

# 佛教与医学

陈  
兵

生老病死，是佛教所说人生诸苦中之最根本者，对生老病死问题的根本解决，可谓佛教的出发点与基本宗旨所在。而医学，也以解决生老病死尤疾病问题为其基本研究课题。佛学与医学，可以说有共同的出发点。佛经中常以医为喻，称佛陀为大医王，法如药方，僧如看护，是众生摆脱生老病死之苦的依怙。从佛学的眼光来看，人本性本来超越生老病死，本来涅槃，——涅槃，便有“无病”、“无老”、“无苦”、“不死”等异称。现前生老病死诸苦俱备的状况，从实质而言是一种病态。佛学的全部教理行果，便是为针治和彻底改善病态人生而设，从广义与深义而言，可以说是一门完备的、多层次的医学。

佛学不仅从人类本性与现实存在状态的矛盾着眼，审视病态人生，提出永远根绝生老病死的方案，而且非常注重对医学所专攻的人类疾病问题的现实解决。《佛说佛医经》专门探讨了各种病因，指示了预防疾病及卫生、养生之要。大乘佛学把疗治众生病列为菩萨行中的一项重要内容，《华严经·普贤行愿品》所示菩萨十大行愿中的“恒顺众生”愿，便包括“于诸病苦，为作良医”。同经《十地品》所说第五地菩萨必须学习掌握的各种世间技艺中，有“又善方药疗治众病：颠狂、干消、鬼魅、蛊毒，悉能除断。”号召菩萨精通医术，成为良医。《菩萨地持经》所说九种大乘禅中，有专以治病为目的的“治病禅”。大乘强调“佛法于五明中求”，专究医学、药物的“医方明”，即为五明之一，若不通此道，便难以通达佛法，具足智慧。《大乘庄严经论》卷5云：“若不勤习五明，不得一切种智故。”把学佛者

学习医学提到十分重要的地位。据《瑜伽师地论》卷15，医方明包括“于病相善巧，于病因善巧，于已生病断灭善巧，于已断病后更不生方便善巧”等内容，包括了诊断、病理及治疗、预防、康复的技术。至于用密咒治病，早就散见于《阿含》教典及戒律中，至密乘，更重视咒术治疗，大藏中专说治病的密典，便有《除一切疾病陀罗尼经》、《能净一切眼病陀罗尼经》、《佛说疗痔病法》、《佛说咒时气病经》、《咒齿经》、《咒目经》、《咒小儿经》等。善无畏译《三种悉地破地狱转业障出三界秘密陀罗尼法》论述了五方佛与五脏、五蕴的关系，五脏病因及五脏病的禅观治疗法。印度大乘龙象马鸣、龙树等，精通医方明，在医学方面贡献甚巨。据西藏布顿大师《佛教史大宝藏论》，藏文大藏经中的印度医方明著述，有马鸣的《医疗八支心要略论》及释龙树的《医经》、《配方百论》（此两论对印度古代大医学家苏鲁塔集作了修改发挥），月喜的《医疗八支心要略释句义详解月光论》、《医疗八支等中所有药名品类》，平原焰的《药名合音决定论》等。《龙树菩萨药方》（当即藏文大藏中之《配方百论》）等，也曾传入汉地，其内容已被中医吸收。藏传佛教承印度大乘寺院传统，十分重视医方明，列为僧尼修学课目之一，印度佛教医学，对藏医影响极深，汉传佛教的不少寺院，也有重医传统，有《大藏治病药》、《释门本草》等佛家医籍传世。直到现在，佛门弟子中通医学、行医济世者，尚不在少数。当然，由于种种社会原因，医方明在后世佛教尤汉传佛教界，未能得到应有的发展，然对一种宗教而言，这也是未可厚非的。尽管如此，佛学中即使从狭

义的医学角度着眼,也具有相当丰富的医学内容,形成了自家特有的医学思想体系,具备自家擅长乃至特有的医疗方法,构成佛教医学或医方明。

佛教医学或医方明,从医学理论、医学模式的角度看,与起源于尸体解剖与细胞学,片面注重生理、物质的西方传统生物学相比,具有显著的东方传统文化特色,甚符现代最新的医学思想,而且蕴含着较现代西方生理心理社会医学模式更为合理、深刻的内涵,具有实用价值、前瞻意义。

