



慧缘

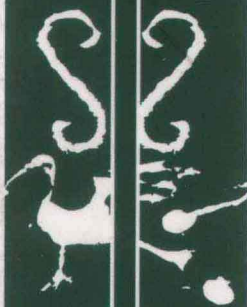
佛医学



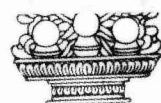
慧缘著

慧缘大师把佛医学、中医学和心理学有机结合，创立了「慧缘佛医学」，为无数有缘人解除了深层次的心理疾苦，治好了身体的疑难杂症，被视为人生知己和良师益友。

佛医历千年 推陈常出新



百花洲文艺出版社



慧
缘

佛
医
学



慧
缘
著



百花洲文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

慧缘佛医学/慧缘著. —南昌: 百花洲文艺出版社, 2003 (2009.9重印)

ISBN 978-7-80647-422-8

I. 慧… II. 慧… III. 佛教-养生-普及读物 IV. ①R212②B94

中国版本图书馆CIP数据核字 (2003) 第081644号

慧缘佛医学

慧 缘 著

出 版 人	姜钦云
责任编辑	许 杰
美术编辑	方 方
制 作	何 丹 陈 珊 周璐敏
出版发行	百花洲文艺出版社
社 址	南昌市阳明路310号
邮 编	330008
经 销	全国新华书店
印 刷	南昌市红星印刷有限公司
开 本	787mm × 1092mm 1/16 印张 25.75
版 次	2003年7月第1版 2009年9月第2版
印 次	2009年9月第8次印刷
字 数	540千字
书 号	ISBN 978-7-80647-422-8
定 价	38.00元

(版权所有, 盗版必究)

邮购联系 0791-6894736

网 址 <http://www.bhzwjy.com>

图书若有印装错误, 影响阅读, 可向承印厂联系调换。

慧缘，俗名陈长义，出生于中医世家，自幼受承庭训，禅心研习岐黄医易及佛道信息学。成年后曾就读于陕西中医学院和第二军医大学。先后受师于陈明科、太乙上人、青云禅师等三十多位医易名士和佛道大师。他集众家之长于一身，将中医学、气功、佛教医学、易学和风水学有机地结合在一起，形成了一门独特的综合学科。他创立的三宝功德功、丰盛缘功、气功针和科学风水学、佛医学和人体信息预测学等方法，其功效非凡，深受国内外人士的推崇。

慧缘先生现任香港堪輿大学校长、香港慧缘中医针灸大学校长、世界堪輿家协会主席、香港国际佛教医学研究会理事长、中国佛学院客座教授、新加坡自然科学院客座教授、香港风水科学研究会名誉会长。在多年的医学临床实践及其他综合学科的理论研究和实践过程中，先后完成著作《慧缘风水学》《慧缘姓名学》《慧缘佛医学》《慧缘预测学》《慧缘星相学》《慧缘养生学》《慧缘智慧学》《慧缘气功针法》《慧缘禅语》《慧缘命相学》《慧缘医学奇方秘法》《慧缘易经讲义》等。

近年来，前来请慧缘先生医治疾病、规划市政、勘察风水、起名号的人士、公司遍布世界上三十多个国家和地区。通过良好信息的调整，这些公司和个人都得到了很好的发展，取得了显著的经济成果和社会效益，并使许许多多的有缘人士身心健康，吉祥如意。

慧缘佛医学是慧缘上师数十年来对佛教医学研究应用和教学的总结，有很高的研究和实用价值。

慧缘佛医学的问世，不仅向人们揭示了佛教医学的奥秘和特点，其最大的愿望是给各寺庙有志研习佛教医学的僧尼法师们提供一本完善的学习范本，也给对佛教医疗学有兴趣的各界人士提供了一本参考书，书中较详细地介绍了佛医学的来龙去脉，佛教医学神秘的特点及运用方法，并将现代中西医理论和方法与之相结合，使佛教医疗学更趋于完善，也使之更便于学习和运用。

