

信念的力量

覺宮珠璣

書名：信念的力量：新生物學給我們的啟示

作者：布魯斯·立普頓 譯者：傅馨芳

出版社：張老師文化

索書號：3648333

導讀 張勝雄（運管系副教授）

如果你堅信基因決定論；如果你遵循適者生存的達爾文主義；如果你擁護現代醫學的對抗療法；如果你是一個無神論者，那本書將徹底衝擊你的想法。

從細胞、新生物學、量子物理談到父母親職與靈性，本書讓我們對生命本質有新的發現與理解。作者是一位傑出的細胞生物學家，窮其畢生的研究發現，「決定細胞生命的關鍵不在於基因，而是細胞對於環境的感知」。人的信念即是一種主觀，且可操控的感知，換言之，人可以透過信念操控——我們的心可以駕馭身。

雖然傳統的生物醫學對此種身心關連論點可能嗤之以鼻，但許多病人在醫藥實驗中服用安慰劑（維他命丸）也能使病情獲得改善，甚至有些外科手術也有安慰劑的效應（病人被告知施行手術，事實卻不然），這些不爭的事實皆在證明心理因素對於身體具有不可忽視的影響。相反地，醫師所傳達的消極訊息（反安慰劑）往往也會造成病患更大的痛苦甚至死亡。

這種積極或消極的信念不僅影響我們的健康，也會影響我們生活的每一個層面。信念就像相機的濾光鏡，會改變你所看到的世界，而生理也會自然去配合這樣的信念。雖然我們不能輕易改變我們的基因密碼，卻可以努力改變我們的想法。對於事情時時保持積極正面的看法，不聽天由命，拿回自己人生的主導權，應是閱讀本書最大的啟示吧！



書名：信念的力量：新生物學給我們的啟示