从对病因病理的分析看,传统西医仅把人看作生物性的存在,偏重从生理及病菌、病毒、营养等物质方面着眼,认识病因病症,设计治疗方案,虽然成果辉煌,但由于理论的片面性,忽视了心理、行为及社会因素致病的作用,因而对很多心身疾病束手无策。直到本世纪初,西方才认识到了传统西医理论上的缺陷,开始建立心身医学,研究大脑与身体免疫系统的关系。从行为、社会因素方面着眼认识病因、设计疗法的行为医学、社会医学,至本世纪中期才开始建立,尚未成熟。1977年,美国著名医学家恩格尔(Engel, G.L.)才系统地提出了从生物学、心理学、社会学三方面观察健康与疾病的新型医学模式——生物心理社会医学模式(Biopsychosocial Medical Model)。而从身心、行为、环境互相关联的天人合一论着眼观察健康与疾病,是东方中医、印度医学早在几千年前就已运用的基本方法,佛教医方明继承和发展东方传统医学的基本理论,从缘起论的角度观察人的存在,认为人的生命是五蕴——包括生理、心理活动及其生存的自然环境、社会环境相互关联而集成的巨系统,集成人生命的诸缘不可或缺,不可分割剥离,无论是生理还是心理、行为的失调,或外在环境的不良刺激,都可能导致疾病。必须从集成人存在的各种条件和全体着眼,摸准病因,才可对症施治。《佛医经》总结病因为

十种:“一者久坐不饭,二者食无节,三者忧愁,四者疲极,五者淫佚,六者瞋恚,七者忍大便,八者忍小便,九者制上风,十者制下风。”此中久坐不饭、食无节(饮食不节)、疲极、淫佚及忍大小便、制上下风,属不符卫生规范的不良行为,忧愁、瞋恚属心理失调,该经还说人有九种因缘可致横死夭亡,不得尽享天年:一不应饭为饭,谓食不可意食、不随季节变换而改食合宜之食、不按时吃东西;二不量饭,谓贪食无度;三不习饭,谓赴异国他乡,多食不习惯吃的食物;四不出生,谓所食未消化而复食,及服药吐泻未尽便食;五止熟,谓忍大小便及噤吐、下风(屁);六不持戒,谓有杀盗淫妄之恶行;七近恶知识,谓亲近恶邪师友而受牵连影响;八入里不时不如法行,谓早晚出行冲撞鬼魅,及有不轨行为;九可避不避,谓不避忌牛马恶犬、猛兽毒虫、水火坑阱、奔车驰马、醉人狂象等。这九种横死因缘中,前六及第八、第九种属行为因素,第七近恶知识属社会原因。经中还说疾病之因是身中四大不调:“人身中本有四病:一者地,二者水,三者火,四者风,风增气起,火增热起,水增寒起,土增力盛,本从是四病,起四百四病。土属身,水属口,火属眼,风属耳。”一年四季中,春三月寒多,夏三月风多,秋三月热多,冬三月风寒多,外风寒等盛多,各易致同类疾病,应随季节的变换而制定食谱,忌食不宜食物。这意味着季节气候的变化为重要的致病因素。智顗大师在《释禅波罗蜜次第法门》、《摩诃止观》中总结当时所见印度经论及佛教界流行的医学思想,分病因为四大不调(外感风寒、劳累过度)、饮食不节、坐禅偏差、业报、鬼、魔六类,包括生理、行为、心理及外邪侵袭等方面。其中业报病,如《摩诃止观》卷8所说,杀生业报生肝、目病,饮酒业报生心、口病,邪淫业报生肾、耳病,妄语业报生脾、舌病,偷盗业报生肺、鼻病。不但毁

犯五戒会导致五脏、五根病，今生持戒修道，也会“动业成病”，不过这是转后世应受重报为今生轻报的表现，如云：“若有重罪，头痛得除。”这种行为导致疾病的思想，在有些地方比现代行为医学更为深刻。

