因為他的專業學養以及認真踏實的做事態度。

早在多年前周醫師即已十分熱衷於「能量醫學」與「彩光舒壓療法」的研究及臨床應用，當時的我十分好奇究竟什麼是「能量醫學」、「彩光針灸」？又是什麼樣的動力，使周醫師在繁重的看診與教學工作之餘，犧牲寶貴的休息時間投注大量的心力？

經過這幾年的醫療工作，深深體會到害怕疼痛與侵入性的治療常是患者遲遲不願就診的原因。若能在未有明顯症狀時早期偵測出失衡的系統，以最溫和、非侵入性的方式來恢復身心的平衡定是醫師與患者的一大福音，周醫師行醫多年臨床經驗與資歷比我豐富許多，相信這些問題他早已遇見過、深思過「醫者父母心」化為一股動力促使他不斷進修遍閱中西醫學理，終於從「能量醫學」與「彩光針灸」得到解答。

現代人的物質生活雖然較前豐裕許多，但隨著社會與經濟的變遷，學業、工作與家庭等各方面的壓力亦接踵而來，日積月累形成負面的生物訊息進而產生身心的失衡。「能量醫學」與「彩光針灸」的學理乃根據近代生物物理學研究發現人體的每一個細胞除了透過電子體液來相互溝通之外還能藉由光

線來傳遞訊息。而疾病的產生乃源自於個體細胞之間的溝通受到干擾。這溝通上的干擾可藉由將不同頻率的彩光照射在皮膚的穴道或特殊部位，調整細胞內的生物光子，激發身體的自我調解能力，釋放身心情緒壓力以平衡身心靈能量而達到治療的效果。由於「彩光針灸」根據中醫針灸的理論，但不扎針、也不吃藥是一種相當溫和而非侵入性的嶄新療法，提供患者修復身心平衡的一項新選擇，值得推廣。

周醫師在本書中不吝獻出所學，詳盡地說明彩光針灸的發展、應用理論、診斷方式，療法及功效、適應症等。並輔以臨床病例佐證，揭開了「彩光針灸」的神秘面紗。感謝周醫師賢伉儷以彩光幫我渡過了難熬的懷孕期，身為彩光的受惠者，欣見本書的發行也希望藉由此書，能覓得更多知音，讓外表堅毅、內心柔軟的周醫師在「能量醫學」與「彩光針灸」的拓荒路上，不再踽踽獨行。

杏典牙科

蔡昭儀 醫師



作者序

## 涵蓋身心靈層面的彩光能量療法

筆者承受完整西方醫學教育訓練，行醫二十餘載，每見疑難雜症，諸科會診束手無策之際，病家遍嘗無數偏方，屢試各種奇特療法。雖多數罔效，但亦有令醫學專家瞠目結舌奇蹟好轉之案。

本書介紹之彩光能量療法並非用以代替醫師治病，但書中資料好好應用，可促進健康、減輕壓力預防疾病。彩光能量療法是新時代整體醫學的精華，多年經驗發現確有奇妙之處。

愛迪生說：「未來之醫師不必用藥。」愛因斯坦則強調：「能量與物體只是宇宙中同一物質之雙向表現。」融合古代生命力量與現代高科技驗證之生物能量醫學已在歐美快速發展，並多方用於疾病之診斷治療，與身體、精神之保健。世界衛生組織認定健康是身體、精神及環境的平衡和諧。古之修身養性者深知人本自然健康，唯功能稍有變化時即宜調理，上醫治於未病即為預防保健之觀念。現代醫療的趨向，已注意到整合治療、保健、預防及抗老的整體醫學。彩光能量療法便涵蓋著身心靈的這三個層次。

中醫認為針灸而不藥，藥而不針灸非良醫也。今於整合中西的能量醫學中，我不針不藥，以彩光為藥，以水晶代針，願此彩光能量療法能發揚光大利益無量眾生。

周清隆 寫於

立全復健科診所

## 前言 彩光對人體的作用

彩光針灸（Colorpuncture）是德國彼得·曼岱爾博士（Peter Mandel）結合中醫針灸理論、西方自然療法及神秘能量醫學的理論所研發，用以治療身體生理、心理情緒、靈魂病症之方法。

此療法雖用「針灸」的名稱但實際上不扎針，而以特製金字塔尖型聚焦光筆來代替刺扎穴道之針具，應用彩色光照射或掃瞄身上穴道、區域。所用色光包括七種基本可見光：紅、橙、黃、綠、藍、藍綠、紫；四種靈魂顏色：藍綠、淺綠、紫紅、粉紅，還有紅內線、紫外線、灰色光作為工具。

彩光針灸是以照射色光在皮膚的穴位或特殊部位，藉調整細胞之生物光子，激發身體的自我調節功能，例如調整內分泌功能、加強淋巴排毒、釋放身心情緒壓力，以平衡身心靈能量，達到治病效果。同時採用克里安（Kirlian）攝影之能量分析（Energy Emission Analysis）作為診斷疾病進展階段與評估彩光針灸的療效。

現代人因為生活壓力的緊張，而累積過多的負面情緒和壓力，因此產生許多身心症或文明病，或在成長過程中受到某些創傷而不自覺，甚至強逼自己去刻意遺忘或將其埋藏在記憶深處，這些種種的壓抑和情緒便在生理上產生了情緒毒素，阻礙了正常的能量傳導，造成了體內能量無法暢通，而表現在身體上的病痛，如頭痛、胃病、腸胃激躁症、高血壓、心臟病、精神病，甚至癌症等疾病。

活體細胞會發出不同色光，而人體的細胞也會透過光來溝通，所以當一個細胞受到干擾時，細胞周圍的光會產生震動而變得違和，這些違和的光會嚴重影響到附近細胞的震動模式，而人體的穴位就是最容易接受到光刺激的終端點。

彩色光照射在皮膚的穴道或特殊部位上，藉以使新的訊息和能量導入經脈器官，調整細胞的生物光子，以平衡身體的能量，加強內分泌功能。

彩光針灸是一種不痛、非侵入性的治療法，安全且無副作用，除了能夠治療身體、生理的疾病之外，還能治療精神心理層面的問題，例如焦慮、抑鬱等，都有顯著的效果。

用彩光針灸治療退化性疾病，同時也可以刺激身體上的能量震動中心——稱為生命之流點。這些點就像能量之泉一樣，也和針灸裡的表裡功能圈有關連。《黃帝內經》已經提到有七種情緒會影響到身體的健康與平衡。這七種情緒是：喜、怒、憂、思、悲、恐、驚。歐洲偉大的心理治療師、心理分析師，如佛洛伊德、容格、阿德勒、雷奇，都已經由科學證明情緒、壓力、批判、偏見等都會影響身、心、靈的健康。

疾病不僅源自於肉身的疾病，同時也可能肇因於情緒和精神的失衡。靈魂與靈性治療是一種新的全方位治療法，運用靈性顏色的力量來治療疾病背後的心理和靈性因素，平衡身、心、靈。例如：父母親平衡療法。可以運用更進一層的彩光針灸技巧來整合個人獨特的能量。



## 第一章

# 彩光能量自然療法的發展

## 一、人類使用彩光的歷史

光和顏色是一體的，而且對人類有極大影響，在幾乎所有的早期文化中，光和顏色的治療都被用在醫學領域中。

在埃及、希臘、羅馬、印度、中國、中南美的印地安古文化中，都有利用色彩及光線來治病的記載。

在埃及文化中，他們建造巨大的顏色殿堂，透過寶石或色布，過濾陽光以不同的色光來治療染患各種病症的患者。

在中國，對腸胃病的患者用黃色治療、癲癇患者用紫色、猩紅熱和心臟病用紅色治療，唐代名醫孫思邈所著的《千金藥方》中，亦曾指出兒童進行日光浴的重要性。

## 二、近代對彩色光的科學研究

生物物理學家 Dr. Friz Albert Popp 檢驗出活體極細微的生物光子 (Biophotons) 及其電磁共振特性，他發現活體細胞隨時在釋放非常微弱的光線，約一支燭光距離 25 公里的亮度。

Max Planck 陳述：「一個原子不是單獨物質粒子，而且是一個能量場，活體恢復健康即是能量的調節與包含在其內的訊息有序化。」為了解能量與訊息之差異，我們可藉由生物學家 Frederic Vester 定義：「若我給一個人能量，那麼我的能量會減少；若我給一個人訊息，那麼此訊息會愈傳愈多，自然界的訊息無法單獨在體內傳遞，它必須藉由能量作為載波才能將它傳遞出去，生物體細胞，器官系統之間的聯繫皆由訊息傳遞使其功能運作正常。血肉之驅的細胞，皆藉由訊息而活著，對得到的刺激訊息而反應，再將訊息傳遞出去。故活體能存活訊息與能量兩者須共存。」

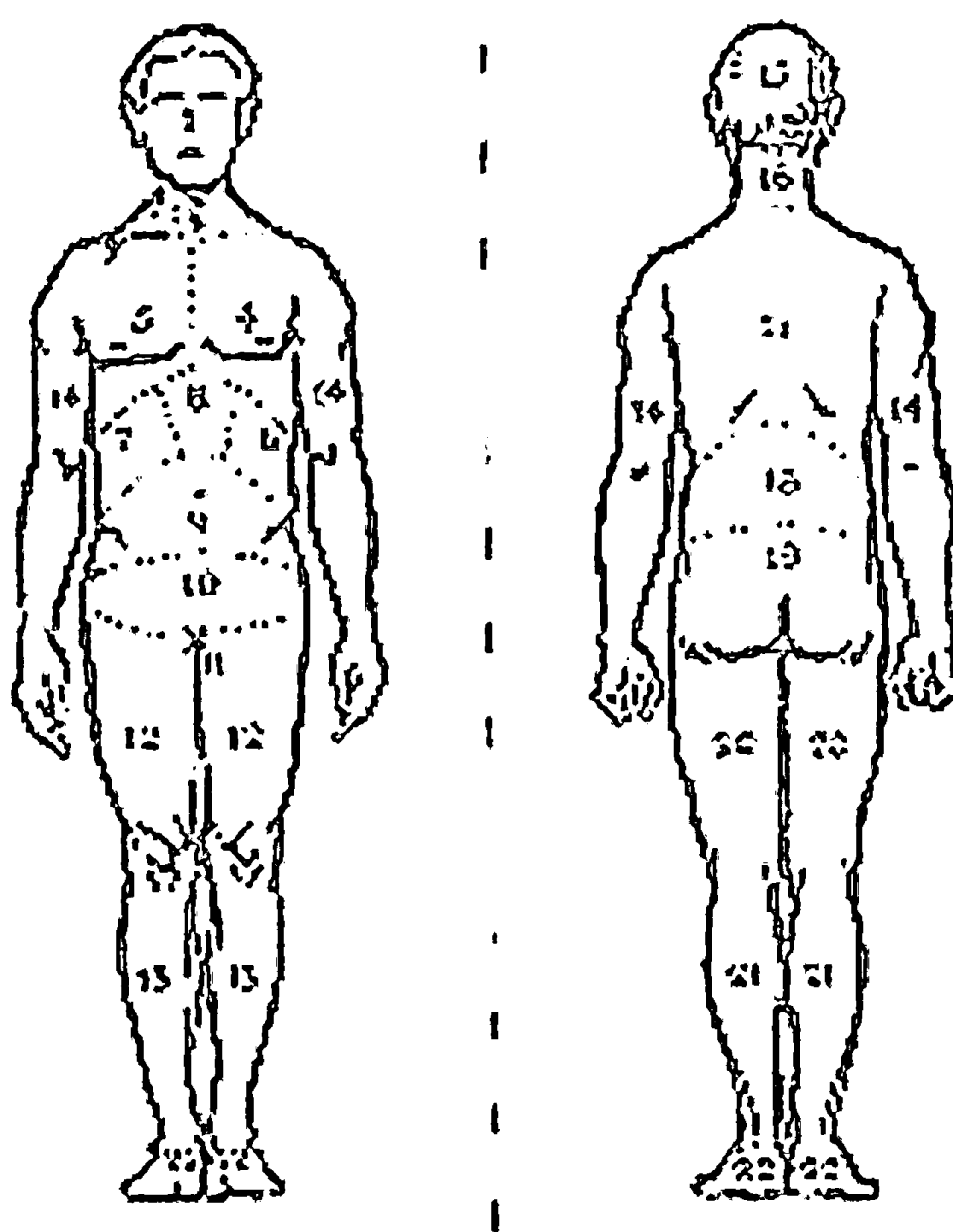
1977 年李伯曼寫的書如此描述：「新醫學（能量醫學）的核心，就是光線，不具侵略性，但卻是相當強而有力的工具。」

隨著科學技術的發展，光療在醫學中的應用範圍越來越廣泛。紅外線輻射可以使人體局部組織溫度升高，血管擴張，局部血液循環得到改善，帶走組織滲出液，起到消腫、鎮痛、消炎的作用。所以醫學上用藍光照射法治療小兒黃疸症，療效很好，紫外線可以引發身體內的化學反應和生理變化，用小劑量的紫外線能刺激細胞內 DNA、RNA 的合成，促進細胞的生長和繁殖，改善機體的營養與代謝，大劑量可用來殺菌和消毒，治療各種癰腫、外傷染疾

病。匈牙利研究了各種顏色對心臟跳動的關係，結果在黃色房間裡脈搏正常，在藍色房間裡則減慢了一些，而在紅色房間裡，脈搏明顯加快。

1933 年出身於印度而在美國行醫的 Dinshan Ghadiali 說：「疾病起源於身體內缺乏某種顏色，或某些顏色過多。」他的治療法包括以有顏色的光束照射全身或身體的一部分，以排除身體內的不平衡。

在 1970 及 1980 年代，科學證明有顏色的光束可以影響人類，即使是對於色盲或失明的人也有所影響。例如藍色可降低腦及腦波的活動，粉紅色能緩和侵略性。



Dinshan Ghadiali 的全光譜色彩療法



- 1 腦下垂體，松果體，腦（前半部）
- 2 頸部
- 3 甲狀腺，副甲狀腺
- 4、5 肺，心，胸腺（3 號部位的正下方）（女性為乳腺）
- 6 脾臟
- 7 肝（及部位 8），膽囊
- 8 胃（及部位 6），胰臟（前半部）
- 9 小腸（及部位 10）
- 10 膀胱，盲腸，內生殖器
- 11 外生殖器
- 12 大腿
- 13 脛（小腿前側）
- 14 手臂
- 15 腦（後半部）
- 15 至 19 脊椎，脊髓
- 16 後頸部
- 17 肺（後半部）
- 18 腎，腎上腺，胰臟（後半部）
- 19 直腸，臀部
- 20 大腿後側
- 21 腓（小腿後側）
- 22 足

### 三、色彩的意義與影響

- **紅色：**活力，激情和行動的顏色

紅色是與身體需求和求生意志相關聯的顏色。它散發著熱情與積極，象徵著活力、勇於開拓和領導素質，但若被太多的紅色包圍，會使我們變得煩躁、激動；若太少的紅色，我們會變得謹慎和恐懼。

- **橙色：**冒險與社會溝通的顏色

橙色是溫暖而溫馨的顏色，散發溫暖和幸福，有積極、鼓舞的意義，代表樂觀外向，促進信心和熱情，幫助我們在失望、絕望或悲痛中恢復。

- **黃色：**心靈與智慧的顏色

黃色是光譜中最輕的色調，令人振奮和富有啟發性，提供希望、幸福和快樂。在顏色的含義中，黃色能夠刺激我們的創造性思維，並啟發對生活的熱情和創新。是喚醒信心和樂觀的最佳色彩。黃色有助於集中注意力，在學習和決策上非常有用。

- **綠色：**平衡、和諧與生長的顏色

綠色是平衡與和諧的色彩，也是春天的顏色，象徵綠意盎然、恢復能量和正面情緒，是富含希望和繁榮的色彩。

- **藍色：**信任和責任的色彩

藍色是可靠的和負責任的象徵，代表安全感和信心。如同晴空一般，藍色可以減輕壓力，引導我們平靜、放鬆和創造秩序感。

- **靛藍：**直覺、覺知的色彩和更高的心靈

靛藍色是直覺和感知的顏色，有助於在冥想時的集中注意力。靛藍是強大且有尊嚴的顏色，體現了偉大的奉獻精神、智慧和公平正義。靛藍的負面含義涉及到狂熱和成癮，如工作狂、宗教狂熱。

- **紫色：**想像和靈性

紫色與想像力和靈性相關，它刺激想像力，激發崇高理想，它包含藍色的靈性和平靜，以及紅色的生命力，代表著未來和夢想，促進身體和精神能量之間的平衡以及心靈和情感上的和諧，有助於禪修，許多藝術家、音樂家、作家、詩人和通靈者也常藉由紫色的神奇和奧秘得到啟發。

- **藍綠色（綠松石色）：**開放式的溝通和清晰思路

藍綠色有助於情緒的平衡和穩定。藍綠色象徵清晰的思路和決策，能幫助組織和管理能力，建立自尊和自信，但在極端時就是自負和自戀，變得冷漠，難以接近。

- **洋紅色：**宇宙和諧與情緒平衡的顏色

洋紅色是鼓舞人心的顏色，有助於在身心靈各方面創造和諧與平衡，洋紅色代表快樂、幸福、滿足和樂觀。象徵自由的靈性，創造夢想，協助願望實現。若洋紅色能量過多會使人產生傲慢和專橫，可引入綠色來保持平衡。

- **粉紅：**無條件的愛和滋潤

粉紅色代表浪漫、親切、貼心，呈現出溫柔、善良及同情氣息。粉紅色能夠鼓舞人心和安定情緒，減輕憤怒、怨恨的感覺。有研究證實，接觸到大量的粉紅色可以有安定神經的作用。粉紅色的消極面是缺乏意志力和缺乏自我價值，過度情緒化和過於謹慎。可以結合其他較深的顏色來改善。

- **棕色：**安全，保護和物質財富的顏色

棕色如同大地般，象徵著穩定和支持，代表勤奮、可靠和真誠可靠，讓人融入平靜和舒適的感覺。從消極的角度來看，棕色會給人廉價和吝嗇的印象。

◦ **灰白：**優柔寡斷和妥協的顏色

灰色是優雅和穩定的，也代表著安靜、保守和壓抑。從色彩心理的角度來看，灰色是折衷的顏色，既不黑也不白，愈接近黑色，更添加神秘感；愈接近銀色或白色，就愈活潑。

◦ **黑色：**詭秘和未知

黑色創造一種神秘的氣氛，這種顏色就像屏障，隔絕自身和外在世界，保護自己免於外在世界干擾，卻也隱藏著恐懼和不安全感，是缺乏自信的象徵。在色彩心理學中，黑色意味著自我控制和紀律，獨立和堅強的意志，並給予他人權威和權力的印象，散發著讓人難以接近的氣息。太多的黑色會導致抑鬱，造成負面情緒。

◦ **白色：**純潔、純真、整體性和完美

白色的含義是純潔，純真和整體性。它的基本特徵是平等，也就是公正、中立和獨立。白色也是保護和鼓勵的色彩，提供和平、安慰和希望的感覺，有助於緩和情緒和內在靈性的淨化。

◦ **銀色：**照明和反射的顏色

銀色代表端莊禮貌、自我控制，是公正和富有同情心與正義感的象徵，適合企業界或責任重大的崗位的人。

它能和大多數顏色配合，照亮並能反映其周圍顏色的能量。

銀色的消極面，反映出猶豫不決、沉悶、毫無生氣、寒冷和缺乏誠意。

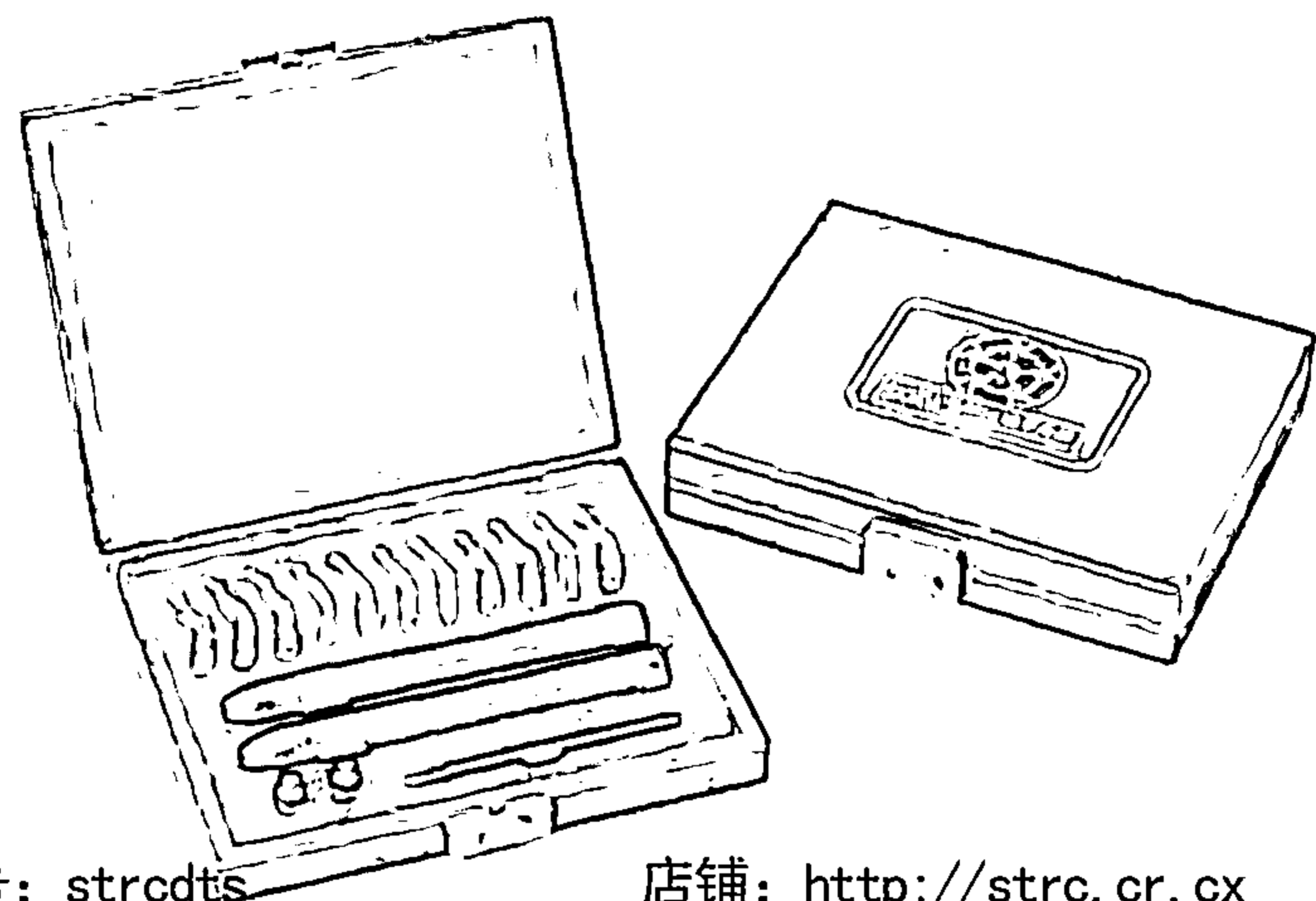
◦ **金黃色：**財富、成功和地位的顏色

金黃色是成功、勝利的顏色，帶有繁榮、豪華、優雅和價值感，暗示著富裕、財富和貴氣。金黃色是一種溫暖的顏色，能夠照亮周邊的事物，且富有自信、同情心和愛心。太多的金黃色會導致過度自負、自以為是和投機取巧。

## 四、色彩的神奇效應

顏色	色彩的能量效應及相關臟腑經絡	禁忌	平衡色
紅色 1	腎、膀、三焦、肺、活絡海底輪，促進血液循環，四肢關節僵硬、麻痺、慢性咳嗽、感冒、特定皮膚病、低血壓、貧血、排毒、散瘀	過量令人情緒浮躁 發炎、腫瘤區勿用紅色	綠色 4
橙色 2	內分泌、胃、膀胱、心、更年期荷爾蒙失調、動脈硬化、食慾不振、貧血、夜尿、性無能、容易疲勞、沮喪、憂鬱者可轉化為喜悅、熱忱和樂觀	胃酸過多者胃區勿用橙色	藍色 6
黃色 3	肝、膽、脾、胃、大腸、淋巴系統、平衡左右腦、增強記憶與專注力	肝發炎時肝區勿用黃色	紫色 7
綠色 4	肺、胃、腸、腎、消腫、各種疼痛、感染、腫瘤、潰瘍、息肉、眼疾、糖尿、支氣管炎、腹瀉、痔瘡、排毒、燙傷	久症之痠痛已無發炎者勿用綠色	紅色 1
藍綠色 5	三焦、膽、活化眉心輪、深入潛意識、平衡左右腦及釋放肌肉緊張酸痛	過多易導致情緒低落	紅色 1

顏色	色彩的能量效應及相關臟腑經絡	禁忌	平衡色
藍色 6	胃、腸、內分泌、紓解壓力、放鬆肌肉組織、高血壓、甲狀腺亢進、心悸、失眠、喉嚨痛、咳嗽、腹脹、過動兒、打嗝	甲狀腺分泌不足者喉區勿用藍色	橙色 2
紫色 7	肝、膽、脾、胃等消化系統、抑制胃酸分泌、平衡情緒性頭痛、失眠、恐懼不安、提升免疫系統	胃酸不足者胃區勿用紫色	黃色 3
淺藍綠 8	淨化心靈、將潛意識提升至意識層面，啟發直覺力，舒緩發炎，平衡身體各個系統及急性症狀		粉紅 11
淺綠 9	如植物嫩芽充滿新生命力，活化腦部，讓全身充滿氧氣與活力，對慢性病有活化、再生功能		紫紅 10
紫紅 10	情緒的調節器，釋放老舊創傷，啟發靈感、提升淨化身體及靈性能量，頭頂痛，氣虛者可常用		淺綠 9
粉紅 11	喚醒愛、幸福、喜悅、滿足的感覺，消除憤怒、被忽略感、激發胸腺、免疫系統		淺藍綠 8



## 五、彩光能量療法顏色的選擇

### 1. 彩光治療方法顏色選擇通則

綠、藍、紫寒色系治療能量過多，適用於實症、急性病；橙、紅、黃暖色系治療能量過少，可用於虛症、慢性病、退化疾病。

### 2. 七種基本可見光

所謂七種基本可見光，指的是紅、橙、黃、綠、藍、藍綠、紫。其中紅、綠互補，藍、橙互補，黃、紫互補。在身體左右側相同穴位以互補色治療時，用探穴棒測壓痛感，較痛側用寒色先治，較不痛側用暖色。誤用顏色導致病患感覺疼痛，或症狀加劇，或症狀重現而不適時，可改用互補。

#### ◦ 彩光的陰陽互補表

（例：照紫色不舒服，馬上在原穴位照黃色即可平衡）

暖色系	虛症－補氣、活化	1 紅    3'黃    2 橙
冷色系	實症－消炎、鎮靜、放鬆	4 綠    7 紫    6 藍
暖色系	虛症－補氣、活化	1 紅            11 粉紅    10 紫紅
冷色系	實症－消炎、鎮靜、放鬆	5 藍綠    8 淺藍綠    9 淺綠

## 六、彩光照射區穴位索引

- 壓力區 鎖骨和肩關節連接處前側，按壓會有疼痛感。
- 喉區 喉結兩側約 2 指寬，用手觸摸有脈動處。
- 頸部淋巴區 鎖骨下緣均是淋巴區。
- 胃區 以肚臍上 4 指為中心點，上下左右約一個拳頭大。
- 肝區 心窩下劍突末端，沿右邊肋骨邊緣往下至 11 肋，約三指寬。
- 脾區 心窩下劍突末端，沿左邊肋骨邊緣往下至 11 肋，約三指寬。
- 臍區 以肚臍為中心點，約一個拳頭大。
- 足部淋巴區 足內踝和外踝前側凹陷處。
- 頸區 整片後頸部。
- 上背區 兩個肩胛骨間。
- 命門區 和肚臍等高，第 2、3 腰椎間為中心點，約拳頭大。
- 尾骨區 尾骨往上，約拳頭大。
- 手腸胃區 手掌中央，握拳時中指指尖接觸處，約十元硬幣大。
- 手足跟區 手腕橫紋上方，約十元硬幣大。
- 手呼吸區 手拇指下方關節與腕關節間，肌肉凸起處。
- 手腰痛點 食指和中指掌骨交會點，小指和無名指掌骨交會點。
- 足脾區 左腳掌外緣中央對準小指，約十元硬幣大。
- 足腸區 足底中央往下凹處，約十元硬幣大。



- 足胃區 足大指第一跖骨後端，約十元硬幣大。
- 足脾經 足部內側黑白肉交際處。
- 足膀胱區 足內踝下方約三指，約十元硬幣大。
- 頭頂 兩耳尖上端連結點，對準鼻尖。
- 印堂 兩眉之間。
- 攢竹 眉頭內側起點處。
- 睛明 內眼角和鼻根中間凹處。
- 瞳子膠 眼尾外側凹處。
- 承泣 瞳孔正下方，眼窩下緣。
- 迎香 鼻翼外側凹陷處。
- 人中 鼻子與上唇間 11/3 處。
- 承漿 頰唇溝之中央凹陷處。
- 少商 拇指指甲基部靠身體內側。
- 商陽 食指指甲基部靠拇指。
- 合谷 拇指和食指的骨頭接合處。
- 中衝 中指指甲根旁，靠近食指側邊。
- 少衝 小指指甲根旁，靠進無名指側邊。
- 後谿 手握拳，第五掌骨橫紋末端處。
- 中渚 手背第 4、5 中手骨頭上緣之間。
- 缺盆 鎖骨中央下緣凹陷處。

- 俞府 胸骨兩側，鎖骨內端下緣處。
- 膻中 胸骨中央。
- 大包 腋窩中線直下，約八指，第六肋間處。
- 章門 11 肋末端。
- 天樞 肚臍兩側旁開各 3 指。
- 關元 肚臍下 4 指。
- 血海 膝蓋骨內側上方，手心對準膝蓋，大拇指前端按處。
- 陽陵泉 膝關節外側下方的凸骨正下方。
- 足三里 膝蓋骨下緣 4 指外側凹陷處。
- 豐隆 小腿前面外側，外腳踝上 11 指寬旁開 1 指。
- 光明 外踝頂點往上 7 指。
- 三陰交 內踝頂點往上 4 指。
- 內庭 腳背第 2、3 指節骨底前緣。
- 厲兌 第 2 腳指甲根部靠第 3 指。
- 腎俞 第 2 腰椎，脊椎旁開 2 指和肚臍相同高度。
- 委中 膝蓋膕橫紋中央。
- 承山 小腿中央排腸肌分叉成「人字形」的凹處中央。
- 足腦下垂體 足大拇指中央。
- 降壓點 腳拇指彎曲摺痕中央點。
- 湧泉 腳底中央稍靠近指尖，彎曲腳趾時最凹處。

## 第二章

# 彩光能量療法理論與應用

## 一、中醫理論

### 1. 陰陽

陰陽五行學說，是我國古代的一種自然觀，自然界一切變化都可用陰陽來分析。

把自然界事物或現象分陰、陽兩大類。凡如熱的、動的、明亮的、向上的、向外的、興奮的、強壯的等現象，均屬於陽；凡如寒的、靜的、晦暗的、向下的、向內的、抑制的、衰弱等現象，均屬於陰。醫學上常把人體疾病的發生和發展的原因歸為陰陽失調，在辨證上，雖有陰、陽、表、裡、寒、熱、虛、實八綱，八綱中又以陰陽作為總綱，表、熱、實屬陽；裡、寒、虛屬陰。

### 2. 五行

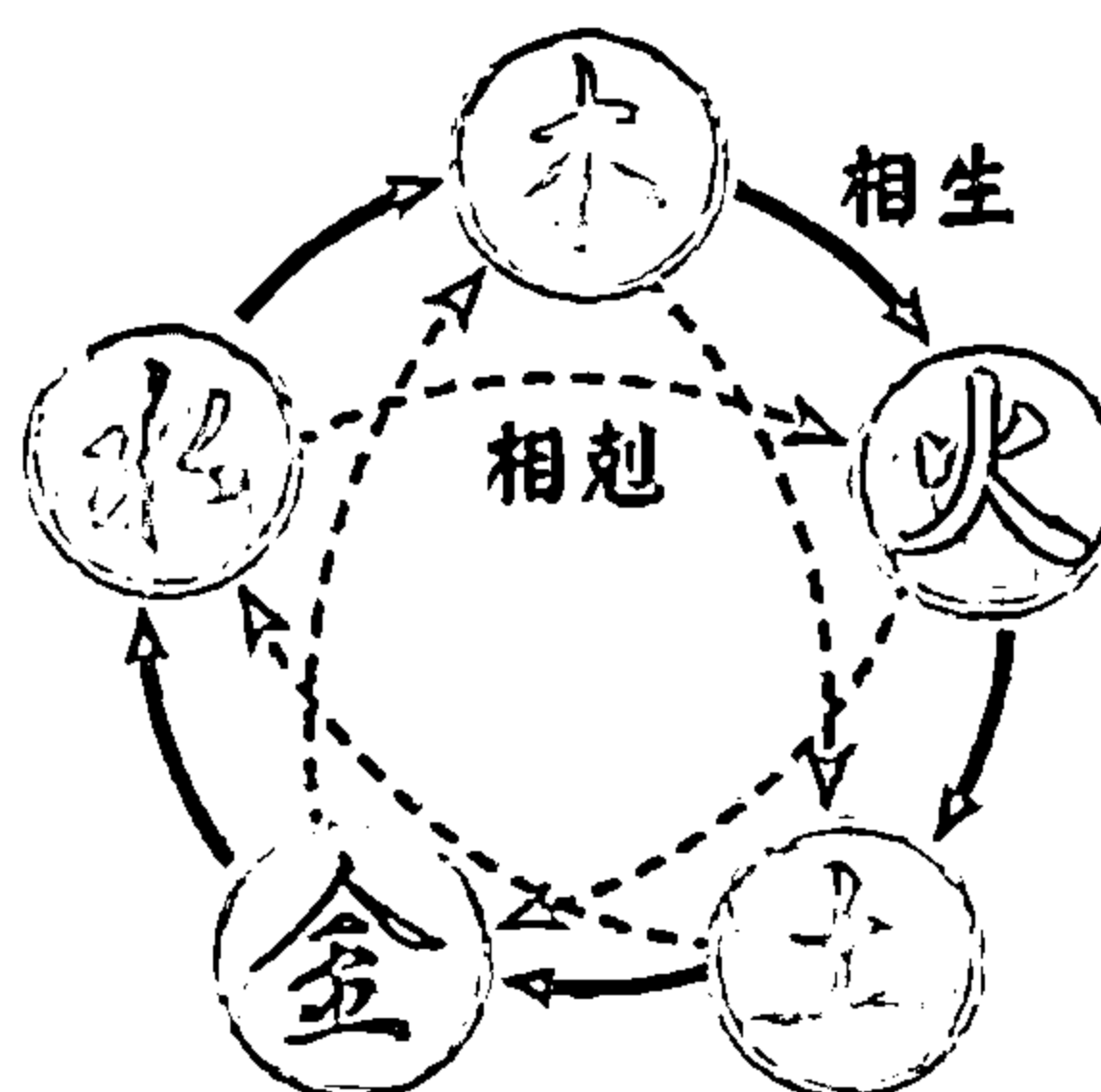
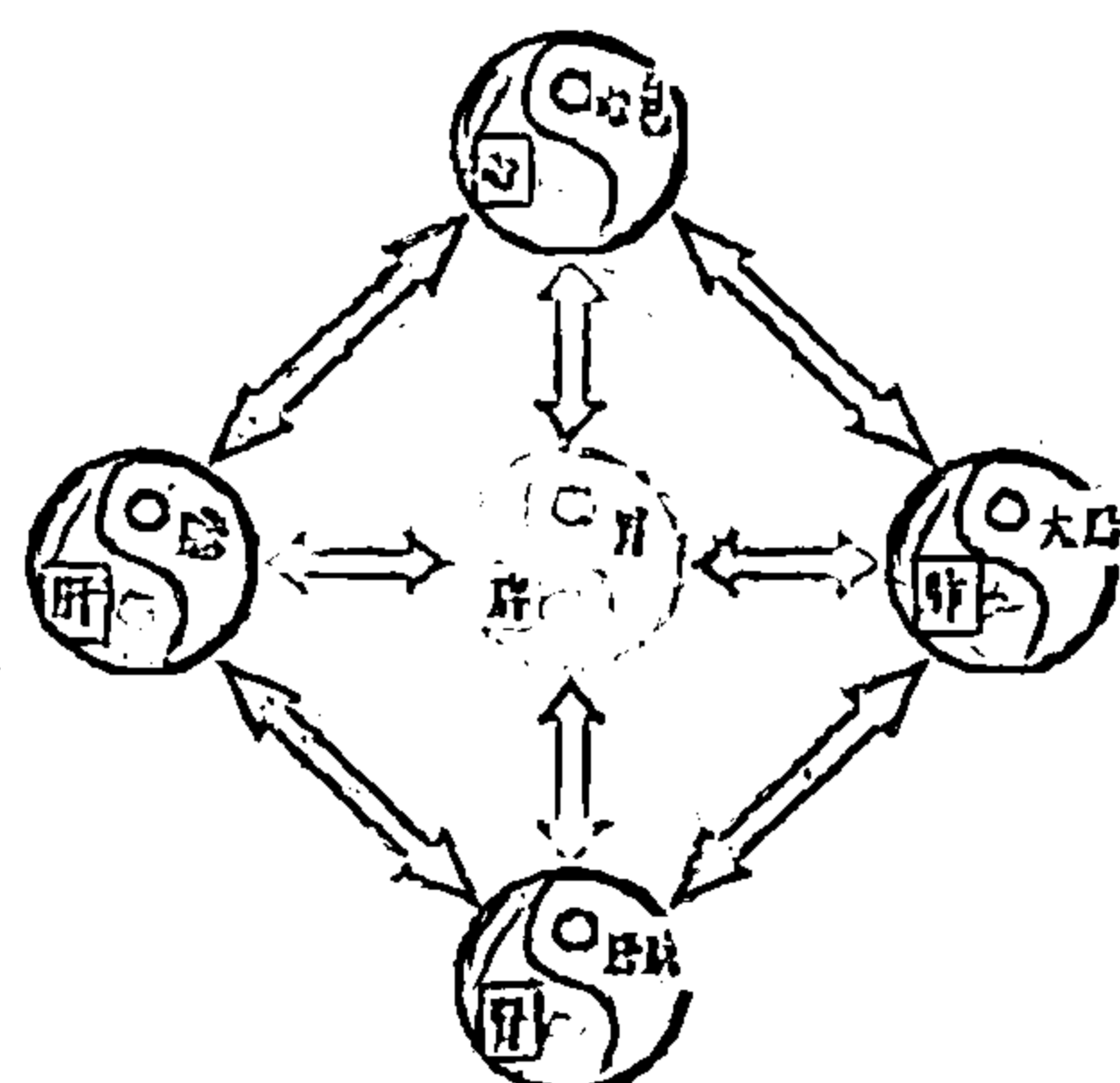
五種物質都有不同的特性，如「木」具有生發、條達的特性；「火」具有炎熱、向上的特性；「土」具有生化萬物的特性；「金」具有肅殺，清淨的特性；「水」具有寒冷、向下的特性。五行學說，將人體的內臟分別歸屬於五行。自然界與人體的五行如下：

## 五行歸類表

自然界						五行	人體					
方位	五味	顏色	發展過程	氣候	季節		臟	腑	五官	五體	情志	五音
東	酸	青	生	風	春	木	肝	膽	目	筋	怒	角
南	苦	赤	長	熱	夏	火	心	小腸	舌	脈	喜	徵
中	甘	黃	化	濕	長夏	土	脾	胃	口	肉	思	宮
西	辛	白	收	燥	秋	金	肺	大腸	鼻	皮毛	悲傷	商
北	鹹	黑	藏	寒	冬	水	腎	膀胱	耳	骨	驚恐	羽

五行的運動規律，主要表現為生克乘侮和子母相及。五行相生，含有相互資生，助長的意思。相生的次序是：木生火，火生土，土生金，金生水，水生木。在相生的關係中任何一行都有「生我」、「我生」兩個方面的關係。生我者為母，我生者為子。所以又稱「母子關係」。

五行相剋，含有相互制約、克制的意思。相剋的次序是：木剋土、土剋水、水剋火、火剋金、金剋木。



五行學說，將人體的內臟分別歸屬於五行。不僅以五行的特性，用比類取象方法，說明五臟的部分功能，而且用相生相剋說明了臟腑之間的某些聯繫。例如肝臟，「生我」者為腎，「我生」者為心，「剋我」者為肺，「我剋」者為脾，

經絡和臟腑有密切聯繫，是人類臟腑五行生剋制化關係之間進行聯繫的通路。

### 3. 五臟

#### (1) 心

心位於胸中，其經脈絡小腸，與小腸表裡相合，生理功能是主血脈，其華在面，主臟神開竅於舌。

#### (2) 肝

肝位於脅部，其經脈絡膽，與膽表裡相同。生理功能是主藏血，主疏泄，主筋，其華在爪，開竅於目。

### (3) 脾

脾居中焦，其經脈絡胃，與胃表裡相合。生理功能是主運化，主統血，主肌肉，主四肢，開竅於口，其華在唇。

### (4) 肺

肺位於胸中，上通喉嚨，開竅於鼻，居於臟腑的最上部，故稱肺為華蓋，其經絡大腸，與大腸表裡相合。生理功能是主氣，司呼吸，主宣發，外合皮毛，主肅降，通條水道。

### (5) 腎

腎位於腰部，左右各一。所以有「腰為腎之府」的說法，其經脈絡膀胱，與膀胱表裡相合。腎的主要功能是藏精，主發育與生殖，主水液，主納氣，主骨，生髓，充腦，其華在發，開竅於耳，司二便。

## 4. 六腑

### (1) 膽

膽附於肝，其經脈絡肝，與肝表裡相合，膽的主要功能是儲藏膽汁，並不斷將膽汁排泄到腸腔，以助消化。

### (2) 胃

其經脈絡脾，與脾表裡相合。胃的主要功能是受納，腐熟水穀。飲食入口。

### (3) 小腸

小腸位於腹中，上接胃之下口，下與大腸相連。其經脈絡心，與心表裡相合。小腸的主要功能是「受盛」和「化物」。

### (4) 大腸

大腸位於腹中，其上端接小腸，大、小腸交接處為闌門，下端為肛門。其經脈絡肺，與肺表裡相合。大腸的主要功能是「傳導」和「變化」。

### (5) 膀胱

膀胱位於小腹，其經脈絡腎，與腎表裡相合。膀胱的主要功能是在腎氣的協同下，暫時儲存尿液，並在積蓄到一定量時，通過氣化作用。將尿液排出體外。

### (6) 三焦

三焦位於臟腑之外，軀體之內，分上、中、下三部。其經脈絡心包，與心包表裡相合。三焦的主要功能是「主持諸氣」，總司人體氣化的作用，為通行元氣和水液的道路。元氣發源於腎，但必須借三焦的通路，才能敷布周身，以激發、推動各個臟腑組織器官的功能活動。



## 二、經絡～能量運輸系統

### 1. 十二經絡

順著經絡走向來劃彩光可調理強化五臟六腑功效，一般照「手不過肘，腳不過膝」原則即可，不必整條經絡劃。

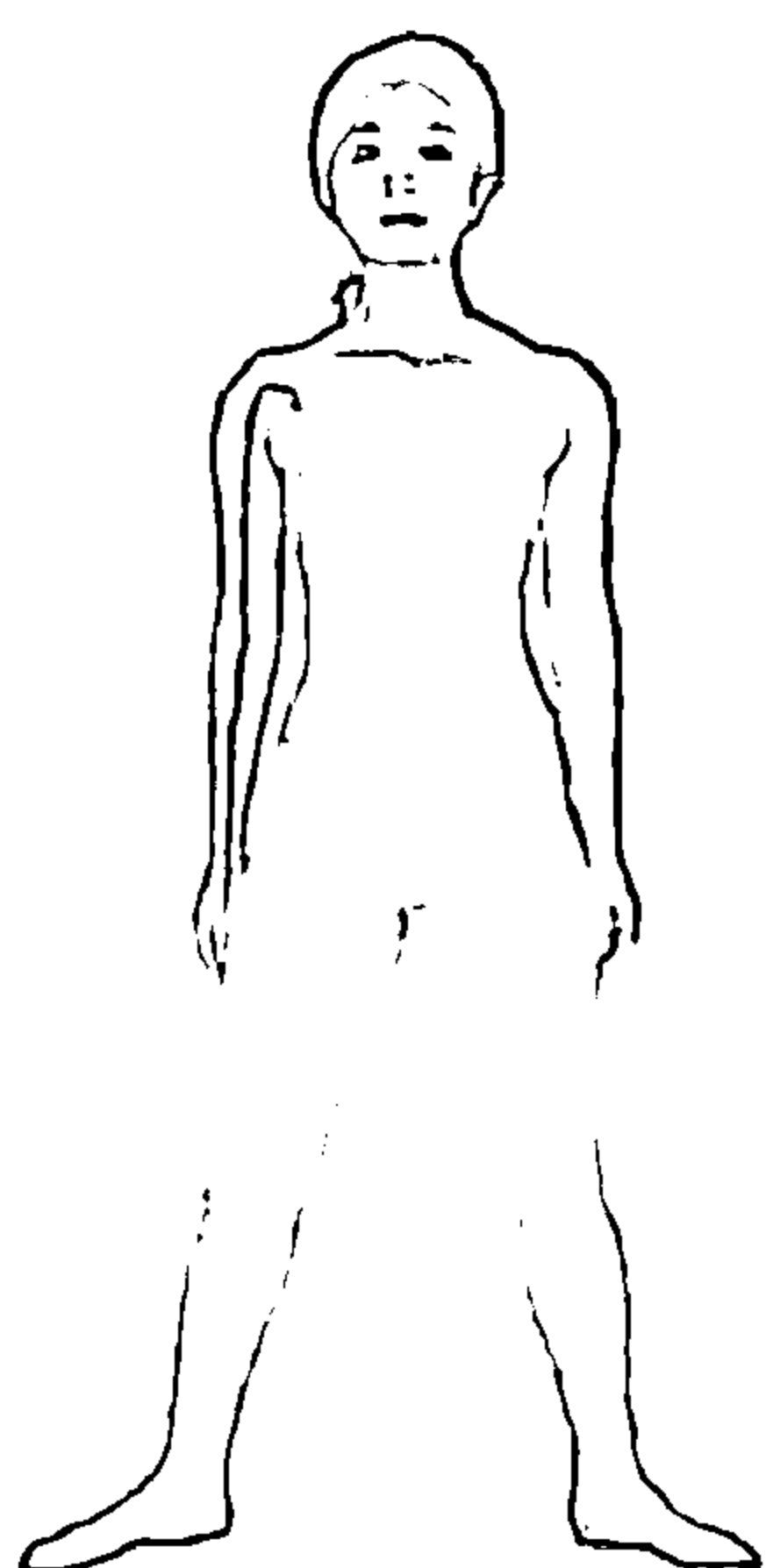


圖 1 手太陰肺經

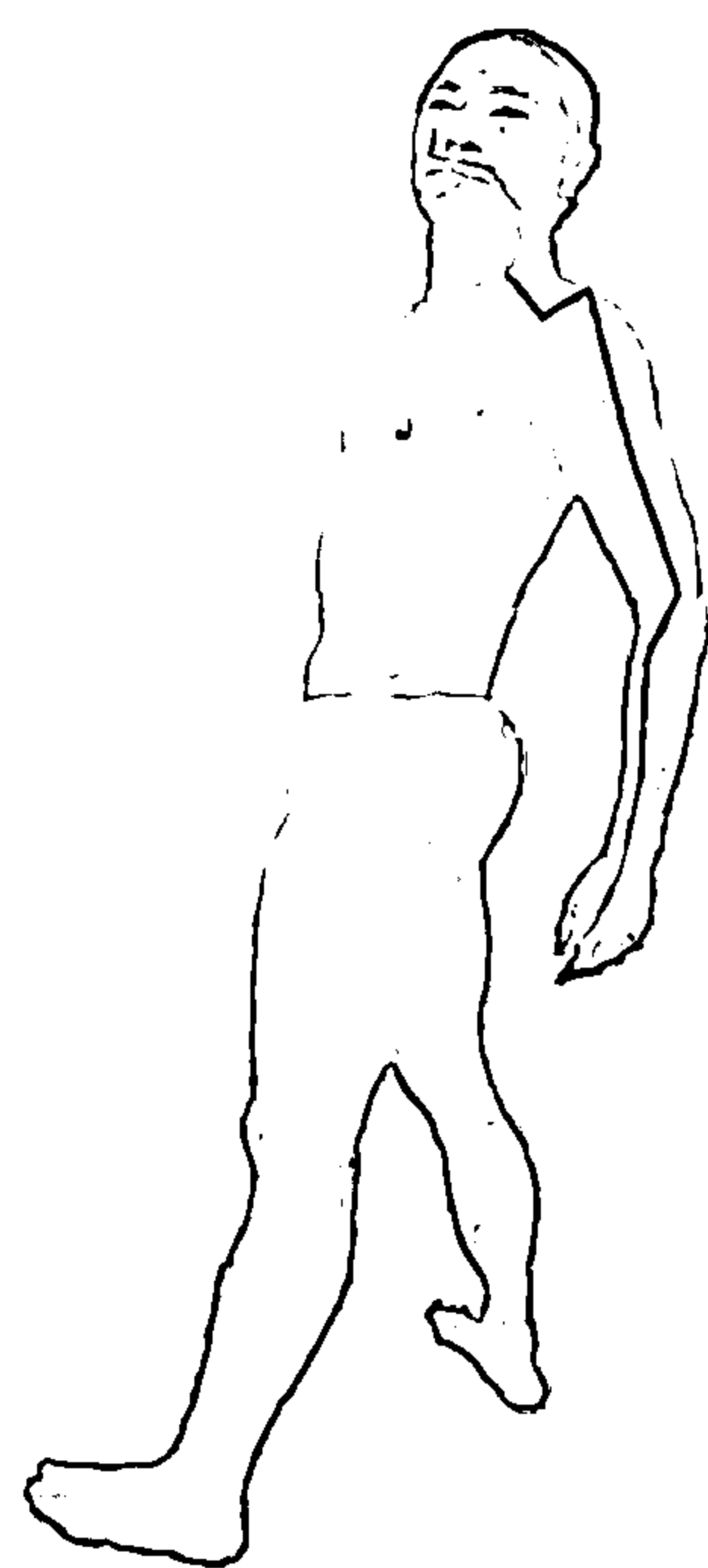


圖 2 手陽明大腸經

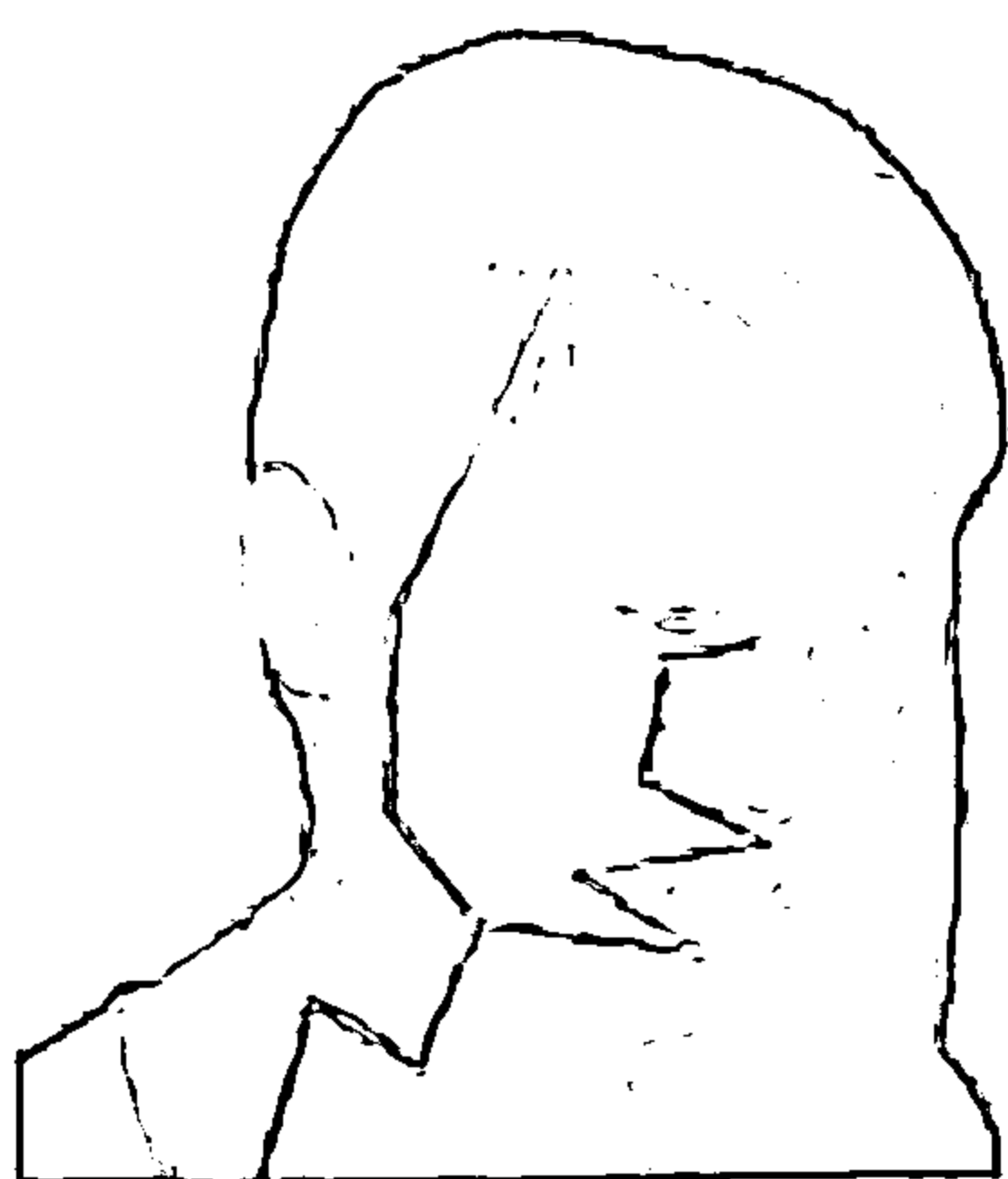
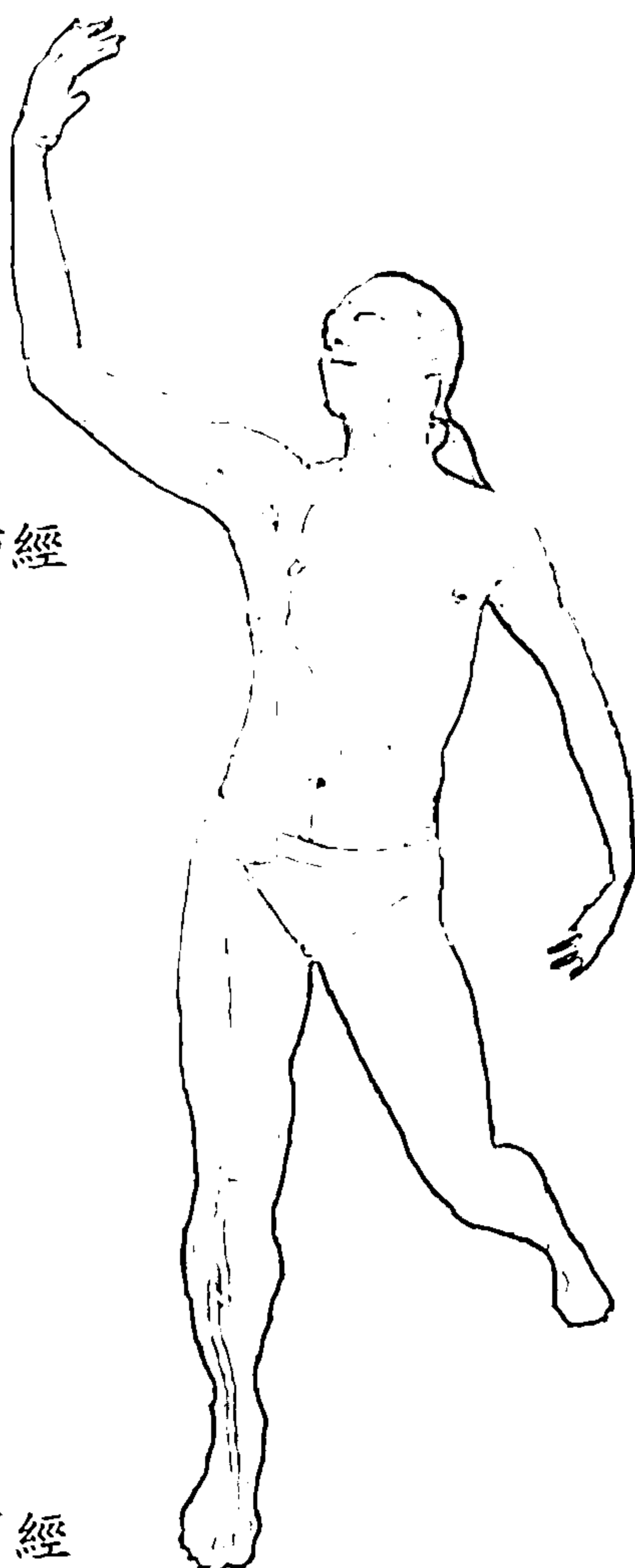
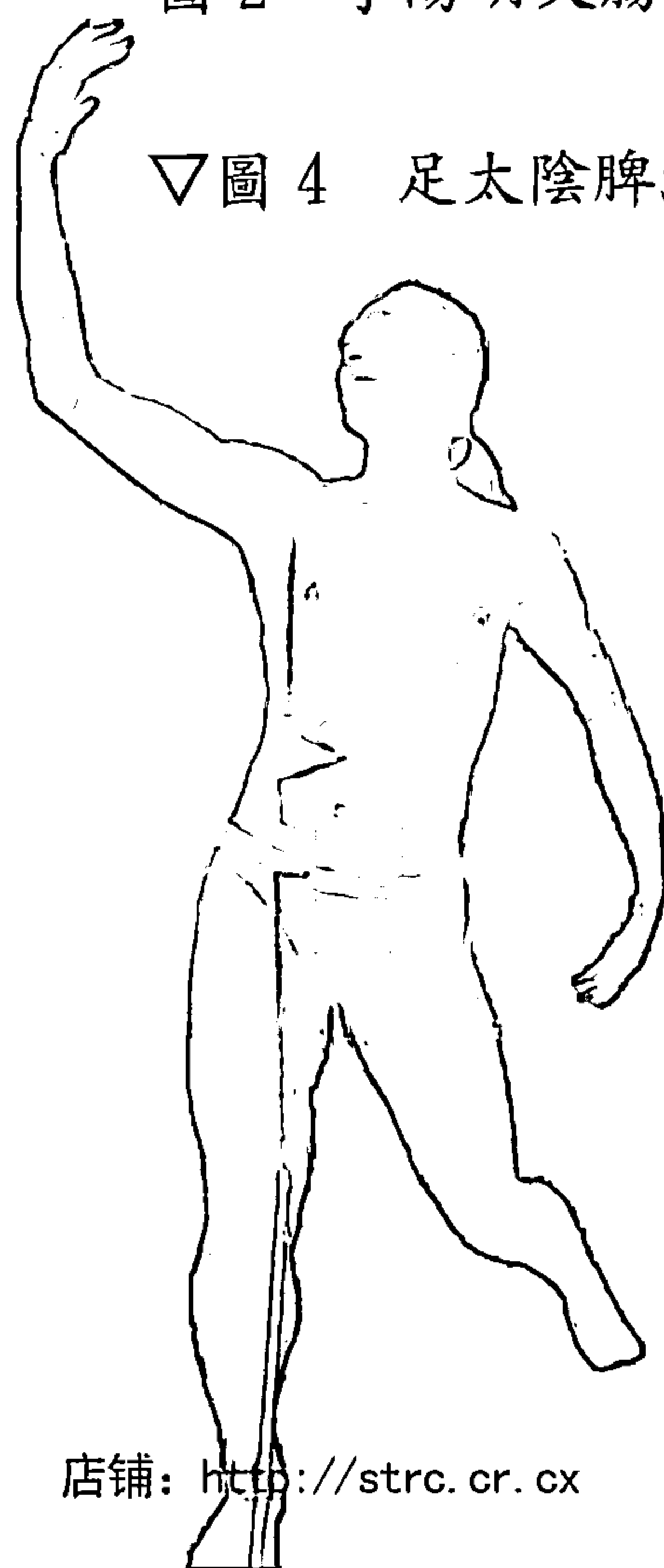