为了使广大读者更容易学习和掌握疗病方法，书中运用中医和佛医共同对疾病的诊断和描述方法，详细介绍了佛医和中医的良效，治疗方法，通俗易懂，便于学习和实用。

由于本书是向人们提供一种古老而新颖的医疗保健和养生方法，其中许多方法对很多疑难杂病具有独特和神奇的疗效。无论是僧尼或是医务工作者，还是希望享受健康吉祥人生的广大读者，只要您抽些许时间一读《慧缘佛医学》，都能使您受益久远。

《慧缘风水学》《慧缘姓名学》《慧缘佛医学》系列丛书于上世纪90年代开始由百花洲文艺出版社陆续编辑出版，距今已十年有余。十年在人类历史的长河中只是一个瞬间，但作为系列文化图书能在十年间重印几十次，单本发行量达数十万册，至今仍然畅销不衰，这不能不说是一个奇迹。

经历了五千年人类文明孕育的中国传统文化博大精深、浩瀚无边，她蕴涵着华夏祖先的智慧和一代代传承者的心血，继承弘扬这些人类文明的瑰宝，是我们出版工作者义不容辞的责任。因此百花洲文艺出版社在“慧缘系列丛书”问世十周年之际，特邀作者慧缘大师来到江西南昌对丛书进行了全面细致的修订，修订后重新再版的《慧缘风水学》《慧缘姓名学》《慧缘佛医学》系列丛书无论内容还是装帧设计都焕然一新，这必将更有助于该丛书的发行传播，也是广大读者所企盼的。

与佛家有关的“风水学”“姓名学”“佛医学”在祖国传统文化中占有一定的地位，佛学界慧缘大师专精于此，著述勤勉，且行文简洁流畅，立意深入浅出，非常贴近百姓的日常生活，为大家提供了一份实用型、又不失文化品位和具有资料掌故特点的精神食粮。

十多年来反复重印的实践证明该丛书真正做到了雅俗共赏，符合社会文化生活日益多元化发展的历史趋势。

相信这次修订再版会进一步赢得各界朋友与广大读者的赞誉与欢迎。

值此中华人民共和国60华诞喜庆之际，谨以此丛书表达我们祝福祖国传统文化繁荣昌盛、不断创新的良好心愿。



现代文明给人们提供了丰富多彩的物质和精神生活,可以更好享受人生,但对人体健康并不都是有利的。如生活、工作的快节奏,常使人处于高度紧张状态之中,身心要承受很大的压力。再加之激烈的竞争,复杂的人际关系,优越的生活条件,污染的生存环境等,均对人的健康有较大的影响。人们要争取健康长寿,除了加强体育锻炼,养成良好的生活习惯以及现代医学对疾病的防治外,还要学会修身养性,保持心理健康,从高度紧张的现代文明中解脱出来。

佛教医学是印度佛教医学和中国中医学相结合的修炼养生和治疗疾病的独特的医疗养生学。公元前6世纪,乔达摩·悉达多有感于人世的生老病死等各种苦恼,便放弃了印度的王族生活,离家修炼并创立了佛教,其教义长期以来在亚洲及欧美地区流行,成为世界影响最大的三大宗教(佛教、基督教、伊斯兰教)之一。

在佛教经典著作中,有很大一部分著作总结了人类治疗疾病的经验,并逐渐形成了自己的理论体系。据隋唐史书记载,通过佛教由印度翻译过来的医书和药方就有10余种。据有关统计资料,集佛教经典之大成的《大藏经》中专医学或涉论医学的经书约有400部,既有关于医药卫生、生理病理的记录,也有心理健康、修心养性方面的叙述,仅此类名词术语就有4600多条。