密乘佛学进一步吸收印度医学、中医之说，对疾病、健康与身心、自然界的认识有更深刻系统的认识。《三种悉地破地狱转业障出三界秘密陀罗尼法》以五方、五行、五脏、五蕴、五大及魂魄神志意五神、四季等相配，成一身、心、境互为关联的人体系统说，谓“内五脏外五行出成形体，此则名也；色即四大五根，名即想行等四阴心也，即是日月五星十二宫二十八宿，成人之体也。”五脏、五行、五大、五蕴等的配属关系大略是：

东方：主肝及目、筋，主魂，木及地大为体，王在春，色青，识阴所持，由金刚部阿閼佛表之，种字阿（a）。

西方：主肺及鼻，主魄，金及水大为体，王在夏，色白，想阴所持，由莲花部阿弥陀佛表之，种字饅（van）。

南方：主心及血，主神，火、火大为体，王在秋，色赤，受阴所持，由宝部宝生佛表之，种字览（lan）。

北方：主肾及耳、骨，主志，水及风大为体，王在冬，色黑，想阴所持，由羯磨部不空成就佛表之，种字哈（han）。

中央：主脾及口，主意，土及空大为体，王在四季，色黄，色阴所持，由虚空部毗卢遮那佛表之，种字欠（kan）。

这种配属系统带有中印合璧的色采，说明人身内五脏与心理活动及自然界季节之变化、五大之增减密切关联，内外因素若有一不调，都可能破坏系统和谐关系而导致疾病。又说五脏、五行若相克，亦能致病，这种相克关系是：肺克肝（金克木）、心克肺（火克金）、肾克心（水克火）、脾克肾（土克水）、肝克脾（木克土）。饮食五味

之过度，会益一脏而损一脏，造成疾病，如酸味过多可益肝损脾，令肝中无魂，多昏昧；辛味过多可益肺损肝，令肺中无魄，恐怖癫狂；苦味过多可益心损肺，令心中无神，忘失前后；咸味过多可益肾损心，令肾中无志，多悲哭；甘味过多可益脾损肾，令脾中无意，多回惑。意味饮食不当不但损五脏，而且损害精神、心理活动。又谓“五脏六腑皆禀于胃”，饮食不当而伤及脾胃，能生诸多疾病，故健身要在养胃，要在炼意。至无上部瑜伽，更进一步从身心的深细层次着眼，谓心理活动与色身内在的细身——气、脉、明点密切关联，心理上的烦恼，必有气脉明点的物质基础，必然导致气的阻滞错乱、脉道的缠缚不通、明点不明。心中有一烦恼，细身上必有一脉结。尤其是十种气若错乱，会产生各自所司器官的疾病：下行气错乱下半身生病，上行气错乱上半身生病，平住气错乱腹中生病，遍行气错乱生跛、挛等病，最根本的持命气若稍有错乱，会令人晕厥、疯颠乃至死亡，五种支分气若错乱，生眼耳鼻舌等病。又说身中脉各能生某种病，如顶髻脉能生胃病，喉轮、心轮脉能生胆病，脐轮与密轮外十六脉能生风病，密轮内十六脉能生杂集病。脉之生诸病，原因在阻滞缠缚，令气不畅通。这种深层次的身心系统病因说，认识到了疾病在肉眼不可见、科学仪器尚无法测量的内层微细生理机制上的根源，提示了一种深层次的医学模式，它显然蕴含着较现代生物心理社会医学模式更为深刻的思想，可能成为未来新型医学模式的蓝本。

从诊断、疗法看，佛教医方明也有其独具的特色。在诊断方面，佛学承印度医学之说，分病相为地水火风四类，《摩诃止观》卷8云：“若身体苦重，坚结疼痛，枯癯痿瘠，是地大病相；若虚肿胀脾，是水大病相；若举身洪热、骨节酸楚、嘘吸顿乏，是火大病相；若心悬忽恍、懊闷忘失，是风大病相。”并吸取中医之说，说五脏病相、六神