圖 3 足陽明胃經



▽圖 4 足太陰脾經



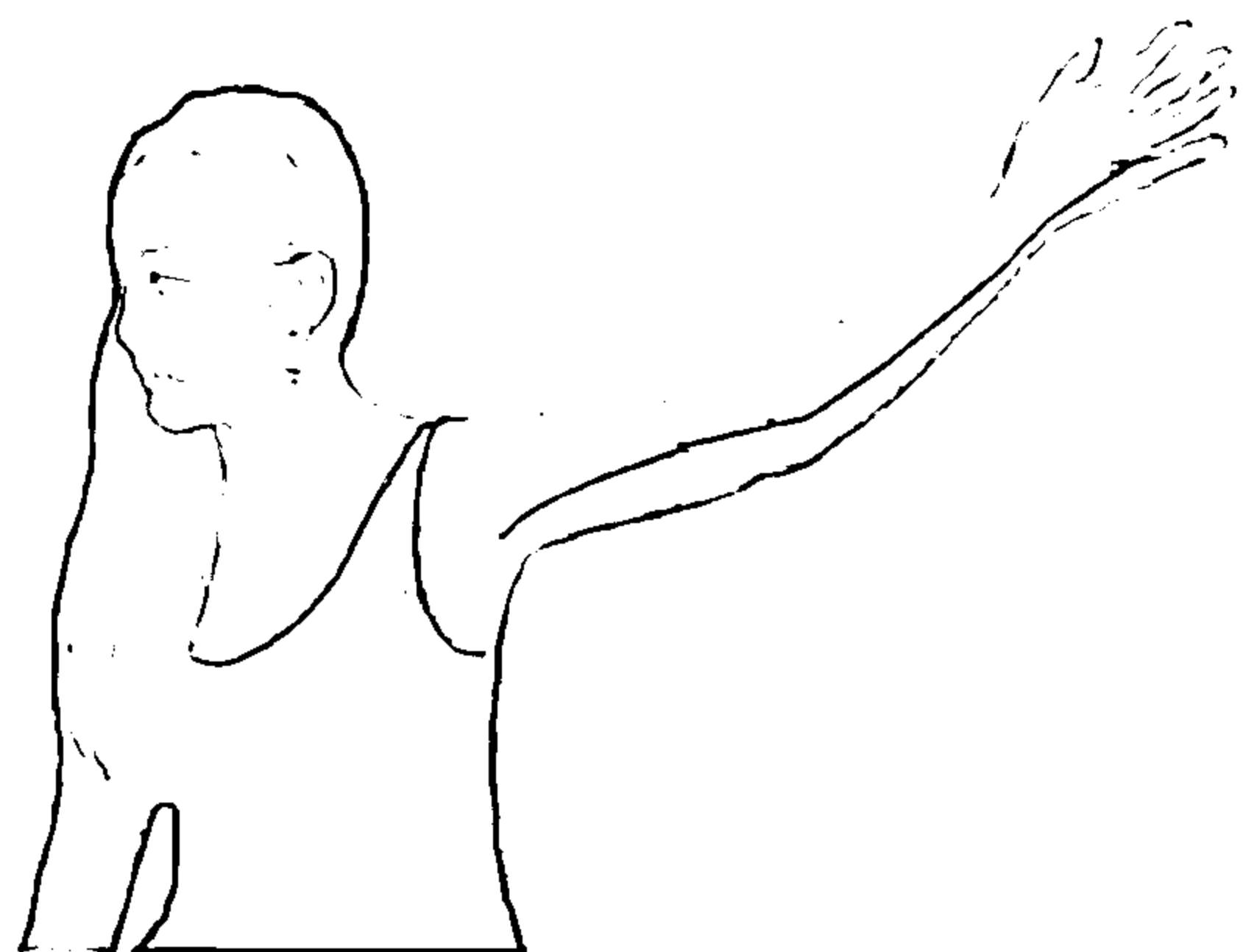


圖 5 手少陰心經



圖 7 足太陽膀胱經

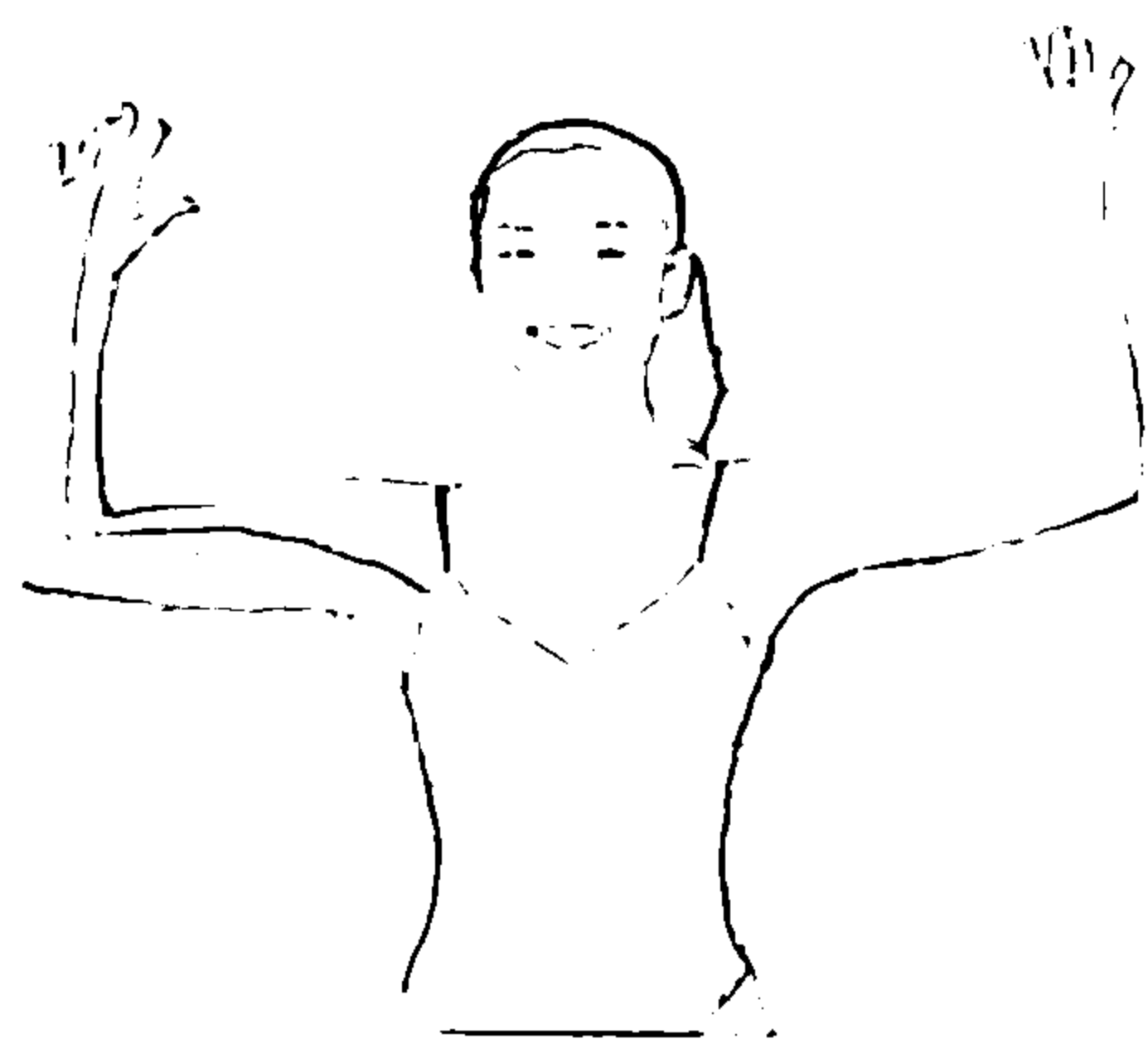


圖 9 手厥陰心包經

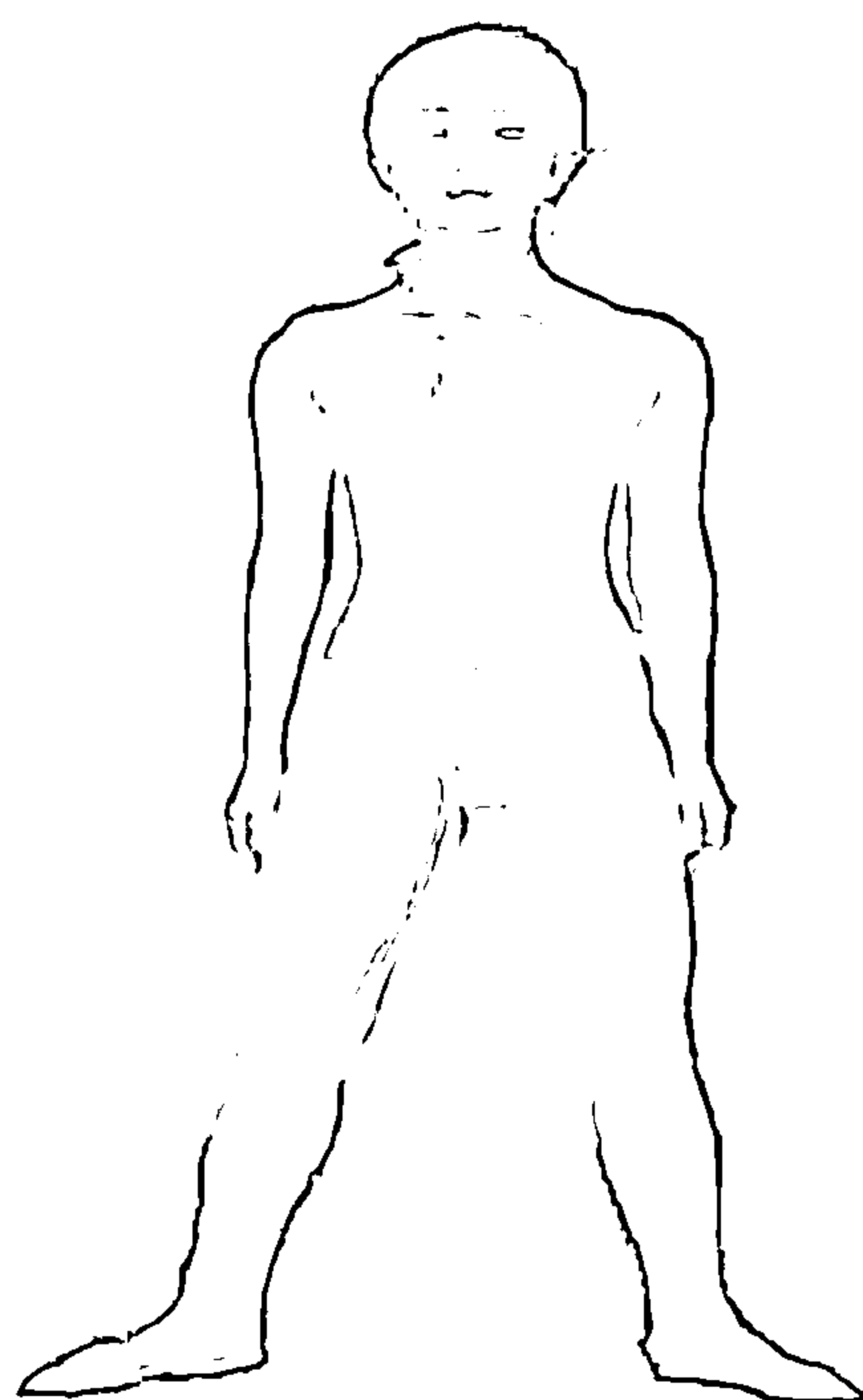


圖 8 足少陰腎經

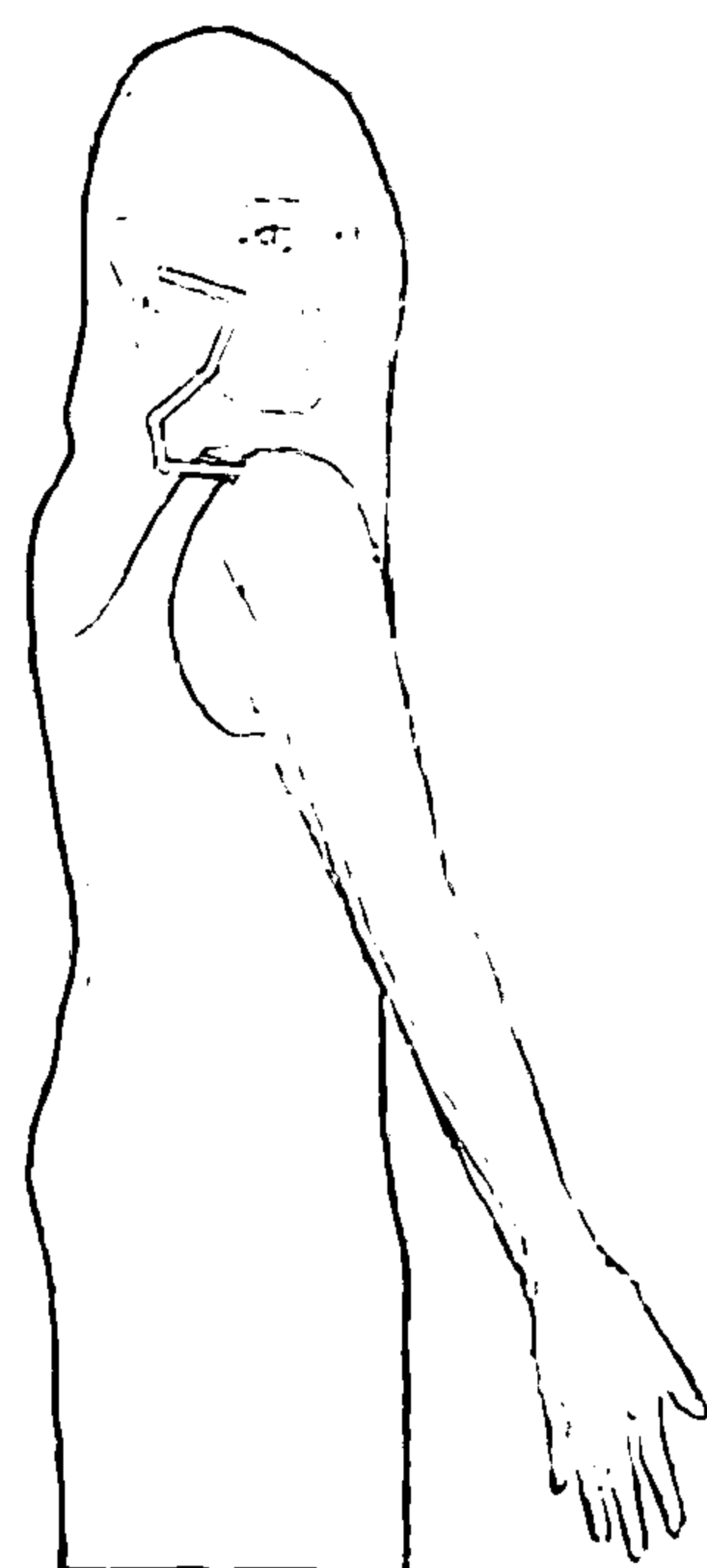


圖 6 手太陽小腸經

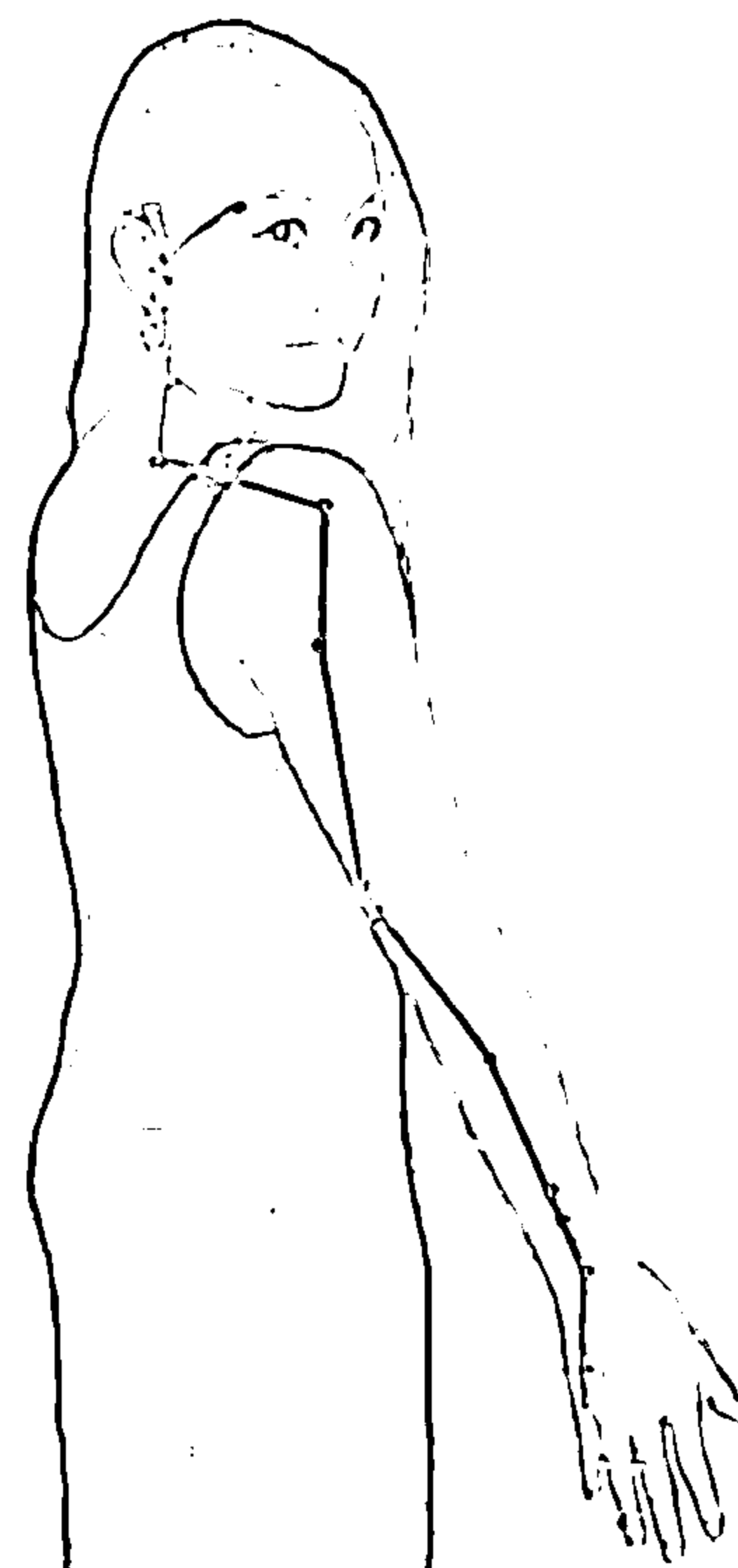


圖 10 手少陽三焦經

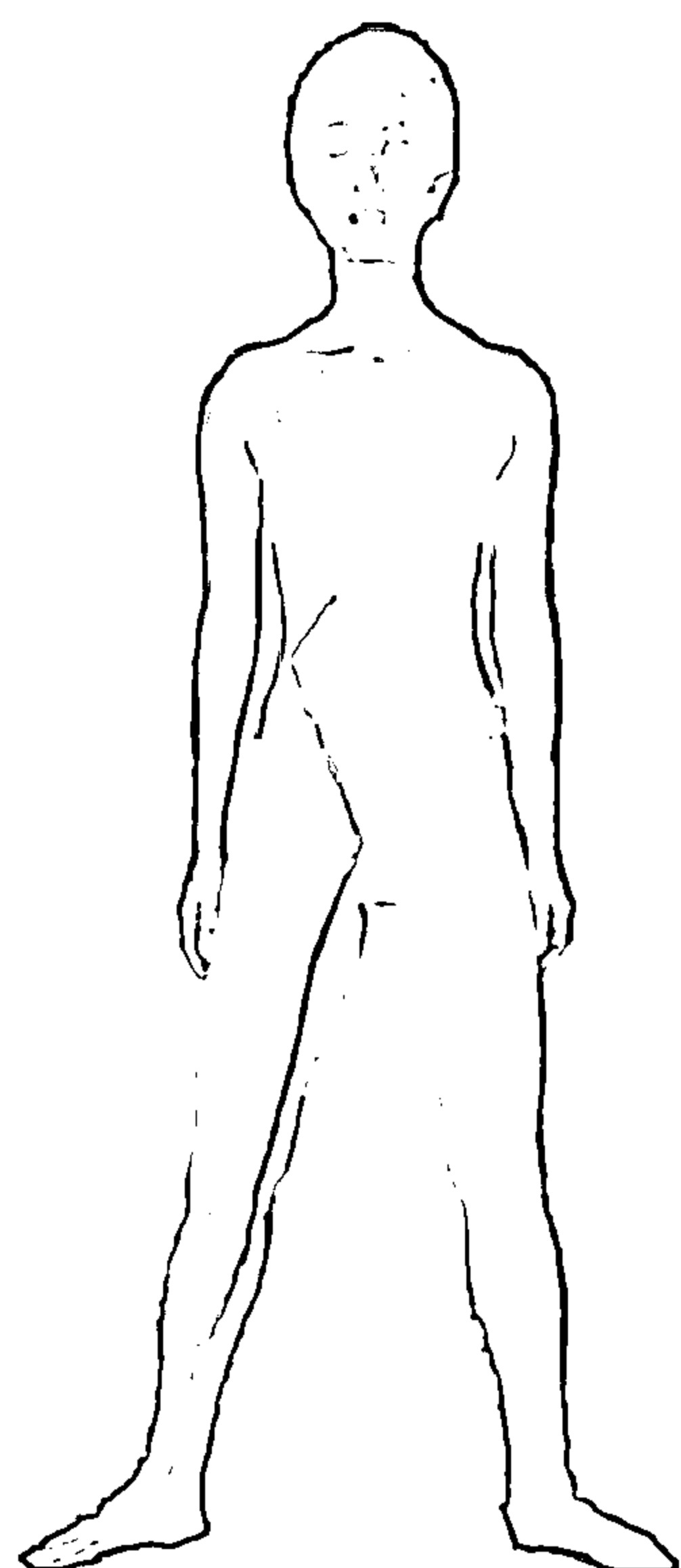


圖 11 足厥陰肝經

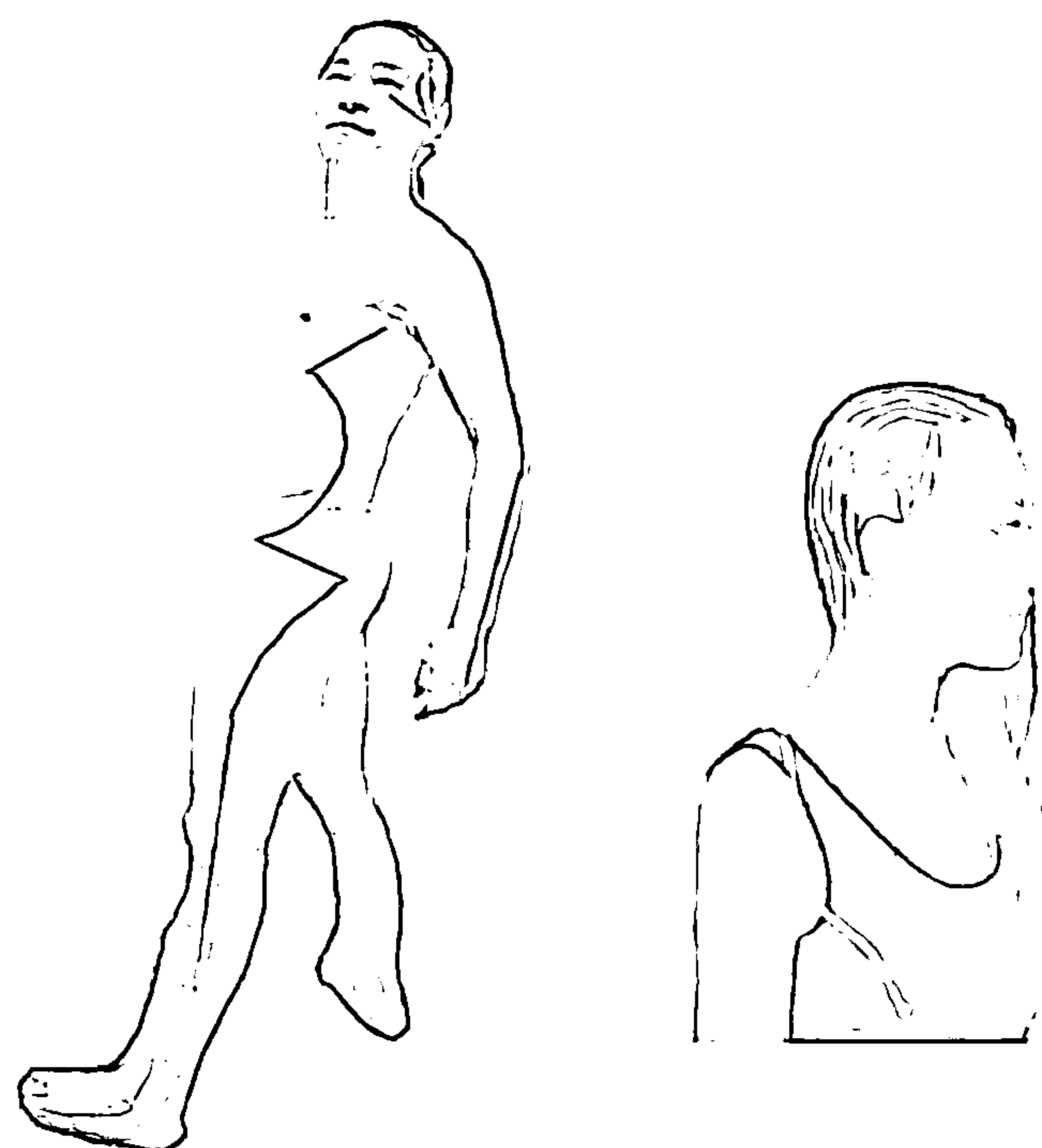


圖 12 足少陽膽經

## 2. 十二經筋

筋者肉之力也，十二經筋，是十二經脈氣血所濡養的筋肉部分，具有聯結全身骨節，保持人體正常運動的功能。其分布特點，從四肢末端向上聯繫一定的部位，有起、有結、有會聚、有散布，上達頭身而不入臟腑，因而無屬絡臟腑的關係和氣血流注的關係。足三陽經筋，分布身體的前、側、後，均結於眼部；足三陰經筋，均結於陰器；手三陽經筋，均結於額角部；手三陰經筋，均結於膈部。經筋所主的病証，主要有痺痛、拘攣、強急、轉筋、痿軟等。這部位的症狀可用彩光劃平行線作法來緩解。

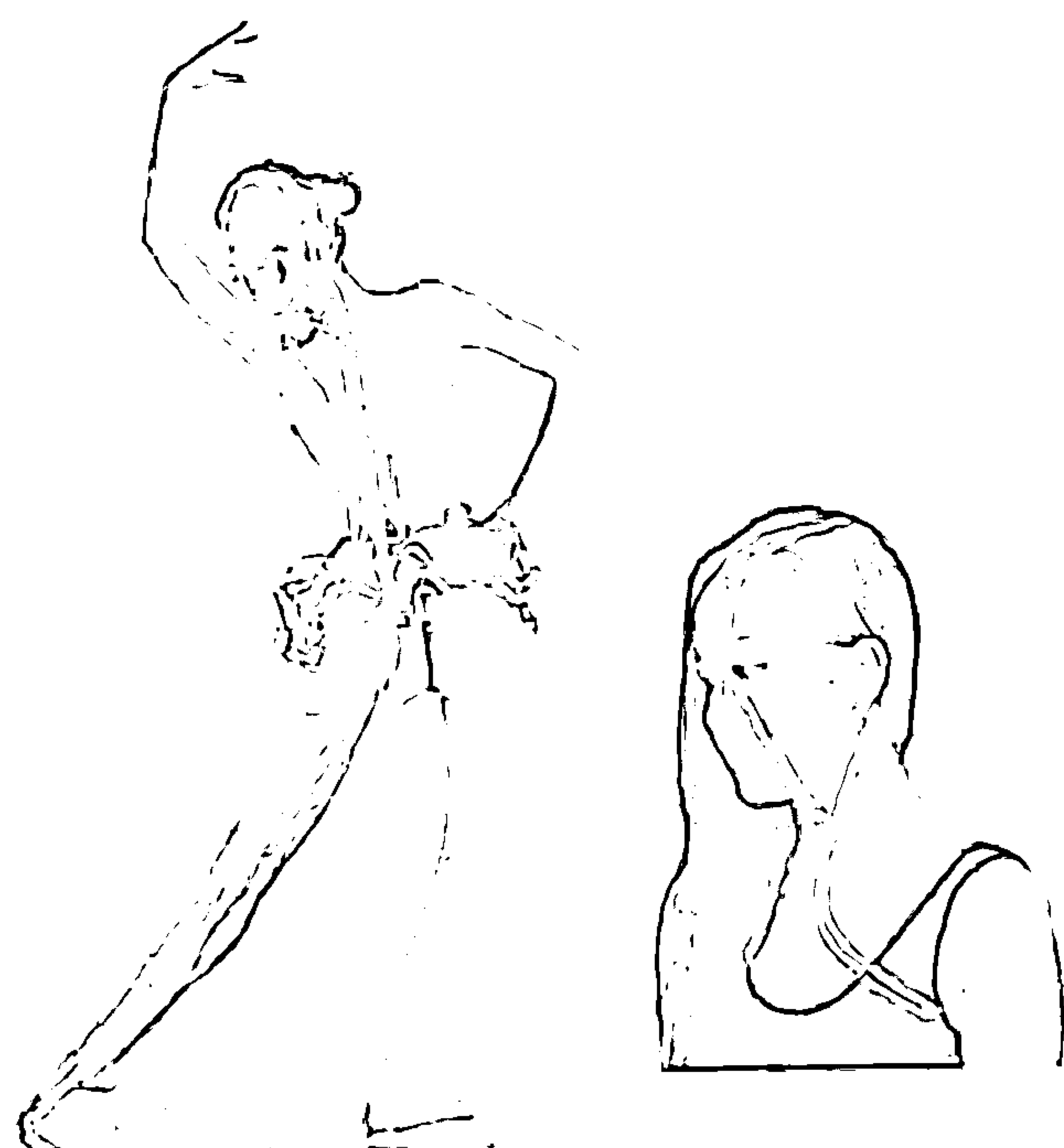


圖 1 足太陽經筋

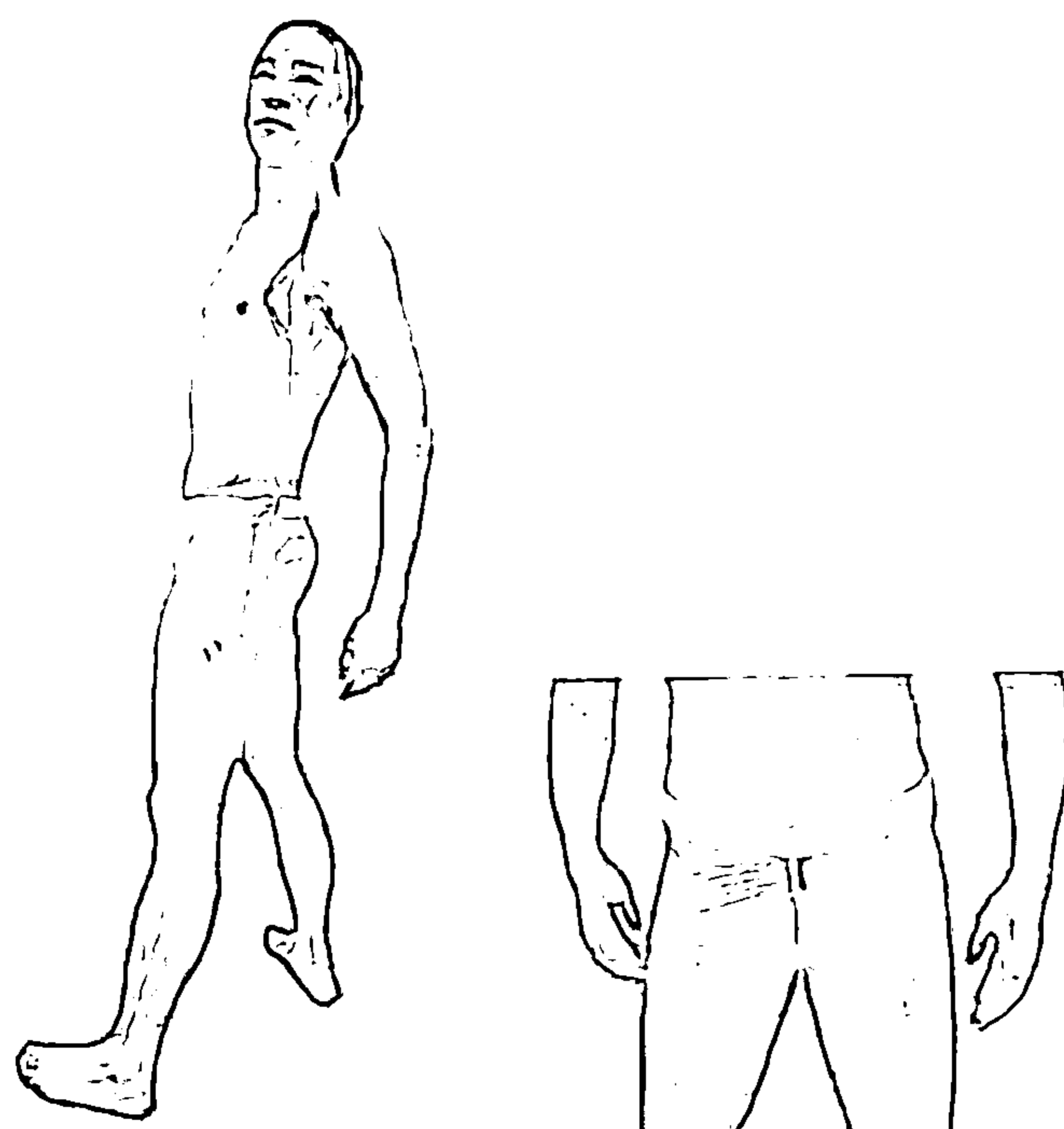


圖 2 足少陽經筋

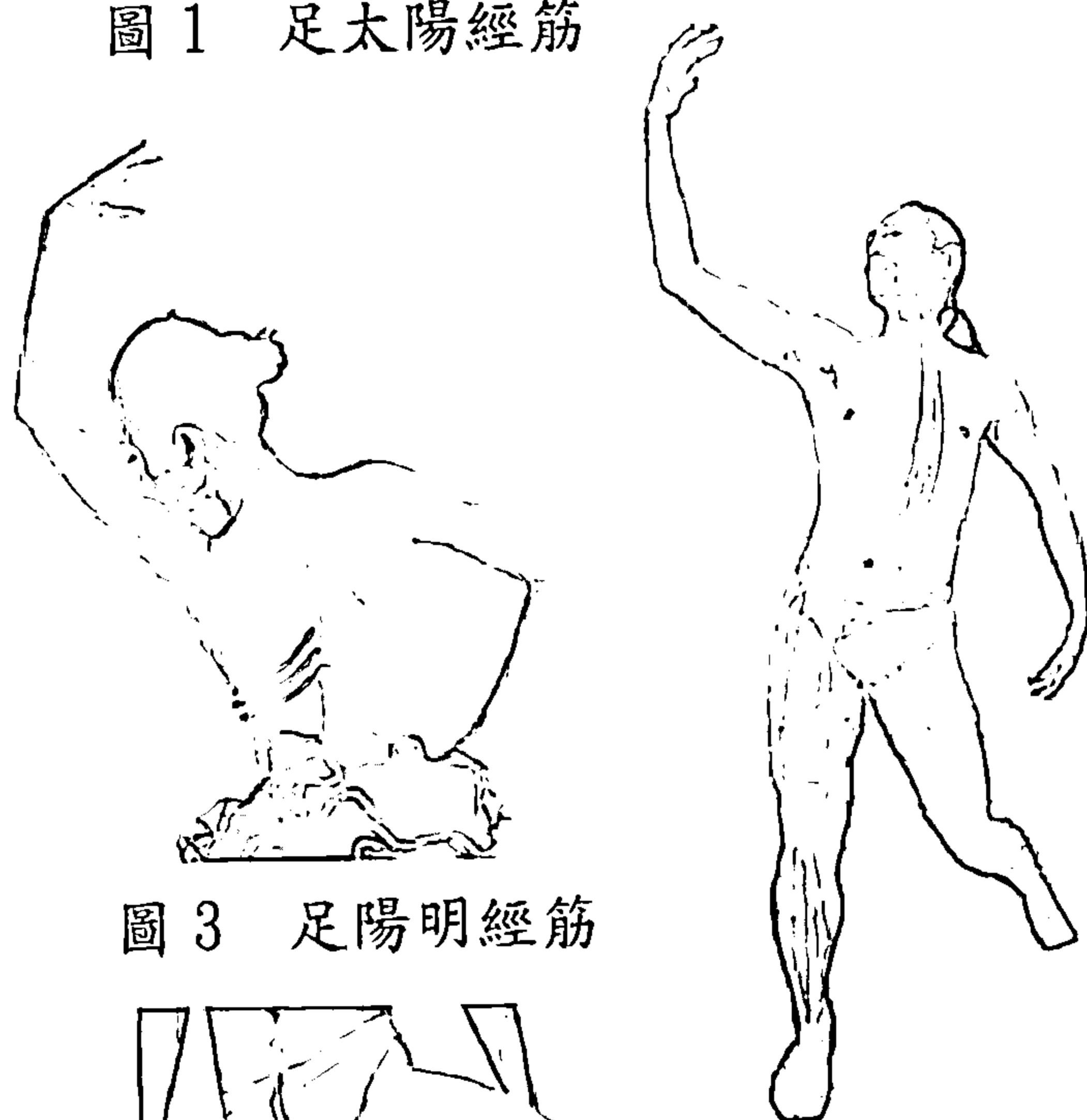


圖 3 足陽明經筋

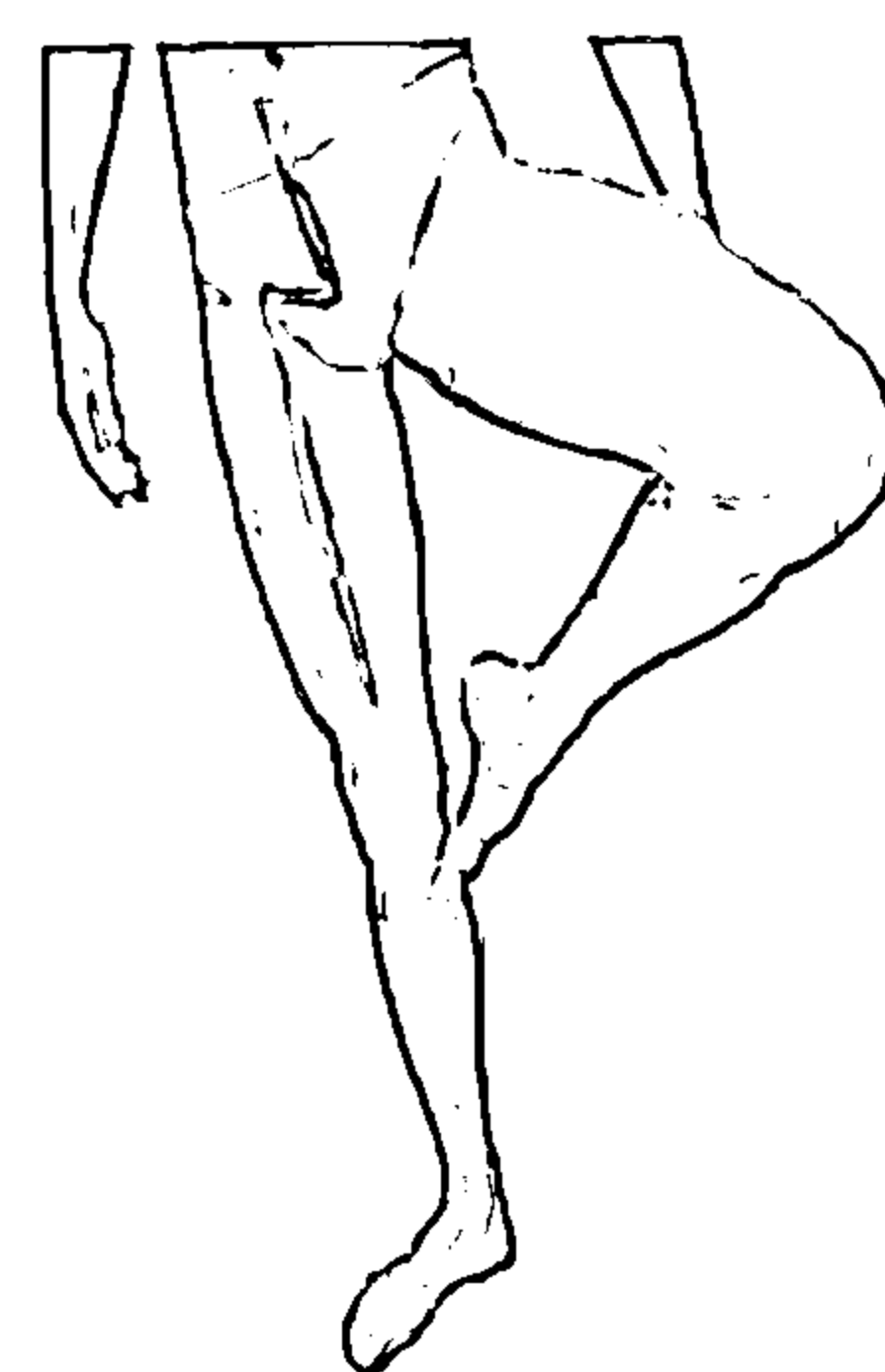


圖 4 足太陰經筋



圖 5 足厥陰經筋

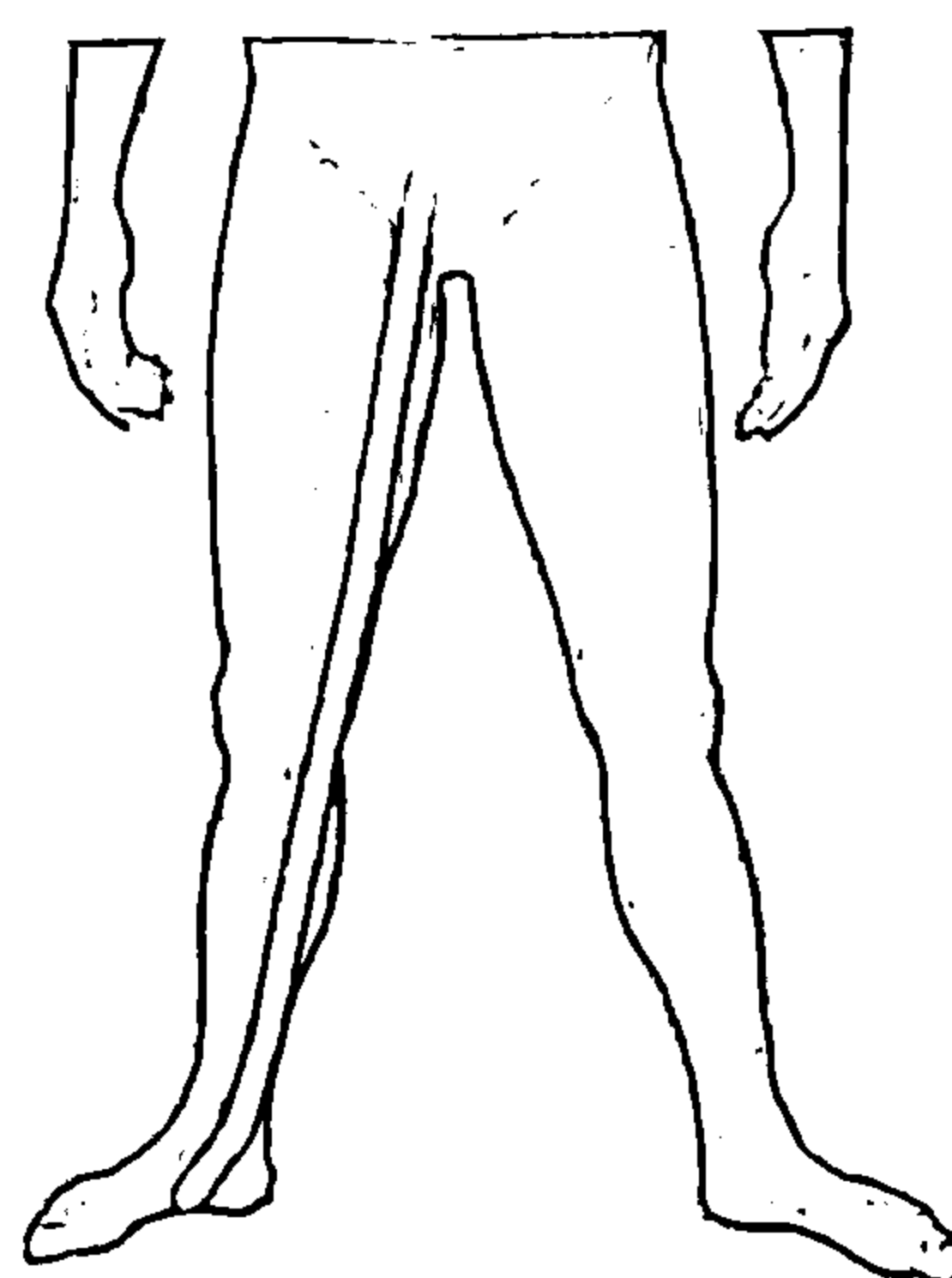


圖 6 足少陰經筋

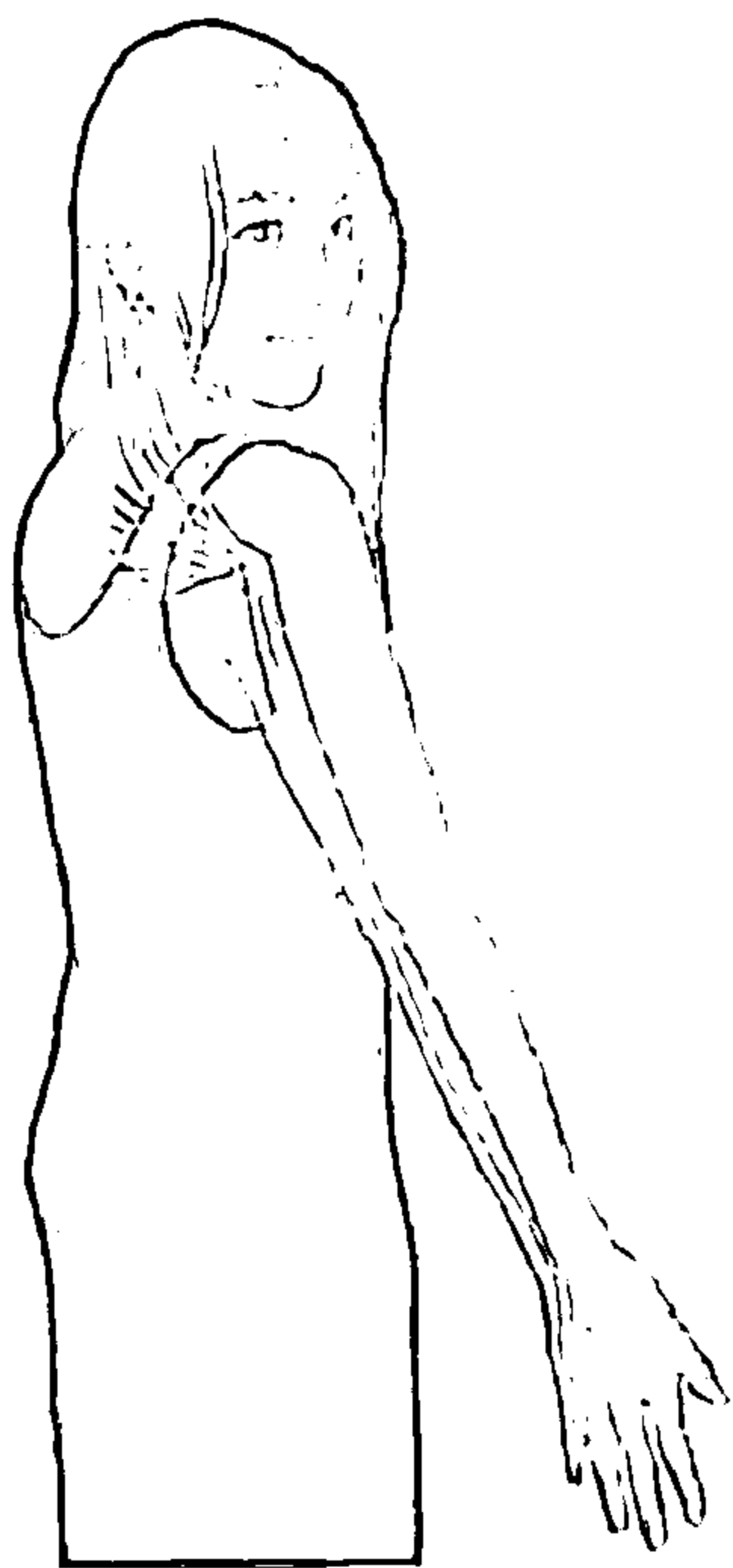


圖 7 手太陽經筋



圖 8 手少陽經筋

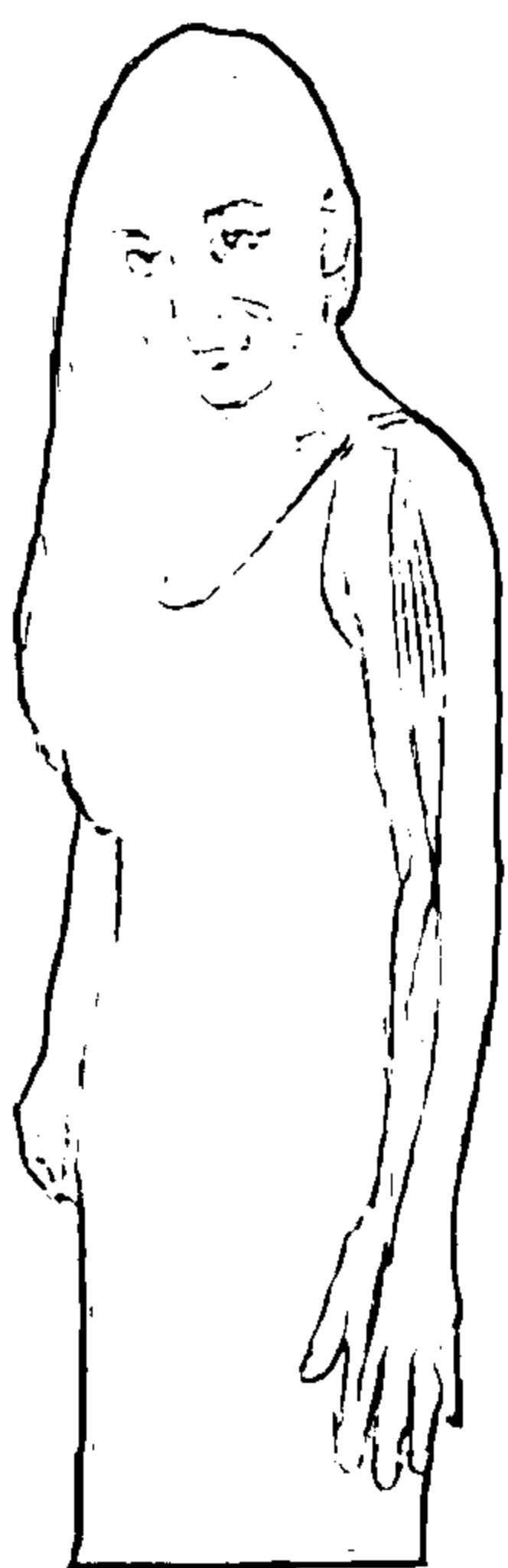


圖 9 手陽明經筋

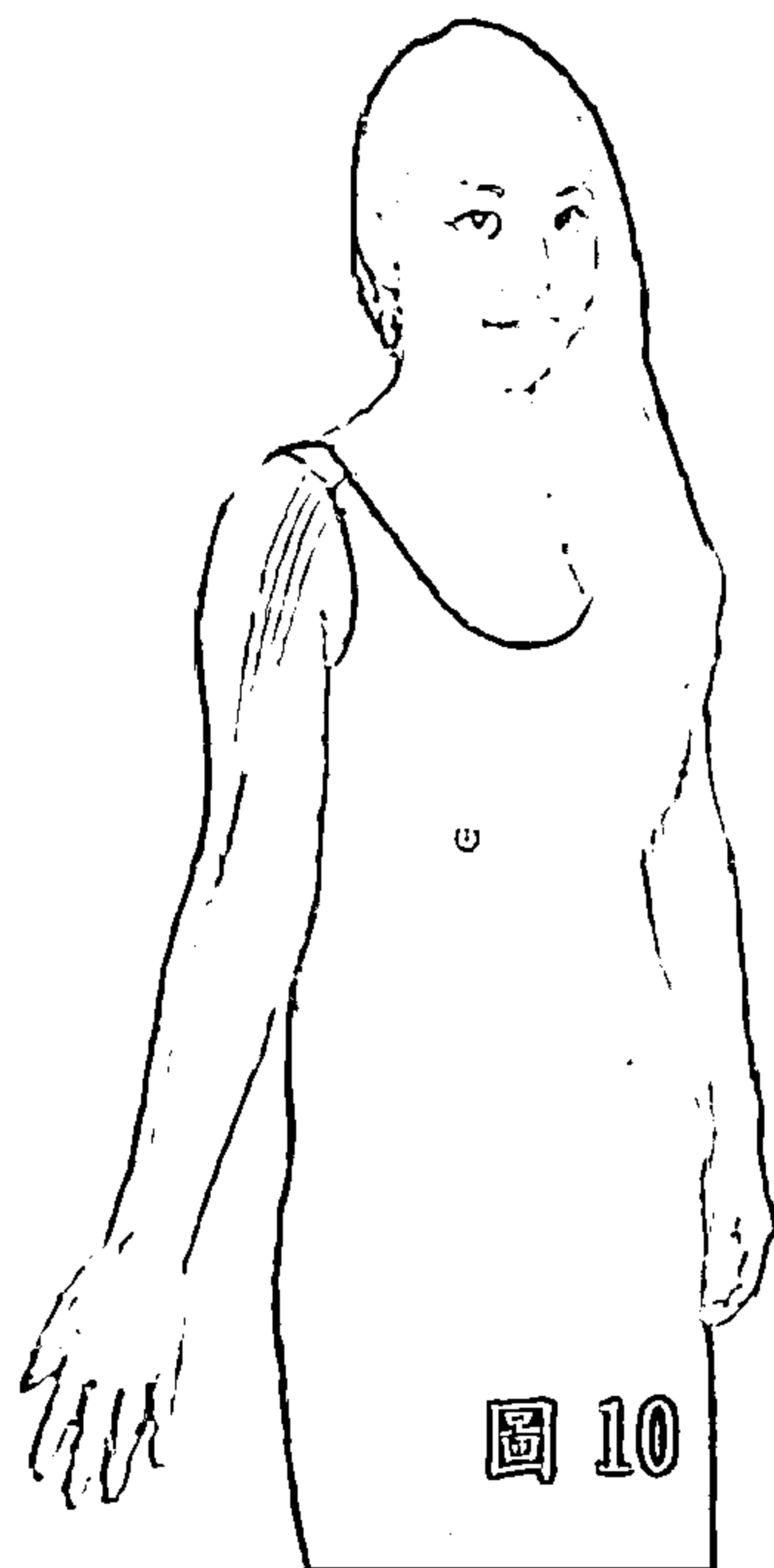
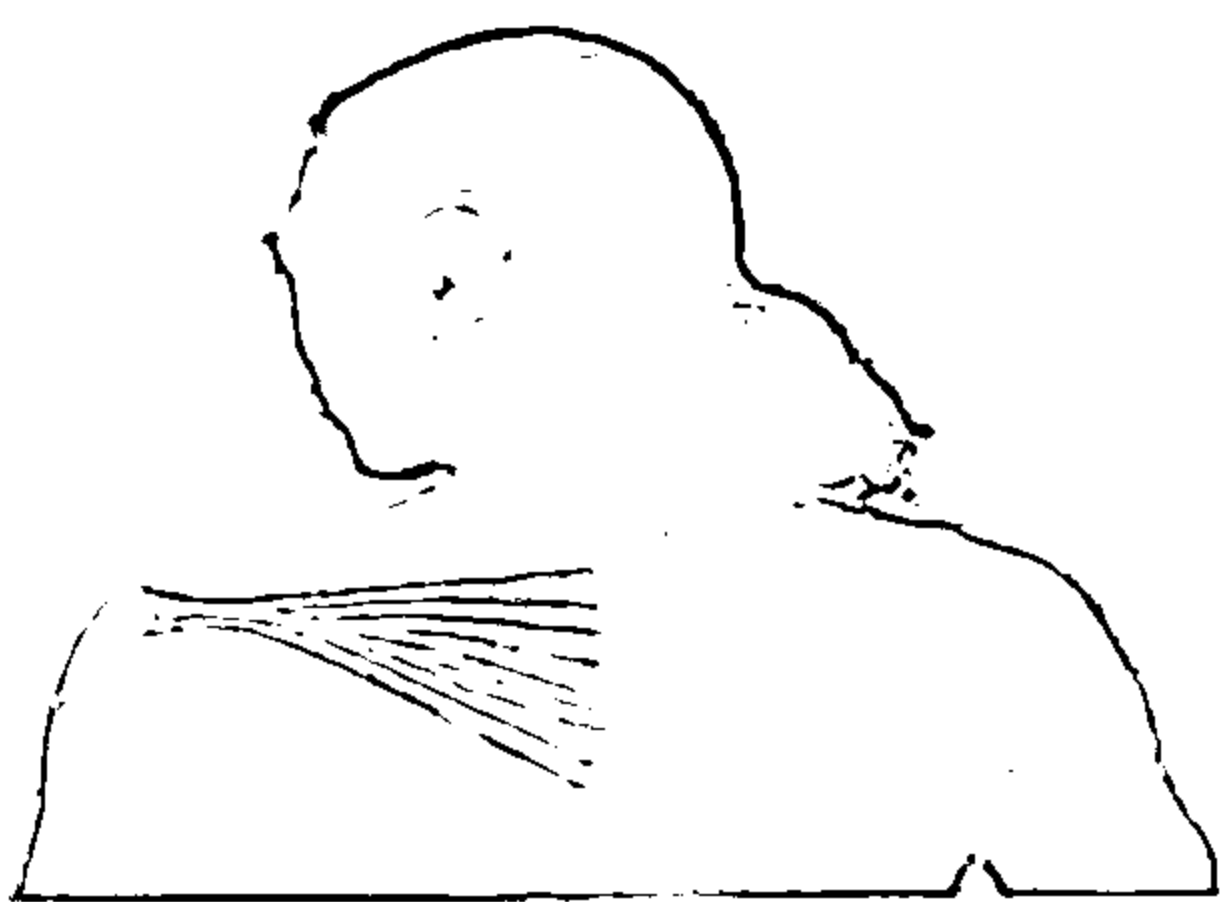


圖 10 手太陰經筋

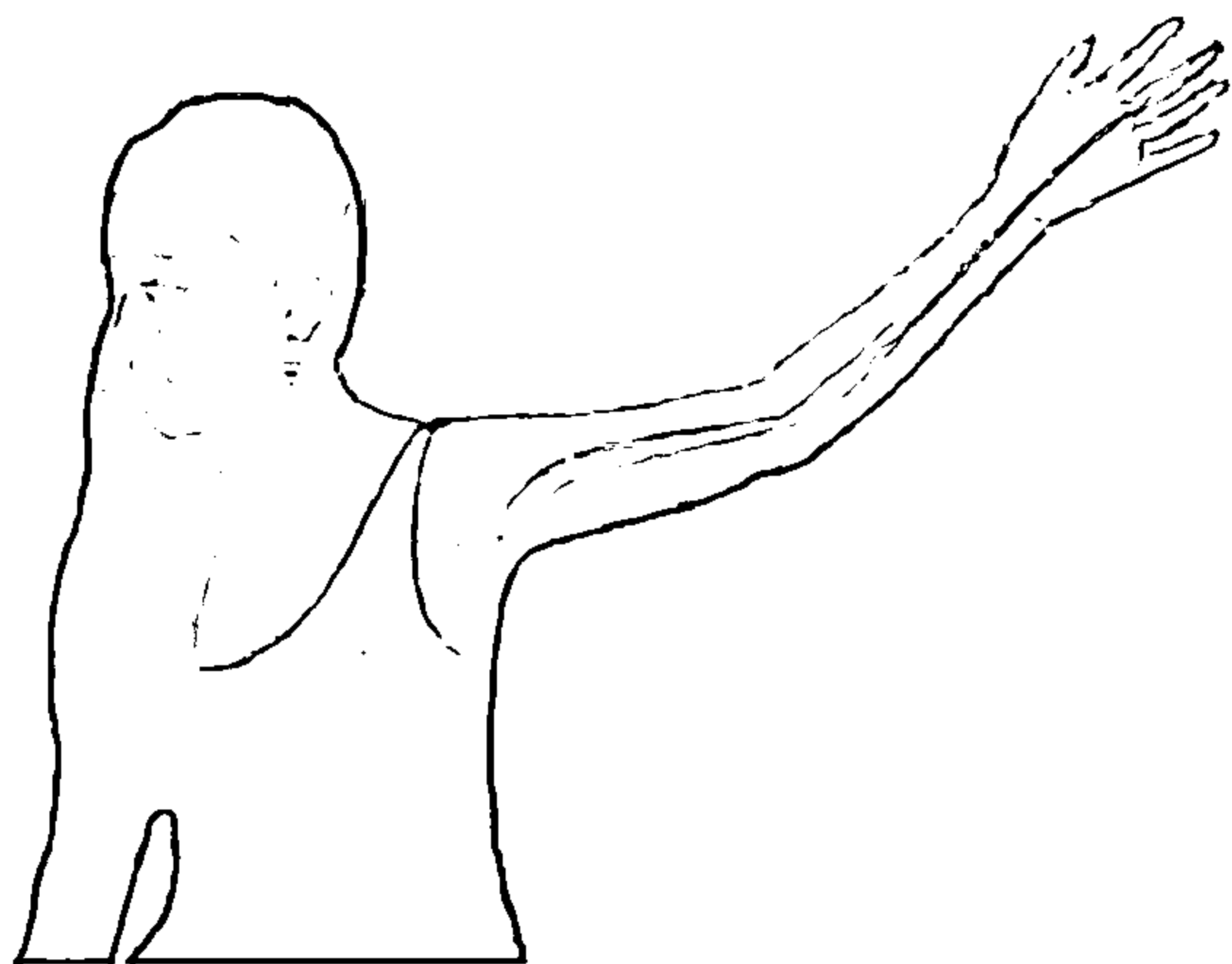


圖 11 手厥陰經筋

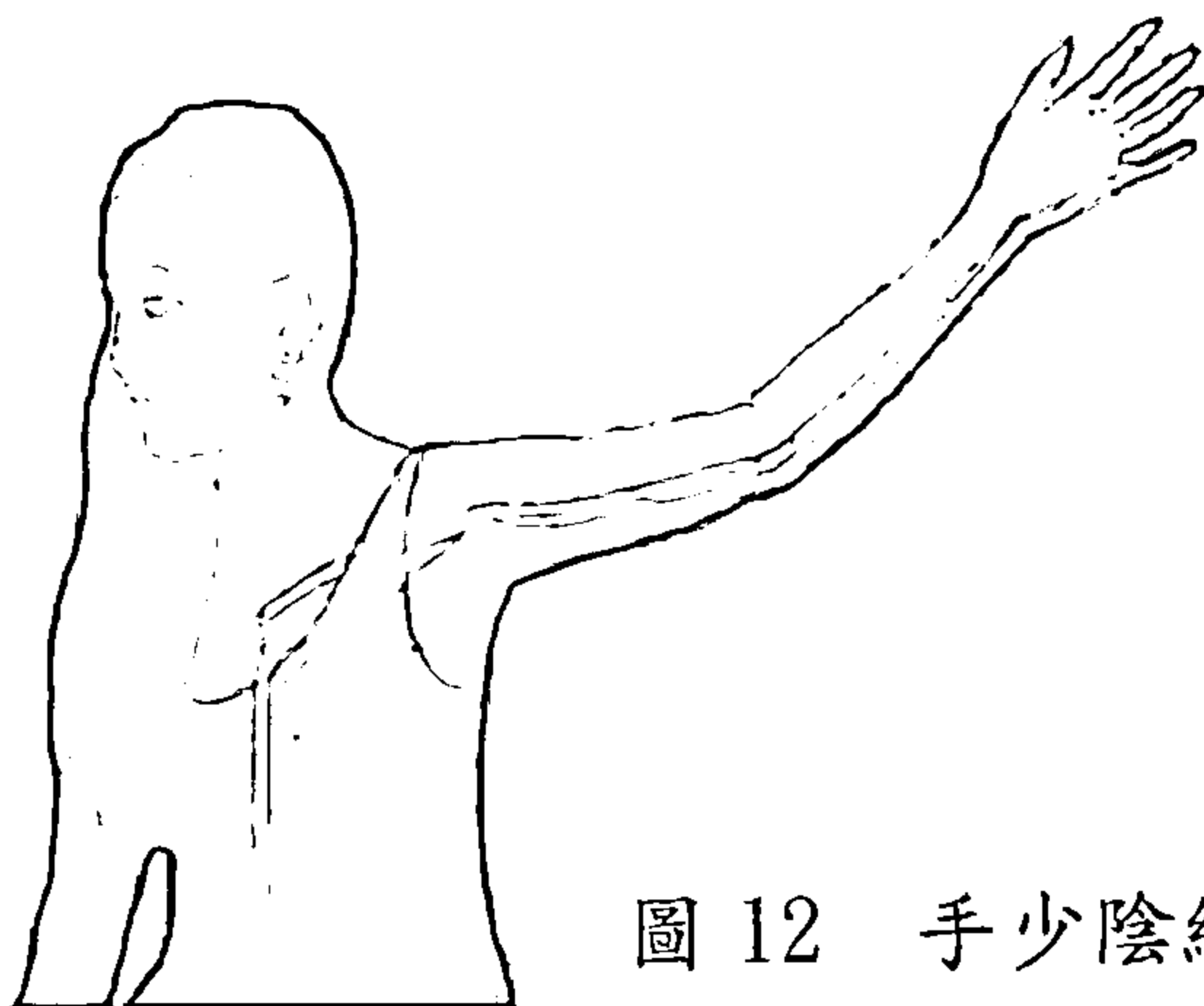


圖 12 手少陰經

### 3. 募穴的彩光療法

臟腑	穴位	顏色	適用範圍
心	巨闕	藍 / 橙	心、胃疾患如心悸、心律不整、胸悶、精神官能症、恐慌不安、呼吸困難、嘔吐、胃痛。
小腸	關元	黃 / 紫	小腸、膀胱、生殖系統疾患、腸絞痛、脹氣、疝氣、遺尿、閉尿、遺精。
膀胱	中極	紅 / 綠	膀胱發炎、膀胱無力、生殖系統疾患、月經失調、遺尿、閉尿、遺精、腳腿冰冷。
膽	日月	黃 / 紫	肝、膽疾患、如季肋部痛、黃疸等。
腎	輒筋 (右)		
	京門	紅 / 綠	
	丹田	紅	提供人體能量，與任何衰弱現象。
大腸	天樞	黃 / 紫	便秘、胃痛、腹瀉、腹脹、子宮內膜炎、月經失調。
心包	膻中	藍 / 橙	心臟疾病如心痛、心悸、咳嗽、打嗝、乳汁不足、心臟循環不良。
肝	期門	黃 / 紫	肝、胃疾患如肝區痛、嘔吐、吞酸等、肝膽發炎。
肺	中府	紅 / 綠	肺疾病、咳嗽、喘息、胸部脹滿、呼吸困難、支氣管感染、肩膀手臂問題。
脾	章門	黃 / 紫	肝、脾疾患，如肝脾腫大、疼痛、腹脹、腹痛，太陽神經叢、與胃的問題、失眠、服用藥物過量等。
胃	中脘	黃 / 紫	胃部疾病如胃痛、胃脹、食欲不振、嘔吐、便秘。
大腸	天樞	綠	
三焦	石門	藍 / 橙	積尿、失禁、生殖器發炎、自汗

## 4. 背俞穴的彩光療法

位置	臟腑	穴位	顏色	適用範圍
T3	肺	肺俞	紅 / 綠	感冒、氣喘、支氣管炎、任何皮膚病。
T4	心包	厥陰腧	藍 / 橙	心臟病、胸痛、胸悶、不安失眠、呼吸困難。
T5	心	心腧	藍 / 橙	心律不整、心慌不安、失眠、呼吸困難。
T9	肝	肝腧	黃 / 紫	肝、胃疾患如肝區痛、嘔吐、吞酸等、肝膽發炎、眼睛痛、痔瘡、胃炎、挫折、易怒。
T10	膽	膽腧	黃 / 紫	頭痛、痙攣、沒耐性、身體僵硬、肌肉抽筋。
T11	脾	脾腧	藍 / 橙	胃部疾病如腹脹、腹痛、嘔吐、下痢。
T12	胃	胃腧	黃 / 紫	胃部疾病如胃痛、潰瘍、心灼熱，風濕病、嘴唇牙齦的發炎、胃脹、嘔吐。
L1	三焦	三焦腧	黃 / 紫	水分代謝障礙、水腫、腹水、腹瀉。
L2-3	腎	腎腧	紅 / 綠	腎臟與生殖系統疾患如腰痛、腰酸、遺精、遺尿、月經不調、慢性骨盆腔發炎、腎炎、神經衰弱、耳朵發炎、疼痛恐懼、痛風。
L4-5	大腸	大腸腧	黃 / 紫	腸疾病、大腸功能失調如便秘、腹痛、腹瀉、脫肛、痔瘡、坐骨神經炎。
L5		關元	紅	提供人體能量
S1	小腸	小腸腧	紅 / 綠	小腸、膀胱及生殖系統疾患，如腸絞痛、腸炎、疝氣、遺尿、失禁、尿閉、遺精、子宮炎、身體任何疼痛、坐骨神經炎。
S2	膀胱	膀胱腧	紅 / 綠	膀胱與生殖系統疾患，如遺尿、尿閉、遺精、月經不調、膀胱結石、攝護腺肥大、腸炎、便秘、坐骨神經炎。

定穴位： T 表胸椎， L 表腰椎， S 表薦椎， 數字表示椎體第幾節

## 5. 八總穴歌訣

八總穴在彩光療法經常用到：

面口合谷收，頸項列缺尋，

內關心胸胃，肚腹三里留，

腰痛委中求，支溝 肋痛，

婦人三陰交，阿是不可缺。

## 6. 靈龜八法彩光

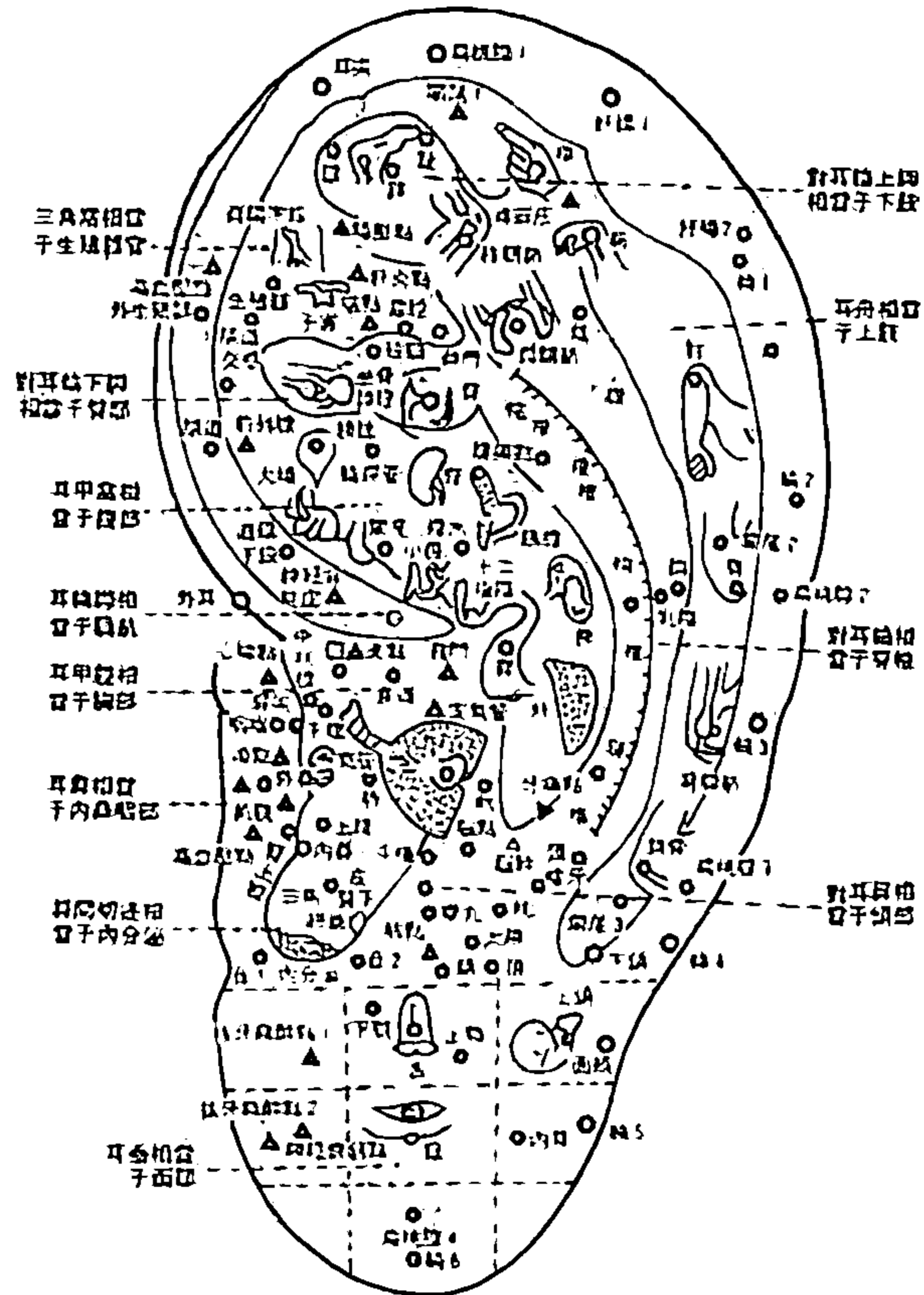
八脈雖是十二經以外的奇經，八脈八法乃是將奇經八脈相通於十二經的八個穴位用於強化彩光療效，即：

- |                        |       |
|------------------------|-------|
| 1. 肺經的列缺與任脈相通～統一身之陰    | 紅 / 綠 |
| 2. 小腸經的後溪與督脈相通～督一身之陽   | 紅 / 綠 |
| 3. 肝經的公孫與衝脈相通～是經絡之海    | 黃 / 紫 |
| 4. 膽經的臨泣與帶脈相通～約束諸經     | 黃 / 紫 |
| 5. 膀胱經申脈與陽蹻脈相通～膀胱經別絡   | 紅 / 綠 |
| 6. 腎經的照海與陰蹻脈相通～腎經別絡    | 紅 / 綠 |
| 7. 三焦經的外關與陽維脈相通～脈起諸陽之會 | 黃 / 紫 |
| 8. 心包經的內關與陰維脈相通～脈起諸陰之會 | 藍 / 橙 |



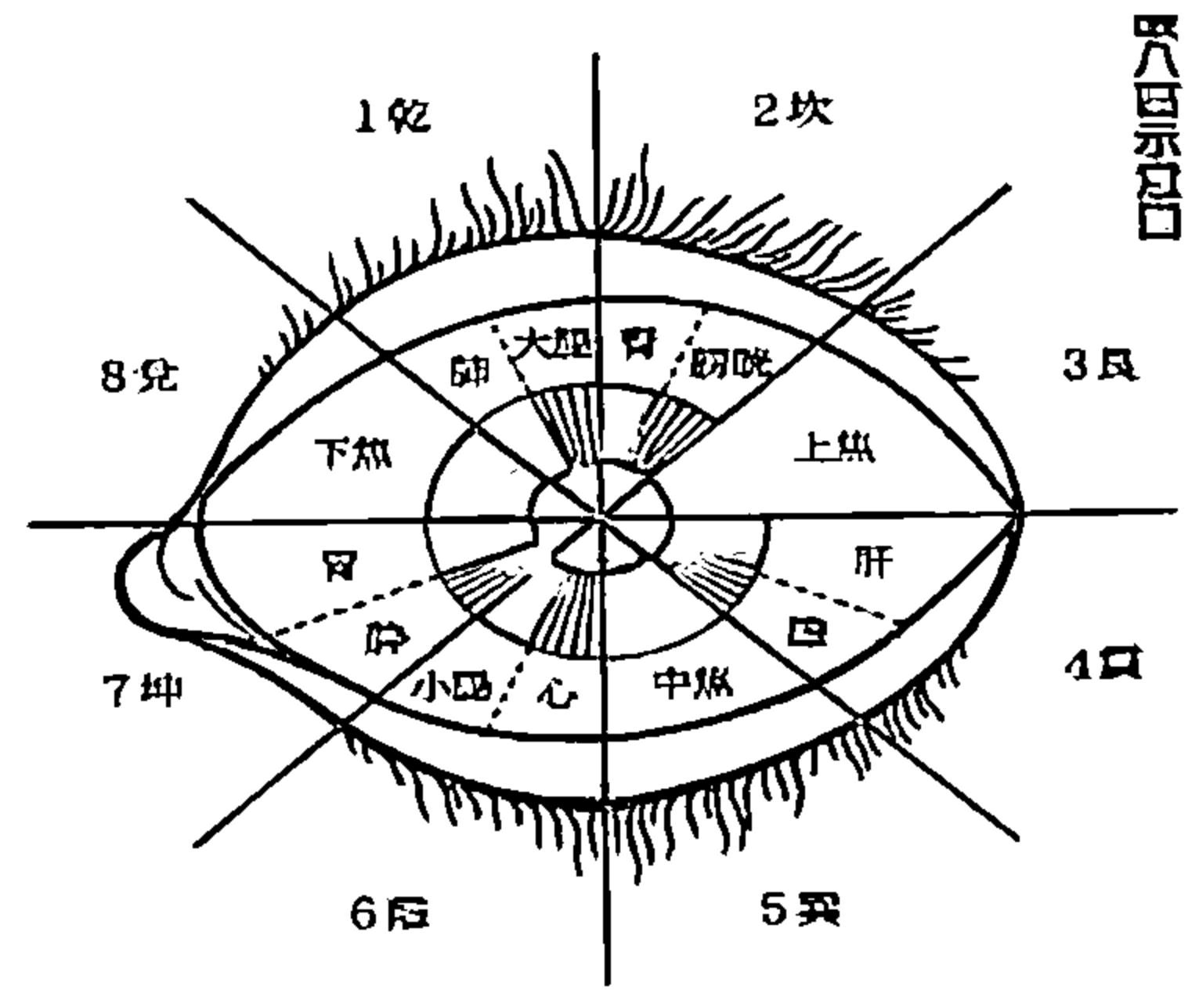
# 7. 耳針全息診療

近年來大陸發展已找到一百多耳針穴道，耳穴針灸也可治療全身疾病。



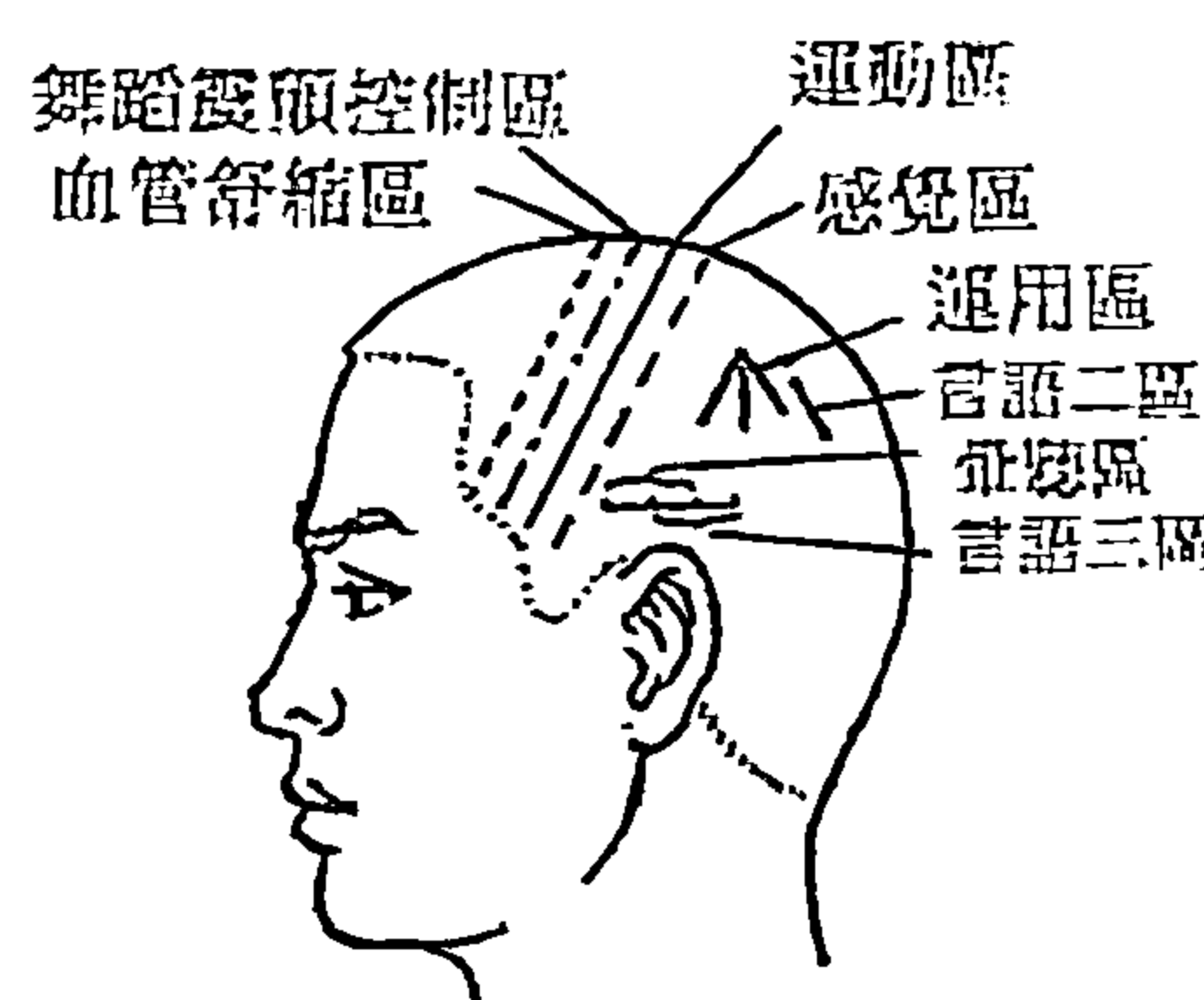
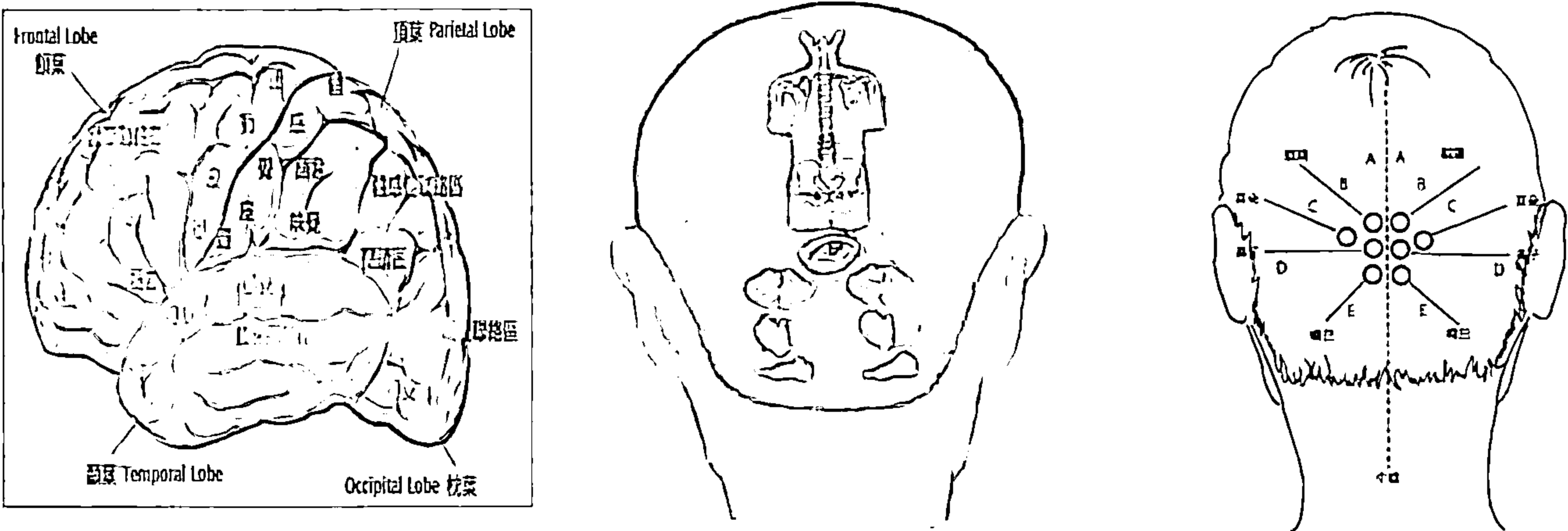
# 8. 眼全息診療