《大智度论》认为,生病有“外缘”和“内缘”两因。外缘是生病的外在条件,如寒热、饥渴、摔伤、扭伤等;内缘是生病的内在条件,如纵欲贪色、发怒、恐惧、思虑等。《摩诃止观辅行》第32卷说,贪恋色、声、香、味、触等“五尘”,可产生相应的内脏疾病,认为人体一切生命现象都会在体内器官机能活动中有所反应,通过对这些生命现象的观察和分析,可以推测内在器官的病理和生理变化。

在汉末三国时期流传的小乘佛教,吸取中医“元气学说”和“阴阳五行学说”的理论,认为“元气”配合得好,则人心神平和,不会产生种种欲望和烦

恼；如果“元气”配合不好，“阴阳五行”不协调，心神就会失去平和，种种欲望和烦恼就会油然而生。

在分析疾病原因的基础上，佛教还把疾病分为“身病”和“心病”两种。世界卫生组织把健康定义为“不但没有身体的缺陷和疾病，还要有完整的生理、心理状态和社会适应能力”。佛教的“心病”指内心的贪执、恐怖、忧愁、憎恨等苦恼，实际上便包含着社会因素和心理因素所致的疾病；“身病”是指身体的皮肤、肌肉、骨骼、神经和五脏六腑的不适，是生理性疾病。

佛教医学认为，治病要对症下药。《摩诃止观辅行》第32卷说，医生必须先正确诊断病情，分析病因，一个好的医生应能很精确地辨别各种疾病症状。在治“身病”时，该书提出了药物、饮食、养生、运动（如瑜伽术、气功、太极拳、武术等）、按摩法、痛捏法、修定功（静坐）、修观想等多种治疗方法。这些方法与中医养生治病的方法融为一体，成为中国养生学的重要组成部分。

佛教医学在很大程度上具有心理学的作用，他关心人类的心理状况和所谓的“苦难”，对人生的价值、意义作出了特定的判断，提出了一整套调整人们思想的行为准则和规范，并赋予它们以生动形象的心理学解释。对于“心病”，则认为主要由烦恼产生，无尽的烦恼可归纳为84000种（“八万四千尘劳”），皆因为执著于自我（“我执”）而引起。《教乘法数》认为，有84000种对治法门（方法）来治疗烦恼。《天台四教仪》和《大乘义章》则提出了6种对治方法：不净观、慈悲观、因缘观、数息观、念佛观、空观等。这些与现代心理学的许多治疗方法是相通的。

佛教医学认为，适当的饮食能使人保持健康，而饮食不当则会造成疾病。佛教医学吸收了古代中医的饮食疗法进行治病的尝试。《摩诃止观辅行》就有饮食“五味”与疾病关系的记载。《禅门日诵》也说：“疾病以减食为汤药。”

佛教在“五戒”中，规定了不饮酒。为了收到禁酒的成效，对饮酒者进行严厉的惩罚。它主观上是为了避免酒的刺激，保证个人的精神安宁，客观上则对人体健康不无裨益。

佛教的素食对民间饮食习惯产生了一定影响，至今仍有人少吃或不吃荤腥，可见素食风尚持久不衰。佛教素食别具风味，可舒张血管，降低血压，调节情绪。适当素食，对预防当今危害人类健康的头号大敌——心血管疾病的发生具有一定的作用。

佛教一方面坚持戒酒和素食，另一方面提倡饮茶。僧人早起洗漱后先饮茶再礼佛，饭后先饮茶再作佛，饮茶成了他们日常生活中不可缺少的内容。后来，饮茶习惯逐渐传向民间，形成了我国独特的茶文化。饮茶的普及，客观上也有利于大众的健康。

佛教还创造了禅定法作为修炼的方法，希望通过禅定，超出生死轮回，脱离生灭，达

到人生的解脱，获得神秘的佛教真理。而在修习禅定的过程中，可练就调身养心、息心静坐之功，起到了强身健体、祛病延年的作用。

佛教把修炼方法归结为“六度”，除禅定外，还有“布施、持戒、忍辱、精进、智慧”，宣传道德责任和奉献精神，主张去恶从善和自我约束。在“五戒”中，还有“不偷盗”、“不邪淫”、“不妄语”等，鼓励个人与群体的相互信任 and 了解。