病相。而佛学的四大病相说，也被中医、藏医吸收。佛学在诊断方法上的独创，是以梦境及坐禅所见境占病，揭示了梦境、禅境与五脏的关系。《摩诃止观》卷8总结佛典之说云：“若禅及梦，多见青色、青人兽、狮子虎狼，而生怖畏，则是肝病；若禅及梦，多见赤色火起、赤人兽、赤刀仗、赤少男女亲附抢持，或父母兄弟等，生喜生畏者，即是心病。”其余脏腑病可类此推知。密乘还有直观身中气之流滞及颜色以判断病情之法，这对西医而言，尤为新鲜。

在疗法上，佛教医方明继承发挥东方传统的多种疗法，主张从身心境大系统的整体着眼，针对不同病因，采用合宜的疗法，并主张调心养生为本，治疗为末，较传统西医之偏重治疗，要高出一筹。由佛教大德所发展的印度“八支医方”，既包括治诸疮、首疾、身病、鬼病、中毒、童子病之方，又有养生延年的“长年方”、锻炼身体令之强健的“足身力方”，表明其基本思想是养生、体育锻炼、治疗三结合，较现代西医治疗、预防、康复三个医学的内容还要全面。就治疗而言，佛经中不但主张药物治疗，而且说咒术、禅定、忏悔等治疗方法。智顗大师总结其说，谓六种因所起病中，四大不调、饮食不节所致身病，宜于药物治疗；坐禅偏差所致“禅病”，唯有用禅法对治，药物无效；鬼、魔二病，须持大神咒及在定中修观，仍属禅定疗法；业障所生病，须外修忏悔、内作深观，属心理疗法与禅定疗法相结合。又谓咒术、方术，也可治一类病。这里所说的禅定、持咒、修观、忏悔等疗法，都是传统西医所或缺的，此类疗法所对治的疾病，也多被传统西医视为疑难、不治之症。佛教还提倡看护病人，经云：“八福田中，看病福田，第一福田。”释尊当年曾现身说法，亲自为久病比丘洗涤污秽，躬自按摩，说法劝慰，使病比丘得到极大安慰，安乐而死。佛陀号召弟子：“若欲供养我者，应当供养病

人。”（《四分律》）这种看护病人的传统，不仅体现出佛教的慈悲救度精神，而且是一种社会性的心理疗法，有伦理和医疗的双重价值。

佛教医学思想中最值得注意的，是禅定疗法。禅定本是佛教重要的修持方法，旨在获“现法乐住”，由定生慧，以智慧断、转烦恼而趋向永恒安乐的涅槃彼岸，禅定的最低效用或副产品，即是治病健身，延年却老。各种禅门，都有这种效用，可以看作一种疗法、健身术。智顗大师《小止观》卷下说：“夫坐禅之法，若能善用心者，则四百四病自然除差。”《摩诃止观》卷8说，若修天台宗提倡的四种三昧，“调和得所，以道力故，必无众病”。当然，若坐禅用心失所，出现偏差，也会出生种种“禅病”。修习禅定得法，实际上是通过调控意识的锻炼，令身体机制得到调整、修补和休息，或增强心自主身体的能力，产生祛疾健身治病的效果，亦即通过心理锻炼而实现生理锻炼、生理调整，且不说禅定所主要具有的得身心轻安、禅悦法喜、获出世间智慧、从而使人超出生死的功用，即仅从自我锻炼及治病的角度而言，也极具价值，是一种既经济而又多功能的养生治病之术。《摩诃止观》卷8说：“夫世间医药，费财用工，又苦涩难服，多诸禁忌将养”，而用坐禅治病，则“无一文之费，不废半日之功，无苦口之虑”，较医药疗法具有不少殊胜之处。元译藏密要典《大乘要道密集·拙火定》说，修习拙火定者，如若生病，“要调治者，药在于身，不应别求”，只要通过合宜的禅法，运气观想，或加拳法，便可自愈。从医疗理论而言，禅定疗法从心意的自我调控及内在细身机制气脉明点的调治疏通着手，治在根本而效在枝末，因为从最根本、最深层的病因着眼，故覆盖面极宽，不仅能治愈常见病、多发病、慢性病，而且能治愈一般医学尚摸不准病因的疑难病，治愈被一般医学找