彭靜山醫師觀察白睛絡脈形色的變化，將眼區以八卦分區法來決定病變及治療部位。

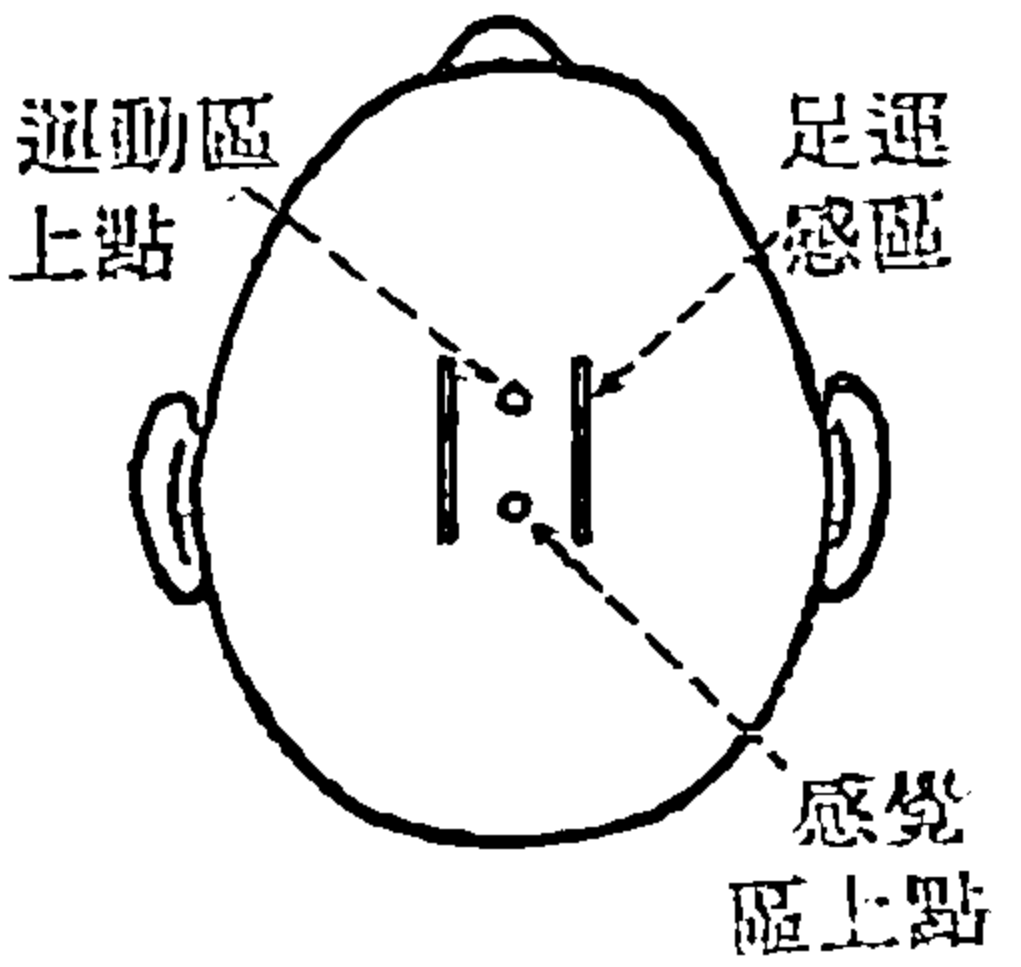


9. 頭皮針反射區

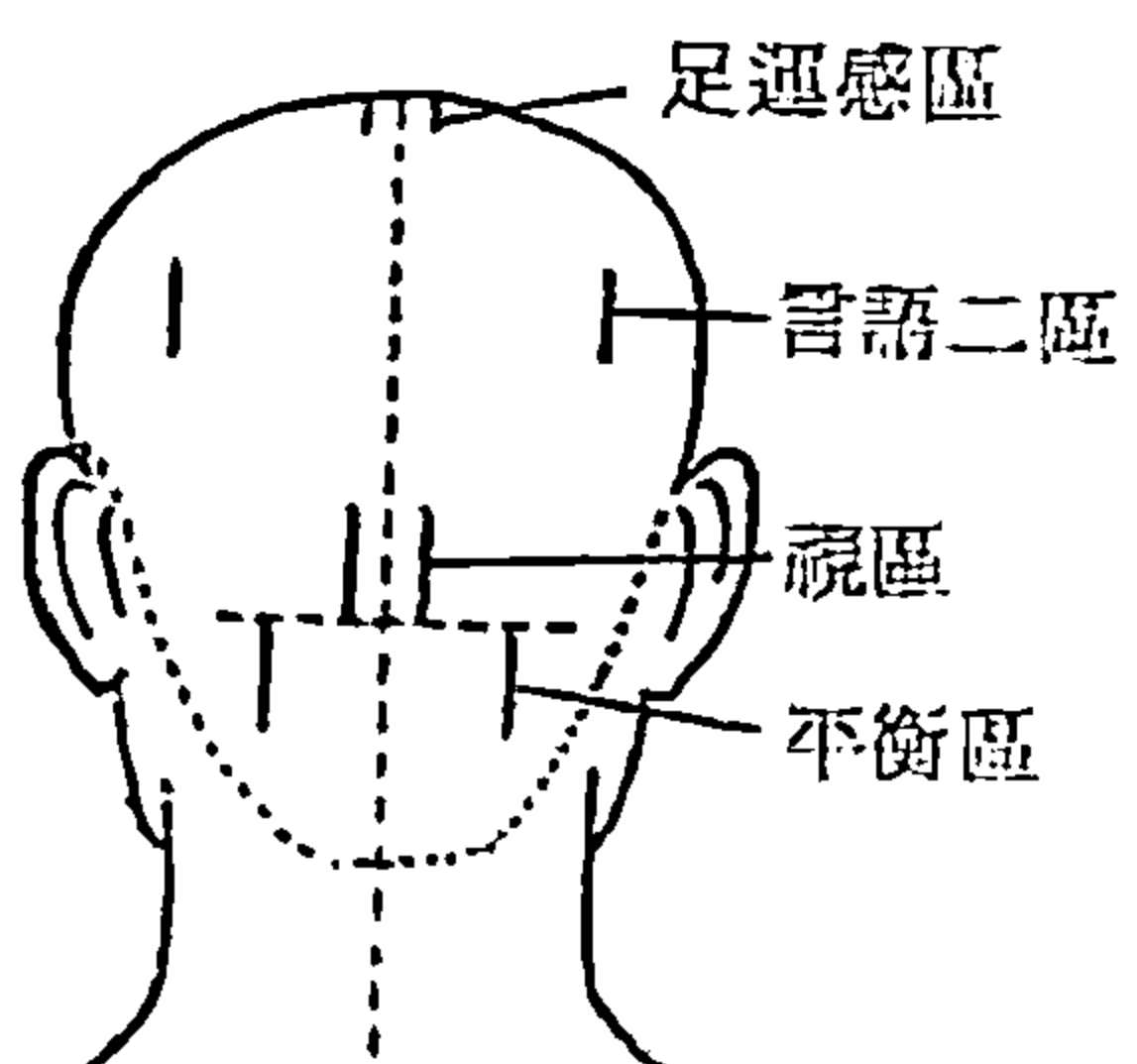
頭部反射區在治療中風及腦部疾患有相當效果。



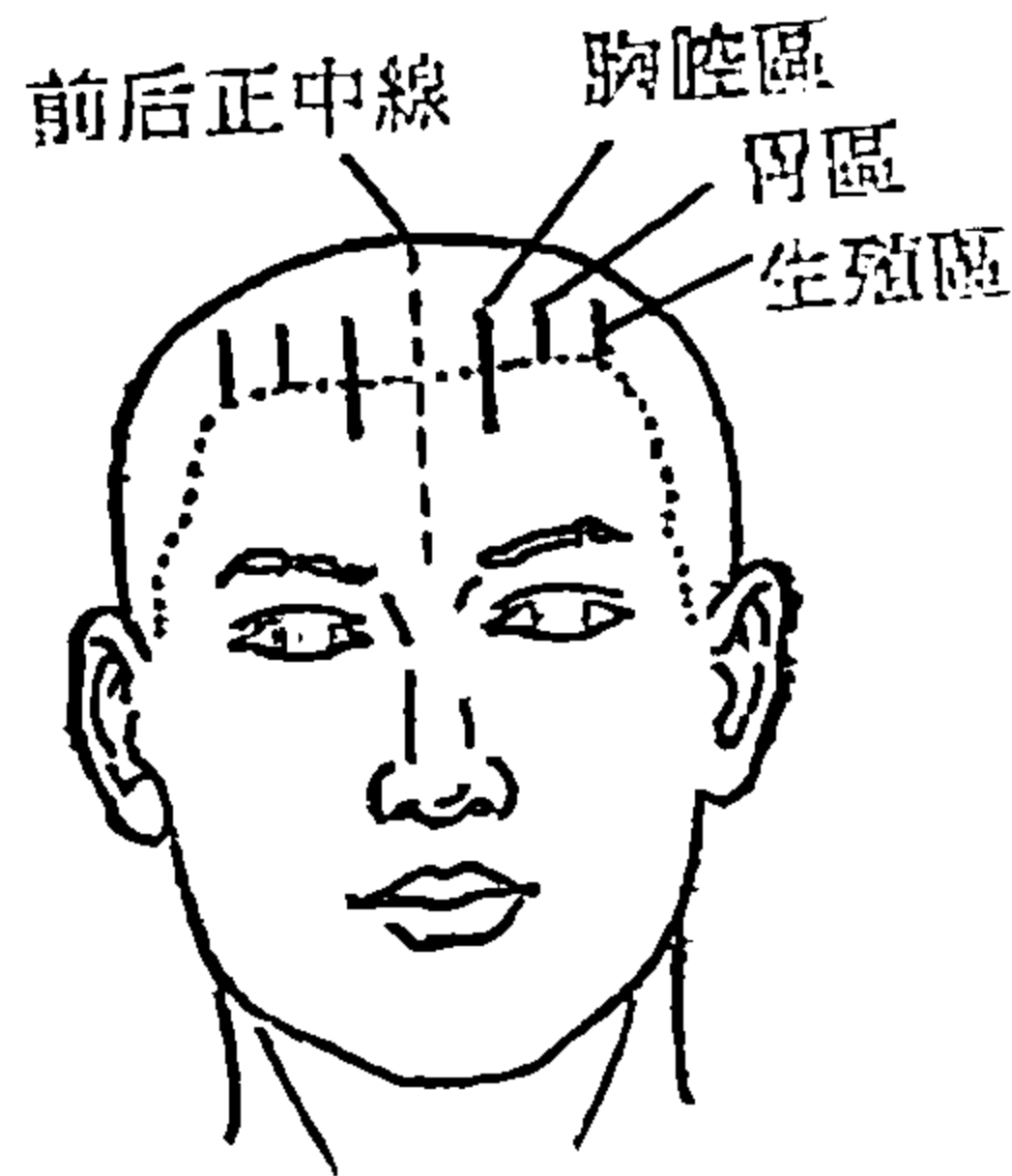
刺激區側面



刺激區頂面



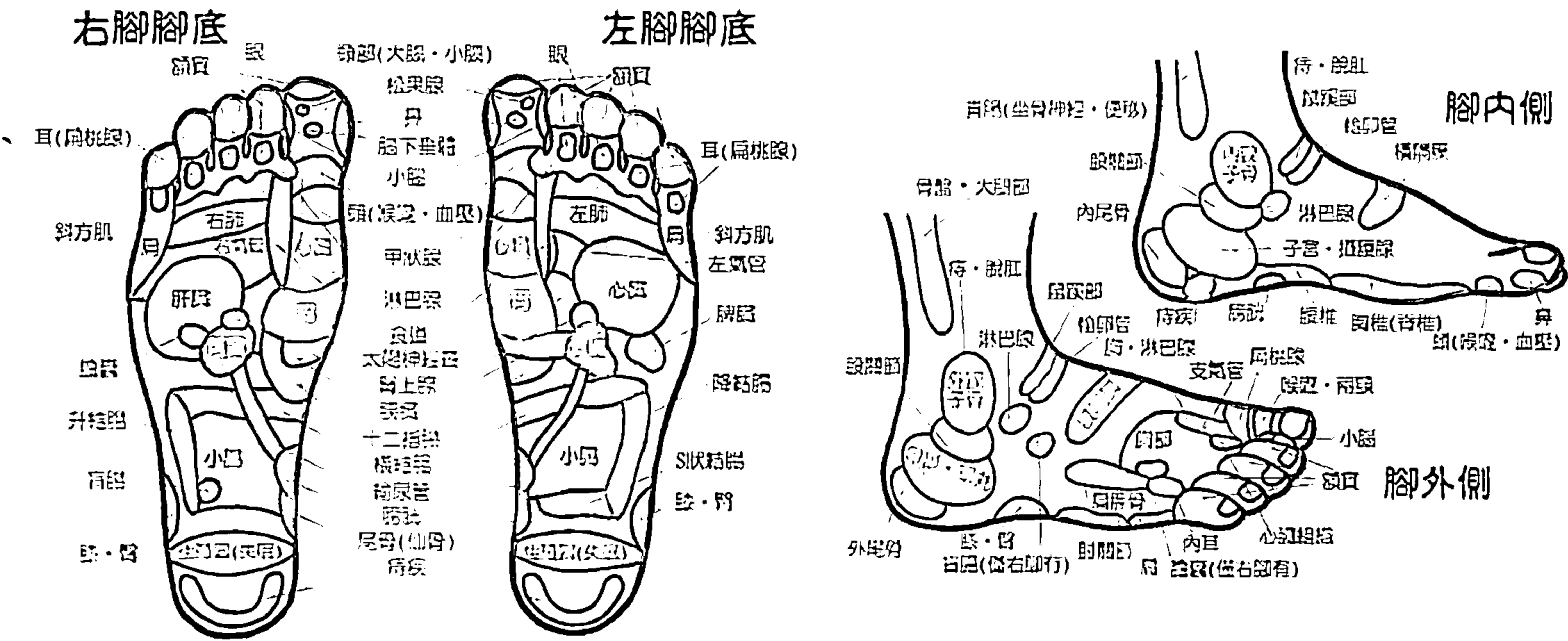
刺激區後面



刺激區前面

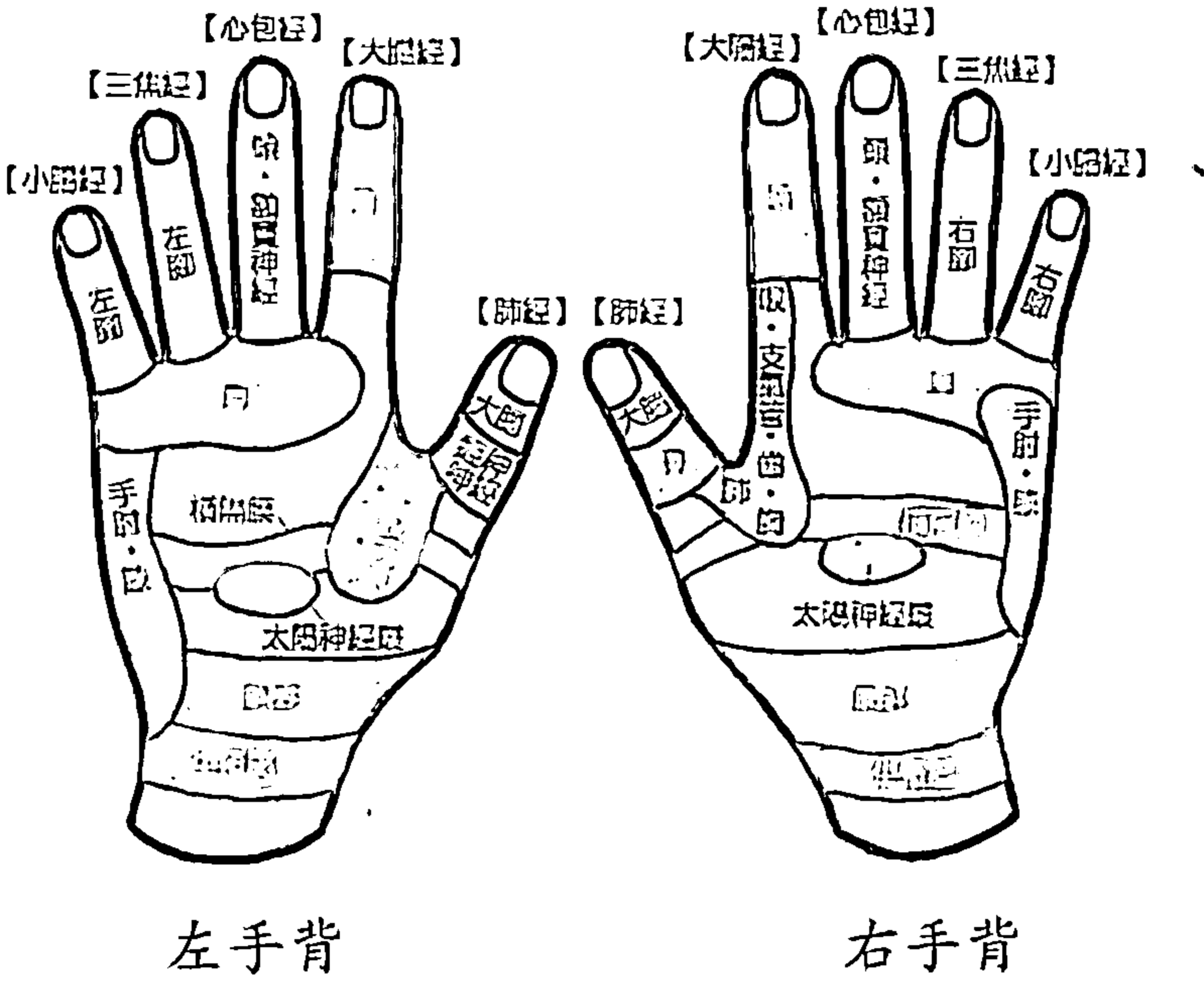
10. 足底反射區

足底反射區痛點按摩已流行於世，彩光治療也將這些反射區整合作為療法。



11. 手掌反射區

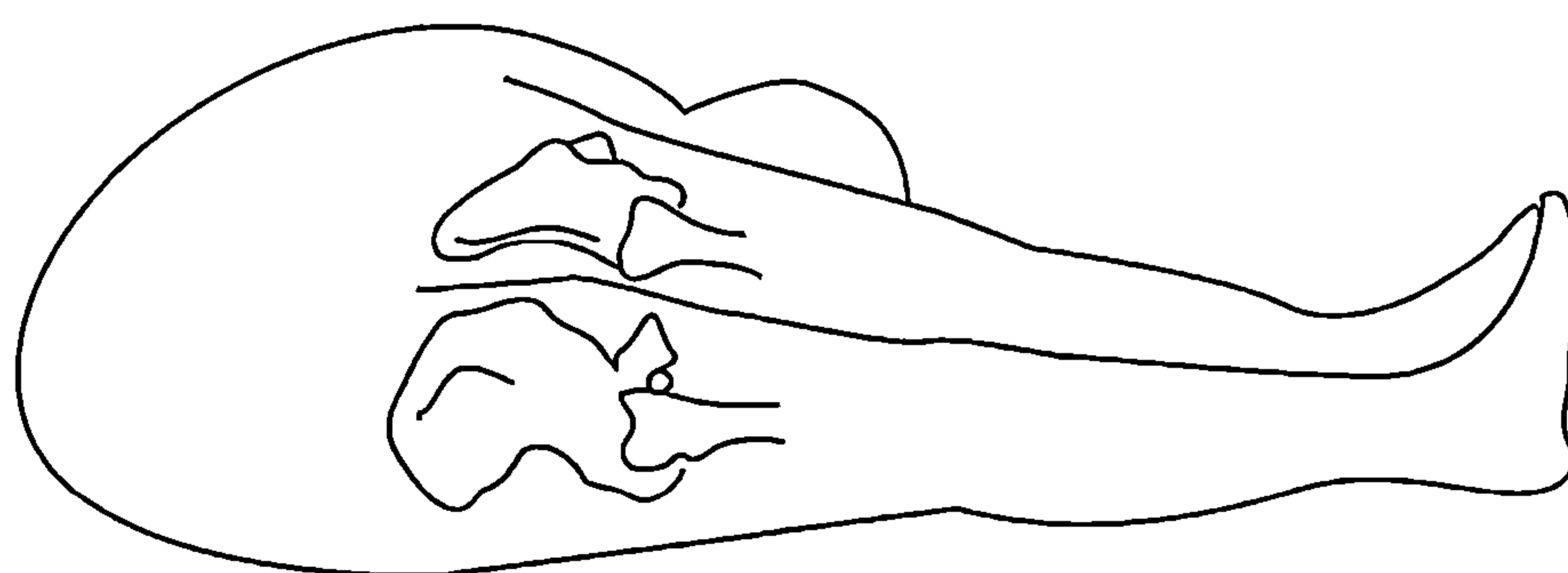
依各部位之形狀顏色紋路斑點等可作手診，也可於各反射區做彩光治療。



## 12. 神經元理論

1977 年有人提出視神經元理論 (Thalamic Neuron Theory)，嘗試說明一般及傳統的針灸理論，其中包括下列幾點重點：

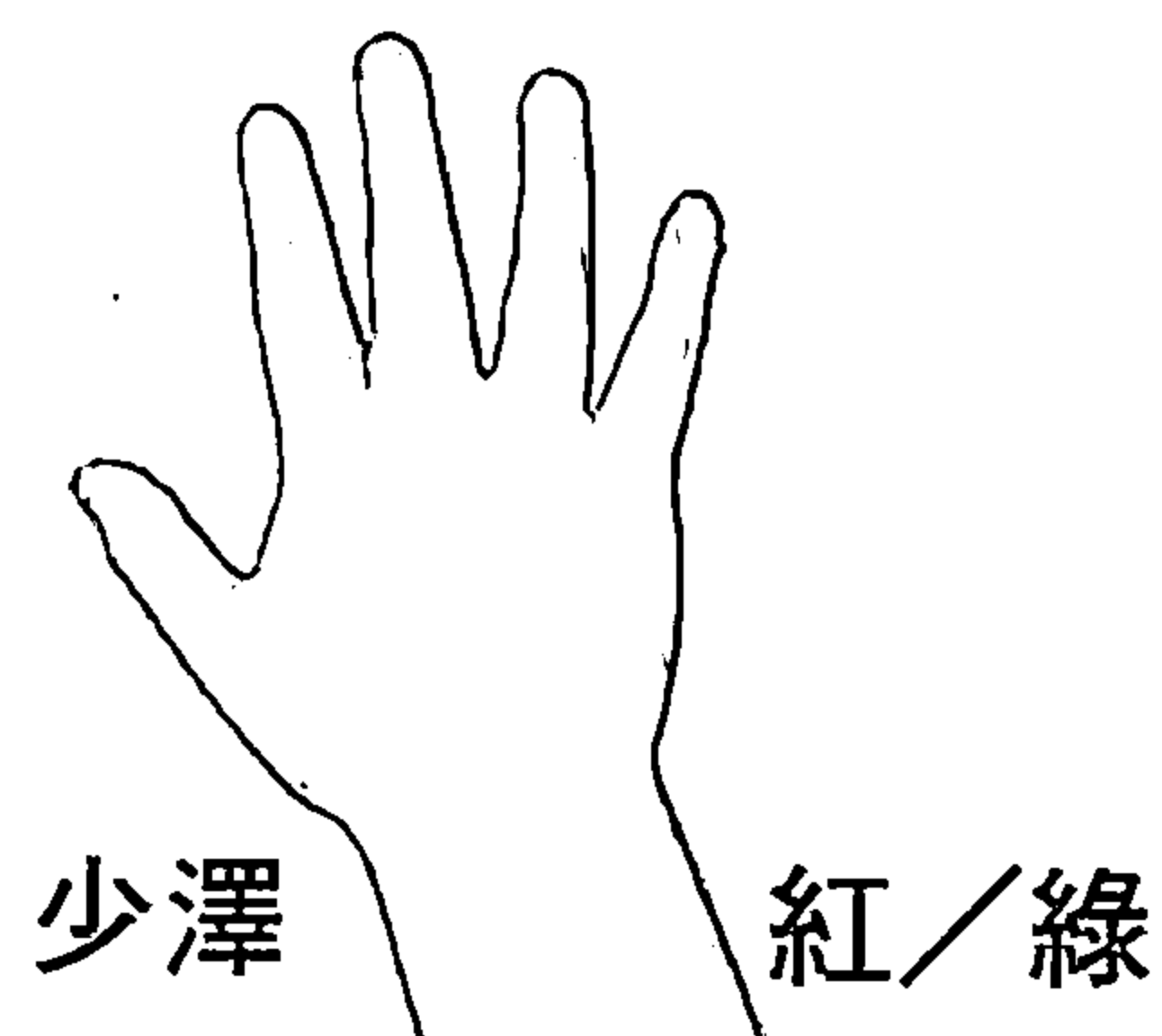
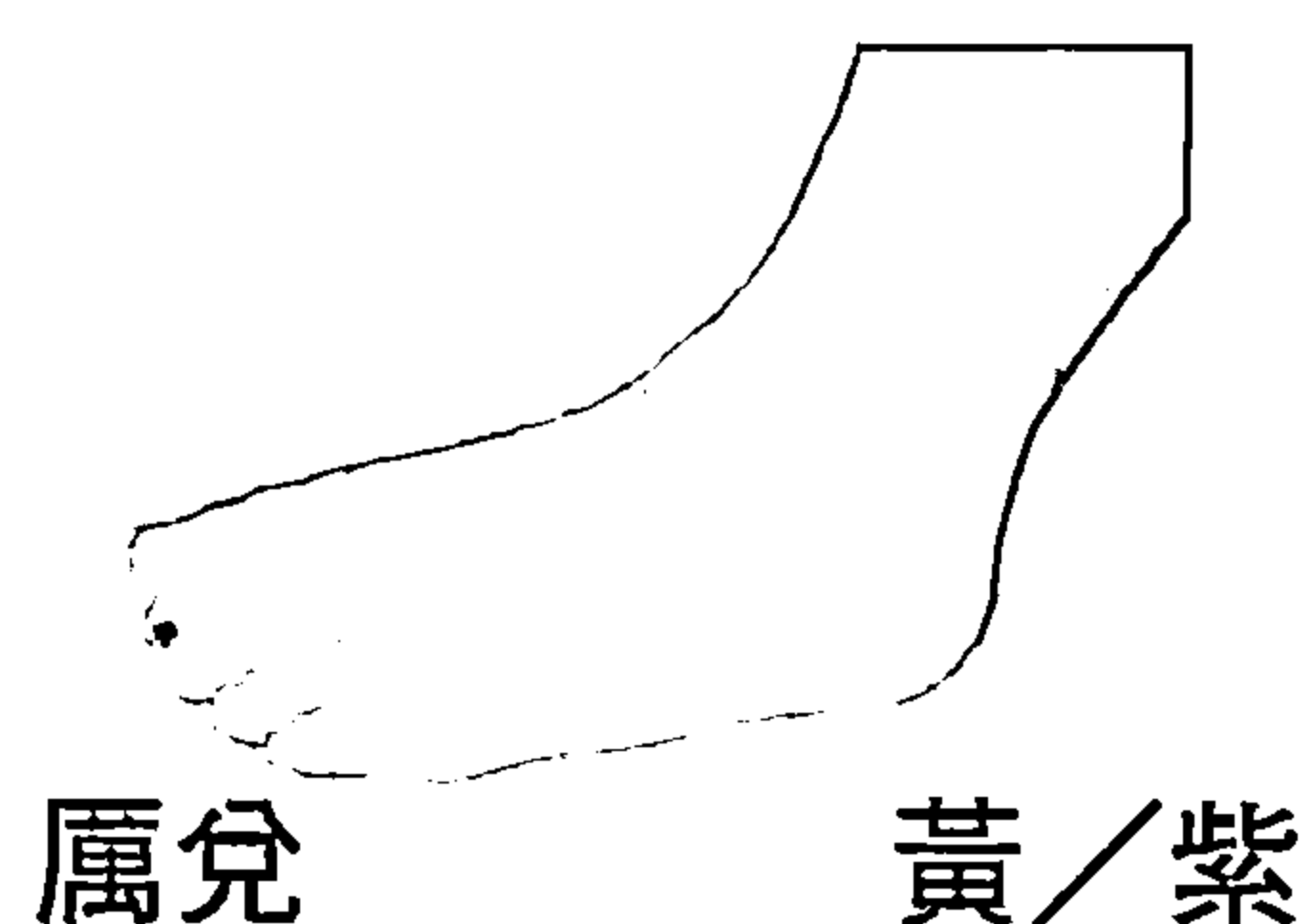
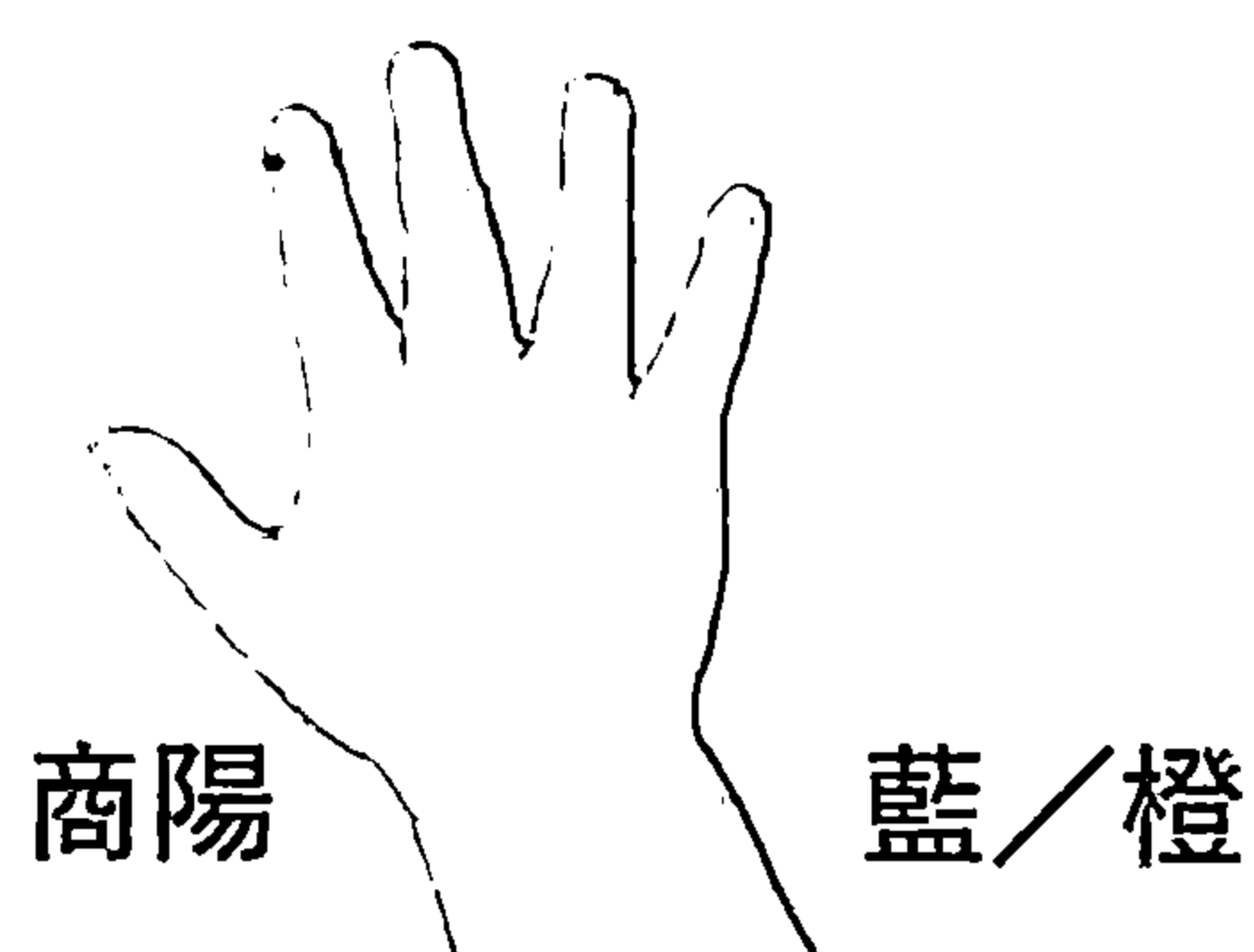
1. 身體病理變化與腦部異常活動的關係。
2. 對腦中的異常活動區，可以連續的以針刺來刺激周邊神經，使刺激的訊息傳輸到中樞神經中相對應的區域，而使中樞神經的異常活動區得以正常化。
3. 在中樞神經中，有一些神經元，它控制著人體所有的生理機能，這些神經元可能存在於視丘中，排列成人體模型，稱之為微人體。
4. 微人體是依胎兒之姿勢呈現出來。
  - \* 頭大且埋於骨盤區。
  - \* 大手及大腳擠繞於臉部。
  - \* 胎兒的雙手及雙腳，交叉到對邊。
5. 沿著微人體 (homunculus) 長軸的神經元鏈，正好描畫出人體上的經絡。
6. 中樞神經中的神經元鏈的神經元是一小群一小群分開的，每一小群代表針的一個穴位，它不但接受來自穴位及附近的訊息，同時也對穴位有很大的影響作用。

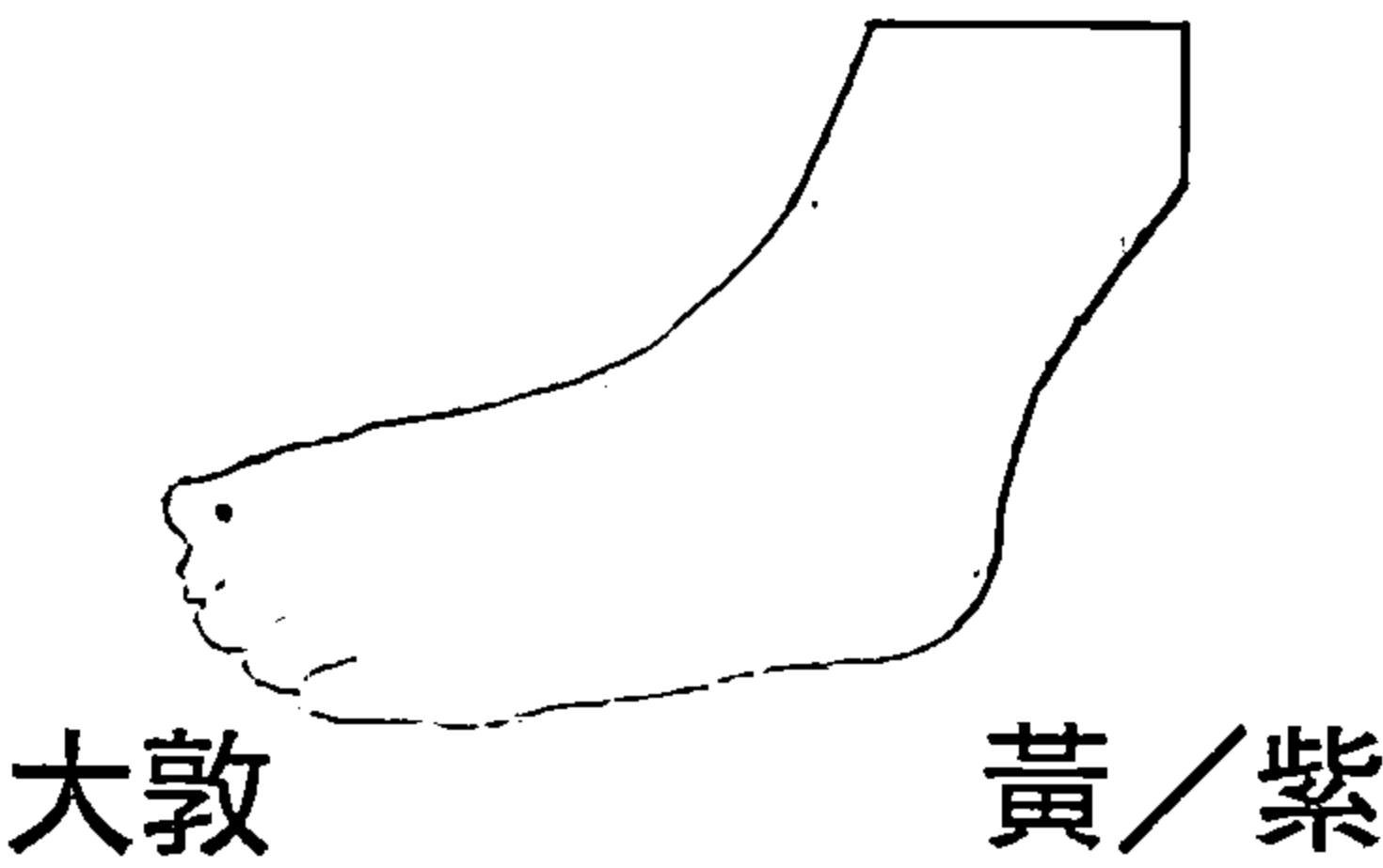
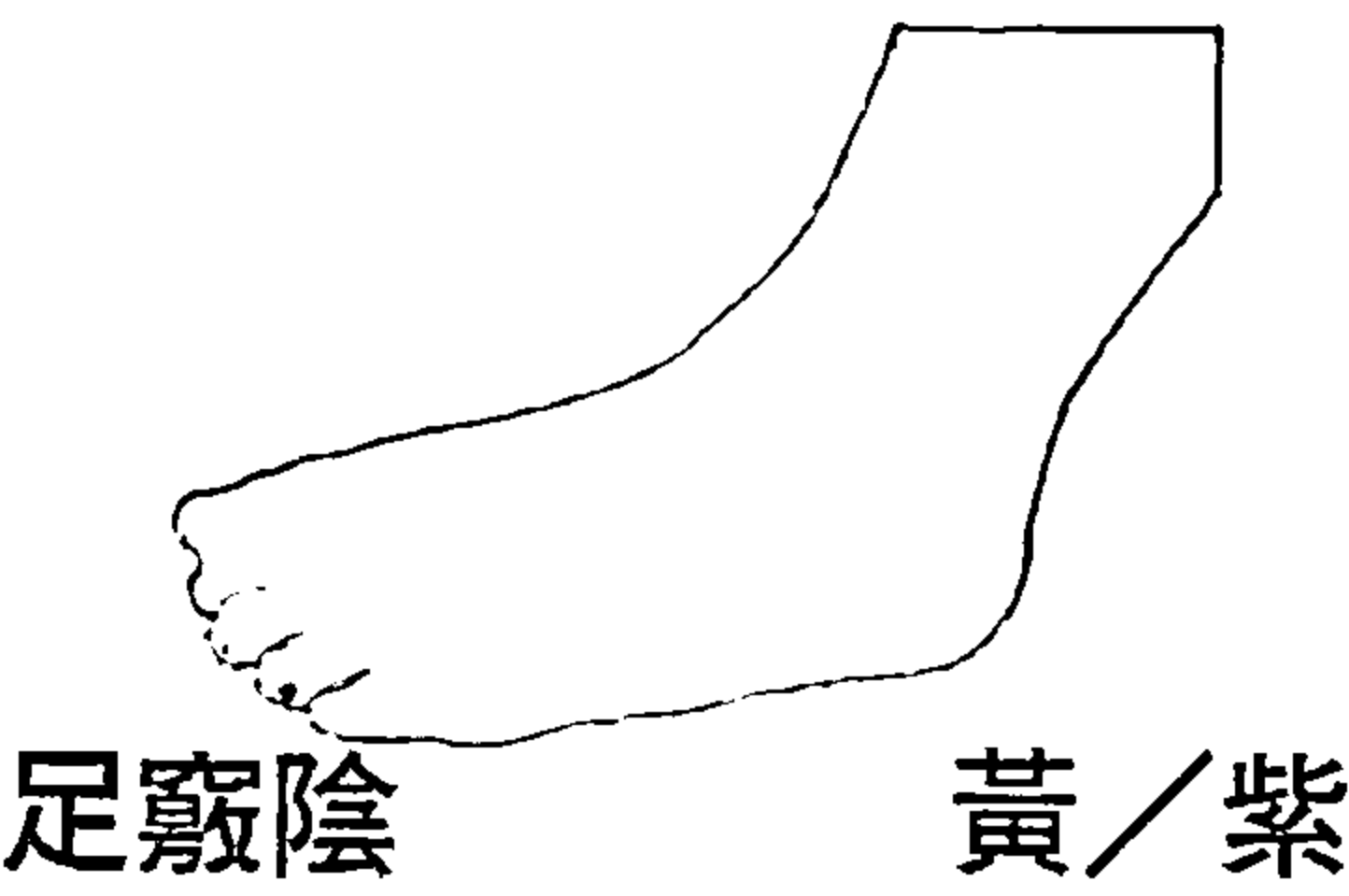
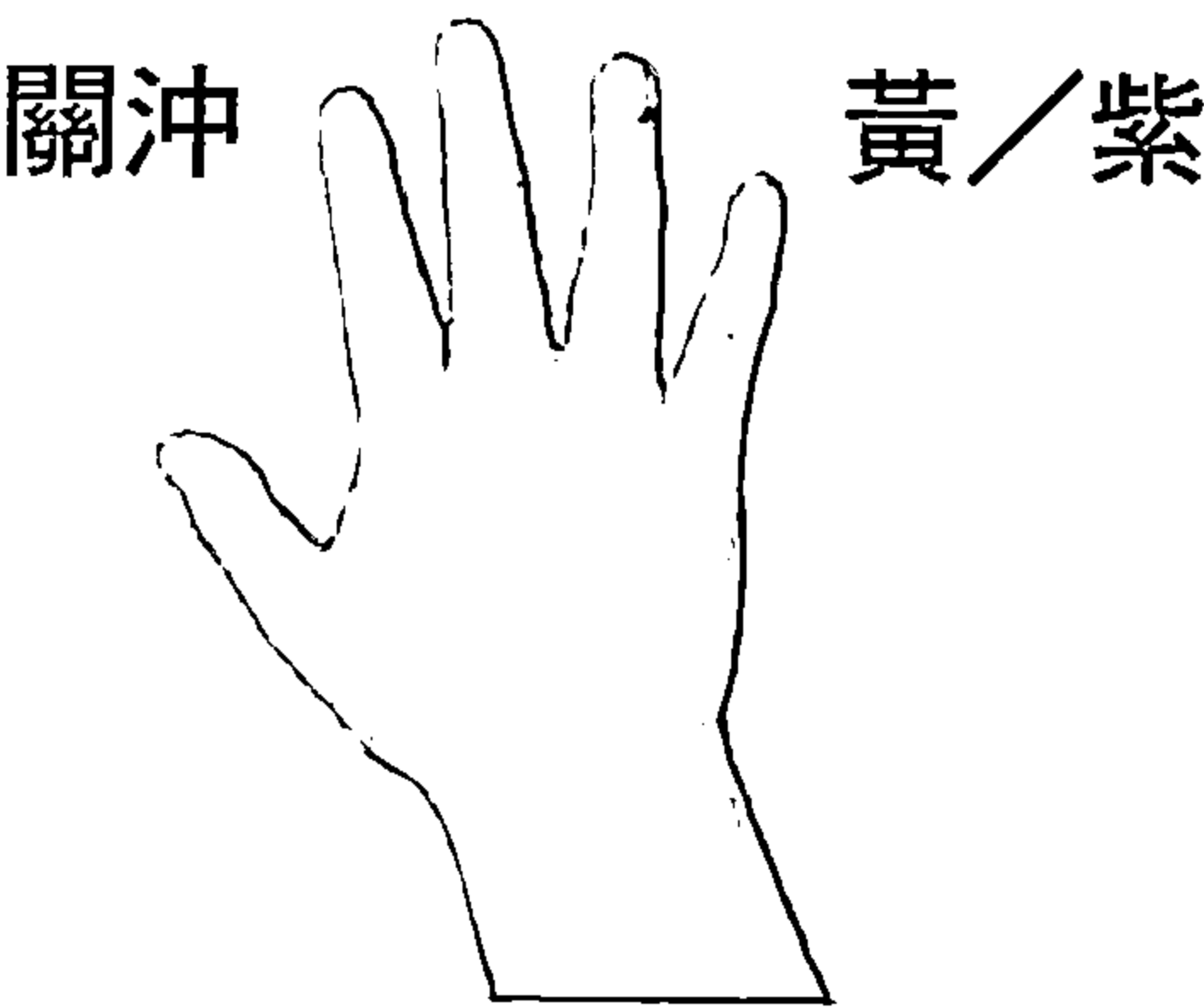
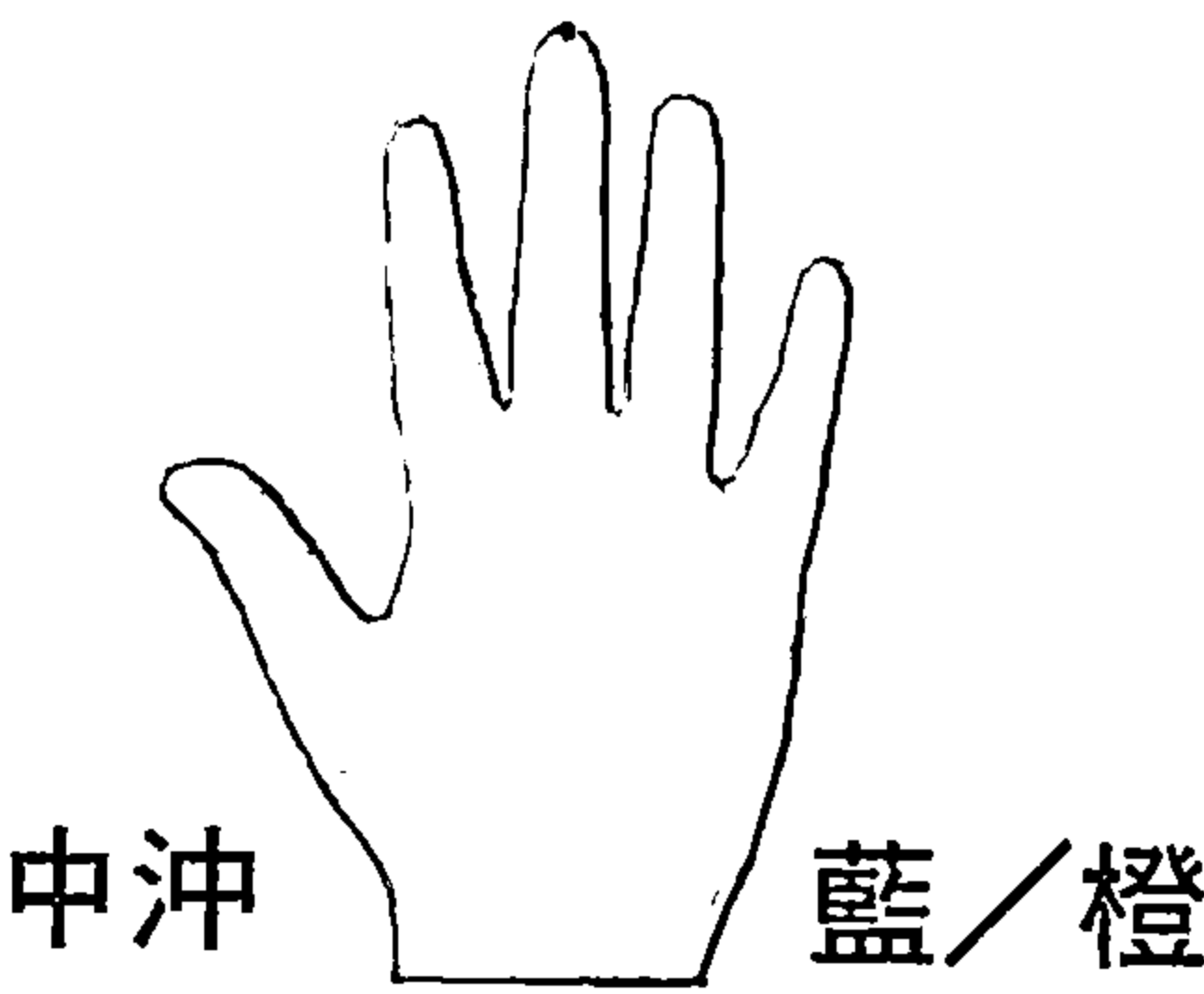
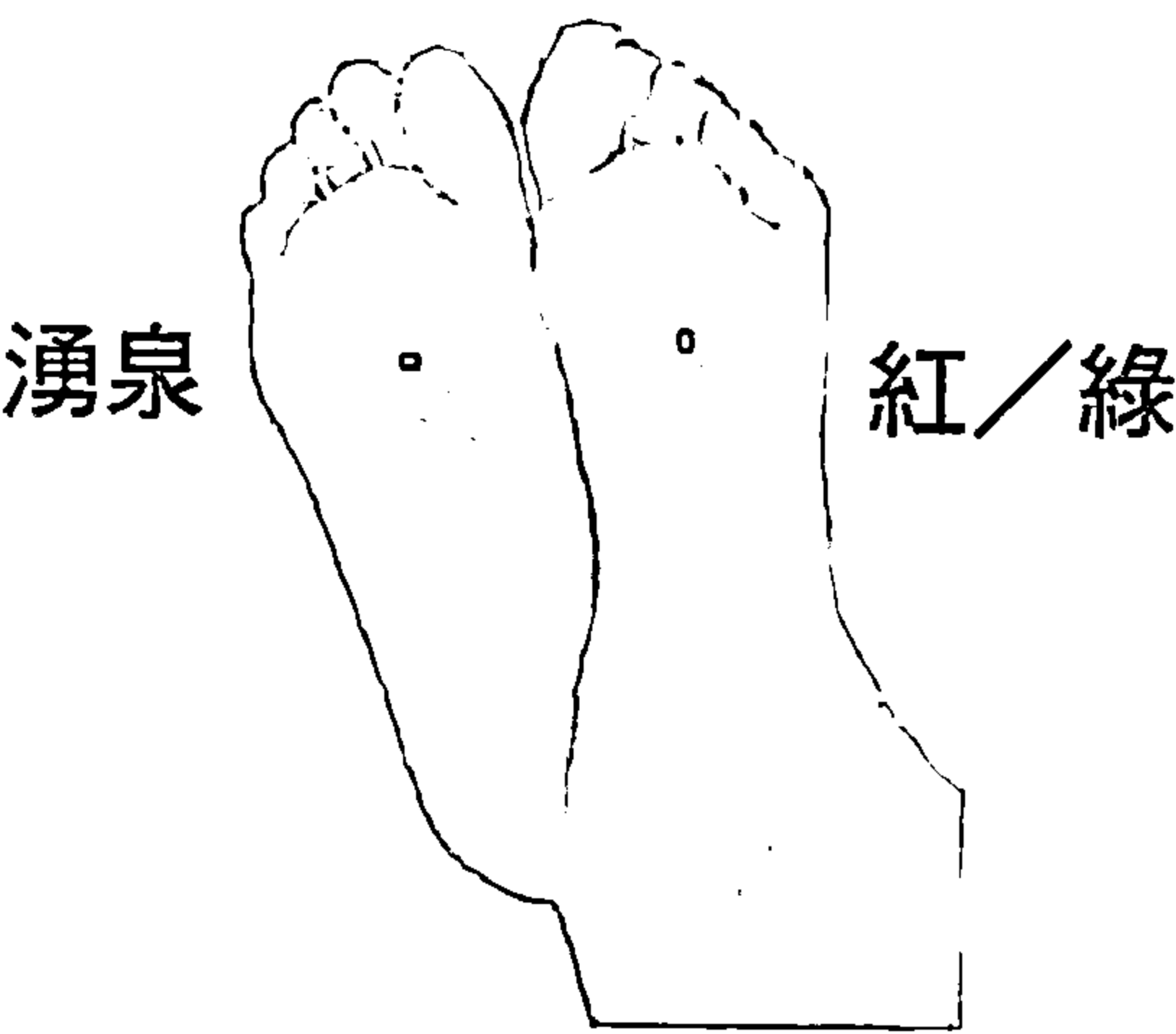
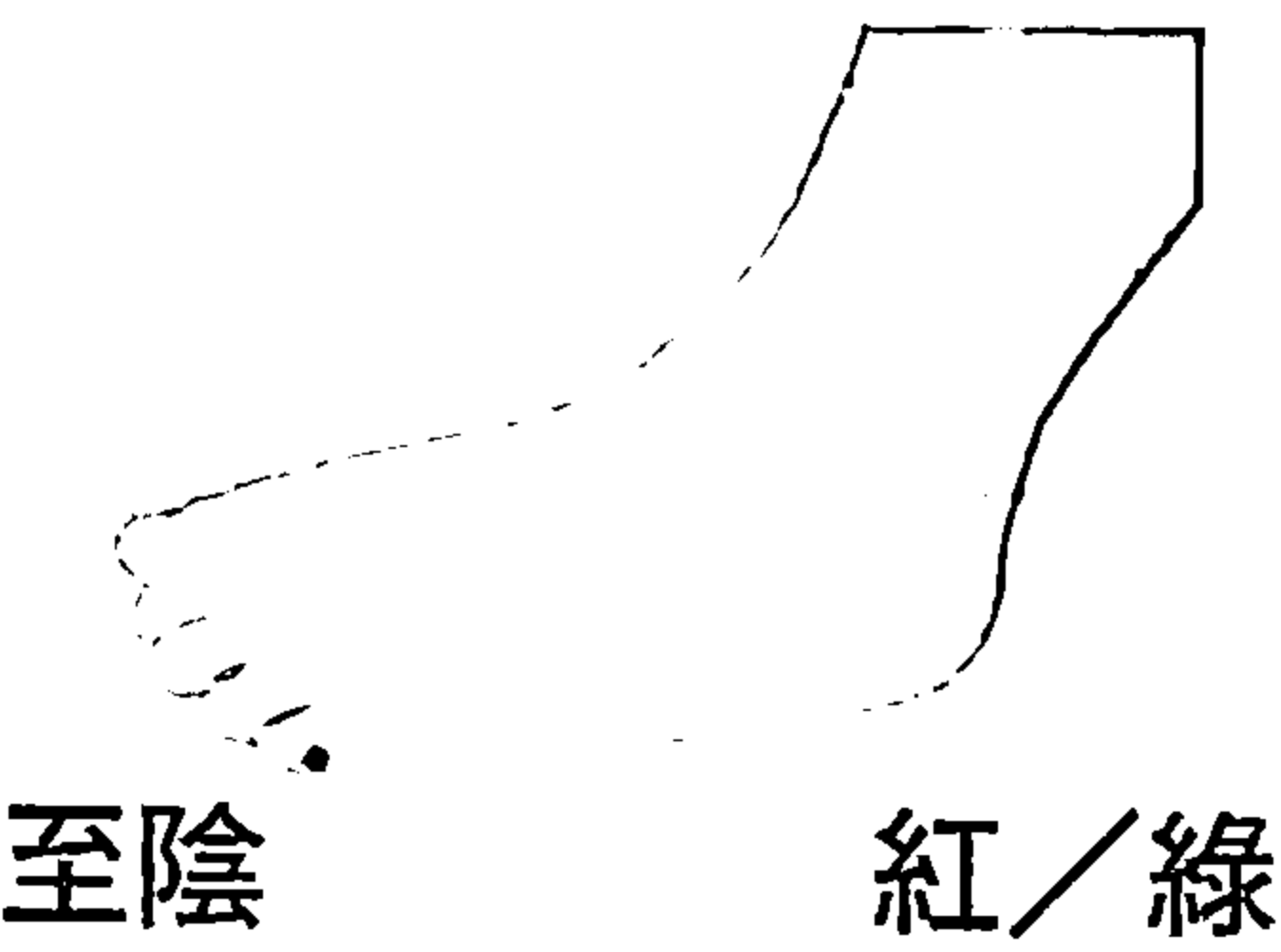


摺疊人圖

### 13. 井穴大接經法

井穴屬五輸穴，是安全又有效的穴道，十二經的井穴大接經法從陰引陽，可治各種急性病、中風偏枯、陽熱亢盛、邪擾心神、手足麻木。依下列順序，將十二經井穴治療，左／右側顏色為互補色。





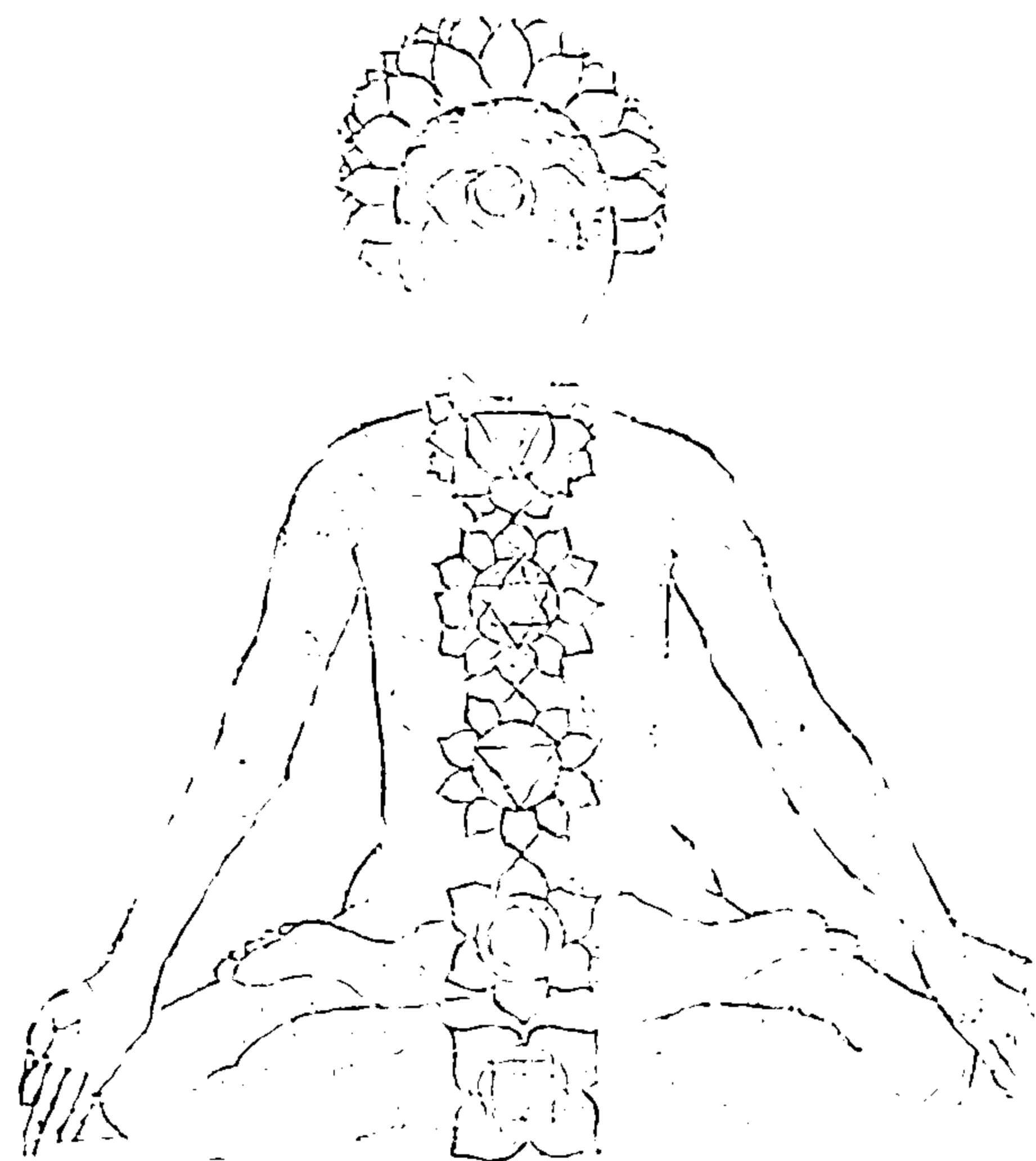
## 三、能量系統解剖

### 1. 經絡穴道

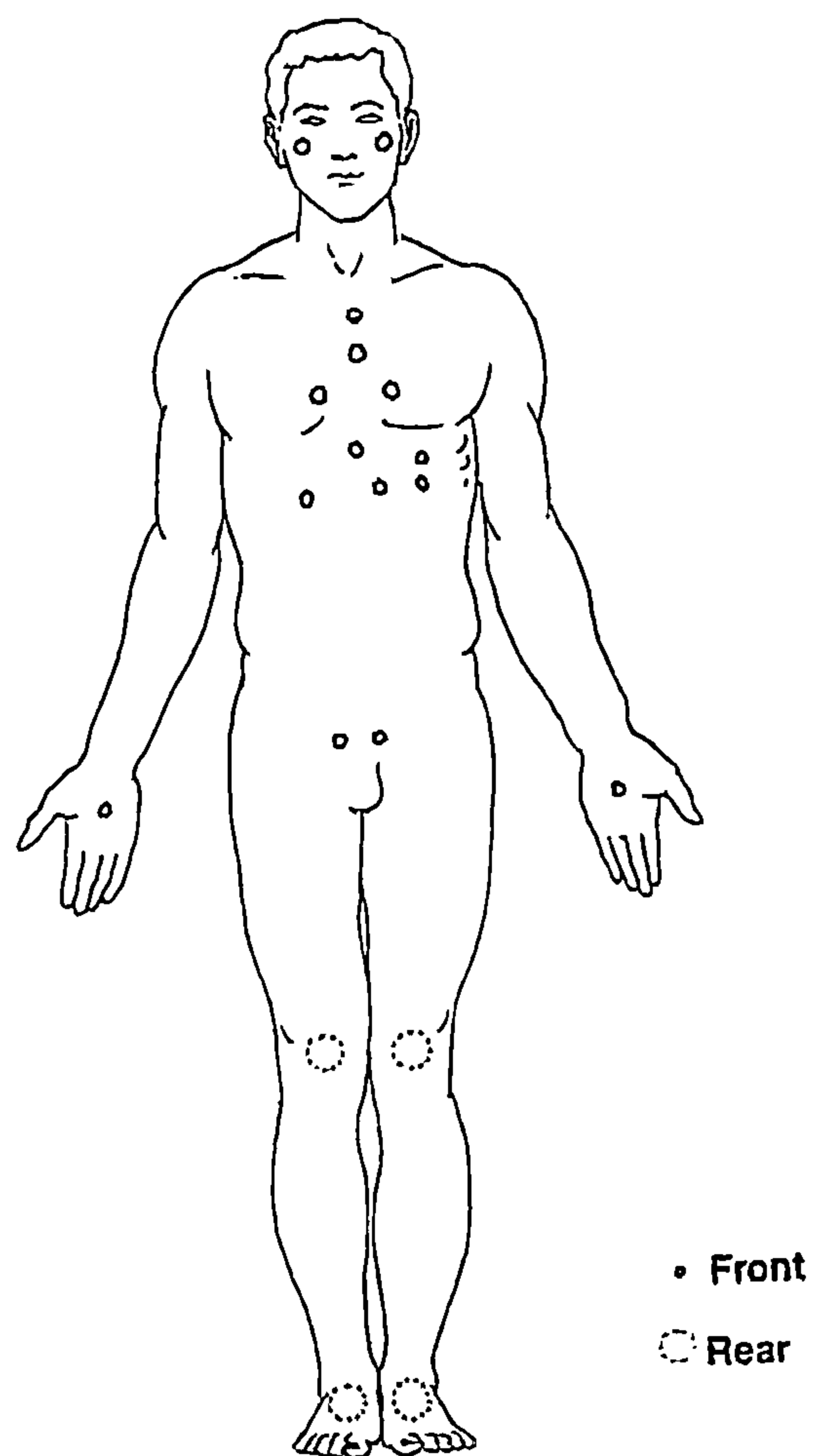
經絡穴道是能量的運輸系統與出入口。能量系統在中西觀察到的有不同指述方式，中醫及道家修仙養生依內經及經絡，華陀內景圖表示五臟六腑、奇經八脈，在人體內有上、中、下三個丹田，在經絡走進皮膚處又有各個穴道為能量出入的敏感點。

### 2. 脈輪（氣輪）

脈輪意指身體的能量站。印度瑜珈及西藏密宗指述為五個或七個主要氣輪及21次要脈輪。

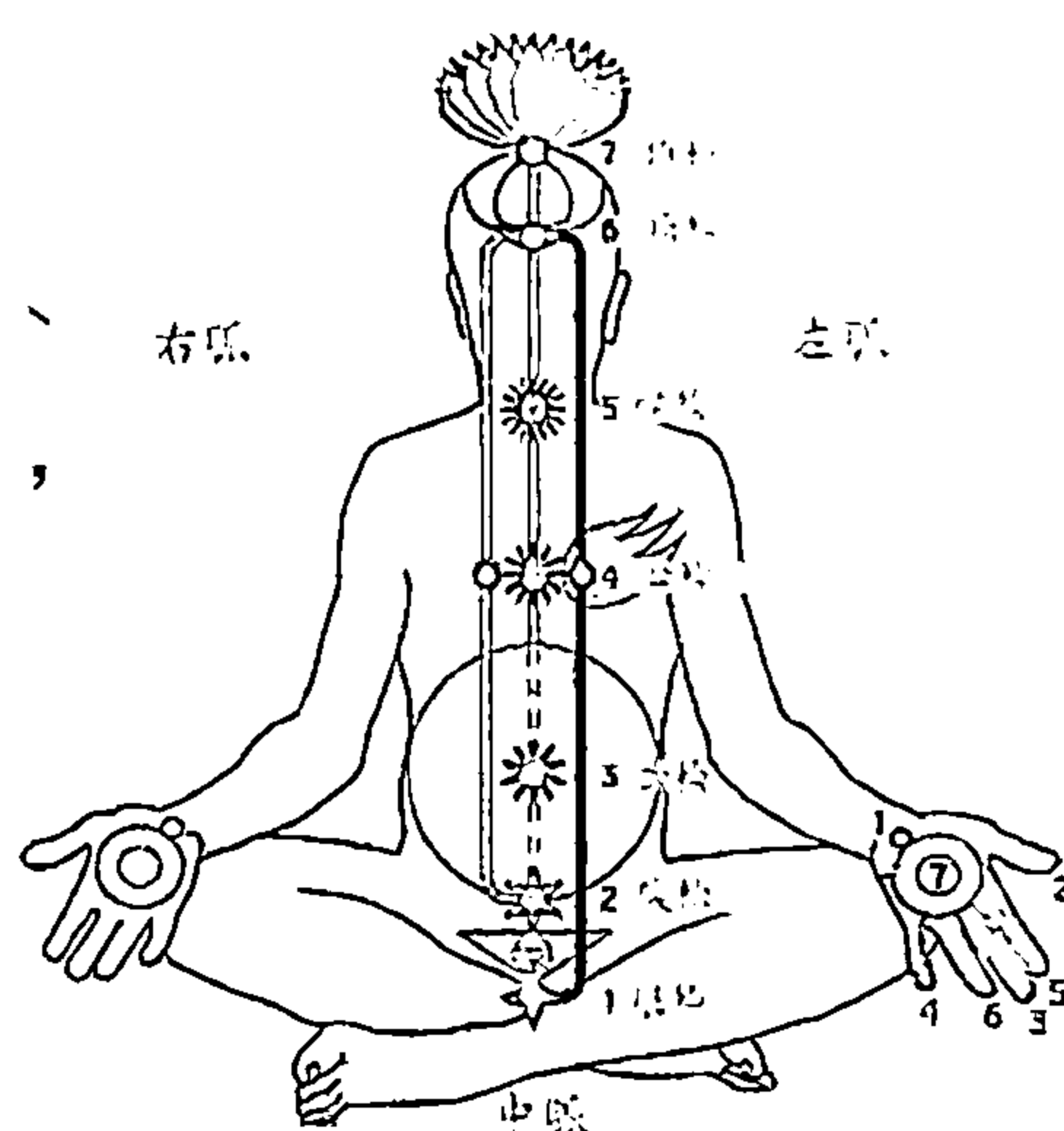


七個主要氣輪



21 次要脈輪

七輪各有不同意義，反應人體生理上、情緒上、心靈上不同功能，開顯時可開發出不同的超能力，失調時則會造成各種身心疾病及煩惱痛苦。由下往上為海底輪、臍輪、太陽輪、心輪、喉輪、眉心輪、頂輪。後在脊椎附近有中脈、左右脈，三條主要通道連通七輪。



