



佛教醫方明研究(下)

陽力

下篇(治療篇)

一、藥石

藥石治病，在衆多法門中是一種最普通，也最無奈的法門，因各人的稟性及根器的不同道力的淺薄，不能深入定中，所以只能說是一種權機應變的方法。藥石療法，即是採用藥物本身所具有的特性，對照所入的臟腑，綜合藥物的四氣五味，或內服或外用，以達到愈疾的目的。佛教醫方明在這方面理論頗豐，不僅有古印度的樸素療法，亦有經中土演變後的中醫療法，其理論精華舟車難載，滄海難量，本章限於篇幅，不可能一一盡舉，僅能以數則概而論之，以起一斑窺全豹之作用。

藥物的四氣，即是寒熱溫涼四種特性，因為每一種藥物都有它固定的特性，在一定的程度上可使人體機理康復。五味，是指藥物本身所具有的特殊氣味，即酸、辛、苦、甘、澀。按照五味歸五臟的規律，每一味都有它相應的臟腑。如麻黃性溫、味辛、歸肺經，有發汗解表，治療風寒感冒的功效。藥物療法，正

是合理地運用這種屬性，佐以適當的方法，來達到愈疾的目的，使機體恢復平衡。如《千手千眼觀世音菩薩合藥經》云：「若有人等卒患心痛不可忍者，取杜魯香如乳頭成者一丸，口中嚼咽不限多少，令吐即瘥。」

又「若人患赤眼者及眼中有翳肉及有翳者，得奢彌葉搗取汁，浸濱酒一宿，著眼中即愈。」

按：奢彌葉乃梵文，即枸杞是也，枸杞本具清肝明目，潛陰平陽之效，濱酒性溫，有活血散瘀之功，歸肝脾經，二者合用，共奏奇效。

又：「若人小便數，取瓜萆根一兩，以清水三升煮汁，服之瘥。」

按：瓜萆根，味甘性平，歸腎、膀胱經，有清熱散瘀，解毒利尿之功效。

又：「若有人患咳嗽者，取奢摩夷一升，水三升，煮汁和蜜，頓服盡即愈。」

按：奢摩夷，即杏仁也。杏仁味微苦，性辛、歸肺經，有宣肺理氣，化痰止咳、平喘之功效。取蜜滋潤之功，二者聯手，功

效倍增。

附：食療

合理的飲食，不僅可使人營養全面，精神煥發，更是人體健康的保證。而不合理的飲食，又往往是引發疾病的根源。所以飲食療法，作為一門古老學科而言，不僅我國醫學重視，佛教醫學亦十分重視。禪門常云：「疾病以減食為湯藥」。及過午不食等即是此理。因為只有食不過飽，才能減輕腸胃功能的負擔，加強腸胃功能的運化和吸收，並進一步激發人體潛能。目前醫學界對小兒急性腹瀉採用減食及斷食療法，即是此理。可見這一古老醫術目前正得到醫學界的重視和廣泛運用。

佛教醫學認為，人體本身與自然界是存在着廣泛的聯繫的。人既然生存在這個世界裏，就必須順應四時而賴以生存。若違反了這一規律，機體就會發生病變。不僅修行如是，日常飲食生活亦復如是。如《修行道地論》云：「春三月有寒，不得食麥豆，宜食粳米、醍醐諸熱物。夏三月風多，不得食筍、豆、麥，宜食粳米、乳酪。秋三月有熱，不得食粳米、醍醐，宜食細米、麵、蜜、稻黍。冬三月有風寒，宜食粳米、胡豆、羹、醍醐。」

二、符咒

符咒，是各種宗教所共有的特色，世上不論何種教派，都有它神秘的一種語言法門，我們稱它為咒。咒，是梵語陀羅尼，即佛菩薩從禪定中所發出的一種秘密語。這種語有神奇的功效，可溝通宇宙間一切訊息，包括千萬劫來諸佛菩薩所殘留在宇宙間的特殊生物波，誠可謂是大神通力，有不可思議之功效。這種神奇的語言，散藏在三藏十二部之中，非常豐富，隨手可拾。但因目前限於一定條件，科學家們對這一超自然現象尚無法作出解釋，