佛教医学与现代医学和传统医学紧密联系在一起，以浅显通俗的语言，把佛教关于人类生命与健康的知识介绍给广大读者，其中包括佛教基本理论、佛教心理健康、佛教饮食保健、佛教医疗技法、佛教气功、佛教武术等内容，它对于我们追求幸福生活，寻求健康长寿具有重要的指导作用。



再版前言/001

前言/003

上篇

第一章 佛医学概论/003

- 一、医方明与中医/003
- 二、佛法与疾病分类/005
- 三、疾病的佛法对治/006
- 四、佛门医家的医学活动/007
- 五、敦煌佛教医学/008

第二章 佛教心理学/010

- 一、佛教和心理健康/010
- 二、生理变化与心病/012
- 三、心病的治疗方法/012
- 四、烦恼的产生和治疗方法/013
- 五、嫉妒的产生和治疗方法/016
- 六、牢骚的产生和治疗方法/017
- 七、妄语的产生和治疗方法/018
- 八、五欲的产生和治疗方法/020

第三章 微笑、宽容与身体健康/022

- 一、笑弥勒佛的启示/022
- 二、大慈大悲利人生/023
- 三、忍者长寿/024
- 四、人际关系和谐身心健康/026
- 五、忠孝者健康长寿/027
- 六、心安益寿/028