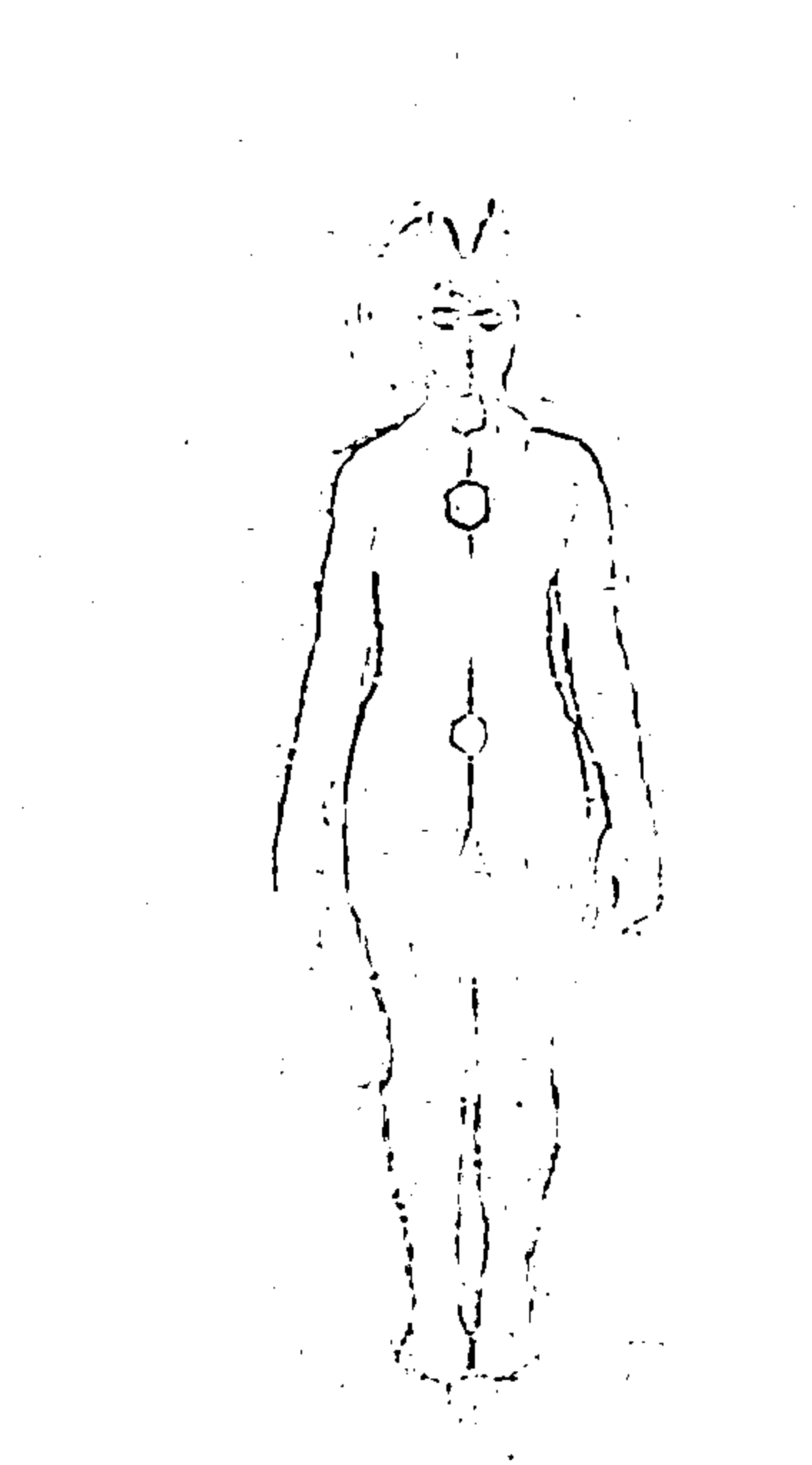
中脈、左脈、右脈

### 3. 氣場

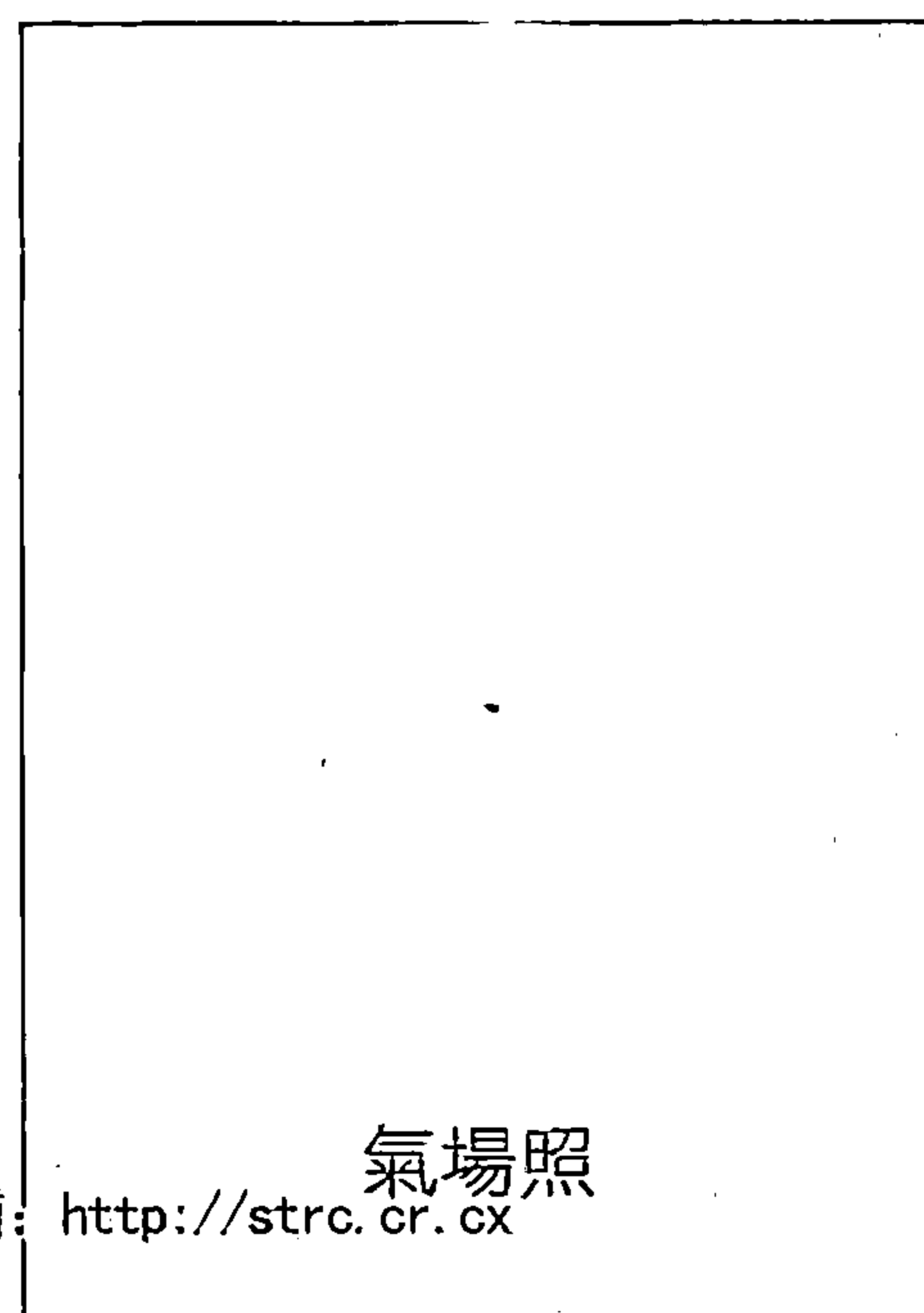
如同中醫之經絡與穴道是一整體的，人體既是全部佈滿能量，則此個體外圍勢必有電磁場之存在，而古之有眼通者稱之為 Aura。氣場也可細分為七層，各相應於身體內七輪。

中國相師所謂善觀氣色，也是觀此氣之變化而制氣達好壞。以現代科學化儀器思考，則可以可見光的普通攝影機及紅外線攝影機取得的圖像作為代表。普通攝影機的照片為物質，以可見光反射成像，紅外線則捕捉較低頻率部位顯像。我們可由相片的訊息來作為各種判讀，故觀看 Aura 可了解反射健康心理狀況，心靈層面，今亦有此機器可作此功能，稱為氣場照。

在彩光能量中，用克里安磁場攝影資訊來判斷一個人的身心狀態作為彩光治療之參考。



人體氣場圖



氣場照



## 第三章

# 彩光能量療法的診斷 與治療參考

## 一、近代生物能量概念

十八、十九世紀時，世界各地醫學界就尋求使用各種「能量」的治療，來改善疾病，包括溫熱能量、運動能量、輻射能量、電療、電磁能量、超音波能量、微電流、磁力、聲光電療…等。彩光能量療法整合了中西醫及各種自然醫學、能量醫學理論與技巧，發揮最迷人療效。

### 1. 生物能測量儀

1955 年德國醫師 Dr. Reinhold Voll 發明傅爾電針生物能測量儀 Electroacupuncture according to Voll(EAV)，測量人體皮膚表層電能的傳導，他發現人體有「電能」分佈在每個細胞內外之間，其震盪頻率很低，電磁波的波長極長，此一電磁特性可以表現在人體皮膚上，於是設計一個簡單的電流迴路，在利用適當的電壓誘導，以探穴棒測量手指二十穴道，及腳趾二十穴道，共 40 穴道測量點 (CMP) 使用 1V, 3-10 UA 微電流，施以 500 磅壓力並記錄穴道，電阻 ( $95000\ \Omega$ )，即可測出人體「電能」的變化。在傅爾的研究中，他發現到兩千年前中國的「經絡圖」，竟然與他實際檢測病人身上「電能」變化的「路線圖」，是幾乎一模一樣的，於是開啟了「能量醫學」的研究熱潮。

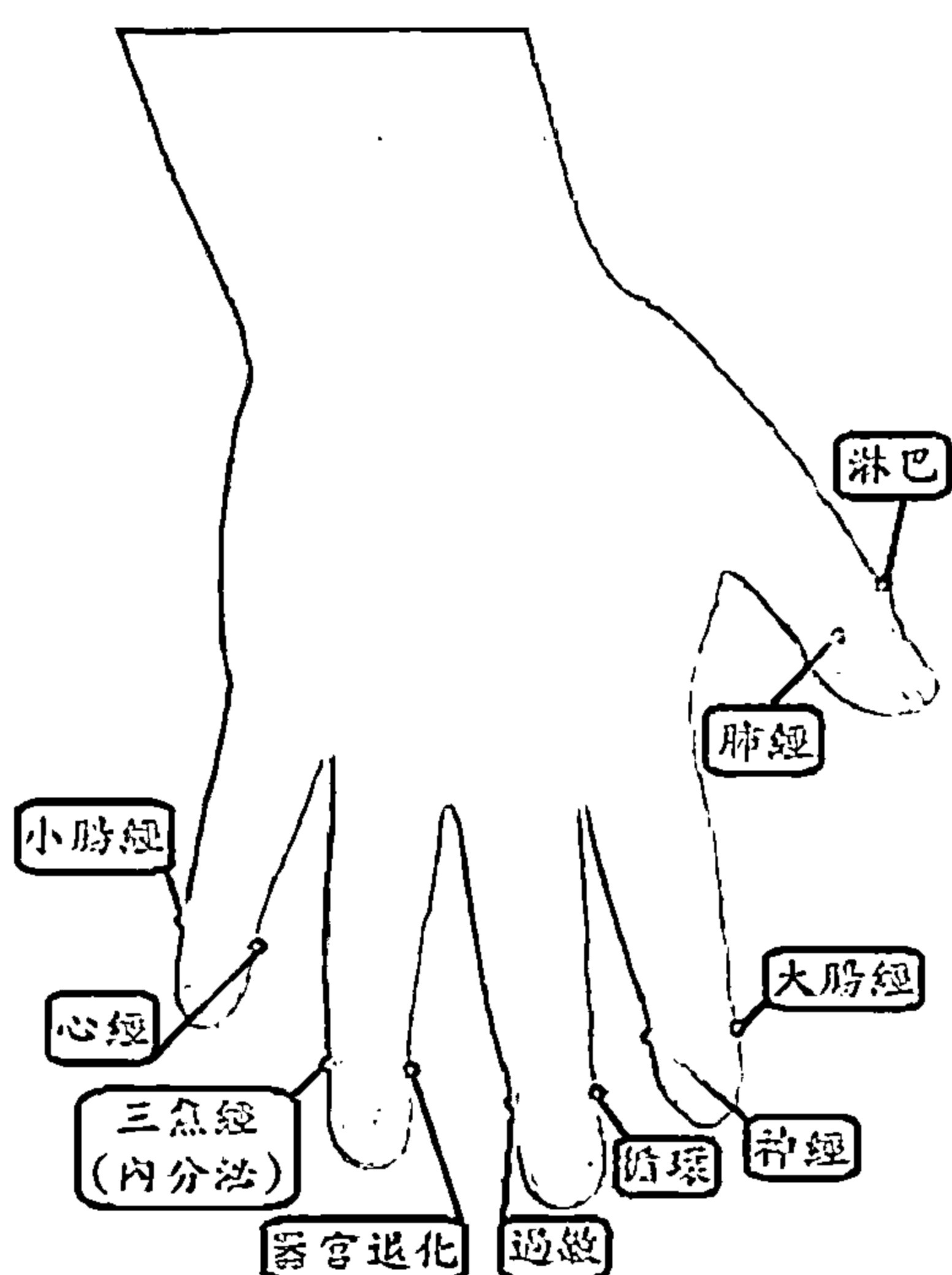
EAV 基本檢測利用圖表將各臟器的能量表示出來。一般健康檢查在轉變為疾病或腫瘤時才能確定診斷，生物能檢查儀可在身體開始功能失調而未有明顯症狀時，便可查出那一個系統失去平衡，亦可判斷五臟六腑及十二經脈能量之虛（能量不足），實（能量亢進），及能量阻塞部位，也可知道那幾節

對應脊椎或牙齒可能有問題。生物能檢查儀最可貴是可測知需要補充何種（定性）及多少（定量）本草或營養素以恢復能量正常功能，做其他部位檢查，可得知身體各種疾病或隱藏病原之微弱波動訊號，也可測知身體對什麼物質過敏，例如：食物、食品添加物、屋塵、牙齒填充物、重金屬、細菌黴菌或病毒產生之毒素、藥物、殺蟲劑、農藥…等。

## 傅爾電針生物能測量儀

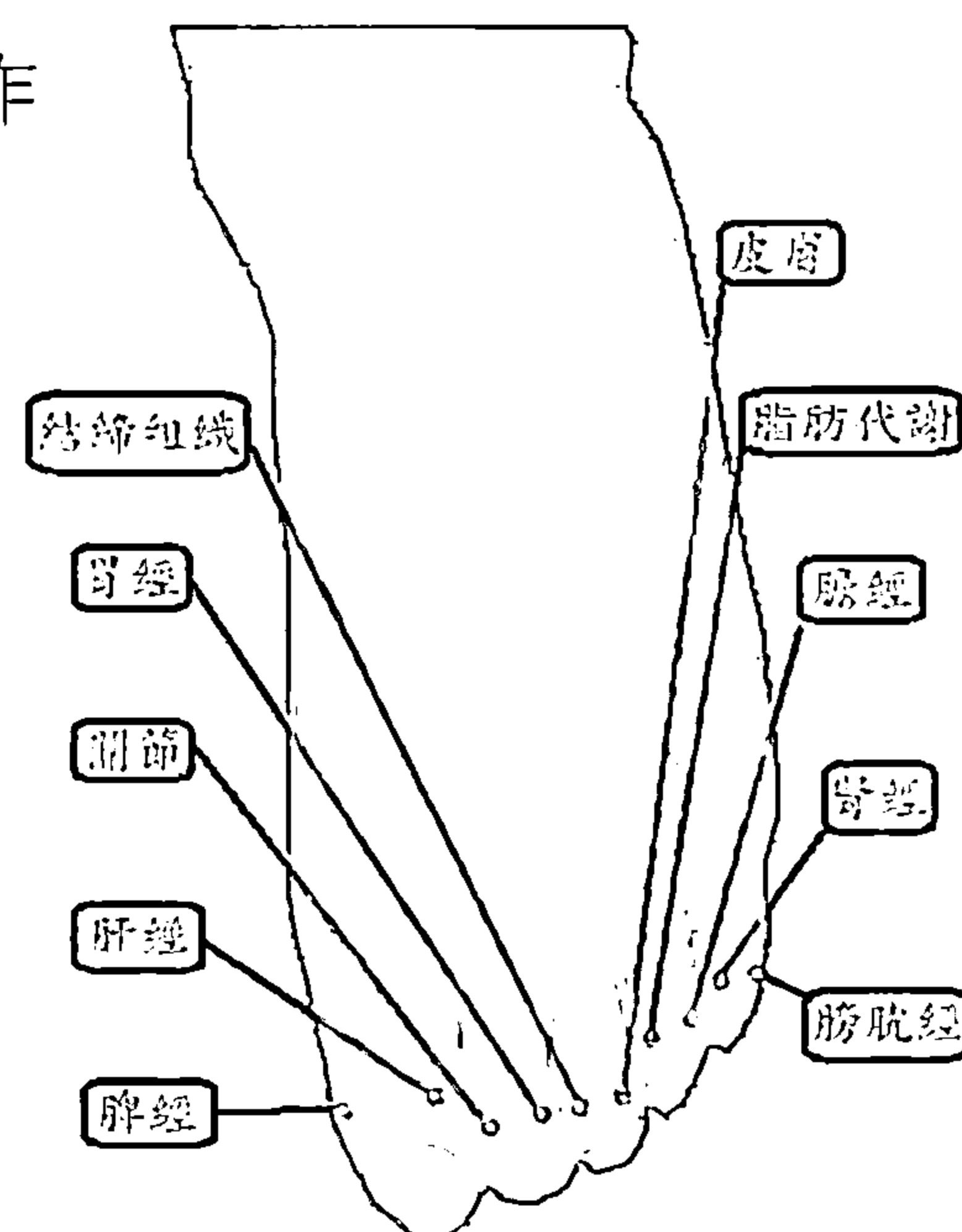
### 上肢對應系統

- 拇指撓側：淋巴系統，尤其在頭頸部鼻部、咽喉
- 拇指尺側：肺呼吸系統，氣管、支氣管、肺泡呼吸、運動
- 食指：大腸經，盲腸、結腸、直腸、肛門 排便活動
- 食指：神經系統，（中樞神經、週邊神經、自主神經）脊椎、睡眠、壓力
- 中指撓側：循環系統，動脈靜脈、淋巴管循環、血液循環、血壓
- 中指尺側：過敏：飲食、環境、季節
- 無名指撓側：細胞代謝，嗜好、環境
- 無名指尺側：內分泌系統，內分泌腺、精神、環境、病史
- 小指撓側：心經，心臟 運動、病史
- 小指尺側：小腸經，十二指腸、空腸、迴腸飲食



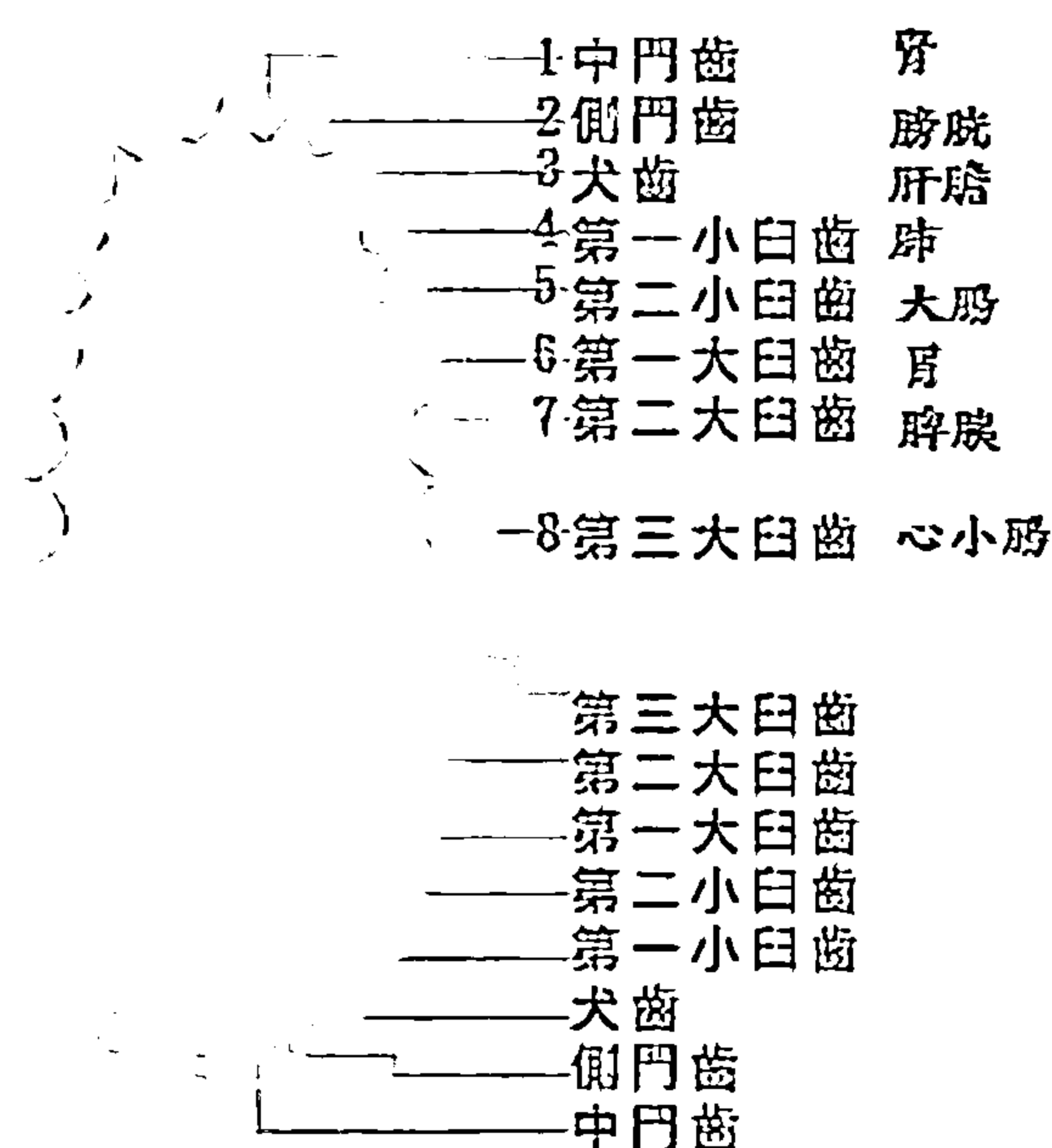
## 下肢對應系統

- 大腳趾（右）內側：胰臟，飲食、嗜好、環境
- 大腳趾（左）內側：脾經，脾臟、免疫系統嗜好環境
- 大腳趾外側：肝經，肝臟、嗜好、飲食、工作
- 第二趾內側：關節、滑液囊活動
- 第二趾外側：胃經，胃、飲食
- 第三趾內側：類纖維結締組織，傷疤、工作
- 第三趾外側：皮膚、疤痕出汗
- 第四趾內側：脂肪構造環境
- 第四趾外側：膽經，膽囊、膽管消化
- 第五趾內側：腎經臟、輸尿管飲水
- 第五趾外側：膀胱經，膀胱、尿道、生殖器、性器官



## 2. 齒列、鼻竇、扁桃腺與五臟六腑的能量關連

齒列即牙醫用來表示牙齒排列定位順序，將口腔分為四象限以數字表示。用傅爾電針檢測（EAV）發現每顆牙齒皆與五臟六腑的能量相通連，略如右圖示：

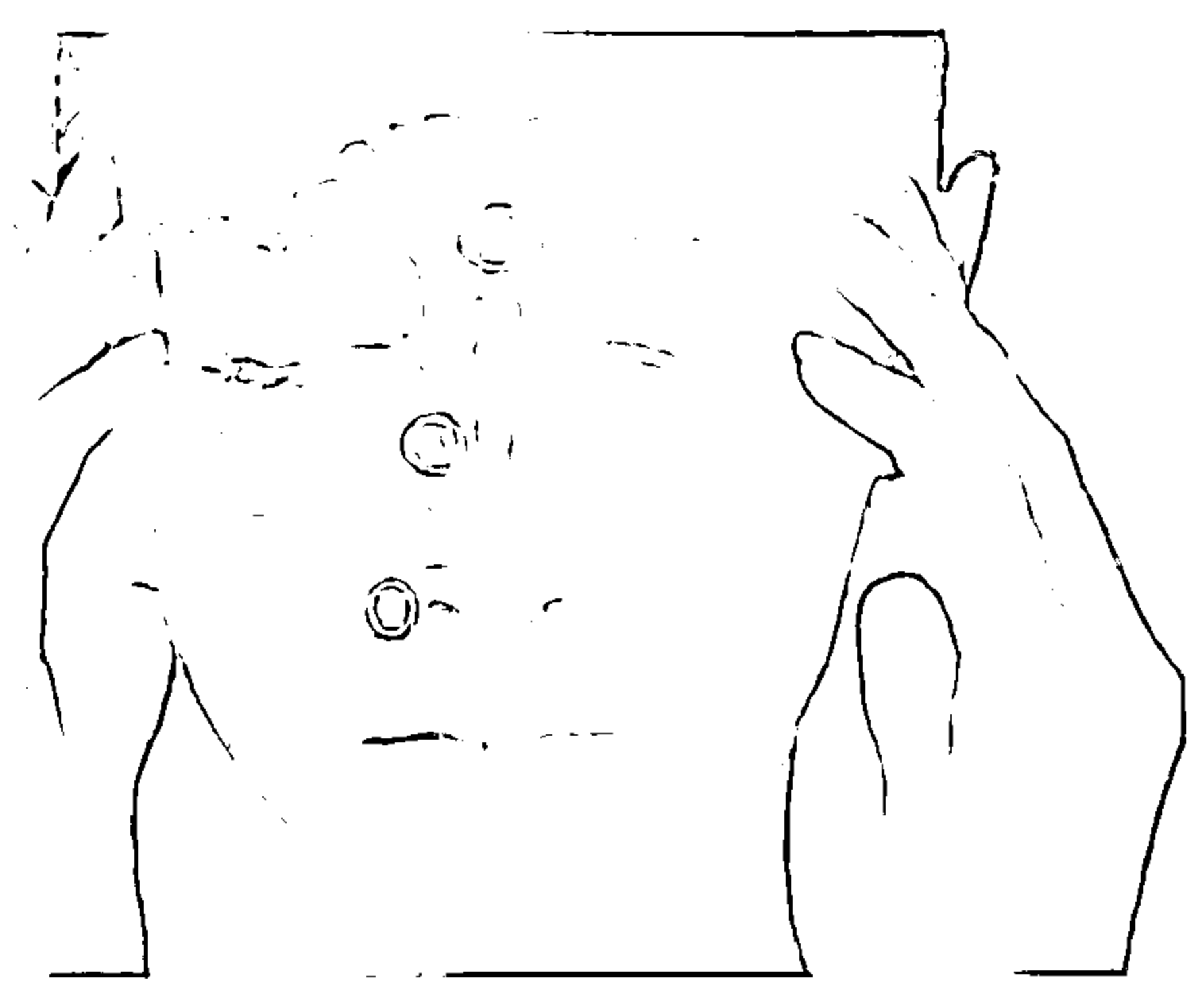


詳細相連則如下表敘述：

右十二指腸			泌尿生殖區 小腸末端								
右心	右胃 胰臟	右肺 大腸				左腸 大腸	左胃 脾	左十二指腸 空腸 心臟			
8	7 6	5 4	3	2 1	1 2	3	4 5	6 7	8		
8	7 6	5 4	3	2 1	1 2	3	4 5	6 7	8		
右迴腸 心	右大腸 右肺	右胃 胰臟	肝 膽	右腎膀胱 前列腺 子宮	左腎膀胱 前列腺 子宮	肝 膽	左胃 脾	大腸 肺	迴腸 心臟		
直腸、肛門 泌尿生殖區											

德國的現代針灸之父 Bachmann 醫師發現齒列也與頭臉部鼻竇，五部位扁桃腺，以及脊椎骨的能量相通連，例如：在腎膀胱系統，當腎膀胱泌尿生殖器官若有病變發炎，便可能刺激額竇，上下齒列的第一、第二顆牙（右上 +21，左上 +12，右下 -21，左下 -12），也會刺激第二、三腰椎（L2, 3）及第三、四、五薦椎（S3, 4, 5）和尾椎（Cocc）。

額竇及第一、二牙也可能刺激脊髓及其神經叢，即腰部二、三體節（腰神經叢）尾椎體節（尾椎神經叢）泌尿生殖器官也刺激咽部扁桃腺，故治療腎膀胱系統，對於慢性扁桃腺炎會有助益療效，對嬰兒幼兒之泌尿道感染，若附加上治療咽喉炎，則也會很有幫助。



## 二、氣輪

氣輪是人體的七個主要能量中心，位於體內的脊柱前方。稍微由下而上依序排列。每一個能量中心都有特定顏色、器官與腺體有關。

一旦我們能將身上的一些緊張、傷痕、恐懼、憂慮，由這些能量中心的系統中是放掉的話，我們的心智體、情緒體與靈性體也將同時被治癒。

1. 基部的能量中心（海底輪）位於脊柱底端，是最接近地面的能量中心，與地球上的生活與生存有關。這個能量中心與膀胱、性器官、再生、性徵、重生、安全、力量與安定感有關。被感知為紅色。
2. 脾的能量中心（臍輪），也就是第二個能量中心，位在接近臍部的地方。這個能量中心跟力量與意志力有關。這個能量中心跟位置較低的腸、腎上腺、腎臟、親密感、情感、食慾、免疫力、能量層面有關。被感知為橙色。
3. 太陽神經叢的能量中心（太陽神經叢），也就是第三個能量中心，位於胸骨基部之處，其中包含了我們對情緒的感應力，與所有跟個人力量相關的主體。這個能量中心反映了我們情緒的存在體。他跟肝、脾、胃、膽囊、胰臟有關。被感知為黃色。

4. 心的能量中心（心輪）位於心的位置，與移情作用、慈悲、愛、和諧有關。他跟心、肺、胸腔、胸腺、血液、循環系統有關，而且也會影響到免疫與內分泌系統。被感知為翠綠色。
5. 喉部的能量中心（喉輪）位於喉部，與溝通和表達有關。恐懼、焦慮和傷痛，會使這個能量中心受到限制，或甚至關閉起來。這個能量中心跟嘴巴、喉嚨、甲狀腺、支氣管、耳朵及鼻子有關。被感知為藍色。
6. 第三眼或額頭的能量中心（眉心輪），位於眉心上方一點點的額頭中央，與一個人的理想和想像力有關。它跟視丘、腦下腺、耳、鼻、眼睛及腦的下半部有關。被感知為靛藍色。
7. 頭頂的能量中心（頂輪），也就是第七個能量中心，位於頭部頂端，與上帝、大我和靈性相連。頭頂的能量中心跟腦下垂體、松果腺及腦的上半部有關。被感知為紫色。

### 三、能量場（氣場）

植物、動物、礦物、樹木和人的周圍都有能量場的環繞。所有的能量場都有很多不同的層次。距離人的身體三十公分到九十公分之間或更大的能量場，是可以被感覺到的。

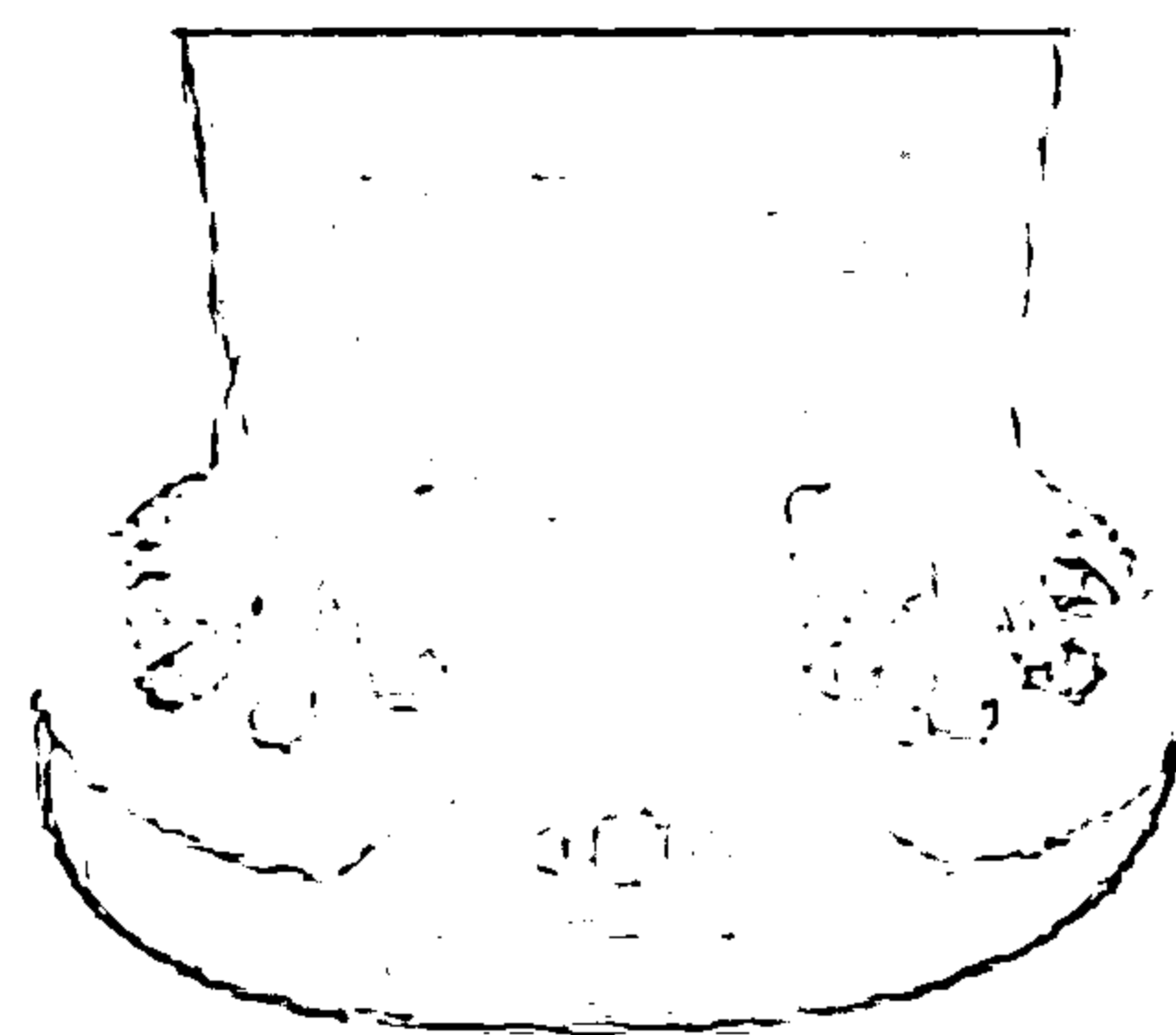
能量場的大小，由一個人的能量層及靈性發展上的程度而定，有些人可以延伸至十五公尺遠。而一位偉大的大師或導師，其能量場也會延伸至更遠之處。

#### 1. KIRLIAN PHOTOGRAPHY 克里安照相術

克里安照相術 Kirlian photography 是蘇俄電子工程師 Semyon Kirlian 在 1939 年，偶然發現是否照相底板上的物件連接到一個高電壓源，照相底板上生成的圖像的名字命名的。用捕獲的冠狀放電現象的攝影技術把過去看不到的「能量」顯相出來，印證了所有生物都具有「能量」，其原理就是把部份「不可見光譜」的電磁波型態予以「顯相」。這技術有許多不同名稱：1. 電子照相 electrography，2. 電暈放電成像 corona discharge photography (CDP)，3. 生物電子照相 bioelectrography"，4. 氣體放電視覺化 gas discharge visualization (GDV)，5. 光電子成像術 electrophotonic imaging (EPI)。

克里安照相術現在被應用於主流科學研究、心理學研究、藝術和超自然的保健的主題。

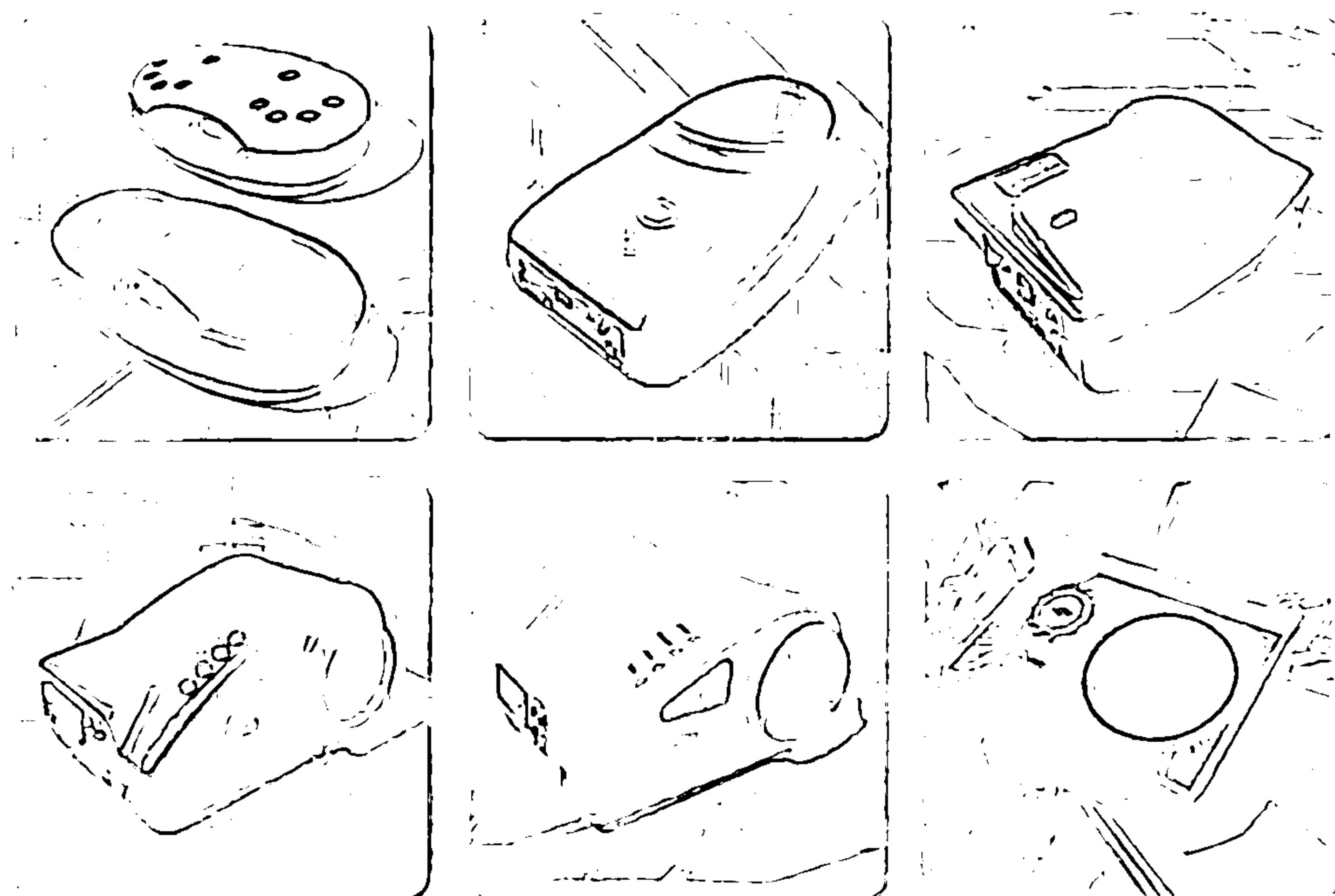
1977 德國物理學家 Lihtenberg 發現生物在高壓電場顯像，Gas Discharge Visualization



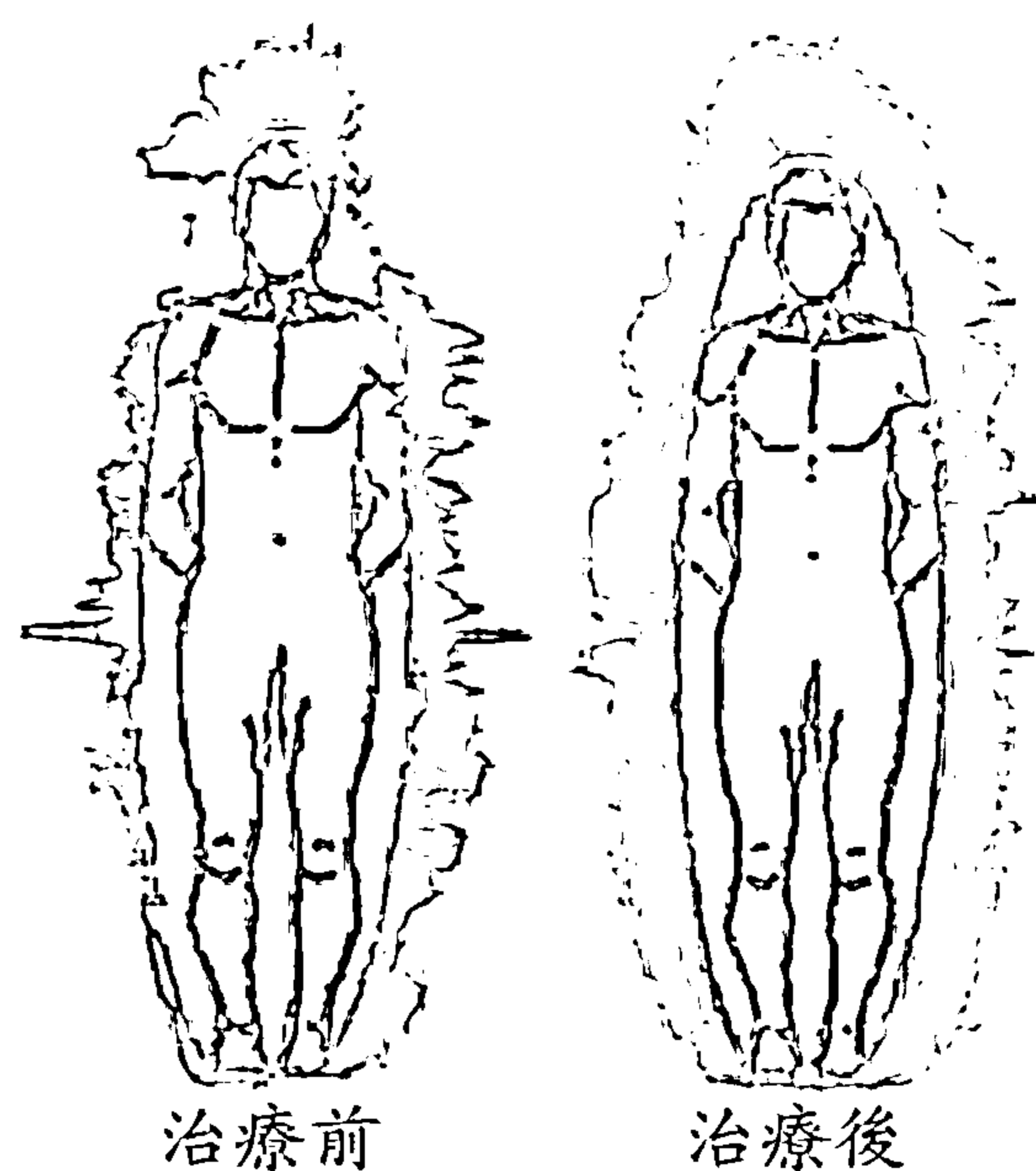


Technique (GDV)。近代改良 GDV 可作局部手指影像攝影，也可作全身影像攝影。更新機型可捕捉動態頻率輸入電腦作分析，測量氣輪能量，比較各種療法治療前後人體能量變化，他藉將人體能量場顯像技術提昇人們意識形態與覺知。

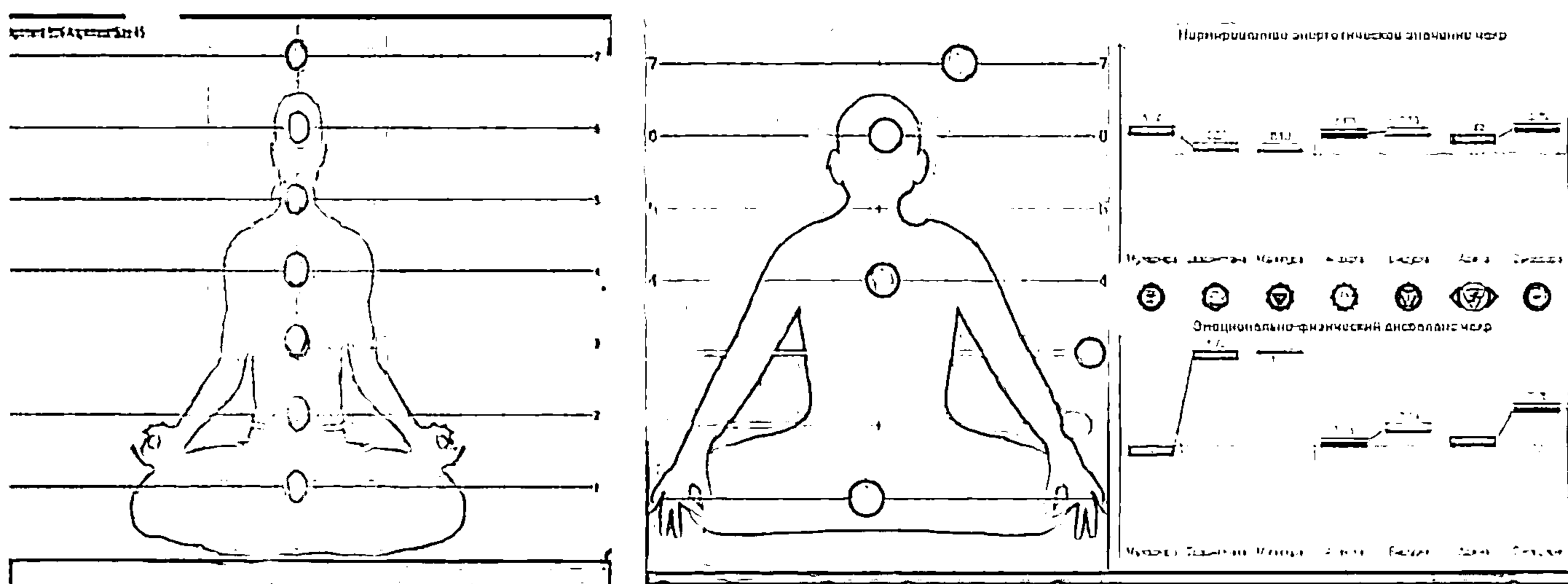
## 2. 各種能量場顯像機



## 3. 治療前後人體能量變化

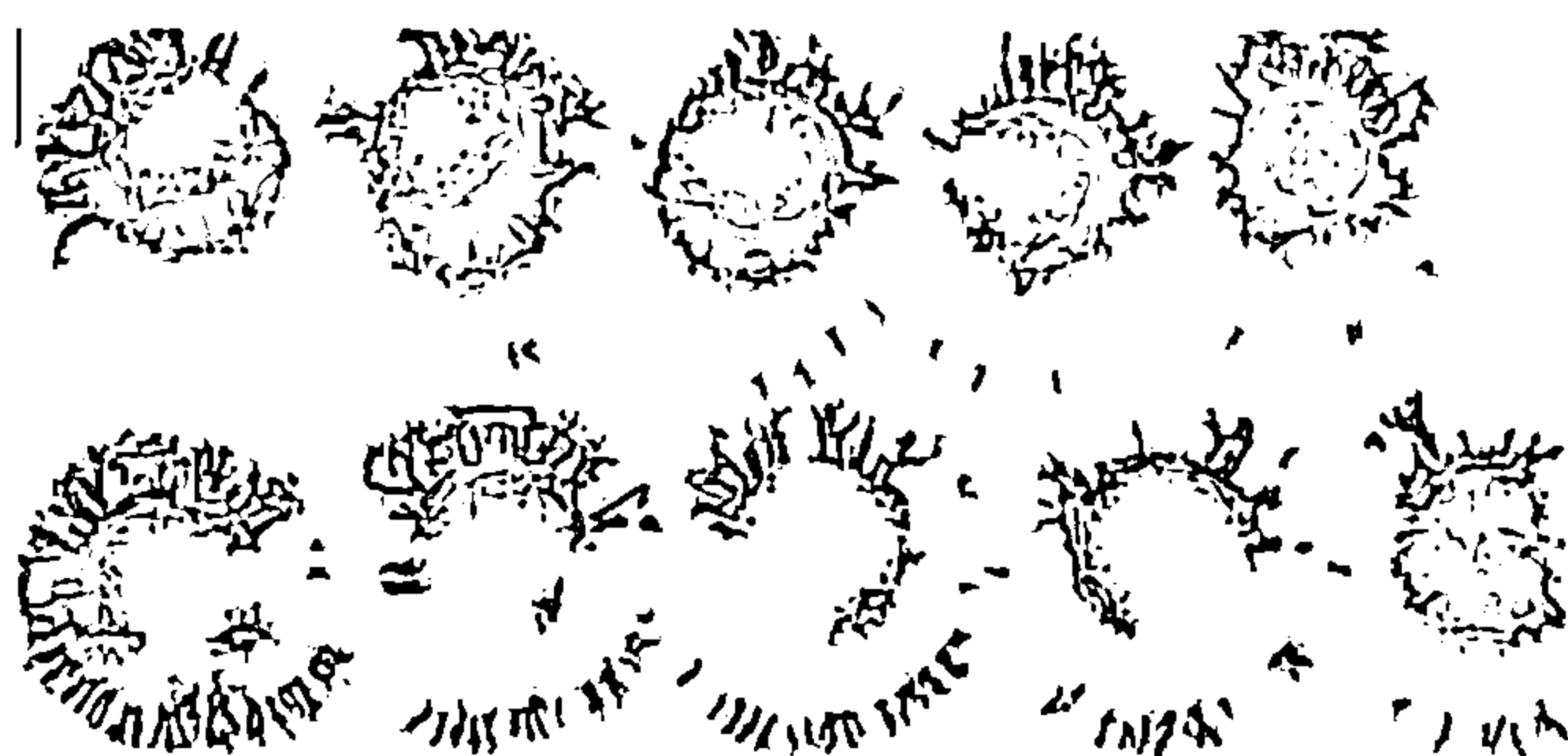


## 4. 氣輪能量測量



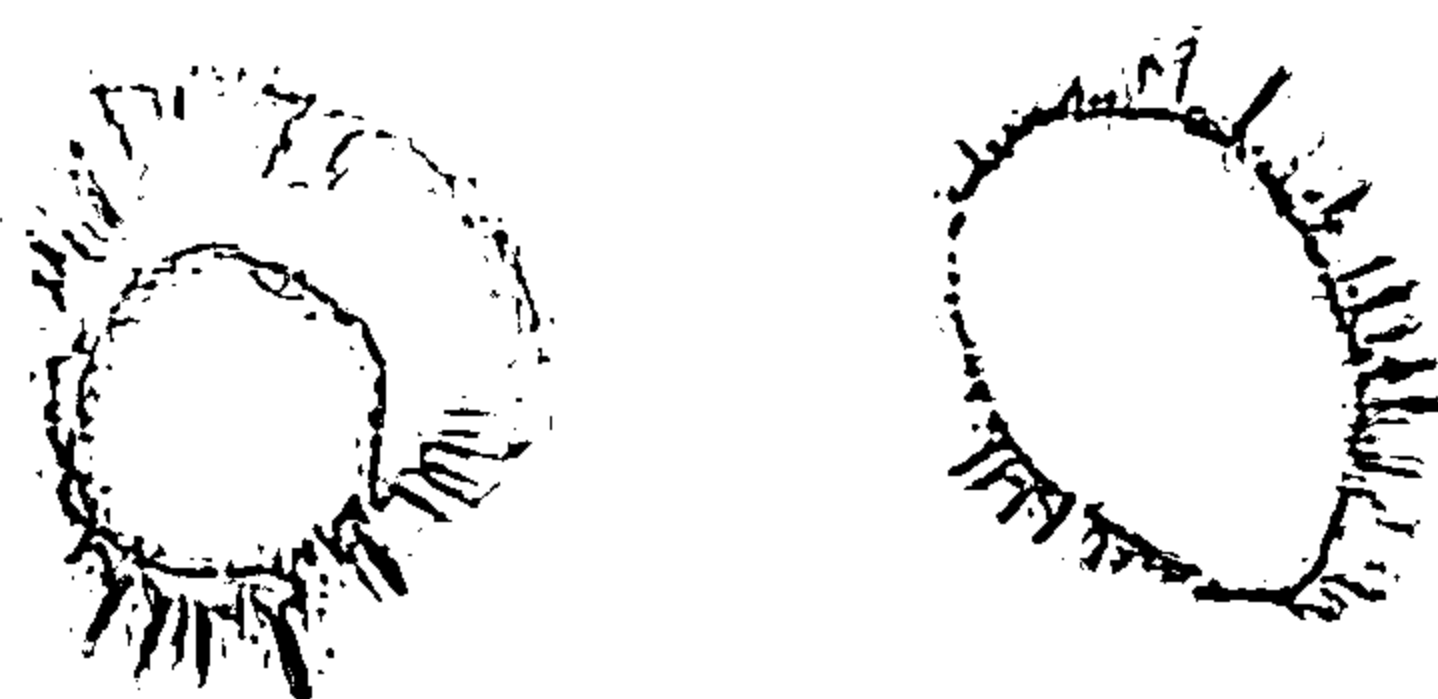
## 5. 手指能量放射顯像

(1) 截取頻率不同的各類型機器，手指顯像略有差異。

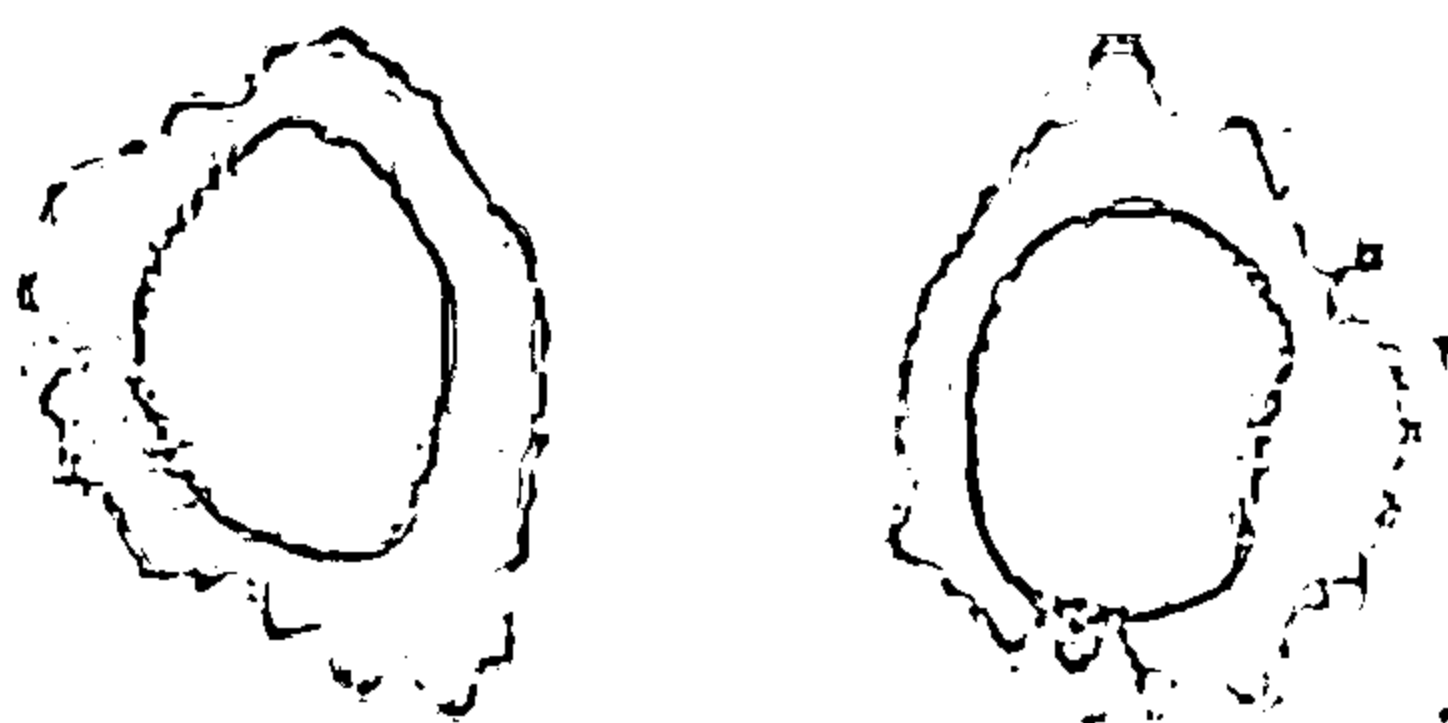


(2) 手指顯像不同類型反應身體在疾病不同階段：

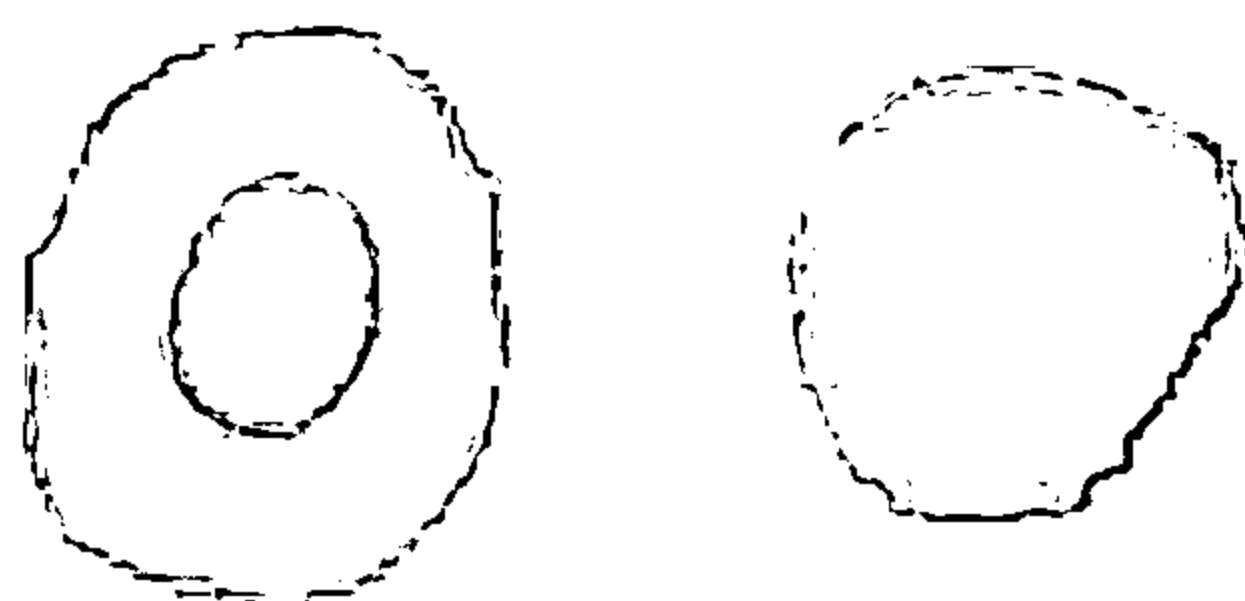
◦ 內分泌失調階段



◦ 毒素階段

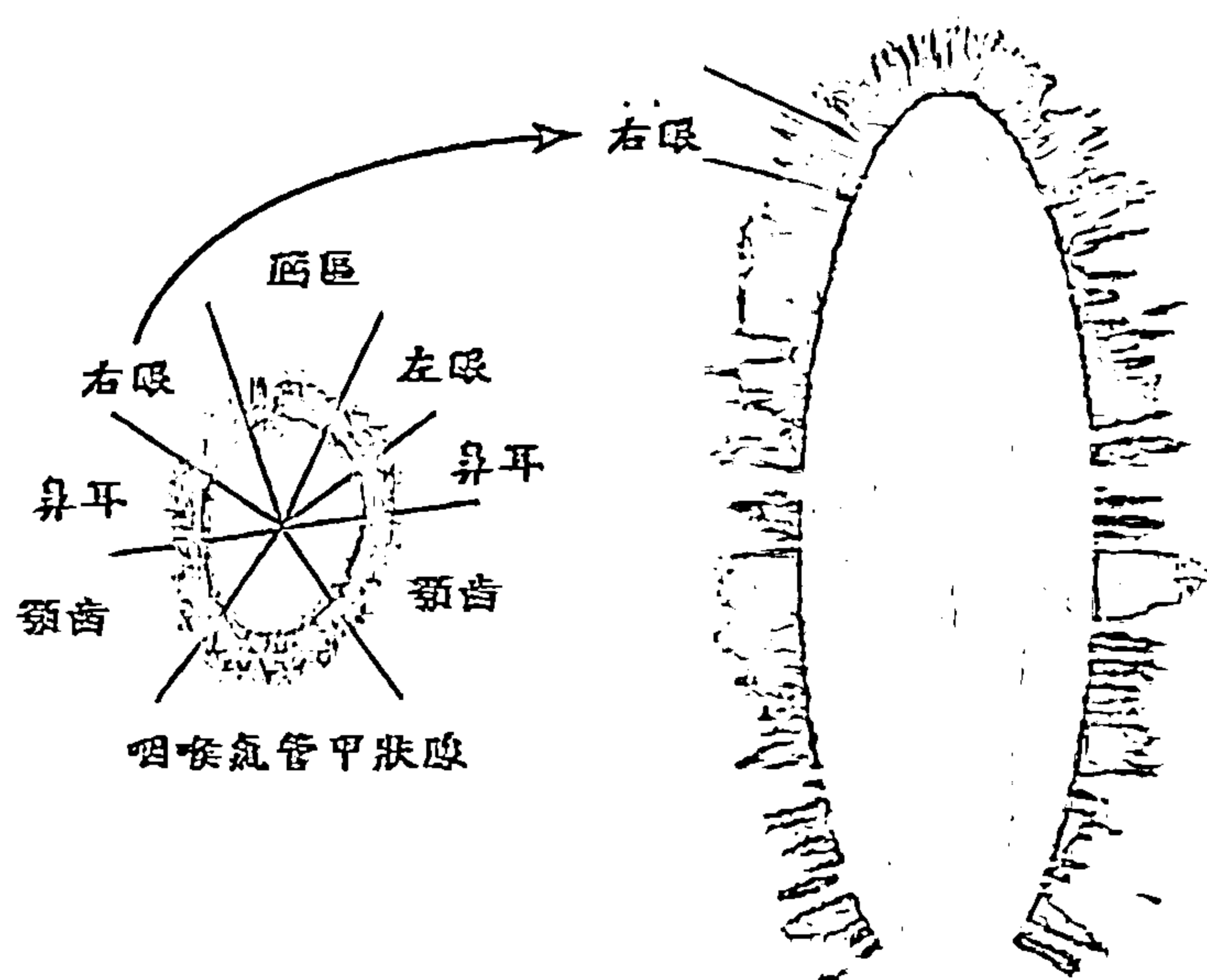
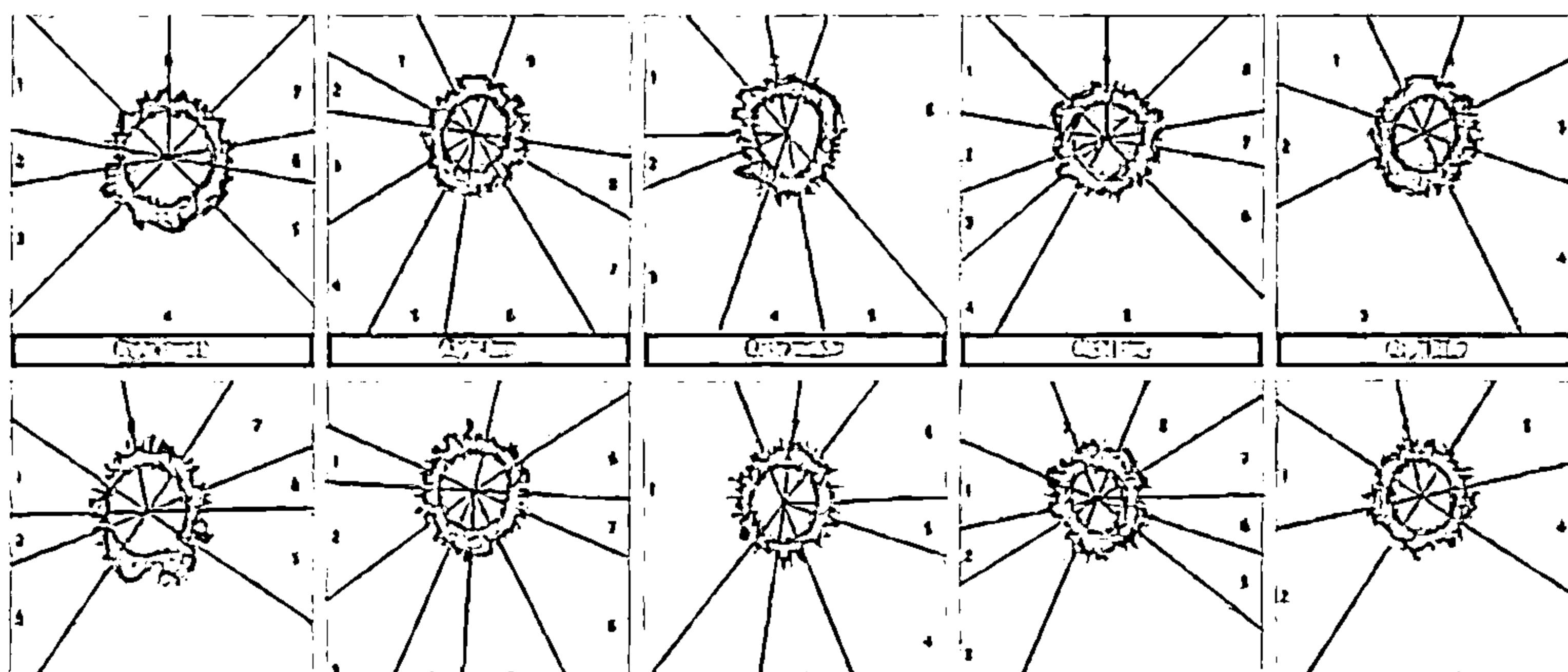


◦ 退化階段



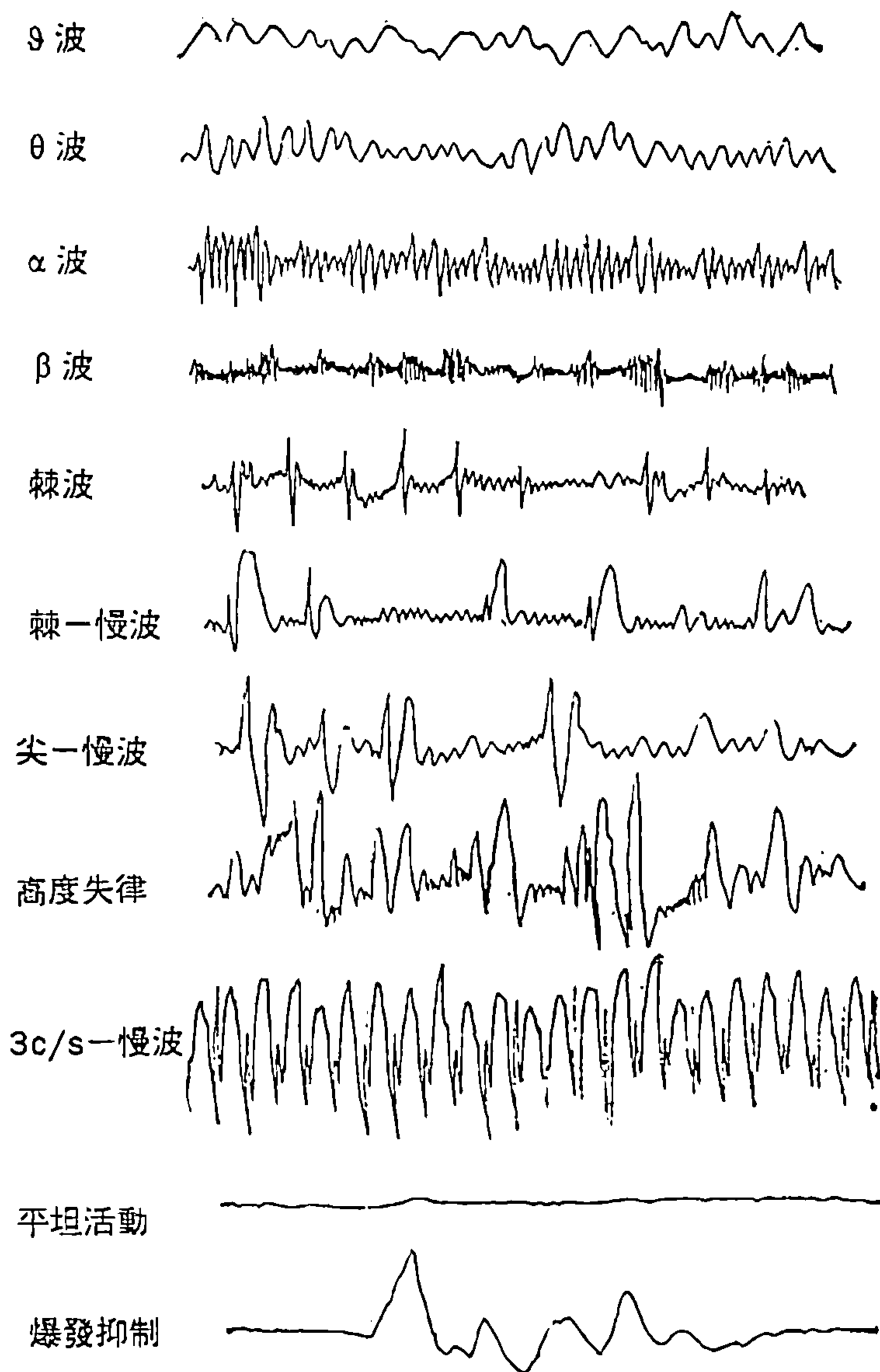
## 6. 手指影像攝影分析：

每個手指不同區段反應身體不同部位。



## 7. 腦波與心理狀態的關係

克理安照相也可以顯示腦波與的心理狀態。



## 8. 克里安照片判別腦波（Brain Waves）與睡眠關係

### (1) 腦波的四種形式

腦波依據頻率及振幅的變化，分成下列四種型式。這也是神經系統和身體溝通的不同方式。

腦波的種類	頻率	心理狀態	對應肢體
α 波 ALPHA	8 ~ 13Hz	放鬆安靜的靜心、 輕鬆、愉快、專注	左手
β 波 BETA	4 ~ 30Hz	活躍的清醒狀態，警戒思考、 推理、運動、興奮、憤怒、驚恐	右手
γ 波 GAMMA	> 30Hz	身體退化，熟睡深沉無夢的 睡眠、潛意識	
δ 波 DELTA	0.5 ~ 3Hz	睡眠時眼皮快速活動的階段、 淺睡、困倦	左腳
θ 波 THETA	3 ~ 7Hz	深沉的靜心狀態	右腳