我們也不敢妄下斷語，只能依經據典，摘錄如下：

《千手千眼觀世音菩薩合藥經》云：「若有小兒患口瘡，不能食者，取黃連根細搗為末，和母乳，置像前，咒大悲陀羅尼三七遍，塗之神效。」

又「若有女人懷妊死腹中者，取阿婆末喇草和水三升煮汁，置像前，咒大悲陀羅尼三七遍，服之即出，一無苦痛。」

又「若有人等患一邊風，耳鼻不通，手腳不便者，取胡麻油、內木香煎汁，置像前，咒三七遍，摩拭身上，永得除瘡。又取純牛蘇，咒三七遍，摩身上亦瘡。」

又：「若有婦人難產者，取胡麻油置像前，咒大悲陀羅尼三七遍，摩產婦臍中及玉門中，若令口吞易生。」

又：「若有人得諸腫痛毒者，取蕪青葉搗汁和酒，置像前，咒大悲陀羅尼三七遍，塗腫神效。」

又：「若有人等患鼻衄欲死者，取生蓬葉和水煮汁，置像前，咒大悲陀羅尼三七遍，令吞即愈。」

《磧砂大藏經》除腫陀羅尼：那幕勒囊怛黎蛇蛇，那幕阿喇蛇，婆路鞞提舍婆羅蛇 菩提薩埵蛇 摩訶薩埵蛇哆擲多 冀梨至梨 勇梨至梨比至梨 毗翼至喇莎呵。

又：治熱病陀羅尼：三摩提 摩訶三摩提 何囊伽思 婆南伽思 伽思伽思 伽車 座棘响都恩莎呵。

經云：「此咒若縷若水若草，誦三遍縷結之，若草揚之，若水洒之，以治一切熱病，一念之傾即得瘥。」（見磧砂大藏）

除此之外，佛教裏尚有許多經咒，在臨床上都有不可思議之功效。如準提神咒、六字大明咒、寶輪王陀羅尼等，均有神奇的大功德力，可謂無一咒不可治病，無一咒不可愈疾，本篇就不再一一詳叙了。

三、懺悔

懺，即梵語懺摩之簡稱，所謂懺悔，就是發露過去所作之舊惡，知錯以後不再犯。懺悔又分事懺與理懺兩種。事懺者，嚴淨道場，禮佛誦經，隨文懺悔。理懺者，觀法界萬物，乃由心造，了無實相可得。以此心空故，萬法亦空，罪業果報亦空。何以懺悔能治病？因身口意所造善惡之業，無不由心識牽引故，以一念至悔至誠之心升起，念念相續，不使間斷，則善惡果報亦了無可覓。故經云：「若欲懺悔者，端坐念實相。重罪如霜露；慧日能消除。」又《金光明經》云：「千劫所作極重惡業，若能至心懺悔者，如是重罪悉皆滅盡。」由此一念懺悔之心而引發慚愧心，再由慚愧心而升起大悲心則能使一切善法增長，時時處在一種欲為眾生拔苦與樂的菩薩境界，心不攀外緣，如如不動，自在安祥，保持身心的平衡和穩定，則無病不治矣！

四、止觀

在佛教醫療體系中，唯有止觀與念力兩種法門最具佛教特色，也最具有省時省財和功效神奇等特點。所謂止，就是將心收在一處，不令妄動，所謂觀，就是觀諸法皆空，無法我二執，凝神內視，理解萬法無一實體的真諦，則身體機理自會平衡。正如《心經》所云：「觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。」此即觀照之真義也，能觀照到五蘊皆空，就能度一切苦厄。何以止觀能治病呢？因心乃一切果報之主，故稱心王。它能生萬法，亦能滅萬法。心緣外境，即生萬法，收在一處，止在病點，如滅萬法，這是理所當然的。

止觀治病的方法多種，妙難窮盡，因各種病治理的方法各有

不同，本篇不可能一一詳舉，但歸納起來，不出幾種：

(一) 止於患處

此法相近於我國醫學針灸中的「阿是穴」，即不管病因病機，只要在患處尋找一個敏感的壓痛點，全身放鬆，心無雜念，觀想病患如微塵，散向虛空。自身機體免疫能力即能增加，氣血通暢。這種良性的信息輸入對維護機體平衡十分有效。《摩訶止觀》云：「譬如國王所到之處，群賊四散，又如開門則風來，閉扇則風止，靜心緣外境，如開門。止所痛處，如閉扇，故能愈疾」。

(二) 止於丹田

藏經云：臍下一寸，名優陀那（道家稱丹田）。行者若能止心於此，守令不散，經久即多有所治。因丹田乃氣海，能吞銷萬病，若止心於此，則氣息調和，故能愈疾。

按我國醫學理論，臍下一寸名丹田，包括氣海、關元、中極諸穴，乃人體全身真氣貯藏之所在，長期的意守強化鍛煉，可增加人體的免疫能力，調動和加強人體全身氣血循環，對防治疾病有莫測之功效。