错了病因的业障病、鬼魔病，当然更适宜于治疗由禅定而致的禅病。

佛教徒在禅定实践中发明、总结出不少禅定疗法，大藏中《治禅病秘要法》虽针对禅病而言，其实也可用以治其它病。智顗大师总结佛典之说及佛教界的经验，详述六种禅定疗法：一、系缘止，谓意守脐下丹田或足、头顶、病痛处。二、气，指“六字气”，配合调息，呼气时以意作气，以呵、吹、呼、咽、嘘、嘻六字分别治心、肾、脾、肺、肝、三焦之病。三、息，调息运气以攻病，如上、焦、满、增长、灭坏、冷、热、冲、持、补、和十二种息，大师有《禅门口诀》一卷，主要述以息治病之法。四、假想，观想一定的境相，如热病观想月光、水、冷气，寒病想火，劳损病观想酥乳灌顶等。五、观，以佛学闻思慧修观，观病由业起，业由心造，心缘生无性，本来性空，反究心源，了不可得，从而解悟心性，得真实般若智，依此智住实相定中，病苦自灭。《释禅波罗蜜多次第法门》卷4云：“般若一观能治五（种）病。”这被认为是疗效最广泛、治疗最彻底的禅定治病法。禅宗及藏传大手印法门还以病苦为道，观病性本空，观想代众生受病苦、拔除众生病苦，从而转病苦为菩提，更见殊胜。六、咒语方术，咒语治病，不仅虔诚祈祷佛菩萨加持，而且以定心持咒，可使本尊加持力与法界本具不思议力、自性功德力聚合为一而速疾显现，实现治病的目的，这在密乘中方法最为完备。佛学的这些禅定疗法，在过去便被中医、藏医所吸收，现代气功界更为广泛运用，成为常见的气功疗法，经实践和实验观测，证明疗效显著，随气功之普及而广泛流传于国内外，对人类的身心健康起到良好的作用。禅定、瑜伽、气功传到西方后，不但被越来越多的西方人所接受实践，而且成为西方多种新型心身疗法之张本。如美国杰克布森的放松疗法、西德肖尔兹的自律训练法、南美的“心的平安的

科学”及日本的形象控制疗法等，其基本方法无非是教人通过调息、放松身心或观想某种悦意境相，进入气功态或定境，显然是脱胎于禅定、瑜伽。日本身心医学家池田西次郎在其畅销全球的名著《自我分析》中，论证了祈祷、参禅、诵经、慈悲、“无心”的锻炼等良好的医疗作用。

佛学不仅讲坐禅自疗其疾，而且还有以禅功为他人治病之学。大乘九种禅中的“治病禅”，便以禅功疗治众生病为内容。密乘四小悉地中的息灾悉地，以治病除瘟为重要效应，八中悉地中的“治病悉地”，更以以禅治病灵验为成就的标准。息灾悉地、治病悉地，一般由修本尊瑜伽、三密相应以持本尊真言而臻。即其它各种禅，若功力深，也有以意念、真言或运气为人治病的效用。高僧传记中此类范例甚多，如佛图澄大师能以杨枝咒水治愈绝症（见《晋书》卷95佛图澄传）；求那跋摩、耆域、诃罗竭、杯度等，皆留下了咒病神验的事迹，见《高僧传》。隋初蜀僧法进应请治蜀王妃病，一见即愈（《续僧传》卷18）；华严宗初祖法顺大师以治病闻名遐迩，治时不用药饵咒语，“但坐而对之”，未久即愈，显然是用禅功。（《续僧传》卷34）藏传佛教界得治病悉地者更多，如达垄噶举派高僧古叶仁钦贡（1191—1236），便以禅功治病著名，据传能令盲者见、聋者闻。当代僧尼中，也不乏以禅功治病名世者。其坐禅及治病的方法，从医用气功的角度看，很有发掘价值。