## (2) 克里安照片舉例

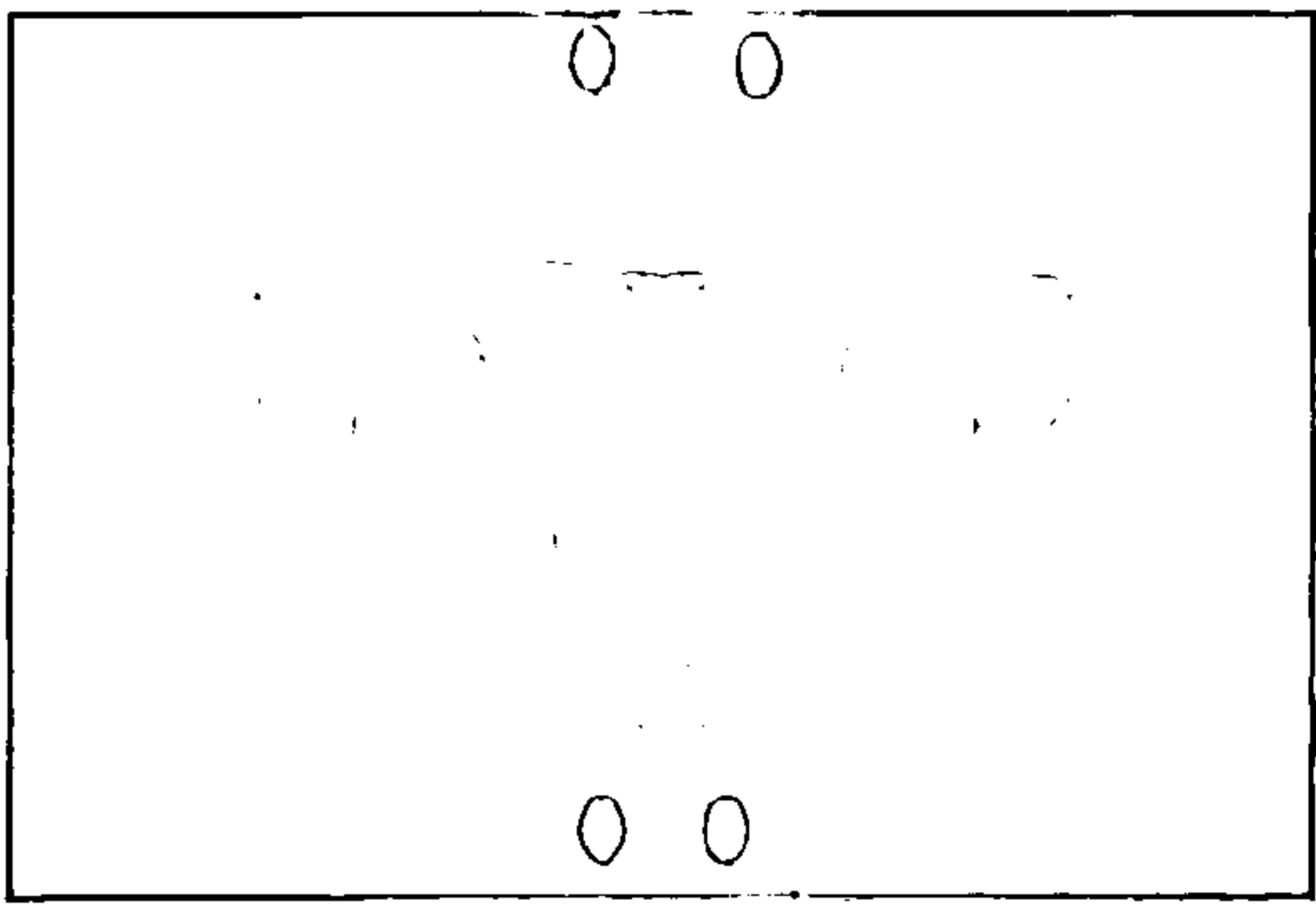
- 左腳沒有出現：當事人無法透過深度的睡眠而獲得足夠的休息。
- 右腳沒有出現：當事人睡眠時不作夢（有時發生在服用安眠藥的人身上）。
- 右手沒有出現：當事人可能有困難長久保持專注。
- 左手沒有出現：當事人無法允許自己的身體、頭腦進入放鬆、有意識的休息狀態。

# 四、齒列療法

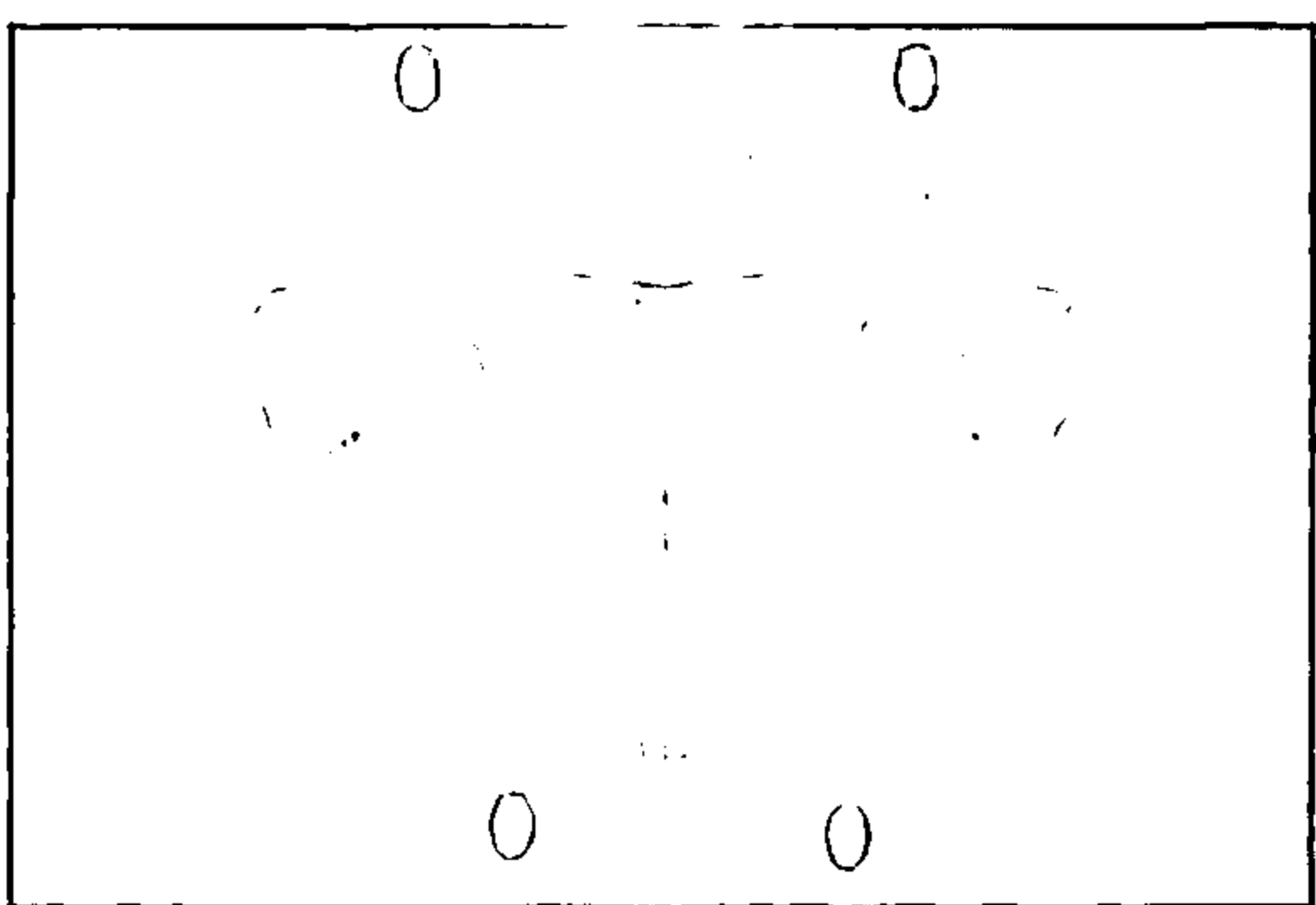
部位與對應五臟六腑如前述，每點各照一分鐘。

## 腎膀胱齒列療法

紅色

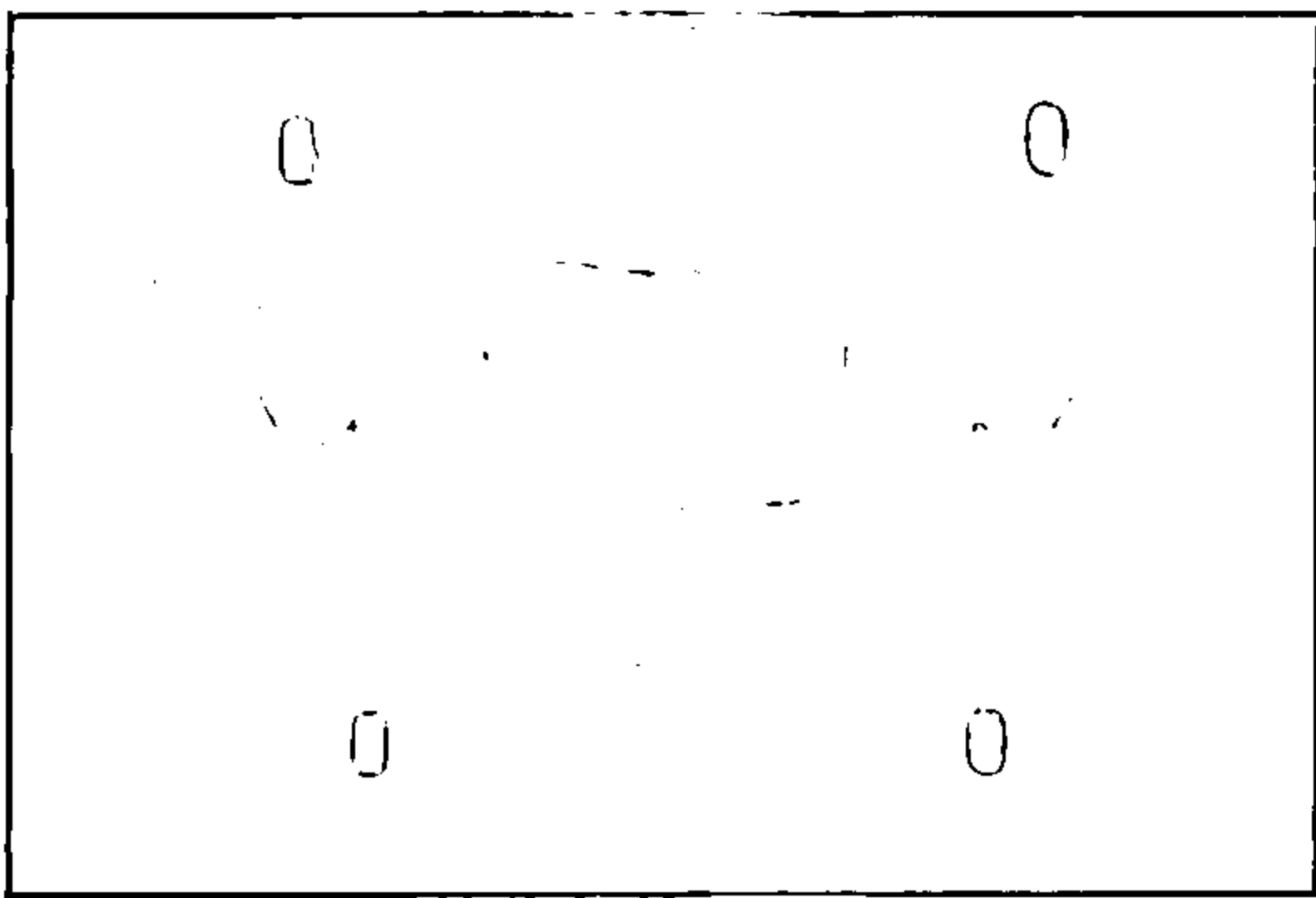


橙色



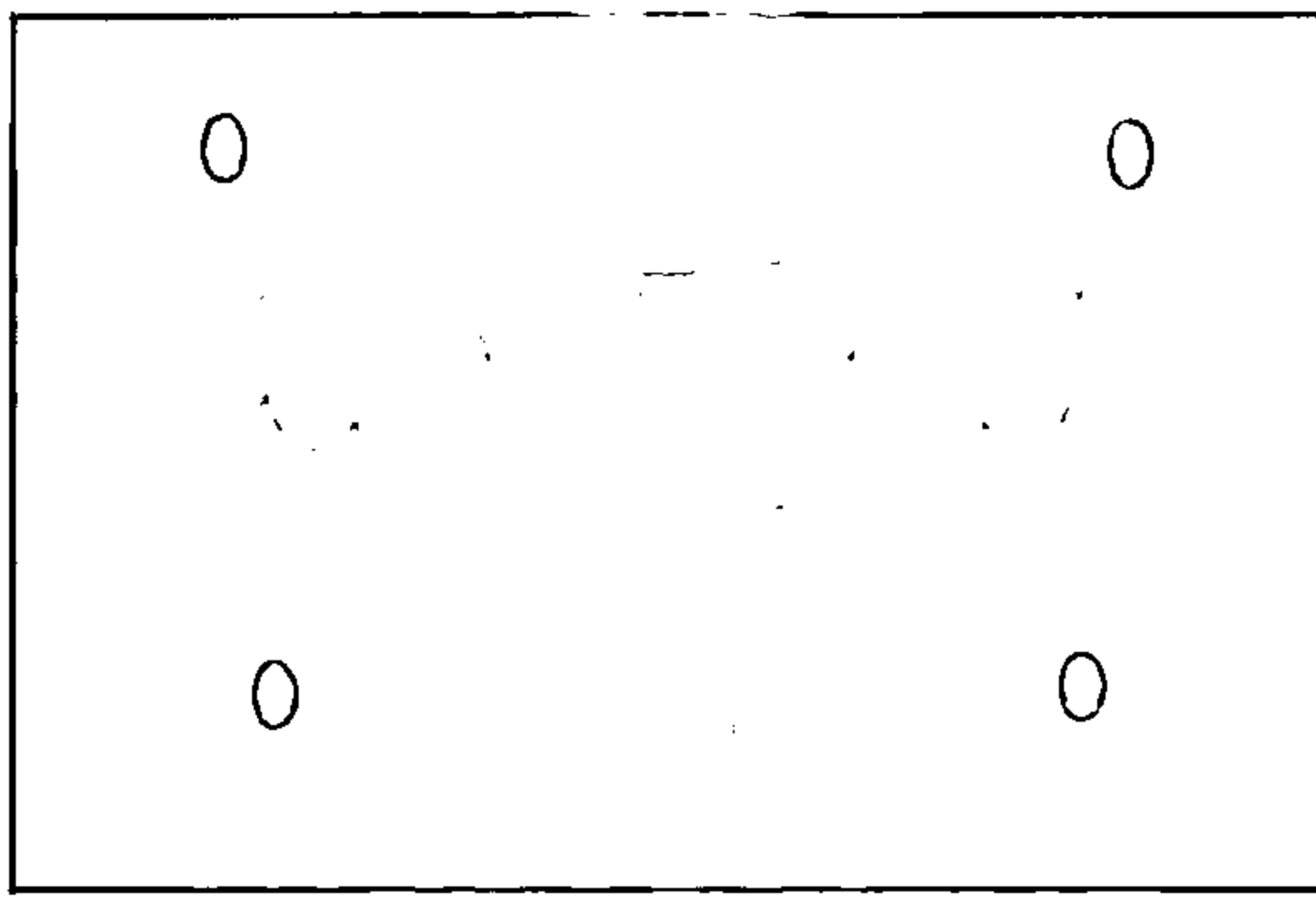
## 肝膽齒列療法

黃色

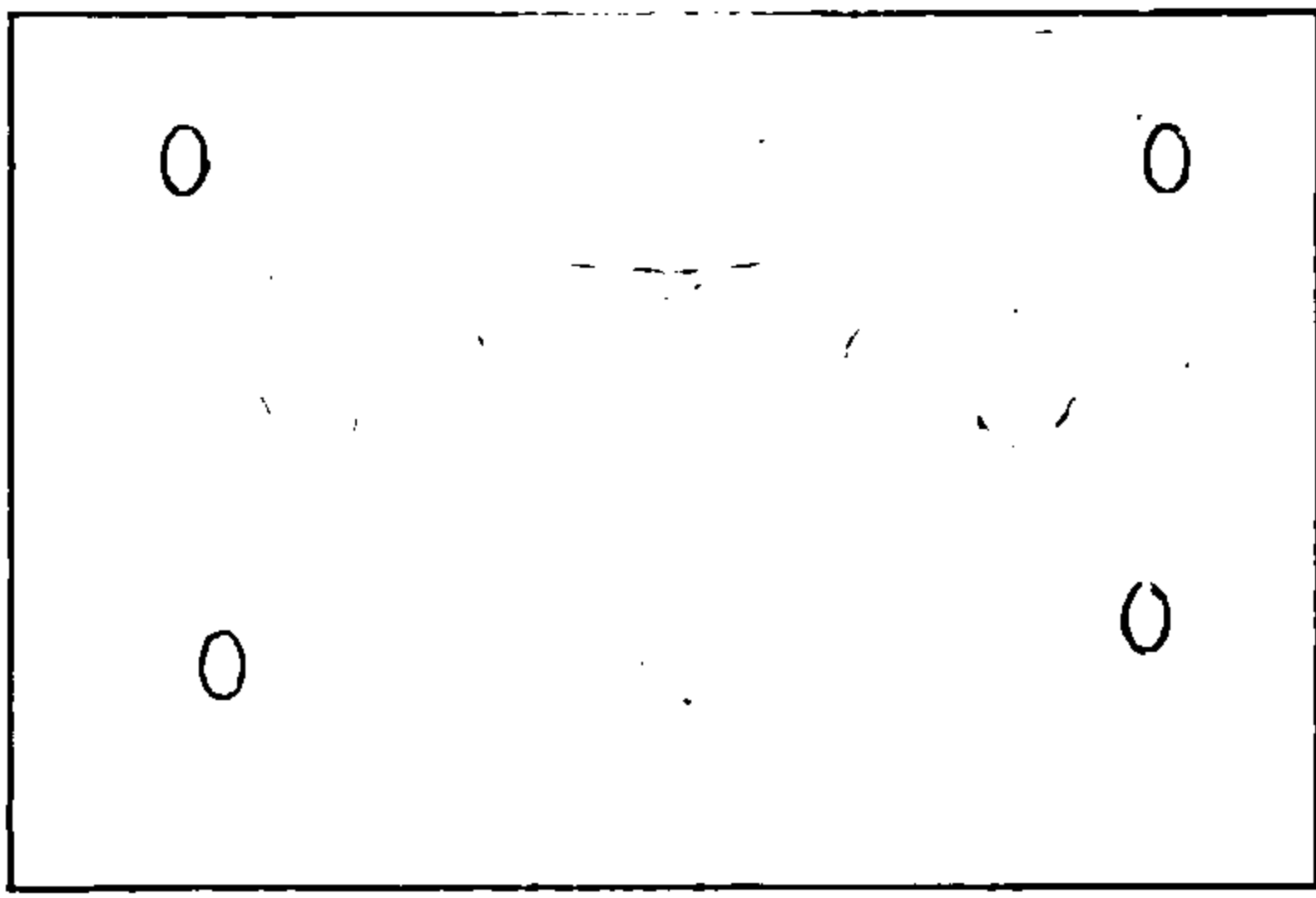


## 肺大腸齒列療法

綠色

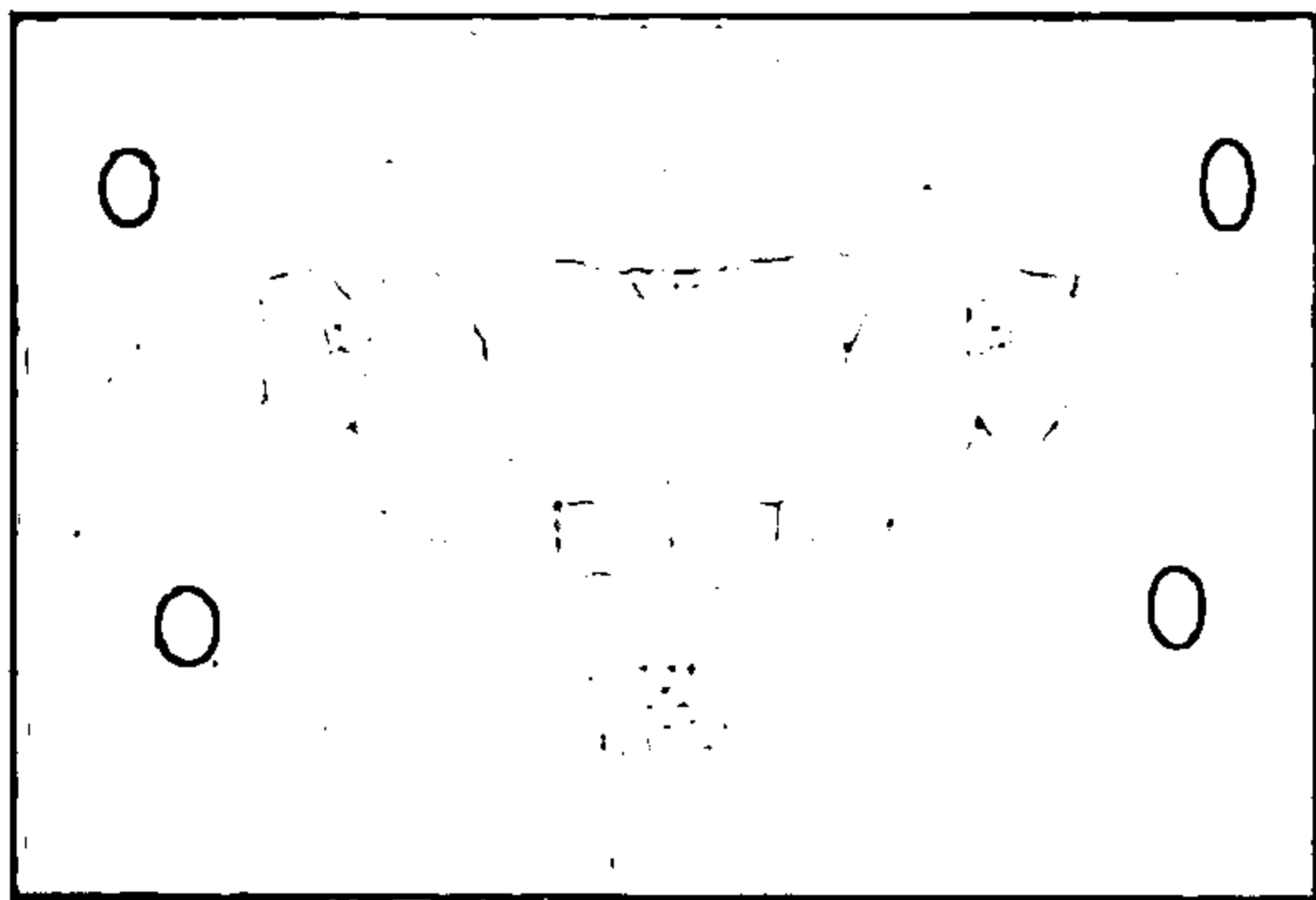


藍綠色

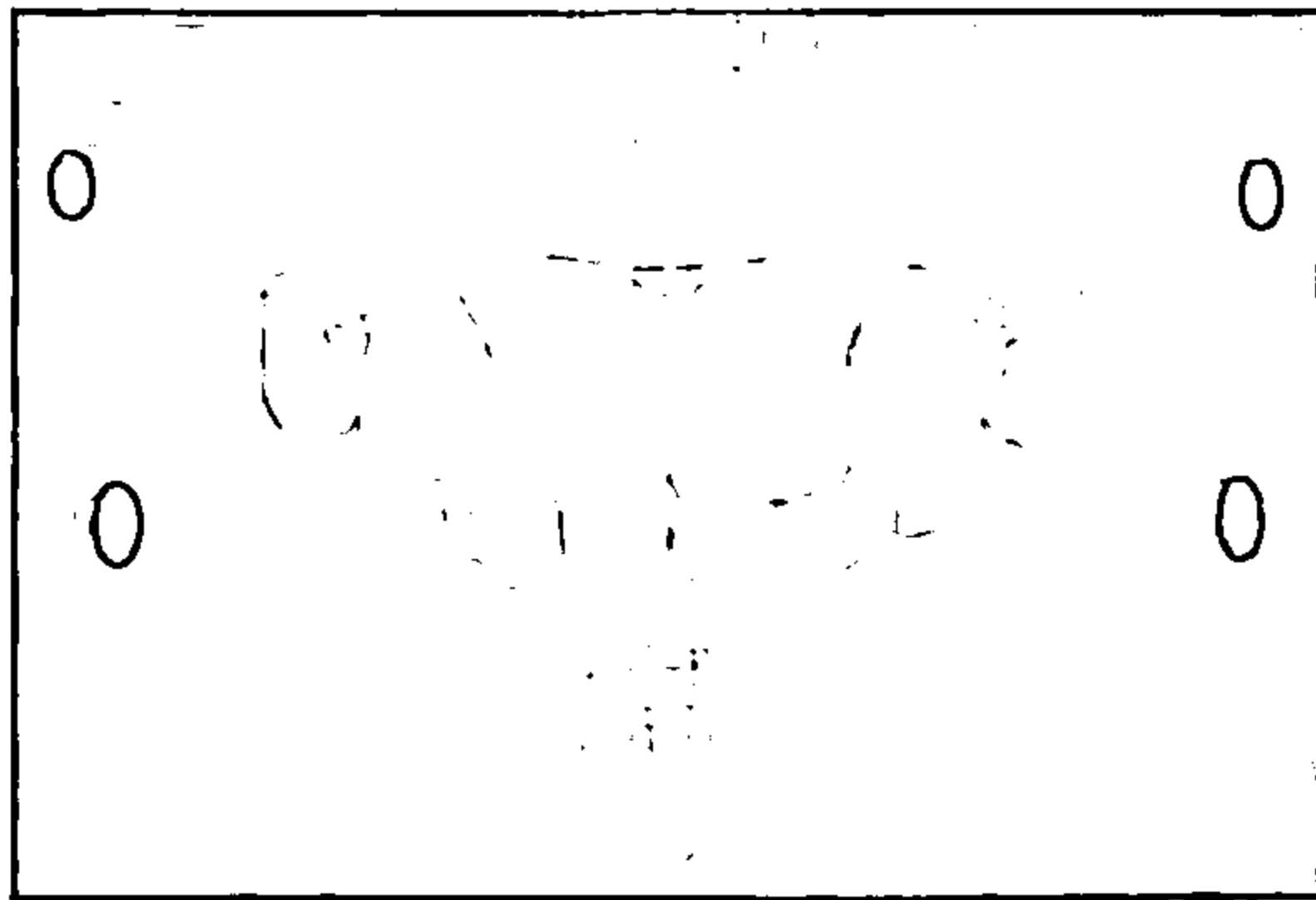


脾胰胃齒列療法

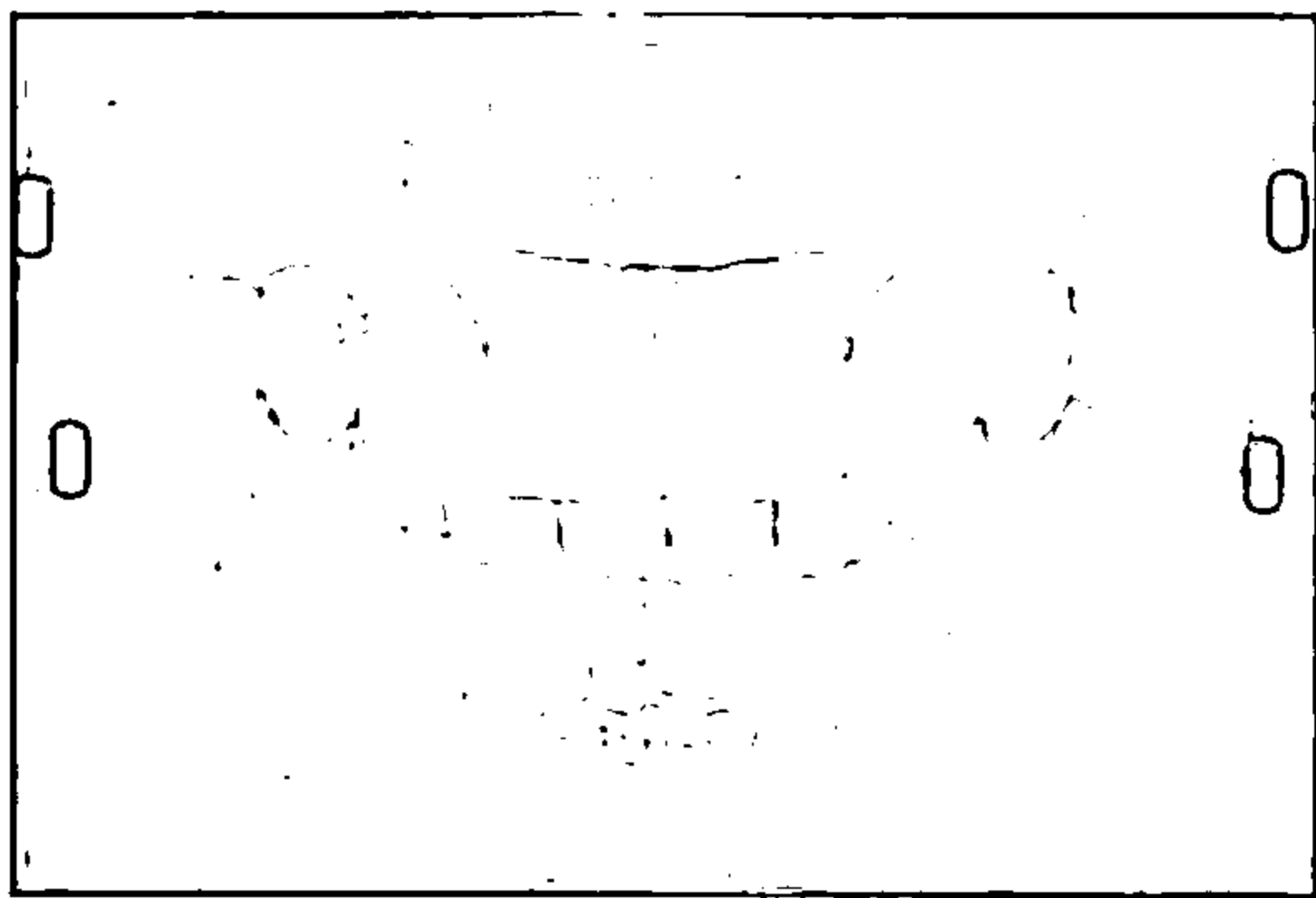
藍色



紫色



心小腸齒列療法





## 第四章

# 彩光能量治療的種類及案例

## 一、彩光能量療法的種類

彩光能量療法分為幾個層級。彩光治療師先和受療者談論所要處裡的身心方面主題。治療的開始通常將焦點先放在身體及能量流的平衡上，再進入更高層次情緒與心靈的治療。

彩光能量療法有許多種類，包括內分泌療法、轉換點療法、協調療法、功能圈療法、排毒療法、退化疾病療法、胚胎層療法、性情療法、耳穴、足底反射區、頭骨療法、子宮期療法、衝突療法、父親母親平衡療法、生命之流療法、靈魂與靈性療法。

下列略述較常用數種療法：

### 1. 臉上胚胎層線療法

又稱臉上種子層的治療法，是一種進入到深層細胞層面的治療法，並且透過牙齒及其臉上反應點來治療臟器的功能失調，甚至深入到疾病的根源與情緒背景，從病痛的根源治療。

### 2. 排毒療法

針對身體的淋巴、腎臟系統加以強化，加速體內毒素的排出。主要是排除細胞間質的廢物，使得細胞與細胞之間的訊息恢復暢通。主要可以治療感冒、無名酸痛、神經毒素現象、焦慮壓力症候群等。

### 3. 體力的恢復與重建療法

長時期工作與睡眠不足會耗損能量，持續性的壓力也會使人們耗竭，所得到的結果就是工作效率降低，與家人之間的關係緊張，本身感覺疲累和煩躁。這些組合療法能夠恢復能量與重建體力，支持腦部的再生，活化作夢的能力而影響心靈（幻想與想像力）。使用在處理沮喪情緒與恢復上極為成功。

### 4. 退化性疾病療法

這是屬於慢性疾病的彩光針灸治療以及生命之流的概念。以生命之流的概念針對病弱體質的改善。對生命力能量衰弱的人有幫助，並有效治療慢性病。主要內容在處理內分泌與身心的慢性疾病，包括緊張與慢性病的關聯細胞再生，運用松果腺、腦下垂體與淋巴系統的治療。生命之流療法用彩光針灸治療退化性疾病，也可以刺激身體上的能量震動中心－稱為生命之流點，這些點就像能量之泉一樣，他們也和針灸裡的表裡功能圈有關連。

### 5. 疼痛療法

在此運用的是一種快速解除疼痛的療法，一方面透過彩光針灸或是特殊的紅外線脈衝，另一方面以壓按刺激人體的新反射區進行治療相互搭配，作有效應用。

## 6. 靈魂與靈性治療

這是一種全方位的治療法，運用靈性顏色的力量來治療疾病背後的心理和靈性因素，以平衡身、心、靈。

## 7. 未出生前療法

出生前療法主要用來治療在子宮期所受到的創傷。由於在子宮期，每星期都有不同的器官在形成，任何生理上或情緒上的創傷都可能影響胎兒器官的成長與健康。這些經常是兒童與成人有些病症會重複發作或難以治癒的原因。包括子宮期療法、下視丘線、視丘線、陰性線。

## 8. 頭皮針療法

在彩光針灸裡，頭皮的整個表面都被視為反射區。它尤其能反應脊椎、身體不同的關節、骨骼和大部分的器官及其功能。這個療法是用來治療疼痛、器官的功能失調和生理疾病。

## 9. 衝突解決療法

運用在劇烈疼痛及癌症方面，效果非常成功，此療法的目標在深入創痛及疾病的根源。它們會放射出治療的脈波，使身體和頭腦可以在更深的層面獲得治療。

## 二、彩光紓壓療法的神奇效果案例

為了讓讀者更清楚彩光紓壓的作法細節與功效，還有之後的反應，在此提供一些實際案例以供大家參考。

### 案例一 全身酸痛時好時壞，為了止痛而必須吃止痛藥，簡直成了藥罐子。 黃女士，60 歲

- 生理症狀

罹患乳癌開刀治療後，產生經常性頭痛、頭昏、胃脹氣、膀胱無力、頻尿、經常感冒，更年期症候群嚴重，骨刺造成 10 多年的腰痛以及腳趾酸麻，頸部及肩關節酸痛也有 5 ～ 6 年，嚴重時甚至有暈眩的感覺，必須要吃止痛藥緩解症狀。

- 心理狀況

先生過世 20 多年，凡事都靠自己支撐，獨立撫養小孩長大。

- 彩光治療

協調療法一、胃菱形、淋巴十字、右肩頸掃藍綠、生命之流、退化基本組合、退化性疾病附加療法。

- 治療結果

做完彩光治療後，早上起床嘴巴會有苦味，下午以後情況會比較好；有一天突然覺得心有刺痛感，但之後肩頸、腰椎疼痛及呼吸不順、腳趾痠麻的狀況都有明顯改善，頭痛問題也好很多，連感冒的機率也變少了，

不需要經常服用止痛藥。不能久坐的問題已經改善了，現在連續坐著 3 小時，都不會感覺酸痛，甚至還能打麻將 2 ～ 3 圈消遣時間；過去行走時腳後跟容易痛，現在可以維持 20 ～ 30 分鐘。晚上膀胱無力、頻尿上廁所的問題都有所改善。

克里能量分析檢查照片和之前的結果比較起來有很大的改善。

## 案例二 長期的失眠讓身體狀況變差，必須依賴鎮定劑與安眠藥 才能入睡休息。簡女士 65 歲

### • 生理症狀

最近半個月嚴重失眠，必須依賴鎮定劑，有視力模糊、頭痛、頭暈、手腳冰冷、嘔吐、夜尿等症狀，暈眩嚴重時會感到噁心。肩頭感覺僵痛、腰酸背痛，右邊臀部到大腿會酸痛。

### • 心理狀況

容易感覺焦慮，每逢選舉時，就會呈現緊張狀態。

### • 彩光治療

毒素基本療法、淋巴十字、喉嚨大衛星、睡眠失調、退化基本組合。

### • 治療結果

當天做完彩光治療後，睡眠狀態獲得改善，顯得容易入眠，不需要依賴安眠藥與鎮靜劑，最明顯的是白天有時也能小睡一下，頭暈症狀也已有改善。

### 案例三 月經失調且有子宮內膜異位症，經期時身體狀況不佳。

陳小姐 42 歲

- 生理症狀

胃酸分泌過多、便秘，太勞累會腰酸。經常頭痛，尤其經期來前的 1～2 天，會有嚴重頭痛與肚子腫脹的狀況。有子宮內膜異位症且曾開刀治療卵巢囊腫，流產過二次。

- 心理狀況

法律系畢業，自律嚴格，是自我要求很高的人，經常壓抑憤怒情緒，容易緊張。

- 彩光治療

協調一、毒素基本療法、淋巴十字、睡眠失調、腎 / 膀胱準備法、大排毒、臍壓力區、小衝突、手心靈線。

- 治療結果

治療時可以感受到電流流動的感覺，雙手變得很敏感，右手感覺酸麻，但時間不長。治療後經期的時間約為三天，第四、五天覺得乾爽，之前困擾的分泌物少了很多。以往每逢經期就會頭痛的狀況也消失了，胃部感覺舒服，腹部也不會有飽脹感，排便也很乾淨，睡眠變得很沉，腰酸情形已改善很多，精神愉快。

## 案例四 焦慮與憂鬱狀況，引發睡眠失調

世界衛生組織（WHO）發出警訊，西元 2020 年憂鬱症將僅次於缺血性心臟病，在重要疾病中排名第二。憂鬱症女性比男性多。但國人不善於察覺情緒及表達自己情感，而多表現為身體酸痛無力、失眠、食慾不振和動作遲緩等症狀。一般所認知的神經衰弱病患約 80% 都合乎憂鬱症的診斷。憂鬱症的好發年齡女性在 35 至 45 歲之間，男性在 55 歲左右。

一般認為導致憂鬱症的原因可能是工作壓力大、人格特質等因素，但實際上憂鬱症的病源為前額腦血流量及代謝功能低落，至於壓力及環境的改變則是誘發因素。

憂鬱症是生理與心理的失調，長期的低潮、憂鬱，會造成腦神經傳導、胺基色胺、腎上腺素等失調，使腦部運作發生障礙，如不及時治療，便會造成自殺性的憂鬱性。

憂鬱症可依貝氏焦慮量表（總分 63 分）及貝氏憂鬱量表點數加以判定其憂鬱程度。

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| A. 05-09 正常範圍    | B. 10-18 輕微至中度憂鬱 |
| C. 19-29 中度至嚴重憂鬱 | D. 30-36 重度憂鬱。   |



## 1. 憂鬱症常見的症狀

- 時常感到內疚、慚愧、自責、悲觀、自我貶低、心情沮喪，事情都往壞處想。
- 思考力與注意力衰退，或猶豫不決、缺乏自信，不如以往果決、有魄力。
- 對周遭事物失去興趣並且活動力減少，如：不想出門和旅行、電視及報紙也不想多看、親朋好友的宴會聚餐，開始感到厭煩而不斷拒絕，每天過著單調乏味的生活。
- 食慾減低、體重下降。
- 失眠。徹夜輾轉難眠，第二天無精打采，疲憊不堪卻又睡不著，或睡眠淺短，容易醒過來。
- 頭痛、頭暈、心悸、胸口鬱悶。
- 容易疲勞、體力衰退、做事失去幹勁、性慾低落。
- 健忘、記憶力減退。
- 容易產生自殺的念頭，甚至出現自殺行為。

## 2. 重度憂鬱症與自殺

重度憂鬱症是一種正式的精神科診斷，重鬱發作必須包括下列九點中的四點以上，且前兩點得至少符合一點，並影響患者生活，時間長達兩週以上。

- 心情低落
- 興趣缺缺
- 失眠或多眠
- 食慾下降或異常增加
- 時常感覺疲倦
- 充滿罪惡感、自覺做錯事情
- 有自殺的念頭
- 記憶力減退、猶豫不決
- 動作減慢、僵硬、遲滯，或者異常的躁動

重鬱發作患者會感到持續的低落心情，不受環境的歡樂氣氛所帶動。但患者未必能自覺心情低落，尤其是年紀較大、教育程度較低的患者更難以自我察覺。惡劣心情可能透過煩悶、諸事不順、坐立難安等感覺來呈現，有些時候，患者會抱怨自己變得麻木，渾渾噩噩過日子。

重鬱發作患者的認知上，也往往會有所扭曲，通常只看得到事情的負面，過度擔憂，自覺無助（沒人能幫他）、無望（未來也不可能改變），態度消極。思考速度減緩，講話也變慢，記憶力與注意力都減退，越來越猶豫不決。

有些時候，患者會充滿罪惡感，為了一些雞毛蒜皮的事情自責不已，會有自殺的念頭或行動。在動機方面，患者往往感到興趣缺缺，提不起勁來做事，事情越積越多，但就是沒有心情處理，甚至連自己平日喜愛的消遣也沒心思去做。

在身體症狀方面，患者往往會有胸悶、煩躁、疲倦、心悸等症狀。此外，患者也可能失眠或整天嗜睡，食慾減退或過度飲食，性慾通常會跟著下降。重度憂鬱症的自殺率一向頗高，一些統計數據顯示，高達百分之十五的重度憂鬱症患者會走上自殺這條路。最主要的自殺理由包括：懲罰自己、萬念俱灰、情緒低落等。

重度憂鬱症的首次發病年齡較高，平均約在四十歲左右，隨著年紀增長，盛行率緩步上升。女性罹患重度憂鬱症的比例高於男性，這可能跟女性的社會角色、更年期問題等有關。

本段轉載於遠流出版公司大眾心理學系列「搶救自殺行動」杏語心靈診所

陳俊欽醫師著（本文已經著作權人同意自由轉載，歡迎轉寄）

## 案例說明：陳太太 72 歲

- 生理症狀

經精神科醫生診斷患有憂鬱症，並服用抗憂鬱劑與鎮定劑，睡眠失調、不容易睡著，須服用藥物。有畏寒的狀況。

- 心理狀況

對許多事情提不起興趣，精神狀況不好、心情低落沮喪。先生因心臟疾病住院開刀，導致其症狀加重，失眠症狀惡化，服用藥物仍無法改善。焦慮分數 28、等級 D，憂鬱分數 32、等級 D。

- 彩光治療

固定每週一次。

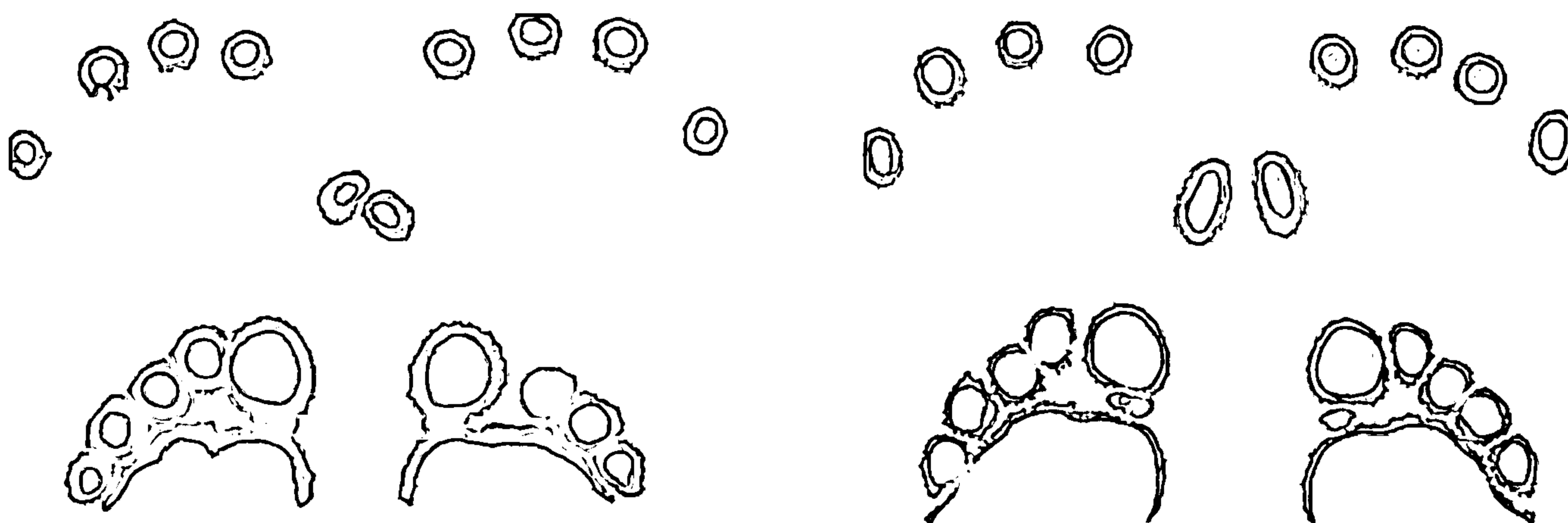
第一次：亢達里尼、排毒療法、淋巴十字、睡眠失調、不安狀態線

第二～四次：破冰療法、亢達里尼、排毒療法、淋巴十字、睡眠失調、不安狀態線、神經衰弱線。

第五～六次：靈魂線正面（橙）、抑鬱、再生、力量重建療法、不安狀態點（紫）。

- 治療結果

治療後情緒放鬆許多，但仍然不易入睡。經第二次治療後，心情變得愉悅，體重增加 2 ～ 3 公斤，睡眠狀況進步許多，容易入睡。



克里能量分析檢查照片（前）

克里能量分析檢查照片（後）

## 案例五 近期持續性或反覆衰弱性疲勞，造成身體與情緒的不佳。

在美國疾病控制中心的標準如下：

### 1. 主要標準

近期持續性或反覆衰弱性疲勞，或感到易於疲勞，且無類似症狀史，不因休息而緩解，活動量減少百分之五十，至少持續六週。

必須透過病史、軀體檢查及適當的實驗室檢查，排除其他可產生類似症狀的臨床狀況。

## 2. 次要標準

- 輕度發燒（攝氏 37 至 38 度）
- 咽喉部疼痛
- 無法解釋的全身肌肉乏力
- 無法解釋的頸前、後或咽峽部淋巴結疼痛
- 肌肉的不適或疼痛
- 即使從事過去勝任的活動，也會產生持續 24 小時以上的全身疲倦感
- 頭痛
- 遊走性關節痛，但無紅腫
- 一個或多個精神症狀
- 睡眠障礙

## 3. 生理指標

- 低燒
- 滲出性咽炎
- 頸前、後部或咽峽部淋巴結觸痛

## 案例說明：曹小姐 34 歲

### • 生理症狀

有睡眠障礙，睡眠品質不佳，醒來仍覺得疲倦。白天容易疲勞、頭痛，肩頸與腰部酸痛，全身肌肉乏力。

### • 心理狀態

從事美髮業，工作業績壓力極大，上班需長久站立。曾經小產，之後未好好調理身體，數度希望懷孕但無法成功，覺得人生無趣。

焦慮分數 19 等級 C，憂鬱分數 17 等級 B。

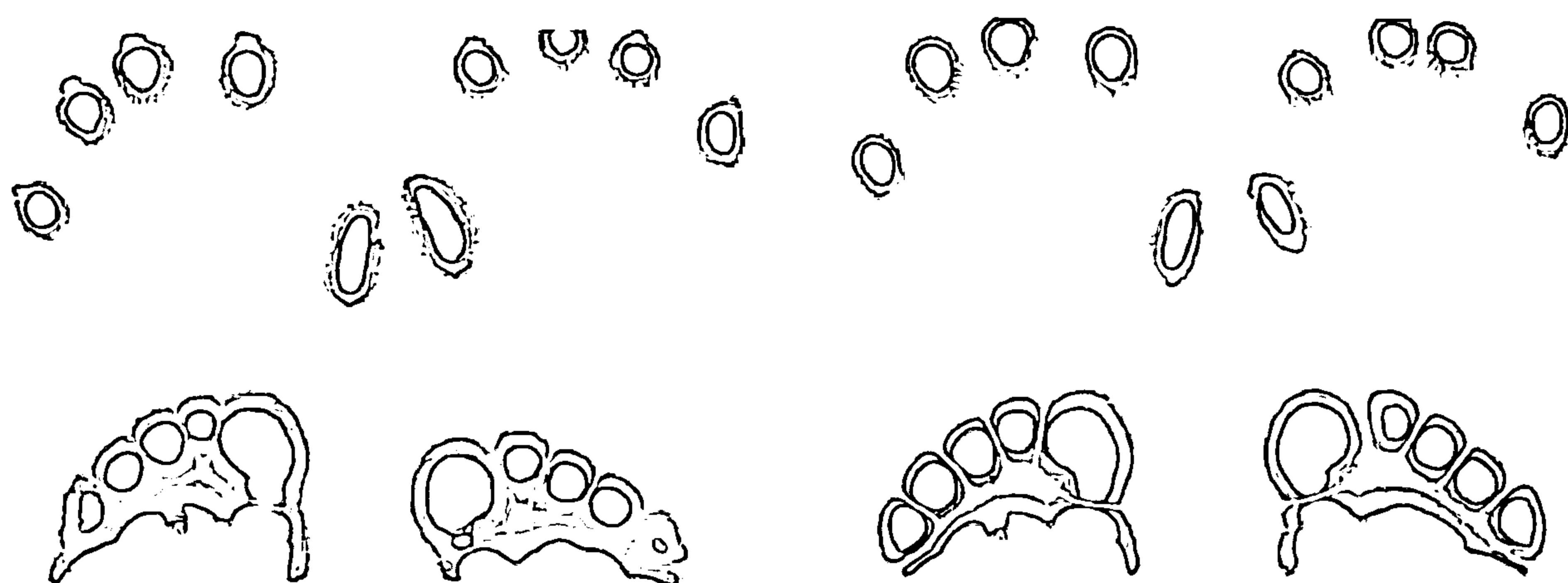
### • 彩光治療

時間不固定，共四次。

亢達里尼、協調一、淋巴十字點、紅色橢圓、延髓橢圓、衝突療法。

### • 治療結果

睡眠品質改善，白天精神很好，肩頸與腰部較不酸痛。斷斷續續接受彩光治療，四個月後懷孕。



曹小姐治療前

曹小姐治療後

## 案例六 長期的便秘脹氣狀態，並具有輕度憂鬱傾向

張小姐 40 歲

### • 生理症狀

因曾任職空服員，當時經常便秘，肚子嚴重脹氣，容易覺得餓，但只要吃一些東西就會產生脹氣，甚至連呼吸都會痛。下半身容易水腫，尤其是小腿更嚴重。胸悶、呼吸不暢，容易感冒、過敏、肩頸僵硬酸痛、腰酸背痛、四肢無力、腳踝易酸，失眠。月經週期比較長，不規律，常有經痛狀況，偶爾需要服用止痛藥。

### • 心理狀態

情緒緊張、恐懼、焦慮、脾氣暴躁，不喜歡自己，有輕度憂鬱症傾向。童年時期父母不合，但沒有離異。

### • 彩光治療

毒素基本療法、淋巴十字、肺 / 大腸準備療法。內分泌附加療法，睡眠失調、神經衰弱、智齒後區。

### • 治療結果

治療後感覺疲累，但當晚睡得非常好，之後睡眠品質變好，一上床馬上就能入睡，並且睡得沉，早上起來精神好。肩膀與腰部感覺輕鬆。但頭皮長一堆痘痘，口乾舌燥。剛開始食慾變好，一個療程後食慾恢復正常。排便順暢，一天固定兩次，排便量很多，並且一直不斷排氣，肚子也不會脹了。對第 3 度空間呈現敏感的感受，情緒剛開始較為低落、憂鬱、暴躁，變得容易作夢。後來情緒方面有很明顯的轉變，比較不容易生氣。現在已經學會愛自己，情緒上比較快樂。



## 案例七 因工作造成的嚴重時差與暫時性失憶症狀

胡先生 44 歲

- 生理症狀

因擔任飛行員，飽受嚴重時差之苦，會有肩頸僵硬、腰酸、腳發麻等問題。右邊常偏頭痛。平常好甜食、喜辛辣，有煙癮。國二時曾因打球有撞傷後腦，而有 5～6 小時的暫時性失憶，甚至連自己的名字都不知道。

- 心理狀態

自覺情緒緊張、焦慮、恐慌、有時憂鬱、悲傷、憤怒不安、混亂。人際關係表淺，難以接受突發狀況。父母分居且個性不合，父親為船員，從小由母親帶大，和媽媽較親，和哥哥感情淡薄。

- 彩光治療

毒素基本療法、中央騷動、睡眠失調、時差調整、腿排毒、淋巴十字、平靜三角療法、才智情緒三角、手腕喜悅區、協調十字、神經衰弱線、腦部平衡法、強健體力療法、子宮期療法、衝突療法。

- 治療結果

接受治療時右手酸麻、耳朵有腫脹感。之後睡眠改善，感官知覺變很明顯，但體味變得嚴重。在治療當中，出現如腳趾、腳背、脖、肩酸麻，胃不舒服、皮膚乾癢、右邊偏頭痛、短暫性的失憶、發燒、打嗝、拉肚子等等排毒狀況。之後對煙草味道變得沒感覺，只剩辣味。較沒胃口，但人不覺得累。時差及睡眠改善很多，心情也較正常。發現自己在人際協調方面進步很多。暫時性失憶症狀有進步，理性與感情較為平衡。

## 案例八 難以根治的過敏與乾癬疑難症

曾小姐 39 歲

- 生理症狀

長期有皮膚乾癬、過敏困擾，多年遍尋中西療法效果不彰。腰酸背痛、長期便秘。晚上睡不好、多夢。

- 心理狀態

家庭有家暴現象，父母離異。

- 彩光治療

毒素基本療法、神秘能量的 12 個排毒點、淋巴十字、防衛不足症候群、臍壓力區、中央騷動，肺 / 大腸準備療法、延髓橢圓、大排毒、神經衰弱線、子宮期療法。

- 治療結果

彩光做完回到家之後非常疲累，一直處於睡眠狀態，隔天開始膝蓋突然很酸痛。皮膚在以往容易發生搔癢問題的眉心處開始有片狀泛紅，但不會癢，另外雙手內側起紅疹，腋下、胸部也發現濕疹。

療程後，肩頸酸痛狀況有改善，情緒也較佳，排便順暢。肌膚狀況有明顯的改善。體重並無下降，可是身型有變瘦，應該是浮腫消退。

夜晚有多夢現象，之前夢到出去遊玩的影像，但最近則是夢到小時候辛苦的生活以及已去世的親人。

## 案例九 影響生活甚劇的偏頭痛困擾

在國家衛生院支持下，台北榮總神經內科與國立陽明大學，在大台北地區（台北市、縣）進行偏頭痛調查。結果發現，14.2% 的女性及 4.6% 的男性，符合偏頭痛的診斷。此數值與歐美國家相近。推估全台灣約有 150 萬名偏頭痛患者。

偏頭痛對日常生活、工作及社交影響頗大，因此患者求醫的比例甚高。一年內，有 54% 的偏頭痛患者曾因頭痛而求診過醫師。每二十次的健保就診，就有一次和頭痛有關。此外，偏頭痛患者服用止痛藥的比例也很高（79%）；即使是正在就醫的病患，他們的主要用藥仍是成藥，而市面上所販售的止痛藥或感冒藥水多為複方，除了阿司匹靈、乙醯氨基酚等止痛成分外，另外還有咖啡因及交感神經興奮劑等，這些成分長期使用，也可能像麻醉藥一樣產生成癮性，並會使頭痛次數增加，造成每天頭痛。

慢性每日頭痛的診斷為平均頭痛天數每個月超過 15 天。慢性每日頭痛的病人，治療上比較困難。治療的關鍵在於戒除止痛藥，並使用如乙型阻斷劑、鈣離子阻斷劑等偏頭痛的預防用藥，然而一停用止痛藥，往往造成頭痛反彈或加劇，病患只好再服用止痛藥，所以戒藥失敗。醫師建議，頭痛病人不宜過度依賴止痛藥，否則除了造成身體器官傷害，更可能使頭痛惡化，若頭痛情況嚴重，應該找醫師治療。

## 案例說明：呂小姐 52 歲

- 生理症狀

偏頭痛、睡眠品質差，睡眠中往往會醒來很多次。右肩至腋下以及心臟會悶痛、心悸，二尖瓣膜移位，飛蚊症、輕微白內障、視力模糊、頭痛頭暈、手腳發麻。因有發熱等更年期症狀，正在服用賀爾蒙。

- 心理狀態

由於貸款壓力造成財務狀況吃緊，覺得日子痛苦不堪。情緒容易煩躁緊張、憤怒。

- 彩光治療

肝破冰、毒素基本療法、臍壓力區、智齒後區。

- 治療結果

治療當天有嘔吐反應，但睡眠狀況極佳，第二天頭痛獲得緩解，感覺輕鬆愉快。

## 案例十 因親人分離而造成情緒受創，有深切的悲傷感

江女士 62 歲

- 生理症狀

工作慣用右手，睡覺時也習慣右側睡，以致右頸部肩膀酸痛，一直延到後肩胛骨。5、6、7 頸椎有骨刺。

- 心理狀態

丈夫早逝，自己獨立撫養三個小孩，女兒忙碌於工作，適婚年齡卻未有結婚對象，所以經常嘮叨女兒的工作與感情狀況。之後，女兒在熬夜工作後，突發心臟病過世，因此有強烈自責狀況，充滿悔恨與愧疚。

- 彩光治療

毒素基本療法、睡眠失調、淋巴十字、平靜三角療法、手腕喜悅區、協調十字、神經衰弱線、衝突療法。

- 治療結果

容易入睡，深切悲傷的情緒有所平復，變得比較開朗。頸肩感覺輕鬆。

## 案例十一 家裡瑣事不斷，引發煩躁情緒

翁小姐 39 歲

### • 生理症狀

肩頭僵痛、腰酸背痛、月經週期不順，口內破皮，下巴附近長青春痘。

### • 心理狀態

心情起伏大，因為家裡重新裝潢而引發鄰居間的糾紛，情緒容易慌張。

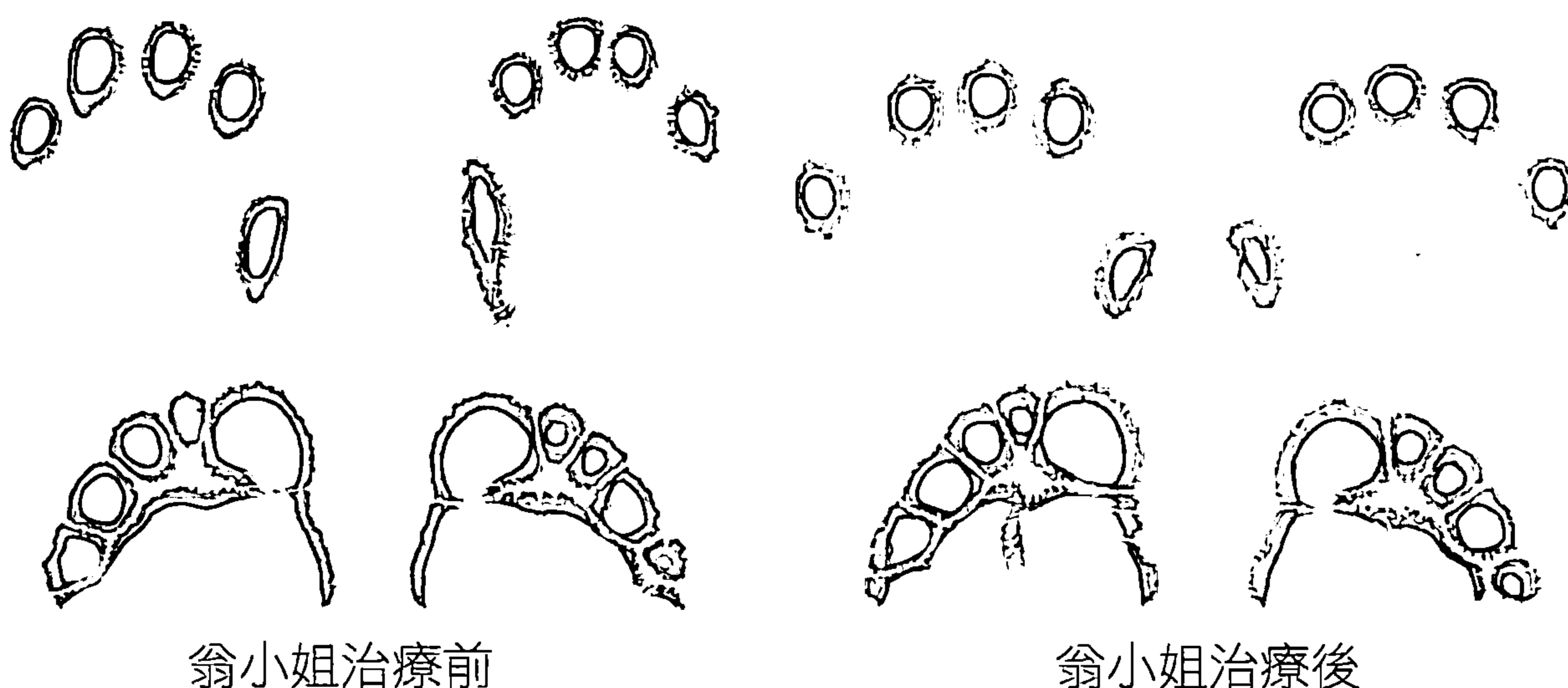
小時候父母感情不好，且父親重男輕女，常須壓抑自己情緒。

### • 彩光治療

基本毒素療法、淋巴外流的不適、臍壓力區、大排毒、月經失調、心靈平衡線、喉嚨大衛星、小衝突、協調十字、手心靈線。

### • 治療結果

治療前感冒症狀嚴重，治療後，喉嚨痛和鼻腔發炎狀況都獲得改善，肩頸酸痛也好很多，睡眠也較沉。情緒方面，變得願意與人接觸、交際。



## 案例十二 同時兼具多種不同的病症，情緒失調

楊小姐 28 歲

### • 生理症狀

身為專業舞者必須長時間練舞，但由於身體一向虛弱，所以容易全身酸痛。經常鼻塞，皮膚有牛皮癬，甚至會因搔癢而無法成眠，睡眠不足時又會劇烈頭痛。工作性質需大量消耗體力，腸胃不好，食量雖大，身材仍然很瘦。

### • 心理狀態

自我要求很高，但對自己沒有自信，有過度付出的傾向。焦慮易怒、時常生悶氣，月經失調且有經痛問題、慢性疲勞。

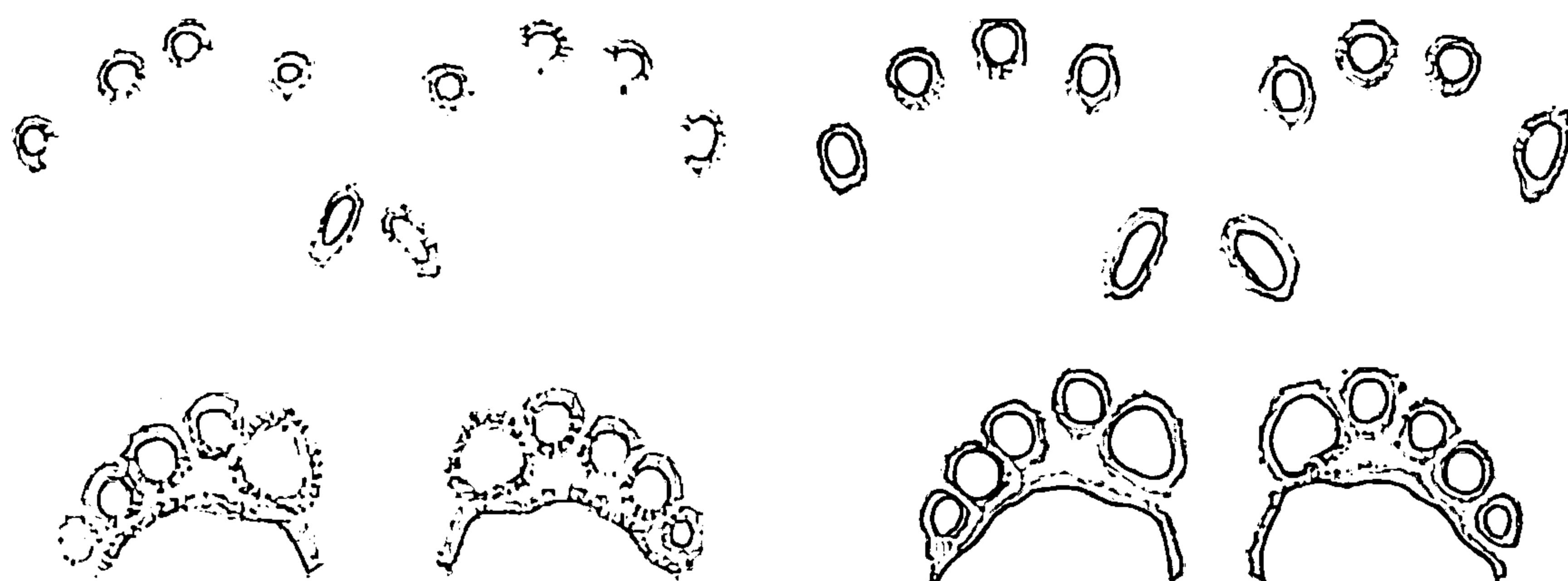
焦慮分數 15 等級 B，憂鬱分數 9 等級 A。

### • 彩光治療

不固定，共三次。協調一、亢達里尼、排毒療法、淋巴十字、腎 / 膀胱、靈魂線、子宮期療法、衝突療法。

### • 治療結果

月經經期恢復正常，頭痛與身體酸痛改善許多，鼻塞症狀也有減緩，不再給自己太大壓力，充滿自信。



楊小姐治療前

楊小姐治療後

## 案例十三 因長時間操作電腦，引發肩頸酸痛

陳小姐 54 歲

### • 生理症狀

因於國務局工作，需長時間操作電腦，肩頸壓力大，有強烈酸痛感，且手腳會發麻，月經經期延誤。

### • 心理狀態

擔心父母身體健康不佳，情緒不穩，喜歡獨處，並常因心情低落而哭泣。

### • 彩光治療

毒素基本療法、睡眠失調、淋巴十字、平靜三角療法、手腕喜悅區、協調十字、神經衰弱線、衝突療法。

### • 治療結果

治療隔天感覺十分疲累，有身體發熱等感冒、發燒前兆，一直流鼻涕、嘴唇乾裂、喉嚨乾癢。之後，流鼻水和嘴唇乾裂好轉，類似感冒的現象已好轉。右手有類似電流通過感，脖子痛明顯減少。生理期恢復正常。



陳小姐治療前



陳小姐治療後



## 案例十四 渾身不對勁可是檢查不出原因，似病非病很難受

林女士 56 歲

- 生理症狀

更年期症狀、肩頸僵硬、胸悶，可是檢查都正常，只有兩膝蓋退化性關節炎。

- 心理狀態

怕老公外遇。

- 彩光治療

淋巴十字、生命之流、紅色橢圓、延髓橢圓、胃肝反射、性情顏色。

- 治療結果

肩膀比較不酸痛，感覺充滿活力，呼吸也較順暢。

## 案例十五 壓力大、衝突多

王小姐 48 歲

- 生理症狀

胸悶。

- 心理狀態

因任經理故須兼顧管理與溝通，壓力大、衝突多。並因易怒而造成家庭生活有所困擾。

- 彩光治療

破冰療法、毒素基本療法、心附加療法、智齒後區、睡眠失調。

- 治療結果

治療後比較不容易生氣，家庭生活氣氛有所改善。

## 案例十六 變得年輕美麗自己很滿意

許小姐 38 歲

- 生理症狀

每天需操作電腦 8 小時以上，近視 1000 度，且有飛蚊症，睡眠失調、腰酸、肩頸酸痛、胸悶、便秘、淺眠。

- 心理狀態

母親血癌過世，當時有輕生念頭。之後父親再娶，和後母互動不佳。因婆媳問題、職場的人際關係等造成情緒壓力大。

- 彩光治療

毒素基本療法、睡眠失調、淋巴十字、平靜三角療法、手腕喜悅區、協調十字、神經衰弱線、衝突療法。

- 治療結果

治療後當天有嘔吐與腹瀉的狀況，且有劇烈的頭痛，但症狀在隔天就消失了。後腰部與左小腿有異位性皮膚炎發作。胸悶的問題則有很大的改善。情緒變得較為平穩。

## 案例十七 情緒起伏大，不容易讓自己放鬆

林小姐 41 歲

### • 生理症狀

任職空服員所以有時差與睡眠失調困擾，10 年前因溜冰而摔傷腰椎，至今仍有腰痛困擾。有 2 次流產紀錄。

### • 心理狀態

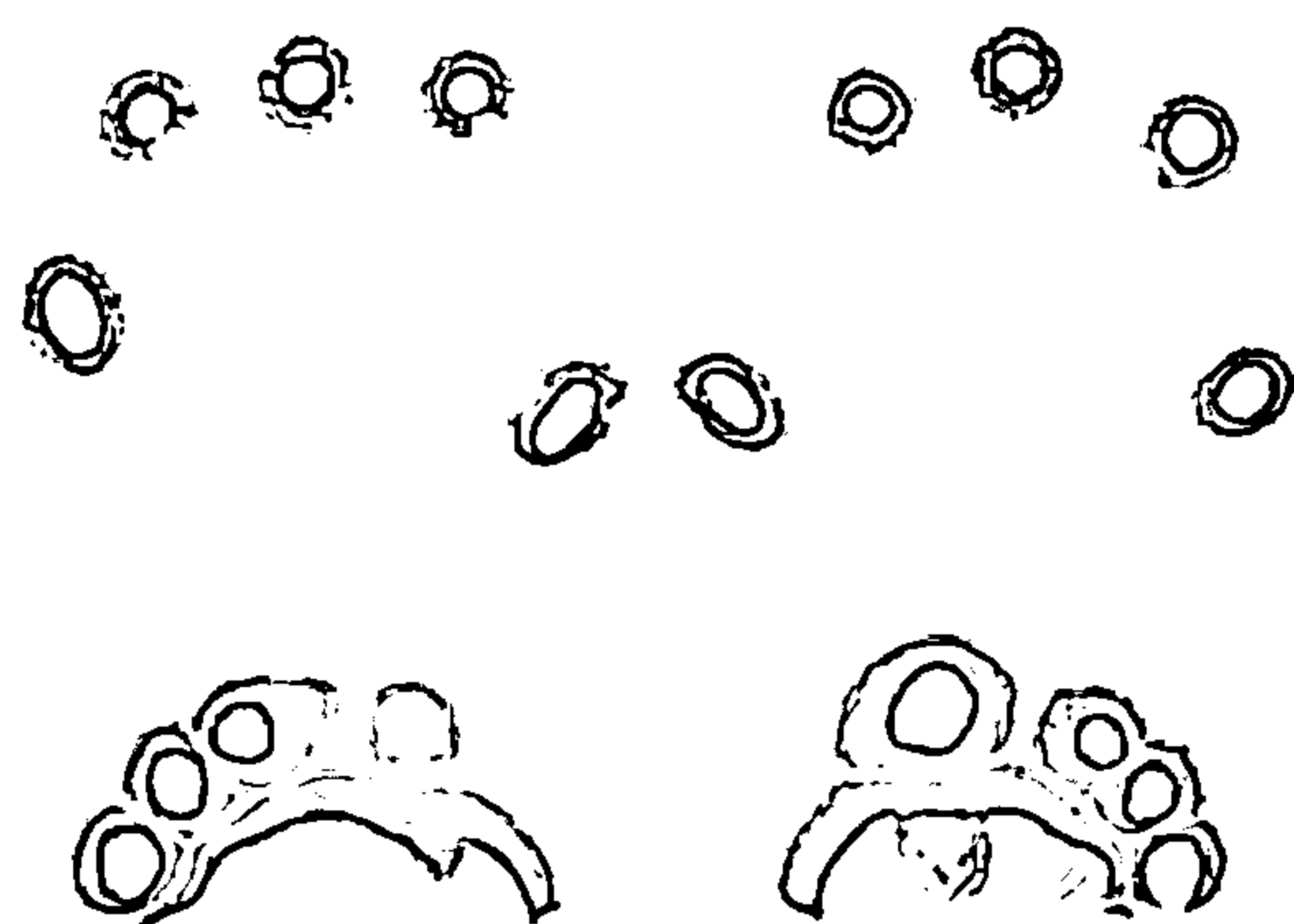
夫妻間已持續 4 ~ 5 年的緊張關係。情緒起伏大，難以與人溝通。父母感情不好，母親的憂慮情緒造成極大影響，對媽媽又愛又恨。平時練習氣功，但不容易放鬆。