(三) 止心於肚臍

肚臍，我國醫學稱之為「神闕穴」，乃人身之重要部位，亦是人體先天之氣來源的所在。止心於肚臍，不僅可調節營衛氣血，更能達到推動人體氣血運行，調合四大，吞銷萬病的作用。故《摩訶止觀》云：「繫心肚臍，亦可治愈諸病。何以言之，繫心於臍中，猶如豆大，解衣諦之取相，後閉目，合口齒，舉舌上顎，令氣調勻。若心外馳，則攝之令還，不令馳散。若念不見，

復解衣看之，熟取相貌還如豆，則無病不治，無疾不愈也。」

(四) 止於足心

將心專注於足心（湧泉穴），調順呼吸，或站或坐，觀想大悲甘露水從上而下，淋透全身，一切疾患隨水順足心而出，灌入地下，入地三尺。按我國醫學認為：足心湧泉穴乃屬少陰腎經，起於小趾，斜行於足心，向上沿小腿內側緣入脊內，過脊柱，沿喉嚨到舌根兩旁。藏經云：「吾人所有諸患，皆由四大不調，四大不調，悉有心識上緣，心使風，風動火，火融水，水潤身，是則上分調而下分亂。以致諸患迸起，心若緣下則如吹火下溜，飲食消化，五臟順而四大調矣。」

(五) 注心法界

注心法界，學習經典，了解萬法皆空，了無實相之真理。所謂心滅則種種法滅。放下萬緣，順其自然，不拘一切病相有相，則自會身安體泰，四大和合，是故「諸法空無所有，了知凡所有相，皆是虛妄，一切諸法，法法皆是無相。如是寂住，不取病患之相，則病多有所治。」

(六) 六氣

大德云：「但觀心想，用六種氣治病者，即是觀能治病。何等六種氣，一吹，二呼，三嘻，四呵，五噓，六呬。此六種氣息，皆於唇口之中，想心方便，轉側而作，綿微而用。」用此六種氣治病，須調勻聲音，輕柔而緩慢地念，勿令有聲，全神貫注，則字字分明，心有所感，可治四大五藏一切疾病。經云：若身冷用吹，如吹火法，熱用呼，如呼冷風然。關節疼痛用嘻。若心煩脹滿，上氣用呵，若痰濃用噓。若身體勞乏則用呬。以五臟

而言，則呵治肝，噓治肺，呼吹治心，嘻治腎，呬治脾。若以六氣同治一臟，臟中有冷用吹，有熱用呼，有痛用嘻，有煩用呵，有痰用噓，有倦乏用呬。用六氣者，當以口吹去冷，鼻除內溫，安祥而入切，勿令其衝突。於一上座時，則須七遍為之，然後安心，安心少時，復更用氣。此是用氣治病之法也。

(七) 十二息

十二息者，即一上息，二下息，三滿息，四焦息，五增長息，六滅壞息，七煖息，八冷息，九衡息，十持息，十一和息，十二補息。此十二息，皆從觀想心生，謂上息治沉重，下息治虛懸，滿息治枯瘠，焦息治腫滿，增長息治羸損，滅壞息治增盛，煖息治冷，冷息治熱，衡息治壅塞不通，持息治顫動，和息通治四大不調，補息滋補四大衰。

前所述之六氣，與十二息略有不同，十二息者，即鼻息也，古德云：夫色心相依而息，譬如樵火，相籍而烟，瞻烟清濁，則知樵燥，察息強軟，可驗身鑿病。若身內風橫起，則痛痒成病，急需治之。若能善用假想之觀，運作十二息，即能治病。

以上粗具止觀療法之概模，然止觀療法在佛教典籍中太過豐盛，舉不勝舉。僅《阿含經》中就有七十二種治病秘法，及外尚有觀經中的十六觀等，在此就不贅述了。

對於運用止觀療法，經中亦云，必須具備十法，一明信，二明用，三明勤，四常住緣中，五別起病因，六方便，七久行，八知取捨，九善護持，十遮障，若能依此十法，則止觀治病十握有九矣！