第四章 善始善终/030

一、生与死的关系/030

二、善终的预兆/031

三、佛教的临终关怀/032

第五章 佛教饮食疗法/033

一、饮食与疾病/033

二、佛教饮食之道/034

三、瑜伽和饮食/034

四、素食疗法/035

五、饮茶疗法/037

六、食盐疗法/039

七、牛奶疗法/040

八、豆粥疗法/041

九、蜜麦疗法/043

十、番薯叶疗法/044

十一、芒果疗法/045

十二、甘蔗疗法/045

十三、姜疗法/046

十四、芝麻疗法/047

十五、柿子疗法/048

十六、粳米疗法/049

十七、魔芋疗法/050

十八、五辛疗法/050

十九、莲藕疗法/052

第六章 佛教药物疗法/054

一、观音杨柳疗法/054

二、柏树子疗法/055

三、檀香疗法/056

四、山鸡疗法/056

五、草拨和胡椒疗法/057

六、佛珠疗法/058

七、沉香疗法/058

八、半边莲疗法/059

九、瑞香疗法/060

第七章 佛教拿捏与按摩疗法/061

一、拿捏和按摩的效果/061

二、拿捏和按摩手法/064

三、随痛处打与阿是穴/065

四、消化不良和摩腹/065

五、神经衰弱疗法/066

六、消除肥胖疗法/066

七、女性胸部健美法/066

八、腰痛的按摩法/067

九、防治性功能低下按摩法/067

十、治疗高血压按摩法/068

十一、食欲不振按摩法/068

第八章 佛医神奇疗法/069

一、齿木疗法/069

二、焚香和香药疗法/070

三、金篦术和金针拨障疗法/072

四、倒灌疗法/073

五、念诵和暗示疗法/073

第九章 修禅练功疗法/075

一、佛教流派与气功/076

二、调“五事”气功养生法/082

三、立行坐卧皆禅法/086

四、佛教止观疗法/090

五、“魔事”与气功偏差的治疗/101

六、武功武术疗法/103

七、丹田呼吸疗法/110

第十章 素食疗法/115

一、素食的营养/116

二、佛教论素食/118

三、素食治病/118

下篇

第一章 内科疑难杂病治疗法/133

一、肝炎/133

二、支气管炎/137

三、支气管哮喘/140

四、胃及十二指肠溃疡/143

五、慢性胃炎/146

六、肝硬化/148

七、胆囊炎/151

八、心绞痛/153

九、高血压病/156

十、癫痫/158

十一、慢性肾炎/160

十二、泌尿系统结石/164

十三、风湿与类风湿性关节炎/166

十四、糖尿病/169

十五、肥胖症/171

十六、贫血/172

十七、白血病/175

十八、胃癌及食道癌/178

十九、肝癌/180

二十、肺癌/182

二十一、宫颈癌/183

第二章 外科杂病治疗法/186

一、疔疮/186

二、疔疮/187

三、急性淋巴管炎/189

四、化脓性骨髓炎/189

五、乳头皲裂/191

六、急性化脓性乳腺炎/192

七、乳腺增生症/194

八、男性乳房发育异常症/196

九、急性胰腺炎/198

十、胆道蛔虫症/200

十一、慢性前列腺炎/201

十二、前列腺增生肥大症/202

十三、血栓性静脉炎/204

十四、雷诺氏病/205

十五、破伤风/206

十六、烧伤/208

十七、毒蛇咬伤/211

十八、昆虫螫伤/212

第三章 妇科杂病治法/215

一、月经不调/215

二、痛经/218

三、功能性子宫出血/219

四、闭经/222

五、更年期综合征/224

六、先兆流产/226

七、乳汁不行/227

八、子宫脱垂/228

九、不孕症/230

第四章 儿科杂病治法/233

一、流行性腮腺炎/233

二、小儿麻痹症/236

三、小儿厌食症/238

四、小儿腹泻/240

五、小儿疳症/244

六、遗尿/246

七、小儿多动症/248

第五章 骨关节脱位的治疗法/251

一、下颌关节脱位/251

二、肩关节脱位/252

三、肘关节脱位/254

四、拇掌关节脱位/256

五、髋关节脱位/257

第六章 扭挫伤/259

一、落枕/260

二、颈椎病/261

三、肩关节周围炎/265

四、狭窄性腱鞘炎/266

五、胸部扭挫伤/267

六、急性腰扭伤/269

七、慢性腰背痛/270

八、腰椎间盘突出症/271

九、第三腰椎横突综合征/273

十、膝关节扭挫伤/274

十一、踝关节扭挫伤/275

十二、脑震荡/276

第七章 皮肤科疾病的治疗/278

一、头癣/282

二、手脚癣、甲癣/283

三、体癣/284

四、花斑癣/284

五、脓疱疮/285

六、痱子/286

七、荨麻疹/287

八、急性湿疹/289

九、慢性湿疹/290

十、神经性皮炎/291

十一、皮肤瘙痒症/292

十二、接触性皮炎/293

十三、植物日光性皮炎/294

十四、带状疱疹/295

十五、寻常疣/296

十六、银屑病/297

十七、脂溢性皮炎/299

十八、酒渣鼻/300

十九、斑秃/301

二十、腋臭/302

二十一、白斑病/302

二十二、鸡眼、胼胝、跖疣/303

第八章 眼科病治疗法/305

一、溃疡性睑缘炎/307

二、麦粒肿/308

三、霰粒肿/309

四、急性结膜炎/310

五、慢性结膜炎/311

六、沙眼/312

七、春季结膜炎/313

八、疱性结膜炎/313

九、巩膜炎/314

十、单纯疱疹性角膜炎/315

十一、化脓性角膜溃疡/316

十二、虹膜睫状体炎/317

十三、老年性白内障/318

十四、玻璃体混浊/319

十五、视网膜静脉阻塞/320

十六、视网膜静脉周围炎/321

十七、中心性脉络膜视网炎/322

十八、视神经炎/323

十九、原发性视神经萎缩/324

第九章 耳鼻咽喉口腔科病治疗法/326

一、耳部疾病/326

二、鼻部疾病/329