### • 彩光治療

亢達里尼、排毒療法、淋巴十字、睡眠失調、不安狀態線、神經衰弱線。

### • 治療結果

治療時覺得平靜，不知不覺就進入禪定的放鬆境界。療程後睡眠狀況極佳。



林小姐治療前



林小姐治療後

## 案例十八 單親家庭的工作與壓力，造成緊張焦慮

陳小姐 30 歲

- 生理症狀

失眠。

- 心理狀態

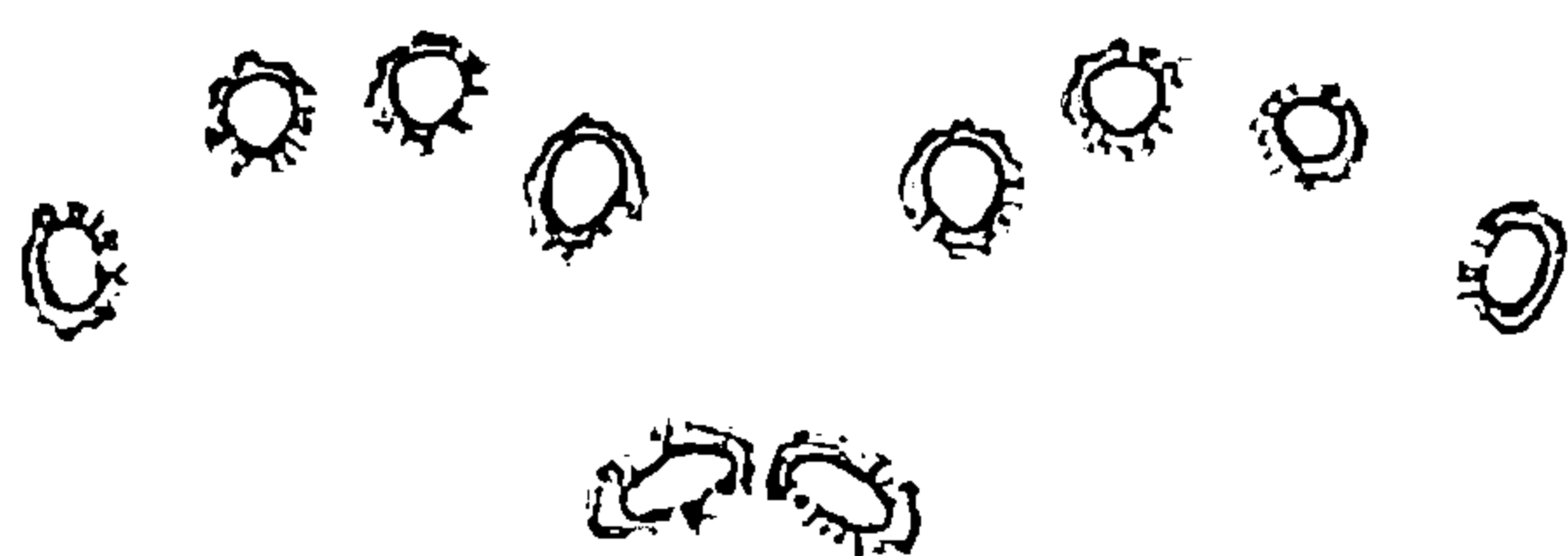
因工作及家庭壓力，常覺得緊張焦慮，由於老公外遇而離婚，須獨力照顧女兒，工作時間長且無人可分擔照護九歲女兒的責任因而煩惱、失眠。

- 彩光治療

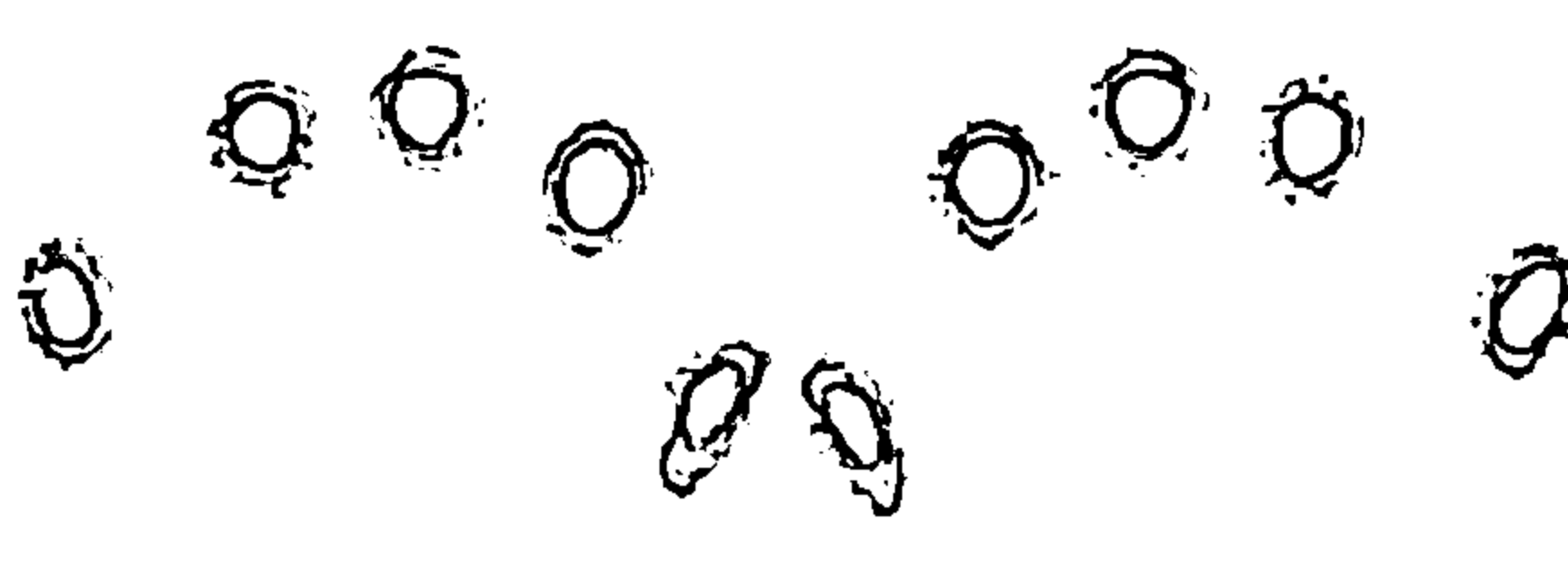
毒素基本療法、淋巴十字、肺／大腸準備療法。內分泌附加療法，睡眠失調、神經衰弱、智齒後區、衝突療法。

- 治療結果

治療後，大腿出現瘀癍，額頭上冒痘，但心情輕鬆，覺得事情終能解決，決定活在當下。



陳小姐治療前



陳小姐治療後

## 案例十九 彩光在家 DIY，分享健康

許小姐 45 歲

- 生理症狀

母親過逝後開始產生頻尿狀況，之前因憋尿而致膀胱炎已 10 年，有腎結石。月經失調，右半身酸麻三年，嚴重時右手無法上舉。經常有左側偏頭痛，易掉頭髮、曾患圓形禿，疲勞淺眠。

- 心理狀態

跟多年的男友分開，職場上的鬥爭對心靈造成極大創傷，容易感覺生氣、怨恨與驚嚇。父親事業忙，母親較專制，所以常責罵。

- 彩光治療

毒素基本療法、中央騷動、生命之流、淋巴十字、腎 / 膀胱準備法、肺大腸療法、協調十字、母親療法、衝突療法

- 治療結果

治療後發現某些如如左邊偏頭痛、腰酸等症狀，反覆消失、出現。治療當天身體疲倦，但隔天起床即消失。下牙床中間偏左則有脈搏跳動的感覺，並感覺全身四肢有氣流流動，尤其是雙手更為明顯。買了一套彩光能量平衡器在家 DIY，也可幫父親做彩光養生，分享健康。

## 案例二十 工作壓力大，筋疲力竭而失眠

賴先生 56 歲

- 生理症狀

睡眠時間長但睡總是睡不飽，導致精神不濟、耳鳴、視力模糊，晚上視力不佳。

- 心理狀態

睡覺時會不自覺的搔抓身體，工作壓力大，希望自己的身體能更健康。

- 彩光治療

毒素基本療法、淋巴十字、睡眠失調、神經衰弱。

- 治療結果

治療當天很疲勞，2～3 天後，睡眠變得極為深沉，醒來後精神狀態極佳。



賴先生治療前



賴先生治療後

## 第五章

# 孕婦和孩童彩光

## 一、孕婦彩光

### 1. 孕婦情緒困擾與生理問題

#### (1) 懷孕期間常見的情緒或心理問題

包括焦慮、恐懼、沮喪、憂鬱、易怒與失眠。而懷孕導致情緒困擾 Pregnancy-related affective disorder (PRAD) 的因素可約為下列數點：

- 第一胎或曾流產
- 經痛或經前症候群
- 幼年失父
- 母親照顧較少而父親過度保護
- 自我意識較強
- 懷孕期間吸煙過多或服用藥物
- 非預期中的懷孕
- 夫或妻對此懷孕帶有負面情緒
- 丈夫較疏遠
- 再婚者

#### (2) 懷孕期間生理問題

有背部酸痛、關節僵硬、腹部緊繃、下墜感、胸悶、心跳過速、出汗、便秘、腹瀉、水腫、子宮收縮與其他婦產科問題。



### (3) 分娩中的心理內分泌相關

近年來，分娩期間的情緒在心理學及心理內分泌學方面所起的作用一再受到強調，主要集中於對情緒以及生物學和激素的變化方面，並認為這些變數與產程有密切關係。這些包括分娩期間焦慮與疼痛的顯著相關。

### (4) 分娩痛

分娩痛是一個極為複雜的問題，其真實的病因仍不清楚。但是，恐懼與壓力會提高痛敏感性是毫無疑問的。妊娠與分娩當然對婦女都是一個壓力情境，而恐懼則是一種非其他生理狀態下都存在的附加心理成分。

婦女對分娩的恐懼起源於：

- 怕痛。分娩長期以來被認為是婦女一生中最痛楚的經歷。
- 害怕遭到嚴重的軀體損害。
- 因無完善的心理準備而害怕，初次產婦最容易發生。
- 害怕生產過程不順利而致死。

文獻表明，情緒通過激素及神經通路使分娩無力；主要是使子宮收縮不協調而產生疼痛。也認為恐懼引起平滑肌緊張，缺氧而致痛。

### (5) 孕婦人格特徵對孕產期的影響

用明尼蘇達多相人格測驗（MMPI）和心理諮詢調查妊娠 20 ～ 40 周

的婦女，發現孕吐反應劇烈或其他妊娠反應劇烈的孕婦多數有性格外傾、心理變態和情緒不穩定等特徵。大部分都呈現輕微的精神官能症表徵，身心問題較多，主要表現為神經過敏、焦慮緊張、心悸、恐慌、情緒不穩等。

#### (6) 產娠期的心理問題

分娩後，產婦又進入了一個新的身心變化時期，在生理上，下丘腦—垂體—性腺軸的神經內分泌亢進狀態隨著胎兒的娩出而突然撤消，有的機能趨向恢復正常，但與撫育嬰兒有關的機能，如哺乳等則轉入活動狀態。

在心理上，身為母親的狀態轉化為現實，再者受家庭、社會習慣勢力的影響，對生男育女的產前預期也隨胎兒娩出而得到最終答案，情緒開始受到各種外在、內在的影響，母性行為的實踐也從此開始。總之，產娠期可以看成是一個生理和心理的轉變時期，產婦易在此期間遭受各種生物、心理、社會因素的不良影響而造成身心障礙，尤其是在產後一個月內發生心理變態或精神官能症的較多。

#### (7) 孕婦安胎的彩光療法沒有副作用，不傷害胎兒。

彩光能治療在子宮期所受到的創傷，幫助我們接觸細胞的意識，以及發現疾病、疼痛的根由。在治療過程中會意識到負面的生活模式，了解內在衝突，把光帶入問題的根源，化解陳年的身心創傷。

## 2. 孕婦彩光案例

### 案例一 蔡小姐 39 歲

- 生理症狀

失眠，左肩頸僵酸痛、腰酸背痛，情緒不穩，天氣變化時蕁麻疹容易發作，時有耳鳴、手腳多汗、呼吸不暢。

- 心理狀態

因想懷孕而不斷嘗試許多方法。

- 彩光治療

亢達里尼、協調一、中央騷動、攻擊區、靈魂線、督脈照射、藍色胃菱形、疼痛橢圓。

- 治療結果

身體心理都得到深層放鬆。並在治療三個月後懷孕。

## 案例二 何小姐 34 歲

### • 生理症狀

肩、頸、腰部酸痛，手指容易酸麻，胃常常不舒服，也沒有胃口。自懷孕後腰痛越來越嚴重，因怕影響胎兒而不敢服用止痛藥，也無法接受物理治療。

### • 心理狀態

易焦慮，從事新聞業，需長時間使用電腦，擔心自己的身材與體重。

焦慮分數 14 等級 B，憂鬱分數 4 等級 A

### • 彩光治療

固定每週一次，共六次。

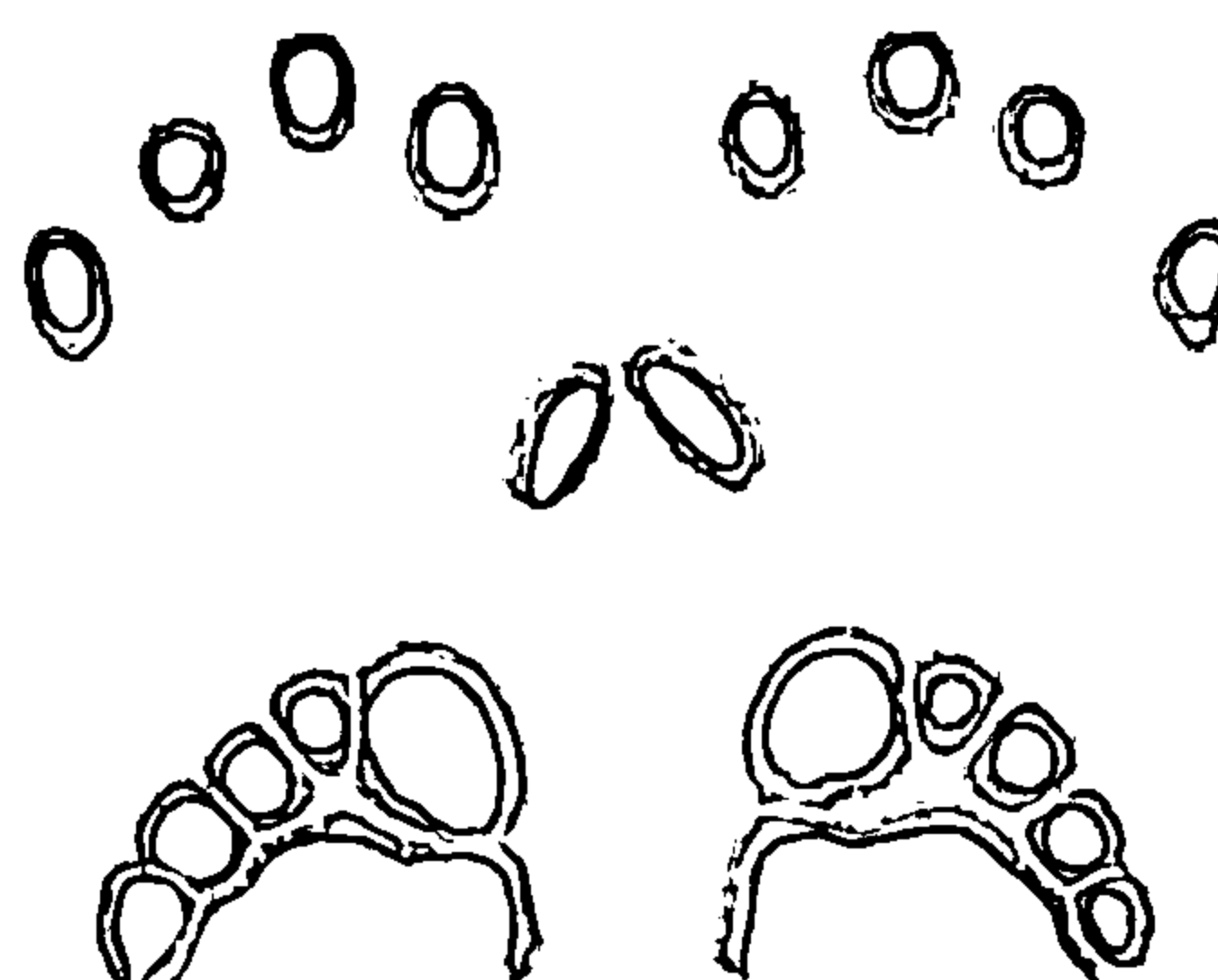
亢達里尼、協調一、中央騷動、攻擊區、靈魂線肩頸點（藍綠）、督脈照射、藍色胃菱形、疼痛橢圓。

### • 治療結果

情緒獲得放鬆，幫助安胎，手麻與胃痛消失，採自然生產，產前陣痛到生產完成只有三小時，生產順利。



何小姐治療前



何小姐治療後

### 案例三 劉小姐 25 歲

- 生理症狀

因子宮肌瘤服用黃體素，吃甜食與發酵食品會想吐，已五年以上。

- 心理狀態

目前懷孕 8 週，容易緊張，腸胃因此而抽搐。上午時情緒會更容易恐慌，懷孕後對生產有強烈恐懼感。

- 彩光治療

毒素基本療法、喉嚨大衛星、小衝突、孕婦彩光。

- 治療結果

孕吐情形有改善，對甜食的排斥感已消失，也能接受發酵食品。治療時會有能量流動的感覺。嘴巴周圍、背部與頭皮開始長痘痘。

### 案例四 古小姐 30 歲

- 生理症狀

下背劇烈疼痛，且轉移到右腿麻木，行走困難，醫師診斷為椎間盤突出壓迫合併神經炎。熱敷沒效果，因有孕在身，不敢作復健電療按摩，也不敢吃藥、打針。

- 心理狀態

懷孕 3 個月，情況穩定，但因父親過世而產生諸多身體與心理的壓力。

- 彩光治療

內分泌療法、督脈劃線、三角形療法、靈魂線療法、腎膀胱功能圈療法、頭骨療法、臀反射區、肝膽功能圈療法。

- 治療結果

一次治療後所有疼痛完全消失。順利生產。

## 二、孩童彩光治療

### 案例一 改善壞脾氣與親子關係

蘇小妹 6 歲

- 生理症狀

早上起床之後容易流鼻水、咳嗽、過敏性蕁麻疹、挑食、便秘。

- 心理狀態

非常容易生氣，小時候常因此更換保母，令媽媽傷腦筋。

- 彩光治療

第一次：協調一、幼兒基本排毒、淋巴十字、性情的點和顏色、創傷釋放療法。

第二次：內分泌基本組合、子宮期療法、平靜三角（內分泌附加療法）。

- 治療結果

治療過程因母親不在身旁而感到不安，情緒起伏很大，第一次治療隔天有流鼻水現象。原有的咳嗽狀況獲得改善，胃口明顯變好，不挑食，排便也有改善。長期流鼻水、咳嗽也都消失。脾氣比較穩定，比較聽話。

## 案例二 增進專注學習能力，改善偏食習慣

蘇小弟 9 歲

- 生理症狀

早上起來會咳嗽、鼻子過敏。

- 心理狀態

容易生氣並常與妹妹鬥嘴。無主見、易被同學指使。

- 彩光治療

協調一、幼兒基本排毒、淋巴十字、性情的點和顏色、創傷釋放療法、衝突療法。

- 治療結果

症狀：咳嗽、鼻子過敏症狀見改善，學習較專心。

### 案例三 發展遲緩感覺統合異常

#### 葉小弟 9 歲

- 生理症狀

生長遲緩。

- 心理狀態

陌生的環境中易緊張，進而大聲喊叫。

- 彩光治療

協調一、毒素基本療法、子宮期療法、淋巴外流的不適。

- 治療結果

食慾、睡眠，以及鼻涕、乾咳狀況都有好轉。

### 案例四 功課壓力繁重，頻頻肚痛

#### 周小妹 8 歲

- 生理症狀

經常肚子痛，且較易感冒、眼眶發暗。

- 心理狀態

常因考試壓力，或被父親責罵而引發生理不良反應。

- 彩光治療

協調一、內分泌基本療法、腦部平衡法、子宮期療法、毒素基本療法、創傷釋放療法。

- 治療結果

治療後睡眠改善，肚子也不易疼痛。



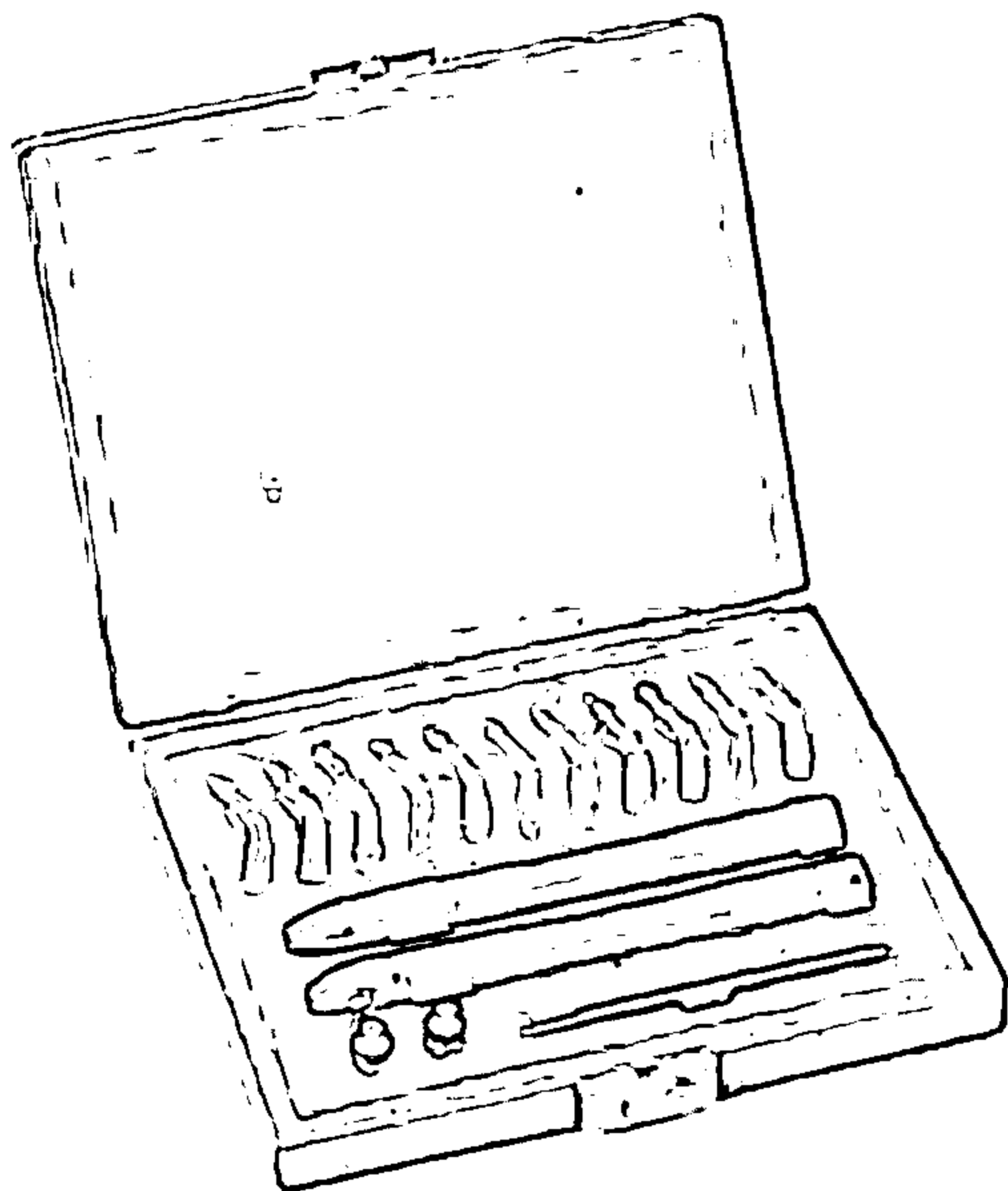
## 第六章

# 彩光自然療法 DIY

# 一、彩光治療 DIY 基本原則

彩光治療不具侵入性，所以沒有疼痛感，也不會有感染問題。能深度放鬆，施行方式簡易，能實際感受效果。（本章節中，圖示旁的阿拉伯數字，是生物光能平衡器上所代表的顏色。）

- 選用穴位包括傳統經穴、經外奇穴、手、足、耳部等全息律系統或是身體動力學（Kinesiology）。人體穴位就是最容易接受光刺激的終端點。
- 所謂的「區」，如「胃區」範圍約拳頭大，手腳區約十元硬幣大，每區照光約 1 ～ 5 分鐘。
- 光的折射區域相當寬廣，縱使沒有對準穴位亦可產生效果，請放心使用。圖上所標示的穴位，可參考照第一章「彩光照射區穴位索引」。
- 每個區域或穴位均可先用探測棒刺激後再照光。
- 彩光照射不宜同時使用太多保健項目，每次總時間不要超過一小時。
- 運用顏色互補原理調整人體、寒、熱、虛、實，只要顏色及方法用對，馬上可產生效果。如誤用顏色，或出現好轉反應時，只需在原處放上「互補顏色」或以「好轉反應平衡法」馬上可平衡。
- 同一穴位標示兩種顏色時，可先用探測棒探測左右兩邊穴點做比較，痛的一方先用「冷色系」照一分鐘，再以「暖色系」照另一側穴位。



生物光能平衡器

## 聚焦光棒的編號

編號	顏色	編號	顏色
1	紅色	7	紫色
2	橙色	8	淺藍綠色
3	黃色	9	淺綠色
4	綠色	10	紫紅色
5	藍綠色	11	粉紅色
6	藍色		

## 二、好轉反應平衡法

使用彩光照射後，會啟動胸腺及免疫系統，身體能量開始大量流動，有時會出現頭暈、頭痛等不適的「好轉反應」，下列幾種方法均可深度放鬆、平衡神經系統，讓內臟各機能獲得協調，減少不適的感覺。

### 1. 頭部平衡區

穴位：髮際和眉毛間，從左邊

太陽穴畫至右邊太陽

穴，來回畫約 10 次。

顏色：白天黃色，晚上或情緒

高亢者用紫色。

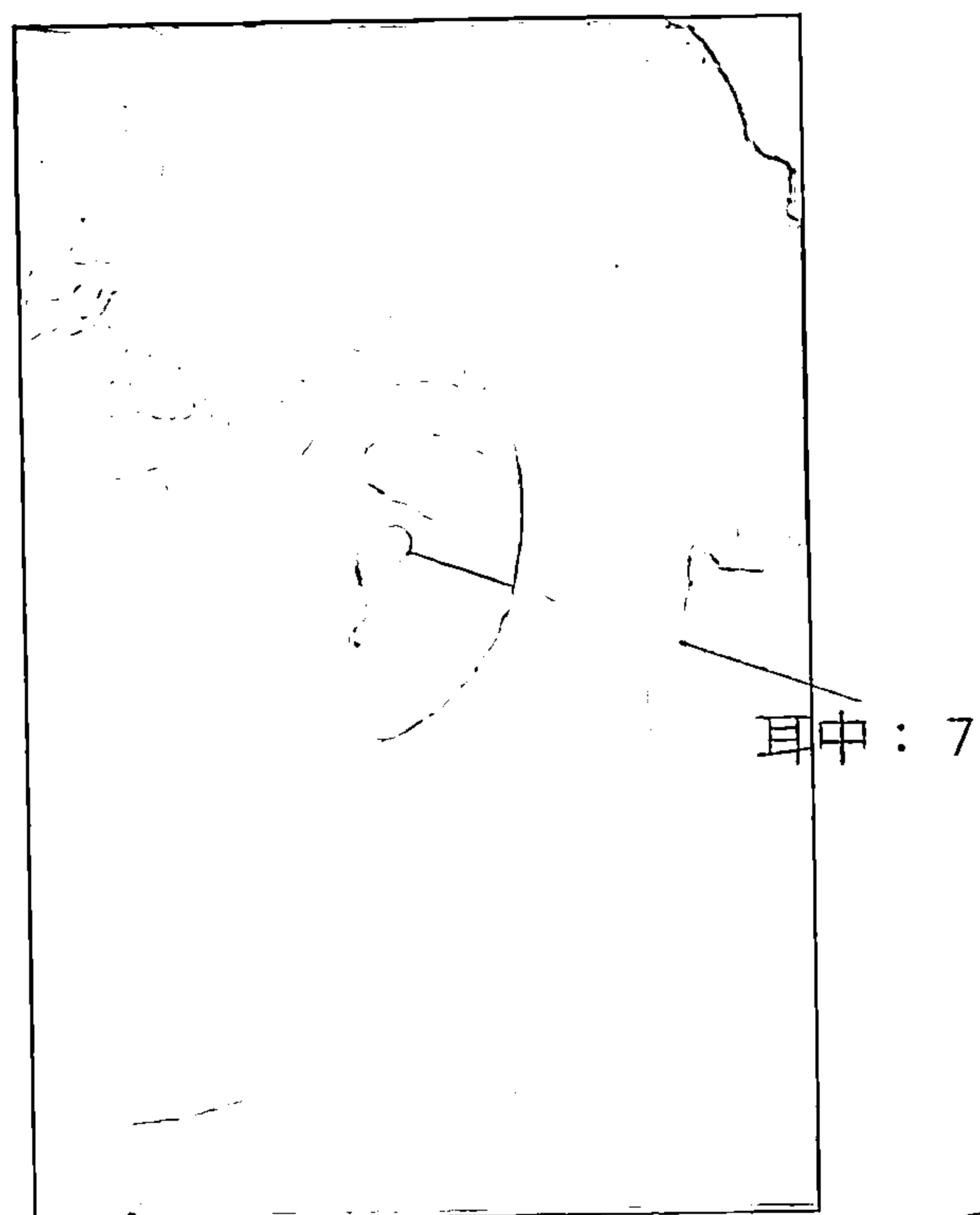
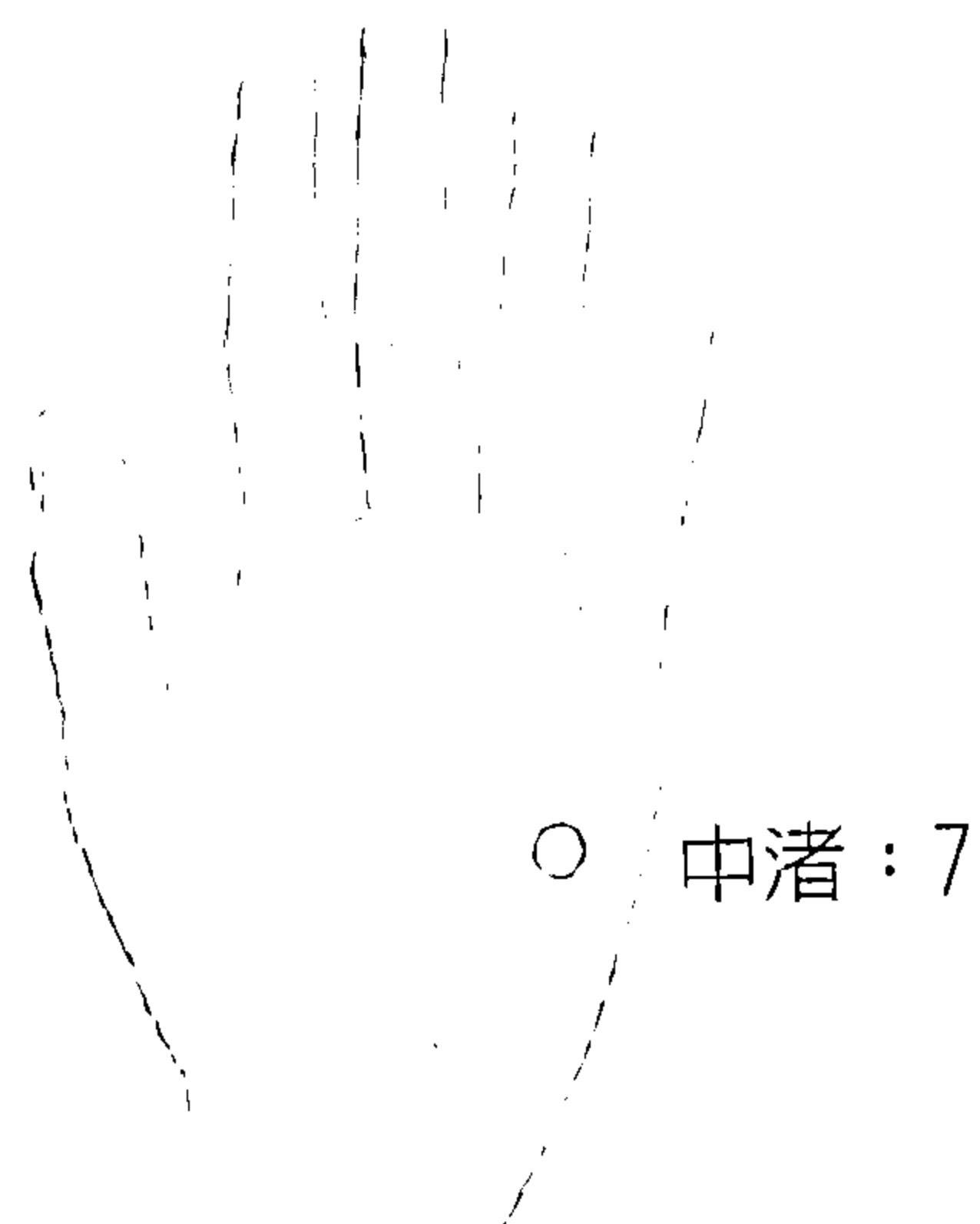


日：3（黃色）  
夜：7（紫色）

## 2. 手部平衡區

穴位：中渚，手掌第四  
和第五掌骨中間

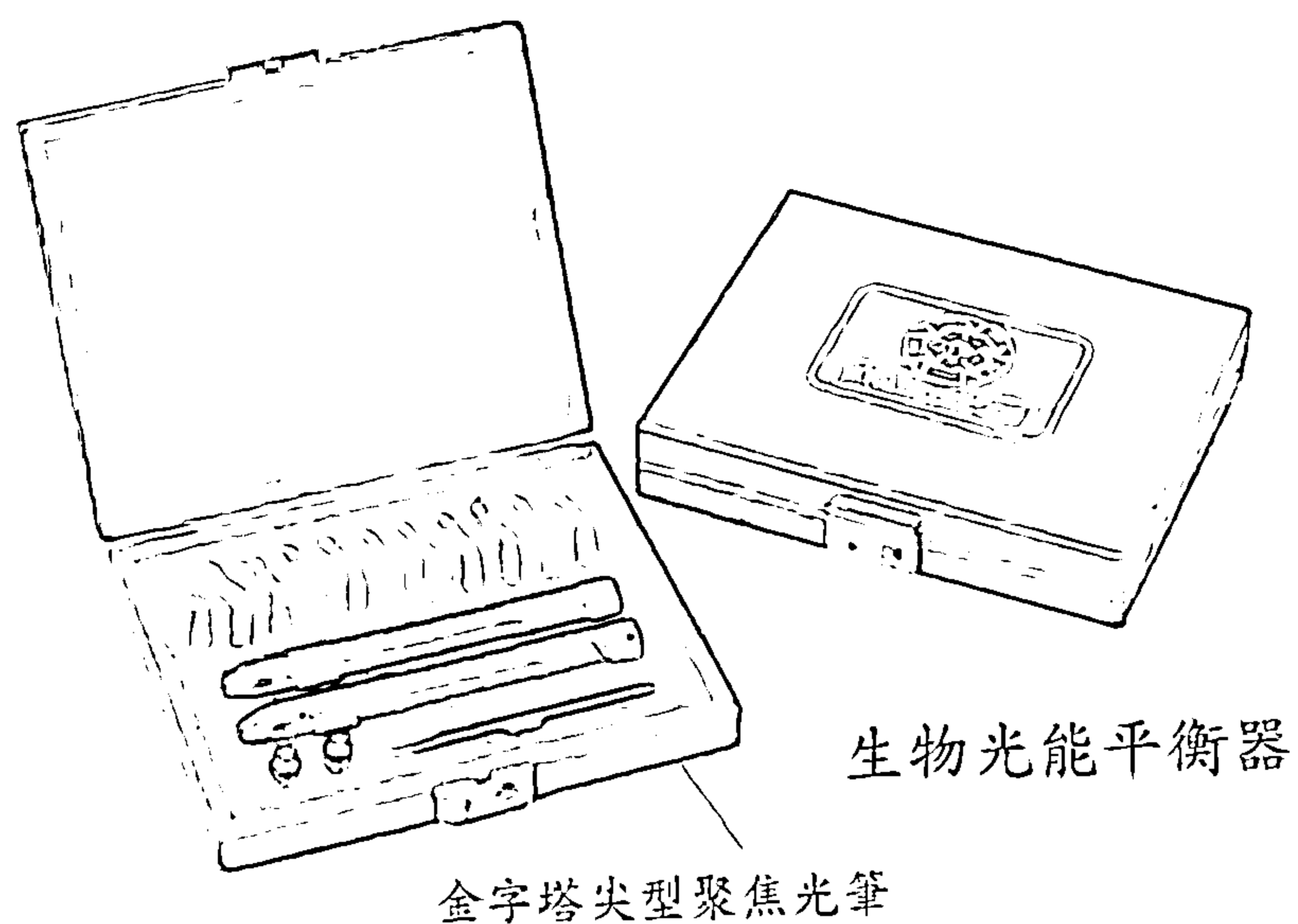
顏色：紫色



## 3. 耳部平衡區

穴位：耳中，在耳輪腳內，中間處

顏色：紫色



### 三、上班族、電腦族、學生適合的彩光 DIY

科技日益進步，生活步調越緊湊，無論是開車、騎車，或是長時間凝視電腦螢幕、久坐…等，容易引起氣滯血瘀、細胞積毒，日積月累後產生全身僵硬、肌肉緊繃、眼睛酸澀等問題。

有這些困擾的上班族、電腦族、學生，可以使用以下幾種日常的彩光療法加以保養，並可附加在每種不同的痛症上。

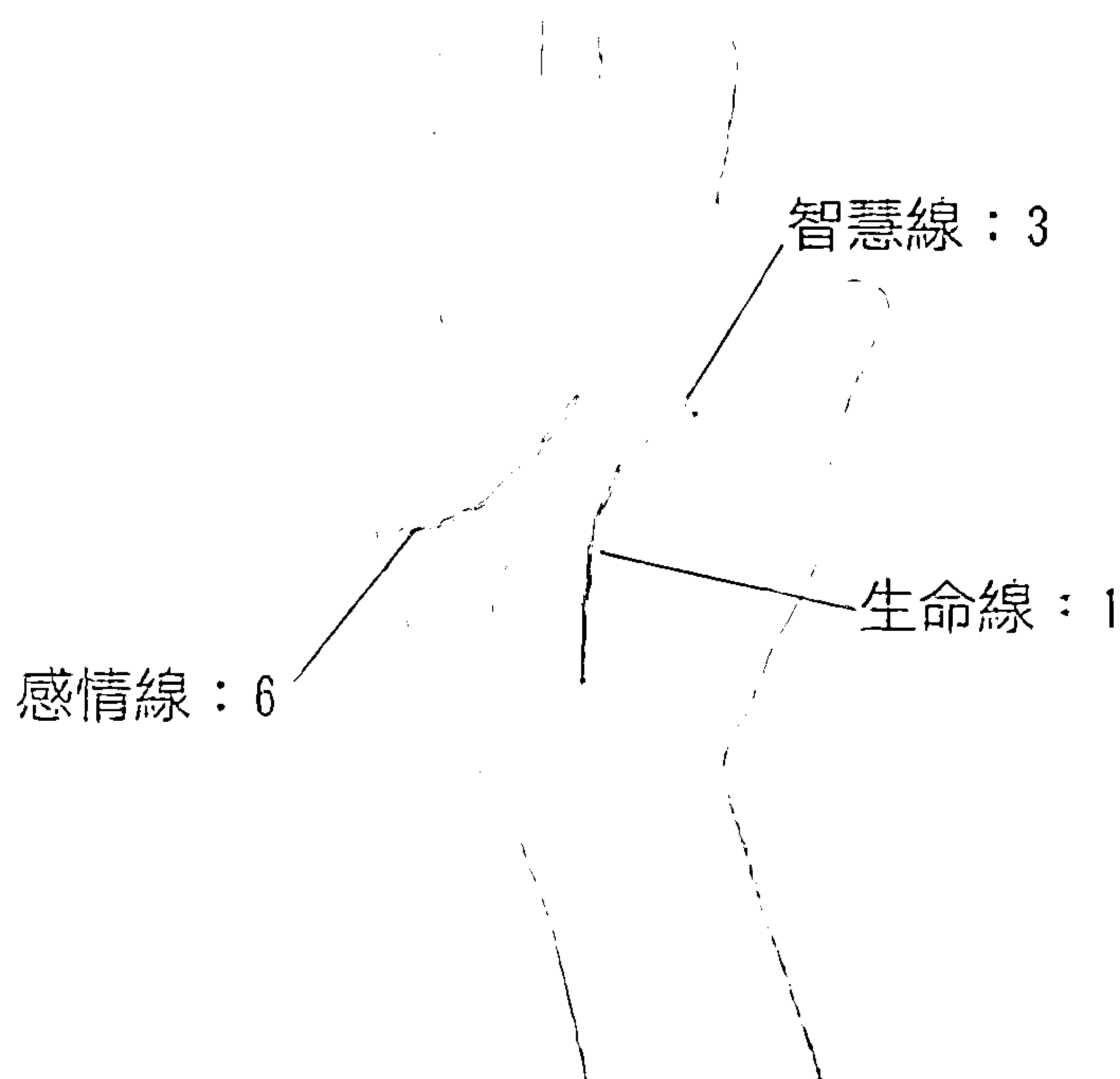
#### 1. 活力線

每條線來回畫十次。

生命線：紅色

智慧線：黃色

感情線：藍色



## 2. 心靈平衡線

每條線來回畫十次

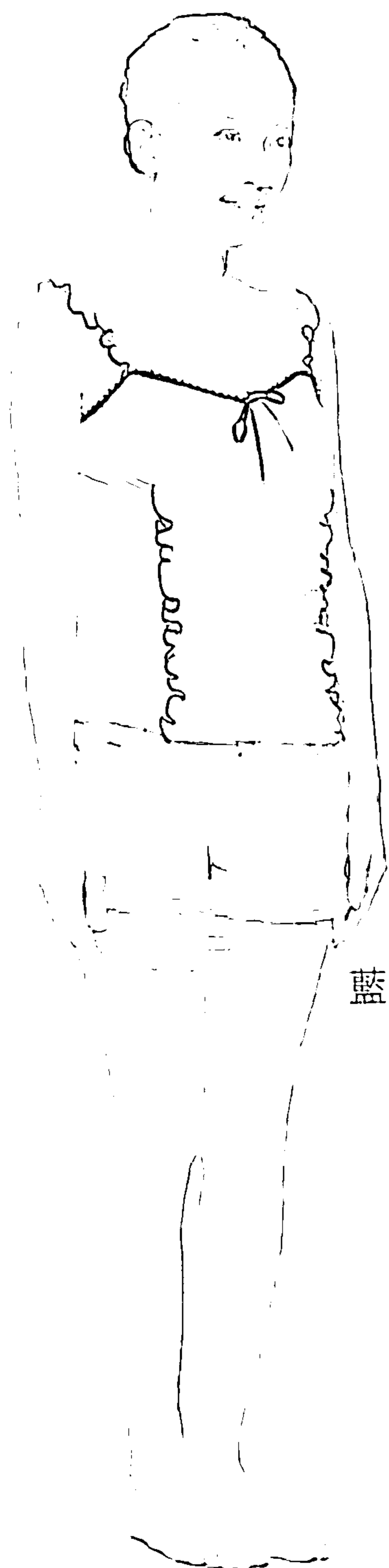
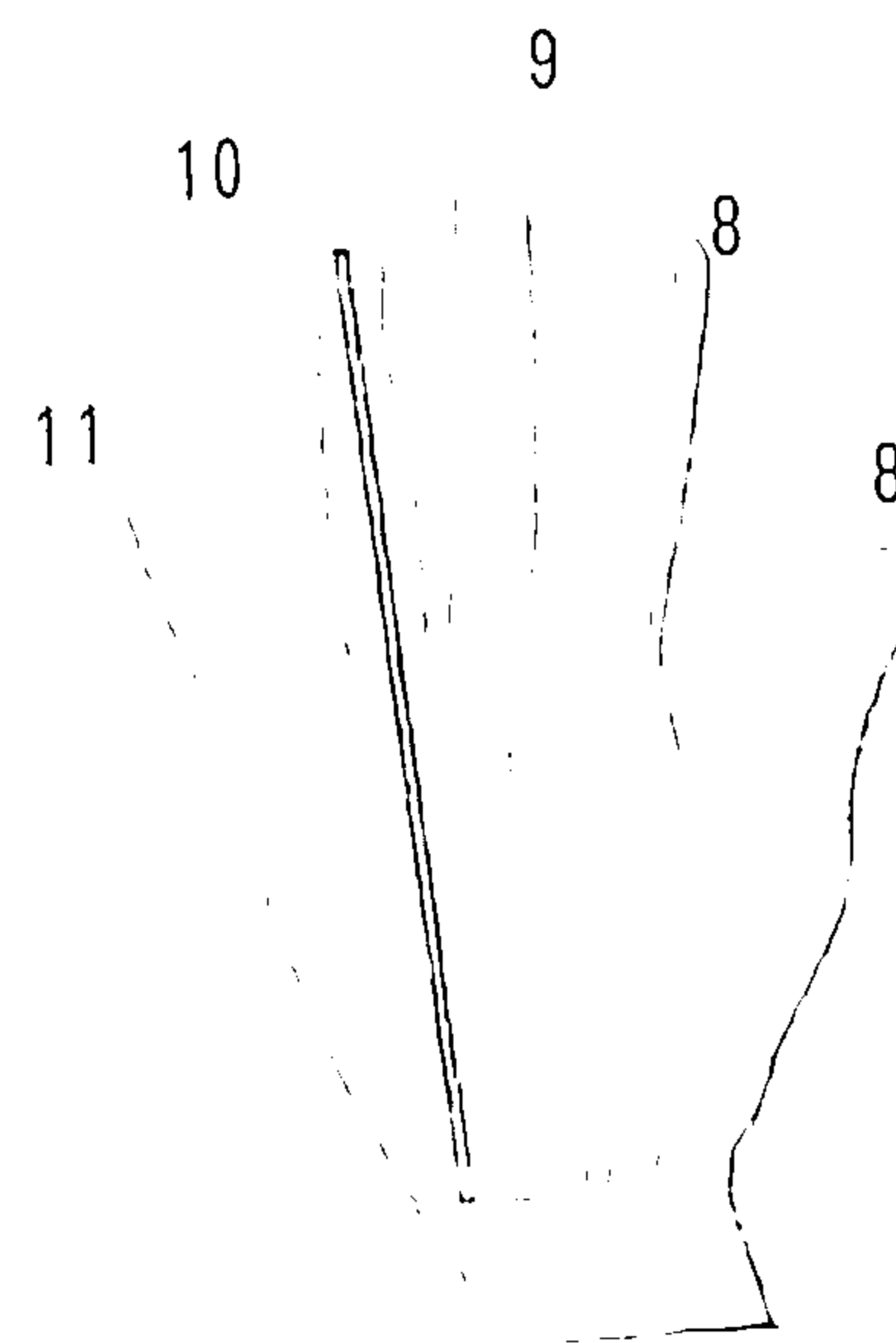
拇指：淺藍綠色

食指：淺藍綠色

中指：淺綠色

無名指：紫紅色

小指：粉紅色。



藍綠色：5

## 3. 解毒十字

穴位：大腿內側中線

顏色：藍綠色

## 4. 腦部平衡法

請依穴位的順序 (1) 至 (12) 及所使用光色

穴位：目明：右 (1)：綠 → 再左 (2)：紅，直對瞳孔，在髮際邊緣。

陽白：右 (3)：藍 → 再左 (4)：橙，直對瞳孔，眉毛上兩指。

額中 (5)：白天：黃色，晚上：紫色，印堂上一指。

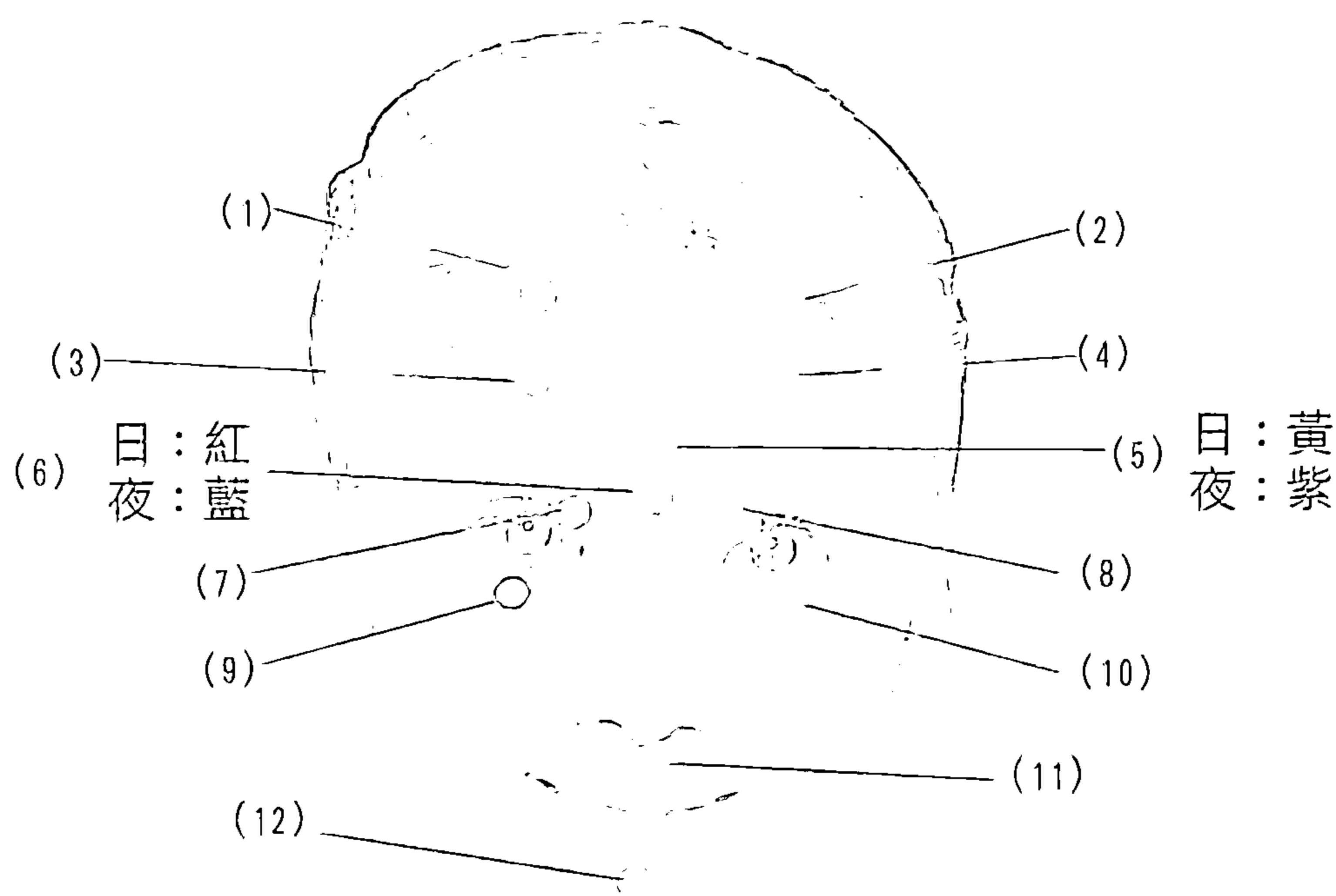
印堂 (6)：白天：紅色，晚上：藍色，兩眉之間。

睛明：右 (7) 藍 → 左 (8) 橙，目光眥角外約一分處。

承泣：右 (9) 藍 → 左 (10) 一橙，直對瞳孔，目眶中央處。

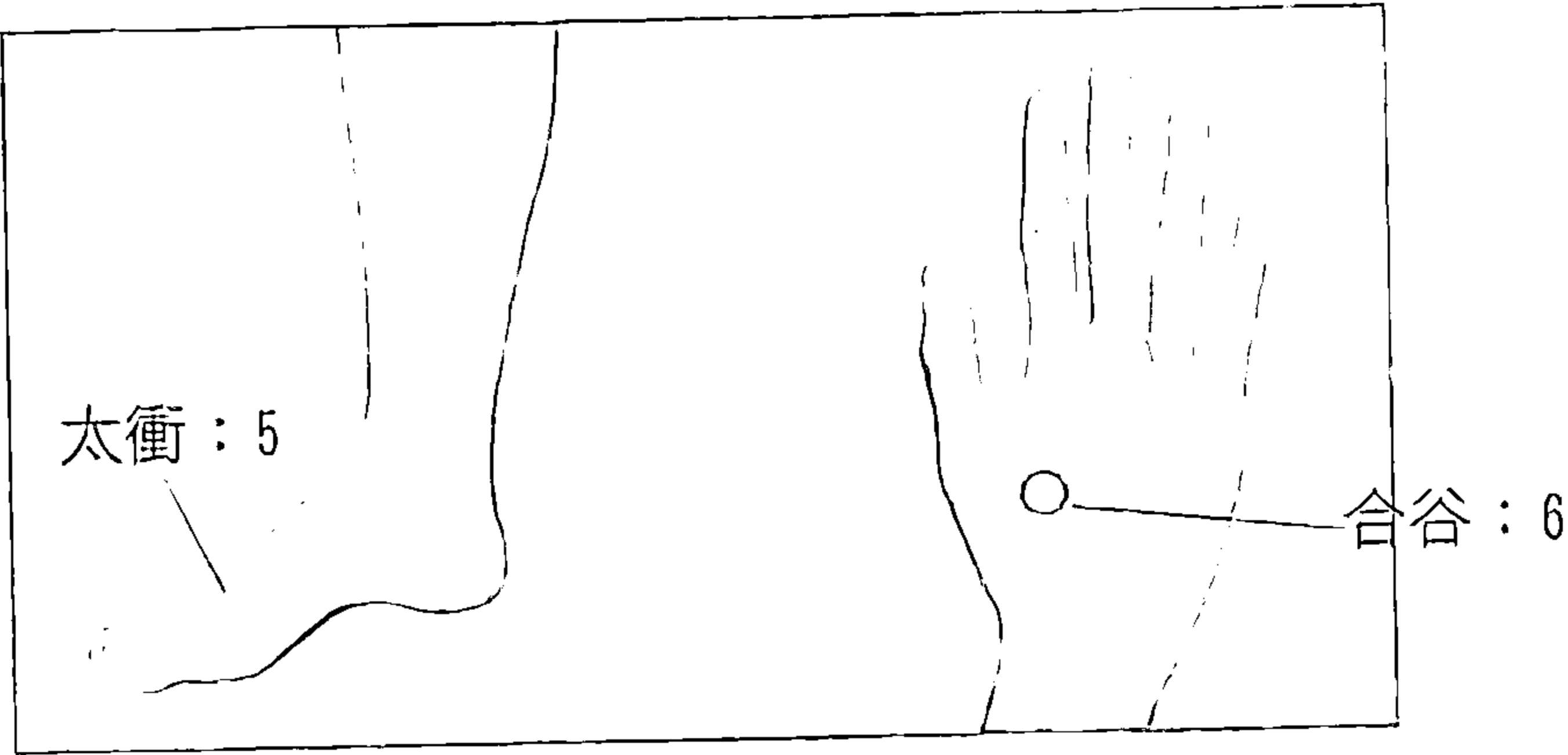
人中 (11)：黃色，鼻子和上嘴唇間，唇上 1/3 處。

承漿 (12)：紫色，下嘴唇和下巴間凹陷處。



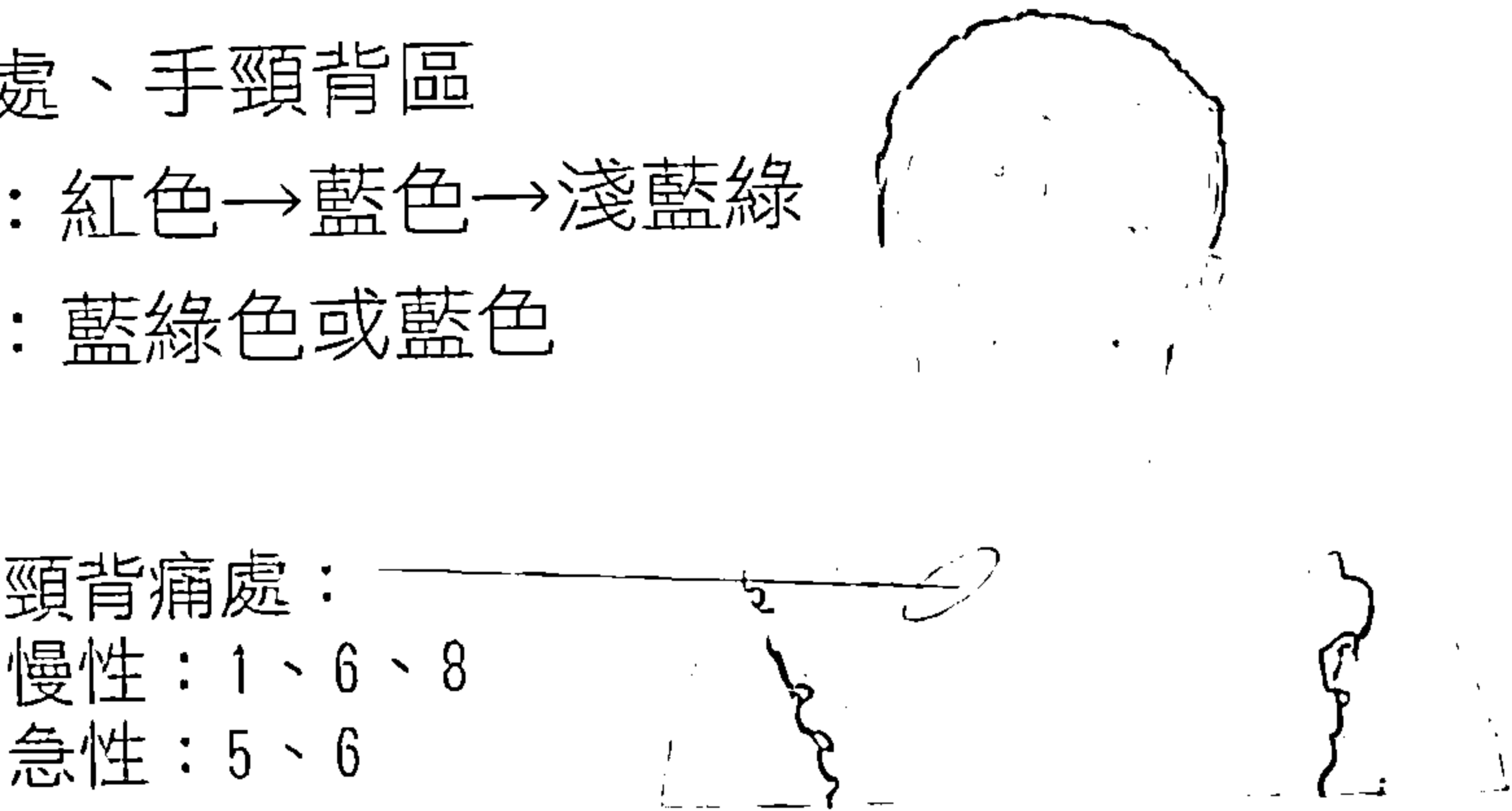
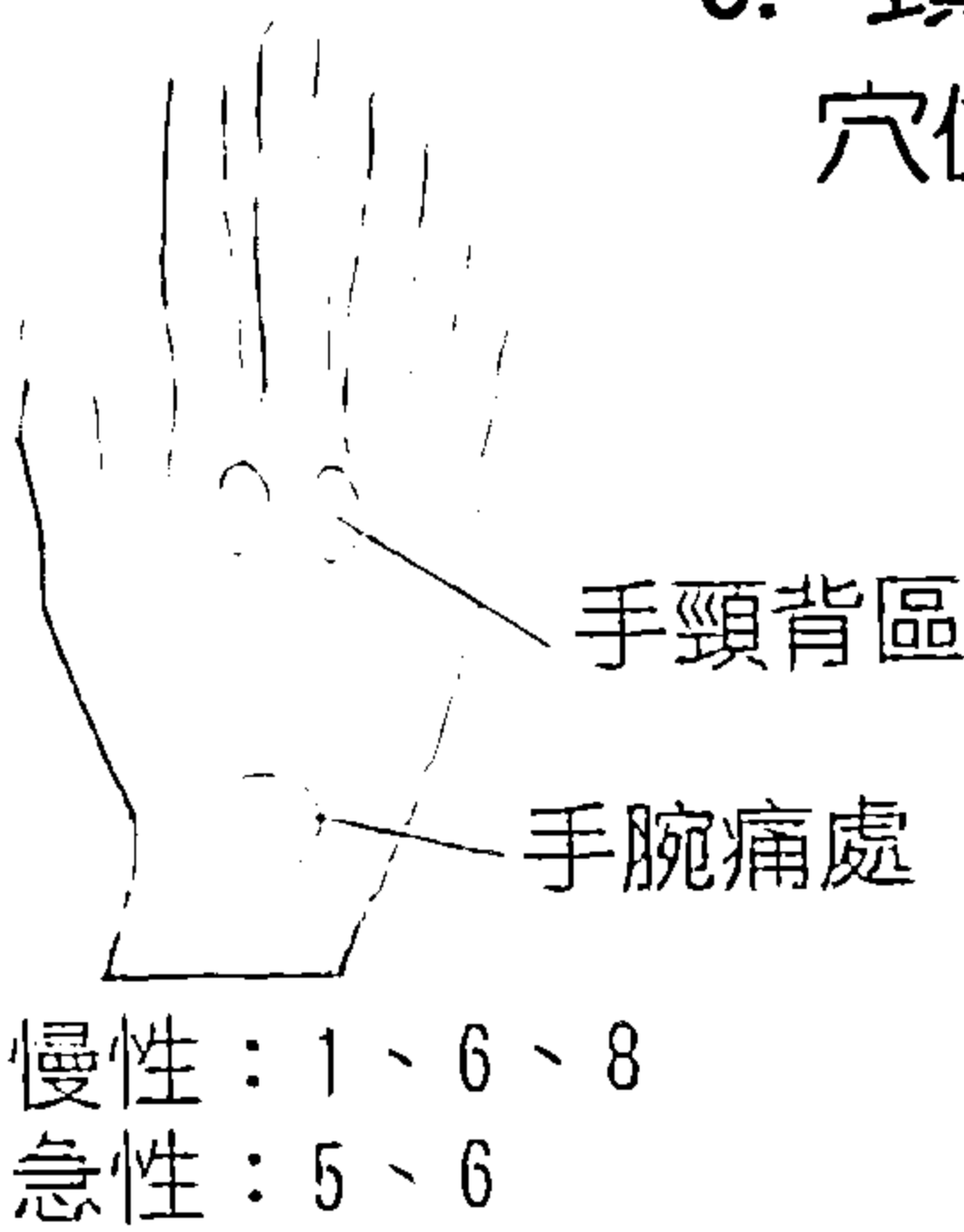
5. 頭痛

穴位：足部太衝：藍綠色  
手部合谷：藍色  
頭痛處：藍綠色



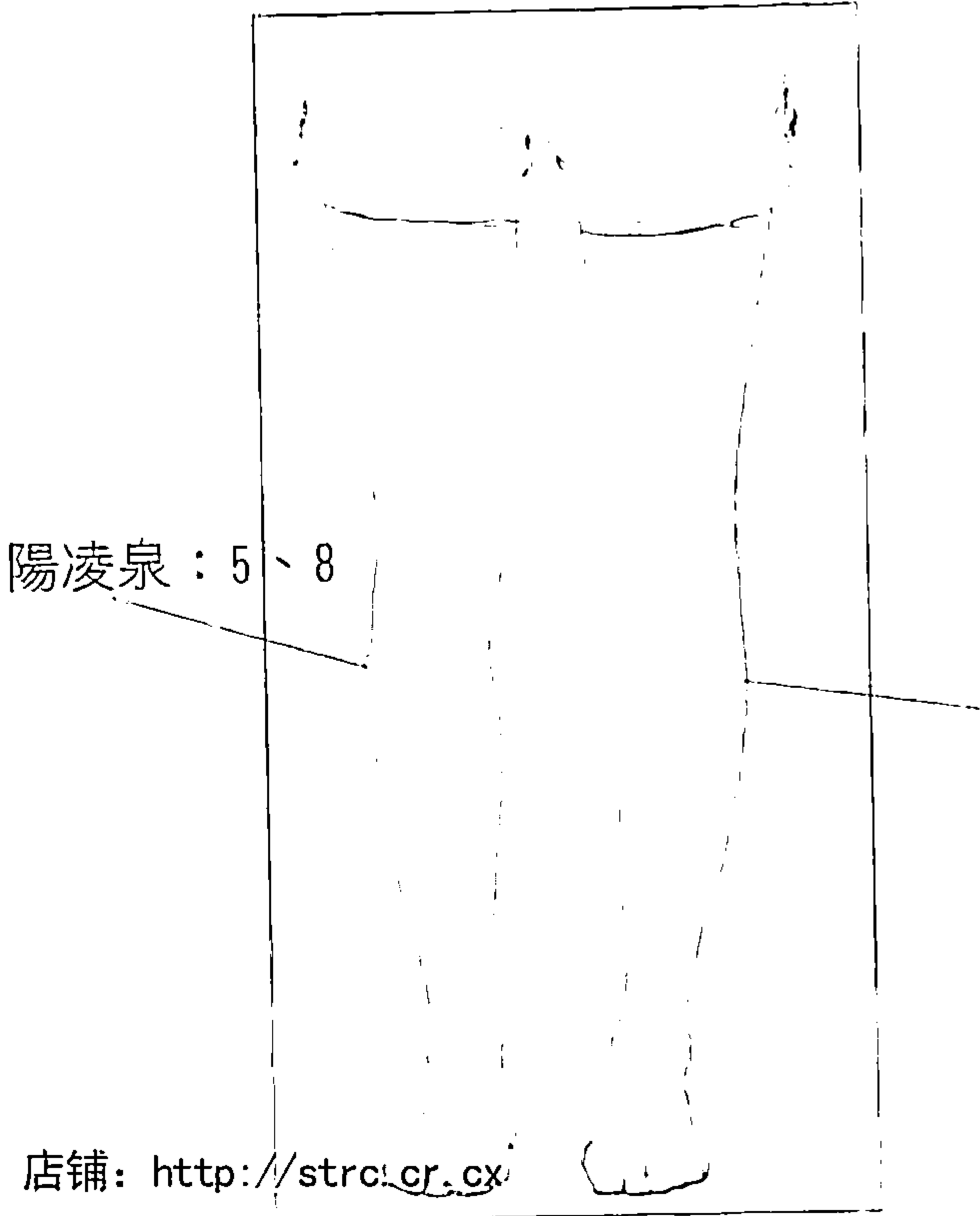
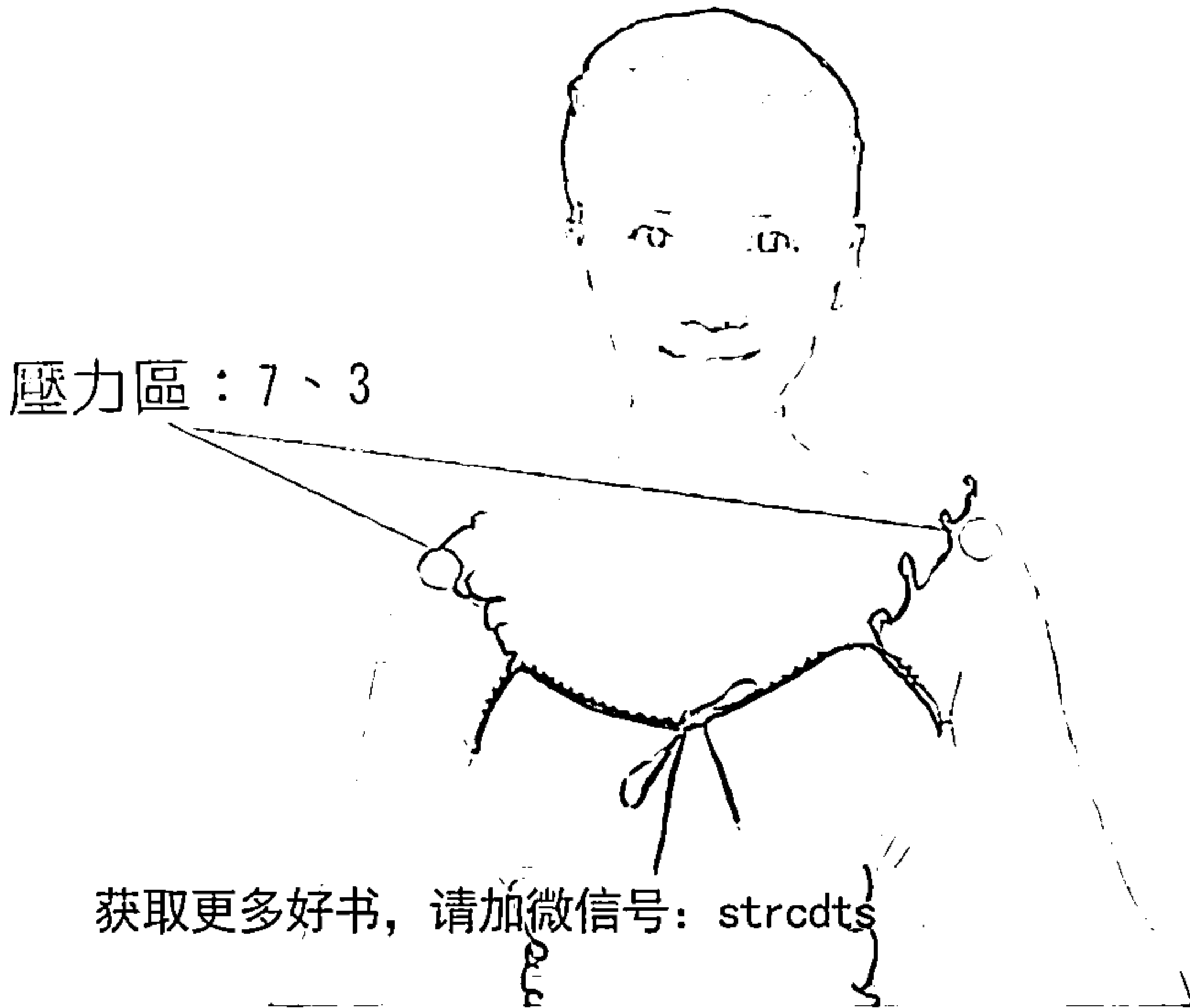
6. 頸背僵硬疼痛