五 止觀療法的病理考證

(一) 放鬆入靜與運動系統

運動系統由骨、骨連結和肌肉三部份組成，在神經系統的調節下，對人體起着運動、保護和支持的作用。放鬆入靜的訓練，即是加強運動系統這方面的功能，以期維持人體體態平衡。有實驗表明，當肌肉放鬆後，便能促進全身氣血通暢，血液給肌肉輸送大量的氧氣。人體處在放鬆狀態下，其心態意識想到哪裏，血液就趨向到哪裏。當肌肉20—30%緊張度時，則血液流動情況將發生變化，當肌肉有60—80%緊張度時，則血液流動將完全中斷。相反，當肌肉放鬆時，血液流動量將提高到15—16倍。故爾放鬆入靜能促進血液循環，使體態進入到一種自我修復的狀態，故能愈疾。

(二) 止觀與內分泌系統

內分泌系統是人體的重要機能調節系統，它與神經系統緊密聯繫，相互作用，是維持機體內環境相對穩定的兩大信息傳導系統。臨床考證認為：止觀對於內分泌系統的影響表現在刺激了糖耐量的增加。由於肝糖原合成加速、分解減少的結果，通過興奮迷走神經刺激胰島素分泌增加，抑制交感——腎上腺系統和垂體——腎上腺軸而起作用。

(三) 止觀與呼吸系統

呼吸系統由呼吸道和肺組成，包括咽、鼻、喉、氣管和支氣管。入靜修禪的調呼吸，就是調整呼吸頻率，擴大肺活量，促使橫膈活動幅度的增加，增加肺的氣體交換功能。故在入靜後其呼吸頻率達到細、長、勻的平靜狀態下，不僅呼吸運動曲線柔和，氣機代謝亦有不同程度的下降，對肺功能不全者大有裨益。

(四) 禪觀與消化系統

臨床考證，在銀餐透視下發現，禪觀可使入胃蠕動波幅明顯增加，胃的張力提高，位置逐漸上升，排空增快。故爾常習止觀者有腸鳴音增加，食欲增進，消化功能與營養狀況得到改善的現象。修禪時，胃液分泌、酸濃度和胃蛋白酶含量都明顯增加，其唾液亦大量釋放，此時的唾液中可測得淀粉酶含量極高，可刺激人體本身的消化吸收。

(五) 禪觀與腦電波

禪觀對腦電波的影響甚為重大，因為腦是由大腦、小腦和腦幹所組成。大腦是神經系統的高層部份，是思維器官，主導機體一切活動過程，並調節機體與周圍環境的平衡。小腦是協調骨骼肌的運動，保持身體平衡。腦幹分為間腦、中腦、腦橋和腦髓，分佈着許多由神經細胞集中的神經核和反射中樞，並有大量上行下行神經纖維來聯繫大腦、小腦和腦髓，把中樞神經聯繫為一個整體。腦幹中有許多更重要的反射中樞，其中包括心、血管、運動中樞、呼吸中樞，消化道運動和消化腺分泌中樞。丘腦的下部是一個較精密的整合中樞，它把軀體運動功能、植物性功能和內分泌功能的活動聯繫起來，完成對許多複雜的生理過程的控制和調節，止觀的訓練就是調整這些功能的進一步完善，並激發出潛在的深層功能。

在腦電波的實驗方面，則表現為 α 波的大量增加。腦電波是由大量皮層神經組織的電活動同步疊加所形成的，其波形可按不同頻率來劃分。每秒0.5—3次的波稱為 θ 波，4—7次的稱為 θ 波，8—13次的波稱為 α 波，14—30次的波是快波，稱為 β 波。正

常人清醒狀態下記錄下來的是大量高頻低幅波，不同腦區腦波同步性很差，只是在枕區(O₁O₂)出現α諧波，波伏約50μr，而修正觀者，則可出現大量的α波（頻率為8Hz左右，波幅很高，約150—180μr，而且額葉α活動與枕葉相比佔明顯優勢。常進行禪定訓練者，可使左右腦α活動強度趨於均衡狀態。實驗證明，禪定對腦活動的有序化是穩定的，腦電優勢頻率時間的變化順序是α快波（頻率為10Hz左右）→α慢波（頻率為7—8Hz）→θ波→β波（△調劑）→α波→θ波……。由此可見，大腦皮層活動的有序化就是止觀理論靜、鬆、定、空的物理內容。

六 念力療法

念力療法就是關於特異功能的一門學科，佛教所指的五眼六通，屬神通的範疇。假如細細道來，難免會被人誤為本篇乃專述氣功之篇章，或會誤導人陷入神通，追求末技之途，有礙大道。又加之在目前科學界未得到有力的證實，故今略去不談，但不管怎樣，它畢竟作為一種較高層次的醫療手法而留在教內，千萬年來造福於黎民，特別是在氣功界內，被廣泛的有識之士所接納，目前已被運用到國防科技上。今將其略述一下，算是對諸君有個交代：