如上所述，作为世间狭义医学的佛教医方明或佛教医学，思想广大深沉，内容丰富，为应该继承发扬的宝贵医学遗产。而全体佛学的教理行果体系，从其作为深义广义的医学而言，具有更高的价值，更深刻的启发意义。皈依三宝，依法而行，选准一种合理的信仰，树立一种如实观察宇宙人生的正见，有了可靠的安身立命之本，牢固的精神支柱，自能使人精神振作，心理稳定，积极向

# 本刊1991年度荣誉订户

## 国内

北京赵朴初居士	2000元	重庆裴生贵居士	4000元	清远卓禅法师	530元
宁波惟谦法师	2400元	兰州嘛呢寺	500元	河南侯启发居士	1000元
沈阳神慧法师	500元	扬州大明寺	2000元	酒泉融照法师	500元
苏州灵岩山寺	1000元	汕头又章法师	1000元	厦门法云法师	500元
江苏惟净法师	500元	黑龙江姚殿良居士	500元	广东胡宽汉居士	500元
甘肃陈兴贤居士	1000元	衡阳天顺法师	500元	上虞王金娥居士	400元
宁波阿育王寺	3000元	南岳慈莹法师	500元	成都昭觉寺	1000元
镇海脱尘法师	500元	杭州市佛协	2000元	成都清定法师	2000元
甘肃宝觉寺	544元	西安源慧法师	500元	北京妙忠法师	500元
苏州西园寺	1000元	武威海藏寺	500元	哈尔滨马莲吉居士	500元
湖北常乐法师	500元	兰州市佛协	1000元	苏州徐惠明居士	1000元
汕头智诚法师	1000元	兰州濬源寺	500元	贵阳慧海法师	500元
重庆惟一法师	500元	湖北马宗煊居士	500元	广州光明法师	760元
哈尔滨赫崇盛居士	500元	广东见成法师	500元	福州市佛协	1000元
福建省佛协	1000元	峨眉山万年寺	500元	广州华林禅寺	1000元
乐山乌尤寺	2000元	广东邹观恒居士	1000元	潮州慧原法师	500元
武威谛禅法师	1000元	苏州寒山寺	1000元	常州松纯法师	1000元
长沙云翔居士	500元	陕西澄观法师	500元	鹤岗然德法师	900元
成都铁像寺	500元	洛阳海法法师	4000元	福建妙湛法师	500元
北京传印法师	500元	汕头林锦顺居士	500元	泉州妙莲法师	500元
缙云九松寺	600元	苏州明开法师	美金190元 港币110元		

## 海外

香港郭兆明居士	港币2500元	台湾弥勒内院	人民币500元	台湾深镜法师	美金200元
新加坡佛教居士林	美金500元	高雄慧印法师	人民币500元	香港照暄法师	港币2000元
加拿大诚祥法师	人民币500元	美国宝华禅寺	美金200元	台湾智道法师	美金400元
台湾佛光山寺	美金3000元	香港何泽霖居士	人民币1000元		

上,摆脱因信仰崩溃、自我迷失、追逐物欲而导致的萎靡颓废、迷惘不安、腐化堕落等“现代病”的威胁,获得身心健康的根本保障。若再依教修持菩萨六度四摄,行布施度无私地奉献有情、服务社会,修持戒度以端正行为,修安忍度以锻炼忍耐力,修精进度以培养坚韧不拔、奋斗不息的精神,修禅定度以锻炼自控其心的能力,修般若度以开发智慧,使人在精神、心理、生理方面得到全面的锻炼修养,使本具善性充分发展,本具

潜能充分开发,本有自性真我发现,从而道德高尚,胸怀开阔,智慧圆明,精神饱满,常享安乐,解除了生老病死的缠缚困扰,成为实现自性意义上的真正健康人。社会上此类健康人多了,无疑会使社会面貌大大改观,社会人生的病态得到彻底改善,人心净化,国土庄严,人间净土得以实现。这对建设社会的精神文明、物质文明,针治社会弊端和拯救现代文明危机而言,难道不是一种极佳的方案,一张极有效验的药方?