穴位：頸背疼痛處、手頸背區  
慢性疼痛：紅色→藍色→淺藍綠  
急性疼痛：藍綠色或藍色



7. 手肘、手腕痛

穴位：疼痛處：紅色→藍綠色  
陽陵泉：淺藍綠或藍綠色  
壓力區：紫色→黃色





## 8. 腰背酸痛

穴位：

手部腰痛點：紅色

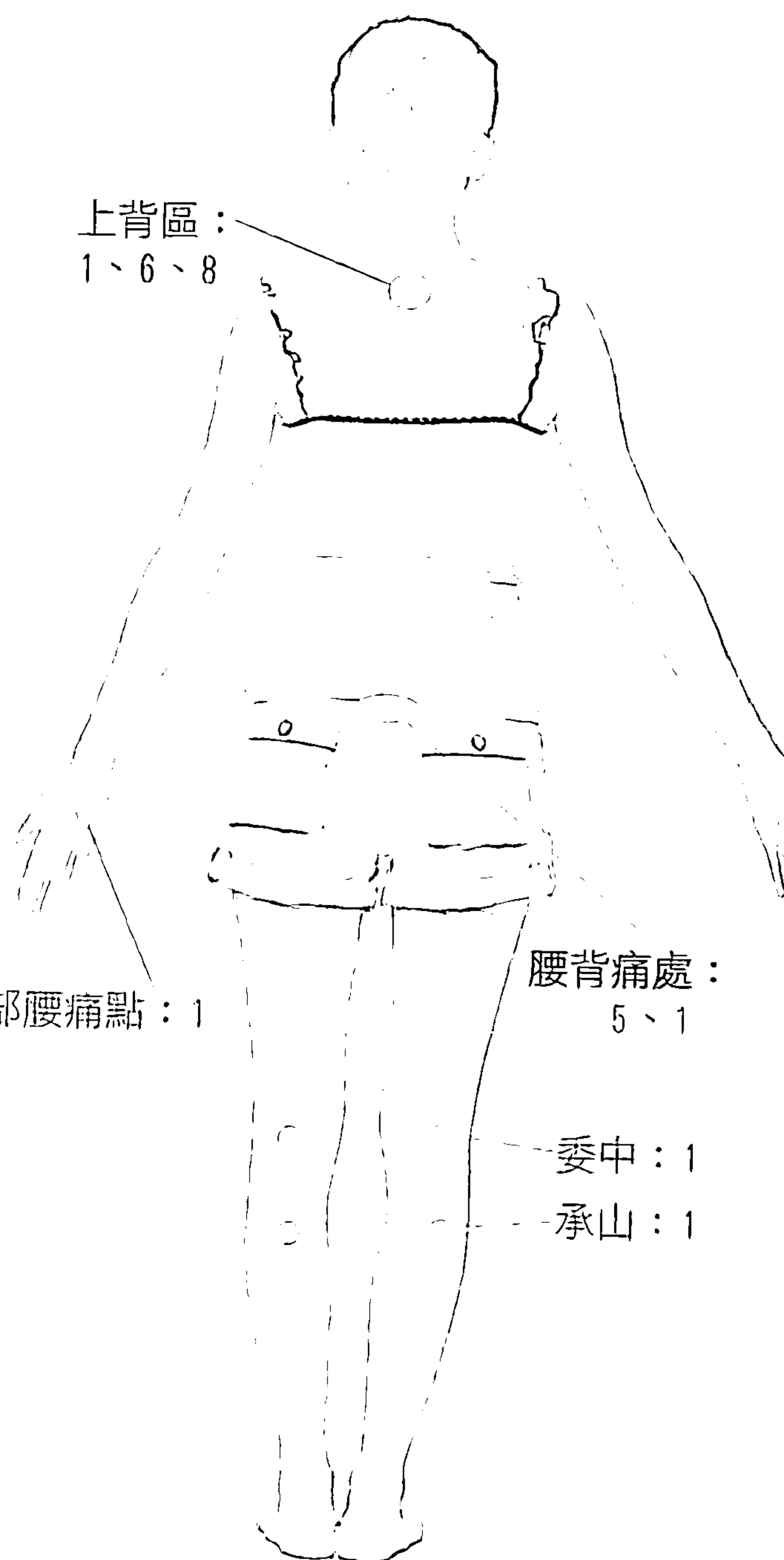
胃區：胃酸多者紫色，

平時保養用黃色

腰背痛處：藍綠色→紅色

承山：紅色

委中：紅色



## 9. 胸悶

穴位：

上背區：紅色→藍色→淺藍綠色

內關：藍色

內關：6



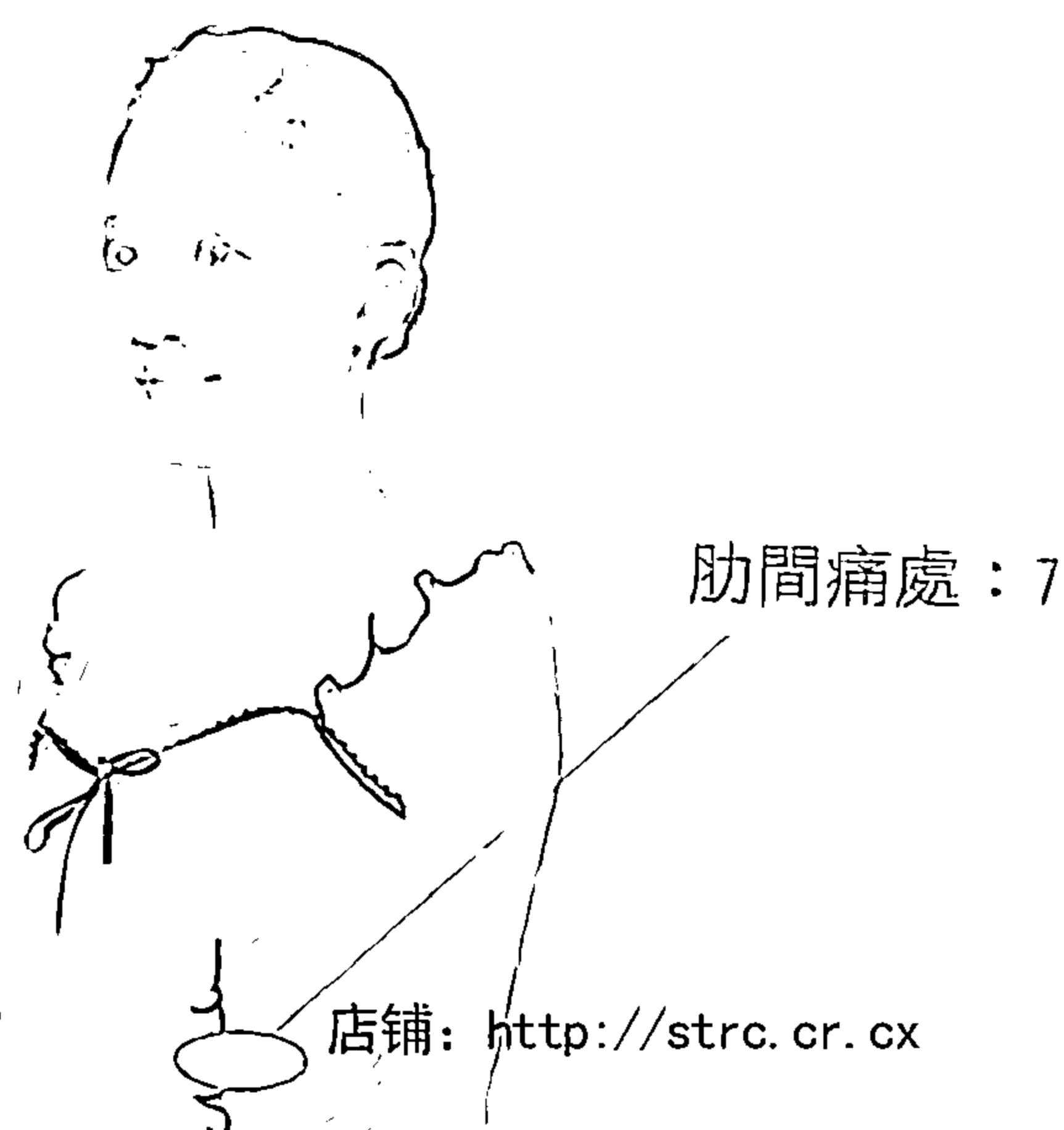
## 10. 肋間痛

穴位：

心靈平衡線：（參考 2.）

陽陵泉：淺藍綠色

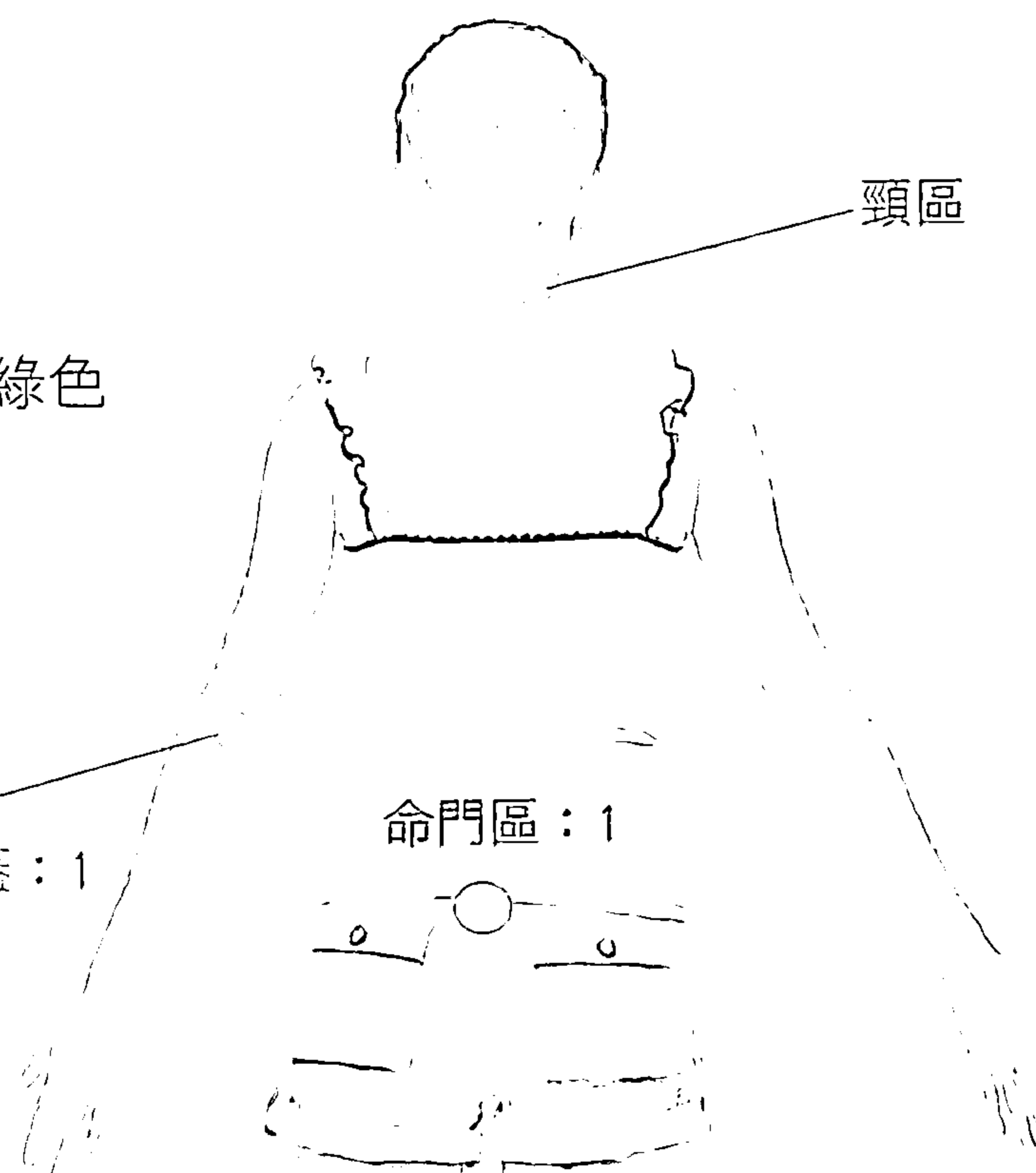
肋間痛處：紫色



## 11. 腿部酸痛

穴位：命門區：紅色

- 運動後肌肉酸痛，痛處來回畫：藍綠色
- 久症酸痛：來回畫紅色→藍綠色
- 小腿抽筋～委中：紅色  
抽筋處來回畫：紅色→藍綠色



左手肘  
對應右膝蓋：1

## 12. 膝蓋痛

穴位：

命門區：紅色

對側手肘反應區：紅色

胃區：黃色

膝蓋痛點：綠色

膝蓋周圍：紅色

久症痠痛處：  
1、5

委中：1

抽筋處：1、5

痠痛處：5

足跟痛區：4、1

手部  
足跟區：1

胃區：3

右膝蓋痛點：4

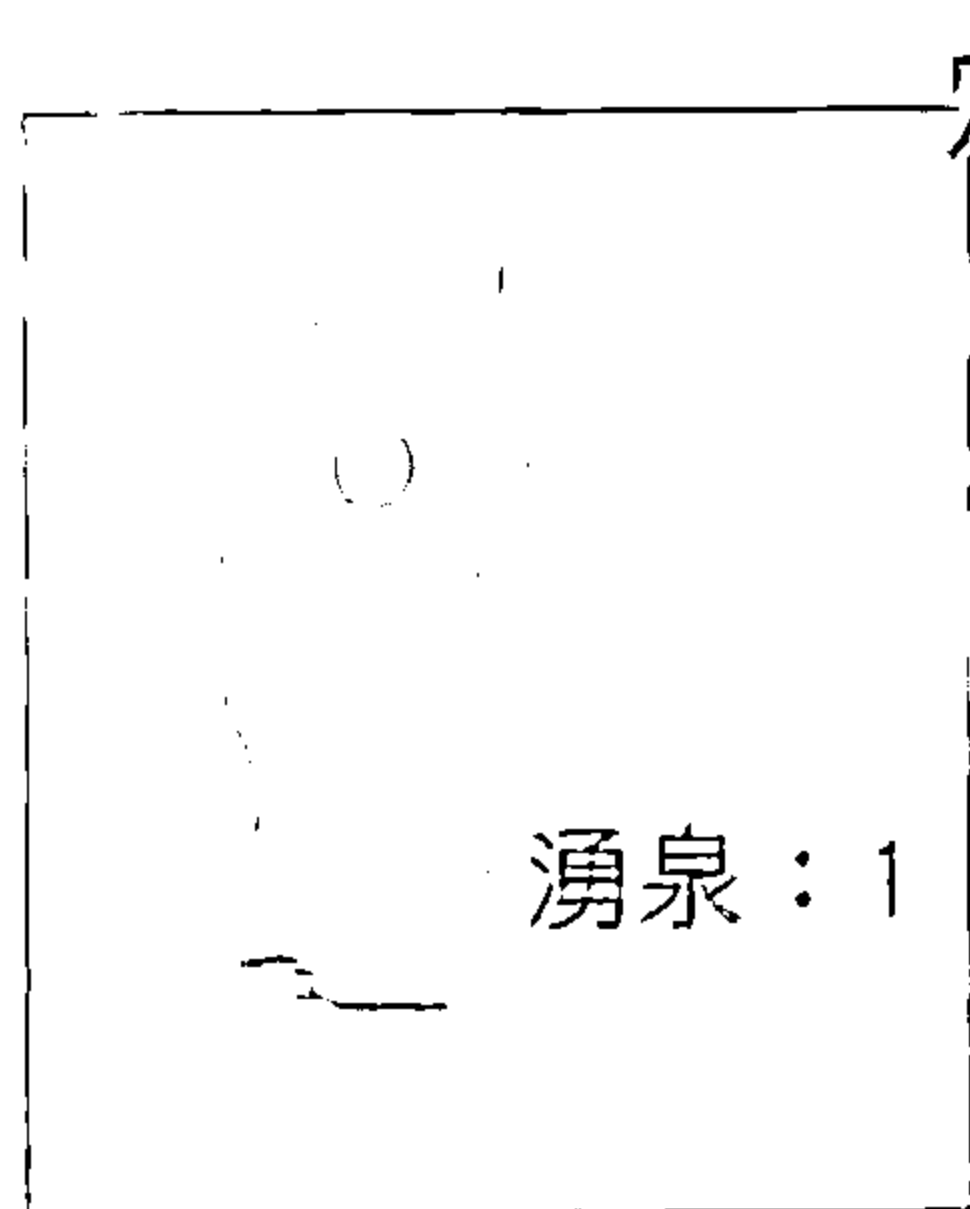
## 13. 足跟痛

穴位：足跟痛區：綠色→紅色

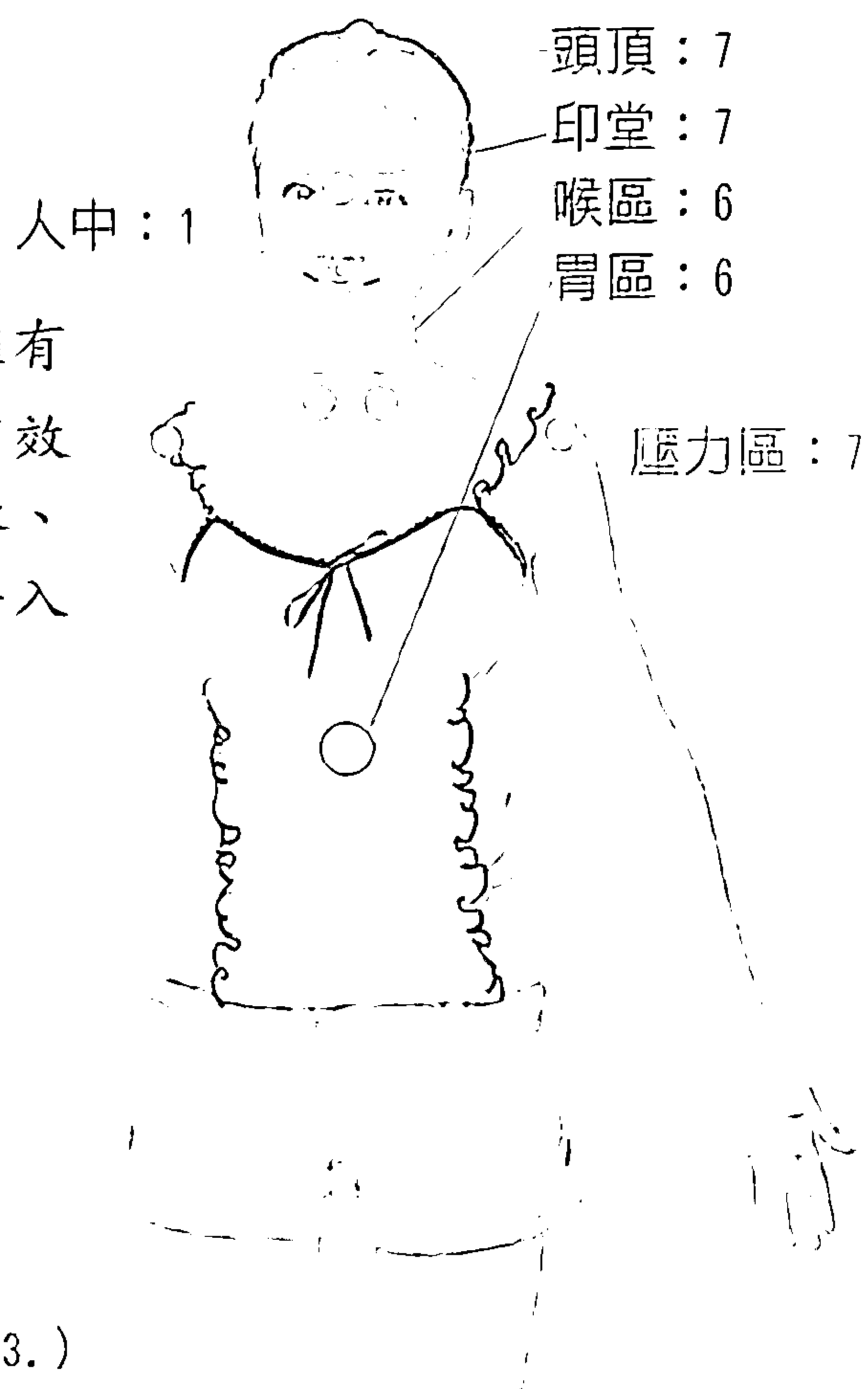
手部足跟區：紅色

## 14. 失眠

失眠時你在想什麼？失眠往往來自心裡擁有緊張、焦慮、恐懼與傷心的事，改善失眠最有效的方法是讓自己喘口氣放鬆心情，當你頭腦放鬆、平靜了，自然有足夠的智慧去應對。久久無法入睡時，直接在喉區照藍色，較易放鬆安眠。



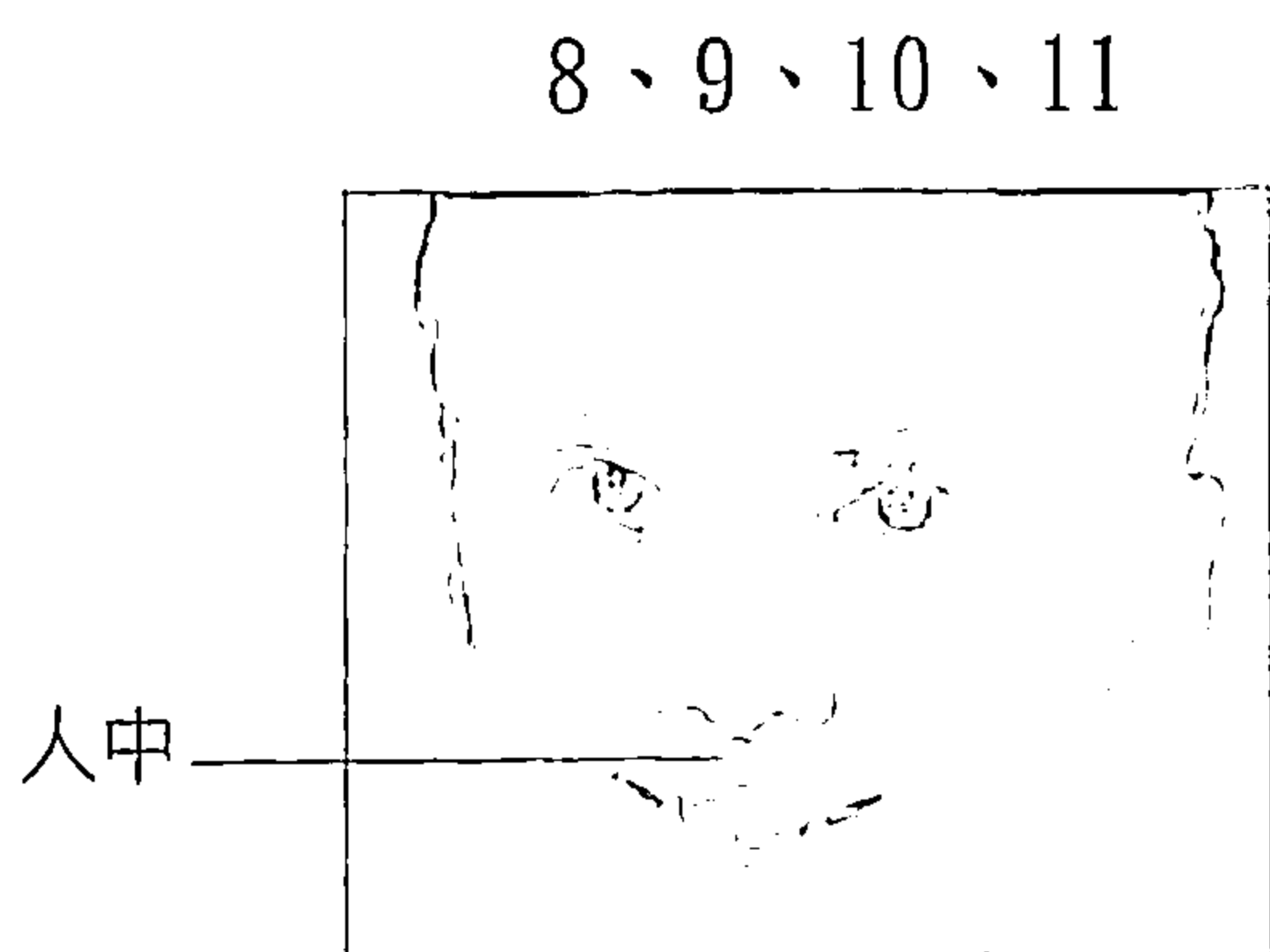
穴位：喉區：藍色  
胃區：藍色  
印堂：紫色  
頭頂：紫色  
心靈平衡線（參考 2.）  
湧泉：紅色  
解毒十字：藍綠色（參考 3.）



## 15. 眼部相關

穴位：人中：紅色

用淺藍綠色→淺綠色→紫紅色→粉紅色等顏色的順序，沿著眼眶由眼睛之內側往上、往外畫圈，左右眼眶每色光譜各畫 10 圈，可增強眼肌活力。



## 16. 增強注意力及記憶力

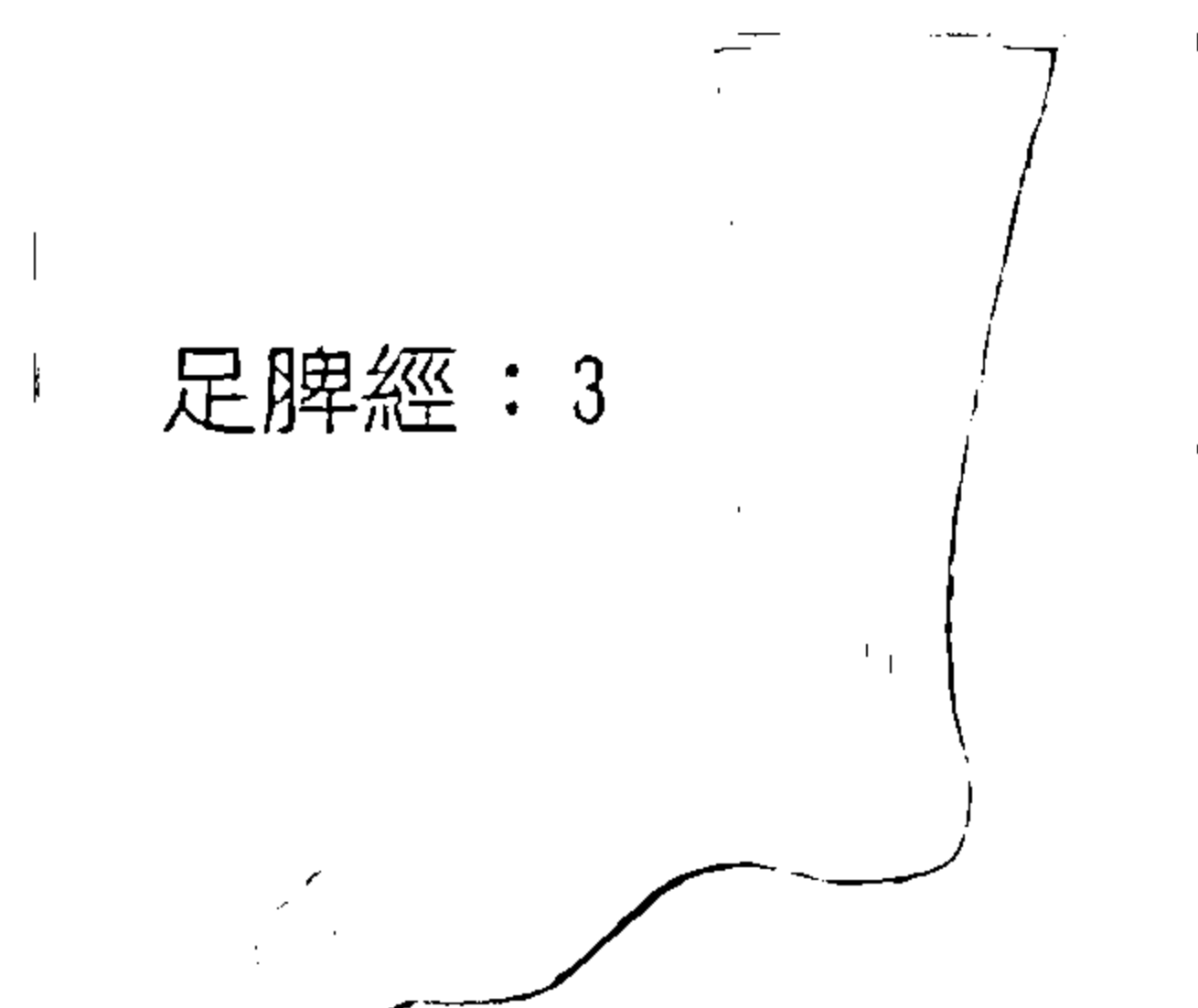
穴位：足脾經：黃色

湧泉：紅色

頸區：藍綠色或藍色

人中：黃色

壓力區：紫色



## 四、內分泌系統困擾適合的彩光 DIY

容易緊張、焦慮、心悸、口乾舌燥、怕熱、出汗、食慾亢進、體重減輕、手抖、突眼、失眠、煩躁不安。

### 1. 甲狀腺機能亢進

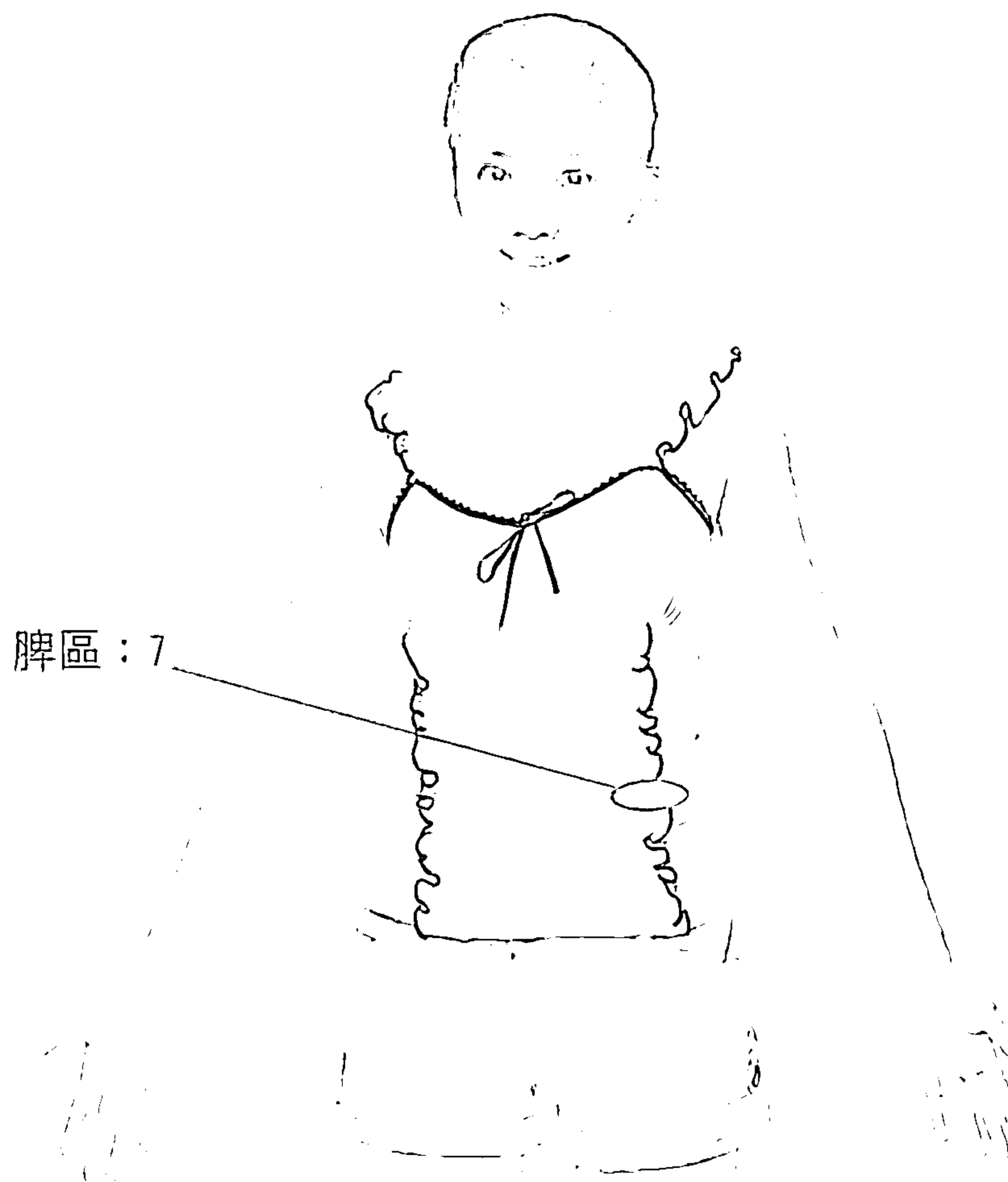
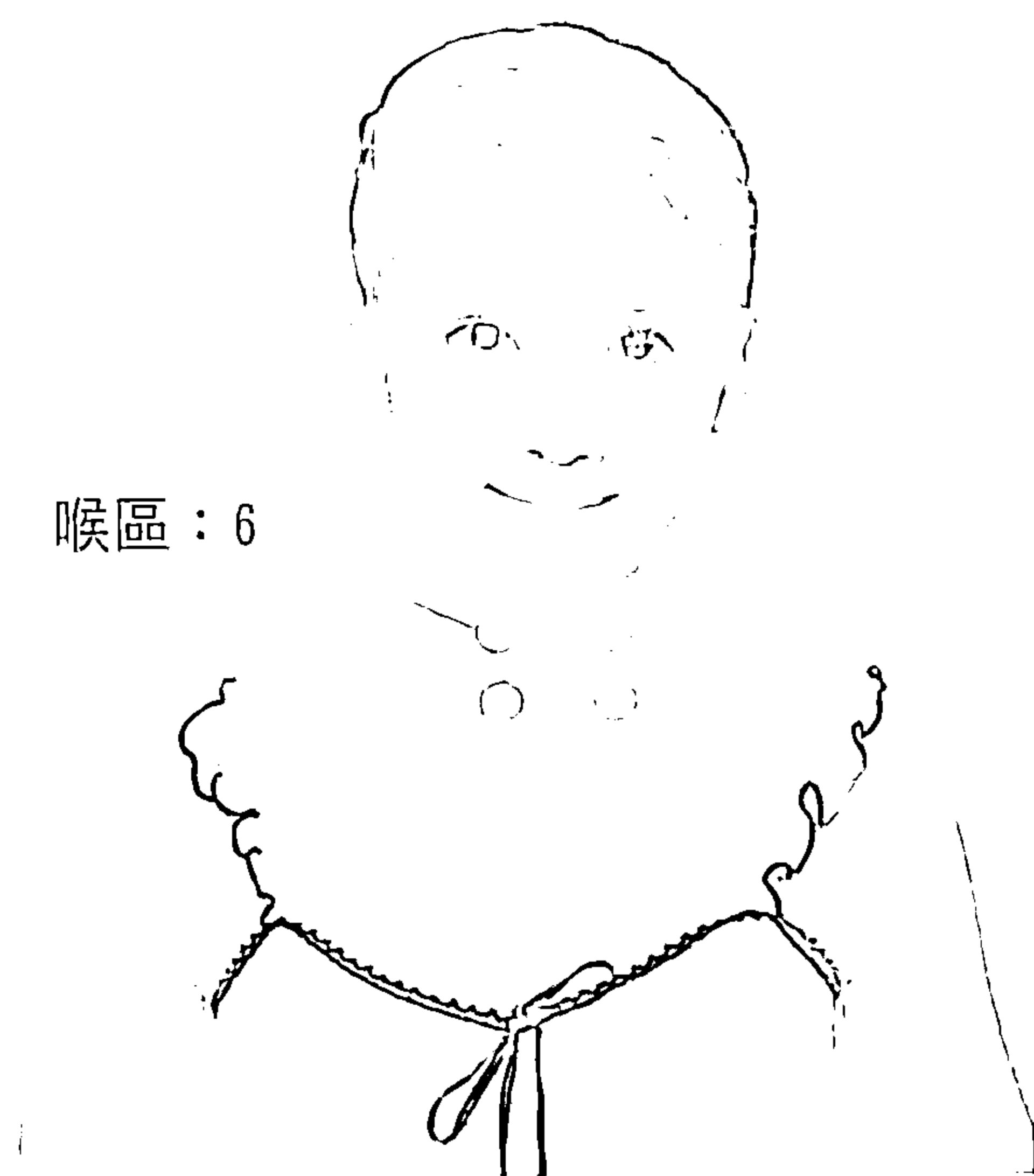
穴位：

湧泉：紅色

脾區：紫色

喉區：藍色

解毒十字：藍綠色



解毒十字：藍綠色

## 2. 糖尿病

穴位：

腎俞：紅色

湧泉：紅色

足部腦下垂體：藍色或橙色

足三里：藍色或橙色

三陰交：藍色或橙色

胰點（位於章門穴和大巨穴之間）：

綠色→紅色，各三分鐘

章門穴（在 11 肋末端）：黃色

天樞穴（在肚臍旁開 3 指）：黃色

關元：橙色

小腿內側：紅色→藍色→淺藍綠，來回劃。

◎結合「活力線→心靈平衡線」保健法

章門穴：3

胰點：4 → 1

天樞穴：3

關元：2

足三里：6、2

小腿內側：1、6、8

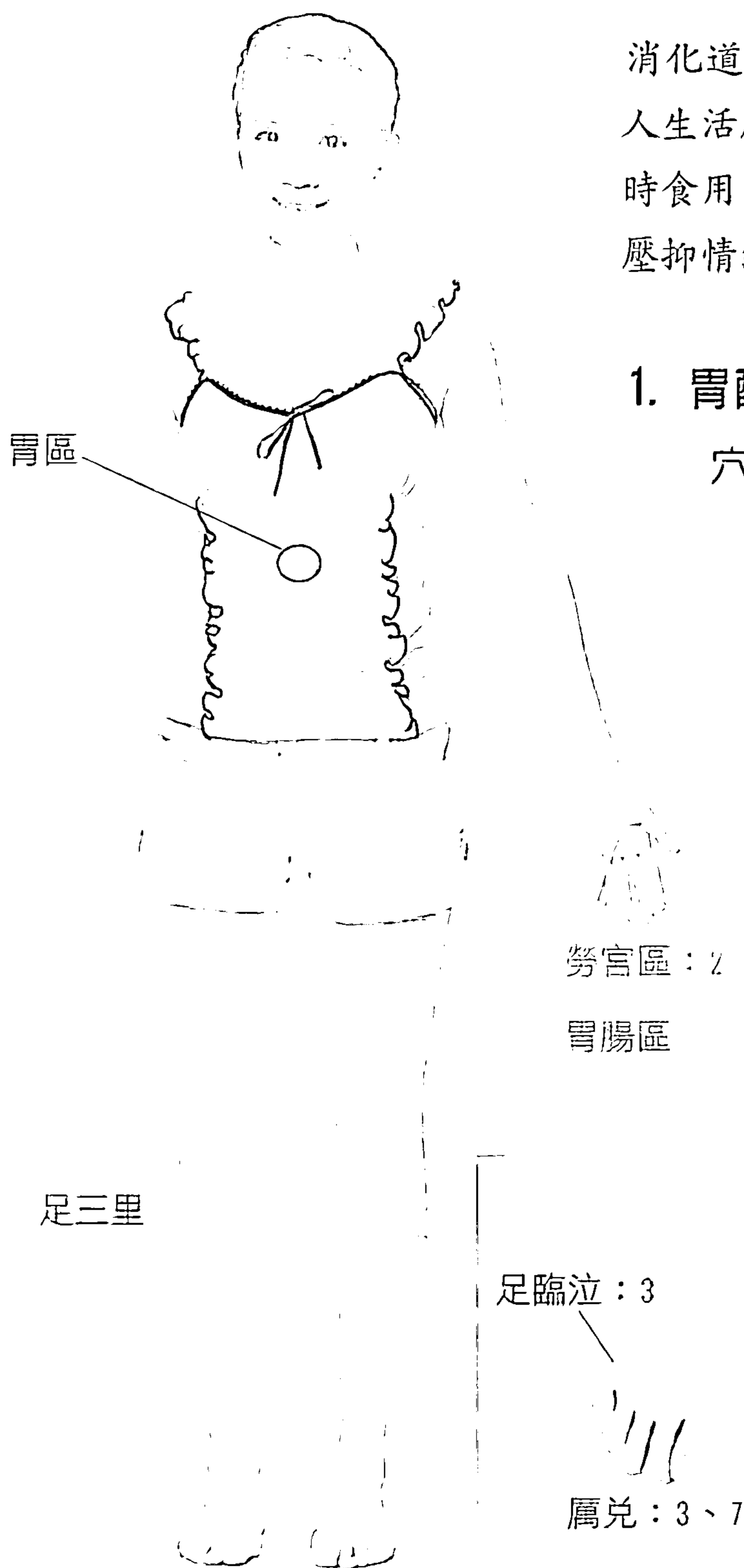
三陰交：6、2

足部腦下垂體：6、2

湧泉：1

腎俞穴：1

## 五、消化道系統困擾適合的彩光 DIY



消化道問題通常與胃、肝、脾三臟有關，現代人生活壓力大，精神緊張，飲食不定，冷熱同時食用，消化液分泌紊亂，時常煩惱、生氣、壓抑情緒，導致氣血鬱結，影響消化與吸收。

### 1. 胃酸過多、灼熱、腹脹

穴位：胃區：藍色或紫色

足三里：黃色或紫色

厲兌：黃色或紫色

合谷：藍色

### 2. 食慾不振

穴位：胃區：藍色→黃色

足三里：痛用藍色；

不痛用橙色

足臨泣：黃色

手勞宮區「胃腸區」：橙色

○ 合谷

### 3. 胃下垂

穴位：胃區：橙色

關元：橙色

手胃腸區：橙色

足三里：橙色

湧泉：紅色

### 4. 胃潰瘍、十二指腸潰瘍

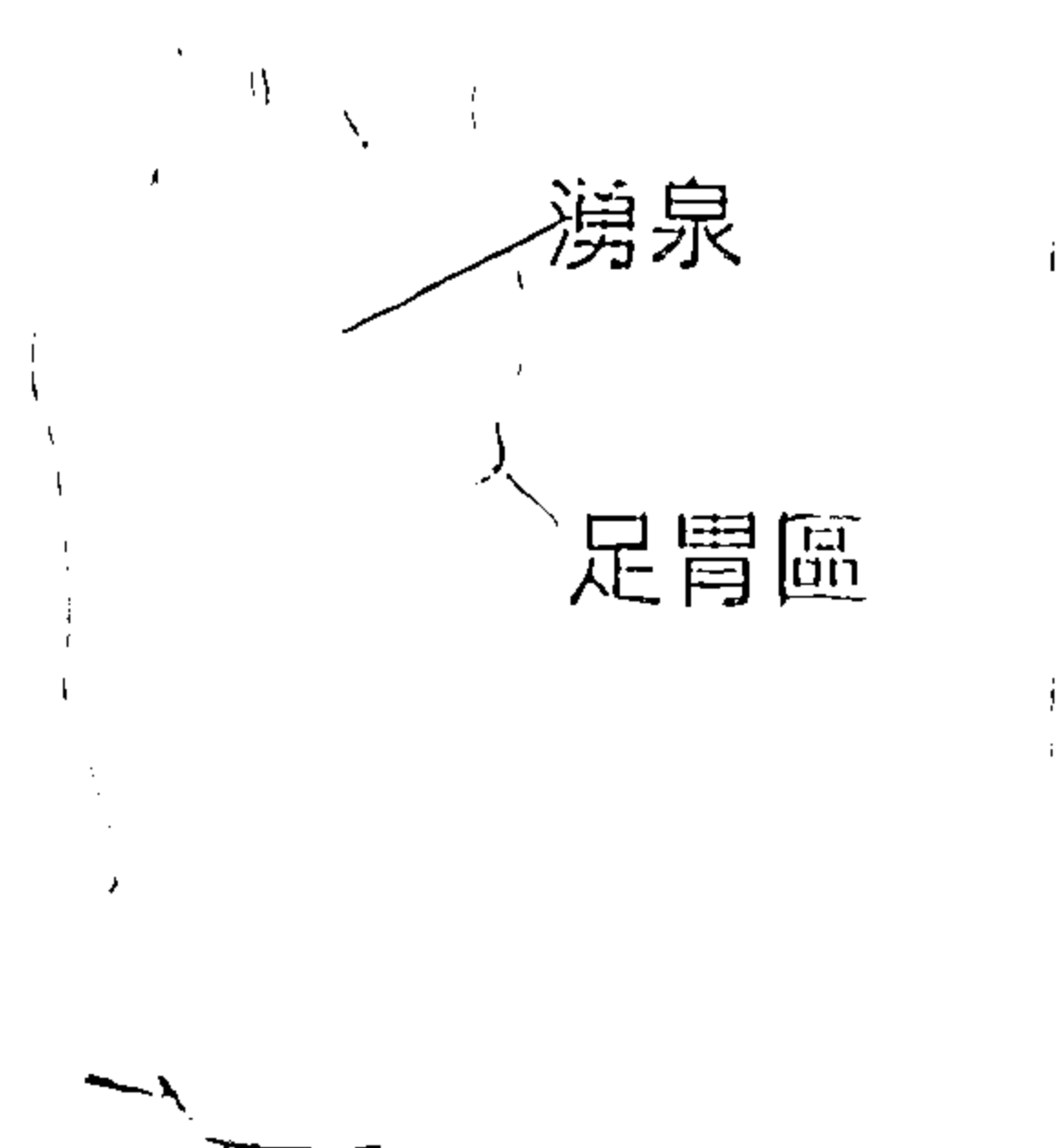
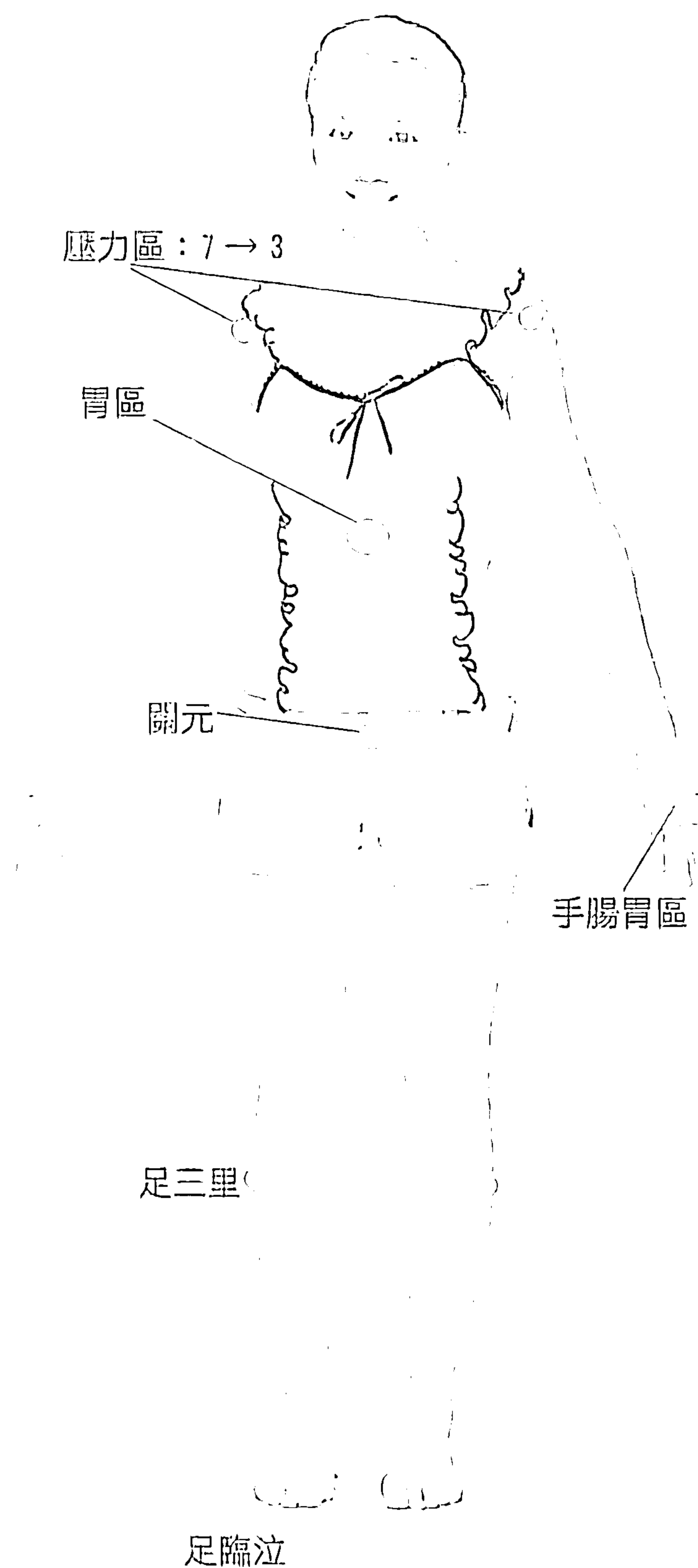
穴位：壓力區：紫色→黃色

胃區：藍色

足胃區：藍色

足三里：藍色

足臨泣：黃色



## 5. 腹瀉

因飲食引起消化不良腸胃發炎，腹瀉。

◎可附加「耳穴強健法」

穴位：合谷：綠色

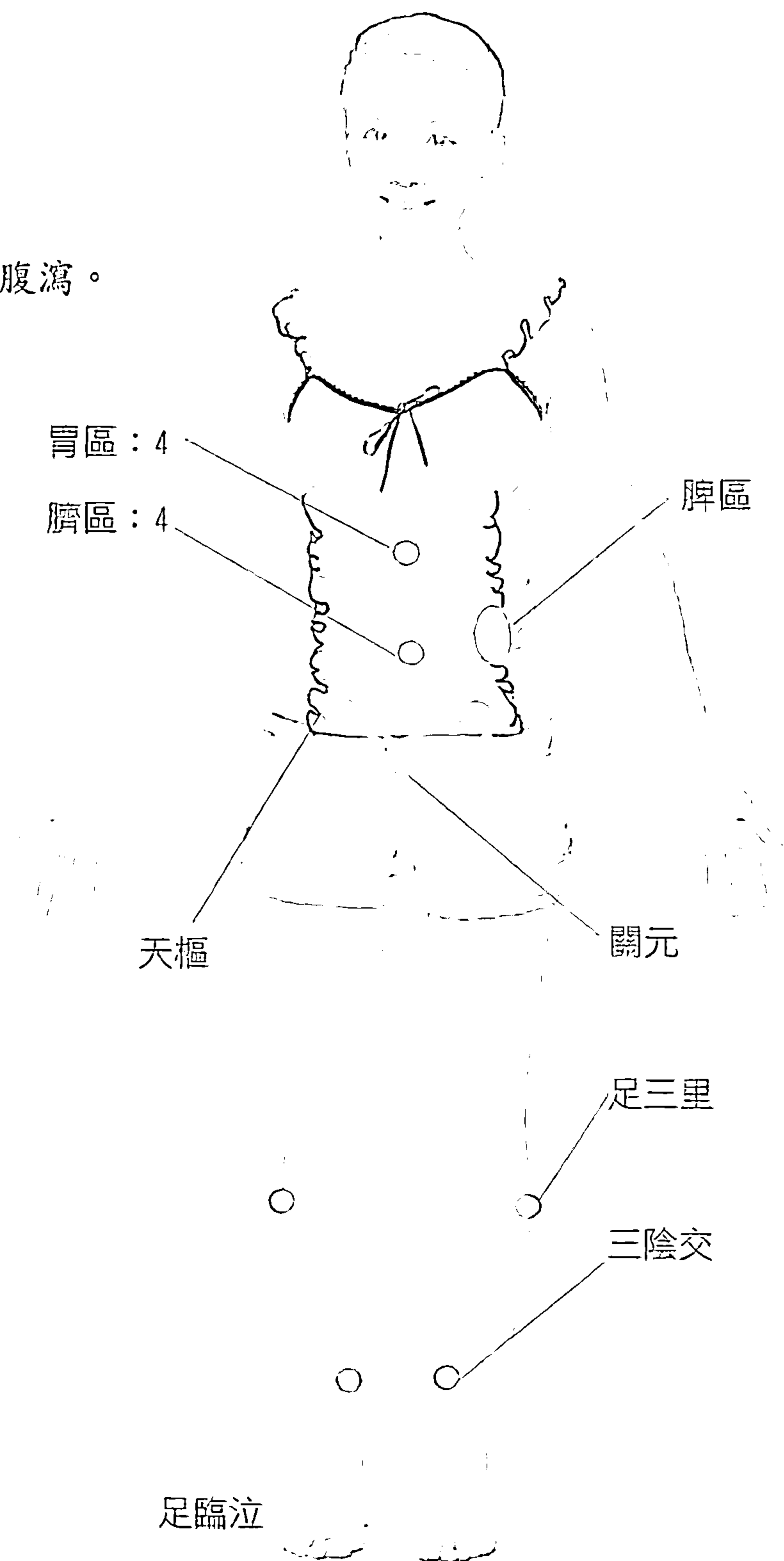
胃區：綠色

臍區：綠色

足三里：藍色或橙色

厲兌：藍色或橙色

足臨泣：黃色



## 6. 五更瀉

指黎明前作瀉，多因腎虛所致。

穴位：湧泉：紅色

命門：紅色

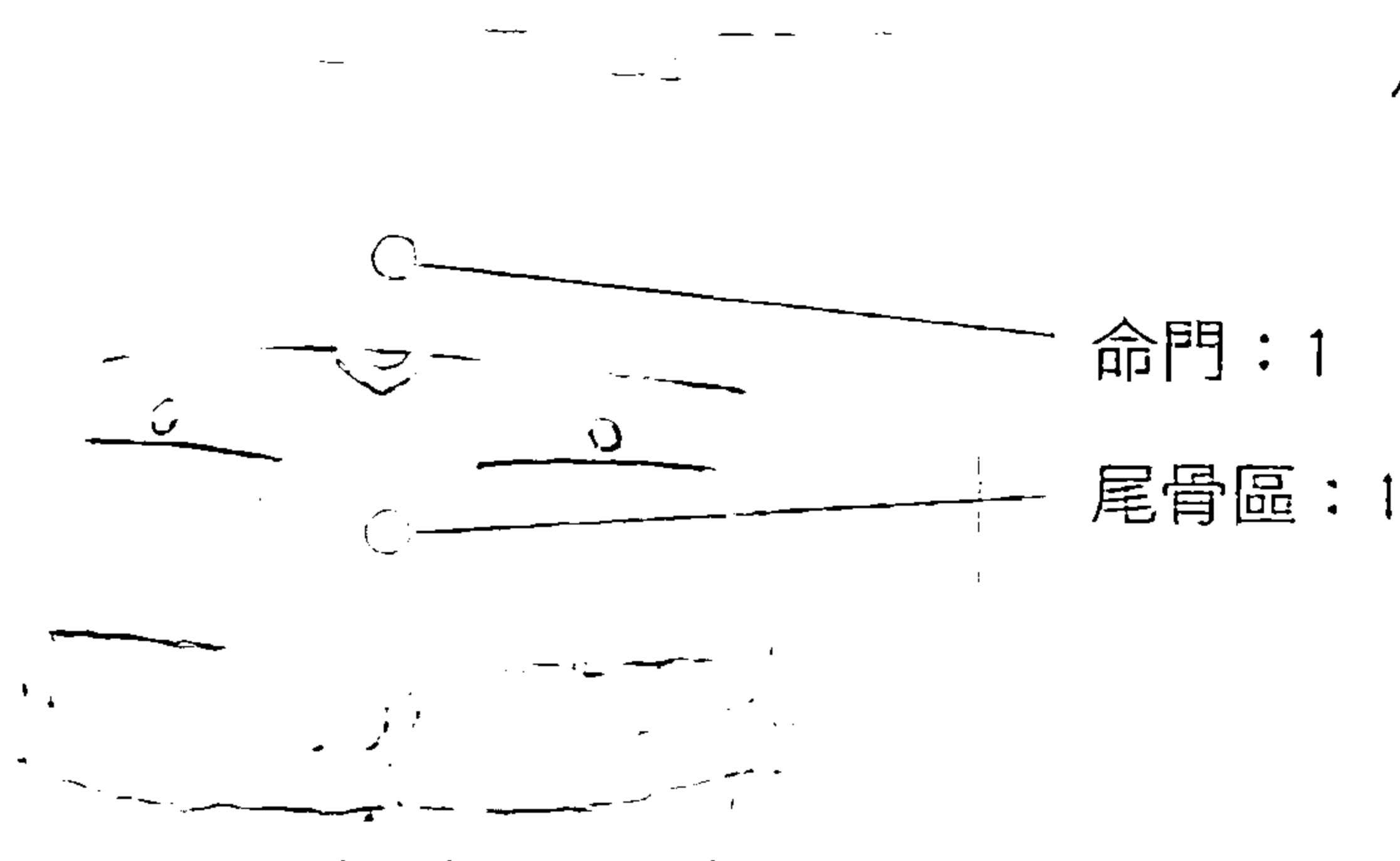
尾骨區：紅色

關元：橙色

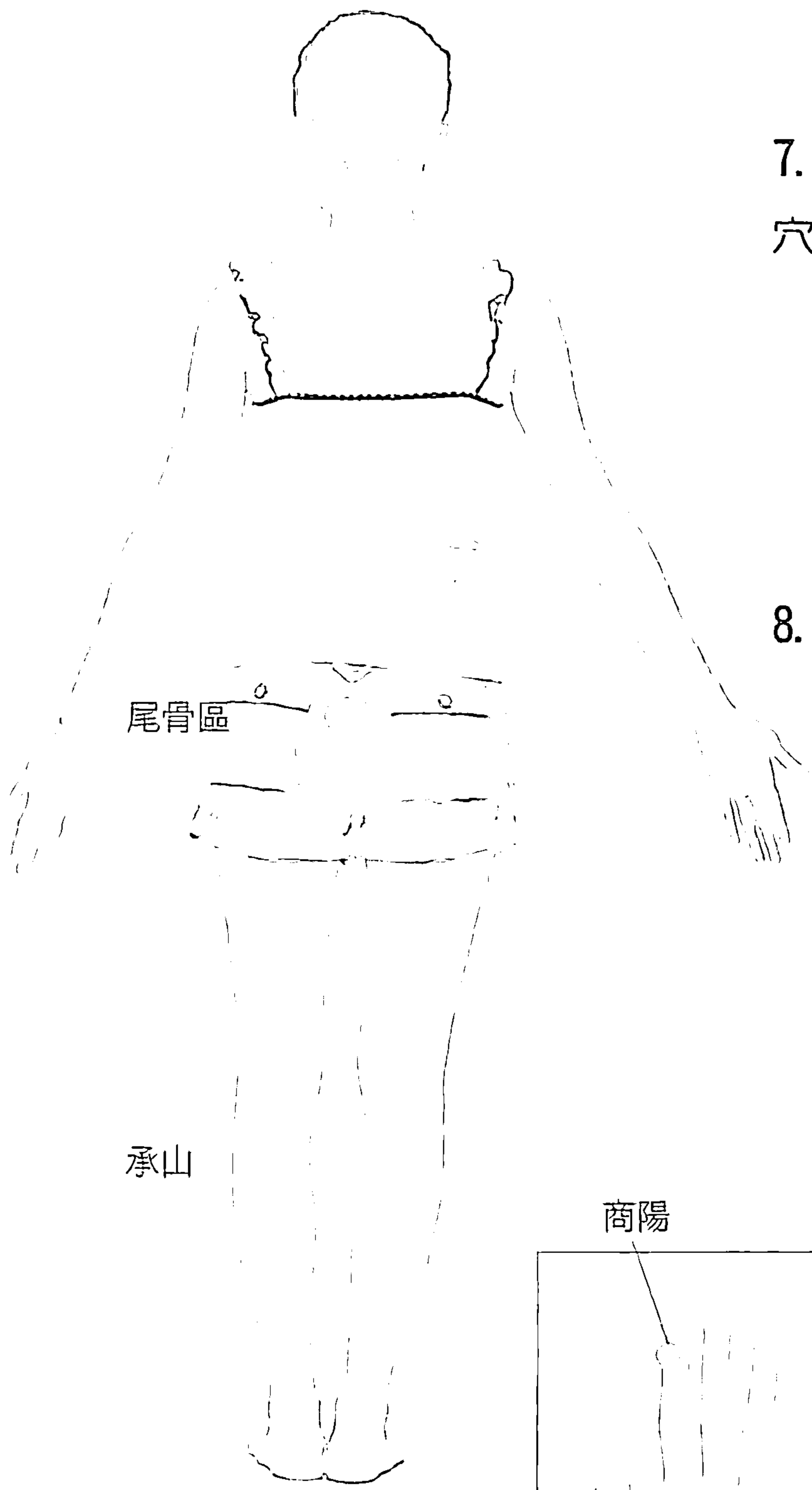
合谷：黃色

足三里：藍色或橙色

三陰交：藍色或橙色







## 7. 痔瘡

穴位：商陽：綠色

合谷：綠色

尾骨區：綠色或藍色

承山：紅色

## 8. 便秘

穴位：

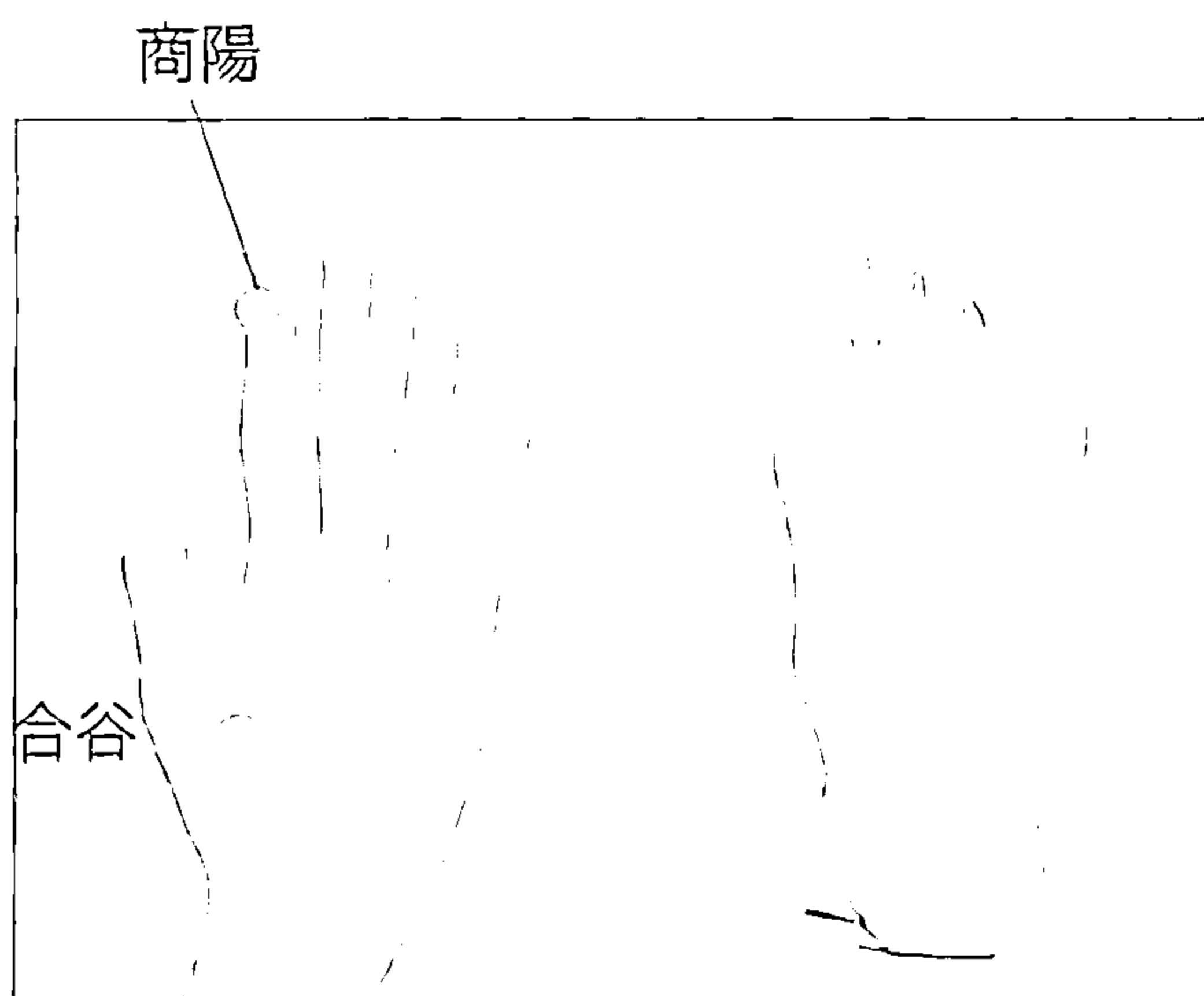
合谷：黃色

商陽：黃色

天樞：黃色

脾區：紫色

足部腸區：藍綠色→黃色



足部腸區：5 → 3

## 9. 脂肪肝

穴位：

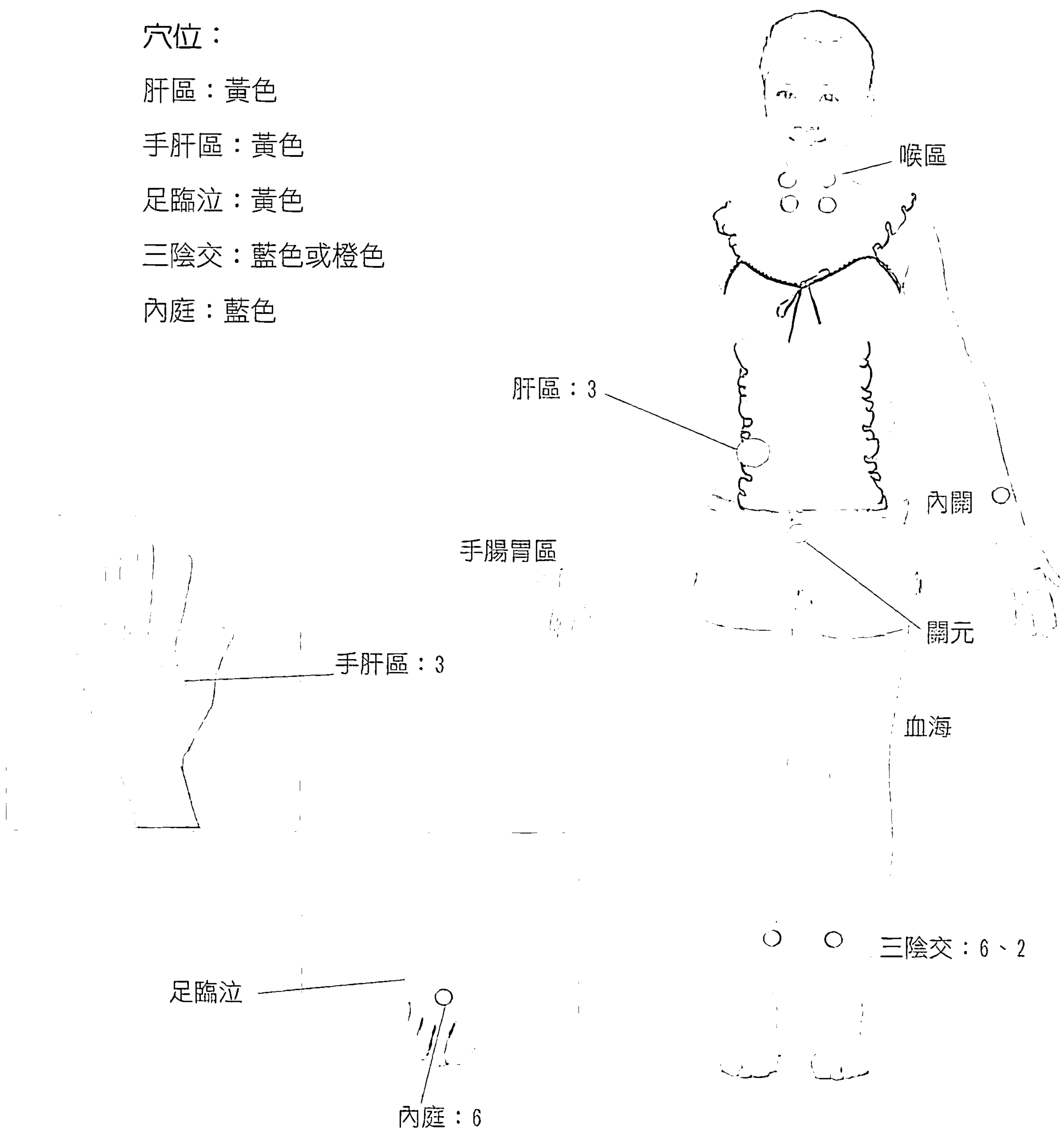
肝區：黃色

手肝區：黃色

足臨泣：黃色

三陰交：藍色或橙色

內庭：藍色



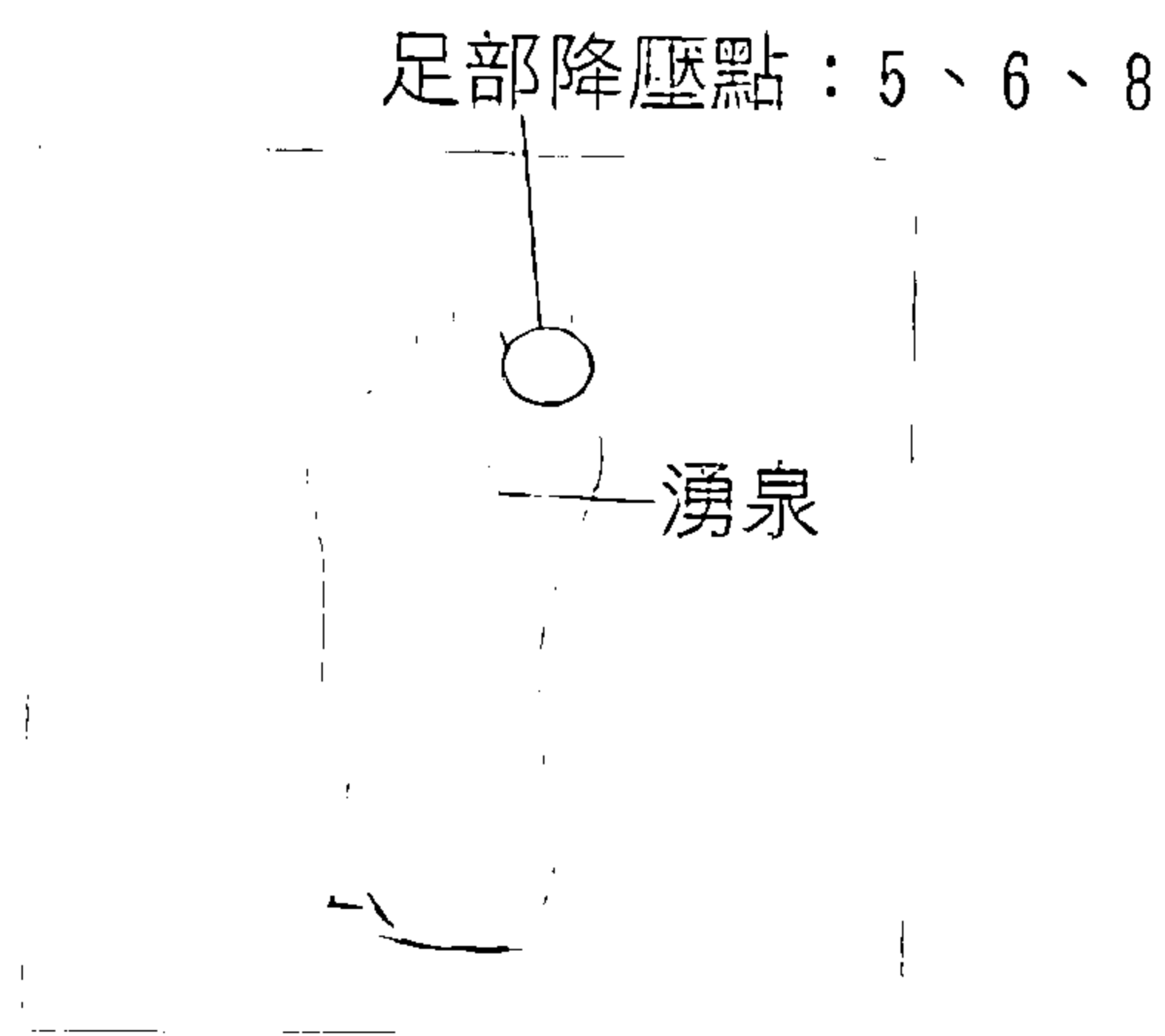
## 六、循環系統困擾適合的彩光 DIY

### 1. 高血壓

- 穴位：喉區：藍色或藍綠色或淺藍綠色（任選一種顏色使用）  
大椎：藍色或藍綠色或淺藍綠色（任選一種顏色使用）  
足部降壓點：藍色或藍綠色或淺藍綠色（任選一種顏色使用）