(一) 念力療法的臨床探病手段

念力診斷的手法，在臨床上分為體感、手感及天眼透視三種，體感功能與天眼功能一般需要禪定功夫較為純熟者方能運用，今略去不談。手感功能即較容易掌握，只要經過禪觀修習者，即可獲得這種功能。在臨床運用上可通過手掌對病人身體近距離的探測，運用強烈的意念，用念力將患者的疾病狀況反映在

自己手上。通過熱麻脹跳等不同的感覺，來測定病人的病變部位。一般來說心臟是熱感，腎臟為涼感，肺為麻感，其它部份為平。假使在不同部位出現異樣的感覺，則暗示該部位有病患的可能，若能掌握得純熟，則手感探病在臨床上即可運用自如，其診斷圖如下：



如果發現手上肝區部位有跳動，則說明有肝炎及肝硬化的可能，如果胃區有跳動或刺痛，則應懷疑惡性腫瘤，如果腎對應部份有跳動則可能有結石，如果手掌有強烈的痛跳麻以對方生物光呈現灰敗黑色，則多半將發生不測。

(下轉第38頁)

別，導致二者的學說有了出世與治世之分。

陽明心學是把儒家的倫理思想與禪宗的思辨結構揉合起來的產物。它吸收的是禪學的邏輯結構，改造的則是禪宗空寂的心體。

王氏門徒，遍於天下。其高足王龍谿（1498—1583年）更進一步將陽明心學與禪宗結合起來，並引入生死輪回之說。在《答南明汪子問》中，他說：

「夫何思何慮，非不思不慮也，所思所慮，一出於自然，而未嘗有別思別慮，我何容心焉。譬之日月之明，自然往來，而萬物畢照，日月何容心焉。……惠能曰：『不思善，不思惡，卻又不斷百思想；此上之學，不二法門也。』」（見《龍溪全集·卷三》）

在《新安斗山書院會語》中，他又說：

「人之有生死輪回，念與識爲之崇也。念有往來，念者二心之用，或之善，或之惡，往來不常，便是輪回種子。識有分別，識者發智之神，倏而起，倏而滅，起滅不停，便是生死根因。此今古之通理，亦便是現在之實事。儒者以爲異端之說，諱而不言，亦見其惑也已。夫念根於心，至人無心，則念息，自無輪回。識變爲知，至人無知，則識空，自無生。」（見《龍溪全集·卷七》）

在《三教堂記》中又說：

「三教之說，其來尙矣。老氏曰虛，聖人之學亦曰虛；佛氏曰寂，聖人之學亦曰寂；孰從而辨之！世之儒者，不揣其本，類以二氏爲異端，亦未爲通論也。」（見《龍溪全集·卷十七》）

本文主要從比較科學的最新角度，將禪宗對陽明心學的影響作一粗淺的探索，不妥之處，敬祈各位方家教正。

（上接第32頁「佛教醫方明研究」）

念力療法說起來很玄妙，其實運用起來則是相當簡單，一句話「心想事成」，關鍵在於意念的強弱，這就要求施術者有深厚的禪定功夫了。意念力強的人常在一念之傾治頑疾、起沉痾，有時甚至有起死回生之效，其手段鬼神莫測，不可思議，但大音若虛，大道無形，明白其中道理的人想必亦會明白念力療法的訣竅。

（二） 念力療法的原理

① 調動對方（患者）的生物場能量

這種方法，一般以語言誘導，使對方進入一種鬆靜的狀態，並對自己能戰勝疾病的能力產生堅強的信心，隨着施術者的導入，慢慢進入到一種良好境界，從而達到愈疾的目的。例如高血壓患者，我們可叫他全身放鬆，雙手自然下垂，意念雙腳湧泉穴，假想血壓由高變低并趨於正常，越專心，意念越強烈，則效果愈佳。一般在幾分鐘內即可恢復正常。

② 調動外來（宇宙）能量

按照佛教的物質不滅定律，宇宙空間中殘留着無數信息。念力療法即是借助於這種殘留信息及諸佛菩薩的神力加被，並將它輸入到患者體內，借助於外來的生物波，與體內潛在生物波產生共振，加速本身生物場的調整，而達到愈疾的目的。

③ 調動本身的能量

即是所謂氣功療法，施術者對患者病灶採用發放外氣的手段，目的是破壞病灶，打亂病理場，使人體氣機發生轉化。其機理是一個高電位輸向低電位的過程，是一個將自己能量輸入患者體中，引起生物頻率共振的道理。