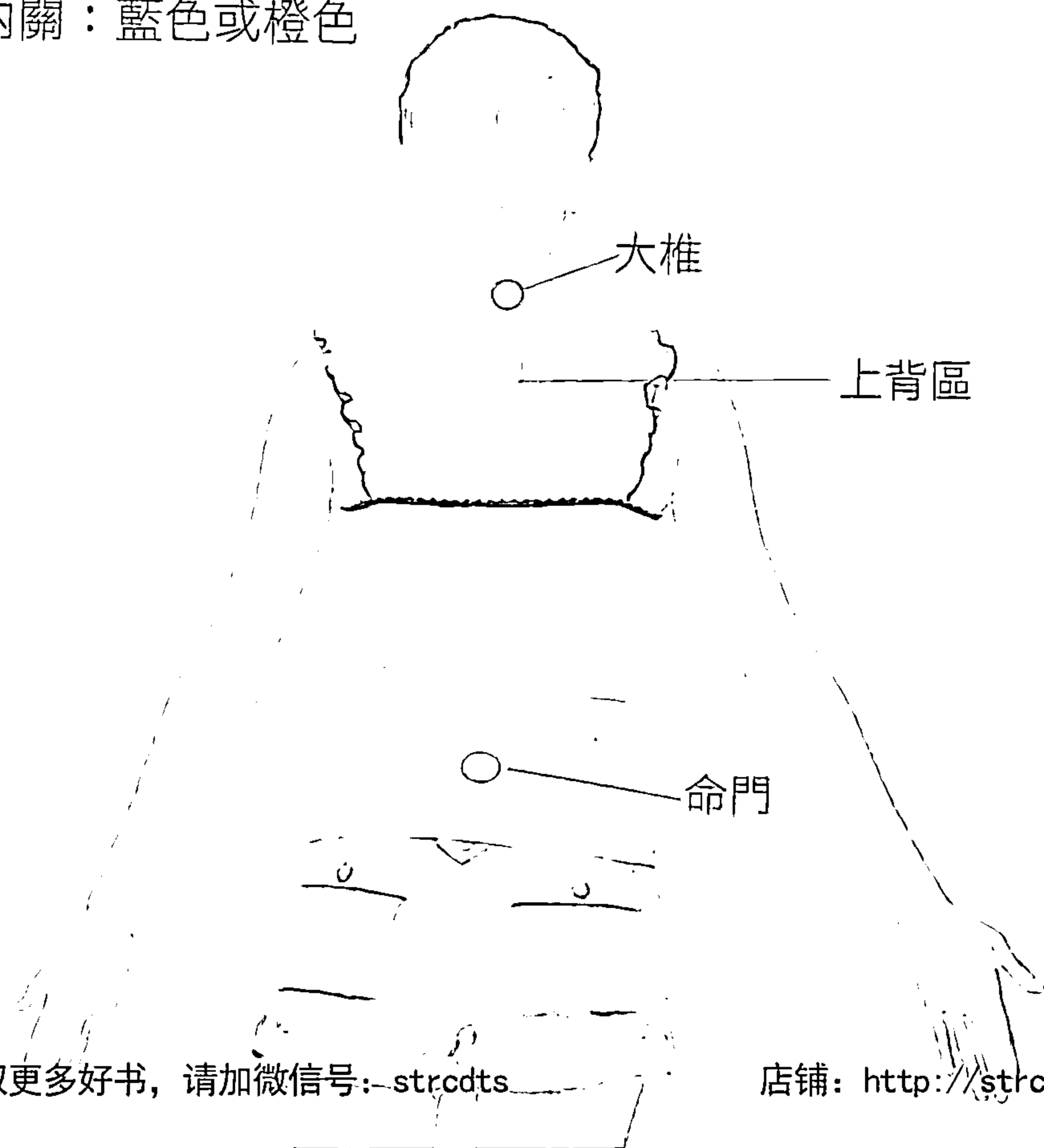
### 2. 低血壓

- 穴位：湧泉：紅色  
血海：橙色  
關元：橙色  
手腸胃區：橙色



### 3. 心悸、呼吸急促

- 穴位：喉區：藍色  
內關：藍色或橙色



## 七、呼吸道系統困擾適合的彩光 DIY

傷風感冒是常見的疾病，中醫認為感冒是身體防範病邪入侵所產生防禦性生理反應，辯證上有風寒與風熱之區別，一般約一週即可自行痊癒，打噴嚏、咳嗽是身體為了去除侵入氣管的刺激物所產生的自我反應，而痰則是支氣管炎所產生的分泌物。

感冒期間飲食宜清淡，多補充水分與充分休養，才可早日痊癒，若置之不理，感冒可能會惡化成肺炎。

彩光保健法能適時調整身體寒、熱、虛、實，補充能量提升免疫力，減緩感冒不適症狀。

### 1. 風熱

熱重寒輕，發燒、目紅面赤、唇紅、全身熱脹、口乾、喉嚨乾痛、咳黃痰、流濃涕或涕有血絲、頭痛、頭脹、舌苔黃。

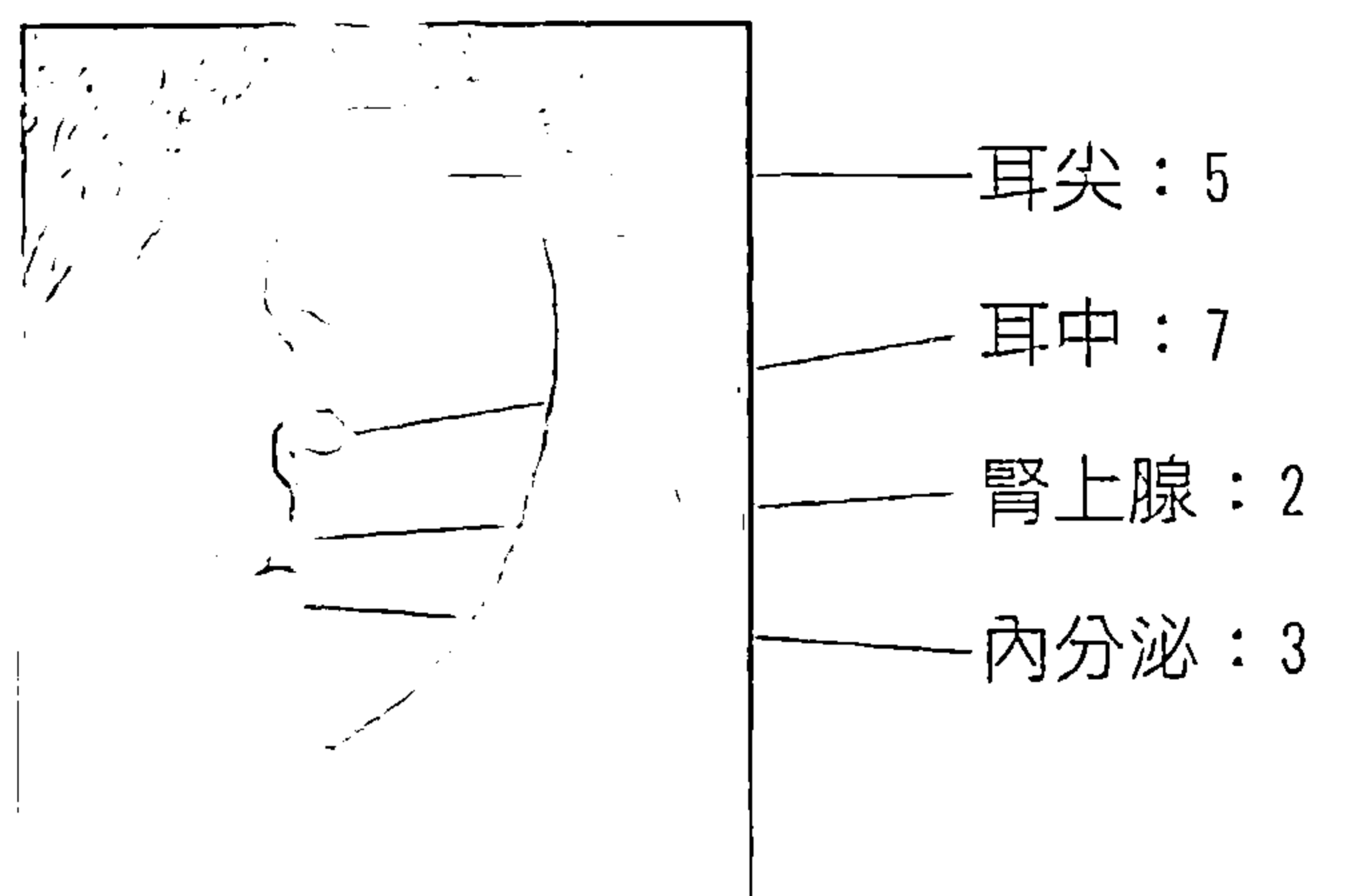
#### • 發燒、目紅、面赤

穴位：

- 耳穴 (1) 耳尖—藍綠色  
(2) 內分泌—黃色  
(3) 腎上腺—橙色  
(4) 耳中—紫色

大椎區：藍綠色

委中：紅色



• 喉嚨痛、口渴

穴位：

喉區：綠色 & 藍色

少商、合谷：綠色

湧泉：紅色

• 頭痛、黃痰

穴位：

合谷：藍色

太陽穴：藍綠色

豐隆：藍色、橙色

• 胸痛

穴位：

內關、手胸區：藍色

足胸區：藍色

膻中：紫色

太陽穴：5

喉區：4、6

膻中：7

內關

少商：4

手胸區：6

手胸區：6

委中

豐隆：6、2

足胸區：6

## 2. 風寒

發熱寒惡、寒重熱輕、體內熱、四肢冰冷、發抖、打噴嚏、流清涕、咳嗽清稀、無汗、肢寒疼痛、舌苔薄白。

### • 發熱惡寒

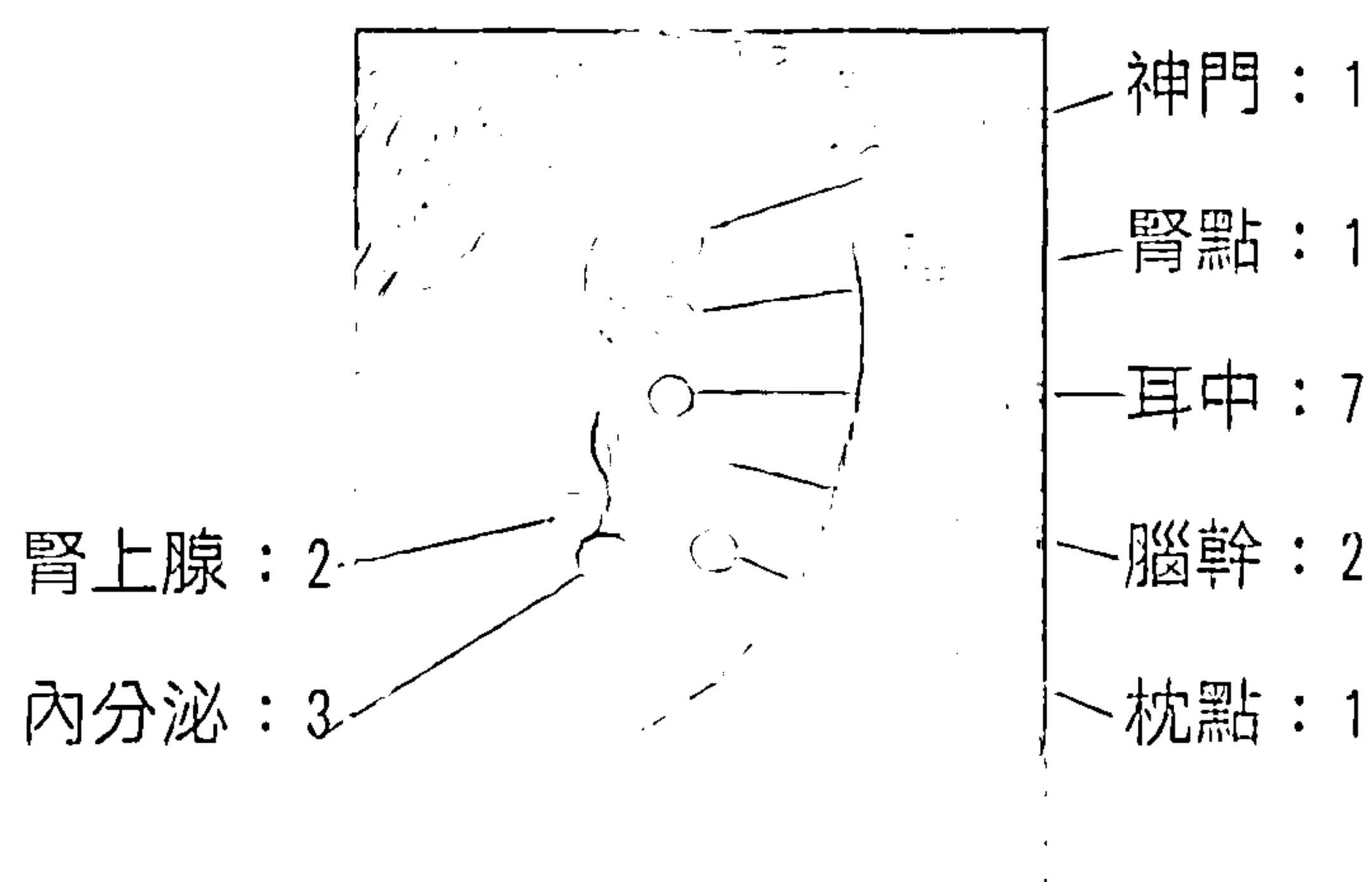
穴位：神門、枕點：紅色

腎點：紅色

內分泌：黃色

腦幹、腎上腺：橙色

耳中：紫色



### • 鼻塞、打噴嚏、流清涕

穴位：迎香：紅色

缺盆：黃色

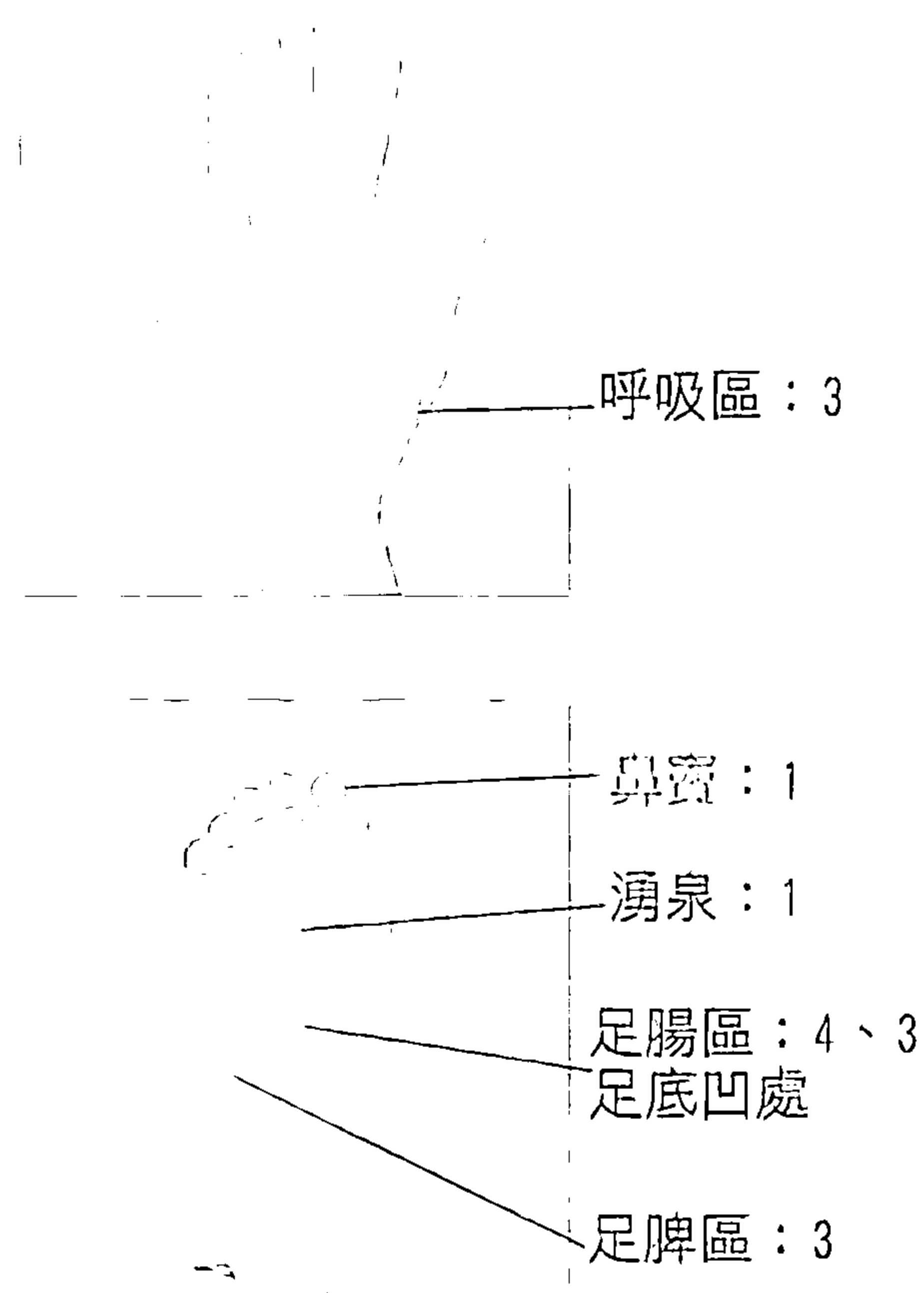
湧泉：紅色

### • 咳嗽多痰

穴位：豐隆：藍色、橙色

呼吸區：黃色

足脾區：黃色



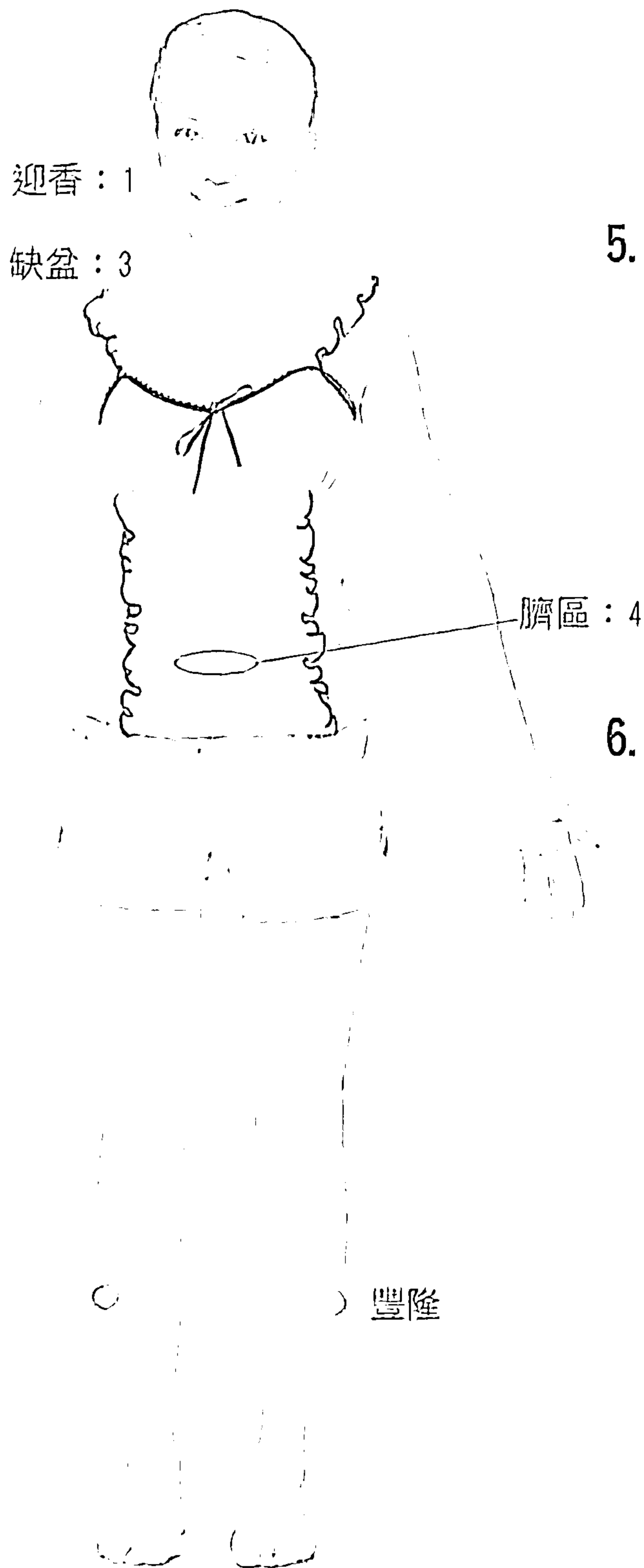
## 3. 感冒合併症，嘔吐、腹瀉

穴位：內關：藍色

胃區：綠色

足三里：藍色、橙色

厲兌：藍色、橙色



#### 4. 感冒合併症，下痢

穴位：商陽、合谷、臍區：綠色

足三里：藍色、橙色

足腸區：綠色→黃色

#### 5. 感冒合併症，鼻塞、久咳不癒

穴位：鼻竇、湧泉：紅色

足脾區：黃色

上背區：黃色或紅色

命門區：紅色

足三里、三陰交：藍色、橙色

◎附加參考「腦部平衡法」

#### 6. 慢性支氣管炎

咳嗽或咳嗽發作在兩個月以上，痰多且成泡沫狀黏液，早晚較會咳，冬天、天冷時較嚴重，天暖則症狀減輕或消失。

穴位：命門區：紅色

上背區：黃色

頸部區：藍色

喉區：藍色

豐隆：藍色、橙色

足脾區：黃色

## 八、婦科困擾適合的彩光 DIY

引起月經失調原因有很多，如攝取過多生冷的食物，經期疲勞過度，太情緒化、常生悶氣等導致氣滯血瘀，平時保養應注意疏肝理氣，調理肝、腎、脾三臟。

### 1. 月經失調

穴位：解毒十字：兩次藍綠色、兩次黃色

脾區：紫色

肝區：黃色

足三里、三陰交：藍色、橙色

關元：橙色

命門區：紅色

### 2. 經痛

穴位：腹部痛處、合谷、手部生殖區

寒症：按壓時感覺舒服用紅色

實症：按壓時感覺更痛用綠色

### 3. 經期提前

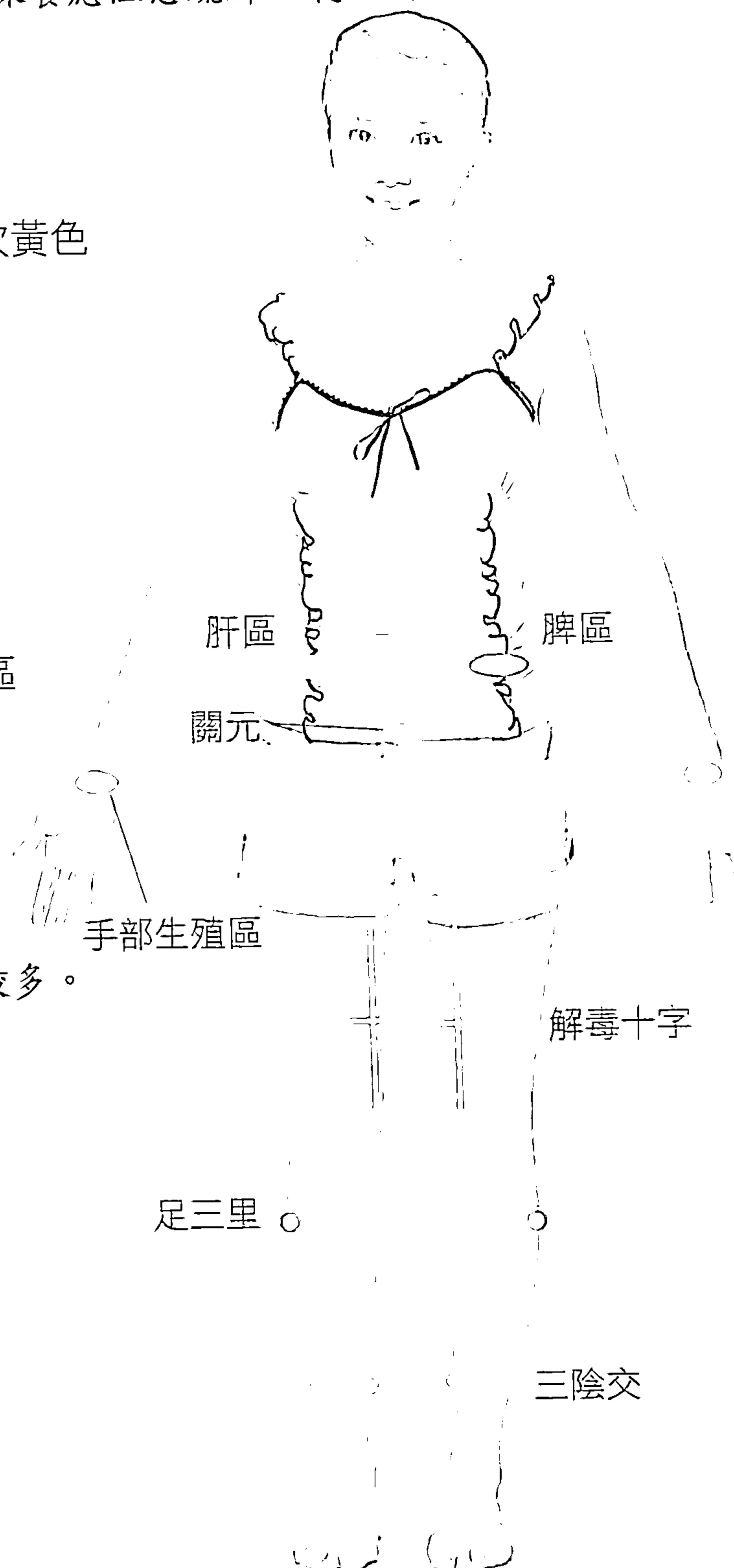
在臨床上，經期提前與量多為血熱較多。

穴位：解毒十字：黃色

湧泉、命門、人中：紅色

三陰交、血海、關元：橙色

足三里：藍色、橙色





## 4. 孕婦

懷孕期間，內分泌改變，易引起害喜、脾氣改變、腰酸背痛、嘔吐、腳抽筋等不適，彩光能量能平衡內分泌、強健脾胃、調節情緒，優良的胎教，孕育身心健康的寶寶。

穴位：平常保健參考：腦部平衡法、  
心靈平衡線、活力線

嘔吐：胃區、內關：藍色

足三里：藍色、橙色

腰酸：委中：紅色

抽筋：抽筋處畫紅色

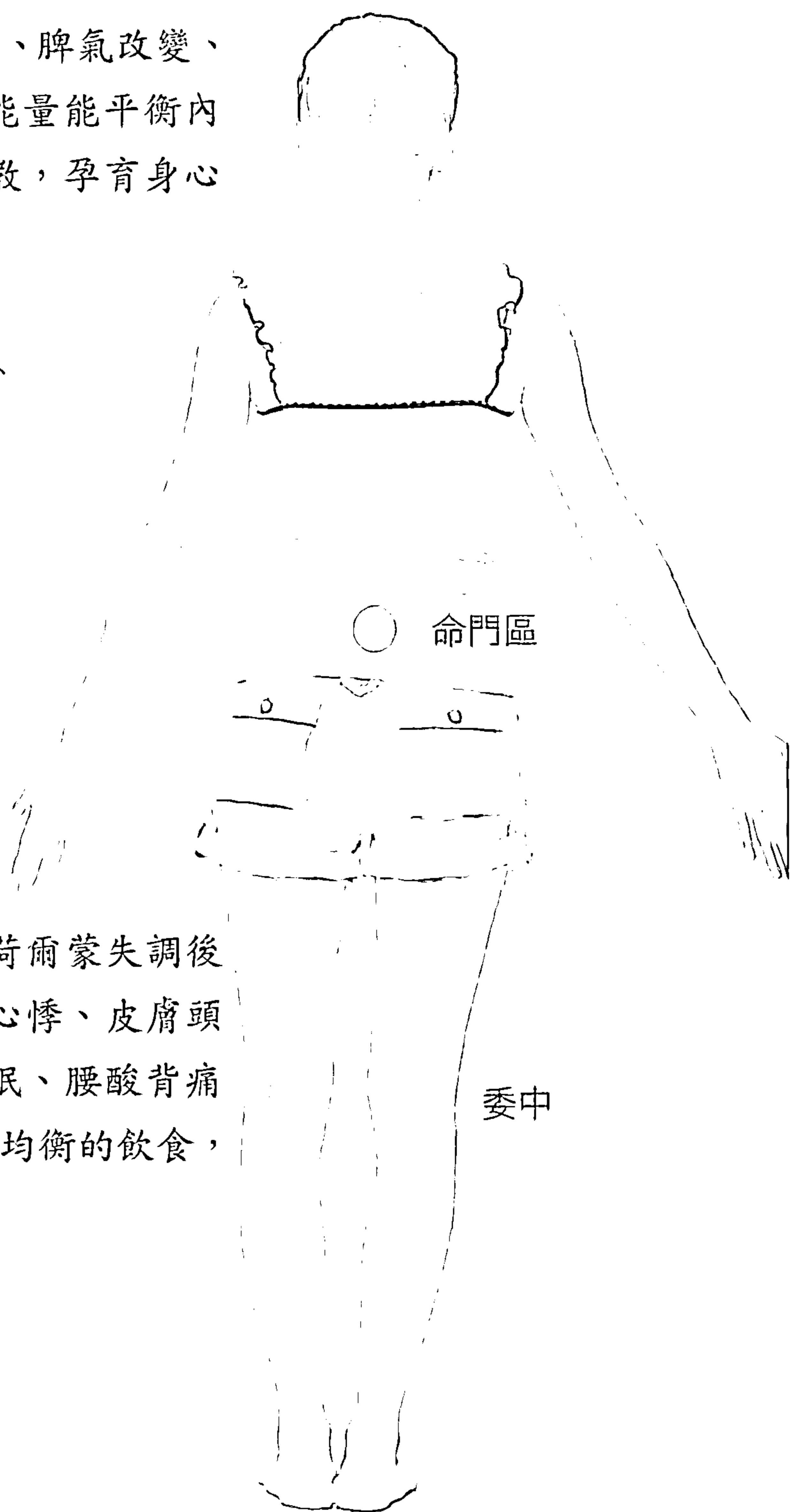
## 5. 更年期

更年期是人生另一階段的轉變期，荷爾蒙失調後容易出現掌心熱、頭痛、泌尿道症狀、心悸、皮膚頭髮乾燥、記憶力減退、情緒不穩定、失眠、腰酸背痛等症狀。盡量放鬆自己並配合適度運動、均衡的飲食，就可享有健康快樂的人生。

穴位：腦部平衡法，心靈平衡線

足三里：藍色、橙色

三陰交：藍色、橙色



## 九、兒童相關困擾適合的彩光 DIY

### 1. 小兒夜尿

穴位：湧泉：紅色  
足膀胱區：橙色  
人中：黃色



足膀胱區

### 2. 小兒驚嚇夜啼

穴位：湧泉：紅色  
胃區：藍色  
百會：紫色  
壓力區：紫色

### 3. 體質虛弱

穴位：穴位：手活力線  
湧泉：紅色  
足臨泣：黃色  
手、足腸胃區：黃色，  
易脹氣者先使用藍色，再使用黃色。  
◎附加參考「腦部平衡法」

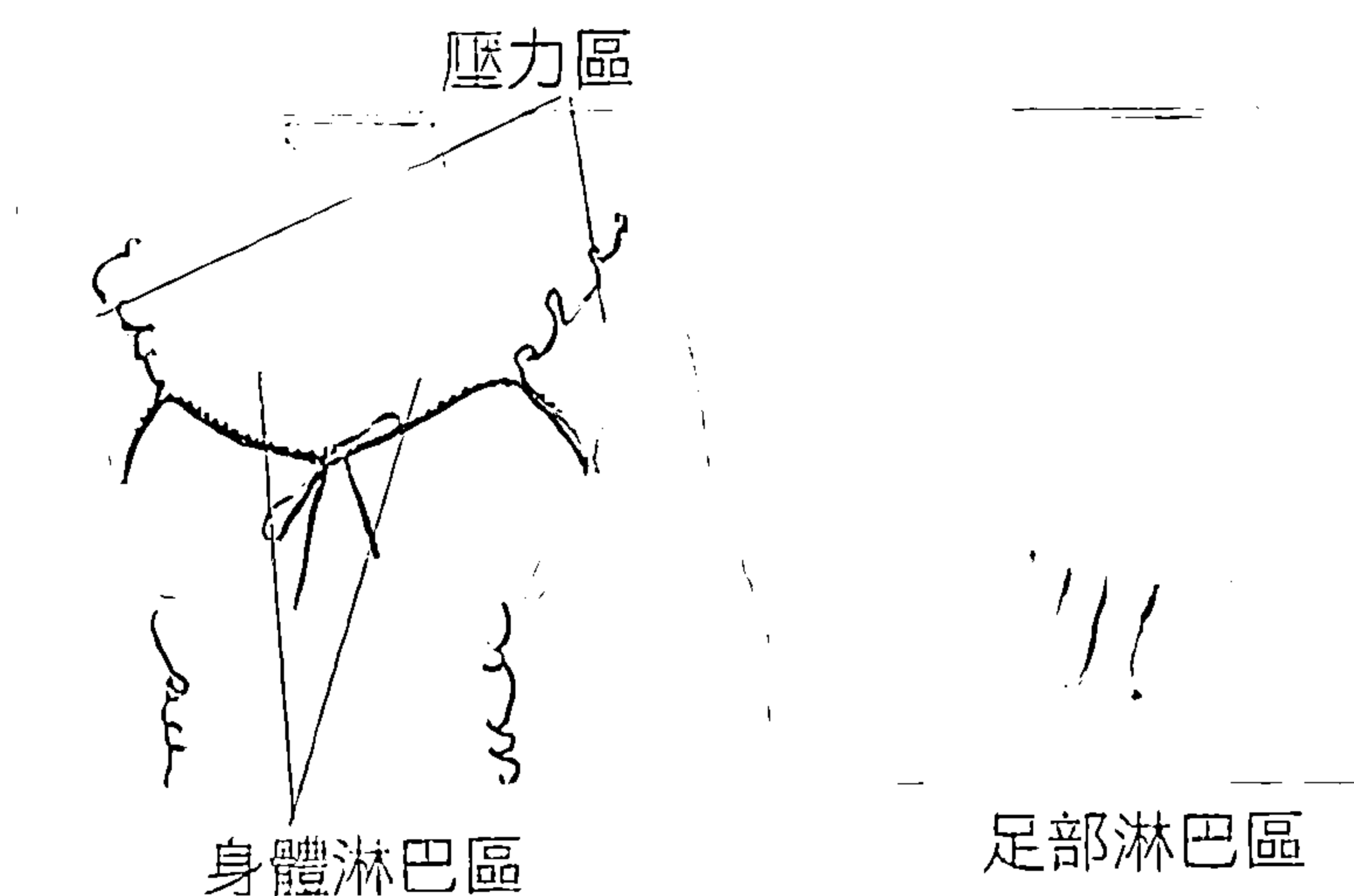


## 十、活力保健相關困擾適合的彩光 DIY

有健康的、活力的身體才有一切，如果身體一直困倦疲勞，有可能免疫系統已失調。請給自己充份的時間休息，經常與家人、朋友分享你的感受與心情，增強脾、肝、腎能量，可享有彩色美麗的人生。

### 1. 強健體力

穴位：湧泉：紅色  
三陰交：藍色、橙色  
足三里：藍色、橙色  
身體淋巴區：黃色  
壓力區：黃色  
參考心靈平衡線  
足部淋巴區：黃色



### 2. 長期洗腎

長期洗腎除了慎選食物外，還必須每天適量運動，彩光亦可補充能量，避免食慾不振，頭暈、頭痛、口乾舌燥、貧血、高血壓、低血壓、失眠、整天無精打采等不適，彩光能平衡氣血循環機制，提升良好的生活品質。

穴位：腦部平衡法、耳穴強健法、高、低血壓法，  
湧泉：紅色  
血海：橙色  
足三里：藍色、橙色  
胃區：藍色、橙色

◎ 康管鈣法：在康管處照射紅色，保持血管通路良好

### 3. 喉區疏導法

身體上有 11 條經絡幾乎都經過喉區，有大量淋巴結匯集，防止有害物質入侵，當免疫系統失調，喉區是最先反應的部位，如感冒時，喉嚨痛、失聲、咳嗽。

喉區是肢體與心靈，語言表達和情緒溝通的中心，當你有咳嗽、聲音沙啞、甲狀腺機能失調，久治不癒之際，試著往內觀照，如：有口難言、忍氣吞聲、委屈求全、常壓抑情緒產生束縛和痛苦等。

甲狀腺和副甲狀腺支配體內氧氣、荷爾蒙、鈣及內分泌等功能。

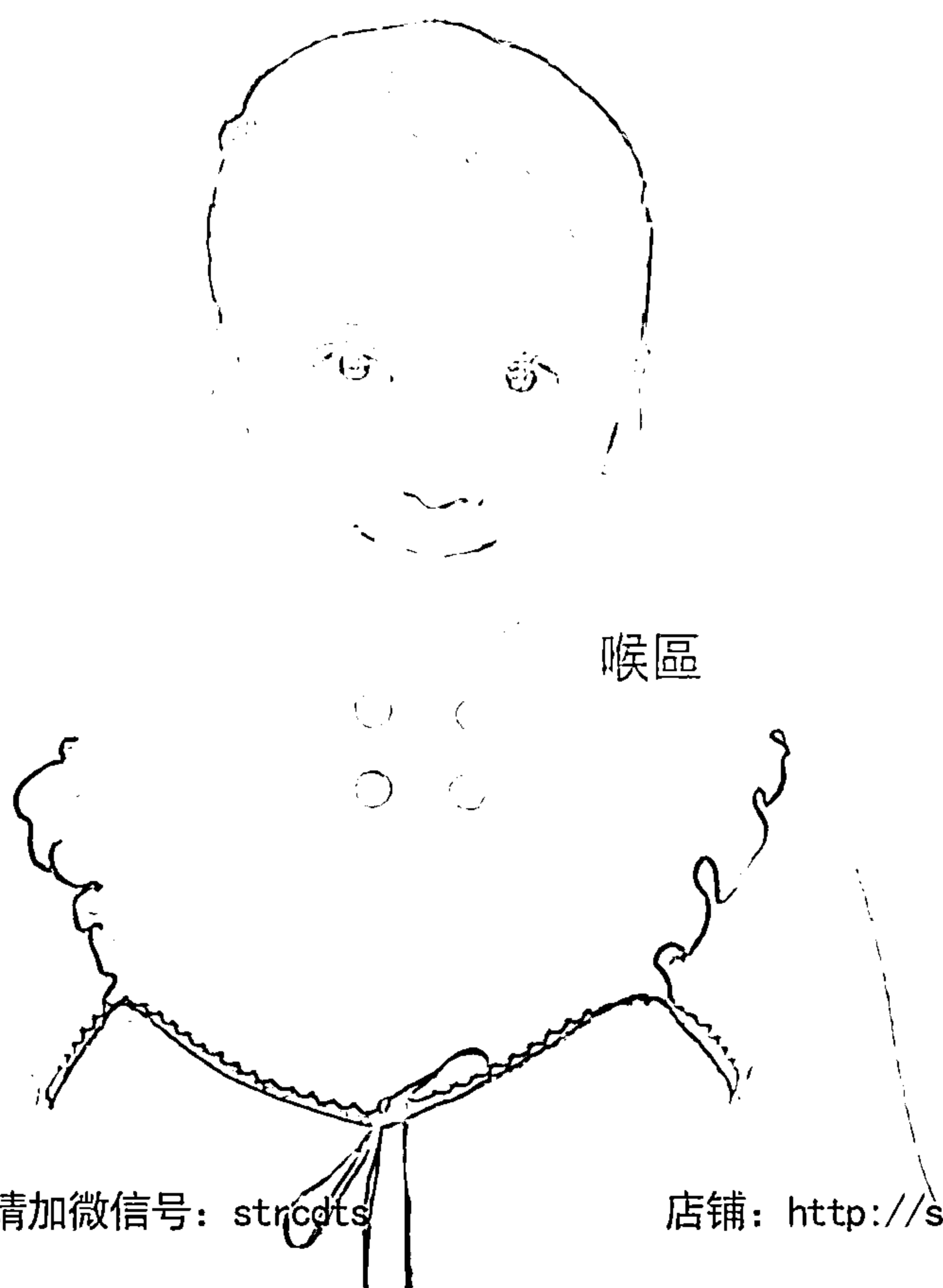
顏色：藍色：失眠、高血壓、易緊張、甲狀腺亢進、腫大、心悸、聲啞。

綠色：喉痛、服用過多抗生素或癌症化療者。

黃色：促進淋巴流動。

橙色：長期憂鬱疲勞、甲狀腺低下。

穴位：喉結旁開兩指，左、右側頸動脈上下二處，有動脈搏動處。



## 4. 耳穴強健法

任何種類失調，疼痛、感染、發炎、發燒、腹瀉，內分泌功能紊亂，增強免疫系統，增強體力，此法透過腦部及分泌激素平衡身體，故對手術、住院者復原體力非常迅速。

方法：先左耳全做完再右耳，按號碼順序照射。

穴位：神門：紅色。三角窩內，鎮痛、鎮靜、安神。

枕點：紅色。對耳屏外側面，外上方處，功用同神門。

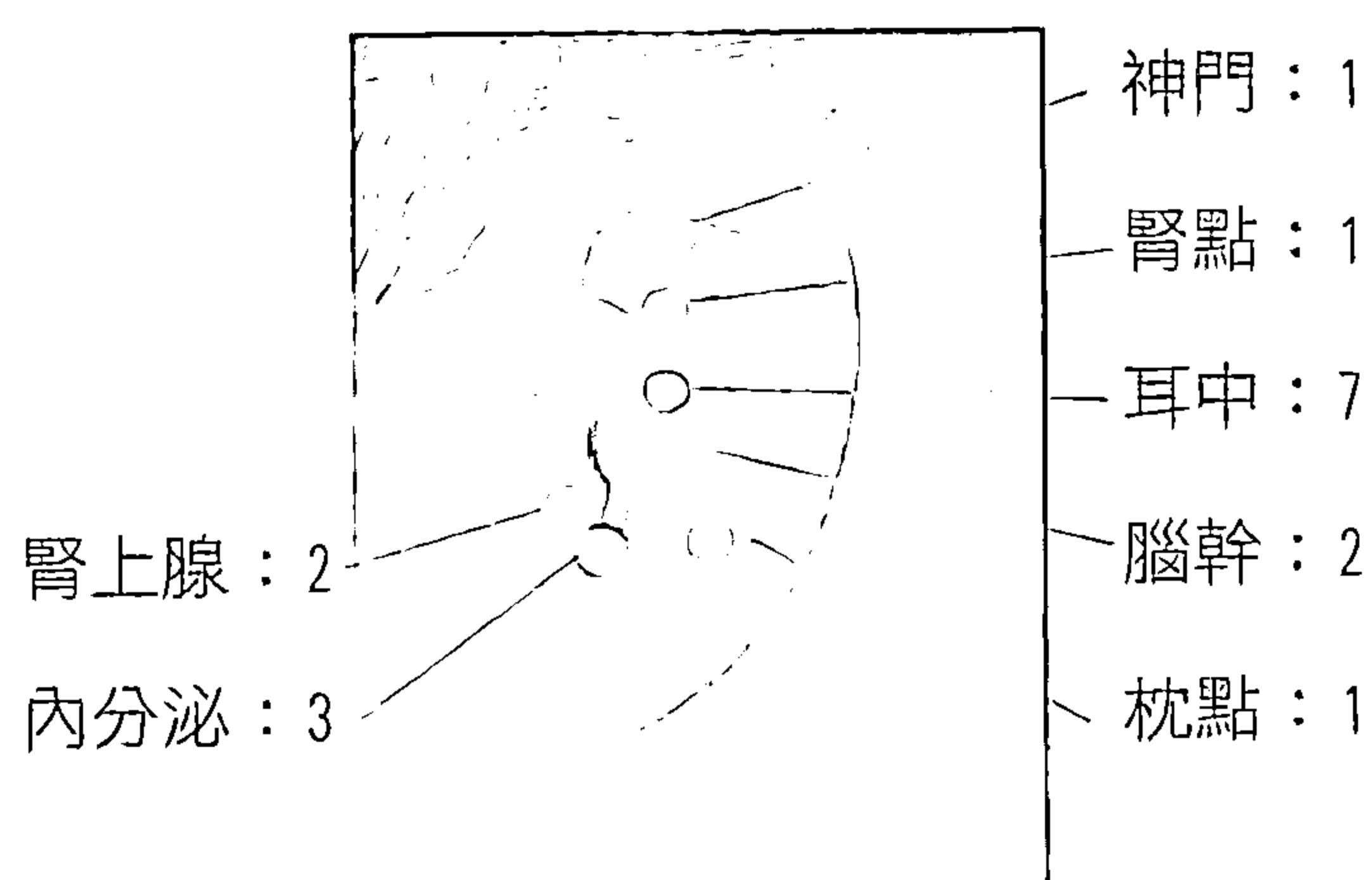
腎點：紅色。耳甲艇處，月經、關節、新陳代謝問題。

內分泌：黃色。耳甲腔底，過敏、發燒、消腫。

腦幹：橙色。輪屏切跡處，益腦安神、止咳、鎮驚。

腎上腺：橙色。耳屏外側面，增強免疫力、保健要穴。

耳中：紫色。耳輪腳中點處，平衡內臟及心血管系統。



## 5. 腦部平衡法

大腦主宰人類思考、記憶、感覺、知覺，額葉是腦部情緒的執行中樞，以此法平衡左右腦，調節情緒，能提升免疫系統、內分泌、荷爾蒙、呼吸、心跳、血壓及專注力等各種慢性病可得到最大的支持力。

方法：依圖中圓圈（1→12）穴位的順序及所使用光色。

穴位：目明：先右（1）：綠→再左（2）紅。直對瞳孔，在髮際邊緣。

陽白：右（3）：藍→再左（4）橙。直對瞳孔，眉毛上兩指。

額中（5）：白天黃色 / 晚上紫色。印堂上一指。

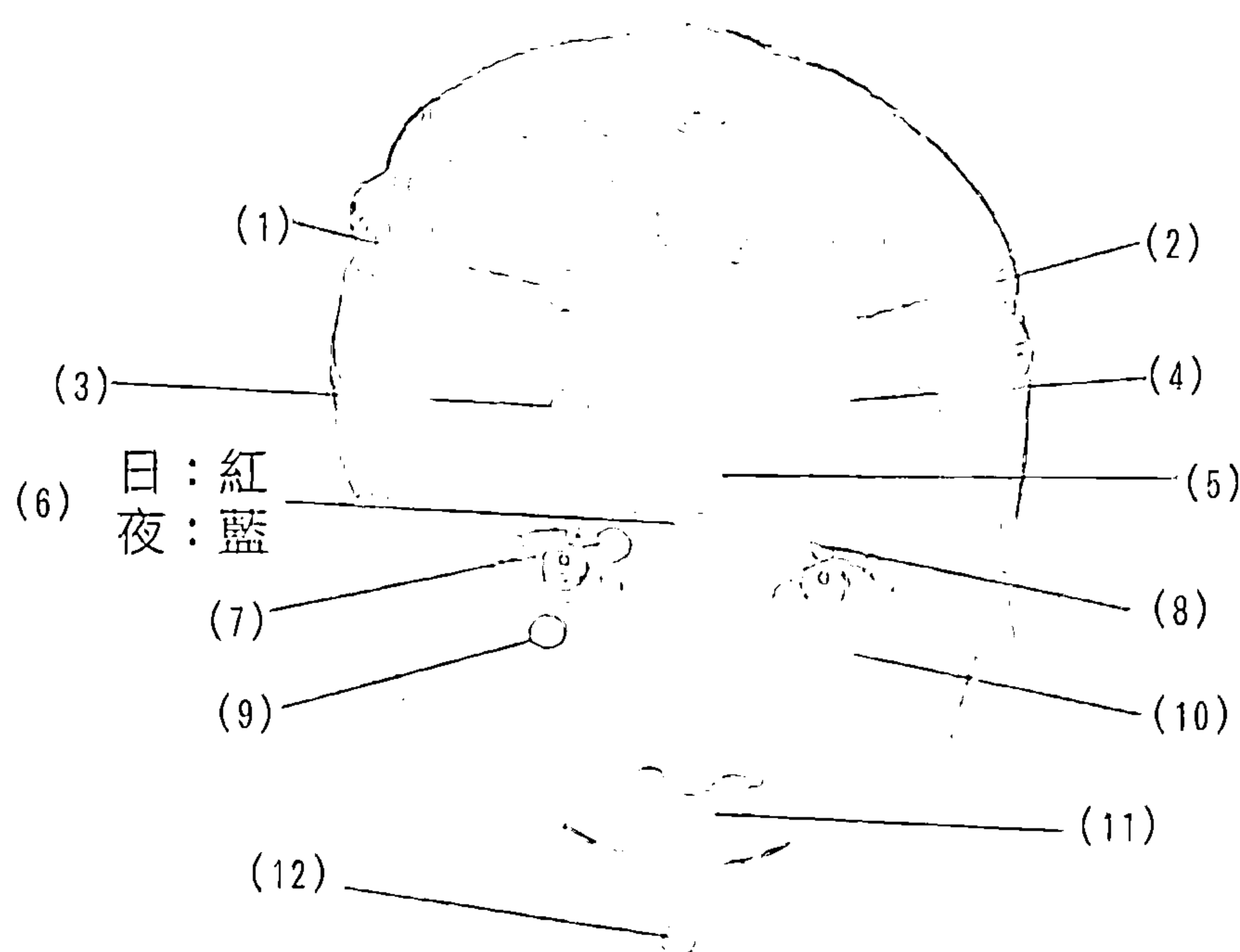
印堂（6）：白天紅色 / 晚上藍色。兩眉之間。

睛明：右（7）：藍→左（8）橙。目光眥角外約一分處。

承泣：右（9）藍→左（10）橙。直對瞳孔，目框中央處。

人中（11）：黃色。鼻子和上嘴唇間，唇上 1/3 處。

承漿（12）：紫色。下嘴唇和下巴間凹陷處。



## 6. 情緒平衡法

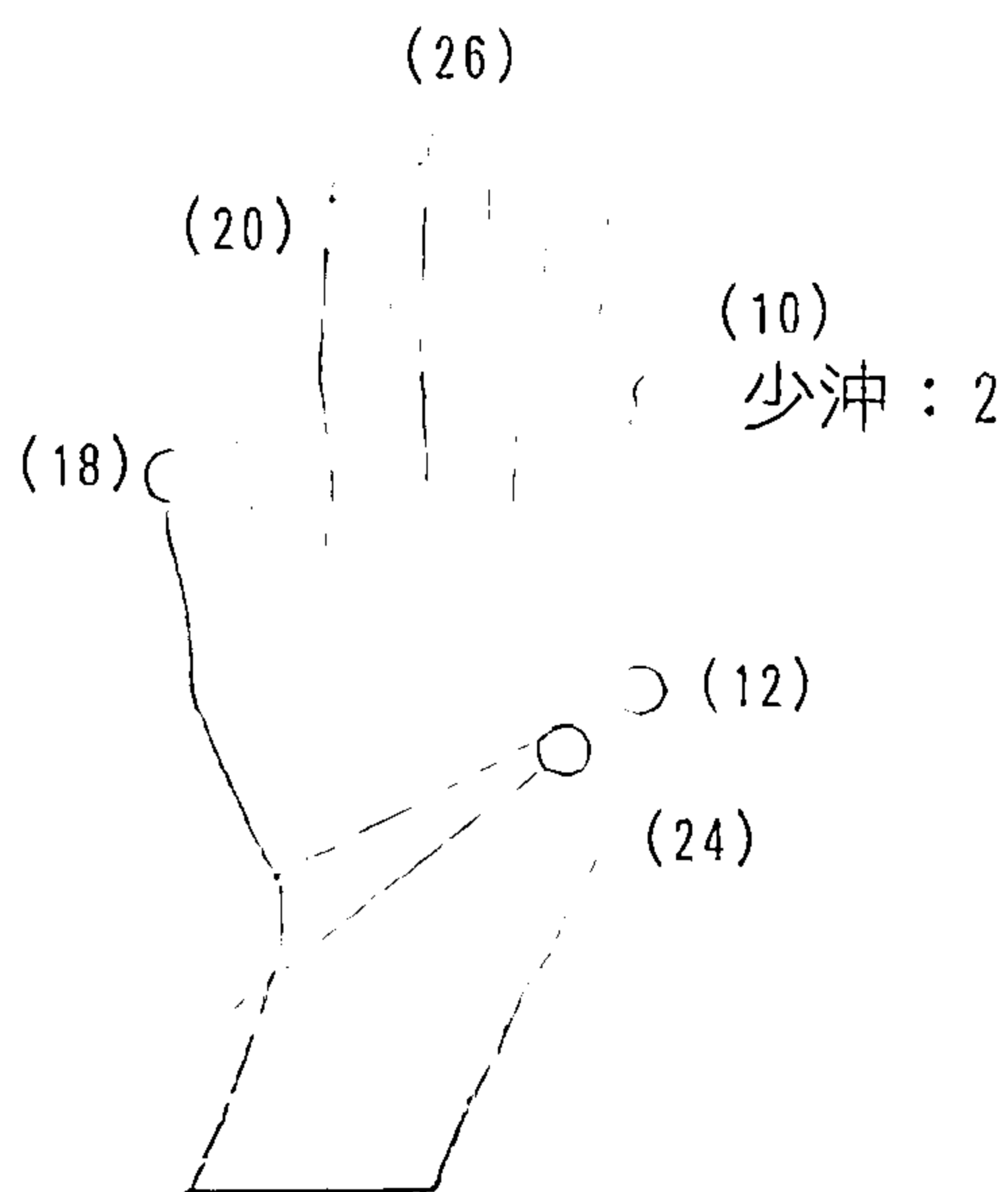
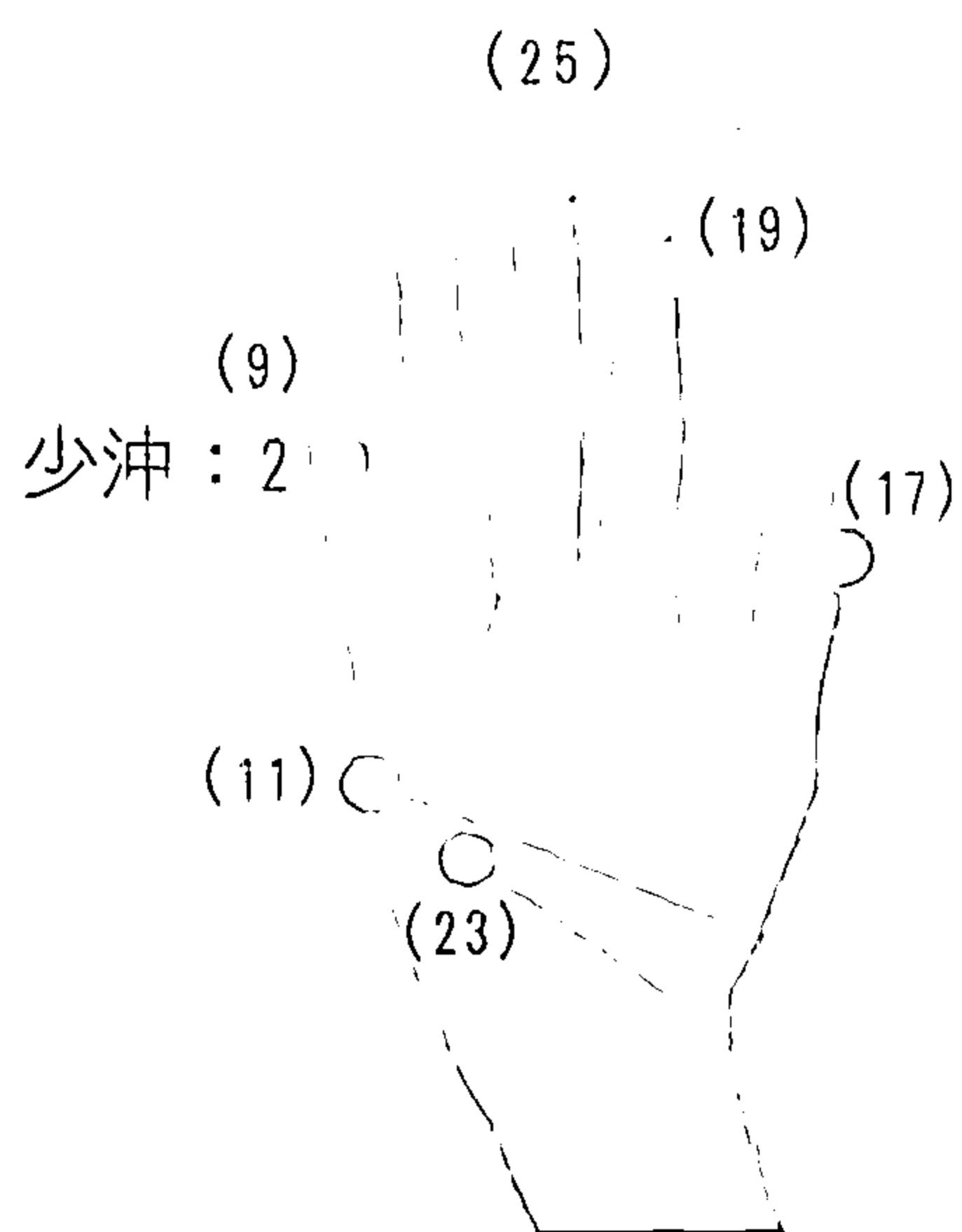
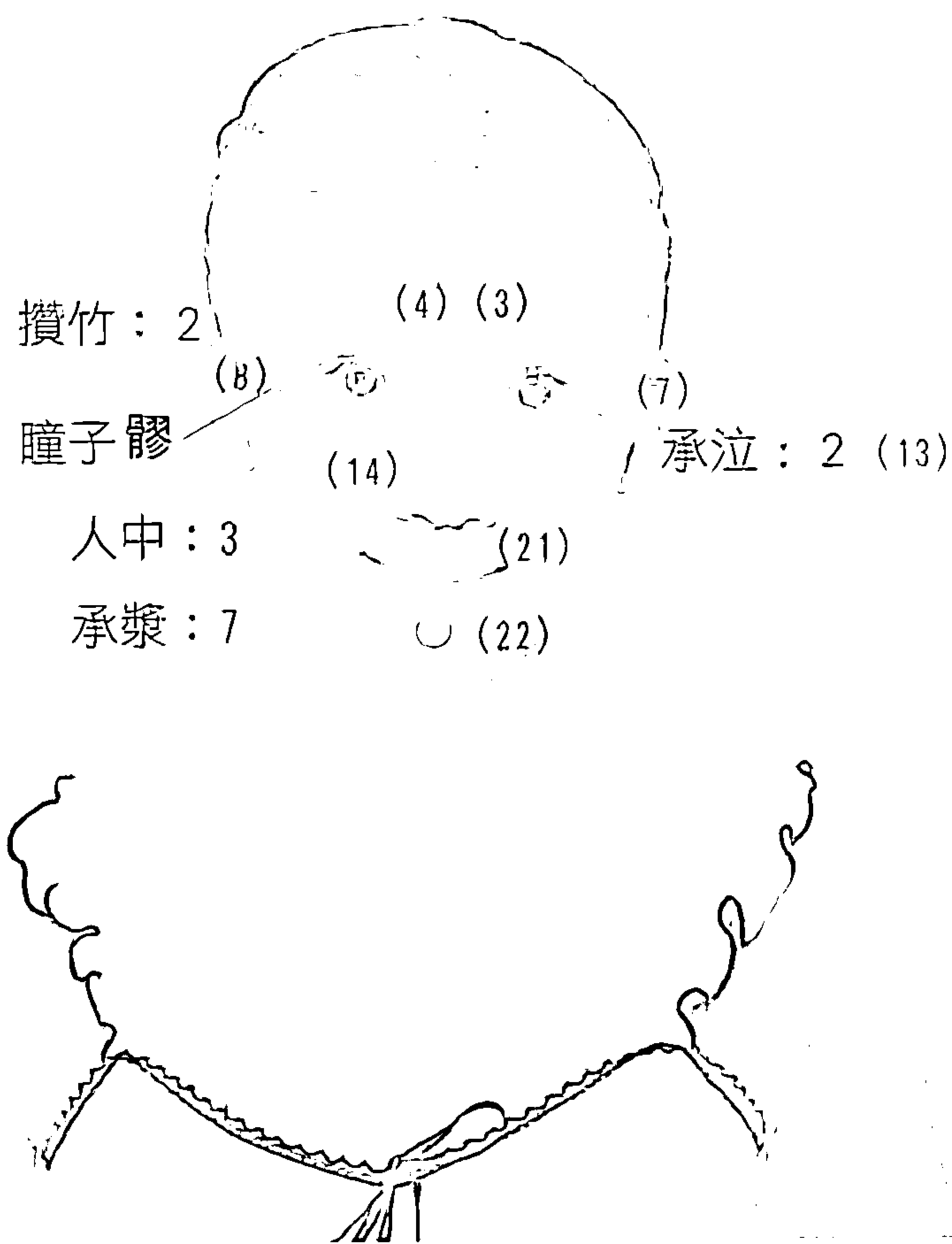
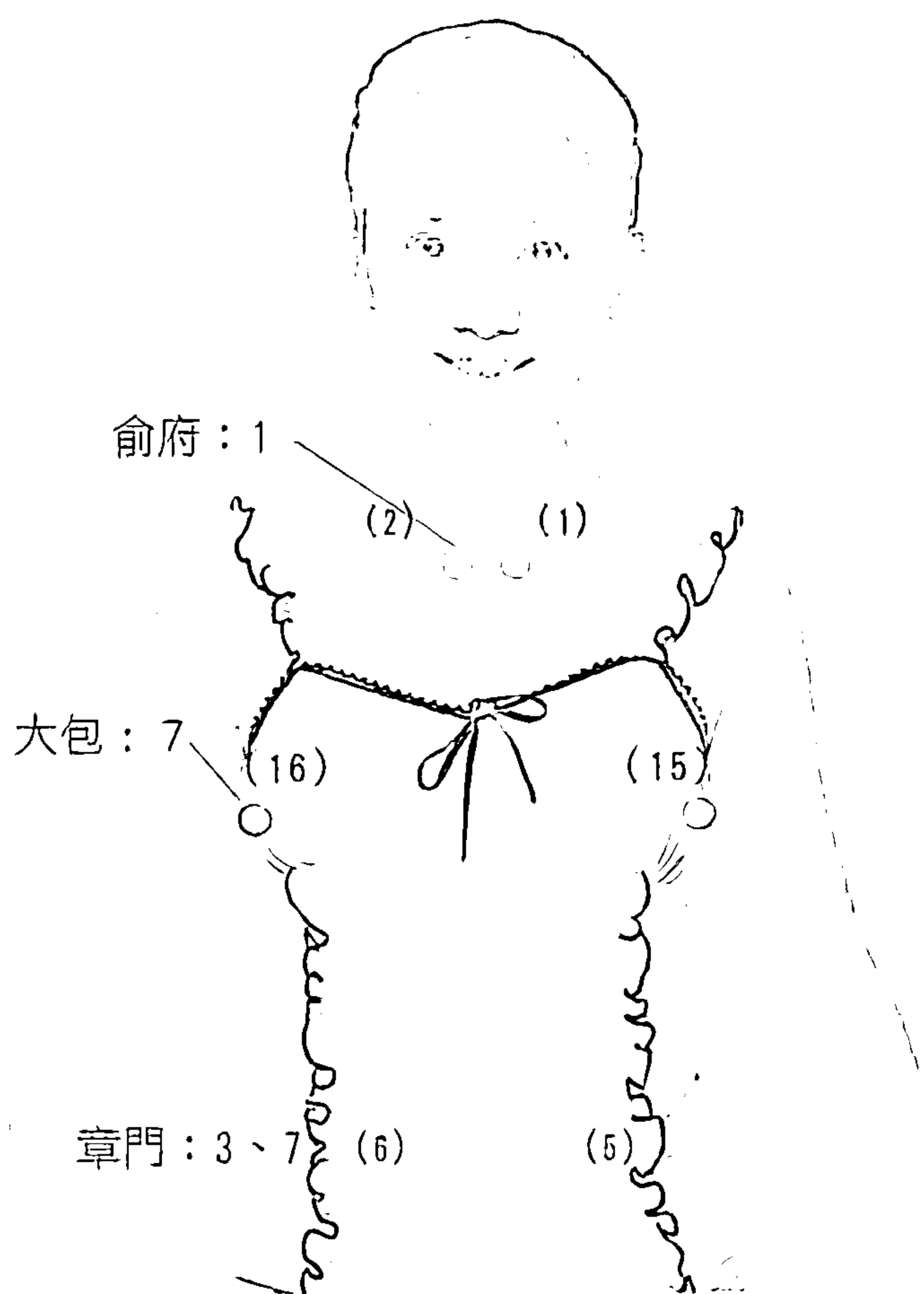
負面情緒包括：恐懼、憤怒、創傷、擔憂、哀傷、壓力、過度興奮等。

在醫學研究中，證實不同負面情緒會對血液循環系統、內分泌、免疫系統產生不同症狀，如憤怒或焦慮時，胃的蠕動會失調，易造成頭痛、食慾不振、腹瀉、便秘、失眠、胃痛、心痛等。負面情緒的波動常導致免疫系統功能失調，也是引發各種疾病甚至癌症的幕後黑手。

情緒平衡法調整範圍相當廣泛，可釋放身體、心智內在長期的包袱，如怨恨、恐懼、焦慮、無力感、哀傷、抑鬱等情緒所造成的能量停滯，經絡阻塞。

方法：依1～26穴位的順序及所應使用之光色。先做身體經絡左側穴位，再換右側穴位。

穴位：俞府：先左（1）→再右（2）：紅色  
攢竹：先左（3）→再右（4）：橙色  
章門：先左（5）→再右（6）：黃色（肝發炎、易怒時用紫色）  
瞳子髎：先左（7）→再右（8）：藍綠色  
少沖：先左（9）→再右（10）：橙色  
後谿：先左（11）→再右（12）：紅色  
承泣：先左（13）→再右（14）：橙色  
大包：先左（15）→再右（16）：紫色  
少商：先左（17）→再右（18）：紅色  
商陽：先左（19）→再右（20）：黃色  
人中：（21）：黃色  
承漿：（22）：紫色  
中渚：先左（23）→再右（24）：紫色  
中衝：先左（25）→再右（26）：藍綠色





國家圖書館出版品預行編目資料

彩光能量自然療法 / 周清隆 著. 初版.  
新北市 : 姿霓文化, 2015.12

ISBN 978-986-90609-6-7 (平裝)

1. 光療法

418.9323

104008213



## 彩光能量自然療法

作 者 周清隆  
編 輯 朱芳語  
內文排版 豐盛自在工作室

出 版 姿霓文化有限公司(成嘉工作坊)  
電 話 : (02) 8241-9139  
傳 真 : (02) 8241-9039  
E - Mail : shining3193@gmail.com  
網 址 : www.141319.com.tw  
235 新北市中和區郵政第1-154號信箱

總 經 銷 吳氏圖書股份有限公司  
電話 : (02) 3234-0036  
傳真 : (02) 3234-0037  
235 新北市中和區中正路788-1號5樓

版 次 2015年12月 初版一刷

定 價 280元

國際書號 ISBN : 978-986-90609-6-7

◇版權所有·翻印必究◇



# 彩光療法課程

分基礎班、進階班、高級班，培訓圓滿可獲證書當專業彩光治療師。  
另有單選專題課程，歡迎報名參加。

## ◦ 基礎班課程表

### 一、彩光療法醫學基礎

解剖生理病理學、中醫陰陽五行、針灸經絡學、自然醫學基礎、  
能量脈輪氣場、能量醫學基礎

### 二、內分泌彩光療法

腦部七個協調器官療法、性情調整、內分泌平衡療法、經絡療法

### 三、全息律能量轉換點

募穴俞穴彩光療法、手部足底彩光療法

## ◦ 進階班課程表

### 一、彩光排毒療法

### 二、五臟六腑調理療法

### 三、身體反射區圖、靈魂線療法

### 四、骨骼關節療法、各種疼痛彩光療法

## ◦ 高級班課程表

### 一、退化性疾病療法

### 二、才智性情療法、加強靈性療法

### 三、頭骨反射區眼耳鼻舌心療法

### 四、衝突療法

心理防衛機轉、衝突解決療法、父親療法、母親療法、子宮期療法、

中陰身療法、夢區療法、靈魂靈性療法

### 五、六感七情彩光療法、焦慮憂鬱療法

### 六、力量再生重建

上課時間：

週六：13:00 ~ 18:00

週日：9:30 ~ 20:00

平日班：時間另約

光園彩光能量醫學中心  
*Light Garden Body work with Light*

立全復健科診所

台北市中山北路六段 182 號

Tel: (02) 2831-4669

# 彩光能量自然療法

COLOR THERAPY

融合古代生命力量與現代高科技驗證，  
彩光能量自然療法是新時代整體醫學精華，  
涵蓋身心靈三個層面，  
可促進健康、減輕壓力與預防疾病。

請跟著書中的介紹，  
用心體會，盡情享受一場身心靈的寧靜饗宴吧！

ISBN 978-986-90609-6-7



9 789869 060967

00280